



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПОКОЛОЛЕНИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов НейроГрафики

2021 год

Авторы: А-Г



Оглавление

Allazova Rena	6
От Глупца до Посвященного	6
Архетип Шута	9
Архетип Отшельника	17
Архетип Колеса Фортуны	20
Работы	23
Anastasova Irena	24
Авторская НейроГрафическая модель «Дом».	24
Техника на модели „Дом“:	34
Описание на сессии с клиентом по модели „Дом“	36
Работы	44
Anderson Liubov	45
Моя жизнь с НейроГрафикой.	45
Аннотация	45
Работы.	56
Antonsson Elena	57
НейроГрафика в моей жизни.	57
Работы.	70
Artamonova Marina	71
Как НейроГрафика изменила мою жизнь	71
1. Введение	71
2. Моя жизнь до встречи с НейроГрафикой	71
2.1 До встречи с Нейрографикой	73
2.2 Болезнь меняет в жизни Всё	74
3. Встреча с НейроГрафикой	76
3.1 Как Нейрографика изменила мою жизнь	77
3.1.1 Нейрографика вернула меня назад к искусству	78
3.1.2 Нейрографика принесла покой в мою семейную жизнь	79
3.1.3 Нейрографика научила	79
Работы.	82
Beliaeva Elena	83
Влияние НейроГрафики	83
Как я пришла в Нейрографику	84
Глава 1. Ворон, дерево, водоросли	85
Что для меня НейроГрафика.	86
Для чего я рисую	87



Глава 2. Капель. Встреча. Награда.	88
Линии времени. Что изменилось на этих линиях.	89
Глава 3. Ворон, Русалка и Лилия.	90
Может ли человек стать сценаристом своей собственной жизни?	91
Сказки и сценарии жизни. Какая связь между ними?	93
Молочное ожидание радости.	94
Заключение	96
Работы	98
Belitski Olha	99
Per aspera ad astra – через трудности к успеху, к звёздам.	99
Введение	99
I.Начало	103
II. Осознание	104
III Путь	106
Заключение	107
Работы.	108
Blinova Maria	109
От мечты к результату.	109
Введение	109
Мой путь по метамодерну, экран “Развитие воображения”	110
Заключение	118
Работы	119
Botyuk Alexandra	120
Мой путь инструктора НейроГрафики.	120
Работы.	128
Breitberg Lena	129
НейроГрафика в моей жизни.	129
1. Как я пришла в Нейрографику	129
2. Первая встреча с Нейрографикой	131
3. Обучение на курсе Инструктора НейроГрафики	132
4. Интересные открытия во время Инструкторского Курса	133
5. Опыт работы над одним кейсом на протяжении 21 дня.	135
6. Опыт работы с холодными клиентами.	138
7. Выводы в результате пройденного пути	140
Работы.	143
Dimitrovich Sandra	144
Как найти зажигающую цель?	144



Часть 1 Актуализация темы.	144
Часть 2 Как создать свой образ будущего	149
Часть 3 Работа с клиентами	155
Обоснование.	157
Программа «Харизма Жить	160
Работы.	173
Elkun Elena	174
Когда изменяемся мы - изменяется мир	174
Чудеса в решетке	175
Работы.	179
Gencheva Diana	180
Мое новое я.	180
Работы.	193
Georgieva Silviya Ivanova	194
Дневник моего приключения	194
1.НейроГрафика - любовь с третьего взгляда	194
2. Курс Инструктора НейроГрафики и мои инсайты.	195
3. Конец - это фактически новое начало.	202
Работы.	204
Gomydova Obregon Yulia	205
Индийские тотемы и НейроГрафика.	205
Введение	205
Индийские Тотемы.	208
Нейрографика Индейских тотемов.	209
Главный этап.	211
Заключение.	219
Работы.	222
Graf Kathrin	223
НейроГрафика возвращает вдохновение в жизнь!	223
Введение	223
Первые прикосновения к НейроГрафике	224
Мой путь с НейроГрафикой	226
Техника: “Исцеление отношений с Родом”	228
Результаты родных и друзей	230
Заключение	232
Работы.	234
Guliyeva Kamala	235



НейроГрафика как стиль жизни.	235
Работы.	248
Guseva Irina	249
Пробуждение.	249
1. Мой Путь ДО Нейрографики:	249
2. Мой путь к Нейрографике	250
3. Мой путь В Нейрографике	252
3.1 Трансформация личности. Понятие. Цели. Задачи.	253
3.2 Сущность. Личность. Персона.	254
3.3 Пирамида Дилтса	256
3.4 Рефлексия и ее роль в моем пробуждении	258
3.5 Мое трансформационное местонахождение в перинатальной матрице Грофа	260
Подведение итогов	262
Работы	263



**Автор:
Allazova Rena**

**Супервизор:
Лана Шалом**

**Тема:
От Глупца до Посвященного**

"... Давным-давно жил да был на Земле человек – нагой, беззащитный, забытый и одинокий. Все вокруг его пугало. Ему казалось, что с ним все время должно что-нибудь случиться, а он не знал, как этого избежать.

Опасности подстерегали его везде, по крайней мере, так ему казалось...

Вот в дерево, которое росло около пещеры и защищало человека от диких зверей и летнего зноя, ударила молния. Пламя становилось все сильнее и "съедало" чувство защищенности, уничтожая то, что было знакомо и освоено.

С грохотом и треском огонь обжигал всех, кто пытался приблизиться к нему. Он причинял физическую и психическую боль, был чем-то непонятным и потому пугающим..."¹.

Мое знакомство с нейрографикой (НГ) произошло во время обучения в одной эзотерической школе, которое было наполнено различными практиками, направленными на раскрытие потенциала и развитие личности. На момент знакомства с НГ я уже знала архетипы личности и созданные на их основе арканы Таро, поэтому дальнейшее повествование буду связывать с ними, т. к. в течение всего моего пути в нейрографике я не раз пребывала в различных состояниях (арканах), о которых постараюсь рассказать далее, а также о людях, так или иначе участвующих, и приносящих различные события в мою жизнь.

Итак, по счастливой случайности я попала на вебинар Оксаны Авдеевой «Про отношения» и была очень впечатлена этим новым для меня методом, он показался чем-то новационным, заслуживающим доверия.

Через некоторое время в школе эзотерики мы рисовали мандалы на

¹ Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска



Allazova Rena. От глупца до посвященного.

диагностику внутреннего состояния. По задумке автора, мандалы надо было создавать с помощью пластилина, но с ним не сложилось, и я рисовала восковыми мелками. Во время создания мандалы нужно было погрузиться в себя, и по своим внутренним ощущениям изобразить мандалу на листе бумаги.



Вот что у меня получилось:

мандалу со спиральями, закрученными наружу интуитивно я назвала «Движение»,

а мандалу с цветком лотоса – «Пробуждение».



После создания мандал, нужно было понаблюдать за своим состоянием, и проанализировать их. Я оставила рисунки на видном месте и через некоторое время начала замечать, что мандала “Движение” будто куда-то меня несет, закручивает. Это были довольно сильные ощущения, но тогда не понимала о чем это, и к чему ведет.

По рисунку “Пробуждение” казалось, что я нарисовала нечто новое для себя, что с этой мандалой что-то принципиально новое войдет в мою жизнь. На второй день после рисования мандал, мне пришло осознание:



Переслано от Рена Аллазова

Всем привет. Интересно всё-таки пространство работает. Я хожу смотрю на свои мандалы. И на второй день после нашей практики, я наткнулась на пост с нейрографическими рисунками.

Посмотрела на свою мандалу и поняла, это то что я хочу делать. Заняться нейрографикой:))

13:52

В общем, я приобрела курс «Пользователь» у Оксаны Авдеевой.

На фото ниже моя первая работа – АСО 1, которую Оксана ласково назвала “разрисованным ковриком”. Эта работа очень напомнила мне карту “Шут”. Похожи?



Так и начался мой путь «Шута» в Нейрографике...



Архетип Шута

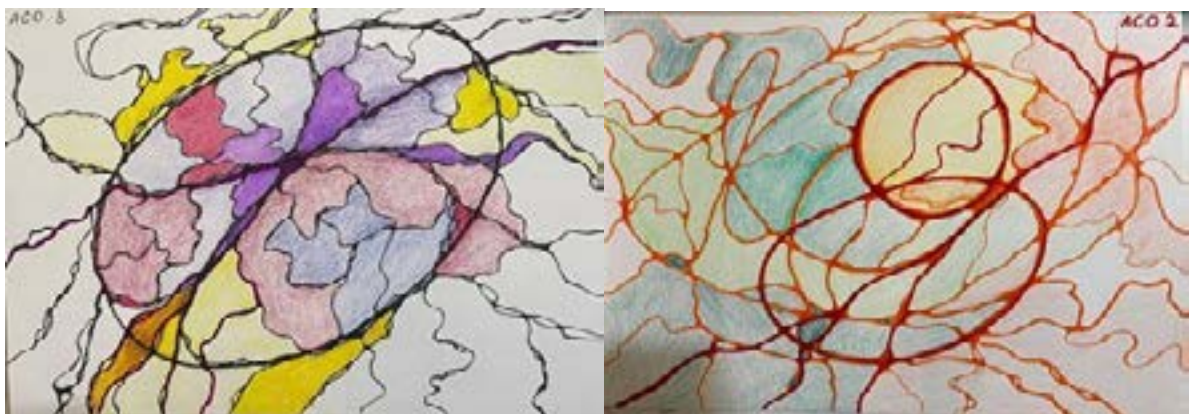
Всегда есть "какое-нибудь" начало.

«...но тяга к познанию была настолько сильной, что он продолжал и продолжал свой путь, который грозил многими трудностями и опасностями.

Однако человек был тверд в своем подвиге накопления знания и опыта»².

Обучение на курсе «Пользователь» у Оксаны Авдеевой близилось к завершению, и для получения сертификата надо было сдать четыре работы на супервизию. И не просто сдать, а описать их по семи пунктам базового алгоритма. Ох, ох, ох. Вот на что я точно не хотела тратить время, так на утомительную и скучную писанину... На тот момент во мне не было усидчивости, умения сконцентрироваться на процессе и на своем теле, хотелось быстрее постигать, изучать, рисовать новое, упуская при этом важные моменты самого процесса нейрографики. Вылитый «Шут».

Но желание двигаться дальше преобладало, я сдала все работы на супервизию. Фото работ расположены ниже. Во время создания четвертой работы – АВН, я поняла, что хочу не просто использовать нейрографику в своей жизни, но и обучать других людей, так и было принято решение о поступлении в Институт психологии и творчества Павла Пискарева на курс «Инструктор Нейрографики».



² Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска



Итак, 5 мая 2021 года я стала полноценным участником этого увлекательного путешествия во что-то новое и неизведанное.

Обучение в Институте началось совсем нелегко и позитивно, возникли некоторые трудности с пониманием образовательного процесса, я даже планировала приостановить обучение. Мной уже была подана, а Институтом одобрена заявка на перенос обучения на 2022 год.

"...Человека охватил панический страх: Но куда бежать – везде темнота.

Помощи ждать неоткуда. Человек чувствует, что это конец.

Земля с грохотом разрезается под ним, и он проваливается неизвестно куда.

Разбушевавшаяся стихия полностью поглотила и уничтожила его, но он этого уже не ощущает – его сознание летит в бездну вместе с ним..."¹³

События развернулись неожиданно. Мне написала студентка из нашей мини-группы "6-15" – Кристина. Во время продолжительного разговора она смогла убедить меня не переносить учебу, а наоборот сплотиться и постараться догнать группу. Это казалось безумием, но я рискнула, и окунулась в учебу.

"... В своих странствиях Глупец увидел много замечательного: птиц (инструкторы 2021), вьющих гнезда, зверей, выхаживающих свое потомство, беззаботно резвящееся на солнечной поляне, буйную растительность, огромные зеленые деревья (работы студентов) - и нигде он не встречал даже намека на тот кошмар, который недавно пережил.

¹³ Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска



Allazova Rena. *От глупца до посвященного.*

*Тогда он начал задумываться и увидел,
что жизнь могущественнее, чем стихии.
Ему захотелось выяснить, почему это так.
И он пожелал новых знаний..."⁴*



Через некоторое время мне очень повезло, и я нашла своего «Иерофанта» - куратора, настоящего наставника, профи в нейрографике, внимательного, чуткого. Это была Лана Шалом.

После супервизии, которую проводила Лана, у меня остались вопросы, я написала ей и была очень удивлена, что она быстро откликнулась и была готова ответить на все мои вопросы. Мне очень понравилась ее открытость и желание помочь двигаться в правильном направлении, изучая нейрографику.

Именно благодаря Лане у меня появилось четкое понимание структуры процесса обучения, качество моих работ возросло в разы, а ещё появилась устойчивая мотивация к продолжению обучения.

Не секрет, что большинство людей находят больше спокойствия и комфорта в своем маленьком, ограниченном мире, поэтому выбирают для создания отношений тех людей, которые понимают и дополняют их самих. Смысл этого отражен в аркане «Влюбленные»: люди делают выбор и объединяются для развития и изменений, которые сделали бы их счастливее.

Этот аркан тоже отразился на моем пути, ведь гораздо проще изучать что-то новое вместе с кем-то. Мы объединились с сокурсницей, обсуждали теорию, делились достижениями и разочарованиями, трудностями, через которые пришлось пройти. Мы разбирались в непонятных моментах, это очень помогало нам обеим и наше сотрудничество также добавило мотивации в изучении НГ. В этом нас поддерживала Лана, её вклад в наше развитие сложно переоценить.

4 Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска



Allazova Rena. От глупца до посвященного.

"...Глупец понемногу накапливал опыт, хотя многого еще не понимал, многое даже не умел назвать, а многое вообще был не в состоянии воспринять или запомнить. Но он старательно собирал в свою суму странника все, что встречал на пути. Конечно, не все складывалось гладко, но он был неутомим в своем странствии, которое постепенно привело его к пониманию многих законов, управляющих миром, а это влекло его еще дальше – к расширению горизонтов познания..."⁵

В тот период времени у меня было три основных направления для проработки: отношения с детьми, отношения с партнером и приобретение жилья.

В отношении с детьми я осознанно не вмешивалась различными эзотерическими способами. Поэтому активно начала рисовать на тему личных отношений и на приобретение жилья. На эти две темы я рисовала, начиная с курса «Пользователь» у Оксаны Авдеевой.

Как мне казалось на тот момент, я хорошо проработала личные отношения с партнером, они плавно, но уверенно обрели другой окрас, стали ярче и интереснее.

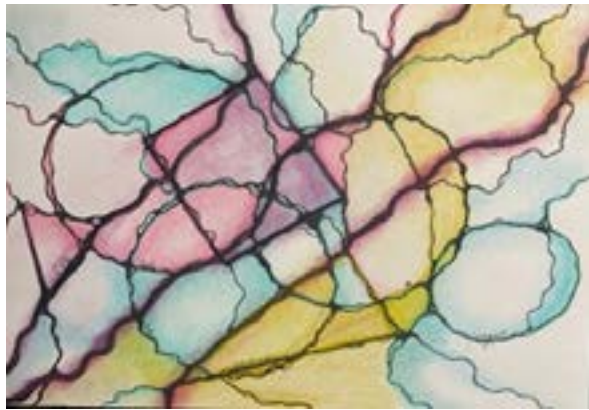


Гармонизация личных отношений

Совместное проживание с партнером



5 Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска



Собственное жилье

Рисуя очередную работу на приобретение жилья, на теме 2.0 я поняла, что ещё не пришло время реализации этой темы. Такое случилось впервые, и я ощутила невероятное удовлетворение от понимания того, что тема 2.0 - это "...завершающее осмысление нашего труда"- как сказал Павел Михайлович - "...тема - это то, как человек интерпретирует выбранную жизненную ситуацию, которая беспокоит его сейчас больше всего".⁶



Цитата из моего описания данной работы, Тема 2.0:

“Линии поля. Провела линии поля, чувство грусти появилось. **Мысли, что пока не время,** но все должно прийти в движение скоро.

Фиксация. Основная фигура фиксации - это моя квартира. Появилась какая-то новая фигура, я не знаю что это, но оставлю. Для меня сейчас все важно. И взаимодействие с людьми, и свое участие, ресурсы, и финансы в том числе. Стабильность и уверенность.

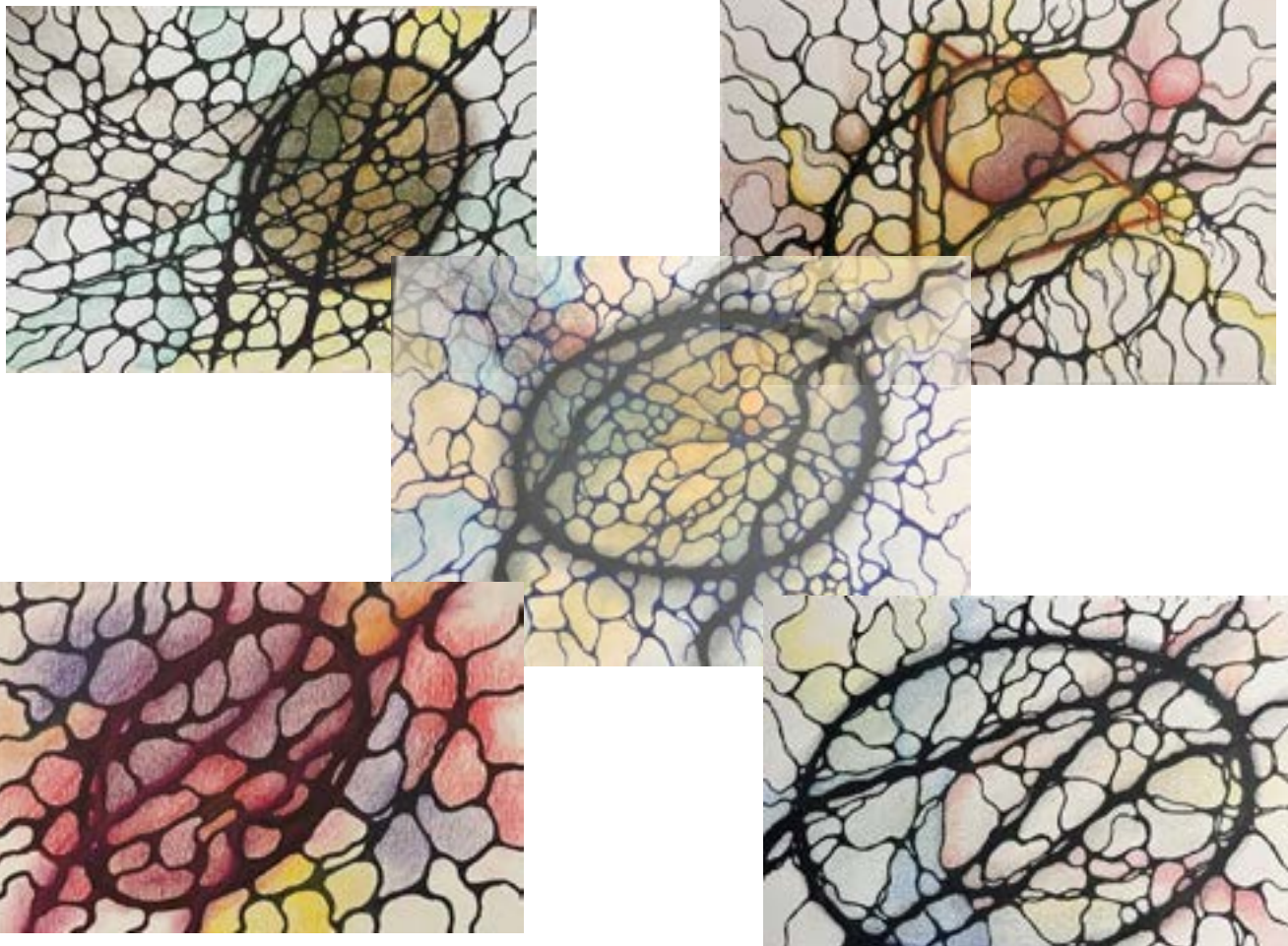
Тема 2.0 Все образуется и все у меня получится, просто нужно время”.

⁶ Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений | Пискарев Павел Михайлович. Глава 1 - Пирамида сознания.



Allazova Rena. От глупца до посвященного.

Я поняла, такую крупную цель, как покупку жилья, следует разбить на этапы и работать с каждым из них отдельно. Одним из этапов был - серьезный разговор с партнером, к которому в тот момент я не была готова, но нужно было как-то начинать действовать. Я начала рисовать именно на плодотворный разговор с партнером о покупке жилья. Вот некоторые из них:



Также я продолжала рисовать на гармонизацию личных отношений с партнером, от которого зависело приобретение жилья. С каждой работой я в разговоре с партнером утверждалась в мысли, что практически готова к важному разговору с ним.

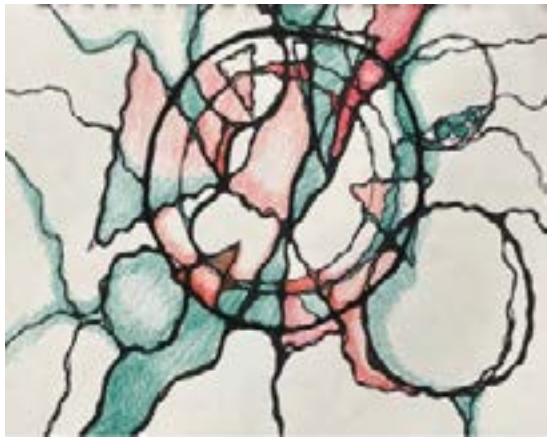


Когда мы дошли до уроков по нейрокомпозиции, я поняла, что с помощью треугольников могу «двигать» как себя саму, так и ситуацию в нужном направлении.



Allazova Rena. От глупца до посвященного.

С помощью треугольников я постепенно обрела смелость, настойчивость, необходимые мне для разговора.



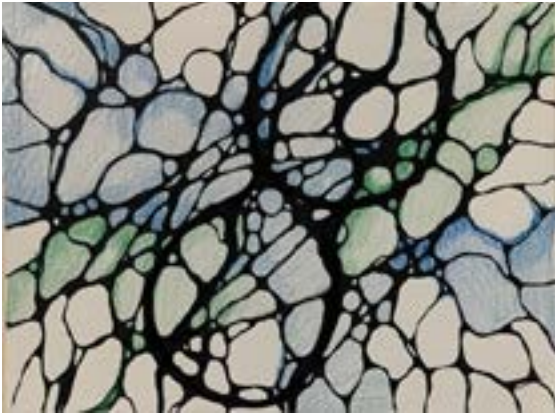
Прошло время, и я решилась на разговор. Он состоялся, и результат был даже лучше, чем я предполагала.

Через некоторое время, мой куратор Лана, предложила нарисовать композицию "40 кругов", после которой я поняла, что пришло время рисовать на поиск и приобретение жилья.



"...Уже на утро, после рисования, я обратила внимание, что цвета на рисунке как бы выстроились в ряд. Я не сразу поняла, чтобы это могло быть, мне хотелось смешать цвета так, чтобы все цветные шары смешались между собой. Но я поняла, это был бы хаос, а он мне сейчас не нужен. Это дорожки выстроены на пути к моей цели и самый большой ресурс я уже нашла. У меня есть ресурсы, я скоро приду к своей цели..."

Во время летнего перерыва в Институте я поехала отдыхать и в поездке серьезно простыла. Конечно, я начала использовать все магические инструменты, которыми владела, а также нарисовала АСО на выздоровление.



Эта работа не выполнена по определенному алгоритму, но в ней я заложила твердое намерение «Я здорова!». Примечательно было то, что вместо одной фигуры фиксации, получилось две две и я увидела в них символ бесконечности.. Я разместила рисунок на видном месте, постоянно смотрела на него, и на третий день уже была здорова.

Важным моментом, благодаря которому я окончательно поверила в НГ был факт того, что мое личное намерение, заложенное в рисунок, сработало! Я поверила не только в НГ, я поверила в себя и это был реальный прорыв по архетипу «Колесница».

"...Ведомый Честолюбием, умело спровоцированный Верховным Жрецом, человек захотел выделиться среди соотечественников. Стало расти его ЭГО, которое все больше определяло поведение Глупца, возжелавшего в подражание своим властителям и учителям окружить себя славой и почестями. Верховный Жрец, используя свое знание человеческой души, без труда подталкивал человека к желательным для себя действиям – то есть к таким, которые могли бы удовлетворить амбиции Глупца...

Но человек, к счастью, имел не только тело и разум, но и душу..."

По возвращении в Нью-Йорк (сентябрь 2021), я продолжила обучение НГ, осваивала новые алгоритмы. Вспоминаю работу, в которой планировала свои желания на 2022 год, в этом рисунке я нарисовала свой личный рабочий кабинет. В конце января 2022 я его получила.



Именно в этот период времени я на себе убедилась в том, что нейрографика прекрасно работает с эмоциональным интеллектом человека:

- я стала лучше читать эмоции: больше понимать, идентифицировать,



что чувствую сейчас я, и что чувствуют другие люди,

- стала более умело использовать эмоции: например, когда энергия моей злости направляется не на разрушение, а на достижение значимых, конструктивных целей,

- стала понимать эмоции, то есть не просто знать, что я чувствую, но и видеть их причинно-следственные связи, откуда они возникли, куда они стремятся, и даже лучше прогнозировать, что будут чувствовать люди или я в тех или иных ситуациях,

- развиваю умение управлять эмоциями - не манипулировать, а честно влиять как на свои, так и на чужие эмоции.

Также заметила, как сильно изменилось качество моих работ: от неосмысленного рисования, до тотального их «проживания».

Я стала глубже понимать 10 принципов нейрографики - "принципы развития души", как пишет в своей книге Павел Михайлович.⁸

Архетип Отшельника

Самая трудная дорога ведет внутрь себя.

"...Теперь Человек гораздо тщательней выбирал маршрут. Он стал более опытным путешественником; более зрелым и мудрым в созерцании, размышлении и выводах, которые делал из увиденного. Он знал, что должен сконцентрироваться на познании себя, своей внутренней сущности, на выработке систем ценностей, которые будут освещать его дальнейший жизненный путь и благодаря которым ему легче станет управлять своей жизнью. Он утвердился в мысли, что понимание внешнего мира ничего ему не принесет, если он не будет понимать себя изнутри.

...Направляемый Божьим Словом, Глупец облачился в простую одежду, взял в руки посох странника и фонарь, который должен был освещать его путь, и отправился в свое очередное странствие, но уже не как Глупец, а как

⁸ Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений | Пискарев Павел Михайлович. Глава 1 - Пирамида сознания, стр. 80.



Allazova Rena. *От глупца до посвященного.*

Отшельник – то есть человек, который по собственному выбору самостоятельно искал ответы на вопросы, относящиеся к человеческому Бытию. Он шел в одиночестве, ибо только так можно пройти свой путь. Никто, кроме него самого, этот путь никогда не пройдет и никто не может в нем участвовать. Каждый из нас является Отшельником и путешественником в глубину собственной души...”⁹

Тем временем я приступила к поиску долгожданного жилья. Учитывая наличие определенных требований к этой покупке, я продолжала рисовать на эту тему и на тему отношений с партнером, тем самым приближая важное для меня событие, решение по которому «висело» без движения с 2019 года.



На первый взгляд - так себе рисунок - “АСО - экспресс” на тему “Нужен план по приобретению жилья”. Именно после этого рисунка состоялся еще один разговор с партнером, после которого выстроился план покупки жилья.

Завершив работу, я поняла, что красота в рисунках по НГ - не главное. Главное - прожить свою тему так, чтобы был результат.

“Объектом рисования в нейрографике является субъект - именно художник в конечном итоге является произведением искусства, а не его картина”.¹⁰

Мы изучали алгоритм “Нейроколор”, я рисовала на тему “Приобретение собственного жилья”. (стр 24 в Презентации).

⁹ Мистерия Таро, Архетип Глупца|Алиция Хшановска

¹⁰ Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений | Пискарев Павел Михайлович. Глава 1 - Пирамида сознания, стр. 80.



Allazova Rena. От глупца до посвященного.

В процессе этой работы я осознала важность архетипирования. Ранее я вводила цвет интуитивно, но после работы "Нейроколор" пришло больше понимания сути и важности этого этапа в НГ. В теме 2.0 я написала: "Чувство тотальной победы. Рисую осень, знаю, что в 2022 у меня будет жилье с видом на парк..."



Немного поясню, что я к поиску жилья я относилась очень трепетно и выбирала жилье скорее по энергетике, чем по размеру или другим характеристикам. Поэтому, процесс затянулся на несколько месяцев.



И однажды я решила в третий раз нарисовать «Нейродрево» на поиск нужного жилья. Это единственный рисунок, который начинала дважды, оба раза не могла никак закончить и по итогу уничтожала. Третий рисунок тоже не совсем легко дался. Нейродрево висело на стене несколько дней, я смотрела на него и чего-то не хватало. Потом поняла, что нужна ещё одна линия поля, но были определенные сомнения, которыми я поделилась с Ланой Шалом. И даже получив одобрение, я несколько дней размышляла о том, стоит ли вносить изменения в рисунок. Но ощущение необходимости этой линии поля не оставляло меня, и я провела её.

После рисунка я сделала расклад на Таро, который показал, что скоро найду жилье. Описать ощущения ощущения, которые я испытала в тот момент очень сложно - трепет, волнение и ожидание чуда.

И вот буквально через несколько дней после проведения дополнительных линий поля, я зашла в очередную квартиру и почувствовала, вот она - та, которую я искала несколько месяцев. И я поняла, что нашла квартиру своей мечты!

Я прожила один из принципов нейрографики - "Гармония ведет к



Allazova Rena. *От глупца до посвященного.*

удовлетворению. Гармония - это общее чувство, которое может переживать каждый человек... Гармония - это баланс всего, что происходит в жизни...".¹¹

Далее предстоял не менее трудоемкий процесс покупки жилья.

Нужно было договориться с продавцом о цене, которая меня устраивала, здесь мне помогла мандала на то, чтобы продавец видел только меня, и хотел только мне продать эту квартиру. Так оно и случилось!

Учеба в Институте продолжалась и пришла пора написания дипломной работы. Я с удивлением пришла к выводу, что почти все рисунки в дипломе связаны с приобретением жилья по алгоритмам: "Нейроколор", "Нейрокомпозиция", "Нейромандала", "Нейроцель". Но между этими глобальными работами, я рисовала АСО на более "точечные" цели, например, поиск банка и адвоката для осуществление сделки и пр.

В определенный момент времени пришло понимание - в любой трудной ситуации рисование АСО работает как "буксир", дает толчок к движению в нужном направлении.

Архетип Колеса Фортуны

*"Крутись, крутить, веретено, Вейся, вейся, нить моя!"
(Дж. Чешот "Прялка")*

Идея о том, что я обязательно буду обучать нейрографике других людей, была со мной с самого первого курса «Пользователь». И когда мои основные направления были значительно проработаны, я стала больше времени думать, как же реализовать эту идею, и, конечно, начала рисовать нейрографику. К этому времени я стала замечать, что реализация моих идей/желаний осуществлялась гораздо быстрее, чем раньше. То есть, нейрографика стала быстрее «работать»: появлялись нужные люди, события, ресурсы для реализации моих желаний.

На тот момент я была стажером и уже могла обучать людей. Мне хватило два рисунка, чтобы возникла возможность пригласить в свой чат около 20 человек, желающих обучаться нейрографике. Это был очень важный момент в моей жизни, потребность передавать знания людям была и остается сейчас приоритетным направлением, над которым я усердно работаю.

¹¹ Нейрографика. Алгоритм снятия ограничений | Пискарев Павел Михайлович. Глава 1 - Пирамида сознания, стр. 88.



За время работы с моими учениками, я поняла, что очень важно научить их рисовать базовые алгоритмы. Как известно, благодаря АСО идет проработка внутренних ограничений человека и если эта работа изначально проведена правильно, с соблюдением “техники безопасности”, с пониманием всех процессов, без спешки, то дальнейшие алгоритмы будут работать у него гораздо эффективнее, чем если упростить изучение АСО.

Нейрографика вывела меня на абсолютно новый уровень вибраций, я стала более осознанной, а действия более эффективными, поэтому считаю, что обучать этому инструменту нужно каждого человека и я хочу сделать обучение более доступным в финансовом плане.

Результаты моих учеников очень радуют меня и ещё больше убеждают о работоспособности нейрографики. На данный момент социальные сети изобилуют видео по различным алгоритмам, некоторые из них содержат не совсем корректную информацию, что мотивирует меня создавать максимально качественные обучающие продукты по НГ.

В настоящее время я планирую работу по созданию своей школы обучения нейрографике и конечно же использую различные алгоритмы. На определенном этапе возникла неопределенность с поиском и выбором специалистов (методолога, администратора платформы, программиста), тогда я сразу начала рисовать АСО. Было удивительно наблюдать, что даже не закончив рисунок, в процессе архетипирования мне откликнулись несколько подходящих мне кандидатов.

Нейрографика вошла в мою жизнь очень неожиданно, но уже навсегда и это здорово! Всегда есть чему учиться и куда расти.

Хочу поблагодарить всех кураторов, которые помогали в процессе обучения. Особая благодарность Лане Шалом, благодаря которой я дописала свой диплом и научилась очень многому, есть желание двигаться дальше.

Ну, и, конечно же, особая благодарность создателю метода и основателю школы, благодаря которому многие люди могут познать себя и работать над своим духовным ростом.

Свою работу закончу цитатой Алиции Хшановской из книги “Мистерия Таро” о десятом архетипе “Колесо Фортуны”, который наиболее полно отражает то состояние, к которому я пришла благодаря Нейрографике.



"...Колесо Фортуны символизирует предназначение и судьбу, которые ожидают человека, но они не являются Абсолютом, данным Свыше и независимым от самого человека, ибо Бог дал ему сначала свободу воли, а только потом ответственность...

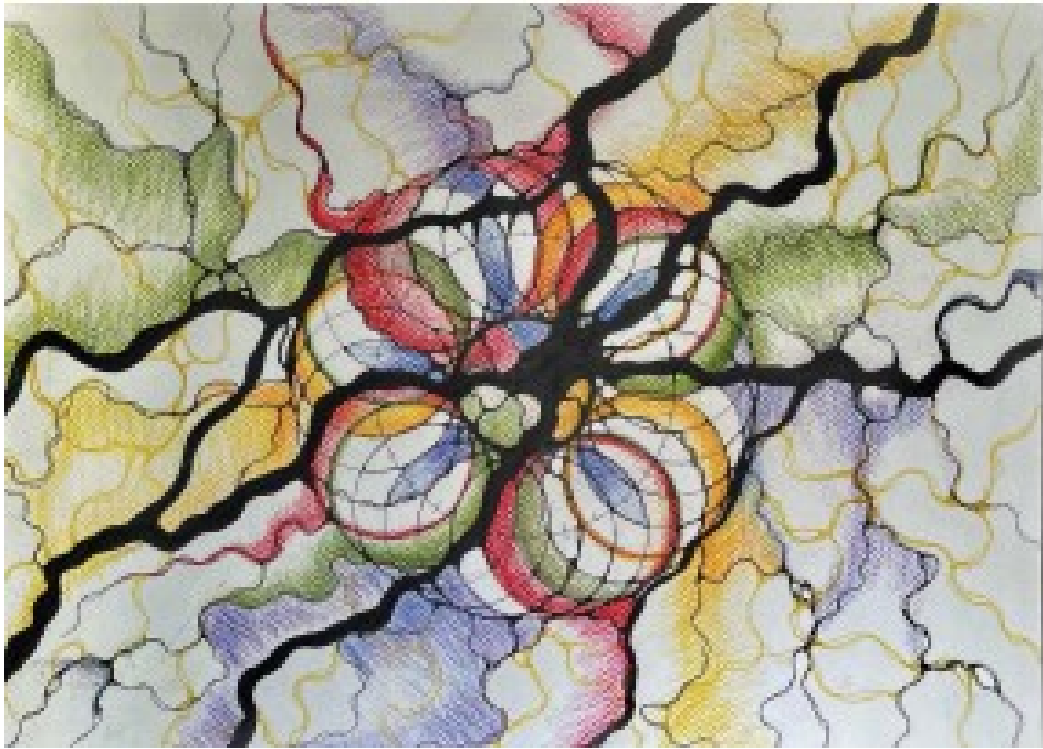
...Если человек будет работать над собой, совершенствуя свой характер, жить в согласии с собой и миром и честно выполнять свою миссию, он может достигнуть Спасения либо перевоплотиться на более высоком уровне, что позволит ему развиваться дальше..."

[Ссылка на дипломную работу Allazova Rena в авторском стиле](#)



Работы:

Тема: Приобретение собственного жилья



Тема: Приобретение собственного жилья





**Автор:
Anastasova Irena
Супервизор:
Иванова Румяна**

**Тема:
Авторская НейроГрафическая модель «Дом».**

Резюме на русском языке

Тема этого эссе - одна из моих идей для модели, которая пришла мне в голову, когда я работала с клиентами в своей частной практике. Это следствие интеграции моих знаний как телесного психотерапевта и теоретических постановках Павла Пискарева о структуре личности, объединении разных сторон личности, представленных в основном в алгоритме «Нейросинтез», но и во всех других лекции, которые были частью моего обучения в этом году.

В начале эссе я представляю себя и свое знакомство с НейроГрафики в начале пандемии Ковида. Моим первым учителем нейрографики была Меглена Костова, с которой я изучила все алгоритмы, после чего стала замечать окружающие меня нейронные линии. Я собрала большую коллекцию фотографий, так или иначе связанные с НейроГрафики, и вложила некоторые из них в это эссе. Я использую некоторые из этих фотографий во время курса „Пользователь“, когда обучаю нейролинии, а мои клиенты учатся их рисовать.

Основная часть эссе посвящена представлению и описанию моей идеи модели, которую я назвала «Дом», на основе метафоры, которую я использую в своей работе с клиентами, чтобы в доступной форме представить им три аспекта, которые я часто сталкиваюсь с ними в работе - самооценкой, самочувствие и самоуверенность. Самооценка связана с Эго-функцией «Центрирование», т.е. с мышцами тазового дна и является «основой дома».

Самочувствие связано с ролями, которые у нас есть, и их место находится в грудь, который образует стены дома. Когда у нас есть сильная самооценка и самочувствие, появляется уверенность в себе, которая находится в позвоночнике и представляет крышу дома в моей метафоре. Этот



опыт имеет сильный трансформирующий эффект, и я успешно использую его в своей работе.

Добавляя знания, полученные от Павла Пискарева, мне пришла в голову идея попробовать возможность превратить эту метафору для дома в модель, чтобы предложить клиентам расовать, применяя все этапы Базового алгоритма. У меня недостаточно сессии с клиентами, чтобы предложить статистически достоверные результаты об эффективности модели, но мои наблюдения за мной и несколькими моими клиентами показывают, что эта модель очень информативна, дает ясность и понимание значения каждого из трех темы - самооценка, самочувствие и самоуверенность, принимается с интересом, позволяет провести глубокий анализ материала полученного во время сессии и наконец, что не менее важно, при таком нестандартном способе работы защитные механизмы, характерные для клиентов, обходится.

Модель может использоваться для всех тем, которые связаны самооценку, самочувствие и уверенность в себе - низкая самооценка в целом или с точки зрения конкретных качеств, знаний, навыков, других ресурсов, а также потеря чувства собственной важности/ценности в связи с текущими жизненными событиями. Когда клиент говорит, что ему не хватает уверенности или он потерял уверенность в себе, необходимо работать над формированием здоровой самооценки и здоровой самочувствия, чтобы восстановить уверенность в себе.

Цель модели - соединить клиента со своим внутренним потенциалом (ценностями, дарами) и поддержать его успех в различных действиях, выборах и результатах, которые он выполняет через свои роли. Таким образом укрепляется его уверенность в себе и растет его чувство безопасности в собственном теле, а затем и в мире вокруг него.

Я описала модель „Дом“ на всех этапах Базового алгоритма и последующий анализ в конце сессии. Привела в пример сессия с моим клиентом, в котором подробно описываю свою работу по пункта таблицей компетенции «МАНГО». Приложила и фотографии работ по модели "Дом" - личные и моим клиентам. В заключении к эссе я разделяю энтузиазм, связанный с моей личной работой с алгоритмами НейроГрафики и моделями Эстетического коучинга, которые привели к значимым для меня изменениям - устранению моей вины по поводу моей роли матери, дочери, члена профессионального сообщества, что дало мне большую свободу для реализации моих мечты.



Я начала и продолжаю ремонтировать дом, который достался мне в наследство от бабушки и дедушки. Воспринимаю этот ремонт извне как перенос изменений и обновления в мой внутренний мир и дом, который у меня есть для этой жизни, на эту планету. Хотя это было болезненно, связано со многими предательствами, болью и разочарованием, я обязалась отделиться от сообщества, в которое я вложила часть своей души и усердно работала, но всегда с чувством, что меня использовали и мешали мне развивать свой потенциал. Я зарегистрировала собственную компанию и организовала обучение, которое надолго откладывала, чтобы не навредить интересам моих коллег. Пережила нападки и интриги, в которые меня пытались вовлечь, очень некорректное отношение, но также и большую поддержку со стороны коллег, которые уважают меня как профессионала, а некоторые из них - как друга.

Во время обучения я прошла долгий этап, на котором мне не нравилась моя работа, я осознала, насколько я неуклюжа в своей роли художника, скольких навыков мне не хватало, и это мешало мне расслабиться и получить удовольствие от процесса. Я получила очень большой толчок в моем развитии как Инструктора НейроГрафики после визита Павла Пискарева в Болгарию и семинара, на котором он нас познакомил с БоГобан. Что-то во мне открылось и я начала рисовать по-новому, смелее, быстрее и увереннее. Тогда я начала предлагать большему количеству клиентов попробовать этот метод работы со мной.

Затем мне пришла в голову тема этого эссе, связанного с моей прошлогодней жизнью - укрепление домов, открытие потенциала, обновление, новое начало, стремление к красоте, комфорту, свободе и благодарности за то, что я есть, что у меня есть, к чему я стремлюсь. Планирую организовать группу по работе с моделом «Дом» и сделать выставку наших работ, которую мы назовем «Город уверенных в себе людей». Я рада, что начала этот Инструкторский курс, и не сдамся, наоборот, хочу продолжить и повысить свои знания на других курсах Института Психологии Творчества! Я благодарна за то, что с помощью НейроГрафики я познакомилась с новыми людьми, с которыми у меня общие интересы и понимание жизни! Мне жаль, что мы не можем встретиться вживую и что наша ожидаемая неделя в Москве отменена, но я надеюсь, что у нас скоро появятся другие возможности! Огромные объятия и любви ко всем НейроГрафам в мире !!!



Тема этого эссе - одна из моих идей для модели, которая пришла мне в голову, когда я работала с клиентами в своей частной практике. Это следствие интеграции моих знаний как телесного психотерапевта и теоретических постановках Павла Пискарева о структуре личности, объединении разных сторон личности, представленных в основном в алгоритме «Нейросинтез», но и во всех других лекции, которые были частью моего обучения в этом году.

В начале эссе я представляю себя и свое знакомство с НейроГрафики в начале пандемии Ковида. Моим первым учителем НейроГрафики была Меглена Костова, с которой я изучила все алгоритмы, после чего стала замечать окружающие меня нейронные линии. Я собрала большую коллекцию фотографий, так или иначе связанных с НейроГрафики, и вложила некоторые из них в это эссе. Я использую некоторые из этих фотографий во время курса „Пользователь“, когда обучаю нейролинии, а мои клиенты учатся их рисовать.

Основная часть эссе посвящена представлению и описанию моей идеимодели, которую я назвала «Дом», на основе метафоры, которую я использую в своей работе с клиентами, чтобы в доступной форме представить им три аспекта, которые я часто сталкиваюсь с ними в работе - самооценкой, самочувствие и самоуверенность.

Самооценка связана с Эго-функцией «Центрирование», т.е. с мышцами тазового дна и является «основой дома». Самочувствие связано с ролями, которые у нас есть, и их место находится в грудь, который образует стены дома. Когда у нас есть сильная самооценка и самочувствие, появляется уверенность в себе, которая находится в позвоночнике и представляет крышу дома в моей метафоре. Этот опыт имеет сильный трансформирующий эффект, и я успешно использую его в своей работе.

Добавляя знания, полученные от Павла Пискарева, мне пришла в голову идея попробовать возможность превратить эту метафору для дома в модель, чтобы предложить клиентам расовать, применяя все этапы Базового алгоритма. У меня недостаточно сессии с клиентами, чтобы предложить статистически достоверные результаты об эффективности модели, но мои наблюдения за мной и несколькими моими клиентами показывают, что эта модель очень информативна, дает ясность и понимание значения каждого из трех темы - самооценка, самочувствие и самоуверенность, принимается с интересом, позволяет провести глубокий анализ материала полученного во время сессии и наконец, что не менее важно, при таком нестандартном способе работы защитные механизмы, характерные для клиентов, обходится.



Модель может использоваться для всех тем, которые связаны самооценку, самочувствие и уверенность в себе - низкая самооценка в целом или с точки зрения конкретных качеств, знаний, навыков, других ресурсов, а также потеря чувства собственной важности/ценности в связи с текущими жизненными событиями. Когда клиент говорит, что ему не хватает уверенности или он потерял уверенность в себе, необходимо работать над формированием здоровой самооценки и здоровой самочувствия, чтобы восстановить уверенность в себе.

Цель модели - соединить клиента со своим внутренним потенциалом (ценностями, дарами) и поддержать его успех в различных действиях, выборах и результатах, которые он выполняет через свои роли. Таким образом укрепляется его уверенность в себе и 20 20 растет его чувство безопасности в собственном теле, а затем и в мире вокруг него.

Я описала модель „Дом“ на всех этапах Базового алгоритма и последующий анализ в конце сессии. Привела в пример сессия с моим клиентом, в котором подробно описываю свою работу по пункта таблицей компетенции «МАНГО». Приложила и фотографии работ по модели "Дом" - личные и моим клиентам.

В заключении к эссе я разделяю энтузиазм, связанный с моей личной работой с алгоритмами НейроГрафики и моделями Эстетического коучинга, которые привели к значимым для меня изменениям - устранению моей вины по поводу моей роли матери, дочери, члена профессионального сообщества, что дало мне большую свободу для реализации моих мечты. Я начала и продолжаю ремонтировать дом, который достался мне в наследство от бабушки и дедушки.

Воспринимаю этот ремонт извне как перенос изменений и обновления в мой внутренний мир и дом, который у меня есть для этой жизни, на эту планету. Хотя это было болезненно, связано со многими предательствами, болью и разочарованием, я обязалась отделиться от сообщества, в которое я вложила часть своей души и усердно работала, но всегда с чувством, что меня использовали и мешали мне развивать свой потенциал.

Я зарегистрировала собственную компанию и организовала обучение, которое надолго откладывала, чтобы не навредить интересам моих коллег. Пережила нападки и интриги, в которые меня пытались вовлечь, очень некорректное отношение, но также и большую поддержку со стороны коллег, которые уважают меня как профессионала, а некоторые из них - как друга.



Во время обучения я прошла долгий этап, на котором мне не нравилась моя работа, я осознала, насколько я неуклюжа в своей роли художника, скольких навыков мне не хватало, и это мешало мне расслабиться и получить удовольствие от процесса. Я получила очень большой толчок в моем развитии как Инструктора НейроГрафики после визита Павла Пискарева в Болгарию и семинара, на котором он нас познакомил с БоГобан. Что-то во мне открылось и я начала рисовать по-новому, смелее, быстрее и увереннее. Тогда я начала предлагать большему количеству клиентов попробовать этот метод работы со мной.

Затем мне пришла в голову тема этого эссе, связанного с моей прошлогодней жизнью - укрепление домов, открытие потенциала, обновление, новое начало, стремление к красоте, комфорту, свободе и благодарности за то, что я есть, что у меня есть, к чему я стремлюсь. Планирую организовать группу по работе с моделом «Дом» и сделать выставку наших работ, которую мы назовем «Город уверенных в себе людей».

Я рада, что начала этот Инструкторский курс, и не сдамся, наоборот, хочу продолжить повысить свои знания на других курсах Института Психологии Творчества! Я благодарна за то, что с помощью НейроГрафики я познакомилась с новыми людьми, с которыми у меня общие интересы и понимание жизни! Мне жаль, что мы не можем встретиться вживую и что наша ожидаемая неделя в Москве отменена, но я надеюсь, что у нас скоро появятся другие возможности!

Огромные объятия и любви ко всем НейроГрафам в мире !!!

Казвам се Ирена. По професия съм лекар, а от 10 години се реализирам като психотерапевт на частна практика. Срещата ми с НейроГрафиката се случи по време на началото на Ковид пандемията, когато бяхме ограничени да останем в домовете си и търсехме начин да продължим живота си в рамките на това, което е позволено. Включих се в онлайн събитие организирано от Меглена Костова и след него в рамките на една година преминах обучение по всички алгоритми. НейроГрафиката навлезе в ежедневието ми, забелязвах нейролиниите около себе си, осъзнавах разликата между естествените извивки на Природата и резките движения в създаденото от човека. Единствено в изкуството откривах близки до природните форми.



Ето няколко примера.

Имам огромна колекция от снимки на дървета, кората и корените им. Докато ме впечатляваха и ги снимах имах идея да издам албум от тези снимки, но после се замислих, че хартията, която ще използвам се произвежда от дърво и не си струва да убивам дървета, за да отпечатам снимките им върху тях. Голяма част от тези снимки използвам в работата си с клиенти, когато им преподавам за нейролиниите и се учат да ги рисуват.





Вода



Животни



НейроГрафичната линия е навсякъде.





По време на обучението ми в различните алгоритми и потапянето ми в хармоничните линии, получих много отговори и темите, по които работех стигаха до най-добрите възможни резултати. Без предварително да съм планирала, един ден бях осенена от мисълта, че искам да изуча този метод на работа, да вникна в дълбочината на теорията му, да се срещна и да се уча директно от Павел Пискаръов, който го е създал. Така се включих в започналия вече 6-ти Инструкторски курс 😊

Беше скок в движение, с повече от месец закъснение, много интензивна работа и моменти, в които ми се искаше да се откажа, да не завърша, да се наслаждавам на личния опит и трансформации без да се дипломирам. Обратът в намеренията ми се случи след като започнах работа с клиенти, които бяха много впечатлени от резултатите, които постигаха с помощта на НейроГрафиката, изпращаха ми самостоятелни работи за консултация и благодаряха за получения метод, който ползваха в трудни за тях моменти. Радвам се, че продължих и полагам усилия за дипломирането ми и развитието ми като бъдещ Инструктор по НейроГрафика и Естетически коучинг.

Темата на това есе е една моя идея за модел, която ми хрумна по време на работата с клиенти в частната ми практика. Тя е следствие на интегрирането на знанията ми като телесен психотерапевт и структурата на личността, която Павел Пискаръов ни представи по време на обучението в алгоритъм „НейроСинтез“, както и на теорията на „Парадигмален Анализ“ синтезирана в рамките на 4-те квадранта на МетаМодерн.

В ежедневната ми работа на психотерапевт често се случва да работя с темите за здравата самооценка, самочувствие и самоувереност. Всяка от тези теми има своя специфична област в тялото, която е ангажирана с реализирането им и с която работим заедно с клиентите по време на сесии.

Тъй като им е трудно да разберат разликата между тези три теми, аз използвам следната метафора, с която да им обясня значението на всяка от тях: Самооценката е свързана с центъра и Его-функцията „Центриране“, т.е. с мускулите на тазовото дъно и е основата на къщата. Самочувствието е свързано с ролите, които имаме и мястото им е в гръдния кош, който образува стените на къщата. Когато имаме здрава самооценка и самочувствие от само себе си се появява самоувереността, доверието в мен самия, което се разполага в гръбначния стълб и представлява покрива на къщата в моята метафора.



След като се уверя, че клиентът разбира разликата между тези три компонента и е усвоил телесните опити, с които да работи самостоятелно, му давам задача всеки ден да се запитва: „Как беше моята къща днес?“ - Има ли стабилна основа, стените на мястото ли са си, има ли покрив? Този опит има силен трансформиращ ефект и го използвам с успех в работата си. Добавяйки 26 26 получените от Павел Пискаръов знания за структурата на личността в хоризонтална и вертикална посока, стигнах до идеята да изпробвам възможността да превърна тази метафора за къщата в модел, който да предложи на клиентите да рисуват, прилагайки етапите на Базовия алгоритъм. Нямам достатъчно сесии с клиенти, за да представя статистически достоверни резултати за ефективността на модела, но наблюденията ми върху мен самата и няколко от клиентите ми показват, че този модел е много информативен, дава яснота и разбиране за смисъла на всяка от трите теми за работа – самооценка, самочувствие и самоувереност, приема се с интерес, дава възможност за задълбочен анализ на получения по време на сесията материал, и не на последно място по този нестандартен начин на работа се заобикалят характерните за клиентите защитни механизми. Имам желание да продължа наблюденията си върху този авторски модел и да споделя допълнителни данни от приложението му. В това есе ще опиша модела на сесията и стъпките, които използвам в опитите си до момента.

Моделът може да се използва при всички теми, които засягат по някакъв начин самооценката, самочувствието и самоувереността на клиента. Например, клиентът е с ниска самооценка като цяло или не цени достатъчно някои свои качества, знания, умения или други ресурси, с които разполага. С този модел би могло да му се помогне да осъзнае наличието им, да ги цени, а не да смята, че са нещо, което е обичайно и достъпно за всеки. Друга възможност за използване на модела е загуба на чувството за собствена значимост/стойност във връзка с настоящи житейски събития.

По отношение на самочувствието, моделът може да се използва в случаите, когато клиентът е претърпял разочарование или неуспех свързани с някоя от неговите роли. В този случай може да се работи само с конкретната роля и характерните за нея качества и характеристики, или с конкретната роля и други свързани с нея роли. Когато клиентът споделя, че му липсва увереност или е загубил доверието в себе си е необходимо да се работи по създаването на здрава самооценка и здраво самочувствие с цел възстановяване на самоувереността.

Инструкторът разяснява разликата между тези три понятия. Самооценка – какво аз ценя в себе си (качества, поведения, личен опит, емоции,



знания, умения, физически показатели и т.н.). Само-чувствие – свързано е с ролите, които използваме в ежедневието си и степента, в която сме удовлетворени от тях. Само-увереност – доверие в мен самия, базирано на здрава, реалистична самооценка и самочувствие. Целта на модела е, клиентът да се свърже с вътрешния си потенциал (ценности, дарове) и да се подкрепи успеха му в различните негови действия, избори, резултати, които осъществява през своите роли. По този начин самоувереността му се заздравява и чувството му за безопасност в собственото му тяло, а по-късно и в света около него, нараства.

На клиента се обяснява, че по време на сесията, той разпределя вниманието си в посока на четирите вектора – телесни усещания, емоции, мисли и осъзнавания (смисъл). Спазват се всички принципи на НейроГрафиката осигуряващи безопасността на метода.

Инструкторът задава насочващи въпроси, подкрепя клиента при поява на съпротиви или трудни за него преживявания, напомня за възстановяване или задълбочаване на дишането, ако има нужда и разяснява понятията, в случай че клиентът има затруднения в разбирането на различията между отделните включени в модела термини.

Техника на модела „Дом“:

1.Тема: Активация – По познатия в НейроГрафиката метод - поне 20 думи за 2 минути или осъзнато търсене на съдържанието на неговата самооценка и самочувствие, като за целта клиентът разделя листа на две колонки – една озаглавена самооценка и втора – самочувствие и записва в съответните колонки - всичко, което цени в себе си и ролите, които има желание да изследва по време на сесията.

2.Композиция: Композицията се разполага във вертикално положение на листа. В долния край се очертават основите на къщата – под формата на правоъгълник, в който клиентът обозначава всички ценни за него качества или други от изброените по-горе ценности, като използва за всяка от тях познатите в НейроГрафиката фигури – кръг, квадрат, триъгълник. След запълване на основите се преминава към окръгляне и се прокарват няколко линии на полето във вертикална посока – от основата на къщата към горния край на листа и в обратна посока – от горния край на листа към основите на къщата за връщане на енергия от фона към основите.

Следва очертаване на стените на къщата, под формата на квадрат, в рамките на който се разполагат ролите, с които ще работи клиентът или ако



се работи с една конкретна роля, всички нейни характеристики. За означаване на отделните характеристики/роли се използват всички фигури - кръг, квадрат, триъгълник. След обозначаването им се преминава към окръгляне и отново се прокарват няколко нейролинии във вертикална посока, както беше описано при основите на къщата.

Накрая се издига покрива, обозначен с триъгълник. Прокарват се няколко линии на полето, които тръгват от основите на къщата, преминават през пространството между стените и завършват в горния край на листа. Когато стигнем горния край на листа, се връщаме по същата линия в обратна посока към основите, за да добавим енергия към ролите и ценните ресурси. Прокарват се толкова нейролинии, колкото са достатъчни за клиента, за да зареди пространството на своята композиция с енергия.

3. Окръгляне: Голяма част от окръглянето се извършва по време на композицията (т.2). Клиентът окръгля допълнително местата, които прецени, че има нужда да хармонизира и изглади. Не е длъжен да окръгли всички ъгли. Може да запази остротата на онези качества или роли, които имат нужда от такъв тип енергия.

4. Интеграция

4.1. Фигура и фон: Добавят се връзки в хоризонтално направление и ако е необходимо, според усещането на клиента могат да се добавят допълнителни линии и във вертикална посока.

4.2. Архетипиране: Цветовете са свободен избор на клиента, на база на неговата интуиция или съобразно знанията за енергията на отделните цветове, ако е необходимо да се постигне хармония или засилване/отслабване на енергията на отделни компоненти от композицията.

5. Линии на полето: Могат да се подчертаят тези, които вече са се появили в рисунката или да се прокарат линии с нови маршрути. Напомня се, линиите на полето да бъдат интегрирани в рисунката, с помощта на окръгляне на получените нови пресичания и новопоявили се ъгли.

6. Фиксация: Може да се фиксира някоя от първоначално зададените по време на композицията фигури, която означава важен за клиента ресурс или новопоявила се фигура, която да бъде решението на темата.

7. Тема 2.0: Нова активация за 2 мин.



Може да се добави опит с визуализация на къщата, която клиентът е нарисувал. Как изглежда твоята къща, какъв архитектурен стил е, от какъв материал е направена, къде се намира, от какво е заобиколена?

Обсъждане на постигнатото по време на сесията и анализ: Клиентът споделя за свои осъзнавания, за това какво е разбрал за себе си по време на тази работа, научил ли е нещо ново, кои са трите най-ценни неща от тази работа, които ще вземе със себе си след сесията и др.

Инструкторът споделя своите наблюдения и дава обратна връзка на клиента за своите преживявания и хипотези. Ако в рамките на своята практика използва анализа, това е времето за обобщение и анализ на получения от работата материал.

Инструкторът предлага на клиента да проверява състоянието на своята къща ежедневно до следващата сесия, задавайки си въпроса: „Как беше моята къща днес?“

Описание на сесия с клиент по модела „Дом“

Клиент: Жена, 21 години Сесията е част от психотерапевтична работа, проведена на място в моя кабинет.

Снимка на работата на клиентката:





1. Настройка на коуч-сесию: Работа с клиентката от няколко месеца и една от темите, които поставя е във връзка с ниска самооценка и свръхчувствителност при негативна критика и отхвърляне от близки за нея хора и приятели.

Разказва ми за случай, при който нейна състудентка без всякаква причина я игнорира и тя се чувства в продължение на дни тъжна, ненужна, невидяна и неутвърдена от другите.

Плаче и не вижда смисъл в това, което прави. Всичките ѝ усилия са напразни. Не разбира защо хората са такива – непостоянни, груби без никакъв повод, зли.

2. Установление контакта: Правим заедно няколко телесни опита за заземяване, центриране и връзка с тялото ѝ. Споделя, че има повече топлина в стъпалата и дланите си, които обичайно са студени. Преди опитите имала усещане за слабост в ръцете, сякаш няма сили в тях. Сега това се е променило и иска да опита да стисне ръката ми, за да види дали има достатъчно сили в нея. Смее се. Бузите ѝ имат розов цвят.

3. Контракт на коуч-сесию: Договаряме се да работим по темата за нейната самооценка, самочувствие и самоувереност с помощта на модел „Дом“

4. Разширение представлений: Разказвам ѝ за модела, за трите компонента и техния смисъл и как ще построим къща от тях. Споделя, че нейната къща в момента е на един крак, разклатена, паянтова, дори може би разрушена. Изглежда ентусиазирана да изследва тези свои области, възприема с интерес информацията, задава въпроси.

5. Техника коучинга:

1. Тема: Активация – 28 думи. Замислена. Разбира, че е по-добра, отколкото самата тя осъзнава, че вътре в себе си е мека, нежна, а отвън изглежда студена. Това откритие я радва. Усеща напрежение в главата и диша повърхностно.

2. Композиция: Обозначава качествата, които цени в себе си. Образува се фигура подобна на пирамида, която създава голямо напрежение в нея. Исква да прокара веднага нейролинии от върха на пирамидата. Преживява това като избухване, разширяване, сякаш се разпростира навсякъде и веднага получава облекчение. Това е нейната



„злоба“, качество което много цени в себе си, но е изгубила. Опитвам се да разбера какъв смисъл влага в думата „злоба“. Това за нея е вдъхновение, хъс, активност, ентузиазъм, амбиция, бързина. Нещо позитивно, ценно, което не използва в последните години. Сякаш се е счупило в нея и сега отново го усеща. Споделя за възбуда в торса, вълнение и топлина в гърдите. Гъделичкане в корема. Любимата ѝ фигура е триъгълник. Следва изграждането на пространството на къщата – ролите, в които се чувства успешна

– дете, дъщеря, момиче (не приема, че е жена), студентка, артист, пътешественик, откривател/изобретател. Спокойствие, удовлетвореност. Приказлива, разказва ми различни истории от миналото, спомня си за неща, които обича да прави. Натъжава се от това, че пораства и се чувства много самотна след отделянето си от семейството (Учи и живее в друг град.) Чувства се много заредена с енергия, което я изненадва, тъй като преди да се срещнем е била уморена и подтисната.

Топлина в цялото тяло, желание за действия. Накрая означава покрива – голям триъгълник, който сякаш обединява получените линии и им дава възможност да се закрепят. „За всички има място в този дом!“ „Всичко, което съм, е прието!“ „Welcome home!“ Радост, спокойствие, харесва себе си и тази енергия, с която е в контакт в момента.

3. Сопряжение: Харесва ѝ да окръгля. Успокоява се, не мисли за нищо, просто се наслаждава и си почива. Открива различни фигурки, букви, сякаш в линиите има скрито послание за нея. Любопитство, креативност, създаване на нещо ново. Радост, спокойствие.

4. Интеграция

4.1. Фигура и фон: Има много линии, които е прокарала по време на композицията и няма нужда да добавя нови.

4.2. Архетипирование: Взима по два молива и оцветява едновременно с тях. Хареса ми тази идея, получиха се прекрасни преливания. Радва се, че е споделила с мен техника, която ми е харесала. Прецизна в работата си. Има желание да създава красиви неща. Увлечена в цветовете, сякаш е в някакъв приказен свят. Радост, удовлетворение, спокойствие. Топлина и изпотпяване. Сякаш е запалила огън вътре в себе си.

5. Линии поля: Иска да снима рисунката преди да прокара линиите на полето, 33 33 защото след това ще бъде променена. Появата им винаги е



свързана с промяна на посланието и смисъла на работата ѝ и често пъти осъзнава нещо важно, когато ги интегрира.

6. Фиксация: Първо фиксира сърце, което не се отличава особено от останалите фигури в рисунката. След като я попитах как избра фигурата за фиксация, тя сподели, че първоначално, още докато е оцветявала е видяла фигура, която прилича на вулва. Засрамила се е, а всъщност това е фигурата която ѝ се иска да фиксира. Обединява я с един кръг под нея и фиксира двете фигури заедно.

Обсъждаме какво разбира за себе си, за своята женственост. (Не споделям тази част от информацията, поради изричното желание на клиентката, в случай че опиша сесията ѝ в моята дипломна работа, да споделя само тази част от информацията, която тя разреши.)

7. Тема 2.0: Доволна е от своята къща, която е шарена, приказна, стабилна, много разхвърляна, но симпатична. Активация – 36 думи. Основното послание след активацията е: „Бързай, не спирай!“ и „Ако искаш нещо, ще го получиш!“

6. Намерение действовать: Отдавна е занемарила дневния си режим. Ще се опита да си ляга по-рано, да спи поне по 8 часа дневно, тъй като не ѝ достига сън, ще обядва в студентския стол, за да има поне едно готвено ядене дневно, ще спортува и ще си прави телесните опити, от което да повиши собствената си енергия. Объркана е по отношение на своята женственост. Харесва мъже, влюбвала се е няколко пъти винаги в мъже, но има някакви страхове да не се окаже, че е хомосексуална. Не знае от къде са се появили тези мисли, но и сега появата на вулва в рисунката ги активира и се срамува от себе си. Планираме за следващата сесия да продължим обсъждането на тази тема и да рисуваме по нея.

7. Ценност сесии: Впечатлена от това колко малко ѝ е необходимо, за да повиши енергията в тялото си и да се стопли, да излезе от апатията, да се зареди и ентусиазира за това, което ѝ предстои през деня. Заедно съставяме комплекс от телесни опити за заземяване, центриране и укрепване на границите ѝ. Връща се към своята същност, която е смела, активна и енергична.

8. Благодарност: Благодаря на клиентката за доверието и споделянето на трудни за нея мисли и емоции, за това че е разкрила своята сила пред мен. Тя ми благодари за подкрепата, за метода НейроГрафика, който споделям с нея и получава много значими трансформации благодарение на



него. Благодарна съм на Павел Пискарьов, Мега, Ирина Рождествена и всички учители и колеги, с помощта на които усвоявам този уникален метод за работа, който обогатява практиката ми и ми помага бързо да преминавам през тежки за клиентите преживявания по един хармоничен и безопасен начин.

Снимки на работи лични и на мои клиенти по модел „Дом“



Къща на ролята майка



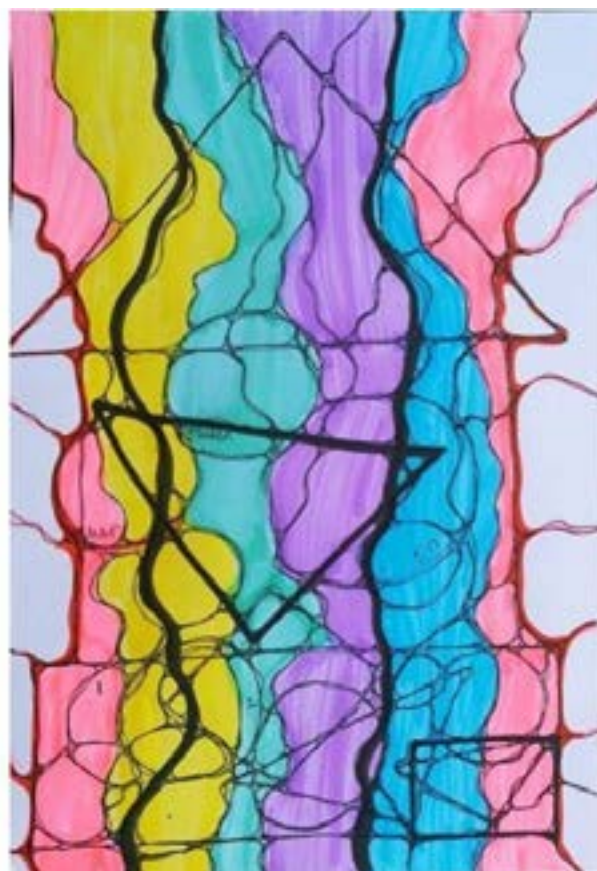
Къща на женствеността





Къща на забавленията и спорта
Самочувствие

Къща на здрава самооценка,
и самоувереност



Къща на НейроГрафиката
(Успешен инструктор по НейроГрафика)

Къща на Учителя в мен

В заключение искам да споделя въодушевлението си от личната ми работа с алгоритмите на НейроГрафиката и моделите от Естетическия коучинг, които доведоха до смислени за мен трансформации. Справих се с чувството си за вина по отношение на ролята ми на майка, дъщеря, член на професионални общности, което ми даде голяма свобода да реализирам мечтите си. Започнах и продължавам да реновирам къща, която е наследство от моите баба и дядо.

Този ремонт отвън преживявам като пренос на промените и реновирането и на моя вътрешен свят и дом, който имам за този живот, на тази планета. Много хора ме питат за какво го правя, кой ще го ползва след мен. Правя го за себе си, аз ще го използвам, за мен това е място, където се чувствам в безопасност, където намирам хармония и уют, където са ме обичали, когато съм била малка и където ще има място за моето семейство, приятели, групи от клиенти и който още пожелае да го споделя с мен. Там ще



са моите срещи с мен самата и хората, с които избирам да обменяме и живеем смислено и пълноценно.

Макар и мъчително, свързано с много предателства, болка и разочарование предприех отделяне от една общност, в която бях вложила част от душата си и работех всеотдайно, но винаги с чувство, че съм използвана и ми пречат да разгърна потенциала си, тъй като съм заплаха за тях, конкуренция, която не е по силите им. Лоялността ми към тази група от хора ме е спирала да вървя в посоката, която е добра за мен.

В тази година на обучение в Инструкторски курс б успях да преодолеея съпротивите към това да реализирам собствения си потенциал. Регистрирах собствена фирма и организирах обучение, което дълго отлагах, за да не накърня интереса на мои колеги. Преживях 38 38 нападки и интриги, в които се опитаха да ме въвлекат, много некоректно отношение, но и много подкрепа от колеги, които ме уважават като професионалист, а някои от тях и като приятел. Пълно ми е на душата, заобиколена съм от хора, с които да продължа пътя си без да ме ограничават и подтискат. Поставих ново начало и влагам много енергия за реализацията му.

Тежка година, започнала съм много нови неща, не ми остава време за почивка, но всяко от начинанията ми за сега се случва по най-добрия възможен начин. По време на обучението ми преминах през дълъг етап, в който не харесвах работите си, осъзнавах колко непохватна съм в ролята си на художник, колко умения ми липсват и това ми пречеше да се отпусна и да се наслаждавам на процеса. Осъзнавам, че ми липсват знания и опит в тази област и планирам да се запиша на уроци по рисуване, да усвоя техники за скициране, щриховане и графика като цяло, както и за смесване на цветове, светлосенки, работа с моливи.

Понякога ми беше трудно да осмисля някои модели, което значително се промени след появата на разбиране на информацията вложена от Павел Пискарьов в 4-те квадранта. Много голям тласък в развитието ми като Инструктор получих от посещението на Павел Пискарьов в България и семинарът, в който ни представи БоГоБан. Нещо в мен се отключи и започнах да рисувам по нов начин, по-смело, по-бързо и уверено, като естетиката и вида на рисунката бяха изместени от преживяванията и осъзнаванията по темата, с която работя. Започнах да предлагам на повече клиенти да опитат този метод на работа с мен.

Тогава ми хрумна и темата на това есе, която е свързана с живота ми през последната година – укрепване на къщи, разкриване на потенциал,



реновиране, ново начало, стремеж към красота, уют, свобода и благодарност за това, което съм, което имам, към което се стремя.

Планирам да организирам група за работа по модел „Дом“ и да направим изложба на работите си, която да наречем „Градът на самоуверените хора“.

Щастлива съм, че започнах това обучение и не се отказвам, а напротив имам желание да продължа и да надградя знанията си в други курсове на Института за Психология на Творчеството! Благодарна съм, че чрез НейроГрафиката се запознах с нови хора, с които имам общи интереси и разбирания за живота! Съжалявам, че не можем да се срещаме на живо и, че очакваната от мен седмица в Москва е отменена, но се надявам скоро да имаме нова възможност!

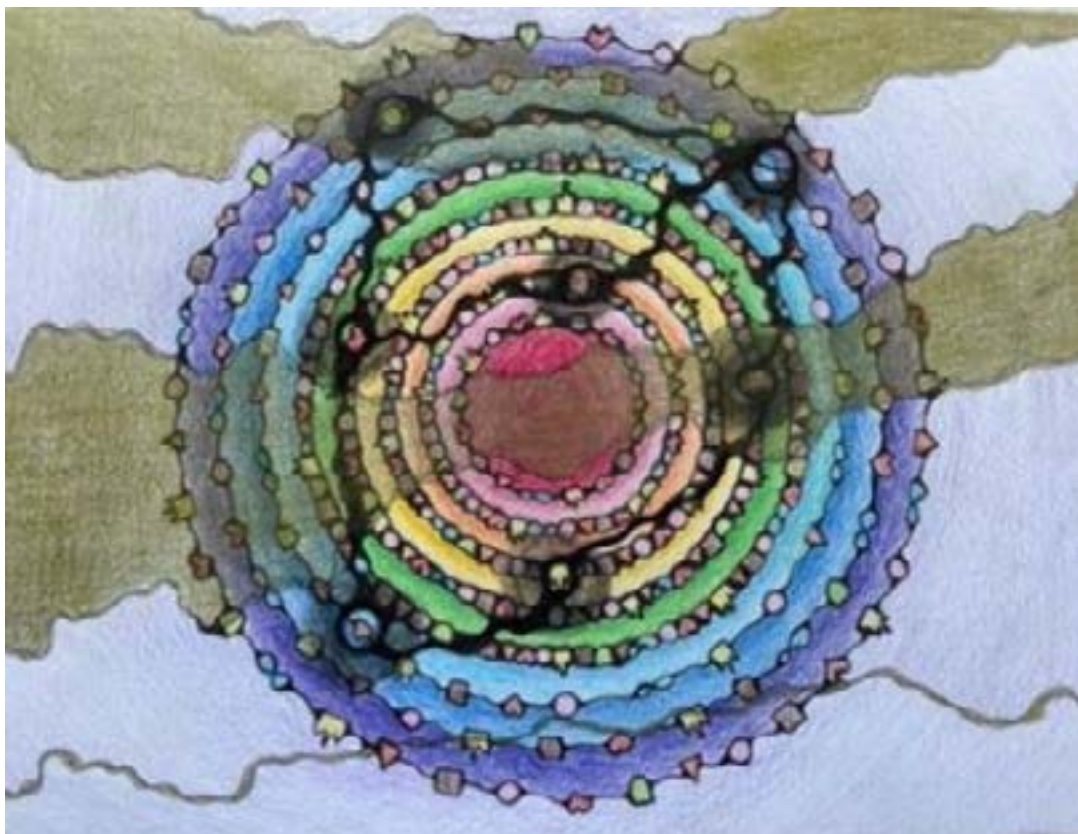
Прегръдки и много обич за всички НейроГрафи по света!!!

[Ссылка на дипломную работу Anastasova Irena в авторском стиле](#)



Работы

Тема: мандала «Личные качества».



Тема: начало на нов бизнес.





Автор:
Anderson Liubov
Супервизор:
Castronovo Kristina

Тема:
Моя жизнь с НейроГрафикой.

Аннотация

Цель дипломной работы «Моя жизнь с Нейрографикой» - подвести личные и профессиональные итоги автора за 2021 год. За время прохождения курса “Инструктор нейрографики и эстетический коуч” в Институте Психологии Творчества автору удалось проанализировать свои жизненные ситуации и их связь с нейрографикой.

- Задачи данной работы:
- анализ взаимосвязей здоровья и личной жизни с нейрографикой;
- осознание роли коуча;
- размышления о возможности применения нейрографики в повседневной жизни;
- построение планов на будущее с помощью нейрографики.
- результате работы прослеживается взаимосвязь нейрографики с жизнью автора. Построены планы на будущее. Освоена и применяется роль коуча.

Вот и прошел год как я познакомилась в интернете с Нейрографикой. Сегодня я осмелилась поделиться с вами моими результатами за прошедший период. Мне посчастливилось пройти путь от ученика и неопытного студента до почти коуча. Сейчас главная моя задача написать диплом.

Необычная женщина, сильная, успешная и уверенная в себе. Самореализация чрезвычайно важна для меня. Я искренне радуюсь, когда чувствую себя полезной, помогая людям. Окружающие прислушиваются к моим советам, мое мнение для них авторитетно. Мне безумно нравится делиться своим тридцатилетним опытом работы в различных сферах жизни и бизнесе. Многим я помогла в достижении их цели. Одну из моих знакомых мне удалось сопровождать от простого продавца до директора маркета. На это ушло почти 6 лет совместного труда. Я горжусь за ее рост в профессии.



Главная черта моего характера это- коммуникабельность. Всегда ставлю задачи и добиваюсь того что наметила независимо сколько для этого потребуется месяцев или лет. Ко мне обращаются мои коллеги, просят помощи и я с радостью им помогаю. Многие люди стремятся добиться жизненных высот, но не у всех это получается. За последние несколько лет я прошла много курсов: работа в интернете, коучинг, психология и другие. Но не было той изюминки которая бы мне была по душе. Больше всего меня привлекало все что связано бизнесом. В прошлом у меня как и многих из 90-х, было несколько направлений по бизнесу. Есть большой опыт и знания. Вот поэтому я искала все что связано с бизнесом. В роли коуча я видела себя на своем месте и твердо решила что буду им.

Мое знакомство с нейрографикой началось в ноябре 2020г. Я случайно в интернете увидела необычайно красивые рисунки. Они мне очень понравились. Мне стало интересно как можно нарисовать такую красоту. Первый мой рисунок был на тему: «Сфера гармоничных событий сегодняшнего дня». Посмотрев первый вебинар о Нейрографике начала думать как применить ее в жизни. Я сразу вспомнила как 10 лет назад рисовала свой будущий дом. Мы купили свой дом через год. Когда я посмотрела на свой рисунок, то он в мельчайших подробностях соответствовал ему. Значит это работает!

Мне сразу стали приходить идеи по поводу применения нейрографики в жизни. Прежде всего я хотела проверить как это работает. Мне было интересно узнать секреты, как с помощью нейрографики можно помогать людям менять их жизнь к лучшему, решать насущные проблемы. И я приняла решение идти на обучение в Институт Психологии и Творчества Павла Пискарева. И вот я студент! Это в мои то года! Сколько было радости! Моя семья и друзья были за меня очень рады и приветствовали мой выбор. Обучение в институте-это был необычайный опыт, я находилась в центре творчества, меня окружали удивительные, талантливые люди. Все они пришли познать тайну нейрографики.

Со многими из них мне посчастливилось познакомиться. Первые уроки были для меня как волшебство. Дух захватывало от навалившейся информации и обилием рисунков. Оказывается, можно просто рисовать, делать что тебе нравится и получать реальные результаты, наиболее для себя и окружающих экологичным образом. Многие у нас идут к психологу чтобы решить их насущие проблемы в жизни, в отношениях.

В нейрографике все это можно проработать самостоятельно, через удивительные и магические алгоритмы. Больше всего меня заинтересовали



модели работы по постановке целей. Это то, что мне так не хватало в моей жизни. Во время рисования приходят различные инсайты, всегда можно найти выход из любых сложных и простых жизненных ситуаций. Приходит осознание и видение своих ресурсов (как проявленных, так еще и не проявленных, но уже ощущаемых подсознанием), возможность объединить их на бумаге, внутри своего сознания и тела, опереться на это, как на монолитный фундамент. Часто после занятий мозг продолжал работать во сне. Большое удовольствие было видеть, как под рукой мастера Павла Пискарева оживают фигуры, весь рисунок наполняется смыслом. Когда рисуешь то что тебе не хватает, обязательно происходят изменения в лучшую сторону. Появляются новые знакомые, меняются события. Жизнь наполняется смыслом и появляется желание творить и делиться своими знаниями с окружающим миром. Рисунки подсознательно программируют меня на позитивные действия.

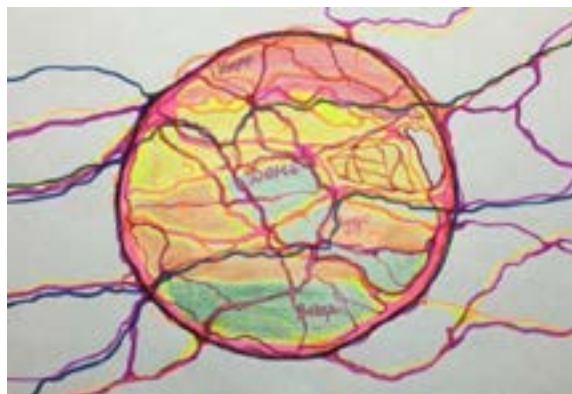
Рисовала каждый день. Мои первые рисунки были далеки от совершенства. Но тем не менее я хочу поделиться своими результатами.

№ 1. Мой первый рисунок с Ириной Рекшинской.

Тема «Сфера гармоничных событий сегодняшнего дня» Ноябрь 2020.

Рисунок № 1.

Этот день запомнился мне на всегда. Когда начала рисовать (Рисунок № 1) то думала что у меня ничего не получится. Слушала, рисовала, настроение было плохое, хотелось все бросить и уйти. Но постепенно голос спикера меня увлек, два часа рисования пролетело незаметно. Я узнала много интересного о нейрографике, ее создателе и алгоритмах.



В итоге после этого занятия весь день прошел на удивление гармонично и с хорошим настроением. Мне это понравилось. Сейчас рисую это почти каждое утро. Уверенна что эту технику нужно применять вместе с физическими упражнениями.

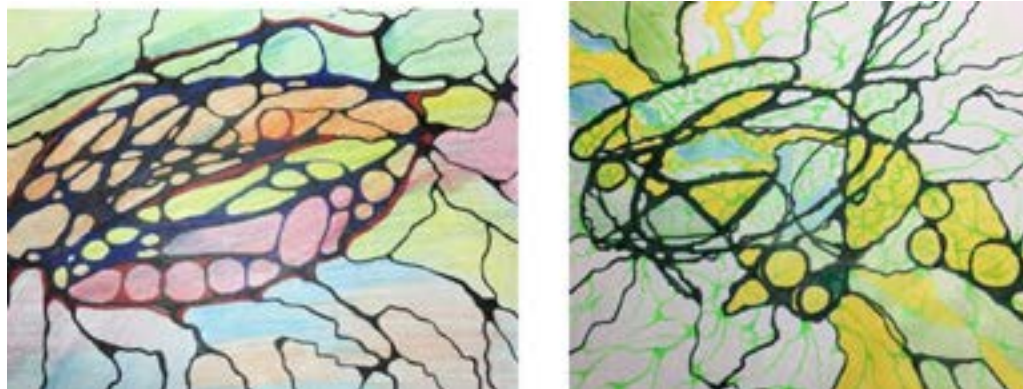


Рисунок №2. Ноябрь 2020. Алгоритм АСО. Тема «Проблема взаимоотношений»

У нас в жизни бывают разные ситуации. Вот и я столкнулась с непониманием и агрессией со стороны людей. В плохом настроении, злости я села рисовать АСО.

На лист было выплеснуто все мое недовольство ситуацией. Во время рисования пережила большое эмоциональное возбуждение. Постепенно после рисования я успокоилась и даже немного прилегла, вздремнула. Стало легко и спокойно. Удивительная техника! Мои рисунки программируют меня на позитивные действия в отношениях с людьми. В дальнейшем, после обучения на курсе, я стала предлагать и моим знакомым использовать эту технику.

У них отличные результаты. Они выражают мне свои благодарности. Рисунок №2.

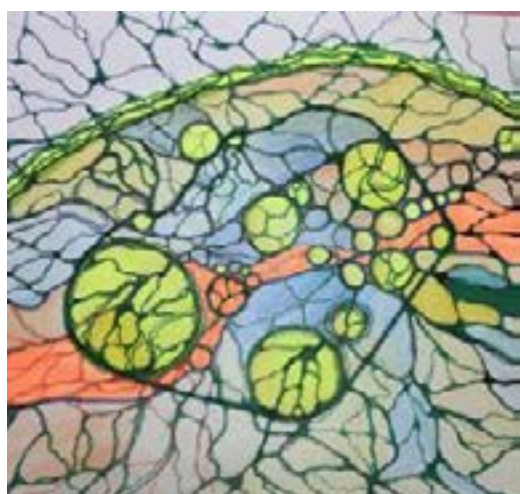


Рисунок №3. Декабрь 2020. Тема «Мои знания и их применение». Над этим вопросом я часто думаю. Для чего я здесь и чем я могу быть полезна людям? Как могу применить свои знания и опыт в жизни. Рисунок №3. Я рисовала и представляла себе людей, с которыми я могу встретиться в интернете и поделиться с ними своим многолетним опытом. Рисунков было много и очень разных.

В результате этой работы через несколько недель я случайно познакомилась с двумя девушками, которые хотели найти работу в интернете.



Я предложила им пройти у меня курс «Системный администратор», они согласились. Сейчас они имеют хорошую работу и высокую зарплату. Я была очень довольна рисунками и своей работой с ними.



Рисунки №4.

Рисунок №5. Тема «Как найти потерянную вещь»

А вот еще один случай применение нейрографики в жизни. Перед новым годом я потеряла очень ценную вещь. Несколько дней я рисовала АСО. В интернете нашла видео с названием «Как найти потерянную вещь» (рисунок № 5) и прорисовала с группой. Наверно я что-то делал неверно, но свою вещь я так до сих пор и не нашла. Очень жаль. Попробую еще порисовать, вера что она найдется.

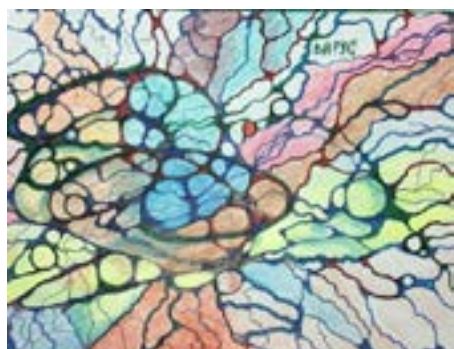
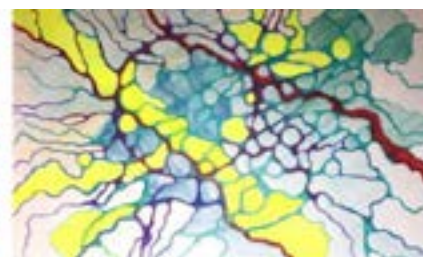


Рисунок № 6. Тема «Вирус»

Шел второй год карантина. Мне пришла идея рисовать вирус. Рисунков было несколько. Но вот один из этих рисунков №6. В ходе работы было большое сопротивление, неприязнь страх за будущее.

Но после рисования негативные эмоции чудесным образом трансформировались в позитивные, наступало спокойствие и уверенность в завтрашнем дне. Сейчас прошел уже год с того времени и в нашей семье никто не заболел за это время. Это меня вдохновляет и дальше продолжать рисовать.



Рисунки № 7.



Больше всего рисовала АСО рисунки № 7. Избавлялась от своих вредных привычек, прививала себе гармоничные и полезные. Работа над собой с помощью нейрографики мне очень помогла. При помощи рисунка я выходила и прорабатывала самые глубинные слои психики и снимала свои ограничения. Начала рано вставать, планировать свое время, улучшилось настроение. Эмоции стали более осознанными. Конечно было и трудно. Мои сопротивления давали о себе знать. Были сильные головные боли, беспокоил желудок, спина. Проявлялось недовольство, плохое настроение, хотелось бросить рисовать и заняться чем-то другим.

Еще один рисунок № 8. Тема «Мой род и мой талант»

Но рисование все больше привлекало меня. Я прорабатывала вместе с коучами различные алгоритмы. По ночам мне стали сниться яркие, цветные сны. Для меня это было большим удивлением и сюрпризом.



Я редко видела цветные сны за последнее время. Многие инсайты приходили ко мне во сне.

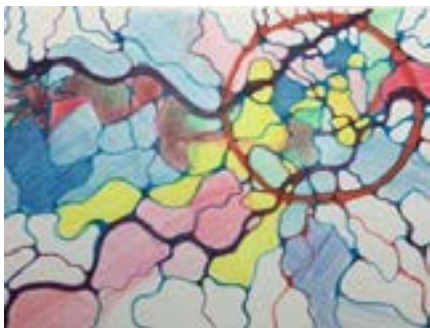
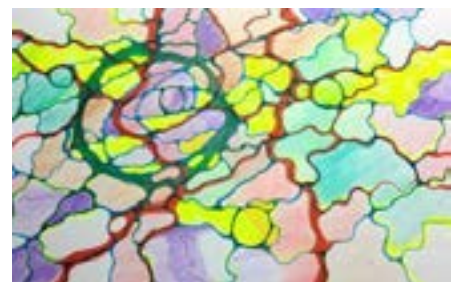


Рисунок № 9. Тема «Реализация товара»

Мне нужно было продать товар я решила провести испытание в очередной раз с нейрографикой. Хорошо помедитировала, в хорошем энергетическом заряде села рисовать своих покупателей. Разговаривала с каждым из них как с живым. Каково же было мое удивление, когда весь мой товар купили оптом за пять минут. В душе я ликовала и меня разбирал смех. Весь день провела в состоянии эйфории. Рисунок № 9.

Рисунок № 10. Тема: «Рабочая канализация»

Вот еще один случай из моей жизни с нейрографикой. Около полугода у нас под дорожкой дому появлялась вода. Мы не обращали на это внимания по причине частого использования воды в этом месте.





В июле месяце муж убрал часть дорожки и раскопал небольшую яму. Мы очень удивились, когда обнаружили что при прокладке интернета в этом месте повреждена труба. Начались мучительные поиски сантехников по ремонту, сезон работ был в самом разгаре и все были заняты. Муж обзвонил почти шесть организаций, но все без результата. Тогда мне на выручку пришла моя родная нейрографика. Как всегда хорошо настроившись на тему, зарядила свои нейрончики и села рисовать. О чудо! На следующий день пришел сантехник и за 2 часа работы поменял нам злощастную трубу. Моим удивлениям до сих пор нет конца. Рисунок № 10.

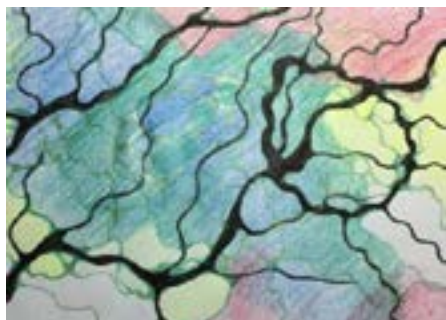


Рисунок № 11. Тема «Вопрос по инвалидности»

Это случилось ранней весной. Моя сестра инвалид по жизни. И вот однажды ей пришла бумага о том, что ей нужно пройти комиссию снова. Естественно, она начала волноваться по этому поводу.

Я предложила ей порисовать алгоритм АСО. Во время сессии она нервничала, даже заплакала, но к концу рисования успокоилась. Через несколько дней она выяснила, работники больницы допустили ошибку. Она была очень рада. После этого случая прошло несколько месяцев. Она часто обращается ко мне с просьбами порисовать на разные темы. В ее семье стало меньше ссор и улучшились отношения с взрослыми детьми.

Рисунок № 12. Тема «Снятие боли в желудке»

Параллельно обучению я прошла курсы по «Нейрохилингу» и «Дневник Пользователя». Раньше я проходила обучение в китайской фирме «Фохоу». Получила сертификат по Биоэнергетическому массажу на аппарате этой фирмы. Делала массаж.



Константин Берман на уроках Нейрохилинга помог мне более глубоко изучить: как воздействовать на органы цветом пяти элементов, управлять энергией, как распознать симптомы и синдромы в соответствии с У-Син.

Было обычное летнее утро. Я готовилась к вебинару по Нейрохилингу и вдруг у меня начались боли в желудке. Состояние было неприятное. Я решила не использовать таблетки, а применить знания, полученные на этом



курсе. Недолго думая помедитировав, села рисовать. Рисунок № 12. Постепенно мне становилось лучше. К вечеру этого дня желудок меня совсем перестал беспокоить. Моему удивлению не было границ. Нейрохилинг помогает мои родным и знакомым. Моя подруга пожаловалась на бессоницу. Я предложила ей применить нейрохилинг. Мы рисовали вместе, она прорисовывала меридианы, наносила красны цвет на пальцы руки. Результат: появился сон, на протяжении нескольких недель она не просыпается ночью. Нейрохилинг хорошо работает и дает оздоровительный эффект.

За время обучения в институте, прошла дополнительно курс «Дневник Пользователя». Это была еще одна возможность расширения представлений о Нейрографике. Рисунки № 13. За 21 день рисования мне удалось более глубоко проследить изменения внутри себя, проанализировать свои состояния во время рисования алгоритмов: АВН, АСО и других. Мои мысли проявлялись в чувствах. Применяя цвет мое тело откликалось, я никогда ранее я не обращала на это внимание. Были приятные и неприятные ощущения: бросало в жар, пересыхало в горле, вдруг начинала болеть голова. Но вместе с этим у меня улучшилась концентрация внимания, возрасло творческое мышление, я стала более уверена в своих силах, повысилась мотивация к действию. Вместе с этим приходили новые идеи, появлялись возможности для их реализации. В это же время несколько моих клиентов предложили мне организовать совместный бизнесе. В ходе дискуссий о бизнесе возникало много вопросов. В ходе сессий мы решали эти вопросы. Приходили к единому мнению. После окончания института мы продолжим работу над этой темой.



Рисунки № 13. Работы из Дневника развития.



Мне интересно изучать секреты нейрографики с их помощью можно помогать людям, у которых есть запросы на изменения в жизни. Обучение в институте проходит очень интересно и увлекательно! Каждый раз что-то новое! Приходят новые идеи для использования алгоритмов, которые я тестирую на себе.

В ходе коуч-сессий я получаю неоценимый опыт и знания. Одна из последних встреч с моей холодной клиенткой закончилась для меня сюрпризом.

Во время проведения сессии к нам присоединилась ее двенадцатилетняя дочь Оля. Она захотела рисовать с нами. Я предложила ей порисовать «Звезду ее цели». Она с большим интересом начала рисовать вместе с нами. Рисунок № 13. По ходу сессии я рассказывала им о Нейрографике. Она задавала множество вопросов: что можно рисовать и как это работает.



Рисунок № 14. Тема «Звезда ее цели».

По окончании нашей встречи она попросила провести урок рисования на следующий день. Конечно, я не смогла ей отказать. Вечером следующего дня мы с ней встретились. Днем с ней случилась неприятность.

Она поранила ногу и была в поликлинике, где ей наложили швы. Я от всей души ей сочувствовала, она в свою очередь рассказала, как все произошло.

Рисунок № 15. АСО. «Крепкое здоровье»

Нога ее все еще немного болела. Я предложила ей порисовать АСО. После рисования я спросила ее как она себя сейчас чувствует? Она сказала, что нога не болит. И попросила меня еще порисовать с ней. Она назвала свой рисунок «Крепкое здоровье» Это ее рисунок АСО № 15.





После этого случая с ногой она решила стать врачом. Мы обсудили достоинства и недостатки этой профессии. Поговорили о ее склонностях, способностях, интересах и мотивах. И Оля пришла к выводу что она не сможет проходить практику в больнице.

Больше всего ей нравится танцевать, она ходит на уроки танце уже несколько лет. Выступает в концертах и получила уже несколько почетных грамот. Показала мне свои фото и призы. Она с удовольствием занимается танцами с ребятами из младшей группы. «Выбор профессии» рисунок № 16.

Мы вместе шутили, говорили о серьезных вещах, рассуждали. Настроение было прекрасное. Не хотели расставаться. Договорились еще рисовать. Работу Оля выполняла с большим старанием.



Рисунок № 16. Тема «Выбор профессии»

После окончания нашей сессии Оля изменила свое мнение относительно выбора профессии. Она хочет стать учителем хореографии. Я рада за нее.

У меня получилось объяснить ей весь процесс продвижения к ее цели. Все свои мечты она нарисовала в этой работе. Рисунок № 16.

На следующий день Оля прислала мне еще несколько рисунков № 17, но уже нарисованных самостоятельно.



Рисунки № 17.

Для меня это был первый случай работы с подростком. Я сама себя чувствовала ребенком. Он принес мне огромное удовлетворение. Как оказалось я могу преподавать Нейрографику и подросткам.



Рисование позволило Ольге Понять себя, свободно выразить ее чувства, мечты, освободиться от навязанных идей.

Нейрографика это уникальный и научный метод, она открыла мне двери в новый удивительный и сказочный мир красоты и гармонии.

В ней я нашла ту изюминку, которая меня так заинтересовала. Она позволяет быстро выйти за рамки стереотипного мышления и войти в состояние потока, помогает решить нестандартные задачи. С ней как со своей близкой подругой можно посекретничать о своих проблемах и получить совет как жить дальше. Я убедилась, что с ее помощью я могу решать не только свои, но и чужие возникшие вопросы в жизни.

Моя жизнь вышла на новый уровень благодаря нейрографике.

Все мои работы в нейрографике уникальны и очень мне дороги. Они принесли ощутимый результат. Я не заметила, как мягко и безболезненно изменилось мое внутреннее состояние, появились новые чувства в процессе рисования, гармонизировались мысли, эмоции, телесные реакции и я почувствовала радость жизни. Появились новые друзья, увлечения, улучшились мои отношения с людьми. Я поновому стала смотреть на жизнь и мое окружение. С помощью нейрографики я могу смело менять свою реальность и помогать людям легко и главное экологично менять их жизнь к лучшему. В настоящее время мне это удастся, я горжусь этим. Значит я не зря пошла на курс нейрографики и получила отличные знания и навыки. Моя заветная мечта приносить пользу людям, быть коучем сбылась. Сожалею что не знала этого метода раньше, в самые трудные времена моей жизни. Вместе с нейрографикой я работаю для достижения поставленных задач.

Вот и прошли месяцы обучения. Впереди диплом. Мне было приятно работать с моими учителями и коллегами. Все знать невозможно, мне на пути всегда встречаются Наставники, Учителя и проводники, готовые передать свои накопленные знания и техники, задать нужные вопросы в нужное время. Они делятся своим опытом, поддерживают меня с истинной любовью. Даже просто находится рядом с такими людьми это уже трансформация! Надеюсь, что метод Павла Пискарева будет радовать и приносить результаты тысячам людей, как он приносит мне в настоящее время.

[Ссылка на дипломную работу Anderson Liubov в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.



Тема: программа будущего года.





Автор:
Antonsson Elena
Супервизор:
Дорошенко Светлана

Тема:
НейроГрафика в моей жизни.

О - Нейрографика! Как же я жила без нее? Как долго я откладывала в долгий ящик просмотр этой завораживающей сказки.

Впервые я увидела рекламу, блуждая на просторах интернета в поисках ответов на вопросы: как не сойти с ума, живя как «Дюймовочка» в заточении у крота из детской сказки? Я всегда сравниваю свою жизнь с любимыми персонажами, конечно же, у которых в конце всегда «Хэппи энд». Конечно, еще есть не хорошая ситуация с моим сыном, на которую я тоже ищу ответ: кто, когда и почему виноват в том, что мой сын зависим от наркотиков? В осознанном возрасте, имея троих детей, что-то или кто-то подтолкнуло его к употреблению запрещенных веществ. И он сломался. Но все по порядку.

Я убегала от себя. Как мне сложно найти мужчину сильнее меня, не в физическом плане, а чтоб стал опорой и было плечо, на которое можно опереться. От отношений с бывшим мужчиной, он был страшная «гулена» и алкоголик. От наркозависимости моего сына, за действиями которого я постоянно следила, как он, чем занят, где находится, проблемы в его семье висели надо мной.

В России не было желания больше с кем-то строить отношения, а я ведь еще совсем молодая пенсионерка, и я поняла, что сильные женщины, это проблема для них самих и для мужчин. Поэтому я познакомилась со взрослым, обеспеченным мужчиной из другой страны, в надежде стать слабой женщиной. И вот я оказалась в Швеции.

Прекрасная страна со своим характером, бытом, обычаями и менталитетом. Читая об этой стране в интернете, нельзя понять или узнать ее жителей. Поэтому я практически летела на крыльях счастья в эту страну ко взрослому, наделенному опытом и жизненными знаниями мужу.



Познакомились мы по интернету. В течение двух лет переписывались, встречались. Я была полна надежд и ожидания сказочной жизни. Казалось, что еще нужно двум взрослым людям. У каждого свой багаж за спиной, нет общих проблем, но, как оказалось, нет и общих интересов. Я, уставшая от проблем в семейной жизни, покинула Россию. Делить нам было нечего, у него все есть, я только должна была приехать и скрасить своим присутствием его старость.

Финансовых проблем ни с моей стороны, ни с его – не было. Моя не большая пенсия, по устной договоренности, должна была копиться на счете для возможных путешествий или на «черный день». Так определил мой новый супруг. Его же финансового дохода должно было хватать на наше проживание.

До моего переезда, в период общения, мы пару раз встречались в городе Сочи. Там он мечтал на несколько месяцев снять дом и зимовать в нашей стране, где не дорогое питание, дешевая аренда недвижимости. Все было распланировано «от» и «до». Дешево, надежно и удобно. Я строила планы, мечтала путешествовать, гулять вечерами по побережью в летние месяцы. Здесь зимы ветреные и сырые. Мы тоже живем на берегу холодной Балтики. Так романтично все начиналось, но дверца захлопнулась по приезду в его дом.

Свои порядки, свой характер и нрав он показал уже в первый месяц. Думала, все наладится, ждала, улыбалась, учила, как могла, шведский язык. Первое, что я услышала, так это то, что пенсия его стала меньше из-за меня. Мне пришлось снимать свою пенсию каждый месяц. Но и этого стало мало, мне сказали, что я много ем. Поэтому в первый месяц я ощутила себя «Дюймовочкой» в клетке. Но я очень терпеливая и выносливая. Мы – русские женщины, сильные и смелые, храбрые в каких-то ситуациях.

После денег начались придирки разных форм. Не так закрыла дверь, пожарила овощи – «навоняла». Сдвинула салфетку на столе. О, боже, открыла жалюзи и испортила солнечным светом мебель из «Икея»! Не должна есть русскую еду, ведь я теперь в Швеции и у них другая еда. Дальше обувь на каблуках, нельзя, платья шведки не носят.

Но, собрав все свое мужество, я ответила, Я – русская. Когда дело дошло до парикмахерской и ногтевого салона, у него перехватило дыхание. Ведь в этой стране эти услуги ужасно дорогие, но не для него. С его финансовым благополучием мы могли себе это позволить. И так каждый день, он придумывал что-то новое. Я прожила сложную жизнь и смогла



приспособиться и здесь. Сама красила волосы и делала маникюр. Платья я сняла с плечиков и сложила на полки. Эта тихая тирания усугубилась пандемией. Теперь я даже не могла улететь домой. Границы закрыли, изоляция по всему миру. Ощущение, что потихоньку схожу с ума.

В один прекрасный день, шведский сосед по дому отдал мне свой старенький велосипед с одной рабочей передачей. Было такое умиление, что посторонний человек делает подарок. Вот значит, как ценят моего мужа и оценили его выбор. Я не придавала значения, когда читала документы от шведской коммуны о разрешении на женитьбу моему будущему мужу, что там бывшая жена – Ольга. Я не могла представить, что до меня у него уже была русская жена. Я – вторая. Но это их прошлое. Меня это не касается. Оказалось, что на ошибках первого брака он сменил тактику и, кажется, просто мстил. Теперь я не могла посещать школу, соседку – белоруску, говорить с друзьями. Накачав себе в телефон аффирмаций и медитаций, вырвалась на стареньком велосипеде на свободу на один час в день с обязанностью отчитываться, где была. Но этот час был как глоток свежего, бодрящего, жизненно необходимого воздуха.

Я начала изучать окрестности. Увидела кроликов, сидящих рядом с велодорожками, уток в маленьких прудах, не спеша плавающих лебедей, цаплю. Это фантастика. Блаженство. Дальше весна во всей своей красе. Я со слезами на глазах заходила домой. Показывала мужу фотографии с прогулки. Но с его стороны были только насмешки, сколько можно фотографировать, что в этом такого, скукота. Я прожила 37 лет на Крайнем севере и кроме рябины, берез и елок ничего не видела. Это была первая весна в моей жизни во всем ее великолепии.

Слушая медитации о том, что мы – художники своей жизни, не могла предположить, что скоро я буду рисовать свою жизнь в прямом смысле этого слова.

Мы каждый день гуляли с супругом то в лесу, то по берегу моря, в зависимости от ветра, строго по одному часу. Там, где нет людей, нет опасности коронавируса. Медитации и аффирмации крутились в моей голове как пластинки. Я ходила и улыбалась, мечтала, благодарила и вглядывалась в синеву моря и неба. Даже моя молчаливая улыбка доставляла ему нервное раздражение. Свои фото с улыбкой я выкладывала в социальную сеть «Одноклассники», а мне в ответ писали о том, что взгляд мой потух и в нем столько печали и тоски. Где же та веселая и жизнерадостная Ленчик? А нет ее, глубоко спряталось, сжалось, скукожилось счастье. Как его достать? Кому? Зачем? А на велосипеде я забывала обо всем и летела на крыльях



свободы по всему простору нашего района, потому что на дальнейшее расстояние у меня не было времени – 1 час свободы, ну может еще минут тридцать, и всегда с отчетом, где была? Это мука, это тюрьма повышенной комфортности.

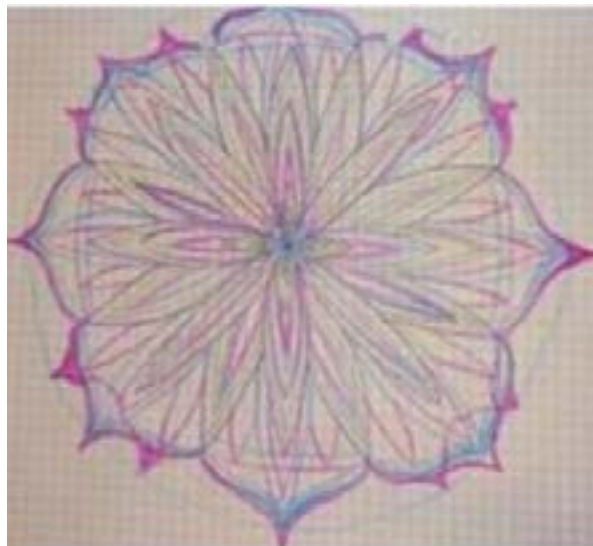
Однажды я гуляла по берегу моря в одиночестве, меня отпустили. Его дочь купила дом и его нужно было привести в порядок. Когда она ему звонила, я с замиранием сердца ждала ответа, едем мы или нет. Ведь это все утро я одна, сама с собой. Мы за полтора года ни разу не вышли из дома вечером.

Я ни разу не видела вечернее море. Он всегда отвечал, что не может ходить, он болен. Мне ничего не оставалось делать, как смотреть телевизор или сидеть в компьютере. Начались проблемы со стороны невралгии или защемление седалищного нерва. Сидя возле него на диване, хотелось кричать, я не могу больше, я устала, мне нужно двигаться. И вот прекрасная погода. Он соглашается отремонтировать крышу, а это, возможно, будет длиться до обеда. Ура! Я буду одна! Море, солнце и весна.

Когда были работы по дому у его дочери, он не мог мне запретить гулять. Я стояла на берегу и просила у Вселенной помощи, найти свое место, свое предназначение, хобби или занятие по душе, ведь мне всего 54 года и жить в полном заточении и изоляции я не смогу долго. Надо искать то, что можно делать, не выходя из дома.

Приехав после прогулки, включила компьютер и увидела рекламу Нейрографики. И в тот раз я впервые посмотрела онлайн встречу и простое рисование с Павлом Михайловичем. Рисовала ручкой из четырех паст. Я ничего не поняла, но что-то чертила, обводила. Потом смотрела ролики инструкторов, потом появилось желание понять, что это. Все это было сложно. Ни образования, ни свободы. С кем поделиться, у кого спросить? Я одна и это мой выбор. Дальше, настойчиво, я уговорила мужа приобрести цветные карандаши. 24 карандаша и черновики листов формата А4 – это было счастье. С этого началось мое удивительное путешествие в мир Нейрографики.





Это моя первая мандала. Как я рисовала это ручкой со множеством разноцветных паст Муж решил, что совершил ошибку, купив мне карандаши и два маркера, стал еще больше злиться, называя мое занятие глупостью, детством, бредовой идеей. Злился, что забросила изучение шведского языка. А зачем шведский язык мне, ведь я взаперти, нельзя ни с кем встречаться и общаться.

Теперь, по утрам, вместо шведского языка, я рисовала круги и линии. Раскрашивала, пачкала его белый стол карандашами и получала замечания. Я старалась после себя почистить место от карандашей, которое я растирала ребром ладони, чтоб не было цветных пятен. Летом совсем стала не в силах выносить этот плен.

Случайно нашла работу в яблочном саду, паковать яблоки. Это было и счастье, и страх. Как сказать ему? Он был очень зол. Как я сама смогла без разрешения принять решение пойти на работу. Но здесь опять не обошлось без высших сил. Мои просьбы, ежедневные мольбы о помощи были услышаны. И вот сентябрь – я пакую яблоки с польскими парнями. Наконец у меня есть собственные деньги. Я украдкой брала свою карточку из его кошелька и покупала маркеры, это так дико и смешно сейчас. Наконец у меня есть хоть какая-то надежда вырваться из этого плена.



Есть деньги, значит есть возможность что-то «пропищать» в ответ, что он не прав или я имею права что-то хотеть, что-то купить самостоятельно. В дальнейшем я тайком брала карточку и покупала маркеры или крупу для каши. Однажды он спросил, ты, наверное, ешь втихушку в магазинах, когда катаешься на велосипеде, для меня это было что-то вроде не с умалишенным ли я человеком связала свою жизнь. Однажды у меня упал сахар на велопрогулке, я диабетик, и после этого у меня в кармане было по 30 крон на банан или сок, вдруг под рукой не окажется конфеты.

Деньги, которые поступали мне на счет с моей работы, мы не трогали, это был запас на случай его смерти. А умирал он каждый день. Напряжение не отпускало. Или умри уже или живи как нормальный человек. После постоянных запросов в интернете стали приходить приглашения на курсы от инструкторов. Но как же взять деньги, я не знала. Даже на онлайн обучения шведскому языку он не разрешал тратить деньги. И вот реклама института Нейрографики. Полное обучение онлайн по вечерам. Боже, как страшно, как спросить денег, как сказать, что хочу учиться, как уделить время обучению, когда надо сидеть возле него и смотреть телевизор с 18 до 22 вечера и затем сразу спать. В голове одни вопросы – КАК?

И я начала рисовать СВОБОДУ. Свободу от тирана, его придинок, указов, унижений, запретов, насмешек, попыток уничтожить во мне все русское, всю привлекательность, все мое обаяние. Рисовала учебу в институте и оплату. Рисовала, как могла, по роликам с инструкторами, Анна Бойчак, Ирина Мартынова, Анна Коструб, Лана Сапфир и многими другими, и с самим Павлом Михайловичем, без описания, без тем, без рефлексии, и это приносило мне радость, успокоение, тепло и надежду на улучшение в отношениях с мужем и разрешение учиться.

В один прекрасный вечер, увидев его хорошее расположение духа, я отважилась и попросила оплатить из своих заработанных денег обучение. Он обомлел, услышав сумму. Я взяла тайм-аут на несколько дней и опять молилась, просила помощи у Творца. С третьего раза он согласился. Мной было приведено огромное количество доводов, и вот оплата. Первый раз деньги вернулись на счет и 250 крон удержали за возврат. Второй раз – неудача и опять 250 крон. Этого он уже не вынес, и мы поехали в банк. О – это было счастье, мне помогут. Муж боится заболеть коронавирусом и мы были на самоизоляции. Каждый наш выход на улицу сопровождался стонами, что он умрет, но руки не мыл, маску не одевал, перчатки категорически отказывался надевать и не пользовался антисептиками. Наконец оплата прошла. Осталось дожидаться марта.



Моя елка с Павлом Михайловичем и все желания и мечты, перед новым годом, где я замиранием сердца ждала начала учебы.

Это елка с Анной Бойчак, под елкой подарки, а на елке мои мечты о школе, об институте, бизнесе и счастье, там же дом и моя семья.

Зимнее окошко, тоже рисование с инструктором в свободном доступе в интернете.

Это, рука, берущая дары Вселенной.

И вот-вот начнется долгожданная учеба. И снова срыв. Зная, что есть самолет, и он отвезет меня домой, подальше от этого безумия, дала себе сутки на раздумье. Желание свободы перевесило все. Границы открыты! Что делать? Решение одно – бежать, сломя голову, домой, к семье, на Родину. Собрав только необходимое, купив конфеты, сыр и печенье для внуков, я уехала. 8 марта и я дома.



Раньше я рисовала свою мечту, увидеть Париж и о чудо, я лечу через Париж и вижу Эйфелеву Башню с высоты птичьего полета. В дальнейшем я узнала, что нужно конкретно ставить цели перед Вселенной, ведь она не понимает, что ты хочешь. Написала или нарисовала Париж, вот тебе Париж из иллюминатора! Начались занятия. Неумело, по-детски, выводила линии, округляла, нервничала. Не получалось.



Первые АСО, первые скругления. Моя внучка шести лет тоже взяла мои фломастеры и села рисовать рядом. «Вот бабушка, твоя нейрографика».



И отношения с мужем вроде стали налаживаться. Спустя месяц, решила еще раз попробовать дать ему и себе шанс. Мое возвращение было не таким тяжелым, ведь первые алгоритмы я уже освоила и знала, как снимать стресс. Приехав обратно в Швецию, я почувствовала некую свободу.

Есть прививка от коронавируса. Он смотрел с завистью на меня и в новости по телевизору, когда же появится вакцина здесь. Я осмелела немного, ведь теперь есть самолет и возможность уехать навсегда. Он тоже вроде притих, может, поняв мою решительность. Он мне выделил даже ящик для принадлежностей. Я подумала, что он оттаял, понял, принял меня и мое обучение, ведь я объяснила свое стремление учиться тем, что я смогу, не выходя из дома зарабатывать деньги. А деньги для него – «святое». Начались занятия по коучингу и мне нужна была лампа. Для успокоения совести, я закинула «удочку», что мне нужна лампа на штативе. Ограничений по коронавирусу в Швеции не было. Шведы – очень законопослушные граждане, они соблюдали дистанцию, использовали средства защиты, придерживались самоизоляции пожилые люди. Дети помогали с приобретением продуктов, хорошо отработали и социальные службы. Все очень хорошо организовано. Но мы решили сами узнать в трех магазинах про эту треногую лампу. Никто о такой и не слышал. И вот я ее заказала по интернету и опять выказал свое недовольство. Затем набор карандашей.

После этих покупок я поняла, он не изменится. Был скандал, что это за рисунки и т.д. И вот, рисуя собственные границы и свободу своей личности, прямиком оказалась свободной. В одно прекрасное утро мне было сказано уходить. Было и смешно, и глупо, не из-за чего, просто обрезала макушку своему фикусу и поставила в стакан с водой. И я услышала «забирай свой цветок и уходи» у меня нет места для твоих цветов. Так я обрела свободу. Через страх, через неумение, незнание ничего я ушла.

Мои соседи приютили меня на две ночи. Моя соседка плакала вместе со мной и обнимала меня, как родную дочь. Сказать, что они были в шоке, значит, ничего не сказать. Всегда улыбчивая и веселая, и вдруг вся в слезах,



уставшая и потерянная, встала перед ними. Они помогли связаться с социальной службой, но я здесь никто и должна вернуться домой, на Родину. Муж был очень зол, узнав, что меня приютили его друзья, говорил им, что я фальшивая и я играю людьми. Это все было для меня шоком, ведь я никогда в жизни не могла даже врать или придумать что-то. Но он пообещал оплатить багаж и билет до России.

Как же мне жаль потерянных лет, а это, ни много ни мало, четыре года. Четыре года из пятидесяти пяти это уже много, это ужасно много. Сколько мне дано? Я прожила целую неделю одна, без окон. Я рисовала, рисовала и рисовала теперь уже счастье и покой, потому что свобода у меня уже была и ее никто не сможет отнять у меня. Дальше круги, круги, это покой и гармония. Никогда, за все время рисования не было желания бросить сопряжение, видимо во мне было столько гнева, негодования, разочарования и обиды, что хотелось все сгладить, округлить и гармонизировать, хотя слово гармонизировать для меня было так ново.

И пришел тот момент, когда я почувствовала в себе силы и решила остаться и добиться справедливости. Я была уверена, что не может все так просто закончиться. Я рисовала и рисовала. АСО, страх, ресурсы, будущее, АВН. Потихоньку моя нервная система стала приходить в норму. Живя в съемной комнате 4 месяца, я опять попала в зависимость от хозяйки и от ее мнения. Ее раздражало все, так же как и моего бывшего мужа. Но здесь я могла, пусть не смело, но все-таки отвечать, что это мне помогает, что я не буду распаковывать свои вещи и обойдусь тем, что есть в чемодане. Было сложно, все звали домой, на родину.

Иметь свою точку зрения было, оказывается сложно в чужой стране и оказаться опять на улице я не могла, это не Россия. И вот дневник развития. Через 21 день я дошла до своей проблемы. Я – уязвима. Я не могу сказать нет. Мне легко вменить чувство вины. Мою хозяйку так же раздражали карандаши. Ее, как и моего мужа выворачивало на изнанку. Было смешно, ведь я это уже проходила и победила один раз, значит одержу победу и во второй.

Первые дни Дневника развития решила гармонизировать свое состояние. 4 дня только АСО на гармонизацию себя.



Страхи, нервозность, нерешительность, потерянности, что делать? домой или остаться, бороться или сдаться? После АСО почувствовала уверенность, потом АВН. Тема- Я снова живу, моя весна в душе, я все смогу.



Рисунок 13. Дальше работа над своими задачами. Поле благополучия, рисую с инструкторами по видео роликам и задаю свои темы.

Рисунок 14. Мандала своего состояния. Работая с собой, я приобретала силы, как Илья Муромец. Мне скоро предстоит встать и пойти!

После АСО почувствовала уверенность, потом АВН. Тема- Я снова живу, моя весна в душе, я все смогу. Но я узнала, что по окончании моей визы «Невесты» меня депортируют за счет государства. Поэтому я решила провести эти летние месяцы, наслаждаясь солнцем, пусть все идет своим чередом, пусть поможет мне Творец.



Моя хозяйка квартиры уговорила меня пойти на встречу с мужем и попробовать мирно, без судебных разбирательств, без свидетелей и адвокатов найти решение этой задачи. Он соглашается на встречу, но начинает бравировать, тем, что он сильнее и от него зависит мое пребывание, что я фальшивая, хитрая женщина. Я стояла в стороне, мы договорились о том, что мои новые друзья и мой муж будут беседовать наедине. Нервно стоя в сторонке, я предполагала, что он выльет всю грязь, ведь главная защита, это нападение.

Но моя подруга, теперь мы лучшие друзья в Швеции, хоть и есть между нами огромные разногласия, все же защитила меня, и он все-таки сдался. Мы подписываем соглашение и мирно движемся дальше по жизни, не причиняя друг другу вред. Я до сих пор с ужасом вспоминаю те месяцы, которые я провела с ним. Есть масса писем, о том, что ты со мной делаешь, зачем ты так поступаешь со мной, ведь я же человек со своим характером и так далее.

Я писала ему через гугл переводчик, потому что я не могла выразить или сказать свою боль ему в глаза из-за незнания языка. Я учила только слова и коротенькие словосочетания, поэтому мне приходилось говорить о чем-то серьезном только через гугл переводчик.

День 21, уже в работах солнце, мечты, желание двигать вперед. Тема.1.0. Моя новая реальность. Рисую в центре листа себя, это новая я. Обвожу себя много раз, набирая много слоев, много энергии, много линий, усиливая себя, не давая пробить себя ни единой проблеме. От себя пускаю лучики, согревая всех, кто попадает в мое окружение, даря им любовь, но избегая зависимости от их благодарности. Больше быть в зависимости я не хочу. Тема.2.0. Все идет по плану Вселенной, я доверяю свою судьбу Высшим силам. Я счастлива, сбалансирована и наполнена во всех отношениях.

После дневника развития я обрела себя, словно крылья раскрылись за спиной. Я снова начала мечтать. Моя ненависть к мужчинам рассеялась, ведь не все они такие. Ведь это испытание было дано мне. Знаю, что не зря мне попала на глаза реклама Нейрографики, которая перевернула мою жизнь. Я тогда еще не знала, что встречу Мужчину своей мечты, но когда я прочитала от него сообщение, что ты только не подумай о всех мужчинах Швеции, мы не такие как ОН, я сразу поняла, что это знак свыше. Но мы движемся дальше Май, июнь, июль – свобода, море, лето, солнце и пляж. Что еще нужно?



Рисую, сопрягаю, постигаю. Наконец мне ответили из школы для мигрантов. Я иду в школу, как «Буратино», первый раз в первый класс с новеньким учебником. Как же я мечтала о ней, как же я хотела учиться. И опять слышу: брось рисовать и учи слова. Что это? Рок или испытание? Опять рисую свободу от зависимости от людей, которые меня окружают, от их мнения, АСО, новую жизнь, новые отношения. Сложно будет проделать свой путь одной в чужой стране, а возвращаться все-таки не хочется на Родину. Еще слишком слаба для сочувствия, взглядов, неоправданных надежд и злословия недоброжелателей.

В школе меня стали прослушивать и давать хорошие оценки, удивляясь, как я сама, дома, в изоляции изучила этот сложный для русского слуха язык. В понятии моего бывшего мужа я всегда была бездарной, как мог, он принижал меня перед всеми. Но я- то знаю, что на первом рисунке я уже рисовала школу и разговорный свободный шведский язык. Рисую новую жизнь, через четыре месяца я обрела мужчину и его дом в тихом и отдаленном от городского шума районе, место в школе, финансовую независимость, заботу, свой кабинет для рисования, огромное количество цветов на окнах и в саду, и обещание поставить маленькую теплицу весной для огурцов и помидор. О, чудо, я посадила в саду американскую голубику, черную смородину, рассадила заросли клубники. О таком я даже не могла мечтать, когда ехала в далекую Швецию.

Как же он любит нашу шарлотку! Как он любит говорить, что эта кухня теперь принадлежит тебе, закончилось твое злоключение. Дома пахнет едой, выпечкой и счастьем. Мы неустанно благодарим небеса за нашу встречу. Знаю, существует психологический барьер, все-таки немного пошатнулось мое психическое здоровье. Находясь в магазине, я все еще спрашиваю своего мужчину, могу ли я положить в корзину тот или иной продукт или вещь, можно ли мне приготовить что-то на свой вкус, могу ли я купить лишний цветок? Мне все еще хочется спросить разрешение взять или сделать что-то. Но я над этим работаю.

Со мной сейчас есть волшебное рисование. И я точно знаю, что обрела свою свободу только благодаря рисованию. Сколько кейсов на тему отношений между нами. Сколько было вложено энергии на гашение конфликта, на восстановление отношений между мной и моим уже бывшим мужем. Мы заключили худой мир. Сейчас мы мирно сосуществуем, он мне помогает, а я приношу ему яблоки. Сейчас мы пусть и не друзья, но мы мирно общаемся. Один страх не могу преодолеть, я забываю все шведские слова при нем. Над этим надо поработать. Но у меня впереди уже другие



цели и это- не самое главное звено в моей жизни. Знаю, что Вселенная услышала меня на берегу моря и через Нейрографику указала путь к развитию, к поиску своего предназначения. Нейрографика открыла мне путь в школу для мигрантов, новую семью, друзей, знакомых в этой стране, где мне было сказано моим экс-мужем, что я здесь – никто. Я очень надеюсь, что смогу помочь своему сыну победить зависимость и не только. Показать, как прекрасен этот мир.

Жизнь изменилась в короткий срок – 4 месяца. Свобода – это Нейрографика. Это моя жизнь, мое будущее. Я не волшебник, я только учусь, но я уже вижу, что мой Мужчина первый стоит в очереди в качестве моего клиента. Он первый сказал: Приди и рисуй. Вот тебе стол, стул и карандаши. Это огромный ресурс, который я прорисовывала на каждом рисунке. Это мое счастливое будущее, которое я рисовала, то, что определила на месте, как место «Чуду».

[Ссылка на дипломную работу Antonsson Elena в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: моя квартира в Сочи.



Тема: моя выигрыш, ПМЖ в Швеции, лечение сына.





Автор:
Artamonova Marina
Супервизор:
Vasilenko Lena

Тема:
Как НейроГрафика изменила мою жизнь.

1. Введение

Я долго думала, о чем написать в моей дипломной работе. О моем первом курсе, который я создала для маленькой группы людей, состоящей всего из 4 человек, которые никогда не слышали о Нейрографике, но очень хотели проработать свои финансовые трудности? Об изменениях, которые произошли в моей жизни в этом году, полном НейроГрафики и лишений? Рассказать о том, как изменились мои отношения с людьми и мое отношение к жизни? После долгих раздумий я решила написать о себе. Это была бы ТА САМАЯ тема, потому что писать о себе было бы для меня сложнее всего на свете. И как показал этот год работы с Нейрографикой, самое сложное - это именно то, за что мне следует взяться в первую очередь. В противном случае все останется по-прежнему.

2. Моя жизнь до встречи с НейроГрафикой

Писать о себе всегда было для меня трудно. Не то что писать, даже говорить. Все время мне казалось, что это никому не нужно, что нужно что-то придумать поинтересней, чтобы люди захотели со мной общаться. Читать и слушать о жизни других людей мне всегда нравилось. Особенно о людях, которых встречаешь каждый день по дороге в магазин, на прогулке и т.д. Разве не интересно было бы узнать побольше о темноволосой соседке, живущей в доме напротив?

Почему, она например, каждое субботнее утро ходит на скандинавскую ходьбу со своей подругой. Почти на рассвете. Сначала я думала, что она убегает от мужа. Высокий банковский клерк, который каждый день ездит домой на обед в своем огромном черном "Мерседесе" и не возвращается в свой банк, не помахав ей несколько раз рукой и не уточнив какие у нее планы на после обеда, могут со временем вывести из себя любую, даже такую добродушную хохотушку как она. Я могу наблюдать эту повторяющуюся изо дня в день сцену со своей террасы.



Обычно я сижу в кресле-качалке и спокойно наслаждаюсь своим черным чаем дарджилинг. Разве не было бы интересно, если бы она писала о своих отношениях с мужем блог? Конечно. Для меня, во всяком случае. Поскольку я тоже женщина, хотя и не темноволосая, чей муж чаще остается дома в обеденное время с начала тех самых благодатных ковидных дней, и поскольку наша квартира ограничена в пространстве, мне приходится широко раздвигать свои творческие возможности, чтобы не попасть в режим, в котором я кроме как «оставь меня в покое, ты, глупый болван» ничего умнее сказать своему мужу не смогу. Да нет, он не обижается. Дело совсем не в нем, а во мне.

Что это значит? А то, что вот как раз обо мне речь идет гораздо реже, чем о той темноволосой соседке, ее муже или ком-либо другом. И когда вообще речь идет обо мне? До рождения дочери речь шла о муже, после - о ребенке, и всегда - о желаниях моей мамы. Позже появился пожилая соседка, которая никак не могла уснуть спокойно пока пол на лестничной клетке не стал таким блестящим, что с него можно было есть. И от чьей помощи она в основном зависела? Конечно, от той, которая не может сказать нет.

Короче, от моей. Мне всегда сложно было отстаивать свои границы и говорить нет. Я боялась вдруг человек обидится. Раньше было намного проще обидеть себя, чем кого-то другого. Та же проблема с моей работой. Если год назад кто-нибудь спросил бы меня, чем я зарабатываю на жизнь, разве этот, казалось бы, безобидный вопрос не выбил бы меня из колеи? Вопросы о моей профпригодности были до Нейрографики одним из моих самых худших кошмаров. И не потому, что у меня нет профессии. У меня их даже несколько. Также докторская степень, также многолетний профессиональный опыт, также большая зарплата. Но все это осталось в прошлом.

Что я делаю профессионально СЕЙЧАС? Один из первых вопросов, с которых начинался каждый разговор с незнакомым человеком. Что я делаю СЕЙЧАС? Боже, что подумают люди? Не проще ли сказать: "У меня есть ученая степень. Я – доктор химических наук". Раньше была. И сейчас есть. Но она больше не играет в моей жизни того значения, которое я придавала ей в прошлом. Или я СЕЙЧАС мать и домохозяйка? После того как я защитила докторскую диссертацию на чужом языке, мне было просто стыдно признаться, что я сижу дома и единственным моим развлечением является многочасовые и изматывающие шоппингтуры, здоровое питание и уход за ребенком.



В итоге мне всегда приходилось возвращаться к своей старой профессии, которую я оставила 8 (!) лет назад. Сбросила как старую кожу. Но не выбросила насовсем. Оставила как план Б. На случай, если он мне еще понадобится. И пока я в это верила, план А не вступал в силу. А времени и желания подумать над этим хорошенько у меня не было.

2.1 До встречи с Нейрографикой мне всегда не хватало Времени

Были времена, когда у меня не было ни денег, ни жилья, мне было нечего есть, но ничто так остро не ощущалось, как отсутствие времени. Узнать что-то слишком поздно, упустить что-то, не получить чего-то, не сделать что-то вовремя. И больше всего меня ранило то, что у меня не было времени на себя.

До рождения дочери я никогда не задумывалась о том, есть ли у меня время для себя или для других вещей, людей или ситуаций. И вообще, на что я трачу свое время? Мне было все равно. Только после того, как у меня перестало оставаться времени, буквально не оставалось времени на себя, на меня обрушился холодный душ разочарования, и жизнь словно замерла во мне. Я постоянно испытывала стресс и считала, что во всем виноваты мой ребенок и мой муж.

Я не знала, на что потратить свое время, и шоппинг стал для меня утешением и единственной целью в жизни. Я до сих пор с ужасом вспоминаю те времена, когда я катала свою маленькую дочь по городу, заходя во всевозможные органические и экологические магазины, чтобы найти что-нибудь новое необычное поесть или просто успокоить себя и развлечься. Эти приключения и развлечения обходились мне в несколько сотен евро.

Слава Богу, мой муж был занят своей карьерой и редко смотрел на баланс счета в конце месяца. И когда он это все же делал и видел значительный перевес в минус, раздражался скандал. Я чувствовала себя глубоко униженной и оскорбленной.

Я не хотела и не могла открыть ему свои чувства. С одной стороны, я не знала, что со мной не так, с другой стороны, меня не учили заботиться о себе. В моей семье было не принято говорить о чувствах, и уважительное обращение друг с другом было вообще не в ходу. И мне было стыдно говорить с кем-либо о своем отчаянии.



2.2 Болезнь меняет в жизни Всё

Прошли годы, прежде чем болезнь окончательно сразила меня, и я оказалась перед выбором: либо умереть, либо полностью изменить свою жизнь. Я не хотела делать ни того, ни другого. Это было истощающая и довольно нервная ситуация, длившаяся целый год, когда я бегала от одного врача к другому и должна была выслушать все, что только могло быть со мной.

То или иное, тот или иной диагноз, та или иная психосоматическая интерпретация. Через год я была точно такой же, как и раньше. Я все еще не знала что со мной и почему мое тело регулярно теряло уьму крови... и главный вопрос заключался в том, почему мое тело приняло решение не жить дальше? Почему оно не выполняет ни один из предложенных врачами планов по его спасению?

Тогда мне невольно пришлось вспомнить о моем самоисцелении от нейродермита. О долгой одиссее, когда я перепробовала все, что попадалось мне под руку, будь то разумно или нет. Пока, наконец, я не попала в психосоматическое отделение детско-юношеской клиники Гельзенкирхена. Каждый раз, когда я вспоминаю ее залитые солнцем аллеи, мне кажется, что меня окутывает теплое облако света.

Я помню его прохладные вечера, и те сердечные муки, которые я испытывала каждый вечер перед половиной седьмого, когда видела, как мой муж уезжает от меня в трамвае с нашей маленькой дочкой; и мое беспокойство, что я бросила ее такой маленькой. Каждый вечер они ездили в свою маленькую уютную квартиру на Крангерштрассе.

Я навещала их там во время "свободного от клиники" времени, наблюдала, как они дурачились вместе или дремали рядом друг с другом после обеда. Каждый раз на глаза наворачивались слезы. Это был первый раз, когда я была разлучена со своей семьей. Я ночевала в клинике Гельзенкирхена и завидовала их милой просторной комнате, которая находилась на самом верху, почти под крышей. Из окна их ванной комнаты я могла видеть крыши всего района, балконы, веранды и их пьющих кофе или курящих хозяев.

Если я точно помню, это было то же чувство теплой сопричастности, которое я испытывал в клинике Гельзенкирхена и ее окрестностях. Оно было повсюду: в ее диких аллеях, пронизанных бурей, в долгоиграющем солнце, которое дарило свою целительную силу каждому, кто готов был ее принять;



и на улице роз. На карте Гельзенкирхен-Буэр эта улочка с розами кажется прозаически крошечной. Но я запечатлела ее в своем сердце как нечто необыкновенное.

Эта маленькая улочка, заросшая розами, дала мне смелость сосредоточить свои мысли на себе и на том, что я здесь и сейчас, что я могу жить по-другому, что и я могу выздороветь. Я никогда ее не забуду. Каждый день она забирала у меня боль разлуки с моей семьей. Я помню, как я в первый раз топала по этой крошечной улочке, злая и беспомощная, не в силах остановить этот злополучный трамвай... как вдруг неожиданно остановилась как вкопанная.

Сбоку меня охватил теплый аромат рая. Аромат розы. Я удивилась. "Здесь, в середине сентября, на краю моего плачущего мира, есть розы?", спросила я себя. Тонкий, едва уловимый аромат поднялся в моей голове. На эти несколько секунд мир для меня остановился.

Я хотел бы провести здесь всю свою жизнь, вдыхая запах этого нежного чуда. Затем произошло еще больше маленьких и больших чудес, которые я пережила в течение следующих недель и месяцев. Я до сих пор считаю, что, как бы я ни была одержима своей жизнью в то время, эта роза была моим спасательным кругом.

В течение следующих нескольких дней я смотрела на мир другими глазами: первое, что я увидел, были деревья. Бесконечные аллеи с огромными столетними великанами, уходящими в небо. Незадолго до моего приезда здесь была сильная буря, которая пронеслась над всеми ними и расчесала их бессистемно, по своей воле.

Вокруг валялось много сломанных веток. Вход в парк, как я помню, был перекрыт хлипко висящей петлей. Тем не менее, мы рискнули зайти туда, чтобы увидеть это величественное зрелище вблизи. Муж пролез под барьерной петлей, а я, передав ему дочку, сама последовала за ним. Зрелище было ошеломляющим.

Повсюду стояли зеленые сломанные великаны, поскрипывая то тут, то там от легкого ветра. "Деревья разговаривают между собой", подумала я. Дочка быстро нашла дорогу к маленькому пруду, о существовании которого я знала понаслышке. Нехотя мы пошли за нашей девочкой. Ее детскую интуицию трудно поколебать - она всегда находит что-то достойное внимания. Почти истлевший и сгнивший пруд ухмылялся нам своими корявыми гнилыми наростами. Мы решили прогуляться вокруг него.



Путь преграждали свисающие отовсюду ветки. В некоторых местах солнечный свет падал на воду. Его лучи погружались лишь на несколько сантиметров в темные изумрудно-зеленые глубины. Было замечательно увидеть этот потерянный уголок природы вблизи. Что бы я тогда сказала, если бы знала, что здесь, в этом нетронутом после бури уголке природы, мимо которого я прогуливалась изо дня в день в течение трех недель, как я узнала позже, начнется новая глава моей жизни.

Лучшая ее часть. Более счастливая. Жизнь, в которой нейродермит больше не руководил моим самочувствием. Как только я осознала, что только я могу влиять на то как выглядит моя кожа радость стала постепенно заглядывать и в мое окошко Ежедневный аутогенный тренинг прогулки в одиночестве принятие мысли что моя маленькая дочка может какое-то время прожить без моего постоянного нервного мелькания на заднем плане Что мой муж может достойно заботиться о ней конечно не так как я, но вдвоем им было всегда веселее чем втроем.

Я начала встречаться с новыми людьми, пошла учиться на вождение. Вначале каждый раз, когда я выходила из дома, чувствовала себя плохой матерью, но моя кожа каждый раз вздыхала с благодарным облегчением. Я понимала, что только я смогу расставить границы и удерживать их придется мне самой. Постепенно я стала забывать чему я научилась в клинике. Дочка пошла в садик и появилось время, которое нужно было чем-то занимать. Моя кожа беспокоила меня только в самых экстренных ситуациях. За годы ежедневного расслабления и наблюдения за собой я могла точно сказать почему вечером начинают чесаться руки и если не поменять своё отношение к произошедшей ситуации и не добавить свободного времени, моя кожа может быстро вернуться в то состояние, которым я попала в клинику.

3. Встреча с НейроГрафикой

Затем наступил год, когда в моей жизни появилась Нейрографика. До этого года я не понимала, что есть только один план. Без букв. Иметь план – это означает жить своей жизнью. Я не могу взять жизнь темноволосой соседки в качестве замены, если моя жизнь по какой-то причине не будет складываться. Нейрографика помогла мне начать размышлять видеть собственную жизнь как-будто бы с высоты птичьего полета. И с того момента стало вроде полегче.

Нет, не потому что рисовать нейрографику легко - рисовать нейрографику было совсем непросто. Было очень тяжело адаптироваться к еженедельным срокам сдачи работ.



Спротивление было очень большим. Тело просто не хотело сотрудничать. Головные боли, боли в спине, желудке, боли всех видов.... Затем пришли простуды, сомнения, гнев и самобичевание. Постоянный вопрос, который сопровождал меня каждое утро, когда я просыпалась этот целый год: "зачем я это все начала?" Я не успевала за 4-часовыми вебинарами. Разбивала их на 20-30 минут и смотрела всю неделю подряд.

Одна работа в неделю. Это уже было слишком много для меня. Я до сих пор содрогаюсь от того, как некоторые могут закончить три-четыре и более работ за один вебинар. Я не могу. Я до сих пор не могу. Вначале мои нейрографические рисунки были недостаточно хорошими, недостаточно быстро нарисованными, недостаточно красивыми, недостаточно....

Бог знает, как еще. Сегодня я могу с гордостью сказать, что для меня две работы в неделю это возможно, легко и непринужденно И что мне все равно, что для кого-то другого возможно, легко и непринужденно. Я больше не сравниваю себя ни с кем, даже с самой собой. Я сажусь, прислушиваюсь к себе и спрашиваю себя: что было бы важно для меня сегодня? Насколько это будет важно и сколько я могу сделать сегодня?

3.1 Как Нейрографика изменила мою жизнь

Это изменение придало мне смелости взглянуть на другие сферы моей жизни. Сначала очень ненадолго, всего на несколько секунд, потому что вынести дольше я просто не была в состоянии, видя повсюду поражения и неудачи. Я никогда не считал себя неудачницей. Просто потому, что я не хотела многого, очень малое было для меня более чем достаточно. С помощью Нейрографики я начала рисовать первые предварительные линии своих желаний, сначала в мыслях, затем мало-помалу на бумаге. Сначала понарошку, играючи. Я сама толком не знала, что рисую.

Многие желания казались мне странными, они постепенно исчезали с поверхности моих работ, сначала моих рисунков, потом моей жизни. Мало-помалу я почувствовала, что двигаюсь вперед, что эти желания принадлежат мне, что многие из них звучат правильно, ощущаются правильно, что они правильны. Для меня. Ни для кого другого. Мне было наплевать на других. Изменился круг моих друзей и знакомых. Многие вещи прошли незаметно, другие - болезненно. Некоторые ситуации и люди, которые должны были уйти, не были отпущены.

Сегодня, когда я замечаю что-то подобное, я говорю себе, что всему свое время. Все приходит. Не торопись. Постепенно я начала интегрировать



опыт полученный ранее. Опыт бороться, принимать решение и следовать ему во что бы это ни стало. Нейрографика позволила мне вспомнить, что в моей жизни были не только провалы, что я могу использовать полученный опыт, чтобы двигаться дальше. Снова и снова. Как 6 лет назад я пришла в клинику в Гельзенкирхене, чтобы изменить свою жизнь, излечиться от беспокойства, нетерпения и страха за свою жизнь.

Я приехала в Гельзенкирхен, чтобы наконец-то получить помощь. И это мне удалось. Много новых знаний и идей я получила в то время. Нейрографика дала мне возможность наконец-то применить их на практике. Поэтому, когда я столкнулась с необходимостью операции - гистерэктомия - это не весело, особенно если учесть, что моя матка не виновата в том что на этот раз ей выпала участь проливания кровавых слез о моей безнадежной жизни- я рискнула отказаться от нее и с помощью НейроГрафики следовать посланиям моего тела.

Вот так я опять поняла, что никто не может/должен помочь мне, кроме меня самой. Что мне не нужна операция. Все, что мне было нужно - это хороший план. План означает принятие решения. Примите решение и стойте на нем, говорит мой муж чаще, чем делает это сам. Вы всегда можете изменить решение, которое больше не подходит. План прекрасно адаптируется. Потому что план - это решение. Решение иметь план. Поэтому в возрасте 39 лет я решила, что буду рисовать, чего бы мне это ни стоило.

3.1.1 Нейрографика вернула меня назад к искусству

Живопись и графика всегда были моим спасательным кругом, лучом света в долгие, темные и безнадежные вечера, когда я лежала в постели с температурой и плакала над своей жизнью. Рисование стало тем, что наполнило мою жизнь смыслом. Всю свою жизнь я боялся посвятить себя искусству, потому что я была недостаточно способна в нем, потому что у меня не было должного образования, потому что как художник я буду голодать под мостом, потому что....

Их было десятки тысяч, этих потому что и только одно желание - мое желание рисовать. И Нейрографика наконец-то построила крылья этому желанию. С помощью Нейрографики я смогла нарисовать план, который привел к решению окончательно принять внутренний зов и следовать ему.



3.1.2 Нейрографика принесла покой в мою семейную жизнь

Не сравнивать себя с другими помогло добиться мира и в отношениях с моей семьей. Когда-то на этом пути мне сделалось все равно. Какое мне дело до того, Что, Кто и Сколько может нарисовать и в каком темпе с какой пользой для себя и для окружающих? Когда я выжимала по две работы в неделю из себя я была просто невыносима для своего окружения. Плохое настроение из-за недосыпа сказывалось прямо-таки вопиюще на мою внутрисемейную обстановку.

Но то обстоятельство, что я перестала бесцельно шататься по магазинам и наконец-то нашла дело, которое поглощало меня полностью, изменило мой взгляд на материнство и супружеские отношения самым коренным образом. Я успокоилась, перестала ныть и жаловаться, отпустила наконец-то дочку, у которой сразу же появилась масса друзей, планов и занятий, Я перестала обижаться на мужа, если он где-то что-то не сделал, не купил, не убрал. Все эти мелочи стали вдруг совершенно неважными. Постепенно я начала искать свой собственный подход ко всему, доступ к своему "Я могу" и "Я хочу". У меня появилось время на себя и свои потребности.

3.1.3 Нейрографика научила меня размышлять и принимать правильные решения

Вы можете распознать правильное решение по тому, что после его принятия, казалось бы, невозможные вещи чудесным образом встают на свои места. И вы не обязаны знать все. Я не знала, что когда-то стану Инструктором Нейрографики. Это желание пришло как инструмент, чтобы исполнить другое желание - заниматься искусством, рисовать, даже если это мне ничего кроме собственного удовлетворения в жизни принести не сможет. Желание пойти на Инструкторский курс появилась только через два месяца, после того, как я приняла решение начать рисовать, даже если в этот раз мое тело решило сдать и я долго не протяну.

Это уже потом была группа и одиночные сессии по Нейрографики, которые помогают мне преодолеть страх общения с людьми, страх быть осмеянной, некомпетентной и вообще «неподходящим знакомством» страх быть собой - самый большой страх в моей жизни. Самое главное, что дала мне Нейрографика - это возможность решиться. Начать что-то, что кажется нереальным в любом случае.



Это не нереально. Все, что я могу себе представить - это реально. Мы создаем реальность. Я - с помощью Нейрографики, рисуя, думая и размышляя.

Рисование открывает нам доступ к таинственным мирам и состояниям, управление которыми находится в наших руках. Знаете ли вы такие списки: "100 вещей, которые нужно сделать перед смертью"? Или что-то в этом роде. Я считаю, что рисование Нейрографики должно стоять там на первом месте. Потому что рисование катализирует и развивает наше воображение. Она позволяет важным для нас вещам просачиваться из нашего бессознательного, собирать их, как спелый виноград, и делать из них вкусное вино.

Нейрографика часто позволяет нам мечтать, дерзать. Все, что кажется возможным на бумаге, на самом деле возможно. Нейрографика позволяет нам испытать новые волнующие состояния, которые в основном возможны в глубокой медитации. Рисование - это уже медитация. Одна из самых простых ее форм. Вы когда-нибудь бездумно рисовали каракули во время телефонного разговора? Приносило это вам расслабление? Отвлекало это или, возможно, успокаивало вас? Делало скучный разговор более увлекательным? Зарождалась новая идея? Каждый раз, когда линия ложится на бумагу, происходит чудо. Наши глаза воспринимают нечто новое, ранее неизвестное и невообразимое.

Потому что, как нельзя дважды войти в одну и ту же реку, так и нельзя каждый раз проводить одну и ту же линию. С таким же восприятием. Каждый раз добавляется что-то новое. Каждый раз, когда новые шестеренки стимулируются в глубине нашего сознания, они начинают тереться друг о друга, медленно двигаться.

А если все это происходит под контролем? Какие невероятные вещи могут появиться на свет? Невозможно даже представить в самых смелых мечтах. И каждый раз это загадка. Тайна жизни, у которой всегда есть план. Только один, который таит в себе десятки других планов. Если вы позволите себе пойти на это, если вы готовы прислушаться к себе. Тогда вам действительно не нужен план.

Решение принять участие во всем, что грядет, само по себе является планом. Тогда давайте рисовать, чтобы наслаждаться нашим планом, чтобы поддерживать наш план наилучшим образом.



Artamonova Marina. Как НейроГрафика изменила мою жизнь.

P.S.: в этом эссе я попыталась соединить изменение моего состояния за время рисования НейроГрафики за эти восемь тяжелых, я бы сказала изнурительных, но в тоже время счастливых месяцев, с прозой о себе, своей жизни.

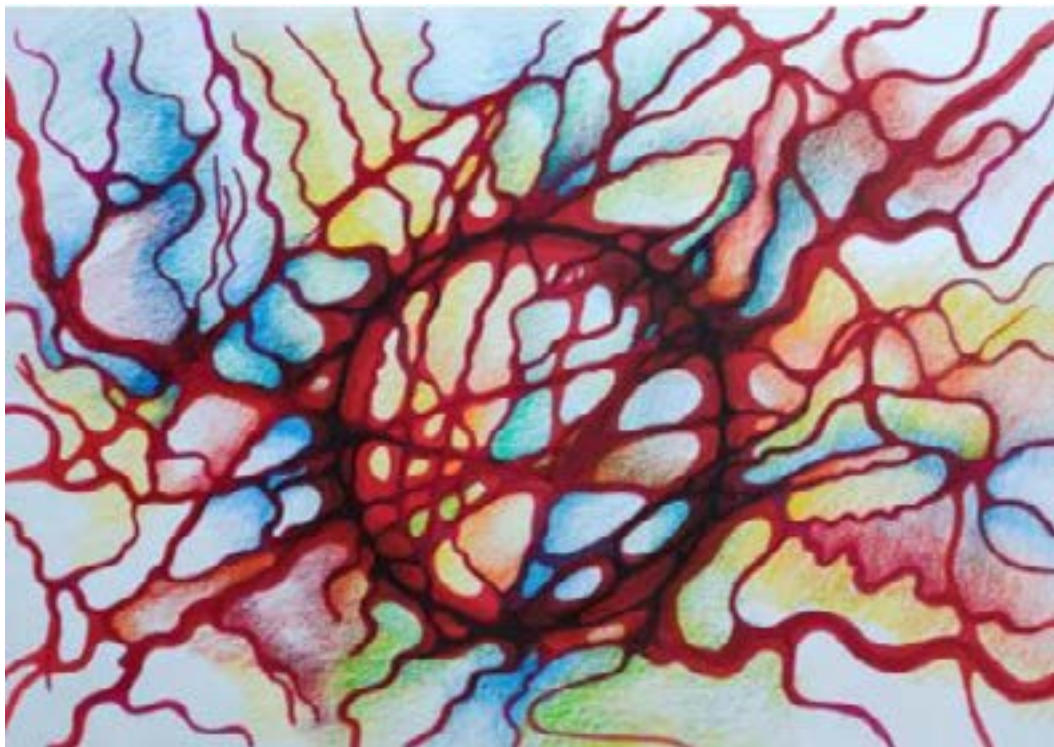
Писательская деятельность пришла в мою жизнь совсем недавно - легко и непринужденно. За это я безмерно благодарна жизни и нейрографике. С волнением в ожидании БОЛЬШЕГО...

[Ссылка на дипломную работу Artamonova Marina в авторском стиле.](#)

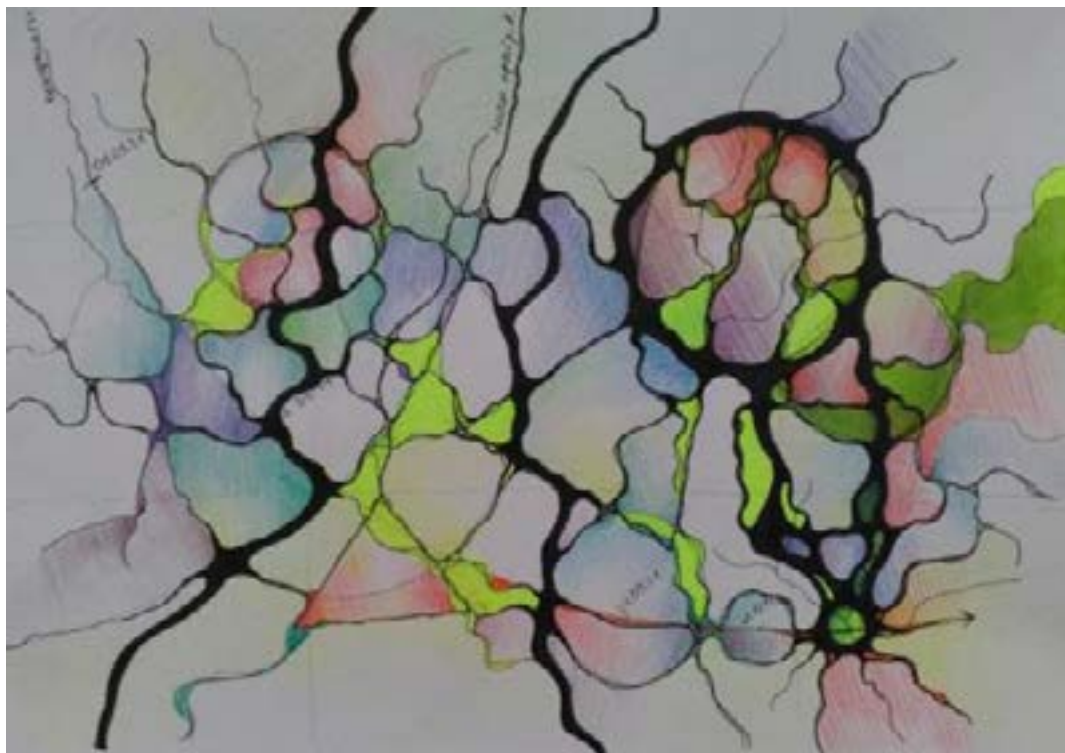


Работы.

Тема: отношения с мужем.



Тема: личное пространство.





Автор:
Beliaeva Elena
Супервизор:
Ляйтнер Валентина

Тема:
Влияние НейроГрафики
на сказочное пробуждение творческой активности

Цель Дипломной работы: В моей дипломной работе я хочу рассказать о трансформации, которая произошла со мной в течение этого года. В последние десять лет я практически не занималась творчеством, если, конечно, не считать разведение роз и прочих садовых растений. Или дизайн нескольких домов, в которые мы переезжали время от времени...

Говоря о творчестве, я имею ввиду создание разных проектов - музыкальных, театральных, хореографических, написание книги. Именно такими видами искусства я занималась и моя творческая активность была невероятно высока. Затем мне понадобился перерыв в десять лет. И все бы ничего, но, начиная с прошлого года, я почувствовала очень знакомый.....зуд. Как сделать переход из одного образа жизни в другой, от одной скорости жизни к другой?

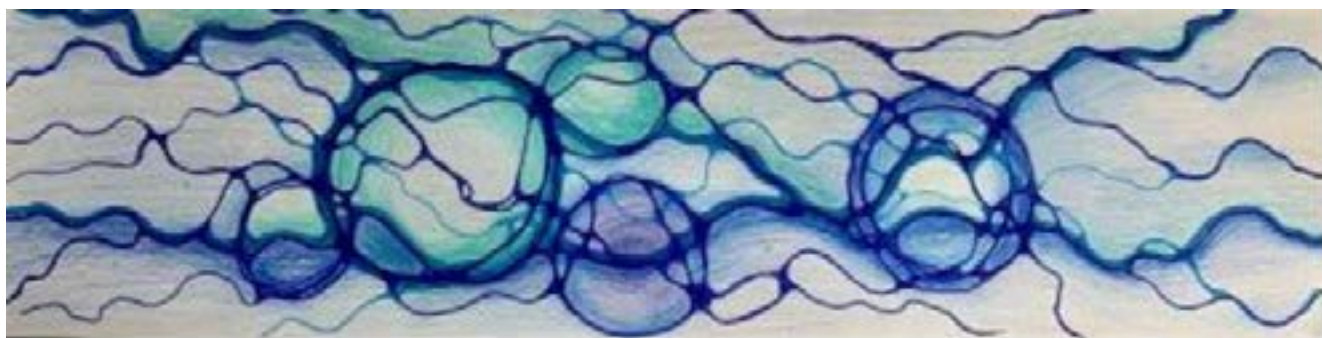
И тут то в декабре 2020 года я увидела ЭТО! Нейрографика дала мне невероятно мощный толчок, практически пинок, простите... Но это так. И сейчас я пребываю в прекрасной творческой активности. Я пишу книгу, восстановила форму физическую, благо, что хореографическое образование и 20 лет практики навсегда остаются в каждой мышце тела, а так же начала (продолжила) писать песни. Именно про это я хочу написать в моей работе. По большей части про книгу, так как именно на этом я сосредоточена больше всего в данный момент времени. Все тексты, стихи и музыка (которую я выложу для прослушивания через какое то время) написаны мной.

Задача: Я уверена, что таких как я, однажды решивших, мол, хватит творчеством заниматься, давай просто жить поживать и еще там чего-то наживать, таких людей много. Девять месяцев назад я понятия не имела, зачем я пошла на курсы, а теперь знаю. Я хочу преподавать и проявлять, оживлять в людях их творческое начало.



Выводы: В эссе я выкладываю фрагменты книги. События с героиней происходят в разных потоках времени. Алгоритм Нейротайминг оказал мне при написании огромную помощь. Прорисовав несколько линий времени, в которых проживает героиня, мне открылась ясная картина происходящего, которую просто нужно было изложить словами. По сути несколько линий времени переплетаются, образуя клубок, при этом каждая из них существует отдельно.

Вероятно будет сложно понять последовательность всего происходящего, так как из 100 страниц я выкладываю лишь небольшую часть. Поэтому приглашаю всех на презентацию моей книги "Так ворон говорил". Я также прорисовала ситуацию с выпуском книги в алгоритмах НейроЦель и Нейротайминг. Верю, что выпуск книги состоится весной 2022 года. Дата выпуска будет мною объявлена. С любовью, прекрасному методу НейроГрафики посвящается.



Как я пришла в Нейрографику

Мне задают вопрос: «Что ты хочешь на Рождество?» «Чудо!»- отвечаю я и смеюсь. Мой смех ещё пляшет и переливается огоньками на елке, когда я открываю Инстаграм и вижу, как Павел Михайлович нейрографирует, оживляет белые шары. Бегу, собираю апельсины, яблоки в доме и повторяю, проявляю линии радуги, плывущий туман и все все все...



И вот я уже почти год, как пребываю в чуде, название которому Нейрографика. Вполне себе научно обоснованном и логичном. Мой мозг воевал со мной несколько месяцев, тело не понимало, то ли ему радоваться, то ли болеть по очереди разными частями. Все ещё воюет. Веду мирные переговоры линиями. Ищу цвет для исцеления. Следую логике алгоритмов.

Куда ведут меня нейролинии? Что за миры открываются? Это осознанные и контролируемые путешествия. Назову их сказками, найду понятные слова и нейролиниями свяжу их в единое целое. Для начала в своем сознании.

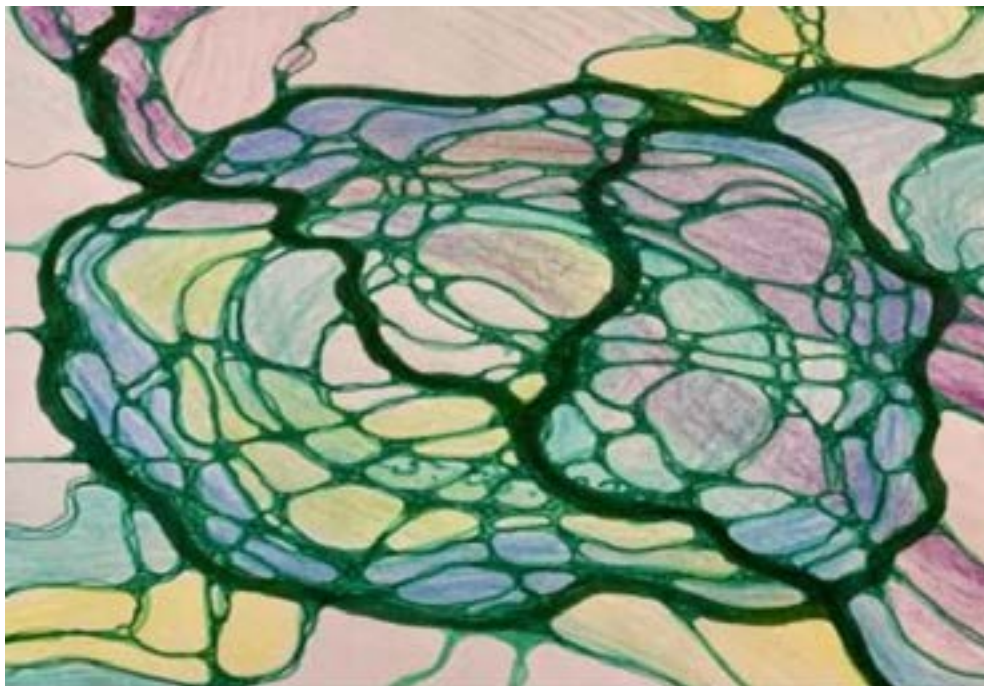
Истории, которые я вам поведаю, происходят с героиней, которая живет в разных временных отрезках. В какой то момент она начинает путешествовать между этими отрезками, находить новые и вспоминать, что с ней было или будет. В первой главе я рассказываю про образ русалки. (выложен фрагмент главы). Это одна из линий сказки. Повествование ведется от имени Ворона.

Глава 1. Ворон, дерево, водоросли.

Ворон был у реки. Каждый год одно и то же – в первый день Весны утопленницы начинают так орать, что приходится отрываться от привычных медитаций, лететь к реке и «открывать дверь в ледяной крыше». Так эти девицы говорят. На самом деле мне надо восемнадцать раз клюнуть по тонкому льду проруби, и пожалуйста, люди, глохните на здоровье от их весенних песен.

А вот и первое жертвоприношение – молодой парень пришел на зов русалки. Вероятно, той самой, что утопилась прошлым летом от горькой и безответной любви. Это, как правило, основная причина, по которой девицы лишают себя человеческой жизни, и получает «в подарок» вечную мокрую молодость и красоту. Странно, что она его отпустила... Хотя это было забавно: когда парень подплывал к проруби, она, проказница, эту прорубь тут же замораживала.

Ох и шишек он себе набил, пытаясь выплыть! Но потом отпустила. И печально так, и нежно смотрела ему вслед, молчала. А он и не оглянулся, и знать он не знает, что каждую весну будет приходить сюда на берег, и ждать ее песен, и любить память о своей возлюбленной русалке. Лучше бы он полюбил ее, когда она была в явном мире – ничего хорошего ему от этой навей тоски. Может, станет поэтом. Или сопьется. Или и то и другое... Запела.



Что для меня НейроГрафика.

Для меня Нейрографика это... танцевать в пять утра, вливаясь линиями плавных движений в волны восходящего солнца, погружаясь в нейро-цвето-музыкальные линии природы. Пение птиц, шелест травы, ветер дрожит на кончиках листьев, взмах розовых солнечных крыльев потревоженной птицы, взмах моих крыльев и слияние с бесконечностью, пульсация, глубокое дыхание. Радость мира. Любовь с первого пронеурографированного апельсина!

Что это? Линии танцующей радуги? Струи, волосы-струи? Плывущий сыворотка-туман? Линии времени и событий? Опутывает, окутывает, возвращаясь устремляется вперед. Вливается в мое лицо, непременно в лицо, чтобы оставаться здесь так долго, как мне нужно.

Я верю, что каждый человек талантлив. И Нейрографика эти таланты проявляет. Будит того самого гения, который спит. Есть разные причины, в силу которых этот самый гений засыпает, а таланты аккуратно закапываются. Даже если они закопаны под кустами прекраснейших роз, это не делает человека счастливым. Что же за трансформация, которая произошла со мной за этот год? Я как будто вернулась сама к себе. Из состояния тихого, несколько бесцветного покоя ворвалась в состояние сияющего, яркого, разноцветного, наполненного исцеляющими нейролиниями праздника, фейерверка. Для меня это сопровождалось ломкой



и вопросами "А зачем мне все это?" Плюс тело тоже перестраивалось и болело, что явилось причиной того, что я не доехала до интенсива. Но с каждым уроком, с каждым алгоритмом весь процесс мне все больше и больше напоминал снежный ком, несущийся с горы вниз. Или вверх. И переход из одного состояния в другой произошел. И помочь еще кому то пробудиться от спячки - чем не восхитительная миссия?



Для чего я рисую

Чтобы Вспомнить. В прошлом году начала забывать слова. Когда поешь нежную песню без слов, сливаешься с небом, морем, травой. Иногда песня переходит в завывания и стоны; звучит угрожающе, зловеще даже. Потерять слова и линии из фраз - такая перспектива меня не радовала. Я намереваюсь жить долго в этом мире. Есть у меня дела и миссия. Так что я начала искать возможность восстановить потоки слов в голове. Люди так общаются, посредством слов. Люди так понимают друг друга. Люди так понимают себя.

Возможно это звучит метафорично. В предыдущем абзаце я немного увлеклась и начала писать от имени русалки. Они теряют память, когда живут в своих подводных теремах. У меня были проблемы с памятью. В поисках решения я начала учить еще два языка - датский и немецкий, чтобы начать ее тренировать. Это не особо помогало. Запоминать слова и фразы я практически не могла. Нейрографика пришла на помощь.

Нейрографика вернула мне слова. Каким образом? Первый мой кейс был "Здоровье". Первые пять месяцев я постоянно возвращалась к этой теме. Мне это напоминало заучивание па в балете. Нужно повторить и прочувствовать десятки раз, до тех пор, пока это не войдет в твое тело. Пока не станет частью тебя, как дыхание.

Нейрографика восстановила мою память. Каким образом? В этом научном методе мы называем это рефлексией. Чувствовать, ощущать, думать и постоянно задавать себе вопросы и отвечать на них. Чем больше я рисовала, тем больше слов возвращалось. Каждая нейролиния приносила



фразу. Каждый новый алгоритм приносил еще больше слов и фраз. Фразы складывались в потоки информации. Когда я начала их записывать, возникли истории. Чьи это истории? Все до единой мои. Все это происходило и происходит со мной. Нейрографика помогла вспомнить и сплести единый узор из жизненных нитей. Поэтому испытываю любовь к методу и ее создателю. Поэтому учу других. Чтобы пробудились от оцепенения, чтобы вспомнили и начали жить всеми своими жизнями. Здесь и там, сейчас и тогда. Чтобы время не утекало незамеченным. В следующей главе я рассказываю про парня из первой главы. Про Василия. Того самого, которого русалка хотела утащить в свой терем, а потом передумала. И были у нее на то свои причины. Она, в отличие от других подводных дев, еще не потеряла память. Про игры времени и памяти. Так, например, Василий, пробыв неделю с русалкой под водой, ощутил это не дольше, чем несколько часов.



Глава 2. Капель. Встреча. Награда.

«Не оглядывайся, милый», - так строго и так ласково сказала, как будто выдохнула. Озорные они, духи воды – русалки. По весне вдоль озер и рек ходить опасно, не ровен час попадешь к водным девам в сети. А сети свои волшебные они плетут из пряжи, которую прядут из своих волос, корней деревьев и водорослей. Иногда пряжу воруют у девок, у тех, что легли спать, не помолившись. Волосы у русалок за зиму отрастают длиннющие, прыгают они по деревьям, смеются, сети свои невидимые развешивают и поют. Уж как сладко поют! Если кто услышит их чудные песни – считай, пропал человек. Или утопят его, или защекочат.

Дом Василия на окраине стоит. Проснулся он рано-рано, до зари еще, как будто от капли, пошел на крыльцо. Прабабка ему в детстве говаривала, мол, с первой каплей можно духов лесных услышать. Ну так вот, вышел Василий на крыльцо и обмер, а потом, в чем был, так и пошел к озеру. Услыхал он русальную песню, легкий такой перезвон, и мелодия гибкая, мягкая, а голос нежный и вязкий как топь болотная, но властный. «Будет милому награда...»



Так его русалка и заманила. Нырнул Василий в прорубь, и только от холода и русального звонкого смеха опомнился. Попытка была выбраться из подо льда, а она прорубь заморозила. А потом вдруг замерла, в лицо ему глянула своими бездонными синими глазищами, обняла крепко и вместе с ним вылетела на берег. Долго они стояли и глядели друг на друга.

Глаза прикрыл Василий на мгновение, а когда открыл, лежал уже на своем крылечке. Так бы и подумал, что привиделось ему все это, только в руке было колечко зажато. Маленькое такое, золотое колечко с бирюзовым камнем. А еще голос ее звучал и звучал: «Не оглядывайся, милый».....



Линии времени. Что изменилось на этих линиях.

Вспомнить будущее и распланировать прошлое. Человек может себе это позволить, а Нейрографика ему в помощь. Поначалу моя голова болела. Первые полгода. А потом нейроны подружились друг с другом. И настоящее волшебство началось, когда от их дружбы родилось много деток - нейронных связей.

Случайности не случайны и все, что происходит со мной, происходит в положенный момент времени. У меня не возникает вопрос КЕМ этот момент "положен". Вопрос, который у меня возникал всегда, а что Я могу сделать со временем и как я могу присутствовать в нем. Со всеми моими и не моими событиями и "неслучайностями".

Что изменилось с тех пор, как я начала изучать Нейрографику? Я двигаюсь по линиям времени менее хаотично, это во первых. То есть я действительно "проживаю" эти сценарии. В результате рождаются сказки. Сказки складываются в книгу.

А во вторых у меня появилось непреодолимое желание поделиться тем, что я знаю, теми удивительными историями, которые появляются на нейролиниях Времени. Поделиться. Вот именно об этом хочется поговорить. Когда я рисую Нейрографику, в моей голове рождаются истории. Они, как правило, весьма метафоричны. И, казалось бы, к моей реальной жизни не



имеют отношение. Тем не менее, я решила эти истории записывать. Сначала они мне напоминали пазлы, головоломки. Связь между ними не была ясна.

Чем больше я рисовала, тем больше историй записывала. И пазлы сложились в единую картину, в единую историю. Так возникло желание оформить их в книгу. Возникло желание поделиться, рассказать о тех мирах и событиях, в которых я присутствую также явно, как и герои моих сказок. Итак, следующая история. В ней появляется еще один персонаж - Лилия.



Глава 3. Ворон, Русалка и Лилия.

Жила-была в деревне замужняя женщина по имени Лилия. Говорят, что когда она родилась, в саду ее родителей расцвели прекрасные белые лилии, и, недолго думая, ее так и назвали – Лилия. А еще, говорят, в ее саду всегда пели птицы, и даже Ворон с Белой горы к ней навещался время от времени.

Собирались птицы, щебетали, а Лилия по саду кружилась, смеялась, пела и разговаривала с ними, придумывала сказки, и тут же их и рассказывала:

«Персик... Это пушистый, сладкий зверёк. Если его не успевают сорвать и скушать, он осенью меняет шкурку, а зимой поет странникам нежные песни. Весной персик превращается в рыбку - невидимку, у которой внутри одна большая кость. Персик-рыбка плавает в густом весеннем воздухе. А кому посчастливится поймать её (неприменно сачком) - тот улыбается без видимой причины и всю оставшуюся жизнь проводит в дороге или в мечтах о далёком. Человек следует за персиковым запахом, который перемещается весьма хаотично, а иногда уплывает совсем. Вот тогда наступает время для грусти...»



Ворон сидел на верхушке Дерева. Водяная дева внимательно разглядывала лоскутки на дереве. Большинство из них были белыми, но некоторые еще не успели поблекнуть от дождя и солнца. -Эти желания еще не исполнены, - произнес Ворон.

Русалка опустилась вниз и села спиной к дереву. В руке у нее было зажато несколько белоснежных тряпочек. Она бросила их вниз, со скалы и наблюдала, как они летят, подхваченные ветром. Безмолвные свидетели исполненных желаний. Прошло несколько часов или мгновений. Время текло сквозь скалу, сквозь дерево и птицу. Время вливалось в лицо и грудь водяной девы.

Она улыбалась, потому как знала, что покуда время встречается с ней лицом к лицу, ее жизнь бесконечна. Люди в большинстве своем суетятся, торопятся, бегут, подгоняемые временем в спину. Редко кто из них способен остановиться, развернуться и принять удары и пощечины времени, посмотреть ему в лицо и вдохнуть его тонкий, быстрый, исчезающий аромат. Они предпочитают, чтобы время их било в спину, старило и убивало.....



Может ли человек стать сценаристом своей собственной жизни?

Сначала Нейрографика пробуждает человека от спячки. Вариантов "спячки" множество. Иногда человек говорит: я медитирую, мой внутренний диалог остановлен, я достиг внутренней гармонии. А лет так через десять может оказаться, что он пребывал в некоем тупом оцепенении.

Слегка перепутал остановку внутреннего диалога с чем то еще, с нежитием. И вот в руки попадает маркер и человек начинает рисовать и думать. Ей Богу, что ж плохого в мыслях и словесном потоке? Я умею думать цветом, мелодией и словами.



Это мое богатство, мое знание, А, благодаря Нейрографике, еще и собираюсь учить этому других людей. Для чего им это нужно? Итак, вернемся к началу. Человек пробудился от спячки. А дальше то что? Мир обрушивается таким многоголосьем и богатством красок, запахов. Как будто человек болел простудой, выздоровел и все вокруг намного ярче, тоньше и многогранней. Что делать то со всем этим водопадом?

Прыгнуть и начать управлять потоками воображения. И потоками времени. Управлять своей жизнью. Потому что это совсем "не страшно...страшно....страшно." Может ли человек стать сценаристом своей собственной жизни? Для тех, кто рисует Нейрографику, я думаю ответ очевиден. Может. И должен. Иначе зачем в принципе рассуждать о свободе выбора как таковой?

Да, Макошь прядет нити жизни. У меня нет задачи дискутировать на религиозные темы и еще меньше присутствует необходимость выбирать одну из религий, чтобы следовать ей. Я не про это. Я могу разделить свою жизнь на ДО и ПОСЛЕ НейроГрафики. И тут нет никакого пафоса вообще. Только констатация фактов.

Например, у меня в голове существовала четкая цифра относительно моей продолжительности жизни и определенные картины, как это будет происходить ближайшие лет 30. Это было ДО. Сейчас эта цифра отличается существенно, как и картины следующих лет тоже другие. Макошь прядет свою пряжу. А русалки из пряжи плетут гамаки и сети. И качаются в них на ветвях великих дубов, напевая песни вечности. Я верю в то, что длина, да и качество этой самой нити зависит от человека. Именно этим нейрографы занимаются, на мой взгляд. Меняют качество жизни. Все алгоритмы НейроГрафики на это направлены. Создать новый сценарий жизни. Жизни, наполненной счастьем, гармонией, всеми необходимыми благами. И прожить ее. Пройти те самые 1000 шагов от запланированного события к исполненному. А если возникнут трудности - я возьму в руки маркер и начну рисовать Нейрографику. И польются сказки на бумагу.





Сказки и сценарии жизни. Какая связь между ними?

Что ж, я тоже вступила в эти нейрографы. В ряды волшебников и осознанно наполняю свою жизнь событиями. При этом я могу выбирать эти события, распределять их на линиях времени, писать предполагаемые варианты сценариев. Нанизывать их как бусины на ожерелье. Ожерелье времени. Ожерелье жизни.

Какая связь между сценариями, которые я создаю для своей жизни и сказками про русалок и путешествующую по линиям времени девушку? Человеку не знакомому с Нейрографикой может показаться просто фантазией и то и другое.

Я повторяюсь, что большую часть планов, шагов и непонятных ситуаций в жизни я решаю с маркером в руке. А чем больше я рисую, тем больше историй возникает про другой, русалочий, сказочный мир. Возможно Макошь хочет, чтобы я рассказала людям сказки. Поэтому она связала для меня волшебный свитер из необычного клубка. Клубок этот был из разноцветных гусениц. Когда я счастлива, когда я творю, волшебный свитер покрывается бабочками, в воздухе летает золотистая пыльца и удивительная музыка звучит.

Итак, человек пробудился, в водоворот нырнул и начал управлять потоками воображения. Вот тут то и начинается волшебство! Внутри появляется желание творить. Я даже чашку кофе просто так не сварю. Это превращается в ритуал с улыбками, пением, плавными движениями. Запах кофе и ванили не просто так себе распространяется по дому. Он двигается нейролиниями по воздуху, переkreщивается запахом моря, лаванды, растущей под окном. Все превращается в искусство.





И еще один отрывок из книги, где присутствует мифическое существо Семаргл. Молочное ожидание радости. Пульсация звезд и яблок. Семаргл.

Молочное ожидание радости.

Пульсация звезд и яблок. Семаргл.

Когда жарко, непременно вспоминаешь зиму. Сияющий, звенящий ледяными проводами день или синюю вечер-ночь. Моя семья жила в деревне. Зимой по вечерам мы с братом катались в овраге на дощечках. Овраг длинный, с трамплинчиками, пока едешь вниз – смеёшься, подпрыгиваешь! Весело и радостно!

А когда скатываешься вниз, прямиком в русло высохшей речки, ложишься в снег на спину и любишься звёздным небом. Смотришь, не мигая, на звезды до тех пор, пока их не станет в два раза больше, потом зарываешь глаза и "пульсируешь".

На вдохе втягиваешь и живот всё небо и превращаешь его в маленькое яблоко. На выдохе занимаешь собой всё пространство, которое превратилось в нечто свободное и пустое после вдоха. И так "пульсируешь" до тех пор, пока всё не замрёт, пока ты не превратишься в бесконечную вселенную, внутри которой ты сам плаваешь маленьким яблоком. И вот уже нет ни звезд, ни снега, ни земли, ни девочки в мокрых варежках. Есть только мгновение-вечность и человек-бездна.

Потом я возвращалась домой, и мама наливала мне кружку парного молока. В этот момент все замирало, молоко струилось мягко и почти беззвучно, мне было трудно дышать. Это был необыкновенный напиток. Все, что мне удалось уловить за день – хруст снега под ногами, переливы солнца, запахи чистоты и уходящего сна поутру, мелодии и волны радости, "пульсация" звезд и яблок – все это помещалось в кружку с парным молоком.

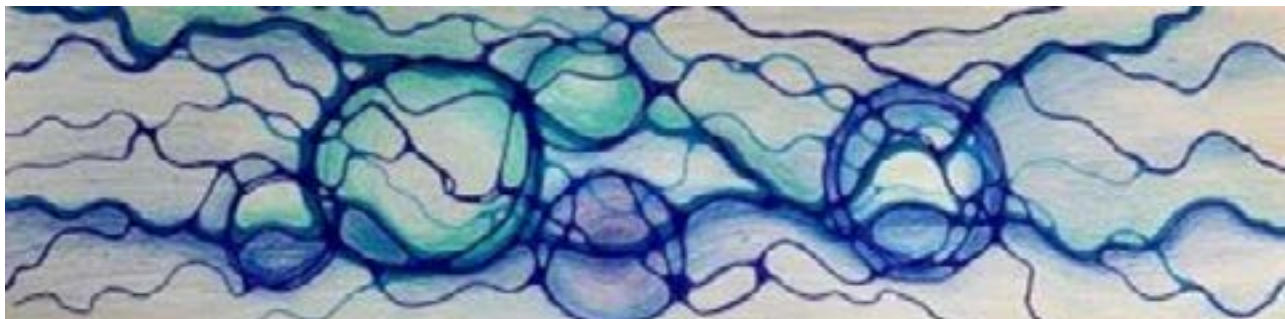
Я выпивала чудесный напиток, улыбаясь своей тайне: у меня весь мир в животе! А когда я засыпала, вселенная отправлялась со мной на прогулку по ночным мирам. Или я всю ночь странствовала по вселенной, кто знает...

Я рванула дверь на себя. Воспоминания о страхах и молочном ожидании радости пронеслись в голове. В моей голове ничего просто так не проносится. Я начала пульсировать, остановилась и медленным вдохом втянула в себя все, что было в комнате, затем выдохнула и вернула все на свои места.



Так я дышала до тех пор, пока я сама не оказалась не только частью комнаты, но и самой комнатой тоже. И что же я обнаружила у себя в животе? Поначалу густой туман мешал мне видеть.

Я услышала тоскливую протяжную песню.



Пока звучала песня, я не могла шелохнуться. Тело мое словно песком речным начало заполняться. Сначала ноги до колен потяжелели, потом выше, потом живот и грудь. «Если песок заполнит горло, тебе конец» - сказала я себе. Затем я увидела, как каждая пора моего тела открывает малюсенькую дверку, и золотистый песок струится из меня во все стороны. Туман рассеялся немного. Огромная собака Сайна-Мрига ждала меня у входа. Темно-зеленые глаза изучали меня.

В них не было угрозы, а только спокойное ожидание. Мощное львиное тело и лапы, небольшие крылья, сложенные на спине – так мое воображение дорисовало божественного пса, таким я его увидела. В комнате было жарко и влажно от его дыхания.

-Прекрати выдыхать пар, - неожиданно произнесла я. Мой голос прозвучал гулко, точнее, не прозвучал, а пробублькал, словно мы находились под водой.

-Это не пар, это туман, - пролаял Семаргл, и, словно предугадав мои следующие слова, продолжил,

- ты же знаешь, как нужно смотреть. Мы так прекрасно поместились у тебя внутри, и тебе не обязательно искать нас глазами. Ты уже знаешь, какие мы.

Я начала вращать безымянным пальцем левой руки против часовой стрелки и зашептала: «Моему персту имя нет, тебе, туман, тут места нет...». Туман медленно поплыл к моей руке, плавно накрутился на палец в виде кольца.



Кольцо получилось необыкновенно красивым: большой зеленый камень в платиновой оправе, окруженный не крупными бриллиантами.

Впрочем, по поводу цвета я не была уверена: он менялся, и внутри камня что-то двигалось, и в нем звучали шепоты, плачи, пение, звуки ветра. Семаргл задвигал крыльями и издал низкий горловой звук, чтобы отвлечь меня от созерцания камня.....



Заключение

Павел Михайлович говорит о том, что Нейрографика будит в людях гениальность. Ту самую, которая сладко спит до поры до времени. Ибо каждый человек талантлив. Просто иногда ему нужна помощь или толчок, чтобы это осознать, принять и развить в себе.

Нейрографика пробуждает в человеке творческую активность. И этой самой активности иногда так много, что непонятно, как распределить силы и время. На помощь приходит алгоритм Многозадачность, Мультиролевая личность или алгоритмы НейроТайминга.

В любой непонятной ситуации я рисую. А в понятной ситуации еще больше рисую. И записываю фразы, чтобы они не ускользнули и не уплыли в океан безбрежный. В итоге каждый человек выбирает, что делать с "дарами". Знаю людей, которые наслаждаются тем, что наблюдают и позволяют всему проплывать мимо.

Конечно они причалят к какому нибудь другому берегу. Понимаю, что эти дары принадлежат мне только потому, что я позволила им причалить. Иногда это происходит легко, иногда это мучительный труд. Но сегодня этот берег - я. А каждый день - это вечность, наполненная мыслями, делами, событиями, людьми, морями, континентами и запахом кофе и ванили в том числе. И это все можно нарисовать, прочувствовать, прожить.



Beliaeva Elena. Влияние НейроГрафики на сказочное пробуждение творческой активности.

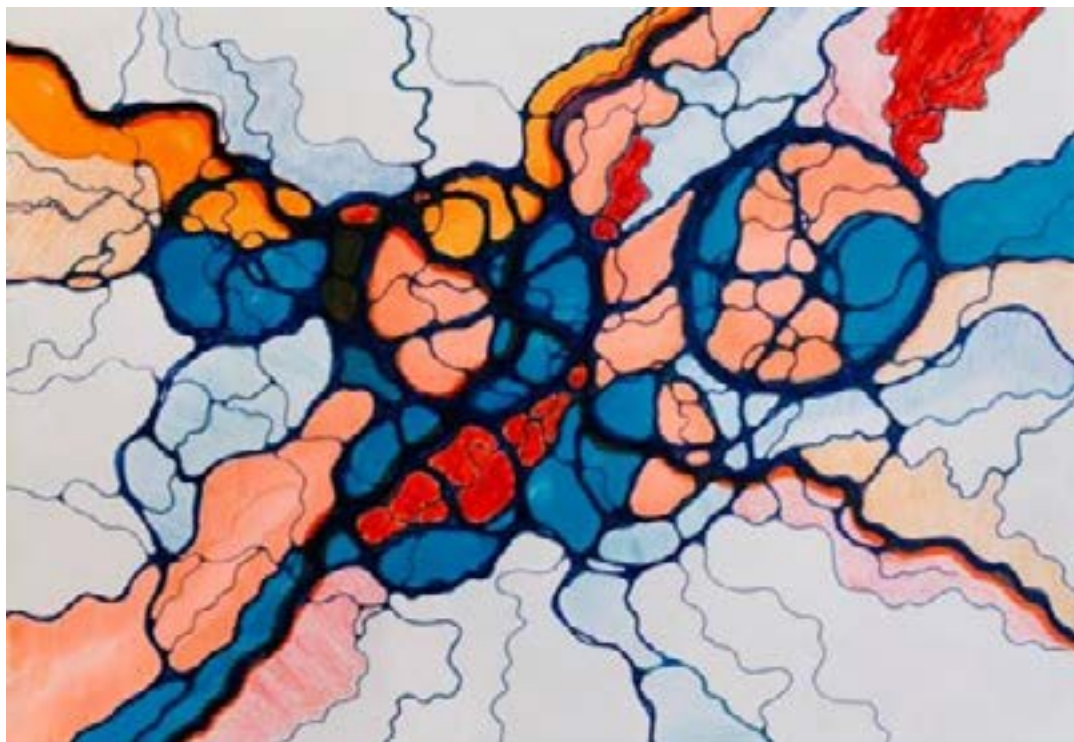
Это и есть для меня то самое Сказочное пробуждение творческой активности благодаря Нейрографике. Не просто потому, что я пишу сказки, когда рисую. Ну... и поэтому тоже. Нейрографика это прекрасный инструмент, который учит меня, как стать берегом для идей, песен, сказок. Берегом для всего, что возникает в результате моего пробуждения.

[Ссылка на дипломную работу Beliaeva Elena в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: алгоритм выявления намерений.



Тема: здоровье.





Автор:
Belitski Olha
Супервизор:
Муравьева Надежда

Тема:
Per aspera ad astra – через трудности к успеху, к звёздам.

Введение.

В самые темные времена наши глаза ищут хоть какой-то лучик света, чтобы увидеть выход и снова обрести Путь.

Белицки О.

Наши дни. Осень 2021-го Моё утро начинается с топота маленьких ножек, которые бегут через всю четырехкомнатную квартиру со своей спальни в нашу: "Папа и мама, доброе утро, я хочу уже хлопья", - и так каждый раз, точь в точь, слово в слово, день в день уже на протяжении года. Муж нехотя просыпается и идёт на кухню, делает малышу хлопья, включает кофеварку, занимается йогой...Я медленно просыпаюсь, смотрю в окно и начинаю практику Благодарности за всё, что сегодня у меня есть, и всем, кто у меня есть. Потом снова топот маленьких ножек, и малыш несёт мне в постель стакан воды, а за ним идет муж и несёт мне кофе: " Доброе утро, Оленька",- и так каждый день, каждое утро на протяжении года. Но так было не всегда.

Год назад. Осень 2020-го Моё утро начинается в 5:00 с крика. Ребенок снова плачет, и это уже 5-й раз за ночь, ноги на автомате несут меня в его комнату: "Тише, тише, малыш, давай еще поспим". Но сын спать не хочет, он уже ползает по мне, рвется дальше исследовать квартиру и совсем не намеревается делать это тихо. Больше мне не до сна, я тоже вынуждена встать и с обидой на мужа, что он спит всю ночь и мог бы хоть утром встать к сыну, иду делать себе кофе и всем завтрак.

Уже почти 2 года как я не сплю дольше, чем 3 часа, из-за беспокойного сна малыша, и психолог на терапии мне говорит, что сын отражает общее эмоциональное состояние в семье и нужно бы наладить свой эмоциональный план вместе с партнером.



Я всегда поддакиваю ей, но понимаю головой, что свое драгоценное свободное время муж навряд ли захочет проводить в самокопани и “налаживании фона”, - последний год его работа начинается в 8:00, и в 23:00 он может еще работать. Практически мы видимся только по выходным и сразу же едем в Альпы, чтобы немного охладить свой пыл претензий друг к другу, возникающих через нехватку времени на развитие. К слову, у меня развилась депрессия, панические атаки и мысли о смерти. Я так часто думала о смерти, что самой стало от этого жутко, и сразу же нашлась грамотная психолог.

Благодаря ей я поняла, что есть большая выгребная яма внутри меня куда мне часто приходится сливать свой негатив и когда она переполнена, я выливаю это на окружающих. И стал вопрос ребром: а кто же Я? В чем суть моей жизни? Хочу ли я всегда сливать свои “помои” и недовольство на близких, обвиняя во всем, чего у меня нет или предъявлять претензии и заниматься самобичеванием?

Да, я, благодаря ей, осознала откуда это во мне, и пазл стал складываться: череда несостоявшихся отношений до брака, неверный выбор профессии, поиски работ и тотальная бедность, причем бедность, прежде всего в моей голове, моих мыслях, моих интерпретациях происходящего и, самое главное, проблема была в моем отношении к себе, любви и принятии себя. Ко всему этому добавлялось одиночество в чужой стране, в которую, собственно, я и не планировала переезжать. Я оказалась тут из-за мужа. Сразу после переезда мы поженились и через 9 месяцев родился сын, что привело меня к послеродовой депрессии на фоне тотальной усталости и отсутствия нормального социального общения.

Я занималась с психологом раз в неделю и ощутила, что мне не хватает ещё какого-то инструмента саморегуляции своего текущего состояния. Ведь каждый раз звонить психологу слишком дорого и чревато зависимостью и, в конце концов, мне очень хотелось наконец-то “вырасти” и стать ответственной за свои поступки, не искать в муже “папу” или “маму” и не ждать, пока кто-то меня снова спасет или выслушает, как психолог, к примеру. Чем больше я об этом думала, тем сильнее меня это угнетало, ведь все известные мне способы саморегуляции: медитация, спорт, йога, чтение и т.д. не работали, точнее они были уже опробованы и их эффективность для меня была низкой.

Итак, моя жизнь кардинально изменилась той осенью 2020-го. “Выпросив” у мужа один день выходной, я решила его провести на женском форуме, который проходил раз в году в нашем городе и был он о роли



женщины в социуме и о развитии женщины за границей. На нём выступали русскоговорящие спикеры женщины, задача которых была мотивировать своим успешным примером слушательниц.

Я четко помню эмоциональное состояние, с которым я шла на этот форум и это была мысль: "Моя жизнь с этого дня не будет прежней".

Тот день был наполнен женскими энергиями, развитием, вдохновением, в воздухе витали флюиды красоты, мудрости и невероятной женской силы "Быть Собой"! Я для себя в этот день открыла две вещи: китайскую медицину и нейрографику.

Спикер - Инструктор НейроГрафики Виктория Шефер - рассказала в общих чертах о методе, об авторе, а также о тех эффектах, которые он приносит в жизнь с момента использования самого метода, Домой я вернулась окрыленная и на следующий день села рисовать свою "Новую жизнь" (рисунок ниже).



Помню, как это было странно по ощущениям, и одновременно вдохновляюще. Практически сразу я нашла в сетях Викторию и приняла решения обучаться у неё на Пользователя. Где-то под лопаткой сидел скептицизм и мысль о выкачке денег, но мысль о том, что попробовать стоит, была сильнее. Тем более, что я была снова на грани отчаяния, мы больше полугода искали квартиру в Берлине, проживая в Мюнхене, - и всё безуспешно.



Моим решением было рисовать каждый день на эту тему АСО. Конечно, по мере рисования, болел ребенок, который болел первые два года каждый месяц, и рисунки появлялись немного реже, чем хотелось бы, и при этом процесс шёл...И шёл он, прежде всего, в моей голове.

Сложность в поиске квартиры была в том, что мы хотели определенную квартиру по параметрам, и эти параметры были не часто встречаемы среди предлагаемых квартир в Берлине. Сначала я рисовала квартиру у воды, с выходом в парковую зону и, при этом, в центре, потом просто поняла, что хочу всего лишь самый идеальный вариант для нашей семьи, и пусть Вселенная сама решит какой: доверилась, отпустила.

Обстановка в нашей семье накалялась, муж очень много работал и совсем не успевал следить за поисками квартиры, я с утра до ночи сидела в приложении по поиску жилья и отыскивала самые свежие предложения, и чем дальше мы получали отказы, тем больше мы ругались, и руки опускались. Рисунки стали единственным моим убежищем, где не нужно было думать, как я сейчас выгляжу и что обо мне подумают, в них я могла абсолютно честно выражать ненависть, злость, агрессию и, при этом, быть максимально экологичной для своего окружения.

Я рисовала еще с большей силой и желанием, чтобы всё осуществилось так, как мы того хотим. Возвращаясь очередной 4-й раз из Берлина с негативным впечатлением от просмотренных за весь день квартир, муж уже принял решение, что, скорее всего, в этом году мы не переедем или, если переедем, то наш запрос придется умерить и вместо четырехкомнатной искать трехкомнатную, вместо нового квартала - старый и вместо центра - чуть подальше. Уже полностью отчаявшись, в этот вечер я вдруг вижу, что в приложении появилась новая квартира, и она имеет все наши заданные параметры, и даже расположена напротив дома, где живет родная сестра мужа с семьей.

Я была очень удивлена, ведь помню, что 4 года назад я стояла на кухне в квартире сестры мужа и смотрела на стройку нового квартала напротив их дома и думала, что вот здорово было бы там жить... И вот, пройдя удаленно все этапы просмотра, прорисовав еще несколько АСО уже именно на эту конкретную квартиру, мы Новый 2021 год встречаем в ней, в том "самом идеальном варианте для нашей семьи": все параметры по квадратуре учтены, территориально идеальнее некуда и в придачу окна сестры выходят прямо на наши. Именно это и стало для меня переломным событием и главным посылом пойти обучаться дальше Нейрографике и быть Инструктором.



І.Начало

Если ты не вступаешь во владение своим жизненным планом, ты позволяешь своей жизни стать цепью случайностей.

Ф.Ницше

Решение принято, курс оплачен, и я с нетерпением ждала его начала. И каким же было моё разочарование в первые два месяца, - мне стал жутко не нравиться наш формат обучения и что всё сводится к слову "Соппротивление": "не хочешь рисовать" - это соппротивление, "заболела?" - соппротивление, "заболели родные или сын" - жуткое соппротивление. Меня просто трясло уже от этого слова. Можно сказать, что у меня было соппротивление на слово "Соппротивление".

"Соппротивление" - психический механизм, препятствующий психоаналитическому проникновению в бессознательное и мешающий возвращению вытесненного.

Википедия

По ощущениям было, что это слово используют где нужно и не нужно, как будто человек не может сам по себе заболеть, или ситуации в жизни обязательно случаются, чтобы создать соппротивление нашему развитию, и что поле именно так и реагирует на наши намерения. Только сейчас, спустя 8 месяцев после начала обучения, я в полной мере поняла для себя, что такое соппротивление в понятийном смысле нейрографистов и нашла более приемлемые формулировки для своего восприятия. И всё же, почему тогда это вызывало у меня такую реакцию неприятия?

Всё дело в формулировке этого слова и использования его не всегда по назначению. Это как каждый день говорить человеку, что ты его любишь и он уже со временем перестает верить этому слову и больше ощущает обязанность отвечать тем же, не придавая этому особого смысла. Так же и для меня создалось впечатление обязанности во всем применять "Соппротивление", и феноменология этого понятия утратила ценность. Благодаря тому, что я не оставила обучение, мне удалось прожить это понятие более глубоко, отслеживая динамику внутренних изменений.

Уже тогда у меня начались появляться мысли, о том, что мысли и их трактовка имеют важнейшее влияния на текущую жизнь человека и в купе с эмоциональным фоном дают на выходе то качество жизни, которое человек себе и воображает. Я определила, что для меня есть основной причиной



возникновения сопротивления. Это несоответствия понятий “Какой я себя вижу и какая я есть на самом деле, анализируя свои поступки” и “Живу ли я так, как я себя вижу или я живу так, как нужно другим”, и именно в этих точках начиналось моё сопротивление быть тем, кем я хочу, ведь это труд и ёмкая работа над собой, куда проще жить так, как я жила до этого и испытывать сожаление, обиду на всех и чувство вины, оправдывая свою “тяжелую” жизнь внешними обстоятельствами.

Проще говоря, роль жертвы во мне взбунтовалась, почувствовав, что скоро ей придется покинуть такое уютное и насиженное годами местечко в моих чертогах разума. Это я уже понимаю сейчас, и динамика осознания этого феномена для меня начиналась именно с начала обучения.

II. Осознание

Понимание приходит не потому, что хорошо объяснили, а потому что пришло время понимать.

Мастер Бо

Уже почти три месяца как мы жили в нашей новой квартире, но полноценного удовлетворения жизнью не обрели. Казалось бы, так хотели в Берлин, так жаждали светлую квартиру в центре города и всё равно мы часто ругались, обижались и замыкались в себе, тем более, что уже было больше комнат и, соответственно, возможностей это сделать, а сын тем временем продолжал болеть. И “вишенкой на торте” был локдаун - мы все вместе вынуждены были проводить время 24 часа в сутки.

Идеальное виденье моего обучения в том, что ребенок будет ходить в сад, муж на работу, а я спокойно смотреть вебинары, разбилось в пух и прах. И при этом, главным моим достижением было то, что я уже не бежала к психологу при первом же раздрае, а садилась рисовать АСО и скруглять сопротивление! Только сейчас я понимаю, какие в то время запускались процессы в изменении моих глубинных убеждений о себе, об отношениях и в целом о жизни.

Первый модуль Пользователя был первой критической точкой в моем обучении и личной жизни, я порывалась несколько раз бросить курс и даже искала как это сделать более правдоподобно, чтобы потом себя не ругать за это. Но, к счастью, причины не находились. По реферату Пользователя можно отследить динамику моих текущих на тот момент состояний и то, как мне удавалось находить ответ на один и тот же крутящийся в голове вопрос: “Что мне делать?”. По сути, я снова пришла к выводу, что Нейрографика -



универсальный инструмент, который помогает мне решить различного рода задачи на том же уровне, на котором они возникли, и при этом проработать их максимально экологично для своего психоэмоционального состояния.

К примеру, с психологом, мне приходилось уходить в причины возникновения проблемы, в прошлое, доставать своих спящих внутренних демонов, и это приводило меня к унынию, я не понимала как дальше с ними жить, ну спали и спали себе, а своими рассказами о тяжести жизни психологу я давали им снова жизнь и при этом не имела инструментов обуздания навязчивых мыслей и последующих эмоциональных состояний.

Рисую АСО, я их также вижу и просто признаю, что да, вот демоны (проблемы, переживания, воспоминания) есть, но я не хочу их будить, а хочу дальше по другому увидеть свою жизнь и ищу различные варианты выхода из этой комнаты "спящих демонов". Тема 2.0 - это всегда решение и колоссальная гордость и самоутверждения, что я знаю, как мне нужно действовать, чтобы это не происходило снова и снова. Осознание своей силы справится с внутренними демонами и пройти свое сопротивление на пути к развитию в себе иного видения себя и своей жизни безумно мотивирует даже в самые тяжелые эмоциональные периоды.

Пришло ясное осознание своих возможностей, нейрографика с каждым новым изученным мною алгоритмом открывала двери к самой себе, к своим ресурсам. Хочу отметить ряд Алгоритмов, которые потрясли меня и вывели на абсолютно новый уровень восприятия жизни и себя. Конечно же, самая первая и важная ступень в открытии своих потенциалов была - освоение АСО, соприкосновение с методом и, только приняв Базовый Алгоритм как фундамент и абсолютно работающий инструмент, я дальше начала открывать для себя всю сакральность метода через Алгоритм Нейромандала, Нейросинтез, Нейроколор.

Именно работы в рамках этих Алгоритмов потрясли меня своей глубиной и невероятной простотой. Например, у меня всегда было непростое отношения к родственникам, особенно к тем, которых я даже и не знала, и при этом я чувствовала некую связь с ними, но не понимала, как им показать свое уважение. Нейромандала Рода дала мне возможность в буквальном смысле "поговорить" с ними. Я была потрясена образами, которые всплывали в моей голове при рисовании 7 поколений своих предков и какая колоссальная сила появилась, когда я увидела свои два крыла, образовавшись из проявленных на листе предков.



К слову, на следующий день после прорисовки Мандалы Рода я слегла, между лопаток была жуткая боль, мышцы сводило и всё что я могла делать - лежать. И тогда я поняла - крылья прорезаются!

III Путь

Жизнь - это то место, где мы занимаемся практиками для раскрытия своей гениальности.

Мастер Бо

Начиная свой путь в обучении на Инструктора НейроГрафики, я даже не могла представить, что это станет "актом Воли" (рассматривая мандалу Путь Героя) или намерением следовать своему предназначению. Вся моя жизнь была пропитана любовью к психологии, к людям и желанием найти индивидуальный подход к человеку. Если позволить себе рассуждения в ключе "А когда же я впервые услышала зов быть полезной людям мотивируя их и вдохновляя?", то я бы вернулась еще в школьные годы, где имея ярко выраженное заикание, страх перед публикой и, испытывая вину и стыд за своё заикание, я всё равно была на виду, - была президентом школы, параллельно главой районной молодежной организации и прочее. Мне было страшно, но зов был сильнее, и я шла туда сквозь страх. Даже потом по жизни я всегда интересовалась литературой про развитие и психологическое строение человека, делилась этим с друзьями и знакомыми.

Но только первое реальное соприкосновение работы с людьми через эстетический коучинг с помощью нейрографических инструментов открыл мне глаза на свой талант! Талант - быть проводником для людей в процессе их изменений. Видеть счастливые и радостные лица в конце сессии приводит в некое состояния сопричастности к чему-то великому, к судьбам этих людей.

Всё больше начали доходить ко мне слова моих знакомых и друзей, что я в их глазах мотиватор и вдохновитель, всё громче начал звучать голос души идти навстречу к людям ради помощи им и своей реализации, всё больше начало приходить идей, как это сделать, что именно нужно людям и самое главное - вера! Вера в себя почетно поселилась на месте той жертвенности, через которую я жила все свои 32 года. Невероятно, что всего за 9 месяц мои убеждения о жизни, отношениях и прочее изменились в корне, всего 9 месяцев!!! Время зарождения и рождения новой жизни. За эти 9 месяцев у меня было больше заболеваний, чем за все 5 лет.



Моё наработанное годами энергетическое поле, в котором я привычно жила, всячески пыталось сопротивляться грядущим изменениям, даже приближаясь вплотную к цели написания дипломов, мне пришлось покорно принимать ряд негативных событий в жизни, но это было уже настолько естественно и с пониманием, что их продолжительность в разы уменьшилась. Потому что я теперь четко знаю, кто я и куда мне идти, и что на пути могут случаться различного рода события, и я им безумно благодарна за возможность ещё глубже обдумать свою стратегию продвижения и обратить внимание на то, что реально важнее в текущей жизни - здоровье, семья, личностный рост...

Когда человек обретает свой путь, он просто не в силах с него свернуть. И это совсем не значит, что путь - это нечто лёгкое и безмятежное, это значит, что, стоя на своем пути, мы находим силы в себе справиться с трудностями во имя цели, а цель и есть наш Путь и наше Призвание!

Заключение

Мне хочется выразить глубочайшую благодарность своему первому учителю - Виктории Шефер, которая привела меня в ИПТ, грамотно и доходчиво рассказала о методе и показала колоссальные возможности НейроГрафики.

Отдельная глубочайшая благодарность автору метода П.М. Пискареву - гениальному и смелому человеку, который реально меняет мир к лучшему через нас, учеников и носителей его знаний.

Я с гордостью озвучиваю, что я Инструктор НейроГрафики и Эстетический коуч, и в душе разлетаются фейерверки видя горящие заинтересованные глаза собеседников.

[Ссылка на дипломную работу Belitski Olha в авторском стиле.](#)

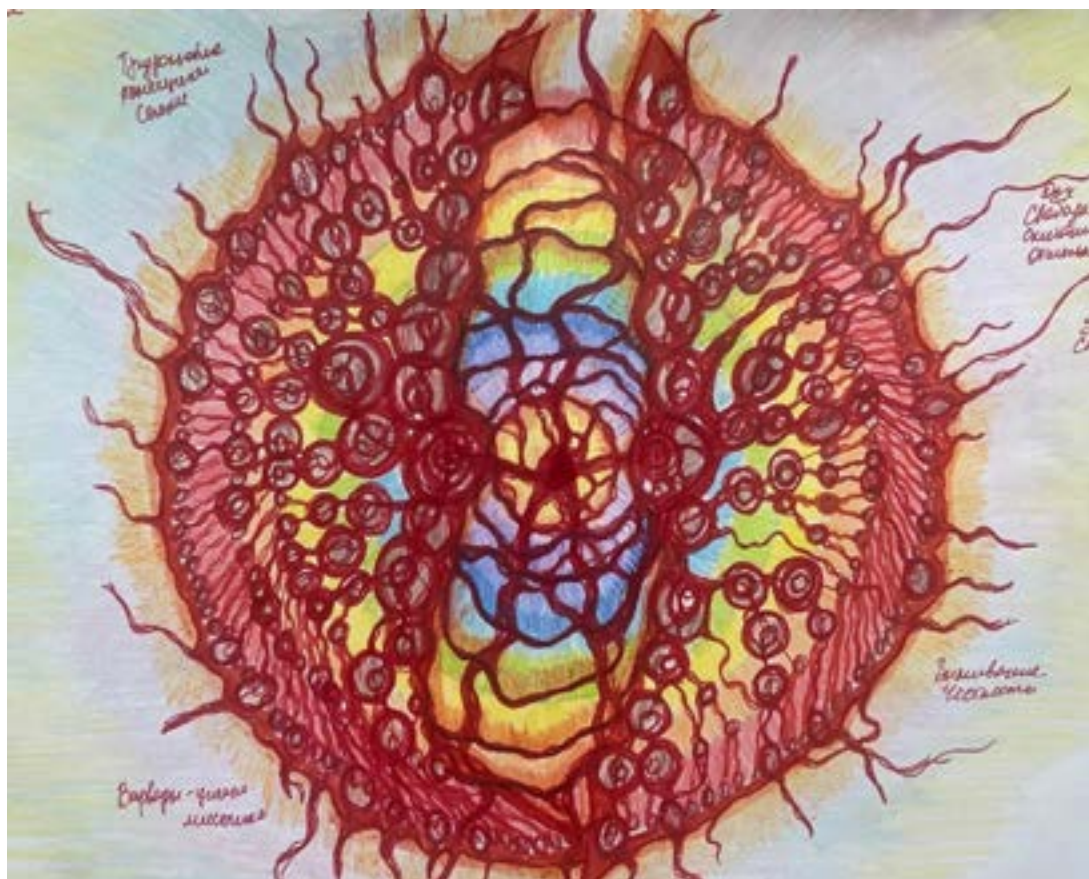


Работы.

Тема: моё душевное состояние. Выход из уныния.



Тема: восстановления родовой связи по отцовской линии.





Автор:
Blinova Maria
Супервизор:
Leitner Valentina

Тема:
От мечты к результату.

Мой путь к новой профессии - инструктор НейроГрафики.

ЦЕЛЬ ДИПЛОМНОЙ РАБОТЫ: Целью дипломной работы является рассмотрение моего пути к новой творческой профессии "Инструктор нейрографики" с точки зрения модели "Квадрат метамодерна". Эта модель используется в теории нейрографики и описывает нечто целое состоящее из четырех основных этапов. Я вижу, что мой путь к нейрографики начинался еще с детских фантазий, и поэтому для описания моих шагов я выбрала модель-экран "Развитие воображения".

ЗАДАЧА: Задача этой работы - проанализировать мои жизненные ситуации, мой рост, движение к моим мечтам. А также увидеть, как нейрографика помогла мне найти себя и на какой стадии своего пути я сейчас нахожусь.

ВЫВОДЫ: Модель квадрата Метамодерна очень хорошо подошла для описания моего пути в творческой реализации. Прделанная работа помогла собрать разрозненные воспоминания в одно целое и показала, что в видимом хаосе событий и ситуаций прослеживается путеводная нить, которая вела меня к сегодняшнему дню, к реализации задуманного. После компиляции и анализирования жизненных ситуаций, описанных в работе, я очень глубоко почувствовала теорию о том насколько важны в человеческой жизни фантазии и мечты, и что мы являемся навигаторами своей судьбы. Знакомство с нейрографикой очень быстро определило мои цели и показало, как можно к ним эффективно двигаться используя различные алгоритмы.

Введение.

Жила-была девочка Маша... Да, я хотела бы начать описание моего пути к нейрографике с самого начала. И нет, я не собираюсь описывать все очень подробно, только то, что привело меня к тому, где я нахожусь в данный момент - Институт Психологии Творчества Павла Пискарева.



Смотря назад, видно как выстраивался мой путь к этому моменту. С одной стороны, можно сказать, что все складывалось случайно, хаотично и, как будто бы, само собой, но на самом деле, сейчас я чётко вижу, как я к этому шла. Я все больше и больше осознаю как наш путь координируются Высшими силами и насколько наше внимание и осознанность помогает нам приходить туда куда мы хотим. Жить в моменте, наслаждаясь тем, что делаешь, находить и раскрывать свои дары и делиться ими с окружающим тебя миром - и есть тот самый желаемый жизненный опыт.

Мой путь по метамодерну, экран “Развитие воображения”

И так, маленькая девочка Маша принимает решение и вступает в игру под названием Метамодерн - превращение мечты в реальность.

1. Фантазия.



- Кем ты хочешь быть? - очень часто спрашивали Машу ее родители. Она всегда знала ответ и громко отвечала: - Я хочу быть художником! И как обычно, этот ответ не воспринимался серьезно. Как будто это было что-то из детской игры. Она конечно не понимала почему на неё так смотрят, но продолжала мечтать.

Любимым занятием для нее всегда были её рисунки. Родителям видели, что это занятие приносит ей самое большое удовлетворение, и всегда давали ей возможность этим заниматься, покупали карандаши, бумагу, краски. Родителям было приятно смотреть как ребёнок сидит часами занимаясь своими делами, и удобно, что он никого в это время не трогает. А в это время маленькая девочка фантазировала, строила свои сказочные миры, путешествовала в них и верила в волшебство.

Она была бесконечно счастлива и радовалась жизни, наслаждаясь её вкусом и красотой. А если посмотреть немного свысока, то это Ангелы помогали этой девочке и давали возможность мечтать и фантазировать. Девочка подрастала и очень хотела заниматься творчеством. Бабушка периодически записывала её на какие-то творческие кружки. Но эти кружки не удовлетворяли её, так как это были всякие разные занятия, но не то что она хотела, но не то что увлекало бы ее. Девочка просто хотела получить основы техник рисования, ту самую необходимую классическую базу.



Наверно родители считали это скучным занятием для ребёнка, и не обращали на это внимание. В итоге она оставалась сама с собой и со своими рисунками. Ближе к подростковому возрасту она начала понимать что, хоть у неё и есть любовь к рисованию, развития как такового не происходит. Потихоньку, она оставила это занятие. Ангелы смотрели на нее говорили: "Милая, ещё не время, тебе надо научиться другим вещам, пройти другие опыты". Но девочка не слышала Ангелов, и просто шла по жизни дальше.

2. Мечта

Вот пришло время выбирать профессию. "Кем ты хочешь быть?" - спрашивали её родители. "Я хочу быть художником!" - говорила уже молодая девушка. "Ну что это за профессия? - отвечали ей родители, - Это не серьезно! Да у тебя и нет нужных навыков чтобы поступать в художественные заведения, а туда слишком строгий набор."



"Может я могу пойти на специальность стилиста-оформителя или дизайнера, что-нибудь связанное с творчеством?" - переспрашивала она. "Нет, это тоже не серьезно, выбирай что-нибудь нормальное", - отвечали они. "Какие предметы тебе больше всего нравятся в школе?" - спрашивали родители. "Математика и физика доставляют мне самое большое удовольствие и комфорт", - отвечала она. Таким образом она попала высшее учебное заведение на специальность геофизика. "Вот это хорошая профессия! - радовалась семья. "Да, и мне нравится, - согласилась девочка. - Хотя это не совсем то о чем я мечтала, но родители правы, так и должно быть". В то самое время, мечта быть художником легла на дальнюю полку. Девочка продолжала жить, выживать, как все...

Учиться, сдавать экзамены, искать работу, переживать о будущем в нестабильном времени перестройки, влюбляться, делать ошибки, жить с разбитым сердцем, и просто плыть по течению. Она совершенно забыла о той маленькой девочке Маше, о той волшебнице с её фантазиями и мечтами. Сердце девочки уснуло. Ангелы говорили: "Не волнуйся, этот опыт тебе тоже нужен, этот опыт раскроет твои дары в более широком спектре, смело иди и все будет хорошо". Но, девочка спала и ничего не слышала. Проходили годы. 4 И вот девочке уже 34 года, много изменений произошло в ее жизни. Однажды летним днём, она держала свою маленькую дочку на руках и смотрела ей в глаза. В этот момент она подумала: "Я подарю тебе сказку, моя милая!"

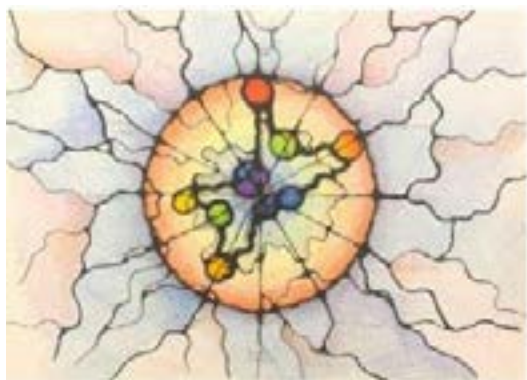


Там так красиво, там так весело и здорово, там столько силы, возможностей и волшебства". Я подарю тебе её через рисунок!". Её сердце опять засветилось, она вспомнила то, что она так любила в детстве. "Время пришло, давай начинай действовать!" - улыбались Ангелы.

3. План.

"Я хочу написать и проиллюстрировать тебе сказку" - говорила на своей шестимесячной дочке. Эта идея очень радовала ее сердце. "Но я же не умею толком рисовать. Что я могу? Да, я могу видеть картинки в своем воображении, чёткие, могу их долго рассматривать, запоминать. Но совершенно не знаю как переложить их в том же виде на бумагу. Должны же быть техники чтобы научиться этому. Интерес и умение рисовать у меня есть с детства.

Теперь осталось только перейти на более профессиональный уровень" - рассуждала она. И она начала искать нужные ей курсы. Она ходила на вечерние курсы для взрослых, но они не дали ей тех знаний, которые она искала. Смотрела курсы в YouTube и в интернете, но они тоже не давали полной картины, только объясняли как рисовать какой-то отдельный объект.



Она продолжала искать, потому что сила желания была очень крепкая, детская фантазия глубоко укоренилась в ее сердце. Ангелы смотрели и улыбались: "Смотри какой хороший опыт ты получаешь! Ты знаешь, что тебе надо, пробуешь и ищешь.

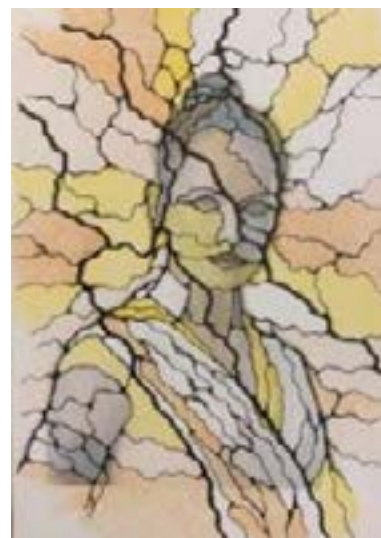
Может ты и не знаешь, как должно выглядеть то, что ты хочешь, но ты не останавливаешься и продолжаешь искать! Ты уже много чего перепробовала - и это тоже опыт, опыт изучения мира вокруг. А вот теперь пришло время тебе научиться рисовать!" - сказали Ангелы. И они послали ей ссылку на замечательный онлайн курс художницы Синди Уайдер, которая только-только начала преподавать его в интернете.

Как ликовала сердце девочки Маши, когда она наконец то нашла ту самую школу, которая ей была нужна. Через полтора года она могла произнести: "Я могу нарисовать все , что я хочу, я знаю как это делать, у меня есть все ключики к тому чтобы быть художником". "Первый шаг к нейрографике сделан!" - улыбались Ангелы. Детские иллюстрации, пока остались в мечтах, зато появились новые планы.



Ангелы говорили: "А теперь тебе пора подняться на новую ступеньку. У нас для тебя есть план поинтересней, более захватывающее приключение. Тебе следует найти свой центр, полюбить себя и найти свою силу, чтобы идти дальше, - говорили они, - помнишь свои фантазии о бесконечной силе человеческого разума, о волшебстве? Тебе следует этому научиться и делиться с другими". На этот раз она не четко, но уже слышала, или можно сказать, ощущала это послание. Она чувствовала себя не счастливый в отношениях.

Было ощущение, что она не живет свою жизнь, а просто завязла в болоте, в манипуляциях окружающих ее людей. "Надо найти в себе силы и возможности выйти из этих отношений и начать проживать себя". - думала она. На реализацию этого плана ушло ещё несколько лет. Зато очень продуктивных лет. Девочка Маша стала понимать себя, что она хочет, чувствовать свое сердце. А зов сердца вёл её в волшебство, её внутренний мир, в её силу быть собой.



Она увлеклась медитацией, духовными практиками, нашла для себя мир сакральной геометрии и магию мандал, но это казалось только маленькими кусочками. Она не понимала как эти знания оформить во что-то одно и реализовать их через себя. Ангелы увидели её готовность и подарили ей возможность пройти ещё один курс на пути к нейрографике. Это был курс духовных практик "Мастера трансформации" Екатерины Самойловой.

Там она познакомилась с энергетическими практиками, целительными медитациями, регрессиями, ченнелингом. Это разбудило её внутреннюю волшебницу, то что она чувствовала всегда, она не могла объяснить что это такое. Та безграничная вера в силу человека, силу мысли, начала приобретать форму! "Ну как тебе такой сценарий? - спрашивали Ангелы. "Отлично, благодарю Вас за всё что Вы для меня сделали!" - отвечала девочка Маша.

В этот раз она уже их слышала. "А что дальше?" - думала она. После курса Маша провела больше 15 сессий с клиентами и видела что эти сессии помогают. Ей нравилось помогать людям, но как целителя в таком формате она себя не видела. "Что же делать?" - думала она. "Ты должна убрать свои ограничения, чтобы громко заявить о себе как о целителе!" - говорили ей кураторы и однокурсники. "Но я не вижу себя в этом, я знаю, что я не буду чувствовать себя полностью счастливой, даже если я буду помогать людям. Это не блоки, это просто не моё!" - кричало её сердце.



Она опять оказалась в тупике. Но на этот раз она уже знала к кому обратиться за помощью. "Дорогие Ангелы! - просила она. - Что же мне делать? Я не вижу себя просто целителем регрессологом, и люди мне говорят что это просто блоки, что если мне это нравится, то я должна это делать. Но это не то, что я хочу! Дорогие, помогите мне разобраться в себе!"



"А что ТЫ хочешь? - спрашивали они. Просто посмотри во внутрь себя и озвучь свою фантазию, честно, как есть, не подстраивайся под уже тебе известное". "Хорошо, - отвечала она, - я хочу рисовать, я хочу быть художником, хочу рисовать энергетически заряженные картины, хочу быть волшебницей.

Хочу найти свежий и интересный стиль, который бы мог мне помочь реализовать эти желания. Я хочу работать с людьми, я хочу помогать им найти себя и быть счастливыми, но я не знаю как. Я пробовала арт-терапию, мандалы, но это опять не совсем то. Я не вижу решения. Помогите мне пожалуйста!" Она верила и ждала, как в сказке - шла туда не зная куда, искала то, не зная что.

И вот, в её пространстве начало возникать такое интересное слово как "Нейрографика". Когда её коллеги по курсу узнавали, что она любит рисовать, некоторые из них говорили: "А ты не пробовала нейрографику?" "Нейро... что?" - спрашивала она. И на этом разговоры заканчивались. Она просто не воспринимала на слух это неизвестное ей слово с неизвестным значением. Эта информация просто пролетала мимо. Ангелы смотрели сверху и думали: "Не слышишь. Как же тебя привлечь к нейрографике, это твоё, тебе понравится. Почему ты её не проверяешь? Тяжело воспринимать на слух? Сейчас поправим!"

И вот одна знакомая женщина, присылает ей сообщение с коротким предложением: "Маш, я думаю тебе это понравится". К сообщению была приложена ссылка на сайт школы нейрографики. Маша кликнула на эту ссылку, увидела картинки, прочитала о курсах... "Вот это ДА! - смотрела она на это чудо с широко раскрытыми глазами. - Это то, что я ждала, и стиль, и алгоритмы, и возможность помогать людям - это медитации в рисунках! То что мне надо в одном флаконе! Благодарю вас Ангелы!" Ангелы улыбались:



“Ну слава Богу, дошло! Смотри, до начала курса осталась одна неделя, тебе решать!” Но она все уже решила в первую минуту знакомства со школой. Сразу же записалась на курс, ничто её не останавливало, ни цена и не то, что будет много работы на ближайшее будущее. “Всё реально, я все смогу! - думала она. - Это то, что я искала, грех пройти мимо. Ангелы, благодарю Вас за эту помощь!” Затем она собралась поблагодарить и ту женщину, которая прислала ей тот самый смс. Она пыталась найти это сообщение, но его не было. “Не может быть, что бы мне это приснилось, куда то я же все таки кликала”... - удивлялась она. Сообщение нашлось лишь только потом, в тех чатах, в которые она очень редко заходила. “На самом деле волшебство - увидеть информацию в нужное время, в нужном месте!” - подумала она.

4. Реализация.

Здравствуйте Павел и дорогие кураторы! Неужели такое чудо существует, как я рада, что я нашла эту школу. Это как раз то, что я так давно искала! Нейрографика включила в себя всё что я хотела бы делать - творчество, интересный и новый стиль рисования, и новый метод целительства для души и тела. Моё!



Я здесь, где чувствую себя как дома! Те трансформационные медитации и методы, которые я узнала на предыдущих курсах, оказывается существуют также и в рисунках. Нейрографика - это моя любовь с первого взгляда! С этого дня моя фантазия обрела определенные и понятные формы и начала реализовываться. Путешествие в новое приключение началось! Совсем недолго после начала курса, к восторгу и восхищению новым методом стали добавляться вызовы и препятствия. Маша стала теряться в организации обучения, было сложно понять, где и как получать информацию. “Слишком все запутанно! Это достаточно трудоемкая и время-забирающая учеба, и еще ничего не понятно!” - её ум возмущался, а Ангелы смотря на нее просто мило улыбались. “Это только сделает тебя сильнее и научит спокойствию!” - говорили они. На этот раз она уже их слышала, и тоже улыбалась. Первую поддержку она получила сразу же, из рук Павла. Это был в Алгоритм Снятия Ограничения. “Фантастика!” - ликовало тело, ум и сознание. “Как гармонично! - говорило тело. - Как понятно! - говорил ум. - Как глубоко! - говорило сознание. - И работает!” - говорила Маша.



После прорисовки этого алгоритма всё стало на свои места, Маша видела гармонию во всём происходящем: вебинары с Павлом, его философия, его видение мира, его юмор.

Общение с нейрографикой постоянно поднимали её настроение, какой уставшей на бы не была. Потом она стала знакомиться ближе с кураторами. "Какие замечательные люди, - думала она. - терпеливые, добрые, спокойные и позитивные. Как только они терпят наши глупые вопросы и жалобы? - спрашивал ум. - Они владеют секретом нейрографики! - подсказывало сознание, - Расслабься и наслаждайся процессом". Как интересно, а что же будет дальше? А дальше уже открывался второй подарок - алгоритмы курса Специалист. "Какие красивые обёртки, и какие вкусные конфетки лежали внутри" - радовалась девочка Маша.

Она видела в этих алгоритмах магию. Её маленькая волшебница проснулась, та девочка, которая любила рисовать сказки и верила в безграничную силу мысли. Взрослой Маше этот процесс тоже нравился, она видела в этом отдых для ума и сонастройку со Вселенским разумом. Осталось только проверить это на практике. "Ангелы, покажите мне пожалуйста, как эта система работает в реальности", - спрашивала она. "Очень просто", - отвечали они, - Mind over matter, куда внимание туда и энергия, ты же всё это знаешь, просто начинай действовать!" И она начала прорисовывать эти волшебные алгоритмы.



Ей очень нравилось рисовать дерево. Она прорабатывала насущный вопрос увеличения своих финансов. Она работала со своим запросом и просто наслаждалась процессом, радовалась как ребёнок картинкам которые получаются. Вселенная получила послание и быстренько проявилась. Через неделю Маше позвонила её начальница и сказала, что они давно не поднимали зарплату сотрудникам, и скоро это откорректируют.

И ей прилично добавили зарплату. Маша очень радовалась. Конечно она была очень благодарна за деньги но самое большое восхищение было в том, что - Нейрографика чудесным образом работает! Теперь ей очень хотелось посмотреть как на нейрографику откликнутся другие люди, как отреагирует пространство на то, что ей очень нравится. И она предложила своим подругам провести для них вебинар.



Девочкам очень понравилось, все были в восторге! Они хотели ещё! Через месяц она провела ещё один вебинар, и он опять вызвал много хороших откликов. Потом её даже пригласили провести пару вебинаров, как дополнительную технику на другие трансформационные курсы. "Работает! И это нравится людям!" - радовалась она.

Это придало ей больше сил, смелости, и вдохновения идти дальше.

Последующие техники и алгоритмы продолжали её впечатлять. Для нее это было не только обучение техникам, она также прорабатывала свои ограничения и страхи на пути самореализации. Основной кейс который она прорабатывала в течение всего курса был "Я успешный художник и целитель". На этом пути поднимались некоторые блоки, связанные с ограничениями. Но она уже знала, что это подсветка того, где у неё спрятаны силы и куда ей расти. Нейрографика ей в этом очень помогала. Обучение нейрографике было не только в самих алгоритмах и их эффективности, но также и в общении с людьми, которые обучают в этой школе. Их сила, спокойствие, позитив, опыт и вера в нейрографику передавали столько энергии вдохновения, что поверить и в свой успех было уже намного легче.

Ангелы смотрели и радовались, что она доверяется происходящему, что она видит свои уроки, смело смотрит на них и с ними работает. Они видели, что её сознание всё больше и больше открывается пространству и решили послать ей еще один опыт, говоря с нею через фильмы и книги. Этот послание очень сильно тронуло её сердце, так как она увидела в послании огромную силу, силу состояния, когда ты следуешь своему сердцу идя по жизни. Как луковые чешуйки стали отпадать наклепленные на неё программы страха, неуверенности, важности чужого мнения. Этот процесс проходил очень интенсивно, в течение 10 дней горело сердце, шло осмысление всей своей жизни - что важно, а что нет.



Было интересно, как агония, как будто кризис среднего возраста сконцентрировали и подали на блюдечке с золотой каёмочкой. Ей очень помогло в этой ситуации то, что с ней были волшебные инструменты нейрографики, её рисунки, её поддержка, и люди которые её понимают.



Она прошла через это, стала более свежей, более лёгкой, более свободной. Она приблизилась к самой себе, без всяких масок и ограничений. Стало более чётко видно, что она хочет и как это сделать - картины в новом стиле и целительство через творчество. Стало видно как пространство разворачивается вокруг нее и помогает ей в этом.

Её мантра в последнее время стали цитата из фильма "Дюна": "Where the fear is gone - only I will remain" и "The mystery of life is not a problem to solve, but a reality to experience". "В добрый новый путь! - говорят Ангелы, - мы с тобой и всегда тебя поддержим! - Иду, иду! - радостно говорит Маша

Заключение.

Я очень хочу поблагодарить Павла Пискарёва, я за его талант, смелость, за разработку нового и мощного метода Нейрографика. Благодарю Павла за его харизму, любовь к жизни 10 и, не в меньшей степени, за его юмор. Я также благодарна всем его коллегам за организацию такого волшебного пространства. Благодарю наших великолепных кураторов которые спокойно и со знанием своего дела комментировали наши работы и помогали более глубоко понять, как работать и как использовать алгоритмы нейрографики.



Благодарю их за терпение и руководство в море информации. Особая благодарность Валентине, моему куратору, за её поддержку, понимание, профессионализм и просто за то, что в моём пространстве проявилась такая красивая душа. Также, я очень благодарна за новую дружбу, которую я нашла на курсе.

И благодарю моих Ангелов и Вселенную за то что привели меня сюда и дают возможность проявлять себя в любимом деле!

[Ссылка на дипломную работу Vlinoва Maria в авторском стиле.](#)

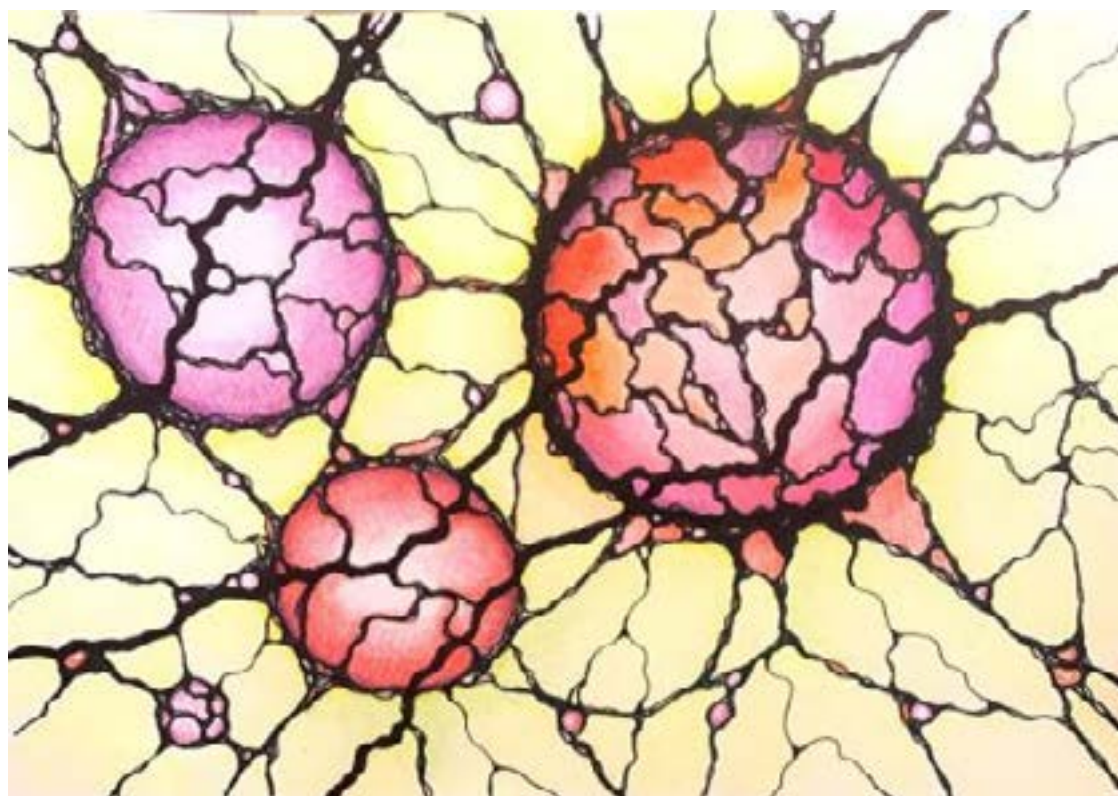


Работы.

Тема: хочу изменить страх проявления себя.



Тема: внутренняя гармония.





Автор:
Botyuk Alexandra
Супервизор:
Александрова Елена

Тема:
Мой путь инструктора НейроГрафики.

Сегодня ноябрь месяц 2021 года. Я в отпуске уже четвертую неделю, сижу в кафе во Львове, наслаждаюсь чаем с черной смородиной и пишу мой титульный лист к диплому Инструктор НейроГрафики. Какой путь! Сколько волнений, сомнений, радости и побед. Я в восторге от курса и результатов, результатов своих собственных и моих клиентов. Когда я записалась на курс, это было лето 2020 года, я не могла дождаться начала занятий, время от времени заглядывала и рисовала вместе с разными инструкторами, но очень ждала начала занятий.

В начале, со стартом занятий, я старалась присутствовать на живых встречах, но с разницей во времени и моем желании то ускорять, то замедлять, то прокручивать назад и прослушивать по несколько раз я поняла, что мне намного лучше проходить курс моим темпом по записях. Очень старалась успевать, давать работы на супервизии и дорабатывать их после просмотра. Очень интересный опыт прослушивания рецензий супервизоров разных работ, не только моих, но и сокурсников. Думаю, что я еще не раз буду возвращаться к записям супервизий и просматривать для опыта работы с клиентами.

Я благодарна, что в программу института включена эта обратная связь. Хотя, когда я в начале курса пыталась совместить свою работу, 4 часа записи новых занятий плюс еще часы просмотров супервизии, это казалось очень обременительным и добавляло стресса. На месяце наверно 3-4 у меня опустились руки и я уже даже не думала, что успею написать диплом. Я утешала себя, говоря, что даже если я не напишу диплом, а пройду курс только для себя и это уже будет огромный успех, так как я видела результаты моих занятий в жизни, много воплощений и реализаций, достижений и изменений, которые сопровождали меня после каждого нового занятия. Происходили удивительные вещи, как будто и меня есть волшебная палочка и я с ее помощью управляю реальностью.



Где-то в период моего уныния по поводу диплома мы проходили тему нейромандал и в этот момент рисовали Мандалу "Героя" и для меня это был очень утверждающим момент, я осознала, что качели сомнения унесли меня в точку Темная Ночь и что это НОРМАЛЬНЫЙ процесс развития событий, это нормально чувствовать терзания. Очень вовремя поставлено занятие и мне нужно было услышать эти слова.

Мне бы хотелось поделиться некоторыми моими изменениями в жизни за время курса. У меня существенно наладились отношения с моим младшим сыном. Я прорисовала работ наверно 5- 8 на тему моих отношений с ним, моего недовольства ситуацией с его жильем, моей злости и разочарования, когда мы не можем общаться из-за того, что его раздражает любое мое слово к нему. За это время мы перешли на совсем другой уровень отношений. Мы провели несколько дней вместе, гуляя, общаясь и рисуя нейрографику в том числе. У нас образовались теплые отношения и способность вести разговор без раздражений и порывов злости.

Когда я очень сильно расстроилась по поводу того, что он со своей девочкой, конечно же с моей подачи, поселился в квартиру, которая приносила мне хороший доход. Я была больше недовольна собой, за то что я себя сама поставила в такую ситуацию. После АСО и рисунка в разделе Нейрокомпозиция у меня освободилась квартира поменьше и я переселила детей и сдала квартиру дороже. Это все выстроилось в течении недели двух с момента рисунка, я просто была в восторге. У нас сейчас хорошие отношения, конечно, есть еще над чем работать, но уже намного лучше, мы можем разговаривать спокойно друг с другом.

Волнительным так же был момент покупки дома. За три недели до закрытия мне отказал банк, с которым была договоренность о кредите и я уже думала, что придется брать дорогой кредит через брокера. Я рисовала несколько АСО на эту тему, и вдруг мне пришло сообщение от моего знакомого брокера о какой-то специальной программе на кредиты. Это было совсем не связано с моим случаем и ни до этого, ни после этого он никогда не высылал рекламы, а тут вдруг от него пришло это сообщение. Я набрала его и он мне в течении недели организовал кредит на хороших условиях. Я помню очень перенервничала по этому поводу и когда после рисунков, так все выстроилось, казалось, что это что -то из области фантастики.

Отдельно хотелось бы рассказать о моей поездке. Мы, с моим партнером говорили о длительной поездке уже года три. Последние 2 года из-за ковида мы никуда не выезжали. В этом году с начала года мы всё разговаривали, но никак не решались таки сказать да.



Я начала рисовать на эту тему. Сначала утвердилось мое желание и намерение действовать. Но мой партнер стал сильно переживать по поводу возможности заражения (он в группе риска). Я нарисовала несколько АСО и мандалы на эту тему. Когда рисовала, я четко понимала, что я не могу влиять на него, я могу только работать со своими желаниями и выравнивать свое отношение. И достаточно быстро он сам начал разговоры о подготовке к поездке. Я рисовала о том, чтобы мы себя чувствовали комфортно в финансовом плане с этой поездкой, чтобы я могла спокойно отдыхать и не дергаться от лавины звонков клиентов, чтобы я могла отдыхать и в то же время, чтобы мои тылы прикрывали мои сотрудники на работе.

На момент когда я пишу этот лист, у нас еще осталось 3 дня до вылета домой и я могу сказать, что это первый самый спокойный отдых за период моей работы агентом. У меня (впервые за все время) 2 клиента купили дома пока я отдыхаю. Мне помогает моя напарница, и я с радостью делюсь своим доходом с ней. Поездка и финансово нам по карману и не напряжная со стороны моей работы. Может не все получилось так, как думалось, но мне спокойно на душе и мы провели чудесное время.

Еще я бы хотела затронуть тему моей работы. Я в этом году разбила все мои рекорды по заработках. Я много рисовала на тему "Увеличения дохода с увеличением времени на себя" и мне много удалось. Это мой первый год когда у меня выстроилось 3 коллег по работе, с которыми мне комфортно работать вместе. Я отдаю работу людям и получаю свой процент комиссионных со сделки. Да, я не получаю 100%, мы делим 50/50, НО Я НЕ РАБОТАЮ так, как я работала самостоятельно. Мои коллеbeliefги ездят с клиентами, а я веду переговоры и оформляю сделки. Я экономлю много времени таким образом и это мне позволяет работать даже не находясь физически в Канаде. Я очень рада, что я дошла до этого уровня. Мне так нравится быть в потоке. Когда я только начинаю задумываться о том, что у меня началось затишье с клиентами как вдруг, ниоткуда начинают идти звонки и новый вихрь клиентов закручивает меня. Для меня это просто удивительно. Дело в том, что я когда рисовала о том, чтобы было больше времени, я даже не знала как мне достичь этого. Я думала может это будут сделки на большую сумму, побогаче клиенты, но судьба подает варианты попроще и такие, которые мне очень подхотят и которые на ставят меня в ситуации где мне неудобно или некомфортно. Я говорю о неконфортно, потому, что я чувствую какое-то внутреннее напряжение когда я думаю о богатых клиентах. Я не из богатой семьи и мне кажется, что эта категория клиентов будут очень придиричивые и оскорбительные.



Я сейчас пишу и понимаю, что это мои страхи, отклики моего прошлого, или мои верования, которые я приняла за действительность и они меня сдерживают. Ставлю себе эту тему в план следующих рисунков. Интересно, что "увеличение дохода с увеличением времени на себя" таки состоялось, в обход моих страхов.

Меня захватывает разнообразие алгоритмов. Помню, когда я прошла пользователя и специалиста, я понятия не имела, что существует такое большое разнообразие алгоритмов. Каждое новое занятие открывает кладезь техник, которые сами по себе могут быть отдельной веткой с которой можно работать и процветать. В этом году мой доход существенно больше моего самого хорошего года и работаю я меньше. Это мой первый год, что я отказываюсь от работы с арендой, я передаю этих клиентов моим партнерам и я не чувствую страха, от того, что я отдала бизнес. Клиенты приходят и приходят тогда, когда мне надо. Спасибо.

Было у меня и очень неприятное столкновение после рисунка. Мы рисовали фигуру 7 треугольников. Еще когда я рисовала, помню, как я сопротивлялась и вела внутренний диалог, как бы беседуя с Павлом Михайловичем, что я не хочу конфликтов, мое ество бунтовало, но я рисовала. И вдруг, мне приходит очень неприятное письмо от клиента, где он меня обвиняет в непрофессионализме, унижает и поносит как только может. Я нарисовала несколько АСО по этому поводу и ему очень корректно, сдержанно и на высшем уровне ответила.

Меня это очень зацепило. И я для себя решила использовать треугольники очень аккуратно и в тех случаях, когда нет бунта внутри меня. Еще одно неприятное событие, которое случилось - это был налоговый аудит. Я рисовала АСО несколько раз по ходу прохождения этой проверки и она закончилась неплохо. Мне вернули небольшую сумму денег, хотя я надеялась на больше. Но я рада и с того, что мне дали, но были моменты, когда я думала, что они потребуют с меня дополнительных оплат. АСО я рисую достаточно часто. Я люблю утром писать свои мечты и желания в технике автоматического писания. Теперь, после того как я 10-15 минут пишу, я всегда делаю экспресс АСО. Очень люблю эту технику и думаю, что именно она мне сильно помогает каждый день.

Мне бы еще хотелось рассказать об опыте моих клиентов. Моя подруга, какое-то время приходила с разными запросами и мы рисовали на ее темы. Мы рисовали на тему ее отношений с дочкой. По ходу рисунка у нее было несколько инсайтов в ее отношениях к дочке и уже через неделю она мне перезвонила и с радостью рассказала, что каким-то чудесным образом у нее



разговор с дочкой совсем другой, дочь не злится на нее, они начали гулять вместе, стали ближе и теплее относиться друг к другу. Через какое-то время мы с ней рисовали на тему отношений с мужем. Мы порисовали и я даже не спрашивала ее сама ни о чем. Где-то через месяц мы с ней встретились на кофе и она с огромной радостью сообщила, что сейчас у нее те отношения, о которых она мечтала уже годами. Ее муж стал уделять ей больше внимания, написал ей чудесное письмо о том, как он ее ценит и любит. Она также получила приглашение на работу, которую она сильно ждала и хотела. Она влюблена в нейрографику и поддерживает любые мои проекты и занятия.

Еще хочу рассказать об одной подруге. Я ее набрала как-то интуитивно. Она сказала, что настроение очень печальное и это уже длится долгое время. Я предложила порисовать ей. Она сразу согласилась и мы начали с АСО. Уже после первого рисунка она говорит у нее очень изменилось настроение и муж ее просит ходить рисовать. Мы еще рисовали раза 3 и она поехала на мой ритрит, который я организовывала на 3 дня глубокое погружение в медитацию, отдых, музыку, йогу и нейрографику.

Она мне потом написала отдельный пост благодарности на фейсбуке, в котором рассказывала, как она воспряла после рисунков и ритрита. У нее появилось желание опять работать и она вышла из затяжного уныния. Она закрыла свой фейсбук профиль, так как она там зависала и тратила много времени впустую и начала опять практиковать грим. Мы несколько раз рисовали и тема оскара за лучший грим неоднократно звучала у нее и недавно она мне сказала, что один из известных гримеров Голливуда, восхищался ее работой в инстаграме. Она очень воспряла духом. Я хочу продолжать с ней работать, очень приятно видеть такие результаты!

Еще одна история моей клиентки. Она рисовала со мной уже несколько рисунков и каждый раз очень восхищалась результатом. Она в 2020 году узнала, что у нее рак, прошла лечение и сейчас полностью здорова, но как сама говорит, ее жизнь очень поменялась. Она стала слушать себя, уделять себе время, начала учиться любить себя, свое тело, выстраивать свои границы. Много поменялось с момента нашего первого рисунка. Она разошлась со своим партнером, пересмотрела, с кем она хочет работать и что делать, перешла в другую компанию и очень счастлива на новом месте, ей нравится как босс ее поддерживает, помогает ей, когда она не знает как поступить или, как она недавно мне рассказывала, по ошибке она вбила не те цифры и ее клиентам не дали кредит, она очень переживала, ее начальник, взял ее файл и сам позвонил и объяснил ошибку в банке.



Она рисовала о том, чтобы она имела людей вокруг себя, на которых бы она могла опираться. Это такой кайф видеть, как желания людей исполняются.

Она меня месяца 2 назад спросила, как мы бы могли поработать над ее расставанием с ее партнером. Она была с ним около 6 лет и ее очень сильно обижало, что он не дает ей столько же, сколько она отдает ему, как будто она у него не есть частью его. Она разорвала отношения, это было ее решение, но где-то оно все равно ее очень тревожило и ныло внутри. Я еще в тот момент не знала о нейроконтакте. Я попросила дать мне время узнать, как можно поработать над расставанием. И как раз где-то через месяц я прохожу занятие Нейроконтакт. Я сразу же предложила ей порисовать роли и добавила туда "Я и субъект" в роли ее партнера. Мы его отделили и добавили нового партнера с теми качествами, которые она хочет видеть. Она почувствовала покой и удовлетворение. Ей понравилось как его фигура существует без связей с ней. Теперь я жду с нетерпением, когда она мне скажет о новом партнере.

Мне очень радостно видеть такие результаты у себя, у моих клиентов, у детей и моего партнера. Очень вдохновляет. Еще есть много желаний и планов, волнений, сомнений и переживаний, но я уверена с нейрораффикой моя жизнь однозначно лучше. У меня есть много инструментов прорабатывать мои внутренние запросы и волнения. У меня есть возможность строить свою жизнь, мечтать, воплощать и помогать людям.

Моя невестка рисовала со мной большое количество рисунков и она восхищается результатами нашей работы. У нее был ряд инсайтов, которые она была удивлена обнаружить. Ее очень впечатлило, когда она увидела, как она волнуется за всех и за все, а о себе совсем не заботится. Она поняла, что собой тоже надо заниматься, что она есть ценность и она тоже требует времени и любви к себе. Помню, как она уволилась с работы и очень переживала по поводу того, что она не работает. Мы нарисовали несколько рисунков. Интересно, что как только она сформулировала, конкретно чего ей хочется в течении недели ей предложили работу. Она очень благодарна и готова рисовать в любое возможное время!

Сейчас мы заметили еще одну тенденцию с ней. На каждой работе, что она была последние несколько лет, она себя загоняла в одну и ту же позицию, она брала на себя все больше и больше обязанностей, спасала ситуацию в то же время работала сверх времени и выматывала себя.



Мы еще не прорабатывали эту ситуацию но я планирую с ней проработать кейс на эту тему. Тему спокойной работы в удовольствие и с признанием. Планируем рисовать раз в неделю и проследить результаты в течении пол года.

Был у меня и смешной случай. Как то мы поругались с моим партнером и после этого я рисовала эту ситуацию по нескольким алгоритмах. Я отложила мое неудовольствие в сторону и концентрировалась на том, чего я хочу в отношениях. Менять партера не собираюсь, да, мне неприятно когда он не может себя сдержать и взрывается, но он старается и у нас есть очень много хорошего между нами. Не прошла и неделя после моих рисунков и, вдруг, мне написал мой давний поклонник. Я сначала не придала этому никакого значения, пообщалась с ним, без флирта и нежно отклонила его внимание.

Но через день меня агент, с которым я закрыла недавно сделку, пригласил на ужин и тут меня прошибло - это результат моего рисунка, жизнь начала подкидывать мне новые варианты. Мне так стало смешно от этого. Вся эта ситуация, это не то, чего я бы хотела, мне нравится быть с моим партнером, но даже сам факт того, что после рисунков пошли какие-то движения, чтобы меня подбодрить и снять напряжение, очень порадовал. Все больше и больше я вижу, как я могу использовать нейрографику не только в моей жизни, но и в жизни людей вокруг меня.

Несколько примеров:

- Моя подруга, звонит мне, говорит, что на работе очень напряженная ситуация, ее довели до слез и она себя чувствует очень подавленной. Она просит меня порисовать с ней.

- Другая подруга находится в напряженной ситуации. Она работает на полную ставку, помогает смотреть за внуком и в то же время у нее больная мама. Моя подруга полностью взяла на себя уход за мамой, купить ей еду, приготовить все, каждый день проводить, завести к докторам, помыть. Эй очень трудно, она говорит, что не знает или сможет так еще долго выдержать. Эй бы очень помогло порисовать. Даже если бы это только был АСО, думаю ситуация бы изменилась и эй бы было легче.

- Еще одна подруга мне постоянно говорит: надо все быстрее и больше делать. Я вижу как она кружится, как белка в колесе, и ее время все



сжимается и сжимается. Но она не хочет даже слышать о нейрографике, говорит, что это пустая трата времени. Я не настаиваю, есть очень много людей, с которыми я уже работала и они понимают и просят еще и еще.

Жизнь прекрасная штука. И я согласна с Павлом Михайловичем с нейрографикой можно творить свою судьбу так, как хочется. Надо мечтать и позволять себе в своих мечтах самые невероятные желания. Как часто мы сами себя в своих мыслях лимитируем, это просто невероятно!

Как инструктор НейроГрафики, я вижу насколько это сильный инструмент, который может помочь многим людям справиться не только с их трудностями и переживаниями, но и с моделированием желаемой картинки жизни в будущем. У меня успешный бизнес, в котором я уже зарабатываю хорошие деньги, но он мне не дает такого же удовольствия, как работа с людьми и наблюдение того, как меняется их жизненная ситуация.

Мне хочется делиться и дарить этот инструмент людям. Я благодарна автору, Павлу Михайловичу Пискареву и Институту НейроГрафики за создание этого направления, за организацию института, множество разных курсов, сертификатов, дипломов и кандидатских работ, за поддержку, структуру и работу в направлении утверждения НейроГрафики и признании ее в разных отраслях науки и искусства. Мое знакомство с нейрографикой началось с сертифицированным институтом специалистом, позже, я взяла несколько курсов в институте, теперь заканчиваю две дипломные работы и планирую еще брать много курсов, как продолжение моего обучения. Мне очень нравится, что институт предлагает такое огромное количество разных направлений с разной глубиной знаний. Спасибо вам.

[Ссылка на дипломную работу Botyuk Alexandra в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.



Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.





Автор:
Breitberg Lena
Супервизор:
Fomicheva Natalia

Тема:
НейроГрафика в моей жизни.

1. Как я пришла в Нейрографику

После рождения моего второго ребенка, шесть лет назад, моё здоровье начало ухудшаться. Я перестала нормально спать, постоянные просыпания дочери снесли окончательно в моем организме возможность глубокого сна. Весь мой сон был очень поверхностным, и я могла проснуться от любого шороха. Домочадцы постоянно меня будили, а после я лежала несколько часов без сна. И это был просто кошмар.

Я стала раздражительной и нервной. Но это было только начало. Всё усугубилось тем, что я начала бесконечно болеть. Любая маломальская простуда выбрасывала меня на месяц постельного режима. Я практически перестала вылезать из постели.

У меня каждый день болела голова. Я просыпалась с головной болью и засыпала с ещё большей головной болью. Мне пришлось урезать мои рабочие часы до 10 часов в неделю. И хотя я работаю за компьютером, я просто была не в состоянии выполнять свои рабочие обязанности.

В поисках решения проблемы я начала ходить по докторам. К сожалению, это ничего не принесло, каждый доктор изучал только одну часть и не смотрел на картину в целом. Кто-то говорил, что возможно, это психосоматика. Я ездила в клинику на детоксы, это приносило краткосрочное облегчение, но потом головные боли возвращались.

Тогда я поняла, что каждый сам кузнец своего счастья и обратилась к эзотерике. Было пройдено множество курсов, что-то помогало, что-то оказалось пустой тратой денег и времени.

Где-то я узнавала что-то новое о себе, складывая пазл из кусочков самой себя и отвечая на извечные вопросы: Кто я? Где я? Зачем я живу? И куда я хочу двигаться? Эти два года в эзотерике расширили мой кругозор и



дали мне возможность задуматься на тему, что есть не только материальный мир и всё гораздо сложнее, чем кажется на первый взгляд.

Очень много стало понятно о самой себе. Свои истинные желания, а не те, которые нам навязывает общество. Как говорится, любовь к себе - это не новое платье, а жить ту жизнь, которая делает тебя счастливой.

Поэтому если даже я раньше и была очень скептически настроена в этом направлении, то вдруг неожиданно для себя решила заказать натальную карту у астролога. И это оказалось той точкой невозврата, которая привела меня в Нейрографику.

Вы спросите, что может быть общего между Нейрографикой и астрологией? Всё просто, это своего рода компенсаторика.

У меня сложная карта и она требует больших усилий от меня, чтобы гармонично прожить свою жизнь. Астролог сказала мне, что, для того чтобы вылечить себя и так как это скорее всего психосоматическое заболевание, то нужно действовать нестандартным способом.

Для излечения мне надо рисовать, но не просто рисовать, а чтобы это было что-то современное, инновационное. Не классическое рисование, которое нагоняет на меня тоску зеленую, а что-то совсем ещё новое, что ещё мало изучено человечеством. Говоря, астрологическим языком, что-то уранское.

Я послушала и забыла, а потом на каком-то курсе одна девушка рассказала, как она 9 месяцев училась на инструктора НейроГрафики. И тут я понимаю, так вот же оно – решение всех моих проблем.

Нейрографика – это и рисование, и абсолютное новое направление, и уж однозначно, инноваторский способ работать с нашей психикой и подсознанием. Я тут же открыла интернет и начала искать, где же учат на инструкторов НейроГрафики. Естественно, первой же ссылкой был Институт Психологии Творчества Павла Пискарева.

Я изучила условия поступления, что входит в обучение, а также цены. Немного обалдела от стоимости, но решила всё-таки на себе не экономить и записалась на инструкторский курс. Прошу заметить, до покупки курса я ещё не нарисовала ни одного рисунка. Я абсолютно не понимала, зачем мне это обучение, но была уверена, что я поступаю верно.



Моя интуиция говорила мне, это действительно то, что конкретно тебе просто жизненно необходимо и даже если ты не будешь никогда никому преподавать Нейрографику, то всё равно за время инструкторского курса, ты впитаешь в себя этот метод так глубоко, чтобы он мог изменить твою психику. А своей интуиции за 40 лет я уже научилась доверять.

Вот так я оказалась на Инструкторском курсе, даже не зная, что же это такое Нейрографика.

Конечно же мне было тяжело, практически все на курсе уже были знакомы с методом или прошли те, или иные модули из НейроГрафики. Многие даже уже начали преподавать Нейрографику другим. Я безбожно отставала, мне не хватало времени, чтобы переварить весь тот объем информации, который нам давали на курсе. Я не успевала интегрировать все эти знания в свою психику. Но об этом подробнее в следующих главах.

2. Первая встреча с Нейрографикой

Свой самый первый рисунок я нарисовала до занятий в Институте Психологии Творчества Павла Пискарева. Так как Инструкторский курс 2021 ещё не начался, а узнать, что же такое Нейрографика хотелось, то я записалась на вебинар НейроГрафики. Его вела девушка, которая оттучилась на Инструктора НейроГрафики. Я только не знаю, в каком году, но думаю это и неважно.

Так вот самый первый рисунок я рисовала по алгоритму АСО и на тему здоровья. Мне очень понравился сам метод скругления, было неожиданно ощутить медитативное состояние во время рисования. Мне очень понравилось. А вот на следующий день со мной случилась истерика. Хотя тогда я и не связала эти два факта воедино. Второй рисунок также был АСО и тоже был на тему здоровья, но уже более узконаправленный. Рисовался также с большим удовольствием и точно также на следующий день случилась истерика.

Третий рисунок по НейроГрафики я уже рисовала с некоторой опаской. Это была карта желаний, такой себе нейрографический план целей на год. Рисунок был сложен для меня, рисовала на А3. Я впервые познакомилась с нейрографическим алфавитом, то есть с кругами, треугольниками и квадратами. На тот момент я так до конца и не поняла, зачем нужны треугольники и практически не использовала их в своём рисунке. Помня свой предыдущий опыт я уже ожидала истерику на следующий день, но были только резкие скачки настроения.



Либо это потому, что я уже ожидала повторного сценария, либо организм привык к нейролиниям, либо этот алгоритм не вызвал такую волну эмоций, как АСО. Что это было на самом деле, я так и не узнала.

3. Обучение на курсе Инструктора НейроГрафики

Первые два месяца прошли на энтузиазме. Мне было всё в новинку, я с удовольствием рисовала. Погружалась в новые для себя темы. Я узнала, что человек обладает образным мышлением. Но с возрастом часть людей теряют способность представить образ более сложных событий, чем были в детстве. И опираясь на эти свойства мышления, Нейрографика как бы "разговаривает" с человеком.

Поэтому и фигура на рисунке обозначает событие. В прошлом, настоящем или будущем. Фигура может символизировать и намерение. И тогда она становится побудителем достижения цели в будущем. А нейрографическая линия несёт энергию, отображает направление, характер, движение, процесс происходящих событий.

Находясь во власти образов и смыслов, происходящего на листе рисунка и отвечая на вопросы, которые в ходе работы я задаю сама себе, на рисунке могут развернуться события, смыслы и мотивы бывших или будущих действий. И в этот момент наступает прозрение, приходит инсайт.

Вот чего я никак не ожидала, так это того, что у НейроГрафики такая сильная, сложная база. Очень много основывалось на фундаментальных знаниях психологии и коучинга. И если с психологией я была, пусть и поверхностно, знакома, то все модели из коучинга, которые мы изучали были для меня в новинку. Мой мозг отказывался принимать такое количество новой и, я бы сказала, сложной информации. Мне приходилось пересматривать вебинары по несколько раз.

Я начала конспектировать информацию, узнавать значение слов и знакомиться с базовыми моделями которые мы использовали на коучинге. Было сложно, часто мне не хватало времени, чтобы досконально проработать новую информацию. Сейчас, спустя почти 9 месяцев, я понимаю, что тогда было бы неплохо нарисовать Алгоритм Снятия Ограничений на тему учебы. Но почему-то я этого не сделала.

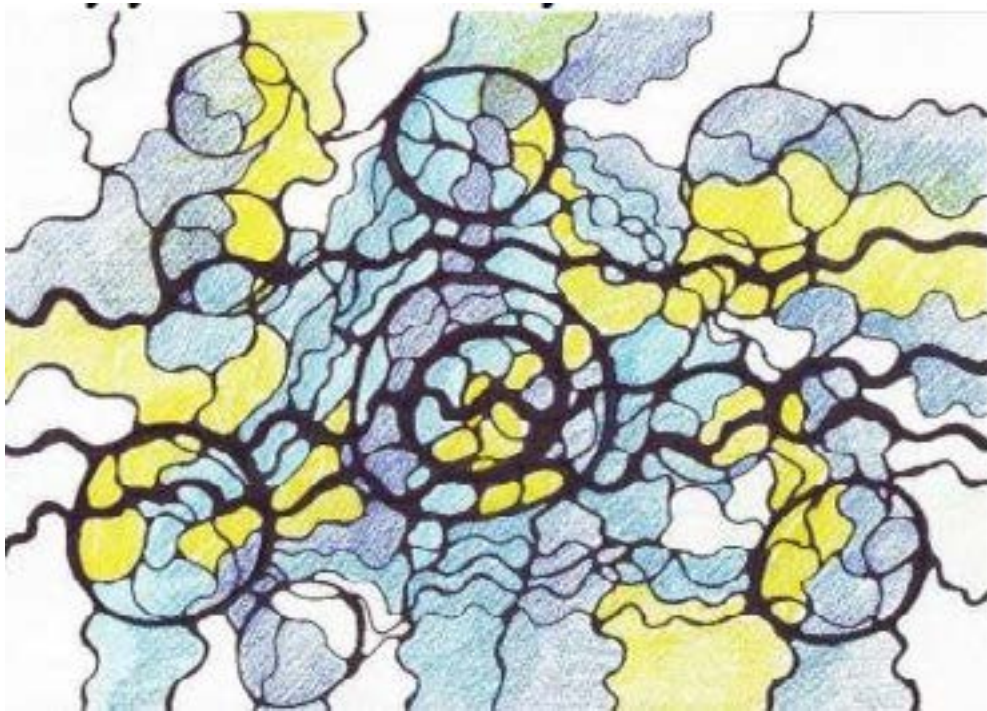


Рис. Треугольник Здоровья.

Перед летними каникулами я уже загрузилась Нейрографикой по самое «не хочу». Моё тело начало заниматься самосаботажом и всячески показывать мне, что всё, больше не надо. Я поняла, что мне придется сделать паузу в обучении, а то я так и не вылезу из своих психосоматических болезней. Поэтому где-то 1,5 месяца я отдыхала от рисунков и даже не смотрела в сторону НейроГрафики.

4. Интересные открытия во время Инструкторского Курса

Первый Нейропортрет стал для меня очень мощным инструментом для понимая того, кто я есть и какая я есть. Мы его рисовали на модуле Нейроколор. Вначале я не хотела рисовать этот рисунок, но потом пересилила себя. Поднялось много сопротивления, неприятия себя, злости, разочарования и недовольства собой. После него было много рисунков и осознаний.

И спустя некоторое время, когда мы рисовали второй Нейропортрет на модуле Нейроскетчинч я осознала чуткость, любовь и внимание к себе.

Поняла насколько изменились мои намерения и внутреннее состояние. Стало гораздо больше любви к себе. Я увидела в самом рисунке, что я и Душа, и Тело, и Личность. Я стала отмечать и положительные, и негативные стороны своего характера. И что самое важное - я осознала, что я начала принимать себя такой, какая я есть и знаю куда хочу двигаться дальше.



Рис. Автопортреты

Ещё один интересный опыт произошел в августе месяце. После паузы в рисунках. Меня начал волновать вопрос самореализации и я решила поработать с такой распространенной темой, как "Деньги". На тот момент я думала, что проработав эту тему, у меня все будет отлично. И даже не подозревала о том, как оно в конце концов обернется.

Я нарисовала 4 АСО на тему деньги, власть, страх перемен и мои отношения с ними. Потом рисовала алгоритм АВН, Нейродрево, долги и кредиты, моделирование новой реальности, а в конце нарисовала «расширение денежного потока». Вот эта работа в самом конце получилась очень мощная. Она очень долго висела у меня на доске перед рабочим столом. И каждый день я глядя на неё наполнялась уверенностью, что всё будет отлично.

Но.. Деньги так и не пришли в мою жизнь. Я немного расстроилась и обмолвилась об этом своему мужу. Вот говорю, так обидно, целый месяц работала с темой финансов, а ничего не изменилось. А он мне говорит, подожди. Зато у меня за этот месяц доходы неожиданно выросли. Продажи просто полетели, хотя и был август месяц. А как известно, август – это самый плохой месяц для продаж, потому что большинство людей в отпуске. Вот Нейрографика ещё раз показала, что она работает, но иногда работает совсем не так, как мы ожидаем увидеть.

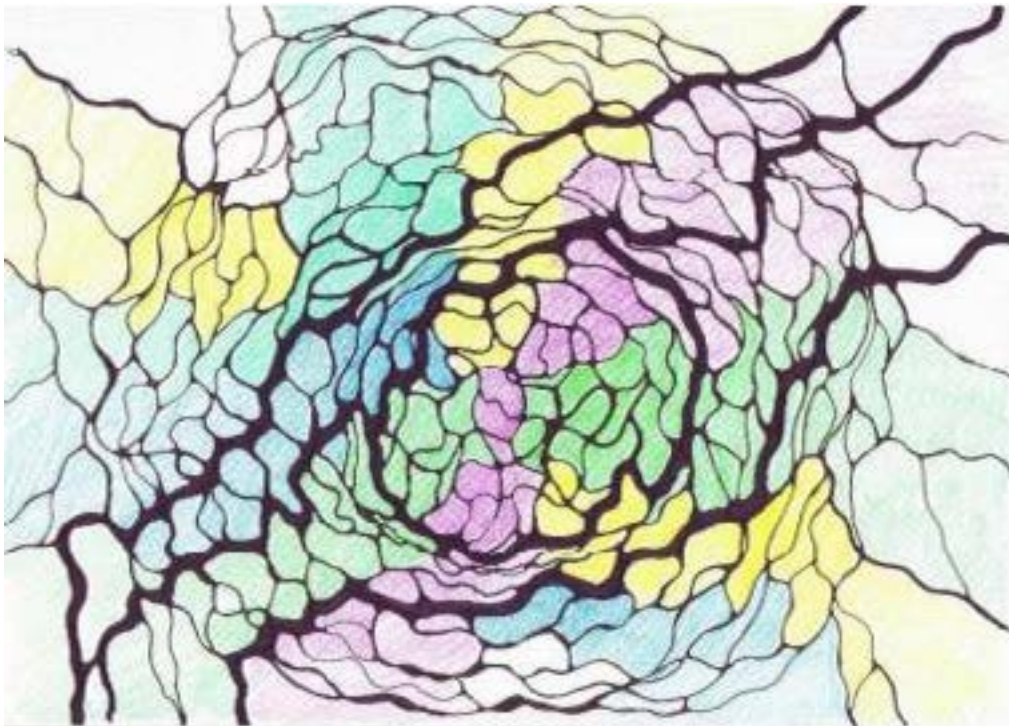


Рис. Расширение финансового потока.

5. Опыт работы над одним кейсом на протяжении 21 дня.

Очень интересный опыт я получила работая 21 день с Дневником Эстетического Коуча. Я решила в этот раз проработать тему стройность. Такой себе большой кейс на 21 день. Эта тема очень эмоционально заряженная для меня. Организм активно сопротивляется процессу похудения, потому что имеет очень много вторичной выгоды от лишнего веса.

Кстати, вторичную выгоду я обнаружила также во время рисования этого кейса. Я планировала за 21 день поработать с внутренним сопротивлением, высветить слепые пятна в своих реакциях и бессознательном. Также хотелось получить поддержку мира для того, чтобы продолжать стратегию правильного питания и физической нагрузки. Такой был план перед началом кейса.

Стратегию я выбрала интуитивную, чтобы с каждым рисунком двигаться с того места, где остановилась на предыдущем. То есть тема 2.0 становилась темой 1.0 следующего рисунка. Вначале работала с сопротивлениями, если появлялась энергия, то рисовала формирование новой реальности. Как только сопротивление накапливалось, прорабатывала его и опять возвращалась к моделированию своего будущего. Было очень много открытий на этом пути.



Вначале я работала со своим отношением к телу, с внутренним критиком. Там было много не любви к себе, не принятия себя. Потом моделировала каждодневную физическую нагрузку. Со спортом работалось хорошо и даже в жизни я начала каждый день ходить на прогулку и делать зарядку. Хотя раньше это было только время от времени, без какой-либо регулярности.

В конце кейса я начала работать с питанием и здоровым отношением к приему пищи. И вот тут как полезло. Я не ожидала обнаружила столько внутреннего дребезжания на эту тему. Честно говоря, я не успела проработать эту тему до конца дневника. 21 день закончился, а я поняла, что на следующий дневник надо брать только тему питания. Там очень много ещё осталось не проработанного и даже непроявленного для меня. Даже и не ожидала, что вскроется столько внутренних программ, которые требуют дальнейшей проработки.

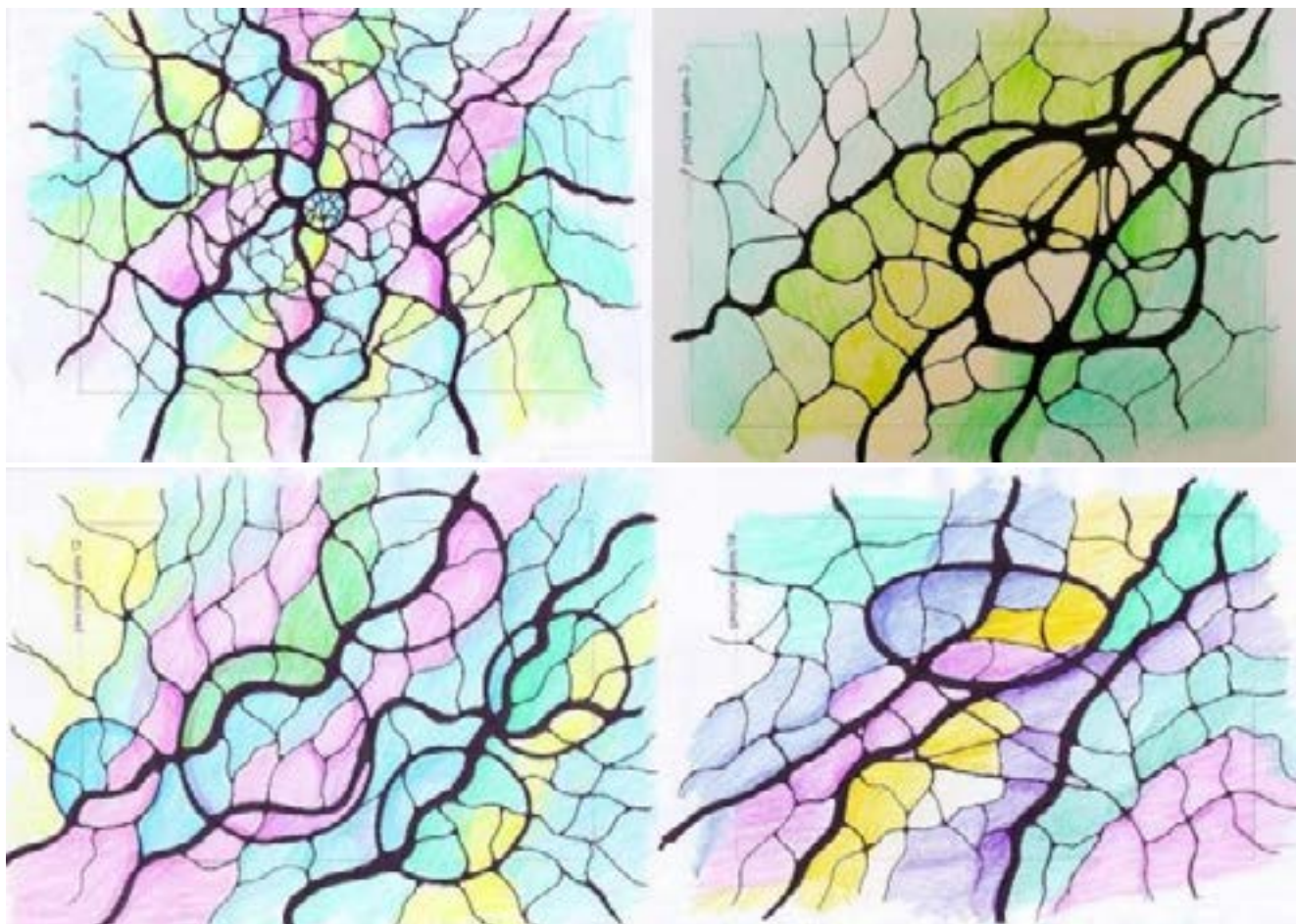
Неожиданно, во время этих трех недель было очень много сопротивления. Как я уже писала выше было много сопротивления по отношению к своему телу, к безопасности этого мира и тому подобному. Приходилось часто прорисовывать дополнительно АСО. Один раз во время работы над дневником я даже заболела и несколько дней не могла рисовать. Наверное, слишком интенсивная проработка случилась и тело мне сказала стоп. Тогда глядя на рисунки меня начинало прямо тошнить и мне пришлось сделать паузу. Через несколько дней всё прошло и я продолжила работу над дневником. Также появлялось много сопротивления когда я начинала работать с питанием. Эту тему я так и не успела до конца проработать. Слишком много там оказалось закапсулировано эмоций.

Сейчас оглядываясь назад, могу сказать, что большинство рисунков этих трех недель мне нравятся. Но есть несколько, таких, как Нейродрево и шаманский дождь, которые меня до сих пор не устраивают. Не знаю с чем это связано, остальные кажутся эстетически красивыми и гармоничными, а в этих двух очень много линий и глядя на них у меня поднимается дисгармония. Они мне кажутся беспокойными и вызывают волну раздражения. Глядя на все работы, могу сказать, что чаще всего я работала карандашами и выбирала гармоничные розовые, фиолетовые и зеленые оттенки. И да, последние рисунки, конечно, красивее, чем первые. Но, кажется, это всегда так. Коротко напишу, что же поменялось за период работы 21 дня. Для начала я и не заметила, как, но ввела регулярную физическую нагрузку.



Теперь мне самой хочется выйти на прогулку или сделать зарядку. Мне стало наконец-то это нравится. Я теперь делаю это для удовольствия, а не для того, чтобы похудеть. А вот с лишним весом получилось наоборот. За это время я набрала ещё один килограмм и это меня очень расстроило.

Выходит, что за время работы над этим кейсом у меня получилось хорошо смоделировать физическую нагрузку. А также неплохо поработать с телом. А вот тема питания, к сожалению, не проработалась и с ней придется делать отдельный кейс. Так же во время работы над кейсом я выяснила, что чем больше рисуешь, тем больше нравится. Хотя, нужно быть осторожной с эмоциями и делать паузы, если проходит глубокая работа внутри, дабы не заболеть. И никогда не знаешь, какая тема выстрелит, а в какой может оказаться очень много ещё всего запрятано. И только после того, как нарисуешь несколько рисунков на одну и ту же тему, становится понятно, что и как.



Рисунки из дневника.



6. Опыт работы с холодными клиентами.

В рамках обучения Эстетическому Коучу мне пришлось множество раз выйти из своей зоны комфорта. Как-то так вышло, я даже и не могу сказать почему, но во время написания диплома по ЭК я работала исключительно с холодными клиентами. У меня до этого курса никогда не было опыта работы в коучинге или даже просто с клиентами. Но видно это мой путь и получилось так, как должно было получиться. Во время написания диплома я работала с 4 клиентами. Но хочу я поделиться только опытом работы с двумя из них.

Это две девушки рождённые и выросшие в Китае, но проживающие сейчас на территории Германии. Я проводила им сессий НейроГрафики на немецком языке, который в свою очередь не являлся для них родным, так же как и для меня. Да, я живу в этой стране уже 15 лет, но немецкий язык до сих пор не является для меня родным языком. Каждая из клиенток работала на своим индивидуальным и важным на тот момент для неё проекте.

Перед каждой сессией я очень основательно готовилась. Я пересматривала вебинары и делала себе конспект сессии. Особенно много внимания я уделала переводу отдельных терминов на немецкий язык.

Задачи сопровождения в коуч сессиях, по сути, заключаются в том, чтобы перевести намерения на новый, более высокий уровень, и настроить, соответствующим образом, фокус внимания. Люди приобретают новые привычки, которые дают им возможность быть более целостными, опираясь на собственные ценности, более гармонично и гибко выбирать цели.

Когда человек только знакомится с Нейрографикой, то с целью повышения эффективности встречи, фокус внимания смещается на визуализацию запроса, тему клиента. Понимая всё это я не просила клиентов освоить Нейрографическую линию в полной мере, не требовала стопроцентного выполнения всех шагов базового алгоритма, хотя и следила за правильным проведением через алгоритм.

Но иногда бывало достаточным вынести внутреннее переживание на поверхность листа, установить связи с каждым из объектов темы. Уже этого одного порой хватало, чтобы возникли моменты инсайтов и озарения. Девушки начали замечать неэффективность своего поведения, видеть, где у них расположены ресурсы. Они вдохновлялись и ощущали себя воодушевленными, возвращали себе уверенность в том или ином вопросе.



Я заметила, что умение слушать, фокусироваться на человеке, слышать то, что может стоять за словами, очень важно во время проведения сессий. Умение создать атмосферу доверия, партнерства, поддержки – необходимый навык хорошего коуча. Умение вдохновить и заставить поверить в свои силы. Я не скажу, что я прямо стала отличным коучем, за те сессии, что я провела с холодными клиентами, но однозначно выросла в своих коммуникативных навыках.

На первой сессии с клиентками я кроме основ НейроГрафики дала им Алгоритм Снятия Ограничения. Известно, что все, кто поставил перед собой какую-то цель, знают, что на пути к ее достижению они столкнутся как с положительными, так и с отрицательными моментами. У многих людей наблюдаются закономерности поведения: реализуя проект, на одних стадиях они уделяют ему необходимое внимание, а на других привычки и убеждения оказывают противодействие и мешают завершению задуманного. Иными словами мы встречаем сопротивление переменам, которое не дает предпринять какие-либо действия. Поэтому так важно ещё до начала работы над реализацией проекта поработать над этими внутренними конфликтами.

Поэтому мы после вступительной части и настрой на тему, мы сделали совместный «выброс». Общаемся на тему сопротивления. Рассказываю про следующий шаг в алгоритме, девушки выделяют фигуры и проводят округление углов, потом выполняют сопряжение фигур. Говорим о чувствах, которые возникают в теле, об эмоциях, которые сопровождают рисование. Продолжаем рисовать выполняя следующие шаги алгоритма и так по всем этапам.

Что нам удалось создать во время сессии? У каждой были свои находки, свои открытия, но как общая тенденция отмечу, что фокус внимания после рисования АСО сменился: одна девушка осознала, что вопрос решает не в той плоскости; другая увидела шаги решения и прилив сил, а также осознала, что всё необходимое для реализации у неё уже есть, важно только верить в свои силы и смелее действовать.

Эти результаты говорят мне о том, что Нейрографика как метод, основанный на творческом сопровождении людей в переменах, позволяет обойти сопротивление, перейти на следующую стадию проекта, а значит, позволяет каждому стать гармоничнее и целеустремленнее.

Но были также и сложные моменты во время коуч-сессий. Во-первых, я не ожидала такой огромной разницы менталитетов. С одной стороны это было удобно, девушки выполняли все мои указания и не задавали вопросов.



Они просто следовали моему голосу. С другой, чтобы получить обратную связь приходилось четко задавать вопросы и внимательно слушать ответы. Некоторые осознания приходили не в четких ответах, а как бы между строчек, во время описания испытанных ощущений. Но где-то к третьей сессии, мы подстроились друг под друга. А потом уже они сами начали меня спрашивать, ну когда же уже следующая коуч-сессия, так им понравилось работать с алгоритмами НейроГрафики.



Рисунки клиентов.

7. Выводы в результате пройденного пути

Нейрографика - прекрасный инструмент для самопознания. Это возможность коммуникации со своим бессознательным. Очень много неприятных для нас программ хранится именно там и мы даже не замечаем, как действуем в рамках этих программ, думая, находясь в ложной иллюзии свободы выбора.

Рисование НейроГрафики — это не просто арт-терапия, позволяющая освободиться от негативных эмоций. Это рабочая методика, которая способствует достижению целей и реализации желаний.



Образы, появляющиеся на бумаге, отражают то, что мы думаем и какие шаблоны и установки в мышлении таятся в глубинах нашего подсознания относительно той или иной темы. Такой метод уже давно применяется в психологической практике с целью диагностики. Человек может по какой-то причине затрудняться описать имеющуюся у него проблему. А Нейрографика помогает нам выявить скрытые программы и даже травмы, которые нам неочевидны. То есть так, мы контактируем со своим подсознанием.

Я поняла, что все ответы находятся внутри нас. Ни один тренер или коуч не сможет настолько глубоко проработать нас, как Нейрографика. Необходимо только внимательно слушать ответы нашего тела.

Больше всего мне понравился алгоритм по Нейрокомпозиции. С помощью нейрографического алфавита можно обыграть практически любую ситуацию из жизни. Так как коммуникация является важной частью моей жизни, мне оказался очень полезен в работе алгоритм по Нейрокомпозиции.

Да, моя работа над собой будет продолжаться и дальше. Но в процессе прорисовки каждой работы на тему саморазвития и пути к себе я действительно глубоко начала понимать всю важность движения вперед.

Теперь ответы на вопросы я не ищу у других людей, не прохожу тонны курсов, не перечитываю лихорадочно книги, а заглядываю внутрь себя, рисую, наблюдаю, чего хочу и разбираюсь в том, как к этому прийти.

Сейчас, если мне нужно решить какой-то вопрос или понять какой-то жизненный урок, пройти трудную ситуацию, в которой не приходит ответ, я просто сажусь и начинаю рисовать. Бессознательное дает ответы настолько быстро, что я поняла как рисование НейроГрафики в течение 9 месяцев изменило мои нейронные связи. Я уже не та, что была до этого курса. Вначале я даже и не заметила, как сильно изменилась за это время. Но описывая всё это словами, я начинаю понимать всю глубину своих внутренних изменений. Всё это результат работы с собой через Нейрографику.

Теперь у меня есть множество техник для решения любых моих задач. За время курса я нарисовала множество работ на тему здоровья, отсутствие энергии, лишнего веса, неприятие собственного тела и похожих в этом же направлении. В результате количество дней с головной болью значительно уменьшилось. Летом я даже и не вспоминала, что у меня когда-то болела голова. К сожалению, осенью, вместе со стрессом и простудами, головная боль вернулась.



Но теперь я уже знаю, как мне с ней работать. Я всё чаще просыпаюсь энергичной и с желанием жить и творить. Почти каждый день хожу на прогулку в лес.

Стала следить за своим режимом дня. В результате появились возможные варианты, как изменить свой режим дня. Я начала фокусироваться больше на себе, на своих истинных желаниях. Стала энергичнее, вернулась радость к жизни.

Хочу также отметить, что телесных реакций и переживаний всего спектра эмоций во время рисования каждого рисунка было предостаточно. Что является однозначно важным отражением изменений, которые происходят во время работы маркером.

Я перестала бояться говорить то, что думаю. Перестала взваливать на себя всю работу, позволив другим заниматься своим делом.

До Инструкторского Курса я абсолютно не умела рисовать. У меня был страх, нарисовать что-то "не так", "не красиво". Я боялась неодобрения, как других, так и себя. Но курс заставил меня просто взять в руки маркер начать рисовать. Это были линии, просто линии, но как они были прекрасны, я начала наслаждаться и процессом, и результатом.

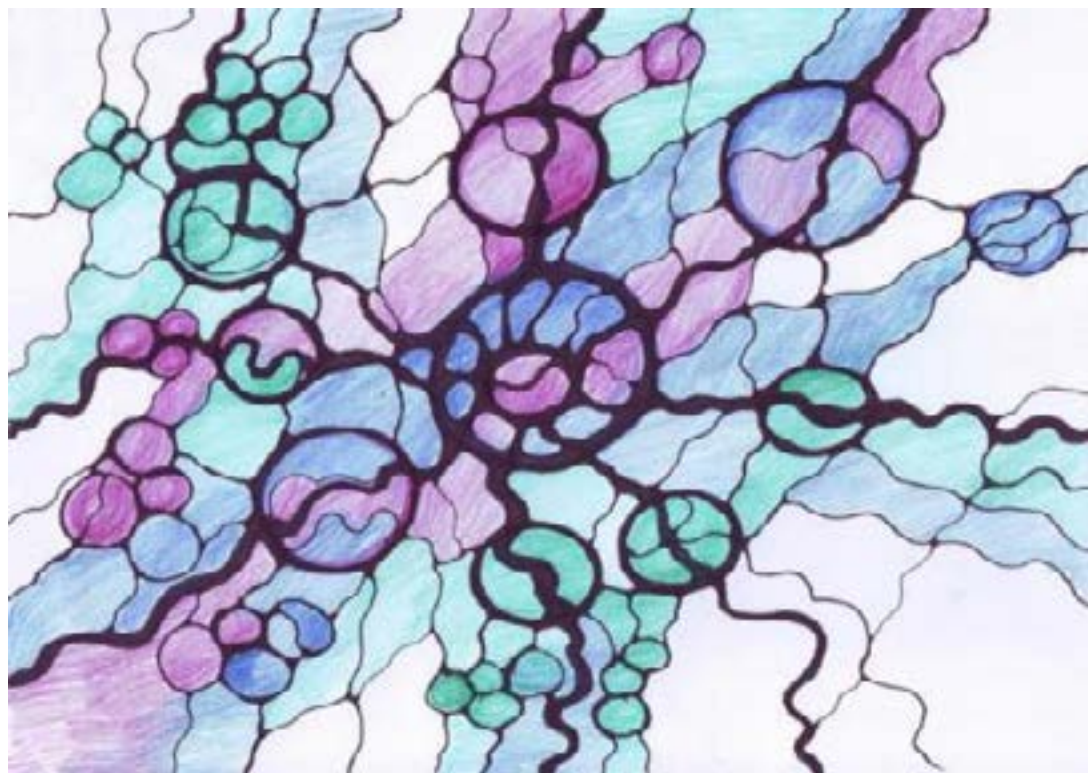
И это было поистине удивительно - просто разрешить себе творить для самой себя. Для своего результата. Не сравнивая себя с другими. Я думаю, что это знак того, что я начала принимать себя и своё творчество. Нейрографика стала для меня неотъемлемой частью жизни. И надеюсь, что моя любовь к ней взаимна.

[Ссылка на дипломную работу Breitberg Lena в авторском стиле.](#)

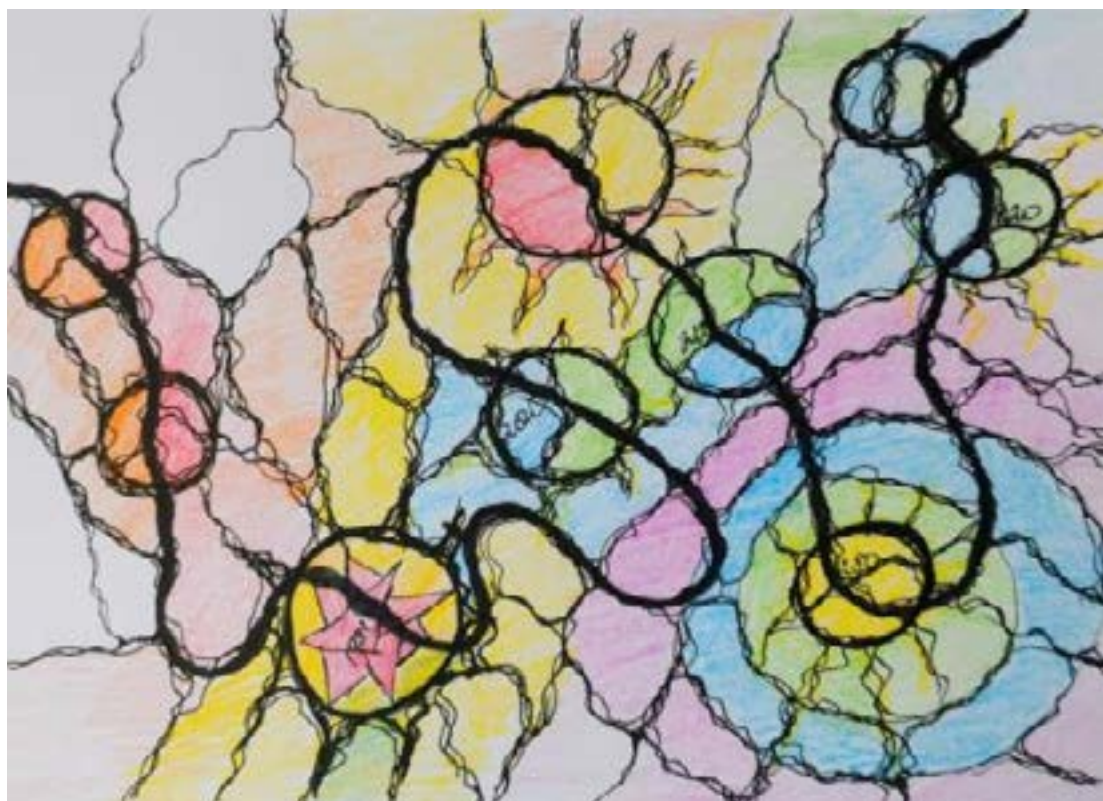


Работы.

Тема: мои проекты.



Тема: мои прошлые и будущие жизни.





Автор:
Dimitrovich Sandra
Супервизор:
Глазунова Гульнара

Тема:
Как найти зажигающую цель?

Управление визуально-образными впечатлениями с помощью алгоритмов НейроГрафики в поиске новых вдохновляющих идей для жизни и бизнеса.

«В нашу жизнь приходит радость, когда у нас есть чем заняться; есть кого любить; и есть на что надеяться».

— Виктор Франкл

Часть 1 Актуализация темы.

О каком мире мечтает большинство людей? Можно предположить, что о мире, где есть стабильность, определенность, простота и однозначность. SPOD-мир представлял собой устойчивый, предсказуемый, простой и определенный мир. SPOD – это аббревиатура из английских слов:

- Steady – устойчивый,
- Predictable – предсказуемый,
- Ordinary – простой,
- Definite – определенный.

Однако современная реальность такова, что приходится жить в мире нестабильном, неопределенном, сложном и неоднозначном. Для такого мира придумали специальный термин – мир VUCA.

Впервые понятие VUCA-мир появилось в 1987 году для описания состояния стран после «холодной войны». Его придумали в противовес простому и предсказуемому периоду времени, который закончился с резким развитием технологии и активным расширением информационного поля.

Стабильность уже давно не признак мастерства. Мобильность, гибкость и умение адаптироваться к изменчивому миру — новые критерии успеха, соответствующие новым вызовам.



VUCA-мир — это термин, которым обозначают неопределенность и изменчивость того, что происходит вокруг. Аббревиатура образована от четырех английских слов:

- Volatility — изменчивость, нестабильность,
- Uncertainty — неопределенность,
- Complexity — сложность,
- Ambiguity — неоднозначность.

Мир VUCA – это мир четвертой промышленной революции, и чтобы выжить в этом мире, нужно быть быстрым, динамичным, способным постоянно меняться. То, что было значимо вчера, сегодня не имеет значения. Мир VUCA – это мир, в котором задачи прогнозирования трудно реализуемы.

Перемены происходят постоянно и, чем активнее развиваются технологии, тем быстрее меняется мир:

- бумажные книги регулярно читают только 4% жителей городов; -16-летний подросток принимает решение, интересна ли ему эта информация и стоит ли ее читать дальше, за 5-7 секунд;
- распознавание голоса достигло той стадии, когда голосовые помощники вполне способны заменить реальных людей или текстовый поиск. Google, Apple и Amazon вкладывают все больше ресурсов в развитие этого направления. Сегодня можно обойтись и без текстового поиска: умные колонки и голосовые помощники ищут нужную нам информацию, запускают треки и подкасты, ставят напоминания и набирают номера. Голосовые чат-боты приходят на смену живым консультантам и операторам колл центров.

Согласно отчету Google, 27% людей в мире используют голосовые помощники на смартфонах. По данным Adobe Analytics, 47% владельцев умных колонок используют их для поиска, 46% — прослушивания новостей, 34% — чтобы спросить адрес или получить инструкции. Google утверждает, что 62% заказывают с помощью умных колонок товары в сети. (1)

Эйнштейн говорил: «Все должно совершаться так просто, как только возможно, но не проще. Сделанное слишком просто, становится упрощенным». Стремление сделать анализ или подход упрощенным присуще очень многим людям и представляет собой, скорее всего усталость от чрезмерного потребления информации, чтения аналитических отчетов, прогнозов, сайтов с выложенными картинками на тему «мое видение рынка».



Кроме всего прочего, любая информация может быть обманом (провокацией), всегда нужно держать руку на пульсе и признавать за собой право на ошибку, на искажение действительности. Маятник откатывается в обратную сторону и человек говорит – «все, я ничего не буду использовать кроме испытанных временем и хорошо зарекомендовавших себя инструментов». Естественно, такой подход не может быть успешным.

Однако, в переходные периоды, когда возрастает неопределенность жизни в обществе, человеку требуются дополнительные внутренние силы для преодоления разнообразных сложностей и проблем. А большинство людей, испытывая страх и даже «отвращение» перед неизведанным, неясным, новым, стремятся уйти от таких ситуаций.

Согласно многочисленным исследованиям, люди, хорошо переносящие ситуации неопределенности, обладают гибким умом и высоким уровнем интеллекта. Они относятся к непонятной ситуации не со страхом, а с любопытством и интересом. Любители неизвестного, как правило, креативны, умеют полагаться на интуицию, а не только на логику, и при возникновении проблемы могут находить множество или хотя бы несколько способов ее решения.

Ученые утверждают, что лучше к новым реалиям приспособятся счастливые обладатели такой психологической черты, как толерантность (от лат. *tolerantia* – терпение) к неопределенности – ситуациям, когда нет достаточного количества данных; в которых невозможно предсказать, как будут развиваться события; где присутствует высокая степень риска при планировании и принятии решений. И вот уже VUCA- мир (*Volatility, Uncertainly, Complexity, Ambiguity* — нестабильность, неопределённость, сложность и неоднозначность), что придумали американские военные стратеги в 80-х XX века перестает быть актуальным и мы уже два года живем в новом BANI-мире.

Авторство нового акронима BANI приписывают Джеймсу Кашио, а местом представления новой идеи Института будущего IFTF (Калифорния). BANI описывает текущий (пандемийный и пост-пандемийный) мир и образован от:

- B – Brittle — Хрупкий
- A – Anxious – Тревожный
- N – Nonlinear — Нелинейный
- I – Incomprehensible – Непонятный/непостижимый



© Stephan Grabmeier, the German Zukunftsinstitut (Institute of the Future)

<https://stephangrabmeier.de/bani-versus-vuca/>

То, что раньше было нестабильным (Volatility в VUCA), стало хрупким (Brittle). А когда что то хрупкое, оно может внезапно (совершенно) выйти из строя. Хрупкие вещи выглядят на первый взгляд надежными (хрустальный бокал, например, пока стоит на полке), может быть, даже прочными, пока не достигнут точки разрыва, а затем все развалится. Вам кажется, что все «хорошо»... А в это время система находится на грани краха.

Экономический ландшафт 2 года назад – все было относительно спокойно, никто не прогнозировал, что «мир может разойтись по домам», даже Н. Талеб писал в книге «Антихрупкость», что рестораны будут жить в «любую экономическую погоду». Никто не знает, когда кончится пандемия, когда завершится/начнется очередная волна, какой продукт, услуга «взлетит», а что ждет забвение навсегда... Наш мозг УЖЕ не успевает за всеми изменениями, нововведениями, законами, открытиями.

То, что раньше было неоднозначным (Ambiguity в VUCA-мире), сегодня кажется нам непонятным и непостижимым (Incomprehensible). Мы вроде бы совсем недавно «что-то знали» про физику, химию, анатомию (наш мозг, в частности). Сегодня все современные ученые признают, что мозг – одно из самых сложных и удивительных творений в природе, мы БОЛЬШЕ не понимаем, чем понимаем про него, хотя открытия происходят чуть ли не по расписанию.



Добро пожаловать в мир хрупкости, тревожности, нелинейности и непостижимости. В мире BANI хрупкая система (общество, государство, бизнес, группа, продукт) может хорошо работать на поверхности (если посмотреть «здесь и сейчас»), находясь на грани разрушения навсегда (буквально через несколько дней уже может наступить «конец»).

Страшно? Это новая норма, с которой необходимо как можно быстрее разобраться и адаптироваться. Как адаптироваться к новому BANI-миру и что в себе (в людях рядом) стоит развивать?

«Если что-то хрупкое, это скорее всего потребует от нас устойчивости (психологической и не только) и стойкости (перед вызовами). Если все вокруг так тревожно, нам точно понадобится сочувствие (эмпатия, эмоциональный интеллект для себя прежде всего), осознанность (что только этим не называют, но осваивать простые практики осознанности УЖЕ вчера пора) и внимательность (способность сохранять концентрацию, критическое мышление в условиях стресса мира с переизбытком информации).

Если что-то (например, мир вокруг) нелинейно, это можно попробовать сбалансировать умением быстро ловить (в общих чертах) контекст (без деталей), развитым системным мышлением (в помощь теория хаоса, фрактальность, эмерджентность, аттракторы и прочая «нелинейная красота») и адаптивностью (с любовью к ошибкам, «мутациям», кроссинговеру, горизонтальному переносу, самоорганизации, разнообразию).

А ошибки (не фатальные, не повторяющиеся) – наш лучший учитель. Вчерашние заслуги не считаются, все очень хрупко и может сломаться в один момент.

Так что добро пожаловать, много свободных ниш будет образовываться и много (к сожалению для кого-то) работающих сегодня бизнес-моделей быстро «схлопнется», суммирует Stephan Grabmeier, BANI vs. VUCA в своем выступлении TED про быстро меняющийся мир. (2)

<https://stephangrabmeier.de/bani-vs-vuca/>



Алгоритм Мультиролевая Личность

Часть 2 Как создать свой образ будущего и найти свои сильные стратегии?

На протяжении нескольких десятков лет институт Gallup проводил систематические интервью для изучения мастерства во многих известных областях. По итогам интервью исследователи сформулировали 34 наиболее распространенных моделей человеческих талантов и разработали тест для их определения. В нем также объясняется, как можно использовать эти качества в работе и в жизни. 95% нашего развития – это инвестиции в раскрытие потенциала сильных сторон. (Gallup) Существует несколько признаков сильных сторон:

- Не ценятся, воспринимаются как везение, как само собой разумеющееся.
- Проявляются спонтанно, автоматически, не требуют специальной подготовки. — Трудно передать другим, объяснить, научить.
- Дают энергию и удовольствие от использования.
- Ярко проявляются в сложных ситуациях.
- Вызывают страстное желание что-либо делать, невзирая на трудности. (Gallup Clifton Strengths)



Как определить свой образ будущего в условиях неопределенности?
Как определить свои сильные стороны и сильные стратегии?

Все чаще на повестке дня вопросы:

- как регулировать эмоциональную «температуру», чтобы не допустить «перегрева»?
- как управлять энергией в ситуации продолжительного стресса?
- как снизить тревожность, раздражительность и приступы гнева?
- как преодолеть состояние апатии, отстранённости (например, после болезни)?
- как тренировать мозг (и все тело), чтобы преодолеть состояние усталости, вялости, рассеянности внимания?

Предполагаю, что некоторые из этих симптомов требуют врачебного вмешательства, терапии, но тема, которую я исследую на данном этапе – превенция «не ресурсных» состояний и эмоциональной «перегрузки», с которой мозг сам уже не в состоянии справиться. Ведь на фоне все ускоряющегося ритма жизни, и новых вызовов, необходимо не только справиться с усталостью и низким уровнем энергии, но и преуспеть в своем деле, обеспечить стабильный финансовый поток.

Вопрос о мотивации в нашем новом хрупком и тревожном мире вновь обретает актуальность. Нейробиологи считают, что мотивация – процесс биохимический. Если объяснять его совсем просто, мозг осознает возможность награды и начинает выделять нейромедиатор дофамин. Молекулы дофамина движутся из места синтеза несколькими путями и попадают на рецепторы в разных частях мозга, в частности, в лимбической системе и в коре лобной доли.

Там формируются эмоции и намерения, а вслед за ними и мотивация. Дофамин иногда называют «гормоном удовольствия», но это не совсем верно. Он скорее отвечает за предвкушение удовольствия, и именно предвкушение заставляет нас трудиться, чтобы чего-то достичь. Чем больше приток дофамина, тем более необходимым нам кажется объект желания, а значит, всё выше мотивация. Есть гипотезы, что избыток этого нейромедиатора может усугубить обычную мотивацию до патологической – например, дофамину приписывают роль в развитии обсессивно компульсивного расстройства.



С прикладной точки зрения это означает, что мотивация – процесс полностью внутренний. Чтобы запустить производство дофамина, человек должен сам чего-то сильно захотеть. Поэтому идея о том, что вы можете кого-то мотивировать, немного примитивна по сравнению с реальностью.

Поскольку дофамин синтезируется, когда в поле зрения появляется объект желания, логично предположить, что деньги должны работать лучше всего. В конце концов, мало кто может сказать, что совсем не хочет денег. Но всё не так просто. Деньги как стимулятор – один из мифов о мотивации.

Стимуляторы работают только на коротких дистанциях и для простых, рутинных задач. Вовлечение же предполагает, что человек перестает думать о деньгах и сосредотачивается на задаче. Получается, что мы должны закрыть потребность в деньгах, просто чтобы не отвлекаться, и в итоге деньги становятся всего лишь частью комфортной среды, такой же, как удобное кресло и свежий воздух в помещении.

Для того, чтобы потребность закрылась, нужно знать, зачем человеку деньги. Для кого-то деньги – это безопасность, возможность иметь дом, кормить и лечить себя и семью. Для кого-то – символ достижения, очередная медаль, очередной рекорд. Для кого-то – символ статуса, власти, подтвержденной экспертности. Поэтому, чтобы включить деньги в процесс вовлечения, сначала необходимо конвертировать их в истинную ценность – свою для каждого человека, а потом работать уже с ней, а не с деньгами напрямую.

Мотивация – это ответ на вопрос «чего я хочу», но ответить на него совсем не просто. Чтобы научиться распознавать собственную мотивацию, нужно развивать эмоциональный интеллект. Именно он помогает отслеживать изменения в собственных желаниях и находить самые короткие и комфортные пути к их удовлетворению. Более того, научившись анализировать свою мотивацию, начинаешь лучше понимать мотивы других людей, а это важный навык для работы в команде и на управленческих позициях. (3)

У каждого из нас есть жизненная история, которая когда-то заставила остановиться и переосмыслить свое движение, чтобы начать путь, к которому действительно всегда лежала душа.

И у меня такая история есть – со своими поворотами, с уходом от того, что действительно «зажигало», а потом с «возвращением к себе» через кризис.



В самый разгар первой волны локдауна весной 2020г., когда комфортный и привычный мне мир перестал существовать (закрытые границы, отмененные международные культурные мероприятия, деловые переговоры, и вообще, отсутствие возможности перемещаться по городу без особого пропуска), я запустила онлайн проект «Мастерская смыслов», проводила Zoom-конференции, интервью и открытые дискуссии с психологами, нейрофизиологами, арт-терапевтами, врачами-кардиологами из Израиля, Германии, Франции, Швейцарии.

Готовясь к модерации, к встречам в эфире, в просторах интернета я впервые увидела рисунки в стиле нейроарт, нейрографику. Бионичные нейролинии буквально заморозили меня. Я в детстве любила рисовать, и сейчас снова вернулась к любимому занятию детства – с помощью открытых мастер-классов в youtube. Нейроарт (даже еще не НейроГрафика) позволил мне структурировать мышление, «включать» образное мышление, выходить из шаблона и планировать события совершенно иным способом – нелинейным мышлением (4).

Ведь планирование – это управление потоками воображения. И, да, НейроГрафика работает с неопределённостью! Осенью я оплатила курс «Пользователь» и «Специалист» у Павла Михайловича Пискарева в Институте Психологии Творчества. Параллельно присоединилась к первому потоку БоГобан (курс НейроДизайн, аналитический коучинг).

НейроГрафика стала для меня тем инструментом, который я могу использовать в моменты неопределенности, растерянности, для принятия сложных решений, и в жизненных ситуациях, требующих ясности в постановке цели. Простота и универсальность – вот основные достоинства этого метода с прикладной точки зрения.

Метод помогает мне четче формулировать вопрос (!), понять – что действительно важно в данной ситуации, что я хочу на самом деле, а это само по себе уже не мало. Безусловное преимущество НейроГрафики – в ее экологичности.

Визуально-кинестетическая составляющая НейроГрафики вместе с телесно ориентированными практиками дает возможность глубокой проработки телесных блоков, что позволяет высвободить значительное количество энергии. И сейчас, спустя год интенсивного обучения и практической работы с клиентами в рамках программы обучения, я получаю положительные отзывы, наблюдаю за процессом трансформации клиентов и радуюсь их достижениям, и это дает мне еще больше энергии.



Безусловно, результат, ценность сессии зависят от индивидуальных особенностей характера, психики, от готовности к изменениям, но также и от моего состояния, моей силы присутствия во время сессии. Однако, как минимум об изменении своего состояния, о вдохновении и желании сделать первый, хотя бы самый маленький шаг в сторону желаемого результата, говорили все.

Важное изменение, которое в результате работы с алгоритмами НейроГрафики за этот год произошло со мной – это освоение новой практики работы с неопределенностью, планирование будущего, управление потоками воображения. Это возможность мыслить предметно метафорическим способом, через практику рисования. Я могу привносить смыслы и управлять состоянием, создавать миф о будущем на листе бумаги, и этот рисунок запечатлится в моем сознании, в нейронных связях.

Линии организуют мышление. Новая технология движения вперед к цели (Хронос в бизнесе – тайм менеджмент, форсайт-технологии), и субъективное, эмоциональное, гармоничное проживание времени на Линии Времени (Кайрос), а также возможность интегрировать это эмоциональное, субъективное ощущение времени в свою физиологию.

Моя профессиональная деятельность на протяжении более чем 20 лет связана с организацией и сопровождением международных культурных событий в сегменте премиум, а также продвижением велнес-центров и SPA мирового уровня. Так, эти два направления – искусство и велнес, соединились в моем новом проекте LIFE AS ART через принципы нейроэстетики, через искусство композиции, и науку организации мышления путем формирования впечатлений в практике рисования. Регулярное рисование абстрактным методом позволило мне в большей степени активировать творческое мышление, а также видеть ситуацию с разных точек обзора.

Я на протяжении многих лет сотрудничаю с галереями в разных странах мира, в том числе в рамках Российского Антикварного салона, ярмарки cosmocow и viennacontemporary. Интерес к истории искусства, глубокое видение картин и предметов искусства, и собственное рисование как акт творения – это я считаю самым значимым влиянием НейроГрафики на мою жизнь на данном этапе. Я научилась видеть красоту, и передавать это видение через мои новые проекты.

Несколько проектов и идей зреют в моем сознании, чтобы воплотиться в жизнь. Я их прорисовываю в кейсах, в том числе с алгоритмами НейроЦель



и НейроТайминг. Интерес и любопытство к новому приобрели другой уровень качества – даже в условиях неопределенности.

НейроГрафика – это еще и метод, который позволяет «не потерять почву под ногами». Пирамида Развития, Мультиролевая Личность и другие модели и алгоритмы помогают мне работать с абстрактными идеями и проектами на разных уровнях сознания, всегда возвращая в область практического действия, первым конкретным шагам к поставленной цели.

Возможно, мир – это иллюзия, и реальность каждого человека — не более чем галлюцинация, созданная мозгом, (“dreams, hallucinations and visual illusions clearly indicate that the world of experience is not the same thing as the world itself”) TED-talks, Your brain hallucinates your conscious reality | Anil Seth (5).

Однако, сам акт творчества, создание нового, и реальные изменения в «окружающей среде», подтверждают мою гипотезу о том, что изменения к лучшему происходят, и я проживаю эмоционально более интересную, качественную жизнь. Я наслаждаюсь природой, искусством, беседой с яркими личностями, музыкой, позволяю себе отдыхать, уделяю время для занятий физическими упражнениями и дыхательными практиками, приводя ум и тело в состояние бодрости.

Но еще пару лет назад это было совсем не так. Эмоциональные «перегрузки», накопившиеся годами усталость, новые внешние вызовы, связанные с кризисом неопределённости, привели к истощению организма, к эмоциональному выгоранию.

Для исследования в рамках дипломной работы я выбрала тему мотивации на этапе сложного переходного периода (новый этап жизни, смена рода деятельности и тп) – как найти «зажигающую» цель и получить радость от жизни.

Почему именно эта тема? Я пережила состояние эмоциональной «перегрузки» (выгорание), потерю мотивации, и по своему опыту знаю, как близка та черта, переступив которую, сложно даже в полной мере представить все последствия. Когнитивные способности, мышление человека в состоянии длительного стресса меняются. Появляются страхи, связанные с выживанием, всплывают дисфункциональные установки и глубинные убеждения.



Усталость, раздражительность, не способность быстро уловить суть, отсутствие концентрации, отстраненность, это лишь несколько проявлений подобного «не ресурсного» состояния.

В результате – апатия, не способность к решительным действиям и низкая эффективность, приводят к упущенным возможностям и ухудшению финансового благосостояния. И это все, не смотря на успех в бизнесе, высокие достижения в карьерном росте и многочисленные яркие проекты в прошлом. Внедрять изменения, новые привычки совсем не просто. Особенно, если нет ясной цели и нет энергии.

Ведь после всех книг и вебинаров про «успешный успех» необходимо перейти к реальному действию. Но как? Может, стоит просто изменить подход? Но каким образом? Как начать действовать по-другому и почему это так сложно? Как увидеть привычное по-новому и почему это так сложно? И почему, даже желая чего-то, оно может так и остаться мечтой?

Часть 3 Работа с клиентами

в режиме эстетического коучинга. Программа «Харизма Жить»

В условиях тревожного, непонятного VANI-мира, где «вчерашие заслуги не считаются», все очень хрупко и может сломаться в один момент. Но в тоже самое время появляются новые ниши, новые профессии, открываются новые возможности, в том числе, для творческой реализации.

Для того чтобы выжить в новых реалиях, необходимо чувствовать себя молодым и здоровым, полным сил и энергии действовать, шаг за шагом идти к своей цели. А молодость, кроме всего прочего, это гибкость мышления и гибкость тела. Работая над программой, я провела ряд исследований, и более 30 сессий с клиентами. Основная задача программы – поиск новой вдохновляющей идеи для жизни и бизнеса и той мотивирующей цели, которая дает энергию для ее достижения.

И для этого необходимо:

- исследовать основные факторы риска, которые отбирают энергию и могут привести к эмоциональному выгоранию (включая образ жизни, окружение и «вредные» привычки),
- проработать ограничения, определить причины, трансформировать их в ресурс, - вывести клиента в состояние DRIVE.



Программа дает возможность:

- Сделать остановку в сумасшедшем, стремительном и в тоже самое время, хрупком мире;
- Найти ключевой ресурс и «сильную стратегию»;
- Легко и с удовольствием начать движение к цели, при этом сохранив баланс во всем (интерес, вовлеченность, легкость, игра).

В процессе формирования программы пришло и ее название «Харизма жить». Как исследовать тему образа жизни клиента? Как выявить основные проблемы, связанные с оттоком энергии в рамках коуч-сессии? Ведь без энергии невозможно движение к цели, даже при наличии мотивирующей цели. Образно это напоминает машину без горючего.

В данном случае НейроГрафика является тем инструментом, который помогает экологично взаимодействовать с клиентом, выявить основные проблемы, трансформировать их, выстроить новый нейронный контур, придать импульс к действию, высвободить энергию для действия – для первых шагов к реализации намеченной цели.

Для выхода на устойчивый результат, необходим цикл сессий. Мое видение работы с клиентами в формате эстетического коучинга выстроилось в виде следующей схемы: это программа, состоящая из диагностической сессии и 6 сессий: исследование темы, выход за рамки, гармонизация, трансформация, интеграция.

Запросы моих клиентов в рамках исследования:

- В большинстве случаев, запрос касался не понимания «как сдвинуться с места» в новом проекте, запустить новое дело (но при этом нет энергии действовать – усталость, отсутствие концентрации, ухудшение памяти, тревожность, отстраненность, а также неуверенность и отсутствие ясности цели).
- Второй блок – самопрезентация, коммуникация. Вопросы, связанные с позиционированием и новым проектом, на новом этапе жизни. Но чаще, в контексте нового проекта – как себя «продавать».
- Третий блок тем – желание улучшить или стабилизировать финансовое положение, тревоги, связанные с нестабильностью, или не пониманием, в какой проект вкладывать ресурсы, деньги и время – проблема выбора. А также проблема «отношений» с деньгами – назвать цену за свои услуги, или тенденция «брать любые проекты» (и на них выгорать).



В современных реалиях деньги обеспечивают базовые потребности человека, в том числе выживание. Жилье, одежда, еда и безопасность – это потребности, без которых человеку не выжить в условиях мегаполиса. Деньги обеспечивают уверенность в завтрашнем дне, снимая тревожность, связанную с неопределенностью.

Многие психологи утверждают, что на третьем месте среди причин, вызывающих депрессию (после потери близких и смысла жизни), — жизнь выше своих финансовых возможностей (траты превышают заработок). И так, проявилась следующая ситуация – нет ясной цели и нет энергии (ментальной и физической), чтобы мечтать масштабно. Нет той «большой» мечты, которая помогает все преодолеть на пути к счастью и самореализации.

Цель программы – помочь найти (яснее увидеть) вдохновляющую цель и ресурсы для ее достижения, снять напряжение, «выровнять эмоциональный ландшафт» и выстроить программу действий для достижения результата.

Программа основана на законах красоты, и включает практики НейроГрафики и НейроДизайна, визуального мышления, построена на принципах нейрофизиологии, нейроэстетики, искусства композиции, науки организации мышления путем формирования впечатлений через практику рисования с последующей вербализацией смыслов.

Обоснование.

Эстетический коучинг работает в области эмоционального и эстетического интеллекта применяя законы нейроэстетики для решения задач в системе клиента.

Нейроэстетика – дисциплина на стыке нейробиологии, искусства и психологии – описывает то, как мозг видит красоту. Золотое сечение, пропорции, гармония и дисгармония, благозвучность, грация, совершенство — все это вопрос восприятия информации главным органом нашей нервной системы.

Управление впечатлениями – формирование эстетически сильных впечатлений с помощью законов нейро-композиции и принципов нейроэстетики – науки о том, как мы создаем ощущение (впечатления) красоты, и как нейро-уровень и физиология связаны и влияют на наш организм (в том числе, с помощью зеркальных нейронов).

НейроГрафика – это творческий метод трансформации реальности, формирование и трансформация бессознательного, изменение впечатлений



под заданный контекст. «НейроГрафика – метод направленных изменений, который позволяет о моделировать новую реальность со всей силой воображения клиента и опорой на его сенсорный аппарат, о современный подход к формулированию, постановке и раскрытию смысла задач с помощью переноса графических образов на бумажный или иной носитель. Метод основан на использовании алфавита визуального языка, геометрических архетипов и специальных графических алгоритмов.

Нарисовать можно всё. Линии действия, узоры жизненных обстоятельств, траектории движения во времени, графические решения сложных задач коммуникации. Нарисовать и перерисовать, снимая внутренние ограничения, накопленные за годы жизни. Создать собственный рисунок, гармонизируя его таким образом, что Вселенная примет его как инструкцию к применению.

Творчество – это не только отражение в сознании окружающей действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование переключает нас в режим творчества, отрывая нас от плоскости рационального повседневного потока мышления.

Рисуя, мы многократно усиливаем свою энергию внимания, развиваем чувственно двигательную координацию. Его достоинство (по сравнению с другими видами деятельности) заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций.

В графических элементах НейроГрафики (по сути, интеллектуальных объектах), которые человек способен создать своей рукой, выделенные фигуры бессознательно, являются важными для него. Их взаиморасположение, масштаб и пропорции по отношению друг к другу определяют степень важности смысла и значения.

Рисование — это психологический иррациональный инструмент, который быстро выводит из состояния зацикленного мышления в состояние потока. В состоянии потока рождается другой вид мышления, наполненный энергией и новизной.

Рисование через ощущения тела приводит нас к неожиданным открытиям себя, к неожиданным свежим решениям, к которым невозможно достать через логику ума. Рисовать человек научился раньше, чем говорить. В коммуникации это первичный и совершенно естественный инструмент. Этот древний навык сидит в генах каждого и очень ценен. И этот навык можно эффективно использовать для налаживания своей жизни.



Рисованию нейрографическим способом можно научиться каждому в любом возрасте, и обучиться очень быстро. Через нейрографическое рисование мы активируем свой древний навык тела и получаем мощный инструмент решения задач в своей жизни. Это означает внесение желательных перемен в свое эмоциональное состояние и в свое будущее.

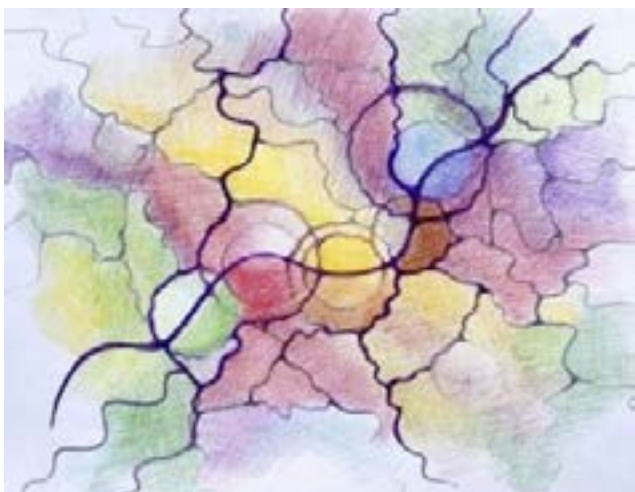
Гениально, изящно и просто: решение задач графическим способом через глубинный разум своего тела. И это всегда и везде доступный инструмент настройки себя и своих мыслей.

Важно понять, что любую ситуацию можно «сконструировать», изобразить графически, спонтанными движениями на листе – и это будет эмоциональный отпечаток, то есть рисунок о том, как люди переживают что-то.

Рисование – творческий акт, позволяющий человеку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, свободно выражать мечты и надежды.

Творчество происходит в полном присутствии «здесь и сейчас», в растворении личности в происходящем процессе. Это некий аналог архаического восприятия реальности (презентизм первобытного мышления), когда мир распаковывается в ежесекундном присутствии.» (по материалам доклада П. Пискарева «АСО») (6)

В одном из интервью известный художник Марк Шагал говорил: «Наш внутренний мир реален, быть может, даже более чем видимый мир. Называть все, что кажется нелогичным, фантазией, сказкой или мечтой, — значит расписываться в полном непонимании природы вещей.»



Алгоритм НейроКолор. Развитие процесса. Линия времени



Программа «Харизма Жить»

Сессия № 1, диагностика. «Исследование темы». Техника на основе алгоритма выявления намерения – АВН.

Структура сессии:

Традиционно сессия начинается с установления доверия. На первой встрече я кратко рассказываю, что такое НейроГрафика, и как с ней работать. В этой сессии мы еще не формируем точный запрос на курс. Задача – погрузить человека в контекст метафор, архетипов, графического языка, и определить основные проблемные зоны. Клиент рисует нейрографические линии и фигуры, погружаясь в определенное состояние сознания.

Нейрографическая линия как элемент композиции в НейроГрафике ассоциируется со связью нейронов головного мозга между собой, с формированием нейронных связей, привлечением новых нейронов, и как результат – с созданием новой нейронной сетью.

С помощью нейролинии в различных ритмах головного мозга (альфа, бета, тэта и др.) – композиция проникает в сознание человека, создает впечатления, с помощью линии происходит трансформация рисунка в чувственную сферу.

Любая задача может быть изображена графически, переведена в знак, символ, архетип, который является основой для образного моделирования, визуального мышления (К. Юнг, архетипы). И тогда, трансформация знака, трансформация символа позволяет запустить механизм творческого мышления, по определённым правилам рисования НейроГрафики.

В этом смысле, совершенно любая задача жизни – задача бизнеса, личной жизни, внутренней гармонии, коммуникации – имеет графическое решение. Если запрос касается темы денег, стабилизации и увеличения дохода, я задаю вопросы следующего характера:

- что такое деньги для тебя? (получаю несколько вариантов ответов: деньги – это энергия, деньги – это следствие и эквивалент той пользы, которую я создаю и принимаю это следствие, деньги – это результат моей деятельности, точнее эквивалент той ценности, которую я создаю и количество людей получающих эту ценность, деньги – это эквивалент обмена – каждый зарабатывает деньги тем что умеет делать, а тратит их на то что ему нужно для жизни: человек с помощью денег может ощутить свободу выбора, деньги –



это возможность купить время — чтобы приехать быстрее, чтобы спокойно работать там, где хочется, чтобы фокусироваться там, где действительно создаете БОльшую ценность. Деньги — это солнечная энергия, способная приводить в движение огромное количество вещей, уверен серийный предприниматель, филантроп, автор книги «Просто делай – делай просто» Оскар Хартманн. (7) «Я всегда пользуюсь возможностью сэкономить и купить себе время. Я готов дорого платить за 1 час времени, потому что знаю — этих часов на самом деле у меня не так и много.»)

- что бы ты делал, если все деньги Илона Маска (...) были тебе доступны? - каким бы ты стал, если у тебя не было никаких ограничений?
- что будет, если в этой области ничего не изменится?

В этой части клиент встречается со своим собственным представлением о текущей ситуации, в которой он находится, чувствует желание изменить эту сферу жизни.

К этому моменту набрано уже достаточное количество линий, и я предлагаю клиенту начать выделять из этих линий фигуры (обычно круги). И далее мы с ними взаимодействуем в формате расстановок. Иногда, также с помощью БоГобан. Далее при необходимости мы начинаем фигуры гармонизировать через скругление, выстраивание связей между фигурами.

Следующий этап – клиент вносит цвет. Тут я задаю вопросы:

- как фигуры меняются? - какие мысли, чувства, эмоции? Далее по алгоритму клиент вносит линии поля и делает фиксацию. На протяжении всей сессии я держу фокус внимания клиента на его ощущениях, периодически задавая такие вопросы:
- что ты чувствуешь? какие ощущения в теле? какие эмоции испытываешь? Тем самым получая феноменологическую обратную связь в процессе работы. Сессия заканчивается традиционными вопросами:
- что самое важное и ценное было для тебя в этой сессии? По окончании я даю клиенту рекомендации до следующей сессии держать фокус внимания на сфере денег: отслеживать свое поведение, мысли, эмоции в самых разных ситуациях, «когда ты называешь цену заказчикам за свою работу, как соизмеряешь траты и доходы», и так далее. Предлагаю ему быть максимально внимательным к этим процессам. В идеале – вести дневник наблюдения.



Сессия № 2, «Терапевтическая». Алгоритм снятия ограничения внутри рамки – АСО.

Структура сессии.

Сессия начинается с установления контакта. Я интересуюсь, как у клиента дела, спрашиваю, что произошло с прошлой сессии, какие наблюдения клиент вел, что изменилось. Делаем несколько дыхательных циклов. Отвечая на эти вопросы, клиент «входит» в тему. Мы устанавливаем доверительные отношения. Далее мы переходим непосредственно к запросу на программу (формулировка в контракте). Фокус на тему, которая действительно волнует, актуальна именно сейчас.

И тут я задаю вопросы, связанные с этим:

- что ты желаешь?
- как ты можешь сформулировать свой запрос? При этом мы выходим на конкретные количественные показатели.

Далее уточняем, именно ли этого хочет клиент:

- что станет возможным, когда у тебя будет такой доход, такой проект, собственный бизнес (или появятся такие возможности)?
- что тебе это даст? и тп.

Для большей активации темы я предлагаю клиенту создать доминанту – написать «20 слов за 2 минуты».

Затем мы переходим к практической части работы. Клиент кладет перед собой чистый лист, и я предлагаю ему увидеть его как поле возможностей и перспектив, которые позволят ему осуществить желаемое. И настроившись на это, нарисовать фигуру как символ рамки, которая мешает эти возможности увидеть и реализовать. После того, как клиент нарисовал рамку, я задаю несколько вопросов о ней, такие как: нравится ли она тебе? как ты себя чувствуешь? и т.п.

Конечно, ответы были однозначные: клиенту рамка не нравится, он испытывает эмоциональный и физический дискомфорт, телесные реакции. И в этом состоянии, которое я нагнетаю соответствующими вопросами, я предлагаю клиенту сделать выброс внутри этой рамки. После этого уточняю, «что чувствуешь/ощущаешь/думаешь теперь».



Следующий этап – скругление всех пересечений внутри рамки. В основном он также сопряжен с неприятными ощущениями. После этого клиент делает символический жест выхода за рамку, и мы начинаем выстраивать нейрографические линии за ее пределами.

В этот момент все клиенты ощущали расширение, изменения ритма дыхания, его глубины и тп. Линии строим до тех пор, пока рамка полностью не растворится в фоне. Задаю контрольные вопросы про «чувства/ощущения/мысли». Далее – скругление всех новых пересечений.

Как правило, уже к этому моменту клиент получает большое количество инсайтов, и уже видит новые пути решения, варианты собственной реализации, придумывает, каким образом он может увеличить доход, как найти партнеров для реализации проекта, какие коллаборации полезны для продвижения идеи, проекта и т.д. То есть происходит большое расширение горизонта. Конечно, я веду его в этот момент коучинговыми вопросами, но они сильно отличаются в зависимости от процесса.

Далее – выделение фигур, взаимодействие с ними. Как правило, в этой технике фигуры становятся более ресурсными, но опять же это индивидуальный процесс. Вопросы тут примерно такие же, как в сессии № 1, когда мы определяли, о чем эти фигуры.

Этап добавление цвета – это запуск новой энергии, формирование новой картинки ситуации. Клиент вносит на лист линии поля и фиксацию как решение. Завершение этой сессии такое же, как и в первый раз, но еще я добавляю такой вопрос: - а какие три шага ты сделаешь в самые ближайшие дни? Тем самым клиент выстраивает мостик в реальную жизнь.

Сессия № 3 «Наполнение». Техника на основе НейроМандалы

НейроМандала – это выражение абсолютной идеи. Эта идея приземлена и у нее есть контекст – телесности, благосостояния, отношений. Рисуем Мандалу как ключевую идею – действуем в соответствии с алгоритмом. Воображение раскрывает фантазию, фантазия разворачивается в мечту, и мы наполняем мандалу силой – открытие канала возможностей, чтобы наполнится фантазией.



Выбираем цвет, который отражает состояние гармонии. Рисуем композицию трех мандал (как вариант)

- Набор благосостояния
- Социальное я
- Физическое я

В зависимости от запроса, возможны варианты других мандал, например, 7-уровневая мандала

Мандала Личная Сила

Далее я предлагаю клиенту проанализировать и почувствовать, какие качества ему хотелось бы сейчас интегрировать. Чего ему не хватает или что бы он хотел усилить, чтобы достичь желаемого? Клиент последовательно вносит фигуры качеств (не более 5-8, из ранее проработанного списка, доминанты). И с каждой из них мы взаимодействуем.

Вопросы

- для чего тебе нужно это качество? что оно тебе даст? Клиент формирует образ себя, получает энергию и вдохновение для работы с новыми качествами и недостающими навыками.

Сессия № 4 «Гармонизация». Техника на основе НейроЛандшафт (из курса НейроАрхитектура). НейроПереход

Выравниваем ландшафт (тяжелые события, страхи трансформируем в ресурс). Вопросы – чему это тебя научило? какие выводы ты сделал? какие уроки извлек для движения вперед? Учимся «танцевать со страхом». Рисуем мост – «переход» к новым возможностям, к следующему этапу.

Сессия № 5 «Трансформационная». Техника на основе модели T.R.U.E.

Задача этой сессии – прикладная, с тем, чтобы клиент смог увидеть реальные сложности, осознать ресурсы и выстроить стратегию реализации. Работа происходит в соответствии с алгоритмом. Начало сессии традиционное – обсуждаем, что произошло с прошлого раза, какие шаги, запланированным на предыдущей сессии, удалось реализовать. Следование алгоритму происходит в сопровождении коучинговых вопросов, а также в фокусировке внимания на ощущениях, эмоциях, мыслях. Модель Сергея Щепилова TRUE – схема построения.



Theme – тема, предмет, вопрос, основная мысль, лейтмотив. Формулировка и точное определение насущных, актуальных вопросов. Resource – ресурсы, средства, возможности. Опыт показывает, что даже умудрённые жизнью, практикой и обучением клиенты не всегда могут выявить, а главное оценить все ресурсы и возможности, которыми они располагают и могут пользоваться.

Unlock – отпирать, открывать, выявлять, обнаруживать, проявлять. После того, как ресурсы перечислены и возможности открыты, их надо «выпустить на волю». Недостаточно просто назвать предмет, чтобы начать его использовать. Важен с одной стороны ритуал открытия, с другой – осознание того, как применять инструменты, оказавшиеся в нашем распоряжении.

Equalize – выравнивать, уравнивать. В коучинге принято работать с метафорами. Здесь такая метафора – эквалайзер, прибор, позволяющий подстроить звуковую картинку по своему вкусу. На этом этапе клиент решает, какие из открытых им ресурсов задействовать прямо сейчас и на всю мощь, а какие попридержать для применения или запустить в экономном / тестовом режиме.

Многие клиенты в процессе этой работы отмечали, что видят реальные возможности для нового проекта. Основной позитивный эффект сессии – это трансформация проблем в ресурсы и присоединение их к тем ресурсам, к которым есть легкий доступ. У клиента появляется большая воодушевленность, так как он видит, какое количество поддержки у него есть, сколько он уже может. Фактически, он получает доступ ко всем своим способностям, талантам, связывает то, что он умеет делать достаточно легко, с теми действиями, которые составляют большой вызов на данном этапе. Например, у одного клиента именно на этой сессии было выявлено недостающее звено, связанное с самопрезентацией. После сессии он смог изменить это, и результаты стали проявляться практически сразу. Эта сессия дает большие возможности для «первого шага». Завершение сессии – традиционное: резюме плюс планирование шагов.

Сессия № 6 «Трансформационная». Техника на основе «ИКИГАЙ»

Это кульминационная сессия нашего курса, задача которой – «навести резкость» и сподвигнуть клиента на конкретные действия.



Создавая новые контексты, я способствую высвобождению и развитию нереализованного потенциала человека, что обеспечивает его выход на качественно новый уровень жизни.

- Гармонично интегрировать свое прошлое в настоящее ради успешного будущего
- Прекратить подстраиваться под чужие ожидания и обстоятельства • Почувствовать свою уникальность, аутентичность
- Сформулировать свой вдохновляющий образ
- Сформулировать ответ на вопросы
 - Кто я?
 - Что я даю миру?
 - Ради чего я живу?

Сессия № 7, «Интеграционная». Авторская техника на основе метода НейроПортрет и модели Мультиролевая Личность (НейроДизайн)

Задача – интегрировать весь полученный в процессе нашей программы опыт, знания, идеи в новое видение себя. Многие клиенты отмечали, что несмотря на то, что им понятно, что и каким образом нужно делать, все еще не хватает какого-то внутреннего посылка к действию. Поэтому в этой интегративной практике заход со стороны личности клиента.

Диагностическую часть мы начинаем с того, что я предлагаю клиенту нарисовать самого себя в формате скетчинга (или мы работаем с высветленной фотографией, где едва заметны контуры портрета).

Работаем по технике НейроПортрет.

Сопровождающие вопросы:

- расскажи о фигуре себя, почему она такая?
- что чувствуешь?
- чего не хватает?
- что хочется добавить?

Клиент рисует себя такого, как он есть сейчас в контексте реализации запроса.

Далее я предлагаю клиенту проанализировать и почувствовать, какие качества ему хотелось бы сейчас интегрировать в фигуру себя. Чего ему не хватает или что бы он хотел усилить, чтобы достичь желаемого?



Клиент последовательно дополняет портрет (рисунок).

Уровень Качества. Вопросы: - для чего тебе нужно это качество? что оно тебе даст?

Проходим еще 2 уровня – Убеждения. Ценности (по Пирамиде), и далее, уровень – Роль. Красота. Эстетика. – что для тебя красиво?

Скругление углов, гармонизация фигур, работа с фоном, интеграция композиции в единый нейронный контур. Я предлагаю клиенту провести нейролинии. Далее дополнительно осваиваем фон, работаем с цветом. Линии поля. Фиксация. Продолжаем работу по Пирамиде Развития.

По окончании рисования я спрашиваю «сейчас, со всеми этими качествами, какой ты?»

На этом этапе все клиенты отмечают прилив сил, подъем энергии, желание действовать, воплощать задуманное. На этой позитивной ноте клиент пишет стратегию реализации запроса и традиционные «первые шаги» и новые привычки.

В начале сессии часто всего звучит вопрос (запрос) – где взять энергию? Любопытно, что именно само движение и дает энергию. Но если исчерпать свой ресурс, такая жизнь на «автопилоте» приводит к выгоранию и отсутствию удовлетворения от жизни, а также к отсутствию энергии для любых изменений. Получается замкнутый круг.

Самое важное для начала изменений и формирования новых полезных привычек, которые и приведут к желаемым целям, это дать мозгу хотя бы минимальную способность начать действовать, а главное, мыслить по-новому.

Именно в этом и состоит смысл нейротренировок – создать новые нейронные связи, способные вместить, поддержать новые мысли, ощущения и импульсы к действиям.

Кроме этого, в список полезных привычек следует включить не только зарядку для мозга, но и регулярные физические упражнения, даже если речь не идёт о снижении веса или подготовке к занятиям по дайвингу. Дело в том, что языки тела мотивированного и немотивированного человека сильно отличаются... Внимательно подобранные комплекс физических упражнений (с учетом всех особенностей) тонизирует организм.



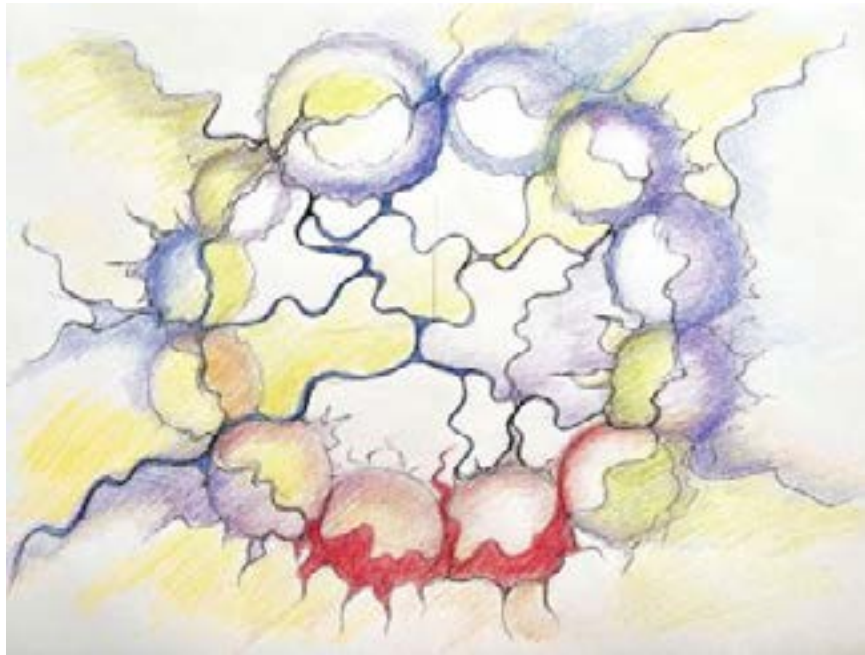
Утренняя зарядка помогает улучшить обменные процессы в организме, повысить устойчивость организма к стрессам. Исследователи утверждают, что регулярные занятия продлевают молодость – в организме замедляются процессы старения, происходит активация клеток головного мозга, позволяя сохранять ясность ума.

Этой интеграцией мы завершаем программу, в основе которой лежит идея о 5 первоэлементах и 6 энергиях (курс НейроХилинг): диагностика и 6 сессий. Идея программы основана на предположении, что все процессы проходят 5 стадий развития.

5 элементов и 6 энергий (элемент Огонь – энергия Тепла и Жара) на Линии Времени:

- Ветер (Дерево) – АСО (конфликт, снятие ограничений, выход за рамки, творчество, подвижность)
- Тепло (Огонь) – НейроМандала (включенность, интерес к новому) • Жар (Огонь) – НейроЛандшафт. Переход (выравнивание ландшафта – извлечение уроков и ресурсов из прошлого опыта, работа с «тенью», стабилизация основы «фундамент», накопление силы, энергии шагнуть в неизвестность, создавать свою новую реальность)
- Влажность (Земля) – Т.Р.У.Е. (ясность, осознанность, понимание, практические действия)
- Сухость (Металл) – ИКИГАЙ (структурность, смелость, сила воли, постоянство) • Холод (Вода) – НейроПортрет и Мультиролевая Личность (мудрость, уверенность). И для тех, кто мыслит в другой системе – системе 4 стихий, Вода — это эмоции, внутренний мир, сохранение, память.

В зависимости от запроса, по мере необходимости еще одна сессия – Мандала Рода.



Алгоритм НейроТайминг. Ожерелье времени

Дополнительно к сессиям, консультации по укладу жизни, пищевым привычкам, качеству сна, движению и дыханию. 4 практики для нейрофизиологической поддержки:

- нейрогимнастика
- кинезиологическое упражнение
- дыхательное упражнение
- практика на внимание

Несколько выводов моих клиентов:

Вывод 1. Позитивное мышление и внутреннее состояние – основа для движения.

Вывод 2. Без сильной мотивации нет движения. Без страстной мечты нет больших достижений.

Вывод 3. Вся наша жизнь – это ответы на вопросы. Важно правильно задать вопрос. Вывод 4. Мозг нужно тренировать. Энергоемкость мозга имеет значение. Вывод 5. Тренировать тело – ключ к энергии.

Вывод 6. Главные враги достижений – отсутствие знаний (инструмента, тренера), отсутствие мотивации, отсутствие системных действий. Только действия приносят результат.



Что стало результатом этой программы?

Почти все клиенты изменили свое отношение к вопросу самооценки, а также появилась мотивация регулярно заниматься физической культурой. Все клиенты прописали конкретную стратегию действия. У одного из клиентов открылись новые перспективы, стала более понятна траектория дальнейшего развития в профессии, другой нашел идеальный старт для своего проекта в сфере образования в Европе. Кто-то смог начать новое направление деятельности в добавок к имеющемуся. Очень порадовали результаты клиентки, которая уже после 3-ей сессии вернулась к написанию романа (много лет спустя), и теперь пишет книгу – «вдохновенно, много и захлеб».

Клиенты пришли с желанием легче справиться со сложным переходным этапом в жизни, повысить уверенность в себе, почувствовать себя молодым, бодрым и полным сил двигаться туда, куда хочется, а не куда жизнь «катится». Как не парадоксально на первый взгляд, с одной стороны – желание энергии и движения, с другой же стороны – желание стабильности (тема важности ритуалов и «якорей»). Стабильность – комфорт для мозга, это ощущение контроля над ситуацией и это уверенность в завтрашнем дне. По сути, это одна из опор психики. Стабильность комфортна мозгу, хотя внешне эта стабильность может не иметь ничего общего с драйвом, вовлеченностью, высоким уровнем дохода, физическими нагрузками и крепким здоровьем.

Уверена, что еще через какое-то время эти результаты станут более материальными, ведь для того, чтобы настроить новые привычки и систему мышления, нужно время.

Таким образом, я могу утверждать, что НейроГрафика прекрасно зарекомендовала себя как метод в работе с клиентами.

Как правило, результаты сессий в режиме эстетического коучинга не заставляют себя долго ждать. Эффективнее всего работать с коучем. Самостоятельно нам не всегда удается «услышать себя», выявить свои ограничения, дисфункциональные глубинные убеждения — понятие в когнитивной психотерапии, которое означает ключевые представления человека о себе и мире, абсолютизированные и обобщённые (формируются глубинные убеждения обычно в детстве, когда ребёнок взаимодействует со значимыми для него людьми и приобретает жизненный опыт). Хотя, безусловно, и в работе с собой этот метод прекрасен.



Программа, которую я провела с рядом клиентов для подготовки дипломной работы, стала для меня своеобразной стартовой площадкой для более активной работы в групповом формате. Я научилась тому, как можно сделать полноценную программу, которая позволит выйти на алгоритм решения запроса.

Работая в индивидуальном формате, иногда достаточно 4 сессий (месяц), но это больше исключение из правил, в основном же требуется делать кейс на тему запроса, и работать не менее 3 месяцев, в том числе для внедрения новых привычек. Поэтому составление такой программы – прекрасный навык, позволяющий мне создавать самые разнообразные варианты, используя техники и методы НейроГрафики, НейроДизайна и НейроХилинга.

После обучения по программе Нейро Фасилитация планирую развивать направление, объединяющее элементы Executive Coaching и Wellness Coaching в работе с лидерами, основателями компании. Сегодня, в условиях неопределенности, тревоги, стресса и выгорания, роль лидера становится ещё более важной. Формировать стратегию, создавать и мотивировать команду, ставить цели в условиях хрупкости и неопределенности – новый навык 21 века. А ещё – создавать в компании определённую среду, атмосферу, в которой люди раскрывают свой потенциал, доверяют друг другу и могут создавать мощные проекты вместе. Способность лидера формировать среду экологичной эффективности, поддержки, развития, творчества, включённости.

Выражаю свою благодарность Павлу Пискареву, создателю метода НейроГрафика, и «Институту психологии творчества» за возможность получить и реализовать такие знания.

Алгоритм НейроЦель





Ссылки

(1) РБК Тренды

<https://trends.rbc.ru/trends/innovation/606ecf189a79470e64285ce2>

(2) По материалам BANI vs. VUCA про быстро меняющийся мир. Stephan Grabmeier team of the German Zukunftsinstitut (Institute of the Future)

<https://stephangrabmeier.de/bani-vs-vuca/>

(3) Мотивация

- Дэниел Пинк «Драйв: Что на самом деле нас мотивирует»
- Лоретта Бройнинг «Гормоны счастья. Как приучить мозг вырабатывать серотонин, дофамин, эндорфин и окситоцин»
- Келли Макгонигал «Сила воли. Как развить и укрепить»
- Михай Чиксентмихайи «Поток: Психология оптимального переживания» (4) Harvard Business Review <https://hbr-russia.ru/management/prinyatie-resheniy/a24191> (5) Анил Сет, профессор когнитивной и вычислительной нейробиологии <https://www.youtube.com/watch?v=lyu7v7nWzfo>

(6) из материалов доклада П. Пискарева «Нейрографика: алгоритм снятия ограничений»

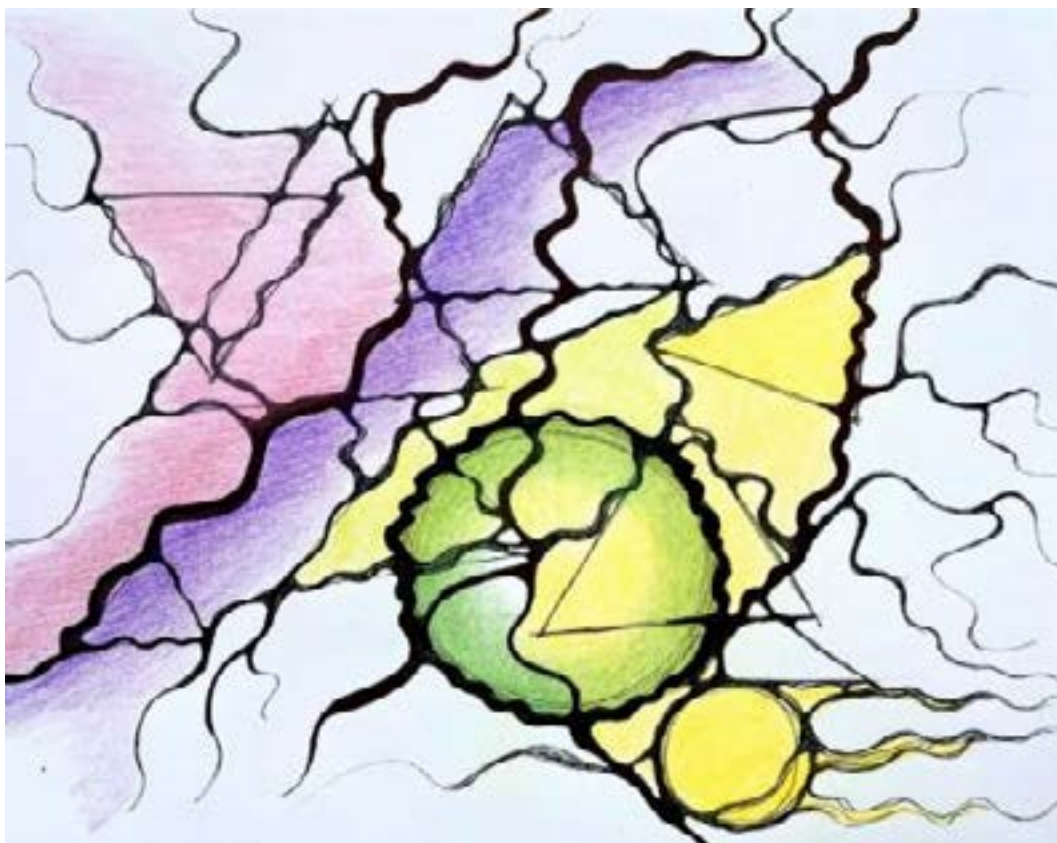
(7) Энергия солнца. Оскар Хартманн — о том, как заставить деньги приносить счастье <https://www.forbes.ru/forbeslife/408927-energiya-solnca-oskar-hartmann-o-tom-kak-zastavit-dengi-prinosit-schaste>

[Ссылка на дипломную работу Dimitrovich Sandra в авторском стиле.](#)

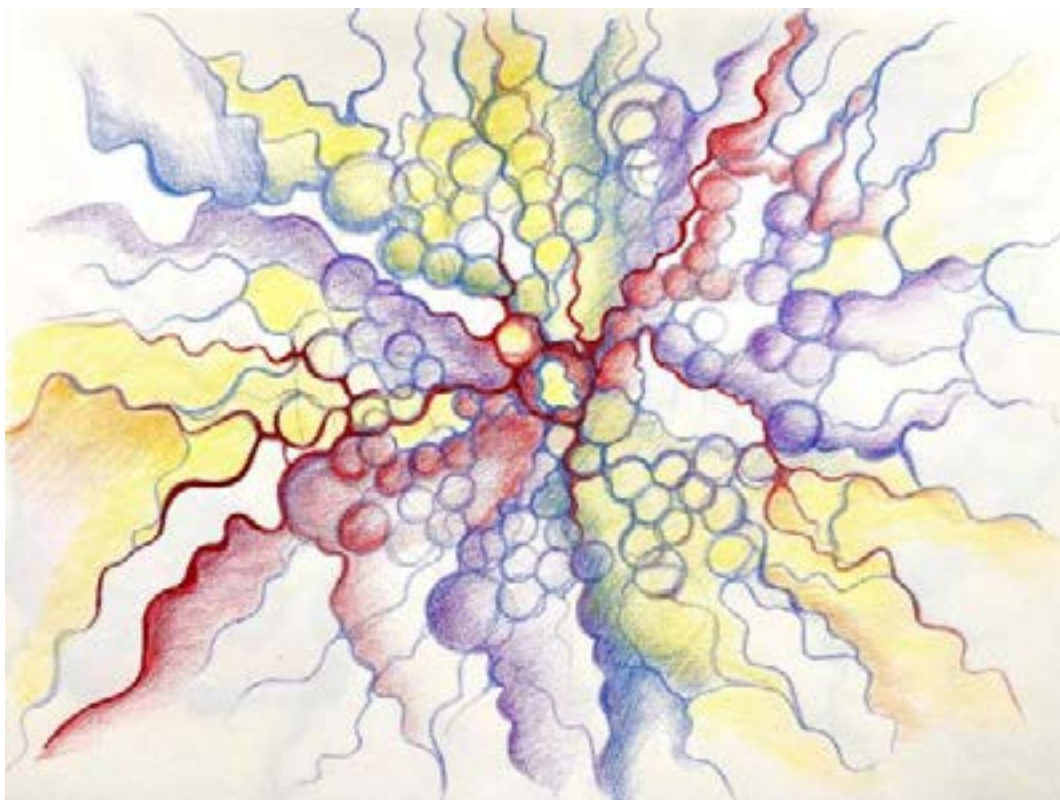


Работы.

Тема: стать эффективным и успешным спикером.



Тема: я и мой род.





**Автор:
Elkun Elena
Супервизор:
Бекбулатова Раиля**

**Тема:
Когда изменяемся мы - изменяется мир**

Ага...опять рисуешь !!! Ты совсем впала в детство со своими карандашами, у тебя семья , обязанности, нам нужно решать серьёзные вопросы!!! Лена! Ты где??? Ну вот, опять рисует! ! И главное что? Линии, кружочки... Нет, это началось не сразу... ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЁЗДАМ

ИТАК... Как всё начиналось: ЗОВ: Прошлым летом подруга , с которой прошли немалый путь познания себя и мира, вразговоре кинулапосмотри в ютубе про кружочки. Я посмотрела какой то ролик...и вроде всё. Намерение: Далее подруга пригласила меня в качестве клиента. Я обрадовалась, предвкушая что то необычное. И оно произошло!!!! Порог: Началась долгое многочасовое привыкание к новым понятиям, действиям, мышлению...я выходила после 3х 4х часовой работы над каждым рисунком , просто ошавевшая от необычности всего, и внешнего мира . Но шла вперёд, осваивая метод. Союзники: подруга , уже начавшая обучение в Институте, мой предыдущий жизненный опыт. Испытания: наш кейс закончился ...и мне стало его не хватать . Точка Смерти:я осталась с тоской по чему то очень интересному , ещё не видя возможности записаться на курс. Подарок силы: Был какой то внутренний толчок – и я на курсе Пользователь.

Практика: Началось освоение навыков и поля института.Возвращение: и так я продолжала жить прежней жизнью. Только внутри что происходило.Новая жизнь:моё мироощущение стало меняться после каждого семинара.История: набрались некоторые знания и умения . о которых уже могла рассказать. Далее ..НОВЫЙ ЗОВ....и с опозданием на месяц уже на курсе инструкторов- это был просто скачок на непонятной мне мощной волне. И вот тогда... пошла волна претензий к моим занятиям. Да , было обидно, очень хотелось поддержки...но



Чудеса в решетке

Мне пришли на помощь алгоритмы TRUE и SCORE...и обида и жалость к себе переплавились в мощнейший ресурс для продвижения в учёбе. Это удивляло, но боль, сомнение, тревога, страхи проходили термообработку по 7 пунктам алгоритма...и мир почти улыбался И другой вариант, когда в процессе выполнения работы, я обнаружила в себе то, о чём вообще не задумывалась! Алгоритм Страты вскрыл тему финансов в таком мучительном ощущении... На страте *деньги* моё тело отбросило на ковёр и там я .буквально, извивалась от страдания. Вот такая *безобидная* картинка. Я вдруг ощутила, что можно добраться до очень глубоких слоёв нашей души. И это часть описани

Сопряжение прошло на той же боевой волне. 4. Интеграция: все явления тела ,чувств, мыслей пошли по нарастающей- начало буквально трясти. 5.Линии поля и :6.Фиксация—промелькнули как во сне.....к этому моменту тело просто метнулось прочь и от вебинара и от картины...и началось явление при котором ноги и руки отказали, т.е.не могла стоять и шевелить руками, пришлось просто кинуться на ковёр . голова была в каком то угаре...и это продолжалось около 20 минут- страха, оцепенения . С трудом вернулась к более спокойному состоянию.НЕ могла ни думать ни смотреть на свой лист.Вот такой инсайт получился. Впоследствии многократно рисовала работы на эту тему и вышла в +.»

АСО, которое прорисовала по совету Раили-моего руководителя диплома, на Тему Публичность, содержала слова , меня просто ошарашившие: Франция, площадь, гильотина, беснующаяся толпа, смерть, мучения. Вот оно и вышло через выброс и линии. Буду ещё рисовать.



В алгоритме Нейроколор - затянувшаяся обида на подругу переплавилась в благодарность и тепло. Алгоритм Нейроконтакт вскрыл мою остроту и неприступность в отношении близкого человека. Ура, осознала, есть над чем работать.

«Зависть к тем кто красиво и профессионально рисует. На каком то этапе я тоже почувствовала себя художником.» «Страхи , поднимавшиеся в 1 семестре перед началом каждого вебинара. Позже я осознала, что это реакция на предстоящие изменения.» « Волна страхов , поднявшихся в 3м семестре., пришла неожиданно , когда я была в таком восхищении от себя и своих продвижений.



Понадобилось много осознаний и применения изученных алгоритмов, чтобы пережить эту волну.» Так , были нарисованы десятки работ. Это часть из этих блицработ, нарисованных наскоро в условиях конспирации на работе, в гостях и т.д.

Темы- страх, вирус, конфликт, поиск предмета и много другого. Вот такая скорая помощь.

Подарки силы: Потрясающие ощущения открытий после каждого вебинара. Например после вебинара Нейроколон, выйдя нутро на улицу – ощутила настоящий шок от силы красок .Всё вокруг пело. Позже столкнулась с рассказом человека, впервые попробовавшего наркотик. Услышала от него монолог, точно совпадавший с моим описанием алгоритма Нейроколон.!!! // Великолепные многочисленные инсайты на этапе завершения работ.// Неожиданно ощутила себя Художником и увидела красоту своих рисунков // Нашла много единомышленников на курсе // присоединилась к общему полю института и сокурсников // начала получать комплименты от коллег за ведение сессии. Реакции на мои работы.// Осознание , что несмотря на все трудности , я продолжаю учиться и продвигаться.// Моя неуверенность , как великий ресурс.//

Союзники: Сурервизоры, кураторы. В основном очень благожелательные. Студенты. Коллеги. Семья, которая своим пренебрежением и часто раздражением, послужила громадным ресурсом для продолжения учёбы. Окружающий мир людей, природы, различных приборов и других объектов очень тонко реагировал на мой новый подход. Сотрудники на моих двух работах. Мои бесконечно много прорисованные АСО ,часто на обрывках бумажек в очень сжатые сроки. Подобным образом в течении года работала над острыми темами, иногда , прячась от начальства. Часто при минимуме карандашей и цветов.

Изменения и Открытия:

Их не счесть....и это правда!!!

Каждый вебинар стал источником абсолютно новой информации и ощущений.

Мне не верилось, что это может происходить на каждом вебинаре, но это так!!!



1. Интуиция! Неожиданно и чётко проявилась во мне и очень пригождается ежедневно.
2. Осознание!!! Великая вещь! Рефлексия! Каждый вебинар стал открытием для ума, чувств, тела. Изменилось мышление и общение с людьми.
3. Нейрографика работает.

Нейрографика работает!!! Кроме прорисованных АСО на все волнующие темы, прорисованные темы решали мои жизненные и бытовые вопросы. Я стала легче относиться к теме денег, появилось больше уверенности, гораздо меньше стало претензий к окружающим, приучила себя видеть хорошее, мышление стало более чётким и логичным, постепенно уходит категоричность, больше слышу в тексте говорящего, рефлексия помогает уйти от негативных состояний. Поняла, что некоторые темы решаются быстро, а некоторые требуют многократной подготовки. Неожиданно обнаружила свои болезненные представления. Пришло понимание, что нейролиниями заполнен мир.

Поняла, свои непроработанные темы. например: реализация и определение шагов. После работы по Магнетизму(нейроконт) меня"случайно" пригласили выступить перед группой(так как ведущий заболел). Также обратились сразу 3 человека с просьбой помочь. Это дальше разговора пока не пошло, но я думаю, что нужно время, чтобы осознать свою силу. т.д. Убедилась неоднократно в работе с клиентами, как мысль, идея, состояние, выложенные на бумагу, преображают мир за пару минут.



Связь с предыдущими знаниями. Учёба в Институте как пазель встроилась во все пройденные за эти годы подходы, учения, и это впечатление я слышу от многих учеников курса.

Связь с Иудаизмом и Учением Каббала. Мне было очень важно в принципах НейроГрафики и её методах найти согласие с тем, что я изучаю. Буквально алгоритм за алгоритмом искала соответствия ..и находила их. Цвет, осознанность, рефлексия, дыхание, поле, пункты алгоритма такие как выброс, сопряжения, фигура и фон, архетипирование, линии поля, принцип гармонии с миром.



Осознанность: быть в моменте, ощущать то чем ты в данный момент занимаешься и в каком состоянии, искать хорошее-в иудаизме подчёркивается важность такого подхода, более того, неосознанность в проживании моментов может вести к проблемам по здоровью. Возлюби ближнего как самого себя - это и сопряжение и линии поля и фигура и фон. Дыхание также используется как способ изменения состояния. В алгоритме Нейроцель идея, что цели у нас в голове, а результатами мы не владеем... та же идея, что человек полагает, а Бог предполагает.

Благодарность: Павлу Михайловичу за создание такого необычного и действенного метода, всем работникам Института Психологии и творчества, супервизорам за такой профессиональный и нежный подход, кураторам, Раиле-моему руководителю диплома за мощную, искреннюю профессиональную поддержку, коллегам по учёбе. Итоговое занятие по Инструкторскому курсу Это было как давно ожидаемый и вдруг прогремевший то ли выстрел, то ли салют.

Ощущения очень сильные. и как важно было, что я нашла похожие отклики почти у всех студентов. Да иначе и быть не могло. И, вероятно. как итог пройденных 9 месяцев взлётов и падений, трансформации для меня на очень глубоких уровнях, к утру из вечерних ощущений созрело внутри меня понятие: ЛИЧНАЯ СИЛА.

Да, это то, что позволяет удержаться на плаву, подняться из глубин, менять мир, помогать людям. ЕДИНСТВО, ВЕРА, ЛЮБОВЬ. И вдруг стало ясно, что я за этим и мчалась на учёбу, и не оставляла, когда казалось, что " весь мир со мной в раздоре". Полагаю, что осознания и прозрения придут позже. А пока, есть над чем работать. И это здорово!

P.S. А как же семья, спросите Вы. Они меняются вместе со мной, да ещё как!!! Потому что – КОГДА ИЗМЕНЯЕМСЯ МЫ, ИЗМЕНЯЕТСЯ МИР!!!

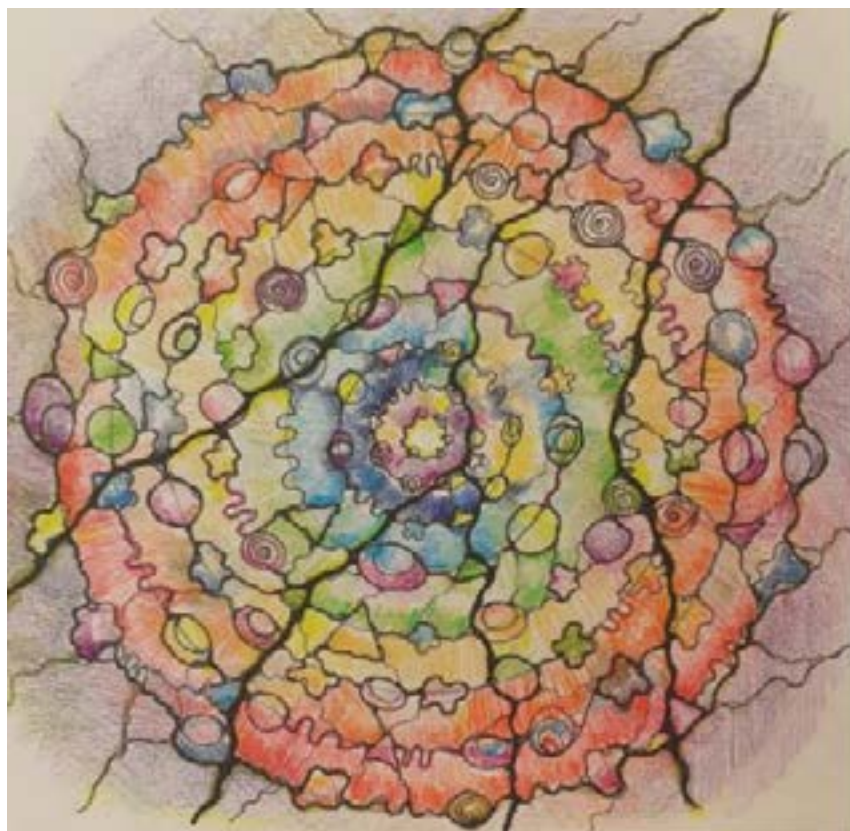
[Ссылка на дипломную работу Elkun Elena в авторском стиле.](#)



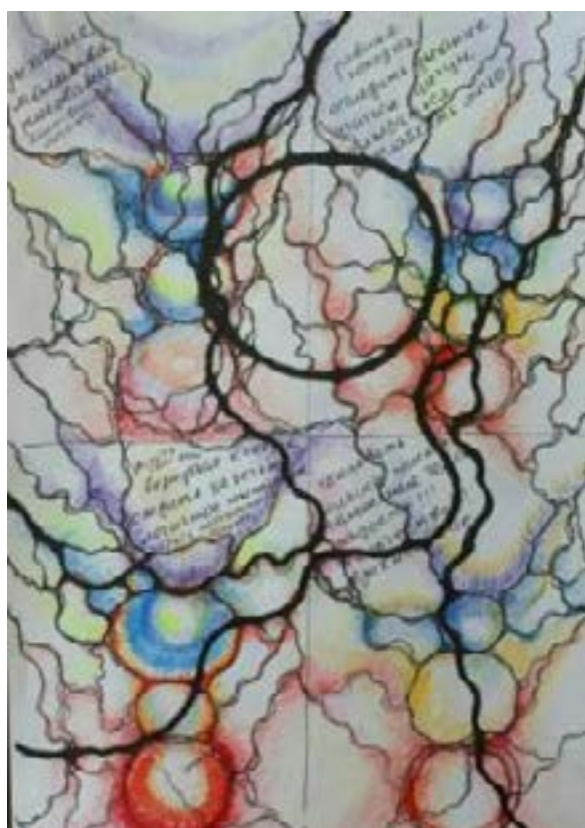
Elkun Elena. Когда изменяемся мы - изменяется мир.

Работы.

Тема: я – замечательный инструктор.



Тема: инструктор НейроГрафики.





Автор:
Gencheva Diana
Супервизор:
Иванова Румяна

Тема:
Мое новое я.

В своей письменной работе я рассказываю о своем уникальном и трансформирующем пути НейроГрафики. Я познакомилась с ней в тот момент, когда мне нужно было что-то изменить в себе и вокруг себя, свое мышление, действия и образ жизни. Это, изменение и осознание, казалось, были необходимы, потому что я чувствовала, что моя жизнь движется не в правильном направлении, и я совсем не была счастлива.

Моим первым впечатлением было то, как легко рисовать, как легко все получается, мне не нужно быть идеальным художником, потому что неважно, как именно выглядит моя нейрографика, а что именно происходит со мной, когда я ее рисую, и что будет дальше. Во время рисования у меня были разные реализации, я получила ответы на вопросы, которые задавала себе миллион раз, но не могла найти ответы. С тех пор, как я рисую нейрографию, я начала жить в достатке, финансовой стабильности и душевном спокойствии.

За эти 9 месяцев, с тех пор как я начала инструкторский курс, я много рисовала, и в моей жизни произошло много изменений, поэтому я очень счастлива и благодарна этому методу за то, что всего за несколько месяцев все изменилось, чего не удавалось достичь ранее, в период пройденных мною многочисленных семинаров и работы над собой.

Я стала более уверенной в себе, и не боюсь перед людьми говорить и выражать то, что я думаю и чувствую. Раньше мне было стыдно появляться перед камерой, говорить перед незнакомцами, а теперь я с удовольствием провожу онлайн-встречи, где я рисую нейрографию со своими клиентами или обучаю их этому методу.

Я сняла множество ограничений, которые останавливали меня на пути к моему развитию и успеху. После одного из семинаров, которые я провела для реализации проектов, где мы рисовали шаманский дождь, появилась помощь, в которой я нуждалась, чтобы приступить к реализации своих проектов.



Я нуждалась в людях, которые помогли бы мне стать более организованной и показать, как организовать свой будущий бизнес, и они появились в моей жизни. Мне помог бизнес-тренер, который два месяца работал со мной бесплатно.

Я, наконец, достигла гармонии и мирных отношений в своей семье и поняла, что они на самом деле дали мне гораздо больше, чем я когда-либо осознавала. В последние годы у нас были очень сложные отношения, и мы очень часто ссорились. Однажды после того, как я нарисовала нейромандалу моего рода, мой отец позвонил, чтобы извиниться и попросить снова быть в хороших отношениях. Это было просто потрясающе! Даже когда в этом году я провела двухнедельный отпуск вместе с родителями в Болгарии, у нас были очень спокойные и мирные отношения.

Еще одно очень большое изменение, которое произошло со мной в этом году, заключается в том, что с помощью нейрографии я не только похудела на 15 кг примерно за 6 месяцев, но и избавилась от всех ненужных нагрузок, стрессовых ситуаций и токсичных людей, которые столько лет тянули меня вниз. Уравновешивая свои эмоции нейромандалом, выстраивая свой имидж с помощью нейропортрета, создавая композицию своей жизни, я получила ощущение, что все в порядке, и с помощью коллайдера развития я все это усилила и теперь я - новая Диана. Сегодня я - новый человек, который живет своей жизнью, меня в настоящий момент окружают нужные мне люди. Я чувствую уверенность в том, что устанавливаю свои границы и говорю «нет», но также и отстаиваю свои стандарты.

До начала инструкторского курса у меня было ощущение, что я многому научусь, что изменит мои мысли, эмоции, действия, я готовилась к интересному путешествию в обширную область нейрографии, но то, что произошло на самом деле, во много раз превзошло мои ожидания. Я встретила свое новое «я», я встретила новых людей, новые возможности, мой разум открылся для нового. Теперь, когда я беру маркер, я чувствую, что это не просто маркер и белый лист для рисования, это не просто белый лист - это мои специальные инструменты, с помощью которых я каждый раз начинаю свое приключение под названием «Нейрографика».

Спасибо Павлу Пискарёву за то, что он дал нам за эти 9 месяцев, и за то, что он продолжает делать для нас и учить нас. Для меня он великий ум, и всю оставшуюся жизнь я буду благодарна ему за то, что он создал. С интересом слежу за каждым его новым открытием. Для меня он - пример подражания и восхищения. Этот уникальный метод следует распространять как можно шире, потому что #нейрографикаработает



Моето ново АЗ



Това е един разказ за дългия път от осъзнаването, през промените до новата личност и нова реалност, която се появява в моя живот. Едно трансформиращо и уникално пътуване към моята същност, към моето абсолютно Аз.

Нашият мозък е организиран така, че да отразява всичко, което знаем в средата, която ни заобикаля. Цялата информация, която сме получили под формата на знания и опит от живота си до сега или наследени от нашите предци, се съхраняват в синаптинните връзки на нашия мозък.

Отношенията с хората, които сме познавали, разнообразието от неща, които притежаваме и са ни близки, местата, които сме посещавали и на които сме живели в различно време от живота си, безбройните преживявания, които сме имали през годините, са конфигурирани в структурите на мозъка ни. Дори широкият спектър от действия и модели на поведение, които сме запаметили и редовно изпълняваме в живота си, са запечатани в сложните гънки на сивото ни вещество.



Всички тези "спомени" за хора и неща, които сме преживели са нашата външна среда.

Ако мислите ни определят реалността, а ние продължаваме да мислим едни и същи мисли (които са продукт и отражение на средата), ще продължаваме ден след ден да произвеждаме една и съща реалност. Така вътрешните ни мисли и чувства точно съответстват на външния ни живот, защото външната ни реалност с всички проблеми, условия и обстоятелства влияе на начина ни на мислене и чувствата във вътрешната ни реалност. Това се оказва един взаимно свързан процес. И много често си казваме, ето аз знаех, че така ще стане, аз имах това усещане за развоя на събитията. Защото, колкото повече установяваме себе си в дадени мисли и чувства, толкова повече ние привличаме обстоятелства, които съответстват на тези мисли и чувства. Според закона на мисленето, нашите мисли създават реалността ни.

За да променим живота си, трябва из основи да променим начина, по който мислим, действаме и се чувстваме. Трябва да променим състоянието "съм", в което се намираме. Тъй като начинът, по който мислим, чувстваме и действаме, всъщност съставлява личността, то именно личността създава нашата лична реалност. За да създадем нова лична реалност, нов живот, трябва да си създадем нова личност, да станем някой друг. Да се променим, означава в мислите и в поведението си да надраснем средата, тялото и времето.

Аз мислех, чувствах и действах по един и същи начин години наред, и в много случаи не разбирах своята грешка в тази ситуация. Въпреки това усещах, че нещо не е наред, усещах че трябва да има начин, нещата да се променят и да бъдат по различни, и непрекъснато търсех начини да се почувствам по-добре, на намеря своята начин за справяне с трудностите. Но някакси не се получаваха нещата така както си ги представях. Не намирах начина да взаимодействам ефективно със себе си по начин, който да има положителни резултати в моята действителност.

Сега осъзнавам как моя начин на мислене и действие беше изразен в моята действителност по един уникален начин, в който тези уж случайни неща, които ми се случиха преди доста години и, които продължават да ми се случват ме правеха човека, който съм в момента, човека, който се подготвяше за промените и своята нова действителност.

Случайно и уж за кратко реших да дойда да живея в Кипър, защото нямах възможност да изплащам апартамента си и така съм вече 15 години



тук. Така промених средата си, а също така и начина си на мислене. Видях един друг живот, имам други възможности за развитие и израстване, които нямаше да имам ако бях останала в България.

Случайно започнах връзка с един мъж и той разби сърцето ми след толкова години заедно, но пък това ми помогна да видя себе си от друга перспектива и да видя как съм реагирала към хората и съм наранявала тях и себе си без да искам. 52 52 Но чрез това, което се случи успех не само да видя травмите си, но и да започна да ги лекувам, за да може новата Диана да живее истински щастлива и успешна.

Случайно попаднах в една група с нови, непознати за мен хора и чух за нейрографика. И така започна моята връзка с нея, в която тя ми помогна да се променя и чрез работата със себе си ми се случват неща, които не съм и предполагала, че може да ми се случат или че мога да разбера за себе си.

Няма случайни неща. Всичко ни се случва според това, което имаме в нас самите. Аз в себе си имах онова любопитство, което ме караше непрекъснато да търся отговори на различни въпроси. Имам непрекъснатата нужда да се развивам, да уча, да се променям и да израствам. Много исках да помагам и да давам на другите, това от което се нуждаят за да ги видя успешни и щастливи.

Когато за първи път започнах да се занимавам с нейрографика тя така ме докосна, че след това исках да знам повече и повече за нея. Тя включва в себе си много от нещата, за които съм си мислила и мечтала да правя - творчеството, чрез което да изразя себе си, но без да има нужда да съм перфектна, или да се сравнявам с другите и да се критикувам непрекъснато, че не съм достатъчно добра. Тя е онова нежно докосване на моята душа, с което намерих своята скрита, забравена, подтисната същност, намерих своето истинско аз. Тя е магическата пръчка, с която промених своя свят, защото промених своите чувства, мисли, имах много осъзнавания. Тя е моя начин да излекувам себе си от травмите, с които бях живяла толкова години и да се отърся от тревогите, стреса и страха в живота си. Тя е моя начин да помогна на хората да намерят техния път, да сбъднат техните мечти, да бъдат по щастливи и осъзнати.

Когато започнах своето пътуване с нейрографика незнаех какво всъщност ми предстои. Незнаех колко много неща могат да ми се случат и да ме разтърсят до основи, да разтърсят цялия ми свят и ще променят живота ми коренно. Всъщност това разтърсване е от квантовия скок, който направих в живота си и кой ме издигна до нови вибрации, до нови висоти. Не вярвах,



че може да изречеш или да си помислиш нещо и то да се материализира след броени дни или понякога дори след броени часове. Чувах за чудесата на нейрографиката, но незнаех че толкова бързо се случат понякога.

Ние съществуваме във вселена на безкрайни възможности. Там ние сме здрави, богати, щастливи и притежаваме всички качества и способности на идеалния аз, които живее в мислите ни. Във нашия ум ние оформяме енергията на безкрайните възможности. Също така ние сме свързани с всички и всичко, ние сме частици от енергия.

С помощта на нейрографика ние работим върху нашата реалност и отваряме с лекота и красота полето на безкрайните възможности. Работейки върху нашите мисли, чувства, усещания и осъзнавания ние ставаме наблюдатели и по този 53 53 начин влияем на тази енергия, която се образува и на новите възможности, които ще дойдат във живота ни в този момент.

Необходимо ми беше да имам ясно намерение какво искам, но оставя подробностите за начина, по който то ще се случи, на непредсказуемостта на квантово поле. Трябваше да му позволя да дирижира събитията в живота ми така, както е най-добре за мен, но аз не го знаех още. Не знаех, че ако трябваше да очаквам нещо, трябваше да очаквам неочакваното. Да се предам, да се доверя и да не мисля как ще се случи желаното събитие.

За да повлияем на реалността, т.е. нашата среда, да излекуваме тялото си или да променим някакво събитие в бъдещето си, то трябва напълно да се освободим от външния свят, от съзнанието за тялото си и дори от времето. Когато ние осъзнаваме какво става с нас, в нас, когато ние осъзнато участваме в този процес тогава ние влияем на нещата да се случат по най-добрия за нас начин.

Поддържайки едни и същи мисли и чувства, ние създаваме все същата действителност. Ние ставаме като хамстера в колелото. Постоянно мислим за проблемите си и за трудните ситуации и така създаваме още повече ситуации за да се потвърдят тези проблеми. Казват, че не можеш да разрешиш един проблем със същия начин на мислене, с който си го създал. Трябва да смениш начина, по който мислиш за себе си.

Рисувайки нейрографика преодоляваме своето тяло и окръжаващата ни среда, преодоляваме чувствата и емоциите си, преодоляваме нашия интелект, преодоляваме дори времето, и за да стигнем до нашата душа, до нашия абсолютен, до нашата същност.



Трасформацията, която се случи с мен за изминалата една година е огромна. Преди да открива нейрографика доста се лутах какво точно искам да правя и да имам в живота си, с какво да се занимавам, чудех се дали знам коя съм всъщност. Сякаш другите знаеха повече за мен от мен самата, защото ми беше трудно да се видя през техните очи, а те ме бяха наблюдавали с години и бяха видели много добре моята същност. Но след като започнах да рисувам нещата започнаха да се нареждат по местата си. Аз успях да влезна по надълбоко в себе си и да видя собствените си стремежи, мечти. Успях да видя и да се докосна до себе си.

Чрез нейрографика и хармонизирането на линиите започнах да изпращаме един хармоничен и балансиран сигнал към околния свят, който е позитивен и затова и позитивните резултати не закъсняха. Също така от коучинг практиката си, имах възможността да се срещна хора, които цял живот са живели в негативни мисли, потиснати и нещастни и след като започнаха да рисуват нейрографика с мен те започнаха постепенно да променят себе си.

Когато нашите цели, мисли и чувства са в хармония ние постигаме желаня резултат. Мисълта ни, темата по която работим когато рисуваме нейрографика има нужда от нещо, което да ѝ дава енергия, нещо което да я катализира за да се 54 54 случи нашето намерение - и тази енергия е емоцията, емоцията, която създаваме чрез хармонизирането на нашата рисунка. Понякога когато рисуваме преминаваме през различни емоции - страх, тревожност, смях, радост, щастие, тъга, любов и т.н., но когато приключим етапа на хармонизиране на нашата рисунка, тези емоции са преминали в спокойствие, любов, приемане. Чувствата и мислите ни се обединяват в едно ново състояние на нашата същност.

Промяната в мен започна от вътре навън. Рисувайки нейрографика ден след ден отработвах различни аспекти от моята личност и моя живот. Малко по малко започнах да се освобождавам от ограничаващите вярвания, с които живеех от много години и така да преодолея себе си и средата. Започнах да създавам композицията на моя живот, върху която продължавам да работя и да творя моя идеален, мечтан живот. Композицията се променя и се развива с всеки изминал ден, защото аз се променям непрекъснато и израствам всеки ден. Аз искам да се развивам, да надминавам себе си, да сравня своя невероятен напредък и промяна със своето предишно аз, а не с живота и напредъка на други хора. Положих основите на една нова действителност, където имам нови чувства, емоции, действия.



Започвайки този процес, работейки активно със себе си вътрешните ми промени започнаха да си личат и навън. Много неусетно и същевременно доста бързо започнах да губя ненужно тегло, започнах да губя товара, който носех със себе си толкова много години. Това бяха килограми натрупани от стрес, тревожност, прекалено много неизразена емоционалност и несподеленост, това беше част от моето негативно мислене. Сега усещам такава лекота не само в тялото си, но и в живота си. Промяната продължи и в средата около мен. Човека, който дълги години беше до мен се отдръпна от мен, сякаш за да ми даде възможност да израстна и да видя всичките си травми, чрез които действах много години и да ми даде възможността да ги излекувам за да бъда една нова и подобра личност, а също така той е човека, който сега ми подава ръка по един много изненадващ за мен начин да се реализирам. А това е една моя сбъдната мечта.

Почти 80% от моите НейроГрафики, която нарисувах тази година са на тема аз съм успешен инструктор по Нейрографика и естетически коуч. И за да бъда такъв, трябваше да се променят доста неща в моя живот. И така промените започнаха една по една, за някои бях подготвена, за други не, но понеже имах вяра в процеса знаех че всичко е за мое добро и просто оставих нещата да се случват по найдобрия за мен начин. За да бъде успешен един човек, той трябва да приеме родителите си, да ги обича безусловно и да бъде в мир с тях.

От доста години аз упреквах моите родители, че не са ме обичали достатъчно, че са ме пренебрегвали, че не ми помагат и още куп други неща. Цялото това негодувание, което имах към тях стигна връхната си точка тази година, когато се скарахме много сериозно. Много ме заболя от това, защото въпреки всичко аз ги обичах, защото те са мои родители. Един ден рисувах мандалата на рода с една от моите колежки от института (все още не бяхме стигнали до тази част от материала) и почувствах цялата тази любов и подкрепа от моите предци, от която имах нужда.

На следващия ден моят баща ми се обади за да ми се извини, за товаа че сме в 55 55 такива лоши отношения и да поиска отново да си говорим и да се разбираме. Учудването ми беше огромно. Няколко месеца след това се прибрах в България за да ги видя и имах най-щастливите и спокойни дни с тях, за които дори не бях и мислила, че може да се получат.



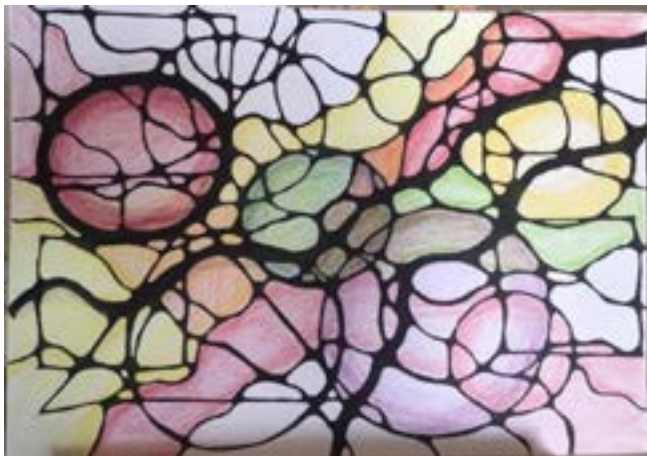
Друга голяма трансформация в моя живот е изчистването на живота и тялото ми от всички натрупани негативни емоции, хора, килограми. По този начин почувствах как с години трупани тревоги и стрес отпаднаха от мен. Аз започнах да премахвам своите ограничения, да балансирам емоциите си и приемам себе си такава каквато съм. Аз започнах да обичам себе си и да бъда благодарна за това, което съм и съм горда със себе си. Влизайки в дълбока връзка със своя Абсолют аз разбрах, какво е важно за мен и кои са моите приоритети.

Започнах да се грижа за себе си и за здравето си. Изведнъж спрях да се храня с нездравословна храна и започнах да имам повече енергия и тонус, започнах да се чувствам добре в тялото си, и така неусетно и за много кратко време свалих 15 килограма. Освен килограмите ми и ниското самочувствие това, което си отиде от живота ми е една много токсична връзка, която с години ме дърпаше надолу и заради, която се чувствах нещастна, винаги критикувана, няхах подкрепа. Изведнъж човека с когото бях 11 години си тръгна от мен, защото започнаха да му се случват разни неща, които започнаха да го карат да мисли върху живота си и върху това какво прави той с живота си, и проблеми за които с години се правеше, че не съществуват и ги криеше под килима, му се стовариха на главата без предупреждение.

Поредната промяна, която очаквам в близките дни е да напусна работата, която работя от 10 години, отново много токсична и негативна среда и да започна да изграждам своя успешен бизнес като инструктор по



нейрографика 56 56 и эстетически коуч. Видях на колко много хора мога да помогна и не искам да губя нито минута ценно време.





Когато поведението съответства на намеренията, когато действията са равни на мислите, когато умът и тялото работят заедно, когато думите и делата са в хармония, зад всеки индивид стои огромна сила.

Когато човек има мечта независимо от средата, това е величие. Можем да променяме мозъка си, а оттам и поведението, нагласите и убежденията си, като мислим различно или с други думи можем да ги променим без да променяме заобикалящата ни среда. Чрез нейрографика ни е реорганизиране веригите в мозъка, така че те да отразяват нашите цели по най-хармоничния начин.

Ако успеем да повлияем на мозъка си така, че да се промени преди да преживеем желаното бъдещо събитие, ще създадем подходящи невронни връзки, които ще ни позволят да хармонизираме поведението и намеренията си, преди то да е станало реалност. Това се случва всеки път когато рисуваме нейрографика.

Всеки път, когато имаме някаква мисъл, в мозъка настъпва биохимична реакция. Мозъкът изпраща определени химични сигнали към тялото, където те действат като посланици на мисълта. Когато тялото получи тези химични съобщения от мозъка, то веднага се подчинява и задейства реакция в пряка връзка с това, което мисли мозъкът. После тялото незабавно му изпраща потвърдително послание на мозъка, че сега се чувства точно така, както мисли той.

Затова много често, рисувайки изпитваме страх, тревожност, болки или радост и щастие, защото сме 59 59 успели да натиснем определените бутони в нашия мозък, които са свързани с дадената тема и ако там имаме определени блокажи или негативни емоции от преди, то тялото ни започва да реагира, за да ни каже, че правим нещо опасно и да ни накара да спрем, защото всъщност мозъка ни не е установен към хубавото, а сме привикнали да живеем в този страх, в негативизъм и тревоги.

Но всъщност това, което правим когато хармонизираме и балансираме темата си в нашия мозък, за да променим нашите мисли и реалност. С помощта на активното ни самонаблюдение и самосъзнание, което е съществена част от процеса на нейрографика ние успяваме да преодолеем всички тези пречки и да продължим напред в нашата трансформация, защото сме наясно какво се случва в нас.



Необходимо е да осъзнаем едно нещо, че когато чувствата станат средство на мислене или не можем да мислим по-мощно от начина, по който се чувстваме, не можем да се променим. Да се променим означава да мислим по-мощно от начина, по който се чувстваме. Да се променим означава с действията си да надраснем познатите чувства и запаметения аз.

Всяка една стъпка от базовия алгоритъм ни въздейства по своя уникален и много добре премислен начин за да достигнем до онова място от нашата същност, където сме ние - истински, уникални, себе си.

Всеки път, когато започвам своята нейрографика, поставям темата си, но никога не мога да предположа с какви нови осъзнавания ще я приключа и какво чудо ще ми се случи след това.

Седем стъпки, девет алгоритъма - много часове на отдаденост и любов и вяра в процеса, формират една нова личност и една нова реалност. С всяка рисунка навлизаме все по-надълбоко към нашето аз и изживяваме пълната и уникална трансформация на нашето състояние, на нашето съм.

От първата линия, човек започва да чувства онази магия, която носи в себе си, онази хармония и любов, започва да чувства своята връзка със себе си, с хората, с живота. Преминавайки през различните мозъчни вълни докато рисуваме нейрографика, ни помага да се справим със стреса, дисбаланса и да излекуваме себе си намирайки се в делта честотата на мозъка.

Така ние повишаваме нашата честота живеейки в благодарност, любов, хармония, приемане. Живеейки по осъзнато, ние сме други хора, ние градим по-добрата версия на себе си ежедневно.

Моята нова версия, по-добра, осъзната от уроците, които е научила и готова да премине на новото ниво е тук почти на 80% готова. Остават последни шрихи, последните детайли да бъдат усетени, осъзнати и отработени. Отпадат от живота ми хора и ситуации, които ме дърпат надолу и ми пречат да летя, да творя, да бъда себе си.

Чувствам още по силно нуждата си да летя, да освободя своя дух и да живея, защото аз съм тук да живея, а не да съществувам и да се страхувам. Усещам, че е времето да бъда себе си и да си позволя да излезна от клетката си, в която се бях заключила от страх. И седнах и нарисувах моите криле, с които да полетя и действително почувствах лекотата и свободата си. Разперих ги и усетих живота в себе си, дори душата ми се опусна, че усетих енергията да изразя себе си с думи и писах, писах и това бях аз.



Усещането е уникално и много красиво. Знам, че има да ми се случват още толкова много невероятни и магични неща, защото магията е вътре в мен, тя е част от мен. Аз съм магията.



Искам да дам на всеки по едни криле за да лети заедно с мен и да се радва на живота. Искам да летя високо, да видя целия свят с цялата му колоритност и уникалност. Благодарна съм на нейрографика за това, което ми дава и ще продължавам да развивам себе си, да творя и да създавам живота на моите мечти. Благодаря на Павел Пискарьов за това, което е създал и създава и за моята чест да бъда част от тази магия.

[Ссылка на дипломную работу Gencheva Diana в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: мое общение с миром.



Тема: раскрытие моего потенциала для развития моего успешного бизнеса.





Автор:
Georgieva Silviya Ivanova
Супервизор:
Александра Стаал

Тема:
Дневник моего приключения
под названием НейроГрафика

1. НейроГрафика - любовь с третьего взгляда

Я практикую холистические методы в течение долгого времени, и у меня уже есть широкий спектр техник, включая семейные расстановки, тета-исцеление, метафизическую анатомию, рейки, астрологию и таро, которые я предлагаю своим клиентам. Но я хотела открыть новый метод, связанный с искусством, потому что поняла, насколько творческий потенциал подавлен в людях и как они хотят испытать его. Но я не знала, что это могло бы быть. Я рисую с детства, но в последние годы я уделяла внимание другим своим увлечениям - музыке, например, в которой я добилась больших профессиональных успехов. Но я совершенно забыла о живописи ... Двадцать шесть лет спустя моя подруга напомнила мне о моей любви к живописи. Вот как это случилось ...

1.1. Моя первая встреча с Нейрографикой

В 2020 году, во время пасхальных каникул, моя подруга из Болгарии, которая училась на специалиста по нейрографии, предложила мне стать ее холодным клиентом. Тогда я впервые нарисовала алгоритмы НейроДождь, НейроЛотос и НейроДрево. Я испытала множество инсайтов и отметила существенную телесную и эмоциональную реакцию во время рисования. Я захотела больше узнать, как работает Нейрографика.

Так случилось, что это событие совпало с очень непрстым периодом в моей жизни. Я ощущала тогда потерю любви к себе и была не готова приступить к изучению НейроГрафики. Но я твёрдо решила, что когда-нибудь я обязательно венусь к этому замечательному методу. Тогда я даже не догадывалась, что это случится так скоро.



1.2. Нейрографика напоминает о себе.

Второй опыт, курсы «Пользователь» и «Счастье». Через полгода моя учительница по Тета Хийлинг поделилась, что записалась на курс «Пользователь» к создателю метода Павлу Пискареву. Это меня вдохновило и я решила сделать подарок себе на день рождения – я оплатила курсы «Пользователь» и «Счастье». Так началось мое приключение в мире НейроГрафики.



1.3. Вмешательство Судьбы.

Третий раз на счастье. В феврале 2021 года я увидела, что оказывается существует курс для инструкторов НейроГрафики. Будучи астрологом, я знала, что Уран, планета внезапных прозрений, неожиданных изменений и интуиции. Эта планета присутствует на моем МС (10-м доме гороскопа, который указывает на профессию человека). Я знала, что произойдет что-то неожиданное, но не знала, что именно. Однажды утром я встала и включила свой компьютер, на экране которого снова появилась реклама инструкторского курса. Я нажала кнопку «купить», сама того не ожидая, и вскоре оказалась на курсе Инструкторов НейроГрафики 2021.

2. Курс Инструктора НейроГрафики и мои инсайты.

2.1. Пользователь

Я была очень взволнована! Я начинала что-то новое, хотя уже проходила курс раньше. Я думала, что это будет то же самое, что мы будем рисовать и описать свои чувства ... С первого дня данного курса я поняла, что теперь всё будет по-другому. Требования к инструкторам были намного выше! Темы, на которых я тогда рисовала, были о похудении и желании



иметь ребенка. Мой первый рисунок был на тему создания семьи. Я поняла, что хочу иметь семью, а не только ребенка. Рисуя картинку, я испытывала множество реакций в теле. Но я не понимала, что конкретно со мной происходит. Это даже в какой-то момент заставило меня усомниться в методе, но любопытство заставило меня продолжить рисовать и экспериментировать. Ещё меня беспокоило то, что я рисовала слишком медленно. На рисунок и текст на русском у меня уходило около 5 часов. Поначалу мне было очень тяжело.

2.2. Алгоритмы АСО и АВН

2.2.1. Мои первые рисунки на темы о создании семьи, ребенке и похудании.

Рисуя свой первый рисунок из курса, я стала глубже вникать в свою природу, лучше узнавать себя. После фиксации, которая выглядела как сердце (помню, я тогда очень удивилась), я почувствовала облегчение. Как будто я поделилась своим желанием с кем-то, я доверилась и открыла свое сердце. Меня поразило, что после того, как я нарисовала эту картину, я освободилась от ожиданий и больше не беспокоилась о том, случится это или нет. Для меня это было огромным облегчением и заставило действовать в соответствии со своей мечтой.

2.2.2. Вторая моя тема - похудание.

Эти две темы были связаны изначально. Сначала я не очень верила, что могу похудеть, раскрашивая рисунки. Мой вес сильно увеличился, и мне поставили диагноз: повышенный уровень сахара в крови. Я испугалась и решила активно действовать. Я стала рисовать всевозможные АСО и АВН.





В процессе рисования я многое узнала о себе, появилось много идей. Одной из важнейших инсайтов было: принять свое тело таким, какое оно есть и полюбить себя. Я поняла, что мой вес должен меня защитить. Что мой вес - это следствие от накопившегося и невыраженного гнева. Я многократно прорабатывала эту тему пока она не трансформировалась в «Мое здоровье». Случилось так, что я похудела на 4 кг за 3 недели без упражнений и без изменения диеты. Я просто отключила сахар. Я начала убеждаться, что нейрографика работает. Но я все ещё не могла объяснить работу этого метода. Дополнительно я прорисовывала темы: «Благополучие», «Стресс в моей жизни», «Тревога», «Агрессия на работе».

2.2.3. Рисую на тему «Агрессия на работе».

Этот рисунок произвел на меня наибольшее впечатление. Мой босс был очень агрессивен по отношению ко мне и часто обвинял меня без видимых причин. Меня трясло от гнева, боли и страха. Меня ждало увольнение. В один из особо эмоциональных дней я пришла домой после работы и начала рисовать вторую версию АСО.

Я написал 50 слов за 2 минуты! Абсолютный рекорд! Я резко и сердито рисовала. У меня болели голова и живот. Мне хотелось кричать. Я явно осознавала, что весь этот гнев терзает меня изнутри, потому что я не позволю себе выпустить его наружу, адресовав его своему боссу.

Я выразила это через свой рисунок. После 4-го пункта базового алгоритма „Фигура и фон“ мое тело успокоилось и я почувствовала уверенность в том, что все будет хорошо.

Я начала задаваться вопросом, почему я привлекаю всю эту агрессию и поняла что наказываю себя за то, что нахожусь на работе, которая меня не удовлетворяет, и что надо решиться отдаться своему призванию - помогать людям. На следующий день все мое состояние нормализовалось и.... меня не уволили! Спасибо Нейрографике! Произошло чудо! Но на этом чудеса не закончились.

2.2.4. Дневник развития

В какой-то момент я спонтанно подписалась на дневник развития. Мне было любопытно, как он работает. Выбрала тему кейса «Стройность» Участие в этом курсе было захватывающим процессом. Здесь я глубоко изучила свой характер и причины, которые привели к увеличению веса.



В этом курсе я научилась рисовать не только быстро, но и красиво. Как следствие, я стала более уверенной в рисовании НейроГрафики.



2.3. Алгоритм №2 Нейрографическое моделирование и композиция.

На этом курсе я подробнее изучила алфавит НейроГрафики. Учебные вебинары по композиции дали мне более глубокое понимание метода. Композиция помогает нам организовать нашу реальность через отношения между объектами и их размерами. Это также помогает нам диагностировать состояние нашего объекта и трансформировать ситуации так, как мы хотим. Здесь я позволила себе расслабиться, отдаться творческому процессу, чтобы больше по-экспериментировать. Я продолжила рисовать на тему стройности. На этот раз метрические и ритмичные шаги для серьезных занятий спортом и для усиления мотивации. Я похудела еще на 5 фунтов в месяц только за счет снижения сахара и занятий спортом.

Другой темой, на которой я рисовала, было «обретение уверенности», тогда я узнала, что должна принимать свою неуверенность как часть себя, а не бороться с ней. Я также рисовала, чтобы улучшить отношения с партнером и больше отдыхать. Как следствие, мои отношения с моим партнером значительно улучшились.

Я также использовала принцип Парето, чтобы привлечь больше денег. Я поняла, что мне нужно больше мотивации и активности. Это было удивительно, но у меня даже появилась новая идея заработка.

Один из самых интересных для меня законов построения композиции - это «золотое сечение». Благодаря рисунку я повысила тариф на свои услуги. Я позволила себе больше отдыхать, и мой сон улучшился. Я также стала инструктором по тета-исцелению. Я наблюдала значительное развитие в своей профессии.

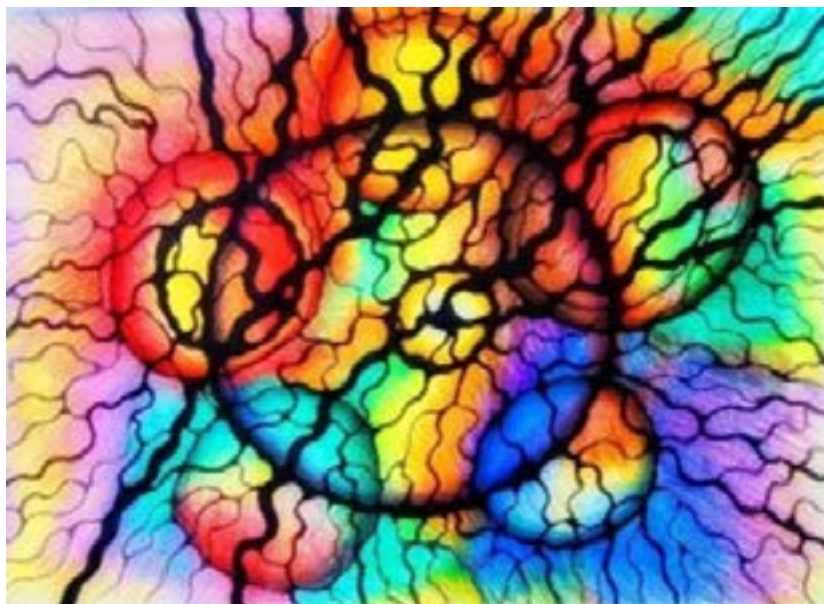


За это время я получила ответ на свой вопрос, как и почему работает Нейрографика! В процессе мы проходим через все мозговые волны, и именно они определяют наши вибрации, наши мысли, а они, в свою очередь, определяют наше будущее, и благодаря им мы можем построить желаемую реальность!

2.3. Алгоритм №3 НейроКолор

Один из моих любимых алгоритмов! Это дало мне базовые знания о цветах и о том, как их использовать для получения желаемых результатов. Я снова рисовала, чтобы увеличить свой доход.

Интересно то, что я поняла, что для увеличения дохода мне нужно сосредоточиться на клиентах из Швейцарии, и это сбылось! Мой доход вырос на 47%!



Я нарисовала цвет своей души. Для меня это было откровением моей души. Я осознала свою сильную связь с Землей и Вселенной и то, что я „блудный сын“ между этими двумя энергиями. Этот рисунок наполнил меня силой и уверенностью двигаться вперед, а также благодарностью за то, что я нашла свой путь. Тема изменилась на «Миссия моей жизни».

2.4. Алгоритм №4 НейроСкетчинг

НейроСкетчинг был для меня вызовом! Чем больше мы рисовали, тем больше мне это нравилось и тем умелее и быстрее я рисовала. Нейроскетчинг - это искусство замечать самые важные детали рисуемого объекта.



Мне было очень весело рисовать мой Нейтоавтопортрет. Я поняла, что важно было поставить себя на первое место, что я сама для себя являюсь самым ценным и самым важным человеком в этой жизни. Нейрографируя портрет моего учителя по фамильным расстановкам Берта Хеллингера, я смогла более глубоко соединиться с ним, почувствовать его и осознать Законы Любви, которые он извлек.



Самый важный урок, который я усвоила во время НейроСкетчинг - это отпустить контроль и наслаждаться процессом рисования, не ожидая, что получится из моего рисунка.

2.5. Алгоритм №5 НейроМандала

Моя самая главная работа по этому алгоритму НейроМандала моей личной силы в бизнесе и успеха в качестве инструктора по нейрографике и Эстетического коуча. Из Мандалы личной силы я поняла, что сила - это ответственность, и она дается тем, кто готов.

Мир отражает меня, и когда я найду свою внутреннюю силу, мир даст мне больше. Из мандалы «Путь героя» я хорошо осознала различные его этапы и на каком уровне я готова испытать испытания своей жизни. Ещё я нарисовала НейроМандала моего желания стать мамой. Нарисовав его, я поняла, что надо верить в чудеса и не сдаваться. Самое главное - сохранять спокойствие и радоваться жизни.

Хорошие сюрпризы еще впереди. Она наполнила меня надеждой и вдохновением! Моя любимая мандала - это Мандала Рода. Этот рисунок принес мне очень глубокие переживания. Я обнаружила, что мне не хватает связи с семьей отца. Я осознала потребность в силе его предков. Впервые я почувствовала связь с его семьей. Было очень интересно!

2.6. Алгоритм №6 Нейросинтез.

Нейросинтез помог мне лучше понять себя. Благодаря ему я научилась осознавать, какое соотношение различных частей моего существа является наилучшим. До этого момента я не задумывалась об этом. Объединение всех этих знаний о себе принесло мне состояние гармонии и душевного покоя. Я обязательно воспользуюсь этим алгоритмом, когда мне нужно будет распределить свои силы для достижения цели наилучшим образом.



2.7. Алгоритм №7 Нейроконтакт

НейроКонтакт – также является один из моих любимых алгоритмов. Общение с другими – очень важная для меня тема, так как я не очень общительный и довольно застенчивый по натуре человек, и что часто мешает мне заявить о себе на профессиональном рынке.

С помощью алгоритма Нейроконтакт я прорисовывала отношения с моим будущим ребенком и его отцом. Я почувствовал слияние, гармонию и любовь. Мы стали одним целым. Благодаря модели «коммуникативной связи» я обнаружила, что на самом деле самая важная роль для меня – это роль предпринимателя, потому что это основа всех моих ролей.

Чтобы улучшить мои финансы, я нарисовала модель «Я и объект объединения» на тему „Я и мое финансовое благополучие“. Во время рисования я вспомнила свои сны, когда мне было 16 лет, и была удивлена, что они остались такими же. Когда я совместила свою фигуру с фигурой финансового благополучия, образовался пузырь, который был готов взлететь. Это стало позитивным знаком для меня.

После рисунка «Я и мой конкурент», мое отношение к конкуренту в корне изменилось. Я почувствовала, насколько мы разные, и что я могу предлагать свои услуги „по-другому“. Пришло понимание, что мы привлекаем наших клиентов своей энергией. Я решила сосредоточиться на своих уникальных сильных сторонах. Модель построения клиентской сети мне очень пригодилась. Я поняла, что моя цель – научить своих клиентов любить и ценить себя, и я должна быть для них, в какой-то мере, примером. Ощущение после рисунков было такое, что я магнит для клиентов!

2.8. Алгоритм №8 НейроЦель

Этот алгоритм доставил мне огромное удовольствие! Моя любимая модель – Звездное небо. Я нарисовала несколько звездочек на тему своей профессиональной реализации. В одном я почувствовала, что мои цели объединяются, и появился новый круг с названием «Икигай», а фигурой моей фиксации был круг «Изобилие»!

Я чувствовала, что хочу помочь другим людям направлять их в жизни как путеводный свет и быть для них примером. Другие модели, такие как «Фейерверк моего успеха», наполнили меня радостью и побудили к действию, пробуя на вкус мой будущий успех. Алгоритм Нейроцель наполнил меня желанием действовать и уверенностью в том, что мои мечты сбудутся.



2.9. Алгоритм №9 НейроТайминг

Благодаря этому алгоритму я действительно поняла, насколько легко и приятно планировать будущее! Планирование было для меня всегда довольно скучным и неприятным делом. Я не любила строить планы, так как я по натуре спонтанный человек, а планирование времени заставляло меня нервничать и не оставляло места для приятных сюрпризов. Но теперь все по-другому!

Я нашла способ одновременно развлекаться и планировать, и я обязательно воспользуюсь им в будущем! Из этого алгоритма я также поняла, что я творец своей судьбы. Каждым из своих намерений, мыслей, действий, эмоций и шагов я управляю своей судьбой и решаю, куда направлять свой жизненный путь. Это вдохновляет меня учиться и развиваться каждый день, но также дает мне чувство ответственности перед собой, другими и миром в целом.

3. Конец - это фактически новое начало.

Чем ближе я подходила к концу этого приключения, тем больше мне не хотелось, чтобы оно заканчивалось! Эти месяцы были для меня волшебными! Благодаря этому курсу я научилась любить себя!

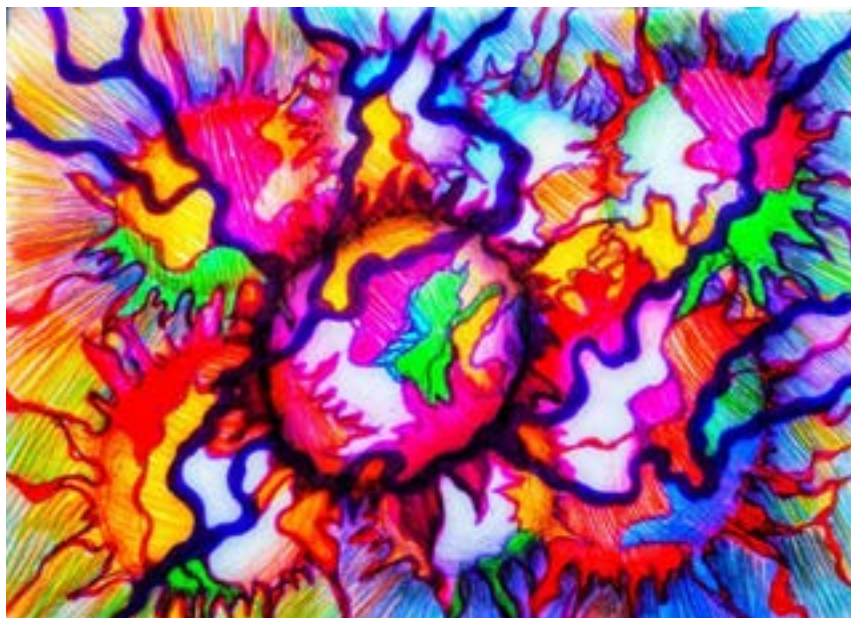
Это то, что я хочу передать своим ученикам! Одна из лучших вещей, которая произошла со мной, - это то, что я провела свой первый курс Пользователя. Слова, которые я услышала от своих первых учеников, вдохновили меня двигаться дальше. Я знаю, что то, что я искала, само нашло меня! Я искала Нейрографику, и она меня нашла сама!

Спасибо всем сотрудникам Института Психологии Творчества, которые помогали, поддерживали нас в этом процесса освоении метода. Спасибо исключительно харизматичному и мудрому Павлу Пискарёву за магический метод, и я знаю, что скоро мы снова встретимся на других направлениях Института Психологии Творчества.

Он сам сказал нам, что, войдя в институт, мы никогда не захотим его покидать. И это действительно так. Потому что жизнь - это творчество, а творчество - это жизнь!



Georgieva Silviya Ivanova. Дневник моего приключения под названием Нейрографика.

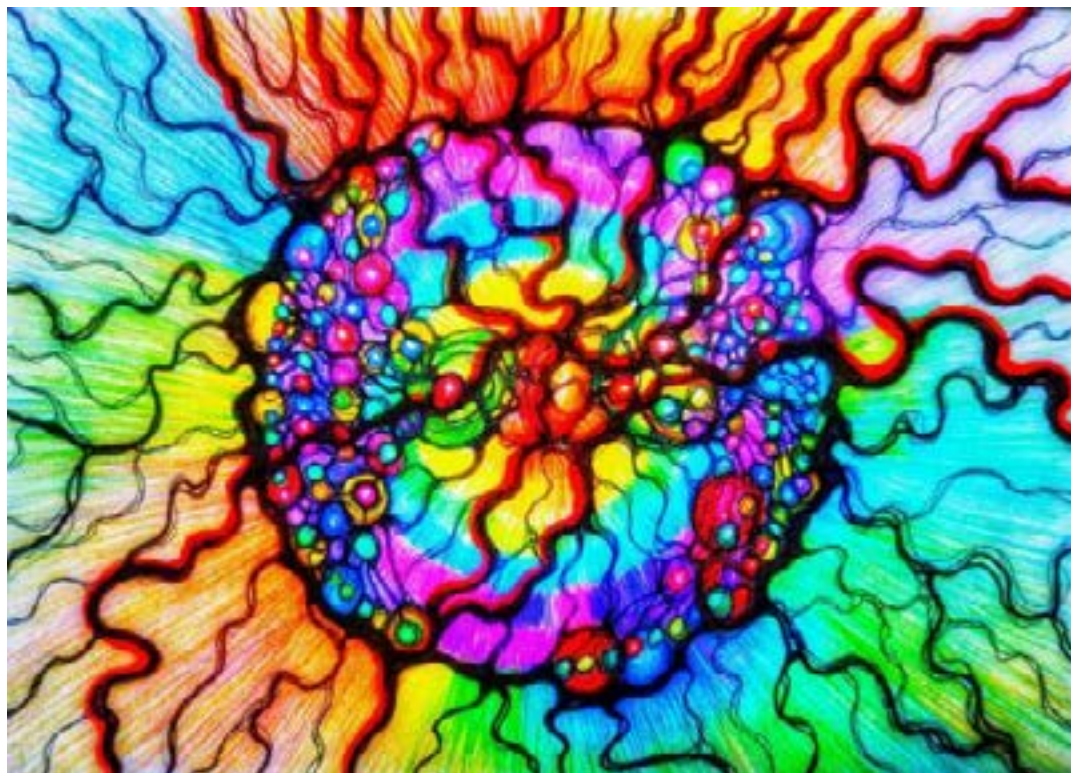


[Ссылка на дипломную работу Georgieva Silviya Ivanova в авторском стиле.](#)

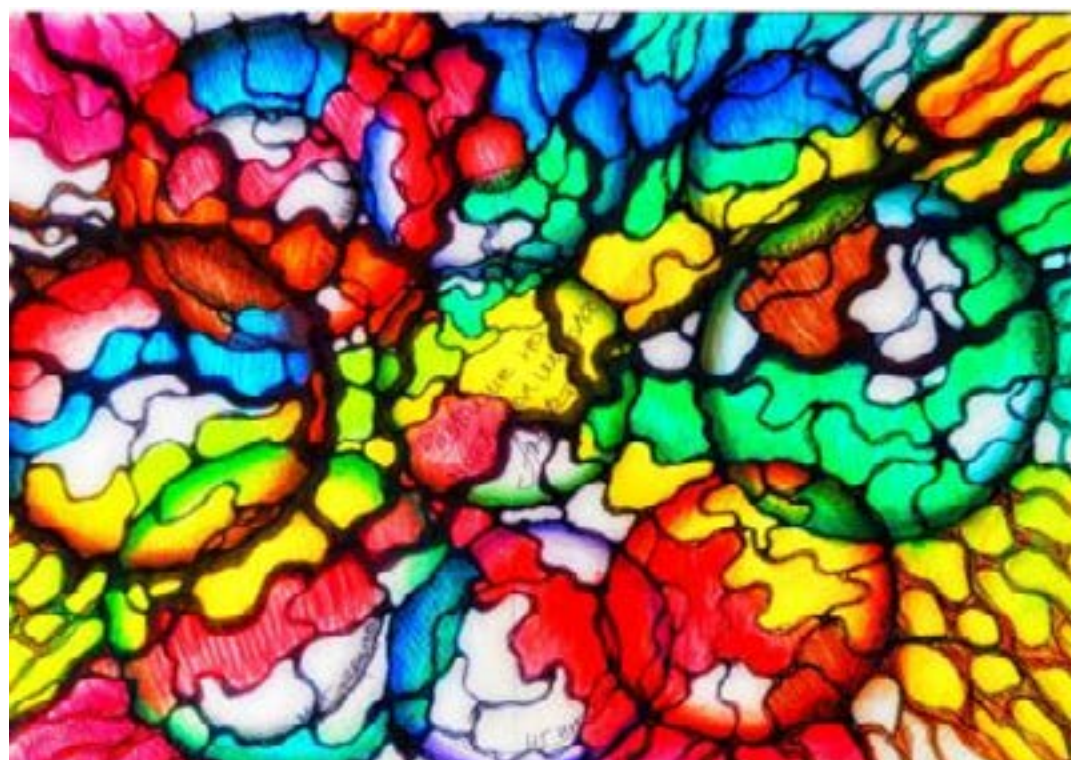


Работы.

Тема: связь моего рода.



Тема: развитие моей холистической школы Амара.





Автор:
Gomydova Obregon Yulia
Супервизор:
Vecbulatova Rayla

Тема:
Индийские тотемы и НейроГрафика.

Введение

Мое знакомство с нейрографикой состоялось в 2017 году - несколько знакомых психологов и терапевтов выложили необычные рисунки в своих соцсетях. Я сразу обратила на них внимание, нашла основную группу Института Психологии Творчества на Фейсбуке. И в течение следующих нескольких месяцев я продолжила медитацию на рисунки, все более склоняясь к тому - что мне интересно рисовать самой, но не нужно спешить - нужно ждать особого момента для того, чтобы погрузиться в метод. В моей практике не бывает эпизодических встреч с методами, будь то шаманизм, или буддизм, или практики Гурджиева. Каждый метод для меня - путь, исследование, погружение, годы экспериментов - таким образом в своей работе я опираюсь на несколько систем.

Мой путь в Нейрографике - от азав к мощным кейсам и курсу Инструктор НГ.

Проснувшись одним августовским днем - я поняла - пришла пора рисовать НГ. К тому времени - у меня уже все было готово - ссылка на семинар по БА П. Пискарева, маркер, бумага. За первый день я посмотрела этот семинар дважды и еще порядка 15 раз в последующие две недели. Я жадно впитывала каждое слово, каждый философский посыл, каждый психологический аспект метода. Одновременно в нашем Доме Солнца высох колодец и исчезла вода. Следующие 10 месяцев были совсем непростыми - без воды, но с Нейрографикой.

Я буквально «упивалась» рисованием. Уже через месяц я экспериментировала, синтезируя НГ с Астрологией. Через 2 месяца я приступила к написанию тритмента (короткой версии сценария) к моему фильму, обучаясь при этом в мастерской по драматургии. Ежедневно я училась Нейрографике - через открытые записи вебинаров на youtube от разных инструкторов. Моими первыми учителями стали Павел Писарев,



Татьяна Лобанова, Наталья Зорина, Валентина Медведева.

Каждая модель или идея становилась для меня объектом экспериментов, я пробовала рисовать разные темы. Таким образом у меня выкристаллизовались несколько главных тем и начали расти кейсы. Среди них - здоровье, партнерство, Дом, возвращение в театр, творческие проекты, обучение дочери, финансы, а также главная для меня тема - «моя внутренняя трансформация». Меня искренне потрясла работа над сценарием с помощью Нейрографики - сначала я рисовала в течение 3 недель каждый день, используя все полученные знания, моделируя самостоятельно рисунки под задачи сценария.

Результатом стал текст тритмента в 25 страниц, написанный за 3 недели рисования и 2 дня работы с текстом - были придуманы персонажи, сюжетные повороты, прописаны конкретные сцены, и даже название фильма - «Дневник воина духа». На этом кейс не закончился - через 1,5 года я написала полный сценарий к фильму, в данный момент проект продолжает развитие. Еще один вдохновляющий кейс, работа над которым напрямую повлияла на эту дипломную работу - «Книга Индейские тотемы». Это текст, который мы пишем с мужем уже довольно долго и зимой 2017-18 гг. я попробовала рисовать книгу и идеи для нее - результатом стали новые главы, написанные в несколько «подходов» - я одновременно рисовала и писала.

Летом 2018 г. я прошла курс Пользователь. Главной темой того периода была работа с «внутренним критиком». Через 2 месяца я как актриса вошла в пражский театральный проект ArtPlatforma, следующие 4 месяца я рисовала кейс «Работа над спектаклем «Сон в летнюю ночь» - премьера спектакля состоялась в одном из пражских театров в январе 2019 г. Следующий шаг - кино.

В апреле-мае 2019 г. я снялась в главной роли в фильме «Снежка» (в России был показан на фестивале в С .Петербурге в декабре 2020). Одновременно я прошла обучение на курсе «Специалист НГ». Мне понадобилось почти два года, чтобы собрать необходимые кейсы для получения сертификата Специалист НГ. Главное, что мне предстояло сделать - это освоить новый вид работы с клиентом - онлайн, больше вопросов, чем ответов, через эстетический код НГ. В этой работе все было новым для меня, благо, мне повезло с клиентами - они были очень глубокими и заинтересованными в своем личном исследовании.

Итак, первые сессии проходили по 5-6 часов, после чего клиент еще



сам дорисовывал рисунок. Все 3,5 года от начала рисования НГ я «заглядывалась» на курс Инструктора и Эстетического коуча, я интуитивно чувствовала - что в нем все ключи к Нейрографике и, конечно, жаждала их получить. Одновременно, интуитивно я снова чувствовала, что должен быть правильный момент... И я его дождалась... В феврале 2021 года сразу два важных человека еженедельно спрашивали меня о моем обучении на курсе Инструктор НГ - мой муж (который всячески поддерживал мое погружение в НГ с самого начала) и Наталья Зорина (инструктор НГ 2016 года, с которой мы довольно плотно сотрудничали). Наталья не настаивала, но удивлялась, что я не могу решиться, а муж настаивал и верил в меня. Наконец, 12 марта



Рис. 1. Глава из книги “Амазония”



Рис. 2. Проект “Академия Театра”



Рис. 3. Кейс “Спектакль “Жсньтба”



Рис. 4. Кейс “Фильм “Дневник война духа”

2021 года - я приняла участие в первом вебинаре курса Инструктор НГ 2021 в качестве студентки.



Уже через месяц после начала обучения мне предложили провести программу в Южной Америке (Боливии) в качестве гида и ведущей - это моя главная специализация с 2002 года. Это проект исследований в путешествиях и проведения программ для групп развивался на протяжении 12 лет - Эквадор-Перу-Мексика-Индия-Непал, и был заморожен в 2014 году. Мы - я и мой муж Андрей Ильинич (историк, философ, астролог) - совместно проводили наши исследования в Южной Америке и других частях света, создали свой авторский подход в проведении программ, а также свою авторскую методику работы с людьми основываясь на нескольких системах, в том числе на индейской философии Тотемов.

Индийские Тотемы.

Философия и современность

Индийская философия о триединстве мира и человека, которую мы можем рассмотреть через три тотема - Змея, Ягуар/Пума и Кондор. Универсальная система описания человека и мира на всех уровнях от микро- до мета-. Уникальность этой философии состоит как в ее естественном, природном происхождении, в ее очень древнем возрасте (по крайней мере 5-7 тысяч лет), а также в территориальном распространении от севера Мексики до Чили. Эта философия принадлежит не только одной культуре, но десяткам культур и народов, как малых, так и очень больших, таким как Майя или Инки.

Система эта описана довольно скромно в исторической, культурологической и антропологической литературе. Одновременно мифология Змеи-Ягуара Кондора очень популяризируется Перу, в некоторых городах Священной долины (культура инков) в регионе Куско - символами тотемов пестрят стены домов, сувенирные магазины. Тем не менее, развернутой подробной информации нет ни у гидов, ни в путеводителях, ни в фильмах о культуре инков, а также майя и других. Кратко о представлениях системы:

Три тотема внутри человека. Змея - тело, здоровье, самочувствие, интуиция. Ягуар - эмоции, чувства, желания, отношения, предпочтения, личность, эго. Кондор - мышление, исследование, анализ, образование, цели, растождествление. Три тотема в картине мира индейцев. Змея - мир существ ползающих, земноводных. Мир материи. Ягуар - мир существ ходящих, млекопитающих. Мир социальных взаимоотношений. Кондор - мир



существ летающих, птиц. Космос.

Три тотема - человек в мире. Змея - территория, чувство пространства, ориентация, включённость в экосистему. Ягуар - социум, культура, коммуникация, партнёрство, человечество. Кондор - информационное поле, системы и сети, в том числе социальные, наука.

Наши исследования системы Индейских тотемов начались в 2002 году во время первого путешествия Эквадор-Перу. Изначально в контексте инкской философии тотемов, которую современная антропология называет "Трилогия Андина". В течении почти 20 лет мы собираем информацию и практики, а так проводим собственные эксперименты с системой тотемов и в части теории, и в практике - в Южной и Центральной Америках, а также в Европе.

Нейрографика Индейских тотемов.

Краткая история развития исследования

Мои первые эксперименты с рисованием Тотемов через Нейрографику начались в начале 2018 года. Сначала это были мои единичные, далее первые работы с двумя клиентками. Техника - установление контакта со своими тотемами. Тогда я ещё не была знакома с алгоритмом НейроКонтакт и технику придумала интуитивно. Результаты: одна клиентка резко изменила образ жизни, переехала жить в деревню, провела несколько месяцев в уединении, отмечала общее оздоровление телесное и психологическое, изменение в мышлении и установках в отношении себя, партнёрства, коммуникации, работы.

Вторая клиентка забеременела через месяц, наладились отношения в семье - она связала это с рисованием тотемов. Далее - март 2021 года - групповое рисование тотемов в рамках моего авторского курса TransformationLAB. В группе тёплые и холодные клиенты. Техника рисования TRUE. Соединение со своими тотемами, как ресурсами. И наконец, создание специальной экспериментальной группы "Индийские тотемы и Нейрографика" осенью 2021 года для более глубокого знакомства с тотемами через Нейрографику с целью получения материалов для этой дипломной работы.

Параллельно в октябре 2021 г. я уехала в Перу и продолжала рисовать в путешествии на местах силы (Мачу Пикчу) и в амазонских джунглях. А также соединила рисование. Шаманскими церемониями с растениями силы. В этом дополнительном исследовании в путешествии конкретных ожиданий не было. Открытая тема - как отреагирует пространство, в котором родилась эта



философия?

Индийские Тотемы через Нейрографику. Исследование - программа максимум.

Субъект и объект исследования - "западный человек" - представитель западного типа цивилизации (живущий в Европе, США, России и т.д.).

Метод - Нейрографика. Нейрографика - творческий метод трансформации бессознательного. Предполагаю, что через рисование с использованием главных активов Нейрографики - НГлинии, НГпаттерна, Базового Алгоритма и других техник и алгоритмов, человек (рисующий) может создать в своем мозге фрагменты новых нейронных цепей, которые будут активизировать и поддерживать включенность архетипов Змеи, Ягуара и Кондора как на уровне подсознания, так и на уровне сознания.

Предполагаемые эффекты - пробуждение внимания к тотемам как внутренним архетипам, ядрам. Предполагаю, что работа с отдельными тотемами и их сочетанием должна привести к естественной гармонизации между телесными, ментальным и эмоциональной ядрами/сферами в человеке. К перераспределению их значимости во внимании и как следствие изменению в поведении и привычках.

Змея - гибкость, флюидность, более тонкое внимание к своим физическим потребностям. Интуитивное телесное чувствование пространства - куда и когда идти, что делать, с кем встречаться, а когда оставаться на месте. Изменение отношений с едой (по результатам первого этапа - это самое сложное, результаты нестабильные), А так же телесное включение в физическую природу тотемов - пробуждение тотемов на уровне тела, как определенных паттернов поведения. восстановление своего природного режима дня и активности. Изменения в отношениях с материей, вещами и деньгами.

Изменение в чувствовании природы и настройка на новый более экологичный образ жизни. Коррекция потребления материальных благ. Ягуар - пробуждение внимания к своим эмоциональным потребностям и изменение привычек типа жертвования себя в пользу других. Очищение от негативных эмоций и избыточного эмоционального напряжения. Более точное чувствование своих желаний - что есть мои желания, а также навязанных чужих желаний и целей.

Более точное чувствование других людей и контактов. Развёрнутое в



эмоциях и времени видение своих отношений. Новая партнерская позиция. Гармонизация семейных и партнёрских отношений.

Осознание своих автоматизмов в отношениях с социумом. Постепенное переключение от общих настроек (деньги-работа-успех) на свои индивидуальные. Признание своих способностей и талантов, а также своя индивидуальная реализация в обществе. Свои профессиональные амбиции, степень включённость в социальные процессы. Постановка вопроса о своей социальной полезности. Кондор - выход на отстраненную более широкую позицию.

Очищение мышления от повторяющихся и тревожных мыслей, от хождения по кругу. Готовность к изменению жизненных ментальных установок. Отделение своих индивидуальных ментальных установок от общих. Остановка ментального диалога. Видение своей жизни на фоне глобальных мировых процессов. Наблюдение себя в перспективе времени - от прошлого в будущее через настоящее, которое есть в каждом моменте времени.

Повышение интереса к себе, другим, к миру, космосу, обществу. Изменение отношения к информации, установление фильтров, очищение своего информационного поля. Обновление картины мира. Выявление своей жизненной философии. Общее снижение повседневного тревожного мышления. Общие результаты Выход на позицию свободного существа. Свободного в первую очередь от собственной ограниченности и зависимости от своих ограничений. Снятие проблемы выбора как в повседневной жизни, так и в глобальных вопросах жизни. Выход на творческую созидательную жизненную позицию. Общее очищение тела, эмоций и мышления.

Главный этап.

Рисование Тотемов через Нейрографику.



1. Мой личный опыт.

С 2018 года мной было нарисовано порядка 20 работ, на которых присутствуют все три тотема. Алгоритмы, в основном я рисовала, свободно моделируя композицию из основных трёх фигур (чаще 3 кругов). /К сожалению не все рисунки сохранились/.

Рис. 5. Личный кейс "Тотемы".



Рис. 6. Контакт со своими Тотемами

На рисунке 6 - первый эксперимент с техникой контакта с тотемами, здесь прибавился круг моего нового состояния.



Основные эффекты рисования трёх тотемов для меня повторялись раз за разом. Кондор - уменьшение давления мышления, более точное видение целей, отстранённость, более точное чувствование времени, стабильность и конструктивность в мышлении. Ягуар - снятие тревожности и эмоционального напряжения, более тонкое чувствование своих желаний, остановка внутреннего критика и манипулятора. Змея - более тонкая и интенсивная телесная включённость, через множественные симптомы - жар, дрожь в разных частях тела, энергетические волны по телу, покалывания в руках и ногах, яркие ощущения в желудке и нижней части живота. В следующие дни после рисования - стабильное комфортное телесное состояние (при том, что я с детства склонна к слабости и болезненности).



Рис. Личный кейс. Диагностика. Триединство тотемов

Рис. Личный Кейс. Диагностика. Змея



Рис. Личный кейс. Диагностика. Ягуар



Рис. Личный кейс. Диагностика.
Кондор

Работа с группами и индивидуальными клиентами.

2. Индивидуальные клиенты

Юлия Б. Запрос на гармонизацию отношений в семье. В процессе работы "шаманское путешествие" на встречу с тотемами, глубокий контакт с каждым тотемным животным. Результат в процессе работы - снятие тревожности, гармонизация отношения к супругу, снятие критичного отношения к членам семьи. Через два месяца - беременность.



Рис. Мои взаимоотношения с Тотемами.
Юлия Б.

3. TransformationLAB. Март 2021 г.

"Тотемы как ресурсы" - финальная работа курса из 5 занятий. Техника TRUE. Интересная работа Оксаны У. Изначально центральная фигура "Я" была очень большой, а тотемы значительно меньше. Клиентка объяснила, что это ее постоянное ощущение себя в жизни.

Но если до рисования ресурсов тотемов фигура "я" была "рыхлая, неоднородная, вызывающая множественные дискомфортные физические симптомы, а также волны слабости и приливы энергии", то в конце рисования фигура "я" стала "более целостной, в теле и в общем энергетическом контуре появилась стабильность и ровное ощущение



движения энергии, исчезли резкие перепады настроения". Последнее клиентка так же отметила в последствии, через две недели после этого рисунка.

Рис. Тотемы как Ресурсы. Оксана У.

Ещё один интересный рисунок из этого курса от Ирины М., которая рисует уже почти 3 года. Но отметила, что рисунок для неё совершенно нетипичный, изменилась линия и цвета. В процессе рисования отмечала много инсайтов по поводу своего внутреннего устройства, энергии, личности, взаимосвязи тела и мышления, тела и чувств.



Страх и сопротивления не было, но была очень медленная скорость и работу она закончила лишь спустя две недели. В результате фигура "я" увеличилась трижды и заняла весь объём листа - многократное увеличение своего энергетического объема. Через 7 месяцев после этой работы она приехала ко мне в Перу на программу, где мы продолжили работу с тотемами через практики, символы и ментальные Настройки. Меня поразило, насколько Ирина хорошо понимала и ориентировалась в значениях и устройствах тотемов, будто она прошла большой курс обучения.



Рис. Тотемы как Ресурсы. Ирина М.

В общем, работа с тотемами с этой группой проходила на высоком энергетическом тоне, на эмоциональном подъёме. Тяжелых симптомов и сопротивления не было. Все участницы группы отметили повышение уровня энергии и ощущение, которое они описывали как "присвоение" энергии тотемов своему "я", а также ясное емкое осознание себя трехмерным существом.

Рис. Тотемы как Ресурсы. Тамара Ф.





4. Исследовательская группа "Индийские тотемы и Нейрографика"

В сентябре 2021 года для более глубокого исследования организовала рабочую группу по тотемам. Записалось людей много. Рисовали всего несколько человек, но очень глубоко и вовлечённо. Одна участница нарисовала 2 кейса. Для меня лично это было испытанием.

Программа исследования - 6 встреч. 1. Знакомство с тотемами. Диагностическая работа. Алгоритм Нейросинтез. 2. Рассмотрение своей темы через сочетание Тотемов. Алгоритм Нейросинтез. 3. Тотем Змея. Алгоритм выявления намерения. Интуитивное движение, освоение территории, выявление главных жизненных вопросов. 4. Тотем Ягуар. Алгоритм НейроКонтакт, НГ техника "мои цели-желания", практика "бросок Ягуара". 5. Тотем Кондор. Алгоритм Нейроцель, техника "звездное небо". Отстранённость кондора. Рассмотрение картины жизни в целом. 6. Завершающая встреча - впереди. Техника - ещё не выбрала. Цель - оживление тотемов. Дополнение - три ключевых упражнения/практики для каждого из тотемов.

Следующий этап исследования - налаживание контакта со своими тотемами, создание партнёрских отношений, триединство тотемов в каждом моменте времени. Индивидуальный синтез трёх тотемов и изменение значимости каждого из животных для конкретных жизненных тем и задач.



Рис. Исследовательская группа. Вводные рисунки



Общие наблюдения в работе с группой - по совместным сессиям и рисованию, а так же последующей рефлексии. Зажатость в контакте с Ягуаром. Сложности с желаниями и целями. Подавление своих эмоций и желаний. Симптомы, напряжение в солнечном сплетении, ярость, неудовлетворенность.

Ощущение себя как раненого зверя. Детская печаль. Нечувствительность к Змее. Симптомы во время рисования: агрессия, проблемы с дыханием, боли и давление в нижней части живота, слезы . Попытки бросить рисование.

Общие наблюдения из рефлексии участников: Подавленная сексуальность. Отсутствие заботы о себе. Страх своего тела. Нежелание заниматься здоровьем. Кондор - разочарование в своём мышлении. Наблюдение своей узости. Тяжёлое сопротивление при расширении кругозора. Нежелание отстраненности. Симптомы: головная боль, давление в голове и в горле, напряжение в глазах, слезы, нежелание говорить, проблемы с дыханием.

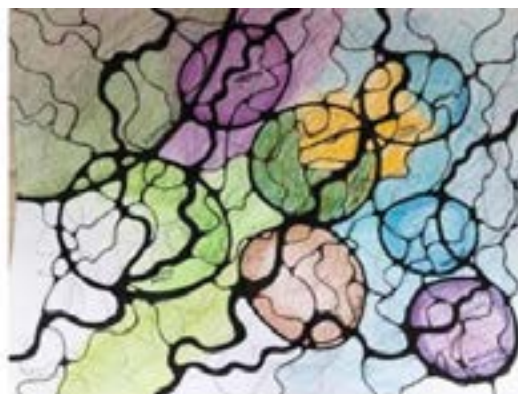


Рис. Исследовательская группа. Змея



Рис. Исследовательская группа. Ягуар



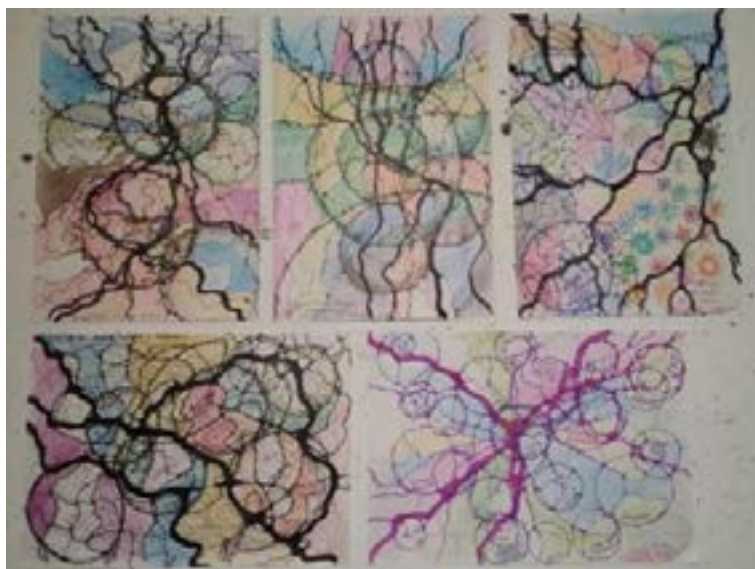
Рис. Исследовательская группа. Кондор

3.1. Двойной кейс

Очень интересный двойной кейс одной участницы. Прилагаю небольшой отзыв и комментарии к результатам работы. "Добрый день. Юля, я так соскучилась по тотемам, что решила еще раз все прорисовать, посмотреть прогресс, очень довольна результатом. Вчера рисовала вводный рисунок - моя змея стала такой шикарной!!!"



Я в восторге. (после первого рисунка, обнаружив разрыв с телом, я приняла меры, стала больше гулять на улице запутанными тропинками, утро встречать на балконе с чашечкой теплой воды) И прорисовала рисунок Змея еще раз.



Заметила, что научилась прорабатывать стратегию, не расплываться на все (в итоге не на что). Научилась ставить четкие цели и почувствовала силу и смелость это воплотить. Если успею, нарисую и остальные рисунки. Прогресс на лицо".

Рис. Кейс 1. Диагностический.

3.2. Работа Аллы Р. (инструктор НГ, мой друг и партнер)

Мощная работа моей сокурсницы. Рисунок на конкретную тему. Масса инсайтов и как результат новое видение ситуации и своего проекта

Рис. "Актуальная ситуация в проекте". Алла Р.



5. Путешествие в Перу. Работа с шаманами. Индивидуальная работа.

Серия работ по Тотемам в путешествии - через алгоритмы НейроСинтез и АВН. Глубокая настройка на змею, ягуара и кондора как на символы и как на животных. Как результат - мощное погружение в символику в городах (культурно-мифологический слой), а так же встречи в джунглях. Самым сильным аккордом стала шаманская церемония, в которой пришли все три тотема. С каждым произошёл глубокий контакт, разговор и каждый "показал" ключевую практику для работы на новом этапе.

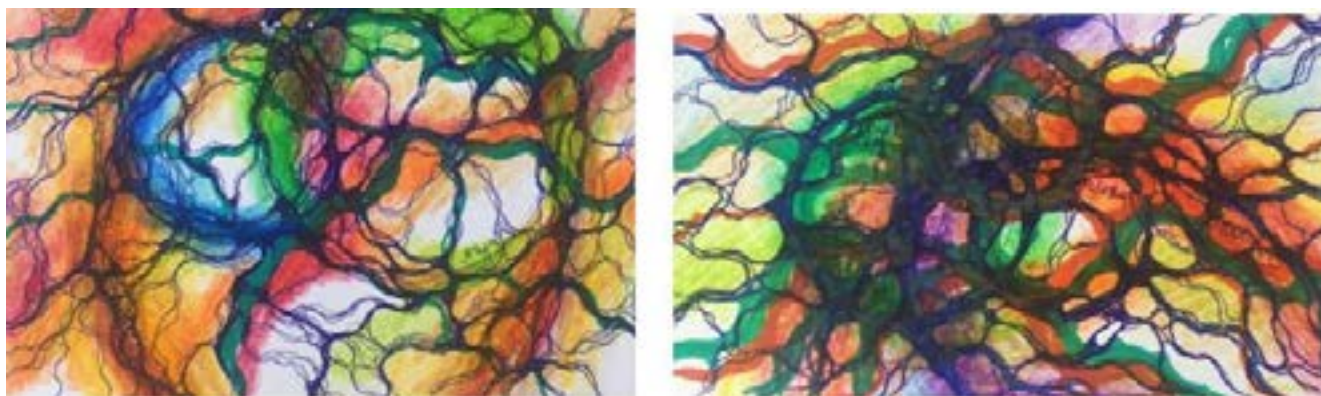


Рис. Кейс "Встречи с тотемными животными в джунглях"

Заключение.

Выводы коротко

Змея. Опыт важнее теоретизации.

Ягуар. Личности все равно до того что мы делаем, чего мы желаем, каковы наши этические нормы.

Кондор только присутствует, парит отстранённо, создаёт обзор. Есть два вида кондоров - охотники и падальщики. Кондор-охотник приносит чистый инсайт как результат долгого наблюдения и отстраненной позиции. Кондор-падальщик занят чисткой повседневного мышления, чем больше негативного мышления, тем больше он "на земле", не может подняться на достаточную высоту и обозреть картину жизни человека в целом.

Змея - повсюду. Змея всегда в движении. Это живая флюктуирующая природа материального мира. Тело не является застывшей структурой. Оно в постоянном движении и изменении. Змея постоянно лечит человека, питаясь отмирающими тканями, неестественными новообразованиями в органах и т.д.

Ягуар позволяет все. Ягуар лишь играет. Ягуар независимая фигура. Одновременно он требует и ищет принадлежности к кому-то (хозяину), партнерам, сообществам, культурным кодам и традициям, истории. Но только на условиях свободы и взаимоуважения.

Мой главный вывод: Человек является сложносочинённой структурой. Три тотема, как три части, три уровня, три ядра - отображают сложную природу человека, но не всю. Есть ещё некий центр, который находится условно говоря "глубже", чем тотемы - мы можем назвать его сознанием/душой, сущностью.



Это центральная неделимая часть каждого из нас, обладающая независимой волей к жизни, имеющая некоторую внутреннюю, независимую от внешних обстоятельств жизни человека, программу. Тотемы как более внешние структуры - обслуживают эту сущность и ее программу. Именно поэтому, знание о тотемах, их устройстве и практическом применении этого знания не приносит человеку полной гармонизации, полного оздоровления, полной реализации талантов и полноценного синтеза с окружающим миром. И тем не менее, работа с тотемами даёт значительное повышение самосознания человека, своего рода повышенной способности к пробуждению в разные моменты своей жизни. И как следствие, внесение изменений и глубоких трансформации в вопросах тела (здоровья, отношения с материей), эмоций (отношений, партнёрства, социальной реализации), мышления (ментальных установок, обучения, информационного поля).

Исследование продолжается.

Следующий шаг - Лаборатория Тотемов - постоянно действующая исследовательская группа. Продолжение экспериментов с разными техниками и алгоритмами. Написание статей, серия эфиров на радио и роликов на YouTube. Материалы данной работы будут использованы как тезисы для написания новых глав в книгу "Амазония".

P. S. Мой опыт в написании работы

Интереснейший экстатический опыт в рисовании. Эксперименты с разными техниками и алгоритмами. Нарастание интенсивности в исследовании на этапе путешествия в Перу. Серия рисунков во время шаманских церемоний с растениями силы/ энтиогенами. Повышенное внимание к символам тотемов в городах и к животным в природе.



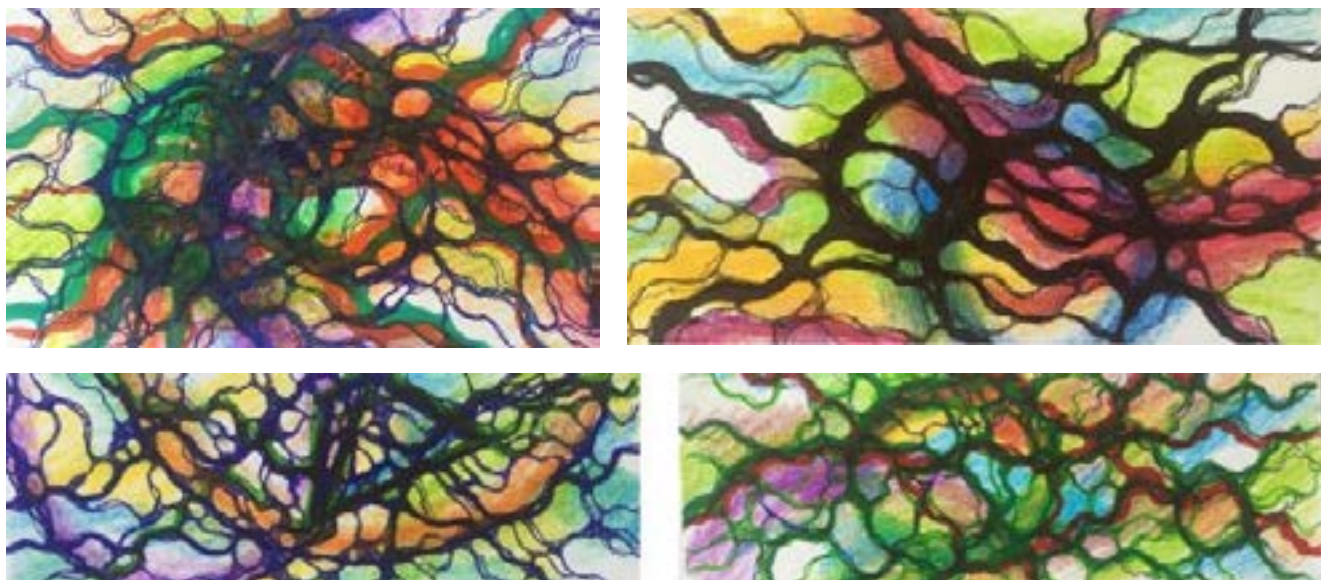


Рис. Кейс. "Шаманские церемонии и Тотемы", настройки

Сложный финальный этап по написанию эссе. Серия рисунков, настройка на написание текста, включая АВН, Нейродрево, НейроЦель, АСО.



Рис. Кейс "Написание Эссе для Диплома по курса Инструктор Нейрографики"

Ссылки на видео Главы из книги "Амазония" "Змея".

Чтения в передаче "Пришло время для..."

<https://youtu.be/tzvmcBXJXFA>

"Ягуар". Чтения в передаче "Пришло время для..."

<https://youtu.be/xh2wF7U1o5I>

"Тотемы как ресурсы. TransformationLAB", март 2021

<https://youtu.be/sqee8d-MGZ4>

"Индийские тотемы. Знакомство". Открытое рисование, август 2021

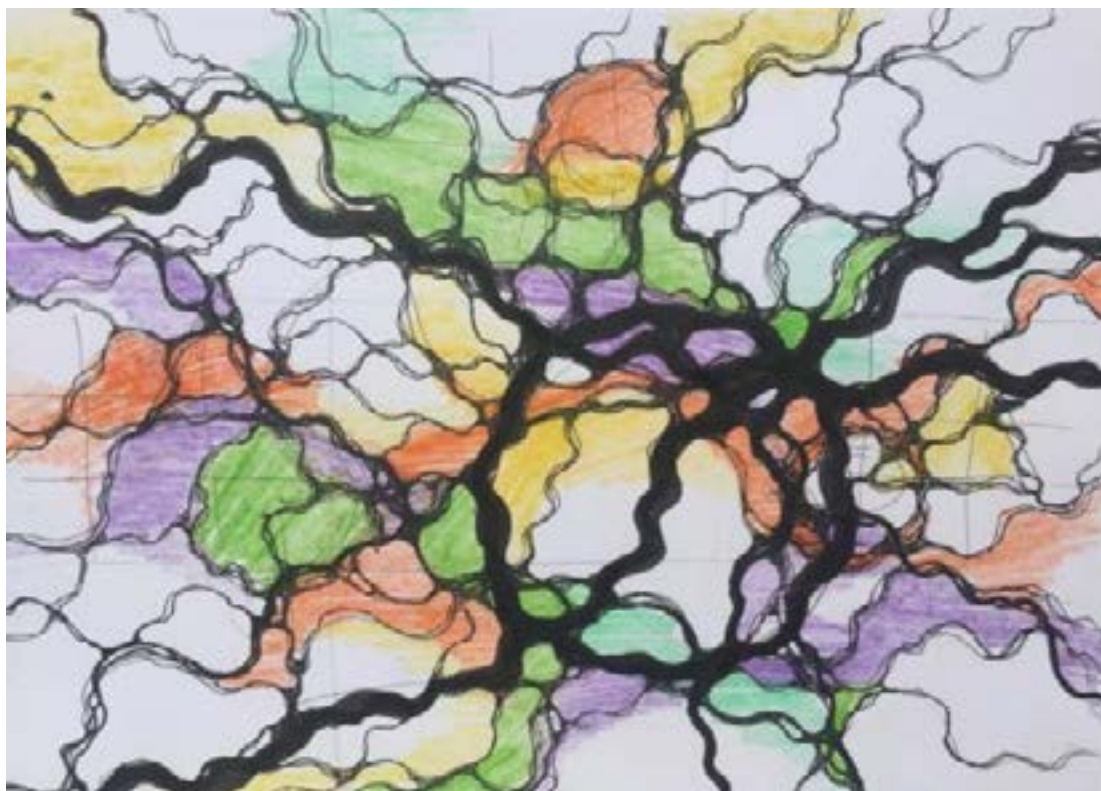
<https://youtu.be/Hz8yTIkJehU>

[Ссылка на дипломную работу Gomydova Obregon Yulia в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: голос.



Тема: циклы моей трансформации.





Автор:
Graf Kathrin
Супервизор:
Natalie Maier

Тема:
НейроГрафика возвращает вдохновение в жизнь!

Введение

До момента когда в мою жизнь пришла Нейрографика, я жила больше в интересах окружающих меня людей. Сначала для сестер и брата, нас четверо, и я старшая. Когда мы остались без отца мне было 10 лет, мама много работала и кто-то должен был ей помогать. Я рано научилась готовить, прибирать в доме. Ходила в школу и мечтала стать дизайнером моды как Зайцев и Юдашкин.

Шло время и судьба как могла испытывала меня на прочность. По окончании школы, о поступлении в институт, из-за финансовых трудностей, не было и речи. Я сразу же устроилась работать в деревенский детский сад. В свободное от работы и домашних дел время я вязала эксклюзивные вещи для себя и родных, которые сама разрабатывала и претворяла в жизнь.

В 21 год переехала с семьей в Германию. Первое время было трудно, не знание языка, новый и совсем чужой социум с которым мне предстояло еще знакомство.

Почти сразу же познакомилась со своим будущим мужем, через год вышла замуж. Всю себя отдавала семье, для меня главное гармония и любовь. Когда дети подросли, устроилась продавцомконсультантом в торговый центр. Меня устраивало то, что был гибкий график работы. Так как моим любимым занятием было вязание, предложила подруге-единомышленнице в 2014-м году образовать группу "Рукодельное творчество".

Нас собралось 11 человек, меня захватила волна творческих идей, с удовольствием делилась своим опытом. Организовывала проекты, творческие базары, а вырученные средства мы перевели в детский Хоспис. Я была увлечена любимым делом.



События 2020 года, захватившие планету отразились на мне, от нестабильности в мире пропала уверенность в завтрашнем дне. Прекратились социальные контакты, наша группа прекратила своё существование. За полгода изоляции, неожиданно для себя, я оказалась в депрессии. Чувствовала постоянное напряжение, усталость и раздражение, и всё за что я не бралась, казалось бесполезным. В этот период, даже любимое рукоделие не вызывало интереса. Обращалась за помощью к психологу, но всё было безрезультатно. Думаю, это потому, что я не смогла довериться.

Имея небольшой опыт в духовных практиках, достала из закров своей памяти разные техники и медитации, которыми раньше занималась, и начала проект по "спасению меня". В один из дней, в моменте медитации я отправляла запросы "во Вселенную" о том, чтобы она послала мне что-то, что изменит и наполнит мою жизнь энергией, смыслами и целями. Что даст ответы на мои вопросы, освободит от моих проблем.

Kathrin Graf.

Первые прикосновения к НейроГрафике

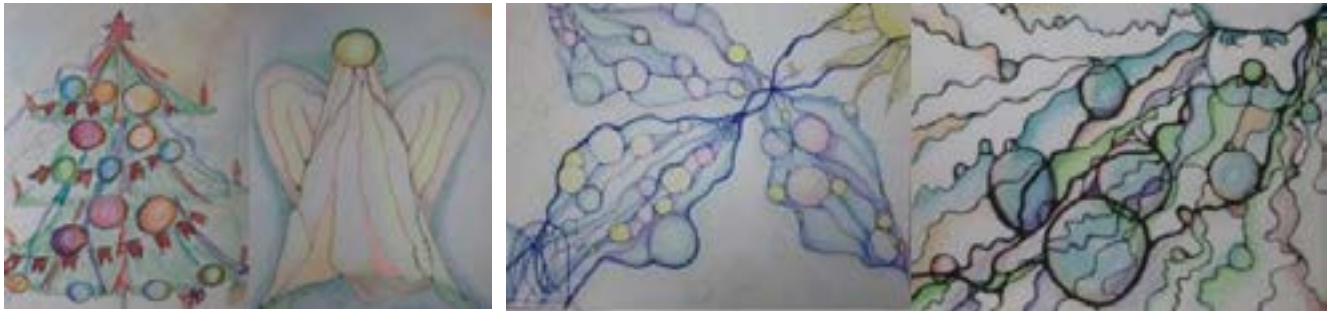
Нейрографика ворвалась в тот самый, нужный момент моей жизни. В октябре 2020 года на YouTube, случайно увидела короткий ролик о неизвестном мне методе. Попробовала порисовать и сказать что очень понравилось, не сказать ничего. Я рисовала каждую свободную минуту, и дорисовалась до того, что мне по ночам, начала снится Нейрографика. Вспоминаю сейчас эти моменты и мурашки меня захватывают, а по телу растекается волной вибраций.

Такого со мной, за всю мою осознанную жизнь, не было. Я могла сидеть и рисовать часами, моя семья позволяли мне побыть в таком состоянии медитации с маркером в руке.

Я загорелась желанием узнать о нём как можно больше. Перелопатив просторы интернета я узнала, что Нейрографика -это творческий подход к решению психологических проблем и задач. Гармонизация себя и окружающего пространства и самое интересное моделирование будущего. Потом были еще и еще разные ролики. Сказать, что мне очень понравилось, это не сказать ничего. Я была в восторге, мой внутренний голос кричал: " Вот то, что тебе нужно, для избавления от твоих проблем!". В период зимних каникул, сам автор метода Павел Михайлович Пискарев проводил открытые вебинары, огромная благодарность ему за этот чудесный метод, я не перестаю им восхищаться и по сей день.



А также принимала участие в марафонах других интересных инструкторов. Тема: Обучение в Институте Психологии и Творчества.(до обучения)

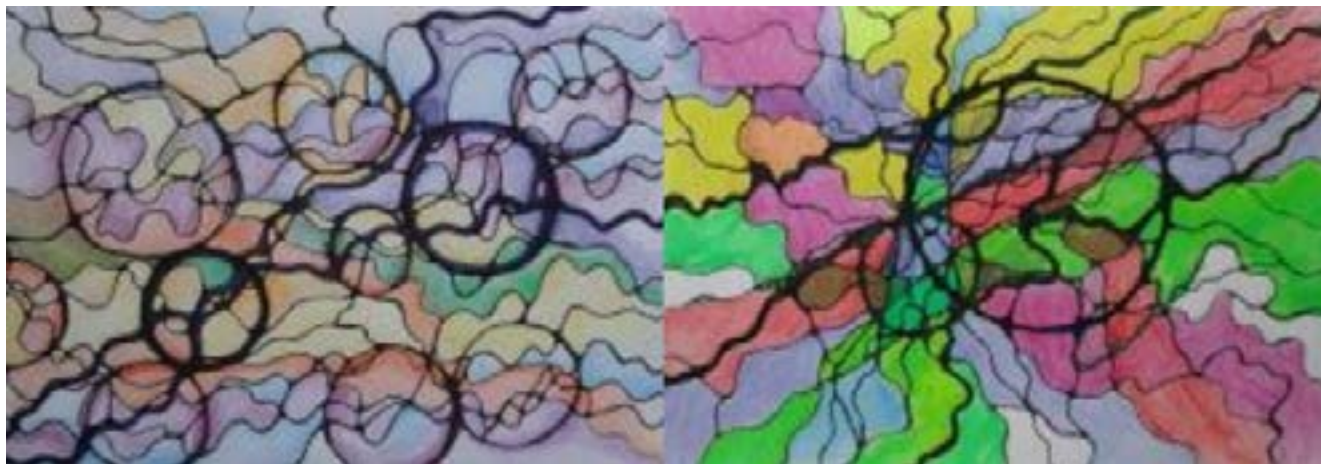


Узнав, что важно знать технику безопасности и правильно владеть методом я стала искать инструктора. Мой выбор остановился на Алевтине Бубликовой. Огромная ей благодарность за незабываемый опыт, за первые шаги в Нейрографике. Написав Алевтине в Инстаграм я получила полную информацию о курсе Пользователь.

Заранее оплатив, не могла дождаться когда я прикоснусь к секретам НейроГрафики. И вот, настал долгожданный период обучения, я завораживающе слушала как рассказывала об алгоритмах Алевтина. Запомнить пункты Базового алгоритма было не сложно, но то как они меняли своё место в разных вариантах АСО было для меня непросто. Просматривая записи вебинаров повторно, мне хотелось, как говорится, прочитать все секреты между строк. Когда я прорабатывала запрос об избавлении от страхов через Алгоритм снятия ограничений, поднималось сопротивление, начинала болеть голова, а временами даже подташнивало. Задавала себе вопросы: "О чём это мне?"

В процессе работы приходили инсайты для решения проблем, появлялась мотивация, менялось мировоззрение. Я была поглощена новым для меня трансформационным методом Нейрографика.

Работая в моменте здесь и сейчас, я будто погружалась в сказку и со мной на ментальном уровне происходили чудеса, позже я получила результаты на эмоциональном и физическом уровне. Появилась чувствительность себя, заметила, что становлюсь спокойней, тревожность проходит, возвращаются силы и желания. И пока я восстанавливала своё душевное равновесие, моя любовь и интерес к НейроГрафики только возрастали.



Пройдя курс Пользователь и получив базовые знания, я приняла решение не останавливаться на достигнутом. Я отправляюсь учиться в Институт Психологии и Творчества на Инструкторский курс. Мне хотелось систематически проработать свои запросы и проблемы, получить ответы на волнующие вопросы. Моя семья оказала мне неоценимую поддержку, за что я ей безмерно благодарна.

Мой путь с НейроГрафикой

Ура! Я на курсе Инструкторов. Обучение на курсе доставляло мне массу удовольствий, все получалось. Подошло время написания реферата, и тут я столкнулась с первыми трудностями. Мои знания обращения с компьютером были минимальны, пришлось ещё параллельно изучать и эту область. Я чувствовала себя беспомощной, приходили мысли, что я тут делаю, учиться уже поздно. Всплывали мои подводные камни, повышенная тревожность, неуверенность и страхи по любому поводу.

Судьба посылала мне испытания, но благодаря поддержке и помощи моего удивительно талантливого куратора Натальи Майер я их преодолела. Для проработки своих задач в помощь мне приходят алгоритмы НейроГрафики и коуч модели, особенно полюбился Алгоритм Снятия Ограничений, нейроМандалы, нейроКонтакт, нейроЦель. С первой встречи с Нейрографикой, куда бы я не отправилась, ношу с собой небольшой альбом, черный маркер и карандаши. Это любовь с первой линии, а их я нарисовала сотни тысяч километров.

Kathrin Graf.



Нейрографическая линия (линия Пискарева) -это главный актив НейроГрафики, проекция мысли на листе бумаги. С её помощью мы можем видеть, как развивается наше мышление и воображение. Нейрографическая линия:

- не похожа сама на себя на каждом этапе движения.
- мы ведем линию туда, где не ожидаем её увидеть.

(П.М.Пискарев.Нейрографика: Алгоритм Снятия Ограничений, стр.19) А ещё нейрографическая линия похожа на жизненный путь, по которому я иду. Он бывает очень даже извилист и крут, как американские горки, а может стать бионичным, как линия Пискарёва. До завершения второго триместра оставалась неделя, впереди каникулы, а у меня наступает откат, который в мандале "Путь Героя" называется "Точка смерти". Произошло выгорание, сказалось чрезмерная нагрузка, дома, на работа, учеба. В этот раз я не стала себя укорять, а позволила себе это состояние принять, бережно и с любовью к себе.

Каникулы совпали с отпуском на работе, и это время я провела с пользой, загорала, купалась и рисовала Алгоритм Снятия Ограничений. За пять дней до начала занятий в Институте вспомнила, что нам в записи дали ещё два варианта Нейромандал, Нейромандалу Рода и Тор. Я не могу описать словами мой восторг, вызванный во время рисования. Меня будто, что-то озарило, я рисовала два дня подряд, рисовала сама, потом рисовала с подругой и с мамой Мандалу личной силы. Они были удивлены простотой рисования Нейромандалы и при этом каждый получил свою телесную и эмоциональную рефлексию.

Нейромандала рода: это невероятно захватывающий, целенаправленный творческий процесс, который помогает глубоко погрузиться в свою поставленную задачу. Получить тот результат, к которому человек уже готов на данном этапе своего развития. В этой творческой работе я вспомнила тех, с кем довелось мне взаимодействовать в этой жизни. Прикоснулась мыслями к каждому своему предку, с любовью и благодарностью, с просьбой о поддержке, мудрости и благословении.



Kathrin Graf. Сила рода открывает нам множество возможностей, помогает в постижении навыков и раскрывает таланты. Практика "НейроМандала Рода" помогла мне сгармонизироваться, соединиться на духовном плане с моим родом. Через пять дней в Институте начались занятия, а ко мне стали возвращаться силы, появилась мотивация творить свою жизнь самой. С каждым днём я все чаще и чаще стала задумываться о знаниях моего рода.

Возможно в будущем родится у меня целый курс, авторских техник по исцелению отношений с Родом. А пока мой проект ещё в разработке, но первые наброски техники "Исцеление отношений с Родом", я хочу описать в дипломной работе Инструкторского курса. Эта техника родилась у меня на основе знаний полученных за период обучения на Инструкторском курса в Институте Психологии и Творчества. За основу взяты два алгоритма "НейроМандала Рода и НейроДрево".

Техника: "Исцеление отношений с Родом"

Почему именно так я решила построить свою технику? Я считаю, что именно в таком формате можно глубоко поработать с каждым Родом индивидуально, по линии отца и по линии мамы. Почему я использовала алгоритм "НейроДрево"? С помощью дерева в Нейромандале по исцелению отношений Рода, можно прорисовать своих детей, внуков. Нейрографическая линия поднимет энергию, поможет проложить путь возможностей и гармонию в настоящее и будущее для нас и наших потомков.

А вскоре в нашу жизнь войдут "Подарки рода". (мудрость, финансы, здоровье благополучие и.т.д) рода". (мудрость, финансы, здоровье благополучие и.т.д)





1. Тема. Выбираю волнующую на данный момент задачу. Определяю с каким Родом (отца, матери) именно сейчас я хочу поработать. Активируем психическую доминанту через написание 20 слов за 2 минуты.

2. Композиция. Рисую 7 уровневую мандалу с центром внутри и делю по горизонтали пополам. Эта линия которая отделяет мир духовный и мир физический. В центре фигура к примеру матери, (линия которая делит центр по горизонтали важна тем, что если родитель жив - рисую круг или подписываю в верхней части, а если нет то в нижней). Далее заполняю мандалу как в классическом варианте. От горизонтальной линии вверх располагаю родителя, себя и собратьев (по желанию) потом детей, внуков и т.д. С нижней частью, с Родом, работаю не торопясь, особенно внимательно. Заполняю и прислушиваюсь к себе, что чувствую, какого масштаба должна появиться фигура.

Здесь тоже можно задуматься какой был человек, какой энергией и силой он обладал. И так рисую родители-родителей, бабушки и дедушки, и т.д. Не забываю, что работаю только с Родом одного из родителей!!! Композиция располагается на весь лист, можно работать на А3, А4. В процессе заполнения уровней добавляю нейрографические линии, налаживаю связь с Родом, формирую крону дерева. На этом этапе я могу уже сделать анализ моего Рода. Какой он, как увеличивается или идет процесс вымирания. Не забываю обращать внимание на ощущения, записываю рефлексию.

3. Сопряжение. Округляю все пересечения, мне нужна гармоничная и безопасная связь. Так же не забываю отслеживать рефлексию.

4. Интеграция.

4.1. Фигура и Фон. Этот шаг дает свои эффекты, это могут быть линии в фоне или могут появиться новые фигуры - я их назвала "Подарки Рода".

4.2. Архетипирование. Работа с цветом. На этом пункте базового алгоритма идет погружение в свое бессознательное, чаще всего я прислушиваюсь к своей интуиции. Отмечаю свои ощущения.

5. Линии поля. Они берут свое начало в корнях нашего Рода, поднимаются вверх до самой кроны и выходят за её пространство. Они работают как усилители энергии, как пути по которым в нашу сознательную жизнь придут здоровье, семейное благополучие, любовь, финансы и т.д. этот список можно перечислять бесконечно.



6. Фиксация. Выделяю самую важную фигуру для решения моей задачи. Это может быть фигура родителя, моя или фигура "Подарки Рода". А может быть и сама НейроМандала Рода.

7. Тема 2.0. Итог. Здесь я вспоминаю свою изначальную задачу, анализирую какой по ощущениям она была и какие изменения произошли. Рефлексирую. Вот в такой интерпретации я считаю глубже прорабатываются отношения с Родами, т.к я упоминала выше по отцовской и материнской линиях.

Не имея связи с Родом, со своими Предками мы как деревья без корней засыхаем, останавливаемся в развитии, пропадает гармония во всём. Мои дальнейшие исследования этой техники будут продолжаться, планирую апробировать её на своих клиентах, родных и друзьях.

Думаю, что в будущем у меня Нейрографика переплетается с темой Рода ещё не раз. Возможно интегрирую ещё другие алгоритмы и это станет моим Брендом. А пока впереди несколько месяцев обучения и защита диплома. После каникул время стремительно понеслось к завершению обучения на курсе, а ещё многое надо доработать "хвостов".

В процессе обучения на Инструкторском курсе со мной начали происходить изменения. Я на многие события стала смотреть более спокойно, научилась говорить нет без угрызания совести, высказывать свою точку зрения. Научилась помогать себе и окружающим выходить из стрессовых ситуаций, а самое главное экологично и безопасно.

Я нарисовала 2 кейса на тему "Страх", рисовала на снижение тревожности, на гармонизацию. В моем арсенале множество работ на разные волнующие меня темы. Своими результатами я заинтересовала и подсадила на Нейрографику свою семью, родных и друзей.

Результаты родных и друзей

1. Кейс с подругой Лидой.

На работе у неё случился конфликт с начальницей, вся в расстроенных чувствах, в горячке хотела уволиться. Не хотела работать в коллективе где нет доверия между коллегами. Я предложила порисовать Нейрографику, алгоритм снятия ограничений. Сделать выброс было непросто, я показала пример и всё случилось. Её бросило в жар, першение в горле. Я предложила подышать и успокоится.



Дальше было ещё интересней, на пункте сопряжение началось сопротивление в виде нежелания все скруглять. Я объяснила всю важность именно этого шага, больше вопросов не было. Мы доработали Алгоритм снятия ограничения до победного конца и моя Лидочка ушла домой спокойная и счастливая. Через день позвонила и захотела встретиться и ещё порисовать, у неё появился ещё один запрос по работе, так я предложила поработать Кейсом до результата.

Потом была работа по алгоритму НейроДрево, от него у неё просто был взрыв. Она рисовала с азартом и интересом, больше всего ей понравилось работать с кроной здесь можно дать свободу мечтам и фантазиям. От её эмоций я получила мощный заряд энергии на весь день. Результатом от работы Кейсом для подруге гармонизация эмоционально-психическая, начальница через пару дней перед ней извинилась. Может совпадение, а может нет две недели назад сообщила мне о повышении заработной платы. Это желание было прорисовано в НейроДреве. Так закончились мои коуч-сессии с подругой.



2. Кейс с Ириной.

Ирина моя сестра и мы с ней перерисовывали многие алгоритмы, она мой подопытный клиент. С ней было проработано много разных тем, отношения на работе, семейное положение, финансы. И это все было очень тесно связано между собой. Она была в подавленном состоянии, нет она была на грани нервного истощения. Работа у неё тяжёлая физически и психически-со стариками в доме престарелых.

Я с ней работала через Алгоритм Снятия Ограничений, НейроДрево, страты, Мандалы. В августе она мне позвонила и рассказала, что у неё ко всем имеющимся проблемам добавилась ещё и финансовая.



Мы начали работать Кейсом, она скептик и не верит в такое, что какой-то рисунок может её помочь выплыть из сложившихся ситуаций. Первым мы начали проработку семейных отношений, она лидер в семье, из-за желания все контролировать в семье происходят периодические конфликты.

Сделав несколько работ на тему " больше доверять мужу" по АСО, потом она рисовала свою гармонизацию в Мандале личной силы, эта техника понравилась больше всего. Постепенно, неожиданно для себя, она стала меняться. Перестала придираться и не доверять мужу, появилось спокойствие, а если и происходил срыв, скорее делала выброс, округляла и успокаивалась. Нарисовав НейроДрево с ней через два месяца начали происходить чудеса, нашла квартиру в желанном месте Города, которую она намечала, муж покупая машину себе, подарил её ей. О результатах она мне звонила и рассказывала уже с другим настроением к НейроГрафики

Работы Ирины.



Заключение

Это моя первая дипломная работа, последний раз я писала сочинение на выпускном экзамене в школе. Не имея достаточных знаний в области философии, психологии и коучинга, было тяжело понимать некоторые термины, на помощь мне приходили книги, интернет. Я смотрела супервизии, пересматривала вебинары, постепенно набиралась опыта. Я от всей души благодарна НейроГрафики и лично Павлу Михайловичу Пискареву за то, что научилась работать с бессознательным, осознавать "Кто я есть". Научилась нейрографически справляться с поставленными в жизни задачами.



Graf Kathrin. НейроГрафика возвращает вдохновение в жизнь!

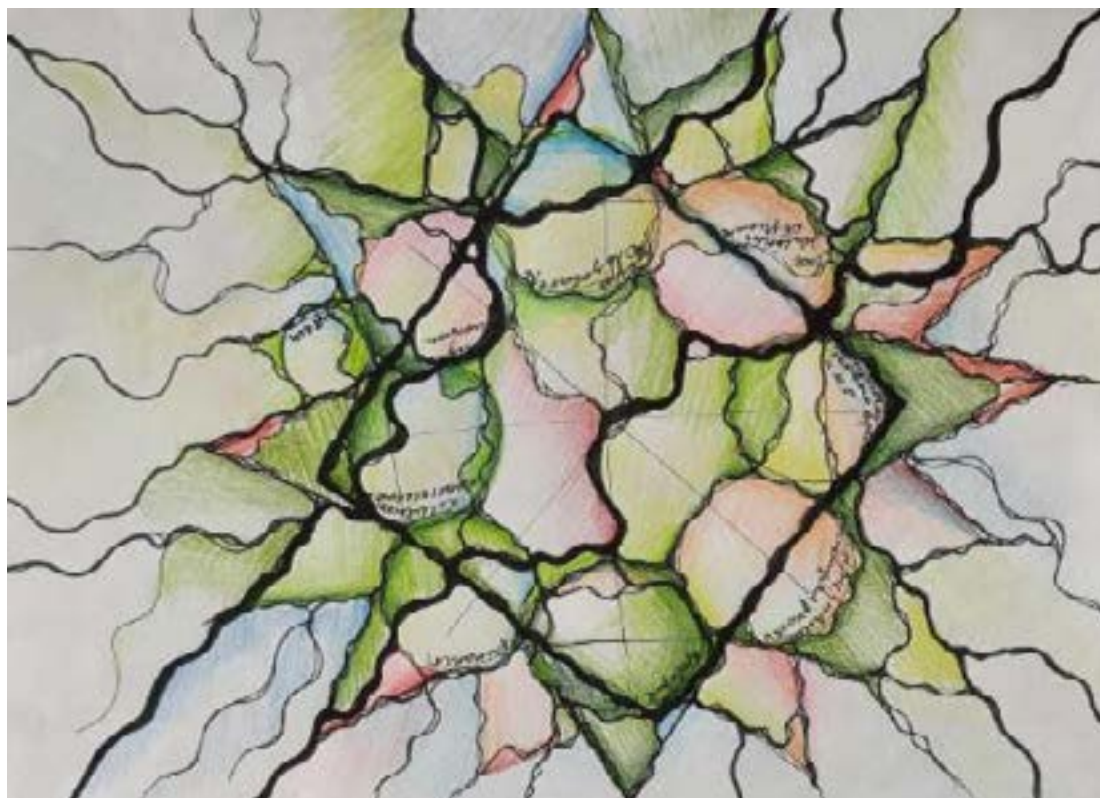
Научилась моделировать будущее, прорисовывать цели и стремиться к реализации. Через коучинг помогать людям прорабатывать свои волнующиеся проблемы, искать и находить радость, гармонию, красоту во всём. Нейрографика возвращает вдохновение в жизнь! Оглядываясь сейчас назад понимаю, что увлекательные девять месяцев пролетели и впереди меня ждет новый, интересный этап моей творческой жизни.

[Ссылка на дипломную работу Graf Kathrin в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: мой план развития.



Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.





Автор:
Guliyeva Kamala
Супервизор:
Захарова Анна

Тема:
НейроГрафика как стиль жизни.

Вы когда-нибудь слышали зов души? Это волшебный звон, услышав который никогда не возникнет желание убеждать себя в правильности своего намерения. Это такой момент, когда поход в магазин канцелярии волнует тебя намного больше, ведь нужно выбрать самый уютный SketchBook, самый яркий маркер и любимые акварельные карандаши, их много не бывает.

Это такое состояние, когда не осталось уже никакого ментального и физического напряжения, отсутствует интерес, драйв и даже предвкушение предстоящего. Будто отрываешься от реальности и есть только твоя душа и рафинированное знание того, что тебе туда...Мир обожает дарить подобные презенты, когда у человека есть внутренняя готовность принять и умение молча благодарить за каждую «мелочь». Это естественное взаимодействие с законами природы, в которую полезно поиграть, хотя бы иногда ради прикола.

В один прекрасный солнечный день, я в очередной раз взялась за любимые карандаши, решила раскрашивать мандалу, порефлексировать о своей жизни и о том, что я хочу в очередной раз в нее интегрировать. В процессе я думала об упражнении из НЛП, точнее, о модели ХСР, которую я недавно проработала касательно этой же темы. Наполняя цветом мандалу задавалась вопросом, почему принято писать о целях, ведь их наверняка можно и рисовать?! Через некоторое время в голове очень четко прозвучало слово "НейроГрафика". Я замерла на секунду.

Затем продолжила работу размышляя о версиях и причинах, по которым мне это слово звучало очень знакомым и "своим". "Наверняка прочитала где-то в пространствах социальных сетей" подумала я. Однако, любопытство одержало победу, я отложила работу на потом и бросилась в поиски.



Прочитала информацию на официальном сайте Института Психологии Творчества Павла Пискарёва, просмотрела ряд видеороликов, в результате чего получила сильно поверхностное (относительно того объема, что я получаю на данный момент) понимание о базовом алгоритме и в общем о НейроГрафике.

Однако, зная то, что я знала на тот момент в силу своего неисчерпаемого интереса к индустрии развития личности и раскрытия человеческого потенциала, пришло осознание о том, что случилось что-то очень значимое и важное, и моя жизнь отныне не будет прежней однозначно.

Таким образом, я впервые познакомилась с НейроГрафикой в этот непростой период нашей жизни. Передо мной открылся мир, к которому я была давно уже готова духовно, ментально и эмоционально, но не телесно. Нельзя же было без преодоления препятствий, окунуться в океан. Волны, конечно же, будут стараться выносить тебя на берег. Тем самым проверяя на прочность силу твоего намерения и уровень готовности. Смысл проведения этого испытания в твоих же интересах, так как в результате человек для себя определяет степень важности и необходимости достижения поставленной цели.

Самое парадоксальное во всей этой ситуации это то, что для человека, который так влюблен в рисование, мне не рекомендуется сильно напрягать глаза по причине того, что у меня по сей день есть малоизвестный недуг, связанный с глазами, который пока не подлежит лечению. Есть возможность только поддерживать их в увлажненном состоянии, насколько это возможно.

Учитывая все вышесказанное, я выдохнула и "рискнула". Вначале обучения, мое рацио выдало мне именно это слово. Однако параллельно я ощущала очень знакомые вибрации радости, которые для меня всегда являются главным показателем при принятии самых успешных жизненных решений. Я договорилась со своим рацио и мы пришли к согласию, что в течение обучения, у меня будет много возможностей проработать тему здоровья. И на данном этапе пишу ЭССЕ для получения почетного диплома Инструктор НейроГрафики (на этом моменте по привычке отследила тепло в теле и эмоцию радости).

Как и у всех студентов Института Психологии Творчества, мое первое знакомство и свое первое впечатление я получила в течении курса Пользователь. Работала я с большим интересом и вдохновением. Знания, которые я получала от уважаемого преподавателя и одного из мудрейших людей, в поле которых мне посчастливилось обучаться, воспринимались

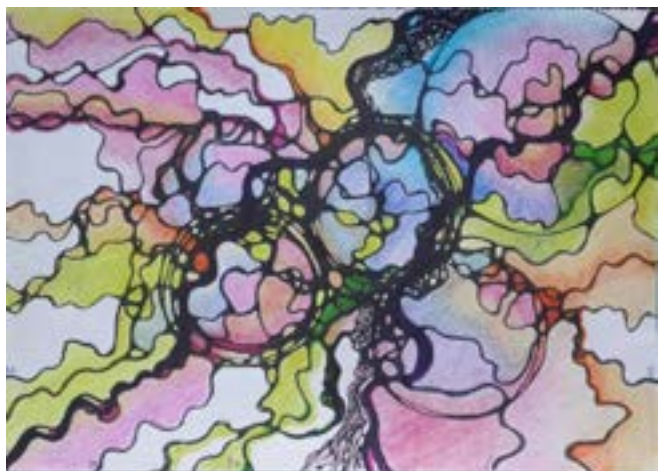


мной как нечто очень естественное, человеческое и слегка знакомое. Ощущение напоминало состояние переживания дежавю.

Я по сей день ощущаю невероятную жажду и непроизвольно впитываю полученные знания каждой клеточкой, анализирую, применяю, примеряю их на себя.

В течение всего учебного года, я решила прорисовать одну большую тему "Инструктор НейроГрафики и Эстетический коуч". Также немало других, включая от самых рутинных и касающихся здоровья.

Первые рисунки по алгоритму АСО в трех версиях я работала над переживанием и страхом по поводу предстоящих работ в течение учебного года. Страх присутствовал по причине здоровья, о котором я ранее писала, так как во время проявления рецидива, меня отбрасывало от рутинной жизни на несколько дней с сопровождением болезненных симптомов. К счастью, обошлось почти без инцидентов! Их было очень мало, от слова "нет". Я нашла более лояльный и естественный способ, чем использование синтетических капель для глаз.



Также я рисовала ОДНУ работу по коммунальному вопросу, который разрешился в течение нескольких часов после завершения работы. Что очень радовало меня и всех моих домочадцев. Удивило, что даже одна хорошая работа может давать положительный результат.

Во время прорисовки алгоритма АВН я осознала, что мое первичное нересурсное состояние было по поводу успеваемости в важных мне сферах деятельности - это учеба и моя нынешняя работа. После этого осознания, я детально разработала бизнес план на год, совмещая рабочий и учебный график. Не могу не отметить, что пространство реально очень помогло мне в достижении поставленной цели. Так как в связи с пандемией, чтобы сохранить деятельность компании сотрудникам стали давать только 50 процентов от зарплаты, и мы имели право работать половину рабочего графика, что было идеально своевременно для того, чтобы я от души "кайфовала" от учебного процесса, с большим вниманием и глубоко прорабатывала свои темы в течение всего года.



После небольшого, но все же опыта работы с алгоритмами курса «Пользователь», я заметила за собой, что мне стало сложнее засыпать ночью, если работаю в вечернее время. После просмотра лекции "Пирамида сознания" от Павла Пискарева пришла идея, что возможно это происходит от того, что освобождается очень много энергии, когда мы снимаем ограничения. У меня это особенно ярко проявлялось, когда я хорошо настраивалась на тему перед работой.

И в конце каждой работы радовалась своей энергичности, понимая, что мое сознание освобождается от ограничивающих убеждений, которые блокировали достижение нужных мне результатов. Постепенно я привыкла к этому состоянию энергичности и стало нормой засыпать чаще всего с улыбкой на лице, более того сны стали более яркими, и я начала их записывать в отдельный дневник чтобы лучше запоминать.

Должна отметить, что лекцию "Пирамида сознания" слушаю неоднократно и каждый раз нахожу в ней новые знания и получаю инсайты сопоставляя их с каждым новым опытом работы в процессе самокоучинга и коучинга.

Модуль «Специалист» привнес другой смысл и новую стратегию в стиль рисования. Метафоры древа, лотоса и дождя воспринимались мной легко, и работа шла с особым энтузиазмом. Понимала, что мое бессознательное узнает эти образы и относительно легко взаимодействует с ними воспринимая заложенные в работы смыслы в рамках обозначенной темы.

Во время работы с алгоритмом «НейроДрево» я зафиксировала веточку, которая находится над корзиной с плодами. После чего у меня было четкое понимание о том, на сколько мне важна суть того источника, откуда я получаю материальные ресурсы и качество и смысл, который он привносит в этот мир. В процессе работы я вспомнила кейс из своего опыта работы в компании, где на первый взгляд меня устраивало все. Однако, я продолжала чувствовать какой-то внутренний дисбаланс.

Часть меня, в которой на генетическом уровне заложено неисчерпаемая любовь к Творцу и абсолютная вера в его дружественную вселенную, сопротивлялась взаимодействовать в подобной компании и поддерживать реализацию его миссии своими способностями. При первой же возможности я сменила место работы и с тех пор являюсь сотрудником другой компании. Намного позже, став более взрослее я поняла, причина была в том, что продукты, которые они предлагают по сей день продолжают наносить вред здоровью общества и в моем понятии это воплощение чистейшего зла.



С другой стороны, на данном курсе я взаимодействовала со своим сознанием с более структурной точки зрения. Поняла, что "слона надо есть по частям". И это помогло мне чуть расширить свой бизнес план на год и внести новые изменения.

Следующим этапом для развития стал алгоритм НейроКомпозиция. В процессе обучения по моим ощущениям у меня был квантовый скачок по технике рисования. Я относительно лучше поняла некоторые нюансы, при исполнении которых работы вызывали восторг и не только у меня. Также получила соответствующую обратную связь от супервизоров.

Мне пришлось только одну работу слегка доработать для успешной сдачи соответствующего реферата. Не могу не отметить, что в дополнении к вебинарам множество информации я освоила благодаря тому, что по возможности смотрела все супервизии.

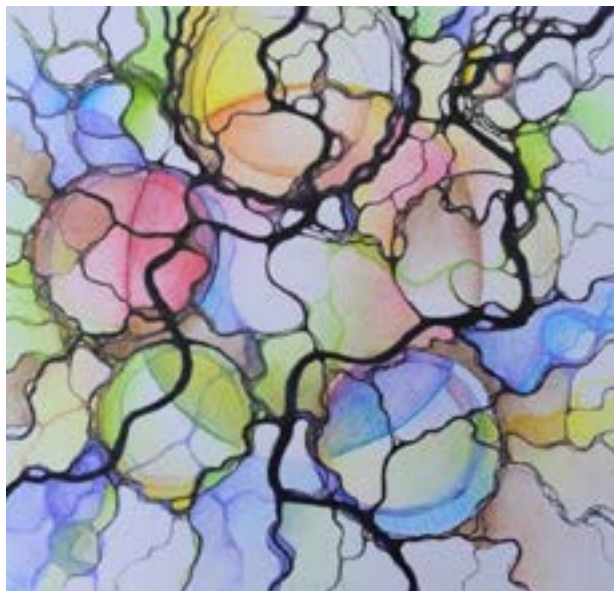
В итоге выполнения нескольких работ по этому алгоритму, я для себя поняла, что умею управлять конфликтом так как энергия треугольников меня не напугала, а наоборот вдохновила на развитие и у меня это продолжает получаться. Я рисовала на темы «Социальная активность» и «Коуч сессии», и в результате успешно продвигаю свои услуги среди знакомых и друзей, продолжаю получать новые запросы на курсы по НейроГрафике и коуч-сессии. Также я проработала тему убывание тревоги и страха.

Во время взаимодействия с клиентами и в общем с окружением по поводу своей новой профессии, чувствую сильную уверенность в том, что я делаю. Более всего, мне запомнился вывод, который я для себя сделала в результате очередной работы по данному алгоритму и подчеркнула, как один из значимых: " Есть драйв перед началом моих сессий, будто иду на тест просто, чтобы в очередной раз убедиться в своих силах."

Из всех пунктов базового алгоритма, я затруднялась в процессе выполнения 4.2 Архетипирование. По этой причине, с особым энтузиазмом ждала работу с цветом. Я решилась на эксперимент и влияние каждого элемента в системе У-Син изучала отдельно выполняя работы в монохrome. Затем все цвета интегрировала в завершающей работе. Каждый элемент я проживала своеобразно и приходили разные смыслы, очень важные и ключевые на мой взгляд:



Зеленый - Работу выполняла без определенной темы, однако, в результате определила, что рисовала об уменьшение инертности и увеличение осознанной прогрессивности в некоторых сферах деятельности, включая личную жизнь. Было ощущение готовности и мотивированности.



Красный - Усиливая границы фигуры фиксации пришли мысли о том, что есть за что любить людей, однако нужно начинать с себя. Выявила список критериев отвечая на вопрос: "что значить любить себя?" В конце работы сильно устала, однако было чувство завершенности. Четко осознала в какой сфере жизни нужно больше любви и как это состояние возродить. Грудью тянуло вперед к реализации.

Желтый - Центрированный круг-фиксация забрал в себя все мое внимание. Было ощущение заземленности, присутствовала сила в этой фигуре. Я особо не люблю и не запоминаю стихи. На свое удивление вспомнила строки Омара Хайяма: "Чем ниже человек душой, тем выше задирает нос. Он носом тянется туда, куда душою не дорос." У меня был инсайт, что это работа о моей душе. Поток вдохновляющих мыслей я не могла остановить.

Суть их в том, что человек является источником всех состояний. Если не научиться вызывать в себе «светлое», то его место займут антипод этого состояния. Я договорилась с собой, что буду нацеживать из пространства и наполнять свою жизнь и душу тем, что внесет в них больше света. При всей яркости ощущения я принимала и то, что моя теневая часть тоже является идеальным дополнением для целостного "Я". Вывод в том, что я уже знаю какой цвет мне нужен для переживания столь высоких вибраций.

Коричневый – Окружность в центре композиции -про мою смелость и сильную волю, поскольку я по дате рождения Металл, проживаю на данный момент период Металла. Есть осознание применять эти качества таким образом, что это сильно поможет мне в успешной реализации как Инструктор НГ+ЭК, потому что к этому тянется моя душа. Рисунок все еще висит рядом с рабочим столом на видном месте, чтобы напоминать об этой работе и применять свои сильные стороны в тех сферах, где это необходимо и не распылять свою энергию вне контексте своих целей.



Синий - Во мне много мудрости от природы. Есть смысл дозировать эту мудрость с потоками легкости и делиться этой мудростью с людьми. Как вариант, в соц. сетях можно написать посты о своих интересных мыслях и инсайтах, чтобы избежать внутреннего застоя и создать поток взаимодействия. Если есть чем делиться с людьми и быть полезной, надо это делать. Кому будет нужна информация что ты транслируешь, доберутся до



нее сами.

Цвета У-син-интеграция -Успех приходит к тем, кто сначала действует и проживая понимает. Приходит осознание, что с каждой работой в режиме коучинга или самокоучинга я одновременно действую и проживаю процесс от всей души. Я инструктор, который влюблен в то, что делает.

Модуль «НероСкетчинг» на первый взгляд казался самым сложным в плане рефлексии. Выполняя первые работы чувствовала панику и сомнения, так как медленное погружение больше по душе. В процессе выполнения одной работы, были вопросы к себе о том, что являюсь ли я частью такого мира как искусство, получится ли у меня выполнить задачи этого модуля также хорошо, как и другие.

Когда в конце позвонил коллега и спросил, знаю ли я хорошего скульптора и отметил, судя по работам на моей странице ФБ, решил, что у меня должны быть знакомые в этой сфере, так как я художник, я четко осознала, что это был ответ на мои вопросы. После этой работы, в течение нескольких часов рефлексировала о том, что если обладать навыком работать в скоростном режиме, то и ответы могут прийти быстрее.

При выполнении другой работы, я размышляла о том, что возможно являюсь перфекционистом в некоторых контекстах. Вспоминала, как иногда ловила себя на том, что слишком сильно стремлюсь к идеалу. А его ведь не существует! Получается, что это искусственным образом затормаживается поток энергии там, где он должен течь в естественном ритме. Тогда и результат придет быстрее.



Пришла к мнению, что возможно это вид сопротивления подобно лени или прокрастинации, с чем я справилась с успехом и пожинаю плоды. И все же, я приняла идеальное решение рисовать АСО по данному вопросу.

Работа в стиле «НейроПортрет», по сей день вызывает во мне необъяснимый восторг. Я на клеточном уровне осознаю глубину этого алгоритма, планирую минимум 30 работ выполнить по этой модели, чтобы осознать и вынести на поверхность свои внутренние переживания.

Если ассоциировать период учебного года со структурой «Путь героя», то некоторые работы по модулю «НейроМандала» совпали с моментами моего полного безразличия и апатии, иными словами, надлом Эго, "смерть". Я принимала подобное состояние, так как оно множество раз мною было пережито на моих прежних "путях героя". Однако, на этот раз мне удалось еще легче прожить свою внутреннюю трансформацию, поскольку, в отличие от прежнего у меня в арсенале имелся уникальный инструмент под названием «НейроГрафика».



Я вышла на пленэр, определила свой рабочий стол в саду и в сопровождение разнообразных проявлений розового шума, рисовала до наступления темноты практически все лето, когда позволяла погода.

Выполнила немало работы по алгоритму «НейроМандала» и с каждым разом все лучше и лучше «общалась» со своим состоянием. «Мандала Рода» вывела меня из апатии, поскольку я обратилась к своему роду. От родителей узнала много интересных деталей о своих предках, включая их имена до четвертого поколения.

Были мысли о том, что сила нашего рода всегда с нами, главное принять ее с большой благодарностью. Далее мне казалось логичным выполнить работу «Мандала Личной Силы» для качественной аккумуляция сил. В результате осознала в себе новое качество- я хороший наблюдатель и это является одним из важных навыков и силой коуча и инструктора.



Это было незабываемое лето с проживанием моего любимого сезона в новом качестве благодаря обретенным навыкам.

Модель «Мультиролева Личность» очень интересная и требует глубоких знаний. В период обучения НЛП я уже была знакома с моделями «Пирамида Нейробиологических Уровней» Роберта Дилтса и с «Пирамидой Потребностей» Абрахама Маслоу. Однако, выполнение этих техник в стиле НейроГрафика дало мне более объемное и четкое восприятие задач, которые я прорабатывала в период обучения алгоритму «НейроСинтез». Я работала над определением и укреплением нужных мне ролей и выбрала два контекста - личные отношения и самореализация.

В первом случае осознала свои сильные стороны касательно темы, во втором выявила новую роль, которая по моим внутренним ощущениям и по документам, которые я создала своими руками, мне однозначно поможет в контексте самореализации. Должна отметить, что я уже получаю первые результаты в этом направлении. Они не очень большие, но их достаточно для того, чтобы запустить новый процесс в данном периоде жизни.



«НейроКонтакт» на мой взгляд является одним из самых многогранных модулей, который может быть очень эффективен в применении практически во всех сферах жизни. Я выполнила несколько работ на тему здоровья, личные отношения, круги общения, предметы благосостояния и работа с группой.

Последняя работа касательно клиентской сети очень быстро мотивировала меня и привела к результатам. Предыдущие темы требуют чуть больше времени для реализации. Я понимаю, что реальность инертна и продолжаю работать, и параллельно реализовывать какие-то идеи, которые приходят ко мне иногда во время рисования. А чаще всего, как я заметила спустя пару часов после работы.

Я много размышляла по поводу экрана «Мотивация» парадигмального анализа во время выполнения работ по алгоритму «НейроЦель». Это очень помогло мне определить являются ли поставленные цели моими или навязанными. Также пришло осознание, что большинство моих «надо» чаще



всего являются частью одного большого "люблю". Это было очень ценное осознание, поскольку запускается окситоциновая реакция и на сколько мне известно, данный гормон подавляет реакцию страха в мозге. Я впервые для себя смогла объяснить главную причину процесса, который приводит меня к продолжительным результатам и это чаще позитивная мотивация нежели негативная.

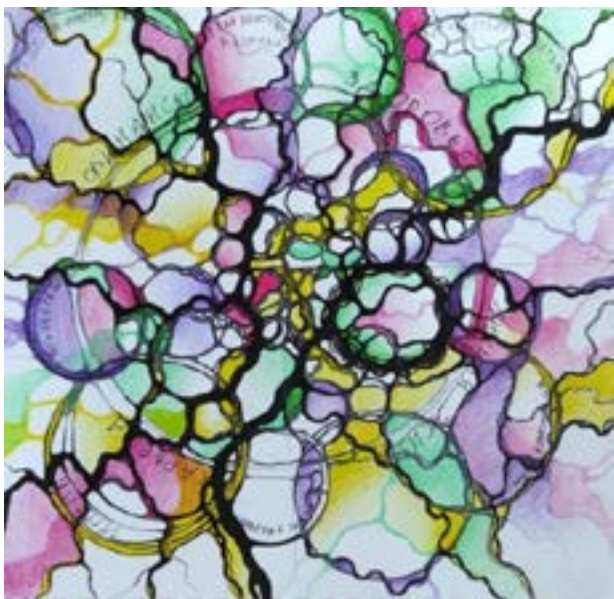
Судя по результатам понимаю, что есть куда развиваться в частности по алгоритмам последнего триместра, поскольку они не так давно стали предметом обучения. Более того, предстоит изучать еще один новый и не менее важный – «НероТайм». По занятиям НЛП я знакома с концепцией Линии Времени. С нетерпением жду исследовать данную концепцию в стиле «НейроГрафики».



Это особый стиль, для каждого он свой и это видно по работам разных людей. Я не жалею времени рассматривать другие работы моих коллег и сокурсников. Это тоже помогает углубляться в процесс обучения, поскольку развитие происходит от различий.

Очень полезные навыки и значимый опыт я получила в рамках курса Эстетический Коуч. Мы с коллегами работали в трех направлениях - в режиме самокоучинга, в роли коуча и коучи.

Работа с клиентами оказалась очень интересной и крайне полезной. Я успела слегка почувствовать внутренний мир и красоту людей, понять их потенциал и возможности. Также самые банальные на первый взгляд внутренние установки, мешающие их развитию. Для себя я в очередной раз убедилась, что люблю взаимодействовать с людьми в формате коучинга и очень хорошо натренировала третью позицию восприятия.



В начале учебного года мне было понятно, что если снова предстоит пройти через сопротивление, то скорее всего я встречу своих «чертиков» в период коуч-сессий. По этой причине мои первые работы по «НейроГрафике» касались этой темы. В результате пространство очень поддерживало с техническими моментами - искала качественную веб-камеру, оказалось, у брата уже имеется и он мне подарил, не пришлось покупать. Приобрела только штатив, очень практичный и качественный.

Первые три сессии мне пришлось долго настраиваться на нее, практически с утра. Было лень проводить ее и тянуло ко сну во время сессии. Утренние прогулки на природе и медитация очень помогли. Однако, самое интересное было после сессий, когда я чувствовала себя на много более энергичной и вдохновленной. Я использовала этот фактор как мотиватор, когда чувствовала упадок сил до сессии.

Первые коуч-сессии в стиле «НейроГрафики» были по алгоритмам курса Специалист. Я планировала договариваться с коллегами по курсу, однако первой коучи "случайно" оказалась моя коллега по работе. В обычной беседе я поняла, что у нее есть запрос на сессию и она приняла мое предложение. Результат ее работ удивил нас обеих, она работала над темой «Самореализация». Где-то после второй работы обнаружила, что совсем недавно реализовалась как мама во второй раз. Удивилась, потому что ее первая беременность случилось после трех лет ожидания.

После этого случая, я особенно внимательно наблюдала за людьми, прислушивалась к ним, поскольку понимала, что не бывает случайных встреч или событий.

Был кейс, когда коучи с удивлением рассказала то, как она отказала одному сотруднику переделать одну и ту же работу в третий раз. Сотрудник был из руководящей должности и часто злоупотреблял ее мягкостью и не умением отказывать. На тот момент она работала над темой «Личные качества». Это была тема ее второго кейса. Далее коучи попросила продлить наше взаимодействие и мы договорились взять третий кейс после Ноября.



Дело в том, что ей предложили новую работу и ей потребовалась больше времени для адаптации и подготовки к экзаменам.

Работа с клиентами продолжается, и я с интересом наблюдаю как у них происходят разные события, которые чаще всего они воспринимают как обычное явление, особенно в тех случаях, когда эти изменения внутренние и материальный мир еще не успел отреагировать. В этих случаях описание работы и мои заметки очень помогают отслеживать точки отсчета.

Я планирую чаще участвовать в роли коучи, так как все еще чувствую потребность в новом взгляде со стороны на некоторые свои запросы. Также есть желание продолжить образование в Институте Психологии Творчества в 2022 году. Очень сильно заинтересовали программы по "Богобан", "Пирамида Развития" и возможность обучаться как супервизор. Однажды прикоснувшись к понятию творение красоты хочется насытиться этим, насколько это возможно.

Тем более, если это является совокупностью врожденных тенденций индивида. В моем случае «НейроГрафика» - это уже утверченный стиль жизни и удивительный мир, где в пространстве листа вместо слов порхают круги, квадраты, треугольники и линии. Каждый элемент имеет свое значение, каждый цвет обладает особым смыслом. Приступая к работе невозможно заранее представить в какой шедевр трансформируется тема, которую ты изначально нарекаешь как "проблема" просто потому, что человек склонен навешивать свои смысловые ярлыки на то, что по сути своей не является таковым. В итоге случается жизнь в пространстве листа при помощи маркера.



Год оказался насыщенным потоками знаний, мудростью пространства и жизненностью всех участников. Хочу выразить свою душевную благодарность каждому сотруднику по отдельности и всей команде Института Психологии Творчества за прекрасно организованную образовательную систему!



Я получила огромное удовольствие от учебы и думала только о том, чтобы получать знания и перевести их на уровень навыков.

Особая благодарность за терпение и аутентичность автору метода, прекрасному педагогу и интересному человеку Павлу Пискареву. На самом деле слов не хватает выразить то, что я ощущаю на данный момент. Меня учили рисовать в таких случаях!

[Ссылка на дипломную работу Guliyeva Kamala в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: здоровье и уход за глазами.



Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.



Автор:
Guseva Irina
Супервизор:
Ляйтнер Валентина

Тема:
Пробуждение.



1. Мой Путь ДО Нейрографики:

Начало любой работы обычно посвящено короткому повествованию об авторе работы. Я не стану исключением. Я – молодая женщина, которой на данный момент времени 36 лет. Тогда в возрасте 23 лет я приехала в Германию открывать и покорять чужую страну. Спустя три года мир перевернулся и я осталась с маленьким ребенком на руках, без поддержки семьи и отца ребенка, который практически от него отказался, без профессиональной деятельности.

В последующие восемь лет я наработывала связи, контакты, вставала на ноги, с материальной точки зрения, приобщалась к культуре страны, но стала утрачивать русские корни, языковые навыки, забывая свой родной язык, все более ориентируясь на лингвистические особенности чужого языка и культурные традиции наследия чужой страны.

Работы Берри по усвоению культуры сыграли в моей жизни огромную роль. Я идентифицировала свое культурное местоположение. Берри (1994) утверждает, что перед временными поселенцами, мигрантами и беженцами встают всегда два основных вопроса, касающихся идентичности с унаследованной и новой культурой и отношений с окружающими: «Стоит ли сохранить свое культурное наследие?» и «Стоит ли поддерживать отношения с другими группами?». Два возможных ответа на каждый из этих вопросов позволяют выделить четыре позиции или стратегии, касающиеся усвоения новой культуры: интеграция, сепарация, ассимиляция и маргинализация. Положительный ответ на оба вопроса соответствует интеграции; отрицательный ответ на оба вопроса ведет к маргинализации;



положительный ответ на первый вопрос и отрицательный — на второй предполагает сепаратистскую позицию; а отрицательный ответ на первый вопрос и положительный на второй характеризует установку на ассимиляцию.

После прочтения его работ я понимаю, что нахожусь в стадии ассимилирования. Я впитываю все положительные и отрицательные культурологические явления, никаким образом их не просеивая. Присущее европейским стандартам я, как ячейка социального общества, становлюсь сильнее, целыми днями проводя на работе, полностью забывая о том, что я женщина, забывая о телесных и эмоциональных откликах, становлюсь толстокожей, «робото-похожей» и материальной до кончиков моих пальцев. Моя вселенная вращается только вокруг сына и вокруг моей профессиональной деятельности. Разочарование убило во мне способность любить и принимать любовь, в любой ее форме. В состоянии СНА и НЕВИДЕНИЯ проходят восемь лет, несмотря на то что физически я остаюсь активной. В конце 2020 я нахожу свою точку смерти, я на дне и именно здесь я понимаю, что либо я сейчас оттолкнусь от дна, либо останусь там навсегда.

2. Мой путь к Нейрографике

Полностью опустошенная и безрадостная пытаюсь поставить себе диагноз. После непродолжительных поисков нахожу объяснение своему эмоциональному состоянию. Мой диагноз в научной методологии называется Эмоциональным Выгоранием.

Синдром эмоционального выгорания (англ. burnout) — понятие, введенное в психологию американским психиатром Гербертом Фрейденбергером в 1974 году, проявляющееся нарастающим эмоциональным истощением. Может повлечь за собой личностные изменения в сфере общения с людьми (вплоть до развития глубоких когнитивных искажений).

Следующим вопросом, который меня очень заинтриговал стал вопрос о различии между синдромом эмоционального выгорания и депрессией?

Слово «выгорание» подсознательно подразумевает, что человек очень долго жертвовал собой ради работы и/или семьи, пока полностью не исчерпал ресурсы.



При депрессии же, напротив, человек болен неизвестно чем, хотя зачастую для хвори и недомогания нет никакой очевидной причины.

Диагноз озвучен. Что делать?

1. Вспомнить о себе (как человеке, женщине)
2. Спрашивать себя: Чего Я хочу, а не чего хотят другие.
3. Поиск новых ресурсов, вдохновляющих на созидание и дальнейшие подвиги в социальной и профессиональной деятельности.
4. Убрать токсичных людей из жизни. К ним относятся: плаксы, негативисты, всезнайки, зануды и перфекционисты.
5. Возвращение к своим национальным корням, лингвистическое укрепление сознания



В поиске себя (в 2020), записываюсь в психологическую женскую группу, где одна из участниц рассказывает мне о нейрографике, не умея его толком сама применять. Она набрасывает какие то непонятные линии на листе бумаги, назвав это гневом (только позже, уже в процессе обучения я поняла, что это был катарсис), выводит линии из центра к краям листа и говорит: «Округляй». В недоумении я попыталась довести это до чего то Разумного, но не очень получилось. Затем из чистого любопытства я захожу в поисковую систему слово "Нейрографика" и попадаю на сайт Института Психологии и Творчества, где сразу же записываюсь на вебинар. Я что то рисую и мне нравится, моя внутренность восторженно реагирует:



декабрь, 2021



декабрь, 2021



3. Мой путь В Нейрографике

В декабре 2020 я записываюсь на курс Нейрографики в Институт Психологии и Творчества с целью полной трансформации себя и улучшению знаний родного языка, знакомлюсь с Павлом Пискаревым и заказываю его книгу «Нейрографика. Снятие ограничений», которую прочитываю на одном дыхании, но еще не понимая некоторых смыслов и позиций.

Нейрографика – это инновационный трансформационный метод, позволяющий исполнять желания и идти к поставленной цели с помощью маркера и карандашей. Первыми моими проводниками стали Пирамида Сознания, и Алгоритм Снятия Ограничений, который помогает мне бороться с моими стереотипами (моими поработителями), тем самым открывая мне дорогу к новому, абстрактному мышлению - мышлению без ограничений и блокад, дорогу в новое измерение, где есть место желаниям и мечтам. Помогает снять блокировки, которые тормозят мое развитие, снижает заикленность, открывает дверь к новым Инсайтам.

Абстрактное мышление помогает отойти от границ и четких определений и мыслить шире существующих понятий.



АСО Март 2021 (ищу объекты в рисунке)

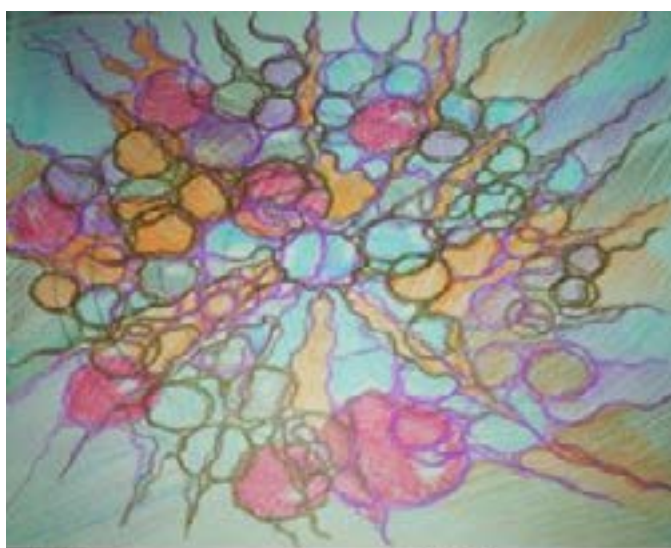


АСО, Октябрь 2021

Здесь же я знакомлюсь более близко с потоковым словом Энергия. Каждому известно, что всем на свете движет энергия. Полноценная и счастливая жизнь зависит от внутренней, биологической энергии. Она отвечает за то, чтобы мы могли справляться со всеми задачами, как ежедневными, так и направленными на будущее.



Сила энергии человека – это топливо, уровень которого нужно поддерживать и повышать. В связи с этим возникает немало вопросов: как увеличить невидимый энергетический объем? Отличным нейрографическим методом в решении этого вопроса для меня послужила «Мандала Рода» – уникальный метод, созданный нашим мастером и позволяющий не только вспомнить свой род, но и поблагодарить его, а так же заручится его поддержкой. Мандала рода, которую я прорисовывала еще в инструкторском потоке дала мне энергию на завершение повышение квалификации и успешную сдачу методологической работы по ней. А так же стоя на столе в рамке, мотивирует меня по сей день на дальнейшие трансформационные изменения.



Мандала рода, июль 2021 года

3.1 Трансформация личности. Понятие. Цели. Задачи.

Объяснение термина Трансформации начинается со слова “форма” и соответственно подразумевает наши физиологические свойства и ассоциируется с человеческим существом, но мы нечто большее, чем просто оболочка. Основная масса НАС – бесформенна: это разум, чувства, мысли, высшее сознание и так далее. Приставка “транс” – “за, по ту сторону” плюс суффикс и окончание “ация”, что означает “действие, результат” и переосмыслив и сопоставив три части слова мы приходим к значению – выход за пределы формы.

Трансформация – это способ и готовность жить вне своей формы. Как только начинается трансформационное путешествие, теряется точка возврата.



То есть для меня основной задачей трансформации является - увидеть себя, не ограниченной формой. Наша форма - это наши ограничения, которые диктуют свои правила игры. Но за нашей формой существует еще и воображение, с помощью которого мы можем делать все, что угодно, так как воображение исключает форму.

3.2 Сущность. Личность. Персона.

В процессе изучения НейроГрафики и эстетического коучинга мне открылось множество понятий, без исследования которых трансформация мне представляется невозможной. К ним относятся понятия личности, сущности и персоны. Именно поэтому основной задачей этого раздела я определяю для себя анализ стратегически важной терминологии, открывающие двери к аналитическому мышлению и самопознанию.

Начнем с того, что каждый из нас рождается с определенным типом телосложения, набором наследственности, характером и природными особенностями. Сущность - это наша Неповторимость. По словам Сергея Троценко "Психология типов тела", ее роль состоит в накоплении опыта, который необходим для роста души. Сущность человека не так легко наблюдать, особенно в самом начале работы над собой, если такая работа вообще происходит. Эта сложность связана с тем, что примерно к семи годам у любого человека поверх сущности формируется искусственное защитное образование - личность. Она является «психологической кожей» сущности и скрывает ее истинный вид. И таким образом у нас есть и сущность и личность и они так переплетены друг с другом, что если в этом не разбираться, то различий не увидеть.

Сущность - это все Истинное и Подлинное, с чем мы приходим в этот мир. Тем самым, например новорожденный ребенок не имеет личности, он - это Суть. А взросление личности начинается с воспитательных моментов, которые мы переживаем с нашими родителями, воспитателями, учителями и так далее. И чем больше мы взаимодействуем с окружающей средой, тем больше мы подавляем свои истинные желания или потребности, все более подстраиваясь под социальную действительность. То есть личностью нас делает наша социальная индивидуальность, социальная самобытность.



Человек формируется в конкретном историческом пространстве и времени, в процессе практической деятельности и воспитания. Поэтому личность как социальная индивидуальность - это всегда конкретный итог, синтез и взаимодействие очень разнообразных факторов.

Личность – это маска, созданная из выученных слов, моделей поведения и наигранных чувств, которые основаны на подражании другим. Сергей Трощенко

Добавляем к нашему размышлению понятие персоны и рассматриваем отличие персоны от личности. Что же получается? Персона - это термин, использованный К.Г. Юнгом (1875-1961) в аналитической психологии для обозначения маскировки и искажения индивидуально – личностных свойств и качеств человека. Слово "персона" когда то означало "маска", которую носил актёр и которая служила символом исполняемой им роли.

В чем разница - персона и личность Персона - это то, что видят люди. Наша социальная роль и имидж. Личность - это то кем мы являемся сами по себе. Наш характер, воля, потребности.

Персона позволяет выполнять сразу две установки: возможность произвести благоприятное впечатление на окружающих и сокрытие истинного лица человека. Сложность заключается в том, что субъект начинает отождествлять себя со своей персоной, рискуя забыть свою настоящую природу. В результате возникает конфликт между общественной и личной жизнью одного и того же субъекта, поскольку воссоздание не характерной для него модели поведения требует от него определенных психологических усилий. Такой конфликт приводит к раздвоению личности и психическим заболеваниям, единственная возможность избежать которых – смоделировать поведение, которое будет удовлетворять самого субъекта без причинения ущерба его сущности.

Часто навязанные нормы не позволяют нам осуществлять устремления своей сущности, что не позволяет нам стать счастливыми. Но свою сущность можно вернуть. Для этого необходимо работать над собой, заниматься самопознанием и главное саморазвитием. Учиться не подстраиваться под



нормы. Важно научиться делать выбор максимально близкий к пожеланиям нашей сущности. Истинный выбор. Разумный выбор.

Так Алгоритм "НейроСинтез" предполагает подробный разбор мультиролевой личности, где персона разбивается на роли. Роль - это сущность персоны с опорой на личность, реализующая энергию самости во внешнем мире. Практика МЛР в нейрографике - это глубоко аналитическая практика, которая дала мне отличную возможность отличить мою сущность от личности и персоны и проанализировать роли не только в семье, но и в социуме. Ведь даже рассматривая роль учителя я и не подозревала о количестве субролей, присущих ей. Мир изменился.

Прорисовывая алгоритм НейроСинтез МЛР я вижу мир более четким, глубоким, структурированным, организованным.



3.3 Пирамида Дилтса

Еще одним неотъемлемым компонентом на моем пути к трансформационным изменениям стала пирамида Роберта Дилтса, которая сложена из шести логических уровней, а именно:

1. Окружение - сущность в контексте окружающего мира. Здесь важно: Кто и Что нас окружает.
2. Поведение - все касательно того, что мы делаем и как достигаем результата.
3. Способности - качества. Здесь важно честное признание своих ресурсов, их применение и их дальнейшее развитие.
4. Убеждения - на этом уровне обитают все стереотипы, убеждения и установки, которые иногда мешают в достижении цели.
5. Ценности - шкала оценок и мер для выверения и оценивания жизни.



6. Идентичность - определение жизненной роли человека. Этот уровень важнее, чем все остальные и влияет на нижние ярусы.
7. Миссия - это самый мощный мотиватор, который заставляет нас преодолевать сложности на жизненном пути и двигаться вперед. Отсутствие понимания своей миссии ведет к бесцельному существованию, апатии, потере смысла жизни.

Важно упомянуть, что на логическом уровне "Убеждения" очень важна Вербализация, под которой в психологии понимают процесс трансформации бессознательного компонента психики, а также эмоционального, неоформленного содержания сознания, в словесно-логические формы. Ключевой точкой пирамиды Дилтса являются - Роль или Контекст.

Кто "Я" без определенного контекста или роли? С лекции я также четко усвоила правило пирамид, оглашенное нашим мастером, а именно: "Любое изменение на каком либо уровне, ведет к изменениям на нижележащим уровне.

С помощью пирамиды:

1. я произвела экспресс- анализ моей жизненной ситуации, разобралась в своих способностях и пересмотрела свою систему ценностей.
2. выявила проблемные зоны и определила моменты, которые требуют корректировки (сюда относятся мои не всегда правильные, а иногда продиктованные обществом убеждения). Использование золотого правила - Поменяй один уровень, поменяется нижележащий. Меняются убеждения - меняются способности, меняется поведение и затем происходит смена окружающей тебя среды, то есть выход к обновлению и развитию.

Теперь, когда мы знаем во что ты веришь - скажи, что тебе важно!

П.М. Пискарев (веб. от 31.08.21)



3.4 Рефлексия и ее роль в моем пробуждении

В начале Эссе я упоминала о том, что много лет провела в состоянии СНА, что привело меня к притуплению отражения моих внутренних состояний, моей эмоциональной и телесной карты. Еще одним шагом в направлении моего исцеления стала концентрация своего внимания на рефлексии, которая требовалась как одна из важнейших составляющих анализов наших нейрографических практик. Итак, что же понимается под словом “рефлексия” и какова ее цель?

Понятие рефлексии как осознанного познания себя появилось еще в Древней Греции. Сократ считал, что самопознание — наиболее важная задача человека. Платон связывал понятие рефлексии с благоразумием — знанием о самом себе. Позже Джон Локк определял рефлексию как основу жизненного опыта, который помогает человеку развиваться.

Цель рефлексии – это не что иное, как развитие нашей способности к анализу себя самих, путем переосмысления действий, мыслей.



Самоанализ становится неотъемлемым процессом формирования нашей личности и выполняет определенные функции:

- Контролирование мышления. Сознательный контроль над своими мыслями, действиями.
- Самокритика. Способность к критике самого себя, логичности мышления.
- Решение сложных задач.

Рефлексия — способность сознательно обращать внимание на свои мысли, эмоции, поведение и телесные отклики.

Через изучение самого себя человек получает доступ к собственному состоянию, которое имеет несколько уровней: сенсорный, телесный, эмоциональный, когнитивный и другие. Для моего Счастья необходима здоровая порция концентрации внимания на:

1. умение слышать свое тело, замечать различные телесные ощущения. В зарубежной литературе это называется Интротенцией. Современные данные исследований указывают на то, что ощущения, относящиеся к проходящим в теле процессам и органам – дыхание, ощущения кожи, мышц, суставов, зубов и прочее – обрабатываются вместе и составляют представление «материального я», которое в свою очередь является основанием для ментального представления «чувствующего я». Именно эти представления позволяют мозгу отличать внутренний мир от внешнего.
2. эмоциональном интеллекте. В любую секунду сознательной жизни мы испытываем эмоции, которые затем переводим в чувства. Со своими чувствами нужно считаться, поскольку они все направлены на то, чтобы мы лучше ориентировались в окружающем мире и себе.
3. ментальную рефлексия, которая обозначает себя двумя видами: интуитивное мышление или импульсивное, а также глубокое аналитическое. Так плюсом нейрографических практик является включение глубоких мыслительных аналитических процессов, что позволяет уходить от неправильных импульсивно-принятых решений.



3.5 Мое трансформационное местонахождение в перинатальной матрице Грофа

Эта практическая стадия моей работы и некое подведение итогов моего трансформационного изменения. На этом этапе я ставлю себе такие вопросы: Как я оцениваю себя на данный момент времени? Что сделано? Куда я хочу? Считаю для себя очень важным понять, на какой стадии моего личностного видоизменения на примере матрицы Грофа я в данный момент нахожусь:

1. Первая перинатальная матрица (9 месяцев преמודерна-Рая, 6000 лет) Это самая первая матрица, которая соответствует вынашиванию плода. Мое развитие и становление начинается именно здесь. Это самая комфортная стадия для меня, где я поддерживалась энергией эгрегора нейрографической группы и по сути жила вибрациями группы. На протяжении девяти месяцев курса НейроГрафики инструктора и супервизоры способствовали раскрытию моих психических потенциальных возможностей. Здесь мне было тепло, приятно, гармонично, как в утробе матери. Я накапливала знания, полученные на лекциях, обогащала свой лингвистический запас, обучалась алгоритмам, которые впоследствии могу применять во всех областях своей жизни, накапливала опыт работы с рефлексией. Чувствую себя на данный момент времени намного увереннее, осознаю, что покидаю этот этап уже с некоторыми наработками. Знаю, что "точка ноль" пройдена. Смотрю смело в будущее.

2. Вторая перинатальная матрица (процесс сепарации, схватки, модерн 400-500 лет)

Во второй матрице происходит процесс сепарации, то есть отделение от кормящей среды. На этом этапе я понимаю, что происходит плановое кесарево сечение, которое не несет негативных последствий появления меня уже в слегка улучшенной форме на свет. Психологическая подготовка началась за долго до начала кесарево. Я подготовлена, но все равно ощущаю некие трудности, с которыми приходится бороться, но с поддержкой куратора, за что моя ему огромная признательность и благодарность, я знаю, что справлюсь. То есть под процессом сепарации я понимаю написание дипломных работ. Не покидает меня и чувство сопротивления, может быть



небольшой страх появления на свет. Ощущается дрожь в теле, оттягиваю сдачу диплома инструктора НейроГрафики. Психологически я точно нахожусь во второй матрице, понимаю, что путь трансформации только начинается. Понимаю сколько работы и борьбы еще передо мной.

3. Третья перинатальная матрица

Это Второй этап родового процесса, когда матка уже открыта. Неизбежность изменений уже предрешена. Здесь испытываю страх, но силы на борьбу с внешними обстоятельствами есть, не покидаю эгрегор НейроГрафики, наоборот планирую и в дальнейшем развиваться вместе с ним, укреплять свои когнитивные навыки, набираться опыта работы с клиентами, изучать дальнейшие программы НейроГрафики, знакомиться с духовными практиками. Если "роды" проходили правильно, то именно во время этого процесса определяется способность преодолевать трудности, целеустремленность и смелость идти к цели.

4. Четвертая перинатальная матрица

Это так называемая "матрица свободы". Четвертая стадия скорее всего и станет моим духовным перерождением. Здесь наверняка произойдет полное пересмотрение убеждений, смена моей окружающей среды. Сердце бьется как у зайца в предвкушении "моего нового я", живущего без ограничений, умеющего понимать язык своего тела, приобретенного эмоционального интеллекта, с хорошо развитыми аналитическим мышлением. Эмоции зашкаливают уже сейчас, я рада развитию в любом направлении. Жизнь-это Драйв!

Ниже оформляю рисунок по Матрице Грофа, определение себя во второй перинатальной матрице, зафиксировала себя кругом. Полукруг находится в четвертой перинатальной матрице, именно туда я стремлюсь- это мое духовное Рождение. Безконфликтное прохождение всех четырех матриц очень важно для меня, поэтому я приняла решение о гармонизации всех четырех стадий большим кругом.



Подведение итогов

В результате моей работы я четко определила свои психологические состояния До и В курсе НейроГрафика. Мною были также расставлены приоритеты и фокусировка на важные детали моего нового становления. Помимо этого в ходе работы была упомянута и раскрыта важная терминология, а также алгоритмы и знания, которые сыграли существенную роль не только в моем обучении, но и раскрытии моей потенциализации. К ним относятся понятия личности и сущности, их отличие друг от друга, диагностика моих ролей и субролей в семье и социуме. Этот же алгоритм способствовал развитию аналитического мышления. Одной из наиважнейших работ, сделанных мной за время курса, стала Мандала Рода, пополняющая кладовые моих энергетических и ресурсных запасов.

На данном этапе я продолжаю заострять внимания на эмоциональном интеллекте и интенсивно работать дальше с телесными откликами. Матрица Грофа послужила мне определением места моего трансформационного пребывания на данный момент времени. Также благодаря ей я набросала план моего дальнейшего движения. В начале работы также была дана фокусировка на развитие лингвистических навыков родного языка. Кладезь с успехом увеличена, за год было прочитано много литературы разных направлений (от лингвистической до психоаналитической) преимущественно русских авторов. В заключении могу уверенно сказать, что мной пройден достаточно хороший путь, положивший начало моим внутренним изменениям. Работа над собой будет продолжаться. Дальнейшими целями являются практицирование нейрографики, развитие клиентской базы и дальнейшее обучение в Институте Психологии и Творчества.

За поддержку на этом этапе пути, за возможность проявить себя и раскрыть свой потенциал я благодарю Институт Психологии и Творчества. Отдельная благодарность выражается Мастеру и Автору всех нейрографических проектов, Павлу Михайловичу Пискареву, чтение лекций которого приносило огромное удовольствие, философские умозаключения, которого поражали своей точностью, лаконичностью и мудростью и от мифологических знаний которого замирало дыхание. Огромной благодарности и признания заслуживают конечно же все супервизоры, которые прошли вместе с нами этот порой непростой путь, поддерживающие и мотивирующие нас.

БЛАГОДАРЮ!

[Ссылка на дипломную работу Guseva Irina в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: Колизей. Амфитеатр.



Тема: я и будущий муж.

