



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:
Дмитриева Анастасия
Супервизор:
Шацова Наталья
Тема:
Путь сердца

Оглавление

Дмитриева Анастасия	2
Путь сердца	2
Путь сердца	2
Что я сделала? Что получилось?	3
Зачем я сделала это? Что было наиболее важно для меня? Что получила в результате? С какими жизненными ценностями это связано?	5
Как бы выглядела и ощущалась моя жизнь, если бы эти ценности были в ней максимально реализованы? О чем я мечтаю в связи с ними?	8
Чего я стремлюсь придерживаться в своих поступках, чтобы эти принципы могли воплотиться в жизнь?	10
Работы	12

Путь сердца

*Тихо стало, без истерик,
Без испарины на лбу.
Море выплюнет на берег
Тех, кто не пошёл ко дну.*

*Глубина такая мнилась,
Что хотелось рыбой быть!
Но пока нырять училась,
Позабыла, как ходить.*

*И давай опять сначала,
– Девочка? Как назовём?
Дочку на руках качали,
Папа – ночью, мама – днём.*

*А потом: «Вставай на ножки!
Левой. Правой. Без руки.
И неси из жизни прошлой
Крылья, хвост и плавники...»*



Мы все и всегда ищем свой путь. Путь своего Сердца. И даже если мы поняли своё предназначение и живём в соответствии с ним, всё равно каждый день ищем свой путь, выбираем из тысячи пересекающихся перед нами дорожек на одной единственной место для шага вперёд. Так мы сочиняем свой неповторимый творческий жизненный путь. Что руководит нами при выборе, это уже другой вопрос. В идеале верховным главнокомандующим должно быть Сердце. Здесь повезло не всем, бывает, что базовые настройки сбиваются, и тогда движения человека определяются какими-то другими программами и правилами, но это тема другого эссе. Мне повезло, я слышу своё Сердце и живу в гармоничном сотрудничестве с ним.

Именно Сердце привело меня в Институт психологии творчества, ведь я всю жизнь занимаюсь психологией и творчеством. И да, психологией творчества и творчеством психологии. В самом далёком детстве, когда мне ещё недоступны были глубокие размышления о структуре бытия, но доступны были карандаши и фломастеры, я рисовала странные, с точки зрения простого обывателя, рисунки, за которые меня, однако, очень хвалили папа и брат. А спустя много-много лет, наткнувшись в интернете на нейрографические картины, я узнала в них своё детское творчество. Тогда я

поняла, что настоящее искусство не принадлежит никому, принадлежа одновременно всем, как небо или солнце, ибо автором всего самого прекрасного в мире, является не какой-то отдельный человек, а Бог-Творец, создатель этого мира, тот, с кем мы встречаемся в себе, пройдя всю Пирамиду Сознания, на уровне Абсолюта. Конечно же, я ринулась в нейрографику и окунулась в неё с головой. Ведь за этими картинками была тайна. Обо мне, о других людях, обо всём мире. Мне непременно нужно было разгадать её. Это было важнее других желаний: квартиры, машины и даже катамарана и 40 театров, ведь субъект, с чем невозможно и не хочется спорить, важнее, чем объект.



За время обучения на курсе, по мере роста моего профессионализма в нейрографике и коучинге, по мере роста моего сознания, я всё ближе подходила к разгадке этой тайны. Я стала лучше понимать себя и мир вокруг. Научилась задавать правильные вопросы. То, что ответ первичен, я поняла уже давно, важно найти и задать правильный вопрос. Правильные действия происходят из правильного понимания жизненных смыслов, ценностей, мечтаний и навыков человека, сформировавшихся в ходе его жизни. Зачем я пишу это эссе? Я хочу это понимать. Для этого я буду задавать себе вопросы из нарративных письменных практик, и, уверена, открою для себя много интересного, чего не увидела бы, не напиши я это эссе.

Что я сделала? Что получилось?

Конечно, идя глубже в нейрографику, чувствуя, как отзывается она во мне, как расширяет мой инструментарий и возможности помогать людям, – а именно с этой миссией я нахожусь сейчас на планете, – я захотела пойти на Инструкторский курс. Оплатить его не было никакой, даже гипотетической возможности. Но на мастер-классе в нейрокафе темой рисунка я выбрала обучение на Инструкторском курсе. И когда нужно было рисовать круги-ресурсы, которые помогут в достижении желаемого, села без движения, не в силах придумать, какими смыслами заполнять круги. Но молодой инструктор, с которым у меня сразу сложились тёплые отношения, подсказала мне, о чем я сама бы ни догадалась никогда, и наводящими вопросами натолкнула на несколько своих идей, в итоге чего круги были заполнены смыслами, поверить в которые уже было легче, чем в своё обучение на курсе.

«Круги» начали воплощаться почти сразу, буквально через полмесяца. Первый «сбывшийся» круг – знакомство с Павлом Михайловичем Пискарёвым, автором метода нейрографика. Я рада, что это произошло довольно в узком кругу, на арт-перформансе Парадигмальных расстановок БоГобан Экзистенциальный диалог. На встрече мы 7 часов учились понимать БоГобан, рисовали на стенах огромные нейрорисунки, рассуждали с Павлом Михайловичем о природе бытия и вели прочие экзистенциальные диалоги. А в конце встречи я читала стих, который и написала по случаю этой встречи:



*Какую излучают благодарность
Те вещи, что берёшься рисовать!
И я, вступая в эту солидарность,
Вдруг начинаю Жить, а не бывать.*

*Они котёнком льнут
И жадно взгляд мой ловят,
Стараются держать прямее спину,
Анфас и профиль, суется, готовят,
Чтоб выйти на листе ещё красивей*

*И в то мгновение, когда, танцуя,
Ко мне ложится мир под карандаш,
Я чувствую, они меня рисуют
Процесс становится не Мой, а Наш.*

*Какую излучает благодарность
Та тема, что берёшься рисовать!
Тогда из Абсолюта лучезарного
Течёт твоя божественная статья.*

*И ты стараешься держать прямее спину
И никогда не делать кислых лиц,
Ты понял, жизнь твоя формата А4
По существу не ведает границ.*

*Но умещается пера на кончике
У маркера. Ты за него держись!
Чтоб каждый день стал бесконечно солнечным,
Рисуйте же! Не прожигайте жизнь!*

Вторым «сбывшимся» кругом стало моё участие в конкурсе «Судьба Инструктора», где я выиграла несколько тысяч нейробаллов, которые существенно сократили общую сумму стоимости курса. Сбывалось загаданное и то, о чём подумать не могла, жизнь стремительно и интересно менялась.



Было отрисовано много рисунков с моей темой, пройдено немало курсов у известных и не очень инструкторов. Мои рисунки становились интереснее, глубже, красивее. Я созревала для большого нового витка своего жизненного пути. Меньше чем через год курс был оплачен полностью, и я, уже ставшая немного другой, ждала его запуска. Сейчас курс почти окончен, я пишу заключительное эссе, осматриваю и оцениваю трофеи. Их много, и они достойные.

**Зачем я сделала это? Что было наиболее важно для меня?
Что получила в результате? С какими жизненными
ценностями это связано?**

Покупка курса «Инструктор Нейрографики» – пожалуй, самое достойное моё приобретение в жизни. Перемещает быстрее нового автомобиля, согревает лучше новой шубы, развлекает интереснее любых увеселительных программ. Конечно, не исключает всего вышеперечисленного, просто в моей шкале ценностей оказалась эта покупка очень ценной. Ещё одним невероятно приятным сюрпризом для меня оказался параллельный курс Эстетического коуча!

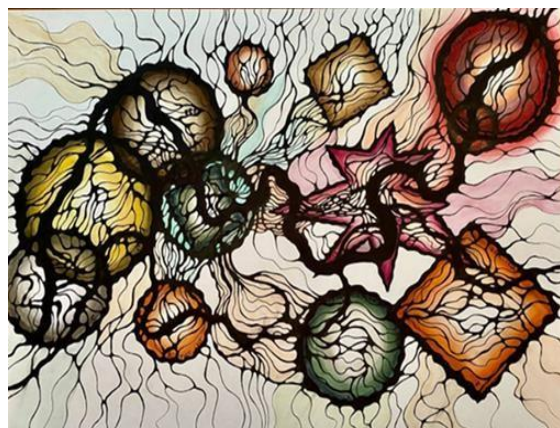
С понятием «коучинг» я столкнулась в своей жизни впервые, и каковы же были мои радость и удивление, когда, погружаясь в его изучение, я всё больше и больше находила общего с целительством, которым занимаюсь полжизни и которое считаю первым своим предназначением. Как близки и понятны мне все принципы эстетического коучинга как области практического применения знаний о душе.

Коучинг учит как любопытно, интересно и разнообразно построить свою работу, чтобы быть максимально полезным другому человеку. Как научиться так ЖИТЬ! Это очень важно! Настоящий эстетический коуч, (для меня он же Целитель), должен быть коучем, а не работать им. У него должно быть горячее открытое сердце, он должен понимать как, и уметь развивать и зажигать сердца других. Для этого коуч должен работать с любовью. Любовь

– это не чувство. То, что мы чувствуем и называем любовью, это следствие того, что существует любовь, как эхо.

Любовь – это совершенствование. Это когда ты видишь в человеке лучшее и тем самым помогаешь ему. Ведь любовь действенна. Когда видишь в человеке совершенство, ты тем самым создаёшь вектор движения, и человек начинает двигаться под твоим взглядом в сторону совершенства, ты меняешь его, и следом меняется его жизнь – это и есть любовь. Видеть в человеке совершенство – это самая главная задача коуча.

В современном мире, где цивилизация с блестящими результатами развивает ум, интеллект, сообразительность, смекалистость, хитрость, способность планировать все, что угодно, но только не сердце. До сих пор люди думают, что сердце это мышечный мешок, такой насос, который перекачивает кровь. И даже всем известные слова о том, что сердце чувствует, сердце не обманешь, о том, что сердцу не прикажешь, почти вышли из употребления, мы не пользуемся ими и их не понимаем. А между тем, сердце сейчас находится в таком же зачаточном состоянии, как у древних дикарей в зачаточном состоянии находился интеллект. Сердца словно нет.

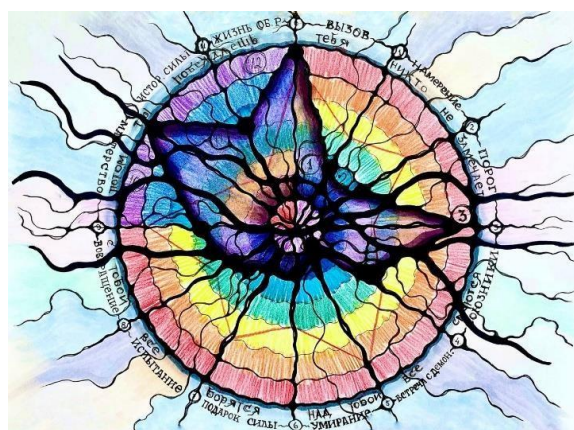


Но ещё великий Платон говорил, что у нас есть две руки. Одна для Трудов, другая для Сердца. И если какой-то человек имеет одну руку короче другой, то такого человека называют уродом. Так вот, вся наша цивилизация сейчас способствует росту интеллекта, а Сердце не развито. И отсутствие баланса между духовным и материальным, отсутствие этой гармонии приводит к тому, что в мире огромное количество несчастных людей, болезней, депрессий и суицидов. Люди забыли, что такое счастье, а между тем, счастье находится как раз-таки в нахождении баланса между духовным и материальным, между интеллектом и Сердцем. Кроме того, в Сердце лежат огромные, грандиозные энергии. Они ждут своего часа. В отсутствии этих энергий люди болеют физически и психически, болеет общество, болеет весь мир. А ведь именно Сердце способно исцелить все раны душевные и физические, материальные, все болезни общества вообще. Сердце грандиозно, оно компенсирует собой всё неустройство нашей жизни. Люди могут быть счастливы. Мир может быть прекрасен, только если в нашем обществе начнут развивать Сердце, так же, как и интеллект. Баланс, равновесие должно быть найдено. Мы не можем слишком далеко уйти от Сердца. Если Сердце не растёт, интеллект перестаёт развиваться тоже, а

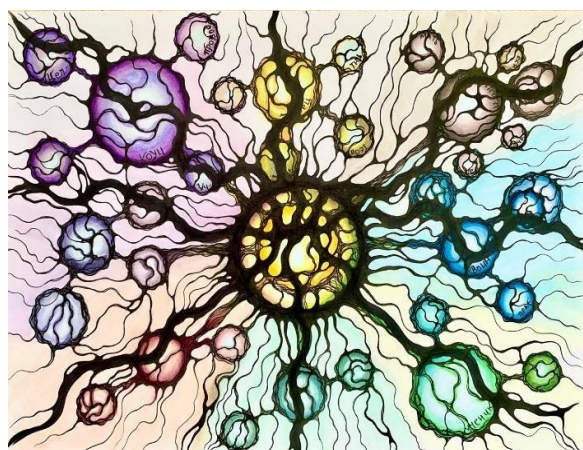
потом даже и деградирует. Научиться жить Сердцем – это основная задача каждого человека. Это вообще грядущая задача для всей нашей цивилизации. Только когда весь мир поймёт, что Сердце — это неотъемлемая часть жизни, и она даже важнее интеллекта, только тогда цивилизация начнёт меняться к лучшему. А пока же мы видим, что проблемы растут как снежный ком, и вся цивилизация заходит в тупик умственных головоломок, потому что свет Сердца не освещает путь. Человек ходит в темноте. Если ты не видишь тропу, ты рано или поздно с неё сойдёшься. А свет живёт в Сердце, только там можно его найти, но для этого Сердце надо развить.

Второй моей радостью на курсе, для меня, как для художника, для моей второй миссии, оказалось то, что Эстетический коучинг построен не на вербальном общении, а на приемах обращения к эстетическому интеллекту, к идее о гармонии, к идее о Золотом сечении. Я даже не придумала себе мечтать о том, что две мои миссии так красиво и гармонично объединятся в одну прекрасную профессию!

В результате, завершив последние работы над двумя дипломами, я получу две замечательные профессии: Инструктор Нейрографики и Эстетический коуч, и отвечу себе на самый главный вопрос, который терзал меня многие годы в моей жизни: «Где и как я смогу раскрыть свой огромный потенциал, служа прогрессу мира и общества, реализовывать себя, как Целитель и Художник, получая за это достойное моральное и материальное вознаграждение?»



Всё это связано с основными моими жизненными ценностями: постоянная личная эволюция, целительство и прогрессорство, как помощь в эволюции другим. Здесь очень помогает невероятно мощный инструмент Таблица компетенции, которая отвечает на вопрос, насколько я развита и какими формами силы владею. Насколько, как коуч, я присутствую в процессе, когда веду коуч-сессию, осознаю своё присутствие, насколько демонстрирую его, как презентую себя, как некое явление. Это моя работа с собой. В это время рядом со мной растёт и развивается человек, пришедший ко мне, я способствую его эволюции, как



прогрессор. Мой клиент – это тот, у кого нет какой-то стратегии, а значит, не хватает какого-то типа силы. И он приходит получить её у меня, компенсировать свою недостаточность, чтобы достичь своего результата, чтобы можно было после общения со мной, дальше идти самостоятельно.

Возможность способствовать эволюции – главная моя жизненная ценность. И для меня очень важно, что в своём ремесле я всегда смогу оставаться искренней и откровенной. Мне очень понравилась фраза Павла Михайловича «Откровенность и искренность – это показатель экзистенциальному бытию, насколько ты сущностно проявлен». И да, я хочу быть сущностно проявленной в этой жизни. Проявлять самые лучшие грани своей личности. Светить, освещая путь другим.

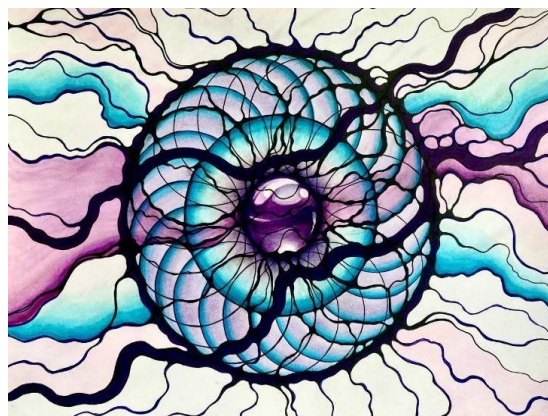
Как бы выглядела и ощущалась моя жизнь, если бы эти ценности были в ней максимально реализованы? О чем я мечтаю в связи с ними?

Однажды я и три моих, тогда ещё маленьких дочки, придумали отпустить в небо шарики, загадав самые заветные свои желания. Две старшие дочки загадывали кукол и платья, я автомобиль и домик на природе, и только желание младшей поразило меня до глубины души. Поразило, заставило замереть, заглянуть внутрь себя. Тогда я поняла, что наши желания – это молчаливое согласие со своей неполноценностью. Как в сказке «Морозко».

«Тепло ли тебе, девица? Тепло ли тебе, красная? – Тепло, Морозушко, тепло, батюшка!». Желания исполняются из достаточности, из отсутствия претензий к миру, что дал тебе меньше, чем ты достоин. У тебя есть и будет ровно то и столько, чего и сколько тебе сейчас нужно, чего и сколько ты сейчас достоин.

Я хочу поделиться своим стихотворением об этом.

*Трудно первый раз лететь в Космос
А потом – ничего, привыкаешь.
Собираешься лететь дальше, и уже
без путеводаителя.
Когда ты немножечко подрастаешь,
Оказывается, что не так всё просто,
И лучше понимаешь своих родителей.*



*Сознание расширяется,
Стоит отнестись к этому спокойно.
Выйду из дома, забуду прихватить с собой зонт.
То, что меня окружает, – меня достойно,
Но
Если двигаться, меняется горизонт.*

По окружающему меня я сужу о себе, и двигаюсь дальше. Я не требую от мира того, чего пока нет в моей действительности. А загадала тогда младшая дочка, отпуская шарик в небо, «Мир и Согласие».

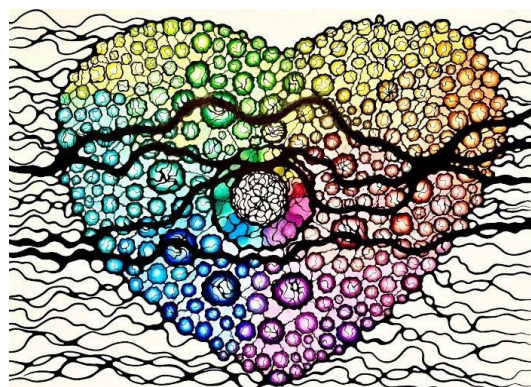
Есть красивая притча про Будду.

Будда шел со своими учениками и вдруг увидел: один человек очень ловко бросал мячики в корзину, в цель. Были мальчишки, которые смотрели, восхищались тем, как мужчина это делает, и приносили ему мячики. А мужчина продолжал бросать.

Будда сказал:

«Смотрите! Человек стал совершенен в отдаче. Он красиво кидает мячи. Поэтому он стал совершенным в получении — у него всегда будет много мячей. Становитесь совершенными в отдаче». Наша низшая природа всегда стремится к эгоистичному поведению «я-мне-моё». Эго всегда хочет получать. Но есть закон Космоса: нужно отдавать, чтобы тебе возвращалось, чтобы развиваться и расти по-настоящему. Этот закон незыблем. А когда ты настроен только на получение, переключиться на отдачу очень сложно. И однажды поток получения заканчивается. Чтобы перестать быть потребителем вещей, людей, других ресурсов, нужно сменить свой внутренний процесс с потребительства на отдачу. Надо стать совершенным в отдаче, тогда нам будут приносить и давать, и мы всегда будем полны и счастливы.

Я понимаю важность материального благополучия, и я хочу постоянно его повышать, повышая свою работоспособность, своё умение делиться, своей отзывчивостью и способностью к созиданию. Тогда глобальная моя мечта: быть максимально нужной и полезной другим, видеть счастливые лица людей, растущих и развивающихся, эволюционирующих в моём поле, будет



осуществляться и, тем самым, повышать вибрации планеты. А именно повышая вибрации планеты, мы приносим ей самую главную и большую пользу, ценность и помощь. Ведь наступает Новое время, грядёт Новый мир, который расцветёт из обломков старого. Мир однозначно меняется, но меняется он туда, о чем мы мечтаем.

Мы строим наши мечты. Если кто-то пытается мечтать о том, чтобы всех приструнить и построить суровый концлагерь, то он это делает. А если кто-то пытается мечтать о том, чтобы мир был духовным, чтобы он был сердечным, и чтобы доктора исцеляли просто взглядом, он тоже это делает. И если ты мечтаешь, то возьми и притвори свои мечты. Сделай что-нибудь для этого. И я делаю, что могу и умею. Я встаю у истоков Нового мира, я становлюсь его частью. Я стремлюсь стать тем, кто сможет построить этот Новый мир, основанный на равенстве, справедливости, силе, взаимовыручке, синергии.

Мир, в котором будет цениться Мысль и Сердце. Где будет нормой утешить душу другого человека, помочь ему найти и раскрыть в себе самое лучшее.

Чего я стремлюсь придерживаться в своих поступках, чтобы эти принципы могли воплотиться в жизнь?

Окончив курс «Инструктор Нейрографики и Эстетический коуч», я обязуюсь продолжить быть собой и слушать своё Сердце. Откликаться на просьбы о помощи, изучать новое, рисовать и учить рисовать других, способствовать эволюции на планете, которая сейчас является моим домом. Открывать Сердце и жить через него, помогать открывать Сердца другим. Строить Мир, в котором всем хочется расти, совершать подвиги и открытия, трудиться и совершенствоваться. Создавать общество, которое всегда открыто к мечтаниям высокого порядка и самым дерзким свершениям.



И однажды, через сотни тысяч лет, мы, устремлённые огненные кометы, будем парить в межзвёздном пространстве, посещая различные миры, множество необитаемых миров. Межзвёздное пространство пустит нас, потому что наши сердца раскались самоотверженностью, красотой и любовью. Нас будут допускать к себе, потому что у нас есть ключи, которые

Дмитриева Анастасия. Путь сердца.

отпирают другие сердца, и эти ключи в нашем сердце, это наша Доброта и Любовь, это наше Сострадание, и Способность всё понять, и принять. Это Способность делиться сокровищами своего Сердца совершенно бескорыстно и самоотверженно. И именно потому, что нам есть чем делиться, нам будут рады в других мирах. Мы хотим и готовы помогать большому количеству живых созданий в других мирах, потому что так велит Сердце. Оно всегда сострадает. Вот такая жизнь в таком бессмертии, в таком счастье, в почёте, в полёте без всяких горестей, без войн, боли, страданий, где каждый опыт труден и сладок, где всегда есть, что делать и всегда руки полны трудов, голова полна идей, а сердце полно стремления. Вот такая жизнь – это достойная жизнь, но достойной её делает Сердце, не ум.



[Ссылка на дипломную работу Дмитриевой Анастасии в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мой жизненный путь.



Тема: Отношения с сестрой.

