

МАЛАХИТОВАЯ ШКАТУЛКА

ИГРА В СКАЗКИ ДЛЯ ЖЕНЩИН



Игра поможет Вам за 30 минут
создать сюжет целительной сказки,
в уединении или в кругу!

Если Вы играете в кругу:

ПОДГОТОВКА

1. Сформулируйте запрос. Опишите свою проблему, задачу, ситуацию ясно и просто, сначала про себя. Потом расскажите о запросе вслух, по кругу. Помогите другим участникам вопросами и уточнениями, вроде «Верно ли я услышала, что...? Правильно ли я понимаю, что...?».
2. Запишите свой итоговый запрос одной фразой. Лучше всего сформулировать запрос в формате вопроса, без частиц «не». В этом вопросе желательна и вторая часть «Как мне, как я, что мне сделать..., чтобы ...». Например, «Как мне завершить это дело, чтобы быть в дальнейшем ещё счастливее?».
3. Запрос лучше отложить и забыть до завершающего этапа игры. Привязывать к нему сказку сразу же в процессе игры ни в коем случае не нужно!
3. Выложите перед собой служебные карты (красного цвета) в таком порядке: Героиня, Начало, Первое испытание, Помощники, Дары, Преодоление, Второе испытание, Развязка. Это этапы сказки. Потом порядок можно менять!
4. Ведущий может по желанию провести короткую медитацию о входе в Тридевятое царство, переходе через порог, входе в волшебный лес. Можно просто всем закрыть глаза и на минуточку обратить внимание на своё дыхание.

ПУТЕШЕСТВИЕ

1. Каждый игрок по кругу вытягивает зеленую карту, читает вслух, что на ней написано, и говорит, на какой этап ему хочется её положить. Потом положение можно менять.
2. На каждом этапе может оказаться больше одной карты. Очень желательно, чтобы все этапы пути в итоге были заполнены хотя бы одной картой!
3. Когда почувствуете, что карт достаточно, что сказка сложилась или вот-вот сложится – скажите об этом ведущему и больше не вытаскивайте карт. Не советую для первой игры вытаскивать больше 12 карт. Сказка может казаться незаконченной – но поверьте, когда Вы начнете рассказывать, история сама себя расскажет!
4. Тот, кто готов рассказать сказку, может начинать по согласию всех участников, независимо от очередности хода и не дожидаясь, пока все закончат обдумывание. Остальным советую слушать внимательно и нежно, отмечать интересные моменты. Это поможет Вам сложить свою историю. Стоит делать пометки!
5. Не стоит обсуждать логические выводы из сказки сразу после неё! Второй этап служит для того, чтобы все рассказали свои сказки и поделились ЧУВСТВАМИ и ОЩУЩЕНИЯМИ, если захочется, предложениями по сюжету, альтернативными версиями и образами, которые пришли в процессе! Время для выводов будет на третьем этапе!

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

1. Когда все рассказали свои сказки и вернулись из Тридевятого царства, наступает время для их более рационально обсуждения, рациональных выводов, более общих вопросов и ответов. Будьте смелее и говорите то, что думаете, с уважением к себе и к другим участникам!
2. Когда все выводы высказаны и обсуждены, вернитесь к своему записанному запросу, перечитайте его. Запишите ответ в том виде, в каком он понятен Вам сейчас. Возможно, захочется записать следующие вопросы. Ими можно воспользоваться для следующих игр.
3. Запишите те несколько простых шагов, которые следуют из этого ответа и которые можно осуществить в ближайшее время. Может быть, Вам захочется найти среди участников того, с кем вы сможете созвониться или списаться через неделю после игры, рассказать, что получилось сделать, а что нет. Может быть, вам захочется продолжать эти созвоны и дальше?

Если Вы играете в уединении:

ПОДГОТОВКА

1. Сформулируйте запрос. Опишите свою проблему, задачу, ситуацию ясно и просто, сначала про себя, потом вслух.
2. Запишите свой итоговый запрос одной фразой на бумаге либо в телефон. Лучше всего сформулировать запрос в формате вопроса. В этом вопросе желательна и вторая часть «Как мне, как я, что мне сделать....., чтобы ...». Например, «Как мне вести себя, чтобы быть еще более прекрасной?».
2. Запрос лучше забыть до завершающего этапа игры. Привязывать к нему сказку сразу же в игре ни в коем случае не нужно!
3. Выложите перед собой служебные карты (красного цвета) в таком порядке:
Героиня, Начало, Первое испытание, Помощники, Дары, Преодоление, Второе испытание, Развязка. Это этапы сказки. Потом порядок можно менять!
4. Можете сделать сама с собой короткую медитацию о входе в Тридевятое царство, переходе через порог, входе в волшебный лес. Можно просто закрыть глаза и на минуточку обратить внимание на своё дыхание.

ПУТЕШЕСТВИЕ

1. Теперь вытягивайте зеленые карты, читайте вслух, что на них написано, и кладите на подходящий этап. Потом можно перекладывать. Если чувствуете, что карта куда-то не подходит, откладывайте её смело в сторону.
2. На каждом этапе может оказаться больше одной карты. Очень желательно, чтобы все этапы пути в итоге были заполнены хотя бы одной картой!
3. Когда почувствуете, что карт достаточно, что сказка сложилась или вот-вот сложится - больше не вытаскивайте карт. Не советую для первой игры вытаскивать больше 12 карт. Сказка может казаться незаконченной, но поверьте, когда Вы начнете рассказывать, история сама себя расскажет!
4. Когда Вы готовы, расскажите сказку вслух. Возможно, захочется воспользоваться диктофоном. Стоит делать пометки.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

1. Когда Вы уже рассказали свою сказку, сделайте небольшой перерыв, и вернитесь, чтобы сделать логические и рациональные выводы из неё. Стоит записать их!
2. Когда все выводы высказаны и записаны, вернитесь к своему записанному запросу, перечитайте его. Запишите ответ в том виде, в каком он понятен Вам сейчас. Возможно, Вам захочется сразу же записать и следующие вопросы. Ими можно воспользоваться для следующих игр.
3. Запишите те несколько простых шагов, которые следуют из ответа и которые можно осуществить в самое ближайшее время. Может быть, Вам захочется с кем-то созвониться или списаться через неделю после игры, рассказать, что получилось сделать, а что нет. Я буду рада помочь Вам) мой телефон **+7 916 781-68-52!**

**Спасибо Вам за это путешествие
в Тридевятое царство
и возвращение с дарами!**

**Спасибо за то, что сыграли в игру
Малахитовая шкатулка!**

**Желаю Вам вдохновения и творче-
ства во всех мирах!**

До новых встреч!

С уважением, Александра

**Счастье для умных женщин
ametalnikova.ru**

**Сбыча мечт: вместе легче!
1000mecht.ru**

