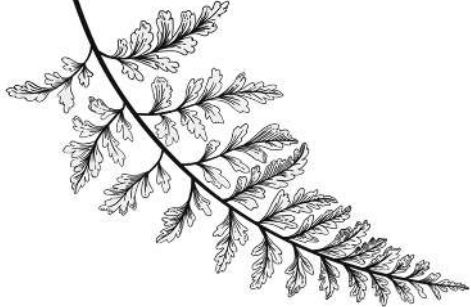


*Посвящается моим родителям,
Казанцевым Александру Анатольевичу
и Татьяне Васильевне, и сестре Алёне.
Спасибо, что вложили в меня так много,
и теперь мне есть что отдать миру.*



Содержание

Вступление.....	8
Что такое Карта желаний.....	10
Зачем это нужно?	13
Моя история	19
Чем вам поможет профессионал.....	25
Притча о серой курочке, или Правильный настрой.....	28
Какие у вас отношения со своими желаниями?	33
Предрассудки и заблуждения	37
Что делать, если вы ничего не хотите?.....	45
Ваше отношение к Карте желаний.....	48
Границы возможностей Карты	53
Разные способы оформления желаний	56
Чем работа с желаниями отличается от методик постановки целей.....	61
Выбираем время	65
План создания Карты желаний	70
<i>Шаг 1.</i> Изучаем теорию.....	71
<i>Шаг 2.</i> Делаем практики на осознание своих желаний.....	91

<i>Шаг 3.</i> Распределяем желания по секторам	100
<i>Шаг 4.</i> Подбираем формулировки	104
<i>Шаг 5.</i> Проверяем свои желания и корректируем их.....	119
<i>Шаг 6.</i> Готовим основу для Карты.....	129
<i>Шаг 7.</i> Подбираем картинки.....	145
<i>Шаг 8.</i> Оформляем Карту желаний	152
<i>Шаг 9.</i> Активация.....	156
<i>Шаг 10.</i> Поддерживаем работу Карты желаний	163
Почему желания исполняются слишком медленно или не исполняются вовсе?.....	171
Почему не исполняется одно конкретное желание?	179
А если наоборот, Карта устаревает слишком быстро?	182
Специфика создания второй и последующих Карт желаний	184
Рекомендуемые фильмы и сериалы.....	186