

Институт психологии творчества Павла Пискарева

Дипломная работа

Тема:

Духовный Путь

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Канаева Екатерина

17 ноября 2024 г

Выполнил Васильева Екатерина

17 ноября 2024 г

2024 г.

ДУХОВНЫЙ ПУТЬ.

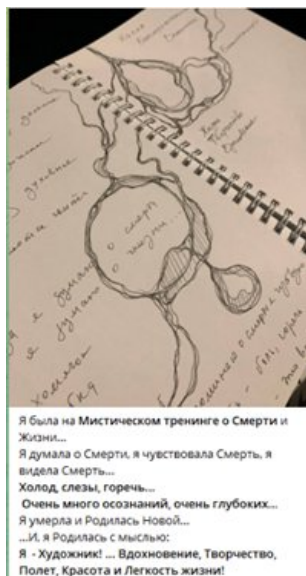
В ноябре 2023, рисунком НейроТайминг, нарисованном на МастерКлассе Елены Сайдадзимовой в НейроКафеСочи я запланировала Новую жизнь.

Уставшая от конфликта с собственником, готовая проститься с Работой, где все уже достигнуто, проститься с тем, что создавала, с теми, о ком заботилась, с коллективом, который люблю. Иногда нужно уходить. И я понимала, что уход неизбежен.



Но понимания, куда я иду не было. Мой дальнейший путь был совершенно не определен. Я просто в него верила, верила в свою Нейролинию, которая выведет в лучшее. На тот момент я уже была Специалистом НейроГрафики, Специалистом БоГобан и с нетерпением ожидала начала Инструкторского курса. Пойти в новую профессию казалось интересной возможностью.

Смерть и Перерождение.



*...поднять самые большие травмы и пережить их,
очиститься и завершить. Вернуться Героем,
открыть путь творчества и настоящей реализации,
начать строить новую жизнь.
П.Пискарев*

Моя Новая Жизнь началась со Смерти и Перерождения на Перформансе П.Пискарева.

Я начала свой год с очищения – отбросила все ненужное, всю шелуху. Я записала в своем телеграмм-канале: «Очень много осознаний, очень глубоких. Я умерла и Родилась Новой. Я родилась с мыслью: Я - Художник! Вдохновение, Творчество, Полет, Красота и Легкость жизни!»

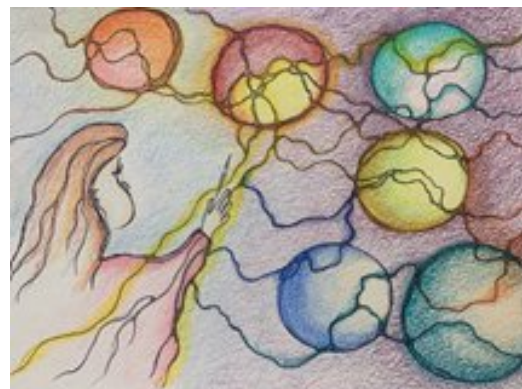
После тренинга я нарисовала несколько рисунков НейроАрт, о мистическом событии Перерождения.

Родившийся во мне Художник Своей Жизни нарисовал первые нейролинии. Сейчас я вижу, что лист практически пуст, прозрачен. И это очень соответствовало моему состоянию в тот момент времени: Я простилась со всем наполняющим меня, и знала, что есть главное, и оно во мне, внутри меня.



Всего лишь несколько НейроЛиний,
самых важных линий Линий жизни:
Супруг, Сын, Дом, Проявленность, Любовь.

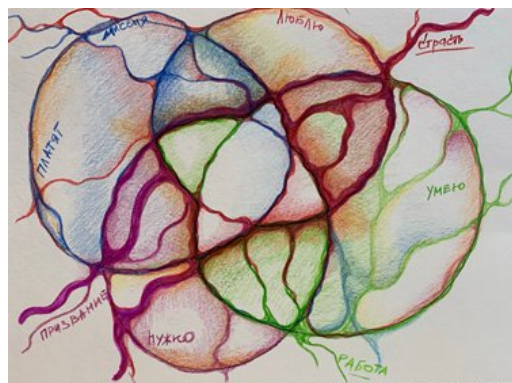
А как реализуется это главное совершенно непонятно.
Нейролиния - она идет так,
как не ждёшь и туда, где не ожидаешь.
И даже линии поля и фигуры фиксации этого рисунка
прозрачны и призрачны.
В этом рисунке: Вера, Надежда и Любовь, то,
чем я наполнилась на тренинге Перерождения.



Икигай.

*Хочешь расти профессионально, развивай свои сильные стороны.
Чтобы расти духовно – развивай слабые!*

В библиотеке АртПроектов я нашла запись Мастера с алгоритмом Икигай.
Немногословный МастерКласс, в разделе Практик Дзен.
Это было моим первым знакомством с Икигай и поворотным событием в осознании
моего Пути.
Я осознала, что мой наибольший доход я получала резонансом в моменты,
когда увлеченно и страстно, профессионально и компетентно, работала над
востребованными руководством и коллективом проектами. Почувствовав единство
сторон Икигая, его энергетику, я осознала, что не могу на существующем этапе уйти из
своей профессии в коучинг.
В коучинге я еще очень мало чего Умею. Я только в начале пути и мне нужно копить
знания, наращивать атлетизм. Для гармоничного Икигая Мало одной Любви, и мне
нужно силой Любви и трудом Учения наращивать Энергии сторон Умею, Нужно и
Платят.
Но я не могу жить без Дохода, а Платят мне в моей основной деятельности, где мой
Икигай Гармонично развит, но здесь я хочу сменить работу, чтобы восстановить
гармонию стороны Нужно.
Так, я поняла, что в 2024 году я хочу пройти Два пути: Путь моей Материализации, моя



Профессиональная деятельность финансового
директора, и развиваться Духовно и учиться
коучингу в Институте психологии творчества.

В начале марта я сменила место основной
работы, и приступила к обучению на
Инструкторском Курсе.

Моя Новая Жизнь началась!

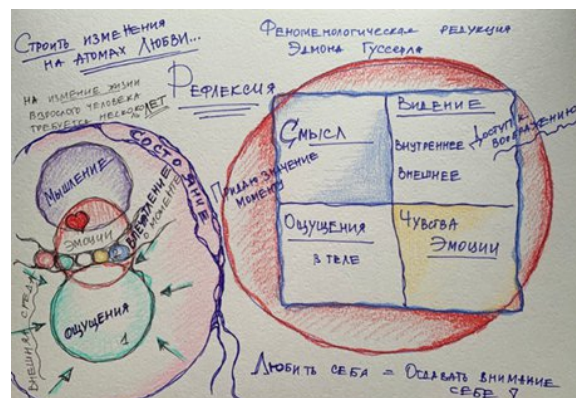
Рефлексия.

Человек сложно и интересно устроен!

В нашем сознании могут возникать различные образы, негативные и позитивные - Война или Цветущий сад, сухая растрескавшаяся земля или Коралловый Риф в море, Громкая ссора или нежный поцелуй.

Наше тело постоянно что-то ощущает - то голова болит, то в животе приятное возбуждение, то зрение расфокусировалось, то тепло наполнило грудную клетку.

Мы реагируем на происходящее эмоционально: то встревожены, то спокойны, то обижены, то переполнены нежностью, можем испытывать отвращение или восторг! И мы очень любим анализировать, делать выводы, искать смыслы!



Очень важным практическим навыком, пришедшим и освоенным за этот год, стал навык рефлексировать системно. Практика рефлексии давалась с большим сопротивлением, но тем больше энергии она принесла. И сейчас я понимаю, что Рефлексия по 4 точкам внимания, глубокая, осознанная, пожалуй, главное приобретение этого года.

Рефлексия, Практика наблюдения, за внешним миром и возникающими образами, за телесными ощущениями и эмоциональными реакциями. За время выполнения любого алгоритма у меня есть 8 попыток, на каждом пункте алгоритма, осознать что-то важное в моей теме.

Визуальная среда, Видение. Я вижу, и наблюдаю то, что происходит. Внешнее – как меняется рисунок, Внутреннее – как меняется образ. Я вижу какой-то образ на «внутреннем экране». Рисунок и Образ поднимает во мне Эмоциональный отклик - Чувства и эмоции. Чувства и Эмоции вызывают телесный отклик, конкретные ощущения в Теле. Проанализировав, о чем говорят Образ, Ощущения Эмоциональные и телесные я формулирую Смысл.

С моим аналитическим складом ума, мне было очень сложно «не бежать впереди поезда», и в начале курса я постоянно додумывала Ощущения вслед за Смыслом. Но раз за разом, рисунок за рисунком, начало приходить ощущение ценности именно из Образа, из Эмоций, из Телесных ощущений вывести смысл! Пришло понимание, на уровне физического ощущения этого процесса, что важно не просто осознать, а почувствовать, вытащить Смысл из Подсознания.

Я научилась ловить кайф от этой Практики работы с Вниманием к себе, Любви к Себе. И как приятно, округляя пересечения линий, представлять, например, объятия мужа. Возникает чувство нежности, я ощущаю его разливающимся теплом в теле в руках. И, находясь в ссоре, понимаю, что нужно подойти, обнять и попросить прощения.

Изменяясь внутри, я изменяю к лучшему Мир вокруг...

Эстетическое восприятие.

*Эстетическое переживание включает в себя «драму,
в которой действие, чувство и смысл едины».*

Джон Дьюи

«Ты эстет», сказал мне лет 7 назад близкий мужчина, и на мой вопросительный взгляд добавил: «Но тебя этому никто не научил». Я тогда не поняла его, но вопрос меня заинтересовал и не уходил.

А через несколько лет знакомая показала мне рисунок НейроГрафики. Непрофессиональный, нарисованный по открытому МастерКлассу, но я в одно мгновение поняла: Я хочу так рисовать, Я буду так рисовать!

Я рисую 3 года и только в этом году я начала осознавать, что значит научиться Эстетическому восприятию, на Инструкторском курсе меня учили быть Эстетом.

И вот теперь мне становится понятным почему люди влюбляются с первого взгляда и что произошло в тот момент, когда я увидела тот рисунок.

Теперь я понимаю, что Эстетическое восприятие – это глубокое переживание рефлексии, это осознание подсознательной реакции.

Эстетическое восприятие, как оно влияет на наше взаимодействие с объектами и ситуациями, - одна из самых интересных тем для исследования.

Мне стала понятна и близка альтернативная традиционным взглядам на эстетику, основанная на искусстве и объективных критериях красоты, идея: рассматривать эстетические объекты не как нечто, имеющее внутреннюю ценность, а как результат процесса восприятия в процессе взаимодействия. И в этой связи, мне близка идея, что все объекты являются Эстетическими с точки зрения восприятия, и не ограничиваются обычными художественными объектами, а распространяются на все проявления жизни.

Меня заинтересовали современные исследования в области нейробиологии, экспериментальной эстетики и дизайна взаимодействия. Нейронаучные данные свидетельствуют о том, что эмоциональная активация позволяет сравнивать прошлые, настоящие и будущие чувства, сохранённые нормы и ожидания, основанные на приобретённых внутренних моделях личного или социального поведения. Результатом таких оценок и являются эмоциональные сигналы. В каждом из нас живет «нечто», которое «преобразует» ряд неэстетических характеристик в эстетические чувства, свойства. Эмоциональные чувства возникают в каждом взаимодействии и, при соответствующих условиях, становятся источником эстетических суждений. Эстетическое восприятие помогает человеку заранее предвидеть возможные варианты взаимодействия, делая их более понятными и уменьшая степень неопределённости.

Эмоция и Эстетическое восприятие – это та основа, та точка опоры, отталкиваясь от которой мы начинаем двигаться в осознанность.

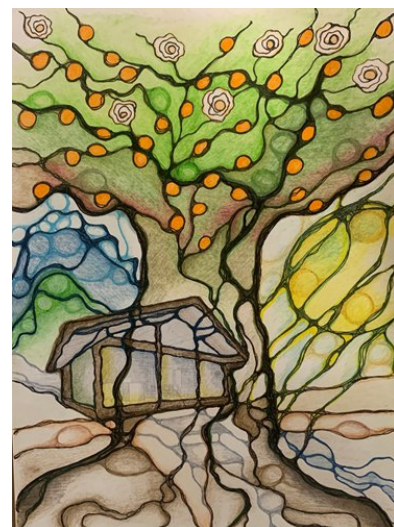
Работая над своими НейроГрафическими рисунками, я довожу их до состояния эстетической красоты, каждый раз вступая в эмоциональное взаимодействие с Образами, в поиске Смыслов.

И вот какой ответ я нашла на вопрос: Кто же такой Эстет?

Когда у человека в какой-то теме сложилось гармоничное взаимодействие энергий, на всех уровнях сознания, взаимодействие через красоту и любовь, про этого человека начинают говорить, что он Эстет.

Эстет окружает себя красивым пространством, красивыми людьми, слушает себя изнутри, слышит Мир и доверяет Миру и себе, как его части. Эстет системен и гармоничен, его ценности просты, основаны на любви, и поэтому, красивы.

Я делаю только первые шаги на пути формирования своего понимания Эстетического восприятия, и очень хочу подробнее Исследовать эту тему в Научной статье к Диплому Эстетического Коучинга.



Пирамида Сознания и Теория Снятия Ограничений.

*«Точка опоры — это кончик маркера.
Он совсем тоненький, но оперившись на него, можно повернуть мир»
П. Пискарев*

Но разве не является еще более интересным то, что скрыто от осознанного, что предшествует Эмоции, телесной реакции, что это за «нечто», которому мы все пытаемся найти объяснение?

Свое погружение в НейроГрафику 3 года назад я начала с изучения книги Павла Михайловича Пискарева «НейроГрафика. Алгоритм снятия Ограничений». И я испытала восторг от краткости формулировки знания в пирамиде Сознания и гениальности предлагаемого практического метода изменения реальности.

С осознанием возможности моделирования реальности я живу уже 14 лет, эта осознанность пришла после прочтения «Трансерфинга реальности» В.Зеланда. Но вот практики, предложенные автором, мне «не зашли». А Павел Михайлович, используя силу Эстетического восприятия, «зацепил» меня НейроГрафикой, увлекая «в погружение и проникновение в Самость, ее освоение – длинный духовный путь».

Теория Пирамиды сознания и Снятия ограничений очень близки мне, на уровне внутреннего, физического ощущения и понимания. В каждом рисунке я переживаю восхождение к Абсолюту через четыре уровня Бытия: персональный, личностный, коллективный, самостный.

Уже на первом шаге актуализации Темы начинаю ощущать телесно и эмоционально, вспоминать что-то, осознавать минусы в Теме, минусы, препятствующие гармоничному прохождению энергии.

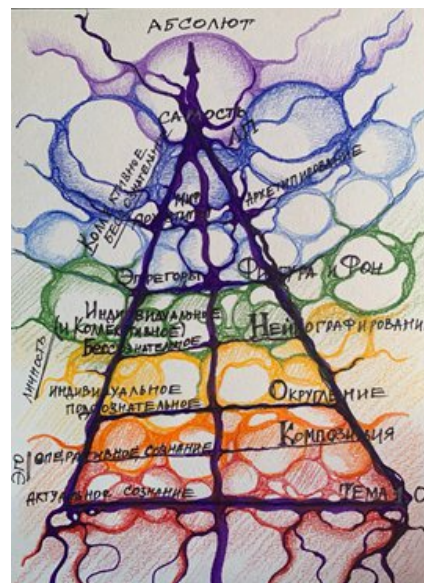
На этапе Композиции приходит понимание проблемы и путь ее решения. Вопросы ЭГО подняты, обнажены. На шаге Сопряжения вырастаю в Личность, гармонируюсь внутри, сживаясь с ситуацией, принимаю, нахожу свое удовольствие.

На этапе Интеграции социализируюсь, признаю себя и свою Тему частью большого мира, Мифа. Состояние Духовного восприятия, наблюдения со стороны. Мой любимый этап рисунка, архетипирование. Энергия Духа, Цвета. И вот Пятый Этап, Линии поля, интеграция, насыщение Божественной энергией, энергией Абсолюта всех Элементов Композиции.

Получив эту энергию понимаю, что открылось другое видение Темы, новый уровень, и вижу решение, эффективное, важное - Фигуру Фиксации.

Стилизация, нюансы. Вновь переживаю свои осознания, и иногда забираюсь еще глубже, еще выше. Просматриваю всю Выстроенную пирамиду снизу доверху и обратно, подходя к завершающему этапу осознания переосмысления Темы.

Реальность не просто осмыслена, она изменилась, она Новая. Энергия прошла через все «болевыe точки» и трансформировалась.
Я – Новая.



Цвет.

*Жизнь полна миражей
П. Пискарев*

Думаю, у каждого НейроГрафа есть любимый пункт алгоритма. у меня любимый - п.4.2 Архетипирование. Работа с Цветом.

Неправильной формы Цветовые пятна, интеграция, слияния Цвета. Для меня Архетипирование – это самая сильная часть Интеграции. Энергия Цвета захватывает и чаще всего уносит в драйв, восторг. Реже, но бывает на этом этапе выходит сильное сопротивление и тогда я перекрашиваю цвета по несколько раз, пока не добьюсь красоты и гармонии. И рисунки через такое сопротивление имеют особую силу.

Только на этом этапе я начинаю видеть по-настоящему Композицию, только здесь явно и четко проявляется эмоциональное восприятие созданной картины. И осознание, и признание неправильного Мира, мира, полного Миражей, прекрасных Миражей, несущихся в огромном энергетическом потоке.

Красочное открытия этого года - Цветовыделители. Теперь именно Цветовыделителями я задаю основной цвет, - яркость и силу дает этот инструмент. На курсе нейроколора у меня появилось выражение «Лить цвет», и оно пришло именно с цветовыделителями, которые позволяют насытить рисунок энергией цвета и его глубиной.

Использую цветовыделители, как основу.
Тона и полутона, ощущение интеграции и слияния мне дают карандаши.

Понимание Цвета до курса у меня складывалось на основе знаний о Чакрах, Энергетических центрах человека. Новое озознание Цвета пришло со знакомством с Китайской теорией У-син.



У-син. Вечный круг превращений. Отношения порождения и преодоления. Идея о том, что любые элементы, явления и люди, как часть этого мира взаимодействуют между собой, влияют друг на друга, живут и развиваются, находясь в постоянном циклическом движении. И эту идею в Нейрографике мы передаем Цветом.

Черный цвет - Вода. Она растворяет все, все помнит. Опыт, мудрость, размышление, выбор, страх, серьезность. Холод и постепенность, неторопливость.
Красный - Огонь. Миг, выплеск энергии, быстрый и неуловимый. Жизнь и страсть, торжество. Огонь не колеблется, он решителен, он обжигает. Но огонь не вечен. Огонь гасит вода. А погасший красный огонь превращается в белый Металл.
Металл. Чистота и мудрость, холодный и одинокий. Растворяясь в черной воде, металл рождает жизнь.
Рождение Жизни - зеленый росток - Дерево. Молодость, ветер, стремительность и непосредственность. Зеленый молод и непрерывно растет. Лист дерева, отпев свою песню, опадает на землю, и земля позолачивается.
Желтый - Земля. Уверенность, задумчивость. Горы.
Проходя сквозь землю, первоэлементы очищаются, и вот они опять - металлы.
Металл бесцветен. Он белый. Он содержит в себе все цвета.

Мой любимый Цвет – белый. Не удивительно, Я родилась в год Металла.

Павел Михайлович научил меня видеть совершенную гармонию черного цвета в линии маркера и в стильной, интеллигентной черной одежде.
Не удивительно, Я прохожу свой период Воды. Период Смерти и Перерождения...

В моменты сонастройки с Миром мне хочется рисовать именно цветом, НейроКолор, цветовые пятна. Так случилось пару месяцев назад, когда, в поисках Земельного участка для Дома, я почувствовала свое место, свою энергию. И захотелось взять карандаши и вносить цвет – желтый, земля; зеленый, ветер...
И только потом нейролинии побежали по Цвету, закрепляя осознание, вживляя изменение в действительность. И мы купили этот участок, строим Дом.

Я – художник! Художник льет краски, рисуя свою жизнь.

Духовный Путь.

Духовный путь – это путь к свободе, любви, внутренней гармонии и спокойствию; путь к обретению внутренней целостности, наполненности и уверенности в своих силах.

Духовность — это Любовь.

Постоянное стремление к Любви – это и есть поиск Высшего начала, Духа, Бога – суть не в названии. Это, - задавать себе главный вопрос: «А что бы сейчас сделала Любовь?».

Духовность – это осознанность.

Заниматься поиском Высшего можно лишь осознанно. Самым подробным образом наблюдая за собой и миром, отдавая себе отчет в истоках и мотивах своих действий, стремясь максимально глубоко проникнуть в суть происходящего, осознанность помогает ощутить свою свободу и научиться пользоваться ей.

Духовность – это Свобода.

Никто, кроме меня, не выберет мой путь. Лишь я сама могу сделать свой высший выбор. Сделать его свободно, по собственной воле.

Духовность – это ответственность.

Если я сама сделала выбор – то прими ответственность за результат этого выбора на себя. Не бывает выбора без последствий. Любые слова и действия создают определенный результат – вместе с ответственностью за него.

И, казалось бы, я всегда жила с Любовью, Осознанность, Свободой и ответственностью, но, когда начала рисовать НейроГрафику, появился новый взгляд, новая глубина.

Я пробудилась, и стала видеть иллюзии этого мира. И понимаю, что ничто внешнее никогда не могло и не может принести мне истинное счастье. Это глубокое осознание заставляет меня хотеть чего-то более полноценного и чего-то, что заставит меня снова почувствовать себя цельной.

Да, пропала моя былая цельность. Я начинаю подвергать сомнению свои убеждения, привычки и социальные условия и вижу, что в жизни и во мне самой есть что-то гораздо большее.

Я меняюсь. Моя жизнь меняется.

Я сменила место жительства на более подходящее мне по энергетике, строю дом.

Я осознаю, что заканчиваю свою профессиональную деятельность в роли финансового директора.

Я планирую свое обучение и движение в новой профессии – Диплом, Коучинг, МАНГО, Моя техника коучинга FLER, Аспирантура ИПТ.

И я не тороплюсь больше. Я нарисовала себе 108 лет жизни и двигаюсь маленькими шагами, прислушиваясь к себе, наблюдая.



Можно ли запланировать свой духовный путь?

Думаю, что нет.

Но в ИПТ я научилась слушать интуицию, чтобы понять, куда двигаться дальше.

Принимаю то, что ум не всегда может понимать и предвидеть, куда меня зовет сердце.

И я рисую НейроГрафику, и мое Высшее Я дает мне подсказки, и я их могу

распознавать через образы, ощущения в теле, эмоции. Вибрации моей истинной сути ощущаются как Мир, Любовь и Радость. Прислушиваюсь к себе и иду за ощущениями.



Мой Путь - Познавать себя, раскрывать свою истинную природу, выявлять свои истинные цели и быть счастливой!

* * *

В Эссе использованы Материалы Книг и Статей:

П.Пискарев Нейрографика. Алгоритм Снятия ограничений., Композиция Судьбы

Иоаннис Ксенакис, Аргирис Арнеллос. Эстетическое восприятие и его минимальное содержание: натуралистическая перспектива

Мария Иванова. Мистика цвета. Китай. У-син

Андрей Беленцов. Как развить духовность в себе