

# СОДЕРЖАНИЕ

От автора .....	4
Как работать с картами .....	13
Практики и техники для счастливой жизни .....	50

# ОТ АВТОРА

Здравствуй, мой драгоценный Человек!

Почему драгоценный? Потому что только тот, кто очень дорого ценит себя, свое здоровье, настроение, время, чувства и жизнь, может по праву так называться.

Если в твоих руках оказалась эта колода, значит, ты именно драгоценный.

Всегда помни об этом и не занижай цену своей жизни ни при каких обстоятельствах.

Я счастлива оказаться рядышком с тобой в такой момент. Нет ничего увлекательнее и прекраснее движения по тропинкам жиз-

ни, объятий со Вселенной, знакомства с истинным Я и путешествий по Космосу возможностей, любви, улыбок, веры, благополучия и изобилия.

Эта колода — моя самая первая. К каждой карте у меня невероятно трепетные чувства, ведь *колода создана для того, чтобы помочь, поддержать, направить к счастью, расправить твои крылья и соединить тебя со всей Вселенной*. А еще эта колода цитат и выражений — подтверждение того, что мечты и истинные намерения сбываются.

Каждая фраза — это *мой опыт*, определенный отрезок жизни, множество наблюдений и размышлений.

В каждом слове спрятано тепло, положительные вибрации, мощная энергия и самые добрые намерения относительно твоего персонального счастья.

В этой волшебной ресурсной колоде нет ни одного предложения, которое не согласовано со Вселенной, не проверено на деле ею или как минимум мной.

**Главное — не бойся знакомиться с собой и что-то менять.**

Не стесняйся отбрасывать в сторону те образы и маски, которые успели встроиться в жизнь, срастись с тобой и подменить тебя настоящей. Человеку свойственно двигаться вперед и выбирать для себя лучшее. То, что подарит ему спокойствие и любовь, обнимет заботой, укутает гармонией и разукрасит лицо улыбками.

Но нет никаких поводов и причин до конца дней своих придерживаться одной роли только потому, что так было прожито какое-то количество лет, и все вроде бы к тебе привыкли.

*И, да, когда мы меняемся, меняется и мир вокруг.*

Это нужно понимать и по-взрослому к этому относиться.

Вместе с меняющимся внутренним миром будет меняться и внешний: круг общения, отношения близких людей, цели и желания, приоритеты, привычки и многое другое.

**Твоя задача на этот жизненный путь именно в таком теле, которое есть сейчас, — постоянно взаимодействовать с собой и со всей Вселенной. Раскрываться, вычислять свои возможности, навыки и таланты, вести честные диалоги с внутренним Я и расти.**

Тот, кто застывает в одном положении, — тот застывает в определенном моменте жизни, дистанцируясь от настоящего.

У таких людей как будто бы ничего и не происходит хорошего. Поэтому именно они постоянно пытаются всех уверять, что нет никаких чудес, волшебства и внимательной, любящей Вселенной.

Только тебе не обязательно все это слушать и верить в подобное.

Раз именно сейчас в руках оказалась данная колода, а на лице проступила улыбка, значит, ты точно движешься в правильном направлении. Значит, не боишься и не стесняешься себя, тебе не страшно меняться и менять, интересно жить и познавать истинное Я день за днем. Значит, хочется познать свою собственную Вселенную и соединиться с нашей большой Вселенной для самого бесценного и невероятно мощного проекта под названием «Счастливая жизнь».

Обязательно слушай внутренний голос и интуицию своей Вселенной.

Они могут дать тебе совершенно уникальный способ взаимодействия с карточками, который не дам даже я.

\* \* \*

Метафорические карты — мощный инструмент для работы с собой и подсознанием, с личным сундучком действительно ценных, важных и подходящих именно в данный момент ответов, советов и подсказок.

Только тебе доподлинно известно, что ощущаешь на самом деле, куда и к чему стремишься, из-за чего тревожишься и о чем мечтаешь, на что есть силы и чего по-настоящему желаешь. И только ты сможешь вытащить себя из любой передрыги и прийти к лю-

бой мечте, наладив крепчайшую дружбу со Вселенной и истинным Я.

Доставай себя скорее для лучшей жизни, невероятно добрых трансформаций, удивительных преобразений и самых ярких впечатлений от всего происходящего.

Твои метафорические карточки — это компас и уютный навигатор. Они будут помогать двигаться по дороге жизни самыми интересными и увлекательными маршрутами, которые сделают путешествие волшебным.

Искренне взаимодействуя с колодой и собой, ты получишь дополнительный источник сил, энергии, отличного настроения, ярких идей и вдохновения.

Выходи из заточения отрицательных мыслей, запретов и переживаний.

ВЗАИМОДЕЙСТВУЙ С КАРТОЧКАМИ НА ПОЛНУЮ ГРОМКОСТЬ,  
ЗАКЛЮЧИ ИХ В ОБЪЯТИЯ И СВЕТИ.  
ИБО ЭТО НЕ КАРТОЧКИ, ЭТО ТЫ И ТВОЯ ВСЕЛЕННАЯ!

*Пришло волшебное время — время знакомства с самой удивительной, щедрой, поддерживающей и любящей Вселенной.*

Счастливого пути и настоящих приключений, достойных героя собственной жизни!

# КАК РАБОТАТЬ С КАРТАМИ



**Самопомощь:  
что происходит прямо сейчас?  
Что действительно нужно?**



Этот расклад можно использовать когда угодно.

Чем чаще ты будешь взаимодействовать со Вселенной, тем увереннее будешь себя чувствовать, больше возможностей станешь видеть вокруг. Внутреннее состояние из неустойчивого превратится в стабильное, ибо ты научишься понимать

истинные потребности и желания. Научись *слышать* и *слушать* себя, а не жить по чьей-то указке или приклеившимся когда-то убеждениям и социальным нормам.

Алгоритм работы с картами:

- ☪ Успокаиваем мысли.
- ☪ Дышим ровно.
- ☪ Синхронизируемся с интуицией и подсознанием, в котором и спрятаны все ответы на вопросы, на текущее состояние и нужные мысли.
- ☪ Внимательно читаем выпавшую фразу.
- ☪ Выстраиваем зрительные образы, визуализируем картину жизненной ситуации по карточке и себя в главной роли.

- ☾ Фиксируем все чувства и эмоции, которые происходят в моменте общения со Вселенной. Запоминаем на уровне тела. Встраиваем в память.
- ☾ Используем в реальной жизни.

## Соединение

Колоду можно использовать с другими универсальными или ресурсными колодами как дополнительный источник информации.

Сначала работаем с изображениями и рисунками, а затем достаем карту из этой колоды по запросу.

## Подсказка-оберег на день



С самого утра мы задаем себе ритм, темп, устанавливаем настроение, определяем внутреннее состояние и выходим во внешний мир.

*Каждый день — маленькое путешествие.*

В каждом путешествии важно себя беречь, держать ухо востро, не связываться с подозрительными людьми, интересоваться новым, разглядывать красивое и наслаждаться происходящим по мере своих сил и возможностей.

Оберегая себя — оберегаешь свою Вселенную. И это не про то, что надо относиться к себе как к сахарному зайчику.