

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Эссе «Мой путь Инструктора НейроГрафки
— с чистого листа»

Специализация: Инструктор НейроГрафки

Руководитель Пискарев П.М.

Супервизор Sandra Dimitrovich

10.06.2024 г.

Выполнил Daina Alkaitami

10.06.2024 г.

2024 г.

Daina Almaitami

2024.g. jūnijs

Neirografikas Instruktors

Balta lapa, marķieris un zīmuļi un aiziet!

Tas viss sākās 2023. gada janvārī, kad Youtube reklāmā ieraudzīju Oksanas Avdejevas meistarklases piedāvājumu. Tā kā meistarklase notika tajā pašā dienā, nolēmu paskatīties, bet ar lielu skepsi, jo solītie rezultāti izklausījās pārāk labi. Mani visvairāk uzrunāja pati zīmēšana, jo pirms tam vienkāršas zīmēšanas meistarklasē atklāju, ka es protu zīmēt – pretēji manai agrākajai pārliecībai. Tā es pievienojos meistarklasei ar domu, ka jebkurā brīdī pametīšu, ja man nebūs interesanti. Iedvesmoja vārdi, ka zīmēt nav jāmāk un viss, kas ir vajadzīgs ir balts lapa, marķieris un zīmuļi. Oksana lieliski vadīja šo meistarklasi un es to noskatījos līdz galam un uzzīmēju savu pirmo neirografikas zīmējumu. Zīmējums man nepatika, bet bija interesanti piedzīvot spēcīgo refleksiju. Divas stundas man izvērtās par ļaujamiem emocionālajiem kalniņiem, taču ar labu sajūtu beigās. Tas mani pārsteidza un izraisīja vēlmi vēlreiz pazīmēt. Apmaksāju citu Oksanas kursu un atkal piedzīvoju interesantas izjūtas. Sajutu lielu atvieglojumu par tēmu, ko zīmēju un metode sāka mani vilināt. Esmu apguvusi daudzas prakses, tajā skaitā hipnoterapiju. Redzēju lielas izmaiņas maniem klientiem, bet man pašai daudzu iemeslu dēļ neviens nespēja piekļūt klāt. Zīmējot neirografiku sajutu, ka es pati sev piekļūstu klāt un man paliek vieglāk. Tas bija pārsteidzoši un vienkāršoti izsakoties – man āķis bija lūpā.

Kas notika laikā, kad es iepazinos ar neirografiku?

Bija divas reizes pārslimots kovids un kopējā stresa un iebiedēšanas taktika bija atstājusi pēdas manā veselībā. Tam klāt nāca cilvēku šķirošana un diskriminēšana un nenoteiktība par savu un savu bērnu dzīvi un nākotni. Attālinātas mācības, ierobežota pārvietošanās, dzīve bez draugiem un pārāk liels uzsvars uz dzīvi tehnoloģijās, padarīja bērnus uzvilktus un strauji iztukšoja visus manus resursus. Tā sākās manas veselības problēmas, kas bija neparedzamas un biedējošas. Bija dienas, kad varēju vienkārši saļīmt ejot no istabas līdz vannas istabai, vai kad pēkšņi spēcīgi iedūra sirdī, ka likās, ka jāsauc ātrā palīdzība. Ar retām izņēmumu dienām, man vienkārši nebija spēka. Dzīvoju trešajā stāvā un dažkārt es ar grūtībām uzkāpu augšā, jo trīcēja kājas un sirds sitās tā it kā es skrietu maratonu. Darīju visu, lai uzlabotu veselību. Lietoju uztura bagātinātājus un daudz kustējos. Tomēr tas nedevis gaidītos rezultātus. Sliktākajās dienās, man šķita, ka man vairs nav atlicis spēka dzīvot. Es nekad nezaudēju cerību, jo mani motivēja tas, ka esmu vajadzīga bērniem, tomēr cerība lēnām kļuva vājāka, jo fakti neliecināja par uzlabojumiem. Ja agrāk es varēju stundu no vietas braukt ar skrituļslidām, tad divus gadus es tām pat nepieskāros. Es pārstāju braukt ar riteni, jo braucot man palika slikti un es nokritu. Sāku izvairīties no braukšanas ar mašīnu, jo bija grūti sakoncentrēties.

Paralēli es nesen biju beigusi nopietnas hipnoterapijas mācības, kas radīja papildus finanšu slogu un bija laiks sākt pelnīt un atgūt ieguldīto. Taču, lai veiksmīgi darbotos ar klientiem, man bija

vajadzīgs spēks un enerģija. Rezultātā, es atdevu pēdējos spēkus un enerģiju klientiem un viņiem dzīve uzlabojās, kamēr man bija vajadzīgas vairākas dienas, lai atgūtos. Man sāka zust vēlme darboties šajā jomā, jo tad man vairs nebija spēka, lai rūpētos un tiktu galā ar visām citām saistībām. Bija skumji redzēt bailes bērnu acīs, kad kārtējo reizi viņi redzēja mani saļimušu uz grīdas. Vienā vārdā – grūti – izteica visu par katru manu dzīves jomu.

Vēl viena joma, kas cieta no manas sliktās pašsajūtas bija dārzs. Es ļoti mīlu darboties dārzā un no aizauguša lauka biju iekopusi skaistu un ražīgu dārzu. Sākumā vēl centos dārzu kopt. Raku, līdz mana mugura atteicās un klāt nāca vēl nežēlīgas muguras sāpes. Man vecā muguras trauma atgriezās, jo vairs neskrituļoju un muskuļi bija kļuvuši vāji. Tā man nācās noskatīties, kā aizaug un iet postā viss, kur biju ieguldījusi gadus darba. Muguras sāpju dēļ es gandrīz pārstāju braukt ar mašīnu. Aizvien biežāk uzdevu jautājumu – kāda jēga vispār šādi dzīvot? Es ēdu ļoti veselīgi, ievēroju veselīgu dzīves veidu un knapi vilku kājas. Tikmēr citi līdzcilvēki ēda visu pēc kārtas, malkojas grādīgos dzērienus un bija pilni spēka.

Kādā pasākumā nolēmu iedzert vīnu, lai gan gadiem vispār nelietoju alkoholu un sajutu atslābumu. Tad pēc kāda laika atkal iedzēru glāzi vīna un man kļuva vieglāk. Tā sākās vīna baudīšana. Iedzerot vīna glāzi, pazuda spriedze un es uz visu skatījos ar kaut ko līdzīgu vienaldzībai. Sāku brīvdienās skatīties filmas, kam agrāk es netērēju laiku. Dīvaini, bet arī veselība nepasliktinājās. Pat sāku saprast, kāpēc cilvēki lieto alkoholu. Un tad nejauši es ieraudzīju Oksanas Avdejevas meistarklases reklāmu. Tajā bija paskaidrots, ka nedrīkst zīmēt un lietot alkoholu. Iemesls bija saistīts ar smadzeņu neironiem. Man tas ļoti norezonēja un sapratu, ka mana īslaicīgā aizraušanās ar vīnu bija kļūda. Tad sekoja zīmējums un refleksija. Sajūtas bija spēcīgas un rezultātā bija atslābums. Tikai šoreiz šim atslābumam nebija blaknes un tas negāja pretī veselīgam dzīves veidam.

Mans neurografikas instruktora ceļš

Pēc pirmā zīmējuma pie Oksanas, sekoja vēl viens kurss, kur zīmēju neiolotosu par sievišķību un attiecībām. Tas man izraisīja spēcīgu refleksiju, ar lielām galvas sāpēm un diskomfortu. Pirmo reizi mūžā es pa īstam ieraudzīju, cik nežēlīgi esmu izturējusies pret sevi. Ka no pašas bērnības esmu iemācījusies rūpēties un palīdzēt citiem, bet sevi atstāt pēdējā vietā. Ka mana dzīve ir smaga, jo esmu pieradusi kraut sev virsū citu cilvēku problēmas un atbildību. Tas bija lūzuma punkts. Bija asaras un dusmas un nožēla par šādi nodzīvotu dzīvi. Paralēli auga spīts to izmainīt. Turpināju zīmēt, bet jau patstāvīgi. Taču ausīs skanēja Oksanas vārdi par bāzes algoritmu un pareizu zīmēšanu. Atsaucos un sākās mans Instruktora ceļš, ar bāzes lietotāja sertifikātu. Ar katru zīmējumu man kļuva vieglāk. Man sāka uzlaboties veselība. Es vairs nekritu. Sāka parādīties spēks un to ievēroja arī mans partneris. Viņš bija sajūsmā. Es ar vislielāko baudu zīmēju un brīnījos par pārmaiņām.

Neurografika bija pārņēmusi manu prātu un uz šī viļņa es ieraudzīju Valentīnu Laitneri un iepazinu viņas veselības transformācijas stāstu. Man nebija ilgi jādomā un es pieteicos speciālista kursam. To darīju par spīti finansiālām grūtībām. Valentīna mani iedvesmoja un viņas pasniegšanas stils

bija sirsnīgs un profesionāls. Pateicoties speciālista kursam, es sāku transformēt visas savas dzīves jomas, zīmējot dzīves kvalitātes algoritmu. Sākumā mani mocīja pārmetumi par to, ka vēl nesen apgūto numeroloģiju un hipnoterapiju vairs negribēju izmantot, lai gan biju abās sfērās ieguldījusi lielus līdzekļus. Tāpat vairs neizmantoju savas augstākās izglītības. Zīmēju Šamaņa lietus algoritmu un sapratu, ka no visām iepriekšminētajām jomām visvairāk attīstās mana jaunā aizraušanās un individuāla koučinga pieeja. Pilnīgi negaidot, tāpat kā P.Piskareva līnija, neurografika veidoja jaunus maršrūtus manos neironos un dzīvē.

Redzot, kā mainos es un kā mainās mans iekšējais stāvoklis un veselība, es biju gatava sākt zīmēt kopā ar maniem klientiem. Tā kā vēl nebiju pārliecināta, ka neurografika darbojas visiem, piedāvāju zīmēt pa velti. Varētu pat teikt, ka pierunāju klientus. Biju gatava jebkādam rezultātam. Pirmais veiksmes stāsts bija manai skeptiskajai klientei, kura nesen bija pārcietusi muguras operāciju un viņa vairs nevarēja atgriezties darbā. Viņa ļoti baidījās no sarunas ar priekšnieci, jutās vainīga, ka pievil viņu un rada priekšniecei neērtības. Klients galvā pārdomāja neskaitāmus variantus, kā paziņot ka neatgriezīsies darbā. Vēl dzīvoja bailēs, kā tiks galā ar visām saistībām un kur dabūs citu darbu. Pēc zīmējuma viņa tikās ar priekšnieci un sirsnīgi izrunājās, vienojās, ka uzturēs kontaktus un mana klients pat piedāvāja viņai veikt vaska masāžu par maksu. Mana klients pirmo reizi uzdrošinājās piedāvāt savu jauno pakalpojumu. Kopš tās reizes viņa ir veikusi neskaitāmas vaska masāžas. Viņa ir iekārtojusies divos jaunos darbos. Viņa ir apguvusi Reiki. Klients ir mainījis savu attieksmi pret sevi, pret savām meitām, māti un uzlabojis attiecības ar visiem.

Viņas pārmaiņas mani tik ļoti iedvesmoja, ka domāju pamēģināt zīmēt ar nākamo ļoti skeptisko klientu. Viņam ir jauns business un regulāri kavējās maksa par pakalpojumiem. Situācija jau bija tik kritiska, ka būtu sākušās ļoti lielas problēmas ar juridiskām iestādēm. Mans klients neticēja, ka zīmējums varētu to mainīt, bet piekrita. Es ar viņu zīmēju Neurokoku, kas savienoja viņu ar viņa dzimtu un arī ierobežojumu noņemšanas algoritmu. Viņš situāciju aprakstīja tā, ka sadarbības partneri negrib viņam maksāt, ka viņu nenovērtē. Rezultātā, jau nākamajā dienā, nauda tika ieskaitīta. Tas pārsteidza mūs abus un kopš tās reizes, ja rodas kāda problēma vai nopietns šķērslis, šis klients zīmē un viss atrisinās. Viņš zīmēja pirms ļoti liela nozīmīga projekta un ieguva to. Atsevišķi uzlabojumi klientam ir veselības jomā. Viņam pazudusi hroniski mieža graudi un viņš vispār vairs neslimo. Samazinājies miega daudzums un palielinājies spēks un ražīgums darbā.

Kad biju lieciniece šādām pārmaiņām, nolēmu pazīmēt ar savu dēlu. Viņš negribīgi piekrita. Zīmēja par savu Tik Tok kontu, kurš bija tikko izveidots un kam bija ļoti maz sekotāju. Kopš zīmējuma, viņa video nāca klāt jauni sekotāji un novērtētāji. Dēls atzina, ka viņam daudz labāk sanāk rediģēt video. Viņš rediģēja tikai telefonā, bet pēc zīmējuma apguva datorprogrammu un sāka rediģēt daudz profesionālāk. Viņam ar katru dienu nāca klāt jauni sekotāji. Vienu video "ielaikoja" 300 cilvēku dienā. Viņš bija sajūsmā, bet joprojām apšaubīja, ka tas ir neurografikas rezultāts. Piedāvāju vēl pazīmēt. Viņš bija pieteicies jaunā skolā un jau tuvojās 1. septembris un ziņu nebija. Vairs nebija cerību. Tad pēkšņi mums zvanīja un piedāvāja vietu maksas klasē, kur ir pilnīgi citādāka mācību programma. Viņš divas dienas pirms skolas sākuma pārgāja uz jaunu skolu. Tur izrādījās daudz jaukāka klase un viņš ieguva sev labus jaunus draugus.

Kad ieguvu speciālista sertifikātu, Valentīna jau bija mani iekārdinājusi ar Instruktoru diplomu. Es redzēju savā dzīvē un manu klientu dzīvē, ka metode ir fantastiska. Bija tikai viena problēma – finanses. Mans partneris mani iedvesmoja pieteikties kredītam. Zīmēju ierobežojumu noņemšanas algoritmu. Tad mana banka man atteica un es nospriedu, ka nekas nesanāks. Instruktoru kurss jau bija sācies vairāk nekā mēnesi iepriekš. Man nezinot, mans partneris bija pieteicis kredītu citā aizņēmumu organizācijā. Un pilnīgi negaidot, uz manu telefonu atnāca īsziņa, ka man piešķirta vajadzīgā summa. Es biju svētlaimīga.

Es ar visu spēku un sirdi metos iekšā instruktoru kursā. Es negausīgi smēlu jauno informāciju no autora un zīmēju katru dienu. Tas bija traks transformācijas laiks. Bija dienas, kad zīmēju pat trīs zīmējumus. Tā kā pēdējā gada laikā bija uzlabojumi veselībā, bet citas jomas bija cietušas, tad tagad gribēju labot un mainīt visu un uzreiz. Tas izraisīja lielu pārslodzi man psihei un ķermenim. Zīmēju par visu un bieži. Atskatoties, tā bija nepareiza pieeja. Vajadzēja zīmēt par vienu jomu un tad pievērsties citai. Radās haoss, ko es novēroju visās dzīves jomās. Taču laba ziņa bija tā, ka man atgriezās mana enerģija un pazuda lielākā daļa veselības problēmu. No veselības sfēras vēl mocīja muguras sāpes. Zīmēju neiroportretu, izmantojot U-sin un čakru zināšanas. Nākamajā dienā, pastaigā ar suņiem, mani parāva suns un es kritu un sasitu galvu. Tā mani apturēja uz nedēļu un man bija laiks pārdomāt dzīvi. Es pamanīju, ka tiklīdz man ir enerģija, es atkal skrienu un risinu citu cilvēku problēmas un ļauju citiem sevi izmantot. Kritiens bija pietiekami labs brīdinājums. Kopš tās dienas, cenšos apdomāties pirms solu kaut ko darīt priekš citiem. Es sapratu, ka arī mana mašīna lūza tad, kad es skrēju risināt citu cilvēku problēmas. Man bija ļoti grūti atteikties ģimenei. Jutu lielu vainas sajūtu. Taču pēc neirokontakta zīmējumiem, es redzu, ka mūsu starpā bija neveselīgas attiecības, ka īpaši slikti ietekmēja mani. Ar katru dienu mācos pieņemt, ka mana dzīve un mans laiks ir svarīgi un neviens cits nav svarīgāks par mani. Es atsakos būt par glābēju. Kopš šīm pārmaiņām, es redzu un dzirdu apkārt gadījumus, kur labiem cilvēkiem visu laiku atgadās kas nelāgs. Tas man tikai atgādina, ka sevi upurēt nav vērts.

To, ka dzīve ir pārāk īsa, es piedzīvoju saskaroties ar nāvi. Īsi pirms es atklāju neirografiku, nomira man mīļais audzētāvs. Instruktoru kursa laikā, es apciemojot savu krusttēvu, konstatēju, ka viņš tikko nomiris un man nācās par to pārliecināt blakus esošo krustmāti, kas nespēja tam noticēt. Es kārtāju visas formalitātes. Tagad es apbrīnoju, kā es ar visu tiku galā, lai gan bija daudz sarežģījumu un spriedzes. Vēl viena nāve, kas mani dziļi satricināja, bija, ka pastaigā mans suns bija saindējies. Vedām uz klīniku un vetārstam uz rokām, sunītim apstājās sirds. Brīnumainā kārtā viņu atdzīvināja. Pirmajā tikšanās reizē klīnikā, suns mūs nepazina, nekustējās un nekādi nereaģēja. Bija bēdīgas prognozes. Visa ģimene raudājām, pārdzīvojām un lūdzāmies. Es un mans partneris zīmējām par Leksītes veselību. Cerību mums nebija, jo vetārsts teica, ka maz ticams, ka viņa izdzīvos. Pēc trīs dienām, mēs Leksiju vedām mājās – nogurušu, bet dzīvespriecīgu un laimīgu. Tas ir mūsu brīnumsun.

Pateicoties saskarsmei ar nāvi, es vēl vairāk novērtēju dzīvi. Es vienmēr vairāk esmu bijusi garīgs cilvēks un materiālās lietas mani maz interesēja. Es tiecos pēc zināšanām un pieredzes nevis pēc

statusa vai uzkrājumiem. Tomēr ejot savu transformācijas ceļu, esmu nolēmusi, iegūt vairāk materiālo pieredzi, jo arī tā ir tikai pieredze. Šeit arī pateicos neirokolor zināšanām, kas mani iedvesmoja saharmonizēt visus dzīves elementus. Esmu atsākusi dārza darbus un pirmo reizi daru to pēc permakultūras metodes. Tā ir jauna un aizraujoša pieredze, redzēt, ka dārzs atkal zel un plaukst.

Tāpat esmu nolēmusi mainīt dzīves vietu. Kad man trūka enerģijas, vairs negribēju neko. Tagad esmu gatava pārmaiņām. Savā dzīvē esmu pārvākusies vismaz 50 reizes un dažādās valstīs, tāpēc esmu gatava atkal sākt jaunu piedzīvojumu. Esmu iemācījusies cept ierauga maizi un citus izstrādājumus un man lieliski izdodas. Paralēli es apgūstu spāņu valodu un vēl turpinu padziļināti apgūt neirografiku. Iemācījos braukt ar mehānisko pārnesumu kārbu, ko biju gribējusi 20 gadus. Gada laikā man ir atnākušas vairākas lielas dāvanas un es esmu par tām ļoti pateicīga. Es esmu zīmējusi par finanšu uzlabošanu ar dažādiem algoritmiem, it īpaši ar ierobežojumu noņemšanu un sketčingu un jūtu, ka gan finanses, gan materiālās lietas uztveru savādāk. Es priecājos, ka man tās ir, bet es nepieķeros nekam. Es sapņoju, modelēju, bet beigās droši velku lauka līnijas un atlaižu visu, lai notiek augstākais labais. Un notiek!

Ko man devis neirografikas instruktora kurss?

Es esmu bezgalīgi pateicīga neirografikai un visiem skolotājiem, kas man iedevuši tik universālu metodi, ko varu izmantot jebkurā brīdī, lai palīdzētu sev un piepildītu savus sapņus. Man vienmēr bijis grūti atvērties svešiem cilvēkiem, jo esmu piedzīvojusi smagas traumas jau no agras bērnības, un tāpēc šķita, ka ar to būs jādzīvo visu mūžu. Es tagad saprotu, ka man bija posms, kad mana nervu sistēma un ķermenis vairs nespēja nest milzīgo smago bagāžu un tad manā dzīvē ienāca neirografika. Tagad es zinu, ka grūtā brīdī man ir balta lapa, marķieris un zīmuļi, viss, kas vajadzīgs, lai sev palīdzētu tikt galā.

Es atceros, ka paziņojot tuviniekiem par neirografiku, bija smīni, bija kritika un noteikti nebija atbalsta. Es redzu, ka esmu izgājusi Dž.Kembela varoņa ceļu, kur nāve tika sastapta burtiski un teorētiski. Šobrīd es stāvu kalna galā, kurā ilgi un grūti kāpu un ļaujos burvīgajam skatam. Es izbaudu sava darba augļus un ļauju zināšanām nosēsties manī dziļi un saintegrēties kopā ar manu pārējo dzīves pieredzi. Es vairs nekur nesteidzos. Man vairs nav vēlmes nevienam neko pierādīt. Kā teiktu P.Piskarevs: "Liels koks aug lēnām!" Es izvēlos augt par lielu koku un spert mazus soļus, lai dotu šim kokam visu, kas tam vajadzīgs. Es esmu pārliecināta, ka tad šis koks nesīs daudz augļus. Ja agrāk es steidzos kopt un audzēt citus kokus, tad tagad es saprotu, ka viņi paši tiks galā. Ar katru no mums "Viss ir OK". Mūsos jau ir viss, kas mums vajadzīgs, lai mēs dzīvotu vislabāko dzīvi.

Man bija nedaudz skumīgi, kad beidzās kurss, bet ir sajūta, ka esmu daļa no lielas neirografiku ģimenes, kas ar katru dienu aug. Tā ir labestīga ģimene, kas strādā ar sevi un tā maina savu un apkārtējo pasauli. Es lepojos, ka esmu daļa no šīs kopienas.

Kā es plānoju izmantot neurografiku nākotnē?

Pagaidām vēlos paņemt pauzīti un saprast vai gribu to izmantot profesionāli vai tikai sev un saviem tuviniekiem. Ir daudz instruktoru un kouču un cilvēkiem pietiek, pie kā vērsties. Manī arī vairs nav sākotnējās vēlmes visiem palīdzēt. Es redzu, ka viss notiek uz labu. Katram ir savs ceļš un savas mācības. Dažkārt pats labākais ir ļaut, lai cilvēks tās iziet savā tempā un pēc sava apziņas līmeņa. Man ir patiess prieks, ka mans partneris ir iemīlējis neurografiku un labprāt zīmē pats, ja ir kāda problēma. Vēl gribētu, lai mani bērni sajūt, cik jaudīgi viņi var ietekmēt savu dzīvi ar neurografikas palīdzību, bet to ielieku augstāko spēku rokās, jo tiņiem ir jāiziet savu pieredzi. Pat, ja es metodi izmantotu tikai sev, tas būtu mans vērtīgākais transformācijas un nākotnes modelēšanas instruments, kas pieejams vienmēr. Man līdzī somiņā vienmēr ir mazs balsts bločiņš, marķieris un zīmuliši – mans transformācijas komplektiņš uz mūžu un mana bezgalīgā iespēja veidot tādu dzīvi, kā vēlos. Es vēlreiz pateicos P.Piskarevam un visiem metodes skolotājiem, ka devāt manu savu atbalstu šajā burvīgajā ceļā.

Tēma: Sievišķība



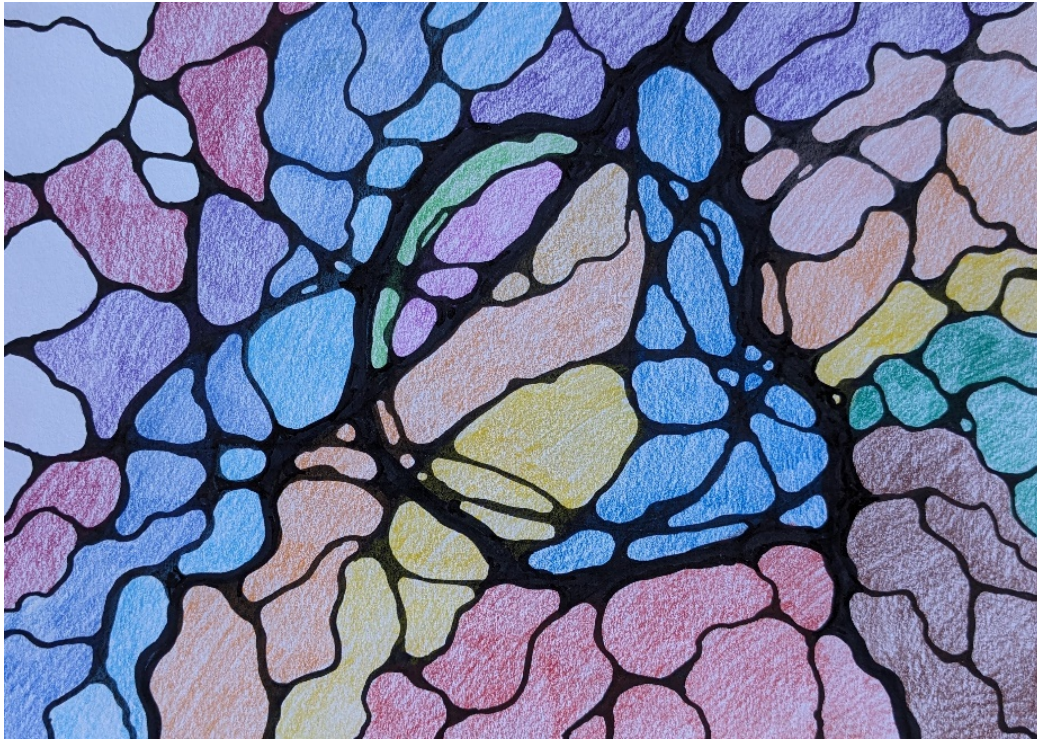
Tēma: Izpaušme



Tēma: Finances



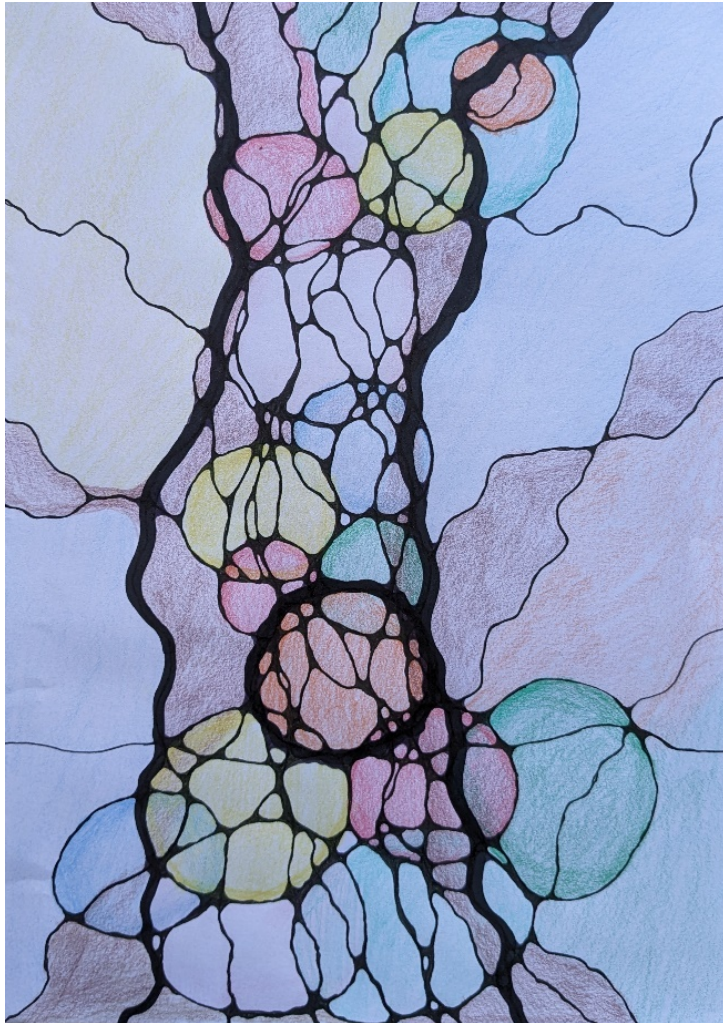
Tēma: Veselība



Tēma: Leksijas veselība



Tēma: Ģimene



Мой путь инструктора нейрографики

Мой путь инструктора по нейрографике начался с чистого листа, маркера и карандашей. В нейрографику я пришла, когда у меня возникли серьезные проблемы со здоровьем, вызвавшие кризис во всех сферах моей жизни. Я уже потеряла надежду, что моя жизнь станет лучше. Однако, к моему большому удивлению, нейрографика появилась в нужный момент и помогла мне улучшить здоровье и медленно привести в порядок все остальные сферы. Я испытала большие изменения в своей жизни, а также в жизни моих клиентов и сейчас на жизнь смотрю по-другому.

Я бесконечно благодарна П.Пискареву и всем учителям нейрографики за этот чудесный метод трансформации и моделирования будущего. Теперь я уверена, что смогу внести изменения в любой ситуации, используя чистый лист, маркер и карандаши и поэтому этот комплект у меня в сумке всегда.