

Институт психологии творчества

Павла Пискарёва

Дипломная работа

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Соколова Лариса Витальевна

«_28_» ____11____2024 г.

Выполнил Белокаменцева

Лариса Васильевна

«_28_» ____11____2024 г.

2024 г.

Текстовая часть к Дипломной работе
Белокаменцевой Ларисы Васильевны
по специализации Инструктор НейроГрафики.

Эссе.

Отчет-размышление об изменениях за период обучения.

Идти в Институт психологии творчества Павла Пискарева на курс Инструкторский 2024 я не раздумывала, оплатила в первый же месяц открытия продаж. Это был Зов, без осознанной цели, на уровне: “Я знаю, что мне это надо. Зачем? Просто. Пусть будет.” Было достаточно времени до начала обучения, чтобы понять истинную цель. Не получилось.

Ноябрь 2024. Учебный процесс завершен. Каким будет мой путь Инструктора я так и не предполагаю — это мой пучок нейрографических линий.

Моя большая Цель - она внутри меня, и я могу ее только почувствовать и нарисовать. Но эта Цель дает мне направление.

Направление, в котором жить. Визуализировать большую Цель не получается. Мои образы состоят из фантазий. Для меня это - ОК! У меня легко исполняется мечта, выделенная из фантазии. Мой путь состоит из маленьких целей.

Сегодня моя цель - написать эту статью - теоретическую часть Диплома “Инструктор НейроГрафики”. Зачем? Завершить процесс обучения методу НейроГрафика”. Сегодня это главное. Получить документ “Диплом Инструктора Нейрографики” — это следствие, это не цель.

Меньше двух лет назад я узнала о НейроГрафике и нарисовала свой первый рисунок, на следующий день – второй. Третий я рисовала уже на курсе «Пользователь». Мне нужно было понимание метода. И это было главным тогда. После первого же рисунка стало понятно, что это тот метод, который мне нужен. Нужен чтобы одновременно увидеть свои мысли «что сейчас, что же хочу».

Каждый рисунок давал мне ясность о главном здесь и сейчас. Но часто оставался вопрос «зачем мне это?». Логика находила ответы в прошлом. Прошлых проблем нет, задачи решены. А дальше? Есть зов, есть ощущения, нет образа. «Пусть будет» - было моим любимым ответом. Появляется маленькая цель – понять хоть что-то про это самое «зачем мне это».

Дальше Инструкторский курс. Без ожиданий. Научиться ясно понимать, не задавать себе десятки раз один и тот вопрос, не думать десять раз одну и ту же мысль. И эта ясность появилась.

> За время обучения вся моя жизнь разложилась на кадры и снова собралась в единую ленту событий. Это дало мне ясное понимание способа моего мышления.

Иногда главное приходит вовремя.

Иногда приходит не вовремя.

Иногда приходит вовремя и оказывается не главным.

Вовремя – это не позднее, но и не раньше.

Если торопишь событие, то возможно, главное придет не вовремя.

Случается, что «главное» сегодня может оказаться вовсе «не главным» завтра. О чем это? Может быть, о главном?

Определять «главное» в текущем моменте – в этом ценность НейроГрафики для меня.

> Для меня главное в жизни – направление, жить в своем направлении. Я его лишь чувствовала, как будто просто знала, но не понимала логически. Не складывалось логически: как можно знать направление, не обозначив цель. «Пирамида Сознания» раскрыла мне способ, которым я выбираю это направление. Услышать и понять себя – это легко, достаточно почувствовать, создать антураж из состояния любви тоже не сложно (фантазии). А вот донести, даже мысленно, это состояние и окружение до «заземленного» представления (цели) – это пройти через все уровни бессознательного и подсознания. И наоборот. Проверка осознанной задачи на отклик души и тела мне не удавалась без Алгоритмов НейроГрафики.

Мое главное Направление – к поверхности, к тому месту, где соприкасаются Глубина и Высота из афоризма Павла Михайловича о том, что Высота – это Глубина, вывернутая наизнанку, ...или наоборот. Гармония находится в плоскости разворота, баланс находится в точке ноль. И лишь умение балансировать позволяет мне ощущать моменты гармонии. Достижимо ли постоянное пребывание в точке ноль – не знаю.

> Не вижу цели. Исследование этого состояния продолжалось весь Инструкторский Курс. Первым было осознание того, что цель внутри меня. Визуализировать цель я могла только лишь образами прошлого опыта. Организм мой сопротивлялся – зачем мне «жить» одно и тоже несколько раз!!! Обучение продолжается, я рисую, рисую... хочу увидеть свою призрачную Цель. Однажды через пару дней после одной из работ по Алгоритму НейроКонтакт «Слияние с Мечтой» случился инсайт – страх потерять Мечту. Преобразить Мечту в Цель жизни – и Мечта исчезнет, или исказится. Исследование продолжала этой Темы в Алгоритмах НейроЦель, НейроТайминг, НейроСинтез. В результате на сегодня понимание, что моя Мечта, которая пока не Цель, - она живая, она моя, она есть всегда, и она задает Направление как жить и что делать, определяя маленькие цели.

> Десятки рисунков на темы «Безопасность», «Интуиция. Доверие», прежде, чем «расплелись» понятия безопасность, интуиция, сомнения, доверие ... и пришли осознания, что Безопасность – это иллюзия, Сомнения – это варианты выбора, это будущее решение, ценность которого в одновременном принятии рисков. Доверие и Интуиция – это мои ключом к принятию решений в непрерывном движении по пространству вариантов — это бесконечная Тема.

Это достаточно динамичная пара, словно искусные танцоры.

Интуиция — это надежный компас, указывающий направление к наилучшим решениям. Интуиция - верным проводник, помогающий предвидеть возможные повороты и быстро реагировать на изменения.

Доверие — это фундамент для действий. Оно дает смелость следовать за внутренними порывами, не страшась возможных неудач.

Как только я слышу тихий голос своей Интуиции, так тут же появляются восторженные крики **Сомнения**, рационально использующего пространство вариантов: о, да, **это** – круто! **по-другому** – тоже круто! а ещё можно и так, и иначе

тоже можно! Мне достаточно какое-то Сомнение выбрать Решением ... Круг замыкался, возвращая меня к помощи Интуиции.

Изначально целью Кейсов было сплести воедино Доверие и Интуицию, создав мощную синергию, которая позволит действовать смело, решительно и уверенно. Постепенно пришло понимание очевидного - что перед тем, как начать действовать нужно принять всю ответственность – как награды, так и риски, которые абсолютно не очевидны в принятии новых решений.

Сейчас все три компонента – Интуиция, Сомнения и Доверие – сопровождают каждый мой рисунок по любому из Алгоритмов. Интуиция создает образ из композиции элементов и нейролиний, Доверие поддерживаются линиями Поля, а Фиксация – это выход за пределы очевидных Сомнений. Это принятие новой комбинации наград и рисков, которые ещё не проживались и не осознаны – и мой путь исследователя продолжается с интересным наблюдением: расширяя границы Сомнений, расширяется Доверие, в потоке которого голос Интуиции слышится более ясно и четко.

Алгоритмы АСО

В использовании Алгоритмов Снятия Ограничений я совсем не оригинальна – самый популярный и часто используемый в личной практике Алгоритм. Все варианты одинаково предпочитаемы, использую относительно равномерно, в зависимости от решаемой задачи.

Вариант АСО_1 у меня хорошо работает выявление негативных установок, тормозящих движение.

В случаях, когда развитие в Теме зависит от совокупности нескольких факторов, использую вариант АСО_2. Факторы могут быть внешними – когда мне нужно установить взаимодействие между ними для продвижения в Теме. И могут быть моими внутренними – личные установки, желания, ценности, которые нуждаются в выстраивании под определённую Тему.

Во время эмоционального заряда, для снятия напряжения в моменте, использую АСО_3.

Алгоритм НейроСинтез

Алгоритмы НейроСинтез – дали мне полное переосмысление моего понимания себя и взаимодействий с миром. Это было путешествие в глубины разума, где происходило исследование, трансформация и расширение границ своего интеллекта, восприятия и осознания «кто я? какая? для кого? зачем?». Я как будто была свидетелем рождения нового способа мышления, который обещает раскрыть новые возможности, новые горизонты познания.

Каждый контекстуальный рисунок по принципиальному Алгоритму НейроСинтез начинался с рассказа истории – «как сейчас в Теме». Впечатляющие осознания происходили уже на этапе диагностики. Проникновение в суть своего же личного опыта часто оставляло много вопросов. Уникальная возможность НейроГрафики манипулировать восприятием, позволяла мне создать роли, в которых переплетаются ощущения, слова и образы, создавая уникальную мультиролевую личность, выходящую за рамки моего обычного восприятия.

Принятие и осознание неизведанных образов Я-роль неизбежно сопровождалось рисованием контекстуальных Алгоритмов АСО, НейроМандала, и рисунками НейроАрт. Границы между реальностью и воображением становились для меня все более размытыми.

Алгоритм НейроКолор. Моя жизнь и поддержка Вселенной.

Изучение и использование знаний Алгоритма НейроКолор на примере собственной жизни оказалось очень увлекательным. Свойства энергий элементов ярко проявлялись в соответствующем периоде моей жизни. Поддержка Вселенной в ключевых, переходных периодах стала очевидной, но настолько глобальной, что осознавать я это не могла. Да и сейчас я знаю и сопоставляю факты, а понимание – за пределами моего понимания.

Дерево. (от рождения до 12 лет). До 6 лет я жила в обычной среднестатистической советской семье рабочих с прабабушками, бабушками, дедушками и многочисленными родственниками. В мои **6-7 лет** жизнь резко меняется: родители со мной переезжают в Казахстан, работают в 15 км от съемных квартир, и я самостоятельно организовывала свою «учебную» жизнь, а повечеру, в семейном кругу, оказывалось, что я всё делаю «не так». Ох, как сложно мне было тогда понять «а как надо?» ... ответов не было ..., и я экспериментировала ... и опять все было «не так».

Огонь (от 12 -18- 24 лет). В 12-13 лет родители резко «забили» на мою школьную жизнь, и занялись выяснением своих отношений. Тут для меня начался период «сбора почетных грамот» за успехи в учебе, за активные участия в олимпиадах, конкурсах, в жизни пионеров, комсомольцев, за 7 лет набралось сантиметров 5, до сих пор лежат-веселят. В **19 лет** я заканчиваю техникум и начинается «взрослая» жизнь. Придя на первое место работы техником-технологом по обработке металлов резанием, и получив первое задание я решила, что сначала делаю «черновик технологического процесса так, как знаю, как учили», а потом с поддержкой наставников адаптирую под действующее производство. Дальше абсолютное непонимание причины восхищений моим «черновиком», непонимание почему за «школьные» знания мне платят ежемесячную премию в размере 2-3 окладов за сопровождение при внедрении, почему мне со стажем работы 2 месяца присваивают категорию Инженера. В СССР в это время «период перестройки», что способствовало моей резкой карьере без каких-то усилий – другой, не замыленный взгляд, не знание прижившихся «рамки». Конечно же это не осознавалось мною. Личная жизнь присутствовала всё время. В свои 22 года, в 1991 году я ухожу в декрет и рожаю дочь. СССР распадается. Символично. Пару лет это никак не отражалось на моей жизни в отпуске по уходу за ребёнком.

Земля (24 -30- 36 лет). В 24 года я резкорываюсь в период «осознаний». Комиссия по направлению педиатра устанавливают моей двухлетней дочке «инвалид-детства» с диагнозом «задержка психо-речевого развития в следствии неясного генеза». При этом происходит то, что мое сознание не может идентифицировать даже сейчас: психиатр не берет на учет – нет показаний, симптомов, возможно из-за возраста; невропатолог не берет на учет – не установлены причины, все показатели обследований в норме, нет диагноза, не нужно лечение, нечего лечить. *(Диагноз и причины удалось установить только через 15 лет на МРТ, родовая травма для устранения последствий которой достаточно было бы использование бандажа на шею).* Мы жили в небольшом городе. Период развала экономики слишком очевиден: заводы закрыты, безработица, люди массово уезжают из города. Врачей-специалистов нет вообще – кто-то уехал, кто-то на рынок торговать пошел. В нашей с дочерью жизни как будто было без стрессов – дочь не росла, не развивалась, как будто декретный отпуск затягивался, и мы оказались за

бортом социума. К тому времени родители вернулись в Россию, и родственников у нас не было ни в городе, ни в стране. Возвращаться на родину (откуда меня увезли в 6 лет) не было возможности. Но в моей голове, как и в стране, развал абсолютно всех убеждений, представлений, предположений. Не сложно было сложить факты: для простого выживания дочери необходима я-мама, и меня никто не сможет подстраховать, а мне-маме и выживания и для поддержки нужна тоже Я-Лариса – получается Я-Лариса важнее и главнее. Мне не нужно было менять какие-то установки (их уже не было), но понадобилось некоторое время, чтобы убедить себя, что «Я, мое состояние, мои ощущения – самое важное» — это единственно верный выбор и с логической, и рациональной, и с моральной точки зрения. В это же время за «поболтали на детской площадке» мне начали платить деньги – я просто поддержала разговор, а оказывалось, что выдала жизнеспособную идею (большинство было тогда предпринимателями или безработными). Предприниматели начали обращаться ко мне (смешно и странно): «ты просто посмотри – я оплачу». В **30 лет** я уже высокооплачиваемый и востребованный консультант предпринимателей (по разным вопросам и проблемам). 1998 год, безденежье и безработица в стране способствуют мне купить собственную квартиру и найти (с 10 раз) идеального для меня помощника по присмотру за дочкой. Дальше - страна восстанавливала экономику, а я определяла для себя комфортные режим работы, свои привычки и личные границы, качества личности заказчиков, бизнес-задачи (чужие проблемы), которые мне интересно работать. Расширяю жилплощадь. Дочь обследовали в институте Нейрохирургии – поставлены диагнозы и причины, но лечение невозможно и бессмысленно, так как мозг уже сформирован. Металл (36 -42- 48 лет) К 36 годам на уровне быта, финансов и самореализации я имею то, о чем и не мечтала. Мне удалось совершить по несколько поездок в кемпинги на Иссык-Куль, в Абхазию, тренинг-путешествие по Индии. Путешествовать много не получалось – дочь недееспособна, и из-за взросления взаимодействовать с ней могла уже только я, в моей жизни появилось достаточно времени для творчества – шитье, плетение и многое другое, то есть я увлеченно пробовала все. Еще тогда я поняла, что это произошло потому, что в моей профессиональной деятельности минимизировался процесс «придумывания». По запросам заказчиков-предпринимателей я (незаметно для себя) выполняла роль наставника для их работников. Для себя начинаю формировать «пенсионный капитал» в России и Казахстане, экономический кризис способствует тому, что я покупаю и в России, и в Казахстане по «маленькой» квартире – легко, просто, интуитивно, «пусть будет» – тогда я не предполагала, что они мне очень пригодятся. Вода (48 -54- 56) Переход в энергии «Воды» произошел спокойно. Через пару лет выясняется, что у моей мамы началась деменция, она в России, я с дочкой в Казахстане – переезд неизбежен. Я начинаю постепенно завершать профессиональную деятельность, отправляю большую часть вещей в ранее купленную квартиру. Но как осуществить переезд с учетом продажи квартиры и того, что со мной неуправляемая дочь – не складывалось в моем воображении. Закрытие границ в пандемию замедлило процесс: за 1.5 года абсолютно спокойно сначала переехали в маленькую квартиру, и я продала большую. В 2021 году переезжаем в Россию. Затем оформление пенсии, покупка жилья, ремонт, обустройство – выдохнула и... Оказалась в изоляции – нет друзей-знакомых, не вижу возможности выходить из дома одной (так как оставлять двух неговорящих и неуправляемых человек в одной квартире небезопасно для их жизни), человеческую речь слышу

только от кассиров в магазине..., но чтобы побыть в тишине приходилось закрываться на балконе. Много читаю, а поговорить, обменяться мнением не с кем.

Жуткое осознание, что если ничего не изменить, то через пару месяцев я буду третьей, на одной волне со своими домочадцами, и будем мы неумытые и голодные какое-то время радоваться жизни. В голове только одна мысль: спасение, выход точно есть, сидя на балконе искать его, этот выход, можно только в интернете. Я никогда не использовала интернет для общения. Социальные сети, мессенджеры, чат, канал и далее – для меня было набором слов.

Мне **54 года** (очередная ключевая точка), конец 2022 года – и в мою жизнь **врывается НейроГрафика, возвращая меня себе**. Привлекла внимание красивая картинка в рекламе с неизвестным словом «НейроГрафика», и через неделю курс «Пользователь». И снова неизвестное слово «коучинг», изучаю информацию, 6-7 мини-курсов, и следом большое 8-месячное обучение «Коучинг международного уровня» по стандартам ICF. В это же время – изучение оставшихся 8 Алгоритмов НейроГрафики, курс «Специалист НейроГрафики, 2024 год – курс Инструктор НейроГрафики. Обязательные учебные практики коуч-сессий за два года обучений провели меня через сопротивление осваивать и общаться в социальных сетях. Результаты Клиентов и благодарности – бальзам для моего эго и радость для души, а короткие фразы от разных людей типа «тебя мне бог послал», «тебе уже говорили, что ты гений?» - возвращают крылья Доверия к внутреннему Зову, к предложениям Вселенной, создающих мое Направление.

Сегодня мне 56, конец 2024 года. Внешняя реальность изменилась чудным образом как будто бы без моего участия. Когда «у меня не было меня», у меня не было возможности спокойно поговорить по телефону, посмотреть ролик в интернете или прослушать аудиосообщение – мои домочадцы всё время требовали моего внимания или вмешательства, и это было за пределами моей зоны влияния. Как только «я появилась у себя», я спокойно смотрю 3-часовые вебинары, рисую, провожу 1,5 часовые коуч-сессии – лишь иногда дочь, без претензий на моё внимание, появляется в кадре видео встречи.

Огромная благодарность Павлу Михайловичу Пискарёву и его методу НейроГрафика. Благодарность всем Учителям – ведущим, кураторам, супервизорам – которые раскрыли таинственность смыслов и, казалось бы, мистического содержания метода: когда за 1–1.5 часа совершается переход от состояния закливания на проблеме в состояние ориентации на решение, приближающее инсайт.

НейроГрафика – метод, сопровождающий мой проект «Я есть Жизнь»