



2023 год

Автор:

Frolova Olga

Супервизор:

Аввакумова Светлана

Тема:

Мой путь героя

Оглавление

Frolova Olga.....	2
Мой путь героя.....	2
Часть 1. Вызов	2
Часть 2. Намерение. Первые шаги.....	2
Часть 3. Порог. Поступление на курс.....	2
Часть 4. Поддержка. Течение курса.....	3
Часть 5. Сопротивление.....	3
Часть 6. Умирание. Подведение итогов	4
Часть 7. Подарок силы. Мой первый опыт.....	4
Часть 8. Испытания. Мой личный итог	6
P.S. Возвращение	7
Часть 10. Мастерство	9
Работы.....	11

Часть 1. Вызов

Как я познакомилась с нейрографикой? Вполне банально и в то же время необычно. Это было в 2019 году, я находилась в терапии, и психотерапевт предложила порисовать в контексте отработки кейса. Ни названия техники, ни четкого введения в тему не было, позже я узнала и название, и основателя. А тогда это было для меня какой-то сказкой (оглядываясь назад, я понимаю, насколько вразрез с принципами Чистой школы она шла, не имея на тот момент права применять нейрографику, но я осталась ей благодарна), знакомство состоялось, и я была очарована. Позже я ушла из терапии, но нейрографика осталась со мной на годы. Мир бросил мне вызов, и я его приняла.

Часть 2. Намерение. Первые шаги

После терапии я начала искать информацию об основателях, смотрела уроки в интернете, и было ощущение, что чего-то не хватает. Какой-то базы. Знания были разрозненные, все инструкторы давали информацию под разными углами. И я на какое-то время уходила, переставала рисовать, но всегда возвращалась назад. Как в притче о блудном сыне. И нейрографика меня принимала. Более основательное знакомство состоялось на конференции, кажется, 2019 года (или 2020, не помню точно год) и тема была «Инструктор нейрографики». Это было волшебство. Я увидела огромное количество потрясающих, влюбленных в нейрографику людей. Я посмотрела иначе на линию, теорию цвета (первый раз спикером был Антон Пискарев, и он давал технику рисования в монохrome, я была потрясена на тот момент – насколько глубокие могут получиться работы), на сопряжение (технику НейроБогиня давала прекрасная девушка, забыла ее имя – она на тот момент готовила выставку нейроработ в Непале). Именно тогда я загорелась мечтой об инструкторе. Мечте было суждено сбыться через 3 года...

Часть 3. Порог. Поступление на курс

В конце 2022 года я поделилась с мамой, что всё-таки хочу на курс. Без задней мысли. Она предложила оплатить. Сразу, без рассрочек. Это был для меня трансформационный момент. Я поступила на курс в октябре 2022. Тот момент – от поступления на курс до начала курса – был для меня в знамении сопротивления. Мое сознание бунтовало. Постоянно возникали вопросы – зачем тебе это? Тебе что, без курса плохо жилось? И тому подобное. В январе 2023 записалась на дневник Эстетического коучинга, который прошла в

апреле. Просмотр материалов для самостоятельного изучения откладывала минимум полгода. И даже после начала курса были мысли бросить. После такого сильного трансформационного момента я знаю, что мне именно нужно идти в сопротивление, нужно пройти туда, где трудно. И только за одно это я могла бы уже быть благодарна курсу. Благодаря этому опыту у меня возросло уважение к себе, я поняла, что я могу идти туда, где трудно, это не страшно, и, наконец, я теперь знаю, что я могу это преодолеть. Как я это делала? Сложно сказать. Просто делала. Просто говорила себе: «Делай и не морочь голову. Пришла на курс, это осознанное решение, не веди себя как ребенок»... Много рисовала АСО, старалась преодолеть трудности новых шагов.

Часть 4. Поддержка. Течение курса

Сам курс шел хорошо. Да, было сопротивление в виде самосаботажа и нежелания присутствовать на прямых эфирах – всегда находились какие-то важные дела. В какой-то момент «проснулся» взрослый, посмотрел на моего внутреннего подростка с его хаосом, неорганизованностью, эмоциональностью, просто пнул его в угол и сказал: «Я тут главный, я буду рулить». И начала работать, сдавать вовремя работы на супервизии, и все рефераты тоже были сданы в первом потоке. Летом я позволила себе вместо «положенных» 2 недель каникул минимум 6. Без единого рисунка, без угрызений совести. Мне это было нужно, я копила силы для осеннего старта.

Часть 5. Сопротивление.

Я пришла к финальной части с долгом по части супервизий и начала с того, что «догоняла» те обязательные части, которые были в требованиях. Огромное сопротивление у меня вызывал курс Нейрорескью. Подача материала абсолютно не ложилась в мою систему восприятия, хотя материал, несомненно, безумно важный. Но я прошла и через это и получила сертификат. У участников курса началась паника по поводу дипломов, а я понимала, что я ДОЛЖНА успеть. Иначе зачем всё это? И в моём мозгу не было ни одной извилины, которая бы отвечала за то, чтобы отложить сдачу диплома. Я понимала, что работы много, но это вопрос дисциплины и самоорганизации. Я обязана успеть. На этом у меня базировались всё. Очень мне помогло не заглядывать в будущее. Оглядываясь назад только сейчас понимаю, какой колоссальный объём работ был проделан. Тогда я просто старалась решать актуальные задачи. Сами работы по программе курса, НейроРескью, Дневник развития, Чистая школа, сессии с клиентами... Я просто ставила себе маленькие задачи и решала их.

Часть 6. Умирание. Подведение итогов

Мой курс Инструктора нейрографики 2023 – «Восьмой бессмертный», как его назвал Павел Михайлович, стал для меня не просто трансформационным. Он меня разрушил до основания и создал заново.

Сначала начала разрушаться моя гордыня, когда я проходила супервизии и получала обратную связь по моим работам. И эта связь не всегда была приятная. Моё эго билось и извивалось в конвульсиях. Но я сказала себе, что я должна это пройти и что ничего страшного нет. Я для этого сюда пришла, чтобы получить обратную связь.

Далее разрушилось мое представление о том, что важно для меня. На тот момент у меня в работе было несколько проектов, и все отвалились. Я нарисовала по паре рисунков на каждый, поняла, что не моё, и отпустила. Не жалею до сих пор.

На курсе меня ждало огромное количество открытий и новых знаний, многие из которых я продолжила исследовать глубже. Каждый модуль меня погружал всё глубже и глубже, я раскрывалась по-новому для себя. Сейчас смотрю назад и не верю – неужели я ВСЁ это прошла? Я научилась жить текущим моментом и не думать о будущем до разумных пределов. Всё-таки писать диплом нужно заранее 😊.

Часть 7. Подарок силы. Мой первый опыт

Особо хочется выделить одно событие, напрямую связанное с нейрографикой. На данный момент я живу и работаю в Словакии. Здесь о нейрографике знают единицы. Возможно, в том числе это меня толкнуло пойти учиться на инструктора – осознание того факта, что конкуренции если не будет совсем, то она будет минимальна.

В июне 2023 года, накануне каникул, листая ленту фейсбук я наткнулась на пост о том, что в таком-то городе организуется фестиваль и если кто-то может предложить людям что-то новое, мол, милости просим. «О, туда нам надо», – прохрипела я себе голосом героя мультфильма «Алеша Попович и Тугарин змей» и написала организатору. Не особо вдаваясь в подробности, что я и кто я, просто написала, что хотела бы поучаствовать. На что получила ответ, что необходимое количество участников уже набрано и, может быть, в следующий раз. «Ну что – в следующий раз так в следующий раз», – сказала я себе и сама взяла телефон в руки и давай надиктовывать голосовое. Тут, что называется, Остапа понесло. Я им все сказала. И что такое

нейрографика, и какое это чудо чудесное, и как она меняет жизни людей. Я не помню, что я несла, но получила в ответ: «Знаете, это интересно. Давайте рискнем – приезжайте». Я танцевала, прыгала и плясала, думая, что стоит мне один раз «засветиться», как у меня пойдет дело, а как же иначе – ведь это же Я ☺. Долго длится подготовка, мы переписываемся с организатором, я пишу, что мне нужен флипчарт, что людям нужно где-то сидеть, мы обговариваем, что и как будет, и в конце выясняется, что участие если не бесплатное (для спикеров), то вообще за непонятную сумму. И на это я согласилась. Мне было важно засветить нейрографику. Мне это событие казалось воротами в рай. И вот настал день X...

Ночью меня муж и сын везут на поезд, я еду ночным поездом, приезжаю ранним утром, волокусь на автобусную станцию с чемоданом, наполненным доверху всякими штуками для рисования – листы, карандаши, фломастеры, маркеры. Приезжаю в назначенное место, а там – тишина. Никого. Ну думаю всё, приплыли. Наконец, появляется полусонная дама, зевая, заявляет, что она медитировала (поэтому я простояла час в лесу, наверное – она не могла прерывать процесс). Я была на подъеме, и все-таки мне было не по себе. Думаю, если тут все соберутся такие, что я тут буду делать? Постепенно начал стекаться народ. Я узнала только там, когда я буду выступать. По моему ощущению, спикеров было больше участников. Все – медитирующие профессионально. Настолько профессионально, что организация духовного пространства была на уровне, а вот физическое подкачало. Когда настал черед подготавливать место для нейрографики, выяснилось, что сидеть людям негде, что столов мало, а флипчарта вообще нет. Ладно, говорю себе, вдох-выдох, мы справимся. В итоге кое-как приспособили мольберт и корковую доску, на которую прикрепили листы А2. Когда собрались люди, и я после небольшой теории перешла к практике, я поняла, что сделать законченную работу невозможно. Весь мольберт вместе с доской гулял и шатался из стороны в сторону. Люди сидели кто где. Кто на полу, кто на корточках. Рисование не клеилось... Но! Я была счастлива. Я была в своей стихии, я говорила о том, что мне близко и понятно, из потока, не имея перед собой бумажки с текстом. Я говорила без умолку 2,5 часа, помогала людям преодолеть сопротивление, показывала, подсказывала. И всё это на чужом языке. Я чувствовала колоссальный приток энергии, какого со мной не случалось никогда (я имею опыт ведения лекций). Я просто летала. Энергетика зашкаливала.

Потом, анализируя, я нащупала слабые места и сделала выводы. Но на тот момент мне было важно: первое – понять, могу ли я говорить о нейрографике, буду ли я в потоке или буду «спотыкаться» о слова. Второе –

буду ли я выдерживать энергетику группы, смогу ли я их вести. И третье – самое главное. Получу ли я удовольствие от процесса. И попадание по всем трем пунктам. Я ехала домой в поезде и не могла усидеть на месте. Энергия бушевала во мне еще часа 4. Потом, конечно, я сдулась, как шарик. Но на тот момент я летала.

После рисования ко мне подходили люди и показывали свои работы. И у людей, которые витают в высших сферах, были просто невероятные работы. У многих отсутствовали корни или были очень малы (рисовали Нейродрево, забыла поделиться). Далее были люди, воспитанные в лучших традициях художественных школ, которым стоило большого труда рисовать дерево снизу вверх. Когда я рассказывала, что означает каждая часть древа и что может значить отсутствие этой части на рисунке (я не утверждала, я говорила, что такое возможно), то ко мне подошла дама и спросила, делаю ли я предсказания по рисункам, как по картам Таро. На что я ей ответила, что смысл нефрографии не в том, чтобы сделать расклад или прогноз. Смысл в том, чтобы осмыслить и осознать себя и взять на себя ответственность за результат. Что мы всегда можем применить процессуальный подход и изменить то, что нам кажется неправильным прямо тут, на месте. По-моему, она меня не поняла.

Вот такой показательный опыт у меня был. Опыт, который я хотела прожить, чтобы понять, иду ли я в правильном направлении. Но моя учеба продолжалась. Опыт выступления остался позади, а впереди меня ждало еще очень много открытий.

Часть 8. Испытания. Мой личный итог

Меня постепенно поражали все модули один за другим. Сильно с трудом мне далась мандала, например. Мандалу рода я вообще рисовала месяца два – было сильное сопротивление, начну и отложу. Сама не понимала, почему. Красивые работы, мандала героя мне далась легко, например. Нейроколор – это было для меня открытие из открытий, я до сих пор исследую пять элементов, ищу литературу, людей, знания. Нейроконтакт поразил в самое сердце. Я отрисовала огромное количество работ, и каждый раз отношения с объектами и субъектами менялись в лучшую сторону.

Я до сих пор не могу поверить, что такой невероятный объём знаний может уместиться в одном человеке. Павел Пискарев – это для меня фантастический человек, пример, человек на которого я хочу равняться. Низкий ему поклон до земли за то, кто он и чем он делится с нами. Ведь цена курса, какова бы она ни была, всегда будет намного ниже его ценности.

Что изменилось в моей жизни? Всё. Благодаря нейрографике я не бросила мужа. Я НАУЧИЛАСЬ его любить и уважать. А вот нелюбимую работу бросила и даже не пыталась её полюбить. К себе стала более внимательна, а вот чужим – отдавая должное уважение – перестала уделять время, ценя его. Я научилась слушать и слышать себя и, это самое ценное, что я могла постичь. Часто спрашиваю себя, что было бы, если бы в моей жизни не было нейрографики? Как бы я жила без этой красоты? Как в черно-белом кино. Вроде объекты те же, действие то же, а впечатление не то. «Впечатление первично», – как заявляет наш гуру нейрографики, многоуважаемый Павел Михайлович Пискарёв, и я не осмеливаюсь спорить даже внутри себя. Да, впечатление – это всё, слепок сознания, однажды запечатлев что-то внутри себя, сложно это переписать.

P.S. Возвращение

Жила-была одна линия. Обычная линия, прямая. Могла она и зигзагом сложиться, и даже квадратом. Очень эта линия была довольна собой – куда ни глянет, куда ни кинет взор – всё вокруг ей подчиняется. Всё люди ею меряли – склады ровные-ровные, дома строят, мосты, башни высокие, небоскребы – в общем, без нее никуда. Очень она нужна была людям.

Однажды эта линия пошла в лес гулять. Ходит она по прямым дорожкам, собой гордится (голова же не может вниз склониться), а в лес не сворачивает – там нет ей места, затеряться боится. И вдруг видит она в лесу другую линию, но совсем на нее не похожую – изогнутая, непонятная. Стала она всматриваться, а эта странная линия по лесу и скачет, и резвится, и вокруг деревьев извивается.

Закричала наша прямая линия:

- Эй! Ты кто?
- Я? – отвечает вторая линия, – я нейролиния. А ты?
- Нейролиния? Что за чушь? Я – линия. Я – прямая, всё в мире на меня похоже, всё мне подчиняется. А вот что ты такое?
- Как это всё на тебя похоже? – рассмеялась нейролиния. – Вот я в лесу была и не встретила ничего подобного, что на тебя похоже. Странная ты такая, прямая, голова у тебя не наклоняется.
- Что? – вскричала прямая линия, – это я – странная? Да ты знаешь, сколько в мире домов, заводов, складов и прочего построено, глядя на меня? А ты знаешь, сколько всего МНОИ меряют??? И это я – странная? Это ты – странная, вся изогнутая, вся такая вертлявая, зачем ты такая нужна?

В это время идут по лесу треугольник, круг и квадрат. И всё они ругаются, всё общий язык найти не могут. Треугольник утверждал, что вокруг одни конфликты и мир злой, нестабильный, но что конфликты нужны и люди их сами ищут. А круг утверждал, что вокруг гармония, что мир так прекрасен, и птички поют, и лесок шумит. Квадрат шел позади и бубнил себе под нос: «Стабильность. В мире нет стабильности. А как же без стабильности? Никак...». И у каждого целый ворох доказательств. Нейролиния говорит прямой линии:

- А ты знаешь, что я – волшебная?
- В моем мире нет места таким глупостям, – фыркнула прямая линия.
- Вот смотри, я их сейчас помирю.

Нейролиния стала вдруг удлиняться, обвилась вокруг треугольника, потом перешла на круг, перескочила на квадрат, и они встали рядом, и треугольник сказал:

- Знаешь, мир не так уж и плох. А круг отвечает:
- Да, но что было бы, если бы вокруг царила одна гармония? Сонное царство! Квадрат подошел к ним сзади, обнял их и сказал:
- Ребята, пойдемте что-нибудь учудим. Так скучно что-то стало. И пошли они дальше, взявшись за руки и весело хохоча.
- Вот видишь? – спросила нейролиния.
- Это ничего не меняет, – фыркнула прямая линия. – Они бы и так помирились. Поговорили бы, поспорили и помирились бы.
- А почему ты не идешь в лес? – вдруг спросила нейролиния.
- А что там делать? – сказала прямая линия.
- А ты хочешь в лес?
- Я там никогда не была, не знаю я, что там. Там же страшно, деревья такие страшные, большие. Мне проще тут, на дорожке, она прямая, понятная.
- А хочешь в лес?
- Да что ты прицепилась со своим лесом???
- Хочу понять, чего ты хочешь, – отвечает нейролиния.
- Да хочу я в лес, хочу, поняла?! Только не могу туда идти, дороги не знаю, заблужусь. Ну что, довольна? – вскричала прямая в негодовании.
- Очень довольна, – подмигнула нейролиния.

И нейролиния стала вытягиваться, обвиваться вокруг прямой линии, много раз вперед и назад, пока прямая не стала похожа на нее.

- И что ты сделала??? – вскричала некогда прямая линия. – Как теперь люди будут строить дома, мосты, дороги???
- Ты всегда снова можешь выпрямиться, а пока – пошли в лес.

И они гуляли по лесу, лазали по деревьям, подглядывали за муравьями-трудягами, смотрели на солнце сквозь колышущуюся листву, просто лежали на траве. Наконец, устали.

Нейролиния, которая была прямая, вдруг сказала:

- Спасибо тебе.

Нейролиния-волшебница рассмеялась, и стало так хорошо-хорошо...

Эта сказка была написана из состояния потока за 10 мин. Были внесены небольшие правки, но именно тогда я отчетливо осознала, что такое поток и вдохновение. Когда я бросила пылесос, бросила уборку, побежала к компьютеру и быстро, чтобы не забыть и ничего не упустить, принялась записывать. Текст путался, буквы сбивались, но я ничего не потеряла. После этого я осознала, что же на самом деле со мной произошло. Курс инструктора – это не просто алгоритмы, встречи, рисунки и домашние задания. Это семья, с которой не хочется расставаться. Это теплое пространство, где каждый найдет свое. Это простроенная структура, где каждый знает свое место. Я стала частью общего эгрегора, который объединяет миллионы людей по всему миру. Нейролиния уже проникла в их сердца.

Часть 10. Мастерство

Я начала рисовать. Не просто рисовать, а творить. Творить мою жизнь, формировать окружение, события. Я не верила, что успею написать диплом – времени было катастрофически мало. Но Кайрос был на моей стороне. Невероятным образом время сильно растянулось. Я проделала колоссальную работу за крайне малый срок. И это при том, что в какой-то момент мне пришлось начать всё заново по причине вышедшего из строя цифрового носителя, на котором хранилась презентация. Но у меня не было даже тени сомнения. Я не просто «должна», это даже не обсуждается, сказала себе я. Научилась держать голову поднятой. Научилась начинать сначала. Научилась учиться. Слушать. Слышать. Мне кажется, что на этом курсе я научилась жить. Сама концепция жизни повернулась по-новому. Я научилась наслаждаться и довольствоваться малым. Моя гордыня иногда уступает место благодарности, и это уже прогресс. Наконец, я смогла осознать, понять, принять, что я научилась быть счастливой. И я не представляю теперь моей

жизни без этих знаний. Я окружена предметами, напоминающими об этом опыте – исписанные листы, высохшие маркеры, которые я заботливо не выбрасываю, чтобы дать им шанс на их «лебединую песню» – для выбросов, новые маркеры и карандаши. Я не могу пройти спокойно мимо канцтоваров. Я ищу новые инструменты, материалы. Я бы назвала это нейрографикой головного мозга. Сродни лоботомии, только без скальпеля. И становишься не овощем, а вполне себе счастливым и причесанным членом общества.

Еще на курсе я обрела новых знакомых, мы создали чат для общения и приросли друг к другу сердцами. Это все прекрасные люди, с открытыми душами. Я познала силу взаимовыручки, помощи и дружбы. Не зная друг друга физически, мы так «прикипели» друг к другу, что уже не оторвешь.

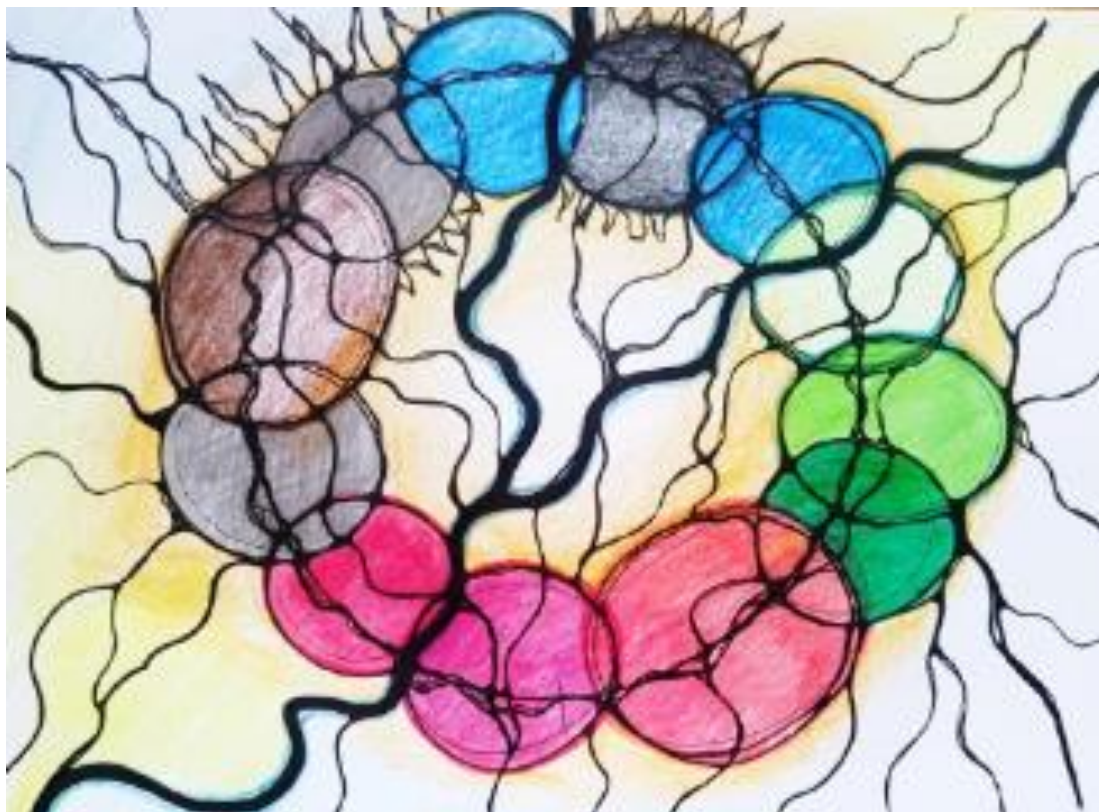
У меня всё только начинается. Меня еще ждет история силы, мой путь вне стен института, мой личный путь героя. Меня еще ждет возвращение к обыденной реальности, чтобы не терять связи с родными. Но это всё в будущем. А пока я смогла переступить барьер страха, бессилия и непонимания. У меня есть инструменты в руках. И я теперь знаю, о чем говорить с миром. Нейрографика помогла мне. И я это не забуду. Навсегда благодарю.

С любовью, Ольга.

[Ссылка на дипломную работу Frolova Olga в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мой проект в разрезе 1 года.



Тема: Моя школа Нейрографики

