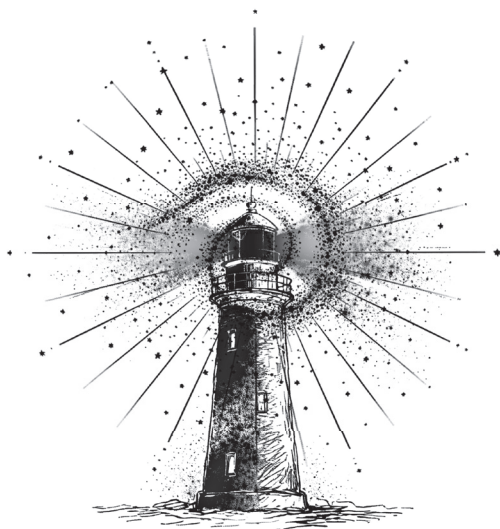


АНАСТАСИЯ БОРЗЕНКО

Метафорические карты
универсальные трансформационные

Держи фокус –
меняй
Реальность!



КОЛИЧЕСТВО КАРТ – 40 ШТУК
ТРАДИЦИЯ – АВТОРСКАЯ



Описание

Колода нацелена на тренировку внимания, осознание личного потенциала и понимание своих векторов. Пора просыпаться и принимать осознанные решения, нет времени на грусть, сомнения, страхи, чувство вины и самокопания! Вы, и только вы, знаете, что нужно вам, но если у вас возникают неприятные ощущения или сомнения, их надо развеивать. Карты не гадают на будущее, они помогают вспомнить нужное и повысить осознанность в ситуации, когда вам требуется совет или подсказка. Каждая карта знает, когда и кому она может понадобиться.



ВНИМАНИЕ

Твое внимание прямо сейчас занято фоновыми мыслями, оглядись и поищи вокруг себя зеленые предметы. Все разрешится просто и само собой, держи фокус внимания на своей цели. Подумай о ней и послушай свои ощущения, тебе должно быть очень приятно. Через несколько секунд снова поищи вокруг себя зеленые предметы, их стало больше (заметь, это не вопрос).



ПЕРЕФОРМУЛИРУЙ

Какая-то твоя мысль просто кричит «Я не хочу!». Попробуй переформулировать то, чего ты не хочешь, в контексте того, что ты хочешь. Вместо «Не хочу этого» — «Хочу вот такого!».

Сделала? Не жди, а знай, что нужная дверь скоро откроется. Ты вспомнишь об этом, когда увидишь на улице зеленую машину, не допускай в своей жизни «не хочу», всегда переформулируй.



ЙУХАН

Похоже, в тебе накопились обиды или гнев, с которыми сложно справиться. Кто тебя так задел? Ты точно о ком-то вспомнишь. Надо поблагодарить этого человека, но сначала послать йухан (читай справа налево). Отправь в царство йухан всех, кто вспомнился, и обязательно найди 5 благодарностей. Эти люди чему-то важному тебя научили.

Анастасия Борзенко
Метафорические карты универсальные трансформационные
«Держи фокус – меняй Реальность!»



ВЕКТОР



Ты сейчас на тупиковой прямой и нечетко понимаешь, что делать дальше, потому что подвисла на обстоятельствах, ты не принадлежишь сама себе. Вспоминай: что ты хочешь? К чему хочешь прийти через 3 года, как жить, как выглядеть, где жить и чем заниматься? Как только задашь вектор, все сложности лопнут как мыльный пузырь.



БАБОЧКА



Тебе сейчас очень нужен знак от Вселенной, что все будет хорошо. Скажи: «Хочу увидеть бабочку!» — и ты получишь этот знак в виде картинки, в фильме, на рисунке, в форме броши. Вселенная подарит тебе бабочку как добрый знак. Не веришь? Проверь!



ВЕСЕЛИСЬ




Вообще нет повода для грусти, потанцуй, покружись, похлопай себе в ладоши, все складывается более чем прекрасно лично для тебя!



КОЛОДЕЦ



Ты как та лягушка, которая сидела в колодце и не верила, что вокруг есть океан. Ты же не лягушка, прекрати засовывать себя в колодец и самой себе ставить ограничения своей логикой! Скажи сейчас: «Интересно, почему все складывается лучше, чем я думаю?»



ПРАЗДНИЧЬ!

Танцуй и радуйся, в твою жизнь входит новый этап, который принесет изобилие и восторг от того, чем ты хочешь заниматься. Сегодня у тебя день-праздник, вспомни прямо сейчас любую мелодию и исполни танец-праздник!



ПЕРЕКЛЮЧИСЬ

Перестань думать об этом, все устроится как нужно. Покушай вкусную еду, посмотри интересный сериал, погуляй, устрой шопинг или прими ванну — переключи свое внимание с застойной ситуации лично на себя. Твоя девочка просит внимания! Обо всем остальном позаботится Вселенная.



ПОДАРОК

Жди подарок. Вселенная решила одарить тебя чем-то приятным и особенным. Не забудь поблагодарить и зафиксировать, когда услышишь слово «подарок» или увидишь подарок на картинке либо в фильме. Это «маячок» или указатель того, что скоро твой подарок будет у тебя!



УБЕРИСЬ

Зачем ты снова нахватала чужих советов и убеждений? Только ты сама знаешь, нужно тебе или не нужно то, что происходит прямо сейчас. Уберись в мыслях, щелкни пальцами и скажи: «Лишнее и тягостное — вон, не принимаю это! Хочу легкости!» Щелкни пальцами еще раз и скажи: «От чего мне надо отказаться?» — ты услышишь.



НАКАЗАНИЕ

Не надо наказывать себя сомнениями и чувством вины. Ругала себя последнее время? Научись заменять чувство вины на разрешение быть такой, какая ты есть. Часто вспоминается прошлое? Не ругай себя, а скажи себе «Спасибо!», что была с собой в самые сложные времена и светила сама себе маяком. Оставь прошлое в прошлом, откажись от наказания плохими мыслями о нем, у тебя начало нового этапа.



СТУПЕНЬ

Все, что происходит, воспринимай как опыт. Все, в чем сомневаешься, воспринимай как ступень. Не волнуйся, за тобой наблюдают. Закрой глаза, сделай вдох-выдох и скажи: «Я — Ничто. Я никем не являюсь и ничего из себя не представляю. Мое подсознание знает, видит и ведет». Не мешай уму сбивать тебя с пути, слушай, что говорит Душа.



ЗАБЕРИ

Забери все свои негативные мысли, которые шли фоном последнее время, просто щелкни пальцами и скажи: «Отменяю все плохое, что допустила в голове!» Запомни — твои мысли формируют твою реальность. Забрала? Молодец. Отдай другие мысли Вселенной, полной радости и веры. «Дорогая Вселенная, дай мне...» Что?



ПОДАРИ

Устрой минуту подарков, представь всех своих близких, знакомых и друзей и мысленно каждому подари какой-нибудь подарок. Ты даришь, и ты получаешь в ответ еще больше! Кто сразу пришел на ум? Завали всех подарками, и ты получишь много хорошей энергии взамен!



ВСЕЛЕННАЯ

Ты сама себя поставила в угол, поэтому у тебя застой. Но для чего ты это сделала? Все ждешь, когда кто-то придет и что-то предложит, потому что ты хорошая девочка и заслужила? Это не так работает. Выходи из угла и озвучь «Я хочу...» и добавь фразу «Интересно, почему все складывается гораздо лучше, чем я думаю?», и вот тогда кто-то придет и что-то предложит нужное тебе. Вселенная всегда открыта, будь и ты.




ТЫ

Только ты сама с собой всю свою жизнь, и именно ты всегда себя поддерживала и направляла. Тебе не нужен совет, не прикидывайся.



ПОВТОРИ

Все гораздо шире, чем ты представляешь. Переформулируй свой запрос и вытщи еще одну карту.





ВСПОМНИ

Ты увлеклась совсем не тем! У тебя есть желания, которые пора реализовать. Не надо пытаться впечатлить или поставить на место людей вокруг твоим великолепным умом. Не надо отвлекаться на обсуждение каких-то тем и сплетен, вспомни про твои личные желания, и все мешающее уйдет на второй план.



МАЯЧОК

То, о чем ты мечтаешь, скоро войдет в твою жизнь. Представь, что твое желание исполнилось, представь себя в этом — какая на тебе одежда, аксессуары? Скоро ты увидишь предмет, который представился. И это будет «маячок» или указатель того, что все идет как надо.



БИНГО!

Повтори про себя свое желание, правда же очень приятно? Все складывается наилучшим образом, душа и твой ум уже радуются, порадуйся и ты!



ЗАЗЕМЛИСЬ

Мечты — это прекрасно, но ты не должна жить в воздушном замке. Что дает тебе радость прямо сейчас, а не когда-то в будущем? Убери мечты-пустышки, которые не реализуются более 3 лет. Есть что-то более актуальное и реальное прямо сейчас. Найди это и спроси еще раз.

*Анастасия Борзенко
Метафорические карты универсальные трансформационные
«Держи фокус — меняй Реальность!»*



СОГЛАСИЕ

Ты получаешь то, на что согласилась. Прекрати соглашаться на меньшее и убери все сомнения, скажи: «Я не соглашаюсь на то, что мне не понравится, я соглашаюсь только на лучшее!» Такая роскошная, девочка как ты, достойна чего? Правильно, только самого лучшего. Хватит приbedняться!



КАЧЕЛИ

Сомнения, как поступить? Послушай себя и подумай о ситуации. Тебе это надо, потому что... или тебе это НЕ надо, потому что? Если не отследила частицу «НЕ», ты себя уговариваешь, отказывайся. Если есть частица «НЕ» — ты себя отговариваешь, соглашайся.



АКЦЕНТ

Твои желания разбрелись, поэтому ты и не получаешь, что хочешь. Поставь акцент на чем-то одном, выбери одно желание, не одновременно хочи и то, и это, и еще вот это. Иначе так и будешь получать «смесь» (и то, и это, и еще вот это), и будет ощущение застоя.



ПРИТОРМОЗИ

Ты сама вносишь дисбаланс. У тебя очень сильное «хочу», смести фокус на «получу». Так и скажи: «Я получу, потому что я этого хочу!» — и занимайся своим делами, не мешай Вселенной все устроить. Ты получишь знак в ближайшее время в виде бабочки.

Анастасия Борзенко
Метафорические карты универсальные трансформационные
«Держи фокус — меняй Реальность!»



ПРИЗНАЙ



Признай свою уникальность и то, что можешь ошибаться и где-то перегнула палку. Все это — часть твоей трансформации. Если кто-то сейчас преставился в мыслях — ты в силах убрать ненужный тебе накал страстей. Признавать свои ошибки не значит быть слабой, это значит быть взрослой.



ПОИГРАЙ



Если ты хочешь личного счастья, поиграй в себя счастливую. Если хочешь изобилия и достатка — поиграй в себя богатую. С этой секунды засеки 24 часа и дай понять Вселенной, что готова. Ты начинаешь прямо сейчас, дай понять, что ты готова. Сколько сейчас времени? 24 часа начались, отсчет пошел, и ты в игре.



ОТСТАНЬ



Ты хочешь довести себя до усталости и стресса своим желанием? Отстань от самой себя, устрой себе день приятностей, ты заслужила отдых, все остальное — дело Вселенной!



ЭМОЦИЯ



Представь себе светофор. Твоя эмоция прямо сейчас похожа на красный — гнев, страх, стыд? Или желтый — сомнения, разочарование, отсутствие веры? Или зеленый — радость и ощущение праздника? Разберись с эмоцией.

Выйти из красной и желтой зон можно путем благодарения: поблагодари свой дом, своих близких, еду и одежду, свой город, свой мир и саму себя. Найти 10 благодарностей прямо сейчас.



ЗНАЧИМОСТЬ



Чувство собственной значимости у тебя зашкаливает. Остановись, тебе не надо доказывать, какая ты хорошая, крутая и чудесная.

Дюймовочка забыла, что она не майский жук, и пыталась понравиться майским жукам. Ты только вдумайся, сколько она тратила времени на каких-то жуков. Не будь как Дюймовочка!



УСЛОВИЕ



Тебе не нужно никакое условие, чтобы получить то, что ты хочешь. Убери все условия, иначе сама себя переиграешь. Не ставь условий. Твоя логика мешает тебе увидеть дверь, которая вот-вот откроется, не прогляди и прекрати строить планы, которые связаны с условиями, держи в голове только свое намерение. Ты только озвучиваешь, что хочешь — Вселенная устраивает, не вмешивайся.



ПОВЕРЬ



Что за сомнения? Ты достойна только лучшего и прекрасного, все ненужное само уйдет, отпусти это все. Напомни себе, что Вселенная всегда за тебя. Ты забыла, кто ты такая? Тебе же есть чем гордиться, что за бессовестное самообесценивание?



РАЗГРАНИЧЬ




Твои личные границы не для того, чтобы их нарушали и ты злилась и расстраивалась, а для того, чтобы их соблюдали. Скажи НЕТ тому, что заставляет чувствовать тебя не в своей тарелке. Ничего не объясняй. Нет — и все. Как толькоставишь границы, все устроится.




РАЗРЕШИ



Разреши себе уже это. И не задавай глупых вопросов. Вселенная ждет, когда ты себе разрешишь. В течение следующих 24 часов заведи 4 будильника: 09:09, 12:12, 17:17, 19:19. Как услышишь звук или вибрацию, проговаривай «Я разрешаю себе!» (получить что-то или быть такой-то, например, богатой).



ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ РАЗВРАТ



Кто-то пустился в гастрономический разврат? То, что ты кушаешь и пьешь, отражается не только на твоей коже, но и на твоих мыслях, не говоря уже об отеках. Ты можешь, конечно, себе позволять все, что хочешь. Но хватит!



ОТДОХНИ




Все уже выстраивается для тебя, но ты должна быть полна энергии и цвести, а не выглядеть изможденной и обессиленной. Отдохни, вообще ничего не делай — отмени работу по дому, застели кровать красивым постельным бельем, надень пижамку и поваляйся. Набирайся сил для великих дел и того, что тебя ждет.



ОТПУСТИ



Не тряси своим чувством собственной значимости как блестящей короной. Ты — звезда! Если это кто-то не понимает, это их ограниченность, дозвошь им это делать.





СОСРЕДОТОЧЬСЯ

Твои мысли снова разбрелись на несколько разных сфер, поставь фокус внимания. Если можно выбрать из твоих желаний что-то одно с вероятностью, что это реализуется 100%, что это будет? Сосредоточься и озвучь.



ЭНЕРГИЯ

Тебе нужна позитивная энергия, чтобы получить то, что ты хочешь. Сделай практику — подойди к зеркалу, смотри 5 секунд себе в глаза и говори себе: «Ты лучшая! Ты будешь получать только лучшее!»

*Анастасия Борзенко
Метафорические карты универсальные трансформационные
«Держи фокус – менай Реальность!»*