



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов НейроГрафики

2021 год

Авторы: По - Р



Оглавление

Поварова Татьяна	5
НейроГрафика как практика позитивных изменений в жизни.....	5
Работы.....	15
Полуротова Мария.....	16
Мой путь изменений с помощью НейроГрафики.....	16
Аннотация.....	16
Работы.....	28
Пономарева Надежда	29
Я художник своей жизни.....	29
Введение.....	29
1. Алгоритм снятия ограничений «АСО».....	30
2. Алгоритм «НейроКомпозиция».....	31
3. Алгоритм «НейроКолор».....	32
4. Алгоритм «НейроСкетчинг».....	33
5. Алгоритм «НейроМандала».....	34
6. Алгоритм «НейроСинтез».....	34
7. Алгоритм «НейроКонтакт».....	35
8. Алгоритм «НейроЦель».....	35
9. Алгоритм «НейроТайминг».....	36
Заключение.....	36
Работы.....	38
Проктор Татьяна.....	39
Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.....	39
Мои первые шаги в НейроГрафике.....	39
Как мой опыт в НейроГрафике помог клиентке.....	41
Моя учеба, НейроГрафика и гештальт-терапия.....	42
Проживание сложного периода жизни с НейроГрафикой.....	43
Яркая жизнь.....	44
НейроГрафика стирает границы.....	44
Новые горизонты с НейроГрафикой.....	45
Работы.....	48
Мое погружение в мир НейроГрафики.....	49
1. Знакомство с НейроГрафикой.....	49
2. Мои результаты.....	50
3. Результаты клиентов.....	54



Заключение.....	60
Работы.....	61
Пфройндтнер Ольга.....	62
Открытие Вселенной внутри себя.....	62
Работы.....	72
Пшеничнова Наталья.....	73
Путь в НейроГрафику: от капитана МВД в художники.....	73
Работы.....	82
Пырина Наталья.....	83
НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.....	83
Работы.....	94
Пятницкая Елена.....	95
Опыт применения НейроГрафики в арт-клубе «МОГУмама».....	95
Введение.....	95
Программа арт-клуба «МОГУмама».....	97
Этап 1. «Дары самоценности».....	98
Этап 2. «Источник силы».....	104
Этап 3. «У страха глаза велики».....	108
Этап 4. «Лабиринты выбора».....	111
Этап 5. «Устойчивый баланс».....	116
Техника «Благодарность».....	121
Заключение.....	124
Работы.....	126
Резанова Ольга.....	127
НейроГрафика, как метод самопознания и личной трансформации.....	127
Алгоритм # 1 Алгоритм снятия ограничений.....	131
Алгоритм # 2 Нейрографическое моделирование. Композиция.....	132
Алгоритм # 3 "НейроКолор".....	133
Алгоритм #4 "НейроСкетчинг".....	134
Алгоритм #5 НейроМандала.....	134
Алгоритм #6 НейроСинтез.....	135
Алгоритм #7 Нейроконтакт.....	136
Алгоритм #8 НейроЦель.....	136
Алгоритм #9 Нейротайминг.....	137
Что изменилось в моей жизни с появлением Нейрографики.....	137
Работы.....	139
Рогозникова Людмила.....	140



Как НейроГрафика изменила мою жизнь.....	140
Работы.....	151
Ромаданова Даниела	152
Мой путь в НейроГрафике.	152
Работы.....	162
Рындина Ольга	163
Я и Мир НейроГрафики.	163
Работы.....	173
Рязанова Анна	174
Мой путь в НейроГрафике.	174
Работы.....	183



Автор:
Поварова Татьяна
Супервизор:
Северина Варвара

Тема:
НейроГрафика как практика позитивных изменений в жизни.

Он обрушился на меня, на мое окружение, на нашу жизнь неожиданно и как-то совершенно прозаично... Ковид. Какое неприятное слово... Тот стресс, который окутал меня в конце марта 2020 года, мне трудно и тяжело вспоминать. Все страшные картинки из хорроров, все сцены из фильмов, где есть сцены мирового апокалипсиса, все это стояло в моей голове и перед глазами.

И хотя мне хотелось кричать: Нет, так не бывает! Какой вирус!? Какие ограничения!? Я не хочу, не могу, не буду!!!! У меня планы!

Но нас всех посадили по домам. Границы закрылись. Улицы обезлюдели. Компании свернули офисы. Люди закрылись в своих домах. И мой огромный, такой современный, такой энергичный мир сузился до границы моей, хоть и любимой, но двухкомнатной квартиры... Я оказалась отрезана от всего привычного и любимого, от семьи, друзей, работы и увлечений.

Сначала я не могла спать. Потом спала сутками. Потом все меньше хотелось есть и не хотелось выползть из кровати. Потом стали заканчиваться свежие продукты, и я поняла, что никакие курьеры не возят в наш отдаленный район доставку. Потом я поймала себя на мысли, что ничего не хочу... и тут я осознала, что надо что-то делать, спасти себя и свою психику и рванула в интернет.

Я практически сразу наткнулась на посты одной своей «фейсбучной» знакомой, и они настолько привлекли мое внимание, что я не раздумывая попросилась в ее группу. Меня приняли. И когда я туда «вошла», я как будто сразу попала в тот мир, который долго искала. Это была группа Ирины Ратиной, это были ее антикризисные алгоритмы, это была Нейрографика!



Это был новый неожиданный, но такой интересный и нужный мне мир! Я благодарю Ирину за весь ее вклад в мое развитие, за ее чуткость, за ее мастерство, за ее энергию, за все то, что она делала для нас в те сумасшедшие дни.

Я стала рисовать что-то непонятное, что-то интересное...я стала понимать, что становлюсь все спокойнее и спокойнее... я стала ждать этих встреч...я испытывала восторг и счастье! Я стала жить, дышать, мечтать и думать о будущем!

И тут ее курс завершился... что делать? И только тогда я набрала слово «нейрографика» в поисковике... в первых строчках увидела – Институт Психологии Творчества Павла Пискарева. Мое любопытство достаточно вернулось к жизни, чтобы я изучила, исследовала страницу и приняла моментальное решение учиться. Через несколько дней начинался курс Пользователь. Это означало лишь одно, я учусь на нем. И вот наступает первое занятие.

И я впервые вижу Павла Михайловича. Это была любовь с «первого взгляда» (ну что ж, по крайней мере, я счастлива, что могу признаться в этом и уверена, что такие признания наш Учитель получает каждый день) «Дорогой Павел Михайлович! Да, я не спрашивала у Вас разрешения Вас так называть и возможно Вы никогда не разрешите мне так к Вам обращаться. Но сегодня Меня переполняют слова любви! Любви к тому, что я увидела и узнала. Эта любовь проснулась сразу и сейчас она набирает силу. Нейрографика стала открытием для меня 30 мая. Это был день, когда я впервые прошла Базовый алгоритм. Потом я была на курсе Ирины Ратиной и прошла курс Пользователь с Вами.

Мои мысли обрели четкость. И я ясно вижу свою цель. Я хочу дойти до самых вершин Нейрографики. Стать инструктором, коучем, Вашим учеником и последователем. Все что я увидела, все, что я узнаю, все, о чем читаю и слушаю дает мне ответы на вопросы, которые меня волновали уже несколько лет! Это удивительное сочетание искусства, психологии, бизнеса, развития, поиска- все отзывается во мне многократно!!!» – написала я в своем дневнике. И почему-то была уверена, что я могу еще поделиться этими словами...

После Пользователя, в следующем месяце - курс Специалиста. Завершаю. И я точно знаю и понимаю, что иду на Курс Инструктора. Начинается томительное ожидание марта 2021 года... И тут у меня появилось время оглянуться на несколько месяцев назад и вспомнить, какой я пришла в



мир Нейрографики. Вспомнить все свои страхи, все сомнения, весь тот мир, сжатый до размера комнаты, в котором я билась как «птица в клетке». Я увидела, что я очень изменилась, я снова стала собой, снова с уверенностью и радостью смотрю на сегодня, вчера, а самое главное на завтра! Я поняла, что этот метод работает! Работает настолько, что изменения во мне видят мои родные, близкие, друзья. Работает так, что хочется все больше в него погружаться, прорабатывать, моделировать, рисовать и рисовать!

В вдруг я осознала, что ковид стал всего лишь лакмусовой бумажкой, которая подчеркнула все те мои переживания, сомнения, неуверенность, страхи и опасения, которые я копила годами. Я вспомнила, что за несколько лет до пандемии стала говорить, страшные по сути для себя, фразы: «В моей жизни не хватает цвета. Жизнь стала серой. Не знаю, чего я хочу. Нет желаний» А меня все «дразнили»: Желаем тебе исполнения желаний! А я злилась и думала: «Да какие желания! Нет их у меня!» И не потому, что у меня все есть и мне не о чем мечтать. И не потому, что все исполнилось и мои фантазии ограничены.

А потому, что я реально утратила эту способность мечтать, желать, хотеть, верить в себя, с уверенностью и радостью проживать день и ждать новый, планировать и осуществлять, развиваться и меняться. Все те установки, негативные сценарии, вымыслы, домыслы съели мою легкость, веселость, веру в себя... И я не знаю, что было бы со мной, и когда я остановилась бы в своем «беге на месте», если бы не вынужденная остановка, карантин, время подумать, понять и чудесное обретение этого метода.

Осень 2020 года наполнена теплыми вечерами, когда я смотрю вебинары, рисую, наслаждаюсь Конференциями Института. И этот, нелюбимый в принципе, период, проходит для меня легко и интересно. Особенно мне вспоминается декабрь 2020 года – встреча с мастером Бо. Я наконец-то встретила с теми, кого уже несколько месяцев видела только на экране компьютера. Это был чудесный вечер! Несколько раз за вечер слезы накатывались на глаза от радости жизни, счастья и нежности. Меня восхищало все: доброта и строгость, динамика и плавность, духовность и телесность.

Это было чудесно, и так необходимо мне перед новым годом. Это было посвящение! Я чувствовала себя немного не в своей тарелке, как будто на моем теле были наросты, которые нужно счистить, соскоблить, отмыть и дать теплым солнечным лучам, наконец-то, прогреть меня до самого сердца.



И в тоже время мой сердечный жар, моя любовь к жизни, интерес к изменениям, снова пробудился и рвется наружу. И пусть внутреннее тепло соединится с внешним и даст мощный толчок развития!



Фотографии со дня рождения мастера Бо. Начало обучения на инструкторском курсе я ждала с огромным воодушевлением и вот наступил март! Я хочу отдельно написать про март и про это время. Оно заслуживает отдельной главы! В марте у меня день рождения! А в марте 2021 года мне исполнилось ни много ни мало, а 50 лет! Готовясь ко дню рождения, я дала себе обещание, что мой особый «деньрожденьевский» настрой будет не один день, а весь год. Смелое заявления для меня, ведь раньше мне казалось, что это очень нескромно и не нужно.

А сейчас я открыла для себя простые истины – любви и принятия самой себя. И теперь мне хочется написать о себе. Кто я? Какая я? Что я люблю? И что я хочу? Такие простые вопросы, но не такие простые ответы. И сейчас (я забегаю немного вперед) я могу говорить об этом открыто, легко и с любовью к себе... хотя путь к себе он бесконечный...и, наверное, я только вначале пути к себе...

Я родилась в прекрасной семье. Мои родители, мой отец Владимир Николаевич и моя мама Капитолина Андреевна, сумели воспитать нас, четверых, в любви и заботе и мы до сих пор собираемся в их доме и проводим вместе столько времени, что уже не можем друг без друга. Мы дружим семьями. Мы помогаем и поддерживаем друг друга. У меня



прекрасная сестра Светлана. Она моя самая настоящая подруга. Ее забота о нашем родовом гнезде достойна отдельной главы!

Мои братья такие чудесные мужчины – смелые, надежные, сильные. Мы все с огромным уважением и заботой относимся друг к другу. И когда я рисовала алгоритм Мандала Рода, я чувствовала эту силу, связь и кровь всеми своими клетками.



Мой первый рисунок «Мандала Рода» Но живут мои родные в другом городе, а я, одна из них, уехала в далекие девяностые в Москву, в университет, да тут и осталась... Наверное, эта оторванность и сказывается на мне в некоторых моментах, когда какие-то сомнения и волнения обрушиваются на меня...

Но тогда, принимая решения после института остаться в Москве, я не думала так глубоко. Моя смелость, молодость и энергия пробивали стены. Я быстро сделала карьеру, стала руководить большим коллективом. Чувствовала себя супер крутой, была наглой и жесткой. Несколько лет в таком режиме, и вдруг осознание: что-то не так, я совсем не такая, я так не хочу. Каким-то непонятным образом за эти годы разрушилась моя личная жизнь. Я осталась одна с сыном. Я не радовалась работе, все больше тосковала и переживала. Я решила сменить род занятий. Ушла в никуда. Посидела дома. Снова знакомилась с ребенком, с миром... сейчас я вспоминаю тот год и думаю, как жаль, что тогда в далеком 2010 еще не было Нейрографики! И какое счастье, что на очередном витке моей жизни, в 2020, когда сомнения и уныние снова стали проникать в мою душу, я встретила с этим чудесным методом!

Нейрографика – способ говорить с собой, со своими мечтами, со своим будущим. С ее помощью можно вытащить все свои установки, понять все свои «чудинки», разобраться в себе, фантазировать, мечтать и смело планировать. С помощью Нейрографики можно смело говорить о сложных вопросах и моментах. Я ждала 9 марта как особый подарок и начало чего-то необычного и прекрасного! Сейчас я могу сказать, что оплата Инструкторского курса один из самых важных и правильных подарков самой себе.

Я горжусь, что именно на юбилей у меня был такой крутой подарок. И вот мы начали... Установочная встреча. Я понимаю масштаб, вижу серьезную подготовку, кайфую от творческого настроения и от всей нашей группы.



Начинаю знакомиться с группой. Удивляюсь, какие разные здесь люди, сколько стран, городов и мест, какие разные истории, какие разные судьбы и какой творческий потенциал у каждой. Меня вдохновляет и наполняет это.

И вот учеба понеслась! Я жду каждый вторник, как свидания с любимым. Это забавно и трогательно, но очень важно мне. Моя увлеченность дает мне силы и вдохновляет меня. Я снова чувствую скорость, ритм, движение. Ощущать себя учеником, студентом доставляет особое удовольствие. Получать каждую неделю новую порцию познания себя и инструмента работы с собой – что может быть ценнее? Те истины, которые лежат в основе метода гениальны! «Мир состоит из кругов и линий. Линия – способ движения. Нейрографика – язык описания мира» - все это принимаю и впитываю в себя. И много – много АСО. Снимать ограничения, вылечивать себя, продираться через свои запреты, условия, путаницу, неверие, злость, гнев. Выплескивать все на бумагу и самым экологическим, творческим способом растворять, растворять, растворять.

Сопряжение – сам процесс, который уносит в потоке, наполняет гармонией и силой. Архетипирование – работа с цветом, наконец-то, цвет вернулся в мою жизнь. Столько карандашей, маркеров, фломастеров у меня не было в доме никогда. Рисунки все изящнее, цвет все более наполняет смыслом не только лист бумаги, но мою душу и тело. Прикасаясь к линиям поля и призывая божественную силу к себе, я не могу не восхищаться приемом, который нам подарил Павел Михайлович. Некоторые рисунки я делаю по несколько часов, забывая про сон и еду. Но результат превосходит все ожидания! Я «становлюсь» собой! Я живу и дышу полной грудью. Я радуюсь и люблю!

Результаты некоторых работ поражают – рисую поездку к своей подруге. И вот я уже в Марокко. Наслаждаюсь шумом волн океана, прекрасным зеленым чаем и нежными восточными сладостями. Именно здесь я чувствую, что пространство вокруг меня меняется – подруга принимает мое новое увлечение со всей сердечностью и поддерживает меня. А с какой внимательностью относится к Нейрографике мой сын! Он сразу же понял и принял мое увлечение. Искренне поддержал и очень помогает мне в освоении нового.

Но испытания ждали меня впереди. Ковид пришел в мою семью и сразу, с разницей в несколько дней, заболели 6 человек: мои родители, старший брат с женой, младший брат, муж сестры. Панические атаки. Страх. Что делать? Как им помочь? Сомнения подстегивались разными протоколами лечений, неприходами врачей, неприездами скорой. Мы мужественно и



стойко «бились» за их жизни и здоровье. И я начала рисовать кейс – дневник.

21 день, день за днем, я прорабатывала свое состояние, гармонизировала себя и пространство вокруг себя, боялась, но шла вперед, верила, и рисовала, и рисовала. Это стало мощным инструментом и волшебным образом помогло справиться, выстоять, вылечить и выздороветь всем моим любимым людям! Сейчас, раскладывая рисунки за эти дни все вместе, я чувствую их силу, энергию, мощь и поддержку. Я уже не говорю, про важный пункт – дисциплинированный подход и режим, что в период трудностей не менее важен, чем прием лекарств и свежий воздух.



Несколько работ из Дневника во время болезни близких.

И вот наступает середина лета, и мы встречаемся на интенсиве инструкторского курса. Да, и снова хочется сказать – опять для меня что-то впервые. Впервые я в Подмосковье, на целую неделю занимаюсь только собой и своим состоянием. Почти 20 лет летний отпуск был табу – это время только для семьи и не смей думать о себе. А сейчас ...господи, какое счастье! Меня вдохновило, озарило, впечатлило, унесло и снесло 😊 Я, мне кажется, почти не спала! Я встретила столько интересных, живых людей, что яркий вкус от всего этого еще не прошел! В 7 утра зарядка на улице, а вечером до 2х ночи трансформационные игры – могла ли я думать о таком всего год назад!?

Столько знаний, событий, знакомств, впечатлений, чувств, смыслов, друзей и наставников! Умение наставников вести за собой больше 200х человек в зале, единый рисунок, атмосфера творчества, уникальные вечерние встречи – все это до сих пор снится мне в чудесных снах, наполняет меня энергией и силой. Не менее важно, что я увидела и услышала ответы на вопросы, которые беспокоят и меня. Почувствовать единение, найти единомышленников, получить поддержку – это так важно и нужно мне. Разъезжаться не хотелось... но время летит вперед!



И вот второе полугодие, снова занятия. Много сложных и серьезных алгоритмов. Я начинаю понимать, что мир, в который я окунулась - огромный, что стать коучем, инструктором нельзя быстро... нужно усердно идти шаг за шагом, верить в себя, пробовать, но не бояться быть учеником. Что роли, которые мы выполняем в одну и ту же минуту времени, могут быть разные и что не нужно бояться где-то быть не сильной, простой, глупой или смешной. Что Путь Героя сложен и тернист, но обязательно приведет в победу, по крайней мере, над самим собой!

Мне нравится, что на многих алгоритмах разбираются психологические аспекты и что ранее сложные заключения сейчас объясняются живым творческим языком. Это мастерство Павла Михайловича, Ирины меня покоряет, вызывает огромную благодарность и чувство гордости, что я учусь у таких людей! Конечно, меня посещают сомнения. Иногда я вижу такие чудесные сложные работы своих сокурсников, что сомнения в моих художественных талантах расцветают пышным цветком!

Формировать новый нейронный контур – возвращать себя к себе, не сравнивать себя с другими, сравнивать себя только со своими же успехами и изменениями, вот чему я уже точно научилась. Все больше вокруг меня событий и встреч из мира нейрографики, все больше в ленте постов моих прекрасных товарищей... но я пока испытываю трудности в работе с другими. Я применяю пока метод только к себе. Я не унываю и думаю, что я осваиваю первую ступень и обязательно поднимусь выше!

Я часто за свою жизнь мечтала о наступлении чего-то хорошего как можно скорее для себя или, наоборот, чтобы что-то неприятное мне прошло как можно скорее...и я всегда умела представить следующий день за...и часто даже не понимала, как быстро пролетел период ожидания. Но сейчас мне так хочется растянуть этот год обучения, прожить его более основательно, медленнее. Задержать каждый день. Насладиться каждой неделей. Мне грустно думать о том, что сам курс подходит к концу. Это как огорчение от того, что закончилось вкусное блюдо или прекрасное вино, или исчезла, радующая глаз, радуга, или закончился чудесный фильм... «Остановись, мгновение, ты прекрасно!»- так хочется крикнуть. Этот год как важная веха. Как рубеж. Я знаю, что больше я не буду прежней. Я научаюсь быть другой, быть в гармонии с собой, наслаждаться каждым днем и верить в себя!

Мои наставники – мои кураторы рефератов! И снова слова благодарности и чувство любви, к этим незнакомым, но таким родным людям. Их чуткость, помощь в работе, мудрые советы, деликатность, принятие и настойчивость – такие нужные каждому человеку проявления поддержки. Я



получила их сполна. Я смогла справиться и все сдать вовремя. Я смогла. И я бесконечно благодарю их!

Пока еще рано оглядываться назад. Всего лишь год, как я осознанно в нашем чудесном мире Нейрографики. Но самое главное впереди, впереди столько всего интересного: я хочу на ретрит, на следующий интенсив, сдать диплом Эстетического Коуча, собрать группу и провести обучение, стать спикером Конференции Института, найти своих учеников, работать в Институте Психологии Творчества. Нейрографика наполняет мою жизнь мечтой. И мне нравятся эти мечты. Они сбудутся, я верю и рисую их! Я делаю первые шаги в новом направлении, и моя жизнь становится все более гармоничной. Выстраиваются процессы, события, люди, чувства и эмоции. Я обретаю внутреннюю и внешнюю красоту.

Отдельной главой я хочу написать о своем понимании смысла слова «коуч». Ведь у меня есть все шансы им стать. Благодаря институту я могу стать эстетическим коучем, помогать другим людям искать ответы на те вопросы, которые их мучают, беспокоят, не дают двигаться вперед. Я в предвкушении этого этапа своей жизни. Я уверена, что все мои умения и навыки, весь жизненный опыт станет огромной базой и опорой в моем профессиональном развитии.

Я всегда умела организовывать команды, коллективы, процессы. Я где-то потеряла сама себя, но «слава Богам», я смогла найти ту дорогу, по которой всегда себя можно отыскать. И то, что я могу теперь помогать другим, необыкновенно радует меня. На одном из последних занятий кто-то написал в чате: «Мы умножаем в мире количество света». Смысл этой фразы поражает! Я обещаю умножать свет в этом мире, освещать дорогу тем, кто еще находится в темноте!

Диплом Инструктора Нейрографики подведение итога года обучения, свидетельство моего пути и понимания этого пути. Я с благодарностью и воодушевлением смотрю вперед! И мне хочется оставить здесь на память мой первый рисунок и мой рисунок из последних работ, как свидетельство моего личного прогресса.



Рисунок Весна 2020 года

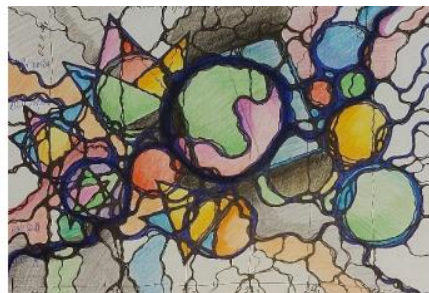


Рисунок Осень 2021 года

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



Работы

Тема: изменения, которые я хочу видеть в ближайшее время.



Тема: моя личность.





Автор:
Полуротова Мария
Супервизор:
Castronovo Kristina

Тема:
Мой путь изменений с помощью НейроГрафики

Аннотация

Работа посвящена пройденному пути изменений автора в процессе обучения с помощью нейрографики. Описано отношение автора к данному методу и те результаты, которых удалось достичь с помощью нейрографики: нахождение денег на обучение в институте, смена работы, переезд на новое место жительства, кардинальное изменение отношения ко многим вещам, планы на будущее, связанные с нейрографикой.

Долго думала, о чем будет это эссе. О моих научных изысканиях? Так их вроде как и нет. Об открытии сверхспособностей за время пребывания на курсе? О чем писать? И тут меня посетила мысль, первый раз в жизни написать о себе, о том, как я попала в нейрографику, и как я осваивала этот путь «Восхождение героя»...

Забавная история, я думала, что пришла сюда в этом году. А потом поняла, что путь этот тянется с 2012. Когда ко мне первый раз забрела в голову мысль, что я занимаюсь не своим делом. Бухгалтерия никогда не вызывала у меня теплых чувств. Это было простой финансовой необходимостью! И вот тогда началось! Встреча с мастером рейки в 6 поколении, трансформационные тренинги и много всяких Опытов со своим телом и душой. В общем меня вели, вели всегда туда, где мне нужно находиться и попадала я туда не самым коротким путем. Потому что всегда была упрямой и имела собственное мнение и усиленно отказывалась слушать «шепот своей души».

Сегодня эти строки пишет совершенно другой человек. И это труд работы над собой. В то время, наверно, путь туда, чем бы мне действительно хотелось заниматься, занял бы гораздо больше времени. Так вот, талантом изложения на бумаге я никогда не отличалась, и мысль моя прыгает с одного на другое, возвращаюсь к повествованию моего прихода в нейрографику.



Я, как обычно, блуждала на просторах ютюба, слушая всякую интересную для себя информацию.

Мне попался странный ролик, который, даже не помню чем, привлек мое внимание. Сейчас я понимаю, что душа руководила процессом. Вещал какой-то молодой человек и нес откровенную ерунду. Сейчас, я даже не вспомню, о чем он говорил. Я обычно оставляю комментарии без какого-то внимания, но как вы понимаете не сегодня. Открыла и стала смотреть, кто же может это комментировать?! Оказалось, что такие люди имеются! И их достаточно много. Они даже дебаты умудряются тут вести. Это меня, конечно, очень удивило, не жалко же им времени тратить на всякую чепуху, подумала я.

Выделила одну молодую особу, которая по умственным способностям не очень отличалась от оратора. Тем не менее, что-то, как будто толкало меня идти дальше, и недолго думая, я оказалась на ее страничке, которая подтвердила мою мысль о «глубине» ее мировоззрения. Там было выставлено всего несколько роликов, в одном из которых я увидела рисунок нейрографики. И раз он тут оказался, значит этот человек не просто оказался на моем пути. Это была моя первая встреча с «миром нейро». Картинка заворожила меня, мне захотелось рассмотреть ее поближе. И я полезла дальше. Долго рассматривала рисунок, пытаюсь понять, что это такое.

Это не поддавалось моему анализу, но при этом вызывало жгучий интерес. И тут для меня как-то все сразу встало на свои места. Я поняла, зачем я сюда попала. И началось! Поиск информации, ролики разных инструкторов. Интерес, бессонные ночи, изучение по обрывочной информации. Первые рисунки. Они кажутся сейчас такими детскими и забавными. Я водила маркером по листу, совершенно не понимая, что я делаю и зачем. Выискивала какие-то точки пересечений, вырисовывала образовавшиеся кружки, совершенно не понимая, зачем они тут нужны см. рис 1. Но воодушевление от этого не убавлялось.



рис. 1



Промучившись несколько дней, я начала поиски новых учителей. Тогда я представления не имела, что есть целый институт, в котором я буду учиться. Тогда уже мне пришла в голову мысль, что я хочу это преподавать. Я до конца не осознавала, что это, но мне нравилось то, что я видела! И это вдохновляло меня! Одну из первых работ, которую я наваяла, я назвала. Тогда я не знала, что у каждой работы должна быть своя тема, которую мы прорабатываем.

И это название работы говорит само за себя: «Помогая другим, помогаешь себе!» И, конечно, любимые женщинами сердечки - ну, как же без них! Не видел их Павел Михайлович!

Смотри рисунок 2.



На дворе стоял февраль 2021. Слушая очередной вебинар, я набрела на информацию об институте, о курсах, о возможностях. Долго размышляла над стоимостью, ведь нужной суммы в тот момент у меня не было и где взять сразу столько, не имела представления. Подумала, а почему бы не проверить работу нейрографики на практике, и стала разыскивать вебинар на эту тему в сети. Он как-то не заставил себя долго ждать. Благо, есть масса щедро делящихся информацией людей. И вот я уже с мыслью о неперенной возможности обучения сажусь с листом и маркером рисовать. В ночь всех влюбленных я с нейрографикой.



Подумала, что это очень символично! Любовь и рисование!

Смотри рис.3



Я считаю, что рисунок получился очень хороший, оценивая его даже сейчас, с точки зрения без пяти минут дипломированного инструктора. И вера, безупречная вера в то, что все непременно получится! И как показала практика, получилось, правда сказать, не совсем сразу. Рисунок был готов! Но вот денег так и не нашлось! Настроение мое упало совсем, и желание что-то делать тоже. Ведь возможность идти за своей мечтой стала таять, вместе с отсутствием денежных знаков... Я перестала спать и есть, в голове крутилась мысль, что мне нужно сюда попасть, хотя сама себе я не могла твердо ответить на вопрос, а истинно ли это мое желание?!

Уже в институте, много позже, я познакомлюсь с рамкой Метамодерна, стратегией творчества, где первый квадрант - это фантазия, второй уже мечта, третий план, а четвертый реализация. Так вот, не зная этого, мне хотелось перепрыгнуть из второго квадранта сразу в четвертый! Но, когда мечта действительно твоя, тебе начинает помогать вся Вселенная, подстраивая события таким образом, чтобы мечта могла стать реальностью.

И это выходит из всех логических объяснений, ведь вещи бывают совершенно не логичны, стоит тебе только высунуть свой нос за рамки трехмерного мира. И как только я успокоилась и отпустила свои чаяния обучаться в институте, Вселенная сама предложила мне денег. И, конечно же, я этим воспользовалась. Сидя на работе, в мыслях уже обучаясь, я пыталась отправить деньги в институт.

Что-то шло не так! Меня кто-то постоянно отвлекал, происходил сбой интернета, что-то мешало, но к вечеру я все же получила подтверждение того, что во вторник смогу попасть на первое мое занятие. В очередной раз убедилась, что если чего-то очень хочешь, нет преград! Я стала студенткой института! О, как мне было хорошо! Новые знания, новые навыки - все это радовало меня. Ведь мы пришли в этот мир, чтобы развиваться! И скоро у меня начнется очередной этап познания. Этап улучшения себя любимой! Я наивно полагала, что все самое тяжелое позади. И меня ждет творческое наслаждение процессом. И вот я отправилась на первое занятие. Не зная базового алгоритма, я попала на композицию 8 треугольников. И творческий-то процесс, конечно, был, и удовольствие во время него я тоже получала...

Рисую сразу три работы. Смотри рис 4 и 5. Углы меня не пугают, а изменения тем более, это не страшно, я вообще давно ничего не боюсь. Изменения даже вносят некую пикантность в жизнь и стимул к развитию. Причем независимо от того, как мы их изначально оцениваем - в сторону с плюсом или наоборот. И начинается моя веселая жизнь в институте.



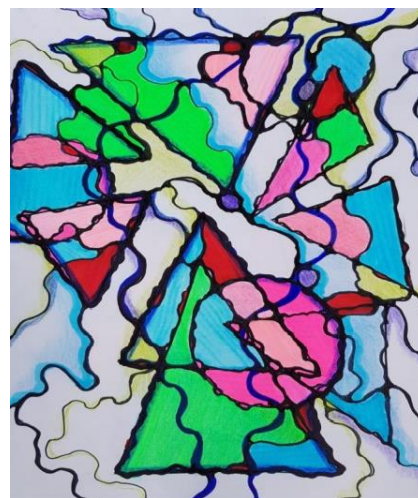
рис. 4

Как говорится, внимательно относитесь к своим мыслям, очень тщательно подбирайте их, как одежду в гардеробе перед званым ужином. Мы разучились одеваться безупречно, как это делали раньше. Подбирая каждую деталь, создавая магию образа. Все должно быть безупречно! Так же и мысли, ведь именно они строят наше будущее. Но в тот момент, я этим не озадачилась.

Я была в творческом полете, мне было все интересно, как ребенку, осваивающего новый навык. Незнание законов при этом не освобождает от ответственности, как гласит одна поговорка. И понеслось.... Я сменила работу, переехала на новое место жительства, изменила кардинально отношение ко многим вещам, в общем, мой мир стал резко перестраиваться. И все то, чем я пользовалась раньше, перестало работать.

О, нейрографика! Ты оказалась очень последовательна и бескомпромиссна! За что я тебе сейчас очень благодарна!!! Но тогда, я размышляла, зачем я так смело вступила на путь изменений?! Но все же, если бы все было по другому, разве я бы смогла узнать, какая я? Сколько скрытого потенциала подарила мне Вселенная при рождении? Ничего, думала я, вот сдам реферат "Пользователь", начну преподавать, и все будет хорошо. Но 24 треугольника за 3 дня это вам не игрушки, говорю я теперь...

Рис. 5



И сдать в первую волну реферат мне так и не удалось. Если бы вы только знали, как мне этого хотелось! Самое обидное было то, что он был уже почти готов, но в последний день сдачи мне пришлось переезжать! Хорошо, думала я, принимай все ситуации и наблюдай, что из этого выйдет. Следующим желанием было попасть на интенсив. Рисовала кейс на эту тему. Прорабатывала АСО, не одну работу.



Работала с этим запросом в эстетическом коучинге. Но что-то тут явно не срасталось.

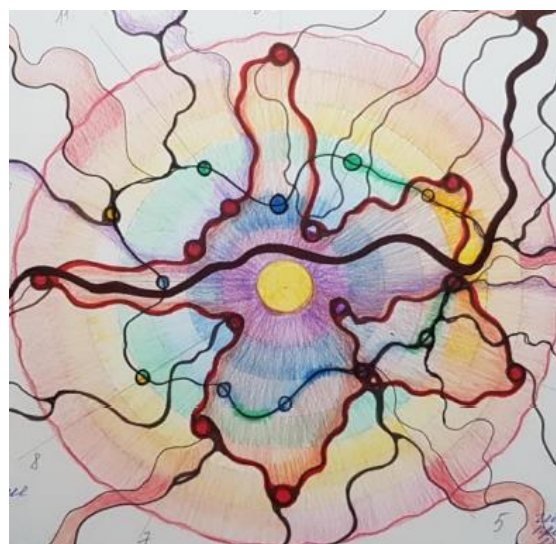
Никак не могла понять, что именно. Потом пришло осознание, что это не мое истинное желание. И все сразу встало на свои места. Очень рада за тех, кто там побывал, благодаря нашим сокурсникам, нам все-таки удалось соприкоснуться с этим уникальным мероприятием. Фото, видео, обмен энергиями, и это, пожалуй, моя самая любимая часть! Девочки вдохновенно доносили до нас те удивительные открытия, которые им удалось пережить и прочувствовать на этом интенсиве. Огромная благодарность организаторам, без них я бы не смогла поймать эту волну восторга присутствующих. И все же хорошо, что я туда не попала.

Я очень устала за этот период. Никак не могла понять, вроде не очень-то напряженно работали. А желания продолжать нет, как будто из тебя "выкачали" все силы. И вот новое открытие, алгоритм «Мандала героя». Смотри рис 6 Точка смерти, которую мы достигли в этот период времени. Понимание этой новой грани восприятия момента перевернуло все, что ранее вписывалось в мою картину мира. Этот алгоритм показал мне все мои прежние ошибки, все прежние просчеты.

Помог разобраться, почему не осуществились те или иные мои задумки. Он, как волшебная палочка, расставлял все по своим местам. Позволил мне погрузиться в процесс размышления, почему я поступала так или иначе. Я рисовала его с огромным удовольствием. Я растворялась в этом процессе, набираясь силы, понимания и уверенности. Как своевременно мы его изучили. И тот отдых, который нам выпал, позволял спокойно поразмышлять над всплывающими вопросами. Он был просто необходим, он позволял восстановиться, набраться сил, для нового рывка.

Рис. 6

За это время были подтянуты хвосты, был получен опыт творческого удовольствия. Жизнь начинала играть новыми красками. На дворе стояло лето, жара, и море манило к себе. Сестра предложила пожить несколько дней на





море, и я с удовольствием согласилась. Каждый день я шла на море, брала с собой альбом, маркеры и рисовала прямо на пляже. Смотри рис 7 Женщина в купальнике с маркером в руке - та еще картина.

Практически все взгляды были притянуты ко мне. Мужчины рассматривали меня, я - нарисованные линии, женщины внимательно рассматривали реакции мужчин, а дети все больше интересовались маркером. Всем было чем заняться. Кто-то пытался разглядеть со стороны, кто-то подходил посмотреть, но, увидев набор линий, недоуменно отходил в сторону.



Рис. 7

Тоже интересный выдался опыт. Да, собственно и место было выбрано не очень удачно. Но для меня в тот момент это не имело ни малейшего значения. 86 86 Время пролетело быстро и пора было возвращаться к учебе. Спасибо тебе, море! За твои удивительные нейролинии, которыми ты одаривало меня все эти дни! Вернувшись в город, я поняла, что на мне висит обустройство новой квартиры. Но ресурса на это совершенно нет. Тогда я вспомнила про АСО, быстро нарисовала новую работу на поиск ресурсов. И это дало-таки свой результат.

Правда, на короткий промежуток времени. Новая работа, все слилось в один комок нервных окончаний. Прихватило здоровье. При этом нужно было еще и начинать готовиться к сдаче диплома по эстетическому коучингу. Время было, мягко говоря, не очень простым. Но что делать, под лежащий камень вода не течет, сказала я себе и начала работать в этом направлении. Я встречалась с коллегами, проводила сессии, делилась опытом. И, удивительное дело, стало как-то легче. Коллеги поддерживали меня, давали советы, и вместе мы прокачивали мои силы и компетенции. Это бесценный опыт! Еще в начале курса я поняла для себя, что помогая другим, ты помогаешь себе. А потом на одном из занятий Ирина Рождествина это озвучила. И тогда в голову пришла очередная мысль, что вся информация ВСЕГДА приходит в нужное время!



Каждый день новые встречи, проработки своих блоков и задач, через чужие запросы. Это опыт стоит дорого. Ты наконец имеешь возможность увидеть новую грань себя, которая была невидима твоему взору до этого момента. Вдруг приходит осознание того, что человек пришел помочь тебе. Озвучивая свою задачу, он приоткрывает для тебя дверь, в мир непроявленных материй, который ты начинаешь осознавать! И вот когда ты, сонастраиваешься с этим открытием, во время всей сессии, начинаешь отзеркаливать ему эту осознанную энергию и возвращаешь ее уже в измененном виде - адаптированном, понятном для восприятия твоего коучи. В этот момент и рождается то чувство внутренней благодарности друг другу. И вы уже оба «парите» в удовольствии от проделанной работы.

Недели без отдыха, мозг включен постоянно, даже, когда спишь. И начинаешь понимать, как, наверно, непросто живет дельфинам. А это более разумные существа, чем мы, и, видимо, когда-то, мы должны будем догнать их в развитии. Институт помогает нам прийти к этому более коротким путем. Очень много открытий происходит за время практики работы с людьми. Начинаешь четко видеть свои слабые и сильные стороны, знаешь, над чем тебе стоит поработать, чтобы прийти к тому или иному результату.

Также в этом мне помог «Дневник развития», который как раз пришелся на этот период. Нам нужно было рисовать 21 день. Расспрашивая тех, кто уже его прошел, услышала много разных мнений. Кто-то вздохнул и говорил, что пройти его просто необходимо. Кто-то говорил, что это бесцельная трата времени, кто-то равнодушно пожимал плечами. В общем мнения разделились. И, памятуя о том, что невозможно узнать вкус шоколада, не попробовав его ни разу, я четко решила для себя, что идти туда НАДО! В первый день, когда объяснили, что нужно делать, не совсем, конечно, поняла - так, в общих чертах. Но суть уловила. Появился интерес к мастеру БО. Кто это? Что это за персонаж? О нем звучит на лекциях как-то вскользь, непонятно. А времени разбираться с этим сейчас нет совсем. Поэтому эту идею я тут же отложила на когда-нибудь. Решила взять тему здоровья. Она как раз стала очень актуальна в этот период.

Выбор пал начать с традиционного АСО. Хотя тоже интересное размышление посетило меня, я к АСО всегда относилась как то снисходительно, вроде этот алгоритм совсем не для меня. Страхов нет, паник тоже, нужно - сделаю.... Но тут он для меня открылся с новой стороны. Так как тема здоровья вписывается далеко не во все на тот момент известные алгоритмы, большую часть я прорабатывала именно по алгоритму АСО во всех трех его вариантах. Оказывается, он тоже может вызывать очень



многогранные чувства. Недоценила, каюсь. Алгоритм чудесный, не смотря на свою простоту исполнения! Павел Михайлович, отдельное за него спасибо! Смотри рис 8



Рис. 8

Делала проработку по отдельным органам и системам. В том числе и гармонизацию тонких тел. Получила очень хороший результат по здоровью! Было онемение рук, проявлялось это обычно рано утром после пробуждения. Руки немели до такой степени, что я не в состоянии была удержать даже телефон. Я его просто не чувствовала и это вызывало, мягко говоря, «панику мозга».

Как я уже говорила, происходило это по утрам. В течение дня все вроде было сносно. Было непросто! НО и с этим я справилась. За что себе говорю отдельное БЛАГОДАРЮ! Рисовать каждый день не получалось. Иногда рисунку реально нужно было просто отлежаться. Иногда просто не хватало сил и времени. Этот опыт в очередной раз показал, что силы человеческой природы безграничны, стоит только отодвинуть рамки. Насколько мы осмелимся их сдвинуть, настолько будет у нас сил сделать то или иное действие. Произвела проверку на результат. Посадила семена здоровья. Смотри рис 9.

После проработки 21 день эта проблема исчезла из моей жизни, надеюсь, что навсегда. После сдачи диплома я обязательно вернусь к дневнику, понаблюдаю, чего о себе я еще не знаю. Это великолепная практика работы в самокоучинге. Где ты имеешь возможность прокачать себя с разных сторон. Ирина, вам низкий поклон за то, что вы так лихо втянули нас в приключение познания себя. И открыли новые возможности исследования, показали вектора внимания. В рамках трехмерности время неумолимо стремится вперед. И когда ты проваливаешься туда, начинаешь нервничать и переживать.



И я оказалась не исключением. Я забыла, на всеобщей волне переживаний, что я могу им управлять. Но вернемся к предыдущим выводам! Все приходит в свое время. И последний вебинар, напомнил мне об этом. Я успокоилась и села писать эссе. В голове куча идей и мыслей, почему я не сделала это раньше. Можно было бы облечь их в интересные идеи. Но не сделала! А значит, и идеи будут оформляться позже, а, может, и не будут никогда. Сажу, пишу эти строки, за окном идет проливной дождь. Он как будто плачет о том, что все подходит к концу. Может, он пытается смыть все устаревшее, отжившее и ненужное. Мы ведь выходим за рамки института новыми людьми. Прокачанными, сильными, обогащенными знаниями, опытом и практикой. Вопрос в том, насколько мы хотим перенести эти знания в жизнь.

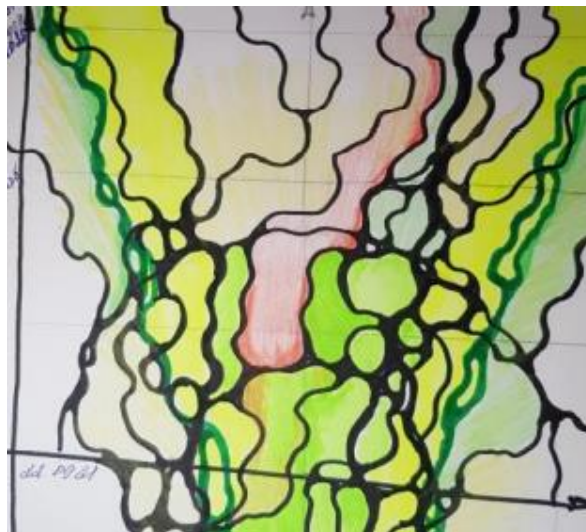


Рис. 9

Я хочу! Мне интересно развитие в этой среде нестандартно мыслящих людей. Людей, которые не боятся менять жизнь к лучшему. Людей, которые помогают другим менять ее и всегда готовы протянуть руку помощи.

Мне интересно пройти путь супервизора и посмотреть, насколько я смогу вырасти в этой роли. Пройти курс "нейро денс". Ведь танец всегда был моим мироощущением. Вступить в Манго и продолжить свое развитие.... Для этого, как минимум, нужно защитить свой диплом, и начать заниматься тем, что тебе приносит радость, удовольствие и доход. Просто быть счастливым человеком!!! И, в заключение, моя страта счастья. Уж какая получилась.

Смотри рис 10





Итак, подводя итоги, обобщаю мои достижения:

1. Я нашла денег на обучение в институте.
2. Я сменила работу, переехала на новое место жительства, изменила кардинально отношение ко многим вещам.
3. Алгоритм "Мандала героя" показал мне все мои прежние ошибки, все прежние просчеты. Помог разобраться, почему не осуществились те или иные мои задумки. Я четко увидела свои упущения.
4. Смогла раскрепоститься и рисовать, когда за тобой наблюдает большое количество людей.
5. Получила бесценный опыт работы в коучинге, умение настраивать поле, когда человек доверяет тебе и делится с тобой своим внутренним переживанием.
6. Начала видеть свое отражение в других.
7. Получила очень хороший результат по здоровью! Делала проработку по отдельным органам и системам. В том числе и гармонизацию тонких тел.
8. Освоила великолепную практику работы в самокоучинге.
9. Осознала, что мне интересно развитие в среде нестандартно мыслящих людей. Людей, которые не боятся менять жизнь к лучшему. Людей, которые помогают другим менять ее и всегда готовы протянуть руку помощи.
10. Мне интересно пройти путь супервизора и посмотреть, насколько я смогу вырасти в этой роли.



Полуротова Мария. Мой путь изменений с помощью НейроГрафики.

БЛАГОДАРНОСТЬ

всем, кто помог мне пройти этот путь. Особенно моим кураторам, Теплых Галине и Кастроново Кристине, преподавателям Пискареву Павлу Михайловичу и Ирине Рождествиной, а также Елене Ревнивцевой и Ларисе

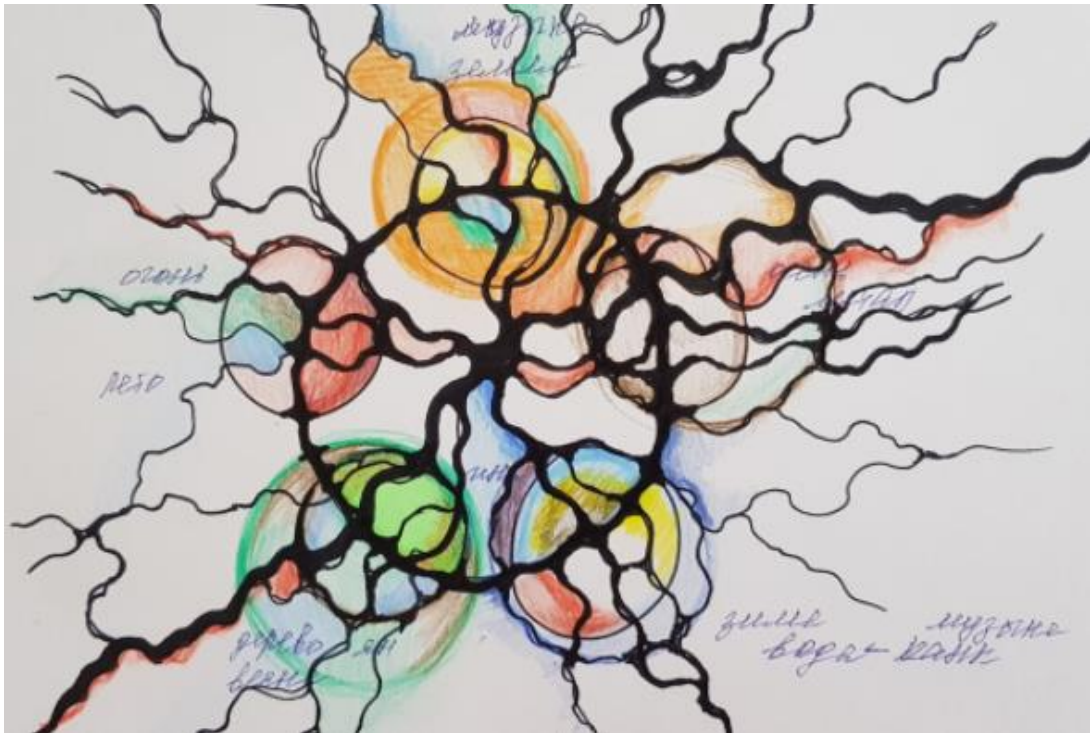
Пашиной, которые быстро и четко координировали мои обращения.

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

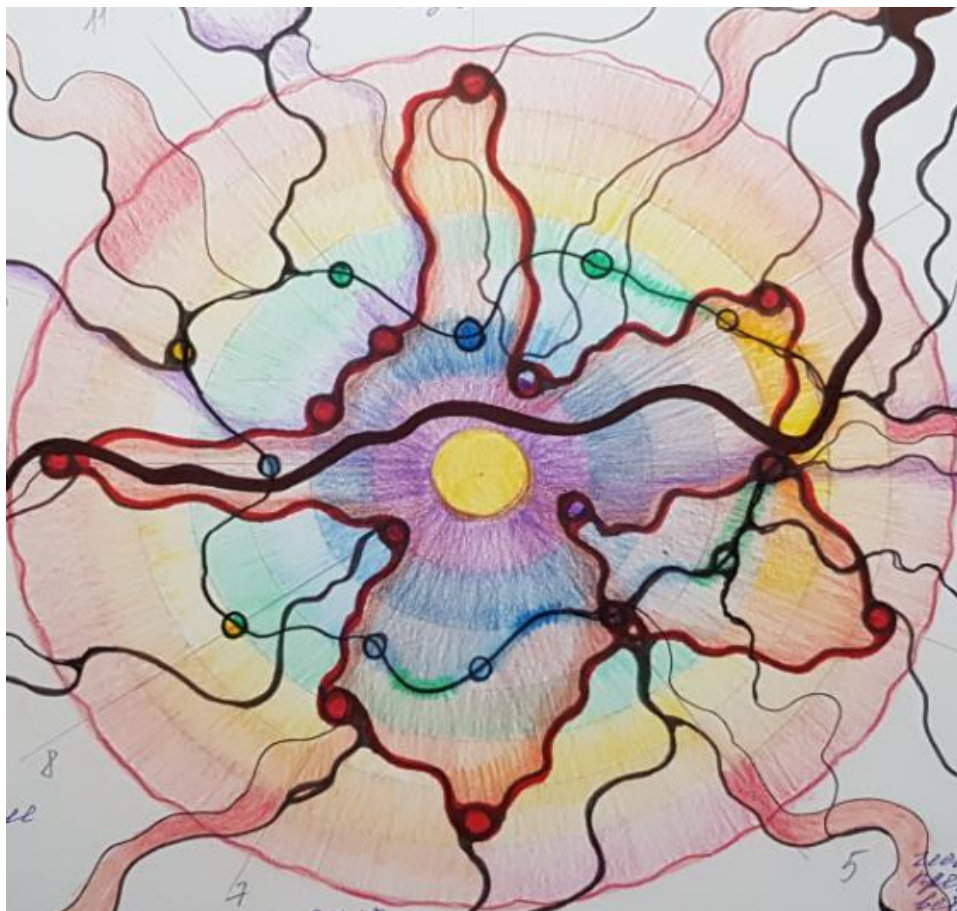


Работы

Тема: как поддерживать развитие проекта.



Тема: развитие моего проекта.





Автор:
Пономарева Надежда
Супервизор:
Годок Ася

Тема:
Я художник своей жизни

Введение.

Мое знакомство с нейрографикой, началось в нелегкий момент моей жизни – это весна 2020 года: начало пандемии, я с гипсом на руке, из-за серьезной травмы и лечащий врач пугает плохими прогнозами. Жизнь наполнена страхом, беспомощностью, не уверенностью. Но, все по порядку ... За полтора года до моего знакомства с нейрографикой, поздней осенью на меня навалилось депрессивное состояние, навалилось так, что я стала понимать, что не справляюсь с ним. Поддерживала себя аффирмациями Луизы Хей, начала медитировать, заниматься йогой.

Мне стало физически легче, но внутри Душа просила еще чего-то. Но, чего? Как-то записывая свои желания, я написала, что хочу писать стихи и рисовать, сразу внутри поднялись сомнения: «да какое тебе рисование, ты не умеешь». Я тогда еще и предположить не могла, что мое желание осуществится, что я стану больше, чем художник, я стану художником собственной жизни. Постепенно события стали складываться так, что стал отдаляться мой привычный круг общения. Это был период, когда пришлось отпустить ребенка во взрослую жизнь и переживать переезд сына в другую страну, а еще серьезная травма руки и я осталась одна с сама с собой. Одолевали вопросы: «А кто ты? А как ты справишься? На что ты способна? Как себя поведешь?» Конечно же, приходил старший сын и во всем помогал, но внутри я была одна наедине с собой и так серьезно с желанием, может первый раз жизни, понять себя.

И тут началось мое выздоровление в прямом и переносном смысле. Интуитивно я начала искать выход из сложившейся ситуации, обращалась к книгам Джо Диспенза о квантовом переходе, рисовала больную руку и превращала ее в здоровую на рисунке, разговаривала со своим телом, благодарила его и поддерживала в том, что оно такое сильное, рисовала календарь и каждый день был отмечен веселыми цветами на месяц вперед с теми событиями, которых еще не было. И вот вдруг, на Фейсбуке увидела



необычные рисунки - что это такое? Непонятно, какой-то запредельный космос, но так потянуло к ним, что оторваться было нельзя, откликнулся внутренний зов. А потом первая для меня конференция в Институте психологии творчества Павла Пискарева. Мне пока ничего не понятно, но очень интересно. На этой конференции я увидела прекрасную Асю Годок, у которой захотела дальше учиться, Ася – мой первый учитель нейрографики. Инструкторский курс уже начался, и я решила потихонечку двигаться маленькими шагами, осваивая некоторые модули, которые прошла у очень тактичной, умной, дарящую веру в себя, поддерживающую на каждом этапе обучения, Аси Годок, и, конечно же я очень захотела пойти на следующий год на инструкторский курс, но были сомнения разного рода. А тут и Ася предложила пойти, сказав, что верит в меня и у меня получится.

И вот оно чудо, я уже пишу диплом инструктора нейрографики. Время обучения это совсем не легкий для меня путь, это целая жизнь с маркером в руке. Это интересный, а иногда сложный, насыщенный путь с морем открытий и инсайтов, это период моего откровения о себе самой, о том, о чем я даже не подозревала, это период становления взрослой, сильной, уверенной в себе женщины, которая приняла себя, смогла полюбить себя и стать счастливой. Именно в этот период я прошла ту точку невозврата к той, себе прошлой. Пришло понимание своей ценности, что счастливой себя могу сделать только я сама.

А когда в твоих руках есть такой инструмент как нейрографика, ты не можешь не быть счастливым, жизнь расцветает другими красками, ты начинаешь дышать полной грудью, и ты начинаешь качественно жить. Исполнилось мое желание быть художником, художником с большой буквы, художником своей жизни. Я верю, что мой союз с нейрографикой на долго. Моей целью в обучении стало познание себя, раскрытие своих возможностей и желание дарить эти знания другим людям. А теперь о том, что я получила в процессе обучения на этапе подготовки и сдачи диплома, читайте дальше.

1. Алгоритм снятия ограничений «АСО».

Алгоритм снятия ограничений «АСО» — это первый алгоритм, с которым я познакомилась, проходя курс пользователя с Асей Годок, моя первая работа была неуверенной, некрасивой, как мне казалось, нелепой. Я не понимала, как это чувствовать внутри себя, а что со мной происходит, не приходило особых мыслей, было очень сложно отслеживать вниманием свои эмоции. Но постепенно, я научилась концентрироваться на трех зонах внимания: на чувствах, эмоциях, на что направлен взгляд и какие ощущения



возникают в процессе выполнения работ. Позже вошло в привычку отслеживать все, что происходит на уровне связей мыслей, тела и эмоций. Все выполненные работы по алгоритму снятия ограничений, показали мне мои сильные и слабые стороны. Сильной стороной было то, что я полюбила этап сопряжения, никогда не возникало сопротивления на этом этапе. А этап архетипирования вообще стал для меня открытием, именно на этом этапе стали проявляться чувства, эмоции, прилив энергии. Я купила множество маркеров и карандашей, альбомов и почувствовала себя настоящим художником. Уже учась на инструкторском курсе, рисовала кейс рисунков по алгоритму снятия ограничений: о взаимоотношениях на работе с вышестоящими коллегами и мне удалось благодаря прорисовыванию выстроить четкие границы, которые никто больше не нарушает, я научилась говорить твердо «нет». Меня впечатлило, как быстро и легко это сработало, порадовала уверенность в себе, стойкость, твердость в характере и гармоничное внутреннее состояние в любом рабочем процессе.

2. Алгоритм «НейроКомпозиция».

Для меня был очень насыщенным, глубоким, но достаточно сложным модулем. Я столкнулась с тем, что мне трудно моделировать свою жизнь, стали возникать вопросы, а как до этого я жила. Я поняла, почему у меня некоторые вещи не получались, в период изучения этого модуля я научилась переходить в режим управления реальностью через геометрический алфавит, научилась работать с алфавитом нейрографики: кругом, треугольником, квадратом, нейрографической линией и создавать композиционные решения с ними, изучила закономерности, контраст/нюанс, ритм/метр, золотое сечение. Научилась моделировать жизненные процессы, которые мне необходимы. Я прорисовывала кейс рисунков связанный со здоровьем, физической активностью и лишним весом, результатом чего стало: выход на правильное питание. Я прочитала много литературы о правильном питании, витаминах, что привело к коррекции фигуры и улучшения самочувствия. Я стала очень активной, стала больше двигаться, каждое утро у меня начинается с танцев, появилась большая двигательная активность, хорошее настроение всегда и куда-то пропала лень, с которой жила многие годы. Переживания, которые я получила в этот период самые позитивные. Это и новые возможности, и целостность восприятия мира, радость, высокая активность.



3. Алгоритм «НейроКолор».

Целью данного модуля является освоение универсальных законов управления Вселенной методами нейрографики. Модель пяти элементов позволяет нам с высокой точностью прогнозировать нам малейшие изменения в жизненных процессах любого содержания: здоровье, отношения, бизнес и так далее. Так же с помощью этой модели мы можем получить описание любой системы, ее свойства, принцип действия, характер внутренних напряжений и поведения при взаимодействиях. Я работаю в детском центре арт – терапевтом и непосредственно связана с цветовыми решениями через детские рисунки.

В результате изучения этого модуля расширилось мое представление о энергии цвета. Несколько лет назад я интересовалась цветотерапией и даже подумывала пойти учиться в этом направлении, но Вселенная подарила большой подарок – Нейрографику, где посредством рисования и умением управлять энергией цвета я могу регулировать любые жизненные процессы в жизни. Цвет имеет значение для восприятия и глубины погружения в бессознательное. Когда мы обращаемся к цвету, то обращаемся к энергии самости. На этапе архетипирования от глубокого погружения в работу приходит вдохновение. Это один из моих любимых этапов, так как обостряются чувства, эмоции и понимание.

В процессе работы со стихией дерева, я стала замечать в себе изменения: стала более активной подвижной, стала танцевать, делать зарядку, почувствовала внутри себя молодой задор и кураж, стала очень жизнелюбивой, мне все стало интересно, хочется познавать новое. Стихия огня усилила во мне выразительность, мне стали делать комплименты, стала радостно жить, я научилась любить себя, стала терпимей относиться к людям, видеть в них больше хорошего. Работая со стихией земли – основной задачей было найти опору в себе, осознание себя, что со мной происходит. В процессе работы пришли: осознанность, уверенность, я стала более уравновешенной. Работая со стихией металла, я заметила, что я избегаю в своих рисунках, цветов металла, а ведь элемент металла несет, такие важные качества как дисциплина, стойкость, сила воли, структурированность.

Я стала намеренно управлять этими цветами, добавляя их в рисунки и отметила, что во мне стали происходить изменения: я стала более стойкой, смелой, стала более мужественно переносить трудности, пропала лень и грусть. Благодаря стихии вода, я стала более спокойной гармоничной, гибкой в мышлении, стала более глубже и масштабней мыслить и мудрее относиться



к людям, научилась по настоящему прощать, отпускать и принимать людей и разные жизненные ситуации. А еще я отследила, что изменилась цветовая гамма моей одежды, она стала более природная, естественная и в процессе рисования с меня как шелуха стали слетать маски: «я хорошая», «я удобная», «я все могу», «я всегда сильная», «я должна быть хорошей», я стала принимать себя такой, какая я есть: естественной и настоящей.

4. Алгоритм «НейроСкетчинг».

В нейрографике НейроСкетчинг — это метод, который заключается в приемах быстрого рисования с целью достижения быстрых изменений состояния, отношения, либо образа изображаемого объекта. НейроСкетчинг применяется при рисовании объектов с натуры (портрет, пейзаж, натюрморт), а также при рисовании геометрических фигур и их композиций, создание работ по образцам. Рисование в течении двух вебинаров было для меня какой-то шоковой практикой.

Нужно было нарисовать много объектов за очень короткое время, поэтому сразу поднялись мои страхи, переживания, что не получается, не хватает времени и это было для меня большим стрессом, никаких мыслей в голову не приходило, я только рисовала, пытаюсь успеть. Но после слов Павла Михайловича, что мы рисуем по мотивам этих работ, что главное запечатлеть образ, мне стало легко и спокойно, потому что здесь главное мое видение объекта, мое впечатление, и именно я художник на данный момент и рисую, как чувствую. Это было очень круто, ощущение радости, ощущение смелости о которой даже мечтать не могла.

Я ощущала себя настоящим художником, сбылась моя мечта! Работа с собственным портретом, была очень впечатлена тем, что погрузилась в свой внутренний мир, очень глубоко (хотя было очень страшно, даже дотронуться маркером до своего лица на листе бумаги). Эта работа открыла меня настоящую, без всяких масок, помогла поверить в себя, увидеть свое истинное лицо, принять и полюбить себя. Я получила огромное удовольствие в процессе рисования по этому модулю, так как очень понравилось состояние собранности, концентрации, некогда думать: получится или не получится, правильно я рисую или нет, и тем самым я расширила свои границы и совсем стало не важна чужая оценка меня, много лет во мне жил страх оценивания, что я недостаточно хорошо, что то делаю, «страх – не получится», «страх – что со мной что-то не так», в процессе рисования эти страхи просто растворились, как будто их никогда не было. Благодарю Вас, Павел Михайлович за отличный инструмент НейроСкетчинг.



5. Алгоритм «НейроМандала».

НейроМандала — это метод познания трансформации себя и мира, это новые возможности открыть ресурсы в своей жизни, создавая новые нейронные связи. Рисуя НейроМандалу по определенным законам, мы проводим мощную, трансформационную работу на семи уровнях смысла. Заряжаем мандалу необходимыми нам энергиями, и ее действия активизируют новые смыслы и потенциал актуального запроса. Работая с этим алгоритмом, я брала, увеличивала свои и личные силы, и гармоничные отношения с другом, мое обретала гармоничное состояние. Очень вдохновила Мандала Путь Героя, прорисовывая ее, вспомнила весь путь от моего депрессивного состояния, которое было полтора года назад до момента рисования нейрографики. Очень отозвался первый пункт «зов». Сразу вспомнилось состояние, что я чего-то хочу пока не понятно, что это, какойто внутренний зов, внутренний поиск себя целостной. Открытием было, что каждый проект проходит все 12 этапов, и я поняла, что уже на пути «стать инструктором нейрографики» прошла «точку смерти», а значит, началось «восхождение», неопишуемое состояние радости и восторга, уверенности, что все получится.

6. Алгоритм «НейроСинтез».

Метомодерн – это профессиональный базовый курс, который поднимает ряд вопросов, связанных с темой: как быть человеком, каким быть человеком. Как нарисовать модель себя так, чтобы отразить потенциал своего развития. Это способ войти в будущее чистых намерений с открытым и любящим сердцем с гармонией в сознании. Это изучение четырех квадрантов реальности (премодерн, модерн, постмодерн и метомодерн), четырех типов общества, различающихся по структурам и задачам развития и мышления человека.

Для меня важно было наладить контакт с собой и миром, в этом я вижу свое будущее. Одной из моих задач заключается является реализация себя как инструктора нейрографики, в проведении мастер-классов/вебинаров.

Эта мысль вызывает у меня радостное предвкушение и восторг. Очень интересно было рисовать модель моего функционального «Я». Дроблением на роли, я все больше и больше познавала себя, гармонизировала и связывала роли между собой.

Удивлению моему не было предела, когда я увидела и почувствовала себя мульти ролевой личностью, увидела свои новые возможности, я стала успевать делать много дел, я забыла что такое лень, в процессе обучения



мне стало понятно как связаны между собой темы и из каких элементов они состоят, и как можно их в дальнейшем преобразовывать, улучшать, наполнять новой информацией и получая позитивные результаты.

7. Алгоритм «НейроКонтакт».

Изучение алгоритма НейроКонтакт на этом алгоритме пролетело на одном дыхании. Мне было важно создать позитивный сценарий во взаимоотношениях, развивать и получать те отношения, к которым я стремлюсь. Прояснять ситуации с близкими мне людьми и выстраивать новые и качественные коммуникации. В процессе работы поднялись страхи. Страх быть одинокой, страх чужого мнения, страх стереотипного мышления в отношении меня. Нейрографика показала, как волшебным образом можно без проблем восстановить и трансформировать в гармоничные, я научилась отпускать ситуации и субъектов, я узнала себя как субъекта коммуникации и увидела в себе целостную личность. Меня радует и вдохновляет, что таким интересным способом можно решить многие ситуации. Например: у меня на работе были натянутые отношения с главным администратором, человек неоднократно подводил, подставлял, распускал сплетни, что доставляло мне массу неприятностей и раньше меня это очень раздражало и злило. С этой ситуацией мне помогла справиться нейрографика, я посмотрела на главного администратора другими глазами (делать гадости за спиной может глубоко несчастный и испуганный человек), я прониклась к ней сочувствием, мысленно поговорила, пожелала ей добра, попросила прощения за то, что злилась на нее и, конечно же рисовала, рисовала, рисовала ... Отношения стали прекрасными.

8. Алгоритм «НейроЦель»

Цель, достижение и результат – 3 категории, с которыми работают в процессе моделирования. Каждая из них имеет в себе графическое выражение. Я научилась моделировать реальные цели и достижения. Этот алгоритм энергией, свершением, волшебством, было интересно наблюдать за своим состоянием и ощущениями, когда мы рисовали звезды из множества треугольников, что вызывало драйв, веселье, радость (хотя раньше треугольники использовала редко, в основном старалась все гармонизировать), здесь не хотелось сопрягать, нравилось состояние восторга, пришла мысль, что я сама Звезда на небосклоне и скорее всего все люди Звезды, просто их потенциал закрыт и они даже не догадываются. Все образы заряжены положительно и ведут к успеху и достижению. Ощущается движение вперед к новым целям, у меня совсем пропал страх к конкуренции, мне понравилось проявлять при помощи звезд остроту в мир показывая, что я бываю разная. Отметила, что мой голос стал звучать по-другому, он стал



более глубоким и красивым. Я стала читать стихи своим друзьям, без стеснения проявляя себя и таким образом. В жизни появилась четкая уверенность, что со всем можно справиться, я люблю общаться с людьми в живую и поставила себе цель создать свою школу нейрографики, чтобы это было уютным, теплым, комфортным местом для людей, которым нужна поддержка помощь, для людей, которым нужно раскрыть свои таланты и поверить в себя.

9. Алгоритм «НейроТайминг»

НейроТайминг – это алгоритм нейрографики, который позволяет построить свою уникальную дорогу в будущее, проложить маршруты достижений и успеха. Это замечательный алгоритм, позволяющий увидеть время в объёме. Темы, которые я прорабатывала связаны с продолжительностью жизни до двухсот лет и более. Удивительные ощущения разрешить себе представлять, размышлять о будущих жизнях. На протяжении всей работы была вера, то, что я рисую и это есть на самом деле. Настоящее, прошлое и будущее – это единый организм, тело откликалось на каждую линию, очень необычное восприятие своей жизни, которую я проживала на своем рисунке. Техники данного алгоритма очень понравилась, ощущение волшебства не покидало на протяжении всей работы, ощущение, что я сама волшебник, который управляет своей реальностью, ушел страх перед старостью и смертью. Осознание этих страхов позволит жить максимально, наполнено, с любовью и благодарностью.

Заключение.

«Я художник своей жизни» Ну вот, и позади учебный год, внутри очень разные чувства – это и радость, что наконец – то написан диплом и сданы все работы, это и мысли, что теперь нужно выходить на новый уровень – дипломированного инструктора, а еще какая-то грусть, что закончился прекрасный период в моей жизни. А разве он закончился? Так и хочется сказать, что все только начинается. Все начинается лучшим образом, потому что в руках такой прекрасный инструмент Нейрографика.

Огромное спасибо, Павел Михайлович, за такой прекрасный, волшебный метод, через который я лучше узнала себя, приняла себя и полюбила, увидела ресурсы, о которых даже не подозревала и которые позволят мне в будущем жить и осознавать все, что происходит в моем теле, наблюдать за своими эмоциями, видеть свои ограничения, планировать и создавать будущее, ставить цели, о которых боялась даже подумать.



Пономарева Надежда. Я художник своей жизни.

А еще большая радость в том, что мой сын, невестка и моя подруга стали рисовать нейрографику. Прогнозы врачей в отношении моей травмированной руки не оправдались, с рукой все хорошо. И, в заключение, хочу выразить благодарность тем людям, которые помогли мне пройти этот удивительный, интересный период в моей жизни: моей группе инструкторов № 6-7, огромная благодарность моему прекраснейшему куратору Асе Годок, это человек который помогал и поддерживал на всем этапе пути, нашим супервизорам, Галине Бойко, Анне Ивойловой, Светлане Авериной, Гегане Дееничиной, Елене Калмыковой, Невене Петровой за очень корректные, доброжелательные супервизии. И еще раз выражаю огромную благодарность Павлу Михайловичу за любовь к людям, желание им помогать, за его оптимизм, жажду жизни, радость общения и за веру в творческую, счастливую, рисующую планету Земля.

[Ссылка на дипломную работу Пономаревой Надежды в авторском стиле](#)

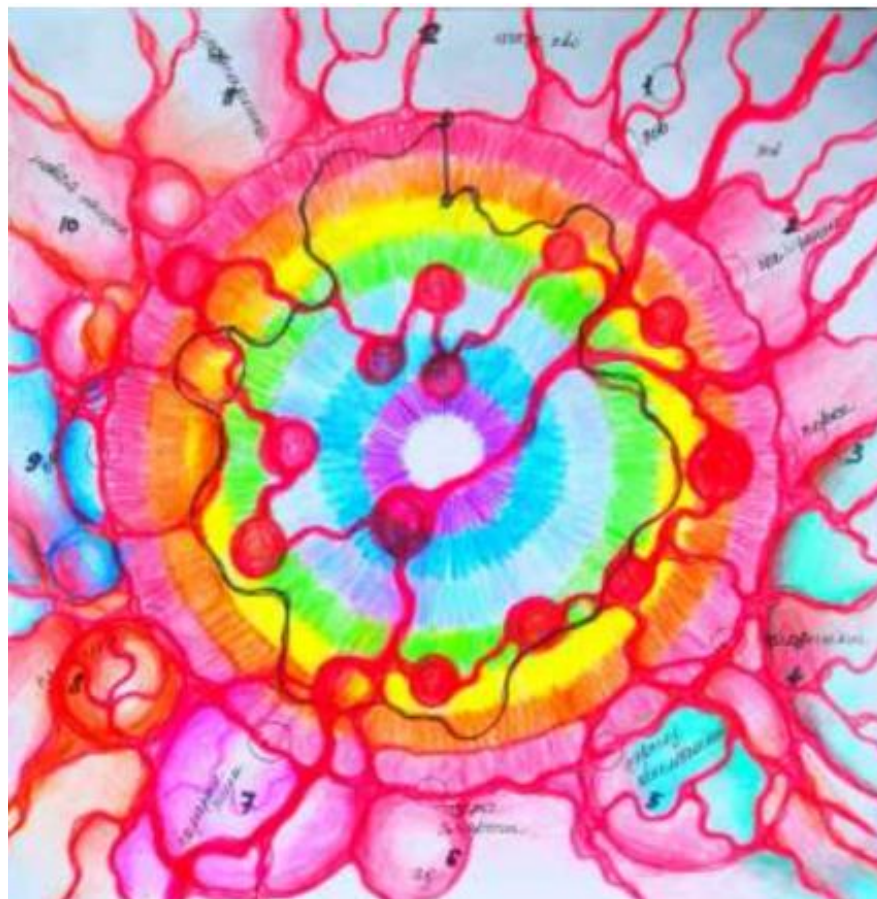


Работы

Тема: снижение веса.



Тема: я – успешный инструктор НейроГрафики и востребованный коуч.





Автор:
Проктор Татьяна
Супервизор:
Василенко Елена

Тема:
Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

Мои первые шаги в НейроГрафике.

Моё знакомство с нейрографикой началось в октябре 2020 года. Я случайно наткнулась в интернете на необычный рисунок, который привлёк моё внимание. Я очень счастлива, что в тот момент я этим заинтересовалась, и, пройдя по ссылке, открыла для себя нечто новое! Впервые прочитав слово "нейрографика" я стала гуглить, что это такое, и мне повезло, я сразу наткнулась на Институт Психологии Творчества. В то время у меня было депрессивное состояние из-за неопределенности в жизни во время пандемии, ограничений в передвижении, смутных перспектив на будущее, так как муж хотел переехать в другую страну из-за проблем с бизнесом.

Я открыла одно из первых видео, основателя метода Павла Пискарёва, где он презентует нейрографику, и стала рисовать вслед за ним. Нарисовав свою первую неказистую картинку под это видео, на тему «Избавление от страха за будущее», мой мозг просто взорвался! Это было яркое впечатление, шквал радости, надежда, что все наладиться, я почувствовала лёгкость, моя депрессия улетучилась!

Это была любовь первого рисунка! Я поняла, что нейрографика - это моё, и захотела освоить этот метод, во что бы то ни стало. Я стала рисовать каждый день и очень скоро у меня появилась возможность пройти курс пользователя нейрографики в институте. Я нарисовала много АСО, на темы, которые меня тревожили в тот момент, и ситуации стали меняться к лучшему. Бизнес у мужа потихоньку стал восстанавливаться, мы решили никуда не переезжать. Тогда я поняла из опыта, что нейрографика не только улучшает настроение, но что позитивный настрой реально меняет ситуацию.

Чем больше я рисовала, тем больше мне хотелось учиться на инструктора нейрографики, но я не могла понять, как мне привлечь необходимую сумму денег. Желание было настолько сильное, что я постоянно рисовала рисунки на эту тему. По мере моей уверенности, что моя



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

мечта может осуществиться, приходили деньги, и вот у меня уже скопилось необходимая сумма, чтобы купить отдельно все алгоритмы инструкторского курса! Я была несказанно рада, что могу изучать алгоритмы, но мечта стать инструктором всё равно не оставляла меня, и поэтому, я рисовала на тему «Я учусь на инструктора нейрографики», думая, что это сможет быть реальностью в 2022 году. Но вдруг, мне на счет поступает сумма денег от старого должника, от которого я уже не ожидала получить возврат долга. Я не верила своим глазам, сумма была на несколько сотен рублей больше той, которая мне была необходима для инструкторского курса. Для меня это стало знаком, что я на правильной пути, что этот курс мне необходим, и я даже смогу попасть на курс в 2021 году! Ещё до начала инструкторского курса, 1 марта 2021 года, я смотрела различные алгоритмы прошлых лет, и нарисовала около 100 рисунков на разные темы, смотрела лекции Павла Пискарева.

Меня поразило, какие разносторонние знания даются в институте, и их глубина. Я поняла насколько мне не хватает знаний в области психологии для того, мне хотелось более глубоко разобраться в тех или иных темах. Я почувствовала сильное желание пойти учиться на психолога. Интерес к этой области был у меня всегда, ещё с детства, но всегда не было времени и мотивации, чтобы получить второе высшее образование. И теперь, из-за пандемии, у меня появилось время для учёбы, а благодаря нейрографике появилась сильная мотивация учиться. А подумала, почему бы с помощью нейрографики не осуществить и эту мечту.

И я стала рисовать рисунки на эту тему. Буквально через несколько дней, мне попала информация о Московском Институте Психоанализа (МИП), которой я очень заинтересовалась. Изучив программу и условия обучения, я поняла, что это то, что мне нужно! Дело осталось, как всегда, за малым, где взять деньги? И в этот раз я с дерзновением уверовала, что и это моя грандиозная мечта осуществится, так как нейрографика - это что-то волшебное. И она не обманула моих ожиданий! Я нарисовала несколько рисунков, и мой муж согласился оплатить мое обучение! Таким образом, за 4,5 месяца, из человека в унынии из-за проблем, я стала счастливой студенткой 2 институтов, и для меня это было грандиозно! Конечно, не просто учиться одновременно в двух учебных заведениях.

Я постоянно страдала от нехватки времени, потому что с детства стремилась выполнять работу максимально хорошо, и поэтому, на мой взгляд, часто страдала медлительностью. Я начала впадать в стресс, из-за того, что я не успеваю сделать все так хорошо, как я бы хотела. Понимая,



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

что у меня появляется «завал» и неудовлетворенность собой, страх, что я не справляюсь с таким большим объемом, я нарисовала несколько АСО чтобы избавиться от перфекционизма. Эти рисунки не принесли облегчения, так как я заметила, что я даже боюсь нарисовать некрасивую нейрографику. Тогда я поставила себе задачу нарисовать самый страшный и некрасивый рисунок, на какой только способна, совершить максимальное количество ошибок. Дав волю своим негативным страхам, я максимально попыталась нарушить все свои внутренние границы, сделать на бумаге что-то ооооочень некрасивое! Неожиданно, картинка получилось достаточно симпатичной, и мне это понравилось, результат очень вдохновил!

Я успокоилась, и поняла смысл выражения, о том, что лучшее - это враг хорошего. Я увидела, что мое желание сделать идеально отнимает у меня много сил, энергии, времени, оно совершенно не соразмерно с полученным удовольствием от результата, в то же время, преодолев страх сделать ошибку, и сделав что-то по-новому, достаточно хорошо, при этом расслабившись, признавая, что я - не идеальная, можно получить гораздо больше радости и драйва. Благодаря этому осознанию я стала гораздо проще относиться к учёбе, максимально выкладываясь, делая задания, я стала напоминать себе, что результат все равно будет наилучшим в данной ситуации, я перестала бояться совершить ошибку, мусолить работу «до идеала». В результате моя скорость выполнения заданий, а также хорошее настроение, существенно увеличились! Очень легко стали приходить новые идеи, методы и инструменты для эффективности и оптимизации работы.

Как мой опыт в НейроГрафике помог клиентке.

Это осознание помогло мне в работе с клиенткой. Я выяснила, что ей очень трудно принимать решения в жизни, она постоянно сомневается, и часто избегает их принимать, чтобы не ошибиться, ждёт, что кто-то другой примет за это ответственность. Это существенно ухудшало качество её жизни. Например, несмотря на то, что у неё есть поклонники и было несколько предложений выйти замуж, она до сих пор никого не выбрала, так как боится, что выбрав кого-то одного, откажется от шанса найти кого-то лучше. На первой встрече, рисуя АСО-1 по своей теме, она очень медленно и скупулёзно всё вырисовываться, использовала светлые цвета, но все равно, результат ей не понравился, она посчитала его очень «грязным».

На второй сессии я предложила ей нарисовать АСО-1 на тему «Самый плохой, некрасивый, грязный и ошибочный рисунок». Она стала рисовать быстро, размашисто, использовала яркие цвета, и, о чудо, этот рисунок ей очень понравился! Это ее развеселило! Позже она рассказала, что благодаря



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

этой практике, у неё произошёл прорыв, что-то в ней кардинально изменилось, она перестала бояться совершать ошибки, стала говорить себе: «Ну, я попробую, и посмотрю, как получится», вместо отказа от действий, как раньше. Также, она стала относиться к негативным высказываниям более равнодушно. Если раньше, она руководствовалась мнением других людей, то теперь у неё появилась позиция: «Ну, и что, что они так думают, мне нравится по-другому». Она сообщила, что испытывает облегчение, так как поняла, что если она начнет действовать, то есть большая вероятность, что в конечном итоге, всё будет хорошо.

Моя учеба, НейроГрафика и гештальт-терапия.

Помимо трудностей обучения в двух учебных заведениях одновременно, есть и полезные моменты. Например, курс по групповой психотерапии в МИП мне очень помог в проведении группового тренинга по нейрографике. Это был очень волнительный опыт, у меня даже накануне разболелась спина, поскольку я сомневалась, смогу ли я рассказать всю необходимую информацию о нейрографике, хватит ли у меня времени и теоретических знаний, чтобы удержать внимание 10 человек, чтобы все закончили рисовать в срок, а также, получили свой позитивный результат.

Я помнила, что мои первые практики индивидуальной работы с клиентами были очень длинными, и только с четвёртой сессии я научилась укладываться в один или полтора часа. Все полученные знания помогли мне подготовиться к групповой встрече, и всё прошло достаточно гладко, для первого раза. Я была очень довольна, от участников группы я получила хорошие отзывы и благодарность. С другой стороны, знания, полученные в Институте психологии творчества помогли мне в сдаче реферата в МИП, где я писала, как я применяю принципы гештальт-терапии в своей жизни. Я написала, что постоянно практикую принципы гештальт-терапии, рисуя нейрографику, поскольку нейрографика является гештальтом, которая имеет отношение к целостности.

В реферате по гештальттерапии, на примере АСО, я описывала, как с помощью нейролиний мы преобразовываем образ негативного гештальта, до тех пор, пока уже не можем увидеть его первоначальную фигуру, которая нас беспокоила, и затем создаем на бумаге образ нового гештальта, которая будет олицетворять желательный результат по нашей теме, который мы запечатлеваем и выделяем с помощью линий и цвета.



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

После визуализации гештальта решения задачи, его реализация может происходить гораздо эффективней, поскольку происходит большое высвобождение энергии, которая может быть направлена на решение проблемы или поставленной задачи, на трансформацию мыслей в реальность.

Также, в нейрографике используется принцип гештальт-терапии «Здесь и теперь»: на протяжении всего рисования необходимо прислушиваться к себе, что происходит здесь и сейчас, что происходит по четырем фокусам внимания, какие происходят изменения в чувствах и эмоциях, в ощущениях тела, в изменение смысла темы, в визуальном восприятии рисунка, что помогает слышать себя, свои потребности и желания, отслеживать, как реагирует тело на мысли и чувства, и понимать себя глубже. За этот реферат я получила 100 баллов!

Проживание сложного периода жизни с НейроГрафикой.

То, что я могу опереться на нейрографику я особенно ясно поняла в мае 2021 года, когда умер мой папа. Рисование помогло мне выдержать это горе, сделать все необходимое, поддержать мою семью. Лето оказалось очень сложным периодом в моей жизни, и нейрографика помогала его пережить, дала мне утешение и спокойствие. Очень помогло в тот период рисование мандал, особенно мандалы Рода, которая помогла мне увидеть каждого члена рода – как значимую частичку единого организма, созданного для бесконечной жизни. Рисование мандалы Рода помогло мне проститься с папой в реальности, но соединиться с ним в душе на уровне безусловной любви, принять от него все самые лучшие качества и отпустить все ненужное. Летом мне пришлось самой делать сложный ремонт.

Во всех сложных ситуациях, когда нужно было принимать решения, снять напряжение, избавиться от нервозности и тревоги - я рисовала, и это мне очень помогало. Я точно знаю, что без нейрографики я бы не справилась в тот период с этой ложной задачей. Мне очень запомнился один случай, когда у меня сильно болели мышцы, после покраски потолка. Мне предстояло покрасить его и на второй день, но я не могла настроиться на это, из-за боли и из-за нежелания делать неприятную работу. Поскольку помочь мне было некому, я понимала, что мне будет необходимо это сделать самой. Как всегда, в сложных ситуациях, я обратилась к нейрографике, сделала выброс АСО, всё округлила, и, о чудо! Мои мышцы наполнились силой и энергией, настроение улучшилось, а мышечная боль ушла!



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

Затем, спонтанно, мне захотелось использовать другой метод окрашивания потолка, и он оказался очень быстрым и эффективным. Я легко закончила эту неприятную работу, у меня ещё остались силы, время и желание сделать что-то еще. Это был первый раз, когда меня поразило и порадовало, что даже психосоматика подвластна нейрографике. Потом у меня еще были случаи, когда во время рисования проходила болеть голова, переставала ныть поясница.

Яркая жизнь.

Я очень рада, что во время обучения на алгоритме НейроКолор была затронута тема взаимосвязи тела с пятью элементами, она меня очень заинтересовала. Думаю, что в будущем, я бы хотела более глубоко изучить эту тему. С детства меня очень привлекала живопись. Учась в художественной школе, я всегда чувствовала, что мне не хватает смелости рисовать ярко, мои работы мне казались тусклыми и скучными, я старалась подражать художникам, которые умели писать сочно, контрастно, мне это очень нравилось, но я не понимала, как этого добиться. И только сейчас, рисуя нейрографику, не боясь что-то испортить, имея возможность постоянно практиковаться, я стала чувствовать цвета, и теперь, мои работы мне кажутся, яркими, сияющими. Я очень откликаюсь на цвет, порою удачное сочетание цветов уносит меня в неведомые счастливые дали, наполняя мое сердце сладкой негой, и хочется ликовать от красоты переливов цветов.

НейроГрафика стирает границы.

Благодаря нейрографике, ко мне в гости, чудесным образом, смогла приехать племянница. Она давно хотела погостить у нас, но из-за пандемии не могла, и я нарисовала на эту тему несколько рисунков. Наконец, этой осенью всё сложилось, и племянница купила билеты. Незадолго до поездки она выяснила, что использовала ошибочную информацию, оказывается, поскольку у неё нет прививки от коронавируса, то ей нельзя пересекать границу с Финляндией на автобусе, а если нет вакцинации, въезд разрешен только членам семьи граждан Финляндии по приглашениям (ими являются только родители, дети и супруги).

Она очень расстроилась, но благодаря нарисованным ранее нейрографическим рисункам, у меня была полная уверенность, что она приедет к нам в гости. Мы стали звонить в посольство, и нам объяснили, что если она полетит на самолёте через границу, то никаких справок о прививках не нужно. Когда она оказалось в аэропорту Санкт-Петербурга, оказалось, что и эта информация была ошибочной, и ей необходимо приглашение от финских родственников. Обычно, такие приглашения мы



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

заверяем в магистрате Финляндии, но тут, представитель аэропорта согласилась, что ей будет достаточно приглашения только с моей подписью и фото моего финского паспорта на экране телефона. Я это сделала, честно указала, в приглашении, что она моя племянница, на английском и на финском языках. После этого, я села рисовать очередной рисунок на тему благополучного, безопасного приезда племянницы к нам в гости, и в сердце у меня было спокойствие, радость, ощущение, что всё будет хорошо.

А в это время, в аэропорту, проверяющая, возможно, не знающая иностранные языки, посмотрев на приглашение, спросила, кем я ей являюсь, и моя племянница, вспомнив про правила для финских родственников, сказала, что я ей мама! И ее пропустили в самолет! А на финской границе никто даже не спросил про приглашение, её пропустили без лишних вопросов. Это было чудо! Когда я рассказывала эту историю своим знакомым, они мне не верили, они говорили, что это невозможно! Вот так, наше счастливое неведение и опора на маркер снова выручили, и привели к осуществлению задуманного!

Новые горизонты с НейроГрафикой

Я никогда не хотела преподавать. Мои старшие сёстры выучились на учителей, и когда мне говорили, что, наверное, я тоже стану педагогом, я говорила, что только не это! Но когда я познакомилась с нейрографикой, моим первым желанием было с кем-нибудь поделиться этим, кого-то научить рисовать. Теперь, наши посиделки с подружками часто организовываются с целью порисовать нейрографику. Они спрашивают, когда мы можем порисовать, какие новые алгоритмы я узнала. Пока, в основном, мои сессии учебные, где каждый раз я пробую что-то новое для себя, новый алгоритм, новую коучинговую практику, индивидуальное занятие, групповое занятие. Я открыла, что групповые занятия для меня хоть и более энергетически затратные, но гораздо интереснее, чем индивидуальные.

Я начала осваивать проведение встреч онлайн через zoom, уже провела несколько индивидуальных и пару групповых занятий по интернету. Для меня это очень увлекательно. Думаю, что я продолжу такую практику, и для этого хочу пройти дополнительное обучение, как более качественно проводить уроки по интернету, как записывать вебинары, прямые трансляции, каким лучше оборудованием пользоваться. Учась в МИП, к нам часто обращаются клиенты на учебные бесплатные сессии. Ко мне обратилась девушка с депрессией.



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

Вспоминая, как нейрографика помогла мне во время моего депрессивного состояния, я решила ей помочь, напоминая себе, что в любом случае, психолог не может сделать пациенту хуже, чем есть. Уже на первой встрече, после начального интервью и предварительной диагностики, я показала ей, как делать выброс и скруглять. Ей стало гораздо лучше, она сказала, что ей стало спокойней, тревога ушла, в конце сессии она начала улыбаться.

На второй встрече она выразила заинтересованность нейрографикой, сказала, что в течении недели у нее было хорошее настроение, что она рассказала о нейрографике своей матери, и теперь та тоже хочет узнать об этом методе. Прогноз у этой девушки хороший, будем работать дальше, надеюсь, у нее все будет хорошо. За этот год нейрографика дала мне очень много и в личном плане, темы, которые я прорисовывала дали такой результат: У меня улучшились отношения с сыном, в них появилось больше тепла и взаимопонимания.

Я перестала смотреть на него с тревогой за его будущее, у меня появилась уверенность, что всё происходит правильно, и в своё время, что он - «о'кей», и его позитивные намерения непременно приведут к изменениям к лучшему. У меня пришло понимание, что я хочу жить в новом, удобном и комфортном доме, и наметила, что начну делать конкретные шаги к осуществлению этой мечты уже в следующем году. Я начала заниматься йогой, нашла хорошую группу единомышленников недалеко от моего дома.

У меня зажглась, и не утихает жажда новых знаний по психологии, хочется продолжать оставаться в институте психологии творчества, потому что я чувствую, что еще не все взяла для себя из той глубины и широты знаний, который дает институт. Самым большим достижением я считаю то, что я стала более открытой и искренней, и это произошло благодаря тем 4-м фокусом внимания, которые мы удерживаем, при рисовании нейрографики и описываем их в своих отчётах. Я замечаю, как мой психологический словарный запас увеличивается, и рефлексия становится всё более глубокой.

Ну, и конечно, с момента знакомства с нейрографикой, я постоянно пребываю в радости творчества, и это наполняет моё сердце, вызывает желание делиться этим счастьем с другими людьми. Благодарю институт, дорогих супервизоров, и конечно, Павла Пискарева, за это удивительное, 9-месячное путешествие!



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

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



Проктор Татьяна. Что мне дала НейроГрафика за год знакомства с ней.

Работы

Тема: улучшение отношений с сыном.



Тема: мандалы моей жизни.





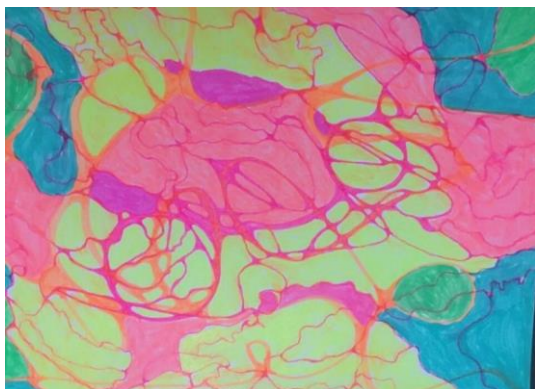
Автор:
Путилова Ольга
Супервизор:
Калашникова Эльвира

Тема:
Мое погружение в мир НейроГрафики.

1. Знакомство с НейроГрафикой.

Лично мне близко следующее определение Нейрографики, как творческого метода трансформации мира, который помогает выйти за пределы своих ограничений, развиваться и повышать качество собственной жизни. Каждое занятие Нейрографикой это встреча с самим собой. Она дает возможность познания себя через творчество, возможность увидеть свои истинные желания и моделировать свою жизнь в соответствии с ними. Конечно, это понимание пришло ко мне далеко не сразу, чтобы осознать все это мне пришлось рисовать более 3х лет и получать разный свой опыт и опыт своих клиентов. Об этом я хочу рассказать подробнее.

19 ноября 2017г. я пришла на мастер-класс по Нейрографике. Что такое Нейрографика я не знала, не было ожидания от рисунка. Рисунок так меня захватил, мне очень понравилось рисовать, я получила эмоциональный подъем. Тема была выбрана замужество, только сейчас глядя на рисунок и вспоминая себя, я понимаю, что в моей голове был полный беспорядок по данному вопросу. И преподаватель сама была лишь начинающим пользователем и связи с малым количеством знания и опыта, не могла дать всю технику грамотно. Только окончив курс «Инструктор Нейрографики», понимаешь различие уровня знаний Пользователя, Специалиста и Инструктора.



С этого рисунка началась работа с психологом и познания себя. У меня совершенно отсутствовал контакт между телом, душой и разумом. Голова всегда была отдельно, тело жило своей жизнью, как чувствовало при этом себя тело и что происходит, голове было не интересно. А



про чувства, с совсем забыла. Было не привычно задавать себе вопрос: «Что я чувствую?».

2. Мои результаты.

С того времени я начала много рисовать. В основном я использовала алгоритмы АСО и АВН. Со мной всегда был блокнот, наборы фломастеров и карандашей. В любой непонятной ситуации я брала в руки фломастер и рисовала. До знакомства с Нейрографикой, я часто нервничала и переживала бурю эмоций, с которыми сложно было справиться, думала, что спасали посиделки с друзьями с алкоголем и сигаретами. Но это было лишь временное ложное спасение, потом все возвращалось, сложная ситуация, я нервничаю и не могу поступить по-другому, нет сил и ресурсов.

Весной 2019г. я много рисовала по своей зависимости от курения. Консультации с психологами, жвачки и разные пластыри, не давали результаты. Закончив, очередной рисунок я поняла, что у меня больше нет тяги к курению. Я увидела картину, что у меня снимаются крючки, которые держали меня в прошлом. Ушли программы из детства, какие я не знаю, это не важно. Тело перестало принимать табак и воспринимать его, как отравления. Количество сделанных рисунков, я не знаю, рисовала каждый день.

Еще я заметила, что начала вести себя по новому, у меня появились силы разговаривать спокойно, не включаться эмоционально в какие-то ситуации. Я начала справляться и восстанавливаться без алкоголя и сигарет. Меня увлекали рисунки, я радовалась покупками новых карандашей, красивых альбомов и ярких фломастеров.

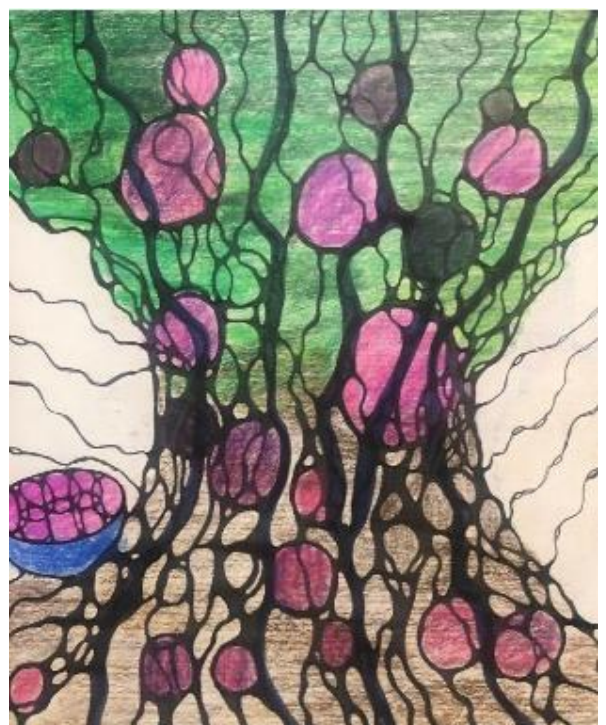
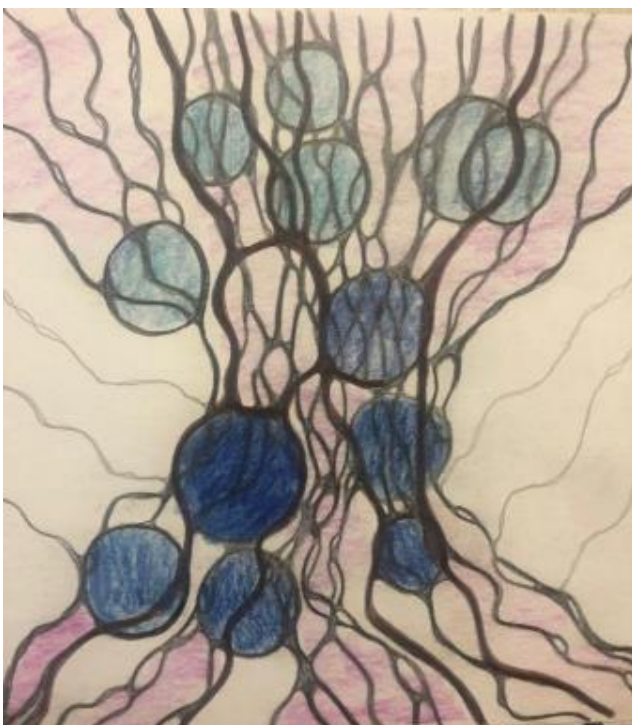
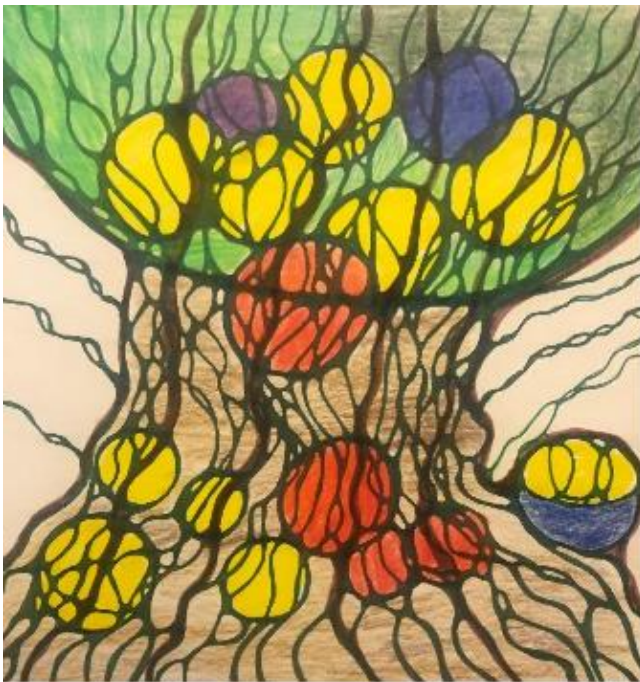
Мое окружение видели результаты после рисования, мое поведение стало меняться, появилась радость жизни, у меня появилось увлечение, которое приносило счастье и желание творить. Подруги просили с ними порисовать, многим было интересно. Без образования и знаний, я не могла работать с другими людьми.

Осенью 2019г. я поступила учиться на Пользователя. Сложности совсем не возникало, так как алгоритмы «АСО» и «АВН» я знала и любила. Сертификат я получила легко и рисовала много для себя. Алгоритм «АСО» помогал справляться со страхами, тревожностью и агрессией. Алгоритм «АВН» помогал мне в принятии сложных решений, когда надо было подумать, взять на себя ответственность за свое решение. Эти два алгоритма были со мной много месяцев.



Однажды у специалиста я познакомилась с алгоритмом «Нейродрево». Алгоритм так меня захватил. У меня появились альбомы с рисунками моих любимых деревьев. Техника «Нейродрево» одна из моих любимых, этой техникой я рисовала повышение своего финансового дохода, повышение своей ценности, улучшение здоровья.

С собой всегда был блокнот формата А5, там я рисовала «Нейродрево». В основном тогда была тема повышение ежемесячного дохода. Именно столько я сейчас получаю каждый месяц постоянно. Часть моих любимых деревьев, я сохранила:





Все эти деревья для меня, сильные и мощные, они основательно стоят на ногах, имея сильные корни. Все деревья содержат множество ресурсов, для реализации моих намерений. Причем ресурсы не только внутренние, но и внешние, такие как сильное окружение, которое дает поддержку.

Много своих вопросов я решала с помощью Нейрографики. В моем арсенале было 3 алгоритма: «АСО», «АВН», «Нейродрево». На тот момент мне этого хватало. Часто использовала АВН в решении своих вопросов. Иногда хватало одного рисунка, и был отличный результат.

Далее опишу 2 рисунка, они особенно запомнились мне, результат был мгновенным.



Нам надо было срочно вылетать и обменять билеты на самолет. Нам в санатории надо было быть через 10 дней. Я написала в авиакомпанию, через день от них пришло письмо, что ответ будет в течение 14 дней. Был риск не успеть. Я начала звонить в авиакомпанию, но телефон был постоянно занят. В интернете нашла информацию, что дозвониться совсем не реально, может повести ночью.



Эмоции были сильные, я злилась от безысходности. В таких ситуациях, я начинаю рисовать. Как рисунок был закончен, я почувствовала, как гнев ушел, я была спокойна. В новом состоянии спокойствия я начала снова звонить в авиакомпанию. И произошло чудо, я дозвонилась с первого раза и через 15 минут у меня на почте были новые билеты на самолёт. Моему счастью не было предела.



3 октября 2019г. у меня появляется желание участвовать в телевизионном проекте на местном канале «БизнесМентор». Этот проект был только для предпринимателей и собственникам бизнеса. Но я решила нарисовать рисунок на эту тему. Во время обеда я рисую рисунок. Вечером мне поступает звонок от продюсера этой программы с предложением участвовать, они готовы сделать для меня исключение, так как не имею собственного бизнеса. Спешно придумываем, какой проект я буду представлять в передачи. На тот момент я еще любила всех спасать, для проекта я взяла интернет-магазин своего брата. Интернет - магазином мне было совершенно не интересно заниматься. Проект шел 5 месяцев и в феврале 2020г. меня попросили провести мастер-класс по Нейрографике на проекте. Я понимала, что я только Пользователь, было страшно. Вокруг все уже говорили о моих результатах и об этом волшебном инструменте. Я решила рискнуть, и это был фурор, мой первый удачный и мощный мастер-класс среди представителей бизнеса нашего города. И в этот момент я приняла решение продолжить учебу в институте дальше.

На Инструкторский курс я денег не нашла, как я сейчас понимаю, это было не время, рано мне еще было. Я поступила учиться на специалиста. 10 месяцев я рисовала сама и с клиентами работы для сдачи. Мне все не нравилось, я не могла сдать ни свои, ни работы клиентов. Я считала их не идеальными. У людей менялись жизни, приходили новые возможности. Я себя оценивала и сравнивала, из-за этого мне было сложно идти вперед и сдавать работы.

Помимо учебы я рисовала с другими Инструкторами и это помогло мне в принятии и развития себя. Рисунки разворачивали мою жизнь, я проживала разные состояния. Если ситуация вызывала у меня эмоции и переживания, или я не знала, где выход, я переживала состояние детской беспомощности, я брала в руки фломастер и рисовала. Я слышала в свой адрес от близких людей, что лучше я бы поработала, чем бумагу переводила.

Некоторые темы, я прорисовала кейсами, с разных сторон. Например, принятие смерти отца. Сейчас я спокойнее отношусь к этой теме и чувствую внутри его поддержку и любовь. В первые годы, после его смерти, я умирала вместе с ним.

Я два года хожу к психологу на личную терапию, многие темы, которые там вскрываем, я прорисовываю.

Нейрографика была одним из инструментов для наполнения моего внутреннего ребенка. Мой внутренний ребенок был обиженным, униженным



и оскорбленным. В детстве меня заставляли учиться в школе, а мне хотелось заниматься творчеством, шить красивые наряды куклам и играть на сцене. Мама решила, что мне это может помешать в дальнейшей жизни. Я выросла и совсем забыла о своем творчестве. Нейрографика помогает мне получить эмоции счастья, я чувствовала, как доволен мой внутренний ребенок. Особенно ребенок ликует при пункте архетипирования.

Нейрографика является для меня мощным инструментом, который помогает мне. Через рисунки, я смогла прочувствовать свою творческую натуру, при этом в рисунках есть мною любимая структура и последовательность действий.

Нейрографика открыла для меня новый мир. В этом прекрасном мире есть сообщество рисующих людей, с которыми у меня совпадают интересы и взгляды. Нейрографика подарила мне много новых друзей. Нейрографика позволила мне начать реализовывать себя и свой потенциал.

Если я бы сохраняла все рисунки и записывала все результаты, информации бы хватило на целую книгу, книгу о том, как я нарисовала свою новую жизнь.

Во время учебы на Инструкторском курсе, я смогла принять и любить по-настоящему свои работы, ближе к осени. Сейчас я люблю свои работы и результаты. Несколько лет я не могла вносить и понимать цвета. Пройдя модуль «Нейроколор», я влюбилась в цвет. Мои рисунки заиграли новыми яркими красками, свои прежние рисунки я научилась читать, понимать, о чем я говорила через цвет. Каждый модуль влиял на меня, открывал по-новому. Каждый модуль я проживала очень долго. Я постоянно влюблялась в каждый модуль.

3. Результаты клиентов.

При подготовке работ на сдачу по курсу «Специалист» меня впечатлил результат у одной женщины. На момент начала рисования женщина с детьми ушла из семьи, работа ее не радовала, она встречалась с мужчиной, который ремонтировал ее машину и обманывал ее. Делали мы работы по техникам: «АСО», «Нейродрево», «Социальные страты», «SCOR», «TRUE», «Шаманский дождь», «Нейролотос». Через 4 месяца ее жизнь полностью поменялась. Она помирилась с мужем, он поддержал ее в намерении поменять сферу деятельности, она начала работать риелтором. Сейчас прошел уже год, она счастлива с мужем, они друг друга поддерживают и у них совместные проекты, в профессиональном плане у нее идут сделки. Она рада и



счастлива. Прорисовав кейс работ, мы заложили фундамент для ее изменений. Рисунки, к сожалению, я не сохранила, а отзыв остался.

Добрый день! Хочу поделиться с Вами своими мыслями по Нейрографике 😊. С Ольгой знакома с лета 2020, пришла к ней с запросом про отношения с одним мужчиной. Хочу сказать что когда рисовала первый раз создалось такое впечатление, что у меня все замечательно и не надо ни чего мне делать 😊, слова шли по запросу только хорошие 😊, но внутри после прорисовки создалось такое ощущение как будто есть что то внутри, что не пойму не могу прочувствовать, ощущение что я когда то, что то так закатала под асфальт, что и достать не могу 🙄. Если честно мысль эту я отогнала от себя тогда, подумала какая то фигня. И вот все рисую, рисую 😊 различными техниками под руководством Ольги, и совсем недавно в октябре, меня прорвало 😳😳😳. У меня откуда то пошла агрессия, были мысли что мне вообще все надоело, все надоели, и мне вообще это рисование не нужно, но я дорисовала рисунок успокоилась, слова конечно из меня вышли не совсем уже красивые 😊. Сделала вывод, что «асфальт» вскрылся 🙄, и надо дальше все доставать! За

4-е месяца если честно, много что поменялось в моей жизни, я поняла что этот мужчина вовсе не мой, он только разрушает меня и уничтожает то что есть во мне. Мы расстались. Я поменяла место жительства, в моей жизни появилось много хороших, добрых, открытых людей. Так что мой вывод Нейрографика работает!!! 😊 Просто когда вам покажется что эта какая то х..., не останавливайтесь идите дальше 🙄🙄🙄 😊 И будет все так как вы хотите 🙄. Спасибо огромное Оля, что она занимается такой практикой с нами 🙄🙄🙄 🙄

После такого продуктивного результата, у меня рисовала еще одна девушка. Мы с ней также прорисовали работы по техникам: «АСО», «Нейродрево», «Социальные страты», «SCOR», «TRUE», «Шаманский дождь», «Нейролотос». У нее был запрос на повышение заработной платы до 100 000, руб. Через несколько месяцев она достигла этого результата. Рисунки она оставила себе, а мне отправила отзыв.

Оля, как чётко
Особенно про работу
Ну вот прям верю, что не зря
рисовала и прорисовываю свою
цель в 100 тыс и все благодаря
тебе! Я счастлива, что ты есть у
меня, пишу и слезы идут от
счастья и благодарности

Летом 2020г., во время учебы на курсе «Специалист», я собрала группу девушек, мы рисовали технику «Нейродрево». Это были мои одни из первых мастер-классов. Было очень страшно мне вести мастер-класс, я боялась плохой оценки от людей, которые рисуют.



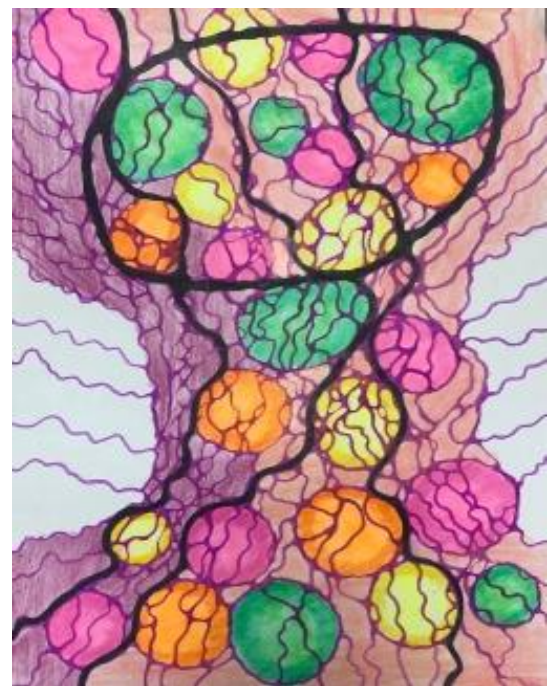
Одна из рисующих на этом мастер-классе закрыла ипотеку за 4 месяца, она позже поделилась этой информацией и поблагодарила, что открыла для себя этот волшебный метод.

Прошел год и некоторые люди все еще со мной, ходят на мастер-классы. Пример моего роста, как Инструктора можно отследить по результатам рисования одной женщины. Одна техника «Нейродрево» в разнице один года. Конечно, есть и заслуга самой рисующей женщины. Ее рисунки приобрели гармонию, как и поменялось ее внутреннее состояние. Через год рисования она закрыла долг в 500тыс. рублей и больше не пользуется кредитными картами. Для себя на рисунке 2020г. я отметила то, что рисующий сопрягал корни дерева и нейролинии в кроне не выводил вверх, а все закруглял. Имея опыт проведения мастер-классов, сейчас я бы объяснила, а тогда я этого не заметила, хотя группа была всего из 5 человек.

Лето 2020г.



Лето 2021г.





Отзыв клиента:

С нейрографикой я познакомилась около года назад. Мне посчастливилось познакомиться с Ольгой Путиловой. Ольга очень понятно и очень индивидуально объяснила мне, что это такое, как это работает и многое другое. Вспоминаю свой первый рисунок и улыбаюсь, как нелегко мне он тогда дался. Включилось сопротивление. Но Оля мягко и экологично помогла прожить это состояние. Результат на бумаге мне понравился. Но я даже не предполагала, что так скоро начнутся изменения в моей жизни. Изменились отношения в семье, с родителями, на работе. Я интуитивно почувствовала для себя огромный ресурс в нейрографике. Иногда после

нейрографике. Иногда после рисования проживаю какие-то негативные моменты, но я осознаю, что именно в этих ситуациях заложен огромный ресурс. Оля помогает прожить это, даёт отклик и это очень помогает. Работая по технике с мамой, мама обязательно меня набирает в этот момент. Ну как это работает?! Потрясающе! Я бы хотела, чтобы этот инструмент под названием Нейрографика, плотно вошёл в мою жизнь, помогая в разных ситуациях. Мне очень нравится, что рисуя, не нужно следить и анализировать, копать и надумывать что-то. Рисуя, меняюсь я, меняются мои близкие и позитивно меняется моя жизнь! Спасибо, Нейрографика! Сердечная благодарность, Оля, тебе!



14:26

Танечка, благодарю 🙏 14:29

Во время учебы на Инструкторском курсе, я много работала с людьми, были личные консультации и группы. В основном это были занятия офлайн, в формате живых встреч. Для меня всегда была важна личная встреча с человеком, где можно помочь человеку на первых шагах в знакомстве с Нейрографикой. Особенно радостно мне приходило со своими мастер-классами в компании подруг или друзей, где люди свое время проводят осознанно, изучая что-то новое и интересное.

Но время сегодня диктует свои условия и многие идут в онлайн.

Сейчас я созрела на выход в онлайн формат, провела первую встречу на одном марафоне. Было около 60 человек. Тема была: «Как заштопать свою внутреннюю дыру. Личная история».

Моя история заключалась в том, что после ухода моих самых близких людей, отца и бабушки, в моей душе образовалась большая дыра. Так



любить и заботиться о себе, как они, я не умела. Дыры я наполняла постоянными тратами на ненужные покупки и поездки. Все время жила не по возможности, расходы сильно превышали доходы. До этого рисунка я сама не осознавала причину дыры, только нарисовав, я осознала это. Я с благодарностью вспомнила бабушку и отца, я заполнила свою дыру. Обращаясь с благодарностью к своим ушедшим родственникам через рисунок, я чувствую связь с ними. После рисования я спала более 2х часов сладким и счастливым сном ребенка.

И это был мой первый онлайн и мой первая техника. И я справилась. Для меня это было очень важно. Я чувствовала ответственность перед институтом и Павлом Михайловичем. Иногда приходя на мастер-класс, я шучу, что пришла не одна, за моей спиной институт во главе с Павлом Михайловичем Пискаревым.

Прошла почти неделя, а я все получаю рисунки со своего мастер-класса. Красота рисунков впечатляет. Я радуюсь, что техника и мой личный опыт, нашли отклик в сердцах рисующих. Для кого-то ценным было вспомнить свою бабушку, эти воспоминания были разные, приятные и не очень. Одна из девушек, написала, что ей сложно дается творчество и шитье, но она очень хочет этим заниматься. В детстве бабушка критиковала ее работы и перешивала, если внучка ей что-то сшила. Она поняла, что эта ситуация создает барьер для ее творчества и она будет над этим работать. Эти осознания очень ценны для рисующего.

Оля смотрела твоё выступление. Ты такая молодец!❤️ я тебя поздравляю с дебютом!!!! Ты такая красивая и сильная👊👊👊 желаю тебе увеличения своих возможностей и новых клиентов🙏🙏🙏💖💖💖 15:38

Прикладываю отзывы и рисунки, после проведенного мастер-класса:

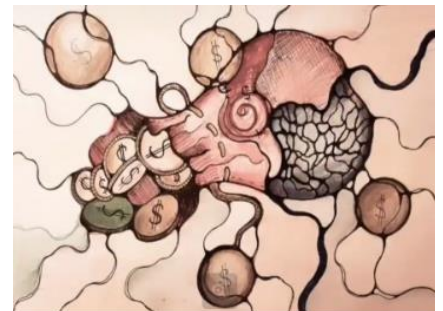
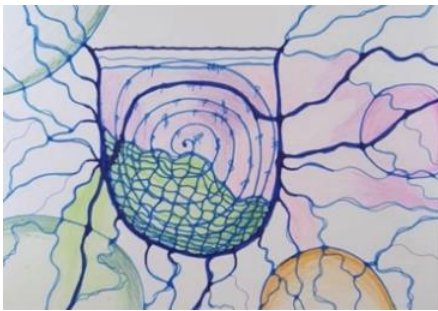


Почти 60 человек держать в поле.
Корректно отвечать на вопросы во
время рисования. Создавать
терапевтическую работу легко.
Мягким голосом сопровождать.
Обволакивать бережным
отношением к каждому рисующему.
Оленька! Bravo! Свети своей
любовью во благо мира. Ты можешь!
Я в тебя верю 💖 и готова рисовать с
Тобой. 🚀 ✨ Ты космос!!!

15:40

Олечка Благодарю, когда
рисовала дыру, плакала, когда
зашивала, слезы успокоились и
стало так легко. А когда стала
вносить цвет, такое пошло
наполнение. Все что вы
говорили о себе так отозвалось.
У меня было непонятие почему
у меня слив. Еще недавно ушел
папа и сейчас поймала на себе
мысль, что папа в детстве мне
говорил чтобы ободри (но
резко), а сейчас понимаю, ЧТО
ВСЕ ЭТО ВО БЛАГО. И это мой
урок ПРИНЯТЬ СЕБЯ ТАКОЙ,
КАКАЯ Я ЕСТЬ. Благодарю за
этот КАРМАШЕК

1 15:24



Результаты у людей, рисующих со мной, разные, вот некоторые из них:

- появляются ресурсы и возможности на исполнения своих целей и желаний
- налаживаются отношения с близкими людьми, с мужьями, женами, детьми, родителями, братьями, сестрами
- кто-то переезжает жить в другой город или страну
- кто-то встречает любовь
- кто-то сам научается себя любить и ценить
- кто-то увеличивает обороты своего бизнеса
- кто-то получает повышение заработной платы
- у кого-то идет карьерный рост
- кто-то может просто пойти и сделать дело, на которое совершенно не было сил.



Любой результат важен и ценен.

Это все реальные случаи из моей, еще небольшой практики, практики в работе с клиентами с помощью Нейрографики.

Заключение.

В данной работе я описала малую часть того, что происходит в моей жизни и в жизни моих клиентов при работе с Нейрографикой. Результаты впечатляют, я счастлива, быть частью Нейрографического общества. Полюбив Нейрографику, я нашла новый круг друзей, и нам совершенно не важно, что мы живем в разных городах и странах, нас всех объединяет любовь к Нейрографике. Для меня важно в жизни быть вместе с единомышленниками, это сильное поддерживающее поле, наполненное силой, энергией и любовью к жизни.

Поддерживаю идею Павла Михайловича Пискарева сделать мир рисующим.

[Ссылка на дипломную работу Путиловой Ольги в авторском стиле](#)



Работы.

Тема: открытие онлайн – школы.



Тема: я – успешный инструктор НГ.





Автор:
Пфройндтнер Ольга
Супервизор:
Фатеева-Гронзик Лариса

Тема:
Открытие Вселенной внутри себя

Года полтора назад я не могла себе представить и даже не думала, что я буду рисовать. Я никогда не любила рисовать, т.к. в детстве мне сказали что я просто не умею рисовать. На уроки рисования я приносила красивые, идеальные рисунки, которые рисовал за меня мой папа или сестра. Моей самой большой ошибкой были сравнения себя с другими детьми, я хотела быть такой же умной как они, рисовать самые лучшие картины, просто быть на высоте, такой себе махровый детский эгоцентризм.

Когда я впервые столкнулась с НейроГрафикой, точнее пришла полтора года назад на мой первый мастер-класс по нейрографике, где мы рисовали "цветок гнева", тем самым разряжая и прорабатывая гневные чувства/раздражение, я до сих пор помню свою сжатость и скованность в теле в самом начале рисования, на этапе набора композиции, мой мозг протестовал, саботажник был уверен, что ничего у меня не получится, я боялась повести линию не так как надо, я боялась сделать что-то не так, я боялась отдаться процессу и просто рисовать, я была раздражена и недовольна собой. И несмотря на весь этот дискомфорт я пошла дальше. Я как сейчас помню своё ощущение свободы, мурашки по всему телу, когда я стала вносить цвет и мой цветок гнева начал оживать, он раскрывался, он благоухал травой, свежестью, зеленью, творчеством, я улыбалась, чувствовала удовлетворение, была просто счастлива и с нетерпением ждала следующего мастер-класса на следующий день, где мы рисовали Нейродрево.

Это была проработка темы своего намерения, где мы шли от ресурсов к желаемым плодам. И опять на этапе набора композиции поднялись блоки, которые таки я не смогла перешагнуть, отложила рисование и для отмазки сказала: я потом дорисую, хотя внутренне не собиралась больше возвращаться к рисунку, т.к. голос внутри настойчиво твердил: это всё ерунда. Я даже забыла этот рисунок в помещении, где проводился мастер-класс, хотя вроде собиралась взять с собой. На следующий день забрала и ходила кругами вокруг рисунка, он меня притягивал, в частности огромный



мистический круг-дупло в стволе, который я тогда нарисовала совершенно интуитивно, позже вложив в него особый смысл. Нейродрево я дорисовала, свой второй нейрографический рисунок, в процессе внесения цвета я почувствовала, что запустился очень интересный процесс внутри меня, было ощущение, как будто большой объём чего-то старого вышло и открылось, освободилось огромное пространство для чего-то нового, пока неизвестного, но такого важного. Именно этот рисунок запустил процесс познания своего тонкого внутреннего мира, Вселенной внутри себя.

Какая она, Вселенная, и где это, внутри? Внешняя Вселенная - это огромный мир вокруг нас, частью которого мы являемся, мы все - часть одной большой семьи, которая живёт на планете Земля. А мир внутри, как он выглядит, можно ли его потрогать, ощутить на вкус, почувствовать его запах? Да! Этот мир внутри не менее интересен, чем снаружи, оба мира красиво и гармонично дополняют друг друга, создают целостную картину жизни, полноту Бытия. Так из чего же состоит Вселенная внутри нас, как туда прийти, кто и что может стать проводником? Ответ прост: сам человек с маркером в руках. Каждый может стать своего рода волшебником, являясь уже сейчас творцом своей реальности.

Ощувив, проверив на себе я с уверенностью могу сказать- НейроГрафика работает! Она работает в моём ежедневном опыте, в опыте прекрасных мам, моих подруг, с которыми мы рисовали на протяжении всего обучения, на коуч-сессиях, на детской площадке, на женских встречах. Каждый мой / их рисунок - это разговор с собой, он работает феноменологически, вдруг под твоими руками появляется то, что минуту назад не осознавалось или просто казалось невозможным. И ты видишь, как разворачивается новая реальность. НейроГрафика это некоторое чудо, которое случается не просто так, оставив след маркера на бумаге. Каждый рисунок даёт новый шаг не по поверхности листа, но в глубину проживания, постижения, внутренней трансформации. Иногда это похоже на танец, иногда это процесс через пелену сопротивления.

Познание внутренней Вселенной это труд, прокладывать дорогу к себе новому всегда нелегко, но и всегда увлекательно! Это очень тонкая работа на физическом, психо-эмоциональном, ментальном и энергетическом уровнях - для себя я их обозначаю как части моей внутренней Вселенной, которые взаимосвязаны друг с другом, которые в своём единстве являются красивой внутренней Вселенной человека. Каждый раз, создавая нейрографические шедевры, включается в работу моё тело - внешняя оболочка нашей Вселенной.



Даже люди, которые в силу определённых обстоятельств не чувствуют своё тело - в процессе рисования с подругами, клиентами я часто встречалась с феноменом отсутствия контакта с телом - уже через несколько сессий / рисунков они удивляются, что наконец почувствовали как болит, напряглось / отпустило в определённой части тела. Некоторые радовались этой боли в плечах, лопатках, как ногу сводит - для них это было прорывом, открытием огромного мира чувствования себя, большим шагом на пути к себе, своей Вселенной внутри. Ведь без чувствования своего тела, при отсутствии контакта с телом мы не в состоянии проживать свою жизнь во всей её полноте вкусов, оттенков, ощущений. Как пример соединенности с телом, важности этого шага на пути к себе, хочу привести один из ярких опытов погружения в нейрографическую линию телом. Пол года назад я прорисовывала своё материнство, выращивала счастливое материнство с помощью Нейродрева. В процессе рисования стали появляться мысли об ужасной и прекрасной матери внутри меня. Благодаря нейролинии я погрузилась в свои тень и свет и прочувствовала, что нет ни хорошей ни плохой, ни ужасной ни прекрасной матери.

Когда вела линии снизу вверх, одни нейролинии вызывали "плохие", другие "хорошие" воспоминания и ассоциации, тело мощно реагировало на каждую линию, то как будто электрический заряд проходил по спине, то кидало в жар. Вела я одну основную линию-ужасная мать, вторую - прекрасная мать, и от каждой из них влево уходила другая линия - "грусть", чуть выше -вправо ещё одна "досада" и др., потом еще и еще, тело стало ускоряться, волнение внутри, дыхание быстрое и прерывистое, как будто сейчас случится что-то непредвиденное, и вдруг меня озарило, вот оно, разнообразие мира - и все эти дополнительные линии, как я их назвала, пересекаются, встречаются с ответвлениями основных линий "прекрасная и ужасная мать", смешиваются и соединены друг с другом, нераздельны благодаря сопряжению, и тогда я осознала, увидела собственными глазами на бумаге и главное тело прочувствовало, наступило тотальное расслабление, что на самом деле для меня есть очень много оттенков этой ужасной и прекрасной матери - застывшей концепции разделения мира на или-или, которую создал мой ум, которая сидит в моей голове, а тело проживает и радуется что не все так однозначно как голова кричит, что вот они десятки нейролиний - вкусов, оттенков моего материнства, и линии ужасной матери, пересекаются, вливаются в линии-оттенки прекрасной матери, которая при любых обстоятельствах любит своего ребёнка, счастлива что он есть у нее, радуется и грустит, сочувствует ему.



Таким образом нейролиния помогла мне прожить, пропустить через тело, опуская меня на глубину своего внутреннего океана (а сопротивление возникло очень сильное, я была близка к тому, чтобы порвать рисунок) что нет ни чёрного ни белого, и теперь я с уверенностью могу сказать что нет этого разделения, а есть живая, пульсирующая игра оттенков, которую наглядно показывают нейролинии, и ты это чувствуешь телом.

Благодаря этому рисунку из моего кейса про материнство я вышла на новую глубину 5 5 переживания тени, тени - как переживания собственной целостности, тени - как универсально представленного в мире явления, признавая и соглашаясь с которой я ощущаю любовь к ней.

НейроГрафика помогает мне открывать мир эмоций, познать их разнообразие, даёт волю эмоциям, разрешает им двигаться, приходить, уходить, проявиться здесь и сейчас тому, что иногда хочется спрятать подальше, не смотреть на это, убежать. Но сейчас я выбираю всё чаще смотреть и видеть через рисунок, в рисунке, внутри себя всё то, что поднимается, стучится, хочет быть увиденным, признанным и принятым. Это моменты, когда через прорисовку я опускаюсь, иду на дно, особенно это касается родовой тематики, которая всплывает в рисовании последних месяцев снова и снова. Я благодарна нейрографике, она помогает прожить пласты непрожитого, замолчанного, затерянного из прошлых времён, прошлых поколений, которые лежат мёртвым грузом и в один прекрасный момент, совершенно неожиданно, через рисование начинает стучаться в мою реальность. И когда оно осознаётся, оно начинает утилизироваться, проживаться телом, тело важно, эмоции катаются холодными волнами внутри, я начинаю меняться, у меня появляется опыт того что прожитое даёт опору, стержень внутри, нечто в чем меня не обмануть даже моим собственным чувствам.

НейроГрафика часто поднимает у меня всю внутреннюю муть на поверхность, я как будто оказываюсь в эпицентре сильной бури, когда частенько теряю ориентир, но я точно знаю, что продолжая рисовать буря внутри однажды закончится и она заканчивается всегда, в итоге я получаю награду- приращивание себя. НейроГрафика помогает мне выразить себя, свои эмоции, делая например выброс в АСО, создать своими руками новое впечатление, поменять старое, которое требует изменения, которое ощущается как проблема или нарушение гармонии. НейроГрафика вдохновляет меня, погружает в состояние счастья и радости, которыми я могу делиться с близкими / окружающими меня людьми, делиться светлой частичкой внутренней Вселенной.



Одним из важных и в то же время самых спонтанных решений этого года была запись на курс Инструктор НейроГрафики и Эстетический Коуч. В течение дня я решила присоединиться к пассажирам этого огромного лайнера, нарисовав вечером АСО, который поднял много страхов, переживаний, а на утро уже не оставалось ни капли сомнения в том, что обучение в Институте это то, чего я хочу, именно сейчас самое время отправиться в это удивительное путешествие в мир НейроГрафики, продолжить исследовать свой внутренний мир, не теряя при этом цели и направления: я хочу рисовать Нейрографику с детьми. Как же всё красиво и своевременно случается во Вселенной! До начала курса я приблизительно год находилась в состоянии полёта, лёгкости, связи с высокочастотными энергиями после определённых встреч и событий в моей жизни. И мне не хватало заземления, сцепления с материей, чтобы направить этот поток Божественной энергии, который я с благодарностью принимала. Мне сложно было в реальности реализовать эту энергию, всё то прекрасное, которое приходит сверху, собрать, отбалансировать духовное и материальное. НейроГрафика, в частности инструкторский курс дал мне целостное восприятие жизненных ситуаций, проблем, всего Бытия.

Уже после первых месяцев интенсивного рисования я ощутила устойчивость благодаря балансировки, соединению телесного аспекта, эмоционального, ментального и духовного. НейроГрафика меня заземлила, помогла / помогает интегрировать, вкладывать, использовать энергию во внешнем мире. А еще она помогает мне управлять внутренними состояниями под определенную задачу, справляться со стрессом, добавлять себе энергии того качества, которого мне не хватает, т.к. НейроГрафика соединяется с древними знаниями о цвете, которые я открыла для себя на этом курсе. Цвет- это энергия, мягкая, резкая, холодная или тёплая, дающая решительность, спонтанность или нежность, которыми я научилась управлять на модуле "НейроКолор", использовать их для создания желаемых эффектов в нейрографических рисунках и повседневных событиях.

Моим огромным достижением за эти 9 месяцев стало свободное рисование нейрографики со своими детьми / их друзьями. До начала обучения мои дети проявляли интерес к моим рисункам, спрашивали, что за кружочки я рисую, что они означают. Однажды я рисовала в рамках тренинга про род своё Древо рода, мальчишки захотели присоединиться, достали огромный лист бумаги и тоже стали рисовать. Я тогда на какое-то время отвлеклась от своего рисунка и наблюдала за ними, столько искреннего погружения, интереса, желания узнать и творить, они расспрашивали что за кружочки внизу, в корнях, в кроне, стали создавать своё НейроДрево.



Я заметила их невероятное соединение с рисунком, они рисовали свободно, легко и параллельно комментировали каждый круг, придавали в потоке им смыслы, вспоминали бабушку с дедушкой. Как велико было моё удивление: надо же, и дети тоже так могут, у них получается! Разрыв шаблона, расширение! А еще я тогда подумала, как же это классно быть на одной волне с ними, быть в здесь и сейчас, рисовать, чувствовать, разговаривать. У меня промелькнула мысль: а что если продолжать рисовать нейрографику с ними, возможно ли это вообще? Но эти мысли были сразу перекрыты сомнениями, внутренний защитник-преследователь утверждал: да куда тебе..., эта мысль потерялась во внутренних страхах, была ими вытеснена на какое-то время.

Когда год назад я проходила отдельно курс Пользователь, я рисовала АВН- из четырёх алгоритмов курса, для меня он оказался самым тяжелым в плане проживания- у меня внутри поднялось много страхов из моего детства, но он чудом помог мне вспомнить, увидеть во сне важный эпизод далёкого прошлого: я рисую в школьной тетраде в клеточку линии, такие себе абстрактные рисунки получались. Увидя это во сне ко мне как будто вернулась память: я рисовала, я любила рисовать до определённого возраста, пока не поверила взрослым, что это всё ерунда и надо рисовать как говорит учитель, по образцу!

Боль, обида, разочарование были настолько велики, т.к. я, мои рисунки не нашли признания, мой внутренний мир, который отражался в этих абстрактных рисунках не был никому интересен, и эта важная часть меня была "удачно" забыта на многие десятки лет и верно охранялась внутренними злыми псами преследователя, который при очередной попытке выйти за рамки говорил: стой, не ходи туда, там ужас. Да, там был ужас отвержения, но кроме ужаса еще и важная часть меня, с которой я соединилась после рисования АВН. Благодаря этому алгоритму я вернула ценную часть себя, вспомнила ту маленькую девочку из прошлого, забытую часть себя, которая с увлечением могла создавать свой мир в рисунке, через рисунок. Как же я была рада на телесном уровне актуализировать эти ощущения своего внутреннего ребёнка, в котором живёт моя способность погружаться и проживать нейролинии в настоящий момент. А еще после АВН курса Пользователь у меня родилась мечта, которая собрала воедино отдельные, разрозненные идеи, блуждающие в моей голове на протяжении нескольких месяцев: я хочу рисовать нейрографику с детьми, помогать им узнавать себя, свой внутренний мир, развивать эмоциональный интеллект, навыки концентрации, формировать творческое мышление, сохранять графомоторные навыки, раскрывать свой внутренний потенциал,



возвращаться через рисование к переживаниям непосредственности, радости, счастья.

С началом обучения на инструкторском курсе мои дети всё больше проявляли интерес к нейрографике, всё чаще видя меня рисующей. Были моменты, когда я думала: вот сейчас сяду и порисую с ними, но внутри появлялся барьер, перфекционизм мешал идти и просто делать, мысли: с чего начать, что и как показать тормозили процесс. И вот однажды, рисуя очередной алгоритм, дети прибежали и сказали: мы тоже хотим рисовать. Я была настолько увлечена, в потоке, что все страхи внутри: что и как им показать и рассказать рассеялись в считанные доли секунды и уже через минуту мы с ними сидели и рисовали вместе, легко и непринуждённо - см. фото 1-2-3-4 в приложении. Этот опыт был очень ценным для меня, важным шагом на пути к своей мечте. Я осознала, что дети моментально включаются в процесс, они воспринимают это как игру, мгновенно включаются и начинают рисовать. На сегодняшний момент у меня есть уже свои небольшие наработки по рисованию нейрографики с детьми. Мы снимали с помощью нейрографики, выброса, тревогу во время грозы за окном - см. фото 5-6-7 в приложении. У старшего сына гром, молния и град вызывают много внутреннего напряжения и страхов. Когда в очередной раз во время непогоды у него поднялась тревога я предложила ему выплеснуть всё скопившееся напряжение на бумагу. Прорисовав капли дождя на окне, молнию, град, "успокоив" непогоду Божественным потоком, сопрягаясь с ним - ребятам стало не только радостно и весело, но и ливень закончился, наполнив природу яркостью и свежестью.

Еще мы рисовали с детьми спокойный сон, когда несколько дней подряд младшего сына мучали кошмары. Я предложила им нарисовать себя в виде круга, рядом свой сон - тоже в виде круга, соединили обе фигуры нейрографическими линиями, каждой линии в процессе рисования предавали своё значение: линия спокойствия, линия удивления, линия тишины, линия радости... ребята по ходу сами придумывали и вкладывали свои смыслы в каждую линию. Очень интересно было наблюдать, как разворачивается тема во внутреннем мире ребенка. Столько всего они придумали, у каждого своя сон-сказка получилась, одна сказка про зверей и северное сияние, вторая - про летающий корабль, который ребёнок сам изобрёл и полетел в космос.

Воображение детей создало много образов, которые они сделали видимыми и которые мозг встроил в их картину реальности, как результат - дети спали крепко и спокойно. Одним из ценных опытов рисования с детьми было создание НейроДрева желаний с моими детьми (Леон - 9 лет, Денис - 6



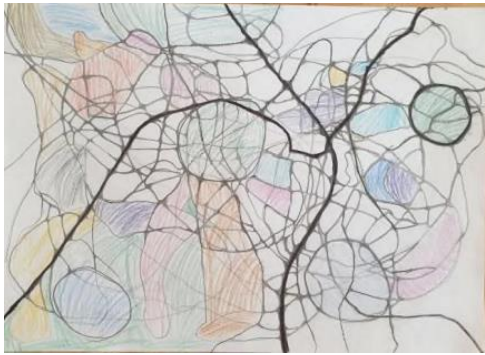
лет) и их друзьями (Валентин - 9 лет, Александр - 6 лет) - см. фото 8-9-10 в приложении. Идея родилась спонтанно, когда в процессе разговора с ребятами они сказали, что было бы здорово если бы корона (ковид) закончилась поскорее и они смогли бы опять все вместе ходить в школу. Как раз друзья моих детей были у нас в гостях и я предложила им порисовать НейроДрево желаний. Нейролинии у "новичков" - друзей моих детей, получились довольно быстро и легко. Про сопряжение я рассказала, нарисовав на отдельном листе пересекающиеся линии, которые столкнулись и им стало больно, предложила их погладить, выровнять уголки. В процессе округления я заметила, как дети становятся более спокойными, возбуждение от разговоров про корону снизилось в разы и постепенно сошло на нет.

По ходу рисования каждый озвучивал, что уже сейчас хорошо. Прорисовав свои желания, мечту отдельным кругом в кроне НейроДрева и назвав, прорисовав в корнях круги-помощники в осуществлении желаемого, поскругляв, выделив для себя самое ценное и важное дети довольные побежали собирать из лего машину времени, которую каждый себе намечтал. А столько позитивных эмоций родилось в процессе рисования! Ведь эмоции - это то, что наполняет нас желаниями, мотивацией, дает нам движение и устремление!

Для меня НейроГрафика – не просто красивый метод трансформации, проживания изменений на всех уровнях, это Путь, Медитация, Любовь. Я – счастлива пройденному пути, который является лишь первым шагом на пути движения дальше!



Приложение





Пфройндтнер Ольга. Открытие Вселенной внутри себя.

[Ссылка на дипломную работу Пфройндтнер Ольги в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: масштабирование коммуникативных навыков.



Тема: реализация кармы.





Автор:
Пшеничнова Наталья
Супервизор:
Тетерева Мария

Тема:
Путь в НейроГрафику: от капитана МВД в художники.

*«Творчество заразительно. Распространяйте его»
Альберт Эйнштейн*

С детства я любила рисовать, все стены в детской комнате были увешаны разными рисунками, периодически сменялись композиционной тематикой. Я могла рисовать на чем угодно: на альбомных листах, в тетрадях, на речных камушках и рулонах старых обоев, на использованных печатных листах – «черновиках» с маминой работы, там, где вторая сторона была чиста. Я рисовала всегда и везде.

После окончания школы, поступила в военизированный ВУЗ, а именно в Нижегородскую академию МВД России, творчество отошло в сторону, и наступил период службы, так как, приняв присягу Российской Федерации, я официально стала сотрудником правоохранительных органов. Рисовать совершенно не было времени. Отучившись пять лет и став следователем, в звании лейтенанта полиции я продолжила службу в отделе предварительного расследования одного из линейных управлений по Приволжскому Федеральному округу МВД России на транспорте.

Затем в нашу семью пришли перемены, родилась дочка, и со службы я ушла в отпуск по уходу за ребенком. Думаю, этот период для многих женщин является переходным, заставляет задуматься о выбранном пути, о правильном распределении времени, чтобы успевать жить и видеть, как растет твой ребенок, а также приводит к мыслям о своем предназначении. И у меня тоже были такие мысли, в этот период я задумалась, а чем бы я хотела заниматься, кроме того чтобы общаться с жуликами, наркоманами, расследовать уголовные дела, быть всегда и по любому звонку готовой к выезду. Также в этот период я активно занималась саморазвитием, много читала, проходила обучающие программы. В результате чего я точно для себя определила, что мне нравится психология и творчество. И начала интересоваться, присматривать, какие направления бывают, а также где можно было бы пройти обучение и какие есть варианты.



В один из осенних вечеров я ввела в поисковой строке «google» слова «психология» и «творчество». И первой ссылкой, которая появилась, был сайт Института психологии и творчества Павла Пискарева. С интересом и любопытством открыла ссылку, перешла на сайт и, прочитав информацию с главной страницы, перешла к статьям, которые были на сайте, а также просмотрела все имеющиеся видеоматериалы. В тот судьбоносный вечер я узнала о существовании нейрографики! Было ощущение, как будто я открыла еще одно чудо света! И это была любовь с первого взгляда. В тот день я просидела всю ночь, изучая новую для меня информацию, попав как будто в новый удивительный мир, который стал для меня таинственной загадкой, которую я намеривалась разгадать.

Тогда-то я и поняла: это то, чем хочу заниматься! Ведь отвечая себе на вопрос: «Чем бы я хотела заниматься, если бы у тебя были все возможные блага и ресурсы», с уверенностью отвечала»: «Рисовать!». В первую очередь мне было интересно попробовать технику для себя, применительно к своей жизни. Идеальное сочетание психологии и творчества. В тот момент родилась мечта! Мечта учиться в Институте психологии и творчества у самого мастера – Павла Михайловича Пискарева. До этого момента я не слышала о нейрографике ничего, мне ни разу не встречался нейрографический рисунок и специалист в этой области. Сейчас понимаю, что это было к лучшему, так как первое соприкосновение было как раз с «главным носителем информации» - Павлом Михайловичем Пискаревым. После чего я стала рисовать по открытым урокам, с каждым рисунком убеждаясь, что мне очень нравится этот метод и я хочу использовать его в своей жизни, но информации, которая была в открытом доступе, мне было недостаточно, хотелось погрузиться больше, понять суть, «механизм», раскрыть секрет того, как работает нейрографика.

Однако дополнительных финансовых средств для оплаты обучения первой ступени на курс «Пользователя» не было в тот период времени, и мечта отложилась на неопределенное время. При этом я продолжала смотреть, читать информацию из открытого доступа, собирая знания для себя по крупицам, а также следила за жизнью в институте и всегда хотела прикоснуться к ней. Грянула пандемия, творчество вернулось в мою жизнь, всю весну я активно рисовала акварелью и еще раз убеждалась, какое же удовольствие творить и создавать красоту. Летом 2020 года я решила поступить в магистратуру, для того чтобы получить второе высшее образование в области психологии. После сдачи вступительного экзамена и набора довольно высокого балла, который позволял попасть на бюджетное место, чудесным образом появляется возможность оплатить курс



«Пользователь нейрографики» в Институте Психологии и творчества!!! Ура! Так сбылась моя мечта, и начался путь обучения этому потрясающему методу!

Помню, с каким трепетом проходили первые занятия, в эти моменты счастье переполняло меня. Первые свои рисунки рисовала на формате А3, и это были непередаваемые ощущения. Отдельным удовольствием было покупка инструментов для рисования. Это еще один повод для радости и удовольствия, который возникает каждый раз, когда появляются новые карандаши, альбомы и маркеры. Чувство настоящей детской радости, которая сохранилась спустя годы! Уверена: оно останется со мной до старости. Это еще один маленький секрет счастья. Алгоритм снятия ограничений на курсе пользователь произвел полнейший восторг, я стала рисовать каждый день нейрографические рисунки. Поделюсь впечатлениями от знакомства с первыми алгоритмами на курсе.

Алгоритм снятия ограничений по ощущению был похож для меня на ледокол, который помогает проложить путь, разрушить то твердое и неприступное, что мешает двигаться вперед. Зачастую одного рисунка мало, чтобы «лед тронулся», и тогда рисую еще и еще. Алгоритм выявления намерений напомнил мне большой, бескрайний океан, в волнах которого можно найти, узнать того, чего не знал до этого. Освоив алгоритмы, успешно пройдя тестирование и супервизии, я прошла сертификацию и получила звание «Пользователя нейрографики».

После чего возникло желание пойти обучаться дальше, на ступень выше, а именно на курс «Специалист». И я стала рисовать кейс на эту тему. Таким образом, месяц спустя моя цель была достигнута! Я стала студентом данного курса. И этот кейс стал первым из моих кейсов, который реализовался наилучшим образом. Кейс состоял из 10 работ алгоритма снятия ограничений, в разных его вариациях. Курс специалист еще больше погрузил в мир линий и фигур. На этом курсе я познакомилась с такими алгоритмами, как «Нейродрево», «Шаманский дождь», «Нейролотос», «Качество жизни», «TRUE», «SCORE».

Шаманский дождь – мистический и таинственный, рисуя его, чувствовала, как бежали мурашки по телу. Ощущение энергий стихий в этом алгоритме потрясающее.

«TRUE» - структурный и понятный, для того чтобы трезво взглянуть на свои ресурсы. И каждый раз рисуя эту технику, я понимала, что у меня есть все необходимые ресурсы для реализации моей цели.



«SCORE» - движение вперед, взгляд в будущее. Такие ассоциации вызывает у меня этот алгоритм. Это было первое знакомство с тем, что мы можем задавать графический вектор развития в будущее. «Нейролотос» - хрупкий и нежный, и то же время такой сильный. С каждым новым алгоритмом передо мной как будто открывалась целая вселенная.

Особенно мне понравился алгоритм «Нейродрево». После первого занятия, я не только стала рисовать его, а еще и интересоваться разными легендами, притчами о деревьях, хотелось узнать больше об этом сильном архетипе. Первые нарисованные мной нейродерева были больших размеров, больше метра в высоту. Рисовала такие работы по несколько дней, мне нравилось погружаться в эту атмосферу, расстилать на полу полотно и творить, добавлять лист за листом, добавляя масштаба своему дереву. На тот момент я рисовала свое предназначение и самореализацию, в том числе как специалиста нейрографики. Вот несколько целей, которые я ставила перед собой: начать вести групповые занятия, смело заявить о себе в социальных сетях, а также продолжить успешное обучение в магистратуре, сдавать сессии на отлично. Все, что рисовала, сбывалось, на своем опыте я точно знала: нейрографика работает. Продолжала рисовать, при этом двигаться вперед, делая свои первые шаги и проявляясь.

Сейчас, оглядываясь назад, хочется поблагодарить себя за то, что брала и делала, при этом были и сомнения, препятствия, но в эти моменты со мной всегда был действующий инструмент – нейрографика. Тогда родилось такое личное правило: не знаешь, что делать, – рисуй нейрографику. Не уверена – рисуй нейрографику. Боишься – рисуй нейрографику.

Соглашусь с одним популярным определением нейрографики как способа сопровождения проектов, под названием жизнь. Так и есть, в любой непонятной ситуации – рисуй нейрографику, едешь в поезде, ждешь в очереди, сидишь на совещании, ждешь ребенка с занятий и т.д. - в сумке всегда с собой лежит блокнот и маркер, и я рисую. Пройдя успешно сертификацию на курсе «Специалист», получив право на применение техники, я решила попробовать и провести свой первый мастер-класс, на котором каждый участник рисовал на свою тему алгоритм снятия ограничений.

Скажу честно, сначала было волнительно, но несмотря на это я шла вперед. Одно из главных жизненных правил – брать и делать. Первый мастер-класс с применением метода прошел прекрасно! Я получила положительные отзывы от каждой участницы. А через пару месяцев у одной из участниц, исполнилось желание - разрешился квартирный вопрос, на тему



которого она рисовала. Чудеса случаются, и нейрографика - настоящий проводник к этим чудесам. После чего я периодически стала собирать группы и рисовать вместе с другими людьми. Нарабывать опыт общения с аудиторией, а также навык понятно и доходчиво доносить информацию про нейрографику другим людям. От таких занятий я получала большое удовольствие. В моменты проведения мастер-классов я чувствовала, что счастлива. Работая в группах, получаешь колоссальный заряд энергии и вдохновения. Каждый раз новая группа уникальна и неповторима своей энергетикой, динамикой.

Также я продолжала рисовать самостоятельно. Одним из важных кейсов на тот период был «инструктор нейрографики». Тем временем, в декабре 2020 года ко мне пришла идея в рамках городского активного сообщества, участником которого я являлась, создать мастермайнд по нейрографике. Такого формата в городе еще не было, поэтому выйти с предложением, было волнительно.

Перед тем как отправить сообщение с предложением, я собиралась несколько дней. В итоге, решившись, пройдя собеседование, получила одобрение. Была назначена дата старта первого мастермайнда. Целью организации мастермайнда была возможность публично заявить о себе как специалисте нейрографики, расширить круг общения и получение опыта работы онлайн в групповом формате, а также сбор кейсов от участников. Концепция мастермайнда заключалась в том, что каждый участник группы в начале формирует актуальную для себя цель, и мы вместе идем к ней при помощи нейрографики, рисуя разные алгоритмы.

Продолжительность мастермайнда - восемь недель. Раз в неделю мы встречались и рисовали вместе онлайн. На тот момент в моем арсенале специалиста было как раз восемь алгоритмов, которые я могла применять и применяла. При этом было ценно получать обратную связь после каждого занятия и видеть, как в течение восьми недель поставленная цель реализуется или все складывается так, что участник приближается к нужному результату.

Сейчас функционирует уже пятый поток. Время шло, приближался март, месяц, в котором стартовал шесток поток Инструкторского курса, я продолжала рисовать работы в кейс «Инструктор нейрографики». На тот момент материальных средств оплатить обучение не было. Оставалось верить в чудеса и рисовать. В сердце была надежда, что каким-то чудом я смогу оказаться на «лайнере» и отплыть в путешествие длиной в девять месяцев. Я точно знала, что мне туда нужно. Моя интуиция громко говорила мне об этом.



Ждать еще один год, чтобы присоединится к следующему потоку – катастрофически долго.

Было ощущение двоечника, которого хотят оставить на второй год. Так и произошло! Случилось чудо! Пришла нужная сумма денежных средств, и я смогла оплатить обучение. Этот вечер навсегда останется в моей памяти. Это был новый этап в моей жизни и новый этап становления на профессиональном пути! Я была счастлива. Нейрографика работает! Так я восклицала всю следующую неделю. На тот момент это стало самым дорогостоящим обучением, которое было в моей жизни. Так с марта началось увлекательное новое путешествие в мир нейрографики, более глубокое и длительное.

На инструкторском курсе каждый новый алгоритм приводил в восторг. С каждой новой техникой в голове складывался пазл, состоящий из множества маленьких частиц. Нейрографика постигалась все глубже, и ее понимание становилось таким же. Нейрокомпозиция открыла для меня понимание и особенности построения композиции. Мои работы стали глубже по смыслам, как раз при помощи того, что я могу усилить важные для меня моменты толщиной линий, контрастов цветов.

Нейроколор стал настоящим откровением. Пять элементов, пять стихий погрузили в себя, и я познала еще одну свою грань. Теперь цвет намного больше, чем цвет. Нейроскетчинг расширил мое представление о моих же возможностях. Я думала раньше, что я и скетчи вещи несовместимые, никогда до этого не рисовала. Оказалось, что вполне все реально. На первом занятии по этому блоку мы рисовали много и быстро. Приятно было осознать, что в этот момент не было сопротивления, а был азарт и интерес, а что же получится.

А рисование нейропортрета было настоящим свиданием с собой, в прямом смысле этого слова. После окончания этого блока появилось намерение отточить навык штрихования.

Нейротайминг. Этот алгоритм ждала с особым трепетом. И теперь я владею искусством управления временем в прямом смысле этого слова. Знакома с такими понятиями, как Кайрос и Хронос, о которых ранее не слышала.

Нейроцель. По складу своего характера я люблю ставить цели большие и амбициозные. Благодаря алгоритмам этого блока я знаю, как двигаться к ним еще эффективнее.



Нейромандала. Этому блоку я бы дала название «графическая медитация». Очень мягко и плавно нейромандалы погружают в тему, с каждым уровнем мандалы, ты как будто проходишь все дальше и дальше. Больше всех затронула струны души нейромандала рода. Это то, что нужно нарисовать каждому человеку.

Нейросинтез. Всегда интересовало, как же я могу соединить духовное, физическое, эмоциональное и ментальное тело, кроме медитаций. И в этот блоке нашла ответ на свой вопрос. Еще очень понравилась модель мультиролевой личности, осознала сколько много в течение жизни у меня разных ролей и какие еще будут нужны для достижения нужных результатов.

Нейроконтакт. В этот блоке, произошло еще одно расширения сознания о том, как можно применять нейрографику даже в самых простых коммуникациях, построении отношений в семье и с коллегами.

Также хочу отметить, что на Инструкторском курсе, пройдя аттестацию по курсу «Пользователь», я получила право обучать других людей. Могу сказать точно, что это был новый опыт, потому что обучать - это не просто проводить мастер-классы или мастермайнд-группу.

Здесь чувствовалось больше ответственности, так как ты учитель - носитель знаний, и важно передать их в понятной форме, чтобы человек понимал, что он делает, понимал, как работает нейрографика на каждом ее этапе, и мог рисовать ее самостоятельно, экологично применив метод. Чувствовалась ответственность перед учениками.

Хочу в своем эссе осветить еще один очень важный момент, который появился в жизни благодаря нейрографике. Посмотрев свои первые работы и работы, сделанные на инструкторском курсе, заметила разницу в технике: линии стали более изящными, цвета на рисунках ложатся более гармонично, я чувствую тональность и цвета и вижу, как они проявляются на моем рисунке, усиливая тем самым смысловую нагрузку композиции.

Еще благодаря нейрографике я поняла, что такое саморефлексия и как это - обращаться к себе, задавать вопросы: Что я чувствую сейчас? Какие у меня мысли приходят? А образы? А какие ощущения в теле? Это интересный опыт познания себя. Для меня нейрографика как свидание с собой, где ты, находясь в повседневной рутине дел, работы, быта, останавливаешься, замедляешься и делаешь фокус на себе.



Интересно наблюдать, как тело реагирует на разные темы. Я стала лучше понимать себя. Моя жизнь после нейрографики изменилась очень сильно в положительную сторону. Приведу яркие примеры моих перемен:

- я ушла с государственной службы и начала свое дело с нуля в абсолютном новом для меня направлении;
- обрела любимое дело, от которого получаю удовольствие и приношу пользу и счастье людям, регулярно получая слова благодарности от клиентов; - просыпаясь каждое утро, я выбираю, какой будет у меня сегодня день; - увеличила свой доход;
- у меня появились клиенты не только в разных городах России, но и из разных уголков мира: США, Франции, Казахстана, Узбекистана, Украины.
- у меня кардинально поменялось окружение, рядом со мной люди, которые разделяют мои интересы, постоянно развиваются и идут вперед;
- меня приглашают в качестве спикера рассказать о методе нейрографики;
- меня приглашают принять участие в совместных женских проектах в качестве эксперта.
- я организовала первый мастермайнд по нейрографике в своем городе;
- я трижды принимала участие в масштабных городских сообществах, количеством от ста до тысячи человек, где участники рисовали нейрографику;
- я организовала и провела первый в своем городе фестиваль нейростриарта, который проходил по всему миру, и стала победителем в номинации рисуем в городе, получив ценный приз.

И это не все победы и достижения, которые случились благодаря нейрографике. Благодаря нейрографике я с гармонизировала отношения с мужем в семье, успешно прохожу обучение в магистратуре, сдаю сессии на отлично, участвую в конференциях, работаю с клиентами по всему миру.

Особо хочу отметить, что, благодаря нейрографике, в июле 2021 у меня получилось приехать на интенсив инструкторов! Это был большой кейс, состоящий в большей части из алгоритма снятия ограничений, так как были достаточно веские семейные обстоятельства, в пользу того, чтоб поездка не состоялась. А сам интенсив перевернул мое сознание! Как здорово было оказаться среди коллег, получить новые знания от мастера.



Познакомиться с талантливыми художниками, профессионалами своего дела и обрести новых друзей. Впереди большие планы! Масштабирование проектов, открытие своей онлайн – школы, увеличение потока клиентов по всему миру, запуски интересных масштабных проектов, громкие коллаборации, написание собственной книги, организация выставки нейроарта, авторские алгоритмы и многое другое!

Также в планах продолжить обучение в институте Психологии и творчества, освоить дополнительные программы, такие, как нейродизайн, нейроархитектура, богобан, нейрохилинг, нейросказ, нейропластика, лабиринты и другие. Рассматриваю возможность написания диссертации, так как научная составляющая нейрографики, теории метамодерна интересна, хотелось бы попробовать проявить себя и в этом направлении. Уже есть пару работ на эту тему.

Весной 2022 года хочу попробовать и проявить себя в качестве супервизора, интересен этот опыт и хочется дальнейшего профессионального развития. А самое главное – это то, что я знаю точно: все возможно, ведь нейрографика работает! Отдельные слова благодарности хочется сказать, Павлу Михайловичу Пискареву, нейрографика полностью поменяла мою жизнь! Также хочется поблагодарить личный состав института, супервизоров и кураторов, которые бережно нас вели все эти девять месяцев, были рядом и поддерживали.

[Ссылка на дипломную работу Пшеничновой Натальи в авторском стиле](#)

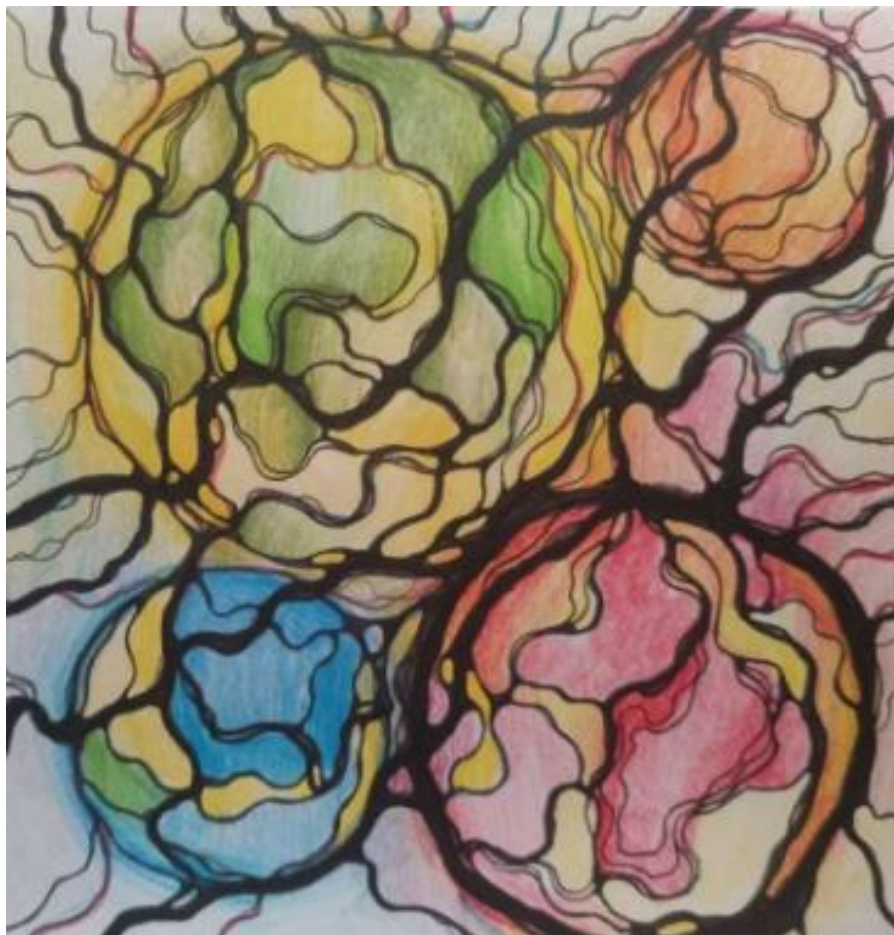


Работы.

Тема: любовь к себе.



Тема: композиция мандал.





Автор:
Пырина Наталья
Супервизор:
Коннова Зоя

Тема:
НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.

Павел Михайлович Пискарев в своей книге "Нейрографика. Композиция судьбы" пишет, что любой акт творчества проходит через четыре стадии. Это фантазия, мечта, планирование и реализация. Мне очень нравится четкость этого наблюдения.

Стратегия творчества м.Бо

Развитие воображения



Каждая фаза в этой формуле одинаково необходима для хорошей мотивации. Он же говорит, что для успеха нужно позволить себе вволю пофантазировать, чтобы созрело желание действовать. Это этап, на котором нельзя себя сдерживать. Да и не нужно, ведь фантазии ни к чему не обязывают. Это как созерцание явлений природы, только в роли природы наш собственный мозг и творческое начало. Чем дольше и качественнее мы фантазируем, тем больше сил будет на мечты, планирование и, особенно, на действия. Почему "особенно"? Потому что нужно очень много мотивации, чтобы продолжать начатое.

Но вернемся в начало цикла. На этапе мечтаний, когда фантазии становятся личными и появляется надежда реализовать их в будущем, тоже нужно много энергии. Здесь мы детально визуализируем, как все может быть



именно для нас. Есть соблазн запретить себе мечтать, "чтобы не расстраиваться зря". Но, если этап фантазирования пройден в нужном темпе и объеме, у нас будет вера в то, что это реально. Будет широкое видение возможной реальности. И способность замечать в окружающей действительности то, что близко нашим фантазиям. Энергия, решимость и мотивация копятся на стадии фантазий, а потом используются на следующих этапах. Мы вбираем в себя силу фантазии, как земля впитывает выпавшую на рассвете росу.

Я вижу, что в моей жизни именно так и происходит. Если я не подгоняю себя, а двигаюсь постепенно, без чувства вины за простой, во мне созревает нечто большее, чем просто решимость. Это глубокая уверенность, что тот путь, которым я собираюсь пойти – по-настоящему мой.

И это настоящая мотивация к действию. Качественная и заряженная. Думаю, что вполне можно 33 года лежать на печи, как Илья Муромец, и фантазировать, накапливая желание двигаться. А в один день встать и совершить кучу подвигов за короткие сроки. Сейчас с этим накопленным зарядом я подхожу к смене работы. То, о чем несколько лет назад я лишь фантазировала, а затем мечтала, сейчас становится все более реальным. Но настоящий момент моей жизни – результат многих лет подготовки и медленного раскрытия моей души.

О творчестве я фантазировала с детства. Меня всегда тянуло к рисованию, я любила рассматривать облака, деревья, животных и людей, и во всем видела красоту. Помню, как до боли хотелось нарисовать, что и как я вижу. Передать чувства, которые испытываю от того, как прекрасен и разнообразен этот мир. Но я оставалась, как сейчас люблю над собой шутить, художником-теоретиком. В мыслях написала множество картин, а на деле не ходила даже в кружок рисования. Не было возможности или смелости, сейчас это уже не так важно. Важно, что на тот момент я была не готова к реализации своих творческих желаний.

Мне очень хотелось учиться в художественной школе, но родители не придавали значения моим мечтам. Представляла, что сижу там, и чувствовала страх. Как же я завидовала начинающим художникам! И в то же время не верила, что могу быть одной из них. Мне казалось, что творчество не для меня. Что есть прекрасные лебеди, которым суждено творить, а есть обычные люди, как я. Поэтому институт выбрала умом. Тот, который даст практичную профессию.



Через пять лет я была экономистом с красным дипломом. Сейчас работаю в этой же области, руководителем группы анализа хозяйственной деятельности. Серьезная, ответственная работа. Казалось бы, зачем мне что-то еще? Работа обеспечивает меня, дает стабильность, но мне будто стало тесно в своем старом образе. Он, как лягушачья шкурка, стал мне мал. Будто всю жизнь я расширялась до самой себя, а сейчас наконец почувствовала, что могу жить более радостной, яркой и естественной для себя жизнью. Мне часто становилось грустно от сознания того, что я могу прожить свою жизнь зря, без раскрытия своего потенциала и предназначения. Перелом произошел в тот момент, когда вопросы в моей голове спутались в клубок, а ответов не было совсем. Я чувствовала, что есть какой-то другой путь. Жить по-старому стало невозможно, нужна была революция! С запросом "В чем мое предназначение?" я пошла в регрессивную терапию. Я уверена, что у каждого человека есть способности, вполне конкретные, которые даны изначально. Моя задача - их развивать, следовать им. После регрессии я еще долго переваривала полученный опыт, и все новые мысли приходили и приходили в мою голову.

Я поняла, что во мне всегда было видение красоты. Оно не засыпало ни на миг, и не было смысла ждать какого-то прекрасного будущего, чтобы воплотить его в жизнь. Нужно было только одно - взять на себя ответственность за то, что я делаю и насколько раскрываю свои таланты. Я больше не могла задвигать внутреннюю девочку-художницу в дальний угол. Мои фантазии настолько окрепли, что перешли в мечты. Но я все еще не знала, куда именно мне двигаться, что делать. На тот момент вопрос предназначения стоял передо мной очень остро. В самый последний день моего двухнедельного отпуска, который я провела полностью в лесу, мне на глаза попадает информация о бесплатном интенсиве Оксаны Авдеевой по НейроГрафике.

Нейрографика — это изобразительный метод работы с подсознанием и эффективный способ изменить жизнь в лучшую сторону. У меня не было сомнения ни на минуту, я сразу почувствовала, что мне это нужно. В конце августа 2020 года я начала своё знакомство с этим методом. Сейчас я понимаю, что сила моего намерения и желание найти выход привели меня к первым действиям - изучение НейроГрафики. Это первое знакомство с НейроГрафикой бесповоротно изменили меня. Вот моя первая нейролиния и первая работа по НейроГрафике:



Пырина Наталья. НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.



После первого погружения в НейроГрафику я поняла, что хочу не просто рисовать, а помогать людям с помощью творчества. Я начала примерять на себя профессию Арт-коуч. Пришло понимание, что мне интересно, а главное хочется: поддерживать, вдохновлять, раскрывать, трансформировать. Поэтому решила пройти сертифицированный курс "Пользователь НейроГрафики".



После окончания курса вдохновение переполняло меня. Я хотела двигаться к своей мечте. Меня было уже не остановить. Внутренний критик отошел на задний план, а рациональные доводы разбиты. И вот 28 сентября 2020 года я оплатила обучение в Институте Психологии Творчества Павла Пискарева. Сомнений в выборе не было. В названии института соединились два моих любимых слова - творчество и психология. Для меня этим было сказано все. Но учеба начиналась только в марте 2021 года, а у меня буквально чесались руки начать делать хоть что-то. Нужно было направить накопившуюся энергию в конструктивное русло, чтобы начать движение к своей цели - помогать людям с помощью творчества. Я принимаю решение

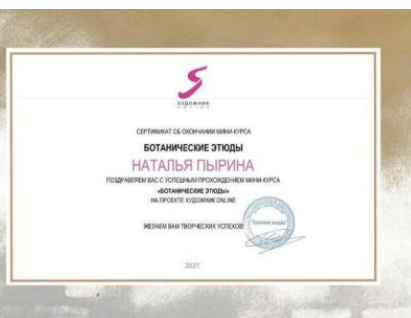


Пырина Наталья. НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.

учиться на Преподавателя правополушарного рисования. До начала учёбы в институте я успеваю закончить обучение на трёх разных курса на Преподавателя правополушарного рисования.



Желание учиться нейрографике за это время несколько не ослабело. Мне не терпелось приобщиться к методу, который помогает человеку связываться со своим подсознанием и менять то, что мешает спокойствию, счастью и развитию. Да еще и делает это с помощью моего любимого занятия - рисования. Уже параллельно обучаясь в Институте Психологии Творчества Павла Пискарева я прошла несколько курсов по акварельной живописи.





НейроГрафика стала моей путеводной звездой и катализатором на творческом пути. Я благодарю Павла Михайловича за изменения во всех сферах моей жизни. Сейчас моя мечта - быть преподавателем НейроГрафики и правополушарного рисования для детей. Где-то давно я прочитала: "Мечты должны сбываться. У них работа такая...". И она почти сбылась - я заканчиваю учебу в Институте и скоро получу сразу два диплома - Инструктора НейроГрафики и Эстетического коуча.



Почему именно работа с детьми? Лучше всего про мою мечту работать с детьми сказала педагог Рита Пирсон.: "Процесс обучения должен приносить радость. Как прекрасен был бы наш мир, если бы наши дети не боялись рисковать, не боялись думать, и имели бы крепкую опору. Каждый ребёнок заслуживает того, чтобы иметь опору — взрослого, который никогда не откажется от него, который понимает силу взаимоотношений, и покажет, что они могут стать лучшими, любыми возможными путями". К этому тянется моя душа. Я хочу видеть их живые реакции, видеть их глаза. Я хочу помогать преодолевать психологические трудности, открывать в детях силу для взрослой жизни, быть им наставником. Мой ориентир в новой профессии - помогать детям повышать их самооценку, развивать навык концентрации, формировать их творческое мышление, развивать гибкость мышления. Хочу учить их справляться со стрессом с помощью рисования, помогать им разрабатывать стратегию реализации и достижения их мечты. Мне кажется, что профессия Арт-коуч включает в себя всё вышеперечисленное, а НейроГрафика и правополушарное рисование отличные инструменты.

Автор метода Павел Пискарёв говорит, что: "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". Рисовать свои мысли



только сначала непривычно, но очень скоро человек чувствует себя в этой практике естественно. И я рада получить действенные методики, основанные на научных исследованиях, которые помогут людям стать спокойнее, счастливее и сильнее, решить сложные вопросы и найти свой путь.

Я считаю что правополушарное рисование очень гармонично будет считаться с НейроГрафикой. Что же это такое правополушарное/интуитивное/быстрое рисование ? Правополушарное рисование - это полное отключение логики, анализа, только погружение в творчество, детство, в состояние "здесь и сейчас", оно отлично избавляет от страха чистого листа, развивает креативность. Основа метода правополушарного рисования заключается в активации правого полушария в режим творчества. При использовании специальных техник, у ребёнка активизируется творческая деятельность и интуиция, происходит стимуляция воображения и образного мышления. Это ключик к своим внутренним эмоциям и переживаниям, к своему подсознанию. Ребёнок выводит на листе бумаги то, что ему хочется и кажется нужным в данный момент – в его образах всегда проявляется его внутреннее «Я». Когда он рисует и не задумывается о своем произведении как художественном. Правополушарное/интуитивное/быстрое рисование позволяет получить массу удовольствия от процесса, а не только от конечного результата.

И все это лишь за год, который вместил в себя множество событий и важных шагов к настоящей себе. Я благодарна НейроГрафике, так как она дала мне силы, мотив идти вперед, с самого первого дня, как я ее для себя открыла.

Обучение в Институте Психологии Творчества уже дало мне намного больше, чем я могла ожидать. Информация, которую я получаю, затрагивает абсолютно все аспекты моей жизни, и меняет меня изнутри, а также приближает меня к настоящей себе.

В тот день, когда я решила изучать НейроГрафику мне на глаза попало высказывание Бернарда Вербера: "Ищи свое место. Когда ты найдешь его, тебе не нужно будет бороться". Когда мы занимаемся тем, к чему имеем способности, мы чувствуем себя свободно.

Сейчас я чувствую себя именно так. Бороться не с кем и не с чем. Единственный человек, которого мне нужно было победить - это я сама. А точнее, мои отверженные части. И в этом смысле дело, которому я почти обучилась, нужно мне не только для реализации талантов. НейроГрафика нужна моему внутреннему ребенку, который с ее помощью может донести до



Пырина Наталья. НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.

меня, взрослой, свои желания. И внутреннему взрослому - чтобы найти способы претворить их в жизнь.



Да, я часто задаю себе вопрос - почему не сменила профессию раньше? И сама на него отвечаю. Во-первых, всё моё внимание было сосредоточено на развитие моей дочки. Сейчас она в 11 классе, почти самостоятельная, и я вижу, что не зря отдала ей столько времени. Во-вторых, до недавнего времени я не понимала, чем конкретно хочу заниматься. Не знала, кто я, в чем моя миссия. Знала лишь, что хочу рисовать, хочу помогать людям, дарить им вдохновение, мотивировать, способствовать их личностному росту. Это просто чудо, что я смогла сформулировать свою мечту - стать преподавателем НейроГрафики и правополушпрного/интуитивного/быстрого рисования для детей. Много времени у меня ушло, чтобы желание найти себя созрело окончательно. Чтобы во мне выросли целеустремленность и смелость узнать и принять свой новый путь. Чтобы мои фантазии привели меня к мечте.

Поэтому все было не зря и произошло вовремя. Фантазии во мне долго вызревали, пока не привели меня к мечте, к детально промечтованную цель. А цель - в планы и действия. В будущем я планирую разработать программу для детей, которая совместит занятия по НейроГрафике и правополушарному рисованию. Мне нравятся оба эти направления, и я вижу, как их можно объединить. Они дополняют друг друга и дадут максимум пользы. Создание своей личной методики - это следующий важный и ответственный шаг. Благодарю Павла Михайловича, что появилась такая возможность помогать через творчество.



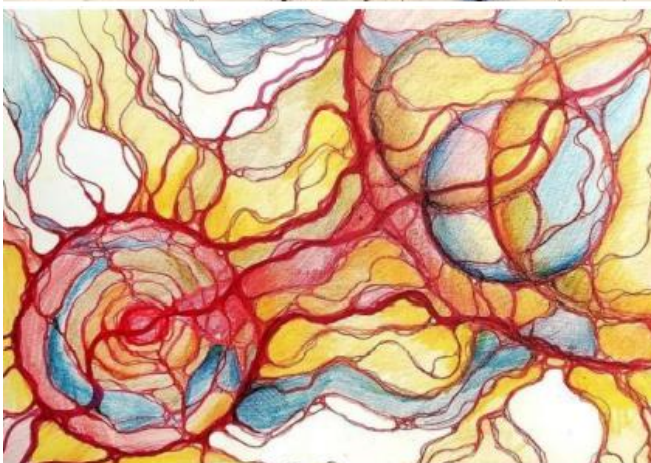
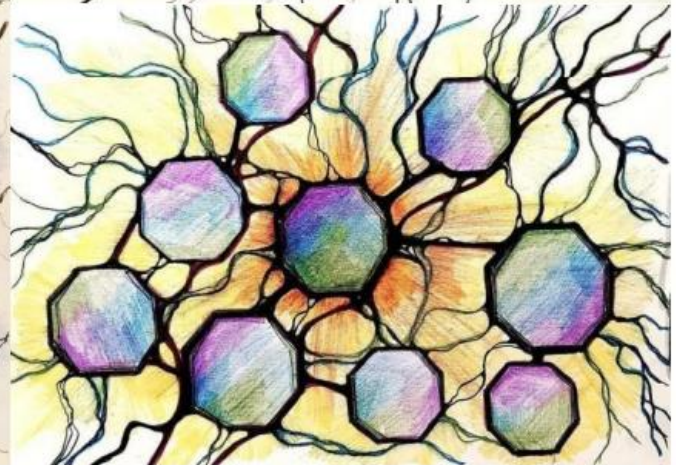
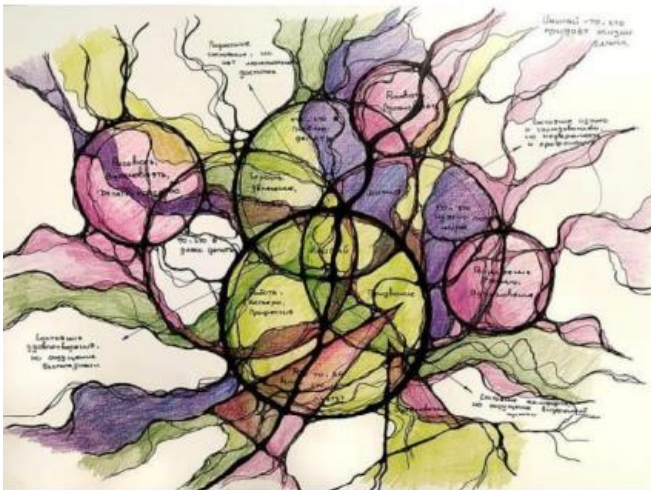
В моей душе иногда появляется сомнение - зачем мне менять профессию? Возможно, я просто пытаюсь уйти от проблем на работе? Или это моя очередная иллюзия о том, что хорошо там, где нас нет? Наконец, почему я решила, что смогу без художественной школы быть преподавателем по рисованию? Имею ли я на это право? На них я отвечаю себе одной фразой: Просто давай попробуем. Я чувствую, что мне нужно именно туда, в этот мир психологии через творчество. А еще чувствую, что в этом мире смогу открывать все новые и новые грани, и мне никогда не надоест этот процесс познания.

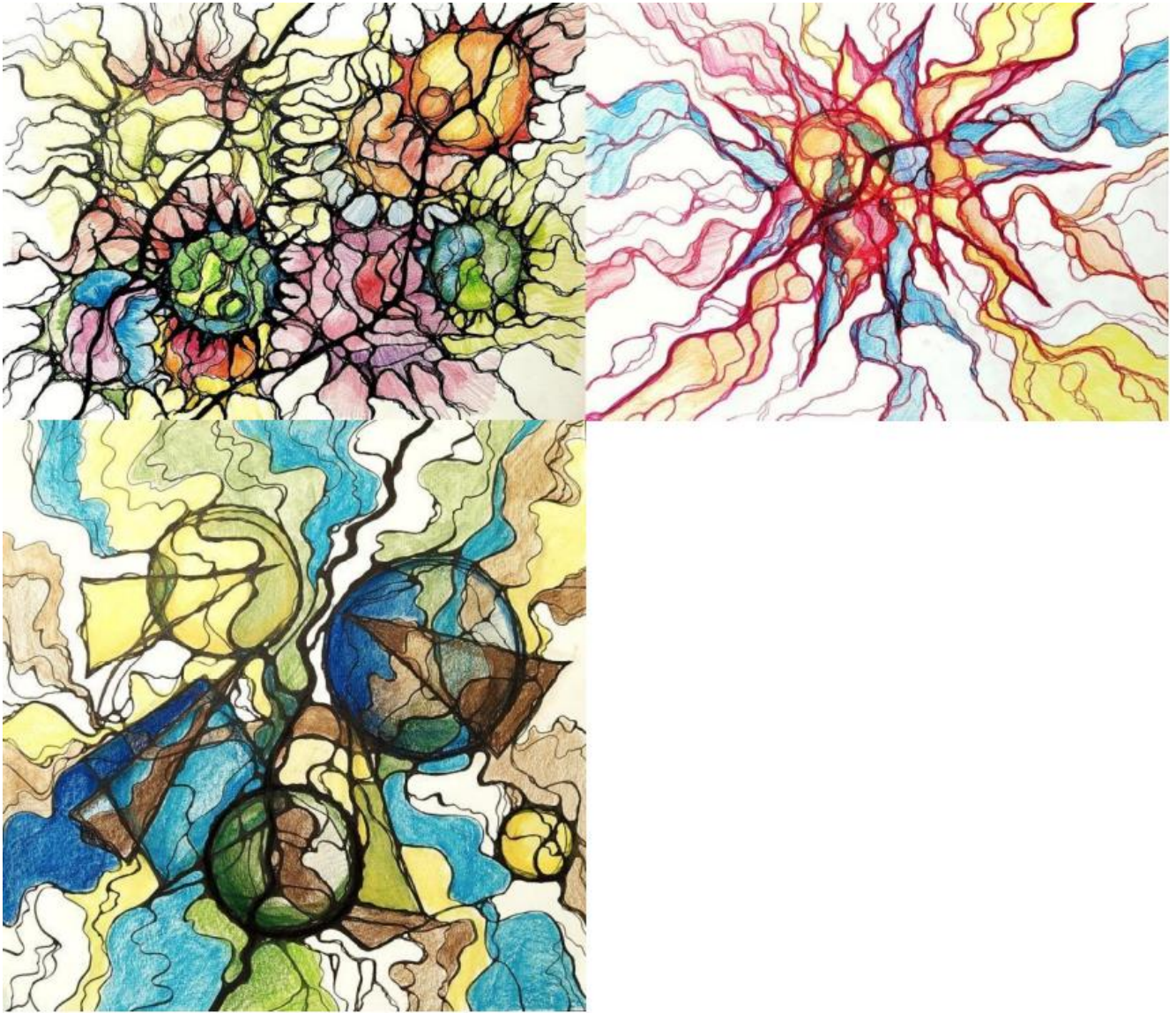
А значит, у меня будет много вдохновения. Которое есть у меня уже сейчас и которое сильно преобразило мои будни. Я вижу, как изменился мой взгляд на повседневные вещи. Я вижу, каким чудом является творчество. Это процесс, настолько близкий к нашему истинному Я, что в момент творчества человек будто попадает в другую реальность. Что угодно может стать актом творчества, от выкладывания каменных башен на морском берегу до виртуозного приготовления борща. В момент, когда мы полностью погружены в созидательный процесс, не существует ничего больше. Нет мыслей и проблем, а сама материальная реальность будто становится менее плотной. И в то же время творчество может быть таким заземляющим, таким целительным! Как, например, НейроГрафика помогает перейти от фантазий и мечтаний к планированию и действию, к конкретным, осязаемым результатам. И я рада быть причастной к этому простому, научно объяснимому волшебству.

Процитирую слова Павла Михайловича: "Чтобы сформировать энергию решения требуется от работы к работе набирать большое количество линий, сопрягать, архетипировать и снова набирать линии. Зато, от работы к работе растёт наполнение энергией, в теле собирается мотив и предчувствие чего-то зрелого, важного Так формируется проект!" Мой проект - это смена профессии! Ниже представлена часть моих работ по НейроГрафике, которые я посвятила смене профессии. Сейчас я при помощи различных алгоритмов НейроГрафики набираю энергию и мотив для перехода в третий квадрант - Планирование.



Пырина Наталья. НейроГрафика - источник личной силы или акт творения себя.





Хочу закончить своё эссе цитатами из книги "Магия красок" Германа Гессе: «Я думаю, среди всех видов деятельности человека есть два прекраснейших — музыка и живопись. Я остался дилетантом в том и другом, зато с ними вместе преодолел труднейшую из задач: противостояние жизни». «Я начал заниматься живописью и впервые за сорок лет взял в руки уголь и краски. Я ни с кем не конкурировал, ведь я рисовал свои мечты».

[Ссылка на дипломную работу Пыриной Натальи в авторском стиле](#)

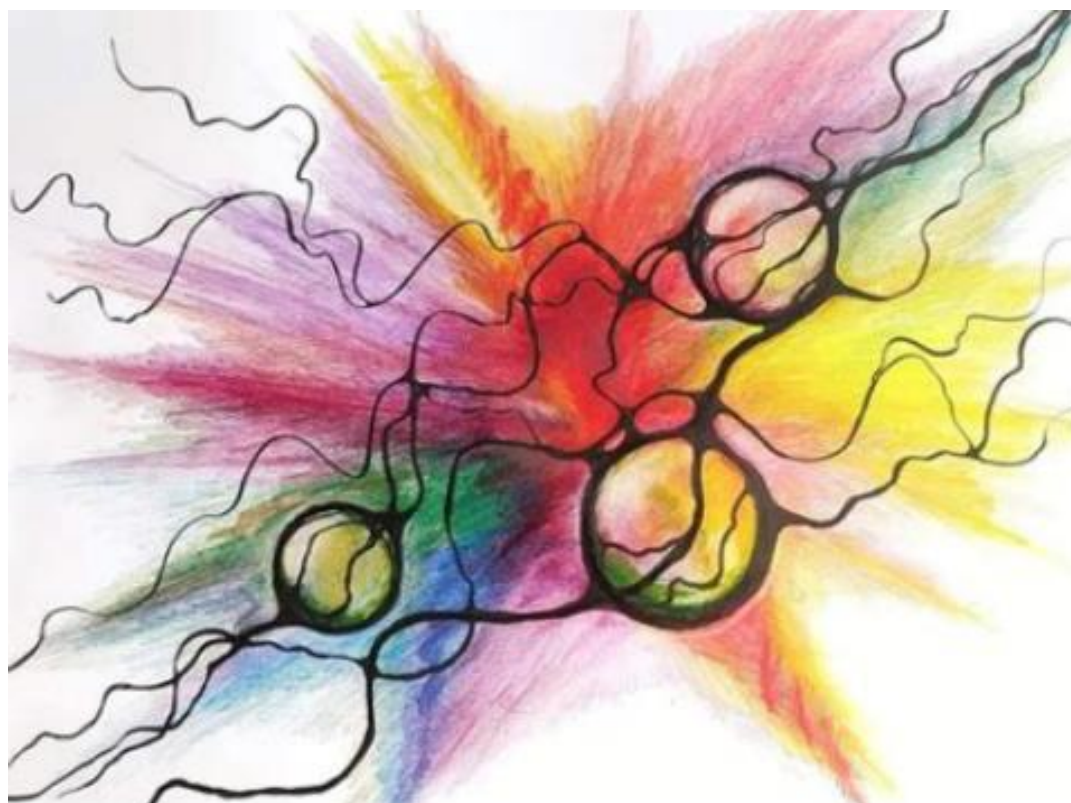


Работы.

Тема: внутренняя и внешняя гармония.



Тема: радость жизни.





Автор:
Пятницкая Елена
Супервизор:
Габбасова Гузалия

Тема:
Опыт применения НейроГрафики в арт-клубе «МОГУмама».

Введение

Эта работа посвящена анализу опыта применения нейрографики с матерями, имеющими желание развиваться, улучшать отношения с детьми, в семье в целом, укреплять самопринятие, стимулировать свой личностный рост. В моей практике создан клуб «МОГУмама», объединяющий таких женщин. Клуб «МОГУмама» задумывался как поддерживающая среда для участников различных психологических программ.

Часто во время тренингов или сразу после них участники показывают очень хорошие результаты. А спустя определенное время возникает риск откатов. Старые модели поведения активизируются, сформированные в тренинге навыки ослабевают. К примеру, участница в тренинге научилась управлять своими эмоциями, перестала кричать на детей. Но она не умеет поддерживать в себе ресурсное состояние. Поэтому, каждый раз, когда она чувствует усталость и истощение, гнев включается как будто автоматически. Она снова кричит.

Таким образом, перед участницей появляются новые задачи. Это подтолкнуло к размышлениям о том, как закрепить результаты участниц различных тренинговых программ. Это точно не еще один длинный тренинг с его нагрузкой и интенсивностью. Хотелось облегченного поддерживающего формата, и при этом размеренного, неспешного личностного роста. Я размышляла над форматом. Дальше события стали разворачиваться как будто сами. Но я понимаю, что не сами.

Я много рисовала на тему самореализации во время обучения на курсе «Специалист» и просто для себя, когда были возможности. Результат пришел. В то время я закончила обучение на курсе «Специалист» и мне нужны были кейсы для отчетной работы. Я позвала желающих, из числа участниц моих психологических программ, на индивидуальную работу. Неожиданно для меня собралась очередь. Мало кто был знаком с



нейрографией, но было доверие ко мне как к психологу и им хотелось усилить свои результаты.

В тот момент я ощутила силу нейрографики. Никогда до этого клиенты не приходили ко мне с такой легкостью, как будто без усилий с моей стороны. Я отработала нейро-техники с желающими. Что-то мы даже попробовали в групповом формате.

Я хотела понять, смогу ли я вести участниц в группе, используя нейрографику. Формат мне понравился. Участники просили продолжения, а я столкнулась с сопротивлением. Что я могу им дать? Я знаю всего несколько техник из курса «Специалист». Да, могу графически представить путь выхода из определенной проблемы и порисовать вместе с участницами. Но там же столько нюансов! Решила порисовать на эту тему. В то время я посещала курс «Дневники развития». Ответ пришел спонтанно, но как-то очень уверенно. Я иду на курс «Инструктор нейрографики»! Буду наращивать навыки постепенно, клуб поможет мне стать профессионалом, а я помогу участницам укрепить в себе МОГУмаму.

Так появился арт-клуб «МОГУмама».

Кто такая МОГУмама? В первую очередь, это мама, которая видит не ограничения, а возможности. Она может говорить так, чтобы дети слышали, может создавать близость и тепло в отношениях, ее уважают и ценят дети. Она верит в то, что способна быть МОГУмамой. Я уверена, что эта внутренняя часть есть у каждой мамы, но бывает, что путь к ней лежит через завалы негативных установок, прошлого опыта, неверия в себя и прочих препятствий.

Клуб МОГУмама – путь к себе.

Моя цель – помочь женщине поверить в то, что она МОЖЕТ.

В клубе использованы разные методы:

1. Арт-терапия.
2. Работа с метафорическими картами.
3. Песочная терапия.
4. Нейрографика.

Я предположила, что сочетание методов поможет участницам мягко поддержать себя и создать атмосферу самоисследования. Поддерживающую



среду я планировала организовать с помощью чата, в котором можно поговорить о наблевшем не только со мной, но и с участницами клуба. Чат задумывался также как среда, в которой участницы смогут отработать навыки мягкой и эффективной поддержки друг друга.

Это ценный опыт, который может быть перенесен в практику семейного общения. Формат работы предполагался облегченный и поддерживающий. Раз в неделю мы собираемся вместе, чтобы сделать технику на определенную тему. В конце недели я записываю видео, в котором даю обратную связь на работы участниц и объясняю, с т.зр. психологии, процессы, происходящие с ними. Нейрографика очень хорошо подходит для решения поставленных задач.

Это мягкий формат работы, который дает быстрые результаты. Нейрографика полюбилась участницам больше всего. В работе клуба я использовала как известные техники, так и авторские композиции, помогающие в решении конкретных задач.

Программа арт-клуба «МОГУмама»

Программа арт-клуба «МОГУмама» В этой работе я проанализирую и опишу часть программы арт-клуба «МОГУмама», рассчитанную на пять месяцев работы с участницами. В описании я сделаю акцент на техниках нейрографики, применяемых в программе работы.

Арт-клуб «МОГУмама» основан на следующих принципах:

- Регулярность. Работа в клубе - забота о себе, которая должна быть регулярной, а не от случая к случаю. В клубе мы рисуем не реже, чем раз в неделю.
- Системность. Темы выстроены в логическую последовательность, ведущую участниц к укреплению внутренней части «МОГУ».
- Акцент на практике. Теории 20% от общего содержания клуба, и она отталкивается от тех запросов, которые рождаются в ходе рисования (или выполнения арт-техники) – соответственно информация укладывается легко, естественно, быстро.
- Бережный темп. Одно задание в неделю посилено каждому.

Каждый месяц – это отдельная тема для проработки. Путь, укрепляющий внутреннюю МОГУмаму представился мне следующим образом:

1. Программа «Дары самооценности». По своему опыту я вижу, что многие психологические сложности участниц моих программ упираются в



недостаточную самооценку. Обесценивание себя запускает подобные процессы в отношениях. В итоге женщина концентрируется на проблемах и неудачах. Возможности остаются в тени, не осознаются. Самоценность – одна из самых значимых тем клуба, к которой мы возвращаемся и на других программах. Самоценность – основа, на которой может ощущаться внутренняя часть «МОГУ».

2. Программа «Источник силы». Этот месяц посвящен ресурсам. Множество ресурсов теряется в борьбе с собой, критике себя, проживании болезненных переживаний. Если эти аспекты неосознанны, можно потерять ресурсы и не понять этого. Программа месяца направлена на осознание потерь ресурсов и активацию ресурсного состояния. Укрепившаяся в прошлом месяце самооценку, позволит не уйти в обесценивание, увидеть и использовать возможности самоподдержки.

3. Программа «У страха глаза велики». У многих участниц клуба присутствуют родительские страхи, тревожность в воспитании детей. В программе работаем над тем, как восстановить самочувствие, если тревожно и страшно за ребенка. Наша цель – снизить чрезмерную тревогу за детей и научиться больше им доверять. Я предположила, что в ресурсном состоянии работать со страхами и тревогами будет проще.

4. Программа «Лабиринты выбора». Программа направлена на облегчение принятия решений, работу с сомнениями и неуверенностью. Использована метафора лабиринта как запутанности и сложности принятия решений. Предполагаю, что работать с решениями после проработки страхов и тревог будет легче.

5. Программа «Устойчивый баланс». Программа направлена на то, чтобы выровнять баланс «отдаю – получаю». Выстраиваем взаимодействие с миром на уровне самооценки собственной и ценности окружающих, в результате чего приходим к глубокой и устойчивой гармонии в отношениях. Опишу ход реализации программы с акцентом на нейротехниках.

Этап 1. «Дары самооценки»

Знакомство с нейрографикой, по традиции начинается с алгоритма снятия ограничений. Это было подготовкой к основной программе. Участницы познакомились с нейрографикой, научились рисовать нейролинии и делать скругления. Первые ощущения удивили участниц тем, как быстро они могут привести себя в комфортное состояние с помощью рисования.



Они заметили, что во время рисования поднимается дискомфорт, но после скругления уходит, состояние выравнивается.

Многие, после применения АСО писали о том, что нейрографика дает возможности управления своим состоянием. Далее, мы перешли непосредственно к тематическим занятиям. Первый месяц был посвящен проработке самооценки. Тему самооценки, на мой взгляд, очень хорошо раскрывает техника «Нейролотос». Техника дает послойную распаковку личности, позволяет увидеть себя в разных аспектах, понять как хочется проявлять себя в социуме. Техника вызвала разные отклики в группе. Некоторые участницы писали, что спонтанно начинали плакать во время рисования.

Были непонятные, трогательные ощущения, как будто касаешься чего-то внутреннего, почти забытого. Были и те, кто рисовал механически. Они писали, что осознаний не было, просто приятные ощущения успокоения от процесса.

Ольга описывает сильный позитивный отклик на работу (рис.1.): «Внешний круг лепестков получился без границы в виде круга. Примерно в середине работы захотела нарисовать их именно так. Я решила, что эти внешние лепестки соединю с миром. Это позволило убрать остроту внешних лепестков. Цветом зафиксировала внутренний цветочек и поток, идущий в мир из лотоса (два потока). В чувствах было умиротворение и в процессе работы, и по завершении. Углы скруглялись легко и быстро, хотя я опасалась, что закопаюсь в них».



Рис. 1. Ольга. Нейролотос

В этой работе Ольга очень мягко работает с цветом, использует оттенки, полутона, мягкие переходы. Лотос выглядит очень женственным. Это удивительно, потому что в других работах у участницы присутствует фундаментальность и основательность. Оля в работах может увидеть разные оттенки своей личности. В этой работе линии поля и фиксация словно слиты друг с другом. Я предложила участнице сделать фиксацию более очевидной и желательно, в виде замкнутой фигуры, чтобы уже сейчас увидеть результат работы целиком.



Светлана после рисования нейрлотоса написала, что появилась свобода и легкость после рисования: «Нейрографика для меня новое ещё неосвоенное направление. Мне нравится. Вначале очень старалась, чтоб лепесточки были ровненькие, одинаковые. И внутренне испытывала неудовольствие от того, что не всегда получалось. Оценивала насколько ровный круг, скругления получались жирные, хотелось потоньше. Это про идеальность, про соответствие нормам. Вдруг возникло желание расширить круги. 5 и 6 круг в разы больше, чем предыдущие. Размаха захотелось. Возможно, снялись внутренние ограничения. Как будто энергия поменялась, ушло старание и появилась свобода. И мне вдруг стала нравится неодинаковость лепестков.

Ощущения внутри изменились. Особое удовольствие получила, когда вела нейролинии в мир. Хотелось нарисовать их много, при этом они причудливо извивались, точно река. Как будто огибали какие-то невидимые препятствия. Не очень хотелось, чтобы они пересекались друг с другом. Наоборот, хотелось, чтобы они заполнили все пространство и не пересеклись. Почувствовала внутреннюю свободу!».



Рис. 2. Светлана. Нейрлотос

У Светланы использованы яркие цветные потоки. Работа выглядит энергетически сильной. В работе не очевидна фиксация. Глаз цепляет желтый цветок в центре. Светлана получила рекомендацию выделить фиксацию поярче. В работе интересны маленькие цветные шарики. Светлане рекомендовано подумать об их значении. Можно также выпустить от них линии. Есть ощущение, что там задерживается энергия. Светлане откликнулась эта мысль.

Ольга пошла путем создания и проговаривания аффирмаций о самооценности (рис.3): я есть, я имею право, я живу, я люблю, я проявляюсь, я ценная, я радуюсь, я чувствую, я достойна и пр. Ольга словно запрограммировала себя на новое чувствование, новые проявления. В эффектах чувство свободы, легкость в теле. Работа интересна использованием знаков и символов. Мы поговорили про их значение. Ольга сказала, что это ценные аспекты ее жизни, в которых она проявляет себя. Было рекомендовано выделить линии поля и фиксацию.



Рис. 3. Ольга. Нейролотос



В теме самооценки участникам была также предложена авторская техника «Звезда самооценки». Композиция техники была следующей. На листе бумаги участникам предлагалось почувствовать место, где находится их звезда самооценки. Затем рисуем саму звезду. Количество лучиков может быть любым. Каждый лучик обозначает что-то, что участница ценит в себе или знает, что это ценят в ней другие люди. По мере осознания, лучики можно подписывать.

Далее, от каждого лучика начинаем вытягивать в фон линии. Это то, как проявляет себя в мире та или иная внутренняя ценность. По мере рисования могут появляться шарикорезультаты, обозначающие конкретные проявления этих ценностей. Можно заложить желаемые результаты. Далее участникам было предложено, по желанию, обозначить других людей в виде таких же звездочек и соединить линиями свою звезду со звездой другого человека. Символически это про ценностное общение. В общении мы не только транслируем собственную ценность, но и видим, признаем ценность другого, относимся к нему с принятием и уважением. Остальные этапы реализации техники полностью совпадали с базовым алгоритмом.

Надежда пишет о своих осознаниях при выполнении техники (рис.4): «Много всего в этот раз. И печали, и радости. Каждый лучик назван, даже не верится, что я столько могу. Результаты тоже порадовали, обычно через сопротивление. Звезды дали самый большой эффект. Поняла, что чтобы пробиться к важному для меня человеку, мне нужен результат. Тогда все встанет на свои места, и я закрою гештальт. Сейчас выясняю на практике, так ли это».



Рис. 4. Надежда. Звезда самооценки



В работе Надежды радуют большие шарики-результаты. Надя видит и ценит свои результаты. Фиксация и линии поля заметные. Линии поля питают звезду, захватывают почти все обозначения результатов. Надежде была дана рекомендация рисовать линии не такими прямыми, а осознанно немного менять направление линии, чтобы линия шла туда, где мы не ожидаем ее увидеть.

Татьяна смогла увидеть в себе, во время рисования, обесценивание и контроль (рис.5.): «В самом начале выделенных результатов было мало и мне казалось, что звезда затерялась. Потом я увидела новые результаты, они рядом со звездой. Пришли мысли, что вижу результаты со временем и не замечаю "здесь и сейчас". И даже обесцениваю их. До раскрашивания видела все в нежно-спокойных тонах, в процессе стала добавлять яркости. В самом конце пришло сияние. Звезда расположена слева, в нижней части. Возможно, связано с тем, что часто возвращаюсь мыслями в прошлое...



Рис. 5. Татьяна. Звезда самооценности

День третий после рисования) Ещё ловлю осознания, глядя на рисунок. Слишком много контроля (в движении линий) и слишком мало свободы. Контроль тяготит, тревожит...». Работу с тревогой Татьяна продолжила через АСО. В этой работе я обратила внимание Татьяны на то, что почти все объекты сосредоточены в одной части и много пустых мест. Они выглядят как неисследованные части внутреннего мира. Таня получила рекомендацию поразмышлять над тем, что может быть расположено в пустом пространстве. Если возникнет желание, дорисовать.

Ярослава отметила, что смогла укрепить самооценность с помощью этой техники (рис. 6): «Как же мне понравилась эта техника!!! Рисовала с большим удовольствием. Состояние было спокойное, погруженное, бережное. Очень хотелось аккуратно и нежно скруглить все углы и это приносило удовольствие. Понравился поэтапный подход. И острые углы звезды так и тянулись наружу, хотелось движения. Результатов получилось много, очень интересно, о чем верхний правый результат и ветка других, идущих от звезды к нему.



Он очень притягательно-интересен. В этот раз цвета и сам результат очень понравился. Звездочки получились маленькие и корявенькие, с ними было наиболее сложно работать, требовалась филигранная работа и не очень приятная. Интересно почему. Еще главная звезда оказалась немного смещена влево, возможно из-за того, что хотелось получить больше результатов в настоящем и будущем, а не смотреть в прошлое. Акцент смещен на будущее. Некоторые звездочки от линий поля почти исчезли, пришлось подсветить цветом. Сам процесс принес внутреннее спокойствие.



Увидела свою ценность».

Рис. 6. Ярослава. Звезда самооценности

Работа Ярославы интересна насыщенностью, как цвета, так и линий. Чувствуется наполненность. Одинаковые по цвету шарики-результаты, словно выстроились в одну линию. Ярослава связала их вместе. Мы стали искать ответы. Ярослава нашла, что это результаты в одном направлении деятельности. Увидела разнообразие своих возможностей.

Отзывы на программу «Дары самооценности»

Надежда: «Уже месяц, даже не верится. Все началось с преодоления себя. В итоге я здесь. И весь месяц я будто на американских горках. До этого тащилась, как черепаха (один из моих образов внутренних), теперь проснулся второй - кошка на охоте. Захотелось в который раз заявить о себе миру. Открылась проблема с границами, учусь по-новому выстраивать и отстаивать. Многие всплыло из детства, осознаний про родителей. И много обострений, конфликтов, домочадцы бунтуют во всю, зеркала меня. Я стала смелее. Внутри завелся часовой механизм, сил стало больше, дедлайны уже не пугают. Что-то проснулось, и ищет выхода. Нужен ресурс, жду следующий месяц. Лена, спасибо огромное за это чудо».

Анастасия: «Месяц, так мало, хочется продолжать и открывать новое в себе. Каждая техника принесла мне за этот период яркие впечатления! В нейролотосе - Принятие себя со всеми недостатками, просто Я, живая и живущая!!! В двух деревьях - я могу изменить отношение к своим качествам, добавить теплоты и света, найти сильные стороны, увидеть ресурсы в темноте! В песочнице - я могу изменить себя играя, сама с собой в детской



песочнице, выпустить то, чего стесняюсь! В нейрозвезде - мои границы! Просить о помощи так естественно! Чувствую себя наполненной, ещё ощущаю качественный переход, чтото изменилось и мне нравится!!!»

Ольга: «Когда я начала заниматься в клубе, то не совсем понимала что происходит. Интересно было рисовать нейрографику, очень увлекало и расслабляло. Не прониклась в начале рисованием деревьев (может потому что дочь постоянно отвлекала), и дерево большое у меня все время отгораживалось от маленького, а потом посмотрела и поняла, что это я от дочери хотела отстраниться и порисовать одна. А недавно я поняла, что это работает. Я стала чувствовать себя увереннее, как будто у меня появился стержень. Вовремя рисования нейрозвезды, мне почему-то не хватало дыхания и все время хотелось глубоко дышать, наверное снималась зажатость в теле. Спасибо большое за возможность обратить внимание на себя. Вначале было Очень трудно выделять время на то чтобы сделать задание, но с каждым разом все легче.»

Этап 2. «Источник силы»

Первой техникой для работы с ресурсами стал алгоритм снятия ограничений (второй вариант). Образованные фигуры символически показывали потери в ресурсах и позволили поразмышлять над тем, куда тратятся силы. Работа по алгоритму в рамках данной темы, позволила пересмотреть вопросы эффективности использования ресурсов. Участницы писали, что скругляли полученные фигуры с чувством, что латают дыры, перекрывают утечки ресурсов. Увидели куда хотелось бы направить усилия.

В этой работе Юля столкнулась с сильными чувствами (рис.7): «Выброс был большой. Нашла 5 фигур: беспорядок; ссоры в семье; ничего не успела-обесценивание то есть; безрежимность; хлам, недоделки, желание качественно отдохнуть. Час скругляла на улице, пришла домой, с воодушевлением спокойно разгромила сложную коробку. Начала раскрашивать, навалилась такая усталость, прямо до засыпания, еле дорисовала». Юля хорошо поработала. Выброс был сильным, и она постаралась максимально сгладить углы. Но выброс все равно заметен, растворен недостаточно. Я рекомендовала добавить линий для растворения выброса и более смело поработать над пропущенными уголками.



Рис. 7. Юлия. АСО

Ирина также получила много осознаний, осознала потери в ресурсах (рис. 8): «1 замер 23 слова. Выброс был очень большой, почти на весь лист. Тогда казалось, нет мыслей и чувств, в теле напряжение 19 /концентрация перед и в процессе рисования выброса. Сейчас мысль, что много куда ресурсы уходят. Фигур было много, находили одна на другую. Подумала про нерешительность/неуверенность в одной фигуре (ресурс уходит, так как часто сомневаюсь, какой выбор сделать), про страхи в другой (тоже прям дырища). Остальные были не понятны вначале.

При заполнении цветом хотелось рисовать потоки цвета, а не отдельные островки. Мне не хватало линий. Добавляла их. В процессе услышала, как свекровь читает дочке сказку и поняла, что ресурс уходит в критику и оценивание. Очень хочу трансформации этого. Но вот во что и как? Линии поля рисовала легко, с удовольствием добавляла линии там, где их нет. Новая форма показалась какой-то огромной и невнятной. В чувствах недоумение, неприятие в начале. Потом подумала, пусть будет, и что она похожа на неизвестный материк))). Вообще фоново было беспокойство из-за отношений и событий, связанных с мужем. И это тоже дыра - моя раздвоенность или даже растроенность: делаю одно, думаю другое, чувствую третье. И жизнь не в моменте - зависы у экрана - тоже вспомнились в процессе рисования. 2 замер: 26 слов.

Новыми интересными словами стали: равновесие, покой, душа, бережность, отдых, критик, время, наполненность, умеренность и соответствие. Душа - сомневаясь в выборе, подумать о Боге, душе. Соответствие - вообще зацепило про страх несоответствия. Вывод. Мои ресурсы уходят на сомнения, страхи, критику, разделение или отсутствие цельности (делаю, думаю, чувствую) (не подберу подходящее слово), уход от реальности. В чувствах отчаяние, в мыслях: как много дыр, что делать?»

Работа Ирины потоковая, хорошо растворен выброс. Хорошо прорисованы фиксация и линии поля, старательные скругления. Фиксация крупная и смелая. Ирина пишет, что изначально фигур было много, делает акцент на растерянности. Но по окончанию работы фигуры растворены, а фиксация крупная и заметная.



Это может говорить о хорошей проработке темы.

Для активации ресурсов использовалась техника «Шаманский дождь». Наша задача была – посеять и активировать семена, повышающие ресурсы.

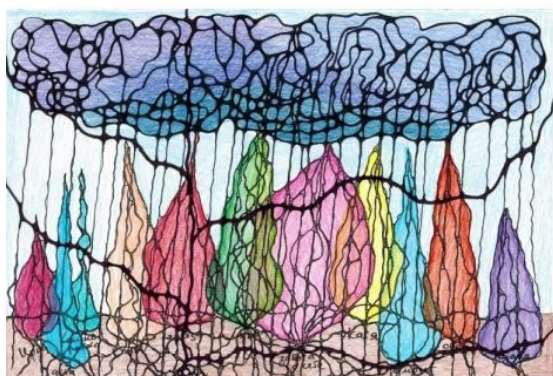


Рис. 9. Ольга. Шаманский дождь

Работа Ольги интересна тем, что линии поля движутся в направлении роста растений (рис.9): «Захотелось сразу подписать свои зернышки. В конце заметила, что одно из зерен не проросло - а оно важное для меня. Выпустила из него линии поля, объединяющие все остальные растения. Нравится туча. Реально ресурсная. А вот растения в следующий раз хочется рисовать как-то иначе... Пока не знаю как...». Работа Ольги яркая, насыщенная цветом. Пророщенные семена разнообразны, но в то же время создают ощущение целостности. Оля получила рекомендацию выделить поярче фиксацию. Туча содержит хороший потенциал. Центр тучи выглядит очень насыщенным и под ней самые сильные ростки. Возможно, на ростки по краям не хватает энергии. Спросила Ольгу, про что эти ростки. Оказались тоже важными и заброшенными. Участница получила ценные осознания.



Рис. 10. Светлана. Шаманский дождь

Светлана осознала, что направила свои ресурсы не туда, куда ей на самом деле хотелось бы (рис. 10): «Затевала эту работу ради проекта, который долго не сдвигается с места (деревце посредине). В итоге, более сильно проросли другие задумки и через них же, через их кроны, проходят линии поля. А мой проект задевают только в районе семени. И ещё линии поля напоминают мне разряды молнии, пронизывающие весь рисунок. Когда их интегрировала получила самый большой прилив энергии за всё рисование. Осознала, что мой проект не сдвинется, пока не признаю ценность других уже "проросших" сфер. К сожалению, забыла про что остальные семена. А в этой работе ливнем



пролилась та гроза, которая давно надвигалась. Облегчение огромное!» Рисунок Светланы очень приятный, воспринимается спокойным, но при этом насыщенным. Тучи аккумулируют разные виды энергии. Но связь с тучами есть у всех ростков, кроме одного (ради которого задумывался этот рисунок). Линии поля тоже касаются главного ростка боком. Создается ощущение, что пока нет готовности к действию. Фиксацию можно выделить немного ярче.

Отзывы на программу «Источник силы»

Мария: «После дождя чувствую себя замечательно. Этот месяц выдался сложным для меня в плане ресурсов. Только сегодня поняла, что не те ценности выделяла всю свою жизнь. Перенесла бурю эмоций, даже откат и нежелание что-то делать. Жизненные ситуации добавляли масла в огонь. Дважды за месяц была на грани вылета. И даже не переживала по этому поводу, а теперь оглянувшись назад, понимаю, что так было нужно. И хорошо, что заставила себя сдать работы вовремя и обрести своё сокровище»

Светлана: «Самый главный результат, который появился в клубе - это постоянное внимание к собственным ощущениям, переживаниям, тотальное прислушивание к себе; даже если кто-то или что-то отвлекает от этого процесса, то сразу появляется некий челнок, который переводит фокус на себя обратно (без выпадения из реальности). И при этом Мир видится как-то шире. Все техники зашли очень хорошо, как и в прошлый месяц, было совпадение с моими личными процессами и ритмами. Открытие месяца - это карты. Отдельное спасибо за них! Работа с ними у меня прекрасно вписалась в нейрографику и дополнила её гармонично. Я в восторге! Предвкушаю и немного мандражирую перед темой страхов. Успокаивает и греет осознание, что я в клубе и в тёплой компании. СПАСИБО!»

Ярослава: «Чем дальше, тем лучше я понимаю, что я большая умница, что вступила в этот клуб. Все техники мне очень подходят. Нейрографики много не бывает, я бы хотела рисовать каждый день (к сожалению времени не хватает). Обнаруживаю, что я действую и думаю по-другому чем раньше. Вылавливаю новые инсайты и паттерны поведения, которые можно отредактировать и действовать по-другому. Дыр нашла разных. Ранее была излишняя склонность к рефлексии без решения ситуации. Много тревоги, которой не было выхода. Теперь у меня есть инструмент АСО - незаменимый помощник в тяжелых эмоциональных состояниях. Чему я очень рада и благодарна Лене, которая организовала такой чудесный клуб поддержки. Еще у меня была дыра - обесценивание себя и своих результатов, сейчас намного лучше. Игра с метафорическими картами также понравилась.



Интересно и позволяет глубже познавать себя. Причем каждый раз появляются новые мысли. Я дважды прошла эту игру. И получились разные результаты»

Этап 3. «У страха глаза велики»

В работе с родительскими страхами и тревогами, наряду с другими техниками, использовалась авторская композиция «Страх под контролем». На листе бумаги предлагается почувствовать, где находится фигура страха и как она выглядит. Внутри фигуры делается выброс. Сразу скругляем выброс, чтобы улучшить эмоциональное состояние. Если фигура страха все еще вызывает беспокойство, рисуем вокруг нее рамку (если это откликается участнице). Так символически мы берем страх под контроль. Задаем себе вопросы: Что является противоположным страху и при этом обладает силой? Что может его сдержать мой страх? Рисуем фигуру, символизирующую ответ. Это может быть квадрат, круг, треугольник, т.е. любая фигура, обладающая для автора достаточным ресурсом. Можно нарисовать несколько ресурсных фигур. Нейролинии направляем к фигуре страха с намерением снижения страха и тревоги. Нейрографируем работу. После проработки могут появиться фигуры результатов. Проясняем результаты с использованием вопросов: Как я буду себя проявлять, когда начну контролировать свой страх? Что буду делать, когда тревога снизится?



Рис. 11. Светлана. Страх под контролем

Светлана творчески подошла к заданию (рис.11). Представила страх ракушкой: «Мой страх оказался ракушкой, в которой я прячусь, боясь проявить себя. Рисовать было не страшно, а как всегда очень увлекательно. Рисовала до поздна, решила ничего не оставлять на завтра, хотелось закончить сразу. Осознания пришли утром в тот самый момент, как только я проснулась. Поразительно, как это работает! Ещё с пластилиновой работы было ощущение, что под страхом скрывается какое-то сильное и важное качество.

Утром я осознала, что это Моя уникальность. Задача - позволить себе быть собой. Я зафиксировала треугольник, не понимая, что он делает на моем рисунке. Зачем я его нарисовала? Видимо внутри есть конфликт, который мешает мне проявить себя. И с этим нужно поработать. Вместе с



линией поля он похож на стрелочку-указатель. Думаю, что туда следует идти. Ещё отметила, что у меня много ресурсов. И они такие большие. А страх по сравнению с ними гораздо меньше».

Работа Светланы выглядит очень позитивной. Размер негативной фигуры незначительный. Ресурсные фигуры по общему объему, значительно превышают размер проблемной фигуры. Можно утверждать, что свои тревоги Светлана взяла под контроль. Выброс не заметен на рисунке и хорошо растворен. Фигура треугольника в правом верхнем углу интересна. Я предложила Светлане дорисовать рисунок в сторону направления движения треугольника. Наталья после работы укрепила мотивацию действовать (рис.12):

«Первый замер 43 слова, 17 эмоционально окрашенных. Первый раз так потоком выходили слова, ни на секунду не задерживаясь. 13 слов с негативной окраской. Страх становится взрослой, страх сепарации. Это сильно эмоционально заряженная для меня сейчас тема, т.к. недавно осознанная. В ресурсы взяла дисциплину и порядок, аналитические способности, активность и движение, любовь и принятие, осознанность, диалог, уверенность, рациональность, психологическую устойчивость, здоровый юмор, забота о себе, гнев, интуиция, здоровый пофигизм, т.к. вылез игнор, который я заключила в треугольник здорового пофигизма, юмор. Из круга активности и движения вырос новый, неизвестный ресурс. Думаю это результат действий. Его я и зафиксировала. Отследила, какой ресурс рисовала в последних рядах - дисциплина. То, что хромает. В этот раз рисовала, осознавая, сразу, обдумывая в процессе скругления, внесения цвета.



Рис. 12. Наталья. Страх под контролем

Ощущение, что новый ресурс - это комета. Которая выведет на новую орбиту и летит она в страх, растворяя, сжигая на своем пути устаревшие настройки, это обновление. Телесные ощущения: немели пальцы на руке при рисовании осознанности, на ресурсе рациональности стало легче дышать. Скругляла первым страх, потом психологическую устойчивость, принятие и любовь, потом уверенность, анализ, юмор. Вывод - действовать. Любой опыт - мой опыт, каким бы не был, исключить отрицание, ожидания».



Работа Натальи очень приятная по цвету, яркая, потоковая. Место тревожной фигуры заметно. Там чувствуется наибольшее напряжение. Я предложила участнице вытянуть напряжение с помощью нейролиний в фон.

Катерина в работе почувствовала освобождение и облегчение (рис.12): «Когда нарисовала страх, до выброса, на глазах появились слезы. Сердце сжалось. Легче стало, когда начала скруглять. Прямо отпустило. Тело стало наполняться чистой, светлой энергией. Хотелось взлететь. Не могла дождаться когда начну вносить цвет. По завершению было ощущение что под ногами надежная, крепкая опора, и все получится, бояться не чего. Замер слов: 1-22, 2-23 положительно сильные».

Работа Катерины очень приятная по цвету. Фигуры прозрачные. В



работе есть объем. Есть потоковость. Линии поля заметны, но они имеют ломаный характер. Я рекомендовала Катерине чуть больше нейрографировать линии. Исследовать глубже этот рисунок мы не стали, т.е. эффект катарсиса уже достигнут в процессе рисования. Уточнила только, что означает фигура фиксации для участницы.

Отзывы на программу «У страха глаза велики»

Надежда: «Чувствую себя отлично. Явно в большем плюсе, чем в начале месяца. Месяц был активным. Я вытащила свой самый злобный страх, с которым жила почти всю жизнь. На работе посмотрела ему в лицо, выжила. Теперь боюсь не так сильно, но это уже дело практики. Освободилось много ресурса. Нашла силы, чтобы записаться на курсы, которые откладывала 10 лет!!!! Присвою это себе. Клуб стал неотъемлемой частью, дофамином, наградой и волшебством. То, что рисую вечером, утром уже приходит. Или как вчера, пока рисовала, думала, где бы найти разговорный клуб. Закончила рисовать, пришло приглашение в такой клуб. Это запрограммированное чудо. Знаешь, откуда оно, но каждый раз расцениваю как чудо. Чаше стала отлавливать свои состояния. Это уже не просто гора камней, а каждый по отдельности. Много принятия себе и отстаивания границ. Сейчас вылезли новые, готовятся к лабиринтам. Все техники зашли. Каждая со своим, ни от чего не хочу отказываться. Все дали свои эффекты. Жду новый месяц!!!!».



Светлана: «Время подводить итоги. Мне здесь очень интересно. Интересно узнавать новое про себя, про свой внутренний мир. Интересно узнавать, как бывает у других. Интересно, как одно трансформируется в другое. Вот и со страхом работать было очень интересно и совсем не страшно. Внутренняя скованность - страх проявить себя, страх осуждения, отвержения, высмеивания, непринятия. Да, в жизни могут быть такие ситуации, люди могут по-разному отреагировать на нас. Но самое главное, это то, как я реагирую на них и на ситуацию. Могу ли я выдерживать их чувства, чтоб не провалиться в свои, не уйти в защиту или нападение. Очень важные для меня качества - выдержка и эмоциональная осознанность. Практикую их. Из предложенных техник большее удовольствие получила от нейрографики. Заметила, что нейролинии у меня перестали петлять, извиваться. Рука стала рисовать увереннее, быстрее и свободнее. Как будто ушла подсознательная тревога. В жизни я стала быстрее принимать решения, перестала откладывать дела и стала более эффективно распределять свое время и свои дела. Стала больше успевать, и при этом нет суеты, все последовательно и продумано. Возникли довольно сложные ситуации на работе, но я спокойно их воспринимаю и ищу способы их решения. Стало проще в общении с людьми, появилось больше радости и удовольствия. Похоже, я становлюсь собой настоящей».

Мария: «Самочувствие боевое)) страхи были про навязанные вакцины и агрессивную политику "разделяй и властвуй". Результаты работы через нейрографику весьма интересные)) я перестала "тупо бояться" и бояться начала умно))))) не избегаю взаимодействия с системой (как раньше), а внимательно читаю документы, которые подписываю, больше не смотрю каналы всёпропальщиков, смотрю только те, где предлагают выход из ситуации. Постепенно собираю картинку того, как я хотела бы жить) 16 16 Спасибо огромное, Елена!».

Этап 4. «Лабиринты выбора»

В теме принятия решений использовалась метафора лабиринта. Лабиринт представлялся как образ нашего мозга, в котором принимаются решения. Идеи могут путаться и не находить выхода, а могут, пройдя через лабиринт вызреть, стать осознанными и глубоко принимаемыми. Алгоритм работы с нейролабиринтом мне представлялся следующим образом. Мы работали обеими руками. Участникам предлагалось взять в каждую руку по маркеру. Поставить их в центр того места, где будет лабиринт. Одновременно, обеими руками рисуется спираль.



Правая рука рисует спираль вправо, левая влево. Когда лабиринт нарисован, предлагается сделать обратное движение: от периферии к центру. Это позволяет настроиться на работу и гармонизировать состояние. Далее, когда настройка завершена, работа происходит одной (ведущей) рукой. Еще раз формулируем для себя запрос и медленно следуем по нарисованным линиям, нейрографируем их. Если где-то на линии ощущается фигура, рисуем фигуры, изучаем про что они. Являются ли эти фигуры ресурсными или это фигуры-препятствия к решению поставленной темы? Дальнейший алгоритм работы соответствует базовому. Мы проходим левый и правый лабиринты по отдельности.

Можно проходить с одним запросом. В каждом лабиринте можно обнаружить разные нюансы темы. Иногда решение приходит в первом лабиринте, иногда во втором. Бывает так, что запрос меняется, и каждый лабиринт подсказывает решения в разных темах или с разных сторон. Случается, что решение трудно принять, даже после этой работы. В этом случае, я делаю акценты не на самих решениях, а исследовании ситуации.



Рис. 13. Юля. Нейролабиринты

Юля в этой технике разбиралась с семейным вопросом (рис. 13): «Мощная техника. Пригодилась очень вовремя. Нужно было както разрешить тяжелую семейную ситуацию. Когда рисовала ничего не думала, хотелось просто погрузиться в процесс. Было чувство, что нужно просто расслабиться и сосредоточиться на процессе, а вся ситуация разрешится лучшим образом. Так в принципе и произошло) Во всяком случае мне было намного легче принять переломное решение. Спасибо!»

Работа Юлии очень яркая, потоковая. Есть поток, соединяющий два лабиринта. В этом чувствуется интеграция. В то же время правый выглядит более насыщенным и богатым. Через него проходят линии поля. Возможно, именно этот лабиринт более всего полезен участнице в решении запроса. Можно немного ярче выделить фиксацию. Предполагаю, что это фигура, объединяющая два лабиринта.



Рис. 14. Ирина. Нейролабиринты



Ирина в лабиринте решала вопрос выбора направления деятельности (рис.14): «Рисовать был кайф, я так люблю спирали!!! А тут еще и двумя руками нужно было рисовать, вообще волшебство. Тема более чем актуальная для меня: выбор направления деятельности (я стою на пороге: дочь подрастает, надеюсь, пойдет в садик, нужно думать, чем займусь дальше, у меня есть несколько вариантов, но я не знаю пока, что выбрать). Я подумала, что левая спираль (желто-оранжевая) у меня про внутреннего ребенка и чувства, творчество, правая про разум и внутреннего взрослого. Скругляла и раскрашивала я сначала левую спираль, по ощущениям она для меня более важная. Я попробовала, как Лена говорила, рисовать из центра спирали по движению спирали и чувствовала приятное радостное волнение, как от предвкушения чуда, и даже легкое головокружение.

Мне захотелось, чтобы цвет в спирали перетекал из одного в другой, и здорово было намечать это карандашом: из центра и до конца правой спирали я прошла кругами голубым, а обратно вернулась красным, фиолетовым и синим. Эйфория! И полный экстаз, когда я прошла водой после того, как раскрасила карандашами. Сказочные ощущения, когда оживает и наполняется цветом каждый кусочек рисунка. Я не знаю таких слов))) Когда Лена рисовала фигуры на лабиринтах, мне захотелось только несколько маленьких спиралей, овалов и каких-то неправильных кривуллек. И для меня было очень ценно, что, когда я не знала, чего я хочу, я позволила себе взять паузу и понаблюдать и делать то и тогда, когда я почувствовала внутреннюю потребность. Раньше, когда я не знала, я старалась делать по образцу. Это вторая работа, в которой я стала больше прислушиваться к себе. И это здорово! Это был мой инсайт. Фиксация - шар, объединяющий лево-право».

Восхищена этой работой! Рисунок хочется рассматривать. В нем чувствуется глубина и наполненность смыслами. Потoki сильные, вдохновляющие. Лабиринты выглядят разными и одновременно согласованными, хорошо интегрированными. Линии поля и фиксация заметны.



В теме выбора применялась также известная схема “Квадрат Декарта” (рис. 15). Мы выполнили эту схему с использованием нейрографики. Участникам предлагалось проанализировать свою цель, опираясь на схему. Ответы на вопросы рисовали в виде фигур. Желаемые объекты связывали. Когда композиция была готова, то дальше работали по базовому алгоритму.

Рис. 15. Квадрат Декарта



Ольга, с помощью техники «Квадрат Декарта», исследовала вопросы семейного бизнеса (рис.16): «Тему взяла: надо ли мужу искать свою работу или продолжаем вместе развивать мой проект? Не могу сказать, что в процессе исследования квадратов увидела что-то новое... Я об этом уже много думала, и так, и эдак... Но в итоге пришла к тому, что мы семья при любых обстоятельствах. И что бы мы ни выбрали - будет хорошо, если мы будем оставаться семьей. А еще, что вот этого варианта с работой не надо ни бояться, ни смотреть на него, как на спасение - это просто еще один вариант из многих, у которого есть свои плюсы и минусы.



Рис. 16. Ольга. Квадрат Декарта

Удивила фиксация. Сначала я думала, что зафиксирую что-то вроде лотоса, лепестки которого символизировали реализацию семьи в мире. Но в фиксацию попросились три фигуры вверху справа. Причем в квадрате, где появлялась еще одна работа (а у меня много в связи с этим сомнений и опасений). Уже не помню, что конкретно значили эти фигуры... Но сами фигуры - ресурсы, стабильность и динамика плюс чистые яркие цвета ощущаются весьма привлекательными и именно вместе».



Работа Ольги яркая, наполненная смыслами. Некоторые фигуры растворены, другие, напротив, выделены. Выделенные фигуры отвечают на вопрос «Что будет, если это произойдет?». Обратила внимание Ольги на этот момент. Спросила, как главные выводы согласованы с выделенными фигурами фиксации. Это и есть вывод? Или фигуры про что-то другое?

Анна говорила немного загадками, но рисунок продвинул ее в решении понимать более активные действия на пути к реализации цели (рис.17): «Добрый день! Слова 34 и 36. Нижние квадратики поменяны местами. Но это не суть. Поняла, что так как есть точно не хочу. Надо двигаться дальше, вперед. Да, это потребует большей активности, моего времени. Зато ощущения от результата наполняют. Понимаю, что в этом и есть мой ресурс и моя ценность. Хоть для нее и необходимо потрудиться, в нее вложиться. Конечно, это будет зависеть и от других людей, необходимо общение, терпение, понимание. График, кстати, будет в помощь. Цель. И дружно вместе вперед. А там посмотрим, какие новые горизонты нам откроются! Благодарю!».

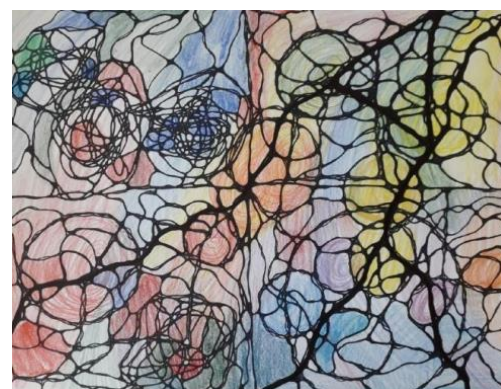


Рис. 17. Анна. Квадрат Декарта

Анна также фиксирует фигуру в первом квадрате. Фигура выглядит как направление движения. Я предложила Анне продолжить рисунок в сторону направления движения треугольника.

Отзывы на программу «Лабиринты выбора»

Надежда: «Сложный месяц. Такое чувство, что я реально физически разгребала лопатой залежи прошлых лет. Было столько всего, что лабиринты ощущаются полжизни назад. А ведь с них и началось. Инсайтов целое озеро, мыслей на осознание ещё больше. Но я простила и отпустила человека, с удовольствием занимаюсь с репетитором, строю новые планы, и больше никого не виню в этой теме, и беру ответственность на себя. Все техники были вау, освобождающие, окрыляющие. Особенно второй лабиринт с расстановкой. Спасибо за этот месяц, я долго буду ещё его вспоминать».

Светлана: «Месяц пролетел очень быстро, еле успевала себя осознавать. Главное достижение этого периода - это моё спокойствие и стабилизация самочувствия. В мае прихватило здоровье конкретно и со всех



сторон так, что даже выбрала темой месяца - здоровье. Не знаю как, но всё успокоилось. Нейролабиринт дал спокойствие, хотя понимания было мало. Карты внесли больше ясности в тему. А песочный лабиринт прямо зашёл: и осознания пришли и чувства «устаканились». Поняла, что сама управляю своей дорогой в лабиринте, сама выбираю с кем встречаться по пути и "что" брать, осознала ценность самого процесса поиска выхода. Нейроспираль ещё осознаётся. Мне нравится новоприобретённое ощущение мягкого течения жизни, независимо от событий. И это не равнодушие, а прочувствованное присутствие что-ли. Иногда в жизни вижу, как я что-то осознанно "сглаживаю", а что-то намеренно спокойно обостряю (внутри при этом вижу свой нейролотос)».

Людмила: «Тема выбора, определенности для меня актуальна. Она очень перекликается для меня с темами страхов, ресурсов и самооценности. Поняла, что значительно проработав эти темы мне легче делать выбор, в прямом смысле - не давит груз ответственности, а наоборот, появилась вариативность, ощущение, что выбор - это не катастрофа, если вдруг он будет неудачным, непродуманным, а ценнейший опыт, часть пути. Появилось ощущение, что стало больше сил, что также помогает сделать выбор. Поняла, что раньше выбирая, выбирала из страха, из дефицита, часто не продумывая риски, вернее выбирала, чтобы вообще без рисков, это очень тормозило.

Увидела, что сейчас стала риски замечать, рассчитывать, придумывать запасные варианты, и даже идти на них, понимая, что справлюсь, это даёт большие возможности, наращивается потенциал. Это потрясающие ощущения))) Поняла, что мой выбор между активностью и пассивностью беспочвенен - ведь можно ситуативно уметь быть и активной и ведомой, чувствовать ситуацию, гармонизироваться, быть гибкой. И это все тоже я, разнообразная и многогранная))))))

Этап 5. «Устойчивый баланс»

Тема баланса рассматривалась с помощью авторского алгоритма «Весы баланса». Это была одна из техник месяца, посвященного балансу. Участникам предлагалось нарисовать весы с двумя чашами. Одна из чаш – отдаю, вторая – получаю. В каждую чашу мы складываем шарики-осознания: что и кому я отдаю, что получаю. Ищем равновесие. Если чувствуется дисбаланс, добавляем желаемые фигуры. По желанию, можно нарисовать фигуры ресурсов, помогающих поддерживать равновесие и протянуть от них нейролинии. Дальнейший алгоритм соответствует базовому.



Рис. 18. Наталья. Весы баланса

Наталья через рисунок осознала дисбаланс «отдаю – получаю» и связала его с непроработанной самооценностью (рис.18): «Первый замер - 40 слов, второй 50. Во втором замере больше прилагательных получилось и слова неслись. Сначала загрузила фото, потом почувствовала, что хочется добавить линий, соединяющих „даю,, и „получаю,, Вижу, что перевесила чаша „отдаю,, . Так и есть. Похоже, все упирается в самооценность. Она сквозит у меня в каждом действии. Часто стала проверять внутренний компас действительно ли мне важно и нужно то, что в моменте делаю в отношении тех выборов, которые касаются меня. Похоже, для устойчивого баланса надо отработать самооценность. Я думала, что она и так проработана, но нет. Процесс идет, но требует усиления. Все смотрю на этот сиреневый шарик, ощущаю его как ресурс творчества.

Заметила, что всегда вношу цвет в одном направлении. Хочется изменить направление движения снизу вверх, веером. Сделать по-новому». У Натальи яркая потоковая работа. Дисбаланс в сторону «отдаю» действительно ощущается на рисунке. Я предложила Участнице пополнить корзину «получаю» желаемыми фигурами, сделать это осознанно, с пониманием «что и от кого желаю получать». Две фигуры наверху ощущаются как значимые, поддерживающие баланс. Сиреневую фигуру Наталья связала с творчеством. Я уточнила, что означает зеленый квадрат. Наталья сказала, что поразмышляет над этим вопросом.

Мария пришла к интересным осознаниям (рис.19): «Три дня осознаний. За 2 дня, которые я рисовала, приходят мысли и складываются пазлы из, казалось бы, прежде не связанных эпизодов, дети и муж зеркалят какие-то штуки, которые я принимаю как знаки и все валю в кучу и связываю.



Рис. 19. Мария. Весы баланса



Слова “до” = 20, после = 19. Очень поменялось состояние с растерянного незнания как это возможно все сложить в порядок, на наслаждение своей могучестью и желанием делать просто потому, что я могу и хочу. Весы были висячие, оттуда и полоска между чашами. Под чашами подставила миску для устойчивости, главное иногда приподнимать весы, чтоб проверить баланс, а то на миске можно не заметить. Подумываю про переложить на более надежные весы с подставкой, как у Елены в примере.

Оказалось если свалить в одну кучу всякие разные, на первый взгляд случайные идеи, знаки, ситуации (но они же все “повылазили” или я их заметила именно сейчас) - то можно получить очень интересные связи. Интересное из того что я наблюдала и осознала пока 2 дня рисовала весы баланса: со стороны «Отдаю» оказалось что многое ассоциируется с заставлянием себя, с “должна”, “обещала”... еще поняла, что отдаю, например, силы, время, деньги, а получаю удовлетворение, поддержку, самооценку (т.е., состояние в случае саморазвития), или отдаю нематериальное, а получаю деньги в случае работы; иногда отдаю заботу а получаю уроки и т.д.... Т.е. далеко не во всех случаях (и я думаю их меньшинство) мы отдаем и получаем то же и от тех же людей (как муж или некоторые отношения - отдала любовь, получила любовь от того же человека). В большинстве случаев, мы отдаем одно, а получаем другое, для нас по ощущениям эквивалентное. или видим\чувствуем дисбаланс». Рисунок Марии выглядит гармоничным. Рисунок интересен по цвету, цветовые потоки красивые и сильные. Фигура фиксации в центре, объединяет сферу «отдаю» и «получаю», балансирует их. Прочная цепь добавляет баланса.

Однако не понятно на чем держится эта конструкция. Создается ощущение, что весы висят в воздухе. Предполагаю, что есть какие-то важные, возможно неосознаваемые, ресурсы, находятся в верхней части (или за пределами) рисунка. Я предложила Марии дорисовать рисунок сверху.

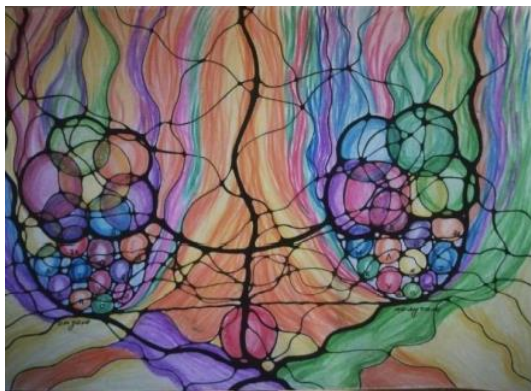


Рис. 20

У Светланы получилась неожиданная работа (рис 20): «1 замер 21 слово. Состояние какой-то неопределённости, ощущение нехватки эмоциональной близости. 2 замер 22 слова. Состояние удовлетворённости, прилив сил и энергии.



Когда наполняла корзины, думала конкретно о том, что я отдаю и что я получаю взамен. Шары ощущались равнозначными, кроме одного: это отношения с младшей дочерью. В корзину "получаю" положила маленькую горошину. Мне очень не хватает эмоционального контакта с ней. Когда наполнила корзины, то перестала думать конкретно, захотелось просто положить сверху что-то новое неосознаваемое. Интересно, что шары при этом получились гораздо большего размера и стали перекрывать друг друга.



Рис. 21. Светлана. Весы баланса. Расширение.

Цвет начала вносить с корзины "отдаю", раскрашивая сперва маленькие шары, а потом большие, двигаясь снизу вверх. Потом перешла на корзину "получаю", но раскрашивала её в обратном порядке, двигаясь сверху вниз, сперва большие шары, а потом маленькие. Следующими появились жёлтый поток, идущий к корзине "отдаю", и сиреневый. За ними зелёный, идущий к корзине "получаю" и оранжевый. И после этого захотелось пустить вверх цветные потоки от шаров. Последним появился нижний жёлтый поток справа, идущий к корзине "получаю".

Мне ощущается очень не случайной такая последовательность внесения цвета. После того, как закончила, у меня был очень сильный прилив сил и энергии». Спустя несколько дней Светлана решила расширить свой рисунок, т.к. он казался ей незавершённым (рис.21): «После пятничного напутствия, следуя рекомендации Лены, решила добавить лист сверху, совершенно не понимая, что там должно быть. Результат осмысливаю до сих пор. Это иллюзия, что всё держится на шаре в основании весов. Это мой УМ. Он считает, что на нем все держится.



Когда я продолжила рисунок, я обнаружила, что под ним есть очень прочное незыблемое основание, как гора. Этот круг, безусловно, важная часть конструкции весов, но его функция скорее регулирующая. Направлять мысли в нужную сторону вглубь себя. Когда я нахожусь в позиции ученика и понимаю, что в жизни постоянно действует мудрая любящая сила изобилия, процветания, гармонии, которая с любовью обучает меня правилам взаимодействия с этим миром, у меня внутри появляется опора и устойчивость. И тогда мне легче держать баланс.

Когда мне не нравится, что я получаю, скорее всего, мне нужно изменить то, что я даю или то, как я это делаю. Действовать не от ума, а то души. Важно вкладывать душу в то, что я отдаю. Это возможно, когда я нахожусь в потоке доверия к этой любящей силе, когда я открыта. Потоки, идущие снизу, ощущаю как любовь и поддержку жизненной силы. Все потоки, идущие вверх от шаров в корзинах, стремятся к энергетическому центру - к моей душе, с которой я хочу соединиться. Это новая фиксация в работе. Сама работа напоминает мне ракету с полными баками топлива, стартующую вверх».

Это очень сильная и неожиданная работа. Светлана была права, цвет вносился не случайно в таком порядке. Бессознательное участницы очень точно связало «отдаю» и «получаю». Получился круговорот, гармоничный обмен. Потоки входили друг в друга, трансформировались и создавали новые потоки. Рисунок выглядит очень изобильным по цвету и смыслу.

Отзывы на программу «Устойчивый баланс»

Светлана: «Спокойно прошёл месяц баланса. Состояние в целом гармоничное. Даже если и возникает временный дискомфорт, то выравнивается быстро, без застреваний. Все техники оказали своё незаметное и глубокое влияние. "Пирог жизни" воспринялся бодро, больше осознаний получила на нём. Обнаружила раздутую сферу - семья и зажатую до уничтожения - профессия. Доработала до комфортного состояния. Нейротехники, как всегда, "полировали" эмоциональный фон и обнаруживали новые осознания про себя. На «Весках Баланса» узнала, что сама конструкция весов у меня не устойчивая и вот-вот завалится, что тоже было в точку про мою ситуацию. Также доработала до устойчивости. В целом, появилось ощущение стабильности и баланса. Спасибо огромное!»

Юля: «Для меня месяц баланса прошёл спокойно. Был какой-то червячок сомнений, что у меня не происходит никаких изменений, но я осознала это, только когда Елена в напутствии разобрала мой комментарий.



Я вообще ей очень благодарна за напутствия, особенно этого месяца, я на свои работы взглянула по-другому, и свои сомнения развеяла после ее слов. Появилось желание осваивать новые техники, купила разномастные, разноцветные маркеры - пробую пока на мини АСО. По техникам - все мне нравится, все делаю с радостью, получаю удовольствие от процесса. Может для меня и есть открытие, что в месяце "баланса" я была в относительном балансе с собой и окружающими, даже на провокации своего подростка не сильно велась. Благодарю всех наших девочек, за поддержку друг друга в чате, за комментарии работ, за наше общее поле! Читая чат, поняла, что многие, как и я, ждут каких-то видимых изменений, а надо просто жить в моменте и прислушиваться к себе! Всем спасибо!».

Евгения: «Тема месяца что называется "в яблочко" . Тема баланса одна из наиболее значимых для меня. Вечно меня мучала. Из-за мысли, что я мало даю этому миру. Все техники месяца получились диагностическими и трансформационными. Последняя "Рог изобилия" - просто взрыв по отклику тела, эмоциям и мыслям. Я поняла, как сильно обесточиваю себя, когда что-то не принимаю, сопротивляюсь. Сама лишаю себя ресурса. 32 32 Практика наикрутейшая! Благодарю! Наметила шаги в теме баланса. Буду расширять масштаб "брать-давать".

Людмила: «Огромное спасибо Елене за очередной прекрасный месяц трансформации!!! Благодаря этой теме увидела, что много получаю, но это не совсем то, что мне нужно. Поняла, что мои близкие очень стараются, но как они узнают, что мне на самом деле нужно, если я молчу как партизан? Значит, пришла пора учиться говорить о своих потребностях, замечать их самой, заботиться о себе. Весь месяц обращала на это внимание. Научилась отдыхать тогда, когда чувствую в этом необходимость без чувства вины. В «Пироге» увидела те сферы, которые очевидно большие, и совсем малюсенькие, забытые, увидела, куда нужно направить свое внимание в ближайшее время. По итогам работы этого месяца почувствовала спокойствие и уравновешенность, как будто внутренние весы перестали двигаться то в одну сторону, то в другую, и нашли долгожданный баланс)))

Техника «Благодарность»

Завершающим этапом работы стала техника благодарности. Идея родилась в обсуждениях рисунков в нашем клубном чате. Участницы, в одной из техник, осознали что могут быть благодарными тем, кого раньше обвиняли, на кого обижались и злились. Возникла идея порисовать на тему благодарности. Композиция строилась следующим образом. В центре листа предлагалось нарисовать сердце, т.к. искренняя благодарность идет от



сердца. Фигуру сердца мы нейрографировали, заполнили линиями, чтобы наполнить сердце энергией благодарности. По мере готовности, из сердца, начинали выходить нейролинии благодарности. На линиях образовывались шарики благодарности: конкретным людям, ситуациям, себе, родителям, детям, друзьям. Предлагалось найти благодарность и неприятным ситуациям, людям, которые обижали за внутренние изменения. Последнее по мере готовности. Важно было рисовать только ту благодарность, которую участницы действительно чувствовали. Дальнейшие этапы работы согласованы с базовым алгоритмом.

Елена смогла почувствовать энергию благодарности во время рисования (рис.22):

«Благодарность сыпалась потоком, вспоминались люди, события, ситуации. Мне очень понравилась мысль о том, что благодарность - это энергия. Так и есть. После рисунка был интересный эффект на уровне событий. Получила неожиданную ответную благодарность от человека, который рассчитывал на мою помощь, а я ему отказала. Оказалось, что мой отказ поспособствовал ценным осознаниям. Проблема решилась легко. Я

была очень рада и благодарна внутренней работе».



Рис. 22. Елена. Благодарность.

Людмила почувствовала благодарность себе (рис. 23). Это было новым для нее: «Рисовала с огромным удовольствием. Первый замер слов показал, что эта тема для меня позитивна, я искренне испытываю чувство благодарности к мужу, детям, родителям, близким, роду, друзьям, соседям, коллегам, к работе. Это наполняет и вдохновляет)). Во время эфира поняла, что благодарность- это мощная энергия, легко передаваемая. Но вот к себе лично я никогда не испытываю чувства благодарности.



Получается, я сама себя лишаю этой мощной и позитивной энергии. А ведь есть за что себя благодарить))). Для меня это было важным осознанием. Поэтому начала сама себя благодарить - ещё на этапе рисования, а потом ежедневно мысленно перечисляю то, за что я себя благодарю (Очень непривычно, испытываю странные ощущения))) пока не пойму какие, буду наблюдать за собой)) Спасибо за технику, она супер позитивна!!!! ».



Рис. 23. Людмила. Благодарность.



Рис. 24. Юлия. Благодарность.

Юля смогла поблагодарить за неприятный опыт (рис.24): «В прямом эфире закончила чернобелую часть, причем легко, с радостью. Вспоминала всех и вся, кого можно поблагодарить, даже трудный опыт и не очень приятных людей. Стала сильнее зато. Не хочу быть такой и за это благодарна, за эти осознания. Даже за болезнь смогла поблагодарить, что дает возможность передохнуть, остановится в гонке жизни. Когда уже не понимаю по-другому. Нашему клубу благодарно за работу над собой, за поддержку. И много еще кого и чего благодарила. Цвет вносила спустя несколько дней - закрутилась. Цвета шли легко, яркие, разноцветные, как я люблю, во всех работах у меня все возможные цвета. Ощущений в теле особых не было, только чувство радости. Ведь это так здорово - благодарить!»



Катерина испытала состояние, близкое к катарсису (рис.25): «Во время рисования текли слезы, слезы счастья. Вспомнился момент, когда только родила своего первенца лежала с ним на груди и плакала. Врач с беспокойством спросил, что случилось, а я отвечаю что я счастлива, поэтому и плачу. И тут тоже, вспомнились моменты, люди, чувства. Эмоции так и нахлынули. Хочется всех за все поблагодарить, обнять, подарить частичку счастья и от этого накрывает волной счастья. Много что говорили и писали, очень откликается. Скругление было быстрое и не напряжное, этот момент наверно хотелось продлить. Внесение цвета было умиротворяющим, спокойным, релаксирующим. Особая благодарность была себе за то, что продолжаю бороться за свое место под солнцем, не поддаюсь соблазнам лени, не побоялась ответственности, что на себя беру».



Рис. 25. Катерина. Благодарность.

Заключение

Пять месяцев работы в клубе были непростыми. Временами у участниц обострялась боль, всплывали на поверхность негативные чувства и воспоминания. Однако, техники и последующие обсуждения помогали «держать участниц на плаву» и через осознания гармонизировать состояние. Выравнивать эмоциональное состояние очень помогал алгоритм снятия ограничений. За время работы клуба самые сильные изменения были отмечены в эмоциональной сфере участниц.

Появилось доверие к своим чувствам, понимание как собственных чувств, так и чувств других людей. Участницы клуба стали больше прислушиваться к себе, понимать свои желания. Заметно укрепилась стрессоустойчивость. Участницы отмечали, что стали легче и проще выдерживать эмоции и управлять своим состоянием. В тех ситуациях, где они раньше вспыхивали, теперь стало возможно обсуждение. Можно также заметить изменения в ощущениях ценности себя. Укрепилось принятие себя. Участницы смогли увидеть в себе сильные стороны. Еще отметили, что по-прежнему видят в себе недостатки, но сейчас принимают их и больше не



ругают себя за промахи. В сложных ситуациях, вместо критики, чаще могут поддержать себя. Некоторые участницы смогли увидеть силу в тех качествах, которые ранее считали слабыми.

Это обозначило точки роста. Были также хорошие изменения в самочувствии участниц арт-клуба. Появилась забота о себе, отношение к себе и близким стало более бережным. Участницы писали, что во многих ситуациях заметно снизилась тревожность, появилось ощущение стабильности. Одна из участниц отметила, что сон стал лучше по качеству, и улучшилось физическое самочувствие. Были интересные эффекты в конкретных моделях поведения. Одна из участниц смогла донести до мужа ценность арт-клуба и он впервые оплатил ее участие в программе клуба. До этого три года об этом не могло быть и речи. Другая участница пошла на обучение, которое откладывала много лет.

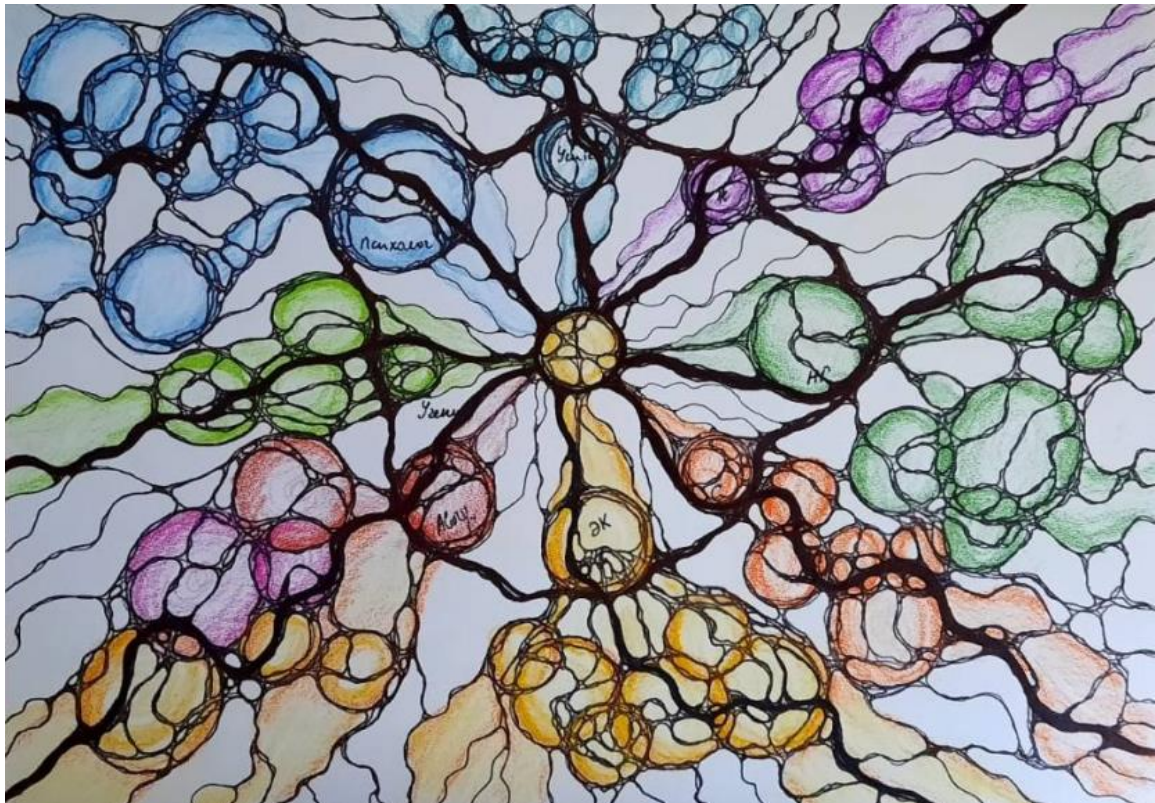
Еще одна участница боялась выступать на публике и постоянно находила уловки, чтобы избежать этого. После одного из рисунков выступила и не боялась этого. Тревога ушла. Было много эффектов в области отношений. Дети садились рисовать рядом с мамой, отношения укреплялись, конфликты становились намного мягче, проходили быстрее. Благодаря более открытому выражению чувств, у многих участниц стали теплее отношения с мужьями. Регулярность работы помогла обеспечить плавность результатов. Клуб задумывался как поддерживающий, но оказался во многом трансформационным. Эти отклики участниц подтверждают то, что нейрографика в совокупности с другими психологическими методами, позволяет активировать желание действовать, веру в себя. Внутренняя часть «МОГУ» укрепляется, обычная мама «превращается» в МОГУмamu.

[Ссылка на дипломную работу Пятницкой Елены в авторском стиле](#)



Работы.

Тема: я в системе коммуникативных ролей.



Тема: планирование событий на год.





Автор:
Резанова Ольга
Супервизор:
Первушина Марина

Тема:
НейроГрафика, как метод самопознания и личной трансформации

С детства я была жизнерадостным ребенком, мне нравилось общаться с людьми.

Я мечтала, представляла свою жизнь в будущем. И в моем представлении она сильно отличалась от того, что я видела. Я была уверена, что у меня все сложится иначе, благополучно и счастливо

Время шло, влияние семьи и социума никто не отменял. Со стороны родителей я часто слышала — делай то, не делай это, это можно, а это нельзя, и особенно даже не думай об этом, это нереально, жизнь совсем другая, жестокая и не прощает ошибок, спустись с небес на землю. Постепенно мечты рассеялись, спустилась на землю. И так я жила, послушно следуя навязанным правилам и желаниям.

Поступила в университет на престижную специальность опять же не по своему желанию, а по настоянию родителей. Немного освоившись в университете, я присмотрела себе работу. Это были 90 года, я считала своим долгом участвовать в материальном благополучии семьи, так как часто слышала о трудном материальном положении. Озвучив им свое намерение о трудоустройстве и переводе на заочное отделение, получи в от них молчаливое согласие, так и поступила. Потом было неудачное замужество, закончившееся разводом. После которого осталось непонимание, как же так, ведь я все делала, чтобы ему было хорошо. И мы с дочерью остались одни. И это все еще 90-е.

В университете перестали платить зарплату, настают совсем тяжелые времена. И тут мне предложили идти на военную службу. Было страшно, но выбирать не приходилось.

Я пошла.



Шли годы. Были взлеты, падения. Но мне всегда в жизни помогал мой оптимизм. Упала, встала, отряхнулась, собрала себя в кулак, стиснула зубы и пошла дальше.

И в общем то я всегда себя считала счастливой и удачливой. И верила, что у мой ангел хранитель меня оберегает. Ведь часто мои мысли были услышаны. В общем жила так, как складывались жизненные обстоятельства, подстраиваясь под них.

И вот дочка выросла, пошла своей дорогой. Я почувствовала пустоту. Как-то все рухнуло. Все чаще стали приходить мысли о смысле своей жизни. Кто я, чего хочу? Почему со мной так происходит? А той ли дорогой я иду? Почему такая пустота? И что у меня впереди?

Я возобновила чтение книг по психологии и личностному развитию. Но жесткие социальные ограничения, обусловленные военной службой, сильно тормозили меня, а многое вообще становилось недостижимым. Ощущение, что я птица с обрезанными крыльями в клетке стало невыносимым. И в какой то момент, я решила расторгнуть контракт, благо к этому времени я имела на это право по выслуге лет. И начать новую жизнь, с чистого листа. И я это сделала!!!

"Приходит время, когда нельзя больше ждать, пока вы станете таким, каким хотите стать, и пора начинать становиться таким, каким вы хотите быть."

Джон Максвелл

И вот 07.07.2020 г. я пошла по пути своей свободы в поисках себя и своего предназначения. Я смотрела на картину с изображением моего любимого моста в моем городе, подаренную мне моим начальником в день увольнения и у меня сразу возникла мысль, это мост в мое желаемое будущее. В тот момент я еще не знала какое оно будет, но верила, что замечательное!

Какое-то время дала себе возможность отдохнуть, присматривалась и адаптировалась к гражданской жизни. Искала, что меня цепляет, но как-то все проходило мимо. Интересно, но не то!

И вот в один солнечный, октябрьский день я оказалась на том самом мосту с картины. Остановившись посередине, я засмотрелась на облака, они были такие манящие своей многослойностью и неповторимостью очертаний.



Я подумала, почему я не художник, вот бы их нарисовать сейчас и выразить возникшие чувства на картине. Вернувшись домой, находясь под впечатлением решила поискать какие-нибудь курсы по рисованию. У меня всплыло окно, необычный рисунок и приглашение на бесплатный вебинар по нейрографике Анны Бойчак. Я не раздумывая зарегистрировалась. Вооружившись маркерами и карандашами, в предвкушении чего то необычного, еле дождалась начала марафона.

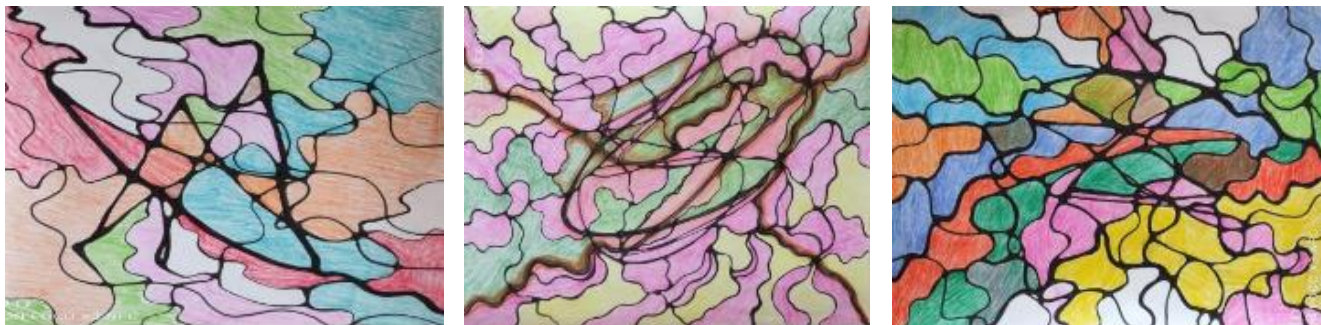
И вот оно мое первое знакомство с нейрографикой. Алгоритм снятия ограничений, когда Анна произнесла, что этот метод позволяет снять ограничения, гармонизировать состояние и т. д. я была на седьмом небе от счастья. На тот момент у меня как раз была очень актуальная и заряженная тема для проработки, в результате было много инсайтов и переживаний. Очень тронули слова Анны при рисовании линий фона "Я принимаю себя, свое высшее Я". Это тронуло меня до глубины души, у меня текли слезы. Тогда я поняла, что мне еще надо найти это мое Я. Во вторых я нарисовала свой первый рисунок во взрослом состоянии.

Какое то время после окончания вебинара я находилась под впечатлением произошедшего, понимая, что здесь кроется что-то необыкновенное и всепоглощающее.

Я почувствовала, ЗАЦЕПИЛО!

Я начала рисовать каждый день и прорабатывать отношения с мамой. На тот момент это было очень актуально. По жизни было много недопонимания, обид. А на фоне моего увольнения это еще больше обострилось. Мама посчитала, что я теперь должна быть золотой рыбкой и выполнять все ее прихоти в любое время, когда она захочет. Ведь я теперь не обременена работой. Мои планы не совпадали с ее ожиданиями. Свое недовольство она тут же выплеснула на меня.

Мне было очень больно, но я искренне хотела наладить отношения. Я прекрасно понимала, что она все равно на моем попечении. И очень хотелось приезжая к ней, приезжать к МАМЕ! Родной, близкой, любящей, понимающей. Через какое-то время я почувствовала эффект. Обиды отступили! Я готова была принимать маму такую как есть. Любовь стала возвращаться в мое сердце. Испытав на себе такую чудесную практику, я была в восторге! Мне хотелось кричать на весь мир, что я узнала о Нейрографике.



Возникло непреодолимое желание как можно больше узнать о методе. Я стала искать информацию в интернете, узнала, что есть Институт психологии и творчества Павла Пискарева. Купила книги, захлеб прочитала. Что-то стало понятно, но далеко не все. А интерес все рос и рос! Хотелось разобраться, научиться, освоить. Эта идея меня не отпускала, я поняла иду учиться! Я хочу, мне это надо! Хочу разобраться в себе, поменять свою жизнь, изменить себя, отбросить ограничения. Разобравшись с собой, овладев знаниями нести эти знания и помогать людям разобраться в себе. Я хочу этим заниматься.

Вот я уже студент Института психологии и творчества Павла Пискарёва.

Первый триместр, безумно интересный и почти непонятный. Слова на первом вебинаре Павла Михайловича «Ищите все в себе» несколько озадачили меня и вызвали несогласие. Но как же так! Ведь есть обстоятельства, на которые мы не как не можем повлиять. Сейчас вспоминая это, я улыбаюсь и говорю: "Да, все в нас!" И повлиять можем, а уж наше отношение к чему-либо — это точно формируем сами. Много теоритически знакомых терминов, понятий, и много вопросов "как это работает?", "как устроен мозг", "почему это происходит".

Засела за учебники, справочники, пытаюсь понять и разобраться. Даже вспомнила свое техническое образование и слова Альберта Эйнштейна «Всё в мире является энергией. Энергия лежит в основе всего. Если вы настроитесь на энергетическую частоту той реальности, которую хотите создать для себя, то вы получите именно то, на что настроена ваша частота. Это — не философия. Это — физика».

Я усердно продолжаю рисовать, закрепляю материал через рисунок, пропуская все через себя.

И мне было все безумно интересно. Я попала в иной мир, о котором даже и подумать не могла, открывая свой мир познания, который мне был неизвестен.



Люди в моем окружении уже стали замечать изменения, происходящие во мне, думая, что я на волне увлеченности рисованием. А для меня это было новое время в котором мой старый мир растворялся, а новый еще не был построен. И так от вебинара к вебинару, от рисунка к рисунку, прорабатывая и осмысливая, проживая волнующую меня тему я прошла путь своего чудесного преображения.

Если честно, то учеба оказалась не простой, не в плане подачи и получения материала, в плане работы с собой. В какие-то моменты это было не просто. Моя консервативная в прошлом личность, очень сильно сопротивлялась, когда приходилось принимать материал, основанный на знаниях, которые мне в прошлом казались чем то не относящимся к психологии. И сейчас я благодарю себя, что мое желание разобраться в себе взяло верх над моими убеждениями. Сколько же нового, интересного, полезного, значительно расширившего мое мировоззрение я узнала.

Алгоритм # 1 Алгоритм снятия ограничений.



Простой, экологичный и поистине гениальный подарок всему человечеству. Просто и понятно с помощью рисунка снять напряжение, внутреннее противоречие, конфликт, выровнять психологический фон, снять блоки. АСО это про гармонию и ликвидацию конфликта при вскрытии ситуации.

Это не возможность сделать так как я хочу, это про возможность событиям произойти наилучшим образом, максимально экологично для тебя. В любой непонятной, неприятной, волнующей ситуации я рисую АСО. Смысл АСО в том, что жизнь выравнивается.



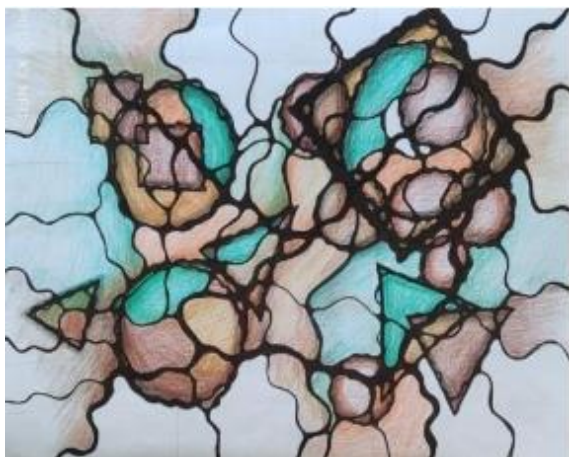
В нем мало магии, но много мистики-она происходит, когда явления синхронизируются. У меня много рисунков АСО, на протяжении всего курса, когда возникали вышеописанные состояния, я не раздумывая брала маркер в руки. И не только, когда ситуация касалась меня.



Звонит в обед дочка "мама, у меня температура 39, но больше ничего не беспокоит". Я рисую, вечером звоню, интересуюсь.

Дочка "все в порядке, как рукой сняло". Я не говорю ей, но знаю какой рукой это было сделано! Мама с ковидом в тяжелом состоянии. Я рисую, прошу у господи помощи, говорю, что она нам очень нужна, мы ее любим, все согрешения ее от незнания, непонимания. На третий день врач сказал ситуация стабилизировалась, перевели из реанимации в стационар. Ну разве не чудо?

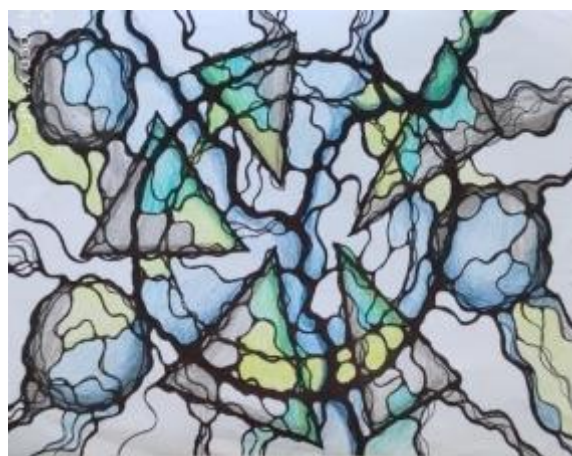
Алгоритм # 2 Нейрографическое моделирование. Композиция.



Этот метод открывает необъятные возможности. Моделирование — это курс о тех инструментах, с помощью которых мы можем проявлять свою волю и сделать это экологично. Это о том, как построена композиция восприятия. Восприятие определяет реальность нашего происходящего. Моделирование это есть композиция. Композиция позволяет нам организовать свою реальность гармонично.

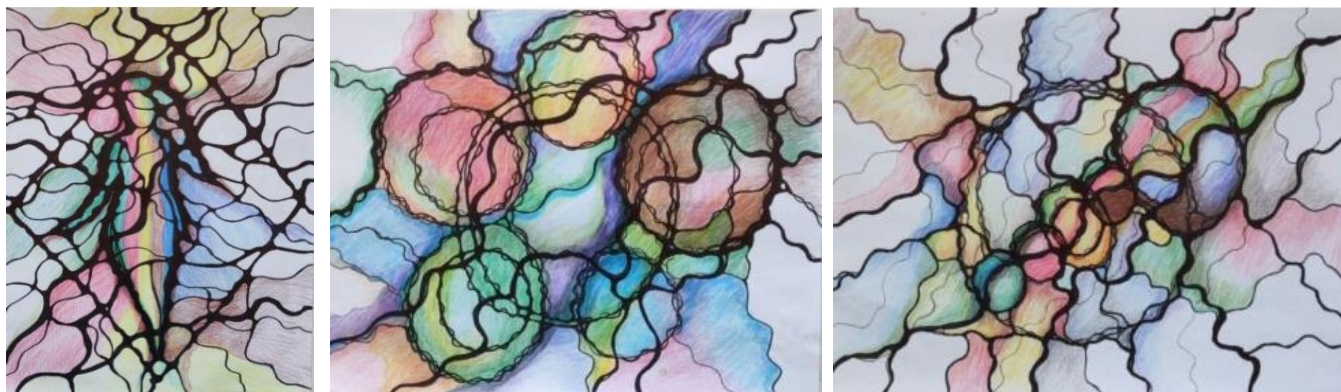
Моделирование становится важным, когда человек цепляется за жизнь и начинает культурным, то есть искусственным способом создавать себе мотивацию. Это искусство мышления, когда можно поразмышлять над задачей. Нейрографика и есть визуальный способ мышления.

Прежде всего мы строим композицию своего мышления. Композиция, это способ перевести хаос в систему. Композиция-это размышления, это сценарий нашего переживания. Мы создаем изображение, чтобы спроецировать свое мышление, свою карту мира, свой образ на лист. После чего можно его анализировать, диагностировать и внести туда необходимые изменения. Независимо от того, что это за контекст.





Алгоритм # 3 "НейроКолор"



Универсальная модель- управление энергией любой системы, взаимодействие коммуникаций, элементов и взаимоотношению цветов, основанной представлением о цвете древнекитайской теории У-Син (пять шагов).

С помощью цвет лечили еще ученые древней Индии и Китая, использовали Гиппократ, Авиценна, Парацельс.

Цвет-это жизнь. Он лечит, возбуждает, успокаивает, мотивирует, придает сил, волнует и восхищает, а также вызывает бурю эмоций. Главное правильно пользоваться его силой. Цвет формирует эмоционально-психическое состояние человека, управляет его эмоциями и чувствами. Эффективное управление цветом позволяет провести перераспределение энергетических потоков, результатом чего становится гармоничное сочетание внешней и внутренней оболочки человека, его окружения, реальности в которой он прибывает, активизации его внутренних сил. Используя знания о пяти жизненных фазах и свойств, которыми обладает каждая их них, можно корректировать и планировать события. Прекрасный модуль, который позволяет заглянуть поглубже в себя, получить новое видение ситуации. Внесение цвета по системе У-Син можно использовать во многих других моделях, что позволяет усилить впечатление.

Для меня этот модуль был открытием, я конечно слышала про лечение цветом. Когда столкнулась с тем, что надо сейчас работать с цветом и применять к себе возникло очень сильное сопротивление. Был страх, а не наврежу ли я себе. Мне казалось, что надо владеть более глубокими знаниями. Мой первый рисунок «гармонизация цветом» дался мне нелегко. Но именно с этого модуля, я почувствовала, что пошла глубинная работа с собой. Что-то во мне перевернулось. Я изучила систему У-Син поглубже и сейчас просто не понимаю, как я жила не зная этого.



Алгоритм #4 "НейроСкетчинг"



Модуль, дающий большой набор техник рисования. Практика внимания и практика влияния. Нейроскетчинг помогает быстро и эффективно отобразить на бумаге красиво и здорово эмоции, идеи, впечатления, визуализировать основные мысли. Благодаря большому набору техник рисования подразумевает скорость, стилизацию (нейрографическая линия, принцип бионики), свободу и даже долю хулиганства. Уникальный инструмент для реализации замыслов. Так же помогает находить коммуникации с объектами или субъектами. Хотите путешествовать? Нейрографируйте карту региона, куда хотите поехать. Хотите наладить отношения с человеком? Нейрографируйте портрет. Делайте быстрые зарисовки места, ситуаций, событий. Зафиксируйте свои идеи, замыслы.

Божественный модуль! Принятие и раскрытие себя. Отношения с мамой стали невероятно теплые и душевные, такие которых вообще никогда не было, но я всегда хотела. И у меня получилось!!!

Алгоритм #5 НейроМандала

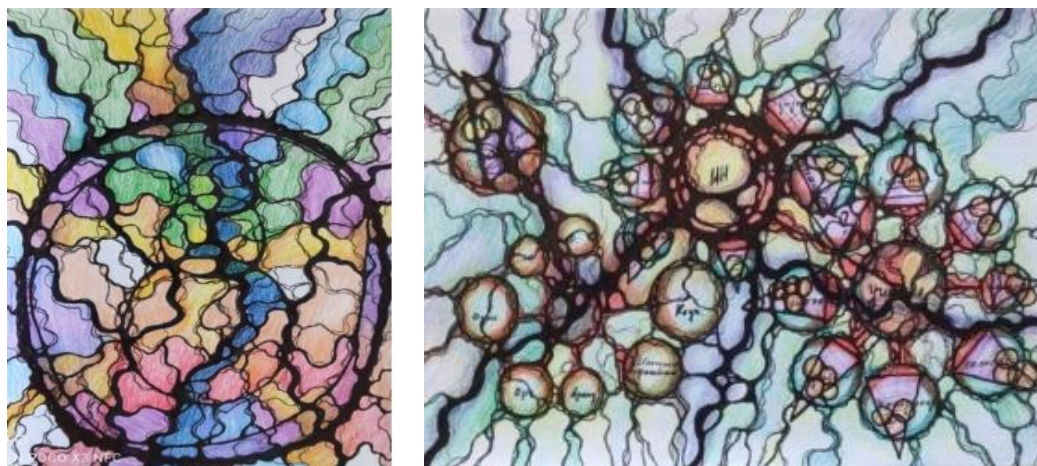




Мандала-сакральное схематическое изображение либо конструкция. Мандала-это круг, изображение Вселенной и инструмент для достижения гармонии. Мандала включает в себя всю наполненность мистического, которую человек пытается внести в сознание. Постоянное рисование мандал приводит в состояние гармоничного, легкого и приятного взаимодействия с миром, все налаживается. Нейромандала уникальна тем, что рассматривает целостный миропорядок, но при этом говорит о том, что любое большое целое состоит из множества других не менее ценных элементов. Нейромандала- индивидуальная работа, ориентированная под любую личную задачу (личностный рост, личностная трансформация, гармонизация, накопление силы и т.д.) Коммуникации одного целого с другим целым в формате единого большого общего целого, композиции мандал между собой. Гармония мира внутри нас и мира нас окружающего. Помогает заглянуть внутрь, увидеть, как наши мысли и эмоции влияют на нашу жизнь, изменить при необходимости в нужном формате автоматические реакции и защитные механизмы, привести себя к принятию ситуаций и прошлого опыта, стать целым, гармоничным, более энергоемким.

Этот модуль во многом перевернул мое сознание. Мандала рода помогла понять и проникнуть в свой род. Почувствовать всю мощь рода, почувствовать себя в нем.

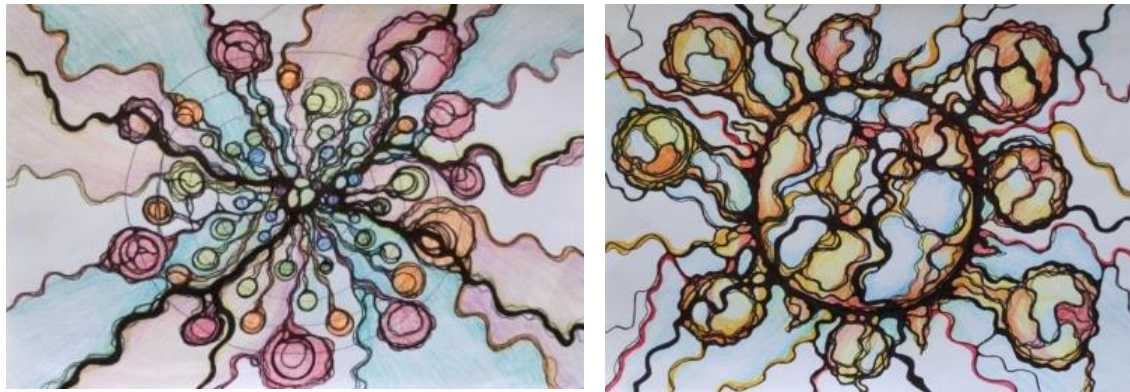
Алгоритм #6 НейроСинтез



Этот модуль помог мне и научил тестировать и проанализировать себя в моменте, как распределяется энергия между 4 телами. Усилить, ослабить, сбалансировать между собой для достижения нужного состояния. Помог осознать свою многомерность, обрести и повысить мотивацию, расширить горизонты и увидеть новые перспективы. Зарядиться энергией, изменить структуру мышления. Обрести новые идеи и создать некую концепцию новой жизни, помог уйти от идеологической зависимости, быть в движении.

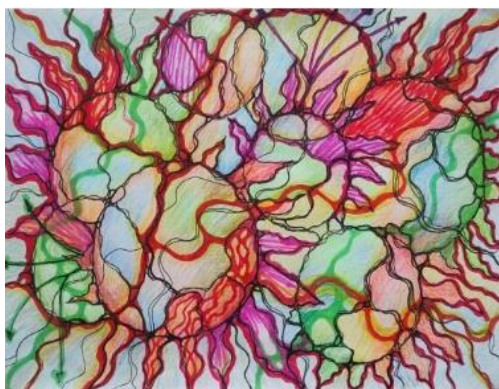


Алгоритм #7 Нейроконтакт



Модуль помогает установить, наладить контакт, взаимодействие, которое было бы интересно каждому из участников, внести что то новое, убрать ненужное из взаимоотношений. Это нейрографика отношений и взаимодействий абсолютно с любым объектом или субъектом: людьми близкими и незнакомыми, событиями, явлениями то, что мы можем конкретизировать и то, чему мы не можем дать четкого определения, абстрактным понятием, например время, здоровье, финансы, предполагаемы партнер или организм в целом. Помогает выстраивать коммуникации нового качества, решить проблемы "прошлых связей", созависимых отношений, комфортно организовать расставание, гармонизировать внутренни и внешний мир, повысит самооценку, урегулировать дисбаланс в отношениях, управлять конфликтом.

Алгоритм #8 НейроЦель



Один из мощнейших модулей, помогающий правильно ставить цель так, чтобы она вдохновляла, побуждала к действию, зажигала и мотивировала. Помогает создать визуальный образ будущих достижений. Здесь мы можем получить энергию изнутри, активировать ресурсы, нейтрализовать бессознательные препятствия, находится в режиме равновесия и баланса. Оценить и актуализировать результат.



Алгоритм #9 Нейротайминг



Уникальный инструмент позволяющий спроектировать свое гармоничное будущее и настоящее. Формировать свою собственную линию времени развития событий в удобном формате, вписывая ее в сознание одновременно с единственно существующей. Формировать различные жизненные стратегии. Вернуться в прошлое, гармонизировать прошлое, трансформировать негативные события переводя их в разряд ресурсов. Удивительная работа, повышающая жизненные силы, гармонизирующая внутренние состояния и внешние обстоятельства, помогающая держать фокус на целях и желаемом будущем.

Что изменилось в моей жизни с появлением Нейрографики

Я —поменялся образ моих мыслей, изменилось мое отношение к словам и поступкам моих близких, друзей и знакомых, ушло желание оценивать все и вся, пришло желание заглянуть вглубь сказанного и сделанного. Поменялось восприятие себя, появилось понимание, кто Я, и что я несу в этот мир, и кому это еще важно. Я вновь обрела уверенность в себе и своих силах!

Ценности — я осознала, что прежде, чем что-то начать делать, важно сначала определить свои истинные жизненные ценности и приоритетную ценность в данный момент времени. Для меня важно идти своим путём, достигать желанных целей и испытывать удовольствие от процесса и результата.

Цели — я получила готовые инструменты и помощь в лице института психологии и творчества Павла Пискарёва в формировании своих истинных целей, которые отражают мои ценности, максимально конкретны, измеримы, достижимы, определены во времени, экологичны для меня и моего окружения и находятся в зоне моего влияния. Когда цель проработана до мелочей — выполнять действия по её достижению одно удовольствие. Ведь всё прозрачно и понятно!



Способности и компетенции — я стала делать акцент на том, что я уже умею, и что мне ещё необходимо, для того чтобы достичь желаемого. Для мотивации зачастую достаточно просто увидеть то, что на самом-то деле ты уже многого достиг и много всего умеешь, а сейчас тебе требуется совсем чуть-чуть, чтобы получить желаемое.

Действия — я просто стала делать то, что важно для меня, что отражает мои ценности и цели. И прекратила делать никому не нужные действия, которые раньше делала по привычке, затрачивая множество времени и усилий.

Окружение — окружение заметило изменения во мне, кто-то стал ближе, кто-то отдалился. Отношения с теми, кто остался, стали ближе и душевнее, появилась поддержка и взаимопонимание. Окружение начало расширяться интересными ценными для меня людьми.

Сейчас, уже с высоты пройденного курса, я осознаю, что это было неизбежно.

Что это моя дорога и, так или иначе, я бы на ней оказалась. Это та самая дорога, которую я видела, но не осознавала, смотря на картину, подаренную мне в день обретения мною свободы!

Я художник!!! Теперь я рисую не только облака, но и свою жизнь! И нет больше пустоты, есть большая жажда наслаждаться жизнью, наполненной любовью и счастьем!!!

[Ссылка на дипломную работу Резановой Ольги в авторском стиле.](#)



Работы.

Тема: расширение жилплощади.



Тема: подготовка диплома.





Автор:
Рогозникова Людмила
Супервизор:
Теплых Галина

Тема:
Как НейроГрафика изменила мою жизнь.
И жизнь моих клиентов.

«Чтобы прийти к цели, нужно прежде всего идти».
Оноре де Бальзак.

Такая простая и незамысловатая фраза, но так много значит для меня. Я шагала всю жизнь. Сначала в школу и на кружки, потом в университет и на первую работу. Шагала, но цели не видела. Более того, даже не задумывалась о ней. Все изменилось в 2016 году. Когда я впервые услышала о Нейрографике. Этот метод дал ответы на многие вопросы, а главное – научил смотреть глубже, чем есть на самом деле.

В 2016 году я случайно – не случайно увидела на просторах интернета Пискарева П.М., который привлёк сразу же моё внимание своей Нейрографической линией, и сглаживанием острых углов. На тот момент было очень много проблем со здоровьем, и в отношениях с мужем. Я решила попробовать снять напряжение техникой «Выброс» - и о, чудо! Это сработало! Мне захотелось поближе познакомиться с этим методом. В этом же году я прошла курс «Пользователь Нейрографики».

Я проработала свои отношения с мужем, которые «трещали по швам». Рисовала «выбросы» алгоритмом снятия ограничения (АСО), гармонизировала и выдыхала всё напряжение. С каждым рисунком приходили осознания и понимания, что не так в наших отношениях. После начала разговаривать с мужем, открывать своё сердце, которое было закрыто. До этого я боялась выражать свои чувства, все было сжато и закрыто внутри. Были моменты, когда некоторые осознания и открытия проживались настолько тяжело, что меня корежило от признания и видения в самой себе различных ядов, отравляющих мою жизнь и мои отношения с мужем. Я кричала, рыдала, осознавала и проживала катарсисы, вновь и вновь, каюсь о всех проступках по отношению к своему мужу и в первую



очередь по отношению к самой себе. Итак, началось исследование своей боли. Раны были глубоки, как и понимание того, как сложно это в себе обнаружить и признать. Но я начала осознавать и понимать себя, все во мне начало гармонизироваться, словно в нейрографическом рисунке, все острые углы стали исчезать, преображаться. Увидела себя и своего мужа без осуждения, видеть искажения и перестала бояться говорить с ним о своих чувствах. Наши отношения поменялись кардинально.



В 2017 году я записалась на курс «Специалист Нейрографики». И началась большая работа. Алгоритм «НейроДрево» стал просто подарком для меня, благодаря этому алгоритму я начала прорабатывать свой Род. Собрала до пятого колена своё Древо Рода. Благодаря этому алгоритму я прочувствовала силу своего Рода. Какой огромный генетический потенциал во мне заложен. Теперь у меня к моим предкам огромное чувство благодарности и уважения, какими бы они не были, они проживали свой жизненный опыт. Низкий поклон им за это. Далее я прорисовала свои отношения с отцом. Я много лет не разговаривала с ним, было очень много обид и претензий. Прорисовав одну работу в технике S.C.O.R.E. я поразилась удивительным результатам.

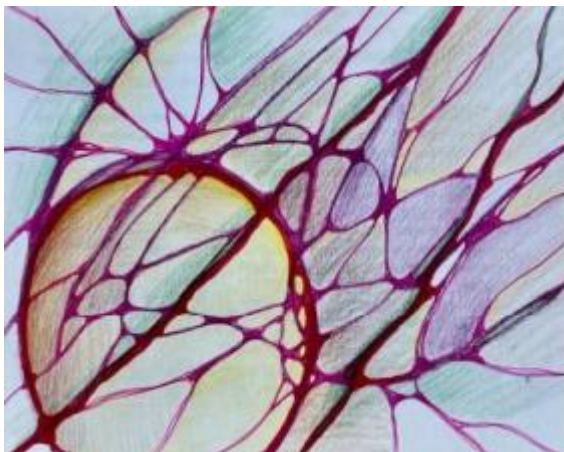


Буквально через неделю после прорисовки отец сам позвонил мне. Для меня это был шок. Он разговаривал со мной так просто и непринужденно, интересуясь моими делами, моим самочувствием. «Боже», - подумала я, - «он, как будто бы стал совершенно другим человеком». Но на самом деле поменялось что-то внутри меня.



Я так же проработала отношения со своим руководителем. Реакция на этого человека была очень негативна, я не могла с ней взаимодействовать, доходило до сильного раздражения, вплоть до аллергических реакций, когда моё тело всё покрывалось крапивницей, и я не могла дышать от отека квинки.

Прорисовав кейс на эту тему, у меня пришли такие мощные осознания, инсайты. Я увидела, что до сих пор борюсь со своей мамой. И моя начальница вообще ни при чем. До сих пор доказывала своей маме, что я хорошая. «Посмотри, как я стараюсь, почему же ты меня не хвалишь?» Много лет продолжала доказывать, что я хорошая дочь. Когда это увиделось, всё встало на свои места. Сейчас у меня очень хорошие отношения с начальницей, выстроились границы, воспринимаю её как своего руководителя, и с этим всё в порядке. И самое главное, стало понятно, что мне не нужно уже доказывать своей маме, что я хорошая дочь. Увиделось и осозналось, что и у мамы было чувство вины, что она плохая мама. Я набралась смелости и поговорила со своей мамой открыто, по душам. Впервые я озвучила то, что раньше не смела сказать ей. Это была очень трогательная беседа, мы открывались друг другу впервые, искренне и без претензий, слезы просто текли, но уже не от обиды или боли, нет, это были слёзы открытого сердца, слёзы благодарности.



В 2019 году я получила своё второе высшее образование психолог, коуч. Началась практика консультирования, где я применяла техники Нейрографики, которые получила на курсе «Специалист Нейрографики». С тех пор я стала задаваться вопросами о смысле жизни, целеполагании, своем предназначении, миссии и призвании. Определяла свои сильные стороны и круг интересов, искала ту сферу, в которой могу работать даже бесплатно и мне будет в кайф. Ответы приходили, но я чувствовала, что нужно идти глубже.



В декабре 2020 года прорисовывала свои желания, и одно из желаний было идти учиться дальше в институт психологии и творчества Павла Пискарева. Но я помню, как страшно было вначале даже написать это желание, оно казалось не исполнимым.

И все же я его нарисовала. И уже через неделю пришла информация о наборе на инструкторский курс. В сердце каждого человека заложена сила, помогающая получить желаемое. Она не даст покоя, пока ты не дойдешь до той самой точки, к которой стремился. Все возможно при одном условии: по-настоящему хотеть того, к чему идешь.

И вот в 2021 году обучаюсь на инструкторском курсе. Я будущий инструктор Нейрографики, Эстетический коуч. Начала активно вести страницы в соц.сетях. Впервые начала выходить в прямые эфиры. И для меня это был очень большой прорыв. С помощью нейрографики проработала свой страх публичных выступлений. Я помню, как первые эфиры мне давались с трудом, очень переживала и стеснялась. Но благодаря прорисовкам я стала смелее и увереннее в себе.

За моими плечами более 200 часов практики с клиентами и большие планы на будущее. Вступая в коучинговые отношения с клиентом, я всегда настраиваюсь на то, чтобы быть максимально эффективной для него, создать ценность и быть в равном партнерстве. Мне всегда радостно слышать о позитивных изменениях в жизни моих коучи и визуально отмечать трансформации. Часто слышу слова благодарности и желания продолжать дальнейшую работу, и это безмерно мотивирует меня как коуча.

Вот несколько отзывов от клиентов:

«Я прорисовывала кейс на тему: «Раскрытие своих творческих способностей» под чутким приглядом Людмилы. Хочу выразить свою благодарность. Людочка, благодарю тебя и низкий поклон за советы и открытость. С тобой получилось нырнуть в глубину себя и раскопать ценное и бесценное каждый урок — это мощный поток по крупницам собранной информации и уютно, домашнему созданного поля. Описать процессы, которые происходили и происходят не возможно словами. Столько всего открылось для меня и про меня. И фраза: «пока сам не попробуешь, не поймешь» - была как раз кстати. Я плакала три дня от того, что я осознала во время проработки с тобой через нейрографику».



И еще очень важный для меня отзыв, так же хочу оставить его здесь. Ко мне обратилась женщина, психолог с запросом о написании диссертации. На первом занятии у неё отсутствовала мотивация, и желание что-то делать. Она уже хотела бросать институт. Но мы проработали эту тему. Меня радует и вдохновляет тот факт, что ко мне идут не просто люди с житейскими запросами, а специалисты, у которых опыт работы в психологии больше, чем у меня. Это дает мне большую мотивацию и уверенность в своих способностях, в своих силах и выбранном мной пути. «Очень хочу написать отзыв о результатах работы с Людмилой.

Ребята, если у вас новый проект, важное дело, может нужно что-то делать, а у вас "пусто в голове" или "бардак". Не знаешь с чего начать? Самое эффективное решение - пойти к Людмиле на коучинговые сессии с применением техники нейрографики.

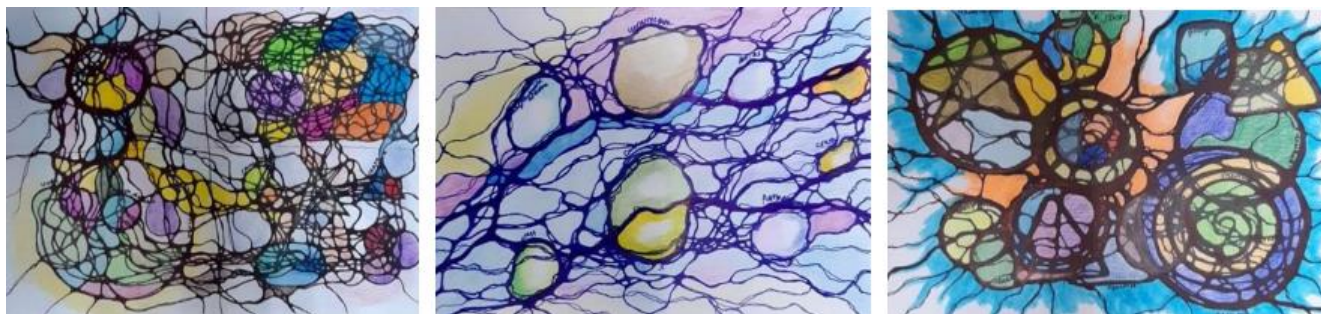
Моя история (кратко и по делу): уже давно пора начать писать диссертацию, как говорится ещё месяц назад. Делать ничего не хочется, "руки не поднимаются", в голове "бардак", не знаю с чего начать в первую очередь. Прошла 3 коучинговые сессии у Людмилы. С первой же сессии пришло понимание: что буду делать, выстроилась цепочка логистических действий, возможностей и ресурсов. Каждая сессия была стимулом и мотивом к дальнейшей работе над моим проектом. Уже после второго занятия произошли значительные результаты. Сроки по сдаче долгов перенесли, и я успела сдать всё вовремя. Закрела все долги, сдала ГОСы, пришли новые клиенты, у меня появился материал для моей диссертации. Я встретила человека который направил меня по верному пути. Прошел месяц с



Рогозникова Людмила. Как НейроГрафика изменила мою жизнь. И жизнь моих клиентов.

небольшим после работы с Людмилой. И ура! Диссертация защищена! Это невероятно!

Рекомендую коучинговые сессии с применением нейрографики у Людмилы! Коучинг с Людмилой - это новый взгляд на свои возможности с помощью нейрографики. Людмила благодарю тебя!»



Я провожу так же групповые занятия и мастер классы в школе рисования «Торческий путь» г. Екатеринбурга. Вместе с группой прорисовываю свои темы. И сразу получаю результаты. Не устаю удивляться как работает нейрографика.



Недавно провела марафон Благодарности, после которого получила много отзывов о том, какие изменения произошли у людей, уже в процессе рисования. Хочу поделиться несколькими историями.

История моей клиентки:

"Я хочу написать свою историю и отзыв Людмиле Рогозинниковой. Как повлияла на меня нейрографика, и какая трансформация произошла со мной через этот метод и беседы с Людой. В октябре 2020 года наши отношения с мужем зашли в тупик, мы перестали чувствовать друг друга. Понимать друг друга.



Когда мы начали ссориться прозвучал первый звоночек, здоровье нашей старшей дочери.

Мы поехали отдыхать всей семьей в Сочи, но были так далеко чувствами друг от друга, хотя находились рядом. Время шло, и мы продолжали скандалить, и оставались эгоистами по отношению друг к другу. В январе снова очень сильная ссора, но мы помирились. В это время нам дают направление на обследование ребёнка - это был второй звонок, но тоже это событие прошло мимо нас, мы продолжали ругаться, и я даже планировала развод, была примерная дата развода - конец февраля. Но я не сделала этого, побоялась остаться одна с детьми без него, взять ответственность на себя. Время шло и в конце февраля, на день рождение младшей дочери, нам позвонили с больницы и сказали диагноз старшей дочери.

Очень серьезный! С госпитализацией и длительным лечением. В тот момент, казалось мир рухнул! Земля уходила из-под ног. Только один вопрос: «почему это случилось с нами?» Ведь вроде в этот период мне казалось, что у нас что-то меняется, в нашей семье всё налаживается. Я ведь не развелась, а сохранила нашу семью, но и сомнения не покидали меня, что зря не развелась, потому что теплоты и понимания не было. Я жила все время в ожиданиях любви и внимания от него. Мысли о том, что он должен меня Любить! Я ведь хорошая. Но становилось только хуже.

10 марта я увидела пост в Инстаграм у Людмилы Рогозинниковой про нейрографику, я написала ей о своей боли и переживаниях, с запросом может ли помочь мне этот метод и описала свою ситуацию. Дочка уже находилась в больнице. Людмила предложила сделать «выброс», после этого всё закрутилось. Во-первых, пошло обострение, дочери не пошло лечение, ей стало очень плохо, врачи отменили лекарство, она лежала под капельницей.

Во-вторых, вскрылась измена мужа, я увидела смс. Мне стало очень плохо, это не передать словами. Я не могла дышать, мне не хотелось жить, казалось боль затмила всё пространство. Я вспомнила снова про нейрографику и сделала «Выброс», отправила его Людмиле, она прокомментировала мою работу, и я её доработала. С рисунком произошла трансформация. Очень интересные чувства я ощутила тогда. После этого выброса негатива, трансформации его на бумаге, и после консультации с Людой, я смогла спокойно поговорить и выслушать мужа, мы впервые стали открываться друг другу.



Параллельно я стала рисовать благодарность по совету Людмилы. 28 дней я рисовала и прописывала благодарности. Вибрации благодарности, это мощная сила! И вот наступил день Благовещения! 7 апреля Доктор сообщил мне, что все тесты у дочки отрицательные, и ребёнка мы в пятницу заберём домой. Нас отправили в Москву на повторное обследование. Диагноз не подтвердился.

Это Чудо!!! Радость, волнение, очень классные переживания благодарности! Я благодарю Людмилу и Павла Пискарева за его метод нейрографика! В моей жизни произошли серьезные изменения. Мы с мужем поняли, как наши отношения влияют на наших детей. Мы осознали важность этого. Мы словно впервые начали узнавать друг друга и ценить семейные отношения».



Еще одна история с марафона Благодарности: «Людмилочка, благодарю за волшебный Марафон Благодарности!!! За 28 дней мой эмоциональный фон сдвинулся с большого минуса в приятный плюс. Например, Предыдущие несколько месяцев меня глодали мысли, что на работе меня не ценят и ЗП могла быть и побольше. И даже отпуск на море не очень-то помог. А в процессе Марафона, я вспомнила столько замечательных моментов, которые я перестала ценить, считая это само собой разумеющимся на работе, да и дома тоже.

Нас с мужем затянуло в такой проект, который обдумывается и воплощается месяцамигодами. Мы решили взять участок и построить коттедж. Но стали возникать препятствия на пути, то нас не устраивал процент по кредиту, то не тот участок, то не то что-то с документами. Я уже впала в отчаяние, что мы не сможем осуществить задуманное, но благодаря марафону благодарности и прорисовкам с тобой на эту тему, мы очень быстро провернули этот проект. За месяц произошли такие удивительные



события, мы и сами не поняли, как такое могло случиться, учитывая, что те или иные препятствия то и дело случались на пути. Сегодня я подписываю все документы, и о, чудо, все произошло самым наилучшим образом для нас.

P.S. Всем, кто задумывается об улучшении или изменении чего-либо в своей жизни!!! Однозначно рекомендую окунуться в Марафон Благодарности под руководством Людмилы *100%* не пожалеете».



В июле я провела тренинг в компании, которая занимается продажей металла город Москва. В компании, где в большинстве своем трудятся мужчины, у которых металл не только в прайсе, но и в характере, тренинг был по продвижению продаж.

Я очень волновалась, в группе было 14 мужчин и всего 4 женщины. Это был новый опыт для меня, работа с мужчинами. Но ребята с таким старанием и усердием вырисовывали нейролинии. Энергией был заполнен весь зал. Оказывается, мужчинам так же очень интересно было проработать свою тему через рисование, через инструменты нейрографики.

Они были очень заинтересованы. И во время перерыва никто не пошел в кафе, а ко мне выстроилась очередь. Каждый подходил со своим вопросом. Положительный результат не заставил себя ждать, компания заключила выгодную для себя сделку, а мне в знак благодарности вручили необычный подарок в виде молота и наковальни.

Поделюсь здесь одним из отзывов: «Людмила, доброй ночи! Хочу Вам сказать спасибо за проведённый тренинг! Я очень давно хотел поставить цели, но никак этого не делал! Всегда что-то мешало! Конечно же я понимаю, что дело только во мне! Но Вы и Ваш тренинг стали моей отправной точкой к новой цели и одна из них достигнута!



Осталось добиться двух других!!! Не останавливаемся на достигнутом и поднимаем планку ещё в 2 раза!!!»



Какие же возможности дала мне Нейрографика.

В первую очередь задуматься над вопросом ЗАЧЕМ? И осознать что-то, что я действительно хотела получить благодаря своим достижениям было далеко от того что мне действительно так не хватает. Я увидела «зависимости», которые так прочно укоренились во мне как уже привычные модели поведения и начала работу над разрыванием этого круга. Осознала убеждения исходя из которых я строю свою жизнь и увидела что-то, что казалось мне «хорошим» далеко не всегда таким является, и эти убеждения уже не подходят для новой реальности, в которой я нахожусь. Прошла путь очищения от накопленных обид/разочарований/вины и впервые в сознательной жизни почувствовала себя свободной. Я прикоснулась к своим ценностям. Начала думать над тем что Я ХОЧУ, а не что хотят от меня другие. Перестала фокусироваться на негативе, а ощущать себя ОТВЕТСТВЕННОЙ за то, что происходит в моей жизни задавая себе вопрос что я хотела бы вместо этого?

Я начала прислушиваться к своему телу и понимать, что оно не обманывает, а дает очень ценную информацию, которую нельзя игнорировать.

Начала учиться доверять себе и другим людям. Начала учиться находится здесь-и-сейчас! Начала верить в других людей, их потенциал, способность развиваться, меняться. Поняла какую ценность я могу дать клиентам будучи в роли коуча. Я начала формировать новый образ мышления и мировоззрения. Сделала так много полезных открытий и получила так много важных для меня сайтов за непродолжительный период. Побывала в «туфлях» коуча и на себе прочувствовать эту важную внутреннюю работу и ее результаты. Поняла, что коучинг это не так легко и просто, как кажется на



первый взгляд (как для коуча так и для коучи) это не легкая прогулка по морскому берегу, а чаще пробирание через джунгли страхов/переживаний/прошлых обид/зависимостей которые есть у каждого человека. Поменяла свою позицию и перестала думать, что только я права. Я стала честной с собой, перестала «маскировать» правду ни от себя, ни от других. Я стала принимать «вызовы», которые дает мне пространство и использовать их как ресурс для роста. Я начала жить более осознанно, спокойно и с удовольствием!

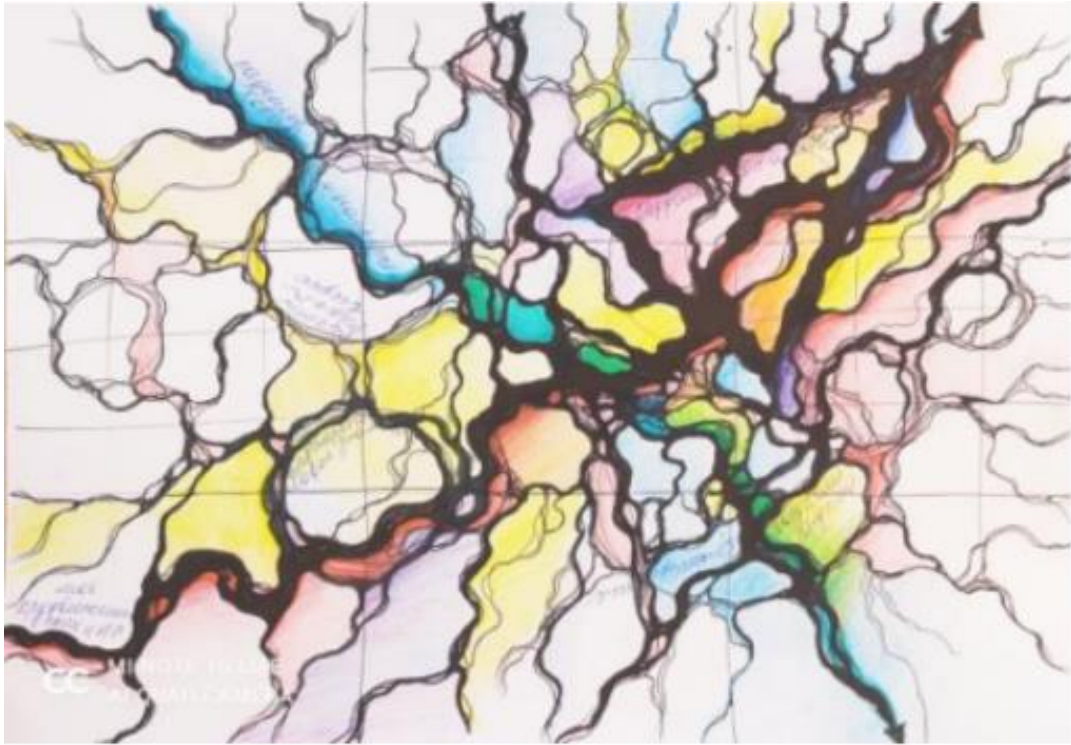
А также я поняла, что это только начало нового, интересного пути и нового качества жизни. Сегодня я чувствую себя на своем месте. Мне нравится то дело, которое я выбрала и мне искренне хочется, чтобы люди становились счастливее с помощью нейрографики и плодотворной работы с коучем.

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

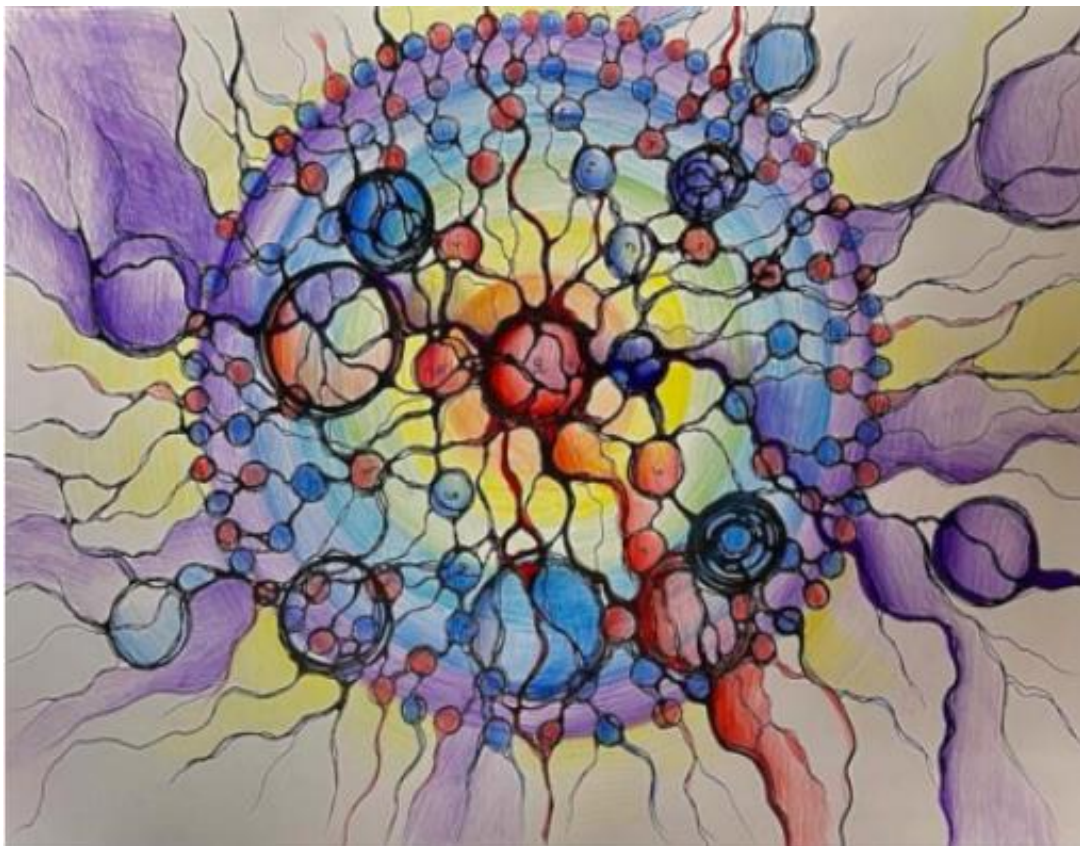


Работы

Тема: мое продвижение в НейроГрафике



Тема: гармонизация родовых связей.



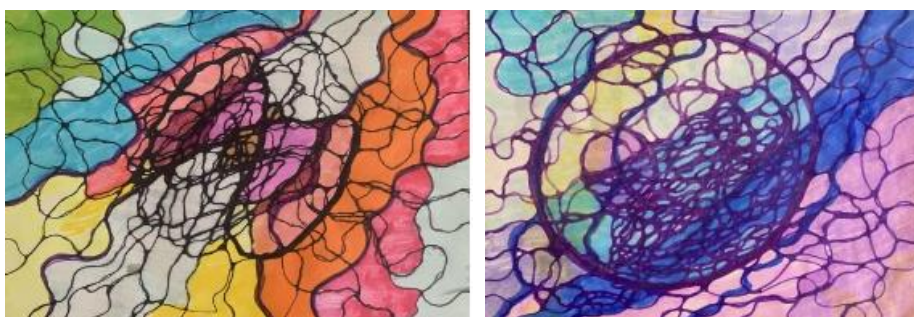


Автор:
Ромаданова Даниела
Супервизор:
Алпатова Татьяна

Тема:
Мой путь в НейроГрафике.

Хочу начать свое эссе со своего знакомства с Нейрографикой. Я находилась в декрете, на тот момент, моей дочке исполнился примерно год, я много читала, слушала разных психологов, экспертов смежных областей, у меня психологическое образование, мне всегда было интересно, как устроена наша психика, я искала и пробовала разные инструменты, но все, что я пробовала, мне казалось не тем, что я реально искала. А поиски мои начались еще до декрета, когда я профессионально занималась спортом, фехтованием и думала, как психологически настроить себя на победы. Но техники визуализации, аутотренинга и другие инструменты, не приносили желаемого результата. Да работали, но по моему мнению, очень длительный промежуток времени нужно практиковать, чтобы увидеть хоть какой-то результат, я хотела большего и за меньшее потраченное количество времени.

Видимо, чтобы найти это большее, мне нужна была остановка. Этой остановкой стало для меня рождение ребенка. В спорт меня больше не тянуло и я ушла с головой в психологию. И на моем пути встретилась одна девушка, общались мы с ней недолго, но интересно, делились информацией разной и она мне говорит, а что скажешь о Нейрографике. Я могла только сказать одно, что никогда не слышала и не знаю, что это такое. Она мне посоветовала зайти на ютуб и посмотреть. Я нашла какую-то лекцию Павла Михайловича, она была длинная, и было плохо слышно, и я стала искать дальше, нашла сайт и решила купить курс пользователь, познакомиться поближе.





Ромаданова Даниела. Мой путь в НейроГрафике.



Как говориться, пока не попробуешь, не узнаешь. И я начала рисовать, смотреть ролики на ютубе, мой интерес рос все больше и больше и я получила свой первый сертификат «Пользователь».

Ощущение были смутные, вроде познакомилась с разными алгоритмами, была очень рада и счастлива, постоянно наблюдала, как разворачиваются события после рисования, но мой неуёмный интерес не давал расслабиться. То, что мне действительно интересно, мне хочется узнавать и идти в самую глубину. Немного отдохнув, а точнее ещё больше освоив все алгоритмы пользователя, мне стало мало, захотелось узнать, что же ещё там есть интересного, как ещё можно взаимодействовать с реальностью и я пошла учиться на специалиста. Тоже интересный опыт, здесь уже работа с клиентами и к своим результатам, прибавились результаты других, в голове было, ого, вот это да, неужели так можно, неужели так все просто, а это точно разрешено. Нейродрево впечатлило всех, даже самых твёрдых сухарей.

А я уже мечтала о сертификате и конечно же его получила.

Потом был период, когда я рисовала все алгоритмы, которые я выучила на этих двух этапах, наблюдала, занималась семьей, читала и потихоньку потихоньку мне начали закрадываться мысли о том что, может уже пора на инструкторский пойти учиться, знания уложились, что тянуть. Но меня останавливало то, что с утра до вечера я занималась ребёнком, утром у неё развивайки, днём нужно накормить, спать уложить, вечером секции, успеть мужу время уделить и про себя не забыть, а где ещё взять столько времени на учёбу. Пока я была вся в делах, курс стартовал, а я даже и не знала, решила в мае, думаю была не была, что-нибудь придумаю. В красках рассказала мужу какая сумма мне нужна, на какое обучение,



получила пополнение на карту, оплатила и довольная, прыгала целый день и моему счастью не было предела.

Я добавилась во все группы в фейсбуке и даже тогда не подозревала, что меня ждет. Поначалу я, терялась где, что, кто. Люди уже работы сдали, с чего начинать мне, думала я и была немного в шоке от масштаба. Каждое мое утро стало начинаться с просмотров уроков, я решила начать сначала и по возможности делать задания, которые сдают все.

Когда берёшь в руки маркеры понимаешь, что можешь нарисовать себе всё и это 100% появится в твоей жизни, вопрос времени. Больше не скидываешь ответственность на других, что-то задело, заболело, не понравилось всегда знаешь что сделать, взять в руки маркер и порисовать. За время учебы я рисовала много разных кейсов. Рисовала отдых в Турции семьей и мы слетали и прекрасно отдохнули. Рисовала няню, для меня сложный был кейс потому что, где-то глубоко внутри было сложно допустить чужого человека к своему ребенку. Муж был против няни, но я рисовала, верила и наблюдала за разными агентствами нянь. Для меня было важно чтобы няня была молодая, креативная, ответственная, ухоженная, чтобы занималась развивающими занятиями с ребенком. Я Выбрала одно агентство по подбору нянь, которое мне понравилось, за которым наблюдала почти 2 месяца и нарисовала за это время рисунка четыре. Написала, мне предложили несколько анкет и я выбрала именно ту, о которой мечтала и сейчас у дочки самая прекрасная няня.



Рисовала себе здоровую и подтянутую фигуру с помощью нейрокомпозиции и сама не заметила, как стала легко просыпаться на утренние пробежки или зарядки, нашла зал рядом с домом с прекрасными тренерами, где мне очень понравилось тренироваться, стали с мужем заказывать правильное питание и чуть позже в мою ежедневную практику



пришёл бодифлекс и я стала себя лучше чувствовать, энергии стало хватать на целый день, кожа подтянулась. Я обнаружила свои дефициты в питании и стала их пополнять и чудеса продолжают случаться. Мои родные и близкие стали замечать мои изменения и с интересом наблюдать за моими рисунками.

После каждого рисунка, я с интересом наблюдала, как меняюсь я, как меняются события, мне приходили мысли, неужели так все просто. Я с четырех лет занимаюсь спортом сначала художественная гимнастика, потом фехтование, большой спорт, постоянные сборы, стрессы, конкуренция. Постоянная установка, ничего не бывает просто, надо работать до седьмого пота, тренироваться забыв про всё, надо, надо, надо. И тут мне открывается новый мир. Конечно, чтобы увидеть свою модель «получать желаемое трудно, сложно», заняло у меня длительное количество времени. Когда я осознала, что можно по-другому, было для меня открытием Мира. И это был не один какой-то конкретный рисунок, как раз это произошло, когда я рисовала натемы из разных сфер своей жизни. Но хочу отметить, когда я работала с темой увеличения дохода, рисовала АСО, мандалу рода, нейродрево и мне попалась эта притча.

Поделюсь ей здесь.

Представьте себе человека, который добился богатства огромным трудом. Он глубоко верит, что чем больше он трудится, тем богаче становится. Но как чаще всего бывает, такая вера приводит к серьезным последствиям в виде болезней в теле. И в один из дней он узнает, что смертельно болен. Он столкнулся с самой большой трудностью в его жизни и по инерции ищет самое трудное решение. Он поведал свою историю мудрецу и тот предложил ему самое непростое решение – отдать все богатство за карту, ведущую к волшебному озеру, которое способно излечить от любого недуга. Но путь к нему столько же опасен, как и его заболевание.

Заплатив самую высокую цену в своей жизни, он отправляется в путь. Минувя все преграды, изможденный утомительным путешествием, он все-таки добирается до этого чудотворного места. Убедившись в его существовании, он в нетерпении скидывает одежду, окунается в озеро.

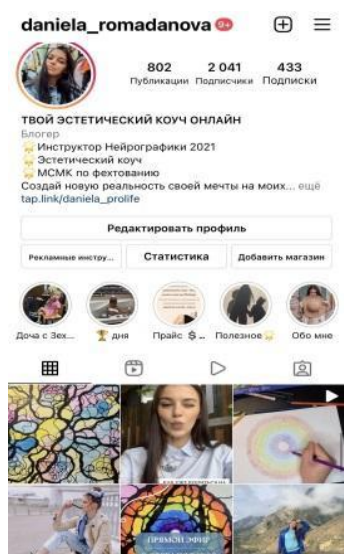
Выйдя из него абсолютно здоровым, он неожиданно обнаруживает на берегу того самого мудреца. Старик говорит ему – озеро самое обычное, каких тысячи, и выздоровел ты не из-за него, а благодаря вере в то, что сверхрезультата можно добиться только пройдя через сверхтрудности. Ты веришь в трудности, и они тебя сопровождают всю жизнь.



Озеро Веры всегда было внутри тебя, но доступ к нему ты пытался заслужить, держа внимание на внешнем, утверждаясь в трудностях. Вера – это нейтральная энергия. Она с одинаковой легкостью материализует для тебя как твои страхи, так и твои смыслы.

Когда я прочитала, я конечно же узнала себя. Я сначала тренировалась с утра до ночи, зарабатывала деньги, потом ходила по врачам и массажистам восстанавливая здоровье и силы. И сейчас, рисуя в легкости, мне выпала возможность посмотреть на себя со стороны, сделать выводы и нарисовать новый путь. Это же удивительно.

Очень интересным для меня был алгоритм нейроконтракт. Когда я увидела, что можно с любым человеком или предметом устанавливать или разрывать связи, увеличивать или уменьшать их значимость. Я подумала, да это сильно облегчает жизнь. Я стала замечать, что я становлюсь спокойнее и увереннее. Действительно, зачем волноваться, ведь у меня столько алгоритмов, я что угодно могу себе организовать. Я могу ставить перед собой какие угодно цели, я могу мечтать о чём угодно, при этом я могу несколько



не сомневаться в том, что мне под силу абсолютно всё. Пока я рисовала нейроконтракт, я увидела, что я себя отделяю от других людей. Я подумала, почему я так делаю? Ведь можно общаться с кем нравится, ведь есть люди, которым тоже нравится развиваться, растить детей, которые готовы выходить из старых, неэффективных моделей поведения, с кем я буду на одной волне. И я начала рисовать.

Я очень много делюсь полезной информацией в своём блоге в Инстаграм, показываю, как я учусь, рисую, с какими темами работаю и многое другое.

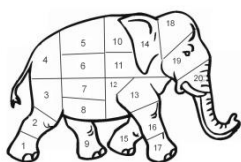
Я решила задать своим подписчикам вопрос: Чем я вас вдохновляю? И увидела, что Нейрографика меня невероятно раскрывает. Вот какие сообщения я получила.

- Ты меня вдохновляешь своей отдачей, своей работой. Когда к тебе обращаешься и думаешь, ну все это конец, я не знаю, как дальше, тупик, дверь не открывается и все такое, ты спокойно берёшь и раскладываешь все по полочкам, притом все так легко, понятно и до конца.
- Вдохновляешь своим мышлением и позитивным настроем
- Ты занимаешься саморазвитием- это вдохновляет!



- Вдохновляешь своим примером, как менять свою реальность, своими успехами
- Тем, что никогда не останавливаешь и думаешь «а как может быть ещё лучше»
- Своим неуёмным желанием постоянно развиваться, столько информации и энергии через себя проводишь
- Вдохновляет, что ты самое главное умеешь слушать слышать, и не знаю как тебе это удаётся но ты веришь в людей.. и своей башенной энергией передаёшь нам силу, уверенность веру.. и конечно после таких слов, у меня у самой появилось ещё больше энергии и сил, творить, учиться, создавать и я почувствовала, что коммуникация, контакт со своей аудиторией, своими клиентами, стал ещё прекраснее, а с этим вопросом я работала, рисуя нейроконтракт.

Еще, через небольшой промежуток времени, моя дочка подружилась с девочкой в развивайке, в которую мы ходим достаточно давно, а я с ее мамой стала хорошо общаться и это именно то интересное общение, которое я себе нарисовала. Каждый рисунок со временем раскрываться, как прекрасный цветок и когда появляются какое-то новое событие, ситуации или люди, ты вспоминаешь, а я же именно это и рисовала и улыбка появляется мгновенно. Ощущать себя творцом очень приятно.



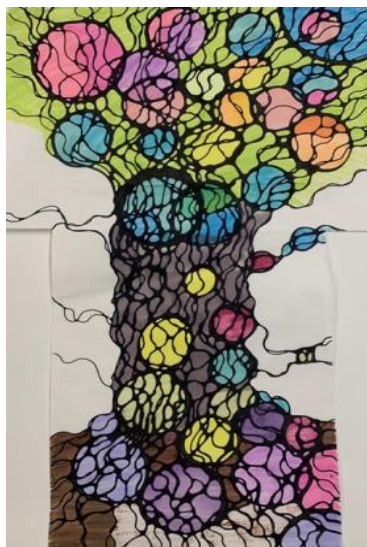
Пока я писала диплом, я натренировала свою дисциплинированность и всегда вспоминала теорию «съесть слона», где слон для меня - это диплом Инструктора Нейрографики и ещё один слон диплом Эстетического коуча, т.е., мне нужно съесть два слона. Каждый выходной я себе выписывала все дела по дипломам на каждый день, которые я буду делать. Это были и просмотр вебинаров, рисование рисунков, супервизий, проведение сессий с клиентами. Но это ещё не всё, что я получила. Ещё я поняла, что пришло время учиться делегированию.

Я поняла, что мне нужно больше времени, я нашла няню, о которой писала выше, потом я ещё немного порисовала и нашла место, где вкусно готовят домашнюю еду и мы стали заказывать еду на дом. Освободилось больше времени, но и этого мне не стало хватать и я делегировала уборку в доме. К нам один раз в неделю стала приходиться помощница по дому и убираться. На данный момент, я понимаю, что мне и этого мало, мне хочется, чтобы мне еще стирали, чаще убирались, вещи гладили складывали и я этого вообще не касалась, я понимаю, что еще немного порисую и к этому приду.



Для чего я этим делюсь, чтобы показать, какой значительный рост произошел всего за несколько месяцев. Да, я и до обучения многое понимала, искала ответы на вопросы об устройстве этого мира и пробовала разные задания и практики. Но, когда я слушала вебинары Павла Михайловича.. это совсем другое. Это про то, как обнаружить супер силу и теперь у тебя нет ограничений, есть уникальное знание, которое тебя выделяет и ты можешь нести его дальше в мир. Я увидела и осознала, что если ты радуешься за победы, доходы, реализацию других людей, то ты присоединяешься к их положительному опыту, в тебе есть готовность действовать, ответственность за результат и Вера в себя. Почему говорят, читайте больше биографии людей, которые добились успеха в той области, в которой хотите добиться успеха вы сами. И я читала разные биографии успешных людей, чтобы увидеть, а какими были их «маршруты», «схемы», «карты» на пути к успеху. Вдохновлялась их историями и еще отмечала для себя на каких установках, формулировках выстраивается их реальность. Я увидела, что каждый человек сам выбирает свой путь, каждый день, каждый час, каждую минуту.

И здесь такие смешанные чувства возникли, когда понимаешь, что ты можешь все это знать и продолжать действовать или бездействовать «по старому маршруту», обижаясь, обвиняя весь мир, продолжая смотреть пугающие новости и притягивать вся это в свою жизнь, так как не важно действуешь ты по старым схемам или создаешь новые, механизм прекрасно работает и постоянно создает для тебя реальность. А можешь взять на себя ответственность, подружиться с механизмом, написать для него новых сценариев развития своей реальности и реально почувствовать себя творцом своей реальности.





В завершении, хочу еще поделиться своими впечатлениями от алгоритма Мандала рода.

Я знала, что род имеет значение, но не осознавала какое. Когда я первый раз нарисовала мандалу рода, я почувствовала новую энергию, какую-то поддержку.

Мне стало интересно и я решила поискать еще больше информации. Я узнала, что родовая информация влияет на восприятие мира, часто на реакцию на воспринимаемую информацию, на способности, на здоровье, на отношение к жизни. Если родовой поток сильный и чистый, то человек ощущает себя по жизни сильным, он чувствует поддержку, ему чаще сопутствует удача, поскольку его желания и намерения поддерживает большая сила, чем только его личная сила. Личная сила человека так же напрямую зависит от силы Рода, переданную ему по кровному родству через предков. Человек дальше может развить, усилить ее или ослабить, не использовать.

Я обнаружила, что я находясь в хороших отношениях с папой не принимаю его, его представителей, в тоже время мне тяжело достигать результата, мало уверенности, с которой я постоянно работаю. Почему мне это раньше никогда не попадалось на глаза, думала я. Почему мне никто об этом не рассказывал? Видимо, нужно было самой найти. Так же я узнала, что кроме просто силы родовой энергии в Роду содержится очень важная информация, в том числе дары, которые могут быть как со знаком плюс, так и со знаком минус. И уже в воле каждого человека то, как он распорядится дарами Рода. От того как он ими распорядится, будет зависеть и жизнь его потомков, продолжение его Рода. Если Род сильный и поток чистый, то человеку доступна даже самая древняя информация. Навыки и знания могут всплывать как бы из ниоткуда, в этом тоже проявляется сила Рода. Если в роду совершалось много ошибок, то есть поступков против любви, любви божественной, любви к родным, то в потоке Рода образуются блоки в соответствующей ветке, поток потаком веткам ослабляется и ослабляется в целом поток Рода.

Своими рисунками, я подняла очень важные, глубинные темы не только для себя, а для всего своего рода в целом. Я много работала с другими экспертами, проживала, меняла, принимала, скажу, что это было непросто.



Также я узнала, что каждый человек, и мужчина и женщина могут влиять на свой Род не только в будущем, создавая семьи, рожая и воспитывая детей, меняя свою жизнь, но может влиять и на прошлое Рода. Каждый из нас потомок какого-то древнего рода.

В крови, в ДНК каждого из нас заложена большая история Рода, включающая и дары и ошибки. И мы можем работать с прошлым Рода, можем очищать, менять поток родовой энергии. Ведь все в мире энергия и история рода тоже проявляется в энергии, а на энергию мы можем влиять, причем вне параметра времени. Каким же образом? В первую очередь своим отношением, своими чувствами. Множество проблем или неудач в нашей жизни уходят истоками в детство или даже в более ранний период. Это знают и признают практически все психологи и тренеры трансформационных тренингов. И излечиваются причины проблем прощением себя, своих родных, в первую очередь своих родителей. Наши родители это сама близкая к нам ветка родовой энергии и если заблокирована она, то это наиболее значительно влияет на нашу жизнь. С помощью различных методик и инструментов, обращенных к эгрегору Рода, часто удается осознать причины проблем, простить, отпустить, снять блок на энергии, принять своих родных, привнеся в отношения любовь или, хотя бы убрать негативные эмоциональные реакции.

Я увидела, что существуют практики, которые можно отнести к очищению Рода. Более правильно это назвать принятием Рода. И если его делать с искренней благодарностью предкам за все то хорошее, что они привнесли в Род, и искренне прощать их за все привнесенные ошибки, искренне принимать, чувствовать себя частью такой общности, как Род, то изменения и в нас и в нашей жизни обязательно будут происходить. Прощение, благодарность и принятие очищают родовую энергию, схлопывают негативную энергию в блоках и блоки исчезают, энергия идет свободнее, становится более сильной.

Я конечно, продолжаю рисовать мандалу рода, нейродрево, по моим ощущениям, тоже относится к роду. Сейчас по-другому ощущаю, появляется ощущение большей силы, какой то легкости, уверенности в себе и в своих силах. Если знать, как все устроено, и делать в соответствии с этим осознанные поступки, то это неизбежно будет влиять как на нашу жизнь, так и на жизнь наших детей, на силу нашего Рода и Рода нашего супруга, на мир в целом. Это может быть незаметно какой-то период времени, но изменения, причем к лучшему, обязательно происходят, и в какой-то прекрасный момент мы осознаем их.



Ромаданова Даниела. Мой путь в НейроГрафике.

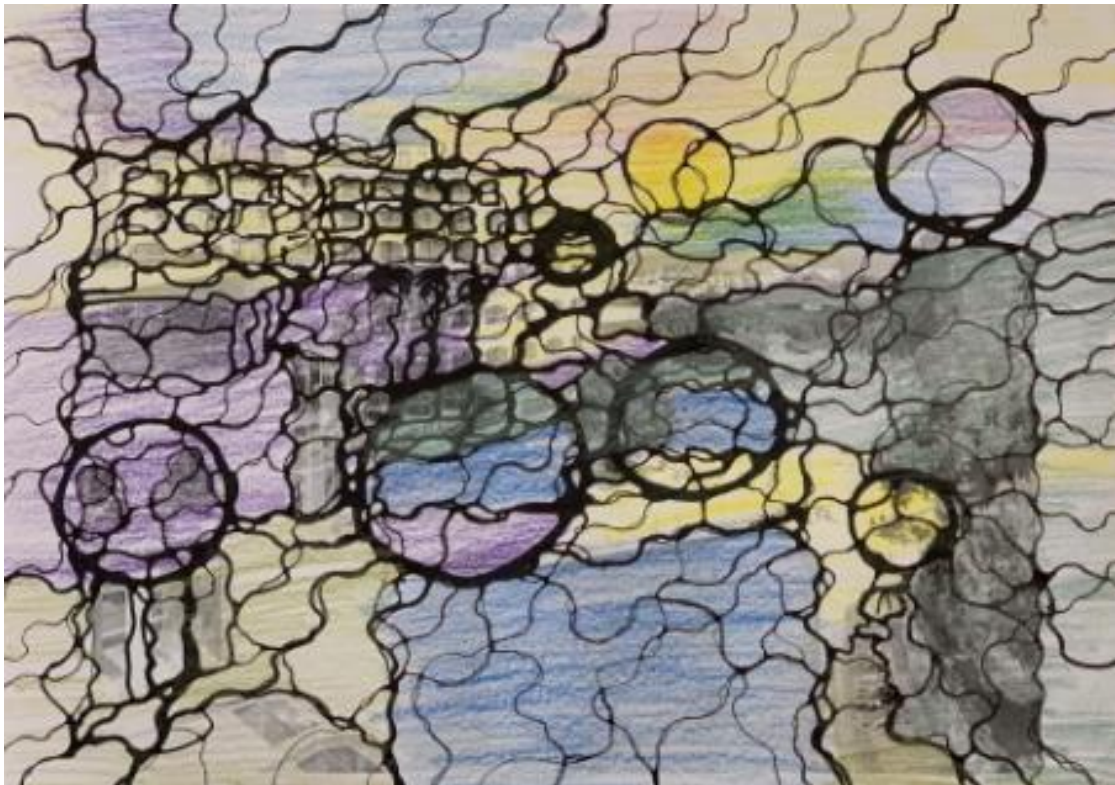
Обучение на инструктора Нейрографики, открывает для меня новые знания, инструменты, людей, за время обучения, я что только не проработала и с кем только не работала, звучит иногда смешно, но теперь я чувствую себя другой, обновленной, усовершенствованной, я становлюсь сама собой и мне это нравится.

[Ссылка на дипломную работу Ромадановой Даниелы в авторском стиле](#)

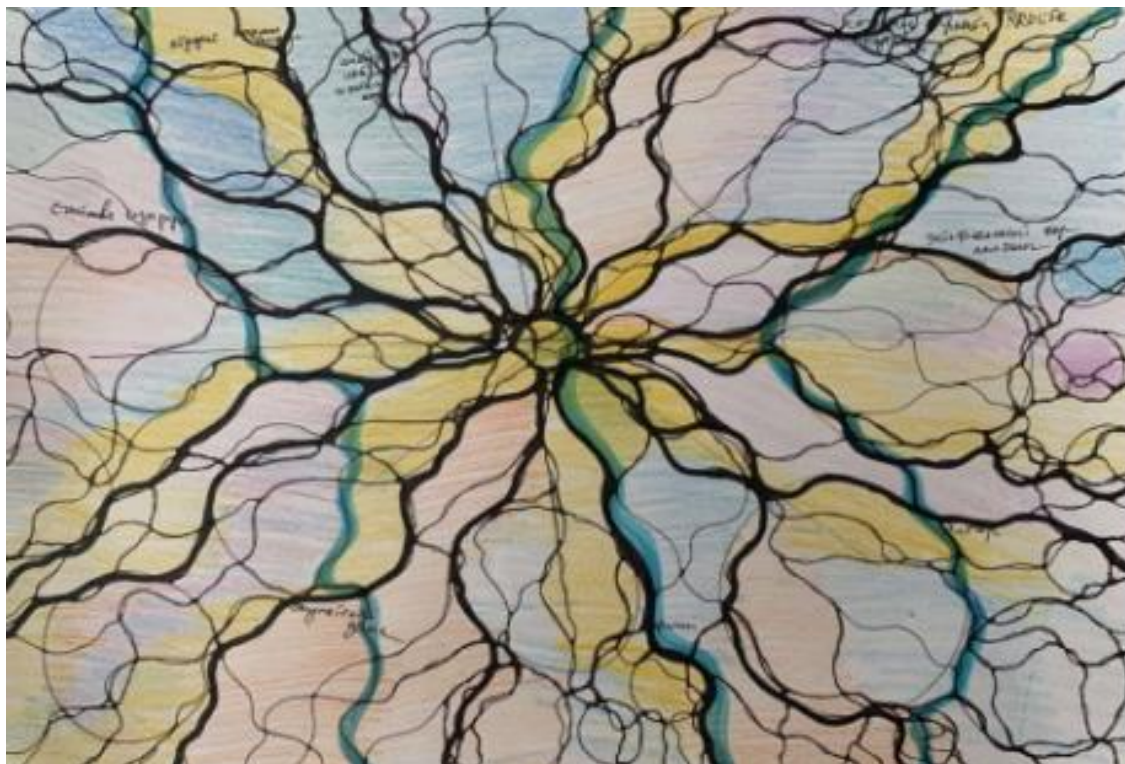


Работы

Тема: поездка в Турцию.



Тема: моя жизнь.





Автор:
Рындина Ольга
Супервизор:
Усманова Люция

Тема:
Я и Мир НейроГрафики.



В этой работе я хочу рассказать, как кардинально поменялась моя жизнь после знакомства с Нейрографикой. Трансформацию себя я начала одиннадцать лет назад, когда после второго развода осталась с двумя детьми на руках. Мне нужно было достроить дом, нужно было на что-то жить самой и растить детей. Помочь было некому, бывшие мужья не стремились обеспечить нас, и вся надежда оставалась только на себя.

Я начала читать разную познавательную литературу, чтобы изменить свою жизнь, и понять, как же мне решить все мои проблемы. Настоящим открытием для меня стал тот факт, что все зависит от наших мыслей, и, меняя внутреннее состояние, мы меняем жизнь вокруг. Поэтому нужно начинать работать с собой, а не с окружением. Это было невероятно! Понимание пришло не сразу, впереди был долгий и непростой путь. Не всегда удавалось следовать рекомендациям, периодически руки опускались, и казалось – нет, я не смогу, я не вытяну.

Из книги великолепного Джозефа Мерфи «Сила вашего подсознания» я почерпнула рекомендацию, что надо почувствовать себя богатым. Сейчас я всё прекрасно понимаю, а тогда проникнуться было очень и очень сложно: денег хватало только на продукты, имелось семь кредитов в разных банках – на строительство дома для меня и моих детей. И вот я переворачивала в своей голове все с ног на голову, ломая привычное мышление. И ведь мало было просто об этом думать – в это надо было верить, верить, как говорится, душой и телом. Долго, мучительно я осознавала, что мир гораздо ярче и многограннее, чем мне всегда казалось.

И – о да! – это случилось! Моя жизнь начала меняться в лучшую сторону! Деньги приходили сами, их хватало на все мои нужды, я спокойно



оплачивала кредиты и строила дом. Купила машину. Покупая продукты, уже не думала, сколько они стоят. Перестала волноваться, смогу ли прокормить детей.

Также в моей жизни появлялись люди, которые готовы были помочь, за что я им всегда буду очень благодарна. Они приходили именно тогда, когда это было необходимо, и их помощь давала мне уверенность, помогая двигаться дальше. Самое приятное знакомство было с моим третьим мужем. Это мужчина с большой буквы «М».

Я его привлекла, потому что находилась уже совсем на другом уровне развития, и мой запрос именно на такого мужчину был заранее отправлен во Вселенную. Поэтому, когда он появился, я была готова принять этот новый поворот в своей судьбе.

Моя жизнь стала совсем другой: я почувствовала себя женщиной, которую любят и о которой заботятся. У меня появилась возможность путешествовать, смотреть мир, и вообще – наслаждаться жизнью. Я посвятила себя своей замечательной семье – детям и мужу – оставив работу и бизнес. Муж исполнил мое желание – жить в доме у моря: мы переехали из Екатеринбурга в прекрасный город Сочи. Теперь из наших окон были видны море и горы. Жизнь стала сказкой, о которой мечтает практически любая женщина. Однако в моем случае безоблачному существованию мешало одно маленькое «но»...

Вспоминаю консультацию у арканолога: моя базовая энергия – энергия Императрицы. Для полного счастья мне нужны семья, муж, дети и – любимое дело, которое будет приносить доход. Энергия Императрицы, тесно связана с творчеством, познанием и раскрытием себя через внутреннее состояние, чувственность, комфорт и удовольствие. Это женская, творческая энергия, которая очень многогранна в своем проявлении, как в творчестве, так и в общении. Все это соединилось в Нейрографике, но на тот момент я про нее даже не слышала.

И я все чаще стала задаваться вопросом: чем мне заняться? Мне не хватало яркой, бурной деятельности, моя натура требовала самовыражения.

И вот однажды, на мастер-классе по плетению мандалы в женском кругу, одиннадцатого числа одиннадцатого месяца 2020 года в одиннадцать часов одиннадцать минут я создала намерение – найти свое предназначение.



Мандала получилась очень красивой, я, счастливая, разместила ее дома, в своей комнате. И уже через пять дней в Instagram, я увидела волшебные рисунки. Что это? Оказывается – Нейрографика. Я тут же написала инструктору Нейрографики, чьи рисунки увидела, и она ответила: подождите, когда будет курс для новичков.

Подождать – это не для меня: когда я чего-то хочу, мне это нужно здесь и сейчас. Я стала искать в интернете информацию, и узнала, что автор этого метода – Пискарев Павел Михайлович. Зашла на сайт Института Психологии и Творчества, и нашла там разные курсы – от «Пользователь» до «Инструктор Нейрографики». Сейчас я удивляюсь, как, не попробовав нарисовать ни одного рисунка, я приняла для себя решение обязательно пойти на инструкторский курс.

Но это был ноябрь 2020 года, а инструкторский курс начинался девятого марта 2021 года. Тогда я пошла на курс «Пользователь», решив не откладывать знакомство с Нейрографикой. Затем прошла курс «Специалист», всё больше убеждаясь, что я пойду на инструкторский курс. Были, конечно, вокруг меня люди, которые не понимали меня, пытались отговорить от этих занятий, например, моя сестра.

Они спрашивали: да зачем тебе это надо, тем более, стоит недешево, что ты потом с этим будешь делать? Вопросов было много. Еще одно препятствие: требующуюся немаленькую сумму на обучение я не могла попросить у мужа, так как он бы моего стремления не понял, и все равно бы мне ее не дал.

Но упрямства мне не занимать, поэтому я приняла решение: оплатить курс своими деньгами, и не говорить мужу о стоимости обучения. И вообще, решила больше никому ничего не объяснять, не рассказывать, что это такое и зачем я этим занимаюсь, а просто идти, так как я именно этого хочу и могу себе это позволить. А сестре сказала только: я не знаю, что будет потом, но



даже не сомневаюсь, что 2021 год проведу с удовольствием, обучаясь на инструкторском курсе. Так я была зачислена на курс «Инструктор Нейрографики». Времени до его начала оставалось немного, и я была в предвкушении моего погружения в мир Нейрографики.

Прошел год с момента моего знакомства с Нейрографией. Да, до знакомства с этим методом я уже много работала над собой, я изменила свою жизнь, многие об этом только мечтают – а я так живу. Однако с момента знакомства с Нейрографией моя жизнь и дальше меняется в лучшую сторону. Я сама меняюсь непрерывно, перестраивая и улучшая все грани своей жизни и деятельности. Я точно знаю, что ограничений нет, тем более – с Алгоритмом Снятия Ограничений.

Алгоритм Снятия Ограничений – волшебный алгоритм на все случаи жизни. Он помогает решать проблемы из прошлого, избавиться от неправильных установок, стресса, переживаний, решить все волнующие вас вопросы. Как говорит Павел Михайлович, знания этого алгоритма уже достаточно, чтобы в твоей жизни происходили изменения. И это действительно так и есть. Главное – делать все правильно и верить в себя.

В подарок к инструкторскому курсу я получила курс «Дневник эстетического коучинга». На нем я рисовала 21 день Алгоритм Снятия Ограничений. Прорабатывала тему своей стройности, но в итоге осознала, что здоровье гораздо важнее. Нужно соблюдать диету, которую назначил доктор. Однако в процессе рисования этой темы я не употребляла сладкого четыре месяца. Я – сладкоежка, и для меня даже день без сладкого – уже стресс, так что это был очень серьезный срок. А после рисования работ в рамках курса «Дневник развития» я отказалась от сладкого, была спокойна, и не испытывала стресса.

Это было невероятно – но, тем не менее, было. Алгоритм Снятия Ограничений не раз меня выручал. Блокнот и маркер всегда лежат у меня в сумочке. Однажды в аэропорту, перед посадкой, мне стало очень плохо, начались тошнота и головокружение. Тогда я достала блокнот и сделала экспресс-метод АСО, без архитипирования, без фигуры фиксации, успела только Линии поля внести, но мое состояние улучшилось, и к тому времени, как самолет взлетел, я уже даже забыла, что плохо себя чувствовала.

Также этот алгоритм я прорисовывала с мамой, когда ей пришлось отказаться от полета от меня домой, так как у нее было очень высокое давление. После прорисовки мы купили билет на самолет вечером этого же дня, мама забрала рисунок с собой и спокойно долетела до дома. Потом



позвонила и сказала: «Оля, Нейрографика работает!» А я это знаю. Еще эту фразу я много раз слышала от своей дочери. Ей было тогда двенадцать лет, она поссорилась с подругой и плакала дома. Я не могла подобрать слов, чтобы ее успокоить, поэтому сказала просто: «Пойдем рисовать Нейрографику». Она с моей помощью нарисовала

Алгоритм Снятия Ограничений, во время сопряжения слезы перестали литься, а после окончания работы дочка уже была не просто спокойна, но даже в хорошем настроении. А на следующий день, придя со школы, закричала мне: «Мама, Нейрографика работает!» Оказывается, она помирилась с подругой, и была очень рада. После этого случая она стала использовать данный алгоритм самостоятельно, рисуя его на взаимоотношения не только с подругами, но и с учителями. И то, что Нейрографика работает, слышу от нее систематически. Надеюсь, со временем дочка захочет узнать больше о Нейрографике, и, возможно, тоже пройдет курсы.

Пользу от Нейрографики мои дети – и сын, и дочь – оценили в полной мере, когда я прорисовала мандалу рода. Этот алгоритм я рисовала на свой род, но в этот момент пришел инсайт, что я лишая своих детей силы рода их отцов. После этого я снова стала общаться со своими бывшими мужьями. Особенно неожиданно это было для моего первого мужа (отца сына), ведь прошло восемнадцать лет с нашего последнего общения.

Он даже не поверил, что это я ему пишу, начал спрашивать про ситуации, которые были в прошлом, и о которых знаем только мы двое. Его реакция была интересной, я сейчас сижу и улыбаюсь, вспоминая это. Теперь у меня нормальные отношения с ними обоими, и дети могут свободно общаться со своими отцами.



Мандалу рода я потом рисовала со своими детьми, каждый рисовал свой род, и после этого мы стали собирать информацию о родственниках. Я помогла детям узнать и записать все, что знают их отцы и бабушки с дедушками. И это было очень вовремя, потому что после того, как мы навестили деда со стороны отца сына, узнали, что он помнит, записали на видео, его не стало через месяц. И если бы мы этого не сделали, узнать было бы уже не у кого.



Как вовремя я познакомилась с Нейрографикой и прорисовала мандалу рода!

Много интересного мы с детьми узнали в ходе этой работы, и она оказалась очень ценна и важна для нас, для осознания нашего прошлого, настоящего и будущего. Раз уж я здесь коснулась того, как Нейрографика повлияла на мою семью, хочу особо уделить внимание тому, как изменились мои отношения с мужем.

Мой муж – мужчина очень властный, он привык, что все должно быть, как он сказал, но и я – девушка с характером, привыкшая сама решать, что и как лучше сделать. И вот, когда я пошла на инструкторский курс, муж не был в восторге от этого, ведь я стала много времени проводить, просто сидя за рисованием, а он привык, что я уделяю внимание ему. Но в Нейрографике был большой плюс: когда мой муж психовал и срывался на мне, я не отвечала негативом, а шла в свою комнату, рисовала Алгоритм Снятия Ограничений, и выходила к нему уже совсем в другом настроении. Он же быстро забывал о том, что что-то было, ведь в ответ я молчала.

Наши отношения я прорисовывала кейсом и разными алгоритмами, это были: нейроколонор, нейроскетчинг, нейромандала, нейроконтакт, не говоря уже про коучмодели из курса «Эстетический коучинг». Я даже рисовала благословение мужа на мое занятие Нейрографикой – перед тем, как надо было лететь в Москву на интенсив по Нейрографике. Билеты были куплены заранее, за четыре месяца до этого события, но мужу сказать я всё не решалась, и вот, после рисования этой темы, за неделю до вылета, я сообщила об этом мужу и, как ни странно, он отреагировал спокойно. Ну, как тут, не поверишь, в волшебство метода?!





И оно того стоило – время, проведенное на интенсиве, и те эмоции я запомню навсегда. Это было время, проведенное с замечательными людьми, которые с тобой на одной волне, с теми же взглядами на жизнь, они добры, открыты и полны энергии. Мы все там были одной большой семьей, и, вспоминая, я сейчас ощущаю волну тепла, проходящую по всему телу. Очень ценно было рисовать в одном поле с автором метода Павлом Михайловичем, он меня вдохновляет, я им восхищаюсь. Павел Михайлович – яркая, невероятно творческая личность, и общение с ним обогащает и мотивирует на дальнейшее развитие.

Хочется сказать, что Нейрографика развивает не только нейронные связи, но и дружеские. В Сочи много нас, инструкторов Нейрографики, и мы не конкурируем друг с другом, так как Вселенная изобильна, и всего на всех хватит. Мы с девочками дружим, часто встречаемся, организовываем мероприятия, связанные с Нейрографикой, и даже вместе отмечаем дни рождения. Так в новом для меня городе у меня появились подруги.



Но главное, что дала мне Нейрографика, – это дело моей души, я получаю удовольствие, и этот год, как когда-то я и говорила сестре, я точно провела с удовольствием, занимаясь своей обожаемой Нейрографикой.

Я рисовала много кейсов на тему «Я – успешный инструктор Нейрографики» и, конечно же, продвигалась в этой теме. Да, небольшими шагами, но я иду, и это – только начало моего пути. Впереди у меня – получение диплома и реализация в этой профессии. Но и сейчас я уже вижу изменения, провожу мастер-классы, хотя, чтобы начать это делать, я прорисовывала свой страх и синдром самозванца. Я запустила курс



«Пользователь» и получаю от него доход, растет число моих учениц, их я прорисовала алгоритмом «Нейроконтакт». Я веду свой аккаунт в Instagram, и за полгода число моих подписчиков с нуля увеличилось почти до шестисот. Я стала снимать себя на видео и выкладывать в ленту, и это я тоже прорисовывала Нейрографикой.

Кейс «Я – востребованный эстетический коуч» также продвинул меня в моем развитии. Когда-то я прорабатывала свою первую коуч-сессию, которую очень боялась провести. А сейчас спокойно это делаю и радуюсь результатам своих клиенток. Первая моя клиентка с курса «Специалист» прорабатывала тему «Ремонт в новой квартире», в процессе она прорисовала возврат долга, чтобы быстрее сделать этот ремонт.

И вот уже через неделю после окончания нашей работы она позвонила мне, чтобы рассказать, что ей неожиданно на карту поступила часть денег для возврата долга. Она сама была приятно удивлена, и сказала, что хочет продолжить знакомиться с Нейрографикой.

С одной клиенткой мы рисовали тему «Развитие себя, как профессионала», так как ей хотелось уволиться с работы, чтобы заняться своим делом. После первой работы ей подняли зарплату на почти на сорок процентов, это был приятный бонус, так что она решила поработать там до конца года, подготовить все необходимое, для своего дела, а уж затем уволиться.

Еще одна клиентка, прорисовав тему «Свой новый бизнес», установила первый кофе-автомат, и планирует развиваться дальше. Несколько клиенток прорабатывали свою женственность, сексуальность и любовь к себе. Одна из них после этого решила уволиться с работы, осознав, что у нее прекрасный муж, и ему нужно уделять больше внимания.

Клиентка, прорабатывающая отношения с дочерью-подростком, заметила изменения в отношениях, так как после моих слов, что Нейрографика – это практика сопровождения проектов, стала сама проявлять любовь к дочери и принимать ее такой, какая она есть. Вследствие этого отношения стали близкими и доверительными, и они стали проводить вместе время всей семьей. Другая клиентка стала постоянно приходить ко мне на коуч-сессии, прорабатывая тему «Отношения в семье». В процессе работы к ней пришло осознание, что все складывается не так, как она хочет, из-за взаимоотношений с мамой.



Она поняла, что в ее жизни все решает мама, несмотря, на то, что ей самой 45 лет. Мы прорисовали алгоритм «Нейроконтакт», чтобы сделать сепарацию с мамой. После этого она стала общаться с мамой из позиции взрослой женщины, а не маленькой девочки. И это наилучшим образом сказалось на всех сферах ее жизни: на отношениях с мужем, на профессиональной сфере, на любви к себе. А еще она сказала, что решила пойти учиться на инструктора Нейрографики.

Очень приятно видеть эмоции моих клиенток, когда они удивляются волшебству метода и благодарят меня за мое сопровождение, за мои коучинговые вопросы, которые помогают им найти ответы внутри себя и понять, чего они хотят на самом деле. Этот опыт бесценен, и я тоже им благодарна за их искренность и открытость.

Вспоминаю себя в начале этого года, свой интерес к Нейрографике, но, в то же время, свою неуверенность. В настоящее время мой инструкторский курс и курс по эстетическому коучингу подходят к концу, дипломные работы уже почти написаны, через полтора месяца – получение диплома, и что потом...

А потом начнется моя реализация в этой профессии. Уже есть планы. Приобретен новый курс, который поможет мне в продвижении моего аккаунта и себя, как профессионала. Я обязательно пройду тренерский блок на курсе Веры Жучковой «Финансовая перепрошивка», а затем запущу этот курс у себя, дополнив его несколькими техниками, которые планирую сделать. Хочу запустить систематически открытое рисование онлайн. Планирую провести совместное мероприятие с инструктором по йоге, заниматься йогой и рисовать Нейрографику в горах, на Красной Поляне. Организовать мастер-классы по Нейрографике в Сочи. Развивать свой аккаунт [neuro_devochka](#) в Instagram, а для этого повторить пройденный курс по видеоспикерству.

А еще есть желание в следующем году пойти супервизором в Институт Психологии и Творчества. Мне интересен этот новый опыт, я хочу давать поддержку таким же студентам, как я сейчас, получить новые знания от Павла Михайловича, и ощущать себя в этом большом эгрегоре замечательных профессионалов Нейрографики.





Рындина Ольга. Я и Мир НейроГрафики.

Нейрографика для меня – не просто интересный метод, помогающий проработать мои и чужие проблемы и трансформировать их в гармонию. Это – мой способ получать удовольствие от жизни и приносить пользу, помогая другим людям. И я буду двигаться по этому прекрасному пути дальше и дальше, развивая и углубляя свои познания.

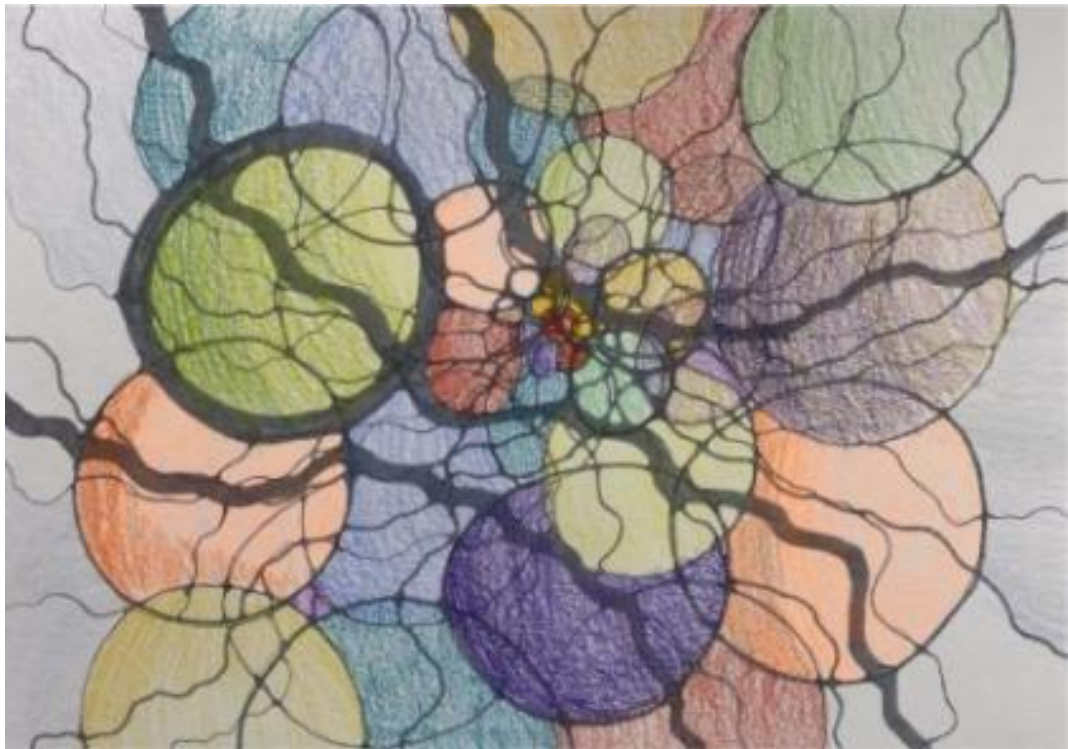


[Ссылка на дипломную работу Рындиной Ольги в авторском стиле.](#)

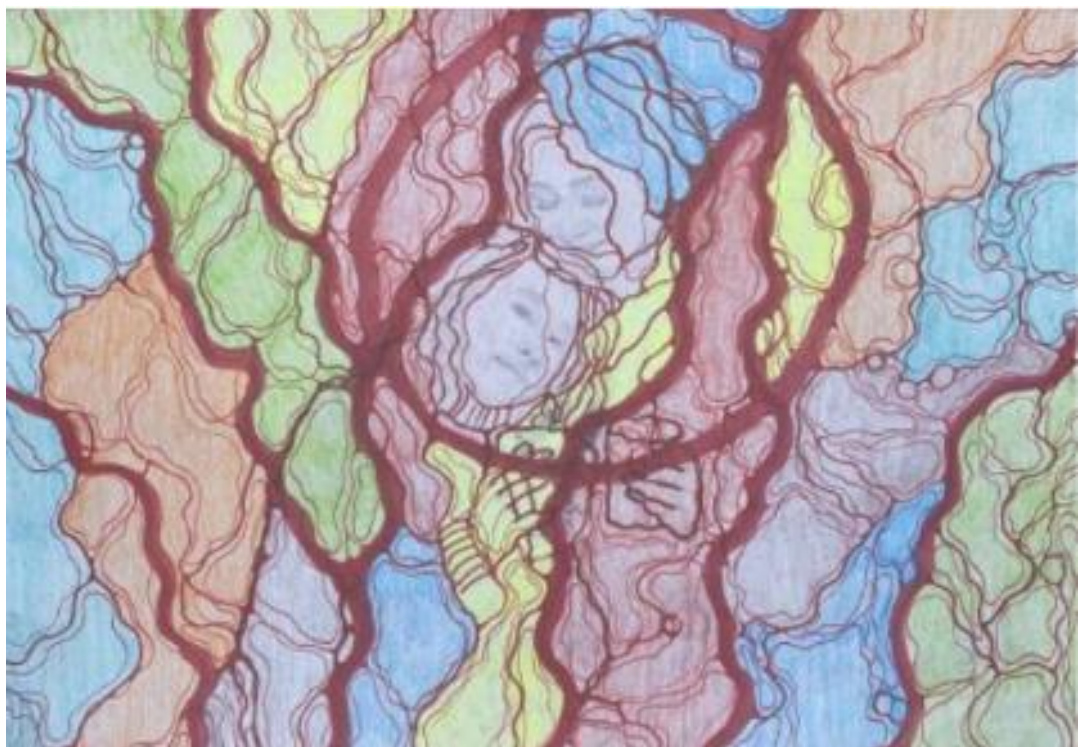


Работы.

Тема: мой аккаунт в Instagram.



Тема: отношения с дочерью.





Автор:
Рязанова Анна
Супервизор:
Глазунова Гульнара

Тема:
Мой путь в НейроГрафике.

Глубокие трансформационные процессы в моём сознании начались, к сожалению, с печального события. Был сложный период самокопания и поиска пути. Я уволилась со «стабильной» работы и начался новый период в моей жизни. Нейрографика исцелила меня, придала сил и уверенности. Я сейчас, и я три года назад – два совершенно разных человека.

Мне стало недостаточно курсов Пользователь и Специалист. Я приняла решение, что хочу помогать людям, а это возможно только тогда, когда ты обладаешь глубокими знаниями. Так я пришла в Инструкторы. Девять волшебных месяцев, это как рождение ребенка. Мой проект и стал тем ребёнком, которого я вынашивала всё это время. В один прекрасный момент я поняла, что достаточно накапливать знания, пора их отдавать людям, освобождая место в голове для новых идей и событий.

Легко сказать. Я умела говорить, я не боялась высказывать свои мысли, но многолетняя работа в государственных органах – это совсем не про запуск онлайн курсов, это не про ведение соцсетей, скорее наоборот, подобные вещи были под запретом. Было очень много вопросов, я не знала с чего начать. А когда не знаешь, что делать рисуй алгоритм выявления намерения. Рисовала. И не только этот алгоритм. Это был объёмный кейс. Но, в результате, я нашла продюсера, который как раз проводил обучение по теме «Запуск онлайн курсов». За три месяца работы с ним у меня появилось понимание, выстроилась в голове структура. Я написала программу своего первого вебинара, я научилась создавать сайты – одностраничники (лендинг), я поняла стратегии набора на курс, определила свою нишу, целевую аудиторию, их запросы и боли.

И наконец-то это случилось! Мой первый онлайн мастер-класс состоялся. «Пришло» 5 человек, для меня это был бесценный опыт. Я научилась пояснять и анализировать, доносить свои мысли, делать так, чтобы человек слышал меня. Получила массу положительных эмоций и



зарядилась на дальнейшую работу. Затем был второй мастер-класс. После которого я получила понимание, что надо расширять свою аудиторию. Я хочу, чтобы как можно больше людей узнали об этом чудесном методе и стали богаче, счастливее.

И снова поиск путей, как это сделать, к кому обратиться за помощью. И снова рисунки, инсайты, мысли... Нашла таргетолога, настроили рекламу и мой блог постепенно начал расти. На сегодняшний день в нём больше 1000 человек. Захотелось какого-то другого формата. Так возникла мысль о создании своего онлайн клуба по нейрографике. И снова было страшно... страшно заявить о себе, страшно, что не пойдут за мной. Включился синдром самозванца, мой внутренний перфекционист требовал во всём идеальности. Но! У меня уже был мощный инструмент для проработки своих страхов – НЕЙРОГРАФИКА. Прорисовав кейс на тему «Развитие в проведении онлайн курсов», я нашла способ договориться со своими спутниками – самозванцем и перфекционистом.

И, о чудо! 15 человек пришли ко мне в клуб. Кто-то скажет всего 15 человек, я скажу целых 15 человек! А какая география, чудо! Санкт-Петербург, Белгород, Набережные Челны, Ижевск и даже есть девушка из Украины. Так что смело можно считать мой проект международным. Началось движение, драйв. Создала чат поддержки, где участницы активно делились своими рисунками и результатами. Всего за один месяц работы было столько инсайтов и озарений. Столько прожито и проработано через рисунки.

Например, Светлана. ВСЕГО ЗА 2 РИСУНКА ИСПОЛНИЛОСЬ ЕЁ ЖЕЛАНИЕ. Изначально девушка пришла в клуб с намерением проработать отношения (и рабочие в том числе). Уже в первые две недели работы пришло много инсайтов и осознаний. Очень сильно отзывалось тело, давая сигналы о том, ЧТО ЕЁ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО БЕСПОКОИТ на бессознательном уровне. Светлана поняла, что всю жизнь исполняет роль хорошей и удобной девочки. Постоянно делает что-то в угоду другим, при этом в ущерб себе. Выявила подсознательное убеждение, которое не давало ей зарабатывать. Всего за ДВА алгоритма (алгоритм снятия ограничений и алгоритм выявления намерения): Светлана проработала чувство стыда; Позволила себе быть неудобной; Осознала, что не надо никого спасать; Разобралась со своим убеждением относительно денег. Она поставила себя и любовь к себе на первое место и осуществила своё желание - улетела в КРЫМ, в окружении той компании, которой хотела.

Более того исполнилось еще одно желание – практика с дельфинами, прямо в бассейне, в кругу их семьи!



Ксения...пришла в клуб с намерением проработать деньги. Было много страхов, сформированных в процессе негативного жизненного опыта. Такое часто бывает. Но, когда она начала рисовать, отовсюду пошли сигналы про отношения! Девушка активно включилась в работу и проработала бывшие отношения, которые тяготили ее с 15 лет! Она осознала, что колоссальная часть её энергии сливалась туда, как в черную дыру. Остановила этот поток и направила его в новое русло. И тут всё зашевелилось в бизнесе! Причем не просто зашевелилось, а закипело и забурлило! Ксения стала наглядным примером того, как можно проработав одну жизненную сферу, прокачать другие. Ушёл из головы мусор, улучшилось эмоциональное состояние, трансформировалось мышление и высвободилась энергия для осуществления своего намерения. Как итог: «Анна, вы представляете... Сегодня за день я заработала 56 250 р, я в шоке приятном».

Участницы клуба учились отслеживать свои мысли и эмоции: - «...с гигантским чувством СТЫДА. Утро, открываю глаза и наблюдаю как стыд, как дымка, рассеивается в сознании моем...»; - «...состояние кайфа наполняет. Энергия сразу же поднимается, и настроение, да и всё вообще!» - «Случилось просветление по окончании алгоритма - как же много надуманного в голове. И послание - Живи и радуйся Жизни, девочка моя! Так я и прожила вчерашний день с внутренним ощущением Радости Жизни внутри и очень даже плодотворно.»

Гармонизировали свое внутреннее состояние, учились быть неидеальными. Конечно же здесь идеальным для проработки темы был АЛГОРИТМ СНЯТИЯ ОГРАНИЧЕНИЙ. Участницы с помощью АСО «выпускали пар»: - «Чувствую, что с онлайн-бизнесом, с маленьким ребёнком не хватает времени и ЖЕЛАНИЯ прибраться дома. Все отодвигается, отодвигается, как что-то ненужное. А дома уже неуютно, я так не могу и начинаю нервничать и тратить энергию. А что толку, чище не становится. Решила нарисовать АСО на этот псих. Нарисовала. После рисунка меня отпустило, как будто ничего и не волновало. Зато на следующий день я с большим удовольствием сделала по дому столько дел!!!!!! Просто очуметь! И ребёнок не мешал, и мама пришла поводить, и муж после работы помогал. Дом был чист! И только перед сном я вспомнила, что я вчера рисовала АСО.»

Обращала внимание на телесную рефлексия. Получала такие сообщения: - «... почувствовала, что у меня есть ноги! И в правой – напряжение, вышел холодный страх двигаться дальше в своём направлении»; - «... во время скругления болела шея сзади у основания черепа»; - «...заболела голова, даже не голова в целом, а сама макушка



головы, ощущение было будто сам мозг болит»; - «... мурашки шли по торсу и плечам»; - «во время рисования и в дрожь бросало и в жар и даже начинала болеть голова, закладывало нос. А сейчас улыбаюсь и чувствую себя хорошо» - «В теле - сердце закрыто тоненьким чем-то, не могу сформулировать, как будто тоненькая фанерка чётко по силуэту, за границы органа не выходит... И со спины - верхняя зона, там, где трапеция переходит в ромбовидную мышцу, верх между лопаток - ощущается напряжение четкое...» Не оставляла без внимания такие моменты. Задавала дополнительные вопросы, вместе анализировали о чём нам говорит дискомфорт в теле. Обязательные в таких случаях рекомендации: так как она рисовала алгоритм снятия ограничений, который требует тщательного округления всех углов, с плавными переходами в линию, то рекомендую более тщательно отнестись к этому этапу. Потому что любой оставленный маленький штрих, как шип, как игла, даёт остроту и напряжение. Это в свою очередь даёт **ОБОСТРЕНИЕ** ситуации. Поэтому сопряжение и ещё раз сопряжение!

Рисунки дорабатывали и результат не заставлял себя ждать: менялось внутреннее состояние, приходило понимание, что в изначальной версии было много нервозности.

Очень часто сообщения в чате начинались со слов: «Я не знаю, как это работает, но это работает...». Одно из них: «Я не знаю, как это работает, но это работает. Сегодня меня с утра прямо взбесили несколько человек, которые начали что попало творить в плане бизнеса. Сказать, что я разозлилась, ничего не сказать. Я была очень зла. И думаю, как же, конечно, заработаешь тут с ними, когда у них в голове компот. Села рисовать АСО, рисунок получился истеричный, мне кажется, я всю злость туда выплеснула, рисовать хотелось толстым жирным маркером. У меня цель - 300 тысяч в месяц. А вселенной же всё равно, с этими партнерами или другим путем. И вот сейчас под вечер узнаю новости по другой компании, где с 1 ноября будет запуск нового направления и если всё так будет, то деньги придут и оттуда». Забегая вперед, скажу, что деньги пришли.

Рассказать о том, как это работает, считала своей обязанностью. Участницы активно работали над установками. Но для начала, пришлось объяснить и рассказать, что такое негативные установки.

Выявляли негативные убеждения и меняли их на позитивные впечатления, при этом не забывали делиться наблюдениями: - «С детства у меня была установка - нельзя зарабатывать больше мужа. Помню, как мама стала директором, стала больше зарабатывать и на фоне этого, отец,



обычный работяга, начал устраивать скандалчики... И это только сейчас у меня всплыло. Я долго и много думала почему у меня потолок в зарплате. У меня муж работает в такси, и доход там не растет никогда, больше конкретной суммы не заработать, потому что физически нереально, времени в сутках не хватит и надо жить в машине. А у меня бизнес позволяет за день заработать столько, сколько он за месяц с трудом сделать может... Еще момент, когда он видит, что у меня есть деньги - может забить и не пойти работать. У меня тут же срывается «шлагбаум», и я запрещаю себе зарабатывать... На подсознательном, наверное, уровне. У меня просто колом всё встает... И я ему сказала - ты хоть сколько-нибудь зарабатывай и ходи работать каждый день, ну не могу я, свободно работать, когда вижу тебя дома. В общем, договорились, что главное процесс, а не количество денег. Он стал стабильно ходить работать. Мне стало легче зарабатывать. И я заработала прилично. И вот только сейчас до меня дошло, что я себе разрешила зарабатывать больше него. Пару раз мы уже сходили за покупками, и я тоже поймала себя на мысли, что мне не стыдно потратить деньги ему на какую-то вещь, мне нравится, как он выглядит.... Про себя, конечно, тоже не забываю. В общем, кто бы мог подумать, что всё так сложно...А на днях он принес денег и мы погасили кое какой долг. Так и договорились - он ходит работать и приносит хоть сколько то, при этом я спокойно работаю, зная, что он тоже работает, не перекрывая себе потоки...»

- «...у меня вышло из глубин подсознания очень мощное, фундаментальное убеждение: всё что я зарабатываю, я отдаю безоговорочно... и совсем не видно кому... В детстве так делал папа, отдавал з/п маме, а потом просил у неё на сигареты, на бензин... я живу по этому же сценарию и у меня внутренний конфликт, результат - мощно стопорю сама свои заработки, потому что я не хочу никому отдавать, то, что заработала, но! Я веду себя как кролик под гипнозом... получила - отдала... И в продолжение последнего откровения - мне так же никто не должен отдавать... Какая же красотааааа...Ощущение СВОБОДЫ. ОСВОБОЖДАЕШЬ СЕБЯ, ОСВОБОЖДАЕШЬ ДРУГОГО...»

Установки могли выйти и после окончания рисования, что свидетельствует о том, что процесс запущен и нейроны работают: «Я сегодня рисовала на реализацию желаний... И одна вылезла такая вещь в процессе. При упражнении на разгонку нейронов у меня было больше позитивных слов. А после рисования больше 50% негативных... И суть их одна. Чувство вины, за то, что у меня что-то лучше, чем у других...Что я где-то умнее, чем кто-то, где-то удачливее и т.д.». Мы обязательно обсуждаем каждую ситуации,



особенно, когда идёт негатив. Поддерживаю и успокаиваю. Моё глубокое убеждение, что негативная ограничивающая установка теряет 50% своей силы уже от того, что проявляется в сознании. Когда, ты понимаешь, что она навязана тебе. Так и получилось. После того, как обсудили эту тему, девушка поняла, осознала, что её останавливает, не даёт идти дальше, мешает достичь желаемых вершин – страх, не желание быть лучше кого-то. И навязано это убеждение мамой, именно её голос звучит в голове – мы простые люди... А простой быть не хочется, хочется быть больше, чем есть сейчас. И снова рисуем нейрографику, чтобы заменить негативную установку на позитивную.

Конечно же не обошлось без проработки страхов: «Я сегодня ВЕСЬ ДЕНЬ рисовала страх больших денег. Потому что я поняла, что суммы 3-5 тысяч приходят вообще легко в течение дня. Но я хочу больше. Сначала у меня всё болело, вообще ВСЁ туловище, всё бесило, отвлекало, дети пришли, кошки, собаки, телефон, муж. Всё что можно было собрать, всё отвлекало. Потом меня бесили маркеры и я пошла за новыми. Потом все резко проголодались, потом мама позвонила. Аааааа, вы сговорились что ли все? - думала я. Кое как, но я это сделала. В этот раз очень бесило скруглять, прямо ОЧЕНЬ. Какие-то черточки, штришочки, лохматки, вылез какой-то перфекционист. Мне нравилось рисовать толстым маркером, в этот раз надо стало тонким... Что к чему...Прям очень сложно далось, буду еще эту тему прорабатывать. Но сейчас у меня горит лицо и всё тело вибрирует дрожью, трясёт конкретно».

Однозначно, тема для девушки была сложной и как показало рисование, её окружение так же не готово к тому, что она будет больше зарабатывать. В таких ситуациях поможет кейс, более детальная и глубокая работа. Что и порекомендовала ей сделать.

И в результате проработки темы кейсом, вышла причина, установка из детства – у меня могут их забрать, я их буду тратить не на себя, а на кого-то: «В детстве у нас была нормальная семья, родители работали, я один ребёнок в семье, всего хватало. Но потом, вдруг откуда не возьмись, приехали к нам на постоянное место жительства родители отца, мои дедушка, бабушка и тётка - сестра отца. Они жили в Узбекистане. В общем, они чего-то начудили, влезли в долги, продали дом, чтоб рассчитаться. Жить стало негде, приехали к нам. И настал конец нашей семейной идиллии. Все что зарабатывали родители - уходило на обеспечение деда с бабкой, тётка лентяйка, работать не хотела. Кое как купили им квартиру и переселили. Но это было очень тяжело для родителей».



Страх глубинный, детский, поэтому продолжили с ней рисовать, пока не пришло осознание, что она никому ничего не должна, у нее своя жизнь и она несет ответственность только за свою жизнь, а не за чьи-то проблемы.

Девушки всё больше начинали верить в нейрографику, стали чувствовать себя ПОБЕДИТЕЛЯМИ: - «Ощущаю себя сейчас просто победителем по жизни. Предыстория: было у меня давно ИП, потом я его закрыла, но взносы не оплатила прошло сколько-то времени и мне на карту накладывают арест. А там были детские деньги. По закону их нельзя арестовывать и т.д. Но мои письма приставам не давали успехов, они отказали в снятии ограничений. При этом деньги с карты не списались, а просто похоронились, заморозились, в счёт долга не ушли и пользоваться я ими не могла. В общем, эта эпопея висела в воздухе давно. Потом мы переехали, сменился регион и стало вообще невозможно с этим что-либо сделать. Долг с меня все-таки взыскали, с другой карты, но те замороженные так и висели. Не знаю почему, но не снимали арест. Так это всё и висело. На днях. Рисую нейрографику, загадала почему-то сумму 30 тысяч. Еще думаю - интересно, откуда и как придут...

У дочки завтра день рождения и меня осеняет опять про эти деньги... А там ровно 30 тысяч, смотрю на них в приложении, печально... Как бы есть и как бы нет...Пишу приставам через госуслуги, прикладываю кучу справок. Приходит ОТКАЗ! Сажусь рисовать АСО с темой «Я легко и просто забираю деньги с арестованной карты», НЕ ЗНАЮ КАК... И через пару часов еду в банк, почему-то мне показалось, что они могут что-то знать. Пришла, рассказываю девушке так и так. Может вы как-то отдадите всё-таки? И тут... Из коморки, «что за актовым залом» - выходит женщина, это и оказалась ОНА. СПАСИТЕЛЬНИЦА. Говорит, вы не волнуйтесь, расскажите историю сначала. Рассказала, справки все отдала. Она говорит - буду писать по вашему вопросу в Москву. Взяла мой номер телефона и пообещала позвонить как будут новости. Иду домой, немного печальная, но почему-то в этот момент в голове фраза - ПОЗВОЛЯЮ ЧУДУ ПРОИЗОЙТИ... Просто иду и бубню под нос это. Только дошла до дома, она уже звонит. Москве написала, МОСКВА ДАЛА ДОБРО НА ВЫДАЧУ ДЕНЕГ, ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА К 10 УТРА НА ПОЛУЧЕНИЕ!!! Пошла утром сегодня в банк, часа полтора они там еще колдовали, писали и звонили, и та даааам выдали мне мои деньги через какую-то там лазейку. Ну как не верить после такого в нейро?».

Ценно то, что у участниц клуба появилось понимание того, что рисунки работают не как «волшебная таблетка», а заставляют работать мозг по-другому, направляют его в нужное русло, структурируют мысли, достают из



глубин то, что мешает. Тема «Отцы и дети» актуальна во все времена. Такими открытиями, важнейшими инсайтами поделилась Татьяна: «Рисовала на тему гармоничных отношений с моими детьми. Старшей дочери 7 лет и это взрыв мозга просто. Плюс школа началась, это подливает масла в огонь. После выброса чувствовала пульсацию в горле. Пришла мысль, что ставлю рамки старшей дочери и насильно запикиваю ее туда. Она сопротивляется. Не нужно так. Когда выделяли фигуры, у меня их было три. Это я, старшая и младшая. Когда добавила линий, ощущения в горле смягчились. Стало легче. Когда скругляла - тряслась рука и болело правое плечо. Пришла мысль - не переносить своё внутреннее состояние на ребёнка. Когда вводила цвет, мысль - не раздражаться на несовершенства старшей, в наоборот, беречь ее ДЕТСКОСТЬ. План к действию - увеличить количество общих дел и почаще заниматься вместе чем-то несерьёзным. Я в восторге! Жду со школы, вместе пойдём на площадку!».

Но, девочки, всё-таки девочки и их волнует не только тема денег и отношений, а ещё и внешность. Одна из участниц клуба активно прорабатывала тему лишнего веса. Её результат за это время: начала тренироваться, обратилась к диетологу за составлением плана питания, через какое-то время отказалась от его поддержки, поняв, что сама готова следить за своим питанием, в итоге минус 3 кг, и это только начало.

Принятие себя, осознание своей ценности и поднятие самооценки, еще одна составляющая счастливой жизни. Рисовали на эту тему и получали результаты: «Рисовала несколько рисунков про неуверенность в себе ... и сейчас только поняла, что сначала меня пригласили моделью для прически к очень классной девочке, потом увидела, что крутому фотографу нужна модель с ребёнком для съёмки - я отправила заявку и мы подошли и ходили фоткаться! И ещё одна девочка предлагает сделать мейк бесплатно... разве ж это не знаки... вроде мелочи, а приятно!».

Столько всего проделано! Сейчас в планах масштабировать формат. И уже делаю первые шаги. Нейрографика подарила мне новую счастливую жизнь!

Итак, подводя итоги, обобщаю мои достижения:

1. Я нашла денег на обучение в институте.
2. Я сменила работу, переехала на новое место жительства, изменила кардинально отношение ко многим вещам.
3. Алгоритм «Мандала героя» показал мне все мои прежние ошибки, все прежние просчеты. Помог разобраться, почему не осуществились те



или иные мои задумки. Я четко увидела свои упущения.

4. Смогла раскрепоститься и рисовать, когда за тобой наблюдает большое количество людей.
5. Получила бесценный опыт работы в коучинге, умение настраивать поле, когда человек доверяет тебе и делится с тобой своим внутренним переживанием.
6. Начала видеть свое отражение в других.
7. Получила очень хороший результат по здоровью! Делала проработку по отдельным органам и системам. В том числе и гармонизацию тонких тел.
8. Освоила великолепную практику работы в самокоучинге.
9. Осознала, что мне интересно развитие в среде нестандартно мыслящих людей. Людей, которые не боятся менять жизнь к лучшему. Людей, которые помогают другим менять ее и всегда готовы протянуть руку помощи.
10. Мне интересно пройти путь супервизора и посмотреть, насколько я смогу вырасти в этой роли.

БЛАГОДАРНОСТЬ

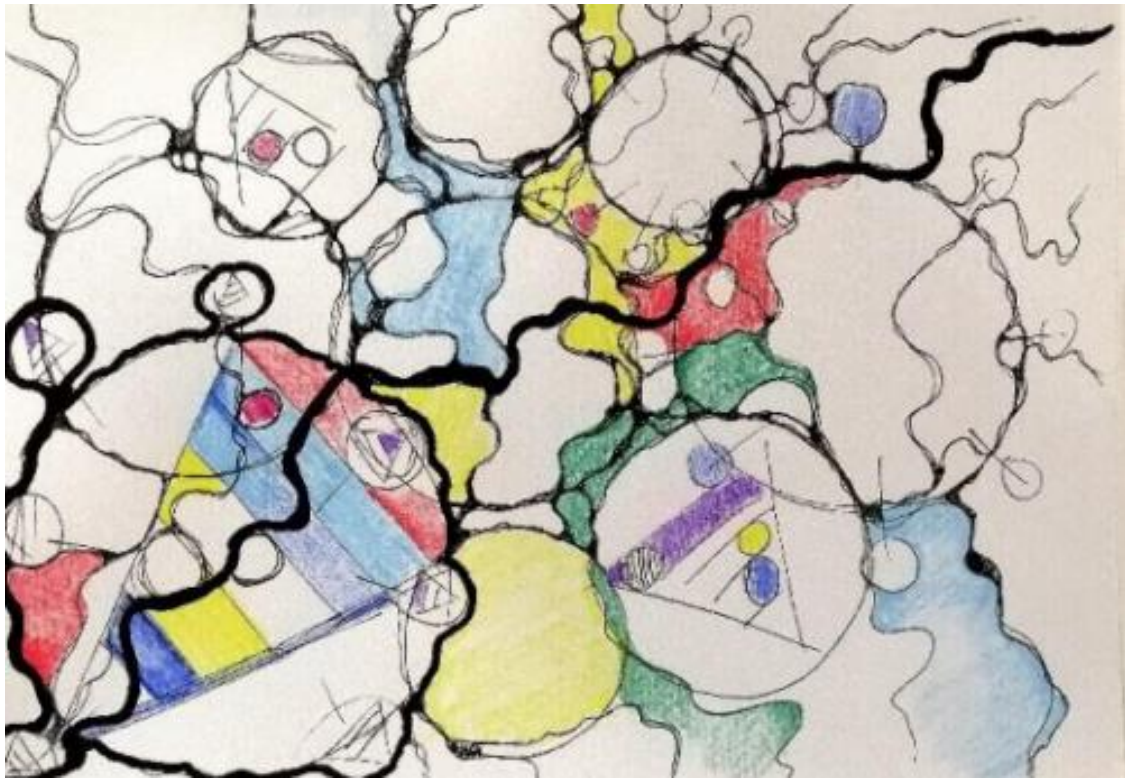
всем, кто помог мне пройти этот путь. Особенно моим кураторам, Теплых Галине и Кастроново Кристине, преподавателям Пискареву Павлу Михайловичу и Ирине Рождествиной, а также Елене Ревнивцевой и Ларисе Пашиной, которые быстро и четко координировали мои обращения.

[Ссылка на дипломную работу Рязановой Анны в авторском стиле](#)



Работы

Тема: набор новых участников в закрытый клуб.



Тема: мои воплощения.

