

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

Нейрографика как метод сопровождения
качественных изменений жизни

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Наталия Перлотто

«16» февраля 2024 г.

Выполнил Котлярова Ю.А.

«16» февраля 2024 г.

2023 г.

Эссе.

Нейрографика как метод сопровождения качественных изменений жизни.

1. Как я пришла в Нейрографику.

Пути Господни неисповедимы. За плечами долгий и трудный, но при этом безусловно интереснейший и ценнейший в плане полученного опыта путь, но я до сих пор удивляюсь, что сейчас сижу и пишу это эссе. И сейчас расскажу, почему.

Оглянувшись назад, я действительно понимаю, что все, что ни делается, все к лучшему! Как сложно это осознавать в моменте и какое удовольствие и благодарность Провидению испытываешь потом.

Шел 2022 год. Мой брак трещал по швам, я предпочитала находиться в инфантильной позиции и делать вид, что все как-то само собой рассосётся. С мужем хотели детей и даже активно занимались этим вопросом с медицинской точки зрения. Я всегда умела много работать и неплохо зарабатывать, но я никогда не могла выстроить отношения моей мечты. Моя работа и стала камнем преткновения, но конечно же причина лежала намного глубже. Напряжение буквально витало в воздухе.

Когда человек находится в состоянии стресса и неопределенности, он невольно начинает искать что-то твёрдое, надёжное, кто скажет, что надо делать, чтобы все было хорошо. Так и я, вместо того, чтобы разъяснить саму ситуацию и принять какие-то взрослые решения, я ходила по астрологам-тарологам и пыталась у них узнать свою судьбу, рассосется все-таки или нет. К сожалению, не рассосалось. Муж предложил развестись и я не сопротивлялась. На самом деле, для меня это стало величайшим потрясением. Во-первых, я никак не могла поверить, что человек может меня разлюбить, я даже не представляю, что может быть больнее фразы «Я тебя больше не люблю», когда тебе говорят это в глаза четко, холодно, осмысленно, во-вторых, я была на тот момент уже беременна. Я очень любила мужа, поэтому никак не препятствовала разводу, потому что искренне желала ему только счастья, к тому же я в нем была полностью уверена и точно знала, что он будет отличным папой для малышки и мы сохраним хорошие отношения. Оставалось унять боль и чем-то заткнуть зияющую дыру в сердце.

На тот момент я проходила обучение на курсе нумерологии и там бонусом шли уроки по нейрографике. Тематические алгоритмы типа «Как обрести внутренний стержень», «Любовь и ценность себя», «Избавление от неудачного опыта в отношениях», «Снятие чувства вины», «Доверие к себе и к миру» и т.д. Названия очень откликались и я решила попробовать. Так для меня открылась дверь в мир Нейро...

2. Первые результаты с Нейрографикой.

Я начала рисовать по урокам, просто повторяя за ведущей... Мне кажется, все взрослые, кто никак не связан в своей повседневной жизни с творчеством и вдруг открывшие для себя нейрографику, вначале просто в шоке от появившегося «можно». Что можно рисовать странные рисуночки, что можно нерационально желать, что можно прорисовывать какие-то события и определять их ход. Это все казалось чем-то невероятным. Я не скажу, что сразу же поверила в какие-либо волшебные свойства этих рисунков, но то, что в момент рисования я находилась в другом измерении, где была наедине с самой собой, слышала себя, любила себя – это факт.

После первого рисунка я сразу поняла «опасность» проводить много линий в работе, ведь чем их больше, тем больше надо будет сидеть и бесконечно скруглять пересечения. Кто бы знал, что этот пункт алгоритма со временем станет моим самым горячо обожаемым. Но на тот момент, повторюсь, я просто шла за ведущей и не осознавала истинного смысла своих действий.

А время шло... И месяц, который дается супругам на принятие окончательного решения о разводе, медленно, но верно подходил к концу. Все это время мы жили вместе, но как друзья. Я продолжала рисовать. И не было такого, что мои рисунки были о сохранении семьи, они были в основном обо мне, как мне сохранить саму себя в этой ситуации, ведь мне скоро предстояло стать мамой. Но фоновое напряжение перед днём X все равно нарастало и тогда для меня открылась магия округления. Я просто растворялась в этом действии, иногда брала даже прошлые рисунки и доводила их просто до тотального скругления. Уходила тревога, беспокойство, я снова возвращалась к себе в ресурсное состояние. Посредством рисунка я разговаривала сама с собой, где-то беспощадно к себе заглядывая в глаза правде и страхам, но всегда максимально откровенно.

За 2 дня до даты, когда мы бы стали официально разведенной парой, муж подошел ко мне и сказал, что очень хочет свой дом – семейное гнездо и не могла бы я нарисовать его. Я очень удивилась, но ничего спрашивать не стала, чтобы не услышать ответ, который меня не устроит. Конечно же инфантильная позиция, но у меня уже не было ресурса переживать по этому поводу и поднимать какие-то эмоции. На тот момент я вообще практически ни с кем не общалась, я восприняла заявление мужа о нелюбви ко мне как слишком личную трагедию, никто из моего окружения не знал, что мы собираемся развестись, ни родные, ни друзья. Я закрылась от мира. Я работала, но как-то на автомате. А после работы доставала альбом, маркеры и погружалась в свой мир. Для меня было важно сначала самой прожить и до конца осознать происходящее, прежде чем озвучивать это кому-то из вне. Я рисовала, занималась собой, строила потихоньку планы на будущую новую жизнь.

В день X муж не пошёл за свидетельством о разводе. Я не стану заявлять, что нейрографика спасла мой брак, но она точно спасла и сохранила меня саму. Я не прыгала от радости, что брак вроде как сохранен, потому что к этому моменту как раз четко поняла, что это ежедневная не всегда легкая совместная работа над отношениями, но прежде, чем вообще в них вступать, надо быть двумя целостными личностями, а не половинками. И я решила, что сосредоточусь в первую очередь на себе, во-первых, мне надо понять, почему у меня есть затыки в отношениях и я в них безмолвная, а во-вторых, я скоро буду мамой и у моей девочки должна быть адекватно, психически здоровая мать. Мой внутренняя сила укрепилась. Я спокойно приняла факт, что мы продолжаем существовать как семья, но сказала мужу, что второй попытки не будет. Если он все-таки не передумал и снова решит подать заявление, то на этот раз я сама схожу и заберу Свидетельство. Либо мы начинаем наш брак заново. Я готова была продолжать жить дальше самостоятельно и приняла бы любой ответ. И с этого дня мы реально начали знакомиться друг с другом заново, только уже очень внимательно и бережно.

Про дом... Много писать на эту тему не буду. Как и просил муж, я нарисовала нам дом и в принципе буквально в течение 1 месяца, я нашла дом мечты, который мне откликнулся, хоть и не подходил по некоторым параметрам. Дом - это покупка достаточно дорогая и мы рассматривали вариант ипотеки и тут началось... Какие-то проблемы с кадастром, потом с оценкой и казалось, этим проволочкам нет ни конца ни края. Муж эмоционализовал, я скругляла. Я не просила у Вселенной, чтобы она сделала что-то конкретное, я просила, чтобы все сложилось наилучшим для меня образом. Проходила по линиям поля снова и снова. И опять же, я не хочу приплетать никакие чудеса, так как

Нейрографика – это научно-обоснованный метод, но как уже можно догадаться, все устроилось, как я и просила, наилучшим образом. У меня была в активе квартира в недостроенном доме, который застройщики никак не могли сдать на тот момент уже лет 7. Нам для заключения сделки не хватало приличной суммы и мы предложили продавцу нашего дома мечты эту квартиру в зачет по очень хорошей для нас стоимости и он согласился. Это было просто что-то. Конечно же, прежде чем предложить эту сделку, я ее прорисовала. Муж был в шоке и смотрел на меня, как на колдунью. А я была просто в тотальном принятии всего происходящего. Я хочу именно этот дом, я делаю активные действия, я доверяю Вселенной, если это является наилучшим для меня решением, то дом будет нашим, если нет, то нет и это не трагедия. Итак, дома стал нашим!

Подходил к концу 2022 год, я подводила итоги: качественно новые отношения с мужем, сделка по покупке дома на стадии завершения и вот-вот рожать. Кажется, это абсолютно невероятно. Еще раз повторюсь, я не приписываю все Нейрографике, но ее непосредственное участие во всем этом отрицать никак нельзя.

3. Инструкторский курс.

Логично, что получив такие результаты, используя метод, я задумалась, а что же тогда может происходить в жизни, если быть не просто «повторителем», а понять суть метода и использовать его хотя бы даже на 10% эффективнее. Стала мониторить варианты обучения. Смотрела, где дается материал просто и понятно. Периодически вылетел реклама Института психологии и творчества, я смотрела на рисунки на фоне этой рекламы, даже как-то прошла по ссылке и практически ужаснулась, что кто ж пойдет туда учиться без базового образования художника, это какой-то недостижимый уровень владения рисунком. Но потом я осознала, что Павел Михайлович не очередной преподаватель метода, он его основатель. И больше вопроса, куда пойти учиться, не стояло. До сих пор, когда беру очередной автограф у Павла Михайловича на каком-нибудь мероприятии, испытываю трепет. Даже не буду говорить, что муж полностью поддержал мою идею, пойти учиться, так как до сих пор мне кажется, не оправился от шока, какие нейрографика творит чудеса. Так как мужчина – это вечный ребенок, а следовательно, ему необходима вера в чудо, то разубеждать его в «волшебстве» метода я не стала.

Итак, март 2023 года стал отправной точкой моей качественно новой жизни. Я стала студенткой Инструкторского курса ИПТ и я родила свою малышку.

Конечно же, я не рассчитала силы и совмещать такое серьезное обучение с работой и грудным ребенком оказалось тем еще испытанием. Но начали мы с Пользователя и алгоритм АСО пришелся как нельзя кстати. Я была постоянно не выспанная, не в ресурсе и работа с выбросами меня практически спасала, потому что резко выплеснуть на бумагу, мне было что. Я делала выброс, тотально скругляла и растягивала и постепенно возвращалась к той себе, которой мне комфортно было быть, в ресурс. Именно на этапе подготовки к реферату по Пользователю я попала в руки моему куратору, невероятной Натали Перлотто и тогда я поняла, что на этом пути я не одна. Профессиональная помощь и просто человеческая поддержка, это то, за что я ей искренне и безмерно благодарна.

Начиная с алгоритма НейроКомпозиция, мой мир перевернулся. Я спрашивала себя: «Что??? Я могу прорисовать целые цепочки событий?». Это не укладывалось в голове. И понеслось... Я рисовала деньги, работу, другие события – все размашистыми треугольниками, пренебрегая остальными фигурами. Мне казалось, я разгадала загадку невероятно эффективной жизни на полную мощь! И совсем скоро поняла, что же я творю. Что это абсолютно не экологично по отношению к себе, я просто завалила себя работой, да,

пошли деньги, но я работала сутками, а малышку с коликами в животике и постоянным плачем никто не отменял. Я сходила с ума. Тогда я оценила и остальные фигуры нейрографического алфавита - гармоничный круг и стабильный квадрат. Я старалась моделировать события с необходимой динамикой и эффективностью, но прежде всего бережно к себе.

Потом начался модуль НейроКолор. Господи, я вообще не представляла, что цвет столько всего под собой может скрывать. У меня идет период Металла и я чисто интуитивно стала все чаще выбирать белый цвет в одежде. Я совсем недавно села за руль и как только чувствовала беспокойство перед поездкой, сразу одевала полностью белый спортивный костюм, сразу утихали эмоции, в голове как-то все обретало структуру и четкий алгоритм и я в спокойном состоянии садилась за руль. Конечно, У-син – это целая философия, я поняла, почему так люблю желтый и синий цвет. Желтый – осознанность, надежность, уверенность. Особенно уверенности мне не хватает в себе и всегда в рисунках его добавляла. Однако я узнала и теневую сторону этого цвета – жизнь не по средствам, излишние так называемые понты, все это мне тоже присуще, поэтому избытка желтого стараюсь не допускать в своих работах, всего должно быть в меру. Синий – ум, чувственность, доверие, глубина, но также и страхи. Мир заиграл новыми красками, теперь сложно ходить в картинные галереи, особенно я люблю экспрессионизм за его контрастность, и не раскладывать на автомате картины на цвета, в которых зашифрован возможный посыл автора. Ах да, как только я стала учиться на инструкторском курсе, из моего лексикона практически исчезло слово «рисунок», на замену ему пришло слово «работа». И действительно, когда рисуешь осознанно, вкладывая смысл в каждую фигуру, в каждую линию и в каждый цветовой нюанс, это перестает быть просто рисунком.

НейроСкетчинг – моя отдельная любовь. Когда работала над дипломом, я нейрографировала огромную, светлую, роскошную гардеробную. И сразу мысль работает, что вот в том доме, который есть сейчас, такую гардеробную, конечно, не развернуть, поэтому надо думать и искать варианты, где это было бы возможно, потому что отказываться от нее совсем не хочу. То есть импульс что-то менять в своей жизни для реализации задуманного возникает практически сразу при проведении первой же нейрографической линии по картинке с объектом вождления. Этот прием использую в своей повседневной жизни практически на постоянной основе.

НейроМандала – самой мощной для меня получилась Мандала рода. Так сложилось, что я не знаю своего биологического отца и долгое время вообще отрицала его наличие и какую-либо роль в моей жизни. На данный момент эта тема проработана, я очень благодарна папе за свое рождение и гены. Когда прорисовывала Мандалу рода я прям наглядно для своих глаз и своего мозга дала ему и всей его ветке место в своей родовой системе. Я реально ощутила невероятную мощь предков. В процессе работы я заметила, что некоторым фигурам прям как будто бы не было места и мне пришло, что это забытые или «неудобные» родственники, вычеркнутые из родовой системы и благодаря этому алгоритму, они обрели свое законное место. И появилось чувство тотальной целостности. Каждый из них причастен к моему появлению на этот свет и я каждому искренне благодарна за это.

НейроСинтез. Для меня это про целостность, соединение множества личностей, состояний, ролей, эмоций в одном человеке. Что можно в себе очень гармонично совмещать ребенка, подростка, взрослого и мудреца и самой назначать, кто сейчас играет лидирующую роль. Что можно самой регулировать, что выходит в той иной ситуации на первый план, Тело, Персона, а может Личность или Дух. Что сказать, это просто уникально.

НейроКонтакт. Потрясающий алгоритм! Прорисовывала его в основном на отношения с коллегами, одновременно произошла достаточно серьезная ротация руководящего состава, старые люди ушли, новые пришли и надо было выстраивать связи. Где был негатив, получилось его сгладить, нейтральные отношения вывели в рабочие эффективные. Очень круто получается «отодвигать» людей из своего близкого круга общения, если по каким-то причинам необходимо отдалиться и приблизить в случае, если вдруг появляется для этого желание или необходимость. В этот момент я чувствую себя наблюдателем за шахматной партией, когда расставляются фигуры на поле для реализации задуманного исхода партии, а в данном случае разрешения какой-то жизненной ситуации. Ну и не могу не отметить очень крутой прием с сепарацией. Когда ты абсолютно осознанно можешь из своей жизни в принципе вычеркнуть или по крайней мере значительно ослабить влияние страхов, блоков, комплексов, неприятных воспоминаний, неприятных людей, все что мешает тебе идти и реализовываться здесь и сейчас. Это ли не магия?

НейроЦель – самый яркий, стимулирующий на свершения и запоминающийся алгоритм. Все мы в любом из проектов, а написание диплома – это тоже несомненно серьезный проект, проходим точку смерти, когда кажется, что все, сил нет, работы не рисуются, описания не пишутся, рефлексии нет, и вообще нейрографика не работает. В этот момент меня спасает алгоритм НейроЦель. Как только напоминаешь собственному мозгу, ради чего вообще все затеяла, какие результаты будут при достижении цели, сразу открывается второе дыхание.

НейроТайминг.... Ну это вообще просто космос. Я всегда думала о времени линейно, конечно же периодически ловишь себя на мысли, что оно течет с разной скоростью, то день или минута тянется бесконечно, особенно, когда чего-то очень ждешь, а иногда пролетает за секунды, особенно отпуск, выходные, время с семьей, но особо не погружаешься в эти размышления. Совсем другое дело, когда тебе дают инструмент управления временем. Планирование на календарях, когда я сама определяю, когда и то случится, и сколько по времени продлится этот период – это невероятно.

4. А что же дальше?

А дальше только вперед! Я уже научилась работать со своим состоянием, моделировать события, управлять окружением, достигать целей. Конечно, здорово весь этот багаж знаний применять для улучшения своей собственной жизни, но чувствую непреодолимое желание делиться этими знаниями с окружающими людьми. Когда мы с кем-то из подруг или знакомых обсуждаем какую-то жизненную ситуацию, я уже на автомате сразу думаю, а какой алгоритм или серию алгоритмов я бы применила. И это непередаваемое состояние. Чувствуешь себя дирижером, когда по мановению твоей палочки для того, чтобы гармоничная мелодия состоялась, «играет» то АСО, то НейроСинтез, то НейроКомпозиция и все это очень щедро приправленное НейроКолором.

Конечно же на этом профессиональное развитие не заканчивается, а только набирает обороты. Я являюсь студентом НейроСказки, так как считаю, что все-таки не до конца могу раскрыться иногда даже перед самой собой, а в этом подходе (лично мое восприятие) несмотря на то, что действуешь, казалось бы, от лица героя, но на самом деле все маски сброшены и твой герой транслирует свои истинные мотивы. Кстати, когда я первый раз увидела рекламу этого курса, у меня было дикое сопротивление и я сразу это подметила в себе (опять же, вот эта автоматическая саморефлексия в моменте, навык мгновенно осознавать себя – это тоже мой актив после обучения на инструкторском курсе) и тут же пришла мысль, раз такое сильное сопротивление, то скорее всего тут будет качественная точка роста для моей личности.

Также я поступила на обучение на коучинг и планирую получить сертификацию ICF, что будет очень круто работать в паре с эстетическим коучингом. Кстати в роли эстетического коуча я чувствую свою максимальную реализацию, вот эта возможность сопровождать человека от точки А до Б, увидеть его успех, почувствовать свою сопричастность к этому успеху... На мой взгляд – это бесценно! Кстати, я хочу специализироваться именно на сопровождении в достижении амбициозных целей моими клиентами. Я же достигла свою звезду цели, значит смогу быть качественным проводником!

