

Biata Kartka  
Zaczynj do nowa

# MOJA MAPA MARZEŃ

**INSTRUKCJA KROK PO KROKU**

## Jak stworzyć Mapę Marzeń?

Jak przyspieszyć realizację swoich pragnień? Stwórzcie swoją Mapę Marzeń! Chcecie wierzyć czy nie – to działa. Sama sprawdziłam, a uczucie kiedy wyjmujesz swoją mapę sprzed kilku lat i widzisz ile rzeczy się spełniło-bezcenne 😊 To co sprawia, że nasze marzenia się realizują, to magia spisanych celów. To, że dajesz sobie czas, żeby przemyśleć co jest dla Ciebie ważne i co chciałabyś, aby zaistniało w Twoim życiu. Dzięki temu koncentrujesz na nich swoją uwagę, podejmujesz kroki w celu ich realizacji i sprawiasz, że materializują się w rzeczywistości.

## Czego potrzebujesz?

1. Przede wszystkim dużą lub bardzo dużą kartę papieru (w zależności od rozmiaru Twoich marzeń:)
2. Zdjęcia z gazet, które symbolizują, to o czym marzysz- zdjęcia rodziny, domu, podróży. Najlepiej, żeby wywoływały w Tobie pozytywne uczucia i żeby znajdowały się na nich uśmiechnięte, szczęśliwe osoby.
3. Ja wklejam również pomiędzy zdjęciami cytaty, które mnie najbardziej inspirują i mają spowodować to, aby pojawiała się motywacja do działania. Możesz wkleić je wcięte z gazety lub po prostu napisać odręcznie.

Dobrze jest u góry napisać, że jest to Mapa Marzeń np. Agnieszki lub wkleić swoje zdjęcie, ewentualnie wpisać imię i nazwisko. Ważne, żebyś jak najbardziej czuła, że to Twoja mapa.

Marzenia mogą być pogrupowane w dziedziny życia: Rodzina, Związki, Przyjaźń, Relaks, Praca, Rozwój Duchowy, Podróże itp.

Mapę najlepiej tworzyć, kiedy masz chwilę dla siebie. Zrelaksuj się, włącz spokojną muzykę. Zawsze możesz uzupełnić marzenia, które Ci się przypomną później, ale według mnie najlepiej działa, jeśli to zrobisz od razu i postarasz się wszystko przemyśleć i uwzględnić. Później ciężko jest znaleźć czas i motywację, aby znowu do niej wrócić.

Trzymaj Mapę Marzeń, tak, żeby mieć do niej łatwy dostęp, może być na ścianie, ale może też być na przykład w szafce nocnej. Ważne, aby codziennie lub chociaż raz na kilka dni do niej zaglądać, żeby poczuć pozytywną energię, która Ci towarzyszyła przy jej tworzeniu.

Mapę marzeń możesz odnawiać tak często jak potrzebujesz, myślę, że najczęściej to raz do roku, a najlepiej wtedy kiedy czujesz, że już czas na nową. Może to być nawet po 5 latach.

Magia takiej mapy tkwi w tym, że jeśli spoglądasz na nią codziennie daje Ci dużo dobrej energii i nadzieję, że wszystko może się spełnić, skoro udało Ci się to przynajmniej zobrazować. Ponadto zaczynasz kojarzyć Twoje imię i nazwisko lub zdjęcie z danymi obrazami, co daje znak podświadomości, że to się już spełniło. Wtedy zaczynają się dziać cuda, a marzenia się realizują.

## Co jeszcze mogę zrobić?

Jeśli chcesz dodatkowo do mapy marzeń możesz wykorzystać metodę opisaną swojego idealnego dnia w przyszłości. Ważne, żebyś zadbała o podanie jak największej ilości szczegółów: w jakim domu mieszkasz, czym się zajmujesz, kim jest Twój mąż, czy masz dzieci, zwierzęta. Czytaj sobie ten opis raz na jakiś czas, ale czasem wystarczy, że będziesz go miała po prostu przy sobie np. w portfelu. Ostatnio znalazłam taki opis swojego życia sprzed 6 lat- wiele rzeczy się zrealizowało. Co ciekawe, droga do opisanych marzeń często była zupełnie inna niż to sobie wyobrażałam. Potwierdza się zasada powiedz czego pragniesz i bądź otwarta na to co dzieje. Daj czas, aby magia zaczęła działać.

## Powodzenia!

COKOLWIEK UMYSŁ LUDZKI  
JEST W STANIE WYMYŚLIĆ I  
W CO UWIERZYĆ, MOŻE TEŻ  
OSIĄGNAĆ.



NAPOLEON HILL