



2023 год

Автор:

Дон Олеся

Супервизор:

Паршина Анастасия

Тема:

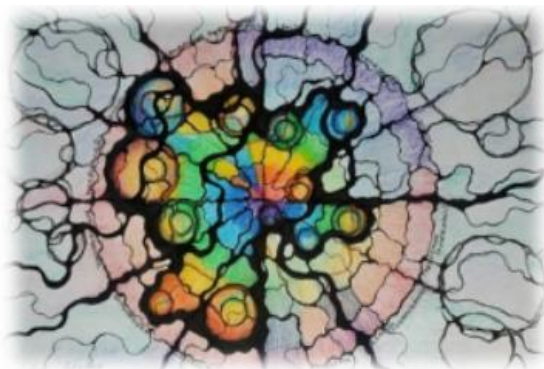
**Амплификация «Пути героя» и Теории цвета в рамках
обучения на инструкторском курсе**

Оглавление

Дон Олеся	2
Амплификация «Пути героя» и Теории цвета в рамках обучения на инструкторском курсе.....	2
Зов	2
Намерение.....	3
Порог	4
Поддержка (союзники)	5
Соппротивление (Демоны)	6
Смерть (Умирание)	7
Подарок Силы	8
Испытания	11
Возвращение к себе.....	12
А что же дальше... ..	14
Работы.....	15

«Бытие человека – это регулярная проектная деятельность в контакте с возможностями сегодняшнего дня.» (П.М. Пискарёв)

Каждый проект проходит обязательные периоды своего развития. Об этом говорит Джозеф Кэмпбелл, об этом же свидетельствует теория элементов «У-Син». Я подумала, а почему бы мне не рассказать свою историю прохождения девятимесячного курса «Инструктор НейроГрафики», совместив Путь Героя и теорию цвета? Посмотрим, что получится.



Зов

«Я на формате А5 столько чудес сотворил! Старику Хоттабычу бороды бы не хватило!» (П.М. Пискарёв)

Когда впервые увидела эти будоражающие разум рисунки, я была далека от психологии и коучинга. В моей жизни правило балом другое творчество. Я создавала авторские игрушки, записывала мастер-классы по их созданию для мастеров и новичков, и была счастлива в том, что делаю. Но, помня предыдущий жизненный опыт, я понимала, что «не двигаясь вперед, ты не стоишь на месте, а откатываешься назад». Поэтому, как и многие «простые смертные», я хотела большего: больше подписчиков, больше денег, больше знаний, успеха и результатов. Но, как водится, чем больше мы изображаем из себя упрямого ослика, тем больше облизываемся на морковь, которая маячит впереди. А наш самозванец бубнит под нос: «А я предупреждал».

И в этот момент в моей жизни появляется НейроГрафика. И это карт-бланш. Рисуя в YouTube, Instagram, покупая мастер-классы ТОПовых инструкторов, я смогла пробить финансовый потолок, выйти на мировые площадки, перестать зависеть от мужа и вырасти в своих глазах. А подаренный любимым курс «Пользователь» у Насти Анисимовой (тогда еще инструктора-стажера) я считаю лучшим подарком в своей жизни, после которого начался мой личный рост и круг моего ресурсного общения. Прощение бывшего мужа и свекрови, мачехи, себя. Принятие своих ошибок и помощи Вселенной.

Я была в восторге от НейроГрафики и той энергии, которую она мне дарила. Мне кажется, это была искренняя любовь с первого взгляда. Такая,

как бывает только в юности, когда у тебя ещё нет никакого опыта в отношениях и ты способна свалиться в любовь без оглядки, сомнений и скепсиса, на чистом драйве и безудержном «хочу». И на этой энергии любви начался мой Путь Героя.

Намерение

«Береги свое «хочется», и однажды оно осуществится» (П.М. Пискарев)

Наши отношения с НейроГрафикой укреплялись с каждым днем и каждым рисунком. Очень быстро я поняла, что хочу лучше узнать не только технику рисования, но и возможности метода, поэтому, пройдя курс «Пользователь» и несколько марафонов у инструкторов, я пошла на курс «Специалист НейроГрафики» в Институт психологии творчества. И это был мой второй «счастливый билетик».

Я менялась с НейроГрафикой, менялся мир вокруг. Самые разные события и люди подталкивали и поддерживали меня в моём «романе с маркерами». Я неистово, от всего сердца мечтала об инструкторском курсе. Пожалуй, так же сильно я мечтала о втором ребенке. И так же ясно понимала: есть причины, ничего не выйдет – мало зарабатываю, некогда, другие обязанности и возможности не позволяют.

Но если после рождения первенца у меня были только желание и надежды, то сейчас был маркер, навык и метод, который работает. Я стала рисовать инструкторский курс. Нарисовала много, очень много разных рисунков, и, конечно, они сработали. Нет, мне мешок денег не упал на голову. Я долго и плодотворно работала в кейсах, сначала бесплатно, потом за донейшен. Спасибо курсу «НейроРескью», он помог мне не в коммуникации с клиентами, родными, не понимающими моего стремления, и с самой собой, помогая не свернуть с намеченного пути.

Так, на энергии коммуникации, я и шла весь второй период своего Пути Героя. Оказалось, что часть курса можно оплатить «взаимозачётом» с прошлых покупок, кстати оказались и накопленные денежные подарки на дни рождения и праздники. И последним аккордом стал подарок Елены Симоновой, которая после работы в рамках коучинга за донейшен подарила мне персональную скидку на инструкторский курс.

Знаете, на что это было похоже? Как будто долго и упорно шла на самую высокую горку в аквапарке, постоянно останавливаясь, отвлекаясь, спускаясь на несколько пролетов, а потом раз! – и тебя вывели за руку к

Дон Олеся. Амплификация «Пути героя» и Теории цвета в рамках обучения на инструкторском курсе.
месту спуска. Моё счастье было абсолютным, несмотря на то, что объективные ограничения никуда не делись.

Порог

«Решение любой задачи происходит тогда, когда энергия привлеченных нейронных связей превышает энергию сложности задачи» (П.М. Пискарев)

И вот он, долгожданный, выстраданный курс. Первые лекции, первый восторг и первые сопротивления. Помню тот период как время бесконечных переговоров, компромиссов, идей и запусков. Я горела проектами и спешила жить жизнь на полную катушку, снова пытаюсь скорее решить все свои дела, проблемы и долги. Мне удалось договориться с семьёй о делегировании части дел и обязанностей, муж подарил обучение SMM, которое проходило в очень (слишком) высоком темпе. Благодаря этому я оформила сообщество ВК и обозначила стратегию его развития, нашла себе помощницу, которой делегировала часть работы по социальным сетям. А параллельно продолжала работу в коучинге (клиенты находились уже по рекомендациям) и активное рисование с девочками в своей группе «Сопряжение» в Телеграм.

По их же настойчивым просьбам в конце марта запустился первый поток проекта «Худей легко», который изначально задумывался как эксперимент, можно ли похудеть, просто рисуя, без насилия над своим телом через фитнес и диеты. Это получилось у меня, но мне было интересно, получится ли у других за 2 недели.

Результаты первой фокус-группы из 5 человек были неожиданными и поразительными. О проекте: https://vk.com/neurocoachlove?z=clip-212985638_456239165%2F448b63798f2c951216%2Fpl_wall_-212985638

Результаты первой фокус-группы:

- Олеся:
https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_12139
- Маша:
https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_12335
- Лариса:
https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_12861
- Полина: https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_13166
- Ольга: https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_13434



Казалось, я стою на пороге чего-то большого и нового. Все мои будни начинались с вопроса «Что сегодня на повестке дня?», и я с любопытством и азартом молодого «Ветра» врывалась в новый день. Мне было интересно всё, я с открытым ртом внимала каждому слову Пискарёва, жадно заглатывая информацию, раскладывая ее по полочкам с уже имеющимися знаниями.

Еще одним сюрпризом подсознания стали вещие сны, которые появились в апреле. Они порой пугали и выбивали меня из колеи, но при этом завораживали, вынуждая ближе познакомиться с эмоциональными качелями, которые походили на «орбиту» больше, чем на маятник.

Было сложно? Да. Но я этого хотела, об этом мечтала и это получила! «Жизнь получается у тех людей, которые живут вопреки идее о невозможном», – сказал как-то мастер. Этот этап моего Пути Героя прошел под эгидой этих слов.

Поддержка (союзники)

*«Изменение одного элемента ведет к изменению всей системы»
(П.М. Пискарёв)*

Менялась я, менялось все вокруг меня. Поздняя весна и начало лета принесли мне огромную поддержку близкого окружения и новые победы. Я продолжала упорно работать, наращивая количество практики за счёт коучинговых сессий. А проект «Худей легко» из эксперимента превратился в нечто большее. Все наши результаты мы публиковали в своих соцсетях. И это вызвало интерес, проект развивался, приводя новых участников. Забегая вперед, он до сих пор помогает девушкам изменить себя, свою внешность и свою жизнь через любовь, благодарность и принятие с помощью НейроГрафики. Я буквально питалась энергией успеха от положительных отзывов моих клиентов и девочек из «Сопряжения». Все это дарило мне крылья!

В моей жизни был такой период, что не хотелось НИ-ЧЕ-ГО, от слова „совсем“. Пожаловалась Лесе, и она, добрейшей души человек, посоветовала мне порисовать Нейрографику. Я начала с алгоритма „Благодарности“, постепенно состояние моё начало улучшаться. Я прошла, с Лесиной помощью, курс Пользователь. Сейчас, благодаря Лесе и Нейрографике, рисую на все, волнующие меня, темы. Леся, замечательный коуч, с ней очень легко работать. Всё знания, полученные от неё, легко запоминаются. Приходите, в нашей группе всегда рады всем новеньким. Обстановка доброжелательная, и все, всегда придут на помощь. Мы вас ждём 🍷

Откликаясь на мое намерение и рисунки, Мир отозвался и первой долгожданной офлайн-встречей с рисованием НейроГрафики, которое

чудесным образом стало приносить плоды раньше, чем успели начать их ждать.

Та поддержка, что я получала от окружения и Вселенной, были сродни выловленной «золотой рыбке».



А прекрасными вишенками на торте всего этого великолепия, которые поддержали мою веру в себя и верность выбранного пути, были мои отмеченные работы коллегами-профессионалами на конференции Института психологии творчества, статус «Профессионала Чистой Школы» и полученное право преподавать курсы «Пользователь», «НейроКомпозиция» или «НейроКолор», которые я очень ждала.

Я благодарна Лесе за знакомство с нейрографикой. Благодаря её рисункам Я погрузилась в этот удивительный мир. После закрытия ИГ я к счастью нашла Лесю в ВК. И тут, не думая пришла, в группу и в телеграмм. Мне нравится, что тут атмосфера помощи и поддержки. Лёся всегда находит время на участников. Всегда получаем обратную связь. Это дорого стоит. Я с нетерпением жду, когда будем рисовать новые алгоритмы с Лесей. От всей души благодарю!

Счастлива ли я была в это время? Безусловно! Такого искреннего интереса ко всему и такой социальной активности, как в периоде Огня инструкторского курса, я, честно сказать, не припомню. Но именно в то время, окрыленная успехом, я не заметила подкравшегося Змея, имя которого — Гордыня.

Соппротивление (Демоны)

«Никогда ничто не одинаково! НейроГрафика – это способ вытащить себя из болота» (П.М. Пискарев)

У Огня есть и другая сторона, и эйфория от легкости бытия длилась недолго. Моё внутреннее Я и мой организм саботировали мои идеи и амбиции. Появилось дикое внутреннее сопротивление. Впрочем, я была не одинока, и общая атмосфера в группе сокурсников была примерно такой же.

Для любых действий приходилось буквально вытягивать себя за волосы из болота прокрастинации и бессилия. Даже обычный сон не приносил желанного отдыха, потому что его наполняли странные, тревожные видения. Я была по-прежнему успешна и эффективна в работе с клиентами, кейсы были также успешными и приносили пользу другим, но вот я чувствовала себя выжатой. А еще появилось недопонимание с близким окружением и с

семьей, мама и жена которой полностью отдала себя работе и учебе, нарушив свое «Колесо баланса». Последней каплей стала интенсивная критика моего детища, в которое я вкладывала столько сил и любви – моего блога.



Мелочи, конечно, но вкупе с моей восставшей Гордыней, которая, как нам известно, всегда рука об руку ходит с Убогостью, всё это заставило засомневаться в себе и выбранном пути. Пробудился внутренний самозванец и буквально душил все мои проекты и стремления на корню. И если бы у меня не было маркера, неизвестно еще, к чему бы всё это привело.

Меня ужасно выматывали перепады настроения от горьких слёз до абсолютной радости. Так мой Огонь на Пути Героя довольно резко перетек в осознанность Земли.

Смерть (Умирание)

«Если решение не отвечает качествам эстетики, то стоит отложить его реализацию, пока не потеплеет в душе» (П.М. Пискарев)

В середине лета я буквально чувствую, как зреет, пульсирует, наливается жаром и гноем нарыв сомнений: «А надо ли мне всё это? А туда ли я иду? А этого ли я хотела?». Тысячи вопросов, и ответы на них мне не нравятся от слова «совсем». В голове и душе крутится, бурлит что-то буропсивое, тошнотворно-коричневое с прозеленью, которое выходит наружу абсолютным нежеланием учиться, общаться с соучениками и кураторами курса.

– Но ты же об этом так мечтала! – кричит мне Душа

– А не самообман ли это? – в другое ухо шипит Сознание.

Пребывая во всем этом раздрайве, внутренне истощена, физически и эмоционально ослабленная, я пропускаю блок «НейроМандала» и уже сама четко начинаю понимать, что мне нужен отдых и просто банально выспаться. Отключаюсь от всего и возвращаюсь рисовать море. Возможности уехать в отпуск по-прежнему нет, но это уже становится необходимостью. Во все следующие рисунки на эту тему закладывается уже иной смысл. Это

Дон Олеся. Амплификация «Пути героя» и Теории цвета в рамках обучения на инструкторском курсе. сработало.

И в конце июля мы с семьей уезжаем на море... Впрочем, географический побег не помогает убежать от себя и своего пути. Как следствие, весь отпуск нас сопровождают чудеса на виражах: то дети с тяжелым ротавирусом попадают в больницу, то птицы садятся на руки, как в мультике Дисней.



Эмоциональные качели набирают пугающую амплитуду. У Вселенной прекрасное чувство юмора: на море я побывала, но 10 из 14 дней отпуска провела в больнице с плачущими детьми. Как результат, за время отпуска, вместо того, чтобы отдохнуть и набраться сил, я еще больше устала и вымоталась.

Впервые мне совсем не хочется рисовать НейроГрафику в поисках решения, линии раздражают, бесит скрип маркера по бумаге и сам процесс работы. Вера в метод нещадно гаснет...

Я решаю уйти в себя, в техники благодарности и принятия, медитации, молитву, пытаюсь понять себя и вернуть ресурсность душе и телу. «Движение в Будущее реально только через признание Настоящего», – сказал как-то мастер. А он врать не будет. Так, в осознанности Земли, вдали от общения, самопознании, в осознании плюсов и минусов своей Личности проходило мое Умирание на Пути Героя. Умирала моя Гордыня.

Подарок Силы

*«Герои имеют право на отдых. Но в этом отдыхе есть риск зависнуть»
(П.М. Пискарёв)*

Но Вселенная услышала мои молитвы. Однажды во сне я отчетливо вижу алгоритм. Раннее утро... И я смотрю на первый рисунок после длительного перерыва. Это НейроГрафика, совмещенная с практикой Благодарности.

Благодарю себя за...

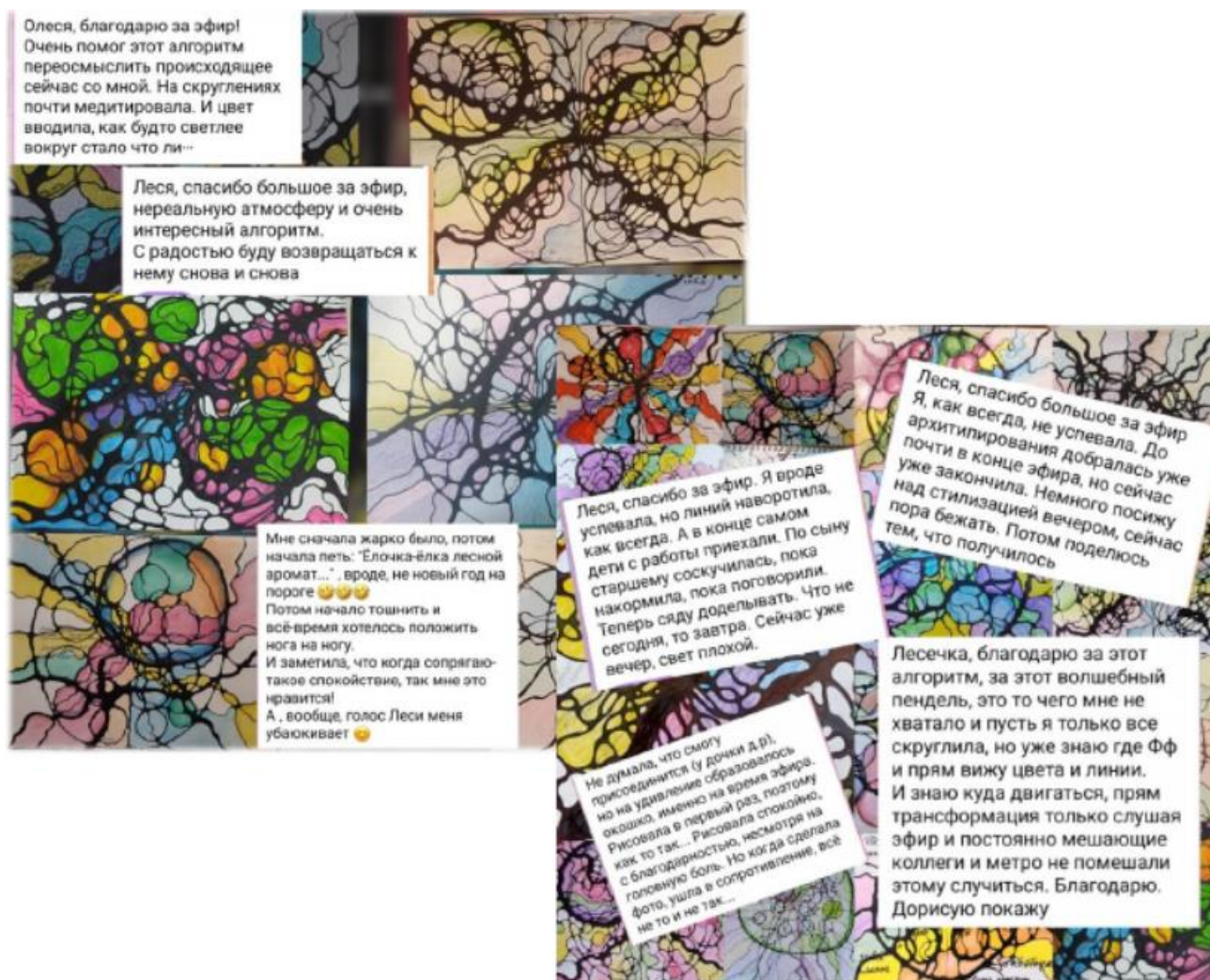
Благодарю за все, что у меня было и есть хорошее... Благодарю за все, что у меня было и есть плохое... Благодарю за все, что еще будет...

Эти 4 фразы, наложенные на метод, возвращают меня к норме. Его же мы рисуем с девочками оффлайн. И ощущения у всех схожие с моими. Приходящие осознания примиряют мою Гордыню и Убогость.



Поняв, что алгоритм рабочий, решаюсь провести открытый мастер-класс с алгоритмом «Благодарю за всё», и после обратной связи участников снова готова дышать, работать и учиться. Так начался мой Металл на курсе.

Да, меня всегда питала и питает обратная связь. И это уже не про Гордыню. Отзывы и благодарность людей убеждают меня в верности того, что я делаю, даже когда самозванец великолепен, как дьявол и его адвокат в одном лице.



На энергии и подъеме от открытых уроков и оффлайн-встреч запускаю первый поток курса «Пользователь». Страшно? Не то слово! Но я и плачу, читая обратную связь. Эти слезы очищают, лечат меня, говоря: «Всё было не зря! Мы – заслуженный результат твоей работы». Отзывы моих первых студентов: https://vk.com/neurocoachlove?w=wall-212985638_22481



Дисциплина и четкое планирование энергии Металла дают свои плоды. Регулярный постинг, минимум один рисунок в день, минимум две коуч-сессии в неделю. Параллельно в группе проводим серию публикаций о прошедших мастер-классах. Нам удастся затронуть важные темы, и подписчики отвечают активностью и благодарностью. Группа «Сопряжение» в Телеграме медленно, но верно растет. Пробиваю свой финансовый потолок и исполняю несколько крупных желаний, которые уже, казалось, покрылись мхом.

Я снова чувствую себя нужной и значимой для кого-то. Постепенно возвращаюсь к жизни, буквально выбираюсь из раковины. Как росток цветка, прорывая оболочку семени, выхожу из почвы, распускаю листья и бутоны в сторону света и солнца. Но, как известно, за Подарком силы следуют Испытания. И они не заставили себя долго ждать.

Испытания

*«Твоя Проповедь соответствует ли твоей Исповеди – вот в чем вопрос»
(П.М. Пискарёв)*

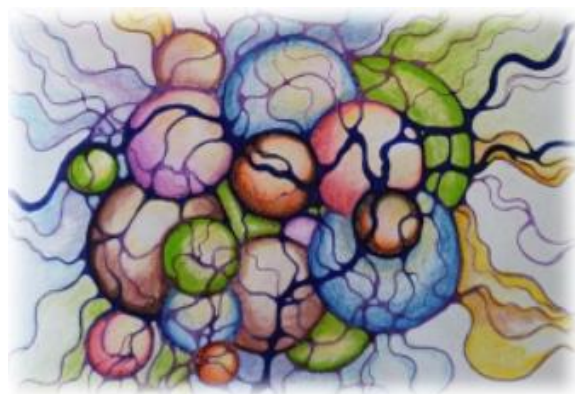
Не знаю, как так получилось, но в мою жизнь ворвался метод «Легализация правды» Юлии Ивлиевой. И он переворачивает мою жизнь и ценности. Осознание, что весь мир устроен иначе, чем я думала и понимала, выводит меня на другой уровень восприятия себя и окружающей действительности. А в стремлении во всем разобраться и принять, я снова теряю сон, поглощая всю доступную информацию.



Родовые программы, душа, установки родителей, ошибки ношения фамилии, иерархия родовой системы, потерянные дети, исключенные члены рода и иные жизни... Голова разрывается, но я чувствую и физически ощущаю, что тут что-то есть. Рисую утром, днем работаю в коучинге, а засыпаю под утро с Ивлиевой или Пискарёвым, вещающими в моих наушниках.

Начинается упадок сил моральных и физических, новые знания тянут, тяготят меня, и в то же время открывают двери в новое и близкое. Трансформационные практики, недосыпание и расточительство оставшейся энергии приводят к чувству постоянной, повсеместной усталости, истощение физическое и моральное.

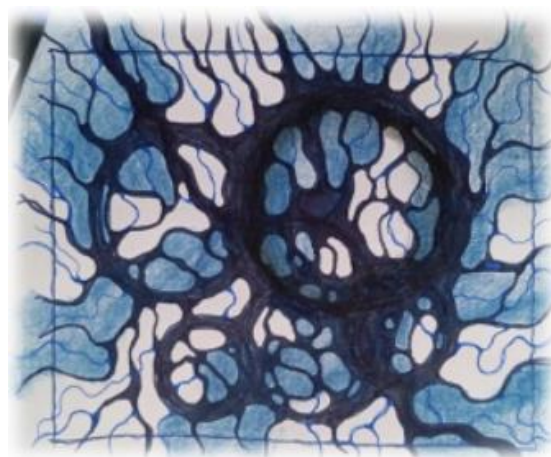
Вселенная через различные источники пытается до меня достучаться, но я ее не слышу. И 22 сентября у меня совершенно бестолковым образом воруют телефон, в котором хранится весь собранный контент для диплома эстетического коуча. И это накануне дипломов! У меня уходит почва из-под ног. Не просто вдруг кончилась дорога, по которой я шла всё это время.



Было ощущение, что я попала в фильм «Послезавтра», и не просто не чувствую землю, а уже лечу в провал, на дне которого лава, а сверху летят камни и куски зданий. Хвала Вселенной, мне хватило мудрости понять это «последнее китайское предупреждение» и тормознуть своё достигаторство,

не доводя себя до больницы. Я поняла, что мне самой требуется помощь и работа с коучем подсвечивает нерадужную картину моего внутреннего состояния: моральное и физическое истощение, острая нехватка времени, повсеместные сомнения в себе и НейроГрафике. До меня, наконец, доходит, что всё это время я работала на износ внутреннего ресурса и сейчас достигла момента, когда «горшочек» пуст совершенно, и даже самый упертый оптимист не наскребет по стенкам и капли ресурса. И ставшие привычными головные боли и разрывы капилляров в глазах не просто повторяющаяся случайность.

По настоятельной рекомендации коуча, чтобы как-то прийти в норму, я приостановила коучинговую практику, прекратила работать и учиться по ночам, начала строго следить за режимом дня, отдыха и питания, сконцентрировала внимание только на дипломе инструктора, а восстановлением диплома эстетического коучинга договорилась с собой заниматься по мере возможностей.



Так начался мой период мудрости Воды.

Возвращение к себе

*«Я же силы потратил, чтобы эту идею отметить. Я ее не брошу!»
(П.М. Пискарёв)*

Открывается второе дыхание, я возвращаюсь в группы, запускаю второй поток курса «Пользователь», провожу открытые групповые рисования. Вселенная разворачивается положительной стороной, события складываются наилучшим образом, а я не только понимаю, но и чувствую поддержку Рода и Учителей.

Я стала больше писать в своих социальных сетях, больше проявлять себя настоящую, с самоиронией, шутками, мыслями, странностями и особенностями, которые раньше неосознанно умалчивала. Мелочи, крохотные нюансы, без которых картина была неполной, незаконченной. Такая стилизация своей проявленности. Я смогла возобновить коучинговую практику из позиции «к себе бережно», по возможности восстановить материалы для диплома, которые были на потерянном телефоне.

Как результат – снова растущий доход, исполнение желаний и новые мечты. На энергии принятия событий такими, как есть, принимая решение отложить диплом эстетического коучинга на весну, до конца собираю все необходимые рисунки по инструкторскому курсу и приступаю, наконец, к написанию этого откровения. Активно готовлю запуск НейроКомпозиции для своих пользователей, при этом успеваю общаться с подругами, уделять внимание семье и домашним хлопотам. Больше скажу, я даже вернулась к своим авторским вязаным игрушкам и откровенно наслаждаюсь ощущению крючка в своей руке, кроме маркера. Мир полон гармонии и спокойствия. Давно забытое чувство единения активности и умиротворения. Когда ты ощущаешь, что ты не только нейрограф и вечный студент, а еще и женщина, мама, хендмейдер, мастер и просто Человек, со всеми своими плюсами и минусами.



Если быть честной перед собой, знай в самом начале этого пути, через что мне придется пройти, я бы не начала этот курс. Спасибо Вселенной, что я об этом тогда не знала и вошла в эту удивительную реку самопознания и трансформаций.

Сейчас я спокойна и довольна результатом!

Мне удалось провести запуски, как я и планировала, получить необходимые по глубине знания и, наконец, обрести уверенность в себе. Вырастить свою группу чудесных художников, влюбленных в НейроГрафику, и воспитать прекрасных пользователей, которые рисуют так, что диву даешься.



Было сложно: физически, эмоционально, морально, но это того стоило. Я испытываю удивительное чувство гармонии с собой, миром, учителями и наставниками, моим прошлым и моими целями. Я в точке равновесия, в центре калейдоскопа, в потоке бури, я наблюдаю гармонию внутри и снаружи, и я же являюсь самой этой гармонией. Я растворилась, слилась, сплавилась с каждой линией и каждым цветом. Мои сосуды – нейролинии, моё тело – лист, что не имеет конца. Мой позвоночник – линия поля.

Инструкторский курс почти закончен на такой чудесной ноте гармоничного ханга, но мой Путь Героя продолжается.

А что же дальше...

«Гармония создается пОтом, а приходит потОм» (П.М. Пискарёв)

Что меня ждет дальше, и как я пройду свои 10-12 этапы Мастерства, Истории силы и Обыденной реальности на Пути Героя, известно только Богу и Проведению. Но я точно знаю, что все это будет во благо!

Я смотрю на себя прежнюю и себя новую и вижу Целое (Круг). Я вижу себя идущей дальше по Пути Героя, погруженной в себя и открытой миру. Я наполнена духовностью, продолжаю погружаться в эту тему и радуюсь простым, очень человеческим, обычным вещам.



Мне не нужно выбирать между этими частями. Я признаю и принимаю, что все они и есть Я. Сегодня, завтра, всегда...

Благодарю, благодарю, благодарю!

[Ссылка на дипломную работу Дон Олеся в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мотивация.



Тема: Коуч.

