



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов НейроГрафики

2021 год

Авторы: А - Б



Оглавление

Абрамова Людмила.....	6
«Иллюзия реальности»	6
Предисловие	6
Сон наяву	7
Парад планет	8
Мексика	9
Растения силы	10
Приключения в горах.....	11
Морское путешествие	12
Всемирный конгресс.....	12
Гонки на выживание.....	13
Тигры в клетках	14
Сила мыслей.....	15
Иллюзорный мир.....	15
Работы.....	17
Абрамова Оксана.....	18
Когда сбываются желания – что дальше?	18
Первая рефлексия.....	19
Специалист	19
Смотри шире и увидишь	20
Спецэффекты.....	21
Зубная фея	21
Необычный АВН	22
Путь, длиною почти в год – мои изменения	22
Каким я вижу будущее	24
Работы.....	27
Андерссон Ирина.....	28
Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг	28
Работы.....	41
Андреева Валентина.....	42
Курс-Тренинг по НейроГрафике	42
Введение.....	42
Методологическая часть	43
Практическая часть	51
Результаты группы	51



Заключение	58
Работы.....	59
Анисимова Анастасия.....	60
НейроГрафика и личный прорыв.	60
Работы.....	70
Антонцева Татьяна.....	71
НейроГрафика и Covid-19.....	71
Работы.....	81
Атанасова Маргарита	82
Победа не всегда означает быть первым.....	82
Введение - моя встреча с НейроГрафикой	82
Как и почему я записалась на инструкторский кур.....	83
Что во мне изменилось за время обучения	84
Работы.....	96
Афанасьева Александра.....	97
НейроГрафика и положительные изменения.	97
Теоретическая часть	97
Жизнь с НейроГрафикой	104
НейроГрафика и котики.....	107
Работы.....	109
Башуткина Мария	110
Мой путь Инструктора НейроГрафики	110
Работы.....	117
Бекетова Ирина.....	118
НейроГрафика - творческий способ проживания жизни.	118
Анотация.....	118
Нейрографика- суперэффективный трансформационный метод.	118
Моя история знакомства с НейроГрафикой.	119
Нейрографика - эффективный инструмент коуча.	124
НейроГрафика – неиссякаемый источник творчества.....	127
Заключение.	131
Работы.....	132
Белоногова Галина	133
Практика применения НейроГрафики	133
Введение.....	133
1. О методе НейроГрафика	134
2. НейроГрафика в моей жизни.....	139



3. Практика применения НейроГрафики в коучинге	144
4. Мои перспективы развития	146
5. Заключение	156
Работы.....	162
Бендик Светлана	163
НейроГрафика в моей жизни.....	163
Работы.....	173
Билык Ирина	174
От мечты к результату.	174
1. Введение	174
2. Моё погружение	175
3. Метод «Тело знает».....	180
Работы.....	185
Боер Елена.....	186
Установление контакта с телом и душой.....	186
Работы.....	194
Большакова Марина.....	195
Мой путь в НейроГрафике	195
Работы.....	204
Бровко Вероника.....	205
Мой путь в НейроГрафике.	205
Работы.....	214
Броницкая Анастасия	215
Путь героя или рождение звезды.	215
Зов	216
Пороги.....	216
Интенсив	216
Обнаружение противника.....	218
Подарок силы.....	219
Испытания	220
Дорога домой.....	221
Работы.....	224
Буслова Светлана.....	225
Я и НейроГрафика	225
1. Период до обучения: 31.01.2018 – 14.03.2018 г.....	225
2. Период от начала обучения на Пользователе	228
3. Период до Нейрографики.	232



4. Почему я не стала в 2018 г. изучать остальные алгоритмы	232
5. Я и коучинг.....	235
6. Обучение на инструкторском курсе	237
7. Вот что я написала в альбоме о себе	238
8. Начало обучения.....	241
9. Конец обучения.....	248
Работы.....	249



Абрамова Людмила. «Иллюзия реальности», серия рассказов о будущем, которое неизбежно, где НейроГрафика объединяет миры.

Автор:
Абрамова Людмила
Супервизор:
Valeriia Onyshchenko-Maree

Тема:
«Иллюзия реальности»
серия рассказов о будущем, которое неизбежно, где НейроГрафика
объединяет миры.



Предисловие.

Мой первый опыт написания рассказов. Много лет грезил об этом и мне все казалось, что рассказы могут только писать известные писатели, а мне сие творчество неподвластно.

Размышляя о написании эссе для дипломной работы на инструктора Нейрографики, просматривала варианты работ учеников школы Павла Пискарева прошлых лет. Мое внимание и душу буквально зацепила одна из работ, выполненная в виде рассказов с переплетениями терминов из Нейрографики. Именно в тот момент, когда моя душа откликнулась, я решила, что мое эссе будет выполнено в виде сборника рассказов и никак иначе. Я сразу же создала файл в компьютере, откуда-то из головы и через



свои прекрасные пальцы сразу написала тему рассказов и решила, что у меня будет одиннадцать глав. Названия глав также пришли сами собой. Потом я файл закрыла. И где-то в течении месяца, как появлялся порыв и время писала рассказы или кто-то писал их через меня или рассказы сами захотели, чтобы я их написала.

В итоге вашему вниманию представляю сборник своих рассказов под названием: «Иллюзия реальности». И ко мне пришло понимание и осознание, что я люблю писать, сочинять и для меня важно делиться собой и своим творчеством с миром. Благодарю Павла Пискарева, его школу и коллектив за знания и возможность развиваться и навыки жизни в кайф и удовольствие.

I

Сон наяву

Люди забыли языки, смыслы, потеряли связь друг с другом. Нейрографика объединила миры и позволила общаться и строить новые цивилизации. Вполне понятный и лаконичный язык творчества объединил население земного шара. Через рисунки люди выражали свои состояния, свои желания, программировали будущие события и даже подбирали себе партнеров для брака и бизнеса через рисование нейромандал.

Конфликты стали большой редкостью и потеряли свой первоначальный смысл вселенского раздора. Люди были рады конфликтам и воспринимали их как зону роста, как старт для нового творчества и успехов.

Напряжения и болезни, психологические зажимы, травмы лечили с помощью новой нейро медицины, работая через алгоритмы снятия ограничений и выявления намерений, когда индивидуально искали и подбирали пациентам пути лечения и скорейшего нано выздоровления. Этот инструмент был доступен только нейро врачам, повысившим свою квалификацию на профильных курсах Мастера Бо по нейро Хиллингу и защитившим, как минимум, кандидатские диссертации по специализации Нейрографики. Все эти знания и реалии можно было бы записать в раздел фэнтези или магии, если бы, не проснувшись, один из обитателей земли не увидел у себя на тумбочке нано лекарство и утвержденную нейро врачами программу оздоровления по нейро Хиллингу.



II

Парад планет

В праздничный осенний день собрались в одном из древнейших мест силы в космической галактике планеты гороскопа: Луна, Солнце, Марс, Венера, Меркурий Сатурн, Юпитер, Плутон, Нептун и Уран.

После длительных странствий и путешествий планеты с радостью бросились в объятия друг друга, обменивались рассказами, мнениями и историям о происходящих с ними приключениях и о влиянии на людей, о дружбе с животными и растениями. Луна делилась впечатлениями о расслаблении людей, о создании для них комфортной среды жизни о приготовлении совместных блюд и вкуснейших напитках.

Солнце рассказывало, как активно зажигает и распалает человеческие сердца и заставляет население земли двигаться к новым высотам. Марс вспоминал о сражениях, активности, описывал сюжеты драк и даже боевых действий среди людей. Венера озвучивала, как украшала прекрасных женщин и мужчин и помогала им зарабатывать деньги через проявление и самовыражение себя, а также инвестирование в свое тело, душу и даже бизнес-процессы.

Меркурий делился своими произведениями в сфере литературы и искусства, рассказывал, как помогает людям изобретать новые произведения и некоторых, особо одаренных индивидов, продвигает к получению нобелевских премий в сфере литературы. Описания и воспоминания Луны, Солнца, Марса, Венеры и Меркурия о взаимодействии с людьми были похожи на метрические ряды. Процессы, оказываемые этими планетами, характеризовались одинаковыми повторениями различных событий и происшествий в одинаковые промежутки времени на планете земля.

В отличие от предыдущих планет, Сатурн, Юпитер, Плутон, Нептун и Уран воздействовали на людей уже через более хаотичные процессы и производили изменения в жизни людей через ритмические ряды, когда влияние планет приводило к значительным изменениям в судьбах людей через уменьшение или увеличение благ, финансов, любовных приключений или социальной реализации. Людям, которые умели пропускать через себя энергии перечисленных планет, ритмические ряды выстраивались в сторону увеличения всех благ и реализации желаний.



Людам не слышащим, не видящим и боящимся Сатурна, Юпитера, Урана, Плутона и Нептуна в жизни открывались дороги с ритмическими рядами в сторону уменьшения всех благ и даров мира, природы и Вселенной.

Планеты долго рассказывали друг другу как они хотят помочь людям, сигналивая им через различные знаки и фигуры и природные явления, чтобы люди наконец-то пробудились и начали жить свои жизни. Но к сожалению, не многие люди, по наблюдениям планет были готовы меняться, преобразовываться и пропускать через себя новые потоки энергии, генерить в своей голове новые нейронные связи и преобразовывать их в нейролинии своей прекрасной и творческой жизни. И чтобы не портить себе праздничный осенний вечер и вкус встречи нежеланием населения земли к добровольным изменениям планеты, под руководством одной из самых мудрейших и магических планет Нептуном, решили издать обязательный указ для обитателей земля – homo sapiens изучать в школах Нейрографику и сделать эту науку доступной для широкого изучения и применения во всех параллельных мирах и космических пространствах. Такое предложение понравилось всем собравшимся на вечере планетам и было одобрено единогласно. Вселенский указ о распространении Нейрографики был издан в тот же день и направлен президентам стран для реализации.

III

Мексика

Вселенский указ о распространении Нейрографики был с восторгом и радостью принят в одной из самых загадочных и мистических стран мира – Мексике.

Мексиканские шаманы приветствовали новый указ танцами, угощениями и ритуалами с растениями силы. После празднования шаманы организовали Школу Нейрографики в курортном городе Канкун. Занятия Нейрографикой проходили прямо на берегу Карибского моря, которое с невероятной силой разыгрывало воображение учеников и позволяло осваивать им новые алгоритмы нейрографики. Особенно легко у учеников получались скейчинговые техники Нейрографики, с потрясающими видами живых, ярких, возбуждающих и волшебных пейзажей.

Через пару лет с момента основания школы Нейрографики в Канкуне была открыта картинная галерея лучших работ учеников. Галерея привлекала огромные полчища туристов со всего мира и являлась одним из важных источников доходов туристической отрасли Мексики.



IV

Растения силы

На лианах можно не только висеть, их можно еще и есть. И есть не как пищу на завтрак или обед, а как божественное блюдо или десерт для раскрытия личной силы. Силы, позволяющей творить невероятные чудеса и делать мировые открытия в области науки и техники.

Большинство таких лиан произрастает на благословенной земле в далекой от обывателей Мексике. Стране шаманов, инков и майя, преобразующих этот чудесный мир в уникальное пространство параллельных измерений, невероятных теорий и загадочных практик.



Как «образ интегрирует смыслы», так и лианы, и их магическое воздействие на людей интегрирует внутри человека ресурсы, позволяющие ему творить и реализовывать волю Вселенной на изменения, на красоту мира и планеты земля в отдельности.

К чудодейственному воздействию на себя лиан может прикоснуться каждый желающий. Для этого нужно заявить о своем желании миру и наблюдать за возможностями, позволяющими вам самым благоприятным образом очутиться в Мексике и попасть на один из древнейших и магических ритуалов силы, проводимый майянами на скрытых от обычных глаз территориях.

Очувшись в Мексике, перед самым ритуалом силы, вам предложат посетить темаскаль, так называемую на современный лад парную. Темаскаль делается из глины, и чтобы в него попасть вам нужно будет извиться как змея или проползти на четвереньках, как первобытный человек. Внутри вас ждет божественная процедура очищения паром и выход в ваш новый мир полностью очищенным и одухотворенным.

Ближе к ночи, после очищения, вас пригласят на процедуру, посвященную вкушению лиан. По истине уникальный и божественный опыт. Вы всю ночь не спите, слушаете речи шаманов племени майя, вкушаете лианы, очищаетесь. У вас меняется мировосприятие и восприятие себя. Вы



Абрамова Людмила. «Иллюзия реальности», серия рассказов о будущем, которое неизбежно, где НейроГрафика объединяет миры.

больше никогда не будете прежними! А на утро вас ждут песни, пляски и самые сочны и волшебные яства плодородной мексиканской земли.

Вы больше не сможете жить прежнюю жизнь. События вашей жизни, люди вас окружающие, ваша трудовая деятельность и социальная реализация кардинально изменятся. Но если вы доверитесь, то вас «гармония приведет к удовлетворению».

Можно конечно договориться со Вселенной и попросить, чтобы кардинальные изменения вашей жизни происходили не столь быстро, а плавно и постепенно, чтобы вам дали на изменения лет так пять, например. Но знайте, чем больше вы будете оттягивать изменения и медленнее меняться, тем изменения будут круче и неистовей. Так что выбирайте сами! Но в любом случае, так же как «рисовать просто», изменения просто придут в вашу жизнь и нарисуют вам новых событий, приключений и друзей. И никаких проблем, если только вы сами не породите их, проблемы, своим неугомонным разумом.

V

Приключения в горах

Горы есть повсюду. Одни из прекраснейших гор простираются по территории Северного Кавказа. Удивительное место для заряда бодростью и космическими энергиями.

Энергии Северного Кавказа невероятно мощные, сильные и даже целебные. Каждый из регионов Северного Кавказа отличается своим энергетическим шлейфом и ароматом. В горах гуляют дикие и необузданные ветра, снимающие все ограничения у местных жителей и приезжающих в регионы туристов. После снятия ограничений в умах местных жителей и особенно туристов простираются новые нейронные связи, позволяющие выявлять новые намерения и сотворять новые миры, галактики, путешествовать сквозь время и пространство.

Поднявшись на Эльбрус в чудесной и волшебной Кабардино-Балкарии, всего лишь, закрыв глаза, можно телепортироваться на другие континенты по маршруту временного телепорта. Стоит лишь представить себя в желаемом месте и через пять минут телепортации, например, можно очутиться в древней Амазонии на территории современной Бразилии или переместиться в космическое пространство и посетить одну из планетгороскопа, например, Марс или Юпитер. Получить от планет карту



Абрамова Людмила. «Иллюзия реальности», серия рассказов о будущем, которое неизбежно, где НейроГрафика объединяет миры.

реализации маршрута своей личной жизни на земле и, применив рекомендуемые технологии, прожить наиболее яркую, творческую и цветную жизнь, сняв с себя все ограничивающие убеждения и выстроив новые намерения, светящиеся от изобилия нейро линий.

IV

Морское путешествие

Ловить рыбу можно на реке, а можно в мировых водах вселенских океанов и морей. Где-то в аргентинских водоемах была поймана волшебная акула, исполняющая желания. Команда психотерапевтов, психологов и специалистов нейрографики отправились на научный симпозиум в Латинскую Америку. Симпозиум происходил в одной из самой европеизированной стране этого побережья в Аргентине.

На симпозиуме были выбраны новые президенты Нейрографики каждого из материков и в завершении этого чудесного и довольно напряженного мероприятия местные жители приветливой и красивой Аргентины устроили для своих гостей морское путешествие, погружение с аквалангами и также дружественный обед из пойманной рыбы в водах «Голубого океана», где возможно все, даже наличие золотых рыбок размером и формой с современную акулу.

VII

Всемирный конгресс

Тем временем плавно и неожиданно быстро подкрался к действительности 2050 год. Честно говоря, 2050 год, как и все другие измерения и цивилизации существовали и существуют в реальности всегда, прямо в здесь и сейчас. И чтобы увидеть калейдоскоп времен и событий нам с вами, землянам, необходимо специальное оборудование, которое еще только будет изобретено и доступно для широкого применения на планете земля, начиная с 2221 года.

Вернемся пока в реалии три-д восприятия текущего столетия и насладимся всемирным конгрессом нейрографов современности. Такая уникальная возможность стала доступной благодаря открытиям мастера Бо, рассекретившего и преподнесшего планете земля сакральные знания о науке НейроГрафике.



На Всемирный конгресс слетелись эльфы, гномы, гоблины, феи, инопланетяне из всех зарегистрированных в мировой системе галактик. И приглашения также удостоились редкие земляне, прошедшие учение о священной науке НейроГрафике у таинственного мастера Бо.

Конгресс проходил под эгидой президента мира, одного из учеников мастера Бо, достигшего наивысших успехов в овладении искусством Нейрографики и имеющего талант превосходного управленца и организатора. Презентации, фильмы, живое общение и бал НейроДенса проходили на всех языках мира. Все участники прекрасно понимали друг друга благодаря возможностям НейроГрафики и созданию новых нейронных связей, позволяющих самостоятельно понимать и воспринимать информацию на любом языке мироздания. Гости провели чудесные дни вместе, обменялись опытом и впечатлениями и разлетелись по домам, в различные направления сторон света, наполненные энергией и впечатлениями в предвкушении следующего конгресса, запланированного в честь 50-летнего юбилея с момента открытия мастером Бо НейроГрафики.

VII

Гонки на выживание

Путь на собаках через озеро Байкал оказался настолько захватывающим, насколько и чрезвычайно опасным для всей туристической группы, изъявившей встретиться на просторах озера приближающийся новый год по китайскому календарю.

Спасли туристов как ни странно спиртовые маркеры, которыми они не только разжигали костры, чтобы согреться, когда застряли по середине озера по причине поломки транспортной упряжки, но и рисовали. С помощью маркеров группа туристов призывала через рисунок силы Вселенной для их спасения, прорисовывали себе здоровье, благоприятное отношение в своей группе, практически околевшей от холода, очутившись в середине февраля на озере практически без возможности выжить.

Рисовала вся группа, все одиннадцать человек и путеводитель, так называемый местный сусанин. Даже собак пытались заставить рисовать. Снимали себе ограничения, сотворяли новые намерения и все усилия и рисунки были связаны только с одной темой – выжить и быть спасенными из этой не очень веселой и привлекательной ситуации на грани выживания.



И тадам... Ночью над группой туристов в небе пролетал вертолет, увидел огоньки уже затухающего костра, конечно же опустился ближе и в ходе разведки выяснил, что люди в опасности и требуют немедленной помощи, как физической, так и моральной. Через пару часов все одиннадцать туристов, их гид и все собаки были доставлены на берег, отогреты, накормлены и отправлены на отдых и сон.

И в завершении после такого чудесного спасения туристы сговорились и открыли рядом с Байкалом в живописном месте поселка Листвянки Иркутской области филиал школы Мастера Бо и стали преподавать и транслировать НейроГрафику в жизни всех желающих и даже не очень желающих. И буквально через год на Байкале про Нейрографику знали практически все местные жители и приезжающие туристы и даже байкальские нерпы.

IX

Тигры в клетках

Люди в офисе порой напоминают тигров в клетках. Занятые сами собой и разучившиеся «рисовать просто», просто жить и просто работать, они похожи на диких зверей, готовых сожрать первого встречного, даже не разобравшись с его смыслами и посылами, приведшими к вам. Да именно к вам! Пороймывсе в обществе напоминаем тигров в клетках или являемся тиграми внутри своего собственного тела и разума, не позволяющими проявляться велениям души. А тигры ведь — это очень мудрые и грациозные животные.

Они глобально любят удовольствия жизни, двигаются легко и никогда вас не обидят, если только вы не претендуете на их территорию, ну или самку, если речь идет о самце. Важно разрешить своему тигру просто быть и проявляться в обыденной жизни легко и гармонично. И тогда ваша внутренняя гармония приведет вас к удовлетворению. Удовлетворению прежде всего собой и своей жизнью. И ваш внутренний тигр возрадуется и выйдет на свободу. Его не нужно будет держать в клетке, внутри своего тела и испытывать при этом колоссальный гнет и неудовлетворение каждым солнечными радостным на самом деле днем своей беззаботной или безответной и безответственной жизни.



Х

Сила мыслей

Что хочу, то и ворочу, подумала я, и не успев подумать, оказалась в другом параллельном измерении. Измерение это находилось в прекрасных и одновременно опасных джунглях реки Амазонки, большая часть которой протекает по территории невероятно образной и красивой страны Латинской Америки под названием Бразилия. Приключениям, взрывам эмоций, смене состояний и фееричных переживаний не было ни конца, ни края.

Загадочный мир возле реки Амазонки состоял из различных фигур и линий. Линии больше напоминали природные явления, такие как многочисленные тропические ливни, а фигурами выступали местные аборигены и дикие животные, которые в действительности, особенно издали или в темноте напоминали различные фигуры, похожие на круги, квадраты и даже треугольники.

Похитительницы и пожирательницы человеческих тел вблизи даже очень милые и симпатичные. А зовут их пирании, или как местные называют «милые пирашки». Поэтому, при любом желании залезть в воду и охладиться, нужно вспоминать про свой чудесный разум, и, если вы не хотите стать самым вкусным обедом или ужином для пираний, то стоит продолжать свой путь и мечтать искупаться в наиболее благоприятном и безопасном месте. Амазонка, также, как и плоскость листа, не имеет границ. Они, границы, конечно же есть... Но вы не увидите эти границы, даже если будете несколько дней идти вдоль реки в надежде получить приз за доступ к долгожданному финишу.

До границ Амазонки сотни и тысячи километров космического путешествия. Если только вы готовы, то тогда запасайтесь провиантом и в путь. Но лучше конечно с экскурсией или под охраной. С местными аборигенами просьба тоже не вступать в дружественный союз и не искать у них понимания, а то так же, как и с «милыми пирашками» можете стать чьим-то очень вкусным обедом или ужином.

ХІ

Иллюзорный мир

Иллюзия или реальность? А где решили проживать Вы? В каждом дне, в каждом моменте нашей чудесной жизни есть что-то иллюзорное и есть реальное. Восприятие мира зависит от нашей с вами жизненной позиции,



Абрамова Людмила. «Иллюзия реальности», серия рассказов о будущем, которое неизбежно, где НейроГрафика объединяет миры.

точки сборки, сердечной чакры, развития осознанности, да и много чего еще. Но иллюзорный мир прекрасен. Можно понапридумывать себе все, что хочется, и побывать там, где хочется, в любой стране, измерении, космическом пространстве, прошлом или будущем.

А можно прорисовать себе желаемую реальность с помощью алгоритмов Нейрографики и жить в своем реальном мире. Кому-то такая возможность создания новой реальности может тоже показаться иллюзией. Но только практики, различного рода пользователи, специалисты и высшая каста – инструкторы Нейрографики скажут вам, что «Возможно все!». И будут правы. Ну а вы, дорогие читатели или слушатели, если все же подвергаетесь глубоким думам, сомнениям и размышлениям на этот счет, приходите в школу Мастера Бо и тогда вы больше никогда не сможете развидеть ваши новые возможности и способности по управлению собственным проектом под названием «Ваша Жизнь».

[Ссылка на дипломную работу Абрамовой Людмилы в авторском стиле](#)



Автор:
Абрамова Оксана
Супервизор:
Бурова Екатерина

Тема:
Когда сбываются желания – что дальше?

В декабре 2020 года на одном известном марафоне я загадала желания и два из них звучали так:

1. Я хочу владеть техниками работы с подсознанием и видеть успешный результат на себе.
2. Я хочу пройти обучение на коуча.

В тот момент я еще ничего не знала о Нейрографике и никогда не рисовала, так как была в полной уверенности, что не умею. В марафоне мы рисовали мандалу, и мне захотелось поразукрашивать настоящие. Заказала себе подарок к новому году: мандалы, маркеры для скетчинга и почему-то набор линеров. Зачем они мне понадобились, сама не знала.

Далее каким-то образом (не помню!) я узнала про Нейрографику и начала рисовать по бесплатным урокам, а купленная книга с мандалами так и осталась лежать не начатая.

Процесс рисования меня завораживал, доставлял невероятное удовольствие. Я рисовала ночами, пока дети спали. Самое важное – это было моё личное время, которое я проводила с наслаждением. Никаких вау-эффектов, никаких телесных реакций, никаких особых осознаний не было, просто нравилось до дрожи в руках. Очень быстро я осознала, что хочу на курс «Пользователь» (это было 2 января), потому что есть желание понимать процесс.

Выбирала учителя среди трёх инструкторов. О, какой это был опыт! Опущу эту историю, но вывод такой: не все инструкторы одинаково честны... 13 января начала обучение у Анны Соколовой, уже понимая, что пойду на курс «Специалист».



Первая рефлексия

На курсе «Пользователь» я узнала, что такое сопротивление и рефлексия в полной мере, но не сразу. Я выбрала простую тему – «сухая кожа на локте». Образовалась эта «неприятность» давно, на разные крема не реагировала, иногда болела при образовании трещинок, ну и просто неприятно было её трогать. Что я ждала от работы? Да ничего. Понятия не имела, как может нейрографика помочь с проблемной кожей.

Рисую полное АСО. Никаких ощущений, и только в конце, сделав фигуру фиксации, ловлю мысль про свою семью. На этом всё. Я решила, что тема недостойна того, чтобы сдавать инструктору на проверку и начинаю новую.

И вдруг через 2 дня тот вывод трансформируется в вопрос, и мысль начинает раскручиваться. Я нарисовала ещё 3 работы – одну просто увидела внутренним зрением и перенесла на лист (как потом узнала, это называется композиция), далее две мандалы гармонизации, потому что «штормило» не только меня, но и ребенка. И получилось так, что через неделю после первого АСО на локте уже не было нароста, осталась лишь легкая сухость, которая вскоре прошла.

Этот опыт наглядно показал мне, как работает нейрографика. Мне стало интересно узнать побольше алгоритмов и получить право рисовать с другими людьми. Так я приняла решение пойти на курс «Специалист».

Специалист

В феврале прохожу курс «Специалист», досадуя на то, что инструкторский не потяну. Есть желание, но нет финансов, поддержки, времени. В это время кто-то дает алгоритм про исполнение желания, и я загадываю: «хочу обучаться в Институте Психологии Творчества весь год» и вдруг узнаю, что можно пройти программу «Все алгоритмы инструкторского курса»! Радуюсь и оплачиваю.

Решаю, что подготовлюсь к обучению на инструктора в следующем году. Рисую АСО на тему «Я инструктор нейрографики» - это была моя 69 работа и она очень красивая! А уже 72 работу я рисую АСО в рамках инструкторского курса (модуль Пользователь). У меня не зафиксированы даты, но всего 2 рисунка разделяют желание от действительности, а значит не больше недели.



За это время я получила поддержку мужа фразой: «Лучшие инвестиции сейчас – это обучение. Давай иди учишься!». Вот такое начало моего нового пути.

Смотри шире и увидишь

В модуле «Нейроскетчинг» я делала работу по нейрографированию третьего лица, взяв образ Елены Блиновской. Я не отношусь к её фанаткам, но я выделяю её умение жить «в кайф», и именно к этому навыку я захотела прикоснуться.

Работа длилась два дня. Сначала я заснула (рисовала на кровати рядом с малышом, пока он спал), потом отключили свет и я отложила рисунок до завтра (это произошло после округления). А дальше пошел процесс, и поняла я это только на следующий день.

Итак, начался дождь (после недели невероятной жары), отключили свет и воду, а это значит: я ничего не мою, ничего не готовлю, ничего не убираю, не стираю и т.д. Всё мое время принадлежит маленькому ребенку и мне. Получилось так, что я провела день, читая книгу (дочитала, кстати, до конца обе книги Павла Михайловича Пискарева), играя и обнимая ребенка, лёжа рядом с ним и наблюдая его сон и пробуждение. В какой-то момент я в очередной раз за этот день сказала (вроде даже вслух) «какой кайф» и меня осенило: ВОТ ЖЕ ОНО! Я же вчера начала рисовать «жизнь в кайф» и вот так четко это ощущаю!

Да, совсем не так я представляла себе обстоятельства, когда задавала тему, потому что гора невымытой посуды, отсутствие душа (тут надо отметить, что дома наконец-то было прохладно благодаря вчерашнему дождю) и прочие накопленные дела для меня – это причина для раздражения, но в этот раз я была абсолютно спокойна.

Получается, что для каждого человека в данный момент времени «жизнь в кайф» вовсе не картинка жизни другого, а свой личный набор событий, дел, восприятий. На одни и те же события можно жаловаться и говорить, что «всё плохо», а можно посмотреть под другим углом, принять, насладиться и вдруг понять, что вот она – жизнь в кайф. Надо шире раскрывать свое сердце. Всё происходит во благо нам. Ах да. Перед работой я делала упражнение «20 слов за 2 минуты». Там была фраза «свобода от рутины». Сбылось. Жду исполнения всего остального.



Спецэффекты

Это был модуль «НейроМандала» и моя первая работа. Тема – взаимоотношения в семье. На самом деле самое важное, что я хотела проработать – это отношения с младшим сыном, но было интересно посмотреть (почувствовать), как дела с остальными членами семьи. Набираю композицию – круг «взаимоотношения с младшим сыном» получился огромным. Ну да, это очень важный вопрос. А дальше вдруг появляется круг «взаимоотношения с СОБОЙ» и он тоже внушительный по размеру. Круги «взаимоотношения с мужем» и «взаимоотношения со старшим сыном» получились небольшие и где-то в стороне.

Первое осознание пришло после линий поля. Они выделили «течение» энергии от круга «я» к кругу «я и младший сын», то есть мои взаимоотношения с собой – это подпитка для взаимоотношений с сыном. Глубочайшим пониманием того, что происходит, пришло на упражнении «20 слов за 2 минуты» в конце работы. Именно из этих слов я поняла, что зерно – это моё чувство вины перед сыном, а он своим поведением показывает, что любит и доверяет.

Сделала медитацию – попросила прощения у сына, а дальше пошли спецэффекты. Во-первых, на следующий день сын первый раз согласился пойти играть с бабушкой без меня (!!!) и длилось это около 2 часов. Во-вторых, на следующее утро я проснулась с расстройством ЖКТ и температурой. Поразмыслив о том, чем же могла отравиться, поняла, что дело не в еде. Немного зная психосоматику, решила, что расстройство получила из-за того, что «не могу переварить» своё чувство вины. Через сутки всё прошло, даже без таблеток для пищеварения, ела всё, как обычно. Что еще раз подтверждает, что дело было не в еде.

Зубная фея

Есть такие ситуации с детьми, которые даются мне очень сложно, например, лечение зубов пятилетнему сыну. Эта история длилась долго, потому что ему было страшно и больно, а я, не имея другого опыта, позволяла врачам (трем, у которых мы были) лечить ему зубы без наркоза. Я стала рисовать эту тему, так как хотела наилучшего исхода. И вот ситуация складывается так, что мы не можем попасть вначале к одному врачу. Другому врачу он не дался совершенно, и она не хотела больше с ним работать. Стоило бы расстроиться, но я ловлю себя на том, что совершенно не переживаю, просто жду и рисую АСО на тему «убрать страх».



Через два дня муж находит врача, которая работает со взрослыми, но у неё дочка шести лет, и она лечит зубки ей и детям по знакомству. Лечит без боли, мастерски делая укол так, что ребенок не замечает. Ставит цветные пломбы - дает ребенку самому выбрать. Мы ходили к ней восемь раз прежде, чем сын дал начать лечение – настолько был напуган предыдущими врачами. Каково её терпение! Все зубы залечены и у сына, и заодно у меня. Эти события были после проработки кейса «Я доверяю Миру, я доверяю Богу, я доверяю себе». Считаю этот случай отличным доказательством того, что кейс сработал.

Необычный АВН

Запрос перед рисованием АВН был про сына и его здоровье. Работа далась сложно - были яркие телесные реакции, не было никаких осознаний, просила у пространства подсказку. Когда написала слова по окончании работы, вдруг полились на лист фразы - аффирмации в виде обращения к сыну. Этот текст я стала читать заснувшему сыну каждый день. Не могу точно сказать, когда заметила изменения – через месяц или полтора. И эффект был не тот, что я ожидала, но очень крутой. Ребенок, который полтора года грыз ногти, перестал это делать! Я ведь уже консультировалась с неврологом и собиралась обращаться к детскому психологу. Не пришлось!

Путь, длиною почти в год – мои изменения

Тема материнского выгорания, депрессии, потери ресурса и прочие прелести декретного «заточения» сейчас очень яро обсуждаются на каждом углу интернета, ну а точнее - на странице любого психолога, не психолога, недопсихолога и т.д. Я и сама могу писать посты на тему выгорания, хотя я не психолог, но зато имею дважды-опыт и декрет мой длится шесть с половиной лет. Были там и депрессии, и подъемы, и перезагрузки, и «взяла себя за шкуру и вытащила из этого состояния», и поддержка близких, и их же непонимание и обиды. Это сложно – быть всегда в ресурсе, мягкой и пушистой с окружающими, когда ты не вообще принадлежишь себе. И никакие волшебные списки ресурсных занятий от коучей не помогут, пока ты не найдешь свой способ наполняться энергией и успокаиваться.

Когда родился первый сын, меняхватило на два года. Потом захотелось чего-то большего, кроме домашних забот, кубиков и машинок. Тогда я освоила новую профессию и успешно отработала полтора года. Почувствовала, что выросла из неё и стала водить носом вокруг в поисках интересного и нового. Уже тогда в почте пылилось письмо с доступом на бесплатные две недели обучения коучингу, но не успела я ничем заняться – родился второй малыш. Когда ребенку исполнился год, мозг вспомнил, что



остановился на поиске интересных знаний и новой профессии и потребовал продолжения поисков. Так как приближался новый год, я не нашла ничего лучше, чем загадать желание и тут-то я попала в мир нейрографики и коучинга. В точности, как было в моём запросе.

Погружение было резким - как в прорубь, только теплым и приятным. Рисуя ночами, я чувствовала, что происходит со мной что-то необычное. Процесс стал для меня очищением от дневной суеты. Зима. Сейчас, вспоминая январь-март 2021 года, ощущение, что пробиралась сквозь дебри. Никто не понимал, что я такое делаю, некоторые насмехались, а я кайфовала от ярких переживаний своего личного времени, от общения с самой собой, от познания своего внутреннего мира. Я просто чувствовала, что это моё и спасибо мужу, что он не был против.

Весна. На инструкторский курс попала только в середине апреля, потому что долго собиралась, сомневалась и не могла себе позволить. Позволил мне муж, за что ему опять спасибо. Весна была азартна и чудесна, так как пришлось догонять группу и доказывать близким, что я это смогу. Смогла. Два реферата были сданы в первых потоках. Было ли сложно? Нет. Было интересно и драйвово, но если с рефератами я справилась быстро, то с коучингом были заминки и страхи. Времени не хватало, начала подкапливать хвосты.

Лето. Ах, это лето! Я прорисовывала его. Я расковыривала его в своих работах, пытаюсь заглянуть в будущее, прощупать события и свои ощущения, настроить планы. Получалось. Лето обещало быть разнообразным и сложным. Так и случилось. Но (спасибо каникулам) я подчистила все долги по учебе, поработала с клиентами, а потом перестала работать с клиентами, ушла с головой в личную практику, в свои кейсы.

Ах да, тут же в начале лета дали право вести курс «пользователь» и многие побежали это делать! А я? А я не могу. У меня просто нет времени и сил. Самобичевание со всеми прелестными сопутствующими чувствами уничтожения не заставило себя ждать. Выбиралась из этого с помощью проработки на коуч-сессиях. Помогло! Приняла то, что могу двигаться в своем темпе, без гонки и оглядки на других.

Было ли сложно? Да. И та точка «смерти», о которой говорил Павел Михайлович, тоже была. Когда рисуешь и кажется, что всё пусто – нет ни рефлексии, ни результата, ни вообще понимания – а что такое я делаю? Когда усталость сводит на нет весь кайф.



Когда кажется, что не получится справиться самой, а помощи не ожидается. Но и тут нашлась поддержка – от куратора. Спасибо ей за мягкость и тактичность.

Осень. Мое любимое время года и оно просто не могло меня подвести. Что сделала для меня осень? Она растянула время, чтобы я успевала – рисовать свои рисунки, работать с клиентами, смотреть вебинары, делать еще тысячу личных и домашних дел параллельно. Было ли сложно? И да, и нет. Нет, потому что я уже чувствую себя уверенно. Потому что у меня куратор – просто чудо и я твердо уверена, что она поможет в любой момент. Потому что родные приняли происходящее и помогают, стараясь дать мне время на учебу.

Потому что я уже не завишу от мнения окружающих и готова открыться миру (надо только чуть-чуть подкоптить сил для нового пути). И да, было сложно, потому что дел всё больше, а усталость уже накопилась в серьезном объеме. Зима. Она начнется с того, что дипломы будут сданы и я позволю себе отдых без списка дел, без обязательств, без суеты и планов.

Каким я вижу будущее

В самом начале, когда я выбирала инструктора для обучения, довелось мне сходить на личную видео-консультацию к одной успешной леди, которая позиционирует себя как суперкоуч, лучшая из лучших и тому подобное. Я не напрашивалась к ней, потому что эта «суперзвездность» меня несколько отталкивает. Консультацию мне предложила её помощница, когда я задала несколько вопросов про обучение. Можно написать отдельное эссе о том, как прошла эта консультация, но это будет не этично. Но она сказала нечто важное, что запало мне в голову уже тогда – нейрографика может быть профессией. Пазл в моей голове начал складываться несколько иначе и быстрее, чем раньше.

Однажды мне случайный астролог дала небольшую консультацию. Она сказала что-то о том, что у меня получится учить и что мой успех в сфере обучения, причем чему-то своему. Это меня несколько расстроило, потому что непонятно – чему я могу кого-то научить? Я не преподаватель, у меня нет никаких знаний, которые можно или нужно передавать. Послушала, записала (сейчас и не вспомню, куда, но надо бы найти) и забыла. Прошло сколько-то времени. В моей жизни есть инструмент, которому я могу обучать и где я могу проявить свою индивидуальность, создав свой собственный алгоритм. Это ли не чудо?



Была и другая консультация с астрологом на тему профориентации. Мне сложно было понять всю суть этой беседы и вообще язык астрологии, поэтому ничего в моей голове не отложилось, зато когда я астрологу рассказала о своем новом увлечении, она сказала, что я не могла найти ничего лучше для себя, чем соединение творчества и психологии. Ох, как это меня вдохновило! И это было одним из кирпичиков в строительстве моего намерения идти на инструкторский курс.

Основываясь на этих двух напутствиях с неба, плюс чувствуя кайф от рисования, я думаю, верю, надеюсь, что нейрографика станет моей профессией. Я ощущаю свой огромный потенциал, вижу множество направлений для развития и это бесценно для меня. Нет стены впереди, нет предела в применении метода, нет тупика в развитии. И, как никогда, я верю в то, что это будет прибыльным занятием.

Вижу ли я прямой путь к успеху? Нет. Понимаю, что очень много надо сделать, чтобы прийти к успеху, но меня это не пугает, потому что путь этот в удовольствие. А что делать с переживаниями, со страхами, с провалами, отсутствием веры, я знаю – рисуем АСО. Наблюдая за успешными инструкторами, я понимаю, что у меня есть всё, чтобы сделать так же, но своим способом. Путь к успеху или не успеху у каждого свой. За этот без двух месяцев год я нарисовала более 250 рисунков. Уже перестала нумеровать, честно говоря. Два толстых блокнота исписаны рефлексией и так интересно пролистать их.

Есть темы, которые ждут проработки, и я займусь ими в декабре. Есть мысли о собственном алгоритме, буду пробовать на себе и отслеживать результаты. Есть мысли о том, с чего начинать воплощать свою реализацию как инструктора. И главное – есть предвкушение, нетерпение, огромное желание. Но прежде я дам себе отдых. Даже в одной из последних работ (в модуле «НейроЦель») на тему «я успешный инструктор нейрографики», вывод получился о том, что перед рывком нужен отдых. Послушаю себя, послушаю свое подсознание и подсказку Вселенной, отдохну и отправлюсь в этом интересный, творческий, красивый путь.



Я полна благодарности:

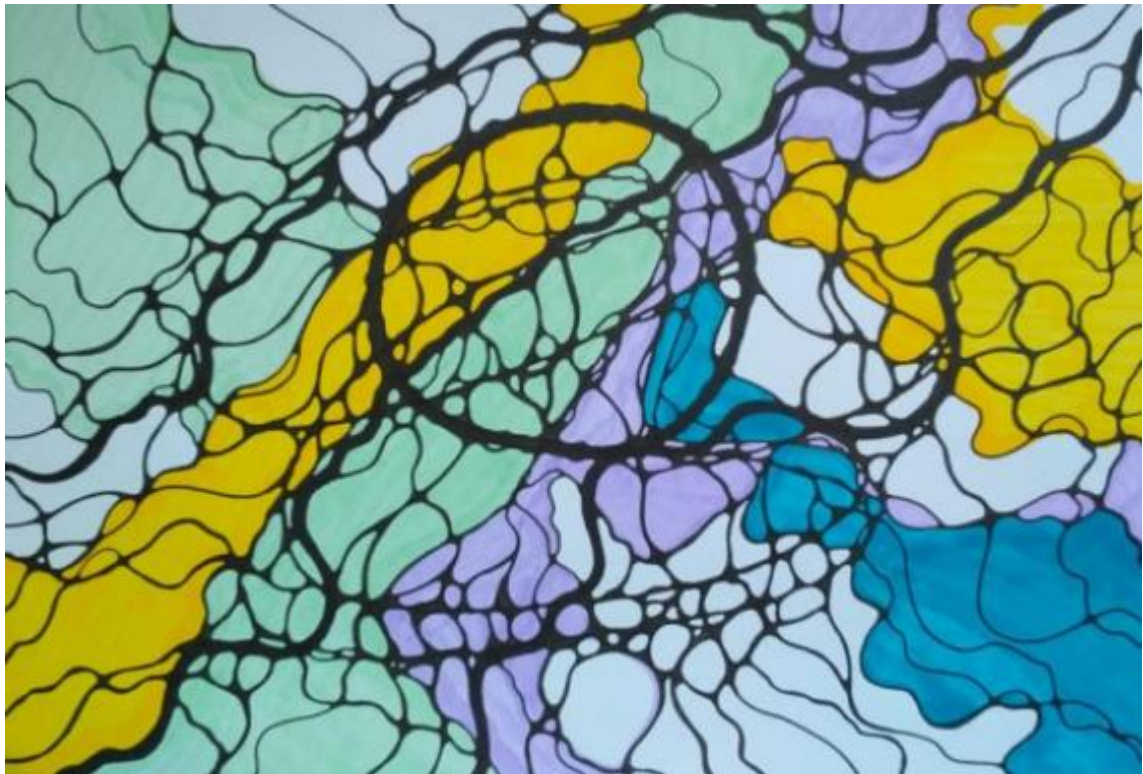
- к жизни за то, что познакомила меня с НейроГрафикой, так быстро откликнувшись на моё желание;
- к Павлу Михайловичу Пискареву, за этот удивительный творческий метод и за то, как легко он поддерживает во мне уверенность в правильности пути;
- к своему куратору Екатерине за то, как отзывчиво, как тактично, как мягко она умеет учить, помогать, поддерживать. За нашу созвучность, за легкость общения, за помощь на каждом шагу на протяжении этих месяцев с самого начала, с курса «Пользователь»;
- к супервизорам, кто чутко относился к моим работам и старался помочь советом. Кто не был равнодушным и радовал меня добрыми словами;
- ко всем родным, кто поддержал, несмотря на скептицизм и недоверие;
- к тем, кто доверился мне на коуч-сессиях, кто открывал мне сокровенные мысли, не боясь, кто доверял мне переживания и верил в мою поддержку, кто делился результатами и радостями;
- к тем, кто воспринимал меня как профессионала уже сейчас;
- к тем подругам, кто ждет от меня уроков (Есть и такие!);
- к себе за то, что научилась слушать себя, исполнять свои желания, доверять своим ощущениям, не оглядываться на мнение других. За то, что делаю, несмотря на сложности. За то, что посмела сделать этот шаг, не испугалась ни сроков, ни обстоятельств, ни стоимости. Благодарю Вас - того, кто читает это эссе, за Ваше время, уделенное мне, и за Ваши эмоции, вызванные моими строчками. Надеюсь, Вам было интересно

[Ссылка на дипломную работу Абрамовой Оксаны в авторском стиле](#)

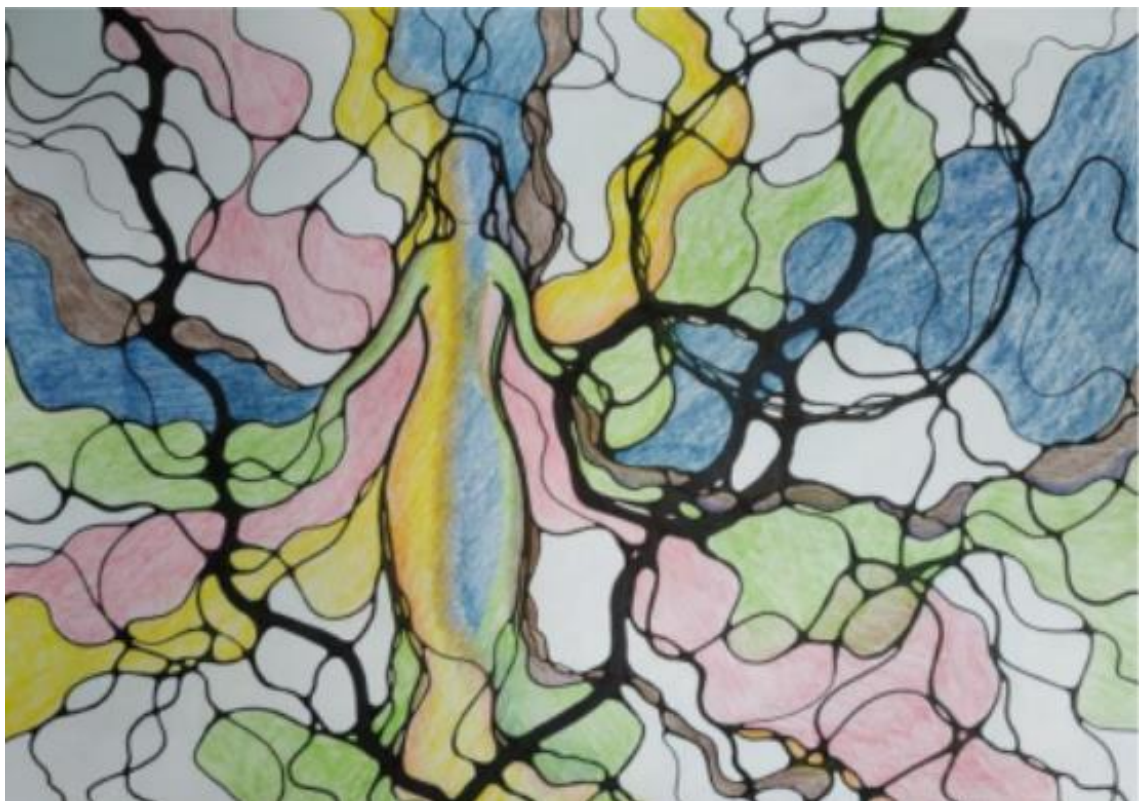


Работы

Тема: я в спокойном и гармоничном состоянии.



Тема: уверенность в себе.





Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Автор:
Андерссон Ирина
Супервизор:
Лобанова Татьяна

Тема:
Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг
благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

КАК РИСОВАТЬ ТАК ЧТОБЫ СБЫВАЛИСЬ ВАШИ САМЫЕ СМЕЛЫЕ ЖЕЛАНИЯ И ПЛАНЫ? Для меня таким методом стала НЕЙРОГРАФИКА! Это ПОДАРОК ЖИЗНИ.

НЕЙРОГРАФИКА быстрый и простой в исполнении способ формирования новой реальности. Но простой только если ты обучен ему . В острые простой для понимания алгоритм решения персональных и организационных задач. ЭТО НАУЧНЫЙ ЗАПАТЕНТОВАННЫЙ МЕТОД . МАГИЧЕСКИЙ =ПСИХИЧЕСКИЙ Тонкая настройка коммуникации любого рода: с собой, с близкими, партнерами, деньгам. Настройка к бизнесу, к организации, процессу, смыслу и ситуации.

ЭТО ВОЛШЕБСТВО имеет НАУЧНОЕ ОБОСНОВАНИЕ. Метод для ВСЕХ кто ГОТОВ взять управление Жизнью с СВОИ РУКИ . Для тех кто открыт новому и интересуется личностным развитием . Кто верит , что он сам СОЗДАЕТ СВОЙ МИР.

Нейрографику полюбили , рисуют и применяют в 40 странах мира. Я влюбилась в НейроГрафику с первого взгляда ! Это была весна 2018 год . Шри Ланка . Я была на ретрите.

Меня поразила космический рисунок , сделанный моей знакомой . Но тогда я не знала , что это за метод . Что у него есть автор. Что метод запатентован . Я увидела рисунок и услышала название НейроГрафика ... Тогда я уже знала что придёт время и вернусь к этой теме. В ноябре 2018 я приехала в Санкт -Петербург , пригласила ещё 2 подруг , вдохновив их моим рассказом , и мы пошли на встречу где познакомимся с эти методом ближе .



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Выброс ! Это так мощно ! Освобождение от ограничений , всего не нужного . Так как я уже к тому времени 20 лет занималась саморазвитием , исследовала себя и искала надёжные способы трансформаций и управления своими состояниями -я сразу осознала что это ТО самое ! Полный восторг от освобождения ! С первой же линии влюбленность переросла в любовь .

Так я познакомилась с Алгоритмом Снятия Ограничений. Но я так и не узнала , что этот метод запатентован и есть возможность развиваться в нем. Узнала я об этом случайно позже и пошла обучаться уже осознано. Я закончила курс Пользователь. И конечно же мне захотелось продолжить . Я прошла курс специалист. В это время я проходила сложный развод . Этот метод помог мне восстановиться , спланировать мою жизнь дальше. Я рисовала ,а мои планы и мечты исполнялись . Большинство работ того времени нарисовано на формате А 3 . Много много линий , я меняла мышление , создавала новое намерение , моделировала и создавала мое счастливое будущее . На каждый рисунок уходило минимум 4 часа в день. Так прошёл год. Так же я стала проходить курсы из инструкторского курса.

В то время полная стоимость курса казалась мне космической . У меня не было накоплений, много средств уходило на развод , адвоката и жизнь в Швеции дорогая . Когда мои близкие спрашивали что тебе подарить на день рождения или на какой то праздник , я отвечала курс НейроМоделирование , курс управление цветом (НейроКолор) , НейроЦель . Я рисовала, становилась сильнее и стали происходить изменения и во внешнем мире . Все складывалось наилучшим образом для меня.

Иногда это зависит от других людей и обстоятельств , иногда от моих действий и поступков. Я благодарна Павлу Михайловичу за такой глубокий научный подход и метод. НейроГрафика заменила мне часы и годы терапии - я уверена в этом! Итак , со временем я окрепла . Осознала в каком направлении я хочу расти и развиваться. И что удивительно... когда я рисовала мечты и планы , я часто врисовывала инструкторский курс . Я не особо верила что это возможно для меня в 2019, но позволила себе мечтать и желать. В 2020 я уже могла оплатить обучение . Я знала что деньги приходят под наши планы. Возможно тема была не достаточно проработана .. и в 2020 технически я не смогла сделать перевод в Россию .

Но я начала как специалист проводить мастер классы по НейроДреву , НейроЛотосу и Шаманскому дождю (НейроДождь). Не часто , но уверено. Позитивные отзывы вдохновляли . Метод в Швеции малознаком людям и мне хотелось делиться им и развивать его . В 2020 рисуя шаманский дождь я



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

смешки сеяла семена инструкторского курса нейрографики и они проросли . В марте 2021 я была зачислена на курс в Институт Психологии. Творчества . Ура! Я сделала это. Ещё одна мечта осуществилась . Я начинаю обучение , увлекательное путешествие и более глубокое погружение в метод. И сейчас в ноябре 2021 я рождаюсь как инструктор .

Пришло время подтвердить свои компетенции и подвести итоги о проделанной работе за 9 месяцев. Как метод повлиял на меня, мою действительность и мои личные трансформации . Я по прежнему влюблена и очарована . В планах развиваться самой и популяризировать метод в Швеции . В моей мини группе по обучению я первая сдала реферат по Пользователю и НейроКомпозиции потому что мне очень хотелось делится этим методом с людьми , делать это экологично и профессионально. Я рада быть проводником в Мир НейроГрафики .



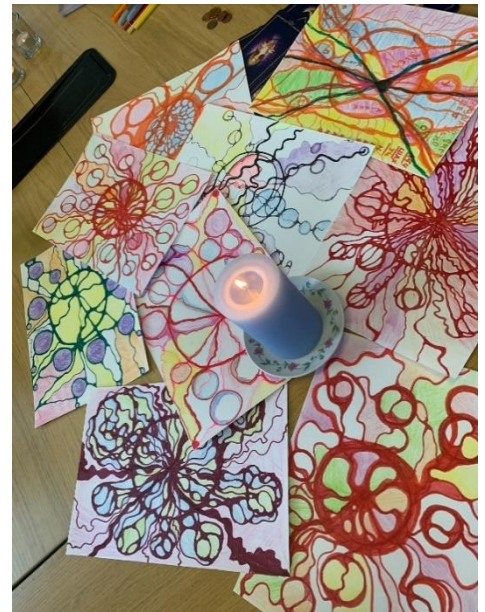


Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Итог: 16 живых встреч за 8 месяцев с регулярностью раз в две недели , 16 мастер классов.

12 обученных сертифицированных Пользователей Нейрографики. 2 Пользователя планируют обучение на инструкторском курсе 2022 года.

8 Групповых тематических встреч онлайн . Работа с индивидуальными клиентами по запросу , кейс от 3-5 работ. 9 клиентов



Мною нарисовано более 100 работ за время обучения в этом году.

Из моих желаний , которые были порисованы и реализовались самыми разными способами : обучение у лучших наставников и мастеров.

В этом году я прошла обучение и получила сертификат и прохожу обучение

- 1 Сертификат Коуч по снижению веса в Американской Академии ФИА
- 2 Обучение и сертификат в Австрийской школе нетрадиционной медицины «Тринержи»
- 3 Сертификат access bars
- 4 Обучаюсь как инструктор нейрографики и эстетический коуч
- 5 Обучаюсь как бизнес тренер в полугодовой программе Platina

Исполнилось мое желание и я стала амбассадором и мастер коучем в Американской Академии Профессионального Коучинга ФИА . Обучаю коучингу.



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Я встретила с мамой в сентябре . Это было трогательно . Мы не виделись 3 года. У меня был кейс на эту тему. 16 марта 2020 когда я побиралась в Россию , закрылись границы . Это был шок для меня . И потом когда появилась возможность я по каким то внутренним причинам не могла поехать. Видимо боялась повторения. После проработки ограничений я смогла это сделать. Благодаря нейродождю Путешествия реализовались в большом количестве. Сейчас я поставила это желание на паузу. Так много так много что надо отдохнуть.

Прекрасные гармоничные сбалансированные личные отношения. А также смена статуса на невесту.

В этом году я осуществила ещё одно желание/ В сентябре этого года в составе любительской студии было мое выступление на сцене театра с настоящими зрителями . Я даже не могла мечтать о таком раньше.

Чем ещё хочется поделиться... организовала и провела 3 выездных слёта фей и волшебниц за городом в компании единомышленников , женщин кому интересен личностный рост и развитие.

Все это мои мечты и планы , которые стали исполняться благодаря нейрографике и рефлексии . Я позволяю себе творить и создавать свой мир. Меняется окружение на ещё более позитивных осознанных людей. Я осознаю свою миссию , которая есть у каждого человека а не только у гениев и больших компаний. Все это наполняет меня смыслами и содержанием. Ведь важно осознавать причинно-следственную связь. Понимать что даёт позитивные изменения для того чтобы применять знания дальше. В нейрографике рефлексия занимает важное место . Мы всегда в контакте с собой. Точки внимания : что я чувствую в теле? какие чувства , эмоции ? Как я себя ощущаю ? Какими смыслами наполняюсь ?

Я хочу поделиться отзывами моих учеников курса Пользователь. Даже во время обучения проработав запрос каждый получил свой результат. И это воодушевляет .

Отзыв Вероника К. Пользователь «Хочу написать свой отзыв о курсе пользователя нейрографики, который я прошла с Ириной. Начну с того что первый раз я пришла на нейрографику проработать свою проблему в состоянии отчаяния. У меня много проблем, прямо таки Гордиев узел и распутать никак не получалось, только наоборот. Решила, что хуже не будет.



Пришла с одной проблемой, в процессе поняла что надо решить другую, ибо без неё первая не решится. Я например не понимала, как проблема в отношениях может решиться с одной стороны, ведь в отношениях двое. По логике, это смириться с тем что идёт в разрез твоим принципам. А если это важно для тебя? Но я всё же прорисовала проблему.

Я была в шоке. Я пришла домой и сам мужчина заговорил на тему. Я смогла высказать своё недовольство, а для меня это очень сложно. Сама не знаю откуда смелость взялась, но я сказала что меня не устраивает. И это был важный и серьёзный для меня вопрос. Я была уверена в совершенно другой его реакции, но он согласился и мы вместе пришли к общему решению.

Я не сторонник нереального, но факт остаётся фактом. Наверное и я говорила убедительно, и без истерик, и что-то ещё, но проблема решилась. И тогда я решила пройти курс пользователя.

Скажу сразу, что имея багаж знаний и рисовать, опираясь на них, и не имея этих знаний, это две разные вещи. Имея сейчас знания и практику в рисовании я могу посоветовать всем, кто не прошёл курс пользователя рисовать только под руководством инструктора офлан или онлайн. Когда инструктор рисует с вами, у него нет задачи научить вас, его цель - проработать с вами вашу проблему.

Да, алгоритм остается с вами, но всех знаний и нюансов вы не знаете, а в процессе рисования может вылезти любой новый нюанс и спросить, уточнить будет не у кого. По видео инструктор всё хорошо объясняет, но в общем и у каждого своё понимание. Это не потому что кто-то глупее или умнее, просто мы все разные. Даже слово "дорога" каждый понимает по-своему. В живую, инструктор всегда может подсказать, объяснить. Кроме того, если вы что-то делаете не так, вот вы считаете что вроде всё делаете как было сказано, а на самом деле не так, в живую инструктор всегда может увидеть и исправить. А вот имея курс пользователя, вы уже априори понимаете о чём речь, вы уже можете извлекать больше пользы от практики, осваивать новые алгоритмы уже по видео, так как уже есть база знаний. Во всяком случае именно так у меня.

Нейрографика мощный инструмент, но у него есть техника безопасности и её надо соблюдать. Это как электричество. Мы же не пускаем детей к розетке, пока не объясним как можно и как нельзя ею пользоваться.



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Иногда дети лезут и ничего не случается, а иногда случается беда. Так и тут. Если раз пронесло, не факт что так будет всегда. Ну и какие результаты у меня. Начали решаться мои проблемы, распутываться мой узел. Налажились отношения, я нашла свою нишу в бизнесе. Сам бизнес стал налаживаться. Я приобрела уверенность и спокойствие, увидела цели. Вообще, курс пользователя мне заменил кучу психологов, которые на самом деле не помогали. Дело не в том что они плохие, просто их методы мне не подошли. Тут кому что подходит. Лично мне подошла именно нейрографика, а курс пользователя это базовые знания для её использования. Это личное моё мнение и моя реакция мозга и на сам метод и на курс.» Рисунок Вероники.



По технике безопасности хочу добавить . Одна моя знакомая , которая выбрала изучать метод самостоятельно дала мне такую обратную связь: «Как так ?! Я нарисовала нейрографику -выброс , а потом на ровном месте поругалась с мужем»

По этой причине автор метода Павел Пискарев рекомендует проходить обучение основам НейроГрафики с инструкторами , с теми кому он дал права на обучение . А я продолжаю: Отзыв Ксения Л. Пользователь «И наконец я решила пойти на нейрографику. Это конечно бомба. Как это работает для меня.

Я поняла что проработав свой запрос , избавившись от негативных эмоций и убеждений , ощущения изменяются , меняется и поведение и это чувствуется в пространстве . И люди связанные по запросу чувствуют эти изменения тоже . Это как если вы злитесь на человека, он это чувствует, начинает нервничать и злиться и всё, понимания нет.



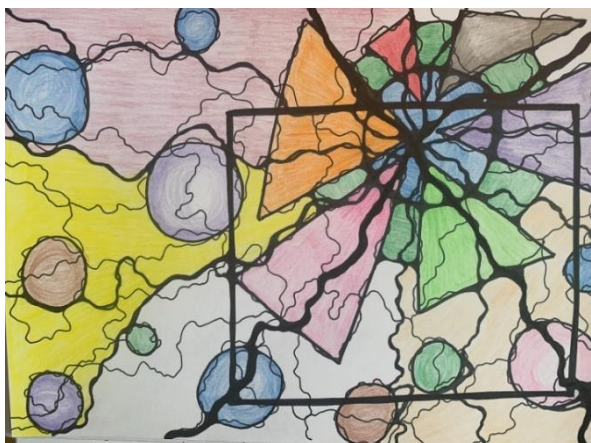
Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Даже разговор на таких нотках ни к чему хорошему не приведёт. А когда вы испытываете хорошее расположение к человеку, он это чувствует и сам идёт на контакт. В общем, проблема которую я тщательно закрывала на потом, оказалась очень важной. Решив её на бумаге я внутреннее успокоилась, стала увереннее и мои денежные проблемы тоже стали решаться. Они ещё не решились, но у меня появилась ясность мыслей, план действий по развитию своего бизнеса, который я забросила несколько лет назад.

Подводя итог: Я стала лучше понимать себя, стали более ясными цели и планы их достижения. Я поняла, хотя думаю что ещё не все, но уже увидела те стопоры и антипрограммы в моём сознании, которые перекрывают мне движение вперёд. Такой простой пример. Помните школу? Вот учитель задал вопрос, вы знаете, но не поднимаете руку, потому что боитесь, стесняетесь, нельзя быть выскочкой и так далее. Но кто-то поднял руку, ответил, получил отличную оценку, а вы так и сидите. Вот это стопоры и он работает всю жизнь с нами, а таких скрытых негативных программ у каждого из нас полно и они разные.

Вот нейрографика помогает выявить эти программы и найти путь избавиться от них. И это малая часть что дают занятия, там много интересного и полезного. В итоге меняется твоё сознание, поведение и соответственно результат. И начинается волшебство, которое в целом, вполне можно объяснить. Мир вокруг меняется, твои мысли, а они материальны. Даже события меняются. Я, конечно, ещё буду заниматься, мне ещё есть что проработать, но результаты уже есть, даже на самом начале пути. И что самое главное, когда вы выйдете твёрдо на свой путь, вы уже сами можете идти. Все.»

Сейчас Ксения прошла курс НейроМоделирование и НейроКолор. В планах курс Специалист и Инструкторский.



Отзыв Татьяны Г. Пользователь Татьяна также прошла обучение на курсе Пользователь и 3 сессии как эстетическим кочуем. «Хочу выразить огромную благодарность Ирине, за совместную работу - коуч сессии с элементами нейрографики. Чуткий и внимательный подход к клиенту.



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Ирина специалист и профессионала своего дела. За время совместной работы произошли некоторые трансформации : - начала выстраивать личные границы(раньше было очень сложно это делать) - начали встречаться интересные люди, новые знакомства - стала более открытой, принимаю новые возможности, работаю с принятием. Многие моменты уже воплотились в жизнь.

Это волшебно, то ли ещё будет... :)))) Рекомендую Ирину как прекрасного специалиста и проводника в новую реальность »

С помощью НейроГрафики любой обученный человек может самостоятельно решать различные жизненные задачи и получать нужный результат СОЗДАВАЯ КОНТРОЛИРУЕМОЕ БУДУЩЕЕ. Это увлекательный метод изменить себя и свою реальность . Отзыв Светланы Н. Пользователь «Казалось бы ..рисуешь просто линии, кружки, сводишь их вместе и пока все это делаешь, меняется твоё состояние..... линии текут легко и не произвольно и так же незаметно легко меняется твоё восприятие проблемы и сознание того, что решение рядом. Рекомендую всем кто хочет изменить свою жизнь к лучшему!»

отзыв Яна Т. Пользователь

”Я открыла нейрографику с помощью коуча Ирины которая изменила мою жизнь в лучшую сторону. Ирина стала для меня проводником и vägledare , открыла для меня новые стороны моей личности и пути решения. Нейрографика заинтересовала меня не только как терапевтический метод для себя но и как способ углубиться, познать себя больше, увидеть свои темные и светлые стороны в сознании/ omedvetna/ бессознательном. Я нашла в нейрографике потенциал над которым можно бесконечно работать и Ирину как проводника и наставник в моей жизни»





Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Отзыв Ирина Б. участница офлайн встречи НейроПортрет "Вот и я попала на чудо нейрографику, которая так мне была любопытна и притягательна.

Спасибо, Ирина, за этот замечательный и совершенной новый опыт в моей жизни. Мне иногда кажется, что чем старше я становлюсь, тем больше я себя не узнаю или даже, что я меньше себя знаю .

Так вот, нейрографика стала для меня новым открытием и познанием себя, углублением в себя, что является ценным в таком суматошном и стрессовом жизненном темпе.



Очень также понравилась подача , проведение и структура занятия. Впечатлена, прийду ещё»

Для настроения хочу добавить отзывы с групповой встречи Шаманский дождь

Участницы :

Шаманка ЛуЛу
Золотая Белка
Бегущая По Волнам
Зоркая Чуйка
Огненная Звезда
Рисующая На Небесах
Идущая Дорогой
Зоркий Глаз
Вольный Ветер
Прекрасная Богиня
Рождённая под Венерой
Летающая Звезда
Светлое Крыло
Рождённая Солнцем



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

«Это было весело, игриво . И одно желание мы исполнили сразу .Все вместе спели песню. Было очень позитивно!»

«Мы продолжали чудить после нейрографики с девочками и к нам с небес спустился шарик на Drottninggatan. Мы написали свои желания на шарике и под Хейа Хейа Ха и Хейа Хейа Хей отпустили шарик. »

«Ира большое спасибо за эту встречу. Было ощущение приподнятости и свободы. Шла на эту практику и думала, надо это мне, лучше дома полежать Но после поняла, что буду ходить на каждую такую встречу. Было очень душевно, много хорошей энергии, девочки все классные. Спасибо большое »

«Спасибо огромное, было душевно, тепло и дружелюбно! Как будто бы все давно друг друга знают оочень давно я в восторге! Благодарю вас Ирина! И всех всех всех! Вы супер!!! »



В заключение хочу добавить, что я счастлива и рада быть сопричастной. Мое качество жизни улучшилось. Павел Михайлович щедро делится своими знаниями . Метод и мастер вдохновляют меня развиваться дальше . Мне радостно быть частью сообщества.

P.S Ещё одно достижение этого года. Я совместно с единомышленниками организовала общественную культурный организацию в Швецию. Цели и задачи , которой популяризировать НейроГрафику и НейроАрт. Пожелайте мне удачи.



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

И пока я писала своё эссе я получила отзыв по курсу Пользователь Нейрографики , который проводила онлайн. Не могу не поделиться . Светлана Л .

«Курс Пользователь был полезен тем что я получила способ выражать мои эмоции, признавать мои страхи и преобразовывать их в слова и действия.

Узнала о себе, скорее не узнала а почувствовала, ощутила мою внутреннюю силу. Чувствуется как будто у меня за спиной есть два огромных крыла и я в любой момент могу оторваться от земли - стоит только слегка оттолкнуться.

Чувствуется поддержка, уверенность в себе. Не знаю как понятней сказать - чувствуется что внутри меня как будто открылся какой то энергетический источник, родник.

И проснулось чувство свободы, чувство полёта, желание жить и узнавать себя . Что заметила - у меня отступает чувство вины. Раньше я очень боялась говорить "нет", ставила желания других на первое место. Теперь разрешаю себе чувствовать то что чувствую и говорю об этом.

Заметила как изменились окружающие по отношению ко мне. Раньше я так боялась говорить о своих желаниях и потребностях. Привыкла просто забивать себя и слышала только критику в свой адрес . Теперь замечаю как изменилась действительность. Что люди оказывается вполне нормально и без критики и упрёков воспринимают меня.

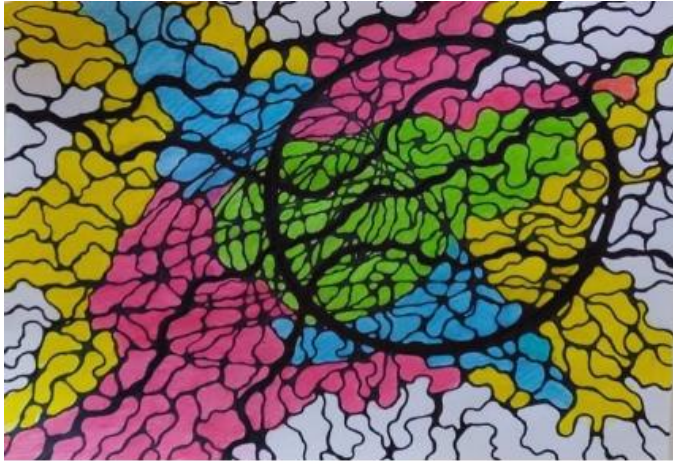
Привычка думать негативно всё ещё осталась конечно, но уже прямо начинаю отлавливать себя на этих мыслях и обращать внимание на плюсы тоже!

Пришла на курс с запросом "жизнь это борьба, война" и теперь вижу что это не так и чувствую как начинаю расслабляться и просто радоваться тому что есть. Начала дышать свободно.

Курс проходил онлайн. С малым количеством участников. Сначала я боялась делиться своими эмоциями открыто при всех. Потом это напряжение спало и я начала говорить вслух о моих ощущениях. Посоветовала бы всем кто "потерялся", запутался в себе. Тем кто устал бороться с обстоятельствами и тем кто ищет какой то выход."



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.



[Ссылка на дипломную работу Андерссон Ирины в авторском стиле](#)



Андерссон Ирина. Как изменилась моя жизнь и жизнь людей вокруг, благодаря НейроГрафике, как методу управления реальностью.

Работы

Тема: Создание бизнес проекта и продвижение.



Тема: кто я, какая я, какие мои ценности.





Автор:
Андреева Валентина
Супервизор:
Скубо Анастасия

Тема:
Курс-Тренинг по НейроГрафике

"Распаковка Желаний" на основе технологий Татьяны Мужичкой.

Введение

Мне всегда было интересно, почему у некоторых людей желания сбываются легко и радостно, а другие мечтают годами и нет даже намёка на проявление результата. Своё любопытство я пробовала удовлетворить, изучая разнообразные способы, обещающие создать вспомогательную базу, такие как построение карты желаний, списки «100 желаний», ритуалы и т.п. Однако в этих способах не было структурного подхода к самим желаниям.

Многие интересуются как желать, чтобы сбывалось и как выйти за рамки бытовых желаний как «застеклить балкон». Ответ я нашла в книге Татьяны Мужичкой «Теория невероятности. Как мечтать, чтобы сбывалось, как планировать, чтобы достигалось». Она предлагает цельную систему представлений, которая описывает все стороны жизни, связанные с исполнением желаний. Интересный психологический подход, который вдохновил меня на изучение своих мечт и повседневных «хочу» более глубоко, чем я делала это ранее. Поступив на учёбу в Институт Психологии Творчества и познакомившись с теорией Метамодекна Павла Пискарёва, я была приятно удивлена схожестью логической цепочки рассуждений.

Погружаясь в глубокое изучение Нейрографики, я поняла, что могу переложить данную технологию исполнения желаний на нейрографический язык, тем самым усилить эффект проработки, а также наполнить процесс работы эстетикой. Согласно исследованиям Эдгара Дейла в 1969 году и созданному им «кодексу обучения», прочитанная информация является одним из самых неэффективных методов что-либо выучить. А неувоенная качественно информация, по моему личному опыту, не внедряется в жизнь в виде регулярной практикующей практики. Таким образом, я сама проработала тему актуальных желаний, используя следующие процессы: чтение книги,



конспектирование, просмотр вебинаров, обсуждение с друзьями и коллегами, и конечно нейро графическое прорисовывание.

После неоднократного нейрографического рисования тех или иных элементов системы разными алгоритмами, у меня сложилась общая концепция. На её основе я сформировала трёхэтапный курс-тренинг «распаковка желаний» по раскрытию истинных намерений и желаний участников. В него вложен основной принцип мнемотехники - чем больше отделов мозга включается в процесс получения опыта, тем качественнее запоминание, в нашем случае программирование на необходимый результат. При этом подкрепление абстракций реальными примерами позволяет усилить эффект. Нейро графическое конспектирование, во время которого желания получают визуальные, аудиальные или кинестетические воплощения в памяти.

Методологическая часть

1-ый этап/ 1-ая встреча

На основе декартовой системы координат организуем инвентаризацию желаний. Проводятся две оси – хочу/не хочу, имею/не имею. В таблице получаются четыре сектора: «Хочу и имею», «Не хочу и имею», «Не хочу и не имею», «Хочу и не имею». Участникам предлагается заполнить эти квадранты относительно себя самого. Первым, что приходит в голову. Отмечать, что при этом происходит в теле, что с настроением, какие эмоции. Выписываем минимум по три пункта в каждом квадранте. Собранный материал формирует материал для основной работы далее. Имея собранный список, мы можем приступить к нейрографическому рисованию, погружаясь в смыслы квадрантов более детально.

В соответствии с базовым алгоритмом, мы должны задать тему рисунка. У нас уже состоялось мысленное погружение в ощущения наших желаний. Что есть для нас - «хотеть» и «иметь».

Набираем композицию. Наносим на лист бумаги систему координат, тем самым разделяя его на 4 части. Предлагаем участникам обозначить фигуру «Я», интуитивно выбрав место на листе. Предположительно, она ложится в пересечении линий, однако с индивидуальным смещением от центра. Что в свою очередь даёт почву для анализа собственного состояния. Предлагаем сопоставить с откликом в теле, эмоциями и ожиданиями.

С этого момента мы работаем в каждом отдельном квадранте как на отдельной территории и, соответственно композиции в каждой набираются со



своим смыслом. 1-й квадрант «Хочу и имею» кажется будничным и неинтересным. Но на самом деле здесь очень много энергии. Это не только реализованные желания, достигнутые цели, но и своего рода «заводские настройки», настройки по умолчанию, которые очень важно сохранять. Таким образом, данный квадрант мы наполняем благодарностью. На лист выносим выписанные ранее факты в форме кругов.

Нанося эти фигуры на лист, мы отключаем голову и полностью доверяем телу. Рука сама рисует элементы, их размеры и рас положение на листе. Обращаем внимание на их взаиморасположение. Те факты, которые особенно хочется сохранить и/или приумножить, можно перенести в 4-й квадрант в виде фигуры.

2-й квадрант «Не хочу и имею» по своему содержанию перечисляет «проблемы». Переводим их в формат задачи. Чётко формулируем, что должно быть вместо этого в позитивном ключе. Тем самым перенесем их в квадрант «хочу и не имею». Порой для поиска этих формулировок требуется дополнительная энергия, сила и сосредоточенность. Чтобы собрать требуемую энергию, предлагаем участникам «побродить» нейрографической линией в правом нижнем секторе, мысленно порассуждать. Набор линий сопровождается округлением. Сформулированные задачи нужно зафиксировать фигурами в квадранте 4.

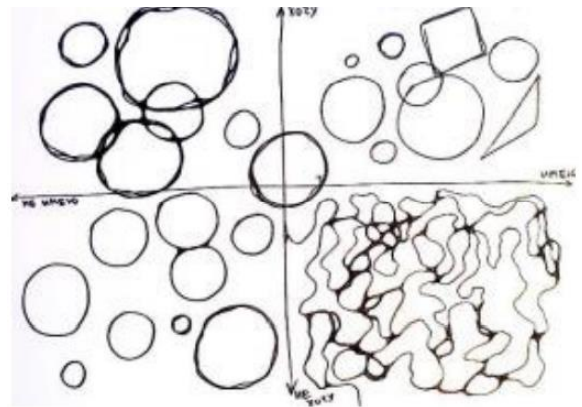
3-й квадрант «Не хочу и не имею» не столь очевиден, как предыдущие два. Попадая в него, мы сталкиваемся с замешательством, для чего собирать здесь информацию. Однако именно он демонстрирует нам наш осознанный выбор. Ведь сознательным выбором может быть не только желание, но и отказ от него. Таким образом участникам предлагается внести круги осознанных решений отказа от чего-либо, совершённых действий, сделанных выборов. Внести их с радостью и гордостью за себя, а также большой благодарностью.

4-й квадрант «Хочу и не имею» содержит в себе наши «обычные» желания. Возможно, изначально список здесь не был сильно длинным, но добавились желания из первых двух квадрантов и теперь однозначно есть с чем работать. Набрав начальную композицию из фигур, участникам предлагается оценить своё состояние по 3-м точкам внимания: визуально (на сколько нравится наполнение, есть ли потребность добавить фигуры или изменить их размеры), эмоционально (какие эмоции преобладают в данный момент), телесно (какое самочувствие, дыхание, температура).



И сопоставить собранную информацию с набором мыслей, вызываемых данной композицией.

Рисунок 1. Набор композиции



На следующем этапе работы происходит наполнение рисунка нейрографическими линиями из фигуры «я» поочередно по квадрантам 1,3 и 4. Эти линии наполняются смысловым содержанием искренней благодарности, которая рождает тёплое чувство в душе и вызывает непроизвольную улыбку. В первом квадранте линии идут по восходящей диагонали.

Мы благодарим за то, что у нас уже имеется, пусть сохраняется и приумножается. В третьем ли нии идут по нисходящей, мы благодарим что свершили данный выбор, что в нашей жизни отсутствует тот или иной факт и направляем энергию на спад. А в четвёртом квадранте линии ложатся в направлении справа налево по восходящей, как возвращение к своим желаниям. Мы благодарим за проделан ную практику, за глубокое погружение в себя и обещаем вернуться к этому списку желаний для его дальнейшего анализа.

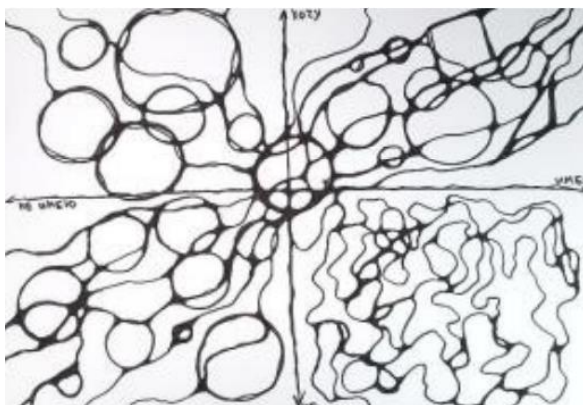


Рисунок 2. После внесения нейрографических линий благодарности и сопряжения

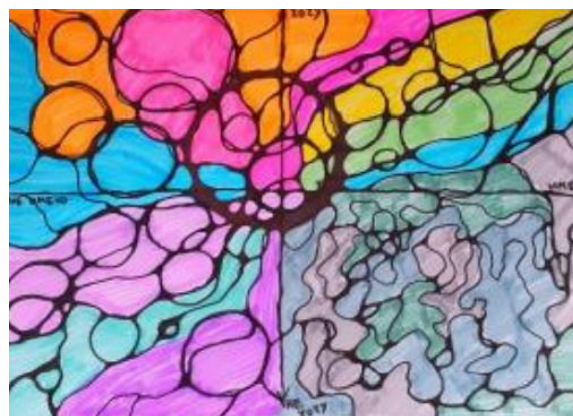
Практика благодарности дает нам ощущение счастья. Согласно теории гедонистической адаптации, фокусировка внимания на том, что у нас есть, всегда будет иметь большее воздействие на наше общее ощущение счастья, чем погоня за деньгами или материальными предметами.



Практика благо дарности делает нас эмоционально более устойчивыми. Благодарность не только улучшает самооценку и снижает риск депрессии, но также улучшает выносливость и способность справляться с эмоциональной травмой. Также она уменьшает такие токсичные эмоции как зависть, сожаление и обиду.

Далее мы работаем согласно базовому алгоритму нейрографики. Переходя к сопряжению и интеграции, мысленно продолжаем практику благо дарности. Архетипирование проходит на интуитивном уровне, достигая состояние «нравится». Фиксация в индивидуальном контексте.

Рисунок 3. Вариант завершенной работы



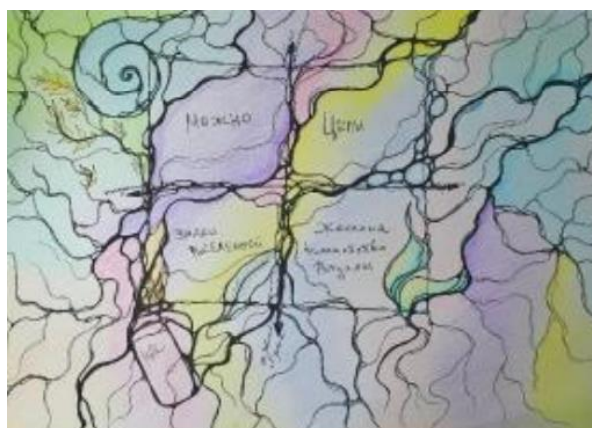
2-й этап/ 2-я и 3-я встречи

Встреча начинается с обсуждения осмыслений после проведённой инвентаризации желаний. Доработку списков, переформулированные фразы. Эта часть курса посвящена способам получения желаний. На основе опыта и длительной практики Т. Мужичковой была собрана система вариантов воплощения желаемого в реальность. Система – это целое, составленное из частей.

Первое правило системы – все ее элементы равноправны, ни один не лучше другого. А второе правило – работают они только вместе. Знакомимся с новой системой координат. Горизонтальная ось «осознанно – неосознанно». Вертикальная ось «зависит от меня – не зависит от меня». Таким образом у нас получаются четыре квадранта, каждый из которых имеет своё название: 1. Зависит от меня, осознанно – Цели; 2. Не зависит от меня, осознанно – Желания, волшебство, ритуалы; 3. Не зависит от меня, неосознанно – Знаки вселенной; 4. Не зависит от меня, неосознанно – Можно.



Рисунок 4. Система координат



Наше нейрографическое рисование будет в обратном направлении, от 4-го к 1-му, поскольку последний квадрант, «Можно», несёт в себе терапевтическую составляющую – дать разрешение себе мечтать и мечтать больше и шире.

При этом первый квадрант «Цели» наиболее объёмный по содержанию и дающий намерения действовать и предпринимать шаги к реализации. Таким образом, мы сначала расширяем границы, а потом уже выбираем пути следования. Далее каждый квадрант рассматривается как отдельный рисунок, а значит само рисование может разбиться как на две, так и на четыре встречи.

Я предложила участникам использовать для рисунка листы размера А5, чтобы мы успели нарисовать два рисунка за встречу. На основе изученного материала на инструкторском курсе Нейрографики, мной были подобраны наиболее эффективные алгоритмы в каждом из квадрантов. Рассмотрим их по-отдельности.

«Можно» Этот раздел сосредоточен вокруг выявления ограничивающих убеждений, которые по каким-либо причинам удерживают от достижения целей или исполнения желаний, объясняя, что еще рано или уже поздно, что идеальных не бывает и т. д. Основная работа сводится к тому, чтобы проработать подобные установки и на их место внедрить поддерживающие убеждения, а также создавать свою собственную, ресурсную реальность, в которой все можно и все возможно. Здесь мы рисуем алгоритм снятия ограничений, высвобождаем много энергии и воодушевления, так необходимых для работы с целью. Человек начинает видеть те возможности, которых раньше не замечал, и пользоваться ими.



Рисунок 5. Алгоритм снятия ограничений

«Знаки вселенной» Данный квадрант содержит в себе все то, к чему мы приходим неведомыми путями, те желания, которые нам даже не приходит в голову сформулировать. «Я этого не хотел, потому что я просто не знал, что я могу этого хотеть». Тут делается акцент на выбор фокуса внимания «все, что ни делается, все к лучшему».

«Знаки Вселенной» - послания нашего собственного бессознательного. Знаки подсказки работают только тогда, когда человек открыт и сканирует пространство, его фокус внимания настроен на получение этих подсказок. Мы просто передаем Вселенной ответственность за это, но на самом деле решения мы принимаем сами. На тренинге участникам предлагается озвучить свой запрос и вытащить метафорическую карту из ресурсной колоды. Обратит внимание на свои первые ассоциации. Выявить какой знак, символ, образ привлек их внимание и развил мысль. Именно этот объект и предлагается зарисовать с помощью алгоритма «НейроСкетчинг».

Рисунок 6. Алгоритм «НейроСкетчинг»,
быстрое рисование объекта.



«Желания, волшебство, ритуалы» Знакомство с этим квадрантом начинается с построения максимально эффективных формулировок желаний. Для этого желание проверяется по следующим критериям:

1. Позитивная формулировка.
2. В зоне моего контроля.



3. Как я пойму, что желание сбылось. Каков наилучший результат.
4. Контекст (где, с кем).
5. Время (когда).
6. Экология (Не противоречит ли эта мечта каким-то другим побуждениям?).

Точная формулировка желания означает в первую очередь осознанный подход. Осознанность нужна, чтобы понять, что стоит за общими словами, как «счастье», «здоровье», «любовь», «хорошая работа» и т. д. В этом квадрате мы можем доверить исполнение нашего желания «волшебным внешним силам», то есть снять значимость. Теперь оценим записанные желания в новых выражениях со стороны. Есть ли в них что-то такое, что цепляет внимание? Обведём нейрографической линией те желания, которые захотелось выполнить сразу. После этого начинаем рисовать «фейерверк», энергетически ёмкий рисунок на основе алгоритма «НейроЦель», тем самым совершая волшебный ритуал отправки своих желаний в «небесную канцелярию».

«Цели»

Остался последний квадрант, содержащий в себе максимально материальные желания, зависящие от нас. Работу с ними также начинаем с конкретизации и проверки по ранее описанным критериям эффективной формулировки. Однако добавляем ко всем желаниям важную фразу – «легко и радостно». Проверяем свои ощущения от звучания полученных интенций. Итоговая формулировка цели должна будоражить и прибавлять энергии. Если этого не происходит, то стоит отложить пока эту цель для реализации и пересмотреть установки, на которых она держится.



Рисунок 8. «Шаманский Дождь»

Чтобы поставленная цель начала реализовываться, мы начинаем делать первый шаг – запускаем спусковой механизм, используя нейрографическое рисование алгоритма «Шаманский дождь».



В данной практике соединяется движение нашей цели вверх и движение энергии вниз в природный естественный цикл. Происходит набор и накопление энергии, сил для реализации задуманного. Также выбор данного алгоритма обусловлен его экологичностью в работе с людьми, не имеющими большого опыта в рисовании Нейрографики. По итогу такого курса участник имеет 5 нейрографических работ и структуру своих желаний.

Гуманистическая психология утверждает, что каждый стремится к высшей реализации, и невозможно ее достичь, пока человек не увидит красоту мира. И на основе этих рассуждений можно предложить соединить работы 2-го этапа в один рисунок. И далее провести диагностику использования всех возможностей достижения желаемого. На сколько настроены и совместимы потоки мышления между разными вариантами, эти процессы нам демонстрируют нейрографические линии, последовательно переходящие из одного рисунка в другой.

Рисунок 9. Объединённые рисунки 2го этапа





Практическая часть

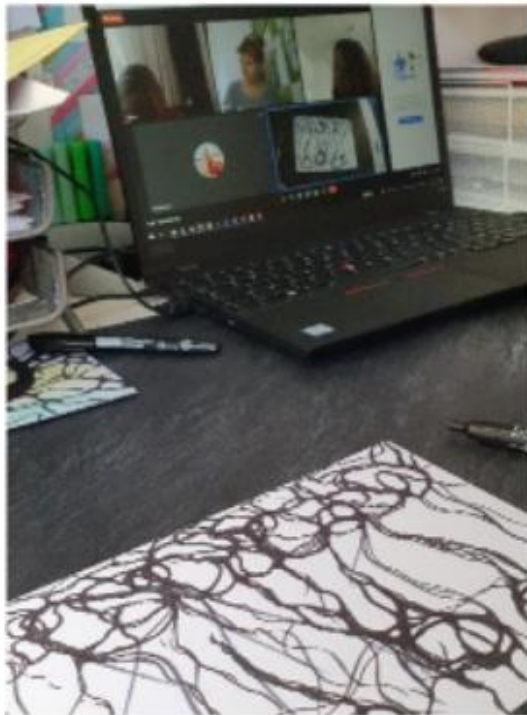


Рисунок 10. Процесс проведения тренинга

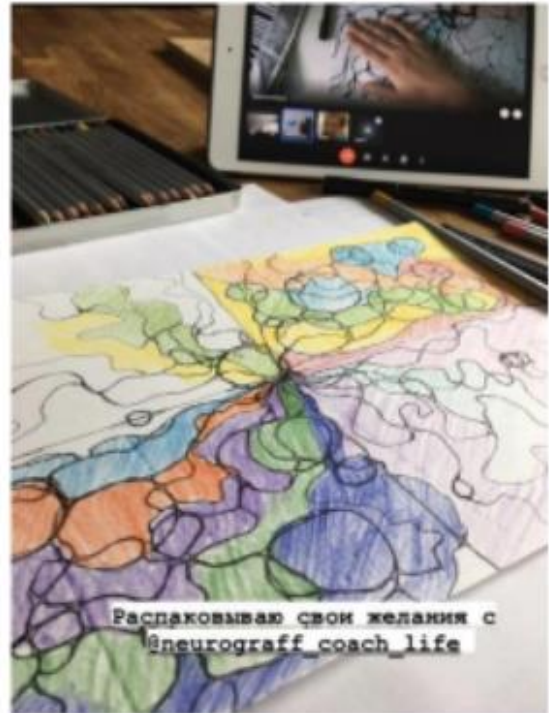


Рисунок 11. Процесс проведения тренинга

Мной было проведено 2 полных курса по данной технике, в которых суммарно приняло участие 11 человек. Каждый курс состоял из 3 встреч (ку мулятивно 8 часов) в открытом формате по видеосвязи, на которых мы подробно прошли все описанные этапы, включая знакомство с нейрографикой, поскольку большинство принимающих участие не рисовали нейрографику ранее.



Рисунок 12. Процесс проведения тренинга

Результаты группы

На начальном этапе многие столкнулись с сопротивлением, выявляя не очевидные желания и меняя формулировки. Однако сопряжение пересекающихся линий на рисунке гармонизировало состояние и создало единый поток движения всей группы. На этапе архетипирования люди начали раскрываться и делиться инсайтами о своих желаниях, о пересмотре



отношения ко многим рутинным процессам. По итогам первой встречи участники отмечали прилив сил и бодрое состояние на следующий день. Многие взяли саму технику благодарности через нейрографику себе в практику.



Рисунок 13. Рисунок участника, 1 этап



Рисунок 14. Рисунок участника, 1 этап

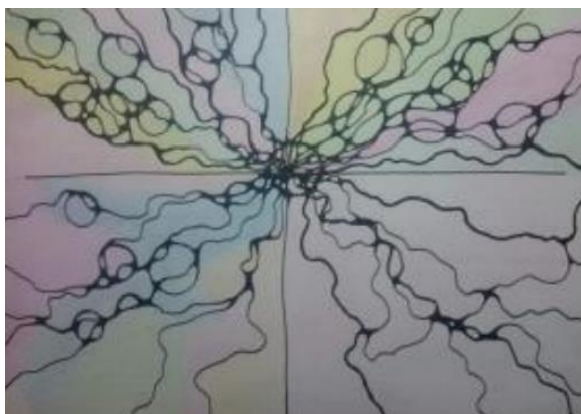


Рисунок 15. Рисунок участника, 1 этап

Как и ожидалось, сильный эффект и переживания принёс алгоритм снятия ограничений. Опытные нейрографы отметили нетривиальную подачу и сопровождение алгоритма, которые раскрыли его большие возможности для себя. Состояние лёгкости и освобождения позволили с радостью зайти в метафорические карты и игриво создать скетч выбранного знака. Также участники отметили повышенную эмоциональность на второй встрече.

Рисунок 16. Использование МАК





К третьей встрече общее поле группы было наполнено осознанным подходом к процессу. Многие уже переосмыслились. Оттого, создание структурных и полных формулировок желаний, было принято с интересом и глубоким вниманием.

Рисунок 17. Работы участника, 2 этап

Сильный эффект «вау» произошел при составлении рисунков 2-го этапа по озвученным ранее квадрантам в единую композицию. Поскольку, большее количество нейрографических линий совпали, передавая поток мыслей из одного рисунка в другой.



Таким образом, они увидели, как на бессознательном уровне циркулирует энергия их желаний по единой системе. Про чувствовали важность взаимодействия и использования всех возможных путей достижения результатов.



Рисунок 18. Работы участника, 2 этап

После проделанной работы выравнивалось состояние оценки своих желаний. Пришло понимание что отпустить, а к чему подойти с осмысленным планом действий. Участники обсуждали, что уходят с последней встречи наполненные силами, вдохновением и желанием действовать.



Рисунок 19. Работы участника, 2 этап

Отзывы участников «Валентина, спасибо большое за занятие! Классное и приятное чувство! Сразу после рисунка мне написали из фитнес клуба предложили продлить абонемент бесплатно! Я до этого пропустила много занятий из-за болезни в июле и закрыла абонемент, т.к. он сгорел, была расстроена из-за этого! А тут на тебе, приятно» «Похвастаюсь результатами нашего творчества - пока рисовали, пришёл заказ по работе... А сегодня Путинская десяточка нежданная пришла!!!!»



Рисунок 20. Работы участника, 2 этап

«Валя, спасибо тебе за замечательный курс!!! Необычайный прилив сил и желания двигаться! Жду скорейшего исполнения всех наших мечтаний!!!» «Спасибо большое, Валентина!!! Ты прирожденный КОУЧ!!! У



Андреева Валентина. Курс-Тренинг по НейроГрафике "Распаковка Желаний" на основе технологий Татьяны Мужичко.

тебя замечательно получается объяснить и донести до учеников нужную информацию. На столько замечательно, что в наших работах даже нечего подправить! Спасибо огромное!»



Рисунок 21. Работы участника, 2 этап

«Валентина, огромное тебе спасибо за такой замечательный курс... очень глубокая работа!!! Интересная, много алгоритмов сразу даёшь...Ты замечательная!! Обязательно пойду на "пользователь".»



Рисунок 22. Работы участника, 2 этап

Личные результаты данной практики Проведя инвентаризацию своих желаний, я открыла для себя новые до рожки развития. Огромную череду базовых потребностей, стоящих на полочке «хочу» я перевела в



беззаботную и простую реализацию. По мере проработки технологии желаний на протяжении трёх месяцев я нарисовала более 20-ти работ. Основная часть из них была пронизана темой улучшения качества жизни за счёт привлечения дополнительной помощи. В основном рассматривались бытовые вопросы и варианты их решений.

Уже после первых работ я начала ощущать как окружение стало проявлять открытость и заботу относительно меня. Я сама стала испытывать больше доверие к миру. И неожиданно для себя самих, мы с мужем решились на покупку автомобиля, судьба тут же подкинула нам приятный вариант, который имел потрясающее сочетание цена/качество. Что конечно же заметно улучшило уровень логистики в нашей семье.



Рисунок 23. Личный кейс, 1 этап

Сильно изменился круг общения. Токсичные люди, даже из самых близких контактов, заметно погасили интерес ко мне, чему я рада и не инициирую новых коммуникаций. Освободилось место и время для новых знакомств, которые переросли в ресурсное совместное времяпровождение и уже проявляются ростки дружбы.



Рисунок 24. Личный кейс, 2 этап

Но самым неожиданным эффектом было появление в моей жизни реальной помощи по ведению хозяйства. Я позволила себе обратиться за внешней помощью и заплатить деньги за работу по дому, которую всю свою жизнь воспринимала как личную обязанность. Это было непростое для меня решение, и я очень горжусь что начала делегировать.

Но более того, пространство вокруг начало синхронизироваться настолько, что предложило мне абсолют но бесплатное социальное обслуживание, о возможности которого я даже не подозревала. Эффекты я прочувствовала и в так называемых «фоновых» желаниях, ко торые не ставились на первое место по актуальности, но присутствовали в работах. Я существенно нарастила желание погрузиться в аналитический коучинг, но не представляла себе, как это лучше сделать, когда пойти на курсы, если нет ни времени, ни свободных средств.

Но возвращая силу намерения с каждым рисунком, я концентрировала и свой фокус внимания, а также нача ла замечать возможности пространства вокруг. И как результат я сейчас яв ляюсь студентом курса НейроДизайн, Аналитический коучинг, на котором получу все желаемые мной знания и даже больше. А бонусом ещё получу право преподавания интереснейших инструментов самопознания. Такие результаты делают меня счастливейшим человеком с верой во «всё возможно».



Заключение

Подводя итоги, я могу сказать, что собранный мной нейрографический подход будет полезен как при индивидуальной работе со своими желаниями, так и в работе в групповом и индивидуальном коучинге.

Его преимущества:

1. Наглядность и понятность структуры;

2. Курс можно перевести в длительную работу (тренинги, выездные мероприятия, тематические семинары). В завершении я бы хотела выразить свою благодарность автору чудесного метода Нейрографика Павлу Михайловичу Пискарёву, за возможность менять свою жизнь кончиком маркера. Не передать словами, как круто развернулось моё мышление, после знакомства с нейрографической линией. Теперь моя мысль и Нейрографическая линия неразлучны.

Список используемой литературы

1. Нейрографика: алгоритм снятия ограничений / Павел Пискарёв. — Москва: Эксмо, 2020
2. Нейрографика 2. Композиция судьбы / Павел Пискарёв. — Москва: Эксмо, 2020
3. Метамодерн. Счастье в квадрате / Павел Пискарёв. — Москва: Эксмо, 2020
4. Дневник эстетического коуча / Павел Пискарёв.
5. Теория невероятности. Как мечтать, чтобы сбывалось, как планировать, чтобы достигалось / Т. В. Мужичкая — Эксмо, 2019
6. Мне все лезя / Татьяна Мужичкая. — Москва: Эксмо, 2021
7. Материалы и пособия курса Когнитивно-поведенческий подход ИПТ

[Ссылка на дипломную работу Андреевой Валентины в авторском стиле](#)

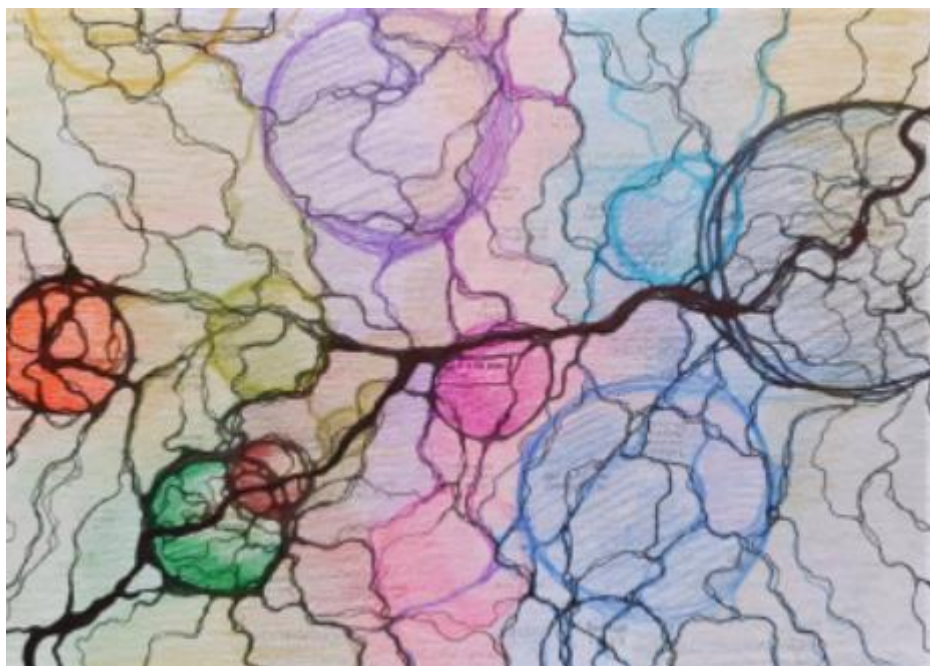


Работы

Тема: Наполнение цветом. Я, какая я в цвете.



Тема: семейное автопутешествие.





Автор:
Анисимова Анастасия
Супервизор:
Бурова Екатерина

Тема:
НейроГрафика и личный прорыв.

С нейрографикой я познакомилась в августе 2020 года на курсе «Пользователь» Павла Пискарева. Скажу честно, я скептически взяла в руки маркер, так как не рисовала со времен школы. Рефлексии на первых рисунках никакой не было — я даже не стала сдавать работы на супервизию и получать сертификат.

Впоследствии оказалось, что большинство моих работ не прошли бы супервизию. Сейчас я вижу огромное количество ошибок в своих рисунках: слишком мало линий, в них не хватает бионичности и мягкости, перекрестные линии поля, использование мелков в архетипировании, символы в фигурах фиксации.

Но метод мне показался интересным и я решила его проверить. Я человек конкретики и задумала нарисовать доход, который я не могла повесить шесть лет.

До нейрографики я испробовала практически все методы — от работы с психологом до регрессий и курсов по маркетингу и СММ, но все это не помогало. Я открывала новые ниши в бизнесе, запускала стартапы, тестировала гипотезы, меняла команду, подключала новые источники трафика, увеличивала рекламный бюджет, обучалась на бизнес-курсах, меня приглашали как бизнес-тренера вести группу. Но результатом была та же магическая цифра финансового потолка.

Я понимала, что внутри меня есть некие ограничения, которые не позволяют мне вырасти и зарабатывать больше. Но как их проработать, я не знала. Я жадно читала книги по саморазвитию: Диспенза, Кехо, Зеланда, Роуча. Проходила пачками вебинары и марафоны всех популярных коучей — Палиенко, Блиновской, Самариной, Свяша, Тони Роббинса. Я ломилась во все двери, но результат был таким же. Я не могла вырасти в доходе.



А потом я начала рисовать. Я создала первые пять рисунков на доход более 7 миллионов рублей. Через месяц я с удивлением обнаружила, что муж принес и отдал мне ровно 7 миллионов наличными. Эти деньги были заработаны не мной, они пришли от продажи земельного участка мужа, но совпадение показалось мне забавным и я решила изучать метод дальше.

Внешне я оставалась такой же: не было новых знаний, не было каких-то глобальных изменений во внешней среде. Просто мне вдруг захотелось вести собственный давно заброшенный блог и делиться своими мыслями с подписчиками. В моем блоге тогда было около 50 000 подписчиков и он не был монетизирован.

Еще несколько рисунков по теме «Мой доход — более 7 миллионов рублей ежемесячно» и я с восторгом увидела, что в ноябре 2020 года мой доход составил 8,1 миллиона! Впервые за шесть лет я пробила собственный потолок, причем без усилий, без смены ниши, команды! Самое удивительное, что доход вырос в старом бизнесе, которому к тому моменту было более пяти лет. Проект вдруг начал набирать обороты без каких-либо объективных причин.

«С этого момента поподробнее», сказала я себе. И начала рисовать тему «Мой ежемесячный доход более 10 миллионов рублей». Параллельно я рисовала другие темы: похудение, покупка дома, новый автомобиль, отпуск, здоровье детей (в случае температуры или ОРВИ). Уже в следующем месяце — декабре 2020 года — мой доход составил 9,5 миллиона, а в январе 2021 года пробил потолок в 10 миллионов!

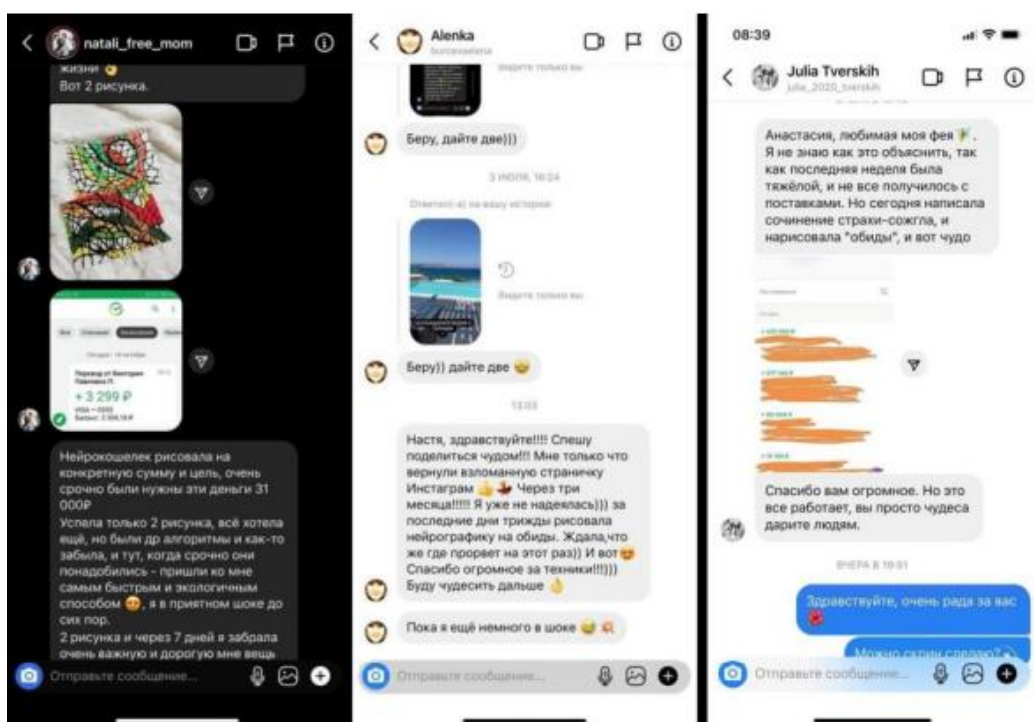
В январе я поняла: совпадений тут быть не может. Я рисовала на разные темы — кейсами и одиночными работами. И все мои желания сбывались, как будто кто-то вручил мне волшебную палочку!

Я оплатила инструкторский курс. Моему восторгу не было предела! Это то, что я так долго искала: метод, который без необходимости в постоянном участии коучей, психологов, эзотериков дает мощнейшую проработку и взрывной рост в любой сфере.



За 15 месяцев рисования и более 200 работ мне удалось добиться впечатляющих результатов:

- Похудеть на 7 килограммов и стабилизировать вес. Впервые за 38 лет я больше не поправляюсь после диет.
- Увеличить доход более чем в десять раз!
- Легко продать надоевший бизнес и открыть два новых стартапа, один из которых с первого месяца вышел на оборот более 7 миллионов рублей.
- Увеличить количество подписчиков в «Инстаграме» с 50 тысяч человек до 4,5 миллиона человек!
- Провести марафоны по курсу «Пользователь», «Нейрокомпозиция», «Нейроколор», «Нейродрево», «Нейролотос», «Шаманский дождь», «Нейромандала» для более чем 25 тысяч человек.
- Написать четыре статьи для интернет-изданий по теме нейрографики. — Записать интервью с несколькими невероятными людьми: Павлом Пискаревым, Александром Свяшем, Джоном Кехо.
- Обучить 11 медийных персон «Алгоритму снятия ограничений»: Филиппа Киркорова, Ксению Собчак, Анну Хилькевич, Анну Семенович, Ирину Дубцову, Митю Фомина, Ирину Слуцкую, Эвелину Бледанс, Ксению Бородину, Катю Лель, Ани Лорак. Медийные личности не просто изучают метод, но и популяризуют его и делают распространение вирусным.
- Я получила несколько тысяч отзывов от своих учеников: иногда они трогают до слез.





Участники марафона «Нейродрево» за 10-15 рисунков увеличивают доход вдвое, «Шаманским дождем» активируют удачу и начинают замечать везение во всем, в том числе выигрывают в конкурсах и лотереях.

На курсе «Пользователь» сбываются самые смелые мечты: художницы поправляют здоровье, видят долгожданные две полоски на тесте о беременности, создают семьи, легко и быстро продают недвижимость, решают проблемы с госорганами и судами.

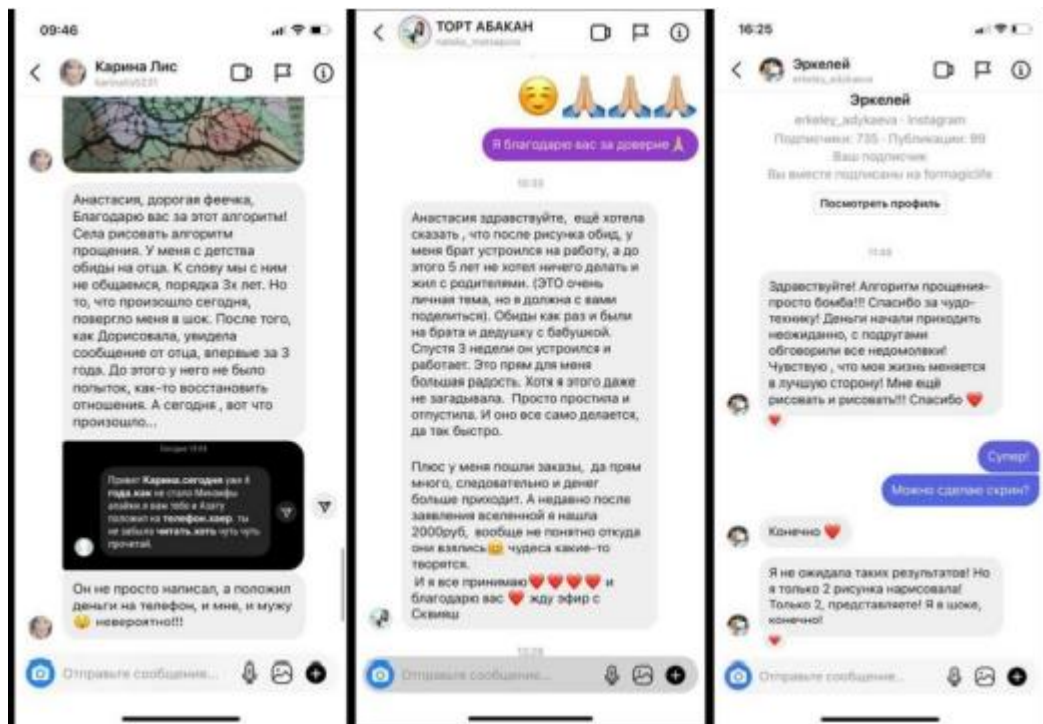
Одним из самых сложных и интересных курсов стал «Нейроколор». На мой взгляд, он не только незаменим для художника, но и в целом расставляет многие мысли по местам, структурирует наши догадки и дает ясность влияния цвета в нашей жизни.

За время инструкторского курса мне удалось создать несколько авторских алгоритмов. Два самых мощных из них — для открытого пользования: алгоритм «Благодарность» и алгоритм «Прощение».

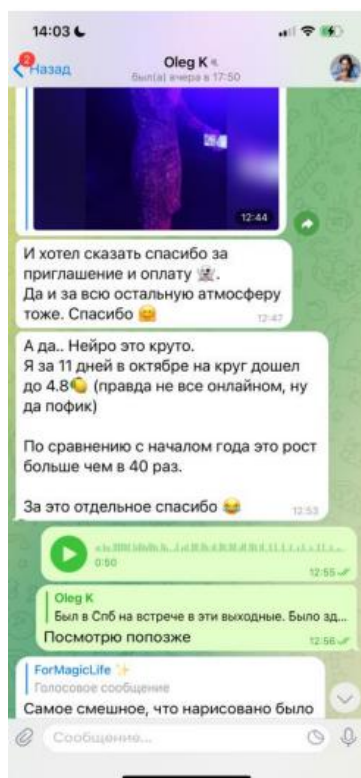
Бесплатные алгоритмы в моем инстаграм-аккаунте посмотрели совокупно более 400 тысяч человек. Многие из них прямо с первой работы почувствовали не только рефлексия и внутренние перемены, но и конкретные физические изменения в окружении и собственной жизни. После алгоритма «Прощение» у художников изменились отношения с родителями, партнерами, супругами, кому-то даже в течение нескольких часов после рисования звонили бывшие мужчины или подруги — те самые фигуры, которые использовались в работе. После проработки фигуры обиды на деньги и мир начинались изменения в финансовой сфере, повышение дохода, смена места работы, новые источники дохода.

Все авторские алгоритмы построены по базовому алгоритму нейрографики и отличаются только композицией.

В алгоритме «Прощение» мы рисуем пять абстрактных фигур, выражающих наши обиды на себя, мир, родителей, партнеров и деньги, после чего гармонизируем фигуры, обводя их кругом, и далее идем по базовому алгоритму. Самое приятное, что алгоритм «Прощение» дает настолько мощные результаты за 1-5 работ, что аудитория после первого же рисунка влюбляется в метод и продолжает его изучать уже на курсе «Пользователь», «Нейрокомпозиция» и «Нейроколор».



Алгоритм «Благодарность» дал совершенно другие отзывы и состояния. После прорисовки этого алгоритма многие участники почувствовали, как изменилось их внутреннее состояние, повысилось ощущение счастья и благодарности к жизни, стало происходить больше хороших событий и жизнь вошла в поток удачных совпадений и радостных вибраций. В алгоритме «Благодарность» мы выражаем то, за что благодарны миру, 5-7 кругами, проводим сразу линии поля и далее следуем по базовому алгоритму.



Еще один авторский алгоритм — «Нейрокошелек» — стал отдельным мини-марафоном для новичков. В алгоритме мы рисуем финансовую цель на конкретную мечту. Прелесть этого алгоритма в том, что он работает крайне быстро: большинство участников марафона получают ресурсы на исполнение своей цели в ближайшие несколько дней. В алгоритме «Нейрокошелек» композиция состоит из большого прямоугольника, прорисованного нейрографической линией. Фигура символизирует пустой кошелек, который мы наполняем из фона кругами — символами монетки. Добавляем круги в сам кошелек и сразу проводим линии поля, а далее идем по базовому алгоритму.



Одним из лучших результатов моих учеников стал рост дохода в 40 раз за несколько месяцев! Это впечатляет и мотивирует даже меня, человека, который уже неоспоримо уверен в эффективности метода.

Хотелось бы объяснить, почему я создала авторские алгоритмы «Прощение» и «Благодарность». Множество коучей, мыслителей, эзотериков пишут о том, что обиды вызывают болезни, угнетают наше состояние и не дают совершать финансовые прорывы и квантовый рост, но до недавнего времени красивого решения для проработки этой темы не было. Кто-то предлагал заполнять анкету радикального прощения, кто-то ходил годами к психологам, кто-то писал письма своим обидчикам.

Но на мой взгляд, именно нейрографика максимально эффективно переводит весь негатив в эстетическое удовольствие и радость. Когда я записывала урок с этим алгоритмом, у меня была самая мощная рефлексия за всю историю рисования: постоянный свист в ушах, «мушки» в глазах, кружилась голова. В этот момент даже рабочие начали стройку прямо в паре метров от меня. Я рисовала и понимала, как глубоко и прочно сидят в нас обиды на мир, себя, родителей, супругов, деньги! С таким багажом ни о каких быстрых результатах говорить не приходится. Поэтому именно этим алгоритмом мне хотелось делиться в открытом доступе, чтобы позволить максимальному количеству людей сразу попробовать метод с такой сильной темой.

Алгоритм «Благодарность» в свою очередь стал прямой противоположностью «Прощению». Он — о том, как выйти на высокие вибрации, светлые линии жизни, ценить то, что имеешь, и быть благодарной миру за чудо жизни. Для меня этот алгоритм вне времени и остальных тем, я рисую его каждый раз, когда мое сердце переполнено счастьем от красоты моего пути и возможностей мира. Алгоритмом благодарности я рекомендую рисовать кейс, который возвращает вкус и счастье жизни, превозносит наших учителей, родителей, жизнь и красоту.

Поразительно, но после рисования кейсами этих двух алгоритмов мои подписчики и единомышленники сообщают, что события жизни начинают складываться чудесным образом, разрешаются сложные ситуации, которые были на паузе годами, повышается энергия и возвращается вкус к жизни.

Отследив эффективность метода на больших объемах аудитории, я смело могу заявить, что нейрографика работает у всех. Безусловно, скорость реализации целей отличается. Кому-то достаточно одного рисунка, чтобы получить контракт на 8 миллионов рублей (реальный кейс актрисы Анны



Хилькевич). Кому-то приходится рисовать 40-50 работ для увеличения небольшого дохода в два раза или смены места работы. Но и приходим в нейрографику все мы с разным стартовым набором ограничений, разным мышлением и грузом негатива. Реализация любого намерения с помощью нейрографики — вопрос количества работ.

Сейчас я смело рисую самую масштабную цель в своей жизни — попасть в список журнала Forbes! Рисую ее не только для себя — я хочу показать своей аудитории, что для нейрографики нет ничего невозможного, любая мечта исполнима, если у вас есть бумага и маркер.

Я начинала с «Алгоритма снятия ограничений» и рисовала его около шести месяцев с критическими ошибками, безграмотно и достаточно редко, но даже несмотря на это, мои желания исполнялись. Уже на инструкторском курсе я начала видеть свои ошибки, смотреть свои и чужие супервизии, досконально разбираться в методе.

Но «Алгоритм снятия ограничений» по сей день является первой ступенью в любом моем кейсе. Я начинаю рисовать этим алгоритмом каждую цель и задачу. Теперь, зная основы композиции и теорию цвета, я использую эти знания для всех своих работ и заметила, что их эффективность возросла! Сейчас мне достаточно всего нескольких работ даже для крупных целей. И самое главное — мне наконец-то начали нравиться мои рисунки!

Большим прорывом для меня стали и остальные модули курса. Модуль «Нейроскетчинг» вызвал наибольшее сопротивление, потому что рисовать острую шриховочную линию я была не готова, а быстрое рисование объектов подняло кучу страхов и сомнений. Я же не настоящий художник, это все уродливо и криво... Но алгоритм «Нейропортрет» меня вернул с состояние полета и радости. Это же совсем новая я! Художник, предприниматель, миллиардер, лидер ниши и инструктор!

Особенным модулем стали алгоритмы «Нейромандала». Такой важный и острый вопрос рода был необходим для проработки не только мне, но и моей аудитории. После прохождения модуля я в партнерстве с психологом-расстановщиком Еленой Абакумец создала потрясающий марафон «Сила рода», который поменял жизни нескольких сотен человек. Мы вместе плакали под мандалу рода, мы благодарили своих предков и восстанавливали энергию, мы рисовали масштабные цели. И по этому курсу было самое большое количество восторженных отзывов.



Модули «Нейроцель» и «Нейротайминг» вообще незаменимы для такого несистемного человека как я. Это мои слабые места и, безусловно, эти алгоритмы обязательны к прохождению всем предпринимателям.

Инструкторский курс нейрографики стал для меня точкой роста и открытием, невероятно повлиявшим на мою жизнь. Я стала спокойнее, увереннее в себе, счастливее, успешнее, богаче. Я научилась решать любые возникшие трудности с помощью маркера и листа бумаги, увлеклась познанием себя и мира. Я нашла интересную для себя нишу и научилась моделировать реальность, несмотря на политическую обстановку, карантин, кризисы и конкуренцию. Для меня открылось понимание, что мы сами ограничиваем свой рост и исполнение своих желаний. Все проблемы внутри и именно такой легкой и красивый способ их решения меняет жизнь!

Единственное, о чем я сожалею, что не узнала о методе раньше и упустила столько времени, бегая по психологам и марафонам.

Я не стесняюсь называть себя художником, а моя старшая дочь на вопрос воспитателя детского сада «кем работает мама?» сразу ответила: «художница, она постоянно рисует»! Мои дети ежедневно рисуют вместе со мной. Пока у них получается собственная нейрографика, но я рада, что у нас общие интересы и они постоянно с карандашами в руках.

Изменился даже мой муж и родственники! Если раньше они стеснялись того, что я веду блог, старались не замечать мое увлечение нейрографикой, то сейчас все с гордостью рассказывают, что я инструктор, и знают: если я рисую, то это важно и меня лучше не отвлекать. Конечно, я увлекла методом всех своих подруг и свое окружение. Все люди вокруг меня рисуют! Много и эффективно. Мой мир перевернулся и больше никогда не будет прежним.

Я осознаю, что как инструктор и амбассадор нейрографики беру на себя огромную ответственность грамотно и честно доносить метод и его законы в понятной и простой форме, поддерживать чистоту метода, влюблять в него все большую аудиторию. Поэтому я поставила для себя несколько целевых задач:

1. Не душить художника. Смотреть спокойно и ровно на первые ошибки в рисовании, не требовать идеального рисунка с первой попытки, а дать возможность новичкам полюбить метод и увидеть его эффективность. У меня так много сомнений было во время моих первых работ! «Ну какой я художник, я же криворукая»... Если бы мне кто-то сказал, что мой рисунок плохой, неправильный, ошибочный, я бы, скорее всего, бросила все сразу



же. Поэтому сейчас, вспоминая свои работы, я стараюсь не придираться, не исправлять, дать возможность новичкам проявить себя и свое творческое начало, а потом постепенно вникать в тонкости нейрографики.

2. Популяризировать метод. Прилагать усилия к тому, чтобы о нейрографике говорили все! Благодаря моему продюсерскому опыту и более чем десятилетнему стажу работы в шоу-бизнесе мне проще сделать метод популярным и модным.

3. Нести эстетику и красоту в мир. Рисовать чаще и красивее, чтобы получать эстетическое удовольствие самой и доносить его до мира. Возможно, когда-то будут целые выставки с алгоритмами нейрографики, работы художников станут объектами искусства и будут продаваться на аукционах, переходить по наследству, украшать музеи мира и стены обычных квартир.

Отдельное спасибо за инструкторский курс и помощь в его прохождении хотелось бы сказать всему составу Института психологии творчества. Особенно хочу выделить Павла Пискарева — автора метода и живую легенду, который войдет в историю как масштабная фигура, изменившая жизни миллионов людей. Человек, который подарил миру веру в себя и свои возможности. Спасибо за чудо быть художником!

Также хочу поблагодарить всех кураторов и супервизоров Института за помощь, поддержку на курсе, лояльность к студентам и искреннее желание помочь.

Особенно мне повезло с куратором моих рефератов и дипломной работы Екатериной Буровой, которая потратила долгие часы на корректировку моих работ, пояснения, поддержку и мотивацию.

Нейрографика — безусловно, фантастический метод, который должен стать национальным достоянием и общепризнанной школьной дисциплиной. Я мечтаю о времени, когда будет рисовать вся страна и весь мир, когда вместо зависти и обид люди будут решать внутренние проблемы маркером, не тратя время и деньги на психологов и врачей!

Я чувствую в себе зов и силы популяризировать нейрографику и на собственном примере показать ее эффективность, сделать метод народным и общедоступным, начать новый этап в осознанности нации. Прямо тут, в эссе дипломной работы, я ставлю себе цель — войти в список российского Forbes и за счет собственных ресурсов построить школу искусств для обучения



Анисимова Анастасия. НейроГрафика и личный прорыв.

нейрографике детей и подростков. Во времена, когда в школах регулярно происходит стрельба и травля, самое лучшее, что можно сделать — это научить детей рисовать и самовыражаться без оружия и агрессии.

Пусть эта мечта труднодостижима, но я теперь знаю, что эффективность нейрографики — вопрос количества рисунков. И если мне придется нарисовать их тысячи, то с радостью и азартом начну собирать этот кейс.

Я мечтаю показать людям, что все их мечты достижимы, если начать с себя. Отношения, здоровье, деньги, предназначение, бизнес, популярность, дети — все желания на кончике маркера.

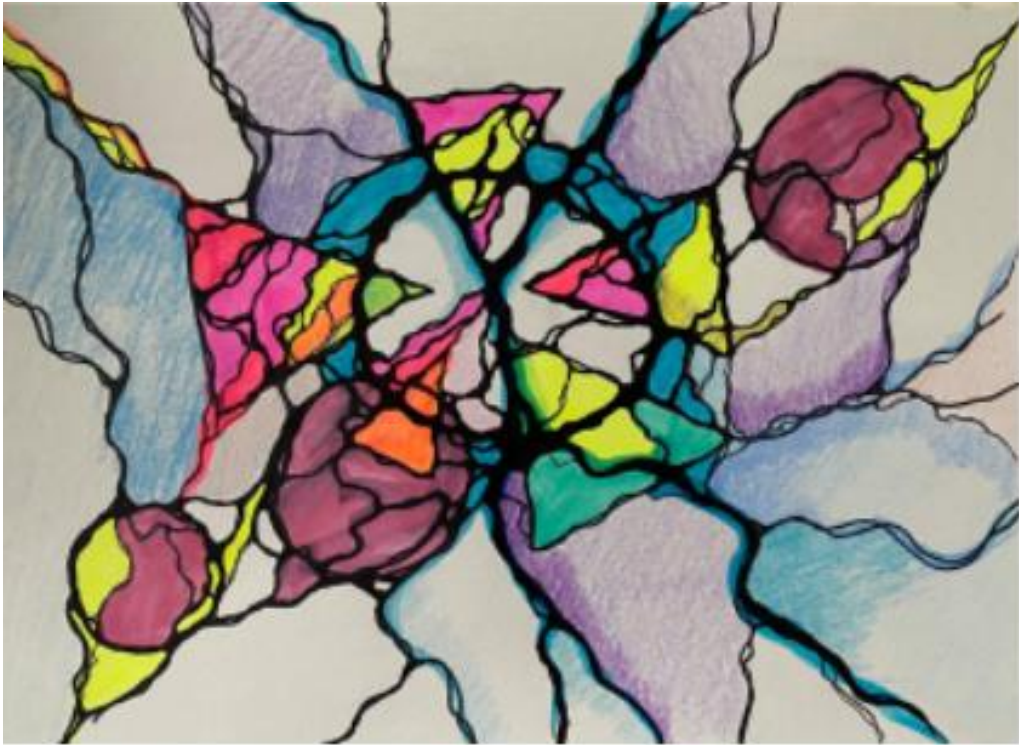
Нейрографика работает! Нейрографика спасет мир. Нейрографика спасла меня. С гордостью буду носить звание «Инструктор нейрографики» и обучать этому потрясающему методу людей.

[Ссылка на дипломную работу Анисимовой Анастасии в авторском стиле](#)

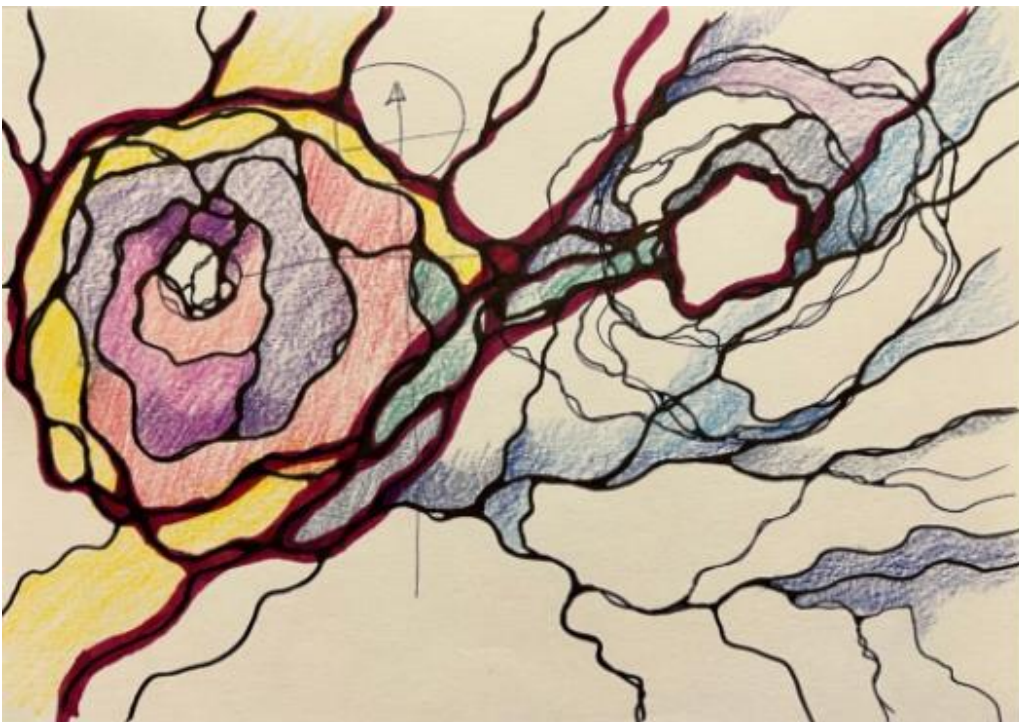


Работы

Тема: тяга к еде.



Тема: конкуренция с крупными блогерами.





Автор:
Антонцева Татьяна
Супервизор:
Калмыкова Елена

Тема:
НейроГрафика и Covid-19

Очень много статей и работ написаны о том, как с помощью Нейрографики гармонизировать жизнь и все сферы. Я не буду повторяться, не буду восхвалять то, что и так достойно всех возможных похвал и регалий. Я расскажу про мою жизнь, точнее год с Нейрографикой.

Моя история с Нейрографикой началась в конце 2020 года. Я не могу сказать, что это была любовь с первого взгляда, но я точно знала, что ничего просто так в жизни не бывает, зачем-то Нейрографика появилась в моем Поле. Решила присмотреться. Изучила доступные видео, почитала статьи. Много противоречий было во мне, я могла все объяснить головой, но что-то меня сдерживало. Конечно сейчас я понимаю почему, много самоучек, которые искажают алгоритмы и дают искаженные знания. Вводя в непонимание. Первым моим вебинаром был Про Новогоднюю Елку под Новый Год, вел сам Павел Михайлович. В этот момент пришла мысль, что здорово проходить обучение у самого основателя алгоритмов, от первоисточника получать информацию всегда ценно. Это самые честные знания. И как мы знаем, мысли адресатами не ошибаются. Кстати тогда мы рисовали всей семьей.

И начался мой поиск возможностей пройти обучение. С осторожностью посмотрела на цены Инструкторского Курса, не могу сказать, что было совсем не подъемно, но ощутимо. Приняла решение начать с Курса Пользователь. Занятия прошли на одном дыхании. Дальше не задумываясь пошла на Курс Специалист. С успехом его закончила и увидела возможности метода, его полноту. И поняла, что Нейрографика вовлекает меня полностью в процесс. И я осознала, что Инструкторскому Курсу быть. Но были какие-то НО... Что с этим делать, я знала, уже продвинутая же... АСО и еще раз АСО . И у меня вышел страх, что обучение займет много времени, а у меня есть мои клиенты, еще бизнес и семья.

Значит где-то будет провал. Кому-то я не додам своего внимания, либо сама саботировать начну. И это вводило в дисбаланс. Мной было нарисовано



порядка 25 работ АСО. Рисовала и думала, рисовала и думала. Так прошли несколько недель. Пока я не получила поддержку от семьи. Как только пришло решение, чудесным образом пришел приличный заказ по основному бизнесу. Уж чтоб точно не сойти с Пути. Меня это улыбнуло и я оплатила Инструкторский Курс сразу и полностью. Для меня это был знак. И да, я ни разу за этот год не пожалела о своем решении. Это лучшее вложение в себя за 2021 год.

Все обучение шло достаточно гладко, все работы сдавала во время, мне хватало времени на семью и на работу. Это было удовольствие. Кайф и драйв. Я выравнивала отношения в родительской семье. Нашла новые направления в бизнесах (так как у меня еще 2 разных по направлению бизнеса). Пока в мою жизнь не вошел Covid-19.

Конечно можно сказать, что Covid-19 весь Мир перевернул с ног на голову, но это не ощущалось так явно близко, пока я лично с этим вирусом не познакомилась.

Да Мир стал другим и я поняла, что я сделала верный выбор, начав обучаться на Курсе Инструктор Нейрографики. Было вовремя и логично. Меня это радовало. Быть в первой 1000 Инструкторов это честь. И иметь возможность передавать знания дальше, прям грело душу. Так как я получаю знания в Поток и в Потоке должна их отдавать. Меня часто спрашивают, как я знаю, что говорить, почему не пишу подробные структуры и регламенты. А мой ответ прост, я говорю, что знаю, а знаю, что говорю. Это и есть мой Поток.

Итак, мой Covid-19. Я заболела летом 2021. Первые 5 дней я надеялась, что пройдет все легко и просто. Я пыталась «договориться» с вирусом, дать ему время взять всю нужную от меня информацию и уйти. Я рисовала и рисовала. Было на это время. Хотя сил не много. Да там были не только АСО. Я прорисовывала Ритмические ряды на уменьшение вируса, Лотос на мое здоровье, и я-Ок. Но на самом деле себя на ОК я не чувствовала. Сатурация моя падала. Я стала рисовать АВН, так как не понимала, что же я делаю не так. Почему мне хуже и хуже. Я вспомнила слова Павла Михайловича, на одном из вебинаров, что про здоровье нужно рисовать аккуратно, чтоб не усугубить. Не уже ли я это сделала?! Конечно эта мысль мне не давала покоя.

Когда я поняла, что больницы не избежать, мое одно желание и мысль была, чтобы было так, как наилучшим образом будет для меня и с минимальным ущербом для здоровья.



Насколько это возможно в моих условиях.

И вопреки всех уверений со стороны диспетчера Скорой Медицинской Помощи, о том, что бригад нет и в больницу не попасть в ближайшие 2 дня, я через 5 часов была в приемном покое. А со мной ручка и листочки, маленькие, офисные для записок. Состояние было тяжелым (по анализам), но чувствовала себя удовлетворительно и я все время рисовала НейроЛинии. Я не знала зачем мне это, точнее уже не знала. На тот момент не было возможности рисовать полноценные работы. Но части или мини-работки сделать было можно. Что я и делала. Нормально ли это, не могу сказать. Ухудшала ли я свое состояние или вопреки страхам давала шансы на быстрое выздоровление. Но я с верой вошла в процесс работ.

Помимо моего состояние с большим процентом поражения легких и анализами, у меня были изменения с сознанием. Это сложно описать словами, но как будто тело отдельно, голова отдельно. Нельзя контролировать, планировать, анализировать. Ты просто дышишь и этому радуешься.

Позже я нашла информацию о причинах моего состояния. Есть научные данные, которые подтверждают, что COVID19 влияет на нервную систему, на головной мозг, где также происходят изменения, связанные с вирусом. Соответственно, появляются изменения в структурах нервных волокон на всем их протяжении. Это приводит к осложнениям, с которыми сталкиваются люди, перенесшие коронавирус. Некоторые люди с COVID-19 испытывают дезориентацию, а их мысли спутаны. Дэвид Хепберн, врач-консультант отделения интенсивной терапии в больнице Royal Gwent Hospital в Уэльсе, рассказал в интервью для BBC, как у людей после реанимации на фоне обострения коронавирусной инфекции наступает психоз. Победа над вирусом — это только начало долгого процесса восстановления. И этот процесс может быть очень травмирующим и приводить к душевным травмам.

Психозу или делирию после реанимации подвержено от четверти до трети всех пациентов, прошедших через палату интенсивной терапии. Однако ученые до сих пор не знают долгосрочных последствий делирия, вызванного или спровоцированного COVID-19. Все эти воздействия коронавируса нового типа на мозг и нервную систему человека могут стать причиной долгосрочного повреждения. Однако ученым нужно больше данных о том, что происходит с нервной системой людей при COVID-19, прежде чем строить окончательные прогнозы.



И найдя эту информацию, я поняла, что пока ученые будут собирать данные, я буду восстанавливать свои Нейронные Связи. Но тогда я не могла даже подозревать, что это только начало моего Пути к моему здоровому Я.

Состояние было среднетяжелое, анализы не утешительные, врачи боялись ухудшений. А я рисовала на больничной койке в коридоре. Врачи на меня смотрели дикими глазами, думали, что с головой совсем беда. Но у них не стыковались мои анализы и мое состояние. По анализам и с 48% поражениями легких, я уже должна ползать, а я с маской на лице и с ручкой в руках - рисую. Я понимала, как это выглядит, но я не могла остановиться. У меня была цель выйти из больницы в минимальные сроки и долечиваться дома. Обстановка, мягко говоря, была ужасающей. Никто не скрывал «черные пакеты», общего отношения к происходящему. И естественно никому не было дела до твоего эмоционального состояния и как это окружение на тебя действует. И это было ясно, Красная Зона-зона выживания.

Да у меня не было карандашей и маркеров, но мне хватало ручки. В один из дней стала падать сатурация и врачи не отходили от меня. Но я надевала маску и продолжала рисовать. Одна из медсестер спросила, что я делаю? Я объяснила, возможно не совсем внятно на тот момент, но как могла. И убедила ее в важности для меня этого процесса. На следующий день, она мне принесла карандаши. И я занялась Архетипированием всех своих маленьких композиций сделанных ранее. И стало со мной происходить нечто невероятное.

Я чувствовала, как мне становится легче. На сколько, мне было сложно сказать, но анализы через 2 дня пришли идеальными. Врачи предположили, что это ошибка и я пересдала заново анализы. Я чувствовала энергию в каждой своей клеточке. Я закрывала глаза и сразу видела нейронную сеть. Это было измененное состояние совершенно точно, толи под воздействием препаратов (допускаю, что мне что-то седативное капали), толи вирус так играл со мной, толи результат моих работ, а может все вместе. Но...самое интересное, что меня это вообще не пугало.

Страх был в другом, но никак ни в этом. И сатурация восстановилась до предела нормы за 3 дня. С моим состоянием, с которым меня приняли на отделение лежат 14-21 день, а я выписалась на 8 день. И вот это и есть телесность, это самые честные проявления моего тела на мою работу и рисунки. Они не остались незамеченными.



Мне было трудно контролировать свои мысли, так как тогда страх поглотил все мои мысли и мое эмоциональное состояние. Но тело... Оно реагировало и это было самым важным. Мне говорили врачи, что при СРБ 100 начинается цитокиновый шторм.

Цитокиновый шторм – это системная воспалительная реакция, протекающая в крайне тяжёлой форме. Второе название цитокинового шторма — гиперцитокинемия, так как состояние сопровождается чрезмерной активизацией иммунокомпетентных клеток и бесконтрольным продуцированием воспалительных цитокинов. Если говорить о частоте возникновения цитокинового шторма, то она составляет 75 случаев на 100 тысяч человек. Это является высоким показателем, учитывая тяжесть клинической картины. Смерть больного регистрируется практически в 50% случаев. У меня при поступлении было 113. Много и страшно. Так как первым вопросом врача был: «вы еще ходите?». Но это в прошлом. Так как на 8 день, мой результат анализа на СРБ был 6 единиц. И да, сейчас эта медсестра, которая принесла карандаши, моя клиентка.

Сообщение медсестры через несколько сессий работы со мной:

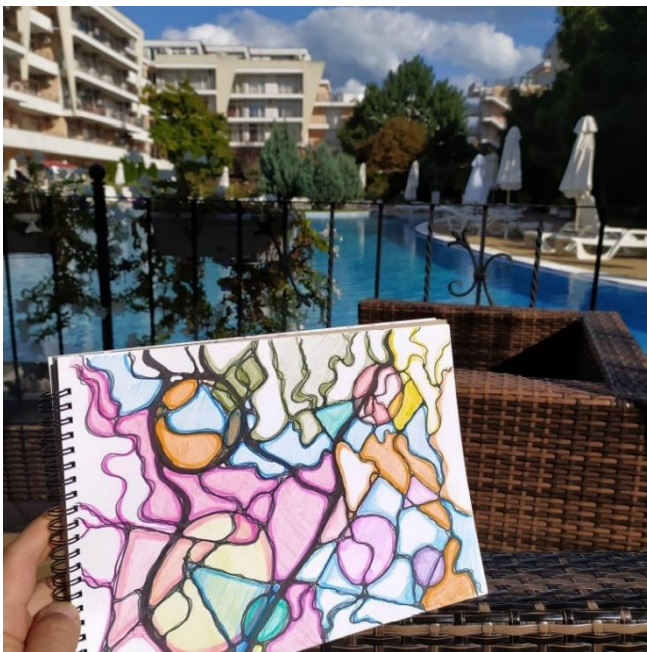
Татьяна, спасибо вам за возможность познакомиться с Нейрографикой. Когда Вас привезли на отделение с кризисными анализами и большим поражением, при этом рисующую, признаться, что мы на Вас смотрели, как на психически нестабильную. Человек у которого жизнь под угрозой занимается каким-то бредом. Врач даже вызвал психиатра, но тот отказался идти в Красную Зону. Наблюдая за Вами, я понимала, что есть скрытый смысл в Ваших действиях, но какой... На тот момент он был неведом. Конечно сейчас я уже верю в силу этого метода. Я не понимаю, почему нет психологической поддержки пациентов после выписки из больницы. Мы все понимаем какой след оставляет Covid-19 и вылечить только воспаление легких мало.

Необходима поддержка психологов и психотерапевтов. Головной мозг страдает в первую очередь. И я рада нашему общению, нашей работе. Нейрографика навсегда зашла в мою жизнь и оставила след. Жду Вашего полного выздоровления и иду к Вам на Курс Пользователь. С Вами и Нейрографикой я посмотрела на Мир по иному. Теперь я про Вас рассказываю всем пациентам, что Чудеса в наших руках и «на кончике маркера», как вы любите повторять. Спасибо за Новое мировосприятие, за новые состояния. Это вера в себя и свои силы. Здоровья Вам.



Читая эти строки, я плакала, так как это первая моя маленькая победа. Я изменила восприятие Мира всего лишь одного человека, но с этого и начинаются победы большие. И все это благодаря Нейрографике, которая всего лишь 6 месяцев назад вошла в мою жизнь (на тот момент).

Итак, выписали меня через 8 дней. Врачи говорили, что такая динамика редкость в их практике в Красной Зоне. Я рискнула спросить врача, можно ли мне летать на самолете, так как находиться в Питере я не могла больше. Меня давило все. Врач сказал, что если не страшно, то лети. Конечно было страшно. Но я приняла решение улететь с семьей в Болгарию на лето. Я знала, что там я восстановлюсь быстрее и комфортней. И куда приятней заниматься Нейрографикой сидя у бассейна или моря, чем в нашем сером Питере. Который я люблю всей душой, но не в тот момент.



Перелет был сложным. В полете у меня началась Паническая Атака. Я, как психотерапевт знала, что с этими симптомами делать. Но мне ничего не помогало. Становилось хуже. Мое тело отреагировало по полной программе. Даже скулы сводило от страха, руки тряслись, дышать было трудно, пульс был 115-120. А это еще больше панику подогревало. И какую-то минуту, мне муж дал листочек, маркеры и сказал: РИСУЙ!

Был безумный протест внутри, но больше я боялась напугать детей. И стала Рисовать. Настолько, насколько была в состоянии. Руки тряслись, ком в горле, не было возможности вдохнуть полной грудью, воздуха не хватает. Даже маску в самолете не снять. Слезы текут, а я рисую. Я знала, что это тихая истерика. Мысли где-то далеко, я даже не понимала о чем думать. Такой страх я испытывала впервые.



Но сделав выброс, я смогла вдохнуть глубоко. Выброс был интенсивным и долгим. Я со всей силой сдавливала маркер, мне казалось, что я его сломаю. Добавила НейроЛинии, много, даже очень много и мои руки перестали трястись.

Попыталась сделать глубокие вдохи. Получилось не разу. Мне в какой-то момент показалось, что я не могу пошевелить никакой своей частью тела. Это парализующий страх. Стала дышать в ладонки. Успокоилась. Приступила все сопрягать. Это было достаточно небрежно и грубо, но процесс шел. Вот тут я стала успокаиваться еще больше. Я сконцентрировалась полностью на процессе. Я просто боялась думать о Панической Атаке. Я видела краем глаза, как муж подглядывает за мной.

Его я напугала конечно больше чем любого другого, до мыслей сажать самолет из-за экстренной ситуации со мной. В какой момент у него появились мысли про Нейрографику, я не знаю, но я благодарна ему, так как контролировать свое состояние я уже не могла. Сопрягала я долго, мне казалось минут 60, убирая все уголки и погрешности, которые мне не нравились. А мне не нравилось просто все.

Анализируя сейчас то состояние, можно сказать, что это был транс. В состоянии транса граница между сознанием и подсознанием сужается, и извлечение информации становится более доступным и быстрым, нежели, чем в бета-ритме. Это был Альфа ритм- самый первый уровень транса, он подобен состоянию дремоты. Я расслабилась, мое тело стало теплым и уютным. Веки тяжелыми, а глаза стеклянными. Тяжесть и теплота прошла по всему моему телу легкой волной. Разум помутнел и дрейфовал среди потока мыслей.

Но даже сейчас не могу сказать, о чем именно я тогда думала. В таком состоянии сосредоточиться на мыслях нелегко, в особенности, если ты утомлен и хочешь спать. А после Панических Атак усталость очень сильная и хочется отключиться. И остановилась, когда поняла, что мне хорошо. Остальную часть полета я рисовала снова и снова. Мне страшно было остановиться полностью. И я поймала себя на мысли, что вот именно это состояние я испытывала в больнице, когда контролировать тело не возможно, а голова вообще где-то не с тобой. Это альфа транс.

Позже проходя супервизию у своего психотерапевта, разбирая эту ситуацию, я поняла, что я закормила свое состояние при Панической Атаке Нейрографией. Так как прилетев в Болгарию, я не могла в течение месяца взять в руки маркеры и карандаши. Почему так сработала психика я не



хотела разобраться. Но мне надо было догонять группу, так как практически 2 месяца я пропустила. И тут приходит мысль, что я бросаю обучение. Самое интересное было, что не посетила мысль прервать на год или полгода обучение, а именно бросить. Это на меня не похоже. Это не мои мысли. Я та, которая любит и умеет учиться.

Я ходила с этой мыслью практически неделю. Но видя свои работы нарисованные в самолете, мне подкатывал ком к горлу. И я приняла странное до сих пор для меня решение, я сожгла работы. Я видела, как они горят и представляла, что горит мой страх, моя Паническая Атака, моя боль от невозможности тогда себя контролировать. И.. мне стало легче. Мое тело рефлексировало. Шел поток тепла от ног до макушки, мне было легко и 39 39 спокойно. И в этот момент я не думала ни про полет, ни про больницу. Я наверное ни о чем не думала. Но это не было чувством растерянности или отрешенности. Я была собрана, как никогда. И я допустила мысль, что я справлюсь с задачей догнать группу и наверстать программу.

Мне было легче от этом думать, но с мыслями этими я ходила неделю,



потом поняла, вот мой шанс, так как этот период выпал на летние каникулы Курса. Моя первая полноценная работа была по НейроСкетчингу. Я ни раз описывала, как мне она давалась, с каким трудом и сопротивлением. Это еще работа - быстрый набор картины. Она интенсивная, на энергии и драйве. А этого пока у меня не было. До сих пор ее помню.

«НейроСкетчинг Это самая первая работа после полуторамесячного перерыва из-за болезни. Именно с нее я стала догонять группу. Covid 19 сделал свое дело, поселил в меня Панические Атаки. Желание все бросить и забыть, как страшный сон, всю Нейрографику. Ни сил, ни желания не было.

К этой работе я приступала раз 5 и от интенсивности и напряженного темпа бросала в слезах. Взяла еще неделю на размышления, что же со мной происходит. Пришла к выводу, что с этого вебинара сдам другую работу, более яркую и красочную. Что именно черно-белые цвета меня угнетают. Стала работать. И поняла, именно в этой работе я вижу свой страх, именно она подняла это состояние и значит именно ее надо довести до логичного окончания. Возможно 2-3 минуты для кого-то не время.



Для меня это самая быстрая работа и самая тяжелая. Она в итоге выбила меня еще на неделю. Но я справилась и с ней, и со своими состояниями. Хотела забыть ужас больницы и Красной Зоны. И я пришла к тому, что все временно. И это работа ровно мое состояние там, но не сейчас и не здесь. Иду вперед. Медленно, но уверенно».

Я поняла, что эта работа была мой ямой со страхом, та яма в которую страшно смотреть, не то что прыгнуть с головой из-за страха не упереться ногами, для того, чтобы оттолкнуться назад. Но я прыгнула и оттолкнулась. Где брала силы, В Нейрографике ! Дальнейшие мои работы были с каждым разом все легче и легче. Я осознавала, что я выбрала свой Путь и мне по нему идти. И что он не будет легким. Когда встречала 2021 год, я решила его назвать- НЕЙРОГРАФИКА МОЕЙ ЖИЗНИ. И лишь сейчас я понимаю глубинный смысл этой фразы. Это мой инсайт.

То, что я вложила в эту фразу, показало мне, как может быть. Конечно мы свою жизнь создаем сами и именно благодаря Нейрографике я поняла, как можно НАРИСОВАТЬ свою жизнь. Как в жизни можно поменять вектор движения в одну минуту. И как можно верить и не верить в слова сказанные кем-то. Как можно верить в себя и с верой идти в процессы. Это большие процессы, чем мы можем себе представить и допустить. Все то, что происходит с нами, это движимо БОльшим, чем мы. Эта сила, это Эгрегор. И Нейрографика стала для меня Эгрегором. Так же, анализируя Год с Нейрографикой, я вспомнила историю, в которой была клиенткой в Расстановках по Б.Хеллингеру в 2019 году, как раз вопрос про предназначение и миссию.

И тогда Поле мне показало, что я должна свои знания передавать другим. Именно знания, а ни опыт. Я тогда это увязала с психотерапией, но сейчас я знаю, что это было про Нейрографику. Да, я могла бы обучать психологов и это тоже передача знаний, но это меня не развивает. А Нейрографика дает мне максимальное развитие и как специалиста, и как личности.

Каждую работу с клиентом, я проживаю через свои процессы. Так как именно Нейрографика дает полное понимание происходящего в твоей жизни. Именно Нейрографика научила меня обращать внимание на свой внутренний экран, на все то, что на нем происходит. Научилась замечать чувства, которые всплывают, обращать внимание на рефлексии, как реагирует в ситуации мое тело. И мысли которые приходят в моменте. Часто они являются открытием.



Антонцева Татьяна. НейроГрафика и Covid-19.

А наши реакции, часто инстинктивные, когда включается рептильный мозг, а не Неокортекс (мозг разумный) и после полугода наблюдений за собой в работах с Нейрографикой, я стала замечать, что научилась останавливаться и давать время Нейрокортексу. И мои решения стали совсем иными. И моими любимыми вопросами, благодаря Нейрографики, стали: А мне это полезно? И какой я буду (по идентификации)?

Главное осознание Года, что я на верном Пути! Спасибо Нейрографика! Готова теперь Нейрографику внедрить, как один из методов, в свою работу!

[Ссылка на дипломную работу Антонцевой Татьяны в авторском стиле](#)

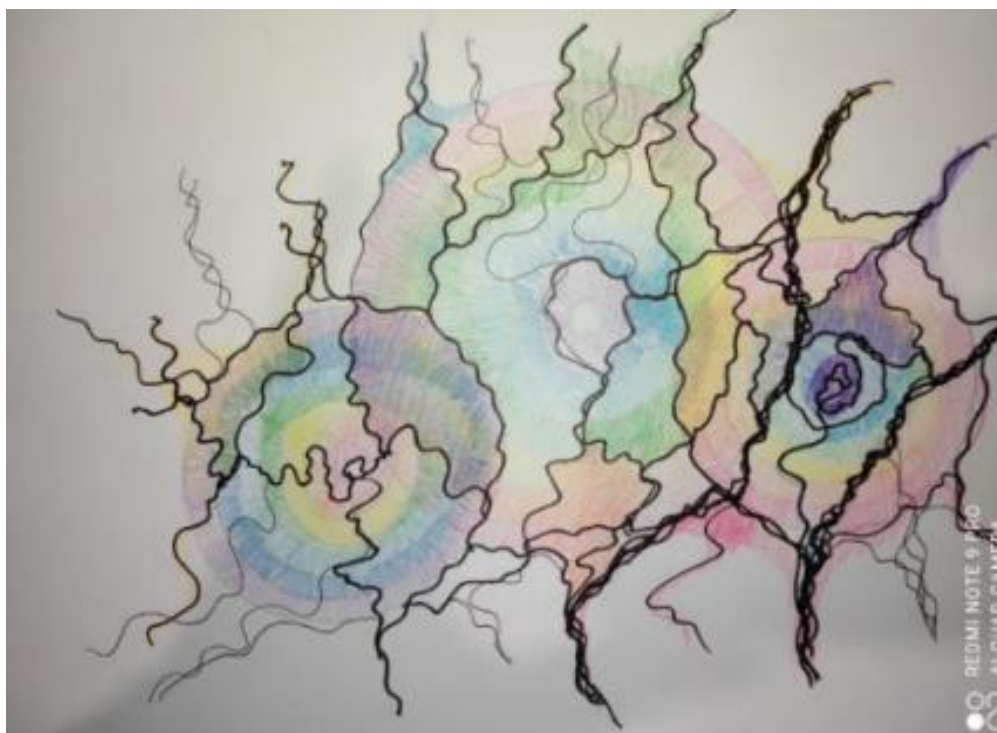


Работы

Тема: спокойствие.



Тема: моя гармонизация.





Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Автор:
Атанасова Маргарита
Супервизор:
Юферова Алла

Тема:
Победа не всегда означает быть первым.
Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Введение - моя встреча с НейроГрафикой

Два года назад моя подруга сказала: «Подготовь деньги, в воскресенье пойдем рисовать». Вообще я не подозревала, о чем идет речь и что после этого интересного и волнующего воскресенья моя жизнь уже не будет прежней. После первого рисунка на тему «Здоровье глаз», я была истощена, ни на что не хватало сил. Тогда я подумала, что это было из-за количества информации, из-за общения с другими студентами. Я понятия не имела, сколько психической энергии привлекается и используется во время рисования.

Причем по такой простой теме, как здоровье. Потом оказалось, что и тема здоровья никак не проста. После окончания курса я рисовала по одной картине раз в неделю и была счастлива и довольна. Когда меня кто-то раздражал, появлялась картинка.

Когда не знала, какое решение принять - новая картинка. И, наверное, все так и осталось бы - тихо и спокойно, если бы не пандемия, из-за которой все мы остались дома на 1 месяц. Мне было скучно все 3 недели, во время которой я приготовила всевозможные рецепты тортов и пирожных из интернета.

Однажды меня просто как поразило громом - у меня в руках был инструмент, что делать с ним. Как изменить свою жизнь с помощью нейрографики. Все инструкторы, которых я слушала на открытых мастер-классах, говорили, насколько мощный этот метод, какое это волшебство. И что можно с его помощью сделать.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Видимо, я достаточно изменила свое мышление, чтобы прийти к мысли о собственном росте и развитии. Как говорит наш Мастер, горизонтальные линии накапливаются медленно и постепенно.

Я нарисовала несколько АВН на тему - «А теперь, куда». Через неделю мне попало видео, в котором Светлана Сафонова разъясняла метод обучения нейрографики. Я сразу записалась к ней на курс «Специалист». Всем сердцем и душой я почувствовала очень сильный отклик. Знала, что действительно хочу двигаться вперед по этой дороге.

После успешной сертификации я организовала встречи с друзьями, на которых мы рисовали вместе прекрасные алгоритмы специалиста – «НейроЛотос», «Шаманский дождь» и «НейроДерево». Тогда на том этапе, полтора года назад, я не могла понять TRUE, SCORE и их целительную силу. Мне пришлось смотреть их 3, 4 раза, чтобы изучить и использовать их правильно. Все происходило медленно, шаг за шагом. Но я не перестала заниматься нейрографией. Я приняла участие в качестве слушателя во всех конференциях института, рисовала и рисовала. Иногда мне было очень трудно понять, о чем идет речь не только из-за материи, но иногда из-за языка. Но я не отказывалась. Начала принимать все важные и ответственные решения в своей жизни после того, как рисовала на какую-то тему.

Как и почему я записалась на инструкторский курс что мне помогло?

Была у меня раньше (в марте 2020 г.) мечта стать инструктором, но в сентябре 2020 в моей жизни наблюдалось равновесие, что, очевидно, меня устраивало. Я была спокойна, счастлива, моя жизнь «вроде бы» упорядочилась. У меня было хобби нейрографика, и это доставляло мне удовольствие. Я рисовала в компании друзей и этого было достаточно на данном этапе.

Но я только думала, что моя жизнь находится в равновесии. У Вселенной на меня были другие планы. В сентябре я разорвала отношения со своей очень близкой подругой, и это вывело меня из колеи блаженства. Я нарисовала ровно три рисунки на эту тему - один был АСО, потом из модуля «Нейрокомпозиция» - ритмический ряд по обратной диагонали и третий был из модуля «НейроКоммуникация» - техника отделения.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

После рисунка я получила много инсайтов и осознания о нашей дружбе и о моей жизни в целом. Написала свою первую статью о нейрографике, в которой я рассказала обо всем этом и о преимуществах иметь такой инструмент в руках как нейрографика, в трудное для меня время произошло расставание с любимым человеком.

Потом все пошло с легкостью. Темы моих следующих рисунков были связаны с поиском средств для целевых взносов на обучение. Мне пришлось изменить организацию своей повседневной жизни после начала обучение в марте 2021. Но я чувствовала легкость, удовлетворение и уверенность в том, что это мой путь.

Что во мне изменилось за время обучения

Вначале все шло гладко, без особых стрессов и перемен. Материал «Пользователя» и «Специалиста» был мне очень хорошо известен. Впервые прослушал его год назад, мне все уже было очень хорошо знакомо. Я отправила свое эссе для получения аттестации на уровне пользователя. Еще помню радостное ощущение, когда я увидела свое имя в списке лиц, которым было разрешено проводить обучение «Пользователь». Для меня это был настоящий праздник! И вот передо мной новый вызов – провести первое обучение.

Задача - провести первое обучение - уровень «Пользователь»

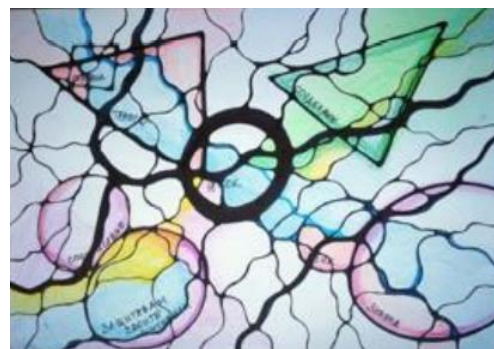
Рис. 1. АСО «Деньги – страхи и блоки»



Страхи, сомнения вытеснили радость успеха. У меня было много вопросов - когда, где, сколько. А, если никто не придет? Готова ли я обучить людей теории? Какую цену запросить? Как же мне забрать клиентские деньги? Вопросы, вопросы и большие страхи. Взяла маркер в руку и начала рисовать.

Рис. 2. Я-ОК «Провести первое обучение в конце июне

После первого рисунка набрала смелости объявить о событии в Facebook, не называя цены. Но никто даже не проявил интереса. Помню, как вздохнула с облегчением из-за





Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

того, что никто не записался, а внутри чувствовала, что не готова встречаться с незнакомцами и говорить с ними о нейрографики.

Я сделала еще один тест, который показал, что мне еще нужно время для роста и качественное изменение личности. Меня сопровождали подруги на мероприятие, где мне было нужно представиться, рассказать о себе, о своих переменах после встречи с нейрографикой. И вместо того, чтобы воспользоваться возможностью представиться как инструктор-стажер, рассказать всем о нейрографике и быть в центре внимания, я спряталась в углу. Знала ясно, что пропустила блестящую возможность, но что-то, удерживало меня и сжимало мое горло. Мне даже в голову не пришло найти листок бумаги и рисовать АСО.



Рис. 3. Композиция из треугольников «Мои занятия онлайн - накопление энергии для расширения»

Затем пришло лето, и я сосредоточилась на подготовке дипломных работ. Забыла о страхе общаться с незнакомыми людьми и брать денег за свои знания и навыки. Сместила фокус и успокоилась - пришлось работать над собой. Рисовала разные картинки, моими темами были – «Увеличение количества клиентов», «Каких клиентов я привлекаю», «Как рекламировать и расширять свою клиентскую сеть».

И, прежде всего, самая любимая «Я востребованный инструктор» - ценный и уважаемый за знания и навыки, которыми я делюсь, и, конечно, самое важное - получаю адекватную оплату за свою работу. Я встречалась с друзьями и коллегами по курсу, чтобы собрать кейсы для дипломных работ. И, вероятно, весь опыт, который я получала шаг за шагом каждый день, привел меня к состоянию внутренней уверенности организовать онлайн-мастерскую по обучению «Пользователя».

Не знаю, как это получилось, но знала точные даты, точную цену, которая меня устроит, и знала, как рекламировать события. Как будто со мной случилось какое-то волшебство и внутреннее понимание как для организации мероприятий, так и для всех мелких деталей вокруг них.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!



Рис. 4. Пирамида развития «Обучение в сентябре»

В первый день обучения, который я должна была провести, я проснулась в большом стрессе. Это было похоже на экзамен. У меня было целых два клиента, и я хотела дать им как можно больше знаний. Чтобы снизить напряжение, создала быстро два черно-белых АСО в формате А6. Это было их – вау. Расслабилась и почувствовала себя уверенной в своих силах и знании. Обучение прошло гладко. Мастерская тоже. Я осталась довольна собою.

Каждое последующее мероприятие я легко организовывала. Каждый раз собиралось довольно много клиентов. У меня не было стресса, беспокойства или страха. Я уже выработала важные навыки и привычки, которые помогли мне во всем этом. Я получила их в виде идей и инсайтов благодаря сделанным рисункам в июле и августе. Все это подтверждает главное преимущество нейрографики – что это творческий инструмент поддержки проектов. В данном случае моим проектом было начать обучение «Пользователя», а потом продолжить проводить упражнения и обучение.

Я также много сравнивала себя с другими коллегами-инструкторами, думала, что не найду свое место, своих клиентов, свое удовлетворение. Но после того, как нарисовала «Голубой океан», я получила много душевного спокойствия и поняла, что каждому цветку есть место под солнцем. Тема была «Мои бизнес-проекты - выгода для моих клиентов и для меня, прибыль для них и для меня». После актуализации я почувствовала сильное напряжение.

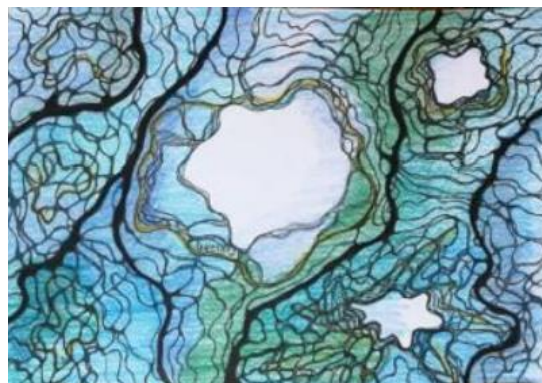
Понимаю, что все это из-за желания быть супер, привести все в порядок, представить себя в лучшем свете. В конце рисования я добилась спокойствия, расслабления и удовольствия картинками. Поняла, что самое важное для меня наслаждаться творчеством и общаться с людьми. Получила и инсайт - конкуренция велика только в моих фантазиях, есть место для меня с моей уникальностью, у других коллег тоже не так много клиентов, как у Института.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Рис. 5. Голубой океан «Мои бизнес-проекты»

Самым ценным, что я получил после обучение Пользователя в сентябре, был опубликованный неделю назад комментарий-рекомендация одного из моих клиентов в Facebook.



Сначала не поверила, что написанное было обо мне и о моей работе в качестве инструктора. Я не ожидала так скоро получить признание и оценку - мечта каждого учителя. Чувствовала благодарность, тепло по всему телу и огромное удовольствие от эмоций. Все это вдохновило меня снова организовать обучение в ноябре. Также я добавила обучение по другим алгоритмам в мой лист услуг.

Что последовало после рисования картинок по алгоритмам Контакт и Цель, по темам, связанным с реализацией моих знаний и навыков инструктора и коуча:

- Подруга пригласила меня заняться совместными занятиями - нейрографикой и практиками кундалини;
- Три женщины обратились ко мне с вопросом: когда будет следующее обучение - потому что они захотели, чтобы я их обучала.

Думаю, что мой путь как востребованного инструктора еще впереди. Все рисунки, которые я рисовала во время обучение «Инструктор Нейрографики», были лишь началом огромного и трудоемкого дела. Каждый последующий рисунок, который я буду добавлять к кейсу, принесет мне еще большее понимания как конкретные алгоритмы работают. Также я буду знать, как действовать в своей жизни, чтобы быть счастливой и довольной.



Рис. 6. НейроЦель «Я востребованный коуч и инструктор НейроГрафики»

Это пока по этой теме. Не знаю, что жизнь приготовила мне в будущем, но уверена, что будет так, как я все нарисую.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Задача - здоровье

Еще одна важная тема, по которой я нарисовала большой кейс на инструкторском курсе — это мое здоровье. На эту тему за два года знакомства с нейрографикой я нарисовала много рисунков. У меня была цель за 21 день, над которой я работала во время обучения: «Дневник развития. Пользователь. Эстетический коучинг» - «Здоровье, стройность, элегантность». В качестве лучшего результата я поставила себе задачу получить уверенность и инсайты для стратегии и действия:

- убрать сомнения, ограничения и стереотипы, связанные со здоровьем;
- похудеть здоровым способом – понять модели, которые мешают мне похудеть и быть стройной и элегантной;
- поддерживать здоровое питание и делать упражнения для поддержания силы воли;
- почувствовать, есть ли проблема со здоровьем в моем организме;
- познакомиться с наиболее подходящим для меня медицинским специалистом; 100 100
- день за днем менять свое отражение в зеркале. Главные смыслы и инсайты, которые я получила во время работы по теме за 21 день:
- когда я очень устану, я могу отдохнуть 30-40 минут или съесть шоколадку. Выбор зависит от меня;
- для меня очень важна строгая диета - меньшие количества и приемы пищи в определенное время;
- без голода;
- могу регулировать чувство голода достаточным количеством других положительных эмоций - общением с людьми, путешествиями, концертами и т. д.;

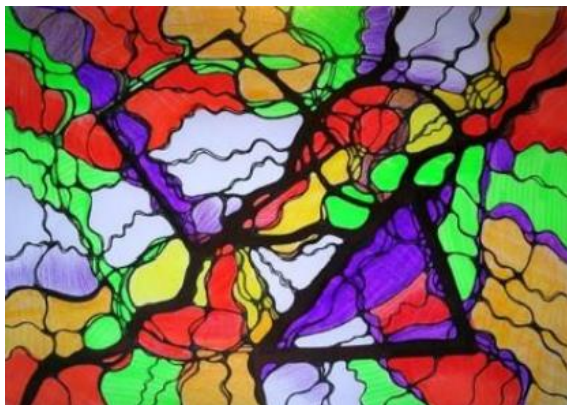


Рис. 7. НейроКомпозиция «Здоровый вес»

Чтобы опротестировать некоторые алгоритмы коучинга во время курса, я также рисовала на тему «Здоровье». Рисовала «Коллайдер» и «Пирамиды развития». В результате я осознала, что, вероятно, одна из моих прошлых болезней была вновь спровоцирована, и мне нужно было обратиться к врачу.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

А потом, по счастливой случайности, мне позвонила подруга и порекомендовал врача. И вот уже прошли несколько недель, лечение очевидно подействовало. Я намного спокойнее, контролирую желания съесть варенье. С каждым днем моя внешность становилась привлекательнее. Теперь каждый раз, когда мне хочется съесть шоколадку, я закрываю глаза на несколько минут или иду на прогулку, или, рисую АСО в очень маленьком формате, и все проходит, тело и ум успокаивается, тело расслабляется, и я продолжаю свои повседневные дела.

Рис. 8. Коллайдер «Мое здоровье»



Задача - навыки общения и письма на русском языке

Когда я решила принять участие в обучении на инструктора, я знала, что владение русским языком будет иметь большое значение для правильного и качественного усвоения материала. Поэтому первое, что я сделала в октябре 2020 года, - записалась на обучение русского языка. Потому что много лет назад в школе всем болгарам приходилось учить русский язык. Но язык забывается, когда не практикуешь его.

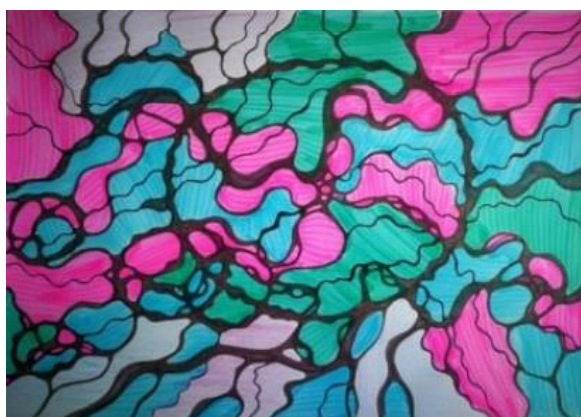


Рис. 9. АВН «Общаюсь с легкостью россиянина»



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Рис. 10. НейроКомпозиция «Лёгкостью описывать свои рисунки»



В марте 2021 году, когда мы проходили алгоритм #1, я нарисовала несколько картинок на темы, связанные с улучшением моих навыков русского языка. Потом были рисунки на «Нейрокомпозиция» и «Многозадачность», в которые я включила обучение на русском языке. Результаты не опоздали – я получила свою первую похвалу от супервизоров. Делать описания к рисункам стало проще. Незаметно начала смотреть российское телевидение. Даже были размышления на русском языке.

Во время факультативного обучения «Дневник развития» в июне я наткнулась на зум-комнату с красивой молодой женщиной. Это была судьба. В последнее время я так легко не говорила порусски – слова шли сами собой, я прекрасно все понимала. Когда точно не помню, но у меня возникла идея предложить ей рисовать друг для друга, выступить в роли коуча и коучи. У меня был внутренний страх – справлюсь ли я. До сих пор я обучала клиента только на болгарском языке. Маркер и лист бумаги помогли мне расслабиться и набрать силу.

Наши занятия прошли в очень дружелюбной атмосфере взаимной поддержки. После этих нескольких часов общения с коллегой что-то во мне изменилось – все чаще я стала общаться и говорить свободно, не думая о падежных окончаниях, формах и времени глаголов. Даже моя учительница русского заметила. Конечно, бывают случаи, когда я устаю, тогда я не очень хорошо говорю по-русски, но в целом всего 4-5 рисунков помогли мне преодолеть ограничения и страхи и предпринять необходимые действия, которые привели меня к изменению. Еще раз упомяну, что нейрографика – отличный инструмент, с помощью которого человек может поддерживать себя в жизни и шаг за шагом достичь лучшей версии самого себя.



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Задача - социальные отношения

Это самая актуальная и значимая для меня тема в последнее время. В любой момент человек попадает в какие-то отношения, с чем-то взаимодействует. Он хочет что-то приобрести, что-то продать. Либо расширить круг людей, с которыми взаимодействует, либо познакомиться со своим партнером, улучшить общение в семье или в рабочем коллективе. Поэтому для меня было очень важно найти достаточно способов испытать все возможные варианты, которые Мастер предлагал нам во время обучения. В качестве примеры, насколько важно выбрать правильную технику в нужное время, приведу следующие случаи.

Мои отношения с подругой

Пример датируется сентябрем 2020 года после того, как я прошла тренинг НейроКоммуникации со Светланой Сафоновой. Я уже была включена в закрытую группу Института в Facebook и могла получать удовольствие, рисуя лично с Мастером. Я работала в онлайн классе на тему «Разлука, отделение, сепарация». Эта случайная синхронность подтвердила, что все движется в правильном направлении, потому что за несколько дней до этого я поссорилась со своей подругой



Рис. 11. НейроКонтакт «Расставание с подругой»

Я уже нарисовала АСО и композицию с ритмическим рядом по обратной диагонали, чтобы уменьшить стресс ссоры. Но как будто что-то все еще давило на меня. Я еще чувствовала себя оскорбленной. В голове множились вопросы.

Так что рисование действительно дало качественный результат. Техника была проста - с помощью линий и форм обработать эмоцию и изменить дальнейшее восприятие отношений, придав им желаемое направление развития.

Через несколько дней после того, как я закончила рисовать, глядя на рисунок, я поняла, что полностью несу ответственность за то, что произошло, между моей подругой и мной. Я решила реагировать агрессивно и



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

отрицательно на ее словах, и дала начало конфликту. Не замолчала. Ответила словами и действиями, которые ранили ее. И единственный человек, которого могу считать ответственным за разорванную дружбу — это я сама. Как будто с помощью волшебной палочки, все во мне успокоилось и расслабилось. Я уже спокойно уснула. У меня появилась ясность. На все вопросы нашлись ответы. Жизнь — это то, что я создаю для себя сама.

Это история о том, как нейрографика положительно повлияла на мое эмоциональное и психическое состояние. И это произошло всего за несколько дней! Мне было очень тяжело расстаться с этой подругой, и в моем сердце навсегда останутся прекрасные воспоминания нашей общей жизни. Я от всей души желаю ей успехов! Потому что поняла, что мой путь с этого момента - инструкторское обучение.

Продажа картины

У меня с детства было хобби - живопись. Моя любимая техника - масляные краски. Я часто рисую для разгрузки и расслабление. Потом дарю эти картины или участвую с ними в благотворительных аукционах. У меня есть несколько картин, которые со мной давно, и я не могу с ними расстаться. Есть определенная сентиментальность и ностальгия, потому что они созданы по специальному поводу. Но настала очередь расстаться с ними.



Рис. 12. НейроКонтакт «Продать две картины»

Хотела проверить на себе технику, которую мы выучили на уроках «отделения и сепарация». Моя тема была – «Продать две картины по цене, которая меня устраивает, доброму человеку».

Для меня было очень важно получить хороший результат - с одной стороны, продам свои сокровища другому хорошему хозяину, которому картин будет приносить вдохновение и радость. С другой стороны, - опробую технику, получу вдохновение, какие действия предпринять, осуществляя продажу.

На этапе «фиксация», я получила вдохновение, что смогу нарисовать еще много картин, продав эти. Новые картины тоже принесут мне много



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

эмоций и радости. А эти картины вместе с воспоминаниями останутся в прошлом. И так я смогу двигаться вперед, не будет ничего, что удерживало бы меня в прошлом - эмоции, чувства или воспоминания. Также, я придумала, как рекламировать картины, чтобы привлечь больше потенциальных клиентов.

Клиентская сеть

Другой пример, который я хочу привести о влияние нейрографика как метода изменения жизни - техника расширения сети связи. Моя тема была «Моя сеть клиентов». Во время актуализации было много слов о драйверах, сильный азарт и большой интерес к этой технике. Потому что, помимо сети клиентов, эту технику можно использовать и в других сферах общения в обществе.

Через неделю после того, как я закончила рисовать, ничего особенного не произошло. Но чуть позже я получила отзыв от довольной клиентки. Этот отзыв меня очень взволновал. Но благодаря ему ко мне пришли новые клиенты. Цепочка была активирована. Сначала я не связала отзыв с рисунком, потому что совсем забыла о нем. Но пока я раскладывала необходимые рисунки для презентации, я увидела это картинку, которая выглядит как пчелиные клетки, соединенные между собой, и тогда мне стало все понятно.

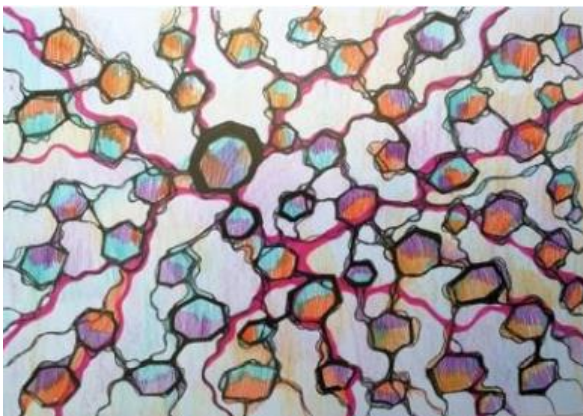


Рис. 13. НейроКонтакт «Моя сеть клиентов»



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Клиентка и ее друг

На данный момент у меня была возможность рисовать алгоритм НейроКоммуникация только с одной клиенткой. Но чувства и вдохновение, которые она получила после рисования, были действительно сильными, поэтому я хочу поделиться ими в качестве последнего примера влияния рисования нейрографики на человеческую жизнь. Клиентка – это тёплый клиент, коллега по курсу.

Несколько раз она рисовала АСО после ссоры с мужем. На тему «Я и мой муж» построила две композиции. Но это в момент облегчения, а через день-два все негативные эмоции, переживания и стресс возвращаются. Поэтому она обратилась ко мне за помощью. Я предложила ей нарисовать алгоритм НейроКоммуникация, технику разделения.

В начале картины клиентка была взволнована и эмоциональна. При актуализации темы клиентка пишет много слов, 15 из них драйверы, которые заряжают ее еще эмоциональнее. Еще на этапе сопряжение она почувствовала облегчение и даже начала смеяться над собой. На этапе Интеграции муж позвонил ей, чтобы извиниться и проверить, как она себя чувствует. А в конце рисование она получила очень сильные инсайты, которые вдохновили ее и побудили к будущим шагам в ее жизни.

Рис. 14 НейроКонтакт «Клиентка и ее друг»

Через месяц она поделилась со мной, что они с мужем снова вместе. Они очень счастливы и довольны своими отношениями.



Заключение - выводы, идеи, взгляд на будущее

В Нейрографике все очень просто: садишься, рисуешь, сливаешься потоком и в результате расслабляешься и понимаешь, что жизнь гораздо проще, легче и счастливее, чем было раньше. Иногда нужно нарисовать несколько рисунков на одну и ту же тему, используя разные алгоритмы или технику, чтобы иметь возможность выжить, - те, которые дадут «вау-эффект».



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Самым большим открытием для меня во время обучения было то, что у каждого алгоритма есть свое место и значение. Иногда для более сложных тем нужно начать со снятия ограничений и очистки эмоций. Затем, чтобы настроить себя или ситуацию, пройти через гармонизацию. И только тогда искать конкретные решения или способы достижения цели и строить счастливое и благополучное будущее.

За эти 8 месяцев с начала инструкторского курса я чувствую значительные изменения в себе:

- очень легко общаюсь с незнакомыми людьми на тему нейрографики;
- легко рекламирую себя;
- легко определяю цены на предлагаемые мною услуги;
- легко превращаю отрицательные эмоции в положительные ресурсы для перемен;
- чувствую невероятную свободу и облегчение в жизни, которую веду;
- довольна всем, что происходит в моей жизни;
- легко преодолеваю препятствия и испытания, потому что у меня в руке есть маркер, которым я пользуюсь каждый день

Я очень благодарна Павлу Пискарёву за универсальный метод - Нейрографику, который помогает мне быть успешным, ответственным, целеустремленным и счастливым человеком.

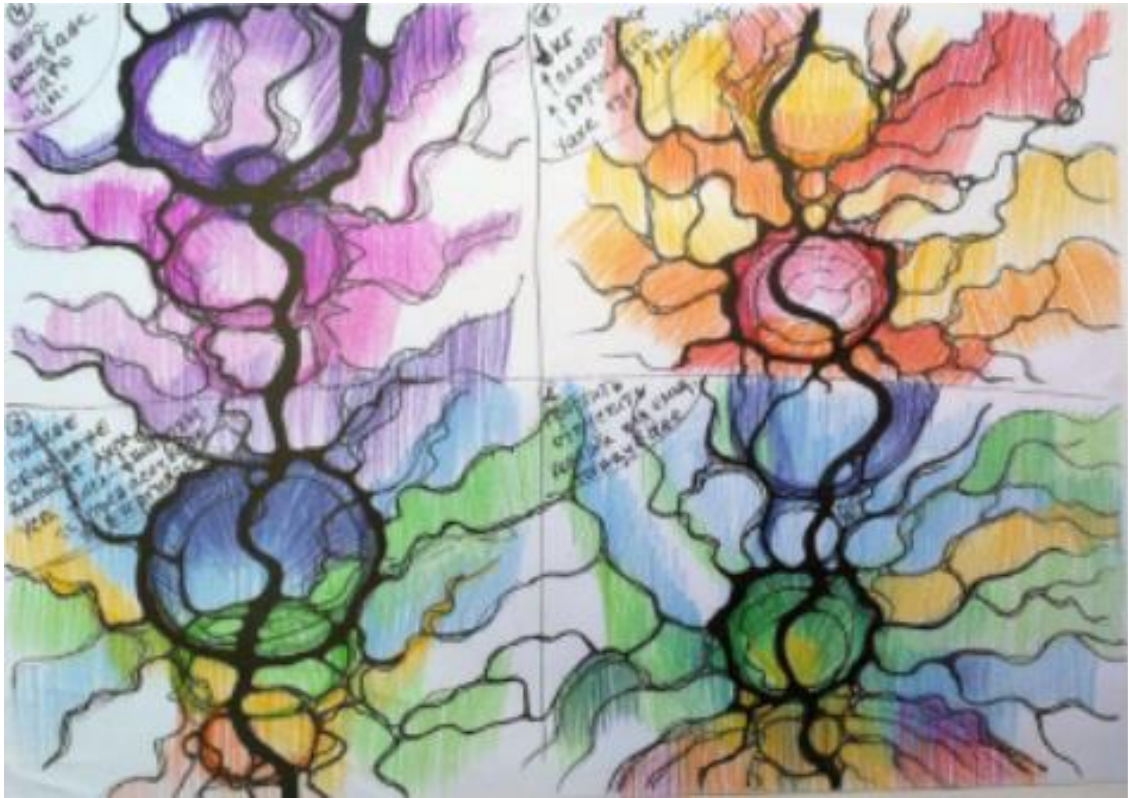
[Ссылка на дипломную работу Атанасовой Маргариты в авторском стиле](#)



Атанасова Маргарита. Победа не всегда означает быть первым. Победа, это когда ты стал лучше, чем был – чего я вам сегодня и желаю!!!

Работы

Тема: здоровье.



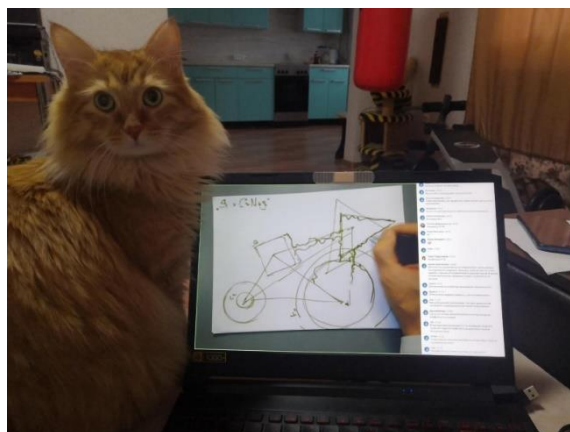
Тема: я и 2022 год. Планы.





Автор:
Афанасьева Александра
Супервизор:
Сенчищева Маргарита

Тема:
НейроГрафика и положительные изменения.



Теоретическая часть

1 . Что же такое НейроГрафика и какова её практическая польза? НейроГрафика – изобразительный метод работы с подсознанием, современное искусство, доступное для всех. Разработана Пискаревым Павлом в 2014 году. Ректор Института Психологии Творчества создал творческий метод трансформации мира, помогающий изменить жизнь с помощью рисования.

В чем заключаются преимущества НейроГрафики? НейроГрафика обеспечивает прямой доступ к внутреннему «я». Не нужно ничего объяснять, не обязательно делиться эмоциями. Отношение к проблеме выражается с помощью графического рисунка. НейроГрафика – это невербальный инструмент коммуникации с подсознанием. Конкретные шаги помогают бесстрашному погружению и приятному процессу рисования, а затем приводят к стремительным позитивным изменениям в жизни. Автор метода называет НейроГрафику «творческим методом мировой трансформации». Она помогает изменить жизнь, развивает эмоциональный и эстетический интеллект для поиска решений проблем.



Слово «НейроГрафика» состоит из двух слов:

- нейрон – клетка – основная единица нервной системы, которая несет сообщения между мозгом и другими частями тела;
- графика – «художественное использование изображений, форм и слов. На уровне мозга решение проблемы означает «включение» ряда нейронов, которые соединяются друг с другом. Чем больше нейронов задействовано в задаче, тем больше мы мотивированы. Рисование по алгоритмам НейроГрафики задействует большое количество нейронов. С графической точки зрения нейронные сети представлены круглыми формами, связанными линиями. Они выглядят как естественная структура (атомы, молекулы). Если посмотреть на графическое представление нашей Вселенной, вы увидите те же круги и линии.

НейроГрафика имеет набор графических алгоритмов. Они помогают решать проблемы 295 295 и достигать желаемых результатов, связывая людей с внутренним источником энергии нейронов. НейроГрафика расширяет границы, снимает глубоко спрятанные ограничения.

Помимо участия в творческой деятельности, рисование НейроГрафики имеет другие преимущества:

- универсальный код легко понять и освоить;
- после освоения не требуется никакого надзора;
- используется для личного и профессионального роста;
- создает нужный сценарий для любой жизненной ситуации;
- помогает настраивать коммуникацию любого рода;
- заставляет мотивировать выбранную задачу.

Это элегантный способ претворения мечты в жизнь. С помощью НейроГрафики мы формируем нужное будущее. Как заниматься НейроГрафикой?

Чтобы получить эти преимущества, начинать лучше с изучения базового алгоритма. Можно научиться создать рисунок, который Вселенная воспримет как инструкцию к применению. НейроГрафика, позволяет снять контроль разума, впустить в поток мысли, чувства и тело.



Список необходимых инструментов для занятий НейроГрафикой:

- Бумага для рисования: обычно берется лист формата А4(но и большие очень форматы приветствуются);
- Цветные маркеры;
- Гелевые ручки;
- маркеры;
- Карандаши.

Время, требуемое на создание рисунка на одном листе А4, составляет в среднем от 45 минут до 1,5 часов. Метод доступен каждому и всегда под рукой.

Польза НейроГрафики.

НейроГрафика является достаточно новым и при этом весьма популярным психологическим методом. НейроГрафика поможет нарисовать проблемную ситуацию, воплотить подсознательные мысли, решить реальные проблемы. Создавая композицию различных фигур, сопрягая их через НейроГрафическую линию и паттерн округления, можно увидеть, как именно выглядит ситуации. Работая далее по алгоритму, через эстетическое восприятие образов можно найти нелогическое решение задачи. В этом состоит уникальность метода.

Основа НейроГрафики

Человек внутренне ставит перед собой задачу, формулирует её и подсознательно систематизируя зрительные образы, визуализирует проблему на бумаге.

Опытные психологи объясняют это так:

- Люди обладают разумом. Они через зрение, слух, обоняние, тактильные ощущения воспринимают окружающее и могут отображать его в своём сознании. Уровни отражения: эмоциональный, когнитивный.
- Зрительные фигуры в сознании своей картины реальности важны. Они показывают, какими глубокими бывают связи между разными нейронами. В мозг поступают сложные сигналы, создавая внутреннее пространство, в котором возможно зрительное отражение реальности.
- Человека беспокоит какая-то проблема, и он может прорисовать её



на бумаге. Образы будут простыми, состоящими из: кругов, треугольников, квадратов, прямоугольников, многоугольников, разных сложных, выглядящих объёмно, фигур.

- Главное правильно поставить вопрос, и он будет таить в себе большую часть ответа. Прорисовывая проблему, человек начинает понимать, что его на подсознательном уровне беспокоит, а значит, он сможет проработать свои трудности.

Это как система, состоящая из правильных вопросов и ответов на них. НейроГрафика – это техника, которая позволяет прорисовать образ любой по сложности ситуации или проблемы/задачи. Это прекрасный инструмент для визуализации решения. Глядя на то, что он рисует, человек активирует нейронную сеть, связанную с ситуацией, а создавая новые графические связи и образы, буквально создает и новые нейронные связи, которые затем через эстетику графического изображения помогут на уровне сознания и подсознания решить волнующие его задачи. Зачастую самым нетривиальным образом. Если раньше ситуация человеку казалась запутанной и он не видел из неё выхода, то после прорисовки она становится более понятной. Находятся пути преодоления трудностей и препятствий.

2. Как используют метод. Как он работает? На практике НейроГрафику может освоить каждый человек, даже с нулевым опытом рисования. Так как есть четкие алгоритмы, они помогают последовательно выстраивать графическое изображение, шаг за шагом. Помимо НейроГрафической линии, которая является основой метода, в рисовании используются базовые фигуры, на основе которых можно построить любое изображение. Одной из основных фигур этого метода является круг, на его базе осуществляется такая техника как скругление.

Почему? Круг - это мощная архитипическая фигура. Юнг утверждал, что круг - это стремление к гармонии, замкнутые образы, прорывающиеся из подсознания. Скругление – это гармонизация любого негативного или конфликтного образа на листе, а также сопряжение (связь) между фигурами. Треугольники символизируют вопросы и проблемы, конфликты, которые на сегодняшний день стоят остро и требуют быстрого решения. Одновременно, треугольник – это и динамика развития, энергия, которая необходима для решения задач. Треугольники это довольно непростые, и очень сильные фигуры. Поэтому при рисовании методом НейроГрафики нужно использовать его достаточно аккуратно и осознано.



Когда человек рисует квадрат, он подсознательно в простых формах выражает сложные вопросы и ответы на них, так как эта фигура – символ стабильности, устойчивости. Но иногда через квадраты можно увидеть и те зоны, в которых происходит застой, в которых требуется динамика изменений.

Что даст использование авторского метода? Пользуясь методом НейроГрафики, человек получает картинку, на которой изображена, волнующая его проблема. Если на сознательном уровне человек не может решить определённые задачи, он обращается за помощью к подсознанию, прорисовывая картинки. Рисуя простые фигуры, устанавливая между ними новые связи, мозг активно ищет решение проблем. Используется как логическое, так и образное, ассоциативное мышление. Выход из трудностей возможен за счет нестандартного взгляда на ситуацию. Он возникает из эстетического образа графического изображения.

Для этого подходит один критерий – решение появляется, когда картина начинает «нравиться» человеку и он находит на ней конкретное визуальное изображение решения. НейроГрафика это действительно уникальный метод, соединяющий творчество, эстетику и психологию для решения любых задач. Она работает именно благодаря тому, что через маркер и бумагу человек находится на связи с самим собой. НейроГрафика – рисование со смыслом. Василий Кандинский говорил, что если у изобразительного произведения отсутствует психологический смысл, то его нельзя назвать произведением искусства. В НейроГрафических картинах отображается психическое содержание внутреннего мира человека на уровне подсознания и глубинных слоев бессознательного.

Методы нейрографики сводятся к изображению проблем на рисунке. НейроГрафика для раскрытия своего потенциала. Цель НейроГрафического рисования – изобразить неосознаваемые страхи, убеждения, напряжение, прошедший опыт из жизни человека и из предыдущих жизней его души. Ограничения, блокирующие развитие личности, поднимаются на уровень сознания, где их можно преобразовывать в идеи, способные дать положительный результат. Эта практика позволяет принять решение, получить ответ на вопрос, решить проблему, исполнить желание.

НейроГрафика как способ исполнения желаний. Популярным способом исполнения желаний считается создание карты желаний – коллажа из готовых картинок, визуализирующих мечту. Этим способом пользуются те, кто знает, что желание сбудется, если четко себе его представить.



Самый простой способ представить себе желаемое - создать его зрительный образ. Секрет НейроГрафического метода визуализации желаний кроется в особенностях психики человека, которая состоит из образов, полученных благодаря зрительному восприятию. Во время сеанса НейроГрафики материализуется психологический опыт человека, поднимается на уровень сознания все, что мы делаем, о чем думаем, чего хотим. Человек испытывает чувство удовлетворения и уверенности в том, что его желание уже сбылось. Отчасти так оно и есть, потому что он уже воплотил свое желание на листе бумаги. Спустя некоторое время человек перестает думать об этой теме, после этого его желание сбывается.

НейроГрафика для гармонизации своей личности Систематические занятия помогают избавиться от комплексов, психологических травм, изменить блокирующие установки. Один сеанс НейроГрафики помогает поднять энергию из глубинных слоев бессознательного и высвободить ее для выполнения задач. За счет разрушения старых нейронных связей и формирования новых человек испытывает прилив сил, становится активным, входит в ресурсное состояние. Выброс энергии преобразует жизнь на всех уровнях.

НейроГрафика с целью трансформации своей реальности 301 301 Канадский психолог и философ Лиз Бурбо в своих работах приводит данные о том, что только 10% всех действий человека можно назвать осознанными, остальные совершаются под влиянием прошлого опыта, выходящего из бессознательного без контроля со стороны сознания человека. Нейрографическая линия и фигура, объединенные в рисунок, позволяют вплотную подойти к этой проблеме, поэтому НейроГрафика является простым и доступным инструментом сделать жизнь осознанной, а значит, контролируемой.

3.Что такое «НейроГрафическая линия». Самым главным, первым и важным активом НейроГрафики является понятие «нейро- графическая линия». НейроГрафическая линия – это специальный инструмент, который позволяет изображение сделать ощущением. Перевести схему в рисунок.

Индивидуализировать любое изображение. И самый удивительный характер этой линии в том, что изображение, которое создано с помощью НейроГрафической линии пропитывается в наше сознание. Оно работает на формирование наших впечатлений. И соответственно создает ощущение, т.е. мы можем на него реагировать сенсорно. Мы его переживаем кинестетически. НейроГрафическая линия – это линия, которая не похожа сама на себя на каждом участке своего движения, и ведем мы ее туда, где не



ожидаем увидеть (П. Пискарев). С одной стороны, характер такой линии очень прост – не надо учиться делать линии прямые, не надо тратить часы на то, чтобы линия была отточена, как будто бы она прочерчена под линейку.

Это важно, так как в природе нет ничего прямого. И принципиальная идея НейроГрафической линии в том, что она бионическая, она дает живой контур. Линия формирует живое впечатление на жизненно важные темы у живых, реальных людей. Когда впечатление живое – оно в нас работает, оно заставляет нас переживать, помогает нам относиться к чему-то, выводит из состояния апатии, выгорания, фрустрации и пр. Линия, которая не похожа сама на себя на каждом участке своего движения – это значит, что нам надо быть предельно внимательными, когда ведем эту линию. Т.к. обычно, когда человек начинает рисовать спонтанно и свое внимание тратит на что-то другое, он начинает создавать стандартные фигуры на листе. И фактически каждая стандартная фигура, каждый стандартный поворот на листе – это то, что называется стереотип мышления.

Потому, что линия – это проекция мыслей на лист. Это проекция мыслей на плоскость. Поэтому стандартное мы убираем, стандартное нам уже не помогло в жизни, раз мы взялись решать проблемы. И с помощью НейроГрафической линии мы открываем новые форматы мышления, новые плоскости. Мы мобилизуем интеллект. Вторая версия, что значит, что мы ведем НейроГрафическую линию туда, где не ожидаем увидеть. Это значит, что мы можем поставить маркер на плоскость, немного подождать, дать возможность ощущениям собраться в руке. И когда чувствуем, что маркер хочет в какую-то сторону двигаться – мы начинаем двигаться не в ту же сторону. Не в противоположную, но главное – не в ту же, главное, не туда, куда нас ведет стереотип. Т.к. обычно человек намеревается идти туда, куда дорожка уже проложена.

Это еще раз говорит о том, что мы будем повторять одни и те же ошибки, опять пойдем делать – как хотели, получше, а получится – как всегда. Поэтому НейроГрафическая линия требует внимания. С другой стороны, она не так легко воспроизводится, потому что, когда мы заходим в область непознанного, в область белого листа, когда идем там, где не ожидаем увидеть – у нас встречается сопротивление, мы вскрываем целину сознания. Мы открываем новые ресурсы для себя. И, по сути, привлекаем для решения тех или иных жизненных задач – а НейроГрафика – это всегда решение жизненных задач и не иначе, это не декоративный стиль, а прикладной, психологически достоверный.



И мы работаем в режиме встречи с реальностью, с психической реальностью, мобилизуя все силы. И когда мы привлекаем эти силы, то задачи решаются достаточно быстро и просто, потому что каждый из нас способен создать интересную жизнь, создать интересную конфигурацию жизни, построить уникальную линию своей жизни. И любой фрагмент жизни запланировать, сформировать, создать, прожить благополучно и счастливо.

Жизнь с НейроГрафикой

НейроГрафика ворвалась в мою жизнь внезапно в тот момент, когда пришло осознание, что что-то пошло не так...

Две тысячи девятнадцатый год, мой недавно приобретенный бизнес пошел по наклонной. Границы закрыли, а для меня, как для директора, туристической фирмы, это огромный удар. Не успела я встать на ноги, только-только стала набирать штат, продавать туристические пакеты и БАХ! Все, что мы сделали, оказалось напрасным. Туроператоры не давая никакой информации, кидали нас на растерзания озлобленным туристам, которые не могли улететь в долгожданный отпуск. Туристы, в свою очередь, обрывали мой телефон.



Кто-то общался вежливо, а кто-то переходил на личности и угрозы. Это продлилось полгода... Полгода нельзя было работать, а как жить без заработка, а ведь я еще и в университете учусь. Нервов добавляла и обстановка вокруг. Все закрыто. Обстановка максимально угнетающая. В один из таких скверных вечеров, уже две тысячи двадцатого года, мне написала подруга. Рассказала, что проходит обучение НейроГрафики у одного инструктора и рассказала мне, что же это такое. Я тоже пошла на пару групповых сессий. Первые работы, были АСО.

Как по волшебному взмаху пера, все, на что я снимала ограничения происходило. Инструктор очень интересно рассказывала про Институт Психологии Творчества Павла Пискарева. Надо рискнуть... И вот поколебавшись пару месяцев, я здесь и начинается НейроВолшебство.



Начало волшебства.

Наверно стоит привести в пример самые яркие события и происшествия за год учебы. Так получилось, что к группе я присоединилась только в мае, но для меня это было удачно.

1. Туристы на отдыхе.

Турфирму было решено закрыть и уйти работать в самозанятость по профильному образованию. Я дизайнер. Рисую портреты на графическом планшете, занимаюсь ретушью фото и многое другое. И вот в путь собираются мои последние туристы. Лететь им предстоит грузопассажирским рейсом в Тунис. С момента начала пандемии – это первые рейсы. Очень много нововведения по документам. Малейшая ошибка, не заполненный новый бланк, не оформленная Про-виза, могут привести к очень плачевным последствиям.

А тут как раз первый модуль и АСО. Объяснения тему Павлом Михайловичем в корне отличается от инструктора, у которого я училась ранее. Все понятно, интересно. АСО на тему «отпуск туристов», «удачный последний тур» и т.д. было написано огромное множество. Время рисования до выброса всегда была огромная волна волнения, постепенно по мере продвижения по алгоритму- она уходила. Результат не заставил себя ждать. Туристы вернулись загорелые, очень счастливые и благодарные...

2. Сейчас бы на море.

Кто не мечтает провести время на берегу моря? Смотреть на закат, гулять по пляжу и вдыхать морской воздух? Вот и мы мечтаем. Прошлый отпуск мы провели «взаперти», как контактные по covid-19, а обидно, что это был мой День Рождения. Нам с супругом можно было покинуть квартиру, а вот ребенку нет. В ее группе заболел младший воспитатель. И вот я, вместо того, чтобы отмечать свой день рождения на берегу моря, «сдаем» путевки, ая беру в руки маркеры. Что я рисую? Конечно, отпуск на море. Асо, Коммуникацию «я и море», Я-ок на удивление рисовать было очень легко и приятно.

Все листы, что попадали н глаза, были пущены в дело. Через пару дней приходит мой праздник, ВКонтакте пишет знакомый, он же директор очень уютного отеля в Турции, по совместительству мой коллега, плавно перешедший в статус друга семьи. После длительного разговора моей семье поступает предложение в отпуске купить путевки в Турцию «туда и



обратно», а трансфер, проживание в отели, питание и отдых на новой яхте берет на себя турецкий друг. У них принята такая гостеприимность, но только для близких и для нас это стало большой, но очень приятной неожиданностью. И тут я вспоминаю, что рисовала НейроГрафику, сработала очень интересным способом.



3. Хочу работать по профессии «дизайнер»

После долгих разговоров с близкими, было решено записаться на собеседование в очень крупную организацию. А вдруг получится пробиться дизайнером? Но сначала надо получить диплом о высшем образовании, защита которого осенью две тысячи двадцать второго года. Что делать? Конечно, рисовать Асо и другие алгоритмы на рост в профессии, такие как: коллаيدر развития, 7 уровневая мандала, НейроДрево, НейроЛотов. Рефлексия от всех работ, значительно отличалась.

Какие-то шли очень легко и быстро, а какие то наоборот. Ярче всего прошел коллаيدر развития. Его рисовала на одном дыхании, очень нравился процесс. Примерно через месяц упорных трудов, огромного количества использованных маркеров и целой папки работа, я получаю предложение. Нет, не от той организации. Предложение получаю от близкого человека. Работать предлагается так же дизайнером, в знакомой мне сфере и как вишенка на торте-ДОМА! Счастье-нет предела. А что, запросы были на рост в профессии, снятия ограничений именно в сфере дизайна. Ну и что, что место работы другое, оно намного лучше и удобнее желаемого. Здесь НейроГрафика превзошла все мои ожидания.

4. Клиенты. Я большой любитель рисовать алгоритмы на привлечение клиентов. Их к счастью огромное множество: АСО, матрица Грофа, Цель-достижение-результат... Бесспорно, что мой любимый алгоритм-это снятие ограничений, который я рисую очень часто. Он не раз показал свое превосходное действие. Однако, пришло время знакомится с новыми



алгоритмами и в мои руки попадает коллайдер развития. Алгоритм на редкость очень интересный. Работа получилась очень красочная. Я была в восторге.

Нарисовав его и АСО, получила море позитива, драйва и пошла спать. Уже утром я ощутила работу коллайдера развития в действии. По моей сфере деятельности клиенты не только мои, но и моего руководителя (она учится параллельно на инструкторском курсе). Пришло сообщение, не «колдовала» ли я с клиентами тк на нас упал огромный заказ и срочно надо делать. Честно призналась, что вчера изучала коллайдер и рисовала АСО. Так он вошел в перечень любимых алгоритмов.



НейроГрафика и котики

А вы замечали, что котики тоже любят НейроГрафику? У Вас нет кота? Тогда Вы многое упускаете.

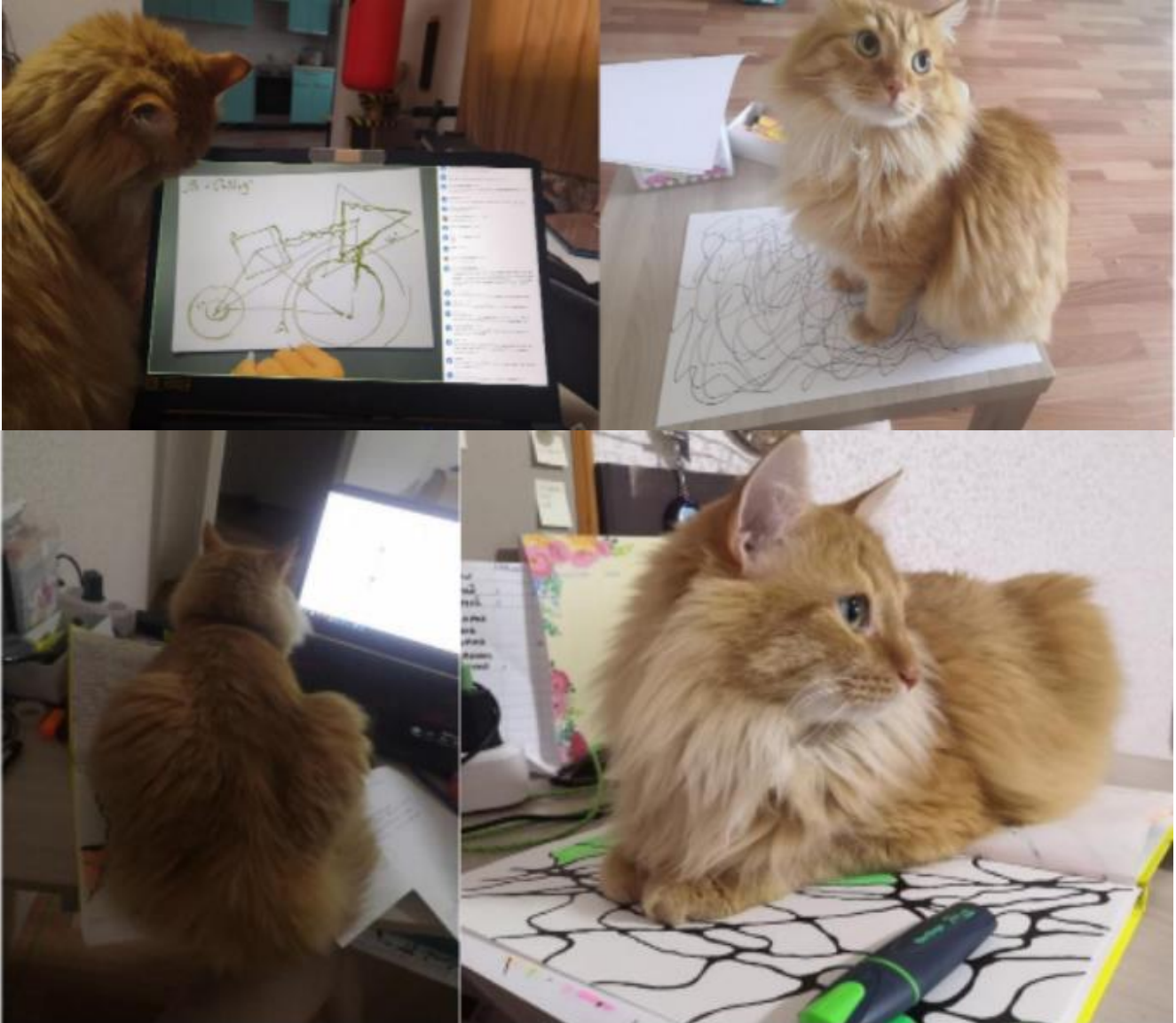
Поначалу я думала, что это только мой кот вытворяет подобное, но далее убедилась, что не только Алекс. Я не могу рисовать в его присутствии, совсем. Где бы я не рисовала, ему надо лечь на мой лист. Большой он или маленький-все равно. Я уже серьезно подумываю завести себе альбом фотографий кота и НейроГрафики. Главная задача кота: лёжа на листе надо обязательно занять удобную позу, мурлыкать максимально громко и не поддаваться на любые попытки хозяев согнать или выманить обманом или вкусняшками с листа.

А все мы знаем, что котиков сгонять нельзя, как говорится «минус к карме». А может это знак? Нужно сделать гимнастику для глаз, налить чай и просто размять ноги? А может так котики пропитываются энергией. НейроГрафику тоже нарисовать хотят, но как? У них ведь лапки. Вот и приходится заряжаться энергией у хозяев. Как же я была удивлена, когда во



Афанасьева Александра. НейроГрафика и положительные изменения.

время сессии у моего клиента кот лег на её лист. Ну зато выяснили, все коты любят НейроГрафику.

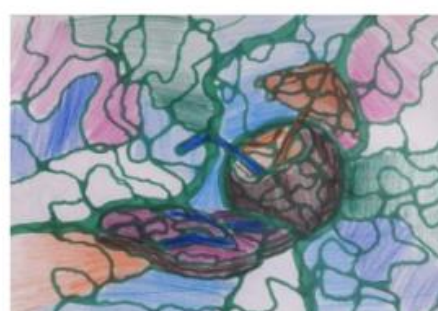


[Ссылка на дипломную работу Афанасьевой Александры в авторском стиле](#)



Работы

Тема: отпуск.



Тема: я – магнит позитива.





Автор:
Башуткина Мария
Супервизор:
Пархоменко Ирина

Тема:
Мой путь Инструктора НейроГрафики

Мое знакомство с НейроГрафикой произошло, когда я пришла на открытый урок к своей близкой подруге, уже Инструктора НейроГрафики. Я мало, что почувствовала тогда на уровне сенсорном, но интуитивно - поняла, что это моё. До этого я очень хотела и мечтала найти творчество для себя, которое бы меня вдохновляло сто процентов и возможно которое, я могла бы использовать в работе с людьми. Я увлекалась живописью в студии, написала несколько десятков картин, но такого 88 88 глубокого внутреннего отклика от рисования не получала, поэтому все тюбики с маслом и кисти, мастихины - были мною забыты на неопределенное время. Но желание творить - осталось. Потом я проходила длинные сертифицированные курсы по арт-терапии, скорее для диагностики внутренних состояний, как проективная методика - очень здорово и информационно, но опять же не могла понять - чего-то мне не хватало там

И вот - я провела первую НейроГрафичную линию. Да. Это - то что нужно. Что это такое я ещё не совсем понимала, для меня Нейрографика, сначала была волшебным методом: просто рисуешь и всё начинает получаться. Но как же интересно было знакомиться с глубиной НейроГрафики со стоящей за ней философией. Это странствие - бесконечное, можно изучать всю жизнь, потому что история зарождения Нейрографики - произошла с первым человеком, который задумался - а что у него, собственно, внутри происходит, который обратил внимание вглубь себя. А может быть и ещё раньше, где-то в бессознательном.

Но воплотилась она в удивительном человеке. Благодарю Павла Михайловича Пискарева за весь этот труд. Это - чудо 21 века. Вот действительно, верно, как говорил Карл Густав Юнг - во второй половине жизни - экстраверты становятся - интровертами, а интроверты - вполне себе обычными экстравертами.

Для меня это стало вызовом - выйти в эфир, выйти в пространство сети. Выйти туда, где - неизвестно. Меня, в принципе, это не очень интересовало.



Я очень интуитивно выбрала тему своего продвижения в новой для меня роли и начала рисовать алгоритмы на темы «Я успешный инструктор НейроГрафики», «Я-Коуч», и очень постепенно я стала замечать, что мои мысли бегут в эту сторону, а ведь приходила я - на курс - в основном - для себя. Но увидев результаты и разобравшись, насколько это возможно за 9 месяцев, как работает НейроГрафика, что стоит за чудесами, которые происходят у рисующих - я поняла, что могу работать в этом направлении: что в нем не только чудеса, но и много, очень много науки. Такая связь неизменно будет привлекать людей.

Все изменения начались на интенсиве, когда мы рисовали проект и объединяли наши деревья. Получилась очень мощная картина, которую похвалил Павел Михайлович Пискарев. Я тогда начала рисовать свой авторский проект: что-то для женщин, которых я могла бы научить находить поддержку у самих себя. Начала записывать все мысли, которые приходят в голову.

Параллельно с этими фантазиями, которые происходили в первом квадранте, у меня продолжалось образование - 5 длительных интересных программ в аналитическом направлении психологии, которые были не фантазийными, а дающие возможность сразу постигать их силу на практике. В этот момент - мне очень помогла модель Многозадачность. Рисовала её на все свои сертификаты. Это было время обучения нон-стоп. НейроГрафика помогла быть в ресурсном состоянии.

Что особенно мне понравилось и обрадовало - нарисовав своё желаемое состояние на защите - я получила именно его. Ну как получила, внедрила в своё бессознательное. Обычно волнуясь на защитах, что в принципе, естественно, я защитилась - очень спокойно и уверенно. Я была очень рада этому. Наблюдала своё состояния во время защиты и понимала - это именно то, что рисовала.

До сих пор, я осмысляю, то, что происходит, и как. Хочется ещё больше узнавать про квантовую физику и биологию человека. Да, я понимаю, что про мозг - никто ничего не знает точно и как всё устроено, но как же интересно - быть на этом пути познания. Для меня это - новое и удивительноеразвитие.

Нейрографика помогает справляться со сложными состояниями, проникает глубоко во внутрь. Несколько слов о процессе индивидуации. Для меня, в последнее время, было важно побыть в одиночестве, это неизменный этап развития, такой «отшельник» среди людей, возможно внешне это и не



так было заметно, я встречалась, обсуждала что-то, выходила «в свет», но отшельнику было интереснее в компании авторов книг. Такая автономия. Но, что важно, так это то, что процесс индивидуации приводит к осознанию общности между людьми, к тому, что нет ничего отдельного, это одновременно - про важность чувствования единства с самим собой, в НейроГрафике мы приходим к этому, связывая наши чувства, ощущения, мысли и смыслы воедино, а затем и чувство единения со всем человечеством, с миром.

Помню свои ощущения, когда я рисовала кейсы на тему «Я - успешный инструктор НейроГрафики», «Я-коуч». Думаю, это была бессознательная цель, выйти к людям и поделиться знаниями, помогать, знакомить с НейроГрафикой. Я всё больше и больше убеждалась в том, что я нахожусь уже в пути к чему-то, что меня ждёт.

Творческое развитие в аналитической психологии можно развить, связывая сознательное и бессознательное, с помощью символов, которые мы можем осмыслять - если у нас развита способность к символическому мышлению. Чем меня особо привлекла НейроГрафика в начале, так это возможность творческого развития, уже позже, я увидела глубокую взаимосвязь между тем, что я рисую и тем, что происходит в реальности. Я называю это научной фантастикой. Научна, но меняет реальность с помощью маркера.

И что же случилось дальше, на интенсиве, я решила рисовать свой проект, авторский, тогда у меня была только эта фантазия, неуловимая, как туман. Но что-то в бессознательном очень толкало меня к этому. На сознательном уровне, в актуальном сознании - сопротивления новому опыту — было очень много. Но я день за днём рисовала свои кейсы «Я успешный инструктор», «Я- Коуч». Мой мозг сопротивлялся, голова болела, все физиологические реакции меня хотели заблокировать от нового опыта. Мозг перестраиваться не хотел.

Иногда мне казалось, что я рисую, но так ничего и не происходит, именно в моей теме, в моем запросе, тогда я просто отпустила эту идею, вспомнив, что бессознательное - все равно мудрее и умнее, я доверилась процессу. И тут начались ночные инсайты. Я просыпалась ночью, с полным текстом в голове, записывала всё, что приходило в сновидениях, я ираньше записывала сновидения, но здесь были уже тексты, готовые сценарии, послания были конкретными.



Самое волнительное для меня - то, что бессознательное было очень активным ночью, инсайты приходили в сновидениях, бессознательное точно знало, что я не упущу это в полудреме, так как эта привычка уже давно сформирована и я отношусь к этому очень серьезно.

Что я бы хотела сказать ещё. Поблагодарить за учебу, за новую сферу развития, за возможность соприкоснуться с коучингом, который, от незнания, казался слишком прямолинейным, весь состав института психологии и творчества, нашу группу, которая поддерживала лайками и комментариями, замечательных кураторов, которые всегда были на связи и щедро делились знаниями, вовлекались в процесс, помогая понять ещё больше и глубже. Благодарю Вселенную. Благодарю Павла Михайловича Пискарева. Свою подругу, которая выступила проводником к миру НейроГрафики. Благодарю себя за стремление к знаниям и желанию развиваться и познавать.

Благодарю !!! Что я особенно хотела включить в диплом - это 10 принципов НейроГрафики, для ещё лучшего освоения темы. Поэтому я включаю их в диплом. Есть разные школы и у каждой своя гипотеза по поводу того, как устроена работа мозга. Я на себе почувствовала, как работает НейроГрафика, для меня это и есть подтверждение, это уже не гипотеза. Но 10 принципов это то, что помогает нам понять, как устроена работа мозга, что происходит, когда мы рисуем и как максимально сделать это экологично и эффективно. 10 принципов делятся на две части. Первая отвечает за смыслообразование. Вторая часть - про графические смыслы.

Смыслообразующие принципы:

1. Образ интегрирует смыслы. Образ - это всегда замкнутая фигура. И вот этот образ интегрирует в себе весь набор смыслов, которому этот образ принадлежит. Представьте себе дерево, о чем это для вас? Какой в нем есть смысл? У каждого человека будет свой смысл. Но каждый этот смысл будет интегрирован в образе дерева. И также, в образе геометрических фигур. Ведь Нейрографика использует геометрические фигуры для выражения смыслов. Эти геометрические фигуры: круг, квадрат, треугольник- включают в себя максимальное количество смыслов.

2. Смыслы концентрируют состояния. Например - круг. Что такое круг? Для меня, это про гармонию. Про круговорот жизни, что многое, идёт своим чередом. Промудрость предков. Про развитие - мягкое, про легкость. А что это для вас? Или вот треугольник - это тоже про развитие, но такое сильное, не такое, как - круг, оно немного резкое, со скоростью, даже агрессией, напором, умением добиваться своего, про свободу позволять себе



- быть смелой, новой. Вот эти смыслы, которые мы придаём фигурам - концентрируют состояния организма.

От этих состояний и развивается наше мышление. Смотрим за окно - там идёт дождь, для кого-то дождь - это грусть, вот такой личный смысл, и отсюда и стратегия мышления - например - «Ничего не хочется, всё плохо». Кто-то смотрит на грозу и думает: «Вау, вот так вечер будет- книга, хороший фильм, вкусный ужин, это время - для уюта внутри себя, давно хотела так». Отсюда - совершенно другая стратегия мышления, другое направление мысли. Очень интересно, осознавать, какой смысл лежит в той или иной фигуре, образе, явлении, для того, чтобы мы могли управлять своим состоянием. В НейроГрафике мы можем перерисовать свои смыслы, если состояние, которое вызывает этот смысл, нам не нравится. Чтобы творить из состояния любви, в котором действительно всё развивается.

3. Проблема - есть порождение разума. Разумность только у человека на этой планете. И проблемы, мы создаём себе сами, своим разумом. Мы часто все сравниваем, разделяемся. НейроГрафика дарит целостную картинку бытия. Это целостное восприятие, как образ - создаёт смыслы и концентрирует состояния. Мы сами осознанно решаем - что мы выбираем: какие смыслы, какие состояния.

4. Решение обладает качеством бионики. НейроГрафичная линия повторяет геометрию природы. Как мы не знаем, куда пойдёт наша линия, так мы не знаем, как будет расти ветка дерева, как будет что-то расти в природе. Для нас это важно, потому что, нам важно не только размышлять о том, что мы хотим, но и включить всё тело, весь наш организм на реализацию этого решения, чтобы он принял это решение, согласился с ним, как с чем-то хорошим. Вот почему, когда мы рисуем, нам так важно следить: а как сейчас нашему организму, как на уровне ощущений, чувств, мыслей? Всё сбалансированно? Нам хорошо на уровне дыхания, какие чувства это вызывает, о чем я думаю?

Важно, чтобы не было противоречий в этой теме - на каждом из этих уровней. И когда мы решаем - что-то - нам нужно - принимаем какое-то решение, то есть формируем смысл за счёт образа, концентрируем в нем состояния, чтобы решить проблему, созданную разумом, нам нужно собрать себя в одно целое, чтобы было принятие на уровне:

1. тела
2. чувств
3. мыслей.



Важно, чтобы было целостное решение от всего организма. И чем более слажено работает организм, чем более он включён - тем точнее решается задача, так как мы ни на каком из уровней не блокируем ничего. Нет сопротивлений. Нейрографическая линия позволяет довести наше графическое решение до уровня биологии, то есть вызвать реакцию тела. За собой важно наблюдать в процессе рисования. Благодаря бионичности наших решений - мы приходим к состоянию гармонии.

5. Гармония ведёт к удовлетворению. Бионичность наших решений приводит к состоянию гармонии. А гармония ведёт к состоянию удовлетворения. Например, когда мы округляем - мы приходим к состоянию удовлетворения, рисуя круг, мы приходим к состоянию удовлетворения. Когда мы смягчаем острые углы - мы чувствуем удовлетворение, мы перестаём что-то в нашей теме переживать остро, болезненно, мы перестаём наблюдать нашу тему, как что-то ранящее. Мы получаем новый смысл через состояние удовлетворения. Удовлетворённый человек живет в гармонии с собой, он на позитивной волне и никому не мешает жить жизнь так, как ему хочется.

Следующие пять принципов – графические.

6. Вселенная уместается на острие маркера. Маркером мы можем нарисовать абсолютно всё. Мы можем нарисовать круг, назвать это как угодно, например - это наша планета. То есть на пространстве листа - мы можем нарисовать абсолютно всё.

7. Любая задача имеет графическое решение. Графически, мы можем нарисовать всё. Если мы наладим графическое решение, то и мышление у нас будет целостным, следствием того решения, которое у нас в организме уже родилось: родилось в мозге, нейросистеме, в каждой части тела.

8. Плоскость листа не имеет границ. Если рисунок не помещается на листе, можно положить ещё один лист. Часто энергии бывает так много, что она не помещается на одном листе, мы подкладываем ещё лист, их может быть несколько, чтобы продолжить ту энергию, которую мы чувствуем. Важно идти за энергией линии, если она просит дополнительного пространства. У меня есть тема, которая выросла очень сильно с момента начала обучения в институте. Трансформация этих границ - для меня очень говорящая.

9. Мир состоит из фигур и линий. Например, подумайте о вашем счастье, о своём доме, в этом счастье и доме: есть определённая сумма смыслов, которая в сознании, в нашем ЭГО - обладает качеством фигуры,



они рождены конкретной группой нейронов, которые связаны между собой ассоциациями, и создают психическую доминанту. И эту фигуру мы можем легко изобразить соответствующе нашему внутреннему состоянию, которое отображает наше состояние. То есть, каждый рисующий может сформировать фигуру, которая отражает его состояние, относительно исходя из того смысла, который мы придаём. Линия это про энергию, линия связывает все смыслы, это способ связи и объединения. Фигурами мы можем задавать масштабы, взаимоотношения. А линия соединяет смыслы этих фигур – информацию, заложенную в эти фигуры. Часто в процессе рисования приходят инсайты, потому что появляются новые смыслы, часто поэтому и тема, заданная в начале — меняется, звучит по-новому.

10. Рисовать просто. Рисунок - это жест, то, что проявилось на листе бумаге. Жестикуляция появилась гораздо раньше, чем артикуляция. Люди сначала общались жестами, мы рождаемся и жестикулируем, раньше, чем научаемся говорить. Жесты, это что-то врождённое. Рисование - это продолжение жеста. Важно открыть силы, которые есть в нас и научиться ими управлять, научиться общаться с помощью рисования. Мы вступили в эру, в которой особое место, должно занять творчество, для того, чтобы человек мог проявлять хоть в чем-то свою индивидуальность, оставаться в контакте с собой, прислушиваться к себе, помнить, что у него есть чувства и ощущения, что он может быть осознанным Творцом своей жизни.

[Ссылка на дипломную работу Башуткиной Марии в авторском стиле](#)



Работы

Тема: развитие моего нового проекта.



Тема: я и мои наполненные будни. (me and my busy days)





Автор:
Бекетова Ирина
Супервизор:
Kristina Castronovo

Тема:
НейроГрафика - творческий способ проживания жизни.

Анотация

Цель дипломной работы «Нейрографика - творческий способ проживания жизни» – показать на личном примере как, творчески применяя метод нейрографики, сотворять свою реальность. Быть не жертвой обстоятельств, а их программистом, их творцом. Как, используя этот метод в коучинге добиваться быстрых результатов для клиентов.

Задачи этой работы:

- рассказать свою историю знакомства с нейрографикой и получения результатов работы с методом;
- раскрыть универсальность метода и ценность его использования для самостоятельной работы любым человеком, нуждающимся в скорой психоэмоциональной помощи и поддержке;
- показать ценность применения нейрографики объединенной с методами коучинга;
- показать нейрографику как неиссякаемый источник инструментов для использующих ее специалистов;
- рассказать о нескольких собственных алгоритмах, на основе метода и описать их эффекты.

Нейрографика- суперэффективный трансформационный метод.

Для начала хочу сказать, что считаю нейрографику суперэффективным современным способом трансформации сознания и подсознания, доступным каждому!

Из чего я могу сделать такой вывод? Из того, что уже 30 лет своей жизни я изучаю психофизические приемы, методы и возможности в трансформации себя, своих негативных программ, убеждений и проживания



всяких негативных моментов в жизни, не теряя сил и не впадая в полную апатию.

В процессе этого я научилась и некоторым энергетическим практикам (метод ДЭИР, хатха-йога, цигун, рейки). Не могу сказать, что изученные мной приемы самопомощи, такие, как аффирмации, автоматическое письмо, аутотренинг, простукивание, визуализация, проживание негатива, отпускание, прощение, благодарение и многие другие техники, которые я применяла, не работают, нет. Это все, конечно же, работает. Я многое смогла изменить в себе. Но! Каждая техника используется отдельно от других и берет много времени. Иногда нужно несколько месяцев, или даже лет, чтоб просто понять, с чем нужно работать. Многие программы прячутся довольно глубоко в подсознании, а работа с тем, что сверху, не дает эффекта, или это временный эффект. А потом проблема возвращается. И приходится заново все прорабатывать. Этаким «день сурка».

Так вот, я считаю, что нейрографика гораздо быстрее, качественнее и, как бонус, гораздо проще и приятнее, чем все методы работы с подсознанием и сознанием, которые я знаю, поскольку все люди, в любом возрасте способны нарисовать ее базовые элементы. Взяв совсем небольшой формат листа и рисуя любыми подручными средствами можно за 5-10 минут снять стресс, нормализовать свое состояние, смоделировать ситуацию. А порисовав еще минут десять, можно кардинально изменить настроение и отношение к практически любой проблеме. В наше время, с его скоростями, переизбытком информации, хронической усталостью, постоянно меняющимися условиями жизни и постоянным стрессом, нейрографика становится бесценным подарком современному человеку, не говоря уже о возможности проработки травм прошлого, намертво засевших в подсознании.

Используя ее алгоритмы в течении 3 лет, я кардинально изменила себя, свое восприятие жизни, более того, я избавилась от большинства страхов и блоков, поменяла место жительства и теперь строю жизнь своей мечты в новом месте и, надеюсь, с новой профессией!

Моя история знакомства с НейроГрафикой.

Это случилось в конце 2018 года. Проживая очередной стресс, я снова задала себе вопросы: «Как мне выйти из этого круговорота неприятностей, апатии и разочарований? Как мне наконец решить проблемы, что подкидывает мне жизнь раз за разом? Как мне начать жить не так, как получается, а так, как хочет мое сердце?» И вот, открыв YouTube я «наткнулась» на ролик Павла Михайловича Пискарева «Нейрографика.



Презентация в Иматоне. 30 января 2016 г.». На заставке ролика я увидела симпатичного мужчину на фоне большого мольберта с нарисованной на нем какой-то яркой графикой.

Слово “Нейрографика” меня заинтересовало, так как первое мое образование художественное, и я люблю графику в принципе. Я тогда не думала, что нейрографика станет моим «золотым ключиком» в совершенно новую жизнь. Также я не подозревала, что этот ролик не о рисовании каких-то ярких картинок, а о новом явлении в трансформации сознания и подсознания на стыке самоанализа и изобразительного творчества. В общем, я не отрываясь посмотрела ролик и порисовала с автором. Мне очень понравилось все, что говорил Павел Михайлович о методе. Поэтому уже на следующий день, проводив детей в школу, я начала поиск дополнительной информации о нейрографике и нашла некоторое количество мастерклассов и открытых вебинаров разных инструкторов.

В основном все они были на основе Алгоритма снятия ограничений. Три дня я рисовала каждую свободную минуту на разные темы. А на четвертый день моя подруга, с которой мы вместе занимались уже несколько лет разными психологическими практиками по саморазвитию, прислала мне ссылку на группу одного из инструкторов нейрографики со словами: «Посмотри, не пожалеешь! Новая техника работы с собой! Очень классная!» И это написал мне человек вообще никогда не рисовавший. По образованию она экономист. Совпадение? Не думаю! Я поняла, что нейрографика - действительно то, что мне нужно, раз Вселенная прислала мне такое подтверждение. В общем стала я искать по этому методу все, что было в открытом доступе. Рисовала по 2-3 рисунка в день иногда (рис.1 и рис.2).



Рис.1



Рис.2

Хочу сказать, что сразу у меня возникло чувство, что я, когда рисую, особенно на моменте сопряжения, вхожу в медитацию. Плюс, каждую работу заканчивала на большом подъеме энергии. Результаты появились довольно



быстро. Я смогла автоматизировать свою работу конструктора- купила себе САПР (систему автоматизации проектных работ). Причем на очень хороших для меня условиях (рис. 3).

Раньше я чертила лекала на столе, мне приходилось далеко ездить к заказчикам, а теперь я могу работать конструктором удаленно, через интернет. Пришло много новых клиентов (рис. 4). Я стала более спокойной и как-то уверенней в себе. Еще я прошла несколько трансформационных курсов с психологом, использующим нейрографику, как основной инструмент в своей работе (рис. 5, 6).



Рис.3

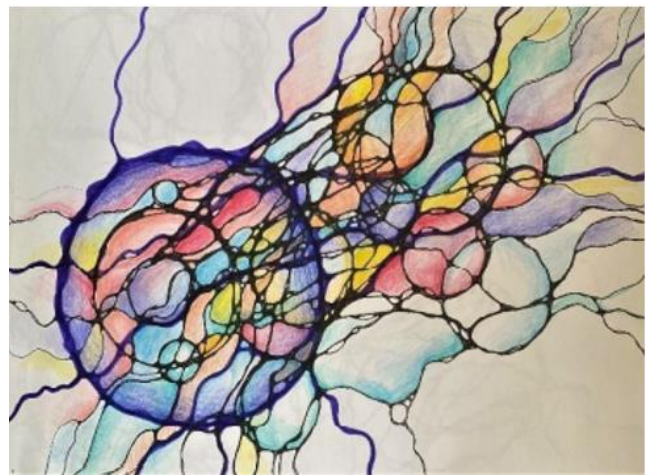


Рис.4



Рис.5

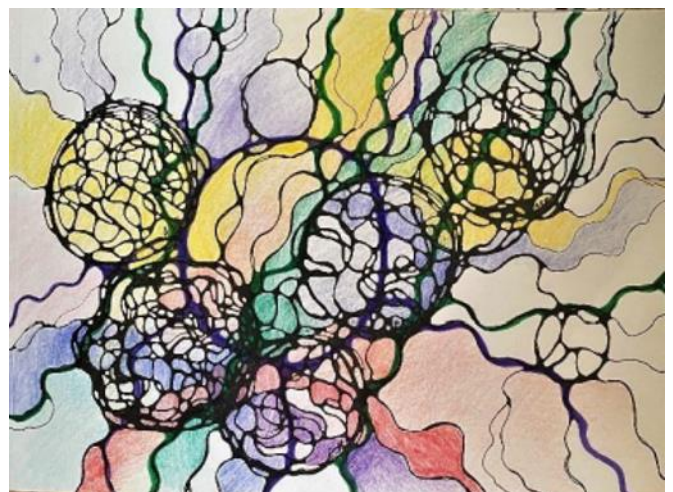


Рис.6

Тогда я ясно увидела грандиозные возможности метода. Надо сказать, что меня поразило, из какой глубины и как быстро стали подниматься мои ограничивающие убеждения 42 прошлого. Я, конечно, все их прорабатывала с помощью Алгоритма снятия ограничений, и других приемов нейрографики, которые давала нам психолог.



Плюс огромная волна инсайтов на каждом рисунке, в каких еще темах и как можно использовать эти приемы.

Чем больше я рисовала, тем понятней мне становилось, что я хочу серьезно овладеть этим методом и помогать людям. В нейрографике сошлось все, что меня привлекало с детства: творчество, рисование, возможность трансформации себя и жизни, и реальной помощи тем, кому она необходима. Да и моя подруга, продолжая рисовать, была в восторге от результатов. Ей удалось за год выстроить бизнес, найти спонсоров для своей книги, найти помощника для работы в интернете на тех условиях, о которых она мечтала, расширить деловые связи. Причем все это случилось с ней "как-бы случайно". В общем, я поняла, что хочу стать профессионалом в нейрографике и показывать ее возможности людям.

В условиях локдауна в стране и в мире мы с мужем и детьми ярко прочувствовали нашу скованность в условиях большого города. Было принято решение переехать жить южнее и в частный дом. Я начала конечно рисовать кейс «Переезд» (рис. 7, 8). Мне пришлось нарисовать где-то 8-10 работ. Я рисовала удачную продажу квартиры, сделку, легкий переезд, дом моей мечты, моделировала поэтапно движение к цели. Через четыре месяца нам удалось быстро и удачно продать квартиру.



Рис.7



Рис.8

Мы собрались и приехали в Краснодар, сняли квартиру и начали ездить смотреть дома. Сначала смотрели там, где запланировали заранее. Но оказалось, что где-то картинка не отвечала реальности, а где-то экология оказалась не приемлемой для нас. Я нарисовала еще несколько рисунков на тему «мой новый дом» (рис.9,10).



Рис.9



Рис.10

И «совершенно случайно», через несколько дней, возвращаясь с очередного просмотра, мы заехали в город, который не рассматривали вообще, как место нового жительства. Город вызвал восторг. Мы решили посмотреть ближайšie к нему небольшие населенные пункты, т.к. в самом городе жить не планировали. Еще через несколько дней мы нашли участок с домом, который вызвал в нас восхищение, и с марта 2021 года я живу с семьей в своем доме в Краснодарском крае, в одном из самых экологически чистых мест на планете.

Плюс к этой радости добавилась еще одна. С того же марта я стала студенткой института Павла Пискарева! Сбылась еще одна моя мечта! В процессе обучения я получила супер бонус. Коучинг! Теперь это моя любимая профессия! Хотя лет пять назад мне работа коуча вообще не нравилась. Она казалась мне скучной и неэффективной. Нейрографика сделала очередное чудо. Она оживила то, что казалось таким унылым. И моя практика, и мои клиенты это подтверждают.

Мне хочется поподробнее остановиться именно на работе с клиентами, так как эта работа открыла мне всю глубину и многогранность нейрографики, и подтвердила ее универсальность и крайнюю эффективность.



Нейрографика - эффективный инструмент коуча.

Хочу рассказать о своей работе с клиенткой, совершенно не знавшей до этого о методе нейрографика. Это женщина 60 лет, живущая в Европе. Она родом из России. Но 30 лет уже живет за границей. У нее сильный характер, она с молодых лет привыкла рассчитывать только на себя. Ее старшая дочь живет с мужем и детьми в Америке.

Отношения с дочерью и ее мужем у клиентки были напряженные. В работе с ней я увидела, что она совершенно не понимает, какое давление оказывает на дочь. Конечно, как любая мать, желая той только добра. Ситуация дошла почти до полного разрыва, и они не общались уже несколько месяцев. Мы начали, конечно, работать с АСО (рис. 11,12).



Рис.11



Рис.12

Она была обижена на дочь, и я хотела помочь ей снять это ее внутреннее напряжение. Я просила ее делать выбросы и самостоятельно в любое свободное время. Потом мы порисовали с ней гармонизацию отношений с дочерью и зятем (рис. 13).



Рис.13



Я добавила в работу проговаривание аффирмаций о принятии, уважении, доверии и безусловной любви. Чувствовалось, что это дается ей с трудом. Более того о любви к зятю она так и не смогла проговорить. Тем не менее через несколько дней ей «случайно», как сказала ее дочь, позвонил внук, и моей клиентке впервые за долгое время удалось поговорить с дочерью спокойно.

Более того, они договорились о повторном звонке на выходных. Я решила закрепить успех и предложила понейрографировать их общую фотографию (рис.14). Таковой в наличии не оказалось. Мы сделали коллаж. Мне захотелось добавить смыслов в это рисование. Поэтому мы нарисовали вокруг их лиц круги-ресурсы: любовь, взаимопонимание, терпимость, уважение, принятие.



Рис.14

Скажу, что этот рисунок достиг цели. Клиентка поняла, что не должна давить на дочь и навязывать свое мнение. Что дочь уже взрослая и имеет право на собственный взгляд на жизнь. Сейчас они регулярно созваниваются, и клиентка даже планирует поездку к внукам.

Этот случай еще раз подтвердил мне эффективность нейрографики. Это выглядит, как чудо! Хотя, конечно, все результаты можно объяснить совокупностью приемов этого метода. Тут и визуальный ряд, и глубокое погружение в тему, и включение телесной реакции, и возможность добавлять в работу другие трансформационные приемы работы с сознанием и подсознанием (я очень довольна результатами добавления в рисование аффирмаций).

Эта же клиентка попросила меня поработать с еще одной, волнующей ее темой. Становление ее в новой профессии инструктора Чи Конг



(разновидность Цигун). Она осваивает ее уже три года и хочет все свое время, после выхода на пенсию, посвятить этой деятельности. Но пока у нее не было клиентов, она занималась практикой только с друзьями и была не очень уверена в ее востребованности и своей компетентности. Мы начали рисовать кейс «Я- успешный востребованный преподаватель Чи Конг» с АСО. Сняли неуверенность в своей компетентности.

После этого ей пришло в голову начать делать свою ежедневную утреннюю практику не в своем дворе, а на озере неподалеку. И вот через неделю таких занятий к ней подошли и попросили присоединиться пять женщин, которые каким –то образом увидели ее утренние упражнения. Она, конечно же была счастлива и согласилась. Потом пришло еще три человека. У нее образовалась целая группа последователей. Затем я предложила нарисовать модель “Я-ок” (рис.15) и добавить к целям материальный аспект, потому, что клиентка сомневалась будут ли ей платить за такую работу и как ей вести занятия зимой, когда у нее нет ни помещения, ни возможности сейчас его искать, потому что у нее полный рабочий день в офисе.



Рис.15

В этой работе она зафиксировала треугольником свой рост как профессионала инструктора. Сказала, что видит теперь, как много уже она сделала, видит свой немалый опыт в практике и возможно ее работа действительно может приносить и финансы, а не только моральное удовлетворение. На той же неделе, когда мы порисовали, к ней подошла одна из женщин и предложила на зимний период свой дом, так как она живет одна и у нее много места на первом этаже для занятий. Другая женщина принесла ей деньги в конверте и настояла на их принятии. Еще одна женщина испекла большой пирог и подарила ей.



Моя клиентка была в шоке от такого поворота событий и на следующем нашем занятии очень благодарила меня.

В общей сложности мы пока нарисовали с ней 5 работ в этом кейсе, не считая АСО. И сейчас уже город выделил ей БЕСПЛАТНО помещение под ее занятия, причем время ей дали с учетом ее занятости на основной работе. Еще она получила приглашение работы инструктором от местного санатория для пожилых людей.

Это кажется сказкой действительно. Я сама была удивлена от такого количества изменений в ее жизни. Но это еще раз подтверждает силу нейрографики!

НейроГрафика – неиссякаемый источник творчества.

А сейчас мне бы хотелось рассказать, как я трансформирую метод под свои нужды и какие результаты получаю.

В процессе обучения в Институте я работала над несколькими кейсами. «Финансовый рост», «Отношения» и «Я-успешный коуч-нейрограф». И вот с начала лета у меня пропали все клиенты по моей текущей профессии конструктор-модельер. Я была очень удивлена, когда и в начале осени они не вернулись. Такого не было даже тогда, когда я только осваивала САПР. Интуиция мне подсказывала, что это связано с моим новым направлением в жизни – коучингом и преподаванием нейрографики. Я начала рисовать АСО каждый день. Неделя рисования ничего не дала. Я решила подойти по-другому к решению вопроса.

Я нарисовала свою проблему в виде горы (рис.16), потом нарисовала Солнце, сжигающее все преграды и те результаты, которые мне нужны: клиентов в конструировании, клиентов в коучинге, финансы, развитие себя и вдохновение в работе (рис.17), далее нарисовала дорогу, ведущую к этому всему, попутно пронеурографировала-растворила гору-препятствие (рис.18).

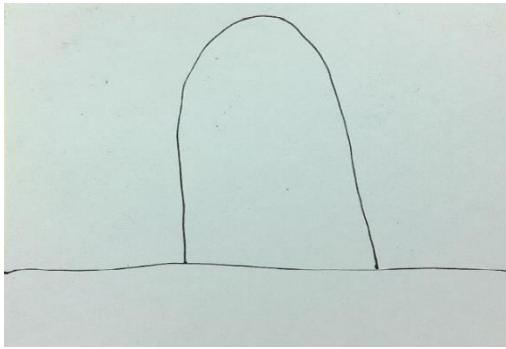


Рис.16

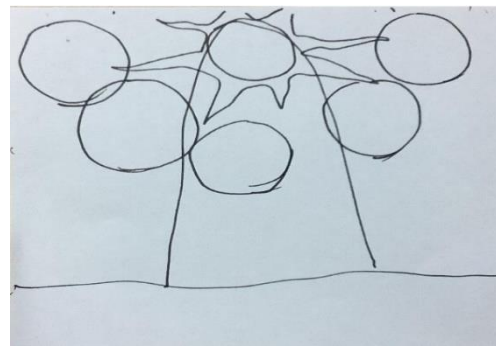


Рис.17

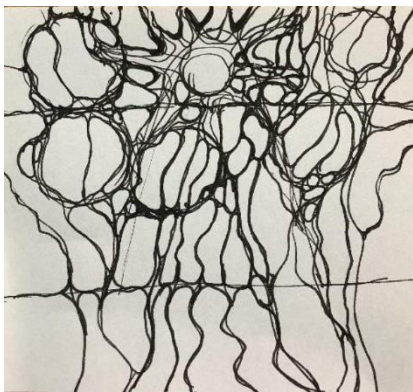


Рис. 18



Рис. 19



Рис. 20

После этого рисунка, в течении недели, пришло два заказа. Но этого маловато. Еще я рисовала закрытую дверь. Открывала ее графически, растворяла в поле, проводила дороги вперед в будущее. Рисовала, что там, за дверью я нахожу финансы, клиентов, новые предложения и т.п. (рис 21).



Рис.21



Я решила порисовать мультиролевую личность на свой лад. Вспомнила, что до этого не рисовала, что я остаюсь конструктором, и становлюсь коучем и инструктором в то же время.

Я назвала свой рисунок «Золотая звезда успеха». Сначала нарисовала схему композиции. Финансы в центре. Вокруг три роли-пути их поступления: конструктор, коуч, инструктор. Далее нарисовала три круга-Х. Это то, откуда еще могут прийти деньги, но я не вижу этого. От всех кругов стрелочки пошли в центр финансов. Далее от ролей нарисовала клиентов на всех направлениях работы. Потом наполнила все круги энергией и привела эту энергию в центр-финансы. (рис.22)

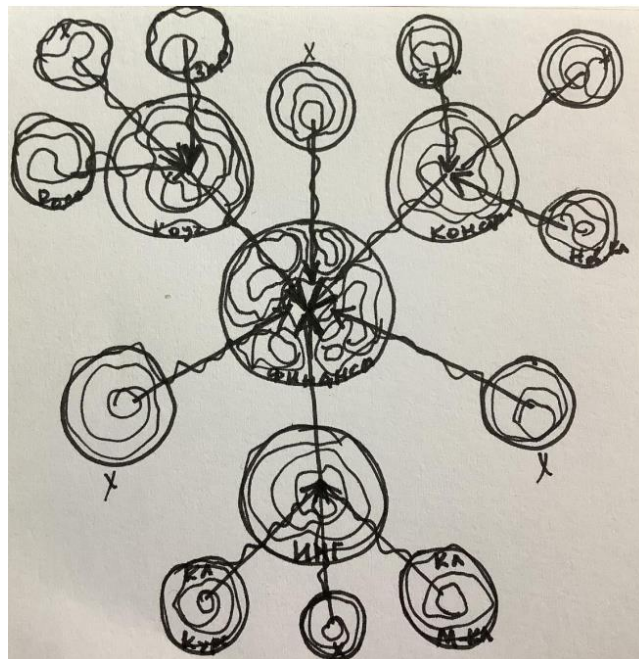


Рис.22

Затем соединила линиями три Х круга и три круга ролей. Получила два треугольника вершиной вниз - то, что проявлено, и куда я двигаюсь, и вершиной вверх - то, что не проявлено - этакий подарок Вселенной, вдохновение Свыше, то, что еще проявится (рис. 23). Затем берем звезду в круг - восполняем ее потенциал до 100% (рис. 24). Далее по Базовому алгоритму (рис. 25). После этого я получила предложение рекламы меня за рубежом как коуча и инструктора НГ, предложение вести новый швейный проект и просто предложение перевести мне деньги, в благодарность за мой труд коуча.

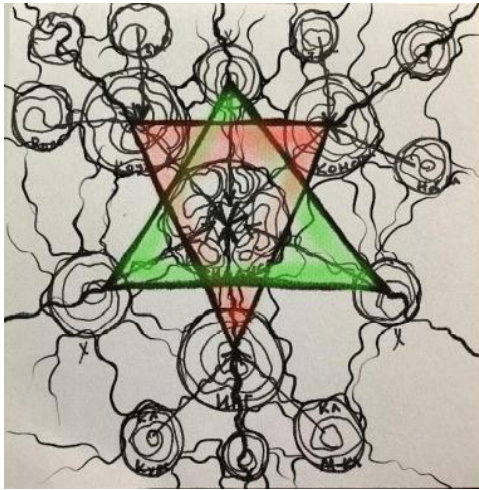


Рис.23

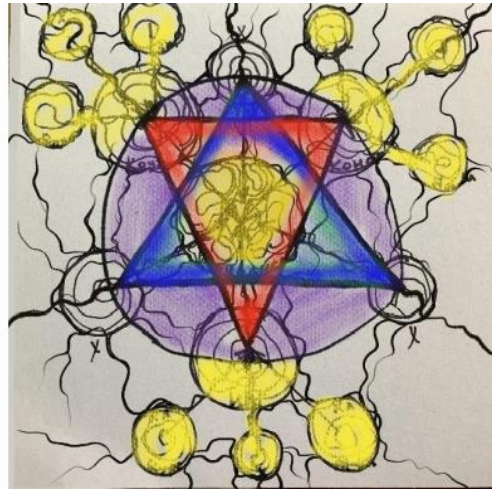


Рис.24

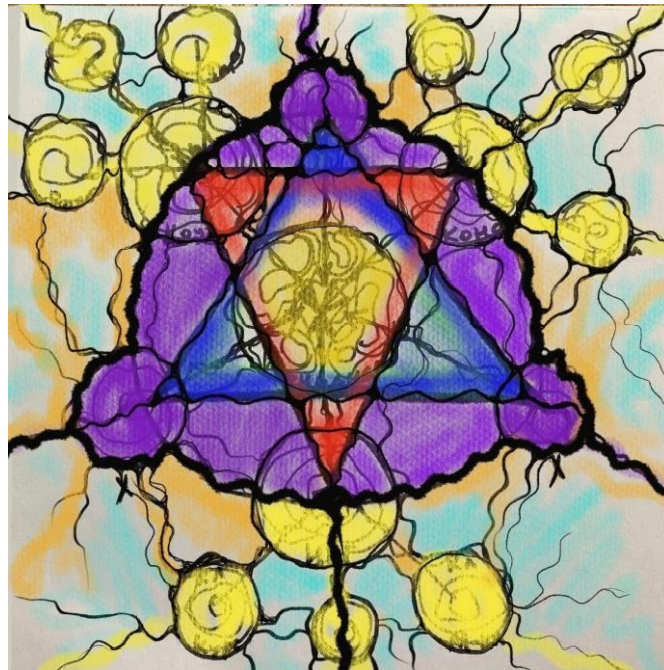


Рис.25



Заключение.

В заключении хочу сказать, что нейрографика стала моей любовью на всю оставшуюся жизнь. Кстати, моя подруга-экономист, после нашей сессии сказала: «Да. Это действительно крутая специальность! Ни в какое сравнение не идет с простым коучингом. Нам столько блоков сегодня удалось проработать, еще и план работы выстроить! Это супер!». Конечно же, я с ней согласилась. За эти девять месяцев каких «чудес» я только не насмотрелась и не наслушалась.

Так что я убеждена, нейрографика - действительно неиссякаемый источник быстрой и экологичной трансформации сознания и подсознания. Это современный, творческий метод эффективного моделирования и проживания жизни. Нейрографика - кладезь вдохновения, рог изобилия творческих идей, метод быстрого воплощения мечтаний, проработки всяческих блоков, деструктивных программ и материальных преград. А возможность комбинации техник, добавления смыслов и визуальных образов делает ее поистине бесконечным источником инструментария для коуча. Это волшебная дверь, открывающая человеку интереснейший путь к саморазвитию и самосознанию!

[Ссылка на дипломную работу Бекетовой Ирины в авторском стиле](#)

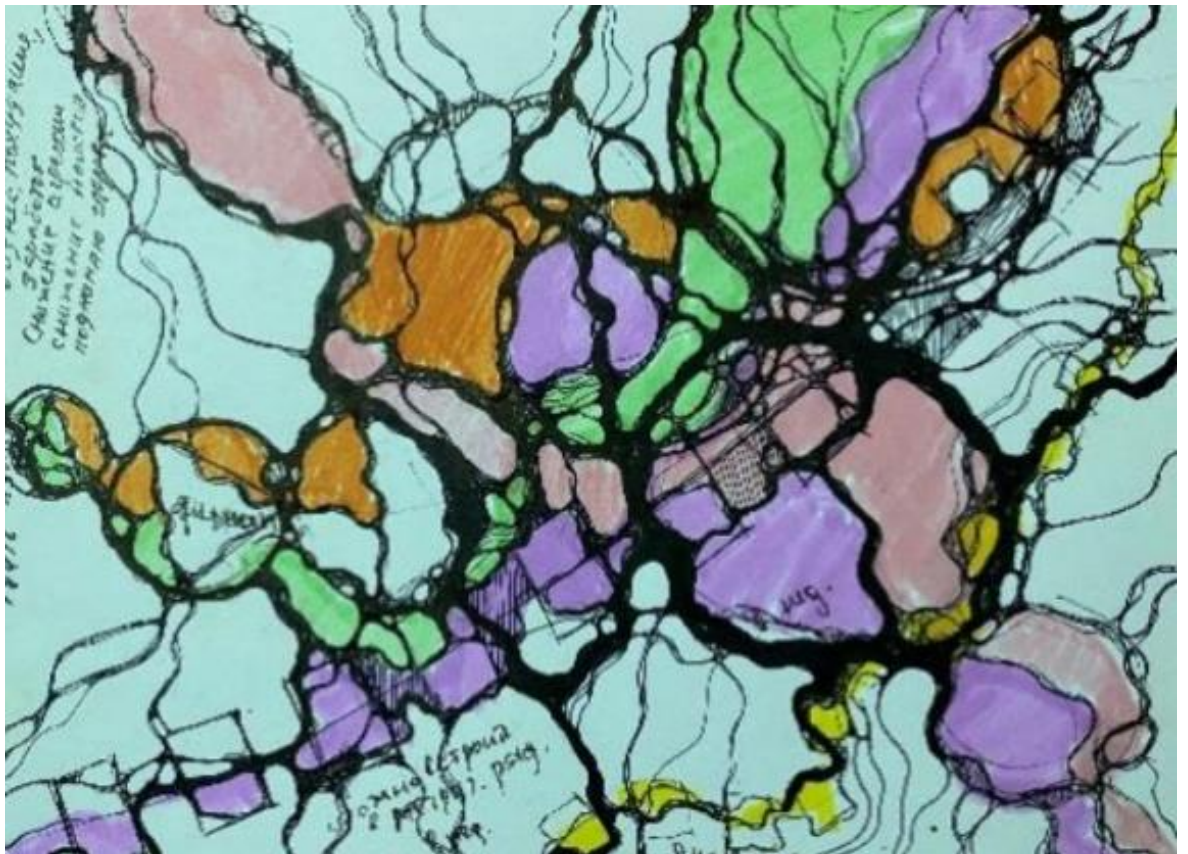


Работы

Тема: много сомнений.



Тема: увеличение финансов и снижение веса.





Автор:
Белоногова Галина
Супервизор:

Тема:
Практика применения НейроГрафики
и мои перспективы развития

Введение

В современных социальных, экономических и политических условиях развития нашего общества перед человеком неизбежно возникает много вопросов, которые ему необходимо решить. Например:

- уверенность в завтрашнем дне, желание избавиться от страхов и неудач, вопросы материальной обеспеченности, создание комфортных условий для себя и своих близких;
- трудоустройство, осознание себя в новой роли в новом коллективе, желание найти общий язык с руководителем, комфортное общение с коллегами, друзьями и другими людьми, выстраивание отношений с противоположным полом, создание счастливой семьи;
- сохранение здоровья, приобретение жилья и др.;
- признание в обществе
- быть нужным и значимым, получение достойного образования, планирование своего профессионального и карьерного роста, самоуважение;
- расширение своих возможностей (туризм, посещение знаменитых музеев мира, святых мест и т.д.)
- личностное развитие, реализация своих целей, способностей и желаний и т.д.

Чем интереснее будет проходить работа по решению всех этих вопросов, тем выше будет психологический комфорт человека и эффективнее полученный им результат. Методом, способным обеспечить такие условия и увидеть, что поставленные задачи решаются сами собой, сегодня является Нейрографика, автором которой является доктор психологических наук, профессор Павел Михайлович Пискарев.



1. О методе НейроГрафика

1.1. Что такое нейрографика?

НейроГрафика – творческий метод трансформации мира. 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.

Изучая НейроГрафику, вы овладеете универсальным инструментом управления обстоятельствами и алгоритмами решения различных типов жизненных задач. [7]. «Нейрографика – это метод, объединяющий графические приемы и техники, которые дают человеку возможность взаимодействовать с самим собой, своим окружением и с миром в целом» [4]. Слово «Нейрографика» сложное, состоит из слов «нейро» (нейрон) и «графика» (техника рисования).

«Нейроны – специализированные клетки, способные принимать, обрабатывать, кодировать, передавать и хранить информацию, организовывать реакции на раздражения, устанавливать контакты с другими нейронами, клетками органов» [6].

Соединяясь друг с другом, нейроны формируют нейронные сети. Конкретным механизмом их взаимодействия между собой является освобождение от избыточных степеней свободы, не нужных для получения данного конкретного результата, и, наоборот, сохранение всех тех степеней свободы, которые способствуют получению результата [1].

Графика – в данном случае, «это способ рисования связей и контуров на тему разных сфер нашей жизни (здоровье, счастье, благополучие, взаимоотношения в семье или на работе, карьерный рост и т. д.)» [4]. Важно понять, что любую ситуацию, задачу, проблему, которую человек ставит перед собой можно изобразить графически с помощью простых геометрических фигур и линий, т.е. нарисовать, и это будет не что иное, как проекция эмоционального состояния человека, то есть рисунок того, как человек переживает, представляет данную ситуацию, тему, задачу, а также и ее решение.

В рисунок, который человек создает, решая свою ситуацию, он может как сознательно, так и бессознательно вносить разные фигуры, или находить эти фигуры в своем рисунке. Форма, размеры этих фигур, их расположение



по отношению друг к другу определяют их степень значимости в рассматриваемой теме.

Создавая рисунок, человек выделяет и располагает в пространстве листа фигуры, необходимые ему для решения поставленной задачи, создает между ними связи. Важно, чтобы в итоге рисунок нравился и проделанной работой человек был удовлетворен. По рисунку, который создает человек, можно провести диагностику ситуации в настоящее время, а именно, посмотреть, как расположены объекты относительно друг друга, как выделены главные объекты, какого они размера, формы и т.д. Выяснить, что это значит для самого человека? Что бы он хотел получить в результате? Затем можно переходить к дальнейшей работе.

1.2. Алфавит метода

Основными фигурами, которые используются в нейрографике, являются круг, треугольник, квадрат и нейрографическая линия. Каждая из этих фигур имеет свой смысл: Круг – целостность, гармония, безопасность, источник энергии (силы, здоровья), добро, удовольствие, наслаждение, самость, отсутствие напряжения, сакральная божественная энергия.

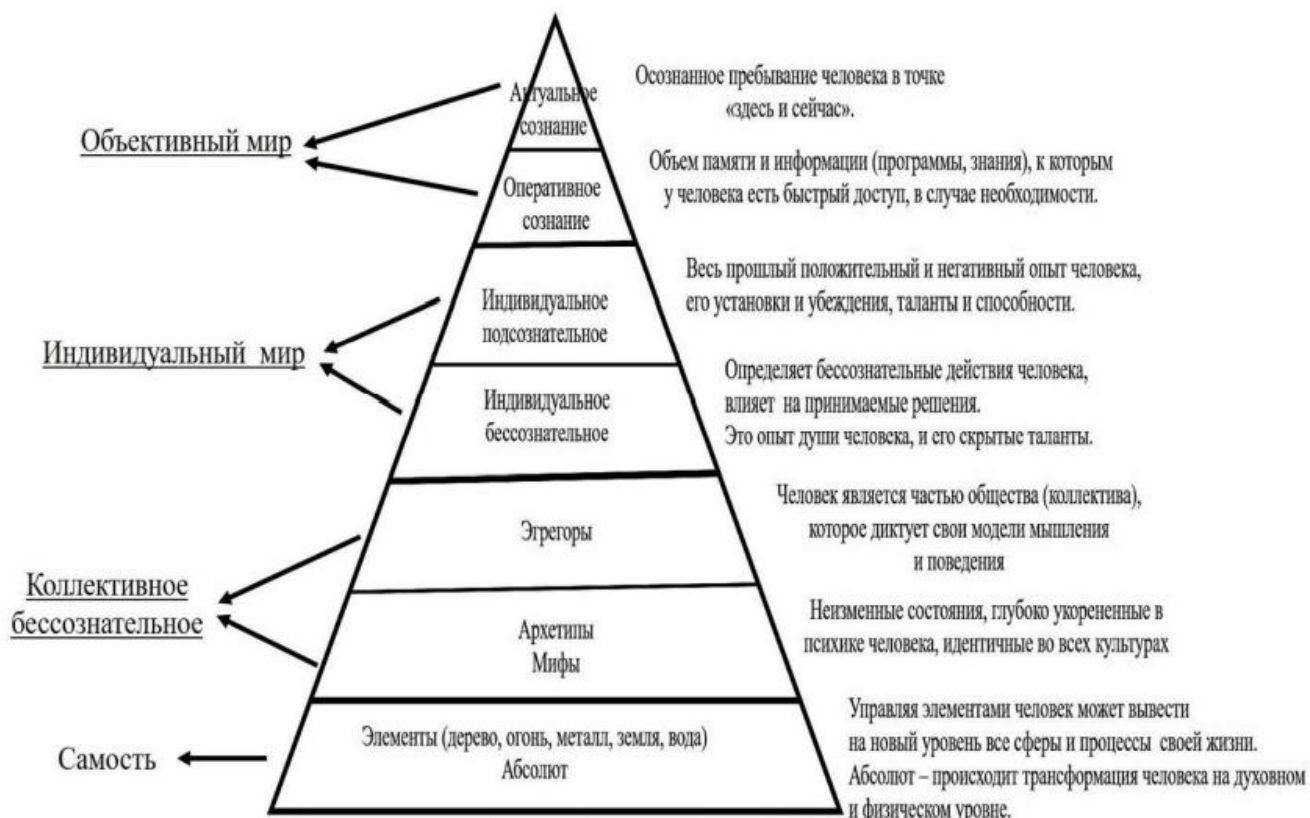
Треугольник – конфликт (возможно, управляемый), выход из зоны комфорта, активность, динамика и направление развития, движение к цели, триггер изменений в желаемую сторону, лидерство, острота, опасность, агрессия, страсть, эмоциональность.

Квадрат – надежность, устойчивость, стабильность, постоянство, покой, человечность, фундамент, основательность, консерватизм. Нейрографическая линия – обеспечивает связь элементов композиции, позволяет создать новую реальность и показывает, как работает энергия, которая связывает элементы композиции. Это движение, оживление, естественность, соединение. Иначе, это график процесса изменений, который связывает фигуры в композицию, способ движения и передачи энергии.



1.3. Пирамида сознания

Создавая рисунок, человек погружается на различные уровни своего сознательного и бессознательного, затрагивая основные процессы осознания своего «Я», самопознания и познания всего разнообразия своих возможностей. Этот процесс хорошо отражает, созданная автором метода П.Пискаревым, пирамида сознания, которая подразделяется на следующие уровни:



1.4. Базовый алгоритм нейрографики.

Реализация запроса в нейрографике происходит через разработанный автором метода П.Пискаревым, Базовый алгоритм, который включает в себя семь пунктов:

1. Тема 1.0. Проблема, вопрос или задача, затрагивающие любую сферу жизни человека, которые беспокоят его в настоящий момент времени, и которые он хочет решить «здесь и сейчас».

2. Композиция. Опираясь на свой прошлый как положительный, так и негативный опыт, свои установки, убеждения, таланты и способности, человек, используя простые геометрические фигуры (круг, треугольник, квадрат) и, соединяя их нейрографической линией, создает рисунок желаемой ситуации или решения какого-то вопроса. На этом этапе могут



приниматься как сознательные, так и бессознательные решения, производиться какие-либо бессознательные действия, с опорой на чувства и интуицию. В момент создания композиции отражается индивидуальный внутренний мир человека, его внутреннее состояние по отношению к волнующей теме.

3. Сопряжение. Человек погружается в себя, округляя имеющиеся на рисунке углы и пересечения, которые образуются в процессе работы и могут вызывать раздражение и психологический дискомфорт. Во время работы решается задача внутреннего сопротивления. Полное сопряжение приводит к исчезновению напряжения и тревоги, удовлетворению, внутренней гармонии, принятию себя, обстоятельств и т.д.

4. Интеграция. Человек живет в социуме, поэтому на данном этапе происходит переход к решению вопроса на социальном уровне.

4.1. Фигура/Фон. Наполнение фона линиями отражает процесс выхода человека со своим вопросом на социальный уровень. Здесь решается задача его взаимоотношений с окружающими, могут появиться новые фигуры, символизирующие какие-то необходимые новые или уже имеющиеся контакты для решения запроса, происходит формирование гармоничных и сбалансированных отношений между человеком и его социальным окружением. «Что может дать мир мне?», «Что могу я дать миру?».

4.2. Архетипирование. На данном этапе происходит наполнение рисунка цветом. Так как архетип является ядром любой задачи, а значит, ее решение имеет архетипическую проекцию, то здесь, через привлечение мифических образов и архетипов, формируются дополнительные связи между внутренними и внешними элементами системы человека, наблюдается рост мотивации к решению поставленной задачи. При системном решении задачи на этом уровне наступает состояние понимания и вдохновения.

5. Линии поля. С помощью линий поля, человек задает более сильный поток энергии своей работе, чем сильнее линии поля, тем больше энергии у человека для решения поставленной задачи. Линии поля – это уровень самости, духовной энергии человека, его способность притягивать в свою жизнь все, о чем он думает. Самость находится за пределами человеческой психики и сознания, обладает сильным позитивным воздействием, которое способно уничтожить все негативные программы, приобретенные человеком в процессе его жизни. Это духовный уровень, уровень энергетического резонанса человека со Вселенной, получение энергии Вселенной для решения своей задачи. На этом уровне у человека происходит



синхронизация его мотивов, деятельности и т.д. Здесь может наблюдаться как состояние расслабления человека, так и активизация его состояния в форме любопытства, интереса, радости, восторга, желания действовать, двигаться и т.д.

6. Фиксация. Человек интуитивно выбирает и/ или достраивает фигуру, которая приведет его к финальному решению поставленной задачи, либо является ее решением. Здесь может наблюдаться твердая уверенность в себе, проявиться конкретный и ясный образ решения поставленной задачи.

7. Тема 2.0. Это полученный эффект от проработки задачи, ее переосмысление. Сравнение сенсорных показателей с теми, что были в начале работы. Здесь может появиться четкое представление дальнейших действий, готовность выйти в социум и приступить к решению задачи, активизировав коммуникативные навыки.

1.5. Впечатления и рефлексия в нейрографике.

На каждом этапе создания нейрографического рисунка важным является отслеживание своего состояния по четырем точкам внимания: видение, эмоции/чувства, ощущения (телесные реакции) и смыслы (мысли).

«Видение» Что я вижу на данном этапе создания рисунка? Видение может быть внешним и внутренним. Внешнее видение – это реальная картина, которую человек видит глазами. Внутреннее видение – это воображение, т.е., когда во время рисования возникают внутренние визуальные образы, вызывающие внутреннее понимание ситуации. Внутреннее видение развивает метафорическую форму мышления, т.е. способность человека работать с метафорой.

«Эмоции/Чувства». Какие эмоции/ чувства вызывают во мне работа с рисунком в данный момент? На каждом этапе работы с рисунком чувства и эмоции могут меняться при переходе от одного этапа к другому, быть разными.

«Ощущения». Как реагирует мое тело на ситуацию? Что вызвало такую реакцию? Когда я что- то вижу, что происходит с моим телом? Сюда относятся все тактильные ощущения, сенсорные реакции тела, запахи, звуки, динамика движения и др. Ощущения – это тот опыт, информация о прошлом, которую человек получил через органы чувств, в результате чего, у него формируются впечатления от какого-либо события, оценка этого события или мнение о нем.



Это мотивы, которые откликаются телесно, реакция нашего тела на ситуацию «Смыслы/мысли» В чем смысл происходящего со мной в данный момент? Что это для меня значит? Какие мысли приходят мне в голову? В зависимости от того, какой смысл человек придает изменениям своего состояния, или какие мысли у него появляются в данный момент времени, возникает новое видение решения запроса, ситуации. Воспринимая окружающий мир с позиций – Тело, Эмоции, Сознание – человек создает свой мир.

Возникающие у него во время рисования визуальные образы, тактильные ощущения, эмоции и чувства формируют впечатления, на базе которых появляется нужное мышление и начинается процесс управления реальностью. На основе сделанного рисунка появляется необходимое для решения задачи мышление. Таким образом, чем сильнее впечатление, тем эффективнее результат. Более сильному впечатлению будет способствовать правильно выстроенная композиция рисунка, которая может в несколько раз усилить впечатление. Таким образом, по-мнению П.Пискарева, созданный им метод нейрографики – это универсальный инструмент для взаимодействия человека с самим собой и своим психическим состоянием.

2. НейроГрафика в моей жизни

2.1. Мои первые шаги в Нейрографике

По образованию я преподаватель и психолог, много лет проработала в колледже. Однажды, моя коллега принесла мне статью, в которой речь шла об Алгоритме снятия ограничений. Статья меня заинтересовала, и я так как я раньше ничего не слышала о Нейрографике (это был 2018 год), попробовала найти информацию в Интернете и нашла видео, в котором автор презентовал свой метод в Институте практической психологии «Иматон». Я внимательно посмотрела видео несколько раз и стала рисовать сначала для себя, процесс оказался очень увлекательным, я рисовала каждый день целый год, искала видео в интернете и рисовала, рисовала. Потом появилась потребность изучить метод глубже и использовать его в своей работе.

Так в 2019 году я окончила курсы «Пользователь» и «Специалист» у инструкторов Светланы Сафоновой и Марины Ворошиловой, в 2020 году один за другим прошла у этих же инструкторов все модули, очень благодарна Вселенной за встречу с такими чудесными мастерами своего дела, а Светлане и Марине за полученные знания. Процесс обучения у них был настолько увлекательным и завораживающим, хотелось смотреть и пересматривать все их вебинары и мастер-классы. Нейролинии завораживали и погружали меня



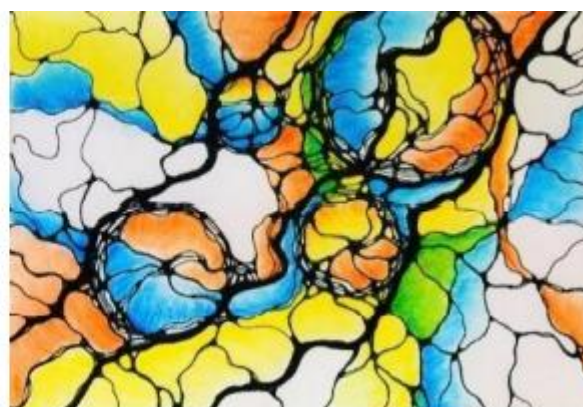
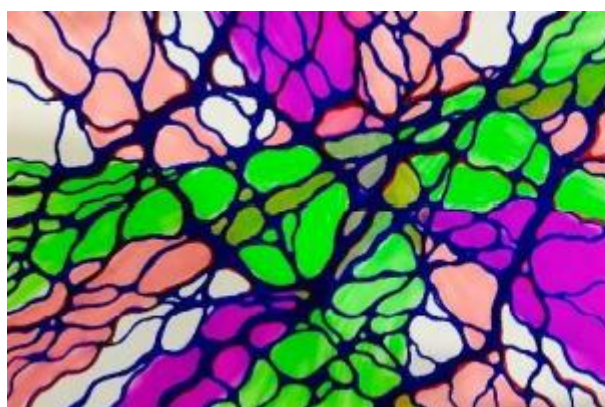
в глубину моего подсознания, я лучше стала чувствовать свое тело, соединять эти ощущения со своим эмоциональным состоянием и мыслями. И начали происходить изменения, мои желания стали исполняться, нерешаемые ситуации – решаться самым неожиданным и волшебным способом.

2.2. Личные результаты использования нейрографики

Приведу несколько ситуаций, которые были мною решены с помощью Нейрографики:

2.2.1. Была большая задержка исполнения заказа встраиваемой мебели. Телефонные переговоры с руководством компании заканчивались обещаниями, которые не исполнялись. После использования АСО и АВН, изменилось отношение, мебель была доставлена через 3 дня, а за несвоевременное исполнение заказа компания выплатила неустойку.

Работы по кейсу «Задержка исполнения заказа»



2.2.2. В результате работы с кейсом «Стабилизация внутреннего состояния» пришло осознание, что раздражающие факторы всегда были, есть и будут в окружающем меня мире! Не всегда нужно на них реагировать. Отсутствие реакции на негатив – тоже реакция. Мое эмоциональное состояние изменилось в лучшую сторону, стало спокойно, я получила огромное удовольствие от работы. (Презентация к диплому «Инструктор нейрографики». Слайды №5-8, 40)

2.2.3. В процессе работы с кейсом на тему «Отношения с близкими» поняла, что сложившуюся ситуацию необходимо обсудить, а также отказаться от психологического давления в отношениях, навязывания своего мнения, суждений и принимаемых решений. (Презентация к диплому «Инструктор нейрографики». Слайды № 25-26,31-33,41,46)



2.2.4. В результате работы с кейсом по теме «Переезд» процесс перешел в активную фазу. Продан один объект, сейчас на стадии оформления документов на продажу второго объекта. (Презентация к диплому «Инструктор нейрографики». Слайды № 12-16. Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 6-12).

2.2.5. В 2020 году близкий мне человек нуждался в помощи, в это время я попала на мастер класс Ольги Нуржановой «Исцеление любовью», цель которого была помощь близкому человеку. В течение 4-х занятий я рисовала вместе с Ольгой и выполнила кейс из 4-х работ, в результате все разрешилось самым положительным образом. Я была очень счастлива.

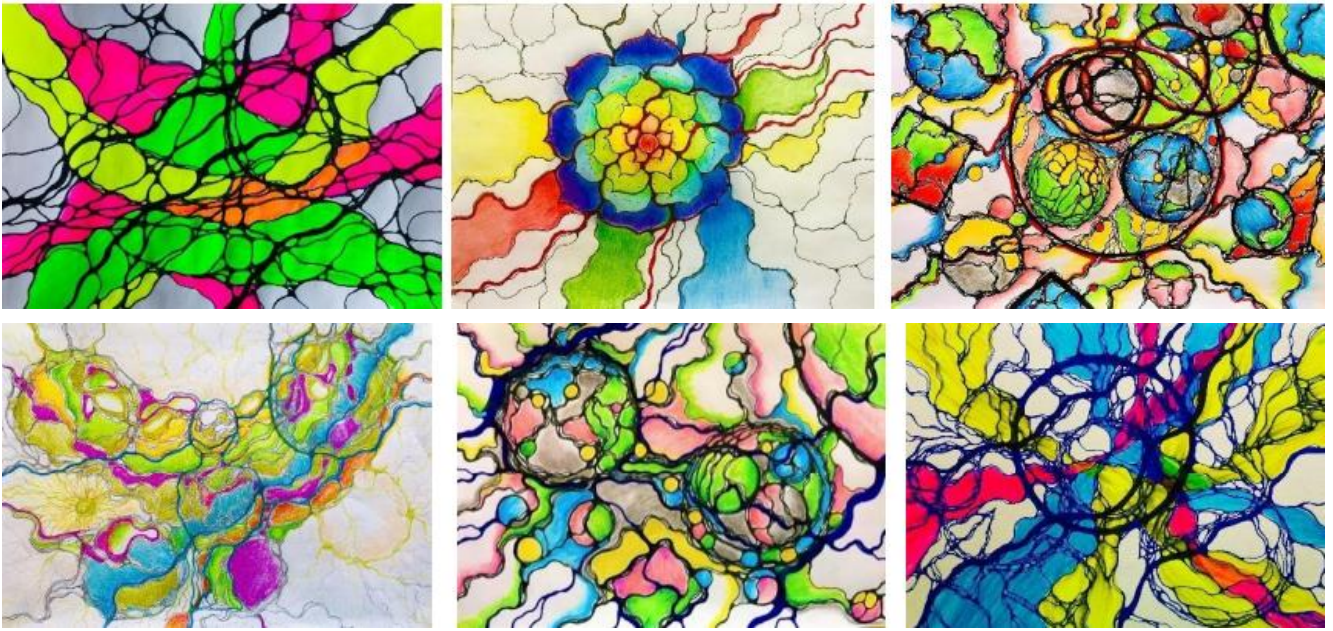
Работы по кейсу «Исцеление любовью»



2.2.6. Выполнила кейс работ, в результате решился вопрос с приездом сына в отпуск из США в 2020 году, когда все международные рейсы практически были отменены из-за пандемии.

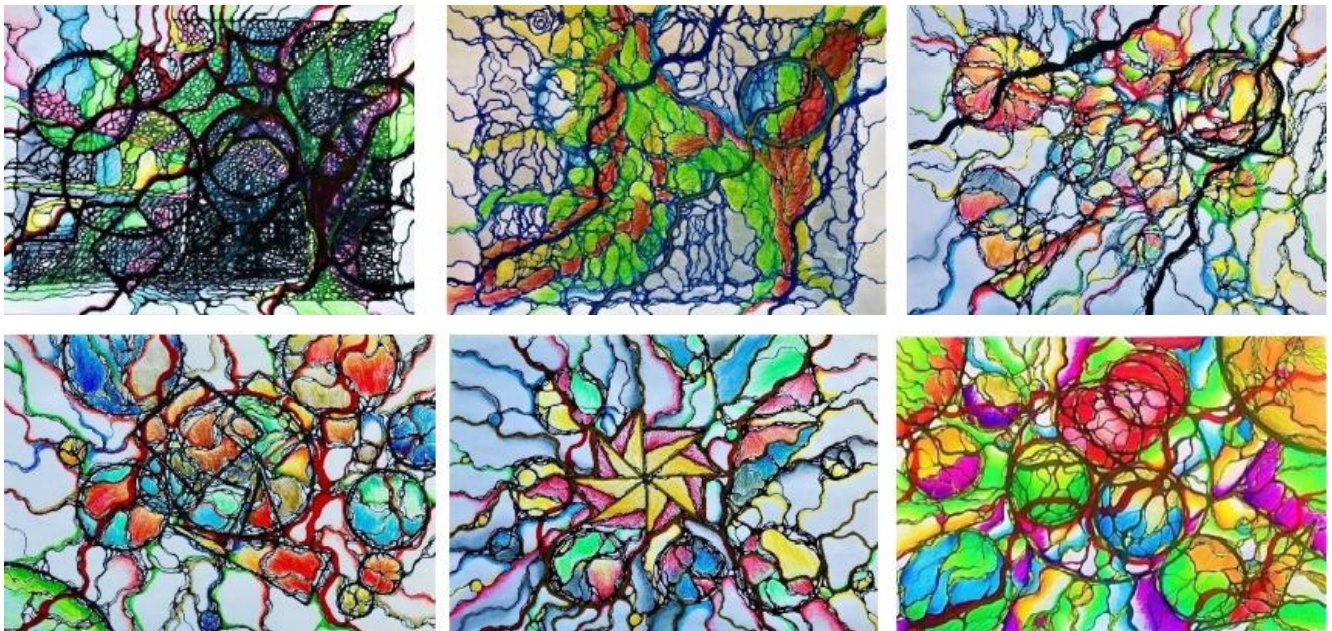


Работы по кейсу «Открытие границ для сына в год пандемии»



2.2.7. Для своего сына выполнила кейс на тему «Продажа дома» из 12 работ. Работы рисовала каждый день, первые результаты появились после 8-го рисунка, а после 12-го был заключен договор о продаже. До этого в течение 2-х месяцев были только просмотры дома.

Работы по кейсу «Продажа дома»



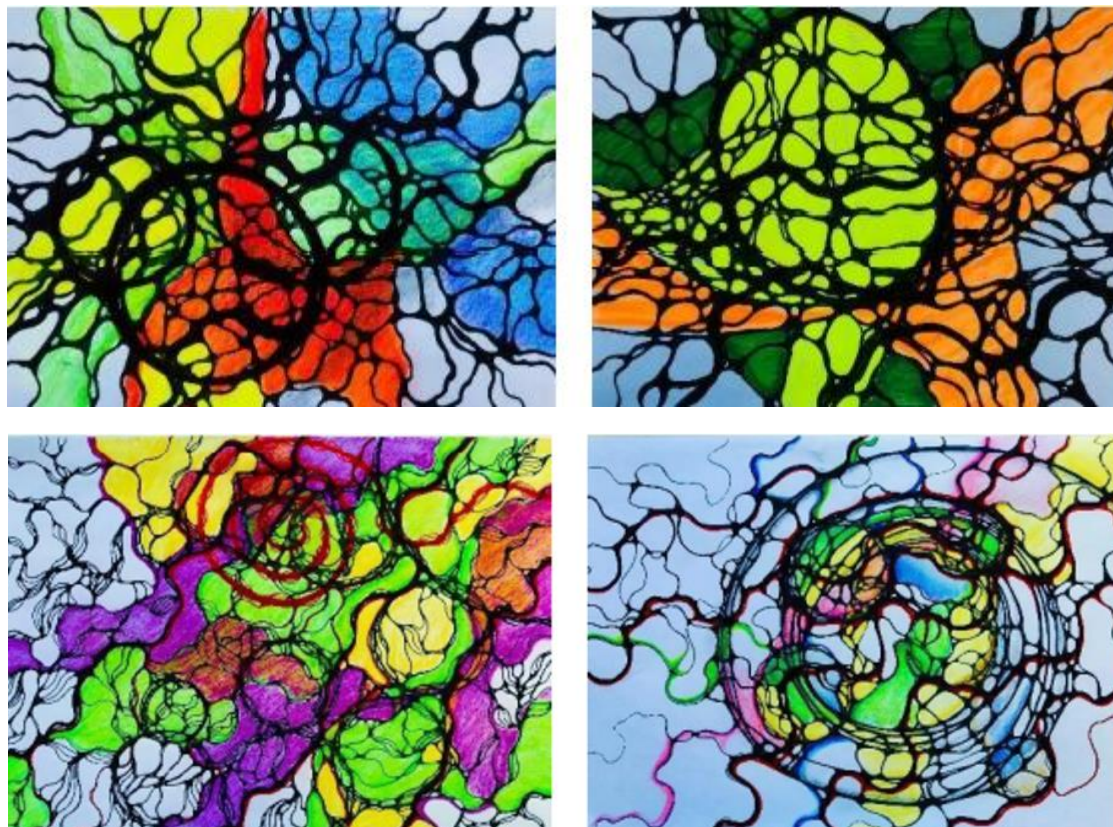


2.2.8. Кейс из 4-х работ на тему «Посылка» для меня был просто сказочным. В ноябре 2020 года я отправила своему сыну в США EMS-посылку (срочная курьерская доставка) и в течение 2-х месяцев о ней не было никаких известий. В феврале 2021 года я стала рисовать, выстраивая путь посылки. После второго рисунка, посылка появилась уже на территории США, через день была в городе, где живет мой сын. Здесь начинается самое интересное! Сын за это время поменял место жительства, оставив на почте заявление об изменении адреса. Курьер, не застав сына по адресу, указанному в посылке, хотел оставить ее на почте, но на почте не сработал сканер и новый адрес не проявился.

На сайте почты США сразу появилась информация о возврате посылки отправителю, т.е. мне, так как адресат выбыл и его место жительства неизвестно. И я и сын сразу узнали об этом, но так как это был вечер пятницы, а за ним следовало 2 выходных дня, обратиться куда-то, чтобы посылку приостановили и не отправляли обратно не было возможности. Что оставалось делать? Только рисовать! В результате, в понедельник сын получил посылку в пункте транзита, так как ее не успели увезти из города из-за того, что сломался автомобиль курьерской службы. В тот момент, когда сын сообщил, что получил посылку, я испытала такое чувство восторга и благодарности по отношению к волшебному методу Нейрографики, которых, наверное, никогда раньше не испытывала.



Работы по кейсу «Посылка»



Кроме всего описанного выше, решались проблемы, касающиеся финансовых вопросов, организации отпуска, личного характера и др. У меня Нейрографика работает всегда!!!

3. Практика применения НейроГрафики в коучинге

3.1. Результаты кейсов клиентов по курсу «Специалист»

3.1.1. Клиент Наталья, ранее рисовала нейрографику по видео из свободного доступа, выполнила кейс из 4-х работ на тему «Развитие карьеры». В процессе работы было исследовано ресурсное состояние (TRUE), выявлены факторы препятствующие карьерному росту (SCORE), спрогнозированы желаемые изменения в жизни, связанные с карьерным ростом (Страты), заключительная работа кейса «Карьерный рост» (Нейродрево).

Результат: в компании, в которой работает, выдвинула свою кандидатуру на должность заведующей аптеки, после рассмотрения резюме и собеседования ее кандидатура была утверждена. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 13-20).



3.1.2. Клиент Сергей, ранее с нейрографикой знаком не был, выполнил кейс из 4-х работ на тему «Создание семьи». На сессиях были проработаны следующие темы «Установление взаимоотношений с противоположным полом» (TRUE), «Причины неудач создания семьи» (SCORE), «Развитие привлекательности для создания новых отношений» (Страты), «Уверенность в создании новых отношений» (Нейродрево). Результат: встретил девушку, встречались 3 месяца, сейчас проживают в гражданском браке. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 21-28).

3.2. Результаты кейсов клиентов по курсу «Эстетический коучинг»

3.2.1. Клиент Роман, выполнил 3 кейса на темы «Диссертация», «Профессиональная самореализация», «Новая работа».

- В кейсе на тему «Диссертация» были проработаны следующие темы: «Исследование готовности к написанию диссертации» (Матрица Грофа), «Направления развития при написании диссертации» (Коллайдер развития) и «Освобождение времени для диссертации» (Голубой океан). Результат: Ученым Советом утверждена тема диссертации, проводятся исследования. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 54-59).
- В кейсе «Профессиональная самореализация» проработаны темы: «В какой сфере я смогу лучше раскрыть свой профессиональный потенциал?» (Икигай), «Готовность к карьерному росту» (Мультиролевая личность), «Перспективы профессионального развития и карьерного роста в течение года» (Модель GROW). Результат: получил 2 приглашения на работу
- одно в медуниверситете своего города заместителем руководителя лаборатории, другое в крупную лабораторию ЭКО в Москве с перспективой карьерного роста. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 66-71).
- В кейсе «Новая работа» работали над следующими темами: «Успешное вливание в новый коллектив» (Я-ОК!), «Установление отношений с администрацией» (Голубой океан), «Изменения, которые могут произойти в моей жизни после трудоустройства в новую компанию» (Коллайдер развития). Результат: переехал в Москву, устроился на работу в лабораторию ЭКО. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 80-85).



3.2.2. Клиент Елена, выполнила 2 кейса на темы «Я востребованный специалист» и «Профессиональное развитие».

- В кейсе «Я востребованный специалист» первой темой была тема: «Я востребованный специалист», которая в процессе работы изменилась на тему «Создание on-line школы» (Я-ОК!). На второй сессии вновь рассматривали тему «Создание on-line школы» (Матрица Грофа), так как клиенту было необходимо понять, что предстоит сделать для создания on-line школы. На третьей сессии было проведено «Исследование внутренней готовности для создания on-line школы» (Модель GROW). Результат: твердая уверенность клиента в том, что школа будет, но заниматься ее созданием она начнет после получения диплома Инструктор НГ и Эстетический коуч. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 60-65).
- Кейс «Профессиональное развитие». На первой сессии проведено «Исследование перспектив профессионального развития» (Коллайдер развития). На второй проработана тема «Мои новые клиенты» (Голубой океан). На третьей проведена работа по теме «Запуск проекта» (Пирамида развития). На четвертой «Условия моего успеха в профессии» (Икигай). Результат: составлены планы профессионального развития и мастер-классов на осень. Запущен проект, по которому проводилась работа на вебинаре. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 72-79).

3.2.3. Клиент Николай выполнил кейс по теме «Покупка дома». На первой сессии проработана тема «Покупка дома. Что предстоит сделать?» (Многозадачность), на второй «Покупка дома без проблем.» (Голубой океан), на третьей «Покупка дома. Мои возможности» (Я-ОК!) Результат: определены возможности, согласно которым проводятся просмотры домов. (Презентация к диплому «Эстетический коуч». Слайды № 86-91).

4. Мои перспективы развития

Планирую включить в свою работу квадранты Метамодекна и Пирамиду развития. Пока работаю off-line, но в планах перейти работать on-line. В данный момент на основе своего опыта и полученных знаний разработала Программу снижения веса, старт которой планирую on-line в феврале 2022 года.



4.1. Программа снижения веса с использованием метода нейрографики.

Введение

Проблема лишнего веса сегодня волнует большую половину населения нашей планеты. Давно известно, что лишний вес является причиной многих серьезных заболеваний и влияет на внешний вид, особенно это касается девушек и женщин. Каждая хочет быть красивой и стройной, каждая хочет быть привлекательной. Хорошая стройная фигура привлекает мужчин и является признаком здорового образа жизни. Именно это побуждает многих представительниц прекрасного пола прибегать к разным способам похудения.

Проблема того, что от лишних килограммов не удастся избавиться или они быстро возвращаются кроется в нашей голове. Мысли о том, что результаты жесткой диеты или усердной работы в спортзале не могут быть долгосрочными являются блокаторами, посылая в наш мозг сигналы страха. Нейроны воспринимают этот сигнал, как крик о помощи и всеми силами стараются устранить причину страха. Результатом является материализация мыслей и возвращение прежнего веса. Отсутствие уверенности в успехе, негативные мысли – самое главное препятствие на пути к достижению желаемого результата. Программа «Снижение веса» разработана мною на основе собственного опыта и знаний полученных на курсе «Инструктор Нейрографики», «Эстетический коуч» и в процессе обучения на других курсах и в других учебных заведениях.

В 2011 году мне удалось в целях оздоровления снизить свой вес на 25 кг и удерживать его уже в течение 9 лет. В результате избавления от лишнего веса значительно улучшилось мое состояние здоровья, поэтому я решила познакомить со своим опытом других, заинтересованных в данной проблеме, людей, используя, при этом, знания нейрографики и другие подходы и методы. Цель программы: изменение мышления и эмоционального состояния клиентов, способствующих формированию:

- ответственности за свое здоровье и полученный результат,
- эффективной работе по снижению веса,
- и удержанию полученного желаемого результата.

Формы организации работы в программе:

При организации работы по предлагаемой Программе, используются алгоритмы и техники курсов:



«Нейрографика»

- АСО-1,
- Линия времени (обратное планирование).

«Эстетический коучинг»

- Икигай,
- Коллайдер развития.

«Нейроструктурирование» и авторских курсов Светланы Сафоновой «Спирали силы» и «Лабиринты открытия»:

- Спирали,
- Лабиринты.

Кроме названных алгоритмов и техник в работе с программой используются:

- метод визуализации,
- психологические и коучинговые техники: BSFT/ОРКТ (шкалирование, «чудесный вопрос»), техника одного вопроса, СМС, нейтрализация препятствий, письмо из будущего, ТАТ, ТЭС, ДПДГ и др,
- авторские техники, разработанные на основе изученных курсов.

Отслеживание состояния проводится по четырем точкам внимания: видение ситуации на данный момент времени, реакция тела, эмоциональное состояние и мысли.

Планируемый результат:

Принимая участие в программе, выполняя все задания в соответствии с рекомендациями специалиста, клиенты должны:

знать

- принципы снижения веса без вреда для своего здоровья;
- основы организации правильного питания, питьевого режима и физических нагрузок в соответствии с состоянием своей физической формы в данный момент времени



уметь

- активизировать обмен веществ своего организма в каждый момент времени, связанный с изменением веса;
- рассчитать калорийность своего питания и питьевой режим в соответствии с Индексом массы тела в каждый момент времени;
- составить меню своего питания в соответствии с полученными результатами на каждый момент времени;
- брать на себя ответственность за полученный результат;
- отслеживать свое состояние в процессе выполнения заданий (реакции тела, эмоции и чувства, мысли, определять смысл происходящих процессов).

Выработать навык ежедневных физических нагрузок, питьевого режима и режима питания, необходимых для достижения желаемого результата в соответствии с весом на данный момент времени.

Планируемый старт программы снижения веса – февраль 2022 года. Программа включает в себя 13 занятий. Срок реализации 3 месяца (одно занятие в неделю). Программа может применяться как в индивидуальной, так и в групповой работе. Все рисунки в данной Программе, независимо от того, относятся они к модулям курса «Нейрографика» или нет, выполняются по принципу Базового алгоритма и с использованием других активов нейрографики, а именно, нейрографической линии и нейрографического паттерна.

Тематический план Программы снижения веса

<i>Занятие, цель</i>	<i>Краткое содержание</i>
Занятие №1. Цель: формирование и активизация запроса.	1. Формирование и активизация запроса – техника «Шкалирование»; – техника «Чудесный вопрос». 2. Работа над темой запроса в алгоритме АВН. – Информация об алгоритме. – Создание композиции рисунка. (Клиент делит лист на временные периоды, затем работа идет по алгоритму). – Какой результат и за какой период времени я хочу получить? 4.. Визуализация для снижения веса.



<p>Занятие №2.</p> <p>Цель: диагностика готовности к реализации запроса и коррекция результата.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Краткая информация о порядке работы.2. Создание композиции рисунка по принципу модели Икигай, но круги имеют другое значение. Клиенты рисуют 4-е круга, размещая их интуитивно в пространстве листа:<ul style="list-style-type: none">– 1-й круг – желание;– 2-й круг – тело;– 3-й круг – чувства;– 4-й круг – мысли.3. Проведение диагностики.<ul style="list-style-type: none">– Как расположились фигуры по отношению друг к другу?– Какой размер фигур?– Что хотелось бы изменить?– Каким будет идеальный результат?4. Коррекция рисунка до получения желаемого результата.
<p>Занятие №3.</p> <p>Цель: мотивация к реализации запроса.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Краткая информация о порядке работы.2. Создание композиции рисунка по модели Коллайдер развития. Клиенты определяют направления своего развития в данной теме, отвечая на вопрос:<ul style="list-style-type: none">– Чему в работе над собой нужно уделить внимание, чтобы снизить вес с пользой для здоровья?3. динамическая визуализация для снижения веса.



<p>Занятие №4.</p> <p>Цель: раскрутка запроса.</p>	<p>1. Краткая информация о технике «Одного вопроса» в нейрографике.</p> <p>2. При создании композиции рисунка используется вертикальная спираль. Раскручивание рисунка идет снизу вверх.</p> <ul style="list-style-type: none">– На каждом витке вверх клиент задает себе вопрос: «А что изменится в моей жизни, если...». Витки спирали, клиент делает до состояния, аналогичного
	<p>воодушевлению. (Ответы записываются на самой спирали или другом листке).</p> <ul style="list-style-type: none">– Обратный процесс: клиент спускается вниз по спирали, озвучивая процесс, который начинается со слов: «Если я реализую свой запрос, (перечисление пунктов в обратном порядке), то я стану(текст запроса) ». <p>2. Техника ТЭС (в рамках реализации запроса).</p>
<p>Занятие №5.</p> <p>Цель: выявление имеющихся нежелательных и вредных привычек, мешающих реализации запроса.</p>	<p>1. Информация о питании, питьевом режиме, физических нагрузках, мешающих получению желаемого результата.</p> <p>2. Расчет ИМТ по формуле.</p> <p>4. Информация о технике «Избавляемся от вредных привычек» (авторская).</p> <p>3. Создание композиции рисунка:</p> <ul style="list-style-type: none">– в центре листа клиент размещает фигуру «Я» (используется любая по ощущениям клиента фигура, включая фигуру в стиле скетчинг).– Вокруг фигуры «Я» клиент располагает фигуры в ситуации «Что есть сейчас?» (продукты питания, напитки, физическая нагрузка, привычки и др).– Все нежелательные и вредные привычки, продукты питания и т.д. выводятся через спираль или с помощью АСО-1. <p>4. Техника ТАТ (в рамках реализации запроса).</p>



<p>Занятие №6.</p> <p>Цель: проектирование процесса снижения веса.</p>	<p>1. Информация о питании, питьевом режиме, физических нагрузках, способствующих получению желаемого результата.</p> <p>2. Создание композиции рисунка с использованием модели «Проектная спираль» из курса «Нейроструктурирование». (спираль Фибоначчи).</p> <ul style="list-style-type: none">– Клиент рисует спираль Фибоначчи, проектируя на ней процесс работы по снижению веса. <p>3. Визуализация «Совершенство»</p>
<p>Занятие №7.</p> <p>Цель: формирование привычек, полезных в процессе работы по снижению веса.</p>	<p>1. Информация о «Правиле формирования привычки 21-40-90».</p> <p>2. Информация о технике «Формирования привычки» (авторская).</p> <p>3. Создание композиции рисунка:</p> <ul style="list-style-type: none">– клиент рисует в центре листа фигуру привычки, смотрит ее форму, размер, насколько она его устаивает. Отслеживает свое состояние. При желании может гармонизировать фигуру до формы круга.– Далее идет увеличение фигуры, доведение ее до желаемого состояния через 21 день. Клиент увеличивает фигуру, проговаривая результат на каждом этапе ее увеличения. В данном рисунке, на, каком-то этапе фигура «Привычки» может преобразоваться в фигуру квадрата, как символ стабильности и постоянства.
	<p>3. Техника СМС (письменно, при работе в режиме off-line устно в парах).</p>
<p>Занятие №8.</p> <p>Цель: выявление и нейтрализация причин, препятствий и сопротивления, мешающих реализации запроса.</p>	<p>1. Информация клиентов о полученных результатах. Выявление встретившихся препятствий и сопротивлений.</p> <p>2. Информация о модели SCORE.</p> <p>3. Создание композиции рисунка с использованием модели SCORE.</p> <p>3. Техника нейтрализации препятствий.</p>



<p>Занятие №9.</p> <p>Цель: выявление вторичных выгод, мешающих реализации запроса.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Информация о том, что такое вторичные выгоды и какие вторичные выгоды возможны при реализации запроса на снижение веса.2. Создание композиции рисунка с использованием техники «Лабиринт Меандр» из курса Светланы Сафоновой «Лабиринты открытия».<ul style="list-style-type: none">– Вход в лабиринт с вопросами, сколько в пространстве лабиринта вторичных выгод, мешающих реализовать запрос? Какие это вторичные выгоды?– Обозначить проявившиеся выгоды фигурами и вывести их за пространство лабиринта.3. Упражнение «Сжигающее дыхание» для снижения веса.
<p>Занятие №10.</p> <p>Цель: поиск ресурсов рода.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Краткая информация о порядке работы.2. Создание композиции рисунка с использованием техники «Мандала рода».3. Визуализация «Сила рода».
<p>Занятие №11.</p> <p>Цель: обратное планирование для активизации к реализации запроса.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Краткая информация о технике «Письмо самому себе из будущего» (авторская).2. Создание композиции рисунка с использованием алгоритма «Линия времени» (обратное планирование).3. Техника ДПДГ (в рамках реализации запроса).
<p>Занятие №12.</p> <p>Цель: подведение итогов, анализ полученных результатов.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Информация клиентов о полученных результатах.2. Информация о модели «Путь героя»3. Создание композиции рисунка «с использованием модели «Путь героя».
<p>Занятие №13.</p> <p>Цель: присвоение результата</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Информация о модели «Нейродрево»2. Создание композиции рисунка «Нейродрево стройности».3. Визуализация идеального образа.

4.2. Методическая разработка занятия №1 по Программе снижения веса с использованием метода нейрографики (образец)



I. Организационный момент.

1. Знакомство.

2. Информация о программе, целях и планируемых результатах, организации процесса и ответственности клиента за результат своего запроса.

II. Формирование и активизация запроса. 1. Позитивно сформулировать запрос, указав точно желаемое изменение и дату реализации. Например:

«Хочу снизить вес с пользой для своего здоровья накг до(конкретный срок)».

2. Техника «Шкалирование».

По шкале от 0 – 10, отметьте точку, где вы сейчас находитесь по отношению к желаемому результату. «0» это, когда вы впервые подумали о своем желании, а «10» - это точка, когда вы точно достигли желаемого результата.

- Как вы узнали, что оказались в этой позиции? Проговорите ответы.
- Что вы сделали для того, чтобы оказаться в этой позиции? Что еще? (вопрос повторяется несколько раз). Проговорите ответы.
- Какие силы, навыки и ресурсы вы использовали для этого? Проговорите ответы.

3. Техника «Чудесный вопрос».

Представьте себе, что после нашего занятия выпришли домой, занимались обычными делами, а потом наступила ночь, вы легли спать и ночью произошло чудо. Ваш запрос реализовался, вы достигли желаемого результата. Но так как вы спали, вы не знали, что чудо произошло.

- По каким первым признакам вы поймете завтра утром, что случилось чудо?
- Что еще вы заметите?
- Кто из ваших близких, друзей, коллег обратит на те изменения, которые произошли с вами?
- Как вы узнаете, что ваши близкие, друзья, коллеги заметили изменения, произошедшие с вами?
- Чего вы лишитесь в результате реализации запроса?
- Что вы приобретете в результате реализации запроса?



- Что изменится в вашей жизни?

III. Информация об алгоритме АВН.

Алгоритм выявления намерений (далее АВН) – это проективный метод, помогающий лучше человеку узнать себя, понять свои намерения относительно поставленной задачи. Данный алгоритм используется, чтобы выявить (создать) намерение, получить стимул к дальнейшим действиям в решении своей задачи, помочь или иметь возможность понять, что делать дальше и как действовать.

IV. Работа с рисунком в алгоритме АВН.

В процессе работы клиентам предлагается на каждом этапе отвечать для себя на вопросы: что вы видите или представляете в данный момент? Какие чувства или эмоции испытываете? Как реагирует ваше тело? Какие мысли приходят вам в голову? Что это для вас означает?

1. Определение темы.

- Клиенты формулируют и записывают тему в связи со сделанным запросом.
- Актуализация темы. Упражнение 20 слов за 2 мин. Далее, клиентам предлагается выбрать из списка слов, те, которые наиболее отзываются им в данной теме.

2. Композиция.

- Клиентам предложено для отслеживания промежуточных результатов, провести горизонтальную линию в нижней части листа и отметить на ней контрольные точки (периоды времени), а также в процессе работы отвечать на вопросы: какой результат я хочу получить в данный момент времени? Что я для этого делаю/ сделаю?
- Клиенты набирают нужное для них, по их внутренним ощущениям, количество линий в разных направлениях. В места, где пересекается большое количества линий, предлагается ввести фигуры кругов, и подумать, что, в данном запросе и в данный период времени, для них значат эти фигуры.

3. Сопряжение. Проводится округление всех пересечений и углов.

4. Интеграция.



4.1. Фигура/фон. В данном алгоритме выстраиваются в процессе создания композиции.

4.2. Архетипирование. Клиенты вводят цвет по своим ощущениям.

5. Линии поля. Проводятся дополнительные линии поля, либо усиливаются имеющиеся.

6. Фиксация. Клиенты фиксируют наиболее важную, для реализации их запроса, фигуру.

7. Тема 2.0.

- Определение новой формулировки цели.
- В заключении клиентам предлагается сформулировать и проговорить (можно записать) полученный результат:

Я намерена реализовать свой запрос, для этого мне необходимо (перечислить, то что предстоит сделать. Это позволит мне в (указать период времени из запроса) снизить вес на кг и далее по тексту запроса, например с пользой для своего здоровья.

V. Визуализация для снижения веса (Приложение I).

VI. Заключительный этап.

- Вопросы клиентам о ценности сессии.
- Благодарность за участие.

5. Заключение

С появлением нейрографики в моей жизни стали происходить интересные события, о которых я писала выше (п.2.2.) и это очень интересно и увлекательно. Результатом стало принятие решения о поступлении на курс «Инструктор нейрографики». Год обучения пролетел незаметно. Много стало более понятным. В моем активе появились новые инструменты – алгоритмы курсов «Эстетический коуч» и «Нейроструктурирование». Несмотря на то, что курс «Нейроструктурирование», который я прошла в этом же году не является частью инструкторского курса, я тоже использую в своей работе его алгоритмы и техники, применяя при этом, принцип Базового алгоритма и другие активы нейрографики,



В заключении хочу сказать огромные слова благодарности моим первым учителям нейрографики Светлане Сафоновой и Марине Ворошиловой, открывшим для меня волшебный мир нейрографики, инструктору нейрографики Ольге Нуржановой, вебинары которой я всегда смотрю с большим интересом, извлекая при этом большую пользу для себя и, конечно же, автору метода Павлу Пискареву, создавшему этот мир.

Приложение I.

Визуализация «Снижение веса» к занятию №1 по Программе снижения веса с использованием метода нейрографики

Сядьте, пожалуйста, поудобнее, если желаете можете лечь. Почувствуйте опору под собой, каждую точку соприкосновения с опорой. Глубоко вздохните и выдохните несколько раз, закройте глаза и постарайтесь расслабиться, снять накопившееся в вашем теле напряжение. Почувствуйте, прилив тепла к вашим плечам, и они расслабляются, становятся теплыми и расслабленными.

Почувствуйте, как приятное тепло медленно распространяется от плеч по всему телу. Вы чувствуете приятное тепло каждой клеточкой вашего тела, и оно постепенно расслабляется. Тепло продолжает распространяться по вашему телу и тело расслабляется. Ваше тело расслаблено. Почувствуйте легкость и приятную расслабленность в своем теле. Ваши мысли куда-то уходят, уходят все ваши проблемы, сложные ситуации. Вы чувствуете себя спокойно, легко и расслабленно.

А теперь представьте, что вы сидите в кинотеатре. В зале нет никого кроме вас. Вы совершенно одна. Вы чувствуете себя удобно и комфортно. Вы удобно расположились в кресле, ваше тело расслаблено. Перед вами большой белый экран. Вы поднимаете глаза, смотрите на экран, начинается фильм. Вы видите на экране себя, это фильм про вас. В фильме вы такая, какая вы есть сейчас в своей повседневной жизни.

Вы открываете дверь, входите в залитый светом зал, видите много народу, который собрался на какое-то праздничное мероприятие, возможно это презентация книги или фильма, торжественная встреча, банкет по поводу успешно завершённой сделки или торжественный ужин в честь кого-то вам незнакомого, а может быть что-то еще. Вы здесь никого не знаете, вы оказались здесь совершенно случайно.



Вы заходите в зал, вокруг вас совершенно незнакомые вам люди, незнакомые вам мужчины и женщины. Все разговаривают между собой, подходят к столу, пьют напитки, кушают, слушают медленную приятную музыку.

Посмотрите на окружающих. Посмотрите, как они выглядят? Обратите внимание, как они себя ведут? А теперь посмотрите на себя. Обратите внимание как вы выглядите, посмотрите на свою одежду. Обратите внимание, как смотрят на вас окружающие? Проявляют ли они к вам интерес? Подходите ли вы к ним? Подходят ли они к вам? Разговариваете ли вы с ними? Что вы в это время чувствуете? Оглянитесь вокруг себя, выберите место, где вам будет уютнее всего. Место, где вы будете чувствовать себя комфортно. С кем из окружающих вам уютнее всего?

А теперь посмотрите и почувствуйте, то место, где вам не очень уютно или совсем не уютно. Какие мысли приходят к вам в голову в этот момент. Обратите на это внимание! Побудьте в этой фантазии некоторое время. А сейчас вернитесь обратно в кинозал. Вы сидите в том же самом кресле, вам спокойно и уютно. Вы чувствуете себя комфортно. И снова перед вами тот же белый экран. Начинается новый фильм и он тоже про вас.

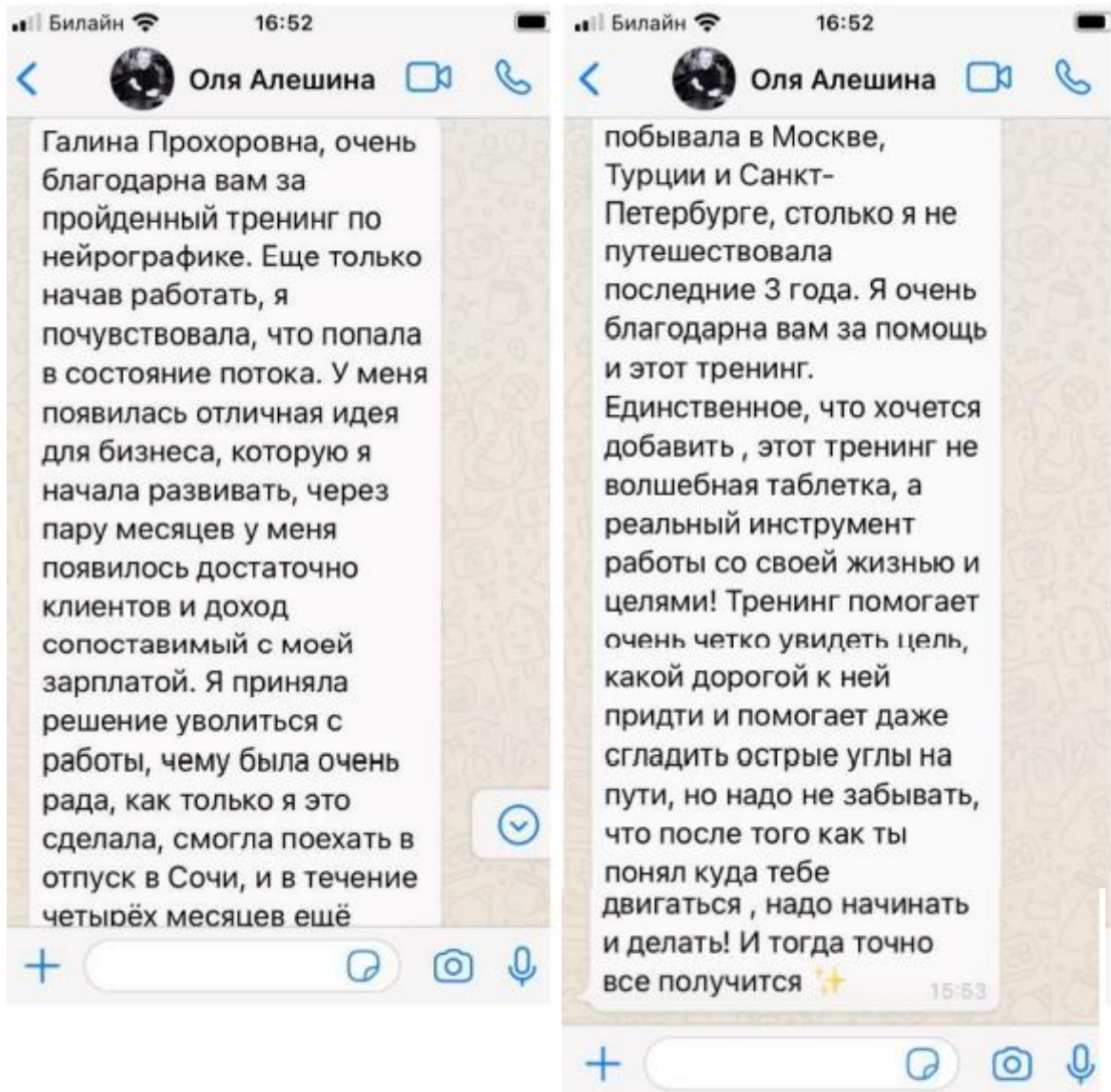
Вы видите тот же залитый ярким светом зал, тех же людей, играет легкая спокойная музыка. Только вы изменились. Вы очень стройная. Сейчас вы находитесь в своей идеальной весовой категории. Вы шикарно выглядите, у вас тонкая талия, красивый макияж. Посмотрите на себя такую. Посмотрите, как вы одеты, как идеально сидит на вашей фигуре одежда, которую вы выбрали, чтобы прийти сюда. Как вы себя чувствуете в этом новом теле?

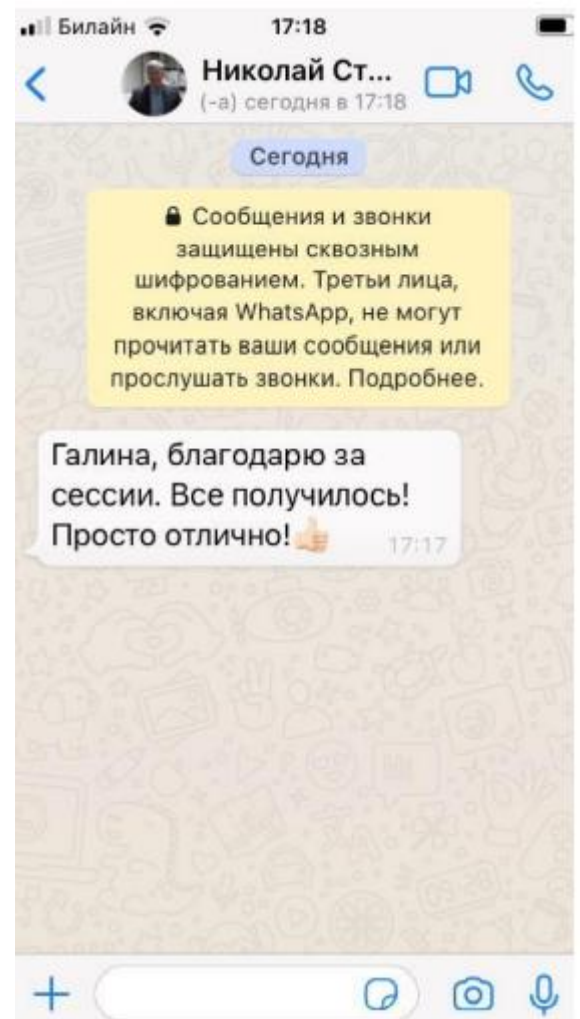
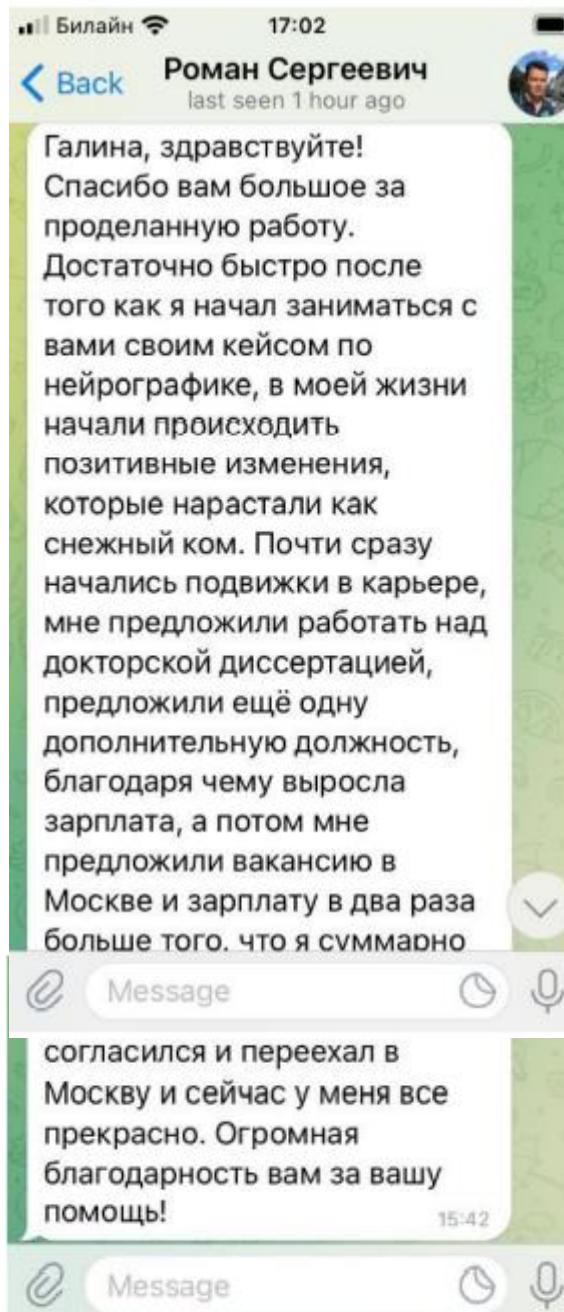
Оглянитесь вокруг, посмотрите, как на вас реагируют окружающие? Что вы чувствуете, когда они обращают на вас внимание? Разговариваете ли вы с кем-то? Что вы при этом чувствуете? Обратите внимание на ваше выражение лица. Какое оно, какое у вас выражение лица? Посмотрите, как вы двигаетесь, как идете? Обратите внимание на движение ваших рук. Посмотрите, какая у вас осанка? Уютно ли вы себя здесь сейчас чувствуете? В каком месте зала вам уютнее? Какие мысли вас посещают в эту минуту? Какие ощущения у вас возникают? Побудьте в этой фантазии некоторое время. Зафиксируйте это свое состояние в памяти. А теперь, пошевелите пальцами рук и ног, глубоко вдохните и выдохните, откройте глаза и возвращайтесь в реальность бодрой/ым и отдохнувшей/им.



Приложение II.

Отзывы клиентов







Использованная литература

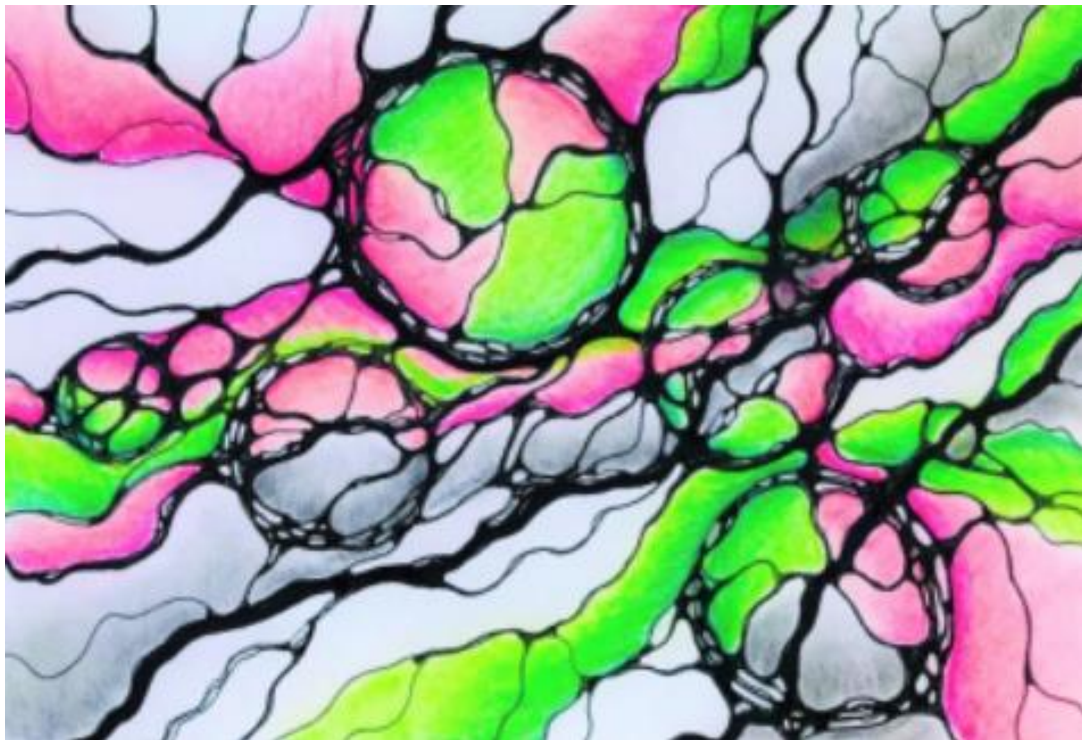
1. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем. – М.: Медицина, 1975. – С. 17- 59.
2. Богомолов В.А. Волшебство клиента. Традиция краткосрочной психотерапии, изд-во Издательские решения, Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero.ru 2015– С.49
3. Михальский А.В. SFBT: Ориентированная на решения краткосрочная терапия – М.: Форум, 2016. – С. 96.
4. Пискарев П.М. Нейрографика: алгоритм снятия ограничений. – М.: Эксмо, 2020. — 224 с.
5. Пискарев П.М. Впечатления и рефлексия в нейрографике [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=13OkMvE9d58>
6. Строение и морфофункциональная классификация нейронов. Физиология человека: Учебник / Под ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротько. – 2-е изд. перераб. и доп. – М.: Медицина, 2003.
7. Пискарев П.М. Познание себя. Многослойность человеческого сознания [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.neurograff.com/post/knowing-yourself>
8. Пискарев П.М. [Электронный ресурс] – Режим доступа <https://www.neurograff.com/>
9. Савельева О. А. Психологические основы Нейрографики. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук сознания [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://iamcenter.ru/wp-content/uploads/2020/05/Kandidatskaya-Saveleva-O.A.-Nejrografika.pdf>

[Ссылка на дипломную работу Белоноговой Галины в авторском стиле](#)



Работы

Тема: выявление намерений и ресурсов для стабилизации внутреннего состояния.



Тема: быстрое рисование картины.





Автор:
Бендик Светлана
Супервизор:
Красильникова Ирина

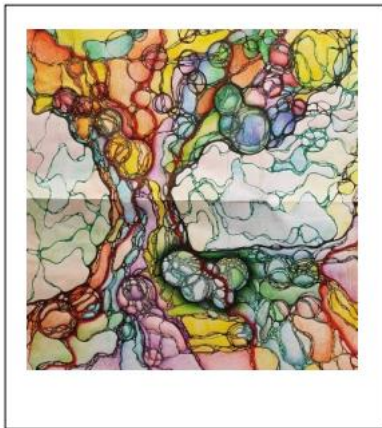
Тема:
НейроГрафика в моей жизни

Встреча с нейрографикой произошла два с половиной года назад на ведическом фестивале, который организовывали мои хорошие знакомые. Это был двухдневный фестиваль, проходивший в соседнем кибуце, с многочисленными мероприятиями, одним из которых была встреча - знакомство с нейрографикой.

Меня сразу заинтриговало это слово. Сочетание понятий графики и нейронов представлялось мне чем-то очень необычным, как и сочетание интеллекта и творчества. В то время я увлекалась зентанглом (техника рисования повторяющихся узоров, которые затем складываются в абстрактное изображение). Помню, что мероприятия шли очень плотно, на семинар отводился час, но предыдущие встречи вышли из графика, и мы начали намного позже запланированного времени. На занятие пришло немного людей.

Инструктор, которая проводила встречу, пригласила нас сесть за стол, на котором в коробке лежали различного цвета маркеры и листки стандартной белой бумаги. Она рассказала нам о нейрографической линии, помню мы пытались рисовать нейродрево (подобие его). Это сейчас я знаю, как это называется и понимаю, что это такое.

А тогда, она предложила расслабить руку и рисовать линии, как хочется. Помню, что что-то рисовала, что времени на рисование было мало, что инструктор все время отвлекалась на своих детей, и я так ничего и не поняла.



Оглядываясь назад и вспоминая этот фрагмент моей жизни, хочется улыбнуться. Где этот инструктор? Был ли это инструктор или просто человек, услышавший про метод и посмотревший пару роликов по интернету?

Сейчас это не так важно. Важно то, что если бы тогда я не попала на эту встречу, то возможно, встретила бы нейрографику намного позже. В этот же вечер я зашла в интернет, и так состоялось мое первое знакомство с нейрографикой. Начался период самостоятельного освоения метода, период ознакомления с ним. Когда спустя полгода, на духовном семинаре «СатваАрт», инструктор из Хайфы предложила мне пройти курс пользователя, я сразу согласилась. Мне было интересно услышать о нейрографике из уст дипломированного инструктора, было интересно встретиться с единомышленниками, порисовать вместе.

В результате я получила диплом пользователя. И хотя ко всем дипломам отношусь спокойно и привычка «иметь бумажку» отошла в прошлое, я вспоминаю этот светлый, короткий, молниеносный период, который оставил незабываемый и яркий след в моей памяти. Потом были встречи в рамках различных фестивалей, где мы рисовали вместе нейрографику, разговаривали, обсуждали. Много приходилось переводить на иврит, т.к. на этом языке пока нет достаточной информации. Можно констатировать тот факт, что в силу понятных причин, метод больше распространен в русскоязычной среде. Ивритоговорящие граждане не знакомы с нейрографикой (или мало знакомы).

То, что метод работает, мне было понятно. Я неоднократно убеждалась в пользе метода при снятии своего стресса, злости, агрессии. Особенно мне понравился вариант алгоритма АСО - ЭКСПРЕСС.



Понравился он тем, что выброс сразу растягивается линиями поля, а значит с принципиально острого, проблематичного выброса быстро снимается напряжение.



Этот метод понравился мне также тем, что само поле настраивается на решение моей задачи, при этом у меня возникает чувство расширения, успокоения и облегчения как на уровне эмоций и чувств, так и на физическом уровне.

Осваивая метод нейрографики, используя его для себя, я нарисовала не одну работу. Иногда сами по себе совершались чудеса, и я в захлеб рассказывала о невероятных результатах, о чуде, происходившем после определенной работы. Особенно из того периода мне запомнилась работа на тему стиральной машины. Как-то перед праздником у меня сломалась стиральная машина. Нужно учесть, что во-первых, в Израиле каждый день одевают чистое белье.

И для меня и моего сына-подростка, который меняет одежду несколько раз в день, отсутствие стиральной машины было сродни катастрофы. Во-вторых, мы живем на Голанских высотах, и ближайший город от нас (не говоря о магазинах, где можно приобрести стиральную машину) находится в сорока минутах езды на машине. Как раз, по счастливому обстоятельству, я подвернула ногу, с трудом ступала на нее, так что о самостоятельной поездке в город не могло быть и речи. Итак было решено семейным советом, что мы покупаем стиральную машину по интернету. Обычно доставка такой покупки занимает 2-3 дня. Мы постирали белье у соседей и устроились около компьютера, чтобы оформить заказ.

Каково же было наше удивление, когда мы увидели, что из-за праздников доставка стиральной машины занимает 12-14 дней. Ну, как говорится, делать нечего. Утро вечера мудренее. Да и соседи у нас замечательные. С этой мыслью я почти пошла спать, но вдруг меня осенило: «А дай-ка нарисую я эту проблему!». Где сейчас находится этот рисунок, я не знаю. Помню, что рисовала круг поддержки Вселенной и многочисленные круги помощи. А наутро начались чудеса. Прежде всего, мне почему-то очень приспичило ехать в Тверию. А почему бы и нет? День выходной. Магазины работают. Опять же подружка напрашивается.

В общем, наложила я на сустав перевязочный бинт, и поехала в ближайший город. Не буду описывать все мои приключения (хотя они стоят того). Все шло так, как будто меня взяли за руку и повели. В нужный магазин, к нужному продавцу, который предложил мне не только хорошую машину по праздничной скидке, но и загрузил ее в багаж, и обучил, как ее подключить, не ожидая приезда мастера. Уже через два часа я заезжала на стоянку своей машины с мыслью, что все равно придется ждать вечера, когда сосед поможет мне выгрузить и перенести стиральную машину на место.



Но не тут то было. Не успела я выключить зажигание, как услышала голос соседа: «Нужна помощь?». В течение трех часов машина была куплена, привезена, установлена и уже работала. До сих пор я не понимаю, как все это произошло, откуда у меня взялась энергия при моей больной ноге, откуда взялась вся эта помощь? Пусть это небольшое, бытовое, но чудо, которое произошло в результате моего рисунка.

Следующим этапом в мире нейрографики стал для меня курс «Специалист». Это было уже более серьезное погружение. Вебинары, которые вел Павел Пескарев, развернули меня, хоть и не на триста шестьдесят, но на все сто восемьдесят градусов. Я поняла, что все, что знала до этого, включая курс пользователя, было лишь движением на поверхности воды. Пересматривала курс пользователя заново, по-другому осмысливая и оценивая все, что я рисовала до этого.



Курс «Специалист» помог мне по-настоящему понять основы метода нейрографики. В этот же период у меня появились первые клиенты. Холодным клиентом выступила моя подруга, которая раньше не рисовала нейрографику. Теплым же клиентом согласилась быть коллега по работе, которая познакомилась с методом через меня, и мы вместе с ней проходили этап самостоятельного обучения, используя интернет.

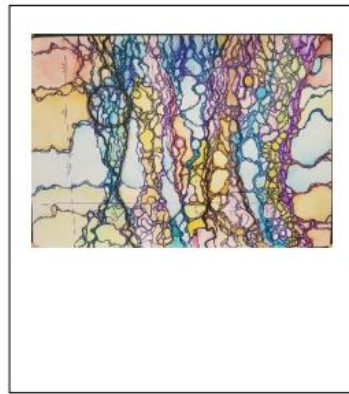
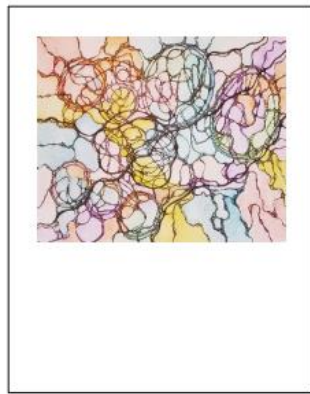


Она не владела русским языком, и все ролики смотрела на английском языке, сетуя, что не знает русский. Иногда я включала часть записи вебинара, чтобы она смогла посмотреть, как рисует Павел. Вместе с ней мы обращали внимание на нейрографические линии, которые окружают нас, посылали друг другу фотографии изображения линий, подсмотренных у природы.

Время обучения на курсе совпало со временем карантина, связанного с коронавирусом. Сейчас, оглядываясь назад, я вижу, что это был непростой период для всех. Период, когда на многие вещи приходилось, в силу обстоятельств, смотреть по-другому. Это был период ломки и становления, потерь и приобретений.



Это был период, когда приходилось переосмысливать ценности жизни и переставлять местами приоритеты. И нейрографика мне очень помогала в этот период. С одной стороны, вместе с рисунками приходила уверенность в завтрашнем дне, доверие протекающему процессу, принятие того, что есть. С другой стороны, занятие на курсе и работа с клиентами отвлекали меня, заполняли мою жизнь смыслом. Очень интересно было работать над кейсом теплого клиента. Мы вместе обсуждали воздействие карантина на все сферы нашей жизни, разговаривали об организации времени. Мы фактически полюбили карантин и короновирус за то, что он обнажил многое, на что мы раньше не обращали внимания.



Интересных результатов добилась моя подруга, выступающая в роли холодного клиента. Работая над кейсом «Смена работы», она наконец-то начала действовать, а не только говорить, что ее работа не удовлетворяет ее. Итогом стал уход ее с работы и начало работы в новой должности во время, которое было обозначено в алгоритме «Качество жизни».

Хочется констатировать тот факт, что мои бывшие клиенты продолжают рисовать нейрографику до сих пор, они полюбили метод, находят его действенным, приносящим хорошие результаты. Инструкторский курс стал важной вехой на пути становления меня как инструктора нейрографики и коуча. Он заполнил смыслом почти год моей жизни, пронесся совершенно сумасшедшим вихрем, который до конца еще не совсем осмыслен и осознан. Обучение было очень сложным, интересным, познавательным и творческим одновременно.

Прежде всего, сложность заключалась в том, что обучение предназначено для людей, знакомых с компьютерными технологиями. Для меня, которая впервые увидела компьютер в 42 года, не имеющая представления ни о facebook, ни о OpenOffice, ни о PowerPoint, все (оформление работ, описание, презентация) было большим стрессом.



Мне необходимо было постоянно выходить из Теплый клиент. Теплый клиент. Кейс «Карантин». зоны моего комфорта. Помогал мне мой перфекционизм, умение добиваться поставленной цели, помогал мне младший сын (иногда старший сын, который работает программистом в Лондоне), помогало желание достигнуть поставленной задачи, спокойное отношение к ситуации, помогали обучающие ролики. В конце курса я наблюдаю большую уверенность в оформлении слайдов, работ, печатания текста. Так что инструкторский курс провел со мной большую обучающую работу. Обучение на инструкторском курсе помогло мне систематизировать, навести порядок, разложить по полочкам имеющиеся уже знания.



Например, с теорией цвета я сталкивалась неоднократно. Так занимаясь философией фэн-шуй, я уже знала, что каждый цвет является намного большим, чем просто колористикой, что он полон смыслов, и оказывает большое влияние на человека и

на его жизнь. Вебинары по нейроколору дополнили, систематизировали мои знания, в результате чего сложилась цельная, гармоничная система цвета.

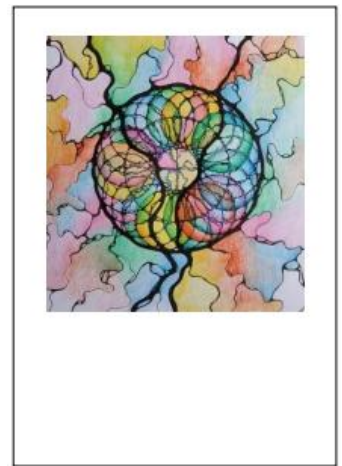
Интересным открытием стал для меня двенадцатилетний цикл стихий. Я уже двадцать лет работаю в интересной системе образования, в которой нет ни уроков, ни деления на группы по возрасту (в школе учатся дети с четырех до девятнадцати лет). Израильская система образования во многом отличается от русской, нацеленной на результат. После вебинаров Павла по нейроколору у меня сложилось более четкое представление о том, что можно ожидать от детей в том или ином возрасте. И то, что детям до двенадцати лет трудно сконцентрироваться на одной деятельности, что им характерно желание все попробовать, нигде не задерживаясь, стало подтверждением правильности концепции моей школы.

Обучение на инструкторском курсе подтолкнуло меня к более глубокому изучению материала. Так, нейротайминг заставил меня столкнуться с понятием времени в философии XIX - начала XX века, заставил задуматься об относительности времени, о замедлении его в движущей системе (часы в движущей системе идут медленнее, чем в состоянии покоя).

Интересно было узнать о многочисленных подтверждениях замедления времени и влиянии этого эффекта при работе на современных ускорителях, о взаимосвязи пространства и времени, где утверждается, что нет времени вне

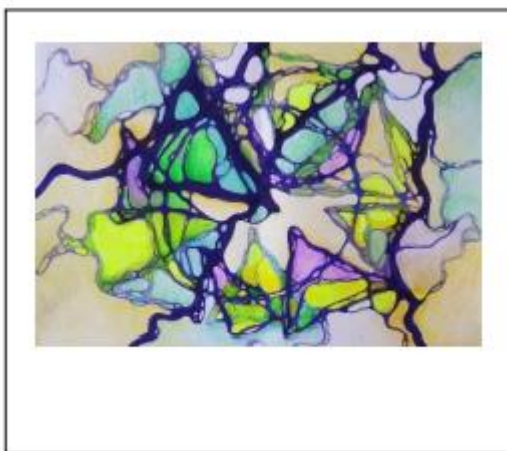


пространства и при искривлении пространства замедляется ход времени. Аналогичное погружение в познание происходило и при прохождении тора, когда я окунулась в сакральную геометрию. Знание о тороидальном поле, которое является самым крупным электромагнитным полем вокруг всего тела (диаметром от 2.5 до 3 метров) стало для меня большим открытием.



То, что любая ситуация есть система мышления человека и проявляется в его чувствах, эмоциях, мыслях и реакциях тела, для меня тоже не было новым. А вот то, что все это можно выразить через группу фигур, передающих базовые человеческие состояния, стало для меня настоящим открытием. Конечно, я не впервые услышала о круге, треугольнике, квадрате, и в принципе, могла бы сформулировать, какую ассоциацию у меня вызывает та или иная фигура, но то, что через них можно выразить свое отношение к существующей реальности, то, что основные фигуры нейрографического алфавита несут за собой состояния, которые эти объекты у нас вызывают, было для меня свежим.

Я никогда не занималась рисованием в профессиональном смысле, хотя будучи творческим и самообучающимся человеком, о композиции и золотом сечении я слышала. Слышала и то, что композиция существует и применима в абсолютно разных произведениях и видах искусства. При помощи композиции, её средств, приёмов, правил, особенностей в искусстве переводят идею в реальную форму.



Учеба на инструкторском курсе помогла мне, с одной стороны, углубить мои знания в области композиции, а с другой, дала новые знания о специфике композиции в графике.



В дальнейшем, в своих работах, при решении выбора композиции мною учитывался, какой алгоритм для отображения какой идеи подойдет, каким образом, для какого состояния, для какой идеи, для какого настроения какие фигуры выбираются, как сделать силуэт фигуры (треугольник, квадрат, прямоугольник, многоугольник) угловатым или более обтекаемым. Необычно было и то, что в нейрографике мы находимся в абстрактной композиции и не изображаем конкретный предмет или фигуру. Но как и в любой другой композиции для создания трехмерного пространства существует понятие использования переднего, среднего и общего плана, которое достигается размерами и разновидностями фигур, толщиной линий, работой с цветом.

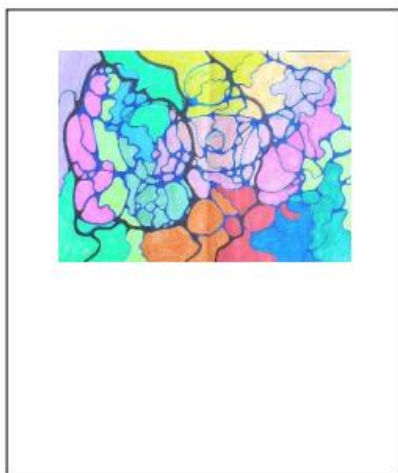
Но больше всего, что мне дал курс инструктора - это то, что я научилась распознавать сигналы своего тела и поняла, зачем нужно научиться распознавать эти сигналы. Наше тело является тонким инструментом. Оно реагирует на все воздействия извне и подает сигналы, если в нашей жизни что-то пошло не так. Конечно, у всех они проявляются индивидуально, но есть и общие закономерности. Так, страхи становятся зажимами в теле и сутулостью, постоянный контроль – болью в животе, чрезмерная ответственность – тяжестью в плечах. Наше отношение к любой жизненной ситуации отражается на состоянии тела, и малейшее напряжение или дискомфорт является следствием какого-то чувства или нерешенной проблемы.

Для того, чтобы услышать и принять сигнал своего тела, нужно прежде всего стать честным с собой. Это - самый первый шаг. Быть честным с собой – значит признавать свои чувства, проживать их, а не гасить. В конце работы я часто выражаю благодарность себе за открытость и искренность. И это не простые слова. Некоторые люди боятся отрицательных эмоций – страха, гнева, грусти. Они закрываются от них, говоря: «Я буду сильнее этого, я справлюсь». Очень модно быть сильным человеком, мы надеваем маски, прячем чувства. В таком состоянии невозможно услышать сигналы своего организма. В итоге многие замечают проблему, когда боль становится уже невыносимой. Тогда начинаются реальные проблемы с печенью, сердцем, желудком, позвоночником и т.д..

Сегодня мы больше внимания обращаем на форму, чем на содержание: как мы едим, что носим, чем занимаемся, чего добились. Форма – своего рода способ самозащиты. С ее помощью мы скрываем себя настоящего, ставим рамки. Выйти за их границы всегда сложно. Практика показывает, что человек крепко держится за любые условности, за придуманные символы успеха, за вымышленные цели.



Иногда, когда я говорю клиентам о том, что надо прислушиваться к себе, у них возникает реакция, что я пытаюсь у них что-то отнять. Внутренне человек понимает, что когда он начнет действовать от сердца, придется изменить привычный уклад. И это пугает. Т



Так произошло, когда я работала со своим холодным клиентом над его кейсом «Смена работы». Клиентке сложно было признаться, что эта работа не для нее. Затем непросто было начать делать шаги. Когданужно было принять решение что-то сделать самостоятельно, «ребенок» внутри нее пугался и прятался, и вместо того, чтобы действовать, она каждый раз принимала решение вернуться назад, закрыться, спрятаться от проблемы.

Так она привыкла, и так было безопасно для нее. Работа над кейсом помогла ей прежде всего открыться, быть честной перед самой собой, посмотреть проблеме в глаза, прислушаться к тому, что говорит ее тело, сделать шаги навстречу новому и начать двигаться навстречу цели. И как результат, клиентка поменяла работу.

На инструкторском курсе я поняла, что с телом можно работать не только через прикосновения, но и через разговор. Например, я затрагивала в разговоре с человеком определенную тему, и он задерживал дыхание. Ему становилось тяжело. Человек не хотел впускать это чувство. Вдыхал и начинает плакать. Я поняла, что по дыханию клиента, напряжению в его мышцах можно определить состояние, иногда чувства и эмоции.

И почти всегда в конце работы, тело клиента расслабляется, потому что во время сессии человек говорит себе правду, он был честен с самим собой. Работа с клиентами привела меня к осознанию того, что мы окружаем себя работой, а надо – человеческим теплом, что работа и успех не дают тепла, что тепло могут подарить только семья или близкие люди.



Нейрографика помогла мне понять, что я иду своим путем, что я расту, развиваюсь, становлюсь мудрее. Я обращаю внимание, что в моем теле меньше зажимов, что я двигаюсь свободно и раскованно, что я принимаю себя такой, какая я есть. И как ни странно, но самая лучшая защита – это открытость и честность.

И я учусь чувствовать сигналы своего тела, прислушиваясь к себе, учусь анализировать истинные желания. Мне не нужно сопротивляться и преодолевать себя, так как я знаю, что это моя дорога, мой путь, моя судьба.

[Ссылка на дипломную работу Бендик Светланы в авторском стиле](#)

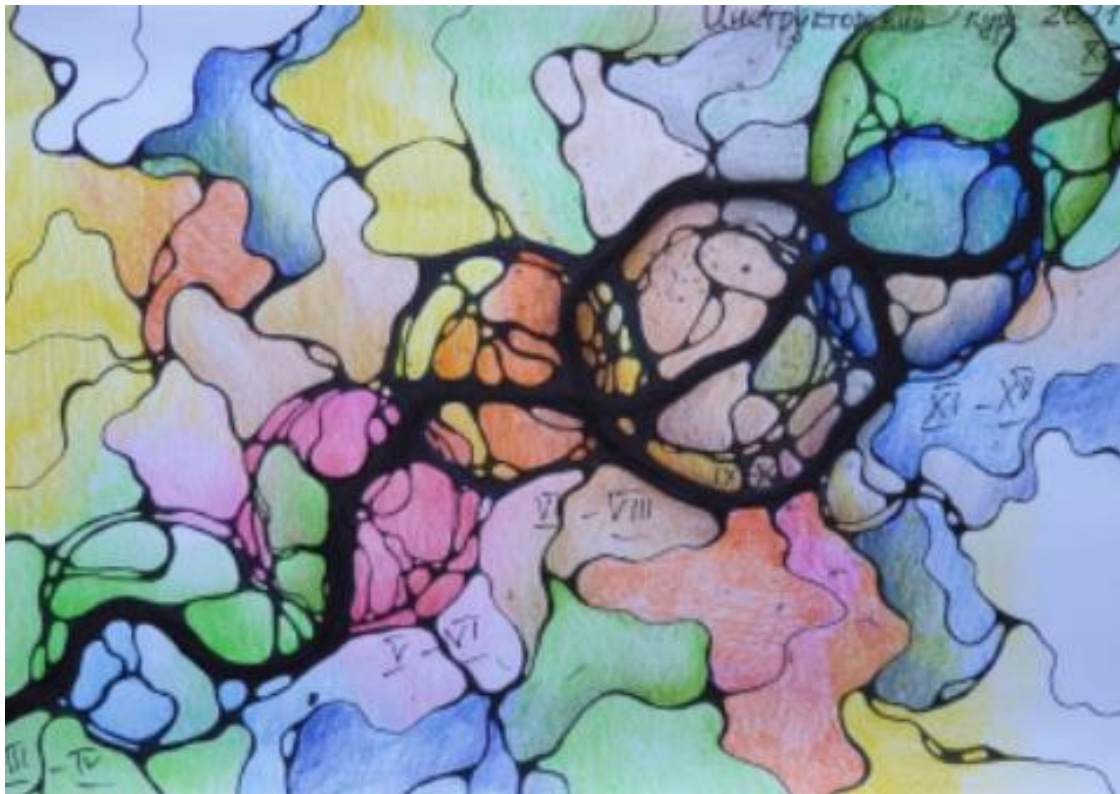


Работы

Тема: изменение себя.



Тема: инструкторский курс.





Автор:
Билык Ирина
Супервизор:
Лучинович Жанна

Тема:
От мечты к результату.

1. Введение



Я родилась в семье, где живёт любовь, к друг другу относятся бережно и с уважением. Меня воспитывали с участием и вниманием и всегда приучали ухаживать и общаться со своим физическим телом через питание, движение и здоровый образ жизни. Как можно жить по-другому я увидела и поняла когда вышла замуж. То, что у меня есть уже, как каждодневная привычка я смогла оценить и осознать именно тогда.

Ценности семьи мужа кардинально отличались. Это был очень важный опыт в моей жизни: сравнить, понять, вернуть ценность обыденному, не идти на поводу состояния «так все живут». Также пришло понимание, что я могу нести в мир и чем могу быть полезна. Я считаю, что мне повезло во всём.

И уже более 10 лет я работаю с телом через массаж, телесно - ориентированную терапию, тренерство по саморазвитию. В своей работе я также использую метафорические карты, Т- игры, практикую сама и провожу диагностику энергетического тела человека через практики школы Мастера Сюи Минтана Чжун Юань Цигун.



2. Моё погружение и опыт перемен на курсе Инструктор Нейрографики 2021

Под новый год желать ничего не хотелось, было как то скучновато и пусто внутри. Из собственного опыта уже знаю – с этим состоянием лучше не затягивать.

Проанализировав ситуацию, я пообещала себе – своей внутренней девочке, попробовать что-то новое, то, что я в жизни ещё не пробовала никогда и найти занятие, которое меня будет радовать и заполнять, для души (чтобы это ни было) и никаких мозгов и рациональности в выборе. После этих мыслей внутри потеплело и я, через пару дней, нырнула в поиски по-своему.

У меня есть моя тактика поиска – отключаю связь, заворачиваюсь в плед и ныряю в путешествие в интернет: просто по нему гуляю как по парку, разглядываю фото, читаю интересные мне статьи без цели – просто поглазеть и что-то для себя найти. На глаза несколько раз попались фото рисунков с Нейрографикой, мозги сразу сказали – чёрт-те что, а глазам понравилось, и появился внутренний интерес. Вспомнила своё обещание – никаких мозгов в выборе вдохновляющего занятия и прочитала текст под фото. Оксана Авдеева приглашала на трёхдневный марафон по Нейрографике. Зарегистрировалась и запомнила для себя, когда будет проходить мероприятие, это меня удивило, часто записываюсь и забываю. Начинается марафон, приятный голос Оксаны начинает рассказывать, ... первый рисунок – АСО.

Это был мой первый опыт делать выброс и проводить нейролинии. Всё, что происходило, кардинально отличалось от тех знаний, которые я получала в художественной школе.

Для себя сразу отметила как практикующий телесно ориентированный терапевт – качества контакта с собой в процессе, комфорт удержания внимания на теме, расслабленность, ресурсность и наполненность по окончанию процесса рисования. Внутренне хотелось петь и танцевать, очень хотелось кушать, а внутри звучало – «Да! Это то, что мне нужно!» Я такого состояния восторга не испытывала лет 5 точно. Мне очень понравилось, следующее занятие ждала с детским нетерпением и готовилась с самого утра.





Т.к. я человек действий, конечно, я начала читать и узнавать всё, что есть в интернете о Нейрографике. Мониторила соцсети и сайты, поиски радовали – информации много и она доступна, удивительно, на всё хватало времени и сил. Узнавала и рисовала, рисовала, рисовала. На некоторых темах очень сильно начала проявляться психосоматика и рефлексия через тело.

Мозг меня не поддерживал и вторил «Хватит заниматься фигнёй». В один из зимних вечеров на вопрос себе – «что я хочу?», я в шутку сказала: «Конечно же быть инструктором Нейрографики!»

Когда я узнала стоимость обучения инструкторского курса - пришла мысль – «это не возможно, курс скоро начнётся, сумма обучения на сейчас для меня не реальная». Но важные слова – «на сейчас». Я понимала, что не успокоюсь. Значит буду пока двигаться маленькими шагами и искать возможности. Первым шагом было решение пойти на курс Пользователь к Людмиле Коструб – мне очень понравилось. Искренне Благодарна ей также за курс по НейроКомпозиции, который получила как бонус - очень интересная и грамотную подачу информации. Затем записалась на курс

Специалист, уже с пониманием описывала работы и планировала, где буду проводить свои встречи с клиентами. Удивительно, всё моё окружение начало тоже рисовать Нейрографику, иногда вы собирались все вместе у меня дома и рисовали. Мы начали шутить между собой: «Если хочешь сделать приятно, подари маркер». Это меня ещё больше поддерживало в моём выборе, я понимала – для меня Нейрографика не просто увлечение, всё намного серьезнее.



Затем загорелась конференцией, прослушала захлёб все МК, успела всё прорисовать и поучаствовать во всех конкурсах. Творческая энергия и идеи, стихи лились рекой: Всё будет НейроХорошо! И в небе Нейро есть и в море. Скрепят фломастеры в руках У мастеров в Земном просторе!

Сама себе удивлялась – «Откуда столько энергии?» Поймала себя на мысли – « Я влюблена в Нейрографику и я ей живу», как приятно это осознавать.



Следующий этап стал ключевым: решила побывать на Конференции «Инструктор Нейрографики: Жизнь в профессии». Я смогла увидеть и найти возможности как мне реализовать своё желание: Быть инструктором Нейрографики и попасть на Инструкторский курс в 2021 году.

И вот я на курсе, влилась в поток в конце мая. Я благодарна институту за такую возможность! Несколько дней ходила как в тумане, не веря тому, что мечта сбылась так быстро.

Затем наступил страх и паника – могу не успеть, очень много пропустила, не справлюсь и т. п. Но у меня же есть маркеры и бумага, свои страхи пришлось прорабатывать через алгоритм АСО не одним рисунком. Глаза боятся, а руки делают – каждую неделю слушалось очередное занятие, делались рисунки, подтягивались хвосты. Когда страх прошёл, осознала что надеюсь только на себя, нет ни одной мысли что кто-то обо мне может позаботиться. Когда осознанно ознакомилась с программой и сроками курса, проплакалась, ощутила как заботливо, с учётом потребностей студентов, всё сделано, даже если они начали учёбу позже.

Параллельно с учёбой я нашла партнёров – арт-студия «АРТЕРА», где начала проводить МК по Нейрографике под названием «Знакомство с Нейрографикой», оказывается, в Харькове очень много людей, которые хотят рисовать и уделять себе внимание. С каждым занятием в арт-студии, по привычке телесного терапевта, я проводила анализ состояний, поведения и рефлексии присутствующих.

Со временем сформировалось понимание о состоянии присутствующих в начале занятий и своя техника проведения групповых МК– в начале занятий я решила добавить телесную настройку чтобы закрепить у участников МК состояние «здесь и сейчас» (телесно-ориентированная терапия). Эти упражнения как игру, настройку и выстраивание контакта с присутствующими стала добавлять на занятиях, результаты и обратная связь сразу же подтвердили правильность выбора.



Первое упражнение «Я есть»: сидя на стуле с ровной спиной прикладываем ладонь руки в район пупка и глубоко дышим животом до 5 раз, можно прикрыть глаза для лучшей концентрации внимания. Активизацией пупочного апоневроза (волокна вокруг пупка) мы легко восстанавливаем контакт с собой и телом , т.к. эти мышцы относятся к



структуре существования в телесной терапии и мы легко возвращаемся в состояние – «Я есть» и остаёмся в активном контакте с окружающей действительностью.

Второе упражнение «Здесь и сейчас»: сидим на стуле с ровной спиной. Поворачиваем лица налево, смотрим прямо перед собой в левую сторону, туловищем себе не помогаем. Начинаем перечислять предметы, которые мы видим перед собой с 3-5 уточнениями каждого предмета (например: горшок для цветов, он зелёного цвета, стоит на подоконнике и т.д.) двигая шеей, туловищем не помогаем движению, разворачиваем лицо направо, переводя прямой взгляд с предмета на предмет перед собой и перечисляя по пути 5-6 предметов. Польза упражнения – вниманием человек возвращается в состояние «здесь и сейчас», также активируя работу мышц шеи, мы усиливаем связи между интуицией, мыслями и телом - что очень важно при отслеживании рефлексии при рисовании.

Параллельно шло погружение в Нейрографику самой меня в инструкторский курс с большим интересом и энтузиазмом. Рисование по алгоритмам Пользователь и Специалист мне уже было знакомо, но тут проявилось главное – самосаботаж и психосоматика в теме улучшения качества жизни. Я замечала и осознавала своё сопротивление, разбалансированное состояние в ментальном и телесном планах, но масштаб сопротивления меня поразил.

Я саботировала через тело при каждом рисовании (так же стали видимы сопротивления в жизни при действиях для себя). Движение вперед и рост в финансовой сфере мне не безопасны после каких то событий, которые я уже и не помню: падает зрение, тошнота и слабость в теле, бессилие и сонливость, ломота во всём теле, нет энергии на действия, спазмы в теле; параллельно мозг, когда я сплю, нашептывал, что у меня ничего не получится (именно во сне).

Я понимала, что такие травмы есть у многих, но я вроде уже прорабатывала их через Телесно-ориентированную психотерапию, а нет, ТОП это хорошо, а блокировки остались на бессознательном уровне и энергия тяжёлых впечатлений не даёт двигаться дальше. Я увидела, осознала и ощутила блоки на уровне тела, встроенных в его внутреннюю схему, как они отнимают энергию и жизненные силы. И ещё прочувствовала один патологический механизм: человек соглашается вообще ничего не чувствовать, лишь бы «снова не почувствовать ту боль». Так запускается механизм, который А. Лоуэн назвал предательством тела.



Телесно-ориентированная психотерапия возвращает ощущения жизненности тела, контакт с телесным Я, но впечатления из прошлого остаются и тормозят действия в сейчас. Столько внимание себе я давно не уделяла, было очень приятно эмоционально и в тоже время болезненно телесно. Я никогда не думала, что убеждения и тяжёлые впечатления могут на нас так влиять. Это было началом крутейшей моей внутренней трансформацией - я встретила лицом к лицу со своими детскими травмами и страхами через Нейрографику.

На этом этапе уже был другой уровень работы с собой – «осознанная Нейрографика», было понимание важности каждого пункта алгоритма, отслеживание рефлексии, поддержка себя через ТОП, моделирование реальности. Появились малые победы – тела ещё сопротивлялось, но я уже могла им руководить.

Из этого опыта я вынесла урок для себя. Как родитель я придумала свой способ общения с дочерью – «общение через вопросы». Родительское внимания проявляем через уточняющие вопросов. И мозг, понимаю смысл этого способа, сразу взял его на вооружение. Я была удивлена такой быстрой трансформации нейронных сетей. (Дочь, девочка 14 лет через пару дней спросила – «Так будет всегда?», я сначала не поняла вопрос, «Мама мне так намного комфортнее с тобой общаться».) Это была первая моя качественная победа, которая вдохновила меня действовать дальше на этом пути, т.к., признаюсь, руки иногда опускались, хотелось всё бросить не один раз.

Параллельно появлялась уверенность и осознанность, понимание, где проломлены мои границы и где я забываю о себе. Первый инсайды – я не даю себе отдыхать, я от себя только требую результатов. Начала сниматься первая шелуха приращенных убеждений и ограничений из детства: гиперскромность, спешка. Мое тело перестало кричать болью, оно теперь говорило со мной шёпотом, намекаю, показывая глубину моего внутреннего мира и трещины. Алгоритм НейроКолор открыл мне понимание моих возможностей и гармонизировал поток моей жизненной энергии. Тут же родился новый метод : «Тело знает». О нём я подробно расскажу дальше.

С середины июня я начала чувствовать вкус жизни по-другому, на много глубже. Удивительно как проживает человек жизнь, когда он счастлив. Летом я получила ещё одну обратную связь от своего ребёнка во время прогулки: «Мам, мне так приятно на тебя смотреть, ты живая и ты живёшь». Мне были приятны и понятны до слёз эти детские слова.



Билык Ирина. От мечты к результату.

Алгоритм НейроМандала дал мне возможность прочувствовать энергию Рода. Осознала какой жизненный опыт нарабатываю заново. Трансформация затронула даже родителей, с ними в это же время происходили удивительные события. Алгоритм НейроСкетчинг показал мне, на что я способна, мою выносливость и проработал скорость действий. Пришла ещё одна идея как выстроить процесс проработки цикла У-Син.



В конце лета появились силы на организацию фестивалей и участия в них. Конечно, на них я звучала Нейрографикой. На прохождении алгоритмов НейроСинтез, НейроЦель, НейроКонтакт в голову приходило много инсайдов, такой поток информации мне был раньше не знаком. Начали прорабатываться глубокие родовые программы, тело меня всегда поддерживало как могло.

Удивительно, но как бы сложно мне не было проживать этот путь, в душе всегда было радостно и спокойно. Я бросила курить за один день, меня даже не тянуло обратно. Решения, которые я принимала, реализовывались мной легко и в короткие сроки. Наблюдая за собой, пришло понимание «Я меняюсь» и качество моей жизни тоже меняется на глазах. Алгоритмы НейроЦель и НейроТайминг показали, как кардинально можно трансформировать свою жизнь и время.

Благодарю организаторов курса и всех участников! Это было великолепное путешествие, длиной в девять месяцев! Во время этого курса у меня в голове родился метод, которым я хочу с вами поделиться.

3. Метод «Тело знает»

- 1.1. Теория;
- 1.2. Подготовка к работе;
- 1.3. Налаживание контакта с 5 органом через Нейрографику по алгоритму НейроСкетчинг;
- 1.4. Связь 5 органов по циклу У- Син Этот метод основан на теории



пяти элементов У- Син в нём применяются алгоритмы НейроСкетчинг и НейроКонтакт.

Главным принципом хорошего состояния здоровья является поступление равномерного потока энергии ко всем органам. Если поток энергии блокирован, то органы не получают питания, вследствие чего наступает болезнь.

С помощью этого метода можно поддержать, гармонизировать энергию и восстановить сбалансированную связь потока энергии жизненной силы.

1.1.Теория

Согласно китайской философии, вся вселенная состоит из противоположных дополняющих друг друга элементов. Именно благодаря их взаимодействию макрокосм находится в равновесии. Эти элементы или, как их ещё называют первоэлементы: Дерево, Огонь, Земля, Металл и Вода. Эта пятичленная структура получила название – У-Син и стала одной из основных категорий китайской философии и широко используется в традиционной китайской медицине.

Всем пяти элементам присущи два основных циклических взаимодействия: взаимопорождения (созидания) и взаимопреодоления (разрушения). Процесс взаимопорождения состоит в следующем: Дерево порождает Огонь, Огонь порождает Землю, Земля порождает Металл, Металл порождает Воду, Вода порождает Дерево. Суть взаимопреодоления в том, что Дерево побеждает Землю, Земля побеждает Воду, Вода побеждает Огонь, Огонь побеждает Металл, Металл побеждает Дерево.

Согласно теории традиционной китайской медицины, человек также представляет собой вселенную - микрокосм, в котором одни элементы зависят от других. Эти представления позволяют перенести теорию пяти элементов и на человеческий организм. Достижение гармонии между двумя основами нашего здоровья – физической составляющей тела и духовной – осуществляется посредством тех же двух циклов, полагают китайские медики.



При этом циклы взаимопорождения и взаимопреодоления в китайской медицине выглядят иначе, поскольку соотнесены с нашим организмом, при этом принципы взаимодействия



пяти элементов сохраняются. Это связано с тем, что каждый первоэлемент китайские врачи связывают с определенным органом чувств, сезоном, звуком, вкусом, цветом, частью тела, эмоцией, а также ян и инь органами. О каждом элементе детально: Дерево соответствует печени (плотный орган), желчному пузырю (полый орган), глазам (орган чувств) и слезам (жидкость);

Огонь соответствует сердцу (плотный орган), тонкой кишке (полый орган), языку (орган чувств) и поту (жидкость); Земля отождествляется с селезенкой (плотный орган), желудком (полый орган), ртом (орган чувств), вязкая часть слюны (жидкость); Металл соотносят с легкими (плотный орган), толстой кишкой (полый орган), носом (орган чувств), носовой слизью (жидкость); Воду отождествляют с почками (плотный орган), мочевым пузырем (полый орган), ушами (орган чувств) и жидкая часть слюны (жидкость). Между этими элементами установлена прочная связь, и вывод из равновесия одного из них негативно влияет и на другие. Определить сбои в системе пяти элементов человека можно по разным признакам и симптомам. В частности, дисбаланс отражается на нашем эмоциональном состоянии, работоспособности, звуке голоса, цвете лица, функциях связанных в цикле органов.

В методе «Тело знает» я рассматриваю плотные органы каждого элемента: сердце, селезенка, лёгкие, почки и печень. В человеческом организме цикл взаимопорождения или созидания выглядит следующим образом: сердце (относится к стихии Огня) подпитывает селезенку и поджелудочную железу (относятся к стихии Земли). Эти органы, в свою очередь, подпитывают легкие (стихия Металла), легкие подпитывают почки (стихия Воды). Почки же подпитывают печень (стихия Дерева), а печень замыкает круг, подпитывая сердце (стихия Огня).

1.2. Подготовка к работе

Распечатать все 6 рисунков.



Рис. 1 Сердце

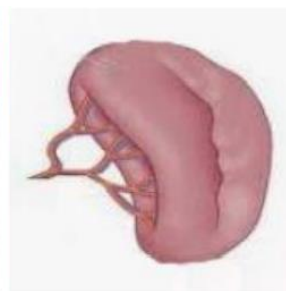


Рис. 2 Селезенка



Рис. 3 Лёгки



Рис. 4 Почки



Рис. 5 Печень

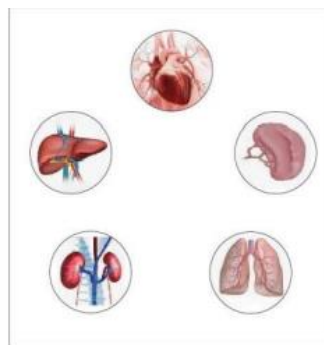


Рис. 6 Пять плотных органов расположенных по циклу взаимопорождения по теории У- Син. (Эффективность метода проверяла на собственном опыте. Результатами довольна.)

1.3. Налаживание контакта с 5 органом через Нейрографику по алгоритму НейроСкетчинг

По алгоритму НейроСкетчинг прорисовываем каждый плотный орган.

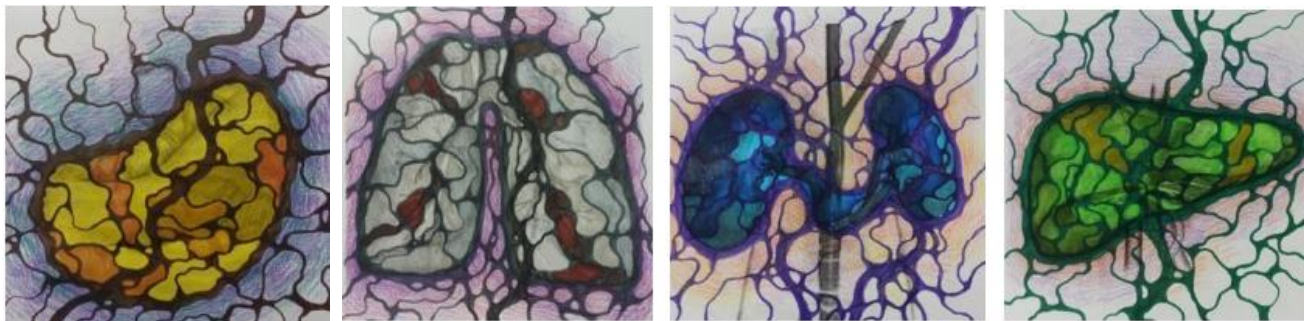
Начинаем с Рис.1 Сердце. Берём распечатанный макет.

Тема: Моё Сердце.

Важно активировать психологическую доминанту – практика: «слов за 2 минуты» и наладить связь с органом. Можно приложить руки к телу, там где находится орган и произнести слова: «А с тобой», обращая к нему (упражнение из телесно-ориентированной терапии). Дальше делаем пункт Композиция по алгоритму НейроСкетчинг и продолжаем работу по пунктам Базового Алгоритма.

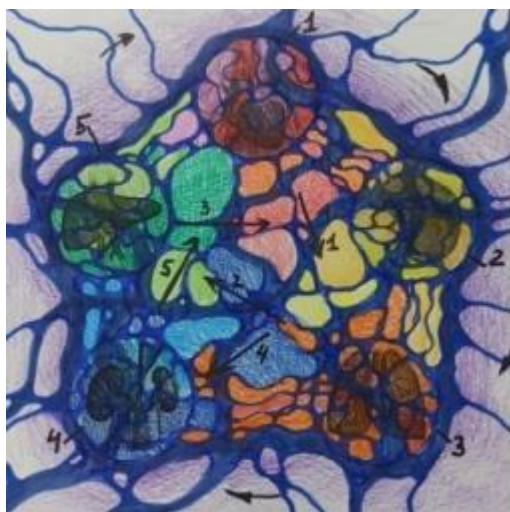


По такой же схеме прорисовываем все пять распечатанных рисунков плотных органов по циклу взаимопорождения по теории У- Син: сердце – селезёнка – лёгкие – почки – печень. Так мы гармонизируем работу каждого из этих органов. Это очень важно - если нет баланса в одном из них, то он по этой цепочке тянет к разрушению и другой орган, который находится следующим на меридиане (то есть следует за ним в цикле), нарушая всю систему. Восстановление и поддержание баланса всех элементов – является залогом здоровья и долголетия



Чтобы поддерживать гармоничное равновесие всех пяти элементов и иметь возможность черпать благотворную энергию из окружающего пространства мы переходим к следующему этапу.

1.4. Связь 5 органов по циклу У- Син



Работаем с распечатанной схемой рисунка 6 по алгоритму НейроКонтакт. Тема: Моя энергия в теле. Важно активировать психологическую доминанту – практика: «слов за 2 минуты».

На рис. 6 нейрографируем каждый орган и строим Композицию по алгоритму НейроКонтакт - соединяем между собой все пять органов по циклу: сердце – селезёнка – лёгкие – почки – печень, создавая сбалансированный цикл взаимопорождения по теории У- Син. Далее продолжаем работу по пунктам Базового Алгоритма. Зная «слабые» места нашего тела, можно своевременно оказать ему соответствующую поддержку и предпринять необходимые меры.

Будьте здоровы и энергичны!

[Ссылка на дипломную работу Билык Ирины в авторском стиле](#)



Работы

Тема: мой инструкторский курс.



Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики.





Автор:
Боер Елена
Супервизор:
Хассан Илона

Тема:
Установление контакта с телом и душой
через НейроГрафику.

Когда человек находится в контакте с собой, он “присутствует” в своем теле, уделяя внимание телесным ощущениям. Его тело расслабленное, гибкое, подвижное. Все процессы протекают легко и свободно, без дополнительного напряжения и дискомфорта. Но в сегодняшнем мире такое состояние похоже скорее на сказку, чем на реальность. Головные боли, напряжение в шее, боли в спине, сжатые челюсти, поверхностное учащенное дыхание, и состояние вечного цейтнота, когда, кажется, нет ни секунды на то, чтобы остановиться и почувствовать.

Так и живем, не переставая искренне недоумевать, откуда берутся все эти напасти со здоровьем в частности, и с жизнью в целом. Раньше я тоже удивлялась и искала ответы там, где появлялись лишь новые вопросы. Но через изменение образа жизни, разнообразные телесно ориентированные практики и работу с собой и своим подсознанием я смогла выйти из позиции непонимающей жертвы обстоятельств, которая не знает, что такое контакт с собой, своим телом, своим Высшим Я. Нейрографика для меня стала тем трансформационным инструментом, который помог прояснить, увидеть и осознать многие моменты в моей жизни.

В данной работе представлены мои наблюдения за тем, как нейрографика способствует установлению контакта с телом и чувствами, открывая через это дорогу человека к себе настоящему. Данные наблюдения появились из моего личного опыта, а также из опыта коучингового сопровождения моих клиентов. Все заключения и примеры, описанные здесь, являются моей точкой зрения по заявленной теме.

Когда я рисовала свой первый нейрографический рисунок 3 года назад, то не понимала, зачем инструктор все время спрашивал про то, что я сейчас чувствую, и что происходит с моим телом.



Чувствительность была на 3 балла из 10, и многие нюансы процесса тогда остались незамеченными.

И вот я заканчиваю инструкторский курс. 9 месяцев каждодневного рисования и постоянной рефлексии. Сегодня в процессе создания нейрографической работы я четко отслеживаю даже малейшие изменения как на уровне ощущений физического тела, так и на уровне чувств и эмоций. Трансформации, происходящие в моей реальности сейчас, занимают часы и минуты. Раньше на аналогичные процессы уходили месяцы и годы. В чем секрет? В контакте с собой, который, прежде всего, появляется из контакта со своим телом.

Нейрографика учит держать фокус внимания сразу на нескольких точках - ощущения в теле, мысли, возникающие в процессе, и то, какие эмоции и чувства появляются в процессе рисования. Фиксируя в сознании эти параметры, человек знакомится с собой настоящим.

Сегодня большинство из нас проводят 90% своего времени в «голове» - мы думаем, размышляем, анализируем. Постоянные раздумья заполняют все пространство бодрствования. Нет, думать - это вовсе неплохо. Проблема в том, что мы либо сосредотачиваемся на воспоминаниях о том, что уже произошло, т.е. находимся в прошлом, либо переживаем и планируем то, что может случиться в будущем. Мы «вылетаем» из настоящего момента. А ведь это единственное, что у нас есть, и где происходит самое главное - жизнь!

Жизнь из «головы» полностью лишает нас контакта с физическим телом. Люди превращаются в биороботов, действующих на автопилоте. Режим «дом-работа-дом» для многих стал настолько привычным, что упоминание о наличии какого-то альтернативного варианта мгновенно приравнивается к ереси. Многие из моих клиентов признавали, что не слышат и не слушают свое тело, игнорируют его сигналы, и понимают только отчаянный язык острой боли, через который оно из последних сил пытается что-то сказать.

Наблюдая за окружающими и общаясь со своими коучинговыми клиентами, я заметила, что люди привыкают есть не тогда, когда действительно голодны, а тогда, когда им позволяет график, обстоятельства, возможности. Например, мой родственник, доктор интегративной медицины, сказал что несмотря на то, что он не хочет есть утром, он все равно завтракает, потому что позже, когда он действительно голоден, в районе 10 утра, у него нет возможности поесть из-за напряженного графика.



Сон, а вернее его отсутствие, и усталость вообще становятся фоновым режимом. Таким образом, несложная база, необходимая для нормального, здорового развития, исчезает.

Заметьте, как популярны сегодня темы поиска себя и материализации своих желаний. А ведь в их основе лежит простое понимание того, что тебе нравится, а что нет. На любом уровне, начиная от цвета и еды, и заканчивая делом жизни. Но как понять, что нравится, если человек даже не в состоянии вовремя заметить, когда ему нужно сходить в туалет? А это все об одном и том же - об умении слышать, замечать и принимать себя. Жизнь из позиции "надо" сильно отличается от жизни под девизом "хочу". Но коренная причина этого отличия лежит именно в контакте с собой, который либо задавлен догмами, правилами, требованиями, нормами, обязательствами, либо распускается пышным цветом от любви к себе.

Когда человек любит себя, он относится к себе иначе. Это не про эгоцентризм и наплевательское отношение к окружающим. Это про здоровые границы, адекватное восприятие себя со всеми плюсами, а главное минусами, и четкое понимание того, что ему нравится, а что заставляет наступать на горло собственной песне. И первым кирпичиком в этом является умение слышать свое тело. Не тогда, когда оно кричит агонией анафилактического шока или "неожиданным" диагнозом, а когда оно начинает мягко нашептывать что-то. Замечать как вы сейчас дышите, насколько расслаблены или напряжены ваши мышцы, малейшие сжатия, или наоборот приятные ощущения. А когда заметили, спросить себя откуда это появилось? На что вы так реагируете?

Рисую нейрографику, я заметила, как развивается и тренируется навык замечать эти малейшие изменения на физическом уровне. Происходит тонкая настройка на себя и свои ощущения. И вот уже получается практически мгновенно считывать динамику.

И тут начинается самое интересное, потому что невозможно просто научиться замечать то, что происходит с физическим телом. Качественно погружаясь в этот процесс, человек неизбежно упирается в свои чувства и эмоции. Я очень хорошо помню, как ощутила, что спустилась из "головы" в сердце, и прикоснулась к себе настоящей, без наносной шелухи и прикрас, без брони и защит. Искренние, живые чувства и эмоции, которые происходят прямо в этот момент. Первое соприкосновение с этим опытом навсегда останется в моей памяти, потому что оно так отличается от всего, что было до этого.



Да, эмоциональный интеллект и его важность сегодня являются популярными темами. Но, кажется, что это где-то далеко, и к нам не имеет отношения. В моей практике была клиентка - мать-одиночка, живущая в провинциальном городе, и работающая там, где хоть что-то платят, причем иногда сразу нескольких работах одновременно. Ей было совсем не до эмоционального интеллекта. Да, она чувствовала, что внутри у нее разворачивается эмоция, но часто даже понятия не имела, что это. Разница между злостью, гневом, агрессией и раздражительностью оставалась весьма неопределенной для этой женщины. Я смотрела на нее и во многом узнавала себя, а вернее, то, какой я была в прошлом. Меня никто не учил уделять внимание своим чувствам. Ведь есть проблемы поважнее. Так и жила я первые 25 лет своей жизни, не понимая что со мной происходит. Вроде бы булькает что-то внутри, но что именно - непонятно.

Слышать и чувствовать себя кажется непозволительной роскошью, на которую нет ни времени, ни сил, ни желания. И в этом пункте мать-одиночка из Ухты не отличается от топ-менеджера "Газпрома" или трейдера с Уолл Стрит. Они на подкорке чувствуют, что это опасно и непредсказуемо. Открыв ящик Пандоры собственного сердца, можно вдруг обнаружить, что твоя блестящая карьера - это всего лишь попытка заслужить любовь и одобрение родителей, или твои неудавшиеся отношения с выбором однопартнерных партнеров - это игра в жертву, потому что не знаешь, как по-другому привлечь к себе внимание и все ту же любовь.

Иногда (до почти всегда) первая встреча с собой настоящим несет очень много боли от осознания того, насколько отличается то, что ты по настоящему хочешь, и то, что имеешь в реальности. Когда я рисую с новыми клиентами, то самый частый ответ на вопрос о том, что они сейчас чувствуют, это "Ничего", либо "Я не знаю". Стена, которая надежно защищает сердце от боли, а на самом деле, нас от жизни. Бесконечное сопротивление.

Те, кто занимаются саморазвитием, понимают, что любое сопротивление - это индикатор того, что вы идете в правильном направлении. Оно подобно двери, за которой находятся огромные запасы энергии, которую человек когда-то посчитал вредной, опасной, страшной, болезненной, и запер на замок. Нейрографика является тем ключиком, который способен открыть такую дверь. И самый верный путь здесь проходит через тело. - Что происходит с твоим телом сейчас?

- У меня дискомфорт в районе левой лопатки. Острая боль на вдохе.
- Ты хочешь в это посмотреть?



- Да. - На что похоже это ощущение? Как ты его можешь описать?
- Это палка, которую в меня воткнули. Длинная такая, острая палка.
- Что это за чувство?
- Стыд за то, что у меня получается лучше, чем у других, потому что тогда я сильно выделяюсь, а это опасно. Чтобы меня любили окружающие, мне надо быть, как все, не выделяться из массы.
- Ты знаешь, кто воткнул в тебя эту палку?
- Моя первая учительница. Она после уроков оставляла весь класс на час сидеть в тишине, как наказание за то, что они себя плохо вели днем. 30 человек. И только меня отпускала домой, публично говоря, что я была хорошей девочкой. Несколько раз в неделю на протяжении 4 лет. Как же они меня все ненавидели за это.
- Ты хочешь избавиться от этой палки?
- Да!

Это диалог с одной из моих коучинговых клиенток. После успешного избавления от этой палки она сказала, что даже ее немалый опыт в терапии не давал таких быстрых и глубоких результатов. Когда такой разговор происходит в кабинете психолога, то он часто имеет долгую предысторию, богатую на попытки обойти внутренние защиты.

Но когда мы рисуем нейрографику, то подобные разговоры случаются по несколько раз за сессию, как бы по ходу развития заданной темы. Сглаживая острые углы напряжения. Выводя на забытый уровень потока. Нет ощущения, что сейчас мы будем выкапывать что-то очень важное. Процесс происходит бережно, нежно, но в то же время совершенно безжалостно ко всему, что мешает человеку сейчас.

Слова сильно обуживают особенно такую тонкую и богатую на нюансы сферу, как чувства. Иногда возникает сложность с подбором правильного слова, чтобы передать всю глубину того, что разворачивается в твоём внутреннем мире. Часто такие слова не находятся, и происходящее остается неназванным, а неназванного вроде бы и не существует. В моей коучинговой практике был отличный пример, подтверждающий это. Женщина в детстве пережила сексуальное насилие. Она никому не рассказывала о случившемся. Одной из причин было отсутствие в русском языке слова, точно передающего происшедшее.

Есть понятие " сексуальное насилие", к которому в теории относятся любые противозаконные контакты сексуального характера с телом человека против его воли. Но на практике в обществе сложилось понимание этого термина, как исключительно акта с проникновением. Все остальное,



сексуальным насилием не считается. И вот живет женщина, которую в детстве кто-то трогал определенном образом и заставлял трогать его. Она вырастает и убеждает себя, что это было и ненасилие вовсе, а так, баловство, и говорить об этом кому-то бессмысленно.

Вот только травма осталась. И эта травма живет в теле женщины и влияет на все стороны ее жизни.

Рисую нейрографику, мы выносим на лист то, что происходит у нас внутри. Нам не нужно облекать это в слова. Для того, чтобы заметить что-то нам не нужно это называть. Слова приходят, но позже. И это открывает простор для чувствования, выключая напряжение аналитического ума. Рисуем фигуру, взаимодействуем с ней, если приходит ответ, что она обозначает, хорошо, если понимания не приходит, то мы не зацикливаемся на этом, и идем дальше. Внимание уже прорастает в это, признавая его существование. Процесс исцеления и установления контакта с собой запущен.

Нейрографика открывает особый канал энергии, которая расчищает все завалы на своем пути и гармонизирует пространство. Она беспристрастна к личности субъекта и очень стабильна в результатах, которые случаются. Нейрографика работает! Это не только популярный хэштег из социальных сетей. Это правда. Причем один из главных аспектов ее работы в том, что она достает из глубин подсознания истинную причину вашей проблемы и выносит ее на уровень сознания. Иногда это случается через вывод неизвестной фигуры на лист, а иногда через четко осознаваемый набор действий с выбором формы фигуры, ее размера, цвета и толщины линий. В любом случае, ваше сознание теперь видит причину сложностей. И дальше, человек либо осознанно выбирает оставить все, как есть, либо решает изменить что-то в своей жизни.

И здесь снова контакт с телом играет важную роль. Когда я честна с собой и принимаю решение от сердца, то в теле все расслабленно, там нет дискомфорта и сжатия. Но, когда я пытаюсь убедить себя в целесообразности того или иного выбора, это мгновенно отражается на телесном уровне в виде зажимов, напряжений, затрудненного дыхания. Интересно, что любое изменение сначала происходит на энергетическом уровне, а позже оно спускается на уровень физический. Каждая эмоция или чувство - это энергия. Проживая (или запрещая себе проживать) их, человек попадает на волну определенной энергетической вибрации. Если энергия принимается, то она свободно проходит через тело. Но если есть критика, осуждение и неприятие того или иного чувства, то энергия застревает в теле.



В случае многократного застревания одной и той же энергии (постоянное подавление агрессии), человек рано или поздно сталкивается с физической манифестацией этой энергии в своем теле.

Это может быть болезнь, симптом, постеральная компенсация, либо "загадочное" состояние, которое не могут объяснить врачи. Если прорисовать подобную кондицию с помощью нейрографики, то можно не только снять симптоматику, но и прийти к причине ее возникновения, увидеть энергетический корень проблемы, и, при желании, решить ее. Причем не нужно проживания первопричины. В своей коучинговой работе я не иду в ретравматизацию уже травмированного человека. Мы с клиентом вытаскиваем эти "палки" из его тела из состояния здесь и сейчас, принося облегчение и исцеление ему в настоящем моменте. Безусловно, это влияет и на прошлое, и на будущее, но, в первую очередь, это трансформирует настоящее - время, где происходит Жизнь!

Когда человек учится находиться в моменте здесь и сейчас, и слышать себя, то начинают происходить чудеса. Реальность меняется, желания исполняются, обстоятельства складываются в нашу пользу, и появляется радостная легкость бытия. человек начинает творить свою жизнь. Может моделировать будущее, может исцелять прошлое, но все это он делает, стоя двумя ногами в настоящем, и четко отслеживая малейшие изменения в себе.

Что происходит сейчас в моем теле?

Что я чувствую?

Почему это сейчас происходит?

Хочу ли я это изменить?

О чем я думаю сейчас?

Эти вопросы пришли в мою жизнь из нейрографики. С начала, они были частью описания алгоритмов. Потом стали моментами процесса рисования, в которые происходит сверка с процессом и ощущение его динамики. Сегодня, эта нейронная сеть прочно вплелась в мою каждодневную жизнь. Я задаю себе эти вопросы по несколько раз в день, особенно в ситуациях, когда вылетаю из тела и погружаюсь в проживание деструктива.

Эта практика, как во время рисования, так и в другие моменты, позволяет вернуть себе ответственность за происходящее со мной, выйти из состояния жертвы, и понять, что мои реакции не случаются со мной, а я сама их выбираю. Появляется свобода понимания того, что я могу сделать другой выбор в любой момент.



И здесь снова приходим к ответственности за свои выборы в каждой ситуации.

Когда человек выбирает что-то по привычке, на автопилоте, то проскакивает перекресток выбора, даже не замечая его. А потом жалуется, что все так получилось. Есть даже такая категория клиентов - жалобщики. В их неприятностях виноват кто угодно, только не они сами. Когда же выбор совершается осознанно, то человек представляет его последствия и берет за них ответственность. Этакое стратегическое видение будущего в каждой детали.

Нейрографика позволяет вынести наши выборы (даже самые маленькие) на уровень сознания, превращая их в акт осознанности. Я вижу это, я принимаю это, я решаю, что буду делать с этим. Возможно, сейчас оставлю все как есть, потому что у меня нет ресурса для изменений. Но в любом случае, я принимаю свой выбор, как наилучший для меня в настоящий момент. Как у меня, так и правильно. Без обвинений, вины и стыда. Принимать себя со всеми выборами и их результатами. Не в этом ли секрет счастливой жизни?

Нейрографируя, сопрягая, интегрируя и архетипируя, добавляя линии поля и фиксацию, с каждым движением маркера происходит приближение к такому безусловному и безоценочному принятию себя. Через свое тело и через эмоции человек входит в волшебное пространство собственной души, попадает в момент здесь и сейчас, и начинает Жить!

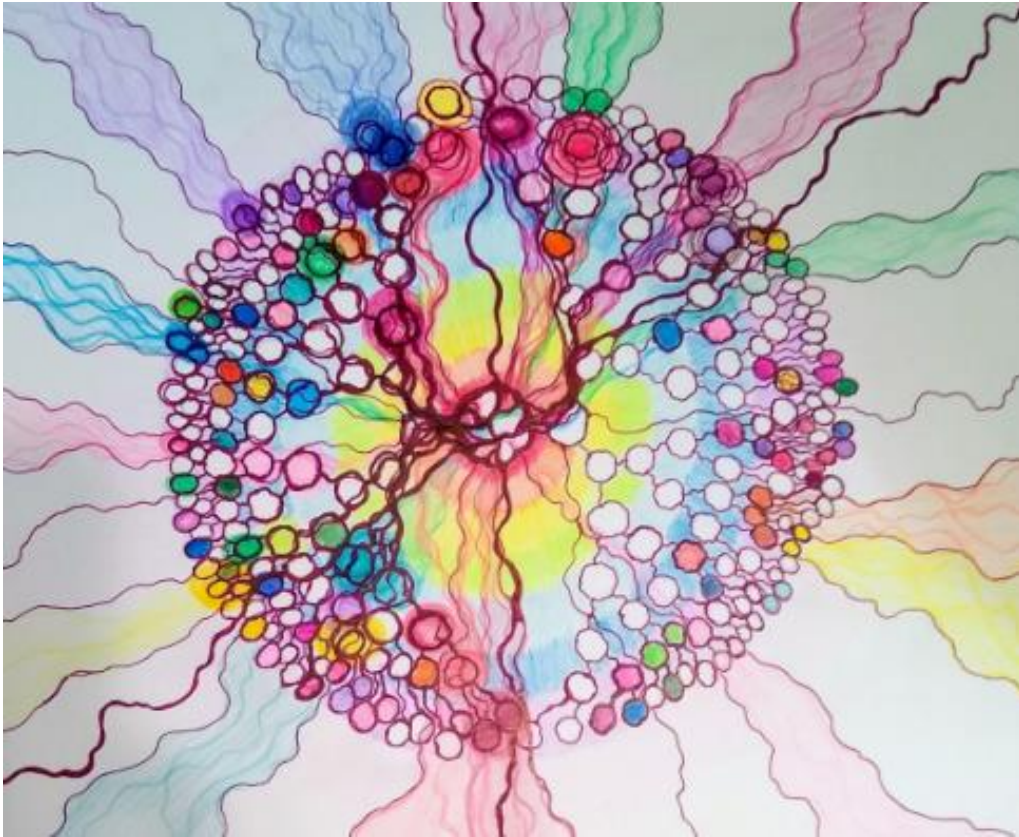
Один из клиентов спросил меня, зачем проходить через эти трансформации, которые почти всегда весьма болезненны и дискомфортны. Почему бы не оставить все как есть и наслаждаться привычной нормальной жизнью? Но что такое нормально? Это когда живешь без особых взлетов и падений, ровненько, как все. Такая ровная линия на "кардиограмме жизни", кричащая о том, что там нет никакой жизни. Для меня ответ очевиден - для того, чтобы стать собой и обрести свободу сотворять свою реальность! Нейрографика - прекрасный инструмент, который помогает это осуществить, во многом через выстраивание прочной связи со своим телом и своей душой.

[Ссылка на дипломную работу Боер Елены в авторском стиле](#)

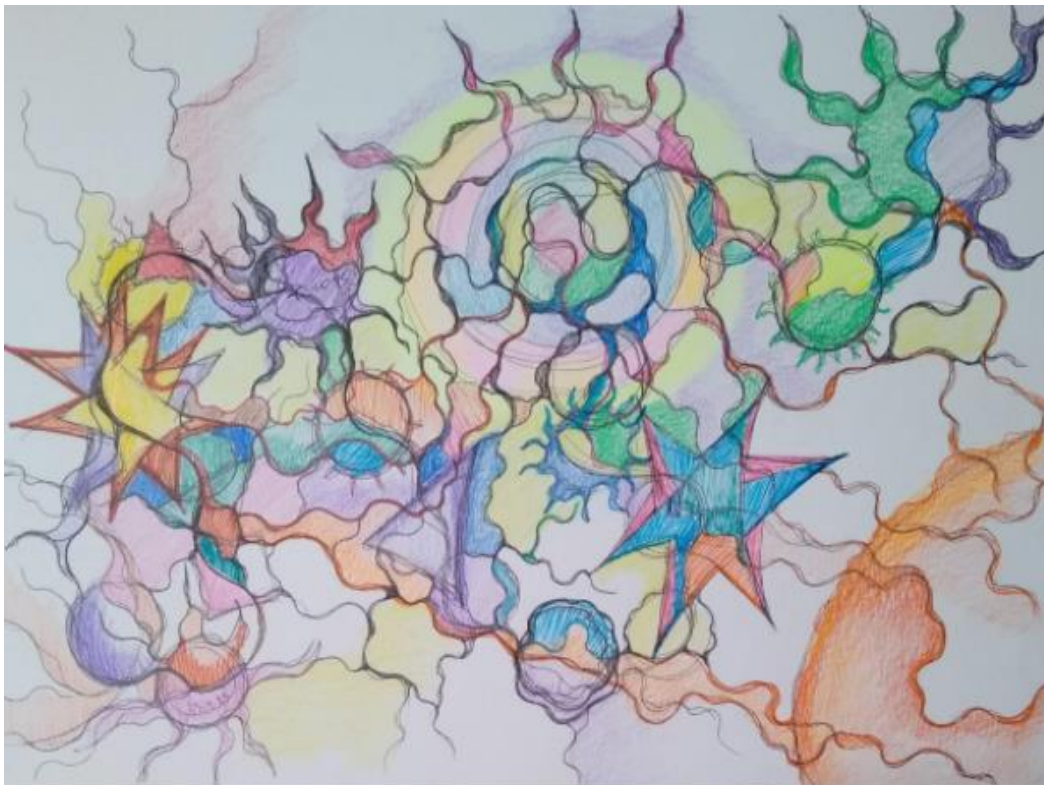


Работы

Тема: восстановление родового потока изобилия.



Тема: мои жизни.





Автор:
Большакова Марина
Супервизор:
Жучков Сергей

Тема:
Мой путь в НейроГрафике

Меня часто спрашивают: «Как я пришла в нейрографику?» Я отвечаю: «Случайно». И тут же делаю поправку: «Конечно, все случайности не случайны, и я это прекрасно понимаю». Мой путь в нейрографике был далеко не прост и местами тернист. Но я его прошла и могу в полной мере гордиться собой. Итак, нейрографика, начало...

Трудно представить себе, что слово «нейрографика» я впервые услышала всего год назад, когда в нистагм наткнулась на красивую и яркую картинку, рекламирующую обучение по нейрографике, которая вызвала у меня интерес. Я как человек, который к любому вопросу подходит основательно, начала штудировать Википедию и другие информационные ресурсы, чтобы разобраться, что же это такое. Не могу сказать, что теоретические знания подкрепили мой интерес, но, тем не менее, я решила опробовать нейрографику на практике, когда в очередной раз наткнулась на манящую и увлекательную рекламу, обещающую бесплатный мастер-класс от инструктора нейрографики Алевтины Бубликовой.

Я просто не могла пройти мимо. Помню, у меня даже подходящих материалов не было на тот момент, пришлось упрашивать детей поделиться фломастерами. Мой первый рисунок и сейчас стоит у меня перед глазами, он был очень далек от совершенства, но оставил внутри какие-то смешанные чувства: недопонимание, интерес, отклик в теле... Наверное, интерес перевесил все остальное и я незамедлительно решила приобрести курс «Пользователь» от самого автора метода. Курс также оставил во мне кучу вопросов и желание продолжать обучение методу дальше.

Отдельно необходимо упомянуть Павла Михайловича Пискарева – это просто легендарная личность для меня, гуру, духовный наставник, человек с непререкаемым авторитетом, я могу долго восхвалять все его заслуги, во мне он вызывает глубочайшее уважение и принятие. Как долго я искала такого духовного наставника! Что нейрографика прочно вошла в мою жизнь, я уже



не сомневалась. Меня стала мучить жажда знаний и поглощение информации по теме. Все чаще я стала наткаться в интернете на это магическое слово «нейрографика» и все больше укреплялась в желании продолжать обучение.

Тогда у меня было твердое намерение сделать себе подарок на день рождения – курс «Специалист» (надо отметить, что даже сумма 13000 рублей на обучение в тот момент была для меня очень внушительной, и позволить себе потратить такую сумму на себя, мне было очень тяжело). Но как говорит Пискарев, нейрографика исполняет ваши желания не так, как вы хотите, но гораздо лучше. Не желая тратить время, я записалась на еще один бесплатный мастер-класс к прекрасной и очаровательной Алевтине Бубликовой. Надо отметить, что еще первое занятие с ней произвело на меня положительное впечатление. Алевтина – удивительно тонкая натура, позитивная, интересная, окруженная ореолом неизвестности, человек, очень близкий мне на духовном уровне.

И когда она в конце мастер-класса объявила о новом потоке своего курса «Нейрографика для жизни 2.0», в который входила масса интересных, новых для меня алгоритмов, заманчивые предложения по отдельным вебинарам для отличников, 2 сертификата и еще что-то очень привлекательное, я поняла, что мой выбор склоняется в пользу Алевтины, т.к. учеба с ней для меня была максимально комфортна, понятна и близка. Я с величайшим предвкушением ждала это 2,5 месячное обучение, которое и повлияло на мое решение в конечном итоге идти в обучение по полной программе – на инструкторский курс нейрографики. Конечно, это решение не далось мне легко, было много сомнений, переживаний, в т.ч. ограничивал финансовый аспект вопроса.

Но все обстоятельства сложились для меня самым благоприятным и счастливым образом. Только сейчас я понимаю, что это и было подтверждение, что нейрографика работает. Это чудо, которого вполне могло и не быть. Удивительным образом мои родители без опасений согласились одолжить мне недостающую сумму денег. Тогда я и подумать не могла, что все произойдет так легко и гладко, ведь мои родители, в особенности отец, очень скептические люди. Оглядываясь назад, я понимаю, что с того момента в моей жизни начали происходить удивительные и замечательные вещи, все складывалось для меня наилучшим образом, хотя на тот момент я была далека от таких мыслей.

Все мои друзья и знакомые, которых я с осторожностью знакомила с нейрографикой, на удивление легко принимали эту информацию, несмотря на мои опасения встретиться с сопротивлением и отторжением.



Понемногу я накопила в себе энергию и силы открыто заявлять людям о нейрографике, рассказывала подругам, от которых, в конечном счете, поступило предложение провести мастер-класс. Я не могла себе представить, что люди сами будут просить меня об этом, даже те, которых я считала убежденными скептиками и людьми, далекими от просвещения и развития. Это еще одно из подтверждений, что нейрографика работает. Так я начала рисовать с подругами.

Помню, свой первый урок, это было тяжело, сказывалось мое сопротивление, но мои эмоции после занятия не передать словами, я была наполнена энергией и воодушевлением, хотя отдала очень много сил во время занятия. Так я начала успешно бороться со своими страхами и ограничениями, которые мне мешают по жизни в моем развитии как личности.

Начало моего обучения на инструкторском курсе тоже началось с жесткого внутреннего сопротивления, которое доходило практически до паники, я ощутила на себе все «прелести» самозванца: я недостойна, да кто я такая, чтобы учить других людей? Я всего лишь маленький человек из маленького города и т.д. и т.п. Конечно, сейчас я смотрю на это с улыбкой, но тогда мне было совсем не до смеха. Этой проблеме были посвящены мои первые работы по Алгоритму снятия ограничений. И опять попадание, с каждой работой мне становилось легче и комфортней, я с успехом проработала эту проблему и уверенно заявляю: «Я достойна, я компетентна, я имею полное право называться Инструктором Нейрографики!»

Мне спокойно и легко, я принимаю это свое заявление, я чувствую расширение в груди и радость от этих слов. Наверное, тогда мне помогло обещание, которое я дала себе перед началом обучения. Я приняла мудрое решение, что не буду осуждать себя, если у меня не получится, если я не стану практиковать и зарабатывать деньги на нейрографике, в общем, если не сделаю это своей профессией (то, что я дойду до конца и получу диплом, у меня не возникало сомнений, ведь я человек с синдромом отличника, и в данном случае, это мой весомый плюс). Это было проявлением бережного отношения к себе, и это было осознанно.

Данное обещание я вспоминала каждый раз, когда у меня возникали какие-то сложности, а их было немало, даже сейчас я испытываю сопротивление извне, у меня даже появились «хейтеры» в моем небольшом городе. И если смотреть на каждое событие с позитивной стороны, то я рада, что они появились сейчас, а не на начальном этапе моего становления, когда мой моральный дух был на весьма низком уровне, когда я была полна



страхов и сомнений, я боялась столкнуться со скептическим настроем. Но сейчас меня уже ничего не останавливает, я научилась извлекать из всего позитивные выводы и считаю, появление подобного рода людей успешным показателем правильности моего движения и оттого еще усерднее хочу заниматься своим любимым делом. В конечном итоге я осознала и прочувствовала на себе, что настоящая жизнь и успех начинается там, где я выхожу из зоны своего комфорта. Еще полгода назад я и подумать не могла, что буду давать живые мастер-классы людям, учить, наставлять, объяснять, показывать!

Я с детства панически боюсь публичных выступлений, и если раньше страх настолько сковывал меня, что я просто бездействовала, то теперь благодаря нейрографике я иду и делаю! Да, я до сих пор испытываю страхи, напряжение, скованность, но с каждым разом мне все легче и легче даются мои выступления. И уже ничто не способно меня остановить, я полна сил и решительности действовать, потому что я хочу быть частью великой системы, школы, механизма, который поможет сделать мир рисующим во благо всему живому на земле. Это настолько вдохновляет, питает, придает сил, что я не могу оставаться в стороне.

Я уверена в своих силах и уверена в том, что, все, что должно случиться, обязательно случится, и у меня будут свои ученики, осознанные и благодарные. И те, кому это действительно нужно, обязательно придут в мою жизнь. И они уже начинают приходить и питать меня, в подтверждении правильности моего пути. Еще я поняла очень простую истину, что многие вещи на самом деле оказываются гораздо проще и легче, чем мы думаем. Порой мы придаем слишком большую важность вещам, которые на деле оказываются намного ближе и приятней. Жизнь гораздо проще, чем мы думаем и это мысль откликается теплом в моем сердце.

Теперь хочется оставить все свои страхи, обиды, ограничения позади и поделиться самыми приятными событиями, вещами, «плюсиками», которые дала мне нейрографика. Казалось бы, что ничего сверхъестественного не произошло, моя жизнь идет своим чередом, но как гармонично все складывается в моей жизни сейчас. Незаметно для себя я наладила свои отношения с родителями, которые совсем недавно были настолько напряженными, лишеными понимания и принятия, что я просто хотела сбежать от них в другой город.

Сейчас у нас теплые поддерживающие отношения, основанные на любви и принятии. Мои дети стали мне гораздо ближе и роднее, мы стали друзьями и теперь мой сын без всяких ограничений делится со мной всем,



что его волнует и беспокоит, считаю это наивысшей степенью доверия, что, несомненно, делает меня счастливой мамой. Также не могу не отметить еще одно удивительное событие в плане отношений – это возобновление общения с моим бывшим мужем, с которым мы не разговаривали несколько лет. Теперь он больше времени уделяет общению с детьми, налаживает с ними контакт и восстанавливает доверие. И я также заметила, что сняла свои внутренние ограничения, благодаря чему наши отношения начинают приобретать разумное взаимодействие. Это поистине удивительное явление.

Благодаря нейрографике мой доход повысился на 50% за год, считаю это очень хорошим показателем. При этом мне удалось сменить одних работодателей на других без потери в деньгах, но зато из моей жизни ушли все стрессы, напряженность и гиперответственность, связанные с прошлой работой, взамен я получила удовлетворение, осознание собственной значимости и компетентности и гораздо больше свободного времени! Пишу и сама удивляюсь, ведь совсем недавно это было моей нормой. Очень важно напоминать себе о тех приятных событиях, которые происходят с тобой и благодарить себя и мир вокруг, ведь Вселенная любит благодарных детей!

Этот год стал для меня невероятно насыщен поездками и путешествиями, которые опять же складывались самым благоприятным образом, несмотря на неблагоприятные события вокруг. И каждая поездка запечатлелась в своей памяти массой самых невероятных экскурсий, видов, пейзажей, людей, впечатлениями и теплыми воспоминаниями. Ведь каждая моя поездка была прорисована заранее и заряжена на позитивный настрой. Много желаний самым чудесным образом исполнилось и продолжает исполняться за последний год: полет на паралете, строительство беседки и летнего домика на даче, ремонт, крупные покупки, обучение, это то, что сейчас приходит на ум, но есть и множество других вещей и событий.

Но главное, что дала мне нейрографика – это новые знакомства, это люди, которые пришли и продолжают приходить в мою жизнь и освящать ее теплом и поддержкой. Каждый из этих людей дал мне необходимые знания, умения и уверенность в том, что все приходит в нашу жизнь в нужный день и в нужный час. Я ощущаю, что с каждым днем я становлюсь мудрее, осознаннее, что каждый мой новый день наполнен смыслом и новыми знаниями.

Невероятный толчок в моем развитии дала мне поездка на летний интенсив по нейрографике. На этом нужно остановиться поподробнее, потому что вклад этого события поистине уникален. Без ложной скромности могу сказать, что это главное событие уходящего года, а возможно, одно из



главных событий в моей жизни. Конечно, когда я ехала туда, меня все еще сдерживал страх неизвестности, но желание и интерес были гораздо сильнее. Уже тогда я научилась транслировать доверие к миру и ехала на интенсив в предвкушении новых знаний, знакомств, ощущений.

Одним из моих страстных желаний и намерений было знакомство с Павлом Михайловичем Пискаревым, легендарной личностью, титаном, гуру и также обязательные объятия, которые он неоднократно обещал во время вебинаров. Мое желание исполнилось в первый же день, я прикоснулась к этому великому человеку после занятия по нейропластике, меня переполняли эмоции, они просто зашкаливали.

Помню, как Павел Михайлович сам подошел ко мне, когда мы столкнулись на улице, с целью познакомиться. Я сейчас представляю, как глупо я тогда выглядела – рот до ушей, горящие глаза... Я призналась мастеру, что для меня это великая честь познакомиться с ним и что утром он осуществил мое желание – обняться. На что он ответил: «Что тебе мешает сделать это еще раз?» И мы обнялись еще раз. Вспоминаю и снова погружаюсь в эту атмосферу счастья и принятия.

С тех пор было еще множество объятий, это стало традицией, особенно после утренних занятий по нейропластике, которые с успехом давал еще один удивительный человек – Петр Барахтенко. За неделю интенсива у нас сложилось множество традиций, например, купания в озере после нейропластики, нейродэнс, вечерние прогулки. И, несмотря на насыщенность программы, энергоемкость, огромный поток знаний и знакомств, сил хватало на все, помню, как тяжело мне было засыпать по ночам, мой мозг продолжал переваривать информацию и события, которые произошли за день.

Летний интенсив длился всего одну неделю, но в моём сердце это событие занимает огромное место. Настолько насыщенно, но гармонично проходило наше время там, что я не заметила, как многие люди прочно вошли в мою жизнь, девочки, с которыми мы за эту неделю настолько сдружились, что продолжаем общаться по сей день несмотря на жизнь в разных городах.

Очень жаль, что мы не сможем встретиться вживую на выпускном вечере, на который все возлагали надежды, но от этого ценность летнего интенсива возрастает многократно, в том числе за знакомства с людьми вживую, которые произвели совершенно другое, более благоприятное впечатление, нежели с экрана монитора. Это магия живого общения! И это только малая часть того, что произошло на интенсиве.



Масса новых знаний и комментарии автора, множество совместных работ, когда ты несешь ответственность не только за себя, но и за свою команду, новые уникальные алгоритмы, ежевечерний нейродэнс и разнообразные мастер-классы, за которые хочется отдельно поблагодарить семью Жучковых – очень талантливые и трудолюбивые люди, мастера своего дела, обладающие огромным количеством знаний и умений. Каждый из их мастер-классов был по-своему изобретателен и самобытен. На интенсиве я впервые сыграла в трансформационную игру «Я – хозяин своей жизни», поучаствовала в расстановках, получила кучу полезной информации по организации своего рабочего места, познакомилась с учением Бацзы. Это такой невероятный багаж знаний, который в обычной жизни я бы, наверное, и за год не освоила. Отдельное спасибо хочется сказать Алевтине Левиной, которая специально прилетела из Канады, чтобы провести для нас глубокую медитацию с гонгами и чашами, Андрею Проворову за нейродэнс, еще раз Петру Барахтенко, который влюбил в утренние подъемы для занятий нейропластикой.

И, конечно, не устану благодарить Павла Михайловича за любовь к нейрографике, создание мощнейшего энергетического поля единомышленников и удержание фокуса внимания на своей персоне. Никогда не забуду нашу совместную медитацию на футбольном поле в расписанных футболках и впечатление, которое мы производили на непосвященных окружающих, явно принимающих нас за сектантов. Это было забавно, очень мощно и впечатляюще.

Пожалуй, самым запоминающимся событием интенсива стал для меня выпускной – много смеха, совместных фотографий, объятий, отдельные истории с автографом автора, принятия, когда наконец-то спала пелена недоверия и тревожности. И вот, на следующий день я уезжала домой в футболке, на которой оставили след ставшие мне уже друзьями люди, автор, другие удивительные люди, с сертификатом участника (который теперь украшает стену с семейными дипломами), двумя книгами с автографом автора, следами недавних объятий с близкими мне людьми, контрактами на коуч-сессии, массой новых знаний и знакомств и невероятным ощущением наполненности внутри, которое мне хотелось продлить как можно дольше. Вспоминая летний интенсив, я возвращаюсь к этим эмоциям и мне становится тепло и радостно.

Это поистине одно из главных событий моей жизни, которое я буду бережно хранить в своем сердце. Но главное, что я привезла с интенсива – это мой энергетический заряд, решительность и уверенность в своих силах.



Еще во время нахождения в Яхонтах, мне предложили провести мастер-класс в культурном пространстве нашего города, мой первый публичный мастер-класс, мой выход из зоны комфорта.

Конечно, я все еще испытывала страхи, но была полна решительности делиться нейрографикой с миром. Это были невероятные ощущения, я была очень горда собой и тем, что преодолевала свою тревожность шаг за шагом. Спасибо всем, кто меня поддерживал, у меня были действительно благодарные клиенты. С тех пор я провела ни один мастер-класс и с каждым разом мне становилось проще находить контакт с окружением и делиться знаниями.

Я провела множество коуч-сессий с разными людьми и с каждым из них у меня были положительные результаты в той или иной степени. Хотя по началу эстетический коучинг вызывал во мне кучу недоумения и сомнений в том, что мне удастся написать дипломную работу по этой части. Помню даже, что однажды по время проработки какого-то запроса через АСО, у меня «вылез» страх перед Ириной Рождествовой, этой милой и добродушной женщиной. Но как я уже много раз убеждалась, невозможно понять предмет, не попробовав.

Сейчас для меня коучинг представляется первостепенным направлением, я осознала всю прелесть работы с людьми и в роли коуча и в роли клиента, и на собственном опыте могу с уверенностью заявить, что работа с профессионалом многократно увеличивает твои шансы в решении той или иной задачи. Осознала важность проговаривать вслух свои мысли, ощущения и эмоции, делиться с другим человеком видением ситуации, принимать подсказки и мягко и гармонично идти вслед за коучем для решения своей задачи. Возможность помочь кому-то стала для меня первостепенной, наиважнейшей сферой моей жизни.

Нейрографика поистине творит чудеса. Я просто влюбилась в коучинг и непременно хочу продолжать работать в этой сфере, расширяя круг своих знаний, умений и возможностей. Вероятно, для кого-то это покажется ерундой, незначительными событиями, которые произошли благодаря нейрографике, но я осознала важную вещь – нельзя сравнивать себя ни с кем, только с собой в прошлом.



Большакова Марина. Мой путь в НейроГрафике.

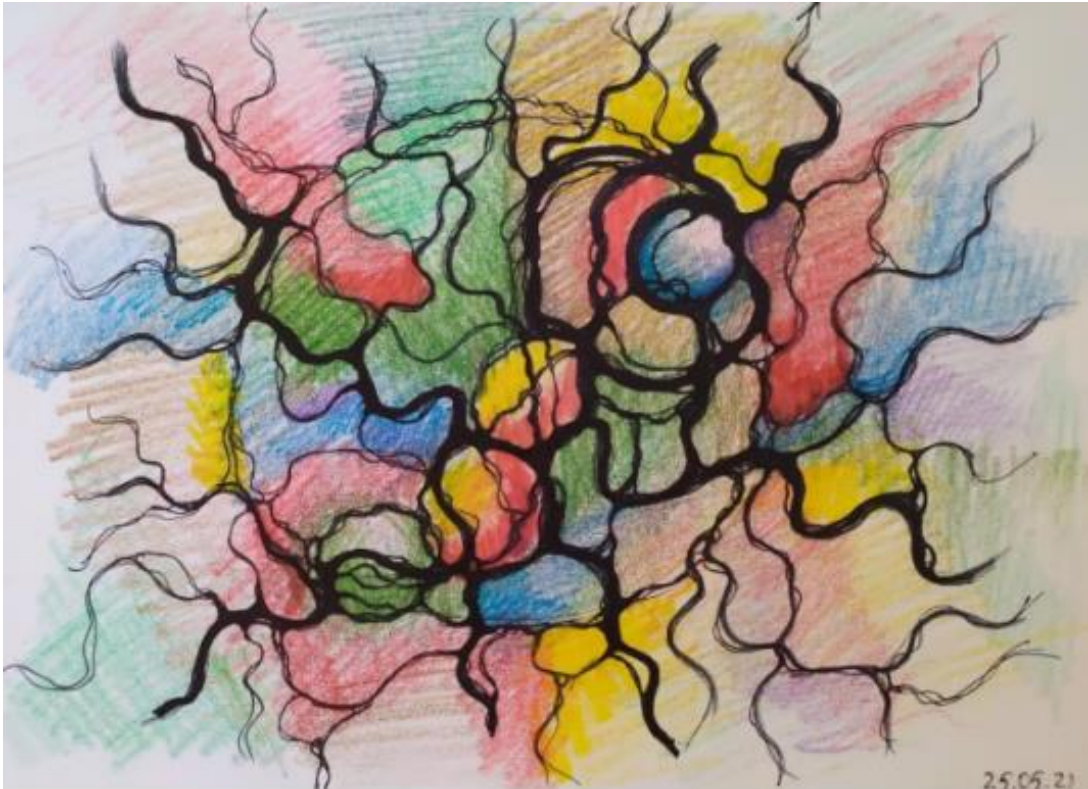
И оглядываясь назад, я могу с полной уверенностью сказать, что я совершила огромный рывок в свою новую счастливую жизнь! Я твердо верю в то, что нейрографика со мной навсегда, а, значит, прекрасные события будут приходить в мою жизнь самым наилучшим образом. Ведь со мной уникальный инструмент, который творит чудеса, под названием нейрографика!

[Ссылка на дипломную работу Большаковой Марины в авторском стиле](#)

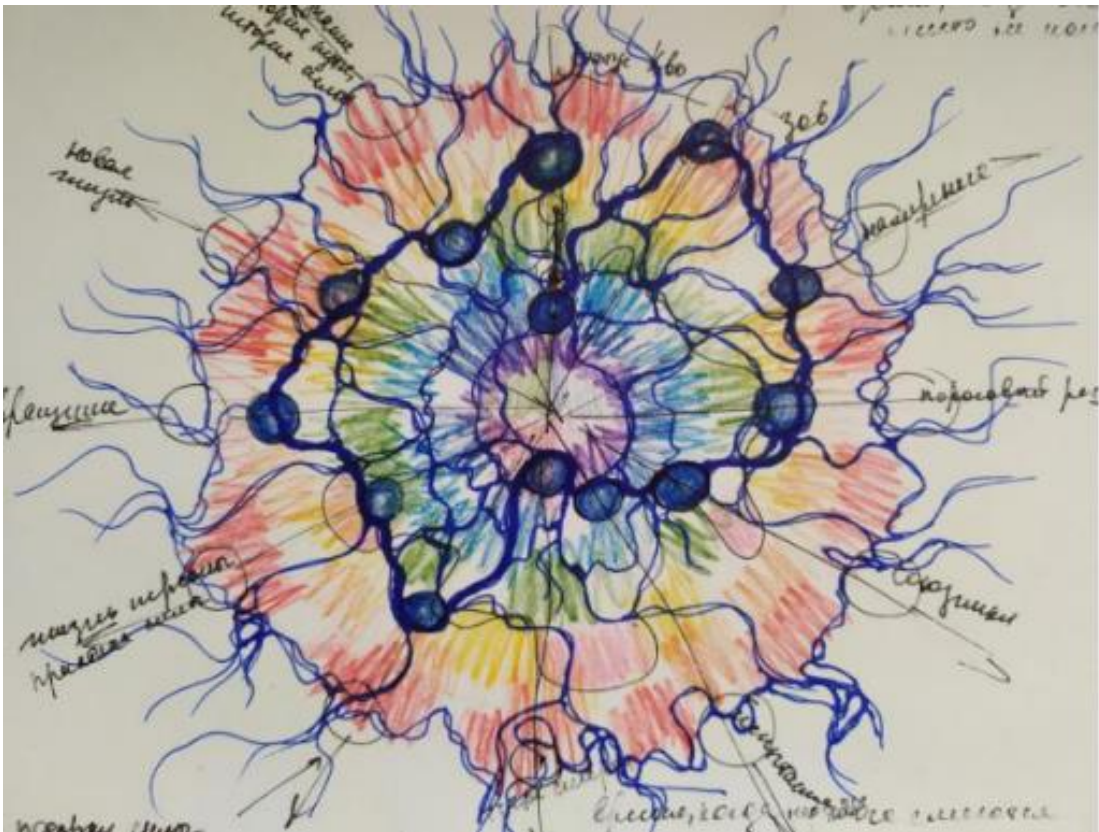


Работы

Тема: поездка в Крым.



Тема: рост доходов.





Автор:
Бровко Вероника
Супервизор:
Iveta Redliha

Тема:
Мой путь в НейроГрафике.

Я не верю в случайности, я частично верю в судьбу, а также верю в то, что мы создаем свою реальность. Судьба приготовила мне испытание–трагическую гибель мужа в дорожной аварии. Больно было всем. Конечно никто не мерил уровень горя, да и можно ли его измерить? Осознание приходило долго. Вначале были шок, неверие, непринятие, а многого я просто не помню. Помогали близкие, кто чем мог. Очень помогло видео, сброшенное знакомой – про контракты душ, про выбор души уйти в светлый мир. Это уберегло от обвинения себя в том, что не почувствовала, не удержала, не уберегла.

В этом видео упоминались регрессии. Потом я услышала о Валерии Ершовой, регрессологе. Было ли это случайно? Пройдя курс Валерии, я получила ответы на многие вопросы, узнала, что мы с мужем кармически вместе не одну жизнь, что его уход был предопределен. Что мы ещё встретимся в следующей жизни. Это стало первым шагом к принятию и проживанию горя, и возвращение к жизни, к жизни где нет его, и никогда уже не будет. В одну из регрессий Валерия использовала Нейрографику, и упомянула что училась этой удивительной технике у Павла Пискарева. И так как считает её очень эффективной, то интегрировала её в свой курс «Жизнь без Страхов». Так как я искатель и ученица по жизни, я начала интересоваться методом. Нашла видео в Ютубе бесплатном доступе от разных людей.

Но они давали ответы не все мои вопросы про технику. Я вспомнила, что Валерия упоминала о Пискареве, как основателя Нейрографики. Если уж учиться, то основателя, черпать знания в первоисточнике– это самый лучший вариант обучения для меня. Так я связалась с институтом, узнала про курсы, как раз накануне своего дня рождения. Решила сделать себе подарок. Но видимо в моей жизни продолжался период испытаний. Я думала такое бывает лишь в кино, и с удивлением убедилась, что сюжеты сценаристы берут из жизни.



Начало подводить здоровье после пережитого стресса, а партнёра мужа в разных бизнесах, осознав, что есть шанс – предложили мне выкупить долю мужа. И возможно я бы даже согласилась в том своем эмоциональном состоянии, если бы не два «Но». Они предложили цену меньше, чем вложил в бизнесы муж, но вместо денег предложили расписку. Это были даже не предложение, а ультиматумы. Или ты переписываешь – или мы расходимся. Все это было сделано момент болезни, и в один день сразу обоими – в обед и вечером. Если не выражаться матом, что можно сказать что я была поражена, шокирована, разочарована.

Муж создавал бизнесы с нуля, очень много работал, все что заработал вкладывал в расширение бизнесов. Его целью был пассивный доход – развить и наладить все так, чтобы доход обеспечивал финансовую свободу, чтобы управлять могли другие люди. Какой смысл продавать то, что приносит деньги? И продавать за обещание получить оплату когда-нибудь, гарантировав своим честным словом? Я взяла паузу – и уехала в Одессу с сестрой, к зимнему морю. Мы много гуляли по набережной, грелись в хамам, ели вкусную еду, разговаривали. В те дни был большой снегопад – мы оказались будто в сказке. И я поняла, что даже среди бед и горя есть место сказке, есть место чуду. Я очень благодарна своей сестре, благодаря её поддержке в те дни, я решила бороться, бороться за свою семью, за свое наследие, ради себя и детей.

Подшло время оплаты курса по Нейрографике, надо было решать покупаю ли я девятимесячный обучение, или достаточно купить несколько курсов – пользователя и специалиста. Мне очень хотелось разобраться в своих чувствах, прожить горе потери, найти силы для борьбы, быть опорой детям и родителям мужа. Идти к психологу я не хотела, не была готова. И взвесив все за и против – я купила курс. Решила – пусть это обучением будет еще одним чудом в моей жизни.

Последним решительным пинком был гороскоп на год, который мне сделала астролог. По её прогнозу, 2021 будет определяющим, знаковым годом для меня. Год трансформации, роста или падения. Год, который определит мою жизнь на 20 лет вперёд. Как я проведу этот год, так я буду жить следующие 20 лет. Буду ныть, жалеть себя, отдам всё молча партнёрам, отложу учебу или буду отстаивать свое, заботиться о семье, поверю в свои силы, освою новую профессию? Все зависит от меня, от моих выборов, от моего желания или нежелания. Было что осознавать.



Да я была жертвой тот момент времени, я считала партнёров гадами, предателями, ведь они были друзьями мужа с юности, мы дружили семьями, один из них младший брат мужа, которого он когда-то взял наш семейный бизнес партнёром, причём без стартового капитала. Я задавала себе вопрос – почему люди претендуют на чужое, почему нагло пытаются забрать не свое, обесценивая вклад мужа? Ведь есть честные методы, справедливые, порядочные. Но даже из позиции жертвы, я нашла в себе силы идти по пути развития и законного решения конфликта, а сдать и вывесить белый флаг я всегда успею. С тех пор я живу в бешеном ритме – работа, учёба, дети, дом и быт, родители мужа, и отдых – без него бы я не выжила.

Нейрографика стала моей отдушиной, точкой роста, интереса, развития. Я всегда любила рисовать, общаться, помогать и учить. Профессия инструктора идеально ложилась на то, что я очень люблю. Уже с первого учебного вебинара я убедилась и обрадовалась, что сделала именно такой выбор, выбрала курс инструктора. Алгоритм снятия ограничений с первого рисования стал почти ежедневным ритуалом- я снимала ним страх будущего и боль от потери. Вот пример апрельского АСО -сейчас они совсем другие.

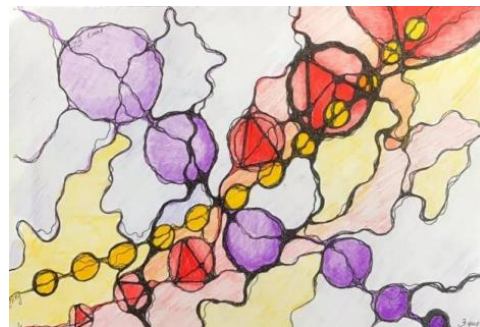


И хоть не все в манере преподавать у Павла Михайловича мне нравилось, учиться у основателя и гения, быть в шестом курсе, быть в первой тысяче инструкторов в мире очень почётно и ценно. Ещё я конечно же хотела разобраться со своими проблемами, затыками. Ведь в Нейрографике, осознанно рисуя, рефлексирюя, я уже смогла разрешить многие тревоги и страхи.

А удовольствие от рисования, процесса итоговой картинки – это отдельный вид радости. Возможно не будь у меня столько задач и планов ежедневно, я могла бы больше времени уделять теории и практике, но с другой стороны не возникни в моей жизни таких испытаний я бы не пришла к изучению этого удивительного метода, не увидела кто мой друг, а кому было просто выгодно находиться рядом. Эти знания со мной теперь навсегда. Я определила приоритетность целей для меня в те дни: разобраться с партнёрами, проходить обучение и вовремя сдавать работы, решить вопрос поступления сына в другой стране, и пройти все этапы горевания. Все эти темы, цели я рисовала на курсе. Очень полюбила Метрические и Динамические круги- эффект от них потрясающий. У меня работ 15 по ним.



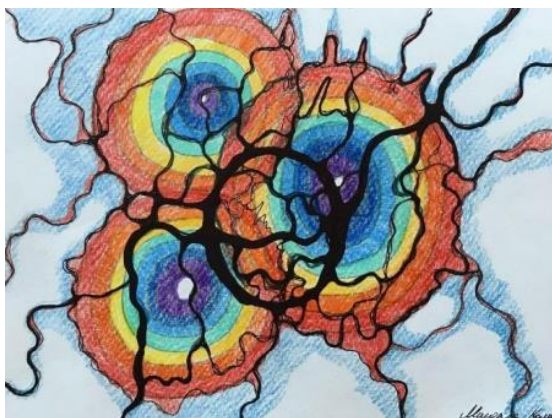
Параллельно я искала метод выхода из состояния жертвы, я решила научиться отслеживать, когда и как я вхожу в эту роль, задавала себе много вопросов – в ответах находила инсайды.



Иногда я останавливаюсь и думаю, как за эти полтора года моя жизнь изменилась режим, насыщенность, амплитуда эмоций, проживание потери любимого человека, неожиданное поведение его партнёров, новое долгосрочное обучения. Но постепенно, шаг за шагом Нейрографика и осознанность меняют моё мышление.

Так недавно мне сообщили, что партнёры распространяют обо мне грязные слухи за моей спиной среди друзей и знакомых, клиентов и партнёров. И удивительно – меня это не то разозлило, не вызвало ответной реакции. Я просто выслушала, и попросила больше не рассказывать мне о их жизни и поступках. Это их жизнь- их выбор, их ответственность. Мой выборжить мою жизнь, честно и сохранить то что имею. Я выстраиваю опору на себя, если принимаю решения, то готова нести ответственность и отвечать за последствия, не перекладывая на других.

Я приняла решение не отдавать бизнесы на их условиях – отсюда куча негатива и разрывы партнерства. Да, неприятно и обидно. Ну отдай я всё, оставшись без работы и денег, разве я чувствовала бы себя лучше? Точно нет. Жалеть о том, что не попробовала отстоять, я точно не хочу. А недавно я поняла, что начинаю кайфовать от такого ритма, и чем больше я делаю, тем больше успеваю. Это удивительно. При этом я себя не загоняю. Есть время на подруг, детей, творчество, улучшения развития одного из бизнесов, которые я смогла сохранить для семьи спустя три месяца переговоров. Мы расстались без скандала, думаю это благодаря и много раз прорисованному решению расхода с партнером в разных алгоритмах. Алгоритм Мандала Коммуникации одна из них.

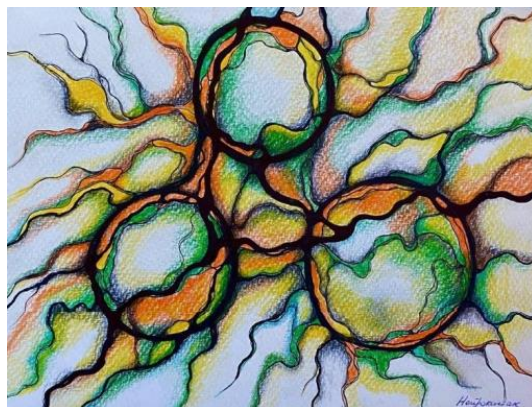


Я очень благодарна коллективу, сестре, дочке и сыну, маме мужа и подругам, которые меня поддержали в моем решении и борьбе. Да, нам не легко – но это было очень увлекательно, и очень радостно одержать победу. Я поверила в себя после этого. Учеба продолжалась.



Когда готовила рефераты, то увидела разницу между первыми работами и недавними. Как окрепла рука, какие красивые линии выходят, какие почти идеальные круги, как я научилась играть цветами. Я люблюсь-получаю удовольствие от процесса и картинки. А еще я всегда рассматриваю все работы в альбомах других участниц курса. Есть просто удивительные – делаю скрины, люблюсь, использую в своих работах. Вот этим сочетанием цветов я вдохновилась из альбома общих работ. В алгоритме НейроКонтакт рисовала отношение с детьми, которые после этого стали лучше и душевнее.

Единственное, о чем я жалею, что не сразу систематизировала работы. Всего лишь надо было дублировать фото, картинку и текст описания каждой работы с соответствующей нумерацией в папке по блокам. Это вы очень упростила работу над рефератами и дипломами. А так я потратила кучу времени на их поиск в альбомах групп и на редактирование текстов до нужного количества знаков.



Но что удивительно в одном из вебинаров Павел Михайлович сказал, что Нейрографика учит быть кратким, предметным, точным и не размазывать рефлексию на много букв. К седьмому блоку весь текст уже помещался в шаблон без редакции.

По сути благодаря всему что сейчас со мной происходит – я очень выросла, стала сильнее, увереннее, умнее и образованнее. А также терпимее, экологичнее и взрослее. Вот нахвалила саму себя. Ха-ха-ха! Да работы много ещё – но тем интереснее! Первыми клиентами стали сестра и подруги, причём с первой работы у них уже был интерес, результаты, и желание работать дальше. Я вижу где мои слабые места, где мне нужно переслушать вебинары, а возможно составить себе небольшие карточки шаблоны, подсказки к соответствующим алгоритмам. Также поняла, что для эффективной работы в таком режиме, мне нужно отдыхать, расслабляться, релаксировать, путешествовать. Сейчас я делаю это с подругами. Это дает мне энергию, силы и вдохновение.

Я стала больше слушать себя, свои желания, потребности. Жить осознанно, в моменте. Из-за ссоры с дочкой – решила на серьезный разговор с ней, который вскрыл многие болевые моменты у обеих, мы нашли компромисс и смогли договориться о проживании в осознанности, раньше сценарии наших ссор не менялись, и просто долго ходили обиженные. И хоть



я не веду дневник изменений, но вот спустя восемь месяцев, я с удивлением осознаю насколько я стала другая- терпеливее и лояльнее. То, что в начале курса я прописывала как желаемое, сейчас моя реальность. Я этому очень рада. А недавно я заболел Коронавирусом слегла, но лишь чуть окрепнув- попросила дочку принести бумагу и маркер-и начала рисовать. Алгоритм Мандала на выздоровление дал толчок к быстрому восстановлению.



Иногда мне очень хочется побыть одной, даже жить одной, даже без любимых детей, ведь они уже взрослые и должны жить отдельно. Часто я вижу картинку – это как мечта, я в красивом бунгало с белыми лёгкими шторами с видом на море. Я общаюсь с кем-то в онлайн- это коучинг по Нейрографике с клиентом.

Эта картинка приносит мне радость, улыбку, предвкушению, что это моё будущее. Там я в состоянии счастья, уверенная и спокойная. Не тревожусь, не переживаю, а знаю, что все будет хорошо и всё идёт как надо, как должно. Я осознаю, как много в жизни прекрасного, как хорошо получать результаты своих усилий, видеть достижения. Ну и путь к результату ведь тоже прекрасен, он запоминается событиями, моментами и эмоциями. Подчас предвкушению результата слаще, чем его достижение.

По факту я обучилась методу исполнения желаний, через изменение мышления, отношение к жизни, к людям. Я увидела свои слабые места, и начала их прорабатывать. Искать знания, учителей, которые помогут мне стать лучше во всех отношениях. Единственное место на которой пока и не обращаю внимания- это физическая нагрузка. Обхожусь малым- недолгими прогулками, утренней растяжкой, иногда плаванием. И понимаю, как много мне ещё нужно рисовать, осознанно прорабатывать и менять свое отношение к некоторым вещам.



Но ведь это так интересно, увлекательно-осознавать, что ты сама творец своей жизни, сама можешь менять свою жизнь, свои мысли, свои выводы. В алгоритме Нейроскетчинг, рисуя портрет Мэрил Стрип, я осознала какой я хочу быть- после его рисования почувствовала внутреннюю энергию к изменениям.



Более того, теперь я могу помогать это делать другим, тем, кто только в начале пути к осознанности и самопознанию. Я пока не уверена буду ли я этим заниматься профессионально, захочу ли зарабатывать в этом направлении, так как пока у меня есть более важные цели и приоритеты. Но для себя я решила немного систематизировать свои знания- составить карточки алгоритмов, составить свою систему хранения рисунков и описания к ним, начать вести дневник изменений.

Начала с того, что сейчас на обратной стороне рисунка пишу краткое описание и выводы и дату. Это дает возможность вспомнить, почему и как она рисовалась, сделать выводы, как спустя время изменилась ситуация. Сработал алгоритм или тема трансформировалась? Теперь я понимаю, что, когда жизнь что-то забирает, она что-то всегда дает. Просто не все и не всегда это могут заметить, упиваясь горем, жалостью к себе, люди не видят того прекрасного и хорошего, что по-прежнему осталось в жизни. Не бывает лишь потери, ведь теряешь ты что-то одно, а всё остальное по-прежнему рядом, с тобой.

Придавая важность лишь потере, и обесценивая то что имеешь, рискуешь потерять и то что осталось. Желательно сохранять вот эту способность видеть возможности, использовать шансы, не углубить в проблемы, отпускать обиды и людей, которые не твои. Эти навыки и это надо в себе прокачивать. Это то, что мне было сложно еще год назад, но практикуя, начинаешь делать с каждым разом легче и легче, почти автоматически.

Когда я узнала, что эссе нужно написать почти на 15 страниц, очень испугалась, о чем мне столько писать? Когда найти время на это, а вдруг у меня не выйдет? Решила начать маленькими шагами по три страницы в день, высчитав, что за неделю как раз справлюсь. Но в первый же день я написала 15 рукописных страниц, что было большей частью необходимого. Вот так мы недооцениваем себя, не верим в свои силы и возможности, в свои таланты. А может это только я такая? Вряди. Потому коучинг будет востребован. И мне очень нравится, как я изменилась, как я ещё изменяюсь, насколько стану лучшей версией себя.

Впереди у меня сдачи дипломов- это отдельный увлекательный процесс, в котором я научилась работать программе Микрософт офис, прошла тренинг на терпимость, редактируя и сохраняя шаблоны- теперь я умею и это. Впереди переговоры со вторым партнёром, братом мужа, непростым человеком, который меня давно недолюбливает, а теперь ненавидит, в чем самый признался в переписке.



Тем интереснее задача, она сложная, но не неразрешимая. Если в апреле я относилась к этому как к трагедии, развела драму, то теперь я отношусь к этому как к квесту, который нужно пройти, решить максимально выгодно и комфортно для меня и моей семьи. Теперь я не в драме, а в состоянии наблюдателя и игрока.

Мы начинаем переговоры, а я буду наблюдать за собой, за участниками процесса, изучать и делать выводы. Но честно признаюсь, я хочу справедливого решения, поэтому и рисую на эту тему один алгоритм за другим. Имея такой инструмент в руках, было бы глупо им не пользоваться, снимая важность, давая возможность пространству вселенной помочь мне всеми своими ресурсами. Нет я не желаю себе добра, а партнёру зла. Наоборот, я желаю ему счастья, новых проектов, таких, которые дадут ему возможность заниматься чем-то ещё кроме меня.

Каждый раз черпаю уверенность меня мышление относительно данной темы. И с каждым разом все легче и легче, все проще и проще. Рисование приносит спокойствие, мои табуны мыслей приостанавливают бег и останавливаются на водопой и выпас. И опять рисую это в новых алгоритмах.



А ещё я вынашиваю мысль о ремонте спальни и душевой, которые я хочу сделать в стиле Сканди, мне так хочется изменений, не только внутренних, но и внешних. Полностью поменять стиль и украсить своими руками интерьер- пошить подушки, покрывало, новые шторы. Самой подобрать светильники, мебель и декор.

Листая страницы каталога ремонта в стиле Сканди, я получаю море удовольствия. Я вспомнила как это- находить радость в малом, с интересом наблюдаю за тем, как отзывается или не отзывается на какие-то темы моя душа.

А ещё впереди поездка с давней подругой в горы, хороший медицинский центр, в котором можно пройти обследование, побаловать себя в спа, погулять в красивом зимнем лесу. И главное пообщаться с женщиной, очень успешной, близкой мне по духу, интересной собеседницей, и неисправимый оптимисткой. А в конце января опять поеду с сестрой в зимнюю Одессу. А ещё три новых обучения, который я жду с нетерпением, но так как выставила приоритетность, то отложила их. Предвкушаю их начало, так как знания в них мне очень нужны.



Это курсы про умение быть взрослым, осознавать в какой роли ты живёшь сейчас, умеет распознавать это в других людях. Быть свободным, жить в согласии со своими ценностями. А ещё бизнес курс- по управлению предприятием, я откладываю его уже полгода- никак не могу начать. Впереди освоение новой профессии коуча и инструктора. И хотя я не уверена, что буду этим заниматься постоянно и с полной занятостью, но однозначно я буду практиковать это со своими подругами и знакомыми, которые уже давно просят меня об этом, чему способствует демонстрация моих работ в соцсетях.

И это при том, что я просто показываю работы в инстаграме и фэйсбуке. Если я начну позиционировать это как услугу, уверена у меня все получится. А ещё я давно не шила- моё хобби пэчворк просто заброшен, и я хочу к нему вернуться, я очень люблю заниматься рукоделием, для меня это состояние дзен. У меня есть четыре заказа на стеганные покрывала стиле лоскутного шитья.



Возможно зимними вечерами я буду шить под какой-нибудь душевный сериал, как было раньше при жизни мужа. Главное найти время.

Алгоритм Многозадачность тоже любимый- думаю благодаря ему я все успеваю вовремя решать.

Алгоритм Нейроцель меня очень воодушевил- я вошла в совершенно иное состояние душевное. Просто чудо какое-то.

А ведь это счастье. То, что у меня столько планов, столько увлечений! Жизнь прекрасна! А я живу в предвкушении, того, что меня ожидает впереди. Благодарю бога и ангела хранителя за все что происходит, происходит нет случайно!



[Ссылка на дипломную работу Бровко Вероники в авторском стиле](#)



Работы

Тема: моя решительность.



Тема: отношения с бизнес-партнером.





Автор:
Броницкая Анастасия
Супервизор:
Семкина Елена

Тема:
Путь героя или рождение звезды.

Все началось в декабре 2020 года. На руках билет на самолет к моему учителю, а в телефоне приложение для отслеживания моего места нахождения. Я с короной на голове и не только. С головы она быстро слетела, как только увидела положительный анализ. Вот тогда пошли в ход все инструменты и именно тогда я узнала о нейрографики.

- «Когда ты в потоке, информация сама приходит к тебе, остальное дело интуиции.» Гуляя по инстаграму, мне стали показывать рекламу по нейрографики. На тот момент, у меня лежали краски и кисти, и в одном из марафонов я рисовала цветок жизни. Поэтому, когда увидела рекламу, меня заинтересовали подобные работы. Стала изучать этот метод и инструкторов. Благо информации с бесплатной информацией достаточно.

В общем рисовала я тогда по Ю-туб рисунок об успешной поездке, что бы она состоялась и на этом пока остановилась. Помимо этого делала практики и себе и на ситуацию. И как положено 12 декабря я лечу в Москве! Все прошло благополучно.

По возвращению домой, стала более подробно искать информацию о Нейрографике. Мне на глаза попались на тот момент три школы. У них достаточно было бесплатной информации, чтобы оценить кто больше резонирует.

И вот в конце декабря я приобретаю первый свой курс Пользователя и алгоритмы у Людмилы Коструб. Не сразу приступила к обучению, постепенно рисовала, прослушивала вновь и вновь. В какой –то момент я приступила к Авн и не дойдя до конца по алгоритму, понимаю, что мне нужно в сам Институт. Нет, не так. Я ХОЧУ! Что означало, не знаю, как, но я там буду.

На тот момент я уже училась в Новосибирском Институте Клинической Психологии. Мысли о том потяну ли я два института сначала как-то и не смущали. Это потом я поняла, что в НИКП просто слушаю лекции, не вникая



и приняла решение отложить его до окончания обучения на Инструкторском курсе.

Так я всецело отдалась Нейрографики.

Зов

И так, вот я студентка Института психологии и творчества Павла Пискарева. Что дальше, а дальше лекции раз в неделю и рисуй себе во благо. Первые недели, я до последнего сидела в онлайн. Для меня важно было быть здесь и сейчас, конечно приходилось пересматривать, так как мое сонное состояние не вникало во всю суть. А суть была и слегка глубже, чем мне представлялось. Это потом я поняла, что Павел Михайлович от года в год ведет лекции по-разному, как бы дополняя их новыми смыслами.

Постепенно пришлось окончательно перейти на запись, все же недосып и разница в 4 часа сказывались. Иногда посещали мысли о том, как важно живое общение, а не смотреть в экран телефона. Но отгоняя мысли я продолжила с вой путь. Несколько десятков АСО и АВН во время работы, каждый день. Рисовать на стикерах стала привычкой.

Пороги

«Ты опять где-то учишься?!» - Первые реакции пришли от близких.

Кто-то скромно сказал – «молодец». Кто-то, а что это, за чем это, и что кем ты будешь?

А было и такое, что напрямую говорили о секте. «Со зависимость от мнения других.» Наверное, по этой причине я мало распространялась о том, что такое Нейрографика и где я учусь. Рисовала себе потихоньку в свободное от работы время. Что-то выкладывала в социальных сетях. Постепенно моя реакция на людей стала меняться. Приходила внутренняя уверенность на сколько это крутой и рабочий метод. -«Когда ты начинаешь излучать уверенность, сомнений у других не остается»

Интенсив

Когда объявили об интенсиве, я не побежала оплачивать и покупать билеты на самолет. Спокойно делала свои дела и уже в мае приняла окончательное решение, что да надо лететь. Уже тогда мы начали общаться более тесно с коллегами из группы. Вот она поддержка. И ты понимаешь – Ты в правильном месте.



Билет на самолёт, встреча в Аэропорту и Яхонты. Вот это дааа! Несмотря на усталость внутри чувство восторга и предвкушения, чего-то незабываемого. Получила ключи от номера. Хм, не тот, что я хотела, да и пусть. А потом оказалось, что и девочки с разных групп. Удивительно, как все не случайно.

Каждый день заряд энергии, каждый день улыбки, рисунки, разговоры. Ты не одна!!! Ты просто попал в другой мир. Где окружающие думают, что ты с другой планеты. И мы не просто из разных городов, мы из разных стран. Из разных социальных обществ. Психологи, регрессологи, астрологи и еще много кого. Помню Рисование на майках, очень хотелось тогда, что бы Ирина Рождественна оставила свой рисунок. И в процессе рисования, когда я сказала, что я мастер (точнее проводник, не люблю слово МАСТЕР) Рэйки, она говорит, - «да здесь все такие. Каждый со своими способностями». И ты расправляешь плечи, и думаешь, о том, как же круто принадлежать такому сообществу.



Достаточно много пришло в тот момент осознаний. И еще пришли нужные, даже судьбоносные люди. Я порой думаю, свела бы нас вселенная, если бы я не поехала на интенсив. И я благодарна этому времени.

Но с другой стороны, уже тогда стали закрадываться мыслишки, ого сколько нас. И почти все инструктора и коучи. А многие еще и с опытом! А как мне выделиться и занять свой шезлонг под солнцем? Да так, чтобы на моем островке было достаточно людей, клиентов. Нужно ли объединиться с кем-нибудь или продвигать себя самой?

И почему я раньше не знала о Нейрографики? Первые звоночки.....



Обнаружение противника

«Когда герой переходит порог, он сталкивается с первыми испытаниями. Ему не хватает прежнего опыта, чтобы справляться с новыми задачами, и, естественно, он допускает ошибки. Здесь его ждут «драконы», которые пытаются его остановить: сомнения, страхи, недостаток знаний и так далее.»

Вот она, середина пути, после интенсива пришли каникулы. Я думала, сейчас как начну рисовать, повышать свои навыки. Реферат сдан, можно и пользователя запустить. Но какой-то внутренний стержень превращался в жижу и говорил, остынь. Навыка нет, опыта нет – ну куда ты... Давай еще чуть подучимся и потом пойдем в мир. И я сдалась. Мои страхи и сомнения ликовали. Я продолжала рисовать все работы на тему – «Я эстетический коуч» и мой онлайн проект отложился. Почему-то в коуч сессиях я не видела столько сопротивления. Наоборот я ликовала от первых изменений у клиентов, от их горящих глаз, да и своих тоже.

А вот в самой нейрографики наступило затишье. В этот же момент происходила подготовку к поездке на Алтай. Конечно же я взяла с собой маркеры и карандаши, но все было настолько по отклику, по желанию. Хотя и там навыки алгоритмов помогали в некоторых случаях. Первый случился сразу же по приезду. Пойди туда, не знамо куда и найди то, не знамо, что. В общем ушла я тогда искать свое намерение вдоль Катунь с блокнотом и маркером.



Формулирую свое намерение на это путешествия. Следующий случай найди, то что где-то потеряла. Мы забралась на гору Актру и это были заключительные сутки здесь. И вот моя соседка по комнате говорит, что потеряла очки. Перерыли все карманы, рюкзаки и чемоданы. Очков нет. Я предлагаю рисовать.

Рисуем нейроконтакт, говорю рисуй третью фигуру, а вдруг кто-нибудь найдет. Заставляю все скруглить. Рисует быстро, так как нас уже ждут. Обошли всех местных сторожил, никто ничего не видел. И в общем-то моя соседка мысленно попрощалась с очками, как на утро, за два часа до отъезда, к нам в комнату врывается Наш провожатый и говорит: - «Люба, твои очки?», и улыбается.



Все хорошо, что хорошо заканчивается. Очки нашлись не далеко от того места, где моя соседка делала утреннюю йогу. Все были счастливы.

А третий случай, это перед самым окончанием нашего интересного путешествия, ко мне подходит одна из наших девочек и просит помощи. Можно ли разрешить ситуацию с одной из ее знакомых. Ей было очень нелегко в ее присутствие. Вижу, что моя, условно говоря спутница почти в слезах. Говорю, делай выброс. Там и слезы, и рассказ о том, кто это. Весь накал страстей нам удалось снять с помощью АСО. Я видела, как в дальнейшем разыгралась ситуация. И чем все это закончилось. А все закончилось очень даже хорошо. Главное, моя спутница обрела душевное равновесие.

Но был и момент, когда мы с девушкой, решили организовать творческий вечер. Сделали объявление, и даже забронировали студию. Отклика было на два человека и те потом не ответили. Никакого вечера не состоялось. В какой-то момент моя точка смерти прошла на духовном уровне и обнулившись толи в холодной Катуня, то ли надышавшись наичистейшего горного воздуха, я с новыми силами вернулась в свой город.

Подарок силы

По возвращению в город, к работе у меня уже тысячи идей как все организовать. Где найти студию, как записать видео. Но основная идея была и есть это курсы оффлайн. Слишком много сейчас в онлайн. Слишком много ограничений для людей. Лично мне не хватает живого общения. В какой-то момент у меня пришел отклик по работе с родом. Мне написали, а могу ли я сделать такой мастер класс?

И я решилась. Создала отдельную группу и в определенный день мы рисовали мандалу роду. Было интересно и сложно одновременно. Держать поле на несколько человек, и не видя, что они рисуют (может в носу ковыряются) та еще задачка. Но первый мой опыт прошел на ура. Получила очень много отклика от девочек. Конечно все было с обратной связью. Я удивлялась, насколько им удалось погрузиться в практику и насколько их реалии совпадают с их работами.



Рисунок клиента. Мандала Рода

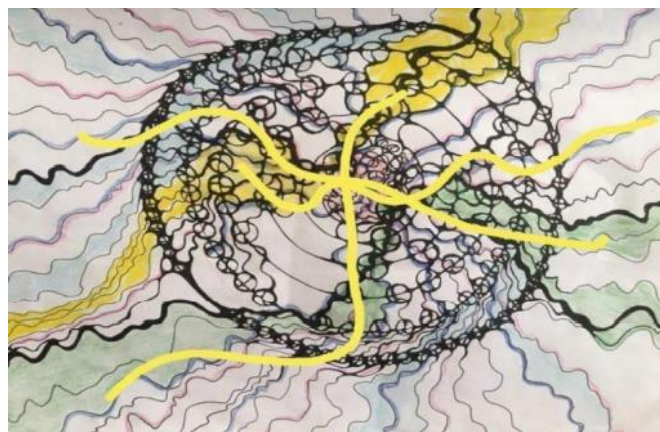


Рисунок клиента. Показываю, что необходимо доработать.

Были и те, которые не успели пройти и следующий раз мы рисовали Древо рода. И те же удивления, и те же доработки. И благодарность за поле и за практику. Мое ликование от такого результата.

Когда ты до кончиков волос рад за своих клиентов, за то насколько глубоко они пошли и благодарность за их доверие. И тут я понимаю, что все эти алгоритмы есть в открытом доступе, но они пришли ко мне... Доверились мне! Человек приходит на человека! После поездки и практик я стала делать первые шаги в коучинг с холодными клиентами. Первые робкие шаги – а ты хочешь? А мы можем... и так далее

Испытания

Проводя коуч-сессии после основной своей работы, я было преисполнена решимостью создать свою студию и поскорее уйти из найма. Отклик у моих клиентов есть и результаты тоже.

И вот я уже создала свой toplink. Расписала в нем, как мне кажется все логично и понятно. Честно не знаю, смотрят ли его вообще. А возможно моя аудитория просто не заинтересованы в моих услугах.

Но постепенно я стала замечать, что спокойно отношусь к этому. Я просто продолжаю свой путь. Рассказала в Инстаграме, про дневник Благодарности, да не простой, а в потоке Рэйки. Думала, как сейчас все придут, хотя бы те, кто до этого со мной рисовал. Откликов не было, а я и не огорчилась. Приступила к дневнику в одиночку с мыслями, видно этот отрезок необходимо пройти самой.

Недавно я услышала от своего Коучи, о том, что просто я прокаченная и давно рисую. Это я рассказала ей как работает поле после коуч-сессий у меня. Какие возможности оно тебе дает, и видишь ты их и будешь ли



применять, это уже твоя ответственность. Возможно оно так и есть и от срока рисования зависит быстрая реализация твоего намерения.

Был у меня случай на работе, очень интересный. Необходимо было отправить груз в другой город. Честно, когда мне надо, я быстро нахожу машину, но здесь мне не к спеху. И директор подает объявление сам и тишина. Неделю нет звонков. И поднимали ставки выше, чем когда-либо и звонили, тем, кто уже работал с нами. Машина не находилась. Он мне, - «Настя, в чем дело, то нужно найти машину. Сроки поджимают». Думаю, ладно, порисую нейроконтракт.

Так уж вышло, что помимо нашей фирмы, машины, посредника у меня нарисовались еще два круга. Думаю, ну ладно, пусть будут варианты. Все сложилось немного трудозатратнее. После обеда этого же дня директор сообщает, что машину он нашел, готовь документы. Я думаю – «о круто, быстро сработало». А на утро сообщает, что машины не будет, но Он нашел другую и грузится она через три дня. Я не стала торопиться в этот раз с документами помню о своем рисунке. Собственно, когда директор сказал, что нашел наилучший вариант и от этого он отказался, я только ухмыльнулась.

Рисунок я поскорее выкинула, дабы не назвали ведьмой и что это я виновата в таком развитии всего сюжета. Любят некоторые люди списать все на кого-нибудь. Улыбаюсь, про ведьму шутка, но в каждой шутке...

Еще стала задавать себе вопрос, можно ли рисовать Нейрографику за кого-нибудь? Вот как в случае с машиной. Я нарисовала не себя, а нашу компанию. К слову сказать, все так и получилось, у меня не было ни одного звонка. НО вопрос все же пока для меня открыт. Надо бы поэкспериментировать.

Дорога домой

Я нашла, то что искала. Место, где можно развиваться, где есть тысячи таких же как ты нейрографов и которые готовы тебя поддержать. Я нашла способ экологично помогать людям. Радоваться от результата нашей совместной работы. От своих результатов.

Я тогда, в декабре 2020 года и я сегодня это два разных человека. Сюда меня привела энергия Рэйки. Ведь именно тогда я рисовала, что бы моя третья инициация прошла успешно.



И после этого я приняла решения присоединиться к сообществу нейрографов. Красиво звучит – «СООБЩЕСТВО НЕЙРОГРАФОВ»

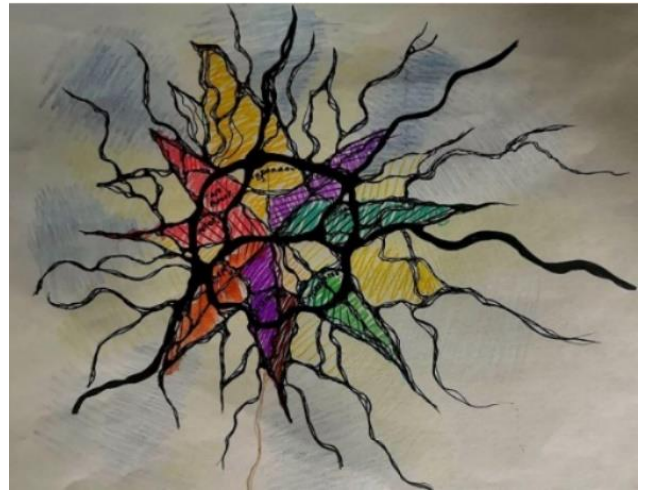
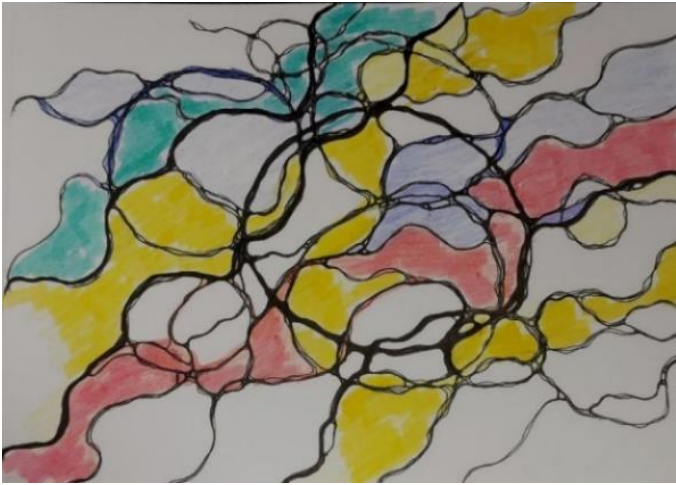
Мой путь только начинается. Еще столько всего интересного впереди. Столько знаний и открытий. Манго, Лабиринты открытия, Богобан. А в одном из коллаидеров самым невероятным стала докторская диссертация! Как раньше я без этого жила... Когда коллега (с основной работы) обняла меня со словами благодарности после коучсессии, я поняла, что мое становление как коуча началось! И хорошо, что не все признают, просто это не мои клиенты и я не смогу им помочь. И не стоит терять с ними время.

Родилась ли звезда. Не думаю... Но точно знаю, что зародилась маленькая звездочка, которая начинает светить. И в скором времени она займет свое почетное место на небосклоне нейрографов.

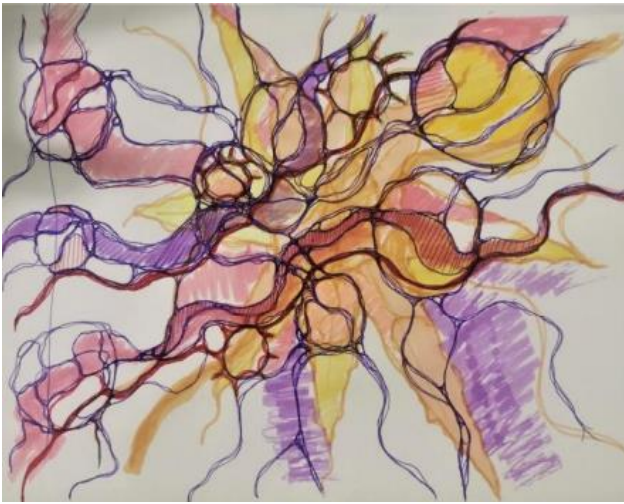
Выражаю искреннюю благодарность создателю, прародителю метода Нейрографики Павлу Михайловичу Пискареву. У меня нет опыта, что то создавать и я не могу представить и ощутить гордость Павла Михайловича за свое детище. Но испытывать радость и восхищение от результата, достигнутого с помощью Нейрографики и сопричастности к этому, позволяет приблизиться состоянию эйфории и некоего Дзен.

Так же благодарю всю команду учителей и супервизоров. По прошествии девяти месяцев, ты понимаешь какой это нелегкий труд. Благодарю ВАС.

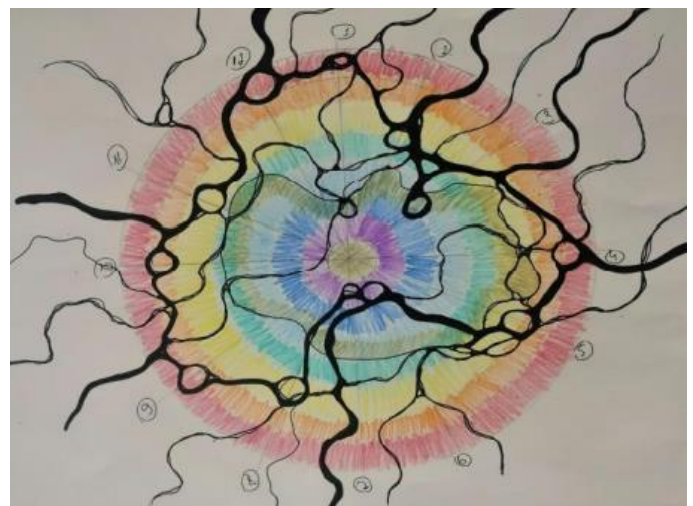
В ДОБРЫЙ ПУТЬ!!!



Мой рисунок: Звезда целей



Мой рисунок: Нейроцель



Мой рисунок: ПУТЬ Героя.

[Ссылка на дипломную работу Броницкой Анастасии в авторском стиле](#)

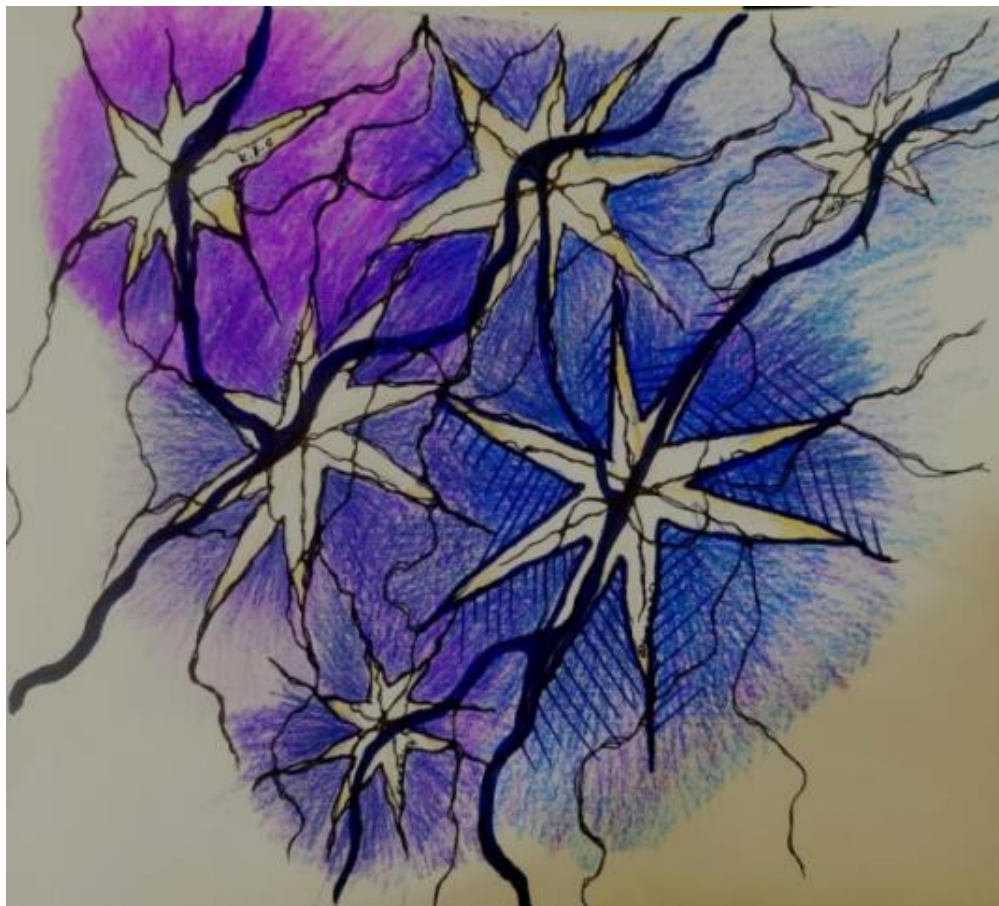


Работы

Тема: я – дипломированный инструктор НейроГрафики.



Тема: приобретение дома.





Автор:
Буслова Светлана
Супервизор:
Аверина Светлана

Тема:
Я и НейроГрафика

Моя первая Нейрографика 31.01.2018, и одна из последних работ, Мандала Рода 1.11.2021, где я разошлась в своем творческом порыве не на шутку. Отгадайте, где какая? =)



1. Период до обучения: 31.01.2018 – 14.03.2018 г.

С первых же линий и округлений в 2018 году я поняла, что это мой метод. Это именно то, что я искала. А дело было так. После благополучных раскладов на психологическом Таро, моя клиентка-подруга спросила, рисую ли я Нейрографику. И быстренько научила, как рисовать.

(Она сама это слышала на одном тренинге с разными методиками. В том числе и это 1 раз использовалось.)

Сейчас я знаю, что это был очень древний вариант, без нейролиний. Просто с обычными. Сегменты раскрашивались в отдельные цвета. А линии поля там назывались Линии Творца. Они не сопрягались с остальным рисунком и рисовались золотым маркером. Ну или толстым. (Подруга сказала, что пересекаться они не должны, но, видимо, мне не хватило линий, и я надобавляла много.)

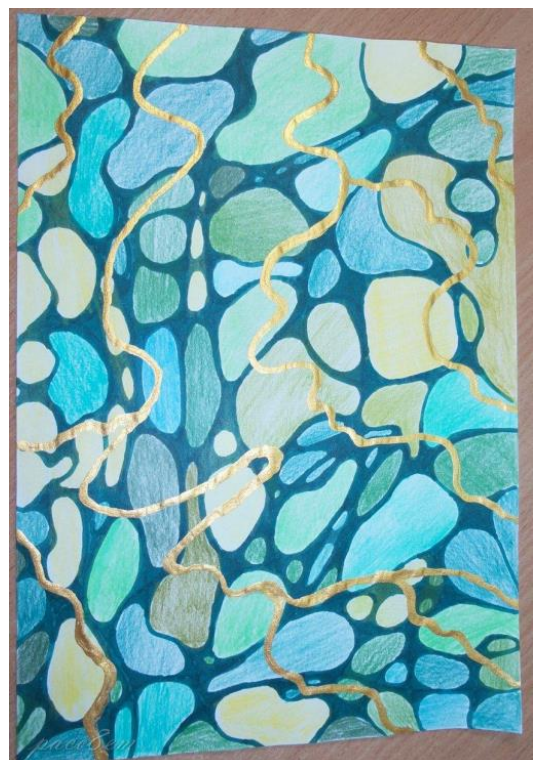
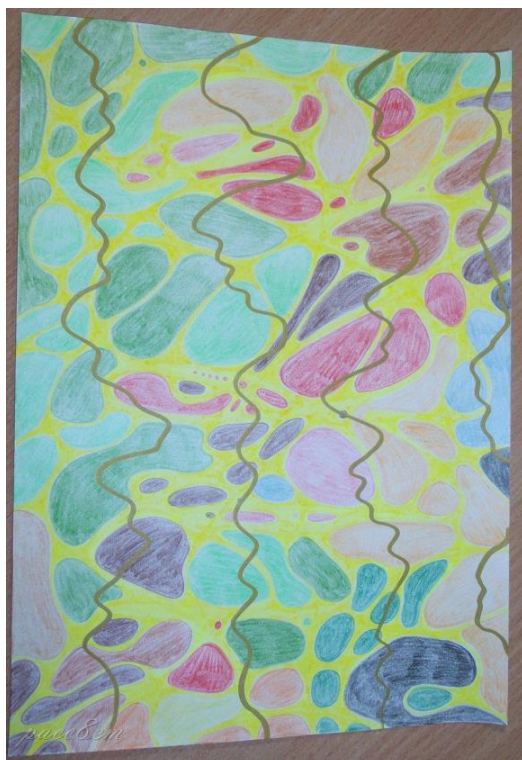


Надо сказать, я была заморожена процессом, я была в восторге! Придя домой, сразу же прошерстила весь инет, и ютуб на тему Нейрографики, и тут же стала применять то, что удалось найти. И записалась на Пользователя к Павлу. Как раз близилось начало инструкторского курса 2018. Моя вторая работа на следующий день, тут уже и краски в ход пошли. =) И декоративные приемчики, куда же без них? =)

Я рисовала и рисовала, в ожидании обучения. Ячейки могли раскрашиваться отдельно, линии поля гордо парили над работой. Павел сказал, «добавляйте круги, много кругов» – хорошо, добавляю. Что-то где-то отрыла про спирали. Интересненько! Третья работа (старое фото, так что стол в комплекте :)

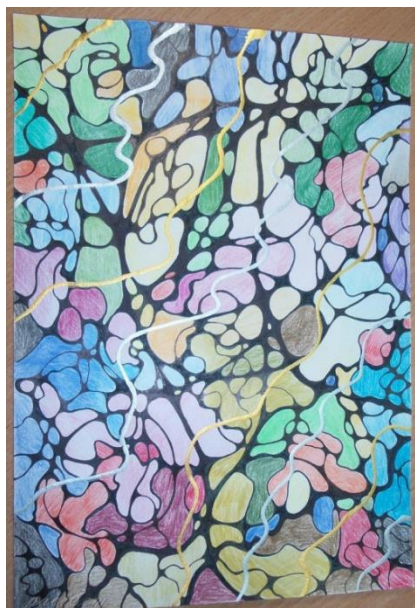


Вот так я представляла себе Нейрографику:





Кстати, рисунок выше сработал тут-же и кардинально! Перфекционизм как рукой сняло. Наконец-то начала жить спокойно и наслаждаться! =) Для меня прорывом было, когда я сама для себя открыла метод прохода через границы цветом, ощутила такие эмоции при этом! И также мне очень не хватало в конце фиксации. Я чувствовала, что порой меня растаскивает на части. И начала сама утолщать некоторые линии и делать длинные толстые фрагменты. Вообще, здорово, что через личные переживания можно ощутить истинность созданного Павлом алгоритма, т.к. интуитивно я двигалась в ту же сторону.



Я, конечно же, не буду добавлять сюда все свои 100-500 рисунков за эти годы. Но самой было интересно ознакомиться с начальным этапом. Это взгляд на то, как обычный человек знакомится с Нейрографикой. Какие могут быть ошибки и недопонимания. На что обратить внимание нам, как преподавателям. Какие материалы имеет смысл добавить в общий доступ в Интернете. Возможно, с тех пор уже многое изменилось. Но не каждый пойдет обучаться, и не каждый докопается до всех материалов. Поэтому может быть как-то так. =)

Так что имело бы смысл на главной странице официального сайта повесить основные правила и технику безопасности, чтобы новичок сразу наткнулся на них и хотя бы не вредил сам себе. Также заодно можно было и повесить объявление, что обучать имеют право только те, кто отучился 9 (девять!) месяцев и имеют диплом.

Т.к. очень распространено сейчас явление, что попробовав любую методику, пылкие умы тут же передают ее другим. И это отлично! Я сама такая! Как еще человек узнает о чем-то, как не от человека? Но в случае с Нейрографикой, это более серьезная история, и просто ознакомиться недостаточно. Но на роликах в ютубе или на куче статей этого не написано. Или в бесплатных марафонах.

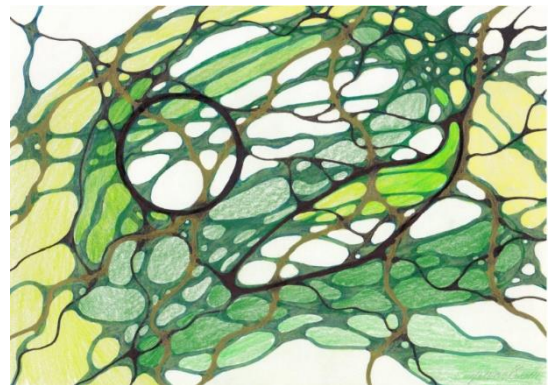
Увидел, понял суть – и вперед! И некоторые даже и не знают, что не так что-то. Я читала в чате после интенсива, что на базе «Яхонты Ногинск» аниматоры после нашего отъезда уже проводят Нейрографику. Им просто понравилось, и они просто делятся. Откуда ж они знают, что нельзя? Отсюда может быть очень много ошибочно обученных, которые искренне думают, что умеют рисовать Нейрографику. (Дай Бог, чтобы не нарисовали что-то во вред). И передают по цепочке дальше.



2. Период от начала обучения на Пользователе до Инструкторского курса. Март 2018 – февраль 2021 г.

Но мне повезло, через полтора месяца и 22 рисунка я сразу же попала в заботливые (строгие) руки Павла, и он лично, через экран компьютера, научил меня всем этапам и правильному проведению Нейролинии. Я была счастлива!

Уже тогда я поняла, что когда-нибудь обязательно пойду на Инструктора! Вот, эту работу с курса Пользователь в марте 2018 я до сих пор считаю своим шедевром. Сейчас у меня так не получается... Как-то я почувствовала тогда, как Павел ведет линию и управляет пространством.



В начале обучения у меня были большие проблемы с фиксацией. Я вообще не видела никаких фигур или кругов. И еще не хотела портить такие красивые работы. Павел сказал: «Выделяйте любые замкнутые фигуры». Например, вот в этой работе (№ 2 на Пользователе 2018) получились такие фигурки:



На тот момент выделялось много фигур фиксации, и контур их не надо было нейрографировать. По словам Павла, фигура должна быть «как можно более идеальной». Также, не было подробной информации о том, как сопрягать линии разных цветов.

Мне чисто случайно удалось от какого-то инструктора узнать (в комментарии где-то к чужой работе) что надо светлые в темные округлять. И был приложен фотопример. Это мне здорово потом помогло, т.к. я очень люблю цветные линии. А вот многочисленные фигуры фиксации (много-много кругов) без нейрографирования я рисовала потом несколько лет, пока в этом году не узнала, что фигура фиксации теперь одна, и должна быть бионичной, пронеурографированной. Кстати, это, видимо, прозвучало недостаточно громко, т.к. в супервизиях я вижу много линейных фигур фиксации без нейрографирования, и не каждый супервизор на это обращает внимание. Работа промежуточного периода, до курса «Инструктор»



Также у меня была некоторая проблемка с линиями поля, потому что я восприняла слова о том, что они большие, как реки, с высоты облаков, буквально, и представляла себе прямые реки. Поэтому привыкла рисовать довольно прямые малоизгибистые линии поля. (Видимо, так поняла не только я, т.к. на Интенсиве Татьяна Лобанова тоже учила нас рисовать достаточно прямые линии поля, и говорила, что они не должны суетиться и извиваться.

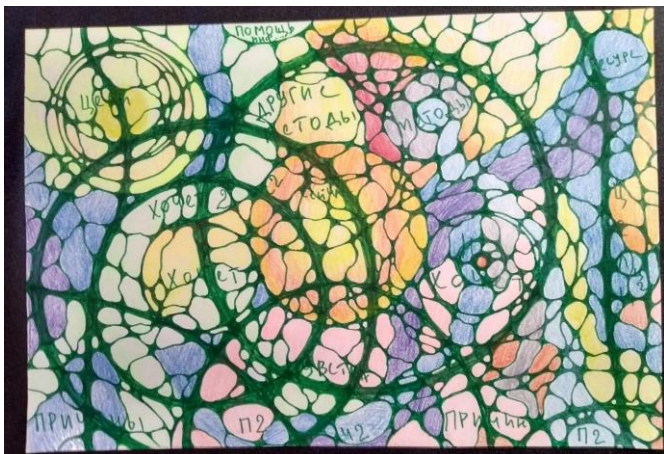
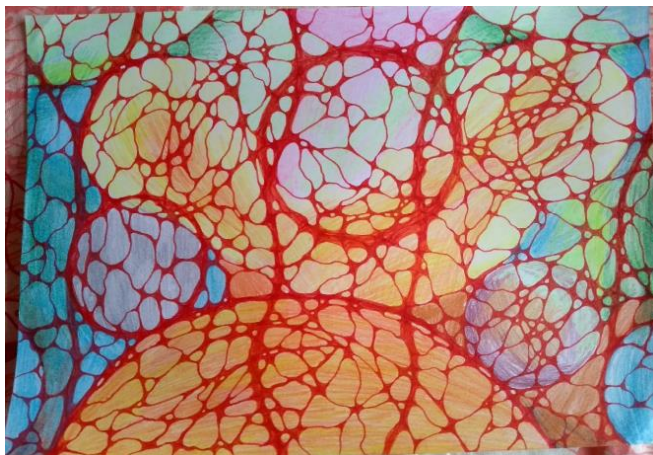
Думаю, Татьяна проходила обучение давно, и попала тоже в тот этап, когда про них так рассказывали.) Все бы ничего, но на инструкторском пришлось переучиваться, что сначала вызывало дискомфорт. Т.к. я уже за 3 года придала такой смысл толстым и малоизгибистым линиям, а изгибистые не воспринимала как что-то значимое. И мое упущение, что я не посмотрела новых курсов Пользователь за 2018-2020 год, все никак не могла найти время...

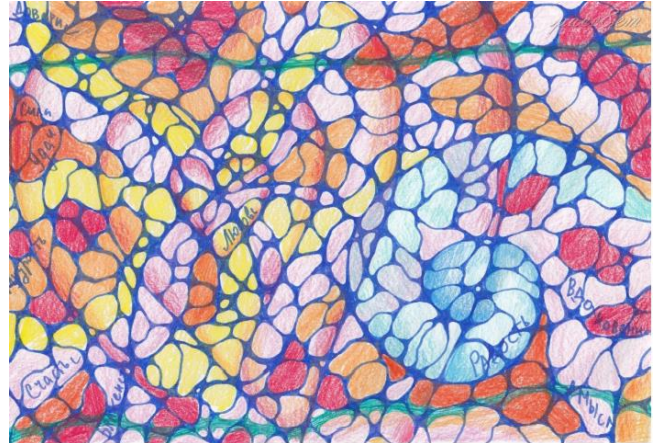
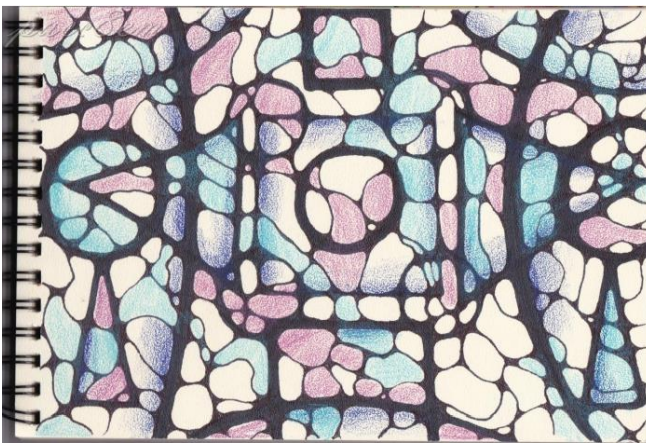
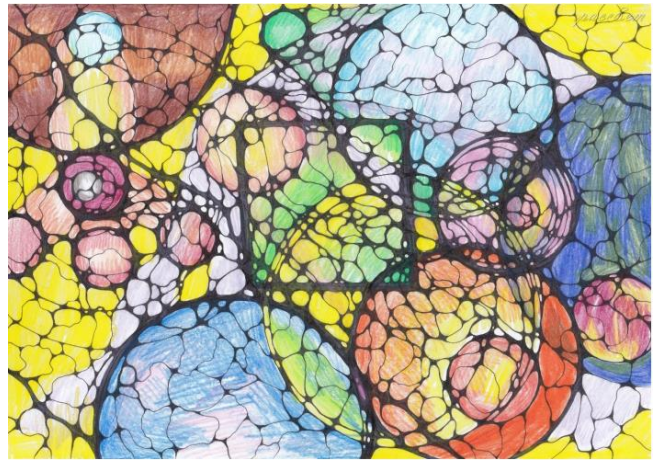
Наверное, узнала бы, что нужно теперь выделять только 1 главную фигуру фиксации, и что ее нужно нейрографировать. Зато сразу после Пользователя я прошла также курс Моделирование и курс Специалист! Работа апреля 2018 года на курсе «Моделирование», которая мне очень нравится! Было очень приятно, когда Павел поставил на нее «лайк»! (что больше никогда пока что не случилось) =)



От моделирования я была просто в восторге! Собственно, его мне как раз и хватило на следующие 3 года. Я рисовала много АСО и придумывала свои модели под текущие потребности. Когда похожие на расстановочные практики, когда с привлечением ресурсов, когда на структуру чего-то, личности, к примеру.

Очень любила рисовать энергетические потоки. Ну и, конечно, на психологические проработки, поиск причин, целей и т.п. Неограниченный набор возможностей, ведь можно нарисовать ВСЁ ! Мало того, можно нарисовать даже то, чего не существует! (работы с 2018 по 2020 г.)





Нейрографика давала мне невероятно много! Куча инсайтов, проработка состояний, понимание истинных мотивов, трансформация мировоззрения... Ведь, к примеру, почему у меня расстановки не котируются как метод трансформации (только для диагностики считаю подходящими)?

А потому, что просто постоять в каком-то месте и сказать пару фраз – мне ничего не дает. Я как думала, так и продолжаю думать. Как реагировала, так и реагирую. Чтобы что-то поменять, мне нужно самой глубоко понять и прочувствовать это, и принять добровольное решение это изменить. Иначе я буду твердо держаться своего мнения. Или своей позиции.

Да, в последние годы расстановки улучшились значительно, превратились уже в целые мистерии, где проживаются глубокие процессы. Где фигуры двигаются сами и есть возможность трансформации.

Но все-таки ясно понять самой – для меня значительно эффективнее. В ситуациях, я же буду отслеживать свои реакции и свое поведение. И как-то оценивать и пытаться либо закрепить правильную (с моей точки зрения) модель, либо сознательно пробовать по-новому. А для этого как раз и нужно видеть – как по старому, как по-новому, как лучше, и почему именно. Вот именно это мне и дает Нейрографика.



Да еще и в сочетании с моим любимым рисованием, яркими или нежными цветами – и моим самым обожаемым видом деятельности – думать! Новые смыслы – что может быть лучше? Конечно же, в основном я рисовала АСО. Куча АСО, километры линий, футбольные поля архетипирования... У



меня был список тем на проработку, также работала «по остряку» с выходящими эмоциями.

Случилось очень много выбросов, на которые не хватило времени прорисовать. Хотя иногда я выходила из положения и так:

3. Период до Нейрографики.

Надо сказать, что Потребность в таком методе возникла давно. До этого много работала над собой, в том числе и с чувствами. И порой возникала необходимость поработать с острым чувством. Для этого я придумала делать выбросы и трансформировать их во что-то красивое. Ну, либо просто трансформировать картинки, как это делают в арт-терапии. Работа с выбросом по чувству, 22.05.2013 г.



Поэтому для меня Нейрографика стала новым шагом и новым вариантом работы с выбросами. Также до этого я делала серии картинок, чаще всего это были 4, 3 или 2 картинки, в которых схематично отражались начальное состояние темы и в итоге желаемое. Промежуточные картинки были шагами. Очень много мне давал анализ того, что видела. Того, как подсознание и тело в нескольких штрихах передавали важное, то, что до этого ускользало от осознания.

4. Почему я не стала в 2018 г. изучать остальные алгоритмы

и остановилась на Моделировании и Специалисте.

Штука в том, что я человек очень чувствительный и достаточно осознанный. И проработки у меня идут очень глубокие. При этом жизнь, детство и вообще, большинство периодов, так получилось, что у меня были окрашены в мрачные краски. Случилось большое количество тяжелых событий, для хрупкой детской психики.



И поэтому накопилось очень много боли, комплексы наформировались в огромном количестве.

Ограничения всяческие. =) Несмотря на долгую терапию, тренинги, психологов, позитивный настрой и чувство юмора, уже с первых шагов в Нейрографике стало совершенно очевидно, что мне нужно очень много АСО. Много. Очень много. У меня выходили очень сложные чувства и состояния.

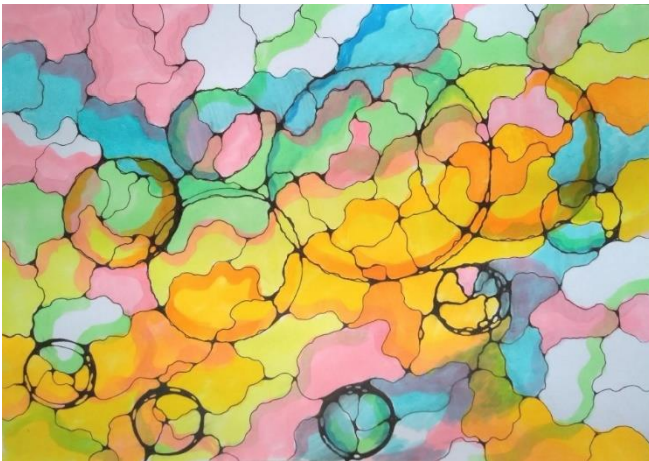
Особенно тяжело было при попытке нарисовать АВН.

Почему-то никто об этом не говорит. Но это, на мой взгляд, алгоритм опасный. Очень опасный. Если бы не мой огромный опыт медитаций и психологических методов, я не знаю, как бы я справилась с тем, что выдала моя психика. Я бы могла сдвинуться рассудком, или навредить кому-то.

Несмотря на АСО (несколько до и 1 после АВН), мне сильно тошнило (много часов), сильная злость, прохожие казались монстрами, у которых вообще не было лиц. Вместо лиц чернота. При переводе взгляда на снег – понимаю, что на снегу большие зеленые пятна, и они же накладываются на все, и на лица тоже, оттого все такое искаженное. Хорошо, что пошла на занятие по психологическому движению (оно как раз в тот день было), и это немного улучшило состояние. Но по пути домой тошнота включилась снова... Еле-еле потом себя вытащила.

В этом году была сходная история, только без снега. Растаял к тому времени. И АСО до выхода на улицу рисовала несколько штук, несколько дней! И все равно прямо на улице пришлось делать медитацию, чтобы как-то выгрести. В процессе курса Павел сказал, что АСО – это закрытие гештальта, а АВН – открытие.

Возможно, таким людям, как я, нужно много-много закрытия, а открытия надо делать очень аккуратно... Кстати, что АВН очень опасный алгоритм, считаю не я одна. На интенсиве я познакомилась с женщиной, которая согласна со мной. Возможно, если бы еще с кем-то зашла речь, со сходной душевной организацией, то были бы еще солидарные. В этом году я очень боялась, что придется рисовать этот (неприличное слово) АВН. Но как раз было такое благостное состояние после АСО, что все прошло отлично!



И вторая попытка также удачная!

Я очень обрадовалась. И тут, на третьем АВН – снова. Тошнота, несколько дней АСО (то, что выше описала). Только медитация, причем, с творческим подходом, придуманные на ходу ходы – вернули меня обратно в нормальную жизнь. Итак, возвращаясь к теме, я понимала, что мне требуется большое количество АСО. Каждую работу рисовала я подолгу, часов по 6-12. Поэтому я поняла, что изученного мне хватит очень надолго.

К тому же, у меня не хватило внутреннего ресурса дорисовать некоторые модели со Специалиста. Так до сих пор и лежат недорисованные. Поэтому я решила, что пойду на Инструктора через несколько лет. И регулярно смотрела информацию, стоимость, когда лучше вносить оплату, чтобы было дешевле. И думала, где бы взять на это денег. Честно говоря, даже сейчас мне казалось, что еще рано. Что я еще не готова. Еще не все проработала. Что не справлюсь с таким количеством алгоритмов в такой маленький промежуток времени.

И что же помогло мне решиться? Моя колода карт, я же таролог! Они начали меня ругать за то, что я отказываюсь обучаться тому, чему уже пора. Я тут же бросилась рисовать АСО на тему денег на курс, и еще до архетипирования добыла этих денег и тут же оплатила. Когда что-то человеку очень важно, оно приходит в его жизнь!..



5. Я и коучинг.

А когда неважно и ненужно – уходит... Так случилось с коучингом, пока что для меня это слишком энергозатратно. Точнее как. У меня это получается просто великолепно. Но совершенно не соответствует ни здоровью моему, ни организации жизни. Ни обстоятельствам. Как же было дело?

Некоторым наставничеством (в дополнение к своей основной профессии поэта) я занимаюсь уже давно. На общественных началах. =) Просто в силу способностей и того, что это для меня очень весело и интересно. У меня всегда была высокая чувствительность. И к эмоциям, и к полю, и к информации с потока, с информационного поля Земли. Поэтому уже с 2005 года я провожу эзотерические прогулки, беседы, читаю с поля, говорю людям важные для них вещи.

Когда освоила Таро, то стала еще и консультантом по развитию личности, предпочитая консультировать по психологическим задачам. (Бытовые вопросы меня не интересуют). Кроме того, я занималась на таком количестве тренингов, занятий, изучала психологию (и в педагогическом университете, и самостоятельно), что накопила огромный опыт. И наблюдения за людьми, и знаний, и методик. Я видела, что меня зачем-то постоянно выносит в работу с людьми. И есть много методов, которыми я могу помогать людям прийти к новым более позитивным себе. Но мне было непонятно, чему я могу научить людей, при такой нестандартной истории жизни, как у меня. И при том, что я очень много времени провела в уединении. И из-за здоровья, и из-за внутренней склонности к философским размышлениям, и, конечно же, из-за профессии. Поэт – это несколько иной образ жизни и иное состояние 24\7.

Но в результате оказалось, что как раз тот духовный опыт, который стал моим достоянием, я и могу передать людям. Т.к. у них есть опыт свой, а такого, как у меня – нет. Опыт принятия, опыт слияния со Вселенной, опыт наслаждения и благодарности за все... Философские идеи, мировоззрение, нестандартные взгляды. Познания в области эзотерической психологии. Умение слышать себя и Высшие Силы, ощущать поток, глубоко проживать эмоции... И в придачу ко всему этому – важная инфо, которую я могу людям сообщить. Взять с потока, или поделиться своими наблюдениями над этой темой, сделанными ранее. Выводами, к которым я пришла. Или наблюдениями над самими этими людьми.



Краткая инфо про меня в Контакте уже много лет звучит так: Ускоряю развитие, раздвигаю границы возможного для вас. Дарю вам тепло своего сердца!

Слава Богу, я не психолог, и не буду скрывать от людей важные вещи, которые про них знаю. (Что мне больше всего не нравится в психологах, так это то, что информацию из них приходится вытаскивать клещами. А так-то они молчат, как рыбы, и ждут, что человек постепенно будет исцеляться. А мне это вообще не подходит.

Я накопила такое количество того, что требует исцеления, что хватит на долгие годы терапии. При этом ничего меняться не будет, т.к. мое мировоззрение и взгляд на этот вопрос останутся прежними. А вот если я узнаю про себя то, что не знала, вот тогда у меня появится почва для изменений!)

Таролог, к примеру, с картами в руках не имеет право утаивать инфо, если она пришла. Потому что Вселенная специально сводит конкретного клиента и конкретного таролога для того, чтобы клиент в этот момент жизни услышал конкретную информацию. Сказанную именно таким голосом, с такими эмоциями. Объясненную более подробно именно в таком стиле. Потому что только это даст необходимый заряд (пинок), который позволит человеку что-то понять и что-то поменять.

Но в Таро далее все зависит от самого человека. Как он распорядится информацией. Может и вообще ничего не делать, и оставить все как было, если захочет. Это его выбор. Поэтому я не хотела быть тарологом, мне казалось, что это неэффективно, т.к. я могу только дать инфо человеку, а он – он, бедняга, сам не сможет проработать эти темы. Это же не от одного осознания приходит. А надо поменять свое отношение к себе, к миру. Найти внутренние и внешние ресурсы. И т.д. И вот тут – она, волшебница, Нейрографика! Вот идеальный метод! (В дополнение к телесной терапии по высвобождению чувств, конечно же! Ведь блоки в теле никто не отменял! ;)

Я была просто счастлива. Хотя и понимала, что регулярные занятия, такая куча времени на людей, планы, обязательность, время – это все совсем не про меня. Я ведь могла по 2 месяца лежать на постельном режиме (даже до ковида). Или, например, мне надо писать, у меня вдохновение – а тут, понимаешь, расписание, клиенты.

И ведь с каждым по многу часов надо сидеть. Утомительно очень... (Рисовать быстро – это не про меня. И прорабатывать быстро с человеком –



тоже. Мы глубоко заходим, и получается дооолго... От меня люди регулярно на последнем поезде метро уезжали. И потом об этом хвастались. =) Мы ведь и дополнительные упражнения делаем, когда выходят эмоции – и телесные движения под музыку (например, «Танец гнева»), и медитации, и арттерапию. Да чего только не понадобится в живом моменте!

И даже прошлые жизни клиенты спонтанно, без медитации, видеть начинают. Люди приходили ко мне с обедом для разогрева в микроволновке, делали перерыв обычно после пункта 4.1.

Я собирала материалы для аттестации по курсу «Специалист». Но осенью я вписалась в очень сложный и долгий онлайн тренинг, который поднял новые пласты на проработку в моей психике. Особенно тема с родом. У меня пошла перегрузка, и я прекратила проводить занятия с людьми. И углубилась дальше в работу над собой. (Если не считать моей основной профессии, конечно же.) И очень долго у меня не было ресурса особо заниматься с людьми. Так, изредка. Для друзей. Или разовые занятия по Скайпу.

А потом еще и многомесячный первый ковид в 2020 г. (я болела 10 месяцев), и дома стало очень много разных обстоятельств, и было уже совсем не до этого. Так я и подошла к инструкторскому курсу.

6. Обучение на инструкторском курсе.

Да, обстоятельства в 2020 г. заваливали меня. Скручивали в бараний рог. И было очень много у меня внутренних психологических проработок, и Нейрографика была одним из главных методов. Не знаю, что бы я делала, если бы не она... Крайне эффективна, благодарность моя безмерна...

Но, оплатив инструкторский в сентябре 2020 года, ждала я его не с предвкушением, а с опаской. Именно из-за этого бараньего рога, из-за проблем со здоровьем после ковида. И опасений, как, КАК я смогу освоить столько алгоритмов в таком темпе? Если это для меня настолько вскрывающе, настолько глубоко, настолько энерго- и времязатратно. (И это я еще не думала про коучинг.) И ведь полезут, полезут со всех щелей – все эти мои «прошлые опыты», «минусовые впечатления», сложные эмоции и физические симптомы.

Я, хоть и нарисовала такую кучу АСО, но ведь я же точно знаю, что еще не все проработала! Еще целый список тем! При том, что каждая тема порождает по букету новых. Да еще перед началом инструкторского со мной приключился второй ковид. И это совсем меня подкосило в физическом



смысле, но дало воспринять в моральном. Потому что я смогла немного отдохнуть и сбросить груз ответственности. Отодвинуть свой этот «рог» дел бараньих, то есть, хотела сказать, просто дел, и побыть наедине с собой.

В последние дни перед курсом собралась с силами, и приступила к заданиям. А первые задания были весьма занятными. Надо было создать альбом в группе «Инструктор Нейрографики 2021» и написать текст про себя. Я достала все свои работы, стала отбирать лучшие (как мне казалось), и даже сделала наше с ними общее фото! =)

Для полноты картины надо бы и текст сюда вставить, чтобы не затерялся в анналах истории!

7. Вот что я написала в альбоме о себе



Тёплый и солнечный привет всем участникам нашей группы! Меня зовут Светлана Буслова, я поэт и консультант по развитию личности, из Санкт-Петербурга. Мне 41 год, мои самые любимые занятия – размышлять и развиваться. Увлекаюсь творчеством разных видов и психологией. Особенно мне близки живопись и сочинение музыки.

В период учёбы в педагогическом университете пришлось чуть отвлечься от них, и тут в мою жизнь ворвались стихи – и совершенно неожиданно стали делом моей жизни. С тех пор это главный для меня приоритет. – Моё вдохновение, мой восторг, удивительные моменты единения и бесконечная щедрость – наша с миром друг к другу...

Психология с детства меня очень интересовала. И в том виде, как мы её изучали в университете, и в том, который обнаружила в книгах, и в том, каком она представлена сейчас в нашем городе. В виде самых разных занятий – это и психологические группы, и расстановки, и тренинги, и работа с метафорическими картами, картами Таро, психологическими развивающими играми. Самый крутой из тех тренингов, что я проходила – это 14 дней в полной темноте с телесноориентированными упражнениями, медитативными практиками и глубокими эмоциональными проработками.



Очень важной я считаю работу с движением и энергией, с раскрытием чувств и повышением осознанности.

Я всегда отличалась несколько нестандартными философскими взглядами. Которые не очень коррелировали с тем, что предлагало тогдашнее (советское и постсоветское) образование и общество. Мы сейчас живём в благословенное время – все уже в курсе и об энергиях, и о Высшем Я, и прошлые жизни все смотрят, и медитируют. А до недавнего времени это всё считалось несуществующим. Единственное, что мне оставалось, это ощущать, обдумывать и выражать то, что я чувствую, в своих стихах.

Но однажды, путешествуя по психологическим занятиям и тренингам, я, наконец, познакомилась с эзотерическим направлением психологии и философии. Где нашла людей со сходным мировоззрением и даже сходное понимание мира. Это было так удивительно – ведь раньше меня считали просто фантазёркой, а оказывается, все эти процессы уже давно изучены и описаны.

Просто в этот исторический период официальная наука пока не включила в себя эти знания. И теперь я очень счастлива – и тому, что нашлись единомышленники, и тому, что удалось углубить свои знания, и тому, что есть люди, которым бывает ценно узнать что-то от меня.

А я как раз с детства отличалась умением хорошо почувствовать человека, ощутить его эмоции и поле. Сказать что-то очень важное, что позволяло ему совершить прорыв в развитии. Первоначально это были весёлые философские прогулки, когда я устраивала приключения и считывала инфо с разных окружающих предметов и вывесок. Сейчас, пройдя много курсов и глубоко изучив некоторые направления, я провожу профессиональные консультации и применяю все свои знания и умения, когда нужно.

Но здоровье не позволяет мне много вкладываться и иметь широкую базу клиентов. Оно с детства у меня крайне слабое. Регулярно бывают периоды по несколько месяцев на постельном режиме. Поэтому много времени я провожу в уединении. Благодаря таким периодам я с юных лет имела время и возможность для контакта с собой. – И сформировала свою философию, и была так внимательна к чувствам, и стала поэтом...

Самыми ценными и любимыми направлениями для меня стали Психологическое Таро и Нейрографика. Таро позволяет получить информацию из информационного поля Земли. Связанную с



психологическими задачами человека. Увидеть, где он действует конструктивно. А что можно было бы скорректировать – и каким образом. Ну и определиться с выбором, посмотреть разные варианты будущего.

А Нейрографика – моя особенная любовь. Просто настоящий подарок судьбы! Потому что, к примеру, постоять в расстановке и сказать пару фраз – для меня недостаточно, чтобы изменить своё мировоззрение и поведение. Мне надо понять самой, и принять решение, и перестроить всю внутреннюю структуру под него. И в будущем применять на практике новые возможности. Именно это и даёт мне этот метод. Столько инсайтов в процессе рисования! Энергия приходит, и приходит понимание, и открываются новые пути!

В этой теме я с 2018 года, как раз ровно 3 года назад проходила пользователя, потом специалиста и моделирование. С тех пор рисую, не покладая карандашей. 😊 Мне здесь ещё нравится то, что это очень красивый и творческий метод, всё как я люблю. И есть яркие цвета, я люблю делать цветные линии. Сама придумываю себе разные модели. Когда-то модель личности, когда-то про ресурсы, или что надо понять из ситуации. Когда-то получаются настоящие расстановки на бумаге. Где даже кружочки сами двигаются друг к другу в результате! Удивительный процесс!

Рисунки я рассматриваю больше не как художественные произведения (которые должны быть красивыми и нести позитивную энергию), а скорее как рабочий материал для проработки своих блоков. В АСО не думаю о подборе цветов, а беру те, что в этот момент хочется. От этого некоторые работы получаются странных цветовых сочетаний, или перегруженные. В общем, не для выставки.

Но меня это ни капли не смущает. Особенно учитывая тот объём инсайтов, которые я при этом получаю. Я уже могу просто сделать выброс (а, например, рисовать некогда), а инсайты уже начинаются, и приходит сопутствующая инфо из статей или передач, или даже фильмы в тему неожиданно попадают. При том, что я их не смотрю. Вдруг слышу внутренний голос: «Включи телевизор!» А там сериал, серия за серией, на всю ночь. Никогда бы такого не стала добровольно смотреть, а тут прямо смотрю, плачу (или смеюсь – в ассортименте), и что-то важное понимаю из предложенного сюжета.

Когда рисую моделирование, выделяю различные элементы ситуации и ищу новые связи. И добавляю ресурсы. Люблю рисовать энергетические потоки. И вот сейчас настал момент сделать следующий шаг в развитии.



(– А, судя по первой встрече, не шаг, а скорее морской заплыв, увлекательное путешествие в будущее.)

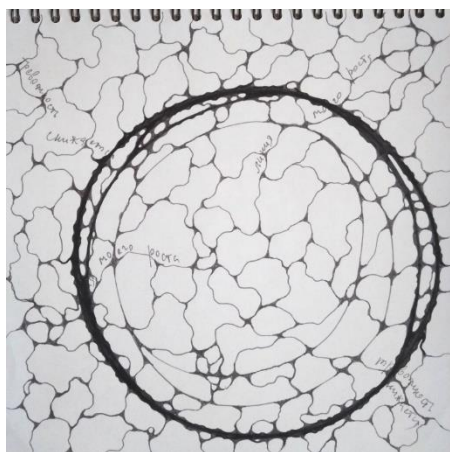
Я благодарю Павла и всех, кто причастен к этому большому делу, за такую удивительную возможность – и за этот потрясающий метод!

8. Начало обучения.

Итак, по этому тексту видно, что я очень вдохновлена и уже предвкушаю новые интересные открытия! Первая встреча была великолепна! Очень заряжающая и информативная! Мне понравилось, что представили каждого из мастеров, подробно познакомили нас со всеми аспектами и структурой.

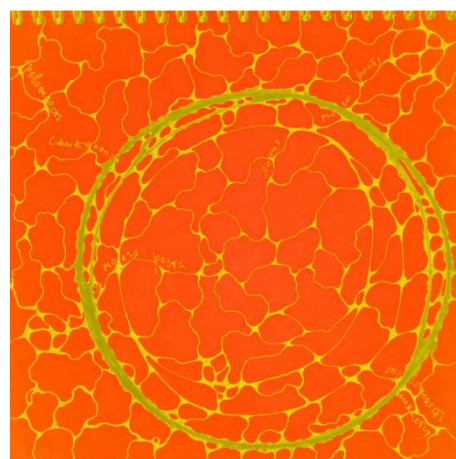
Появилась полная ясность и ощущение полноты и надежной базы. А еще очень-преочень захотелось на интенсив!

Я еду туда! Точно! Такой подарок судьбы – разве можно упустить? После первой встречи я была в таком потрясающем настроении, что начала просто рисовать в ночи, просто линии, несколько кругов. Это был мой путь, первый семестр, до интенсива. На этом пути вырос огромный и красивый круг. И я поняла, что этот круг – это мое счастье. Счастье в процессе обучения!



А так как желание поспать потом все же меня догнало, то рисунок этот так и остался без цвета. А чтобы ему было нескучно, я раскрасила его в яркие цвета в редакторе фото! Вот оно какое теперь, мое счастье! Энергетичное и осознанное, с волевой фиксацией, яркое и пылающее, и единое со ВСЕМ....

Затем начались занятия. Путь героя не был гладким, это факт. Но на то он и путь, чтобы через преодоление сложностей мы становились сильнее. Обретали новые навыки, знания, умения.





И совершенно ясно, что слишком легкое, то, что не будит мысли и чувства, не вызывает и интереса. А для чего нам скука? Наши руки не для скуки! Наши руки для ...

- маркеров?
- науки?
- созидания новой жизни?
- et cetera !

И зачем выбирать что-то одно? Когда можно выбрать все! Все, что захочется! (и латынь тоже ;)

- А что не захочется – не выбирать! =)

Начало обучения было несколько сложным. Вдруг посыпались требования. Рисуем, оказывается, текстовыделителями, а не карандашами. Треугольники не фиксируем. Одну фигуру фиксации. Описание сокращать до 2100 знаков. Фото в дневное время. (А Петербург всего в 600 км от полярного круга. Еще б немного, и у нас была бы полярная ночь! Света нет вообще. Ведь еще плюс постоянная облачность и дождливость. С Финского залива прилетает. Мы ж на самом берегу стоим. Правда, летом белые ночи, но для фото нужен просто нормальный, безоблачный, адекватный день. Коих в Питере ... хм, надо посчитать ;) И т.д. И т.п. Вначале я решила сделать все, как новичок. Чтобы на себе пережить все ощущения, которые они испытывают.

По команде согнула лист до размера А5. Раскрашивала не карандашами, а маркерами толстыми. Цвет-то получился нормальный. Но количество линий зашкаливало, у меня ж вечно глубокие проработки. И получилась жуткая мозаичность. Да еще и линии поля, говорят, слишком прямые. А на таком крошечном фрагментике реальности, который у меня уместился, они не успели даже немного поизгибаться. Моя первая работа на инструкторском курсе 2021.



На этом примере я поняла, что мне не стоит увлекаться форматом А5. И нужно поучиться рисовать другие линии поля, чем я привыкла. Зато по описанию в тот момент не было требований, и я накатала много-много страниц, включив туда и медитацию, которую делала в середине.



Это потом уже начались муки ада с сокращением, когда вывесили требование «не более 2100 знаков». Это ведь как? Сначала надо во время рисования все записать. (время) Потом это набрать на компьютере. (время) Расшифровав, что непонятно, изменив или сократив что-то. (время) Затем видим, сколько там знаков получилось. Понимаем, что надо сократить в 4 раза. И начинается. Какое ощущение важное, какое нет? Какую мысль оставить, а какую безжалостно вырезать? Что еще здесь лишнее? И что тут «никому не нужно»?

В итоге огромное время тратится на подгонку изначального текста под 2100 знаков. А потом супервизор еще недоволен, что непонятно, и задает вопросы как раз о том, что я сократила. А какие мысли? А чему удивилась? Ну да, я могу написать, чему, но только тогда этот один пункт все описание и займет. А остальные пункты не влезу

Да еще высветилась проблемка с той частью меня, которая ощущает и осознает. Она мне говорит: «Раз мои чувства неважны, давай я не буду чувствовать! Быстрее описание напишем! И меньше потом сокращать!»

Удобно, конечно. Но только тогда смысл рисовать? Я же не ради готовой картинки рисую. А ради тех инсайтов и проживаний, которые получаю в процессе. А для этого надо как раз более подробно и вдумчиво. И доооолго. =) Да, кстати!

Вот еще было бы хорошо, если бы инструкции (например, следующему курсу), вывешивались до, а не после. Например, как фотографировать, как с фейсбуком работать (это та еще засада), как описывать по 4 векторам внимания. А то я про внутренний экран сильно позже узнала, чем начало курса. В 2018 году такого еще не было. (Ну ладно, не сильно, но все равно позже =).

К моей чести, это незнание мне не мешало, т.к. образное мышление у меня отличное, и эти образы все равно приходили, даже если я специально не искала их в себе. Но вот в последнее время похуже с рефлексией на АСО бывает, когда спешу. Не всегда на все 4 пункта выделяю внимания. А жаль. Явно что-то упускаю! Но, надеюсь, злые чары 2100 знаков отныне с меня спадут, и я буду проживать процесс более подробно! ☺

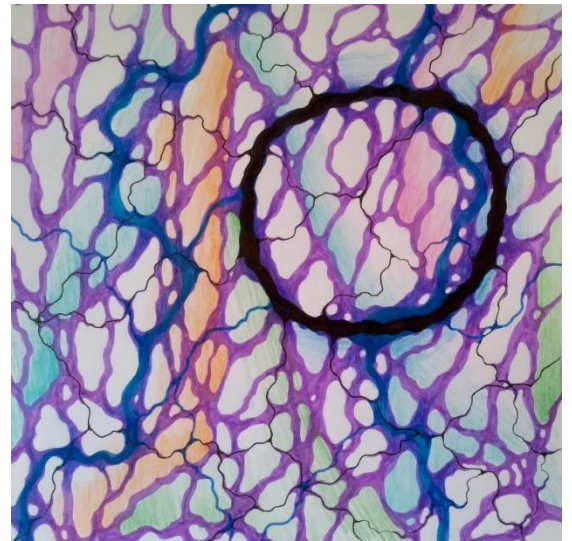
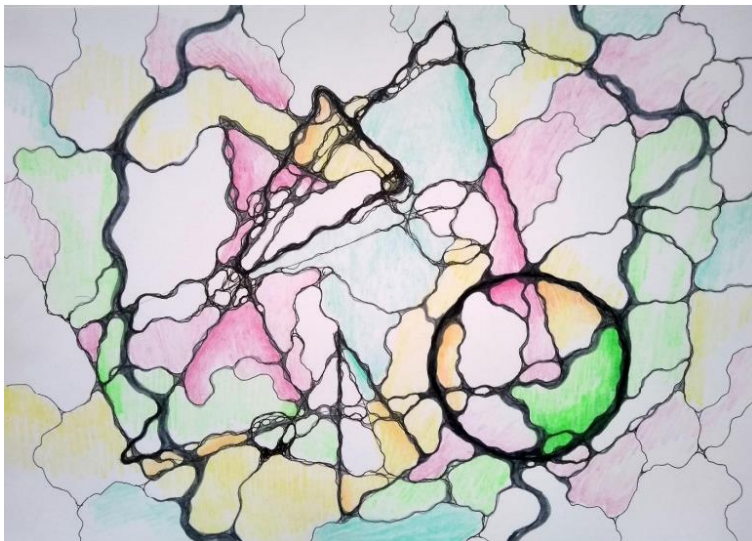
С карандашами, тоже сначала помаялась, т.к. на нашем 2018 г. Павел как раз концентрировался на карандашах, и учил нас карандашами, и я думала, что это основной инструмент архетипирования. А текстовыделители для скорости только. Тогда, попробовав 1 раз текстовыделителями, так их и



забросила. А тут вдруг оказалось, что это основной способ раскрашивания, и он более приветствуется. Я ж послушная девочка. Это уже потом разобралась, что можно как хочешь делать.

А тут ведь настаивают – надо делать. И также, сильно много позже (на этот раз правда сильно), я поняла, почему у меня не работают АСОшки яркие. Почему мне после них плохо. Потому что они наоборот, активируют. А мне хочется гармонизироваться, умиротворяться, залечивать душевные раны... Просто такой склад у меня, и такая жизненная предыстория. Узнала потом и про контраст, и про нюанс, и про то, что конкретно они дают. Только когда осенью уже книгу добыла и прочитала. И уже все встало на свои места.

Когда мне хочется яркости – рисую яркость. А когда умиротворения – его и рисую. И все ОК!





Та же засада с некоторыми коучинговыми моделями. Которые должны активировать, мотивировать, толкать вперед. Планирование будущего, достижения, амбиции... И все это – не про меня сейчас. Ну вот я лежу. После ковида. Несколько месяцев. С температурой. Постоянно либо сплю, либо хочется спать. Голова кружится, шум в ушах, сил нет двигаться, а иногда и держать глаза открытыми.

Какие мне тут амбиции? Мне бы до кухни дойти, съесть что-нибудь. На этом фоне различные социальные страты у меня как-то не клеются, и туда же всякое бурное. Вот коллаيدر – до сих пор не нарисовала. Он у меня элементарно отрубался. При просмотре вебинара на этом месте отказало все. У меня специально и ноут, и телефон были включены на вебинар. Чтобы ничего не упустить. И зарядки воткнуты. Но нет. Все отрубилось настолько, что уже стало понятно, что не в этот раз. И потом вроде тоже не получалось. Уже сейчас не помню.

Также и с коучингом. Отрубился он у меня в этом году... Первые рисунки через силу садилась, проводила онлайн коллегам. Надеюсь, что летом поправлюсь и успею наверстать и с клиентами. Хотя и понимала, что первый ковид занял у меня 10-11 месяцев, с чего бы этому заканчиваться так быстро? Но упорно верила, и рисовала. Рисовала и рисовала себе здоровье и интенсив. Чтобы быть в форме к интенсиву, чтобы быть там.

И ведь нарисовала же! Перед самой поездкой еще лежала на балконе с 37,4, шевелиться не было сил. Взяла туристический коврик, свежий отрицательный ПЦР, села в такси, поезд, электричку ... и выехала на удачу. Думала, постелю в зале коврик и буду хотя бы лежать в направлении Павла. Даже, помню, фото зала изучала заранее, чтобы понять, будет ли, где мне там лежать. И что ж вы думаете? Здоровье пришло! УРА!



Кто бегал быстрее всех и лазил выше всех уже в первый день интенсива? Постоянно рвался то к микрофону, то к огромным листам А1, то еще куда-нибудь. И кто в итоге даже бегал купаться, чтобы успеть за 7 минут, которые остались до занятия? Конечно, я!



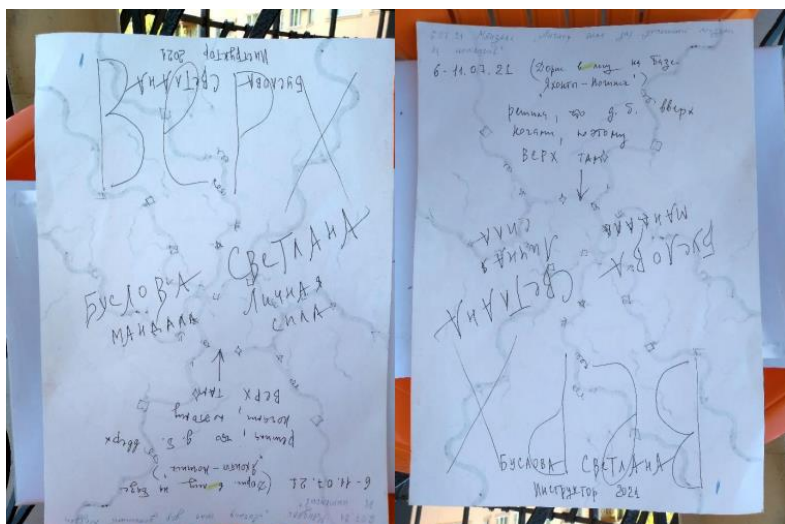


Думаю, глядя на мою активность, никто не догадался, что у меня со здоровьем. Разве что соседки по комнате, которые видели, что я не хожу на вечерние мастерклассы и танцы, пытаюсь быстренько восстановить силы «к завтрашнему». И, конечно, строгие охранники в столовой, которые тыкали в меня своим пистолетом, видели, что я с температурой (списывая это на жару, царящую в тот момент) и заставляли ходить по ресторану в маске.

(Есть, правда, позволялось без нее, что, надо сказать, огромный плюс в моем положении! =)

Когда все уехали, я осталась еще до вечера и успела все, что не успела за дни занятий: и на лодке поплавать, и на велике погонять по лесу, и на самокате, и в аквапарк тамошний сходить! Да еще и необычайное приключение словила. Когда по лесу на велике ехала, начался ливень сильный, так я быстренько в купальник переделалась, вещи в рюкзак и в пакет, на голову шапочку для душа – и погнала скорее (мне ведь арендованного железного коня возвращать срочно надо и в бассейн на последнее время успевать!) Потом сдала велик и бегом в бассейн, там и отогрелась в сауне. Потом нырнула в такси и на электричку, снова в такси (долго не ехало ко мне – и это в центре Москвы!), а потом в свой поезд впрыгивала в чужой вагон, уже почти на ходу, но-таки успела! =)

Приключение СУПЕР – вся моя наишикарнейшая поездка! А все это почему случилось?



Потому что рисовала много! Много-много про то, чтобы здоровье (ЗДОРОВЬЕ, ПРИДИ!), и про то, чтобы Интенсив. Так бы, как в прошлом году бы и лежала еще долго-долго. В итоге, перевернула свою мандалу с ног на голову, и себя полностью перевернула!

А после такого захватывающего квеста-подарка судьбы – и здоровье у меня на лад пошло. Начала выбираться в город, на свои любимые занятия, и даже на свадьбу к подруге в Раменское съездила.



(А Раменское, это снова в Москву, а потом уже туда, а потом еще к родственникам в Отрадное, а потом еще к одной подруге...) Жизнь забила ключом!

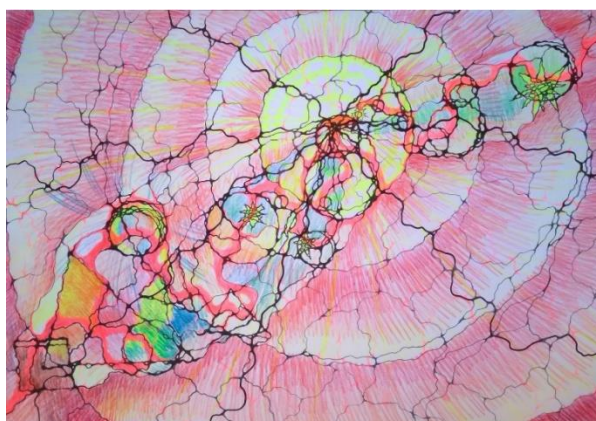
Я даже думала, что с сентября начну готовить диплом по коучингу. Но тут жизнь внесла свои коррективы... К сожалению, не все можно предусмотреть, не все предугадать. Мамин инсульт в августе, предынфарктное ее состояние, затем мое осложнение на сердце постковидное... Снова жирный крест на моем коучинге... Увы... Но я не сдаюсь! Даже президент Зимбабве не запретит мне нарисовать треугольник, раскрасить его красным, и быть – собой. Тогда, когда будет фонтанировать из меня энергия и радость – и верю я, что все у меня случится!

9. Конец обучения.

Да, еще много, много чего можно написать! Куча впечатлений, куча инсайтов, результаты – вполне себе зримые – в реальности – и такие вдохновляющие – в мире внутреннем. Обязательно еще напишу что-нибудь, я ж на то и поэт, и вообще, человек слова! А на сегодня пока что всё!

Поэтому напишу просто ДА. – ДА – всему что было, всему, что есть, и всему, что будет!

Об этом – и моя последняя работа на курсе. Точка «сейчас» в ней – самая главная. И будущее, и прошлое – я всё принимаю. И всё в них для меня. То, что я делаю сейчас, очень важно, и отражается, и резонирует - во всей необъятной Вселенной!



[Ссылка на дипломную работу Бусловой Светланы в авторском стиле](#)



Работы

Тема: умение договариваться о правилах на общем пространстве.



Тема: мандала Рода.

