



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

2023 год

Автор:
Сахнова Екатерина
Супервизор:
Мустанова Гаухар
Тема:
Рождение человека

Оглавление

Сахнова Екатерина.....	2
Рождение человека	2
Мой путь до нейрографики.....	2
Путь к нейрографике	4
Мой путь с нейрографикой	5
Работы.....	13

«Тот, кто сможет все рассказать о себе, тот опишет всю вселенную»

Р. Декарт

Мой путь до нейрографики

Дух творчества во мне живет с самого раннего детства. Рисовала я всегда и везде, начиная с макияжа на лице у кукол, затем на листе с помощью маминой косметики, мелками на асфальте, на белоснежной бересте. Особо запомнилось знакомство с сангиной и углем. Этим материалом я начала писать портреты, родственники не знали где от меня прятаться. Я не обучалась в художественной школе, просто творец и художник жили во мне всегда и нам было комфортно. Поле для своих творческих экспериментов я находила во всем. И, огромное спасибо родителям и бабушке, они никогда меня за это не ругали - будь то зеленкой залитый пол, красками изляпанные стены, отрезанная бахрома покрывала или рапаны, сваренные в чайнике. Со мной было нелегко, но и не скучно. Огромную роль в воспитании играла бабушка, все каникулы я проводила в деревне, там был мой мирок, моя маленькая Родина. Небольшой приусадебный участок двора казался сказочным садом, в котором жили куклы, юбочки которых были сделаны из всевозможных цветов, любясь на них я училась быть красавицей, не переводящиеся блохастики во дворе (Бимка, Тобик, Барсик) укрепляли меня в роли матери, а каждая травинка и листочек были особенными, вдохновляя меня на творчество. Запахи! Приезжая в деревню даже сквозь года я ощущаю эти запахи, они возвращают меня в детство. Такие запахи были только у моей бабушки, куда на зов рогаликов и порожков из поздники и щавеля сходилась ребятня со всей деревни. Бабушка была мне другом! Она строила со мной шалаш в малине, очищала принесенную мной с помойки утварь для шалаша. Ну, и конечно же её добрые, заботливые руки и огромная пышная грудь на которой всегда можно было выплакаться по поводу очередной несчастной любви, были бесценны в подростковые годы. У меня было самое счастливое детство! Тогда я жила и не задумывалась над тем, что хочу от жизни, куда мне поступать. Я была оберегаема и любима. Родители, старший брат все позволяли мне чудить и самовыражаться. Увлечений было много, я хваталась за все жадно и все получалось: готовка, макраме, вязание спицами и крючком, шитье мягких игрушек, плавание, танцы, аэробика, музыкальная школа, парикмахерское дело и визаж. Я была упорна и уперта. Впервые с силой своего внутреннего «Я» столкнулась после окончания музыкальной школы, меня пригласили учиться в музыкальном училище по классу игры на скрипке. Подавшись аргументам родителей, я

поступила в училище и уехала в деревню догуливать каникулы. И здесь начались мои муки разума. Я не спала несколько ночей подряд, меня подкидывало то в жар, то в холод, а в голове звучал голос «это не твой путь», я поняла что мне необходимо идти в 10 класс и закончить обучение в школе. Так и было решено. Со скрипкой я распрощалась и выучилась игре на гитаре. Музыка меня сопровождает на протяжении моей жизни, просто меняются инструменты.

В академии я встретила своего будущего супруга, правда он был старше и сотрудником института, поэтому мне пришлось тоже стать руководителем практики и преподавателем, учась на 4 курсе чтобы мы могли быть вместе. Но это была одержимая связь длинной в девять месяцев которая оставила меня безвольной, слабой, разбитой, больной, опустошённой и безработной, но самое ценное я унесла в себе – мой старший сын. Я заново училась жить, дышать, видеть, слышать, растворившись в своем ребенке. От той меня творческой беззаботной не осталось и следа. Появились обиды на родителей, что не подготовили к жестокости мира - декоративный цветок вырвали из благодатной почвы и поместили в каменистую. Спустя годы я поняла, что это было начало пути моей трансформации. Эта точка смерти послужила огромным толчком к моему росту и самостоятельности. Нет, я не сломалась, меня окружили любовью и поддержкой друзья и семья. Я стала сильной. Но появились тревоги и волнения за жизнь и здоровье ребенка, а также во мне поселилось чувство вины за развод, за то, что мой сын растет без отца, за пошатнувшееся из-за переживаний здоровье родителей. И чем больше было тревог, тем больше это отражалось на здоровье моего ребенка. Пришлось думать о выживании, работать на нескольких работах, взрослеть. Я мчала с бешеной скоростью, на трудностях не заикливалась, на моем пути как по запросу появлялись люди с помощью и поддержкой. Хорошая высокооплачиваемая работа, должность, покупка квартиры. Я воспринимала все как должное, трудишься-получаешь. Потом второе замужество и мой драгоценный подарок – второй сын. На несколько лет я ушла в материнство, любящая, заботливая, но временами с такими вспышками неконтролируемой агрессии. Понимала, что вышла из первого брака не без последствий. Сначала я попыталась уйти в спорт, бег, тренажерный зал, но это давало ощущение красоты физического тела, но не психика и дух были все еще сломлены. Затем, я начала вспоминать, что талантлива. Увидев камни, которые собирал мой сын, стала как одержимая листать страницы интернета - потянуло куда то но я не могла понять что я должна делать. Снова этот голос. Должно быть что то в чем я уникальна. Спустя неделю поисков я

нашла – изготовление украшений из бисера и камней. Я изучала одни за другими техники изготовления, все получалось, любое увиденное воспроизводила без схем привнося свое видение. Процесс вдохновлял и захватывал, ни с чем несравнимое чувство. Одно украшение упорно мне не давалось – вязание крючком жгутов. Я нашла женщину в своем городе, с трудом добилась с ней встречи и она научила всему что знала, такое состояние трепета, тревоги, возбуждения, сравнимо с одержимостью, а через несколько дней она умерла. Возникло еще больше вопросов к жизни, почему так происходит, зачем? Такое сильное впечатление на меня произвела эта история. Не замечая времени я погружалась в процесс создавая своих шедевров. За год я выросла как мастер и даже провела свою выставку, но время декрета закончилось и я снова погрузилась в стабильную нормированную работу с хорошим заработком и должностью. Бабушка к тому времени стала слаба и переехала в город. Моя жизнь превратилась в рутину длинной в несколько лет: работа, дом, забота о бабушке (утки, горшки). А потом ее не стало. Пустота. Огромное всепоглощающее горе. Дыра, которую необходимо было закрыть.

Путь к нейрографике

И тут – астролог! Одно посещение перевернуло мое сознание. «Ты звезда! Ты должна сиять!» Не та работа, не та страна. Преподавание, языки, работа с детьми, с женщинами. Передача знаний. И отсюда придет любовь, уважение и удовлетворение. И я начала искать себя, понимание себя, чем могу помочь людям, что могу дать. Во мне всегда было желание помогать, непременно хотелось спасти весь мир. Работая юристом, занималась профсоюзом, проникаясь каждой историей. Если внедрялась программа, непременно адаптировала ее так, чтобы она была доступна к пониманию для всех. Иногда моя помощь выходила боком, но это не останавливало меня снова и снова «причинять помощь». Процесс общения с людьми увлекал, чем сложнее человек, тем больший интерес он вызывал. Хотелось разобраться в поведении, причинах девиантного поведения, агрессии. Пришло осознание, что бабушка ушла, освободив мне время. Начала с изучения курса по нейролингвистическому программированию, немного окунулась в физиогномику. Эти знания мнегодились на основной работе, ее я оставлять не решалась пока не найду свое дело. Затем я прошла годовое обучение на курсе таронумерологии. Это был ценный опыт и большая трансформация в понимании себя, причин происходящего в моей жизни, своих черт характера. Перестали раздражать люди, я стала более понятлива в семье, с детьми и мужем. Но самое главное я узнала, что не решенная

задача прошлой жизни, которая тянет меня и блокирует развитие и рост, состоит в том, чтобы оставить стабильную работу и раскрыть в себе талант, препятствием на пути к которому будет постоянное повышение по должности и прибавка к заработной плате. Так и есть. Очень впечатлила тема рода. Поняла, что ничего не знаю о своих предках и мне нечего передать детям, а это так важно. Я собрала группу девушек, с которыми мы встречались на женских днях, каждый раз организовывая им погружение все в новые и новые практики. И все в один голос мне твердили, что я не там работаю.

Мой путь с нейрографикой

Нейрографика появилась в моей жизни, когда я отпустила мысль о ее поиске. Сначала все как одна покинувшие город подруги и отсутствовавшие по несколько лет в моей жизни начали появляться, рассказывать о себе, своей жизни. Я слушала и хотелось найти нужные слова для поддержки, проблем было у всех море. Я задумалась о получении образования психолога. Нашла институт и тут, все чаще стали в ленте появляться рисунки по нейрографике. Красивые, космические, завораживающие. Тогда я еще не связывала их с научным методом и тем более не задумывалась, что это способ работы с подсознанием. Привлекло визуально. Я подписалась на бесплатный урок. Это было ровно год назад. Простой рисунок по АСО, но он на меня произвел большое впечатление. И я начала искать обучение. Предлагалось много вариантов обучения по курсу пользователь, специалист, но углубившись в тему, я поняла, что все равно в итоге приду к инструкторскому курсу. В нейрографике сошлось все, что я люблю с детства и все чем интересовалась на протяжении жизни. И вновь возникло то чувство, когда ты точно знаешь, что это твой путь. Все существо тело и душа говорит об этом - рефлексия бешеная. И я с нуля, присоединилась к обучению в мае 2023 года вступив в «восьмой бессмертный». Вопрос о деньгах не стоял, супруг меня поддержал и хоть это для него большая сумма он увидел мои горящие глаза и понял, что меня не остановить. Сейчас вспоминаю, с какой самоуверенностью и рвением я начала обучение. Мне было безумно сложно, я не понимала от слова совсем ничего в чате почти все уже знакомы с методом, разговаривали употребляя непонятные для меня термины. Огромная благодарность Павлу Михайловичу и всем сотрудникам института, платформа и собранный в ней материал настолько грамотно устроены, что начиная с вводного модуля и дальше шаг за шагом все доступно к пониманию, так что я очень быстро адаптировалась и вошла в поток. Мое обучение, действительно как было заявлено стало «комфортным и понятным». Особое впечатление на меня произвели коллеги, собравшиеся

в поле общего чата - интереснейшие люди из многих стран границы моего сознания стали расширяться. Но я такая смелая и уверенная в себе в общем чате молчала почти все 9 месяцев. Сейчас перечитывая свое сочинение, написанное год назад позабавила фраза «И пришло осознание того, что я оказывается не странная, а просто была не на своем месте».

Курс «Пользователь» я прошла на одном дыхании, все было легко и понятно, восхищал каждый новый шаг, я чувствовала как внутри меня что-то меняется, по запросу начала избавляться от различных установок, стресса, переживаний. Единственное, каждый мой рисунок занимал несколько дней, непременно все необходимо было довести до совершенства. Процесс описания каждой работы тоже длился по 2-3 дня. А затем, необходим был перерыв, потому что настолько сильным было влияние каждого рисунка, что я падала без сил в желании выспаться. На реферате я развернула свой перфекционизм и очень долго не могла решиться отправить его, казалось все еще необходимо доделать, дописать. Это очень сложно в условиях совмещения обучения с основной работой и семьей. Дети привыкли, что я посвящаю им очень много времени с совместными прогулками на велосипедах, играми в теннис. К тому же я и сама веду активный образ жизни: йога, волна, скалодром. В какой то момент я загнала себя. Прорисовала АСС - сняла требовательное отношение с себя как с матери, ведь это только мое ощущение необходимости наших ежедневных прогулок, впоследствии младший сын сказал, что он гулял ради меня, потому что думал, что мне это очень нужно, а на самом деле он с удовольствием погуляет с друзьями. Затем я прорисовала АВН, вернув мотивацию к работе. На волне я получила травму и мой вопрос со спортом на несколько месяцев тоже решился сам собой. Я вновь с рвением продолжила обучение. Поняв, что у меня не плохо вышло делать интервизии, взялась помогать двум сокурсницам догонять поток, они также вошли на курс позже.

Курс «Специалист» я также проходила с большой готовностью к работе. Весна благоприятствовала - пробуждение, вдохновение. В этот период укрепились мои отношения с двоюродными сестрами. Мы стали регулярно встречаться и я поняла, как много у нас общего, затем у одной сестры умер папа и она закрылась от нас, погрузившись в печаль и заботу о маме (моей тете). Я больше не лезла с помощью так бесцеремонно, как это делала раньше, просто поняла, что ей необходимо время, когда будет готова попросит о помощи сама. И мы еще больше сблизились со старшей сестрой. На теме композиция 3 Д у неё обнаружили повышенные лейкоциты и все больше погружаясь в анализы росло подозрение на онкологию. Я была

рядом, не было паники, мы шутили, нашли свое место силы – гора в Меровке и рисовали на вершине, смотря на просторы Волги на тему её здоровья, и сразу пришли к тому, что если подтвердится диагноз, то сестра будет бороться ведь мотивация к жизни огромная. Я горжусь и восхищаюсь ей. Но тот первый рисунок по 3 Д композиции был в непривычно черных тонах, хотя я еще не знала о болезни. Во мне произошли изменения, ушли приступы паники, с которыми я всегда встречала плохие известия. Не было ни минуты сомнения в том, что все будет так как должно быть. И мое спокойствие придало сестре сил. И, действительно в итоге все разрешилось с другим диагнозом, была операция, но этот путь она прошла достойно. А я получила статус пользователя.



Меня очень впечатлил алгоритм №3 «НейроКолор». С самого первого рисунка

«набор цвета» возникло ощущение волшебства, когда не задавая форму на тему «Я инструктор нейрографики» возник образ крылатого коня Пегаса. Я сразу зашла в интернет посмотреть значение образа - «символ творчества и вдохновения», именно такой поток энергии меня сопровождает с начала обучения. Я прочувствовала цвета первоэлементов, поняла какие цвета мои, какие антагонисты, и как справляться с устойчивой неприязнью к цвету. Мне, например, очень не близок изумрудный цвет, именно в такой одевается коллега по работе, которая мне не очень приятна, и я начала обращать свое внимание намеренно на свое отношение к ней, когда она в другом цвете. И действительно, в дни, когда она одета в бежевое платье отношение к ней абсолютно спокойное. Я прорисовала для себя изумрудный цвет, связав ассоциацию о нем не со старостью, а с драгоценным камнем – изумруд. И этот цвет действительно стал для меня сияющим. Удивительно, но это работает. Мне захотелось подробнее углубиться в систему 5-ти энергий У-син и подробнее изучить влияние элементов на здоровье. А еще я поняла, почему в институте любимой одеждой были красные штаны, этот огонь соответствовал моему возрастному периоду.

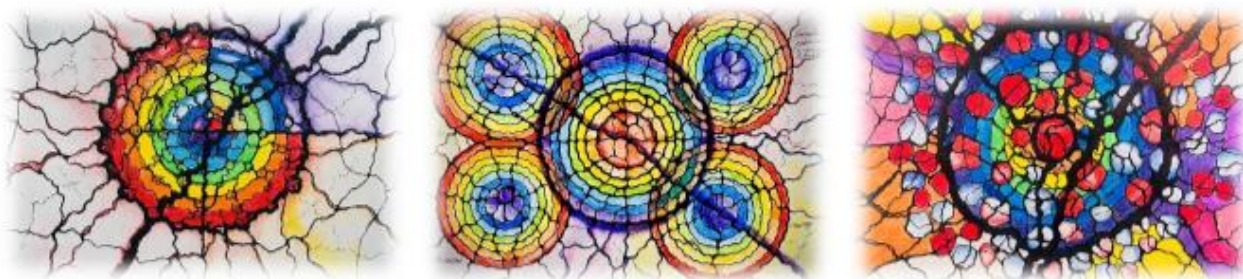


Алгоритм №4 «НейроСкетчинг» мне тоже очень понравился, я и без того считала себя привлекательной, но после рисунка «Нейропортрет», в котором я поработала над своим образом, на следующий же день почувствовала к себе пристальное мужское внимание и даже женщины непривычно рассыпались в комплиментах. Отметила какую пользу принесет эта техника неуверенным в себе клиентам, с лишним весом и другими проблемами влекущими негативное отношение к своей внешности, фигуре. С каждым новым алгоритмом я все больше влюблялась в нейрографику. И я в итоге очень сильно пожалела, что не сразу выполнила работу по быстрому скетчингу, потому что именно эта работа помогла мне выйти из состояния комфорта и побороть перфекционизм, который так мешал мне на протяжении всего обучения, затягивая процесс сдачи каждой работы. Я чувствовала, как физически начинаю чесаться от одной мысли, что моя работа не доведена до совершенства и застревала на каждой, тратя огромное количество времени. Я буквально пережила состояние ломки во время рисования картин на время, но это была огромная работа над собой в эти короткие промежутки отведенного времени.



Алгоритм №5 «НейроМандала», вернул меня в тему рода, над которой я задумалась во время изучения таро нумерологии. Но в мандале это совсем другие чувства, я буквально соприкоснулась с каждым из ушедших предков. На теме «сила рода» я очень сильно плакала, когда рисовала образ бабушки, я разговаривала с ней, так будто она меня слышит, рассказывая ей все что не успела. Поняла, что эта тема для меня еще болезненна, хоть и прошло

уже 3 года со дня ее ухода. Поразительно, как давно ушедшие образы, находятся в моем подсознании, обретая размеры в фигурах. И я действительно их чувствовала такими, какие они есть. Два дня назад маме сделали операцию, за несколько дней до этого я для нее нарисовала мандалу рода на тему «здоровье родителей». Мама поставила её на заставку телефона, очень была впечатлена этой работой, долго рассматривала и изучала. Я видела, как это придало ей сил, операция прошла успешно и уже на второй день она начала ходить, это удивительно, ведь я себя готовила к долгой реабилитации с уходом за ней, а она носится на костылях как молодая. Я заметила в себе изменение, стала больше дорожить семьёй, моё отношение ко всему как к должному ушло и сменилось огромным чувством благодарности. После написания работы «Путь героя» пришло ощущение облегчения на пути к получению диплома и реализации становления себя в качестве ИНГ, потому что в процессе обучения у меня в какой то период возникло ощущение страха и сопротивления, именно страх критики и непонимания, но когда я наглядно прошла этот путь и увидела, что это всего лишь процесс, через который необходимо перешагнуть, то пришло огромное облегчение и уверенность в себе. С каждым новым шагом, я работаю над собой и ощущаю свою трансформацию. Это невероятное чувство, которое сложно передать словами. Ощущение бесконечного присутствия чуда в моей жизни.

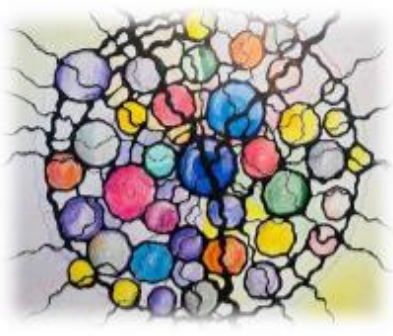


Шестой алгоритм «НейроСинтез» дался мне нелегко. На этом модуле я пережила сопротивление, пройдя через которое ощутила огромную мотивацию к действиям. Очень помогла практика 3 колец – гармонизация тел, которая сбалансировала мое состояние, предотвратив утечку энергии. К моменту прохождения этого алгоритма я очень устала и мне необходимо было провести над собой работу чтобы «вновь встать на рельсы» и повысить концентрацию воли. На работе мультиролевая личность я проработала тему «моя здоровая любящая семья»



к этому моменту мои родные тоже очень устали от моей занятости, но после проделанной работы я поняла, что моя роль «ученик» важна не только для меня но и для них. Прежде всего я увидела важность этой роли и ушло чувство вины, моя семья меня поддержала. Я смогла найти нужные слова для детей и супруга, чтобы всем прийти к состоянию покоя и гармонии. И с их поддержкой я получила огромную мотивацию к дальнейшему обучению.

Седьмой алгоритм «НейроКонтакт» помог мне преодолеть страх перед написанием дипломной работы. Я прорисовала «ситуацию влияния», в которой увеличила себя по отношению к фигуре диплома, наладив устойчивую сердечную связь и начала без страха собирать презентацию. Мы поладили и моя работа двинулась с места, с большой уверенностью в успех. Еще на этом этапе я почистила все контакты в телефоне и на страницах, закрыла общение с людьми, которые меня отвлекали, расставила приоритеты. Прорисовала еще отдельно работы, убрав из жизни все лишнее и все что отвлекает меня. Очень важны были магазины, огромная тяга к вещизму, необоснованной трате денег, бессмысленным просмотрам ленты тик тока, забирающей уйму времени, я избавилась от всего ненужного. За эти несколько месяцев, мне удалось даже отложить некоторую сумму денег, что для меня является огромным достижением. В определенный момент я почувствовала, что ситуация на работе накаляется со стороны коллеги появился негатив в мою сторону и это мешает мой работе. Прорисовав взаимоотношения с ней и начальником, отделила ее и архетипировала в мягкие цвета, результат не заставил себя ждать и на следующий же день она изменила свое поведение и вместе с тем ушло и мое негативное отношение к ней. И опять сработало! Во мне стало больше любви и понимания к людям, пришло ощущение баланса и гармонии. Я с радостью иду на работу и с работы домой.

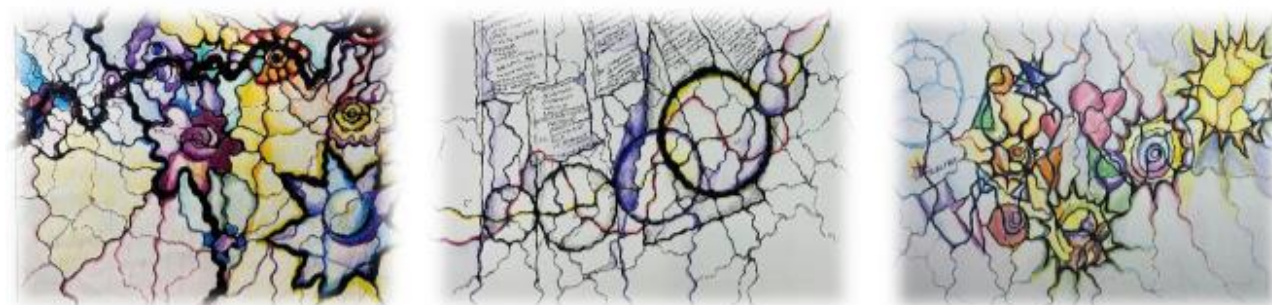


Восьмой алгоритм «НейроЦель» стал волшебным периодом моего обучения, потому что его я проходила в другой стране сидя на берегу моря. И все работы этого алгоритма невероятно для меня красивы. Много сил и

вдохновения, динамики вложено в мою мотивацию на пути к достижению главной цели стать не просто ИНГ, а успешным и востребованным. У меня не просто появилась цель, а к ней еще и присоединились амбиции. Звезды на меня оказали большое влияние в понимании своего собственного характера. Я вспомнила, насколько я люблю ощущение драйва и движения. Я стала сильной и теперь могу позволить себе активировать свою энергию, летая на дельтаплане, спускаясь по каньону горной реки на сапе, мчась на водном мотоцикле по бушующим волнам. Я перестала бояться глубины морского дна и свободно выплывала в открытое море одна наслаждаясь стихией. Я почувствовала единение с природой, я снова почувствовала себя живой и счастливой.



Девятый и завершающий алгоритм «НейроТайминг» познакомил меня с Кайросом, я поняла, что все это время жила в Хроносе, в котором не комфортно, в котором я ничего не успеваю и я позволила себе увеличить время на написание дипломной работы и когда мне все в один голос говорили, что я не успею, я была спокойна, ведь мои события на линии времени выстроены по моему графику и в нем я все успеваю и более того планирую время на десятки лет вперед и даже на несколько жизней вперед. Ушел страх что то не успеть, но вместе с тем и пришла ценность времени, больше не хочется его тратить попусту, хочется подружиться с Хроносом и научиться планировать время, чтобы укладываться в срок, ведь тогда можно успеть гораздо больше всего сделать.



Пройдя через этот недолгий по сроку путь в 9 месяцев, могу с

уверенностью сказать, что он был поистине бесценным, наполненным с каждым новым алгоритмом ощущением восторга и восхищения. Это путь рождения меня, совершенно новым, взрослым, осознанным глубоким и наполненным человеком. Сейчас я могу с уверенностью сказать, что я счастлива. Счастлива от осознания того, что во мне зажегся свет, появилась жажда к знаниям и новым открытиям. Я осознала сколько во мне силы и потенциала. И хоть я в самом начале пути, у меня еще пока нет большой группы учеников и своей школы, я уверена в своем успехе. Я преисполнена вдохновением и благодарностью ко всем, кто был рядом со мной на этом пути. Я заново влюблена в своего супруга, потому что именно его поддержка, любовь и забота явились надежным фундаментом для моего развития. Я осознала, какие взрослые и умные у нас дети, как они выросли над собой и стали еще более самостоятельны, когда отпустила тревогу и излишнюю опеку над ними, за время обучения. Бесконечно горжусь ими и люблю их. Я отпустила обиду на родителей, заменив ее трепетом, уважением и любовью. Я отпустила все обиды, которые во мне копились долгие-долгие годы. И конечно же безмерное чувство благодарности и низкий поклон хочу выразить всему педагогическому составу института психологии и творчества во главе с Пискаревым Павлом Михайловичем. Это не просто метод сопровождения проектов, это метод сопровождения человека на пути к счастью. Моя линия жизни теперь идет наилучшим образом, ведь она нейрографична и я с предвкушением следую по ней не зная куда она приведет.



[Ссылка на дипломную работу Сахновой Екатерины в авторском стиле](#)

Работы

Тема: Отпускаю все лишнее.



Тема: Рост прибыли.

