

Дипломная работа

Тема:

«НейроГрафика как метод трансформации жизни»

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель

Пискарёв П.М.

Супервизор:

Дорониная С.С.

6 марта 2025 г.

Выполнила:

Владимирова Я.В.

6 марта 2025 г.

2024 г.

Содержание

I. Введение	3
1. НейроГрафика как метод трансформации моей жизни	3
2. шаг за шагом	3
3. Мой первый опыт в НейроГрафике	4
II. Основная часть	5
1. Моя жизнь во время обучения НейроГрафике	5
2. Жизнь после	10
III. Заключение	11

I. Введение

1. НейроГрафика как метод трансформации моей жизни

У каждого из нас есть представление, как мы хотим прожить свою жизнь, чего хотим достичь, к чему хотим прийти в бизнесе, в профессии, в семейных отношениях. Хочу поделиться своей историей и рассказать о своем пути, как я стала инструктором НейроГрафики и чего достигла, благодаря этому методу.

Моя трансформация началась с того момента, когда я вдруг поняла, что что-то в моей жизни происходит не так, что должно быть что-то и как-то по-другому. Меня зовут Яна. Мне 34 года. Я довольно оптимистичный человек: верю в лучшее, верю, что есть некая неведомая сила, которая меня ведет по жизни. Возможно, это моя интуиция, которой я всецело доверяю, которая мною движет. Многие думают, что я живу в своем мире и мой мир далек от действительности. Возможно, это так, но я, как ребенок, действительно, до сих пор продолжаю верить в чудо, а мой девиз по жизни: «Всё, что ни делается, всё к лучшему».

2. Шаг за шагом

Мое знакомство с НейроГрафикой произошло весной 2022 года. На тот момент все мое время занимала работа. Я фитнес тренер и массажист с большим стажем. Успешная в своем деле, и, вроде бы, что тут жаловаться: есть квартира, доход, но не было главного - это семьи. Однажды проснувшись утром, я поняла, что меня ничего уже не радует. И даже общение с клиентами, перестало приносить мне удовольствие. Стала все чаще задавать себе вопросы: «Кто я?» «Что я хочу на самом деле?» «Какое моё предназначение в этой жизни?» Пролистывая очередной раз ленту в социальных сетях, я наткнулась на рекламу, где приглашают посетить мастер-класс по НейроГрафике с темой «Мое предназначение». Я подумала, вот он знак свыше! Не разобравшись, что, вообще, такое «НейроГрафика», я тут же кликаю «Оплатить» и записываюсь на мастер-класс. И вот тут начинается самое интересное.

Придя в аудиторию, усевшись поудобнее, я будто жду волшебной таблетки, что вот сейчас что-то изменится в моей жизни. Просидев три часа, кроме как отсидевшей ноги и стянутой шеи, я ничего не

почувствовала. Придя домой, я не поняла, что это, вообще, было, что за линии такие и зачем нужно сглаживать углы... Я о главном пришла поговорить, а мне, понимаете ли, дали в руки маркер... Через несколько дней я снова захотела взглянуть на свой рисунок. А еще через пару дней я снова решила записаться. Не понимая, что мною движет, я приходила туда снова и снова. И потихоньку начала замечать, что появилось желание скушать то, что давно не ела, сделать то, что даже и не пробовала никогда. Стали всплывать мои «хочу», а слово «надо» вовсе ушло на второй план. Я снова ощутила чувство вдохновения, появился прилив сил, я будто ожила.

3. Мой первый опыт в НейроГрафике.

Спустя месяц, мной начал одолевать жуткий интерес, что это за волшебный метод? Как это работает? Я начала искать информацию. В социальных сетях и наткнулась на нейрокурс одного из инструкторов НейроГрафики «О любви к себе», а позже и вовсе прошла обучение «Пользователь НейроГрафики». Уже на стадии освоения первой версии алгоритма снятия ограничений результаты проявлялись мгновенно. В моей жизни шаг за шагом начали происходить положительные изменения: я вышла замуж, открыла свою студию и погасила ипотечный кредит досрочно. Я настолько влюбилась в этот метод, что невозможно выразить словами! Могу сказать точно лишь одно: НейроГрафика кардинально поменяла меня и мою жизнь!

Теперь я с уверенностью могу сказать, что НейроГрафика, действительно, влияет на наш мозг, открываются новые возможности для самовыражения, формируются новые нейронные связи. С ее помощью мы можем проработать свои ограничивающие установки, тревоги, страхи, неуверенность в себе, эмоции, а также снять стресс, найти новые неочевидные решения. Это словно невероятная практика для самопознания, которая помогает лучше понять свои эмоции, осознать деструктивные убеждения и найти точки роста.

Получив сертификат курса «Пользователь», у меня открылось невероятное количество возможностей:

- я продолжила заочное знакомство с автором метода Павлом Михайловичем Пискарьевым и биографией его жизни через посты в социальных сетях;

- узнала еще больше об истории возникновения метода «НейроГрафика»;
- в моем арсенале появилось три версии алгоритма снятия ограничений, версия выявления намерений и версия алгоритма снятия санкций;
- у меня расширился круг общения;
- я начала больше знакомиться с людьми, ко мне в друзья стали добавляться единомышленники;
- прикоснулась к творческому потоку Вселенной и вошла в него;
- стала проникать глубже в концепт действия НейроГрафики и десяти базовых принципов;

Каждый день я начала заходить на сайт создателя метода — Павла Михайловича Пискарёва и все глубже знакомиться с НейроГрафикой. И однажды за очередным просмотром его видео моё решение утвердилось окончательно. Мне захотелось большего. Мне захотелось делиться этим методом с другими людьми и на своем примере показать, что метод работает и приносит колоссальный результат. Тогда я принимаю решение, что пора освоить ещё одну профессию на этом жизненном пути. Я очень хочу отучиться уже на инструктора по НейроГрафике у самого основателя Института Психологии Творчества П.М. Пискарева.

II. Основная часть

1. Моя жизнь во время обучения НейроГрафике

31 мая 2024 года я натыкаюсь на информацию, что до 1 июня можно еще зайти на курс. Вселенная и тут подсветила мне дорожку. Я стояла перед выбором. В этот день я должна была отдать деньги на строительство второго этажа дачного домика. Не успев согласовать встречу, я тут же принимаю решение пойти учиться. Так как это был зов души. Это была моя мечта на протяжении года. Меня уже ничего не могло остановить. Я видела цель и не видела преград. Забежав в последний вагон, я даже не думала, через какую трансформацию мне придется пройти. Во время обучения у меня было довольно много

сопротивления, разногласий с мужем, он не разделял мой интерес к этому методу. Я ничего не успевала, мне казалось, что я не справляюсь.

Начало было сложным – ощущение огромного потрясения и стресса. Когда зашла в новое пространство, я почувствовала себя гадким утенком, таким несчастным и брошенным, что до тебя нет никому дела, каждый варится в чем-то своем. Ничего не понятно: куда бежать, что делать, за что хвататься. Технические трудности в связи с отсутствием опыта, мессенджеры, видео семинары, куча электронных папок... Я очень растерялась. К тому же когда посмотрела свою группу, меня еще больше обуял страх: у кого-то сертификаты, кто-то рисует уже долгое время, кто-то свободный слушатель не первый раз, кто-то профессиональный художник. Семья слушала мои «истерички» о том, что я не справлюсь, вопросы «Куда я попала?! Зачем я туда пошла?!», пару раз я разревелась навзрыд. Но нет! Как оказалось, надо было просто шагнуть и начать. И вот первый семинар, первый алгоритм. Все началось, и стало уже чуть легче. Внимание переключились на осмысление первого вебинара, затем второго, третьего... Все вебинары я тщательно записывала, пыталась понять, что было для меня достаточно сложно. К тому же, когда я рисовала, у меня достаточно неплохо возникали образы, я их отлично чувствовала и проживала, но техника рисования меня просто «выбешивала». Второй рисунок я даже хотела выбросить, но, вспомнив слова Павла Михайловича, что любой рисунок надо доводить до результата и работать со своим сопротивлением, я нашла в себе силы, чтобы его закончить.

Первые два месяца для меня были очень сложные: перепады настроения, жалость к себе, ощущение комплекса неполноценности, упадок сил, то есть аппетит, то нет. Я переключалась на прослушивание классической музыки, занималась фитнесом и много гуляла на свежем воздухе. Становилось немного легче, немного успокаивалась. А далее какой-то азарт вызвал у меня реферат по курсу «Пользователь». Было такое ощущение, что я сама себе сдавала серьезный экзамен, после которого я вынесу себе важный вердикт — «годен или не годен к обучению». Мне очень хотелось доказать самой себе, что я способна пройти это первое испытание в учебе. Для меня это было очень важно, так как служило мотивацией для дальнейшего

развития в образовании. После его написания даже позволила себе неделю отдохнуть. Я отсыпалась и наполнялась новыми силами, так как до этого дни обучения были похожи для меня один на другой: с утра до ночи за компьютером или за рисованием. Если резюмировать изучение алгоритмов АСО, АВН и АСС, то я бы сказала так: это важный период преодоления себя. В этот период у меня возникла ассоциация: это мой «Маленький внутренний ребенок» устраивает бунт на корабле. Все приходит к тому, кто умеет ждать. Или, как говорит Павел Михайлович, большое дерево растет медленно. Я поняла, что мое нестабильное психическое состояние скоро пройдет, надо немного потерпеть.

Алгоритм «НейроКомпозиция» вызвал у меня первые серьезные изменения на уровне тела. Рисуя треугольники мне стало не комфортно: уже после первого рисунка возникла боль в горле и появился озноб. На следующий день я рисовала АСО – стало немного полегче. Рисование пришлось отложить на несколько дней, пока не восстановилась. Но, несмотря на это, я получила огромное удовольствие от рисования, потому что мне начали нравиться мои рисунки, пусть и не все. Я осознавала, что все мои внутренние сопротивления — это ресурсы, с которыми надо работать и трансформировать себе во благо.

Реферат по курсу «НейроКомпозиция» дал мне возможность почувствовать первый ощутимый прилив энергии, который позволил взвесить и осознать всю пользу и ценность от того, что я делаю. У меня возникло ощущение, что впереди меня ожидают важные озарения и инсайты. И я не ошиблась. После изучения этого принципиального алгоритма рисование треугольников дало понимание и чувство, что закладывается какое-то зерно НейроГрафики внутри меня.

Алгоритм «НейроКолор», можно сказать, перевернул мои представления о человеческом организме, о взгляде на него, о тех биоритмах, энергиях, которые работают во Вселенной. Система У-Син вызвала большой восторг, так как я смогла узнать о том, что моя энергия по году «вода», и это помогло мне проанализировать ряд моих поступков в жизни, мои вкусы в стиле и цвете в одежде, то, почему я подбираю цвета для домашнего интерьера именно такие. И, как

оказалось, мой любимый синий цвет в разных оттенках — это просто с рождения «Я».

Этот алгоритм стал для меня одним из любимых, так как вся информация очень полезна в повседневной жизни и дает возможность анализировать, диагностировать, планировать, реализовывать многие необходимые вещи в той или иной сфере бытия.

Алгоритм «НейроСкетинг» удивил меня своим динамизмом и, на мой взгляд, интересным подходом к рисованию с учетом, что я не являюсь художником и никогда не имела дела с таким методом рисования. Но это вызвало у меня невероятный детский восторг: было ощущение, что я на весёлых стартах в школе «Кто выше, кто лучше, кто быстрее». Несмотря на то, что очень уставала от такого одномоментного рисования, я сделала для себя много полезных выводов и увидела воочию, что я все-таки что-то могу. Получившиеся рисунки вызвали у меня массу положительных воспоминаний из моего далекого детства, сюжеты из моих любимых сказок. Эта практика позволила мне прочувствовать линию, динамику рисования, увидеть, как быстрое рисование заряжает рисунок, как гонит активную энергию в организм.

Особый восторг вызвал мой нейропортрет. Было такое ощущение, как будто что-то внутри отпустило, растворились переживания, которые копились не один год. После этого модуля у меня было приятное расслабление, граничащее с упадком сил. Ходила в полудреме. И длилось это состояние около недели, пока я не сделала перерыв.

Алгоритм «НейроМандала» вызвал у меня неизгладимые впечатления. Особенно «Мандола Рода». После проработки этого рисунка мне стало легко, несмотря на то, что это не первый раз, когда я работала с темой Рода. Это была моя самая сильная работа с родом, которая приносит ощущение легкости и какого-то внутреннего отпуска. Было ощущение, что я прикасаюсь к чему-то неведомому на каком-то клеточном уровне. Другие работы этого алгоритма мне тоже очень понравились. Такое ощущение, что я находилась где-то в раю, где спокойно, свободно и безопасно. В голове пусто и легко, никаких мыслей. Спала после рисования, как младенец.

Следующая техника – «НейроМандала Героя». Она привела меня в чувства и создала уверенность в том, что я на верном пути, что я не одна переживала такие чувства и состояния, что все идет своим чередом, все естественно, что есть определенные периоды и ритмы в жизни, которые имеют свойства начинаться и заканчиваться, что со мной все ОК.

Алгоритм «НейроСинтез» уже воспринимался мной в совершенно другом состоянии. Отдохнув немного от НейроГрафики, переключив свое внимание на изучение «Эстетического коучинга», я немного пришла в себя. Плодотворно поработала со своим внутренним миром и внутренней реальностью, что создало во мне новые ощущения и мотивацию для дальнейшего прохождения алгоритмов НейроГрафики.

Алгоритм «НейроСинтез» вызвал у меня большой интерес, узнала много нового о себе и о своей жизни. Рисунки очень отзывались во мне. Каждая работа отзывалась по-своему: какая-то в положительных красках, какая-то двигалась через сопротивление и раздражение. Этот алгоритм оказался очень ценным. Есть, о чем подумать и над чем поработать.

Алгоритм «НейроКонтакт». Скажу честно, этот алгоритм вызвал у меня ряд новых внутренних сопротивлений. Когда рисовала, то чувствовала какой-то страх, что не туда виду линию, не так соединяю нейронные сети. Возникали мысли, что вдруг что-то сделаю неправильно, и в реальности пойдут события, которые мне не понравятся, или какая-то ситуация усугубится. Поняла, что надо еще рисовать АСО и работать с темой коммуникаций, продолжать кейс.

Алгоритм «НейроЦель». Этот алгоритм оказался для меня самым большим открытием. Меня вдохновили два моих рисунка - «Фейерверк моих результатов» и «Звезда цели». На мой взгляд, это одни из моих лучших работ, которые выражают мою внутреннюю суть. Мою любовь к сказкам, веру в чудеса, в волшебство, сказочные приключения со счастливым концом. Это подняло во мне большой объем энергии, вдохновения, я почувствовала свой огромный потенциал. Внутри себя я переживала какие-то необыкновенные ощущения, возникало ощущение, что мой «внутренний ребенок», который был активен в начале учебы перешел во 2 квадрант «подросток», повзрослел. Он и меня отпустил развиваться, расти, работать над собой и, что самое

главное, взрослеть. После этого модуля я очень устала. Пока рисовала каждый день, болела голова, не покидал упадок сил. При этом внутри была какая-то пустота. Но приятная пустота, с ощущением каких-то положительных изменений внутри себя.

Сейчас я пишу эти строки и ловлю себя на мысли, что и мой «подросток» двигается дальше и уже поставил одну ногу в 3 квадрант «взрослый». Пусть пока неумело, скромно, с некоторой неуверенностью, но я чувствую, что он хочет и готов взрослеть, хочет двигаться и реализовывать свои мечты. И это меня очень радует и вселяет в меня надежду, что все будет хорошо...

Алгоритм «НейроТайминг». Это тот волшебный алгоритм, с которым мое эмоциональное состояние словно сделало перезагрузку. Я по-новому взглянула на жизнь и на все происходящее. И, как я чувствую, именно этот последний алгоритм включил какие-то внутренние часы, которые позволяют мне двигаться в 3 квадрант более уверенно и планомерно, понимая то, что дальше делать и каким образом себя реализовывать.

2. Жизнь после

Сейчас, анализируя свой учебный путь в НейроГрафике, я понимаю, что я попала именно в то пространство, которое было мне просто, как воздух, необходимо, что именно эти знания позволили мне разобраться в себе, понять свои ошибки, слабые места и неудачи в профессиональной сфере. И, что самое главное, сейчас я могу себе ответить на вопрос, кто я... Никогда я не испытывала такой радости и гордости за себя, как сейчас. Долгое время я искала свое место в профессиональном пространстве, и каждый раз меня что-то не устраивало, что-то шло не по душе, без радости. К тому же, сейчас я четко осознаю, что для человека, действительно, важно принадлежать к какому-то сообществу. Сейчас я с гордостью могу сказать, что я представитель сообщества Нейрографов. Для меня это тоже большое открытие, и все благодаря тем знаниям, которые я получила в Институте.

С приходом НейроГрафики в моей жизни произошли колоссальные изменения. Многие зародились во время обучения в

Институте, но сейчас они плотно вошли в мою жизнь, качественно изменив ее уклад:

1. Выходить за привычные рамки устоявшихся привычек стало для меня нормой, что раньше для меня было за гранью фантастики. Например, не ставить на привычное место те вещи, которые раньше находились в постоянной фиксации, ходить новыми маршрутами в магазин, в какие-то места, на прогулки, которые сложились за последние годы.

2. Изменилось пищевое поведение, благодаря чему я стала лучше спать.

3. Стала эмоционально спокойней, осознанно начала следить за фокусом своего внимания в ситуациях, которые заставляют меня переживать и нервничать.

4. Отпустила степень важности в семье по тем вопросам, которые были связаны с повышенной ответственностью. Позволила себе расслабиться и примерить на себя другую мультиролевою личность – теперь я просто «любимая женщина».

5. С мужем 4 раза съездили в отпуск. Наши отношения перешли на новый уровень. Мы осознанно пришли к решению, что хотим деток. И сейчас вплотную занялись своим здоровьем.

III. Заключение.

Вот так НейроГрафика шаг за шагом открывает мои дороги в интересный, счастливый и осознанный мир, в котором я узнаю новые техники и алгоритмы, новых удивительных людей, а главное – я узнаю себя, какая я и на что я способна. Для меня цель моего инструкторского образования – помочь и другим людям открыть их дороги в свой удивительный и счастливый мир и, конечно, дать понимание, что это возможно, нужно только взять в руки маркер, рисовать и быть готовым принимать происходящие изменения (да, они бывают разными, но, непременно, в итоге ведущими к большому благу!).

Безусловно, порой нужно быть готовым заглянуть в себя через свои проблемы и через других людей, как через некие зеркала, и это бывает болезненно. Но, если рядом с тобой идёт твой проводник – твой

инструктор, ты не заблудишься и не завязнешь в переживаниях, ты точно со всем справишься, а результат не заставит себя долго ждать.

Хвала Всевышнему и Павлу Михайловичу за этот волшебный и интересный путь – путь, который открылся мне через НейроГрафику, путь, которым я иду уже два года и предвкушаю дальнейшие открытия.

Благодарю преподавателей, супервизоров, своего куратора и других участников курса за знания, помощь и заботу. И отдельная Благодарность Павлу Михайловичу Пискарёву, что делится с нами своими знаниями и откровениями.

Благодарю!!!

Моя перезагрузка состоялась, чему я очень рада. Впереди у меня еще много работы над собой — сложной, длительной, кропотливой. Но это стоит того, хотя это работа длиною в жизнь, она наполняет мою душу вдохновением, радостью, удовольствием от того, что я делаю, пусть еще пока и не на таком уровне, на каком хотелось бы. Но профессиональный опыт – дело наживное. Всему свое время!

Я сделала для себя очень важный вывод, пройдя этот сложный, но, в то же время, прекрасный, насыщенный путь: расширение представлений о себе открывает дверь новым возможностям в жизни!

Но Институт и дальнейшее обучение в нем для меня не заканчиваются и не уходят в небытие: по плану у меня сдать еще диплом по эстетическому коучингу, но предполагаю, что и это не точка. Я думаю, единожды вошедши в мою жизнь, Институт останется в ней навсегда, ведь столько интересных знаний и открытий можно еще здесь получить! Сейчас я осознаю, что то стрессовое поле, в которое я изначально попала, просто обязано было быть: и это не только мое позднее подключение к группе и к учебе, это открыло, оголило, обнажило мою душу и позволило произойти всем тем изменениям, которые пришли в мою жизнь! И тот путь, тот ритм, с которым я шла, — это именно то, что мне было нужно. Возможно, если бы я пошла, как вся группа, были бы совершенно другие эффекты. А это мой путь. И он такой!

Размышляя о моих планах на будущее, могу наверняка сказать: я не тороплюсь приступать к преподаванию, хотя раньше очень хотела скорее приступить ко своей реализации и проявляться как инструктор НейроГрафики. Сейчас я понимаю, сначала я хочу решить свои задачи, подтянуть свою технику рисования, найти свой стиль, развивать в себе чувствование нейролиний и ощущений в теле. Я буду погружаться в работу по составлению конкретных шагов и действий по своей самореализации, по созданию своего личного бренда, продумывать, как развиваться в социальных сетях. И, что самое удивительное, на этот раз это не мое сопротивление и страхи идти в новое, это мой выбор, мое осознанное решение по освоению моего пути. Как говорится, путь осилит идущий, а я иду и не собираюсь останавливаться, ведь впереди мне освещает путь моя невероятная звезда цели. Сияй, моя звездочка, я следую за тобой!