

Сергей Федоров

Копилка МАК



Техники. Медитации. Игры. Визуализации.

Сергей Федоров

**Копилка МАК. Техники.
Медитации. Игры. Визуализации**

«Издательские решения»

Федоров С.

Копилка МАК. Техники. Медитации. Игры. Визуализации /
С. Федоров — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-501220-3

В данном методическом пособии представлены техники, медитации, игры, визуализации, направленные на решение различных финансовых вопросов. Методическое пособие посвящено такому эффективному инструменту работы как метафорические ассоциативные карты (МАК). Пособие будет интересно практическим психологам, психотерапевтам, коучам, бизнес-тренерам, ведущим психологических трансформационных игр, специалистам по работе с МАК, а также людям, занимающимся личностным ростом и саморазвитием.

ISBN 978-5-00-501220-3

© Федоров С.
© Издательские решения

Содержание

ОБ АВТОРЕ	6
ВВЕДЕНИЕ	7
Техники МАК для изобилия и достатка	9
Техника «Денежная связь»	10
Техника «Я и моя лень»	12
Техника «Ресурсы и якоря»	13
Техника «Благоприятные периоды»	17
Техника «Числа счастливой судьбы»	19
Техника – «Иметь. Делать. Быть.»	21
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Копилка МАК Техники. Медитации. Игры. Визуализации

Сергей Федоров

Дизайнер обложки Natalia Baidaliuk

© Сергей Федоров, 2022

© Natalia Baidaliuk, дизайн обложки, 2022

ISBN 978-5-0050-1220-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

В данном методическом пособии представлена коллекция уникальных авторских денежных техник, разработанных на основе работы с метафорическими ассоциативными картами (МАК).

Пособие будет интересно практическим психологам, психотерапевтам, коучам, бизнес-тренерам, ведущим психологических трансформационных игр, специалистам по работе с МАК, а также людям, занимающимся личностным ростом и саморазвитием, специалистам, которые только начинают свою работу с МАК, так и опытным практикам.

Все права защищены. Любое воспроизведение материала книги возможно только по письменному согласию правообладателя и с указанием авторства.

ОБ АВТОРЕ

Сергей Федоров

Обучающий тренер, сертифицированный специалист по работе с метафорическими ассоциативными картами, коуч.

Профессиональный ведущий трансформационных игр.

Автор трансформационных психологических игр «Финансовый Магнит», «Магия Любви», «Император», «Хреpience», «Healthy Way», «Сцена».

Автор МАК «Иллюзия», колод «Азбука Жестов», «Денежная Азбука Жестов».

Автор книги «Успешный сМАК. Рецепты изобильной жизни»

Автор метода «Родство Душ»

Финансовый директор проекта «Солнце в ладонях»

Организатор фестиваля «Игрослет Азия»

Участник Международных фестивалей и форумов.

Автор обучающих программ, мастер-классов, тренингов, курсов.

Основатель и руководитель компании «ZBSGames»

ВВЕДЕНИЕ

Одними из самых популярных запросов в поисковых системах в интернете являются вопросы, касающиеся материальной сферы.

Вот примеры некоторых из них:

«Как заработать?»

«Как заработать в интернете?»

«Где взять денег срочно?»

«Где взять кредит?»

«Где заработать денег без вложений?»

«Как улучшить материальное положение?»

«Что делать, чтобы были деньги?»

Очень часто с подобными же вопросами обращаются клиенты, которые приходят на консультацию (сессию) к психологу, коучу, бизнес-тренеру, специалисту по личностному росту и саморазвитию.

Тема денег стала одной из самых востребованных в наше время.

На данный момент она «конкурирует» только с темой взаимоотношений, хотя в последнее время тенденция все больше и больше склоняется к вопросам и проблемам финансового характера.

Многие считают, что если у них будет много (достаточно) денег, то это автоматически отразится в положительном смысле на их взаимоотношениях с партнером, близкими и родными, детьми и родителями, друзьями, коллегами, руководителями и другими людьми.

Другие уверены, что с помощью финансов они легко смогут решить все свои проблемы со здоровьем, наконец-то определиться со своим местом в жизни, найти свое предназначение.

Действительно ли деньги панацея от всех проблем или материальные блага – это путь к нечестной жизни, и бездуховному саморазрушению?

Деньги – это энергия (сила) и только от вас будет зависеть как вы будете пользоваться данной силой – во благо или во вред.

ЧЕГО НЕТ В ДАННОЙ КНИГЕ:

В данном методическом пособии нет магических заклинаний и мифических формул, прочитав которые на следующие утро вы проснетесь богатыми.

В книге нет той самой одной «волшебной техники», которая кардинально изменит всю вашу жизнь и разделит жизнь на «до» и «после».

Само по себе прочтение книги не гарантирует Вам открытия денежного потока, увеличения дохода, улучшения материального благосостояния.

Теория без практики мертва говорил еще великий Александр Васильевич Суворов.

А ЧТО ЕСТЬ В КНИГЕ?

В данном методическом пособии представлены техники, медитации, игры, визуализации, направленные на решение различных финансовых вопросов.

Уникальные авторские техники, которые помогут вам:

Исследовать причины отсутствия денег.
Проанализировать свои отношения с деньгами.
Найти свой индивидуальный путь к изобилию и процветанию.
Увидеть и проработать родовые и семейные денежные установки, и сценарии.
Научиться любить деньги (увеличить уровень своей любви)
Избавиться от страхов, лени, негативных убеждений и других «блокираторов» процветания.

Поменять НПУ (негативные психологические установки) на ППУ (позитивные психологические установки).

Повысить самооценку – научиться верить в себя, свои силы и способности.

Увеличить уровень материального достатка.

Обрести финансовую стабильность.

Получить необходимые ресурсы для реализации целей.

С помощью специальных медитаций вы сможете:

Установить более тесный контакт с подсознанием и энергией изобилия.

Освободиться от стрессов и негативных эмоций.

Почувствовать себя настоящим сосудом для Счастья, Богатства, Любви и Удачи.

Усилить денежный поток.

Очистить сознание и подсознание от «энергетического мусора»

Запустить процессы привлечения денег.

Игры будут способствовать:

Раскрытию творческого потенциала.

Улучшению коммуникативных способностей.

Активной генерации новых (успешных) идей.

Развитию навыков «самопрезентации»

Визуализации в свою очередь сбалансируют работу ваших энергетических центров, научат вас видеть, слышать, чувствовать появляющиеся финансовые возможности, а также насладиться вкусом благосостояния и получать удовольствие от «аромата изобилия»

Методическое пособие посвящено такому эффективному инструменту работы как метафорические ассоциативные карты (МАК). С помощью МАК вы сможете заглянуть в глубины подсознания, разобраться с внутренними запросами, отличить настоящие потребности от ложных, навязанных социумом, разглядеть возможности по их удовлетворению.

Уверены, данная книга будет полезна как начинающим психологам, так и продвинутым психотерапевтам, бизнес-тренерам, коучам, которые давно и успешно применяют МАК в своей ежедневной деятельности.

Техники МАК для изобилия и достатка

Техники нацелены на исследование, изучение, диагностику и проработку денежных/финансовых вопросов.

Техника «Денежная связь»

Цель: Диагностика внутреннего состояния клиента. Проанализировать свои отношения с деньгами. Осознать, понять и прочувствовать разницу любовью и «нелюбовью»

Рекомендуемые материалы: Лист/ы А4 либо блокнот, ручка. Портретные либо архетипические метафорические карты. Ресурсная колода (если необходимо)

В зависимости от контекста запроса вы также можете использовать и денежные колоды МАК.

Алгоритм работы:

1 – Перетасуйте колоду. Вытащите в закрытую одну карту. Положите ее перед собой.

2 – Переверните карту. Сфокусируйтесь на образе, изображенном на карте.

3 – С помощью карты ответьте на вопросы:

Какой/ая я, когда люблю деньги?

Какие чувства и эмоции я испытываю, когда осознаю свою любовь?

Какие мысли ко мне приходят?

К какому результату может привести моя любовь.

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

4 – Повторите пункты «1 и 2» для второй карты.

5 – С помощью карты ответьте на вопросы:

Какой/ая я, когда проявляю нелюбовь по отношению к деньгам?

Какие чувства и эмоции я испытываю, когда осознаю свою нелюбовь?

Какие мысли ко мне приходят?

К какому результату может привести моя «нелюбовь» к деньгам?

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

6 – Вытащите в закрытую из колоды третью карту.

Третья карта олицетворяет собой любовь денег по отношению к нам.

Ответьте на вопросы:

Какой/ая я, когда деньги меня любят?

Как я себя чувствую, когда ощущаю любовь денег?

Какие мысли ко мне приходят?

К каким целям, решениям, результатам подталкивает (ведет) меня «денежная любовь»?

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

7 – В закрытую вытащите четвертую карту из колоды.

Четвертая карта символизирует собой «нелюбовь денег»

Глядя на карту ответьте на вопросы:

Какой/ая я, когда ощущаю, что деньги меня не любят?

Как я себя чувствую, осознавая нелюбовь по отношению ко мне?

Какие мысли меня посещают?

К каким целям, решениям, результатам может привести «нелюбовь денег» по отношению ко мне?

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

8 – Внимательно перечитайте написанное, проведите анализ, сделайте необходимые выводы.

9 – Дополнительно вы можете проанализировать поочередно 1 и 3 карты, 1 и 4 карты, 2 и 3 карты, и 2 и 4 карты.

В результате у вас будет 4 варианта для анализа:

1 – Я когда люблю деньги и деньги любят меня.

2 – Я когда люблю деньги, а они меня нет.

3 – Я когда не люблю деньги, а они меня любят.

4 – Я когда не люблю деньги и деньги отвечают мне взаимностью.

Все осознания и озарения запишите в блокнот.

На этом вы можете закончить технику, либо продолжить ее выполнение для поиска, подбора и интеграции подходящих ресурсов.

10 – Дополнительно к каждой карте вы можете вытащить по одной карте из ресурсной колоды.

Карты желательно выбирать в открытую, но в некоторых случаях можно посоветовать клиенту выбрать ресурсы вслепую!

Количество карт может быть и больше!

Для первой карты ресурсная карта может быть ответом на вопросы:

«Что мне поможет более полно (понятно) проявлять свою любовь по отношению к деньгам?»

«Какие ресурсы мне могут помочь увеличить количество любви в отношении финансов?»

«Чего мне еще не хватает?»

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

Вы можете добавлять и другие вопросы в зависимости от хода сессии, подготовленности клиента и своих предпочтений в работе.

Для второй карты карта подсказка может помочь ответить на вопросы:

«Как мне избавиться от своей нелюбви к деньгам?»

«Какие ресурсы мне для этого необходимы?»

«Что мне сделать, чтобы перейти от нелюбви к почтительному и уважительному отношению?»

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

Ресурсами для третьей карты могут быть ответы на вопросы:

«Что мне необходимо осознать, чтобы деньги любили меня еще больше?»

«Какие качества и ресурсы мне помогут обращать на себя большее внимание со стороны изобилия?»

«Что мне необходимо в себе улучшить (усилить, развить), чтобы наши отношения стали еще лучше?»

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

Для последней карты можете выбрать ресурсы:

«Какие ресурсы мне могут помочь, чтобы деньги относились ко мне более благожелательно?»

«Что мне необходимо в себе поменять (что необходимо осознать, прочувствовать, сделать), чтобы деньги в меня влюбились?»

«Какие мои качества (навыки, умения) способствуют росту (усилению) денежной любви по отношению ко мне?»

Запишите ответы в блокнот, либо на лист бумаги.

11 – Проведите детальный анализ и разбор всех полученных ответов.

12 – **Любите и будьте Любимы!**

Техника «Я и моя лень»

Одним из качеств успешного человека является умение отдыхать и расслабляться. А что делать, если этап отдыха затянулся, расслабление перешло (трансформировалось) в лень, лень привела к апатии, а апатия в свою очередь «усиливает» (утверждает) бездействие?

Следующая техника поможет вам разобраться в этом вопросе.

Цель: Найти первопричину безделья. Определить вторичные выгоды, скрывающиеся за личиной лени. Найти ресурсы, способные помочь избавиться от данной пагубной привычки.

Рекомендуемые материалы: Лист/ы А4 либо блокнот, ручка. Любая колода метафорических ассоциативных карт.

В зависимости от контекста запроса вы также можете использовать и денежные колоды МАК.

Алгоритм работы:

1 – Перетасуйте колоду. Вытащите в закрытую одну карту. Положите ее перед собой.

2 – Переверните карту. Сфокусируйтесь на образе, изображенном на карте.

3 – С помощью карты ответьте на вопросы:

Что для меня лень?

Как я воспринимаю свою лень?

Как я к ней отношусь?

Постарайтесь как можно детальнее ответить на каждый вопрос.

Все осознания отображайте в блокноте, либо записывайте на листе бумаги для дальнейшего анализа и разбора.

4 – Вытащите вслепую вторую карту.

Глядя на карту ответьте на вопросы:

Какие вторичные выгоды я получаю, когда ленюсь?

Отобразите осознания на листе бумаги, либо занесите в блокнот.

5 – С помощью третьей карты, также выбранной вслепую найдите ответ на вопрос:

Какова основная (глубинная) причина моего «неохота»?

6 – Четвертая карта должна дать ответ на вопрос: – «Что мне поможет избавиться от моей лени и стать более целеустремленным»

В данном пункте вы можете работать как с исходной колодой, так и добавить дополнительно ресурсную колоду.

Количество карт может быть от 1 до 3.

Вы можете начать работать с одной картой, а в последующем добавлять карты по мере необходимости.

7 – Дополнительно вы можете вытащить еще несколько карт и ответить на вопросы:

Как я могу использовать свою лень в качестве ресурса?

Кто мне может помочь на пути избавления от лени?

8 – Проведите анализ написанного, сделайте необходимые выводы.

9 – Ответьте на вопрос:

Какие 2—3 действия я готов предпринять в ближайшие три дня, чтобы побороть (преодолеть, уменьшить) влияние лени на мою жизнь?

10 – **Живите без лени!**

Дорогу осилит идущий.

Техника «Ресурсы и якоря»

Цель: Провести анализ имеющихся ресурсов. Осознать блоки и якоря, которые могут тормозить на пути движения к цели. Проанализировать свой путь к успеху.

Рекомендуемые материалы: Листы А4, ручка (карандаш, фломастер и т.п.), денежная колода метафорических ассоциативных карт.

Для данной техники вы можете использовать любую колоду МАК, подходящую под ваши цели и задачи.

Алгоритм работы:

1 – Возьмите лист бумаги и нарисуйте на нем знак доллара.



Рисование помогает снять напряжение, сосредоточиться на поставленной задаче, ослабить сознание и подготовить подсознание к передаче необходимой нам информации.

Вы также можете уделить внимание этапу рисования – разобрать с клиентом как сам процесс творчества, подбор цвета, варианты проведения линий, так и символ, который он нарисовал!

2 – Вытащите в закрытую две карты из колоды и расположите так, как указано на рисунке.

Карты необходимо положить рубашками вверх.



3 – Переверните карту «1». Первая карта символизирует собой «ресурсы»
Ресурсами может быть все, что может вам помочь достичь цели в контексте вашего запроса.

Ресурсы могут быть внешние, внутренние, социальные и другие – позитивные качества человека, его навыки, знакомства, эмоции и т. п.

4 – С помощью карты ответьте на вопрос:

«Какими ресурсами я обладаю для достижения цели?»

Чем больше количество ресурсов с помощью карты вы найдете, тем лучше.

Запишите все мысли и идеи, которые приходят вам в голову.

Дополнительно вы можете воспользоваться ресурсной колодой и посмотреть какие еще ресурсы могут быть вам полезны для реализации задуманного.

5 – Переверните вторую карту. Вторая карта олицетворяет собой якоря.

Якоря – это то, что может помешать нам достичь желаемого, либо тормозит наше движение вперед.

К якорям могут относиться негативные качества характера, отрицательные эмоции, внутренние блоки и установки, люди, обстоятельства и другие «внешние раздражители»

С помощью карты ответьте на вопрос:

Что мне может помешать достичь своей цели?

Постарайтесь определить и записать максимальное количество якорей, которые могут быть.

Прежде, чем перейти к выполнению следующего пункта можете уделить внимание и совместно (в связке) рассмотреть карты «ресурсы» и «якоря».

6 – Третью карту расположите так, как указано на рисунке.



Третья карта – это своеобразный «старт» нашего пути.

Данная карта отображает то, с чем мы отправляемся в путь – наши стартовые позиции на пути движения к цели.

Она может являться как объединяющим итогом карт 1 и 2, так и указывать на условия, с которых мы «стартуем» – социальные условия, политические условия, экономические условия и т. п.

Выберите в открытую из колоды карту, которая максимально точно будет соответствовать приведенному описанию в вашем случае.

Данному пункту необходимо уделить наибольшее количество время и внимания из всего времени, отведенному на выполнение техники.

7 – Переходим к работе с четвертой картой.

Четвертую карту, также, как и третью мы выбираем в открытую.

Четвертая карта символизирует собой «финиш» – итог (результат) к которому мы хотим прийти.



Выберите в открытую из колоды четвертую карту и расположите так, как указано на рисунке.

Проанализируйте карту, сделайте необходимые выводы, результаты занесите в блокнот.

8 – Далее вы можете рассматривать уже все карты вместе, либо уделить необходимое время и рассмотреть в связке карты 3 и 4, а затем уже переходит к анализу всех четырех карт.

9 – Обсуждаем и анализируем, полученный результат.

10 – **Пусть все у вас будет \$uper!**

P.S – Вы также можете работать с другим вариантом «знака доллара».



В данном варианте работы в отличие от работы с предыдущим символом у вас будет две карты «ресурсы» и две карты «якоря»

Также вы можете начать работать с первым символом, а позднее перейти к данному символу и проработать запрос клиента более детально.

Техника «Благоприятные периоды»

Описание: Эта техника является модификацией методики взятой из техник работы с картами ТАРО.

Цель: Анализ благоприятных периодов (дни, недели, месяцы и т.п). Поиск ресурсов для улучшения неблагоприятных ситуаций.

Инструментарий: Колода метафорических карт, ресурсная колода.

Для данной техники подходят колоды с вертикальными изображениями (прямыми, однозначными значениями)

Также вы можете использовать колоды, в которых есть карты с позитивным и негативным значением.

Как вариант вы можете взять денежную колоду метафорических ассоциативных карт и проанализировать насколько успешным у вас будет каждый месяц года.

Вы можете использовать тематические колоды, чтобы провести анализ сферы здоровья, взаимоотношений, работы, отдыха и тому подобное.

Алгоритм работы:

1 – Выложите карты перед собой и перемешайте.

Мешать необходимо так, чтобы в колоде оказались карты как в прямом, так и в перевернутом виде.

2 – Определитесь какой период вы хотели бы проанализировать.

Для примера мы рассмотрим (продиагностируем) год, разбив его на 12 месяцев.

Не обязательно использовать данную технику только в начале года. Вы можете делать подобные «расклады» в любое время (начиная с любого месяца года) вне зависимости от времени года.

Вы можете по такому же принципу «разбить» месяц на недели, неделю на дни и т. д.

3 – Возьмите в руки колоду и вытащите вслепую (в закрытую) двенадцать карт и положите их слева направо рубашками вверх.

4 – Переверните первую карту – первая карта может символизировать как текущий месяц, так и следующий.

Определяется человеком самостоятельно.

Используя колоды с прямыми и перевернутыми значениями все просто:

Прямое значение – благоприятный период.

Перевернутое значение – неблагоприятный период.

Если же вы используете обычную колоду вам необходимо будет для каждой карты ответить на следующие вопросы:

Старайтесь максимально четко и подробно отвечать на каждый вопрос.

Отвечать на вопросы можно как «про себя», так и делая необходимые записи в блокнот.

«Нравится ли вам эта карта?» Если «да», то почему? Если «нет», то что именно вам не нравится (настораживает, отталкивает) в карте?

«Какие чувства и эмоции она вызывает?»

Позитивные или негативные?

«Что символизирует собой карта – подъем, застой, или спад?»

«Дает вам карта энергию или наоборот забирает?»

Оцените карту.

Оценить карту можно в процентах – от 0 до 100%

Или поставив ей одно из значений:

Очень хорошая карта.

Хорошая карта.

Нейтральная карта.

Плохая карта.

Очень негативная карта.

Вы можете трансформировать, видоизменять, дополнять представленные вопросы или добавлять свои собственные.

Все зависит от контекста запроса и поставленных задач.

5 – Повторите предыдущий пункт для всех остальных карт.

В данном примере используется одна колода для каждого периода – вы можете использовать две и более карт для более подробного анализа.

Вы также можете брать дополнительные карты для отдельных временных периодов, которые вас заинтересовали больше всего.

6 – После того как вы проанализировали все карты (все периоды) возьмите ресурсную колоду и также вслепую (в закрытую) вытащите по одной карте для каждого периода.

Вы можете разделить карты на два уровня:

Верхняя строчка (линия) – благоприятные периоды.

Нижняя строчка (линия) – не благоприятные периоды.

В дальнейшем вы можете работать с каждым уровнем по отдельности.

Основная задача ресурсных карт помочь вам более детально рассмотреть каждый временной отрезок и ответить на вопросы:

Что мне необходимо предпринять (какие ресурсы мне необходимы), чтобы период был действительно благоприятным?

Что мне поможет сделать благоприятный период еще более благоприятным?

Какие ресурсы помогут сгладить воздействия негативного периода?

Что необходимо предпринять (на что стоит обратить внимание), чтобы перевести неблагоприятный период в разряд благоприятного?

По своему усмотрению вы можете использовать две и более ресурсных карт для каждого периода.

Не стесняйтесь подгонять приведенные вопросы под себя (свои цели и задачи) и дополнять технику своими вопросами.

7 – Пусть все периоды вашей жизни будут Благоприятными, Успешными и Счастливыми!

Техника «Числа счастливой судьбы»

Эта техника созвучна техникам «Номиналы», «Мое окружение», «В чем хранить?»

Цель: Определение собственной «нумерологии успеха». Понять, как числа (цифры) влияют на вашу материальную сторону.

Рекомендуемые материалы: Любая денежная колода метафорических ассоциативных карт. Лист бумаги, ручка.

1 – Перетасуйте колоду. Вытащите вслепую (в закрытую) девять карт из колоды и положите перед собой рубашками вверх.

2 – Пронумеруйте карты от 1 до 9.

Нумеровать карты вы можете в голове или воспользовавшись листом бумаги, предварительно положив карты на него.

Лучше всего выкладывать карты по три в ряд, но это не принципиально.

3 – Переверните «первую» карту. Сосредоточьтесь на изображении. Постарайтесь «прочувствовать» карту.

4 – Глядя на карту ответьте на вопросы:

«Нравится ли вам эта карта?» – Если да, то почему, если нет, то почему?

«Какие чувства и эмоции она вызывает?»

«Может ли выбранная карта помочь вам стать богаче, успешнее, лучше в будущем?»

«Дает вам карта энергию или наоборот забирает?»

Оцените данную карту по пятибалльной шкале.

Выставляя оценку карте, вы выставляете отметку «числовому значению».

5 – Повторите пункты «3, 4» для остальных карт.

6 – Возьмите лист бумаги и выпишите все «цифры» с отметкой «5», ниже запишите «цифры» с отметкой «4», ниже «3» и так далее.

7 – Цифры с отметками «4» и «5» будут способствовать накоплению, сохранению и увеличению достатка. Цифры с оценками «1, 2, 3» являются неблагоприятными и будут приводить к «неразумным» расходам, проблемам с финансами и утеканию денежных средств.

8 – Проанализируйте номер (а) своего сотового телефона, номера кредитных (зарплатных, платежных карт), номер дома, квартиры, номера сберегательных счетов и т. п.

В идеале в любом номере, который вы используете должно быть более 60% успешных для вас цифр. Чем больше «успешных цифр» в номере, тем лучше.

Сделайте необходимые выводы и запишите их в блокнот.

Если же вы заметили, что «неблагоприятных цифр» больше, постарайтесь не использовать их в рабочих (бизнес) целях.

Желательно в таком случае завести новый (специальный) номер сотового телефона для решения бизнес вопросов, переговоров, встреч с потенциальными клиентами (покупателями, инвесторами, деловыми партнерами и т.д)

Обычный номер телефона можете оставить для связи с близкими, родными, друзьями.

Тожже самое и с банковскими картами. Заведите специальные счета, выберите карту с благоприятными для вас цифрами – для хранения, накопления, бизнес расчетов и переводов.

Цифры имеют огромное значение в работе и бизнесе.

Цифры являются символическим отображением букв, а как известно: – «Как вы яхту назовете, так она и поплывет»

9 – Цифры с отметками «4» и «5», вы также можете использовать для создания собственных «кодов привлечения изобилия», амулетов, талисманов, построения денежных «квадратов Пифагора».

Манипулируя с различными комбинациями цифр, вы можете выстраивать собственную модель успешного бизнес плана.

К примеру, если вашими «счастливыми цифрами» являются 3, 7, 9. Вы можете развивать бизнес выстраивая план на 3, 7, 9, 37, 73, 79, 93, 97 недель (месяцев, лет)

Попробуйте углубиться в таинственный мир цифр, и вы увидите сколько потрясающих возможностей и чудесных откровений он в себе хранит.

10 – И пусть все у вас будет на «999»

Цифры правят миром (Пифагор)

Техника – «Иметь. Делать. Быть.»

Название техники отображает только один из возможных жизненных сценариев. На самом деле их значительно больше.

В дальнейшем вы это увидите.

Приведу несколько вариантов на примере работы психолога.

К примеру, – Вы хотите «Быть» успешным (известным) психологом. Для этого Вам необходимо как минимум «Иметь» диплом по специальности психолог, либо «Иметь» сильное желание развиваться и совершенствоваться в данном направлении и «Делать» то, что будет способствовать вашему развитию как специалиста – нарабатывать опыт, посещать специализированные курсы и тренинги, смотреть вебинары, следить за тем, как работают известные психологи, общаться с людьми, которые в выбранном направлении добились больших высот и т. п.

Другой вариант – Вы хотите «Иметь» много клиентов и получать большую стоимость за свои услуги.

Для этого вам необходимо стать – «Быть» известным (популярным) специалистом, «Делать» свою работу качественно, чтобы о ней рассказывали люди своим знакомым, друзьям, близким и тогда в итоге вы получите – «Будете иметь», то, что желаете

Третий вариант – Вы хотите заниматься – «Делать» любимым делом.

Для этого вам необходимо стать – «Быть» востребованным специалистом, и иметь достаточную узнаваемость, деньги и другие средства, которые помогут Вам уделять своему занятию все свое время и желание.

Можно пойти и по другому пути – Вы «Иметь» необходимые знакомства, качества, стратегию, финансовую прочность (подушку) и т.п становитесь «Быть» свободным, независимым «предпринимателем» и занимаетесь «Делать» тем, что приносит вам удовлетворение и счастье.

В приведенных примерах, я рассмотрел не все варианты, но они наглядно показывают вам, что моделей поведения (вариантов движения к цели) намного больше, чем нам порой кажется.

НО.

Чаще всего люди думают, что для реализации целей изначально нужно «Иметь» обладать какими-то талантами, неординарными способностями либо определенной суммой денег. И вот тогда они могли бы «Делать» то, что хотят и стать «Быть» тем, кем мечтают.

Люди думают: «Если бы у меня **было** миллионов двадцать на счету и жена фотомоделем, то я бы **делал** то, что мне нравится, в чем я хорош, и **был** бы реализованным и счастливым человеком».

... Или так:

«Если бы у меня была великая миссия (или смысл жизни), то я бы вдохновил людей, построил компанию масштабов Apple, и был бы всеми признанным Лидером.»

Данная техника поможет нам понять, что нам необходимо иметь для достижения цели. Что необходимо сделать, чтобы получить желаемый результат. И кем необходимо стать, чтобы все получалось наилучшим образом.

Цель: Определиться со своими желаниями и целями. Увидеть различные варианты достижения желаемого. Выбрать из возможных вариантов оптимальный для нашего запроса.

Рекомендуемые материалы: Лист/ы А4 либо блокнот, ручка. Любая колода метафорических ассоциативных карт.

Вы можете работать как с денежными колодами, так и использовать (добавлять) при необходимости портретные, сюжетные, ресурсные и другие колоды.

Алгоритм работы:

1 – Четко, ясно, громко озвучьте свой запрос.

(запрос можно проговаривать вслух или про себя)

Чем четче вы сформулируете вопрос, тем яснее будут ответ.

К примеру, вы можете задать вопрос: – «Как мне наилучшим образом увеличить ежемесячный доход», «Что мне поможет реализовать свою цель, идею, проект и т.п?»

«Что мне поможет стать более успешным и богатым?»

И т. п.

Старайтесь на каждый вопрос отвечать максимально четко и развернуто!

2 – Перетасуйте колоду. Вытащите в закрытую карту и положите ее перед собой рубашкой вверх.

Сконцентрируйтесь на изображении. С помощью карты ответьте на вопрос:

Что мне необходимо «Иметь» (чем необходимо обладать), чтобы достичь своей цели (найти выход из ситуации, решить волнующий вопрос и т.п)?

К категории «Иметь» могут относиться требуемые качества и навыки, чувства и эмоции, важные и нужные знакомства, материальная составляющая, другие типы ресурсов и многое другое.

Сделайте необходимые записи в блокнот.

3 – Вытащите вслепую вторую карту.

С помощью карты ответьте на вопрос:

Что мне необходимо «Делать» (сделать), чтобы максимально быстро и с наилучшими результатами прийти к поставленной цели?

К категории «Делать» могут относиться как физические действия, так эмоциональные и ментальные.

Чем большее количество вариантов вы напишите, тем лучше.

4 – Вытащите в закрытую третью карту.

Третья карта поможет вам найти ответ на вопрос: «Кем мне необходимо „Быть“ – стать, чтобы реализовать задуманное?»

К категории «Быть» можно отнести:

1 – Определенный статус (профессия, репутация, ранг), который необходимо получить (стать), прежде чем реализовать задуманное.

К примеру: Мне необходимо «Быть» – стать известным психологом, уважаемым артистом, уважаемым начальником, востребованным специалистом и т. п.

2 – Чувственное либо эмоциональное состояние, которое может помочь в достижении цели.

Как вариант: Мне необходимо «Быть» любящим, терпимым, целеустремленным, улыбающимся, позитивным, любопытным, уверенным в себе, счастливым и так далее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.