

ما هذه اللوحة؟

هذه اللوحة تم تصميمها لتسهيل عملية تحديد النوايا السنوية. تم تصميمها لأولئك الذين لا يجيدون التعبير عن أهدافهم أو ترتيب أفكارهم بطريقة تقليدية إنما يفضلون الطرق المبتكرة والرسومات (دماغ أيمن).

كيف أستخدمها؟

- **مركز الزهرة:** بالبداية يلزمك تحديد الثيم العام للسنة في قلب الوردة. تكتبين مثلاً (حب الذات) ، أو (الحضور) أو (افعلها) حسب ما تريدين أن يكون الثيم العام للسنة تكتبيه في المركز.

- **سباق الزهرة:** نكتب هنا عبارة أو توكيدة بصيغة الحاضر تدعم هذا الثيم مثل (أنا أحب نفسي وأتقبلها بكل سهولة ويسر).

- **بتلات الزهرة:** تلاحظين أن البتلات ملونة ولكل لون الدلالة الخاص بها. مثلاً اللون البنفسجي يرمز للنوايا الروحية فتكتبين في البتلات البنفسجية نواياك المرتبطة بالروحانية. ولا تكتبي أكثر من نيتين لكل لون للحفاظ عليك من التشويش.

استرخي وأطلق نواياك كما كتبتها في الورقة. ثم يمكنك طي الورقة وتركها في درجك ثم إعادة فتحها العام القادم. قد تتعجبين من تيسر الأمور لتحقيق بعض النوايا. وقد تقصين الوردة وتلصقها في دفترك للاطلاع عليها من حين لآخر.

شاركيني زهرة النوايا الخاصة بك على حسابي في الانستجرام

@raising_unicorns_studio



