Dziennik Praktyki Lenormand

Należę do

imię i nazwisko/pseudonim

Zasady działania

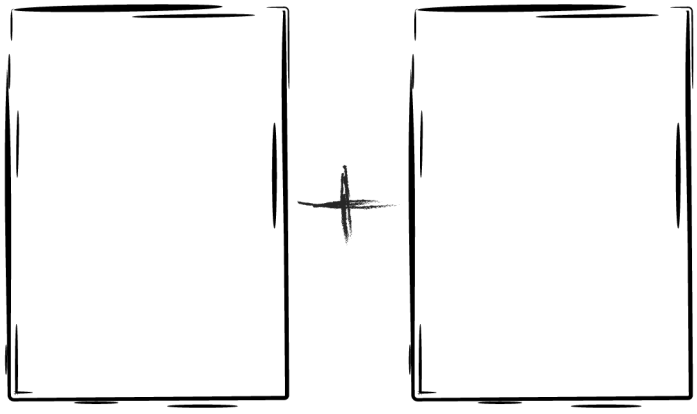
Metoda 1: Czysta Dniówka:

1. *Rano – losowanie bez zaglądania: Wyciągnij 2 lub 3 karty na dany dzień, odłóż je rewersem do góry lub zapisz zakryte w notesie. Nie interpretuj ich rano, nie sprawdzaj znaczeń i nie analizuj. Przeżyj dzień całkowicie naturalnie, bez podświadomego dopasowywania swoich działań do kart.*
2. *Wieczór – konfrontacja z faktami (10–15 minut): Dopiero wieczorem, w ciszy, odkryj karty. Przywołaj twarde wydarzenia, rozmowy, wiadomości i emocje z całego dnia. Zobacz, w jaki konkretny, namacalny sposób symbole zrealizowały się w Twojej rzeczywistości.*

Metoda 2: Laboratorium Zderzeń:

1. *Wylosuj dwie karty i połóż je obok siebie.*
2. *Krok A: Wypisz jak najwięcej swobodnych skojarzeń do Karty 1 (jej cechy fizyczne, funkcje, skojarzenia).*
3. *Krok B: Wypisz jak najwięcej skojarzeń do Karty 2.*
4. *Krok C (Synteza): Połącz hasła z obu kolumn. Zobacz, jakie unikalne historie, sytuacje i zjawiska tworzą te dwa światy, gdy na siebie wpadną.*

Data: ...../...../.....
Dzień tygodnia:

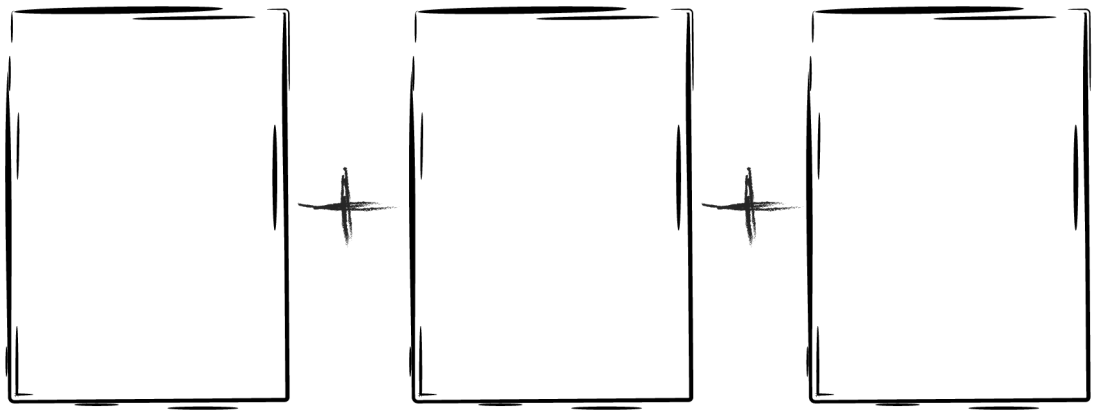


Co się dziś wydarzyło?

Jak karty to pokazały?

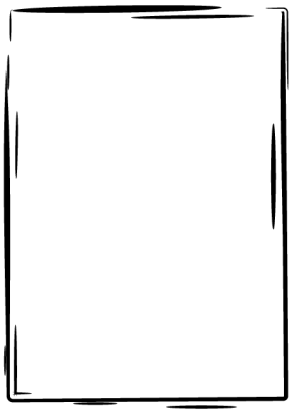
Data: ...../...../.....

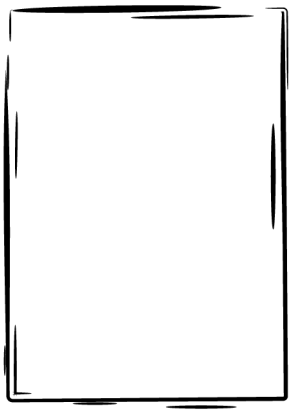
Dzień tygodnia:



Co się dziś wydarzyło?

Jak karty to pokazały?





Skojarzenia Karta A

Skojarzenia Karta B

Co może pokazać?





