



Творческий блокнот

# Жизнь Твоей Мечты

Катерина  
Кеннеди

Катерина Кеннеди

**Жизнь Твоей Мечты.  
Творческий блокнот**

«Издательские решения»

**Кеннеди К.**

Жизнь Твоей Мечты. Творческий блокнот / К. Кеннеди —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-832511-3

Этот блокнот для тех, кто любит мечтать, планировать, анализировать, творить! Для тех, у кого всегда много проектов и идей. Для тех, кто любит вдохновляться и жить осознанно. Книга состоит из вопросов и упражнений, сочетающих творческое мышление и практический анализ. Она откроет тебе удивительный мир своего внутреннего ребенка. Ты вспомнишь себя, расставишь приоритеты и воплотишь заветные мечты! Этот блокнот станет твоим лучшим другом, с которым ты проведешь часы согревающих душу разговоров.

ISBN 978-5-44-832511-3

© Кеннеди К.  
© Издательские решения

# Содержание

Предыстория	6
Кто я?	7
Мои страсти	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# **Жизнь Твоей Мечты Творческий блокнот Катерина Кеннеди**

© Катерина Кеннеди, 2016

© Хорхе Кабальеро, иллюстрации, 2016

ISBN 978-5-4483-2511-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Предыстория

Я создала этот творческий блокнот, так как нуждалась в нем сама. Долгое время я искала инструмент, который напоминал бы мне о приоритетах, вдохновлял на движение вперед, помогал структурировать и воплощать свои мечты.

Креативный дневник состоит из вопросов и упражнений, выводящих на более глубокое понимание себя и своих потребностей. Эти техники помогут избавиться от навязанных обществом рамок, осознать, чего ТЫ хочешь от жизни и запустить этот импульс во Вселенную. Понять – первый шаг к тому, чтобы получить.

В конце книги ты создашь собственную мандалу, которая энергетически соединит тебя со своими мечтами.

Я внесла в этот инструмент доли искры и юмора, превратив дизайн Жизни Своей Мечты в захватывающий творческий процесс для любого внутреннего ребенка.

Важно! Этот блокнот нужно не читать, а делать. Смейся, веселись, включи творчество и фантазию! Записывай все мысли и откровения, которые придут к тебе во время его заполнения. Уже через год ты снова возьмешь в руки эту книгу и изумишься!

## Кто я? «ТВОЙ ГЛАВНЫЙ РОМАН В ЖИЗНИ – ЭТО РОМАН С САМИМ СОБОЙ»

– Какие три больших приключения ты обязательно хочешь совершить в этой жизни?

- 1)
- 2)
- 3)

– Пять твоих самых сумасшедших поступков?

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

– Без каких пяти составляющих ты не представляешь свою жизнь?

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

– Никто не делает этого, лучше чем ты...

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

– Опиши себя в трех словах.

- 1)
- 2)
- 3)

– В чем твоя уникальность по мнению друзей? (*Прямо сейчас* разошли друзьям сообщение с вопросом: «Я заполняю творческий блокнот, где требуется спросить у близких, в чем моя уникальность. Как тебе кажется, в чем она?»)

- 1)
- 2)
- 3)

4)

5)

– В чем твоя сила?

---

---

---

---

– Твои слабости, которые делают тебя тобой?

---

---

---

---

– Что потеряет мир, если тебя вдруг украдут инопланетяне?

---

---

---

---

– Какие комплименты ты обычно получаешь от любимых людей?

---

---

---

---

---

– Какие комплименты ты обычно получаешь от незнакомцев?

---

---

---

---

– Какие комплименты в жизни тебе запомнились больше всего?

---

---

---

---

---

---

---

---

– Какие моменты дня вызывают у тебя прилив нежности?

---

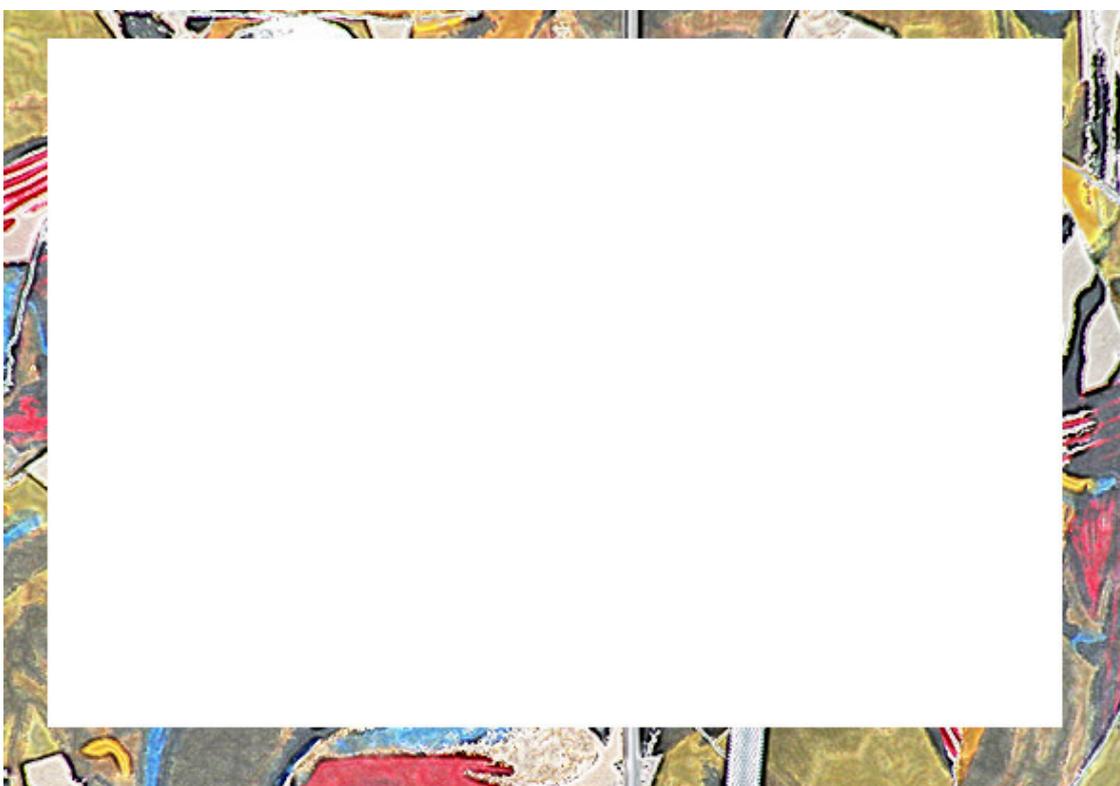
---

---

---

---

---



Как ты улыбаешься? (Вклеить фото)

– Что тебе нравилось делать, когда ты был@ ребенком? (Строить парковки для машин, дома из конструктора, играть в бумажных кукол, кататься на велосипеде, собирать ландыши, танцевать у зеркала с «микрофоном» – вспоминаем все).

---

---

---

---

---

---

---

---

---

– Что ты хотел@ бы чаще делать сейчас?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

– Что случится, если ты не будешь этого делать?

---

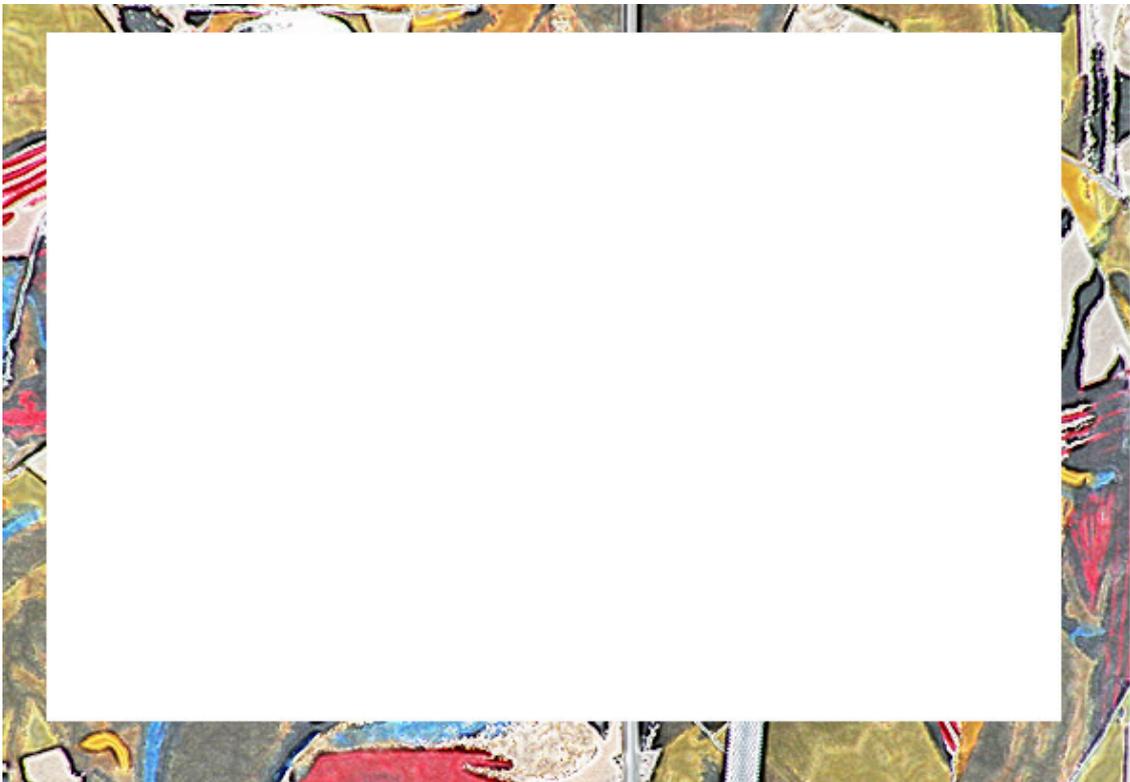
---

---

---

---

---



Какой или каким ты нравишься себе больше всего? Вклей свою фотографию, где ты именно в таком состоянии. Опиши себя!

---

---

---

---

---

---

– Какие открытия о себе ты совершил@, заполняя эту главу?

---

---

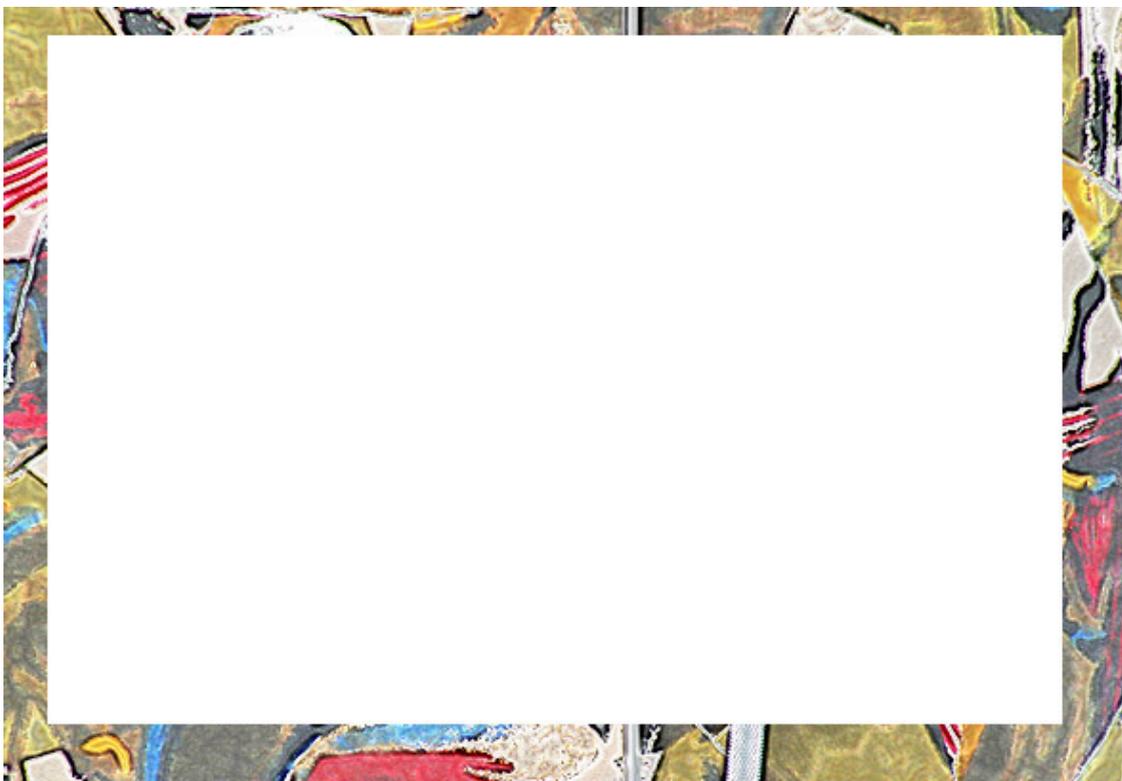
---

---

---

---

**Мои страсти**  
**«Когда из жизни уходит страсть – в ней ничего не остается» (Барбара де Анджелис).**



– Твои идеальные выходные. Нарисуй!

– Без занятия чем ты не сможешь жить даже на необитаемом острове?

---

---

---

– Чем ты мог (ла) бы заниматься даже без денег?

---

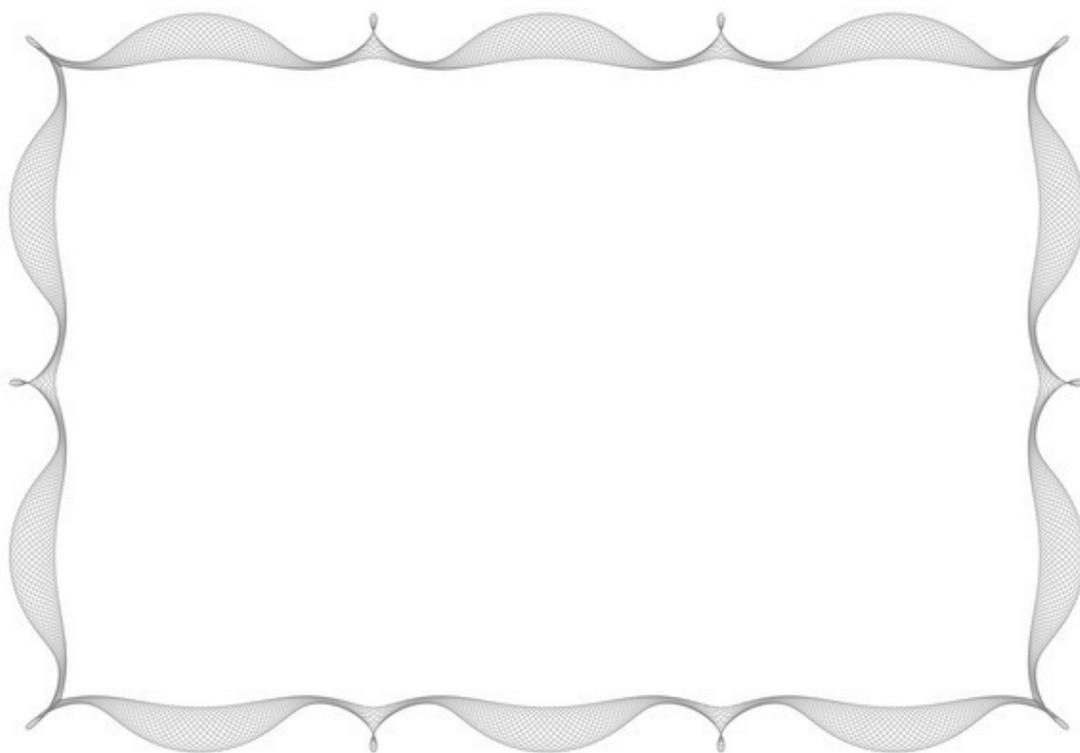
---

---

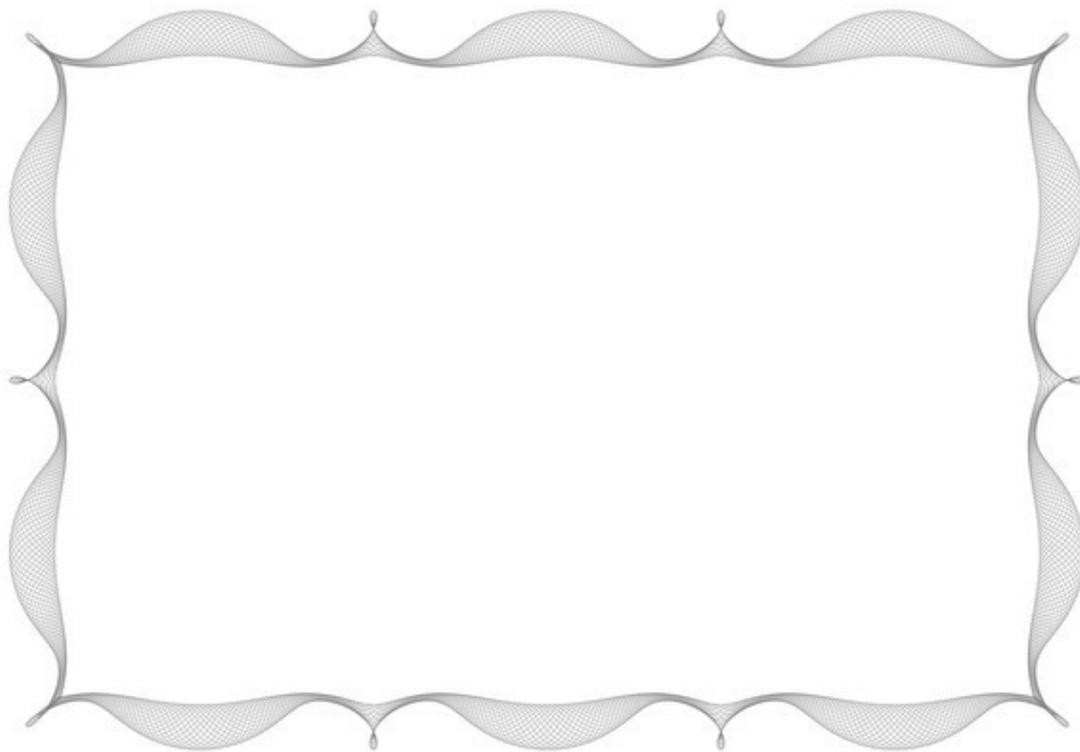
---

– Моя жизнь была бы намного интереснее, если бы я...

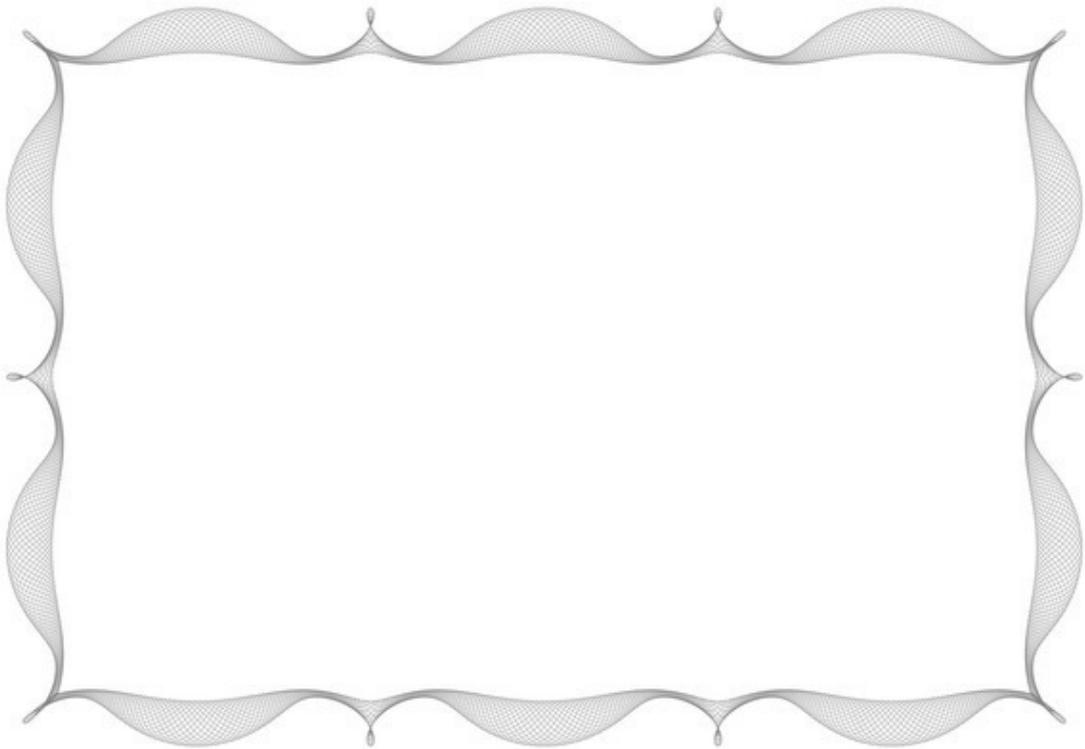
---



Твоё лучшее *авантюрное* путешествие! Вклей фото. Опиши одним словом. Где это было..... Как это было.....



Твоё лучшее *духовное* путешествие! Вклей фото. Опиши одним словом. Где это было..... Как это было.....



Твоё лучшее *романтическое* путешествие! Вклей фото. Опиши одним словом. Где это было..... Как это было.....

– 10 мест на планете, которые ты мечтаешь увидеть?

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)
- 10)

– О чем ты мечтал@, когда был@ ребенком?

---

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.