



Workbook
2019



2019

Помечтай

Переведи свою мечту в цель

Спланируй свои действия

И празднуй результат

Перед вами воркбук, блокнот, заветнейшая тетрадь, дневник. Название можно дать любое. Главное перед вами возможность отметить уход старого года осознанно и с благодарностью, а также встретить новый год с воодушевлением и направлением на цель.

Эти страницы хранят в себе волшебство, волшебство осознанного планирования!

Каждый из нас, в детстве, рисовал свои мечты. Уже тогда, может и неосознанно, мы постигали могущество письма и изображения желаемого. На этих страницах мы снова окунемся в волшебный мир (создания образа желаемого) веры в чудеса. Дайте волю своим фантазиям! Подготовьте цветные ручки, карандаши, фломастеры. Вспомните эти волшебные моменты создания чуда на странице.

Погрузитесь в торжественность планирования года. Представьте как ровно через год, пролистывая страницы этого воркбука, можно увидеть какие намерения удалось осуществить. А со временем это превратится в ежегодный ритуал - просматривать прошлогодний воркбук и заполнять новый. Путешествие по году с планом приносит лучшие результаты. Заполнять воркбук года - это как создавать план-маршрут путешествия, длиной в год.

Запомните главное правило - правил заполнения ворбука нет! Вы можете заполнять его наедине с собой, или в кругу друзей! В выходной или на работе! Утром или вечером! Найдите время, чтобы посмотреть на уходящий год и настроиться на наступающий. Вспомните все замыслы и мечты, большие и маленькие планы.

Прошлое было вчера. Будущее наступит завтра. Давай жить здесь и сейчас, в этот самый момент.

Как заполнять Воркбук?

-
- Выделите время, чтобы погрузиться полностью в заполнение воркбука
-
- Приготовьте цветные ручки, карандаши, фломастеры, стикеры, всё, что делает процесс заполнения ворбука немного волшебным
-
- Подумайте над звуковым фоном: насладитесь тишиной или включите любимую музыку
-
- Положите перед собой распечатанные страницы воркбука
-
- Отпустите ожидание и настройтесь на наслаждение творческим процессом заполнения воркбука
-
- Начните заполнение с первой страницы и постепенно заполняйте весь воркбук
-
- Отпустите на волю все свои чувства, пишите что, как и где угодно. Порисуйте на полях
-
- Проявите искренность при заполнении, будьте собой
-
- Насладитесь каждым мгновение заполнения воркбука. Спланируйте лучшее путешествие в новый год.