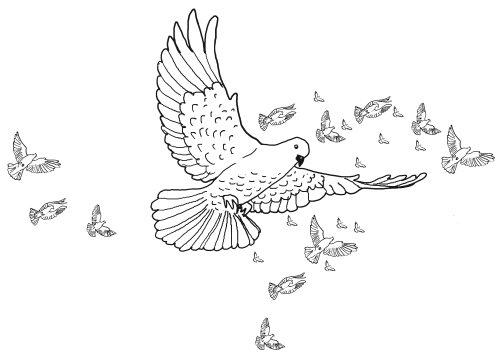


ЕКАТЕРИНА ИОЛТУХОВСКАЯ



Креативный мотиватор

—— Т В О Я ——

ВНУТРЕННЯЯ СИЛА

Воплоти заветные желания



Москва 2022

Правила использования блокнота:

нет никаких правил!

➤ Полная СВОБОДА мысли, СВОБОДА творчества, ➤
СВОБОДА самовыражения

ЖЕЛАТЕЛЬНО:

- Позволять себе **ЖЕЛАТЬ**, ни в чем себя не ограничивая
- **НИКАКИХ ТОРМОЗОВ**, хочется – **ЖЕЛАЙ!**
- Заполнять блокнот радостно, азартно, предвкушая исполнение **ЖЕЛАНИЯ**
- **ЧЕТКО** формулировать **ЖЕЛАНИЯ**
- Написать все **ЖЕЛАНИЯ**, пусть даже это займет несколько дней
- Открывать блокнот не подряд, а стихийно, у **ЖЕЛАНИЙ** своя логика
- Выбирать **ЖЕЛАНИЕ** для открывшейся страницы интуитивно, прислушиваясь к себе
- **ПИСАТЬ, РИСОВАТЬ, РАСКРАШИВАТЬ** и **НАКЛЕИВАТЬ** – по **ЖЕЛАНИЮ**.
Что угодно и когда угодно!
- **МУЗЫКА** – важна и нужна для исполнения **ЖЕЛАНИЯ!**

ИСПОЛНЕНИЕ – цель

АНТИСТРЕСС – гарантирован

РАДОСТЬ – бонус

Это мой любимый блокнот!

Это я



НАКЛЕЙТЕ ФОТО

МЕНЯ ЗОВУТ

я живу

Если вы найдете этот блокнот, а меня не окажется
поблизости, пожалуйста

ПОЗВОНИТЕ МНЕ

ИЛИ НАПИШИТЕ

Он мне очень дорог!

Пишем список желаний

Сколько их будет?
Десять? Двадцать?, Сто?
Никаких тормозов!
ХОЧЕТСЯ — ЖЕЛАЕМ!



- | | |
|----------|----------|
| 1. | 15. |
| 2. | 16. |
| 3. | 17. |
| 4. | 18. |
| 5. | 19. |
| 6. | 20. |
| 7. | 21. |
| 8. | 22. |
| 9. | 23. |
| 10. | 24. |
| 11. | 25. |
| 12. | 26. |
| 13. | 27. |
| 14. | 28. |



29.

30.

31.

32.

33.

34.

35.

36.

37.

38.

39.

40.

41.

42.

43.

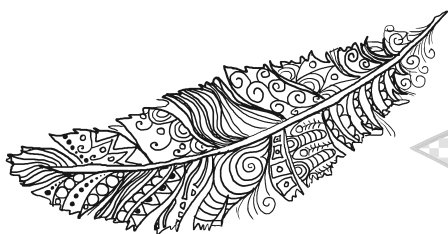
44.

45.

46.

47.

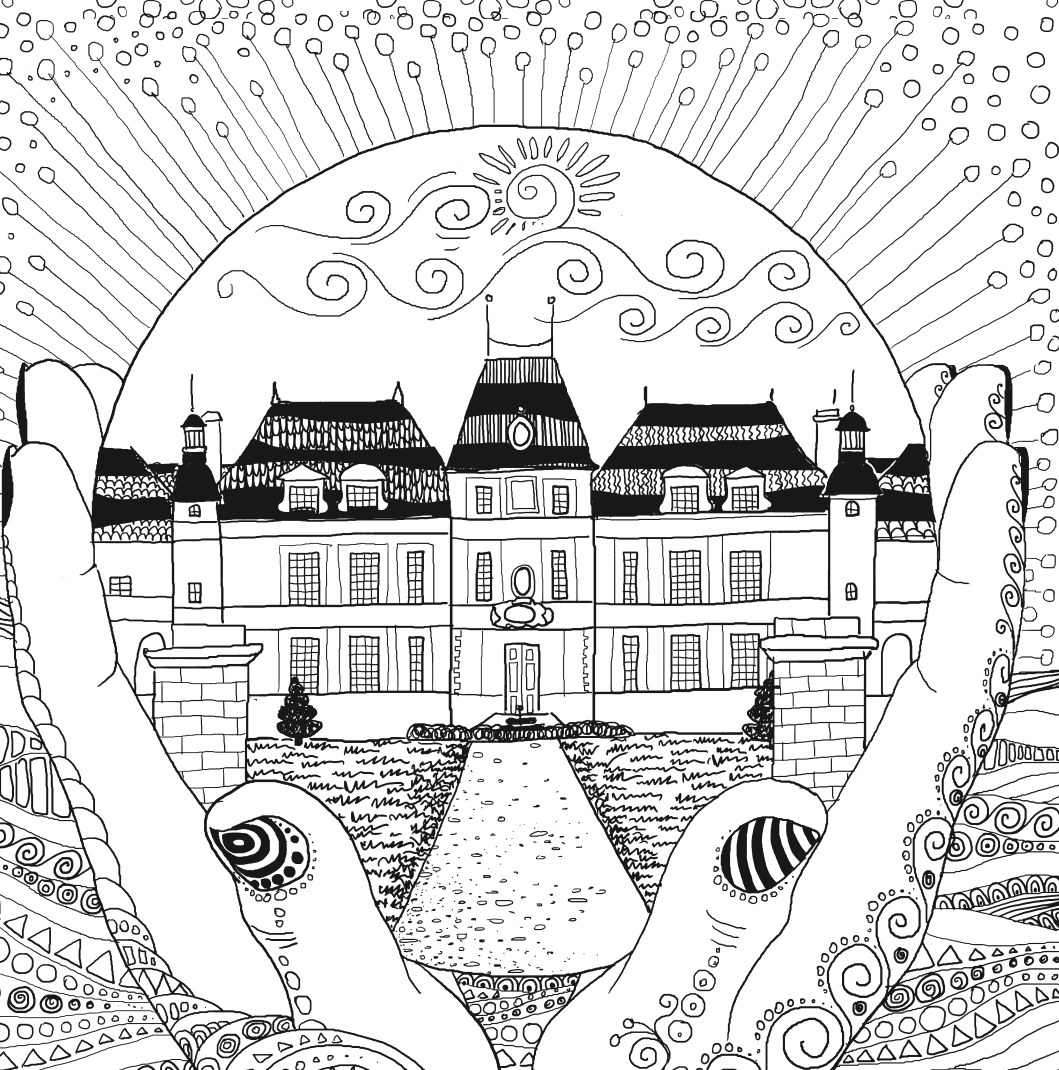
Синие птицы обрели перо,
значит, все получится!

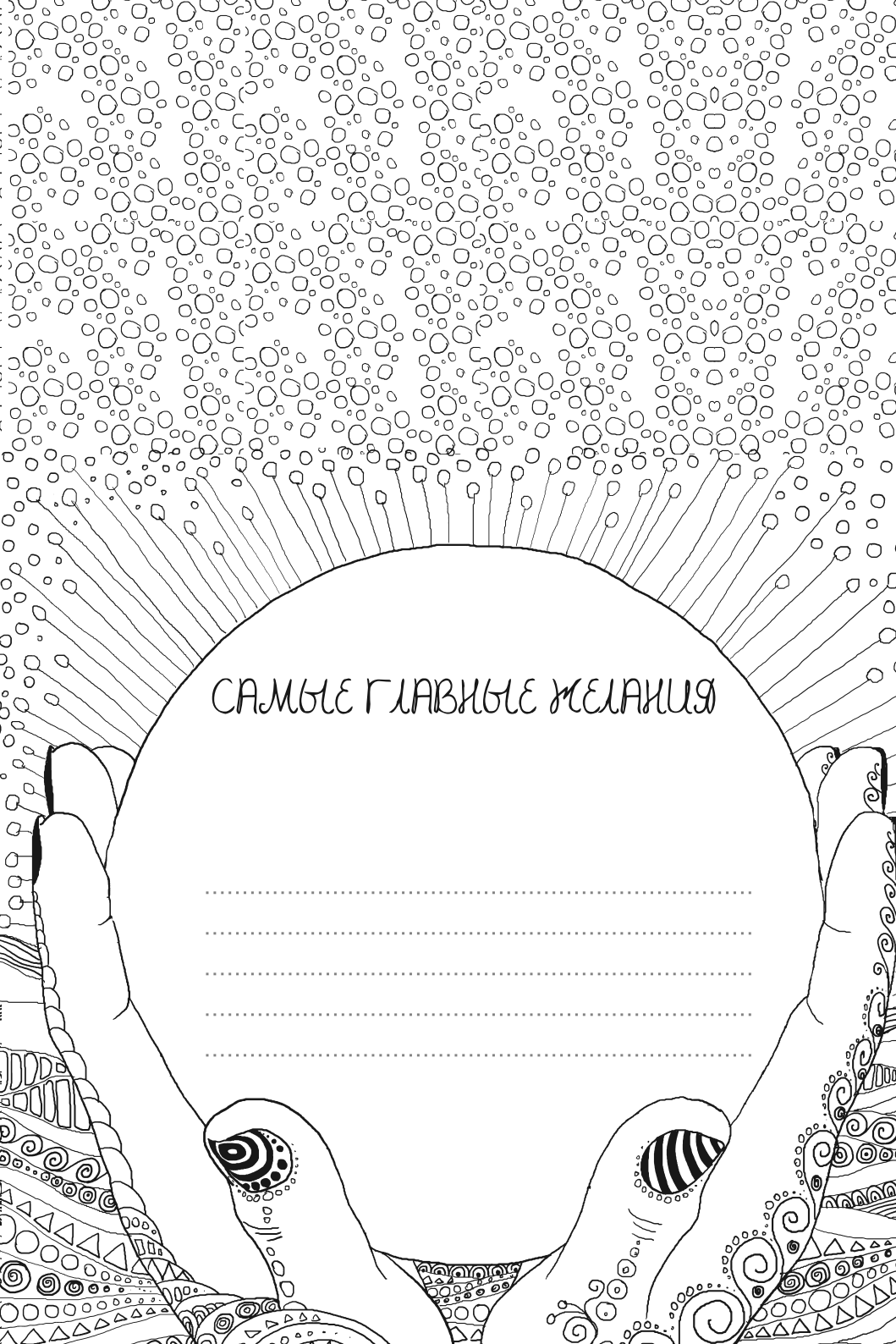


раскрасьте

А теперь выбираем
ГЛАВНЫЕ ЖЕЛАНИЯ.

А чтобы они сбылись — наполняем
красками свой
ВОЛШЕБНЫЙ ЗАМОК





САМЫЕ ГЛАВНЫЕ МЕЛАНХ

.....

.....

.....

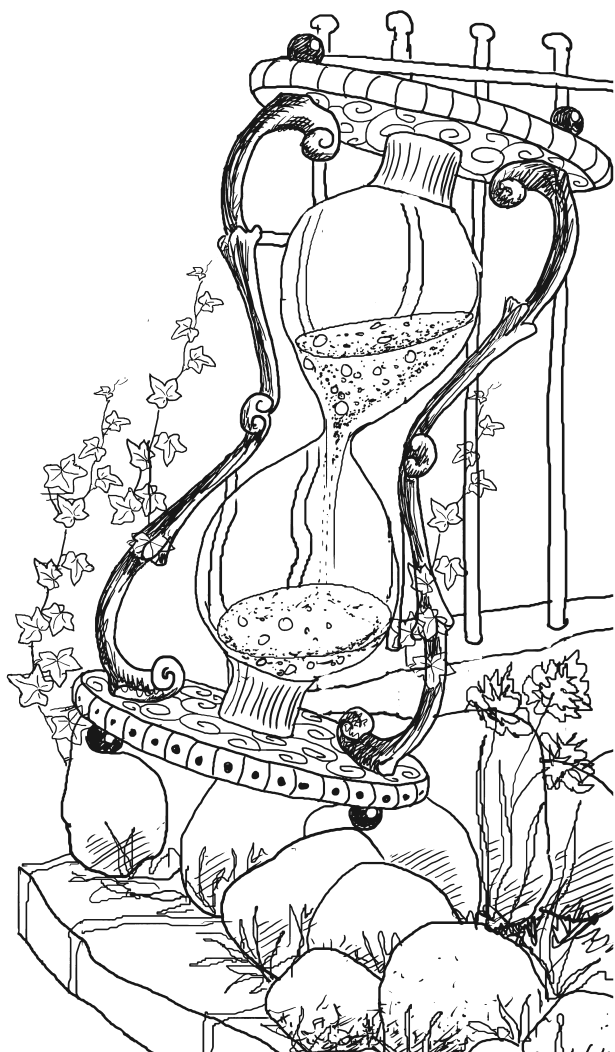
.....

.....

ВРЕМЯ СЧАСТЬЯ



Все сбывшиеся мечты
и счастливые мгновения жизни —
на этой странице. Это они
пересыпаются в песочных часах



1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.
13.
14.
15.
16.
17.
18.

На эту страницу можно
возвращаться и дописывать. Чем
чаще, тем лучше!

СТРАНИЦА ЖЕЛАНИЙ О ПУТЕШЕСТВИИ

Далеко или близко? И куда именно?

Приехали на вокзал.
Ищем табло, выбираем направления.

