



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:

Мишина Лилия

Супервизор:

Калашникова Эльвира

Тема:

Мой путь инструктора НейроГрафики

Оглавление

Мишина Лилия.....	2
Мой путь инструктора НейроГрафики	2
Мой путь инструктора НейроГрафики	2
Работы.....	13

Мой путь инструктора НейроГрафики

Эта история для тех, кто стремится к успеху. Если вы хотите что-то изменить, и у вас есть дерзость и смелость отстаивать то, во что вы верите. Если вы Фанат своего развития и раскрытия своего таланта. Если... вы хотите начать свой путь, то эта история для вас. История длиной 9 месяцев. Да-да, вы все верно увидели. Это рождение.

Моё рождение. Вначале был рисунок... И нет, это была не НейроГрафика.

Вначале была потерянная 45-летняя девочка, и однажды она заблудилась в кризисе своих лет. Только потеряв себя, падая в бездну, мы можем начать поиск. Поиск своих истинных целей, поиск своего предназначения.



Вначале был рисунок с горячим сердцем. Такой простой, такой чистый, и в нем каждый видел своё. Кто-то говорил: «Добавь цвета», кто-то хотел слепить его из гипса. А я просто смотрела, и мои глаза наполнялись слезами. Слезami любви и полного счастья и осознания, что рисунок создан моим талантливым сыном и подарен мне на день рождения. В марте 2023 года он выглядел так.

А ещё была МЕЧТА. Искренняя, глубокая и оттого не реальная, как мне казалось тогда. И сейчас я пишу эти строки, меня мурашит, я вижу образ земного шара, чувствую возбуждение, пальцы спешат набрать текст, и я делаю много опечаток – о чем это мне – ах, да, перестань спешить, ты все успеешь рассказать. Ха-ха, девять месяцев сплошной рефлексии дают о себе знать.

1 урок, который я забрала с этого пути — это умение задавать вопросы и себе, и моим клиентам. Вопросы, которые уже вшиты, и я не могу их не задать.

Волшебные вопросы Инструктора НейроГрафики:

Какой сейчас образ на внутреннем экране? Что ты чувствуешь сейчас?

Если не знаешь, возьми табличку эмоций (есть в конце текста), ты не

можешь не чувствовать. Любая ситуация, тема, на которую ты рисуешь, окрашена эмоциональна. Это база, мы так устроена.

И эмоция твоя где-то застряла в теле, отследи ее, найди и напиши, как тело? Холод?

Мурашки? Помню я так нашла свой страх на кончиках пальцев.

Нашли? Образ, эмоции, тело и... О чем это все для вас? Думайте.

Не знаете? Остановитесь, возьмите паузу, вдох-выдох и... найдите смысл происходящего. Да именно так работает сейчас мой мозг. Чётко отслеживает что со мной происходит.

ВЕРНУСЬ К МЕЧТЕ.

Несколько лет назад проходя обучение коучингу в Академии 5 Prism – академия полного цикла, обучающая коучингу по международным стандартам ICF. Я написала проект своей жизни в 70 лет. И один из блоков был посвящён реализации своего багажа знаний и талантов. Создать пространство – Пятый элемент – через любовь. Навеяно фильмом, который был просмотрен больше 10 раз. Несмотря на то, что действие фильма происходит то в прошлом – в начале XX века, то в будущем – в середине XXIII века, на то, что по ходу развития сюжета в нем возникает множество как комических, так и не очень ситуаций, погони и драки (боевик все-таки) сменяются лирическими и трагическими сценами, главное в нем все же не это, а философская мысль, заложенная в основу сюжета: даже при наличии всех четырёх элементов, лежащих в основе всего сущего, ни у кого ничего не получится, если нет того самого пятого элемента, имя которому Любовь (или Ненависть, в зависимости от тех целей, которых вы хотите добиться).

Для того чтобы убедиться в этом, достаточно обратиться к античной философии, а именно к натурфилософским воззрениям древнегреческого философа Эмпедокла из сицилийского полиса Акраганте, жившего в V веке до н. э. (ок. 490–430 гг.). Эмпедокл предполагал, что весь мир, то есть Вселенная, состоит из четырёх первоосновных элементов: огня, воздуха, воды и земли. (Помните подсказки Лилу, которые она в полубреду делает Далласу в финальных сценах фильма, когда до неминуемого уничтожения Земли остаётся менее минуты: «Ветер дует... Огонь полыхает... Дождь идет...»?) Эти четыре стихии — четыре первоначальных элемента — вечны и неизменны, однако находятся в постоянном взаимодействии под влиянием двух противоположных начал: Любви и Ненависти. При этом Любовь, по

Эмпедоклу, обладает физическими свойствами воды и земли, будучи текучей и липкой, она олицетворяет Добро, Единство, Взаимопритяжение. А Ненависть, напротив, подобна сухому ветру и обжигающему огню и знаменует собой Зло и Взаимоотталкивание.



2 урок. – 5 элементов по системе У-син (пять элементов; пять стихий)



Пять Элементов как основные качества природных явлений. На основе древних высказываний можно прийти к пониманию, что Пять Элементов — это не пять типов материи, а пять типов процессов:

- Дерево: «может сгибаться и выпрямляться».
- Огонь: «вспыхивает вверх».
- Земля: «позволяет сеять, растить и жать».
- Металл: «можно ковать и он твердеет».
- Вода: «смачивает, стремится вниз».

В одном из переводов процессы выглядят следующим образом:

- Вода: жидкость, текучесть, растворение.
- Огонь жар, ожог.
- Дерево: твёрдость, пригодность к обработке.
- Металл: твёрдость, затверждение, пригодность к ковке.
- Земля: питание.

Пять Элементов как движение Движения Пяти Элементов

- Дерево: распространение.

- Огонь: стремление вверх.
- Земля: центр, стабильность.
- Металл: сжатие.
- Вода: стекание вниз.

3 урок: Раскрашивая рисунок, важно помнить:

Закрашиваем одним цветом несколько рядом расположенных элементов (минимум два, максимум – сколько захотите). Именно так мы и создаём интеграцию Белый цвет – тоже цвет :) Не обязательно закрашивать всю поверхность листа. Но при этом, пожалуйста, старайтесь не оставлять на рисунке «одинокие» белые элементы – пусть их будет хотя бы 2 рядом (см. пункт 1 выше)

При этом рекомендуется именно красить – не раскрашивать отдельно каждый элемент, а красить «широкими» движениями, переходя карандашом или маркером линии, разделяющие элементы

Зачем это нужно? Так мы создаём именно интеграцию: «переформатируем» энергию пространства рисунка, создавая в ней «места силы» в виде больших цветовых участков – новых больших цветных фигур. Разрозненные элементы композиции объединяются в новое целое, создавая новые смыслы и аккумулируя нужные нам энергии

Но пока были только эти два элемента – рисунок и название. И надо было найти то самое, что будет вмещать в себя суть этого пространства, его основу.

А ещё я обнаружила, что мой элемент огонь, и силу его я узнала в эти 9 месяцев.

«НейроКолор». Элемент Огонь.



1. Тема 1.0 найти энергию для написания диплома 23 слова (страсть, секс). Возбуждение и колет в груди. Предвкушение встречи со своей стихией. Образ свечи, я несу разжечь пламя в себе.

2. Композиция. С набором линий становится жарко, образ бабушкиной печи. Помню я люблю огонь с детства. Он обволакивающий, огонь любви и заботы Рода, мама не боялась брать горячее, и я такая же. Слезы по лицу, хочу к маме. Ищу в теле огонь тепла из детства. Он в груди, и я его чувствую. Доброта и печаль.

3. Сопряжение. Образ свечи, тепло в груди, чувство одиночества. Мне важно понять кому светить?

4 Интеграция 4.1. Фигура и фон. В теле становится жарко, добавляю дровишек – треугольников, разжигаю ими огонь. Образ костра из моих множественных походов. Умиротворённо напеваю костровые песни и думаю, что у меня костёр не такой горячий. А поддам-ка я цвета. И в жизни так же – мне надо поддать огню.

4.2. Архетипирование. Образ кострища. С восторгом вношу красный, зелёный, как символ дерева, тем самым питаю огонь. Пылают щеки. Что меня питает в жизни? Мотив, я хочу получить диплом, чтобы вести свою школу.

5. Линии поля. 2 линии. Феникс, жарко и весело. Это мой путь – нести огонь людям и знания.

6. Фиксация. Образ палатки. В ней я разведу огонь. Смех, телу жарко от мыслей, что фиксирую не то диплом, не то мой будущий дом для мероприятий.

7. Стилизация. Мелкими усилить цвет. Навести порядок в будущем доме.

8. Тема 2.0. Дом. Образ деревянного дома с беседкой, где собираются близкие и я провожу раз в месяц ретриты для своих клиентов. Я – огонь, и я несу его людям. Это моя миссия, моя ценность. Восторг, пошла танцевать и позвучать в барабан.

Но у меня совсем нет металла, который придал бы моей цели необходимую реализацию.

«НейроКолор». Элемент Металл

1. Тема 1.0 Моя школа. 25 слов про действия. Образ кристалла, холод по телу и страх. Осознание, что в моей дате нет металла и мне не хватает его в жизни.

2. Композиция. Кристаллы и линии. Выпрямилась, напряжение и понимание, что самое важное это арматура, внутренний стержень, и набирая линии ощущаю телом этот смысл. Мне нужна жёсткость



3. Сопряжение. Образ огранщика. Бриллианты рождаются из Кристаллов и только чёткие действия огранщика помогают им раскрыться. Это инсайт, который беру. Тело потеплело и расслабилось.

4. Интеграция

4.1. Фигура и фон. В теле расслабленность, вношу ее в работу. Отпустило осознание и ощущение каркаса для работы. Образ папки с планом. Изумление. Желание написать бизнес-план.

4.2. Архетипирование. Образ горсти металла – серебро, золото – жёлтый и серый. Тепло от рисования и понимания, что можно делать различные коллаборации. Торжественность.

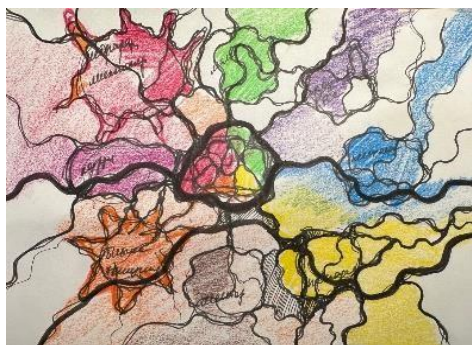
5. Линии поля. 2 линии с верой в себя, в своё высшее Я. Дорога, это мой путь реализации. Облегчение, я поняла смысл создания школы.

6. Фиксация. Образ – кристалл. Это мой каркас, он главный на рисунке. Досада, почему я раньше не поняла сути. Написать бизнес-план. Смеюсь.

7. Стилизация. Горы, в которых самоцветы. Мелкими с радостью подчёркиваю цвет фигур. Наслаждаюсь инсайтами и процессом. Тело парит.

8. Тема 2.0. Бизнес-план. Во всем нужна структура. Вера и мурашки по телу. Все реально, начну с главного.

И вот с таким прекрасным набором и открытым сердцем девочка Лилия, 45 лет, в шляпе ученика, пришла на курс Инструктора Нейрографики в Институт психологии творчества. Глубоко веря в мечту и доброту людей. Посмотри, какая открытая и летящая, наполненная светом и любовью.



Непростой был путь становления меня как Инструктора НейроГрафики. Моя привычка работать со структурой в области образования, встретила с Хаосом. Я не понимала, как надо правильно, где брать основу материала для изучения. И конечно моя многозадачность сильно мешала мне.

Мишина Лилия. Мой путь инструктора НейроГрафики.

8 фигур – мама, коуч РСС, преподаватель, психолог, бизнес-woman, ментор, подруга, нейрограф.

Не люблю ссор и недопонимания, но этот путь точно был Геройский и если бы не мои клиенты, которые любят НейроГрафику, я бы бросила. Но мне нужен диплом.



4 урок

Не иди на обучение на курсе Инструктор Нейрографики, если у тебя много всего другого. Потому что это серьёзное, глубокое обучение

- с массой полезных материалов на курсе НейроРескью. NeuroRescue. Специальный курс «Спасатель»;
- прекрасный профессиональный коучинг с Ириной Рождествой;
- без распаковки Екатерины Сорокиной многие бы так и остались слепыми котятками;
- прекрасный маэстро Павел Пискарев.

Мне повезло с 3 куратором ему тоже отдельная Благодарность.

Что у меня в багаже на выходе.

- + 10 кг из-за стресса,
- Новые инструменты для работы. И мне кажется, их ещё брать и брать. Хочу переслушать материалы и сделать конспекты.
- Самым мощным открытием стали Матрицы Станислава Грофа, если раньше для практики перерождения надо было найти группу, то 3 моих клиента сейчас переродились в полном смысле этого слова.
- Выросла в стабильный доход 300 000 в месяц и сейчас, когда пишу эти строки, жду ответ с налоговой по открытию ИП, так как годовой доход превысил лимит самозанятого.
- Знакомство с прекрасными студентами курса. У нас потрясающая поддержка в личном чате студентов.
- И главное открыла свою арт-школу «5 элемент».

1. Тема 1.0. «Моя арт-школа 5 элемент», 22 слова. Слова шли туго, был какой-то ступор, поймала себя на мысли, что надо выдохнуть и довериться и тогда все пошло. Много слов, связанных с группой и личным брендом. Образ – учителя. Интерес и воодушевление в поиске смыслов создания школы. Тело напряжено.

2. Композиция.

Строю композицию по принципу Золотого сечения, смещая центры опорных фигур от точек пересечения квадрантов. Пока просто располагаю фигуры с доверием к пространству и используя принцип 3D-эффекта. Фигуры разных размеров и линии 3 толщин. Я использовала приём изменения размера элементов, толщиной линий и цветовыми нюансами. Главные фигуры в своей теме – я маленький круг, как робко делающий шаги ученик в процессе создания. Квадрат – мой опыт работы и жизни, большой круг, выходящий за край листа, моя школа, и сейчас на листе она уже обозначена, хотя приходит мысль о том, что у школы большие перспективы. Треугольник – действия, конкретные шаги в моем проекте. В главных по смыслу фигурах я сделала контрастность, толщину нейролиний и чёткость линий. Фигуры, которые находятся дальше, теряют чёткость, контрастность и выглядят меньше, и по смысловой нагрузке они менее важные. Образ 3D пазла. Восхищает полученный эффект, расправились плечи, и я с любопытством выделяю фигуры. Смысл – создание школы как сбор пазлов, ты тщательно взвешиваешь шаги, выбираешь материал.



Сопряжение. Кайфую, пританцовывая плечами, в голове какой-то мотив задорной песенки и слова: «все будет хорошо, я точно знаю». Осознание правильности выбранного пути, понимание важности соединить в школе несколько направлений, несколько специалистов, чтобы мы могли помогать переживать людям сложные ситуации, учиться выходить из кризиса через самое экологичное – арт-терапию. С помощью НейроГрафики ставить цели и выстраивать план реализации

4. Интеграция.

4.1 Фигура-фон. Добавила линий в фон. Соединяю себя с главными фигурами – действия, опыт, школа. Это выстраивается мой путь. Восторг и тело продолжает танцевать. Чувствую телом наполненность процессом создания рисунка и такое чувство, что и процесс создания будет меня так же вдохновлять.

4.2. Архетипирование. Желание наполнить жёлтым светом рисунок, напитать цветом мои идеи, наполнить смыслом мою школу. Но при этом двигаться мягко и экологично для себя – об этом мне маякнул зелёный. Образ морских волн. Мягко и плавно скользит карандаш, наслаждаюсь

5. Линии поля. Вношу 4 линии поля. Удивляюсь с какой верой и энергией Вселенной я иду в создание своего детища – школы. Приходят слова – твой путь, твои смыслы, твои ценности. Появляется желание выделить главные ценности школы – честность, любовь, доброта и бережное отношение к каждому, признание уникальности каждого человека. Образ – млечного пути. Мурашки.

6. Фиксация. Фиксирую школу. Она – мой маяк, именно этот образ в голове, вытягиваю позвоночник, чувствую телом уверенность, она в моем позвоночнике. Маяк впереди даёт мне мотив для действия.

7. Стилизация. Выделяю основные фигуры цветом дополнительно, добавляю линий разной толщины. Чтобы картина приобрела ещё больший объём и на первый план вышли важные для меня смыслы. Наполненность, образ океана. Смысл – мой путь таит в себе много возможностей, как глубокий океан, скрывает в себе огромную мощь.

8. Тема 2.0 Мой путь. Бегут мурашки по коже, восхищаюсь смыслом моей работы. Создание моей арт-школы таит в себе глубокий смысл, хочу порисовать отдельно на эту тему и найти ещё ценности, кроме обозначенных выше. Написала 27 слов – появились новые слова – поддержка, безопасность – забираю их в список ценностей школы.

1. Тема 1.0. Выход в мир 25 слов – зацепили экспертность, проявление. Образ холодного душа. Замёрзла, злость. Почему я сижу до сих пор и работаю на кого-то?



2. Композиция. Выброс и быстрая работа с ним. Тело в процессе разогналось до тепла, аж язык высунула. Злость дала ресурс. Образ
гончей. У тебя есть цель
вот и дерзай.

3. Сопряжение. Образ – тина, мурашки по телу, как сбросить с себя что-то. Брр. Мерзко. Сколько можно сидеть, девочка, покажи себя.

4 Интеграция 4.1. Фигура и фон. Вношу смело линии, я иду, образ дорожки. Пока она не красная и мне ок с этим. В теле стержень в позвоночнике. Напряжение приятное. Это моя внутренняя опора.

4.2. Архетипирование. Розовый, мой цвет волос, зафиксировать своё

место под солнцем и показать миру себя настоящую. Образ облака, легко и невесомо проявляться в мир. Ключевое без напряжения.

5. Линии поля. 2 линии с верой в себя, в своё высшее Я. Образ неба с облаками. Я облако, и я доверяю миру. Плавность движения. Словно крылья за спиной, тело парит.

6. Фиксация. Образ колеса. Круг жизни, колесо сансары – его вращение символизирует непрерывность и цикличность событий во Вселенной. Блаженство. Пою песню Басты и танцую.

7. Стилизация. Тело парит. Подхватить линии, чуть больше жёлтого цвета. Образ художника, который раскрывает свой талант и дарит его миру. Я также сейчас показываю себя.

8. Тема 2.0. Моя многогранность. Восторг, ликование. Танцы и легко по дорожке показать себя миру и кайфовать от этого. Показать детям своим как можно проявляться.

Колесо сансары в буддизме — это совокупность всех миров, находящихся в постоянном движении и трансформации, ничто в них не является постоянным и неизменным.

Изменчивость — основной атрибут всего проявленного, поэтому изображают сансару в виде колеса, совершающего беспрерывно один оборот за другим.

Круг жизни, колесо сансары – его вращение символизирует непрерывность и цикличность событий во Вселенной.

Делай вопреки, делай от руки. Мир переверни, небо опрокинь. В каждом наброске, в каждом черновике.

Учитель продолжается в своём ученике. Всю мою жизнь я иду ко дну.

Всю мою жизнь я искал любовь, чтобы любить одну. Они сказали: «Нас поздно спасать и поздно лечить»...

Плевать, ведь наши дети будут лучше, чем мы; когда меня не станет – я буду петь голосами моих детей и голосами их детей.

Нас просто меняют местами. Таков закон Сансары, круговорот людей.

Нас не стереть, мы живём назло. Пусть не везёт, но мы своё возьмём.

Мишина Лилия. Мой путь инструктора НейроГрафики.

Это небо вместо сцены, здесь все верх ногами. И эти звёзды в темноте – тобой зажжённый фонарь, эй! Тысяча меня до меня, и после меня будет. Тысяча меня и в тысячах не меня, тысяча меня. И мы снова вдребезги и нас не починить. Плевать, ведь наши дети будут лучше, чем мы. Лучше, чем мы... Лучше, чем мы...

Благодаря рисунку сына и НейроГрафике я продумываю логотип школы. Пока он в работе.



Я счастлива, что попала на Международный НейроИнтенсив в ноябре в Узбекистан. Это была незабываемая поездка на 2 недели в Узбекистан (Ташкент, Самарканд, Бухара).

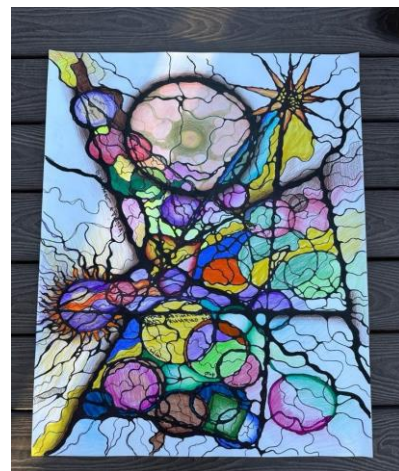


Мы были погружены в культуру восточной романтики с её орнаментами, архитектурой и ландшафтом. Сказочные красоты природы, жили в деревянных домиках на предгорье Тань-Шаня около Червакского водохранилища...



Все это в уютной компании профессионалов и с маэстро – Павлом Пискарёвым!

Я создала свою новую реальность, вдохновилась и наполнилась в Узбекистане! А какую звезду с Шаманом наша группа нарисовала. Это восторг.



[Ссылка на дипломную работу Мишиной Лилии в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Структура моего бизнеса.



Тема: Моя арт-школа «5 элемент».

