



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Колесникова Юлия

Супервизор:

Моловцева Наталья

Тема:

Раскрытие себя при помощи НейроГрафики

Оглавление

Колесникова Юлия	2
Раскрытие себя при помощи НейроГрафики	2
Раскрытие себя при помощи НейроГрафики	2
Работы.....	11

Раскрытие себя при помощи НейроГрафики

Меня зовут Юлия Колесникова, я инструктор НейроГрафики 2023. Мне сорок один год. Я живу в небольшом городе Белгородской области – в Старом Осколе. Мне хотелось бы поделиться со всем миром событием, которое всего за один год перевернуло мою жизнь с ног на голову: рассказать о своём знакомстве с НейроГрафикой. В принципе, я могу отнести себя к счастливым людям. В жизни мне часто везло, мои желания исполнялись, и я достигала поставленных целей.

Я считаю, что каждый из нас обладает всеми необходимыми ресурсами для достижения любых целей. Эти ресурсы заложены в нас от рождения – багаж человеческих возможностей настолько велик и разнообразен, что у каждого есть шансы на благополучие. Порой мне кажется, что этот мир без границ, возможности в нем неисчерпаемы. Но многое из того, что мы имеем, скрыто в нас самих и порой находится за семью печатями. Без посторонней помощи тут не обойтись. Доступ к нашим собственным ресурсам иногда бывает практически невозможен, и причина одна: нет такого ключика, который открыл бы перед нами двери скрытых возможностей. Вот в таких случаях и приходят на помощь специалисты, обладающие специфическими знаниями, опытом, инструментами для адаптации к условиям современной жизни. Одним из таких инструментов, своеобразным ключиком к решению многих задач, является «открытая» мною для себя сравнительно недавно НейроГрафика.

Больше двадцати лет я работаю в сфере услуг. У меня большой опыт работы с клиентами, и мне всегда было интересно размышлять о том, какой подход требуется к клиенту, о чем он думает, что я должна сказать и сделать. Я читала много психологической литературы, в том числе Фрейда и Юнга. Читала о том, как распознать ложь от правды по мимике и жестам. Меня интересовало все, что связано с подсознанием и психикой человека. Однажды я даже собрала документы для поступления в Воронежский экономико-правовой институт на факультет психологии, но в последний момент бытовые вопросы и ребенок, на тот момент ещё совсем маленький, требовавший к себе большого внимания, приостановили мои планы. Но, наверное, тогда ещё не настал нужный момент. Как говорится: всему своё время.

Так случилось, что впервые о НейроГрафике я услышала в 2020 году. Всё чаще я стала обращать своё внимание на рекламу НейроГрафики на

просторах интернета. В наше время существует много информации в свободном доступе, в том числе о НейроГрафике. Так я узнала, что существует такое направление, такой метод. Но это знание было отправлено в папку на дальнюю полочку моего мозга.

Я живу в небольшом провинциальном городе, и здесь у нас все новшества приходят позже, чем в больших городах. Но в нашей местности нашлась девушка, которая имела статус специалиста. Мы были с ней приятельницами. Она и предложила мне познакомиться с НейроГрафикой. Сначала мне казалось, что всё это как-то несерьёзно. Когда я смотрела на её рисунки, у меня почему-то появлялось сопротивление. Я сказала ей, что у меня нет на это времени, но я обязательно приду, как только оно появится. Позже обстоятельства в моей жизни сложились таким образом, что оно нашлось. И уже скоро я признала: НейроГрафику можно назвать чудом, волшебной палочкой или волшебным ключиком, который поможет открыть любые двери.

Так уж вышло, что с этим методом я познакомилась в сложный для меня период. За год до этого ушёл из жизни мой папа, было сложно, было тяжело, было непонятно, я искала отдушину и замену везде и во всём: в книгах, в храмах и монастырях, в поездках, дальних дорогах и путешествиях, в общении с близкими, с семьёй, в знакомствах и общении с незнакомыми людьми. Я пыталась заполнить эту пустоту. Я задавала много вопросов себе, Вселенной, Творцу: «Зачем?», «За что?», «Как с этим справиться?» Я искала ответы, а, как известно, кто ищет, тот всегда найдёт.

И вот в очередной раз, я увидела рекламу мастер-класса в нашем городе. Мне просто хотелось уйти от мыслей, переключиться, побыть наедине с собой попробовать что-то новое, переключить своё внимание, и я записалась. Я впервые попала на алгоритм снятия ограничений. Теперь я понимаю, насколько это было правильно.

Прежде всего перед началом работы мы осуществляем выбор темы. Он происходит на уровне нашего оперативного сознания, которое непосредственно связано и реагирует на все, что происходит с нами в данной точке реальности. Это и привело к определенному набору впечатлений, представлений и фантазий о сложившейся ситуации и из предыдущего опыта и дало мне ту самую эмоцию, которую я испытывала к теме на данный момент.

Мы написали слова за две минуты свободным потоком. Я отследила негативные, триггерные и волнующие меня, на них и было предложено

сделать выброс. Именно тогда я проработала страх, который сидел во мне двадцать лет. Позже, проанализировав свою жизнь, я поняла, что сама «вынашивала» его внутри, «удобряла» своими же мыслями.

Второй пункт, который задаёт динамику всему процессу, – это композиция. В данном случае был выброс/катарсис. Композиция отображает ситуацию и тему, то, какая она есть для нас на данный момент. Это был для меня первый опыт рисования алгоритма снятия ограничений, да и нейрографики в целом. Когда я смотрела на выброс, кружилась голова, меня тошнило. Потом я поняла, что это было сопротивление.

Когда мы перешли к третьему пункту базового алгоритма (округление/нейрографирование), я почувствовала, что погружаюсь в лёгкое медитативное состояние. Именно на этом этапе происходит погружение в бессознательное, но в то же время осуществляется работа над собой, и мы придаём себе более гармоничный образ. «Округление» связано со значительными волевыми усилиями. Оно представляет собой достаточно напряжённую мыслительную нагрузку.

Но самое интересное ожидало меня тогда, когда мы перешли к четвертому пункту базового алгоритма – к интеграции. На этом этапе мы погружаемся ещё глубже, прорабатываем наше присутствие и взаимодействие с окружающим миром, происходит работа с фоном, ситуацией вокруг нас. Мы погружаемся в коллективное бессознательное на уровень архетипов и эгрегоров. Четвёртый пункт состоит из двух подпунктов. В пункте 4.2. мы приступаем к одному из интересных процессов – к работе с цветом. Здесь происходит интеграция раздроблённых частей в большие фигуры, преодоление границ и начинается погружение в самость. А самость — это как раз та часть бессознательного, которую можно назвать душой. Это последняя стадия, на которой также происходит деление Абсолюта на 5 элементов.

«Интеграция» является наиболее энергозатратной из анализируемых. Данное состояние вызывает значительное напряжение передних отделов коры ГМ. Помимо этого, при «Интеграции» значительную нагрузку испытывает правое полушарие, причем наблюдается периодическое колебание активности левого полушария.

Мы плавно подошли к пятому пункту базового алгоритма — Линии поля. На тот момент для меня это были новые и неизведанные ощущения. В пятом пункте мы уже достигаем Абсолюта, проникаем в самые глубины нашего сознания, где и наделяем наше новое видение ситуации энергией из

Абсолюта, проводя линии поля, которым дано оживить наше новое позитивное представление о теме, придать энергию для его воплощения.

Когда нам предложили перейти к шестому пункту базового алгоритма, фигуре фиксации, мне казалось, я уже чётко осознаю, что хочу зафиксировать себя новую. Ведь именно на этом этапе мы выходим из подсознания и фиксируем полученный результат, решение на уровне оперативного сознания, приводим полученный результат в исполнение в окружающей среде, в нашей реальности.

Позже нам было предложено проанализировать проделанную работу, отследить своё состояние и подумать, поменялось ли название темы? И да, оно у меня поменялось. Уже в названии темы отслеживались нотки уверенности в себе. Присутствие страха, над которым я работала, было минимальным. Мы снова писали слова за две минуты, и в этом упражнении уже четко проглядывалась положительная динамика. После чего нам было предложено «долюбить» свою работу, и довести до эстетического совершенства. Этот пункт уже давался легко и непринужденно и приносил эстетическое удовольствие. Мне определённо нравился результат моей работы, несмотря на то, что я делала это впервые. А это был всего лишь первый опыт работы с НейроГрафикой! Но уже не оказалось тех волнующих меня слов, от которых был мороз по коже. Моё подсознание больше не рисовало тех страшных картин, я не чувствовала опасности. Мне даже удалось увидеть образ себя счастливой. И это была моя первая победа. С неё тогда всё и началось.

Несмотря на то, что мастер-класс был многолюдным (кому-то было непонятно и не интересно, кто-то пришёл с маленьким ребенком, и этот ребёнок перетягивал на себя много внимания), мне удалось погрузиться в себя.

Прорисовав Алгоритм снятия ограничений, примерно через неделю я осознала, что уже иначе отношусь к бывшему страху. Я стала много размышлять о работе НейроГрафики и призналась себе в том, что она определённо имеет влияние на мое подсознание. Тогда я записалась на следующий мастер-класс. Я поняла, что НейроГрафика – творческий метод работы с подсознанием, метод рисования, который решает поставленные мной задачи. Похоже на волшебство? Да, так и есть, но оказалось, что это волшебство имеет научное и логическое обоснование. Это подкупало.

Я начала работать над собой, копаться в себе и поняла, откуда берутся проблемы, недовольства и противоречия. Говоря простыми словами, это всё

и есть моё сопротивление. И чем больше ситуаций, которые мне не нравятся, тем больше ограничений, препятствующих прохождению энергии из Абсолюта, самого глубинного уровня нашего сознания. Это создаёт ограничения, отнимает энергию и препятствует дальнейшему развитию положительных результатов. Ох, сколько же листов ушло на алгоритм снятия ограничений и алгоритм выявления намерений... До сих пор удивляюсь тому состоянию. Теперь оно кажется очень далеким. И все благодаря занятиям НейроГрафикой! Возникает ощущение, что я исцеляла себя этими алгоритмами. Всё то, что так тяготило, просто выплёскивалось на лист и растягивалось, растворялось в фоне и в памяти.

Постепенно я стала знакомиться с новыми для меня алгоритмами. Мой интерес к НейроГрафике возрастал. НейроГрафика стала для меня инструментом гармонизации сознания.

Новые алгоритмы помогали мне заниматься собой, находить мотивацию для улучшения состояния здоровья, продолжать учиться чему-то новому, даже во время карантина. Время, проведенное в изоляции, помогло мне лучше узнать себя, свое тело и разум. Свободное время, которого мне так не хватало, позволило начать медитировать, развивать свое тело физически и духовно. Я становилась более спокойной, уравновешенной и начинала по-другому смотреть на происходящее.

Я стала прорабатывать многие сложные для меня запросы, и мне было комфортно работать в таком формате. Я брала для себя болезненные, острые и неудобные темы, я стала работать над тем, что давно сидело внутри, над тем, что не хотела и не могла сказать кому-то вслух. У меня было много вопросов к себе и окружающим, но я не знала, кому задать эти вопросы, кто мне может дать на них ответ? И здесь, вуаля: я справлялась. Справлялась сама! Мне становилось легче и интереснее общаться с теми родственниками, с которыми раньше совсем не получалось. Потихоньку, шаг за шагом, я будто разматывала клубок. Я поймала этот хвостик и медленно, но верно, тянула за ниточку. И когда я чётко осознала, что это работает, но ещё не понимала, как, я стала брать разные темы. Кажется, я испытывала метод НейроГрафики на прочность!

Я стала прорабатывать отношения с мужем, шлифовать их как алмаз. Я делала запросы на подарки и получала их. Делала запросы на покупки и путешествия, и это тоже оказывалось в моих руках. В детстве и в юности, как я уже говорила, мои мечты, даже самые невероятные, всегда исполнялись. Но со временем почему-то я утратила эту способность.

В какой-то момент я просто разучилась мечтать, перестала верить в чудо, перестала допускать саму возможность чего-либо невероятного. Конечно, были какие-то цели, которых я достигала. Но всё происходило как-то сложно, с усилиями и великим напряжением.

Тему подарков я никогда не считала важной, и к самим подаркам всегда относилась спокойно. Но именно в тот период моего «рисования» в моей жизни начали происходить чудеса. Подарки просто начали сыпаться со всех сторон. Я получала вещи, которые не могла получить долгое время. А они сами шли ко мне в руки, без всяких усилий. Иногда эти подарки были настолько удивительными, что мне даже сложно было представить, как рассказать о них окружающим.

Я прорабатывала продажи на работе, и это тоже начало у меня получаться ещё лучше: я стала продавать даже в те дни, когда в магазин заходило от силы пару покупателей. Позже я рисовала благодарность. Потом мне стало интересно, что ещё возможно при помощи маркера, на кончике которого есть ответы на все вопросы и запросы? Тогда я стала прорисовывать разные группы покупателей. Однажды я нарисовала благодарного покупателя с запросом на чаевые, и, каково было моё удивление, когда мне сказали: «А сдачу оставьте себе, на конфеты». Это было впервые в моем опыте, и я сразу же вспомнила тот самый запрос на чаевые.

Мне всегда хотелось чего-то большего: расширить горизонты, увидеть новые возможности. Я стала рисовать поездки и путешествия, они тоже начали приходить в мою жизнь. Я рисовала те места, которые желала посетить, и, пусть не сразу, но я в них всё же побывала. Иногда мне казалось, что этот метод действительно можно отнести к волшебству.

На тот момент остро стоящим вопросом было для меня моё общение с дочерью-подростком. Я рисовала нейроконтат и замечала, что наши отношения улучшаются. Ко мне пришло осознание того, что во многом я была не права, что она выросла и всё, что мне нужно, это осознать, что она личность, самостоятельная единица, у которой есть своё мнение и своя территория. Но почему я раньше этого не понимала, почему пыталась подавлять и доминировать? Почему то, что мне не нравилось в поведении с другими, я переносила на наше с ней общение? Я задавала себе вопросы, искала ответы и через линии переносила на бумагу.

Когда моя дочь начала свой путь прохождения этапа олимпиад, я начала их прорисовывать. Я рисовала ее результат, мне приходили в голову образы ее успехов и побед. В результате так и произошло: она стала

призёром всероссийской олимпиады школьников. Но я ни в коем случае не уменьшаю ее заслуг в этом! С её стороны был проделан большой объем работы в данном направлении, но я верила, рисовала и сопровождала её методом НейроГрафики, что тоже очень помогло.

Впервые образы я начинала видеть именно на данном запросе, с олимпиадами. Я видела себя в образе мамы победительницы олимпиад, в образе мамы успешной дочери, и всё складывалась именно таким образом. Я загадывала желания и получала по запросу. Я и сейчас на постоянной основе прорисовываю работы для успешной сдачи экзаменов дочери, и своих в том числе, ведь теперь я тоже студент. Сейчас я обучаюсь в двух заведениях одновременно. Это помогает мне поддерживать себя в активном состоянии.

Я проработала вопросы со здоровьем, медленно, но верно, я шла к своим целям.

Моим первым опытом рисования НейроГрафики были платные мастер-классы с разными инструкторами. После – я стала искать алгоритмы в Интернете, пробовала рисовать сама, понимала, что это работает. Но не всегда у меня получалось по запросу, ведь что-то, не имея достаточного опыта, я делала не так. Тогда я начала искать информацию о НейроГрафике уже прицельно. Стала смотреть ролики Павла Михайловича Пискарёва на ютубе. Рисовала вместе с инструкторами НейроГрафики на открытых уроках. Внутри меня как будто складывался пазл: вот оно, чудо! Метод, который сочетает в себе всё, что мне нужно, что меня интересует! Для меня НейроГрафика – это метод работы руками, интеллектуальный, эстетичный и эффективный, в основе которого лежит работа с сознанием и подсознанием! Теперь меня было не остановить.

Началось моё настоящее знакомство с НейроГрафикой.

Я чётко осознала, что если учиться данному методу, то только у основателя. И тогда я оплатила курс пользователя. Моя коллега пошла на обучение по инструкторскому курсу. После первого занятия она мне в красках рассказала, как они с Павлом Михайловичем рисовали вулкан и то, насколько это было мощно! Она пребывала в восторге.

После её рассказа я нашла в Интернете мастер-класс по алгоритму «маяк». В каждый кирпичик я заложила свои желания, приоритетными из которых были обучение на курсе специалиста, а впоследствии на курсе инструктора в Институте психологии творчества. Я нарисовала и раскрасила фломастерами, хотя предпочитаю работать карандашами. Уже на следующее

утро мы с мужем обсудили вопрос моего обучения, и он предложил мне перевестись, если это возможно, на инструкторский курс. Я связалась с менеджером по обучению и меня перевели. «Как? Как это работает?» – в очередной раз я задавала себе такие вопросы. И как раз на этом курсе мне предстояло найти на них ответы. Я каждый день открывала что-то новое, с каждым уроком понимала, что, как говорил Сократ, «я знаю только то, что ничего не знаю».

Как много было информации! Иногда шло жуткое сопротивление: мне хотелось рисовать, а необходимо было вникать в термины и формулировки; я готова была задавать вопросы, но нужно было убирать руки от клавиатуры и рисовать... Иногда я не до конца понимала, что делаю и зачем мне это нужно? Но когда приходили инсайты и осознания, я осознавала, что на правильном пути. «Если тяжело в учении, то в бою должно быть легко», – думала я.

Я с лёгкостью сдала первый реферат, мне было очень интересно и познавательно (синдром отличницы не отпускал, и я сдала его одна из первых). Я купила себе мини-курс по психологии, уже заметила еще пару обучений. Конечно, семью, быт и работу никто не отменял, и мой организм дал сбой. Я попала в больницу. Вот тогда я поняла, сколько взвалила на свои плечи, какой объем взяла на себя в учебе, работе, и семье, сработала психосоматика. Я выпала из обучения на два месяца, был период болезни, а после – месяц реабилитации. Я не могла больше рисовать от слова совсем. Защемило нерв в шейном отделе, и пальцы на правой руке просто потеряли чувствительность. Но это был важный момент погружения в себя и переосмысления. Я обдумала за этот период многое. Я остановилась, заземлилась, больше не хотела спешить и соревноваться. Я погрузилась в свои мысли, и меня совсем не пугало то, что я могу больше не рисовать. Меня больше тревожило то, куда я себя загнала, где упустила заветную ниточку счастья и почему перестала наслаждаться НейроГрафикой? Я подумала: «Где мой отпуск, такой, каким я хочу его видеть, в котором мне будет по-настоящему хорошо?» И ещё: «Когда я последний раз к маме ездила? Просто на чай, а не потому что нужно и пора». Я спросила себя: «Кто сейчас рядом со мной, пока я нахожусь в стационаре? Где все те, кто был рядом, когда было удобно им?»

Это было глубокое переосмысление. Я вспомнила пирамиду, которую мы разбирали с Павлом Михайловичем, и в голове был только один пункт – Самость. Что это для меня, где я, на каком я уровне и где моя самость?

НейроГрафика помогла мне измениться и понять себя так, как я себя

никогда не понимала. Я смогла перебороть свои маленькие капризы и серьезные страхи. Я благодарна тому, что дал мне этот метод.

Но на этом чудеса НейроГрафики не закончились. Когда пришёл момент сдачи диплома, у меня были отрисованы практически все работы, но не описаны, соответственно они не прошли супервизию. Кураторов становилось всё меньше, сроки поджимали, и я тогда я описала всю свою ситуацию в малой группе, накануне прорисовав многозадачность и включив в красный остростоящий треугольник сдачу диплома. Запрос был таким: успеть сдать диплом вместе со всеми в положенный срок. На тот момент это казалось практически невозможным. Но уже утром я прочитала смс от куратора, который оказался готов взять меня с моим дипломом.

Теперь я описала работы, создаю эссе и укладываюсь в сроки. «Как так? Как работает нейрографика?» – спросила бы я себя в начале пути. Но теперь-то я уж точно знаю, что рука – мозг – это совместная работа. Главное, уметь правильно выбрать или задать алгоритм по запросу, отрисовать его согласно восьми пунктам, при этом обязательно отслеживая все четыре точки внимания, не забывая о рефлексии. Нужно всё переносить на лист, анализировать и при необходимости отрисовывать кейсом. Наш мозг пластичен, а нейронные цепочки имеют свойства выстраиваться в нужном для нас направлении.

Сейчас я использую НейроГрафику больше как инструмент для поддержания стабильного эмоционального состояния и подготовки к будущим событиям в моей жизни: к сдаче экзаменов, смене профессиональной деятельности. Я уверена, что с полученными на инструкторском курсе знаниями, я смогу смело шагать в новое будущее. Я не сомневаюсь, что в будущем я буду использовать этот метод в практике со своими клиентами. Я уже провожу мастер-классы и имею постоянных, клиентов с положительной динамикой и благодарными отзывами. Я в свою очередь благодарна судьбе за знакомство с данным методом, за знакомство с новой собой. Это открытие бесценно.

[Ссылка на дипломную работу Колесниковой Юлии в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Мои продажи.



Тема: Успешные продажи.

