



2023 год

Автор:

Кравцева Антонина

Супервизор:

Оболонская Евгения

Тема:

**Изменения в моей жизни при знакомстве с методом
НейроГрафика**

Оглавление

Кравцева Антонина.....	2
Изменения в моей жизни при знакомстве с методом НейроГрафика	2
Введение.....	2
История моей души до знакомства с методом НейроГрафика.	3
Знакомство с НейроГрафикой.	5
Месяцы обучения в институте	7
Что же такое НейроГрафика и какова её практическая польза?	7
Интенсив	9
Заключение	10
Работы.....	12

В бесконечном потоке жизни, частицей которого я являюсь, всё прекрасно, цельно, совершенно. Но жизнь постоянно меняется. Нет ни начала, ни конца – лишь круговорот материи и опыта. Каждое мгновение жизни – отправная точка на пути движения от прошлого к будущему. Изменения для меня начинаются именно здесь, именно сейчас. В моём мире всё прекрасно.

Луиза Хей

Введение

Я долго думала, размышляла на тему эссе к моей дипломной работе. Рассказать о моём первом проведённом мастер-классе для сообщества «Встречи мам», о котором мечтала, и как пригласили, и как включился внутренний неуверенный человечек, который, как тот самый «коуч», начал задавать мне вопросы, но уже теперь в миг ответив на них, приступила к подготовке, и всё прошло на ура с позитивом и добром.

А может быть, написать просто об изменениях, которые произошли в моей жизни в этом году, полном НейроГрафики? Или рассказать о том, как изменились мои отношения с людьми и моё отношение к жизни? В итоге, после долгих раздумий, решила написать о себе. И тут жар по телу, ведь писать или рассказывать о себе было для меня всегда сложнее всего на свете. Моё отношение к себе и жизни долгое время формировалось, и начало было положено в раннем детстве под влиянием взрослых, окружающих меня. Именно тогда я получала первые представления о самой себе и о мире. И, учитывая событийности того времени в моей жизни, была довольно неуверенным в себе ребёнком, но никогда не осуждала и не осуждаю своих родителей, так как уверена, что выбрала их сама. Они старались, как могли, и поступали так, как их самих учили в детстве. Я глубоко уверена, что моя сила в настоящем моменте. Мои мысли, мои слова, мои действия сегодня формируют мои поступки в завтрашнем дне. Мысль сильна, мысль важна и, что особенно прекрасно, мысль можно изменить! Меняется моя мысль, и уходит чувство страха и сомнения, и так всё просто, с одной стороны, но мои закоренелые убеждения настолько сильны, что долгие годы не могла изменять ход своих мыслей, а точнее, постоянно возвращалась к исходному состоянию. И вот, как показал этот год работы с НейроГрафикой, самое сложное — это именно то, за что мне следует взяться в первую очередь. В противном случае всё



Кравцева Антонина. Изменения в моей жизни при знакомстве с методом НейроГрафика.
останется по-прежнему.

История моей души до знакомства с методом НейроГрафика

В бесконечном потоке жизни, частицей которого я являюсь, всё прекрасно, цельно, совершенно. Я верю в Силу более могущественную, чем я. Я верю этой Великой силе и в этот Великий разум и знаю: то, что должна знать, открывается мне, то, что должна иметь, приходит ко мне в должное время, в должном месте и в должной последовательности. В моём мире всё прекрасно.

Луиза Хей.

Итак, моя жизнь...

Она прекрасна в сегодняшнем дне. Да-да, именно так... Ведь я ДЫШУ, люблю и любима... Каждое утро, открывая глаза, я БЛАГОДАРЮ Вселенную, Мироздание за жизнь, за то, что смотрю на мир широко открытыми глазами с любовью и нежностью!!! Благодарю за прекрасную семью!!! За моего сына Богдана, за возможность быть на его пути и за те трансформации и изменения, которые он приносит в мою жизнь, БЛАГОДАРЮ! За мужа моего, мудрого, уравновешенного, помогающего мне, эмоциональной девчонке, посмотреть на многие вопросы с другого ракурса, любящего меня и дарящего мне спокойствие в каждом дне, Благодарю!!! Читающий это может подумать, как-то всё «сладенько», даже неинтересно... А я горжусь этим, ценю, теперь уже по-настоящему, всем сердцем эту мелодию моей жизни. Но так было не всегда, увы.



Мне было 5 лет, когда умер мой папа, моя бабушка, дедушка с перерывами в небольшой промежуток времени тоже ушли из жизни. И вот я осталась в семье первой жены папы, которая удочерила меня. Вы спросите про маму? Но свою мачеху я и называла всю жизнь мамой, т.к. мое сознание скрыло все моменты прошлой жизни взрослых и тем самым оберегло меня от многих необдуманных поступков в юности.

Всю жизнь боролась за место под солнышком, не понимая, почему агрессия в мою сторону не угасает, почему так... Ну да, я была уверена, что просто надо быть еще лучше, и меня обязательно похвалят. Училась в двух школах одновременно, в 17 лет уже работала на стекольном заводе разнорабочей (это моя первая запись в трудовой книжке, раньше стеснялась, сегодня горжусь), потом автомойка, официантка... Работала, чтоб учиться там, где хочу, а я хотела петь!!! Мама была против, она сулила мне быть инженером, куда я осознанно не поступила, сказав, что провалила экзамены. Вс время своей жизни я слышала слова: «Ты должна». Уже сегодня я абсолютно уверена, что глагол ДОЛЖЕН/на — одно из самых разрушительных слов в нашей жизни. У человека здорово, когда есть выбор в действиях, поэтому мне нравится менять слово «должна» на «Я бы могла...», и сразу снимается напряжение, и вс происходит в удовольствие, с улыбкой на устах.

Так началась моя жизнь по-взрослому. Были времена, когда у меня не было ни денег, ни жилья, мне было нечего есть, но ничто так остро не ощущалось, как отсутствие любви. Тогда ещ ждала любовь извне, не понимая истиной настоящей любви к себе. Ведь любить себя – означает привносить в свою жизнь чудеса. И это ни в коем случае не про тщеславие, надменность или эгоцентризм, нет, это вс не про любовь, это вс про страх. Любовь – это уважение к себе, занятия своим телом и разумом и БЛАГОДАРНОСТЬ к ним!

Прошло пару-тройку лет, и я уже работала в институте секретар м, одновременно обучаясь на факультете экономики, циферки меня тогда влекли. Также меня не покидала музыка, я готовилась к поступлению в музыкальный ВУЗ и ездила в Москву на частные уроки с солисткой Большого театра Ириной Журиной.

Много воды утекло с тех пор. Институт я закончила с отличием, стала помощником декана, но в музыкальное так и не поступила, увы, столкнулась с не очень хорошими моментами. Да, оказывается, и в академической музыке, как мне тогда казалось, полной чистоты, есть тоже коварные схемы... Тогда, словно земля ушла из-под ног, сказала, что петь больше не буду. Но «путь звезды» (интерпретация по матрице судьбы), который мне суждено было пройти до 40 лет, вс же состоялся! В 2007 году награждена орденом «Молодое дарование России». Пела в институте, на городских площадках, но уже эстрадную музыку. Далее конкурсы, записи, подработка в ресторанах ведущей праздников, вокалисткой, вела различные городские мероприятия. Позже на моем пути творчества были две кавер-группы, где я – солистка, просто ух, жизнь кружила, я прокачивала своего «неуверенного человечка» внутри себя, иногда «улетала» не туда, гордыня включалась, но это мой путь,

Кравцева Антонина. Изменения в моей жизни при знакомстве с методом НейроГрафика.

тогда не совсем слышала себя изнутри, больше срабатывало ЭГО в не очень порой хороших сценариях. В 2015 году награждена медалью МО РФ «100 лет Военно-воздушным силам».



В 2008 году меня попросили быть на одном из концертов-конкурсов (сейчас я БЛАГОДАРНА и за это), там я познакомилась со своим мужем!!! Тогда еще молодым капитаном Вооруженных сил Российской Федерации. И вот уже 1 августа 2023 года ровно 15 лет с того дня, как мы отметили в кругу близких людей нашу свадьбу!!! Да, разные периоды совместного становления мы прошли, но мы вместе, мы – ЕДИНЫ, мы счастливые родители сына. Сегодня муж уже полковник, всегда верила в силу его духа и мозг. Восхищаюсь и по сей день его спокойствием и уравновешенностью, я называю его: «Мой Гуру».



Моя жизнь проигрывалась всё новыми и новыми нотками: ведущий инженер в армии, фитнес-инструктор групповых программ, нумерология (ведическая и матрица судьбы), и всё никак не могла свести всё воедино, до тех пор, пока не познакомилась с таким волшебным, а что особенно заинтриговало меня тогда, НАУЧНЫМ методом НейроГрафика!!!

Знакомство с НейроГрафикой

В бесконечном потоке жизни, частицей которого я являюсь, всё прекрасно, цельно, совершенно. Я способна к учёбе. Я могу научиться. Я хочу измениться. Я хочу получить удовольствие от этого.

Луиза Хей

Сегодня я хочу поделиться событиями моей жизни за последние девять месяцев. Хотя нет, речь пойдет о том периоде, который начался со дня моего знакомства с НейроГрафикой. Два года назад, в ноябре 2021 года, сестра мужа, приехав к нам в гости из прекрасного города Ставрополь, предложила порисовать по записи одного из действующих инструкторов НейроГрафики. Всю сознательную жизнь я считала, что не умею рисовать, всегда с завистью разглядывала прилавки канцелярских магазинов. И, конечно же, предложение сестры очень заинтересовало. И вот тогда, в тот первый раз моего рисования нейролиний, для меня открылся новый мир, который с первых минут поглотил меня, давая мне свободу от накопившихся тяжелых мыслей, от обид,

претензий, и открывал дорогу в мир любви, радости, медитации. В моей жизни появилась возможность научиться красиво рисовать, заниматься творчеством вне ночных возвращений домой с концертов и различных праздничных мероприятий. А больше того — рисовать, при этом гармонизировать свое состояние в любой момент. Здесь я смогла соединить все, чем мне хотелось заниматься ранее, ради чего я так много изучала, и вот сейчас все стало приходить к общему знаменателю.

Уже позже посмотрела мастер-класс по алгоритму «Благодарность», и меня сильно прошибло — захотелось познакомиться, узнать и понять глубже, что это за метод, и пошла на курс «Пользователь», потом «НейроКомпозиция», «НейроКоллор». Ходила на встречи нейрографов, новые знакомства, красивые геолокации. Мы рисовали, делились своими инсайтами, которые появлялись в процессе рисования. Все девочки являются пользователями и специалистами, и их успехи «бодрили» с каждой встречей.



Время шло, метод НейроГрафики в моей семье стал всё чаще и чаще приносить плоды благополучия и процветания, тем самым основательно закрепляясь в моей жизни. Мой муж был долгое время в состоянии непонимания, как работает метод НейроГрафика. Он человек точных наук, просто наблюдал со стороны, но сам не рисовал. В 2022 году случился случай, увы, заболевания ковидом. Муж тогда находился дома, это уже был вторичный случай заболевания этой «заразой» в его жизни, но первый раз был в госпитале, а в этот раз вирус настиг его дома. Ни я, ни сын не болели, паники не было, я просто выдала всем по маркеру, листу, и мы дружно начали рисовать на тему «Здоровье». И какова была наша радость от быстреешего выздоровления папы, да-да, на третий день он был абсолютно здоров, а доктор развела руками и сказала: «Максим Викторович, видимо, и так бывает, но 21 день освобождения никто не отменял, пейте витамины и отдыхайте». После этого случая муж призадумался, а я уже тогда внутри себя приняла решение быть мне инструктором и все большему кругу людей рассказывать о методе.



Месяцы обучения в институте

И вот настал тот долгожданный час. Я – студентка института в ожидании считаю минутки до нашего первого вебинара в институте. Мелодия, сопровождающая меня на всём пути этого обучения, как та самая линия Павла Михайловича Пискарёва не была похожа ни на одном участке этого пути. То всё было спокойно, мелодично, легато, то вдруг резко всё менялось, включалось сопротивление к разным процессам, мозг, будто отказывался понимать, но я не сдавалась и не сдаюсь, идя этим путем в сторону реализации моих целей и намерений.

За эти месяцы я прошла большой путь в освоении НейроГрафики. В начале пути, мне казалось, что это очень сложная область развития, полная непонятных терминов и алгоритмов. Постепенно, шаг за шагом, погружаясь в процесс обучения, я открывала для себя много нового. Модуль «Пользователь» очистил и позволил освободить внутреннее пространство для творчества. Модуль «Специалист» позволил найти в себе силы для моделирования своего будущего, показал самой себе свои возможности. А далее началось всё самое интересное: открылись безграничные возможности НейроГрафики и поиск своего места в ней.

Что же такое НейроГрафика и какова её практическая польза?

НейроГрафика – изобразительный метод работы с подсознанием, современное искусство, доступное для всех. Разработана Пискарёвым Павлом в 2014 году. Ректор Института психологии творчества создал творческий метод трансформации мира, помогающий изменить жизнь с помощью рисования.

НейроГрафика обеспечивает прямой доступ к внутреннему «я». Не нужно ничего объяснять, не обязательно делиться эмоциями. Отношение к проблеме выражается с помощью графического рисунка. НейроГрафика – это невербальный инструмент коммуникации с подсознанием. Конкретные шаги помогают бесстрашному погружению и приятному процессу рисования, а затем приводят к стремительным позитивным изменениям в жизни. Автор метода называет НейроГрафику «творческим методом мировой трансформации». Она помогает изменить жизнь, развивает эмоциональный и эстетический интеллект для поиска решений проблем.

НейроГрафика имеет набор графических алгоритмов. Они помогают решать проблемы и достигать желаемых результатов, связывая людей с внутренним источником, расширяет границы, снимает глубоко спрятанные

ограничения. Начинать лучше с изучения базового алгоритма – это конституция НейроГрафики. Изучая метод, можно и нужно научиться создавать рисунок, который Вселенная воспримет как инструкцию к применению. НейроГрафика, позволяет снять контроль разума, впустить в поток мысли, чувства и тело.

Польза НейроГрафики заключается в том, что, несмотря на то, что является достаточно новым, но при этом весьма популярным психологическим методом, помогает нарисовать проблемную ситуацию, воплотить подсознательные мысли, решить реальные проблемы. Создавая композицию различных фигур, сопрягая их через нейрографическую линию и паттерн округления, можно увидеть, как именно выглядит ситуации. Работая далее по алгоритму, через эстетическое восприятие образов можно найти нелогическое решение задачи. В этом состоит уникальность метода.

На практике НейроГрафику может освоить каждый человек, даже с нулевым опытом рисования. Есть четкие алгоритмы, они помогают последовательно выстраивать графическое изображение, шаг за шагом. Помимо нейрографической линии, которая является основой метода, в рисовании используются базовые фигуры, на основе которых можно построить любое изображение. Одной из основных фигур этого метода является круг, на его базе осуществляется такая техника, как скругление.

Круг – это мощная архетипическая фигура. Карл Густав Юнг утверждал, что круг – это стремление к гармонии, замкнутые образы, прорывающиеся из подсознания. Скругление в НейроГрафике – это гармонизация любого негативного или конфликтного образа на листе, а также сопряжение (связь) между фигурами. Треугольники символизируют вопросы и проблемы, конфликты, которые на сегодняшний день стоят остро и требуют быстрого решения. Одновременно треугольник – это и динамика развития, энергия, которая необходима для решения задач. Треугольники – это довольно непростые и очень сильные фигуры. Поэтому при рисовании методом НейроГрафики нужно использовать его достаточно аккуратно и осознано. Когда человек рисует квадрат, он подсознательно в простых формах выражает сложные вопросы и ответы на них, так как эта фигура – символ стабильности, устойчивости. Но иногда через квадраты можно увидеть и те зоны, в которых происходит застой, в которых требуется динамика изменений.

Интенсив

Я стараюсь изо всех сил. С каждым днём мне становится всё легче. Меня радует, что я двигаюсь в ритме и потоке своей постоянно меняющейся жизни.

Огромное значение приобрел интенсив в Санкт-Петербурге и те знакомства, которые на нём образовались. Можно сказать, что я приехала после него другим человеком. В моём мире всё прекрасно! Интенсив был наполнен интересными знакомствами и открытиями. Утренняя НейроПластика и вечерний НейроДенс особенно впечатлили. Интенсив поразил разнообразием и гармонией обучающихся, не всё всегда шло гладко, трансформация – это непросто. Огромная благодарность всем, кто на нём был, за неповторимую атмосферу и творческое пространство, за эмоции в каждом дне. У меня по итогам родилась такая метафора: «НейроВолна меня сначала обняла, потом приподняла, накрыла, покружила и вернула на землю совершенно другой девочкой Тоней».



Моя жизнь — она стала иная, поменялось качество жизни. Увеличилась осознанность, ощущение радости и счастья в каждое мгновение Бытия. У меня появился механизм приведения себя в порядок при любом повороте судьбы, который я опробовала и увидела, как это действует. Самое удивительное то, что это работает! Я с радостью учусь любить себя всё больше и больше. Мне нравится менять свой образ мыслей. Я учусь наслаждаться опытом сегодняшнего дня. В моём мире вс играет новыми нотками добра и света.



Кроме этого, появился механизм создания, управляемого будущего. Моделирование в НейроГрафике присутствует постоянно и работает – на чём убедилась за время обучения. На инструкторском курсе дали много разных алгоритмов для достижения результатов. Рисовала запоем, все свое свободное время. Было безумно интересно познавать себя и мир с новой стороны.

На всем пути обучения поддерживают и вдохновляют меня самые близкие мне люди: сын и муж. Очень благодарна им за это. За время обучения они тоже сделали множество творческих работ в стиле НейроГрафика и тоже получили свои результаты, тем самым уверовав в действие метода еще больше.

Также в эти 9 месяцев я для себя открыла более глубокое понимание слова СЧАСТЬЕ. Счастье для меня сегодня – это когда ты можешь спокойно говорить обо всех своих чувствах и не ранить других. Счастье – это когда ты доверяешь своим близким, и когда они говорят не совсем для тебя приятное, ты можешь их услышать, а не обидеться или уйти в вину. Счастье – это когда ты перестаешь считать копейки и спокойно смотришь в будущее. Счастье – это жизнь в потоке. Когда все происходит само, стоит только помечтать. Когда ты делаешь то, что можешь, а остальное выстраивается. Когда случаются чудеса – большие и маленькие. А внутри, несмотря ни на что – благодать. Океан спокойствия. Когда ты в потоке – это особое состояние. В нем столько силы – не сокрушительной, а спокойной. Ровной силы. Женской.

После прорисовки курса «Эстетический дневник» 21 день на тему «Благодарю за все», получила предложение проводить мастер-классы на постоянной основе в прекрасном Парк-отеле «Ревиталь» своего города проживания. Провожу алгоритм снятия ограничения среди отдыхающих. Рассказываю о методе, авторе и базовом алгоритме – Конституции НейроГрафики. Показываю свои работы. Вдохновляю своими примерами из жизни, которых все больше и больше с каждым днем. Появляются у людей вопросы и интерес, многие решают порисовать и не раз.

Также в свою практику ввела проведение мастер-классов в своем военном городке. Сформировался костяк из девчоночек, стремящихся к изменениям или уже переживающих их со знаком плюс в своей жизни: кто-то наладил отношения в семье, кто-то купил долгожданную машину, а кто-то просто приходит в состояние позитивного мышления после каждой такой встречи.

Алгоритмы находят новый отклик во мне – а что еще можно сделать с помощью НейроГрафики? А ещё можно придумать свой алгоритм. Уже есть идеи, но никакой спешки, как говорит автор метода Павел Михайлович Пискарёв: «Дерево растёт медленно».

Заключение

Теперь я говорю иначе, действую по-другому. Окружение моё иное. Мой новый мир – отражение моего нового образа мыслей и действий. В НейроГрафике всё очень просто: садишься, рисуешь, сливаешься с потоком и в результате расслабляешься и понимаешь, что жизнь гораздо проще, легче и счастливее, чем была раньше.

И ещё я особенно чётко осознала, что победа не всегда означает быть

Кравцева Антонина. Изменения в моей жизни при знакомстве с методом НейроГрафика.
первой.

Победа, это когда ты стал лучше, чем вчера, – чего я всем сегодня и желаю!!!

Самым большим открытием для меня во время обучения было то, что у каждого алгоритма есть свое место и значение. Иногда для более сложных тем нужно начать со снятия ограничений и очистки эмоций. Затем, чтобы настроить себя или ситуацию, пройти через гармонизацию. И только тогда искать конкретные решения или способы достижения цели и строить счастливое и благополучное будущее.

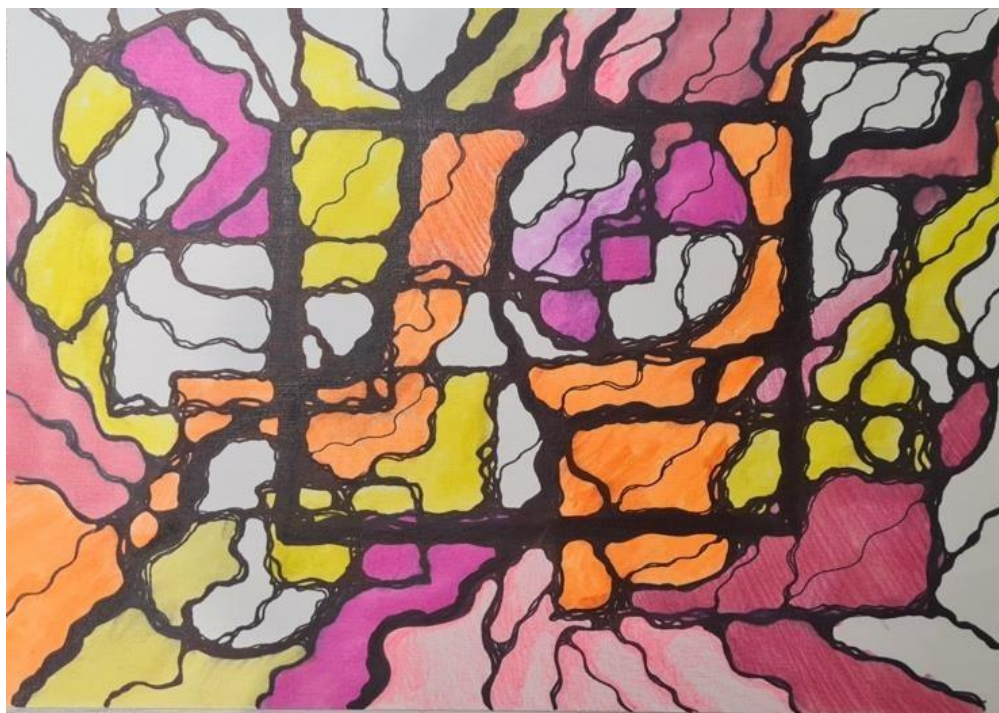
Благодарю Вселенную за то, что в моей жизни появился Институт психологии творчества как друг, наставник, помощник в виде огромного эгрегора. Любовь и Благодарность безграничным потоком соединяет меня с создателем метода – Павлом Михайловичем Пискарёвым и каждым человеком причастным к созданию обучающей программы, поддерживающему и организующему процесс работы института, коллегами! Благодарю и свою семью за поддержку и любовь. Сат Нам.



[Ссылка на дипломную работу Кравцевой Антонины в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Квартира в Москве.



Тема: Инструктор НейроГрафики.

