



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Sokolova Evgeniia

Супервизор:

Броницкая Анастасия

Тема:

Познание счастья через метод Нейрографики

Оглавление

Sokolova Evgeniia	2
Познание счастья через метод Нейрографики	2
Когда ученик готов, приходит учитель	2
Погружение на глубину	6
Работы.....	12

Когда ученик готов, приходит учитель

Нейрографика пришла ко мне в нужное время. С этим методом я познакомилась 3 года назад случайным образом, оказавшись на мастер-классе. Отзыв во мне произошёл мгновенно. По возвращении домой я нашла сайт Института психологии творчества, и так началось мое прекрасное путешествие с неподражаемым маэстро Павлом Михайловичем Пискарёвым.

На протяжении первого года я рисовала исключительно АСО во всех его вариациях, я не могла остановиться, ежедневная практика. Временами я предпочитала рисовать, чем идти на работу. В один из дней я рисовала 10 часов, а мой мозг продолжал просить еще и еще. Я не могла отказать себе в этом удовольствии и продолжала практику. Выгрузка – трансформация, выгрузка – трансформация. Чистка памяти от ненужных файлов. Это было время генеральной уборки в моей голове.



Для постройки дома необходимо взять участок, выровнять землю, очистить его от сорняков, старых засохших кустов и прочего мусора, а после этого можно переходить и к самому строительству.

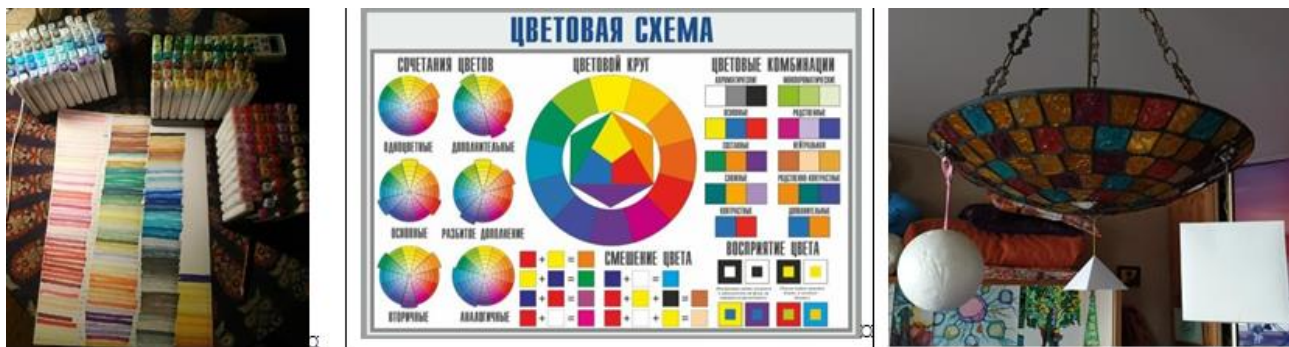
Ежедневно рисуя в течение года, я почувствовала интерес, а что же дальше? Этот вопрос привел меня на курс Специалиста.

Начался период изучения новых алгоритмов и общения с другими

людьми на тему Нейрографики. Поначалу я встречалась со своими подругами, профессиональными художницами, и рассказывала им о новом методе. Творческие вечера за чашечкой чая продолжались в течение полугода. Особенностью наших встреч было приятное молчание, все рисовали и были погружены в свое переживание. После мы обменивались рефлексией, договаривались о новой встрече. В течение этого периода я погрузилась в изучение колористики. Я изучала цветовые схемы, цветовые сочетания, смешение цветов, психологию цвета. Все, что было связано с восприятием цвета, стало мне очень интересно.

Для меня очень ценным в Нейрографике является, что за мной остается право наделять цвета своими значениями. Например, я беру синий цвет потому, что это просто мой любимый цвет. А иногда он может обозначать глубину процесса. А иногда – для контраста или усиления эффекта. Следующее, что вызывало у меня интерес, это геометрия фигур и их объем.

Так получилось, что весь «графический алфавит» собрался на моей люстре почти одновременно. Мне нужны были клиенты для отрисовки работ и сдачи их на инструкторском курсе и этими клиентками стали художницы. У нас произошел обмен: они мне уроки графики, а я – сессии по Нейрографике. В конце наших встреч они мне подарили по одной из фигур с наставлением, чтобы я просто рисовала, наблюдала тени, тем самым создавая объем.



Также в этот период я приобретаю опыт ведущей в Нейрографике. Я рисую со всеми, кто имеет желание. Я порисовала с более 150 человек. Это были: разные форматы малые и большие, платные и бесплатные группы. Разные люди: мужчины и женщины, студенты, бизнесмены и домохозяйки. Я встречалась с разными мнениями, чувствами и реакциями. Так, однажды одна молодая девушка после выплеска встала, разорвала свой рисунок, послала меня на ... и ушла. Я удивилась и вместе с тем я была спокойна и уверена в себе и Нейрографике. После она пришла, извинилась, объясняя свою реакцию. Еще один случай из моей практики. Я случайно встретила свою знакомую, с первой же секунды она рухнула мне на плечо, плача так

сильно и больно, что мне даже стало не по себе. Она выла минут 5, потом посмотрела мне в глаза и очень серьезно, каким-то трагичным тоном в голосе спросила: «А стоит жить-то?», у меня в голове промелькнули лица трех ее детей, и особо ни о чем ее не спрашивая, предложила порисовать. Благо, в офисе можно всегда найти маркер и бумагу. Она была как зомби и автоматически выполняла мои указания. Я четко вела ее по пунктам алгоритма снятия ограничений. Ее крупные слезы падали на лист бумаги. После проведения третьего пункта сопряжения она успокоилась и расслабилась. По завершению работы она подняла на меня глаза, улыбнулась и сказала: «Мне пора, меня дети ждут». Это было настолько прекрасным явлением! Я имела возможность наблюдать, как Нейрографика работает и в критических ситуациях, требующих немедленного разрешения. Еще один забавный случай. Пришло время мне купить маркеры, я на плейсмаркете, присмотрела себе набор из 160 штук, цвета яркие. Цена в районе 5000 р. Я задумалась, отложила в корзину товаров. Буквально на следующий день я встречаюсь с моими друзьями, бизнесменами. Обменялись информацией. Я рассказала, что увлеклась Нейрографикой. Понятно, они в один голос: «Давай!». Хорошо, давайте будем рисовать. Одному из них этого мало – он постоянно задавал каверзные вопросы на философские темы. Где-то на пятом или шестом вопросе я призналась в том, что у меня нет ответов, и перенаправила его на официальный сайт Нейрографики. Мне было важно их мнение, это касалось моего авторитета, и где-то я даже подумала, наверное, им не понравилось. И в это время дзинькает телефон, уведомляя, что пришли 5 тысяч с пометкой: «Спасибо за мастер-класс, и купите себе в подарок маркеры». Сообщение было от того самого мужчины. Я улыбнулась: маркеры уже были заказаны, надо было только оплатить. Спасибо, Нейрографика! Какое мощное у тебя поле!



Самой яркой историей явился успех моей подруги. В самом начале ее

пути она снимала комнату и с трудом находила деньги для оплаты за жилье и на продукты, и вот прошло пару лет, и она живет в своей собственной квартире, оплачивает себе разного рода обучения и поездки в горы.

Сама же я за период моей личной практики не могу достичь одного заветного желания. Понятно, что вопрос не из легких, хотя достаточно материальный по своей сути. Можно сказать, я зашла с этим вопросом, но до сих пор не решила его для себя. На этой почве я пережила разочарование. Но параллельно с этим я продолжала рисовать на разные темы, в разных ситуациях. Я видела, как происходят изменения и перемены, как решаются сложные задачи. Я продолжала наблюдать за собой, своими чувствами, ощущениями и переживаниями. Когда меня спрашивали: «Ну что, Нейрографика работает?», я отвечала: «Да!». И следующий вопрос: «Что у тебя самой произошло?». В этот момент перед моими глазами пробежало много чего: и в нужное время подъехавший автобус, и находка прекрасного сотрудника, и увеличение в разы прибыли, и решение вопросов по здоровью, и невозможная продажа недвижимости, и еще много, много всего, но самым главным моим достижением было новое состояние. Это состояние истинного спокойствия и доверия. Самым важным стало мое спокойствие, я стала спокойнее, а это самый дорогой подарок для меня, как человека очень взрывного и эмоционального, когда захлестывает так, что не успеваешь опомниться. Я приобрела опору и уверенность внутри себя. Между мной и моей реакцией появилось время для медленного вдоха и улыбки на выдохе. Уровень моей личной тревожности снизился. Я перестала постоянно переживать за свое будущее, за прошлое, за то, что оно повторится, за то, что происходит сейчас, когда непонятно, почему так происходит. В течение своего дня я чувствую себя спокойно и безопасно. Отсутствие переживания тревоги выровняло мой сон. Мой сон нормализовался, в настоящий момент я имею ровный сон, продолжительностью 6-8 часов. Я начала высыпаться, ночные кошмары растворились в нейролиниях.

Я меняюсь качественно. Нейрографика работает, и разве я могла остановиться? Итак, я погружаюсь дальше, мной движет исследовательский интерес.

Я психолог, окончила университет, отучилась в институте гештальт-терапии, посетила множество психологических практик и тренингов. И именно здесь, в Нейрографике, меня привлекло ощущение свободы, которое рождается на базе крепкой научной теории и доступности практического исполнения. Нейрографика объединяет философию, науку и искусство. В силу своей практичности, я испытываю особое наслаждение, что я могу рисовать, при этом решать свои задачи, находить ответы на свои вопросы.

Благодаря этой возможности у меня произошел синтез субличностей Художника, Психолога, Предпринимателя и Красотки.

Я сама наполняю смыслами свой рисунок. Я сама моделирую события своего будущего. Я сама выбираю тему своих рисунков. Я сама исполняю свой замысел.

Погружение на глубину

На дворе март 2023 года. Первое долгожданное занятие инструкторского курса. Через 3 дня мой день рождения, за сутки до этого дня я уехала на природу и чудесно встретила первый день своего нового 40-го года. В тот день я нарисовала огромное дерево желаний на год. Это был первый рисунок такого масштаба.



Одно из моих желаний исполнилось практически сразу, через неделю я отправилась в мини-путешествие в самое сердце Центральной Азии, в Киргизию. У меня была неделя для ознакомления с этой экзотической страной. Я интересно проводила время, посещала музеи, достопримечательности и экскурсии. Из чудесного запомнилась, как ехала в такси, водитель оказался оперным певцом, и уже вечером я сидела в первом ряду и смотрела театр.

Возвращение домой. Ответственно исполняю свою дхарму, график налажен, учеба, работа, дом и т.д. И неожиданно для меня, буквально через месяц начала инструкторского курса, все меняется в один день, за одну минуту. Я вынужденно, по семейным обстоятельствам, выезжаю в Германию. Я бросаю всё. Сбиваются все мои занятия, проекты, встречи и договоренности, от представляемого мной образа комфортного обучения ничего не остается. Я отдаюсь новым жизненным обстоятельствам, по возможности продолжаю рисовать, но не в том объеме, в котором бы мне хотелось и требует курс обучения. Так продолжается некоторое время.

Семейная ситуация разрешается, и обстоятельства снова меняются. Я получаю приглашение в гости от моего друга, он оплачивает мне билеты, и я с радостью еду во Францию. В любимый для меня город, здесь я чувствую себя комфортно, такое ощущение, что я вернулась домой из далекого путешествия. И здесь меня ждет свободная квартира – лофт с высокими потолками и прекрасным видом. У меня снова есть время и возможность творить. Нейролиния привела меня в нужное время в нужное место.

Я жила в Париже, говорила бонжур и бонсуа, я любила прогуливаться по новым маршрутам, которые придумывала сама. Я начала хорошо ориентироваться в районе своего проживания, уходя все дальше и дальше. Я упивалась впечатлениями от архитектуры и многообразия человеческих проявлений. Каждый день у меня была возможность рисовать и наворачивать упущенный материал.



В рамках инструкторского курса я вела дневник эстетического коуча. Практика ежедневного рисования, 21 день. На первом занятии я выстроила стратегию и пообещала себе, чтобы ни происходило, вне зависимости от обстоятельств я буду рисовать, и я рисовала. Во время этих трех недель происходило огромное количество событий разного характера, от любви до

ненависти. Самым большим откровением явилась распаковка моего детского сценария и роли «хорошей девочки, которую научили брать ответственность за эмоциональное состояние родителей». Но сегодня мне это не нужно. Это мешает мне быть счастливой. Я увидела это в моменте своего проявления, я смотрела на это со стороны, я понимала свою привычную реакцию, и я смогла осознанно изменить сценарий и сделать еще один шаг к себе, отделить свое и чужое. Выйти из привычной формы мышления и эмоционального реагирования, проявить смелость и выбрать себя. Тема ответственности накладывала и отпечаток в отношениях с мужчинами. Кто виноват? Я виновата. А кто ещё? А в чём я виновата?

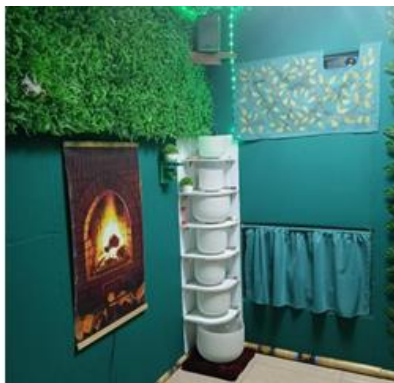
Вдруг появился вопрос. Нет, я ни в чём не виновата. Я нашла опору в себе и зафиксировала её.

Итак, пора уезжать, виза заканчивается. Мне дарят билет в бизнес-класс, и я отправляюсь домой. Мое путешествие продолжалось три месяца, и вот я дома.

С первых минут меня захлестывает деятельность, связанная с моим предприятием, каждый день я встречаюсь с большим количеством людей, налаживаю коммуникации, организовываю бизнес-процессы. Все складывается прекрасно, я в потоке. Разобрав повседневные дела, начинаю ощущать вдохновение на занятие творчеством. Мне в голову приходит интересная идея сделать декупаж чайной витрины. Итак, шкаф есть, клей ПВА есть, и есть чудесный материал, обертки из-под китайского чая. Я принимаюсь за дело, это мой первый опыт. Работа кипит, в течение двух недель я с большим интересом вырезала, совмещала, клеила изображения, и вуаля, чайный шедевр готов.



После этого я придумываю новый бизнес-проект «Дзэн». Рисую некоторое количество работ на эту тему. Начинается командная работа, мы придумывали, из какого материала сделать стены, а из какого полки, чем покрасить стены, какую ткань натянуть на потолок. 1001 вопрос был решен за время осуществления этого проекта. Сейчас это пространство тишины, умиротворения, растворения и созерцания. Здесь специалисты разных областей проводят свои духовные и телесные практики.



Несколько лет назад мне в голову пришла идея для дополнительного использования лесенок. А именно – написать на них слова, которые заряжают и несут позитивный посыл. Итак, это был еще один командный проект «Лесенки». Мы придумывали слова, составляли буквы из трафарета и, стоя на коленях, писали эти слова. Это было сложно. Понятно, что есть некоторые ошибки при склонении слов, но это был наш первый опыт. И мы все остались довольны проделанной работой и полученным результатом.



Вместе с тем идет реконструкция офиса. Я отмечаю для себя, что мое мышление стало более конструктивным и гибким. Мое пространственное мышление развивается. Я стала более четко оценивать пропорции, расположение, расстояние и соотношение разных объектов. Это помогает мне в решении бизнес-задач, связанных с оформлением пространств и мерчендайзером.

Также я отмечаю появление уверенности в себе своей художницы. Я с легкостью беру в руки кисточку и творю. Это мои работы, выполняла первый раз. Констатирую развитие художественного вкуса.

Трансформация происходит не только во мне, но и вокруг меня. Ограничения продолжают сниматься.

Философию фэн-шуй я изучаю более 20 лет, имею опыт преподавания и личных консультаций. За время обучения на инструкторском курсе у меня произошел инсайт. Нейролиния – это линия, которая не повторяет себя на каждом участке своего движения, и ведем мы ее туда, где не ожидаем ее увидеть. Траектория же, по которой движется положительная энергия Ша Ци, имеет извилистую траекторию. Даосы, так же как и нейрографы, избегают использовать прямые линии и углы. Это понимание находит отклик в

сознании моего мышления. У меня происходит еще более глубокое трансцендентное понимание и осмысление как практики фэн-шуй, так и Нейрографики. Через несколько дней после моего рисования на эту тему ко мне обращается несколько человек и заказывают фэн-шуй консультацию. В моих планах есть идея синтеза фэн-шуй и Нейрографики. На практике клиент сможет нейрографировать план своего пространства, таким образом будет наглядно видно энергетические потоки в помещении. Обычно я всегда прошу нарисовать план помещения и мебель в нем, даже если есть технический план. Так я сразу вижу основные акценты и какую важность клиент придает той или иной сфере своего бытия.

На физическом уровне я стала к себе более деликатной и бережной. Я более четко и чутко слышу свое тело. Так, недавно я стала свидетельницей диалога между своими руками. Правая спросила левую: «А ты чего? Вся нагрузка на мне. У тебя что – освобождение от физкультуры?» Левая рука смутилась и взяла у правой тяжелый пакет с продуктами, и мы все вместе продолжили свой путь. Сейчас я активно пользуюсь обеими руками. Например, я могу одной рукой что-нибудь размешивать, а второй рукой наливать воду в стакан или левой рукой чистить зубы, а правой в этот момент закручивать крышечку на тюбик. Иногда происходит сбой, это смешно. Система головного мозга зависает. Но я продолжаю эту практику баланса между левой и правой частью своего тела и психики. Я стала более эффективной.

Кайф и наслаждение, я нашла с собой компромисс и начала именно с удовольствием посещать занятия и практики по работе с телом. Свое питание я выстраиваю в диалоге со своим организмом. Я в прекрасной физической форме, продолжаю становится красивой, здоровой и молодой каждый день.

Касательно моего развития как профессионала в области Нейрографики, я планирую: продолжать личную практику рисования; напечатать нейрографические открытки и футболки; в 2024 году сдать диплом эстетического коуча; провести исследование, как практика рисования Нейрографики влияет на ауру и чакры человека. Для этого я планирую собрать фокус-группу и с помощью ауракамеры провести замер до и после практики.

И так, шаг за шагом, я становилась всё более свободной, а значит, и более счастливой. Моя мечта – это не точка, это процесс. Свобода – это возможность движения не только из пункта А в пункт Б, но и во всевозможные стороны. Наслаждение жизнью в моменте здесь и сейчас.

Делать то, что я люблю. Все сделанное с любовью, в любви и от любви, это и есть творчество. Чтобы жить счастливо, важно быть честной самой с собой, творить саму себя. Смотреть вокруг, познавать красоту в деталях и рисовать себя и свою жизнь красиво. Искренность желаний определяет логику счастья. В жизни возможно все, что я хочу.

В окружающем мире есть ответ на любой вопрос, нужно просто обращать внимание на тонкости, и мир сам подсказывает. Я счастлива ровно настолько, насколько внимательна к тому, что делает меня счастливой. Ведь смысла жизни, может быть, никакого и нет, а вот качество жизни точно есть. Мое счастье – это качество моей жизни.

Подходя к условному финишу инструкторского курса номер 8, знаю, что это новый старт.



[Ссылка на дипломную работу Sokolova Evgeniia в авторском стиле](#)

Работы

Тема: День рождения.



Тема: Стабильный доход.

