

Игры разума

Колода может быть использована для поиска подсказки или совета на все случаи жизни

Колода содержит черно-белые карты с различными фразами и советами на все случаи жизни. Вы можете выбрать среди них «вашу» фразу под текущий запрос, которую сразу же «поймает» взгляд.

Можно искать «знаки свыше» повсюду, читать уличные вывески, названия кафе или принты на футболках встреченных вами людей, «зацепить взглядом» острую фразу газетного или журнального заголовка через плечо другого пассажира в автобусе или метро, услышать случайную реплику прохожего и трактовать ее в созвучном собственному состоянию ключе, а также многие другие «знаки», способные зачастую отвечать порой на самые животрепещущие вопросы. А можно взять эту колоду МАК, в которой собрана мудрость из самых разных источников, которую можно запомнить, перечитать и осмыслить еще разок при необходимости, она всегда в ближайшей зоне доступа и готова помочь советом.

Эти карты специально сделаны не очень тяжелыми, чтобы их можно было носить с собой, играть с друзьями (даже в рамках одной карты – у кого на какую фразу упал взгляд) или самому, их также можно комбинировать с другими, например, для более четкого понимания образных рисованных колод. В психологической работе карты могут использоваться при самоанализе, в группе или индивидуально, под руководством психолога или самостоятельно.

Чем полезна эта колода:

- Поможет в осмыслении текущего состояния;
- Дает столь необходимый порой «взгляд со стороны» мудрого родителя или наставника;
- Поможет обнаружить новые идеи в тупиковых ситуациях;
- Вы сможете найти «знаки свыше» для себя и помочь увидеть их своим близким и друзьям;
- Развивает творческий потенциал: ассоциативное мышление, креативность, интуицию;
- Игровая форма работы способна убрать внутреннее напряжение и сопротивление;
- Использование ее другими образными колодами рождает бесконечное количество комбинаций;
- В толковании сновидений, работе с темой межличностных, семейных и дружеских отношений, поиске пути и т.д.;
- Возможно привлекать эту колоду в работе в различного рода коммуникационных играх и тренингах, и т.д.

ТЕХНИКА «МУДРЫЙ СОВЕТ»

Чтобы облегчить себе бремя принятия решения в волнующей вас ситуации, как можно более четко сформулируйте запрос и вытяните в закрытую одну карту из колоды, самая первая фраза, которая буквально «бросится вам в глаза» – это и будет совет. Опишите (желательно проговорить вслух или записать), что вы увидели касаясь своего запроса. Сделайте выводы.

ТЕХНИКА «ЛИЦО И ИЗНАНКА»

Можно рассмотреть внешнюю и внутреннюю стороны какой-то проблемы. Вытащите в закрытую из колоды первую карту – это будет *лицо* – то есть то, что вы уже знаете о происходящем.

Далее следует вторая карта – *изнанка* – то, что по какой-то причине скрыто от вас. Прочитайте и осмыслите увиденное: как проблема видится снаружи, и что за ней на самом деле стоит, есть ли то, что вы не видите или не осознаете? Помните, что важна первая увиденная фраза, она и есть ответ.

УПРАЖНЕНИЕ «СИТУАЦИЯ И ПЕРСПЕКТИВА»

Разделите всю колоду на две части. В первой будут карты, отвечающие на вопросы о текущем положении дел в разных волнующих вас ситуациях. А во второй части будут карты, отвечающие за зону ближайшего развития, то есть каким путем стоит развиваться, чтобы сдвинуть ситуацию и/или стать в итоге более гармоничной личностью – в зависимости от запроса.

Тяните карты по очереди, из первой части и сразу же из второй, пусть они как будто «разговаривают» на заданные вами темы, возможно вас ждет интересный результат. Помните: одна карта – один запрос, не нужно пытаться найти в одной карте сразу все, дайте «высказаться» и другим картам.

Автор колоды: НАТАЛЬЯ ИЗВЕКОВА
artmetafora@gmail.com
art-metafora.ru

Другие колоды можно приобрести на сайте:
mak.arcanes.ru