



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Olkhovskaya Anastasia

Супервизор:

Броницкая Анастасия

Тема:

Рождение Новой звезды

Оглавление

Olkhovskaya Anastasia	2
Рождение Новой звезды	2
Часть 1. Личный путь трансформаций.....	2
Часть 2. Успешные кейсы клиентов	6
Заключение	8
Работы.....	11

«Секрет перемен заключается в том, чтобы сосредоточить всю свою энергию не на борьбе со старым, а на строительстве нового» – Сократ

Часть 1. Личный путь трансформаций

Вот и пролетел почти год. Он был удивительным: одновременно сложным и полным ярких красок, событий, знакомств и трансформаций. Этот год – год моего обучения на 8-ом потоке Инструкторского курса Института психологии творчества Павла Пискарёва. За это время родилась новая звезда. И эта звезда – я.

Мое знакомство с Нейрографикой произошло в ноябре 2022 года, когда один известный блогер упомянул Анастасию А. и что рисует с ней на исполнение желаний. Я с самого детства люблю рисовать и почти 10 лет увлекаюсь энергетическими и психологическими практиками, саморазвитием, и, конечно, внутри что-то сразу откликнулось на эти необычного вида рисунки и возможность нарисовать свое будущее. Я нарисовала несколько бесплатных работ с помощью канала и вебинаров Анастасии, толком ничего не понимая. Но точно почувствовала, что во мне проснулся интерес, подобный тому, что был 5 лет назад, когда я бросила стабильную работу ради становления фрилансером в сфере красоты. Я стала искать первоисточник метода и, прослушав несколько открытых лекций Павла Михайловича, оплатила курс «Пользователь + Специалист». И с 25 декабря 2022 года началось мое погружение в удивительный мир Нейрографики, полный сопротивлений, открытий и изменений, к которым я не всегда была готова.

Но перед тем, как рассказать об изменениях 2023 года, хочу поделиться своей предысторией и тем, что привело лично меня в нейрографику. Мне 32 года, родилась я в г. Лейпциг, Германия, в военном городке, откуда мы вернулись на родину, в г. Екатеринбург, РФ, где я прожила до 13 лет. В 2004 году я, мама и отчим переехали всей семьей в г. Дубай, ОАЭ, где я живу до сих пор. Я с детства увлекаюсь рисованием, даже сегодняшняя основная деятельность связана с творчеством – я визажист. Также расписываю вручную кожаные изделия, делая их эксклюзивными. Примерно 10 лет назад я начала знакомиться с духовными практиками: медитации, йога, тетахилинг, звуковые чаши и т.д.

В моей жизни было много непростых моментов, но настоящий переворот с ног на голову произошел в мае 2022 года – не стало моего отца, а вслед за ним ушли мои бабушка и дедушка в сентябре 2022 года. И

моя жизнь сменила вектор. Жизнь с фокусом на карьеру, бесконечная гонка за деньгами и красивой жизнью в самом сердце роскоши, Дубае, меня перестали привлекать. Появилась огромнейшая апатия, нежелание просыпаться по утрам, что-либо делать, плюс необъяснимая и неоправданная агрессия в сторону мамы, с которой мы остались одни и стали жить вместе.

Декабрь 2022. Когда я услышала о нейрографике, в жизни как будто появилась малюсенькая искра надежды. И я начала рисовать, бесконечно снимая с себя ограничения и санкции. И с каждым рисунком курса «Пользователь» становилось чуть легче дышать (рис.1).



Рис. 1. Одна из первых работ курса «Пользователь»

Январь 2023. Курс «Специалист». Я решила «успокоить» своего внутреннего скептика и порисовать на тему чего-то очень практичного, на чем действительно можно проверить эффективность метода. Я задала себе вопрос: чего я хочу по-другому в новом году? И ответила: больше путешествовать. И я нарисовала себе путешествия. Обычно я летаю куда-то 2-3 раза в год, и из них обязательно как минимум одна поездка – поездка на родину. Мне захотелось по-другому, и я начала мечтать по-крупному. Нарисовала 14 работ (АСО, АСС, алгоритмы курса «Специалист») и отпустила. И в течение месяца после завершения кейса начали твориться невероятные вещи.

Февраль 2023. После ухода отчима я полностью ушла в работу, делая вид, что ничего не происходит и что на мне есть обязательство перед мамой – быть сильной, иначе мы обе погрязнем в горе. В результате, к февралю я дошла до такого состояния, что хотелось сбежать от всех, включая себя саму, и улететь куда-нибудь на необитаемый остров. Я поняла, что мне нужна смена обстановки.

С 2019 года (еще до ковида) я мечтала о поездке на Бали, которая так и не случилась из-за ковида. Во время пандемии я отказалась от вакцины, а в феврале 2023 года на Бали до сих пор не пускали без вакцинации, и с этим было очень строго. Поэтому поездку в Индонезию на тот момент я не рассматривала в принципе. Я думала про Тайланд, смотрела другие варианты, чтобы поездка была не сильно затяжной и укладывалась в мой бюджет.

И тут в моем кейсе на тему путешествий снова возникает Бали. А еще

появляется формулировка «поездка соло» (а я никогда не путешествовала никуда одна!). Для меня это было неожиданно, но раз эта тема проявилась из моего подсознания, я решила продолжить кейс именно с ней. С помощью нейрографики я проработала причину своих страхов путешествовать в одиночку, а в работе TRUE возник необычный ресурс для поездки на Бали – чудо (рис. 2). И ровно после этой работы я купила билет и полетела в незнакомую мне страну, без какого-либо плана, только на ощущении того, что эта поездка будет значимой.

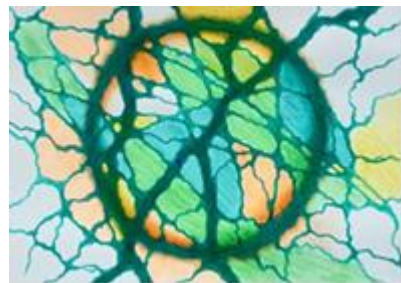


Рис.2. TRUE «Путешествия»

Меня могли бы развернуть обратно на паспортном контроле Индонезии, и я очень нервничала, но услышала от офицера: «Добро пожаловать». И только потом от знакомых я узнала, что ровно за пару дней до моей поездки были отменены правила проверки вакцинации. Мое чудо сработало!

Во время поездки я, конечно же, продолжала рисовать, и так сложилось, что стала развиваться еще одна тема, в этот раз совсем уж для меня непростая. Я вновь наладила общение со своим биологическим отцом, находясь наедине с собой, в чужой стране, медитируя и рисуя НейроДрево любви.

Март 2023. В день моего возвращения из Индонезии произошло еще одно необъяснимое событие: я выиграла поездку в Париж! Я никогда в жизни ничего не выигрывала, а тут именно поездка, и мое имя выпало из 40+ участников. И именно тогда я вспомнила про свой кейс на тему путешествий, который я прорисовала еще в январе. Нейрографика работает! Так, в этом новом окрыленном состоянии, в марте я зашла на Инструкторский курс (рис. 3). Я сама не успела понять, как это все произошло и получилось. И, наверное, если бы я оставила себе время на подумать, я бы вряд ли записалась на курс в следующем году, и моя судьба сложилась бы совсем по-другому.



Апрель 2023. Случилась еще одна поездка. Поездка домой, которая была очень значимой для меня: я встретила со своим биологическим отцом впервые за последние 3 года. И мы даже порисовали нейрографику вместе. Мне было очень приятно осознавать, что впервые за долгие годы мой отец интересуется тем, чем я занимаюсь в жизни.

Май 2023. Ровно год, как не стало моего отчима. И ровно за неделю до годовщины я прилетаю в Санкт-Петербург на свою первую очную встречу с автором метода, Павлом Пискарёвым. Сказать, что это был незабываемый опыт – не сказать ничего. Каждый день проживался как одна маленькая жизнь. В течение всей недели помимо различных практик мы рисовали солнце (рис.4). Солнце было символом развития нашей личной сказки: каждый заходил на интенсив со своим запросом и находил свои ответы. Свой запрос я к концу интенсива забыла, но забрала с собой очень важное осознание: я поняла, насколько я все-таки классная! И поняла я это благодаря полю, в котором находилась целую неделю, полю поддержки и любви, полю единомышленников. А еще мою работу отметил Павел, сказав, что она самая живописная. Было очень приятно, ведь я только недавно начала осознавать, что абсолютно не принимаю в себе самое очевидное – что я художник. А еще, благодаря медитациям общим эгрегором я сделала еще один шаг в сторону проживания своих потерь и вернулась домой окрыленная. Впервые за этот год мне захотелось радоваться жизни, улыбаться и что-то делать.



Лето 2023. Моя поездка в Париж состоялась в июле, а еще я слетала в Израиль на пару дней (и это была совсем незапланированная поездка). Очень стал нравиться элемент спонтанности и неожиданных сюрпризов в жизни! Итого, на счету уже 4 поездки.

Август 2023. Здесь для меня произошла «точка смерти». Половина пути пройдена, силы покидают, мотивация тоже. Я в унынии, отстала по учебе, а моя основная работа пошла под откос. А внутри постоянно мучающий меня вопрос: что я делаю и зачем? И тут я случайным образом попадаю на мероприятие-нетворкинг, встречаюсь с девушкой, которая проводит женские круги, и она предлагает провести совместное мероприятие. Для меня это стало знаком Вселенной: я двигаюсь в верном направлении. Мероприятие в последнюю секунду отменилось, но моя возродившаяся надежда дала мне силы двигаться дальше и заявлять о себе в новом качестве.

Ноябрь 2023. Я наконец-то созрела до проведения собственных очных групповых встреч, и для меня это стало очередным личным достижением. И хоть пока мои группы небольшие, я уже с чего-то начала, я уже заявила о себе как о коуче и нейрографе, как о профессионале нового, незнакомого многим метода. И моя цель: провести в нейрографику людей, кто не говорит

на русском языке, но кто понимает английский. А у меня таких потенциальных клиентов весь город! А потом уже и весь мир. Как говорит маэстро: «Большое дерево растет медленно». А деревья, которые рисовали мои клиенты вместе со мной, дали им практически мгновенные результаты (часть 2 моего эссе).

Ноябрь стал волшебным еще и потому, что случилась еще одна поездка и моя вторая очная встреча с Павлом Михайловичем на интенсиве «Профи нейрографики» в Узбекистане. Маэстро вновь отметил мою работу первой и выделил ее среди остальных (рис. 5). Для меня это стало неожиданностью, а еще помогло переформулировать свой запрос на это мероприятие. Я захотела принять в себе художника, ведь это для меня самое сложное, а значит – там моя точка роста! И все мои звезды были на тему «Я художник». А потом и



сам Павел Михайлович задал мне личную мотивацию, сказав «продолжай творить».



И хотя у меня нет хрустального шара, чтобы видеть будущее, у меня есть маркер в руках и сильнейший инструмент моделирования своей реальности – нейрографика. И я точно знаю, что мой путь трансформаций сейчас, в ноябре 2023 года, только начинается. Новая звезда уже родилась (рис. 6) и поможет не свернуть с намеченного пути!

Часть 2. Успешные кейсы клиентов

Клиент №1. Написанная книга

Мой теплый клиент решила написать книгу, но дальше задумки эта идея не воплощалась, было много сомнений, синдром самозванца не давал перейти от мыслей к действиям. Пришла ко мне с запросом помочь ей сдвинуть тему с места. Проработали запрос кейсом (4 работы в течение месяца). В результате она не только смогла написать рукопись, но и избавилась от сомнений, связанных с забрасыванием мечты стать писателем

в случае, если она не выиграет конкурс в одном из издательств. Сейчас ее рукопись отправлена в несколько издательств, она ждет от них ответа и уже принялась за написание второй книги. Не боится проявляться в новом качестве и даже создала телеграм-канал о своей карьере писателя и своих книгах.



Матрицы Гроффа. Кейс «Моя книга»

Клиент №2. Проявленность

Клиентка изначально зашла ко мне в работу с запросом про увеличение дохода. Но в результате первого обсуждения темы выяснилось, что есть страх проявляться на большее количество людей, а со своей привычной аудиторией достигла «потолка». Во время кейса из 4 работ у клиентки в жизни начали происходить удивительные вещи. В течение часа после первой работы клиенты заранее стали оплачивать ее услуги. После второй работы она улетела на ретрит, где одна из участниц пригласила ее стать спикером конференции на 120 человек. А муж «случайно» ей оплатил эту поездку, не раздумывая. Сейчас к ней почти ежедневно поступают новые предложения и приходят новые клиенты, доход постепенно растет, а страхи проявляться пропали.



Я Ок. Кейс «Проявленность»

Клиент №3. Лишний вес

Клиентка ни разу не рисовала нейрографику и обратилась ко мне с проблемой лишнего веса, набранного во время беременности и после рождения детей. В результате нашей работы она осознала причины своего нежелания заниматься спортом и своим рационом, нашла мотивацию снова влюбиться в себя и свое тело. Начала делать каждое утро зарядку, пить больше воды и исключила из своего рациона бесполезные перекусы (чипсы, сладкое и т.д.).



НейроДрево. Кейс «Лишний вес»

В ноябре я провела очные встречи для малых групп (3-5 человек), где мы общим эгрегором выращивали мотивацию, находили силы и инсайты для движения вперед, для развития в жизни. Каждая из гостей приходила со своей историей, своей точкой А, но в конце сессии все без исключения уходило в состоянии вдохновения, с собственными ответами на вопрос о том, что может мотивировать двигаться вперед, не застревая в негативе настоящего и не переживая о прошлом. Для одной из клиенток это была вера в себя и свою уникальность, о которой она давно забыла, для другой – разрешить себе делать ошибки, а для третьей – намерение идти в терапию с той глубинной травмой, которая открылась ей благодаря нейрографике и блокирует ее рост.

80% моих гостей были не знакомы с нейрографикой, и ровно все без исключения были благодарны совместной работе и общему полю поддержки. Я, в свою очередь, отметила для себя тонкости ведения группы в сравнении с индивидуальными сессиями и открыла для себя понятие общего поля, где я в роли лидера, а не участника. А обратная связь моих гостей замотивировала меня проводить такие встречи на регулярной основе.

Заключение

Мое знакомство с нейрографикой состоялось почти год назад, а мое обучение на курсе «Инструктор» подходит к концу, завершая срок в девять месяцев. И это не случайно выбранное число. 9 месяцев – срок вынашивания. За это время формируется новый человек. Для того, чтобы взглянуть на себя по-новому, я вернулась в самое начало курса, к своему вступительному сочинению, в свою точку отсчета.

Точка А (вступительное сочинение курса «Инструктор», 14 марта 2023 года):

«Сегодня я – вечно сомневающаяся и не вполне уверенная в себе женщина, хотя с первого взгляда по мне и не скажешь. Я далеко не всегда была такой. Копаться в том, почему так сложилось, обвинять кого-то, мне не хочется. А вот вырастить из себя более «качественного» человека – даже очень. Уверенность в себе, легкость, женственность, мудрость, острота ума, притягательность, баланс силы и слабости – такой мне хочется однажды стать (из гусеницы в бабочку)».

Я заходила на курс морально сломленной, в состоянии переживания

огромнейшего горя. И, наверное, если бы не нейрографика, я бы впала в депрессию либо переживала свои горевания гораздо дольше и болезненней. За эти 9 месяцев, конечно, очень многое произошло. Были взлеты и падения, я то летала от счастья, то хотела все бросить, раздражалась и злилась.

Моя Точка Б (ноябрь 2023, завершение курса «Инструктор Нейрографики»):

Получилось ли у меня «вырастить из себя более качественного человека» за время инструкторского курса? Уверена, что да. За этот год очень много всего произошло. Я посетила 6 новых городов, смогла более бережно прожить самые острые моменты своего горевания и переживания потерь в семье, восстановила отношения с отцом, выиграла поездку в Париж, наладила отношения с мамой (она, кстати, тоже рисует со мной нейрографику и в восторге от Нейродрева), стала снимать рекламные кампании с одним очень значимым мировым брендом косметики, изменила свой режим сна, начала заниматься спортом из удовольствия, а не из состояния «надо». А еще я дважды встретила с автором метода и стала частью нового, по-настоящему мощного сообщества профессионалов и любителей нейрографики. Теперь у меня в каждом уголке мира есть новые друзья.

А еще я стала заявлять о себе в новом качестве: я говорю про нейрографику и коучинг в своих соцсетях и при встречах с людьми в режиме реального времени. Я учусь выстраивать собственные личные границы, где мне не нужно за каждый свой шаг или решение спрашивать совета окружающих. Я научилась прислушиваться к себе, чувствовать.

У меня полностью сменился круг общения, и люди, которые приходят не из искренности, а из выгоды, больше вокруг меня просто не задерживаются. А я с легкостью отпускаю, рисуя и выстраивая нужные мне орбиты общения, где каждый важен и все «на одной волне». Я заново прихожу к чувству легкости, радости в мелочах, получению удовольствия от каждого проживаемого момента. Я учусь не застревать в прошлом, смотреть вперед, мечтать по-крупному. И я уверена, что мои мечты всегда исполнятся, если я мечтаю искренне и от сердца.

И, конечно, время от времени я рисовала одиночные работы на тему денег, подарков, получения заветной визы и т.д. И, естественно, деньги или предложения о работе ровно на загаданную сумму приходили если не сразу, то максимум в течение недели. Визы я получала в два раза быстрее обозначенных сроков, а подарки неожиданно радовали в течение 48 часов.

Нужно ли говорить, что к концу курса от моего внутреннего скептика и перфекциониста не осталось и следа.

Когда я искала цитату, которая может стать завершающей для моего эссе, я увидела это изречение величайшего философа Сократа:

«У солнца есть один недостаток: оно не может видеть самого себя». — Сократ. Данная фраза очень резонирует со мной. Все события этого года сигнализировали мне о том, что я себя не вижу такую, какой меня видят окружающие меня люди: мощную, смелую, талантливую, веселую, полную тепла, света и любви ко всем окружающим. И моя новая цель теперь: признать в себе Солнце, разрешить себе увидеть, какая я на самом деле, и освещать теплом и светом весь мир!

[Ссылка на дипломную работу Olkhovskaya Anastasia в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мой доход в мае.



Тема: Мой блог.

