

Институт психологии творчества Павла Пискарева

Дипломная работа

Тема: Мой путь в НейроГрафике

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарев П.М.

Супервизор Сапрыкина Виктория

Дата проверки 28.11.2024

Выполнила Косенко Елена

28.11.2024

2024 г.

Мой путь в НейроГрафике.

Первое знакомство.

Сначала был трансформатор. И был он примерно такой: старый огромный слегка поржавевший ящик, стоящий в городском парке, стыдливо прикрывающий свою дряхлость зелеными кустами.

Произошло это в 2015 году. Как раз в это время ко мне попали записи тренинга «Цивилизаторы», в котором одним из лекторов был тогда неизвестный мне Павел Михайлович. Что-то он интересное, но плохо понятное для меня рассказывал о пирамидах, сознании, а потом провел участников тренинга по логическим уровням. Как же это было захватывающе! Конечно, я тоже решила попробовать. И, вот, на уровне предназначения у меня в голове появилось слово «трансформатор» и образ – вот, такой же старый и ржавый, с которого я начала свое повествование. Ничего другого не приходило в голову, и картинка не хотела меняться. Это меня смутило, развеселило, ведь я прошла по остальным уровням. Разобрала, где, с кем, как и какой деятельностью хочу заниматься. Но это никак не вязалось со словом «трансформатор». Сейчас я уже очень смутно помню, что там было на других логических уровнях. Все, что ярко отложилось в памяти – это старый ржавый трансформатор. На тот момент у меня с этим словом вообще никакие другие образы не вязались. Проходило время и периодически этот образ всплывал в моей памяти, а вместе с ним имя Павла Пискарева. Периодически (совсем не часто) забивала это имя в интернете. Вот, не помню, что мне выдавала Всемирная сеть, а то, что слово трансформатор стало обрастать постепенно новыми образами я помню.

Однажды, забив в очередной раз «Павел Пискарев», наткнулась на видео с НейроГрафикой. Посмотрела... и прошла мимо. Ведь я же искала что-то подобное прохождению по уровням, какие-то технологии. А тут рисование. Я не поняла, не почувствовала, вначале забыла. Но меня это рисование не отпускало. Снова упорно искала Павла Пискарева. И снова попадалась НейроГрафика. Ладно, думала я, пусть будет, включала видео, а сама занималась другими делами, слушая лишь текст. Мне было интересно, что рассказывает умный человек.

И, вот, однажды это случилось. Меня прорвало. Я до такой степени захотела рисовать, что, собрав подручные материалы (а это были ручки и акварельные краски), поздним вечером села за рисунок. Без темы, без смысла, просто дико захотелось водить ручкой по бумаге, рисовать линии, круги, соединять, скруглять... Хотя, почему без цели и смысла? Все-таки цель была – пощупать, попробовать. Это была моя первая НейроГрафика. И это вызвало у меня восторг, будто куда-то плывешь мыслями, что-то приятное

вспоминаешь. А на следующий день я купила маркеры и карандаши, потому что поняла: я хочу еще, и я буду пробовать еще.

Метод хорошо организованных совпадений.

Дальше я рисовала, от случая к случаю, просто ради интереса. По разным видео. Мне всегда везет и здесь везло тоже: интернет мне всегда выдавал ссылки на инструкторов. Тогда я этого не знала, мне было все равно. А сейчас я понимаю, как это было важно рисовать с профессионалами. Я не отмечала каких-то изменений или событий в связи с НейроГрафикой, мне просто очень нравился процесс.

Первое НейроГрафическое чудо.

Это был самый конец 2019 года. Мне предстояла поездка. Нужно было взять огромное количество документов (большую дорожную сумку) в наш офис в другом городе. Помню, как у меня начался мандраж вечером перед поездкой. Я не понимала, как все правильно упаковать, сложить, я не знала города, куда ехала (а побывать нужно было в двух местах в разных концах города), я не понимала вообще, успею ли я вернуться домой. И, вроде бы, ничего нерешаемого, но все не складывалось.

Я вспомнила о НейроГрафике. Нарисовала АСО (как умела по открытым урокам Павла Михайловича) и спокойно ушла в гости. Чтобы долго не описывать, скажу, что на следующий день каким-то образом все сложилось, будто под меня подстроили расписание всего транспорта, которым я пользовалась: городского и междугороднего. Я просто выходила из одного и тут же подъезжал другой. И так со всеми пересадками и переходами, находились люди, которым было по пути со мной, и они доводили меня до нужных мест. А по кабинетам офисов, чтобы я не заблудилась, меня сопровождал сотрудник и со всеми делами я справилась невероятно быстро. Я не только успела все по работе, но и пробежалась по магазинам, чтобы домой вернуться с гостинцами. И домой вернулась раньше, чем предполагала при удачном раскладе событий.

Вот, тогда-то я поняла, что это такое – метод хорошо организованных совпадений. После этого случая я стала рисовать НейроГрафику со смыслом.

И вот случился наш 2022 год, 24 февраля. Я рисовала. Со мной произошло то же, что и с другими жителями моего города. заблокировалась работа всех банкоматов и неполученные деньги (приличные суммы, отложенные на важные покупки) остались на картах, во время прилета пострадало жилье, меня уволили (так как офис организации остался на Украине), да еще и в больницу попала... НО!!!! В моем жилье пострадали только окна. И вообще во время прилета я была в другом месте в отличие от

многих соседей; деньги, которые остались на картах я смогла вывести без особой суеты и с минимально-смешным процентом за услугу. С больницей тоже все благополучно решилось. А работу я нашла спустя пару месяцев. Хорошую работу, которая мне нравится. Я же рисовала! И снова я увидела, что это такое – метод хорошо организованных совпадений.

Я стала рассказывать о НейроГрафике. По-честному, никого не учила, а только говорила о методе, своих результатах и где искать информацию. Тогда и появилась мысль, что мне мало – только лишь говорить, где искать. Захотелось и самой рассказывать и показывать этот метод. Так, весной 2022 года и началось мое обучение: курс Пользователь у одного из инструкторов. Как же это было вовремя! Только я его закончила, как отключили интернет. Сначала думали, что где-то перебили кабель. Починят. Но шли недели, месяцы... У нас появилось выражение «съездить на интернет». Как люди ездят на море, так мы ездили на интернет. Семьями, компаниями, на машинах, на электричках мы выезжали в соседние регионы на интернет на 2-3 часа на выходных. Ловили WI-FI на улицах или в общественных учреждениях. А я продолжала рисовать. АСО освоила в полной мере. И мне опять везет! Я получаю разрешение на доступ к закрытому интернету в госучреждении в связи с моей производственной необходимостью. Я приходила туда 1-2 раза в неделю, выполняла рабочие дела и, если успевала, могла посмотреть что-то личное. Или скачать. Например, что-то новенькое по НейроГрафике. Так, в записи я порисовала НейроАтом, НейроЕль, даже «участвовала» в конференциях.

Но хотелось большего. Я не помню и не понимаю, как я приняла решение пойти на курс Специалиста с таким доступом к интернету, как смогла оплатить курс с несовершенной тогда еще платежной системой. Знаю только, что сделала это. А что дальше? Скачать обучающие видео нельзя, время пользования интернетом ограничено, смотреть уроки не получается, не успеваю. Я не понимала, как мне быть. Но в один из вечеров увидела пропущенные звонки от директора школы (в это время я уже работала в школе), специалиста Управления образования и секретаря. По несколько звонков от каждого! Звонили в уже не рабочее время. Меня срочно все искали! Оказалось, что группу детей нужно сопровождать в лагерь в Подмоскowie, а документы, которые должны быть у сопровождающего педагога есть лишь у нескольких человек (да, это был переходный период, когда еще не все успели сделать необходимые документы, справки, удостоверения и т.д.). А для поездки по остальным параметрам подходят только двое, один из которых я. И ехать нам двоим необходимо без вариантов. Я даже не сразу поняла, что у меня будет две недели с неограниченным доступом в Интернет. В командировке я успела все: посмотрела уроки, порисовала, прошла тесты. Остались только кейсы с клиентами, но это уже делала дома. И снова

совпадения невероятно хорошо организовались! При этом, как оказалось, поездка детей заранее не планировалась. Она возникла очень спонтанно. Я просто ходила и не понимала, как такое случается!?

Кроме освоения курса Специалист, я успела, конечно, посмотреть больше и узнать подробности о курсе Инструктор. Так внутри все переворачивалось, когда мечтала туда попасть. Я четко понимала, что мне там быть! Но не понимала, как. Тогда для меня это была очень большая сумма. Я прикидывала, что можно пройти алгоритмы по отдельности, и этим уменьшить будущую сумму оплаты. Но все мои расчеты были ни к чему. Свободного доступа к интернету не было и не обещалось. Но я рисовала. Теперь уже полноправно пользовалась новыми алгоритмами, полноправно рисовала с друзьями. Да, интернет я тоже рисовала. Да, и еще, на Специалисте я поняла (на себе прочувствовала), что НейроГрафика – это не только метод хорошо организованных совпадений, но и изменение своего мышления. Вот, фраза про изменение нейронных связей для меня звучала тогда абстрактно, а когда я обнаружила, что начинаю мыслить по-другому – это было для меня очень наглядно.

Все начало меняться в декабре. Пошел слух что, возможно, нас подключат ко Всемирной паутине. Мы ждали. Верили и не верили. Сеть то появлялась, то пропадала. Я даже смогла в записи порисовать НейроЕль. И тогда впервые, очень робко, я нарисовала своё желание стать Инструктором. На самом деле очень робко, предполагая, что может быть это случится через год, а пока, как только качество сети стабилизируется, пойду осваивать отдельные алгоритмы. Но не тут-то было. Я-то уже понимала, что НейроГрафика меняет мышление. И у меня в голове, даже не в голове, а во всей мне четко засела мысль, что я должна успеть на инструкторский в этом году. Как я не отгоняла эту мысль, какие компромиссы не предлагала, она упорно оставалась со мной и не давала покоя. Я сдалась и стала студентом 9 потока.

Трансформация.

Заходя на курс, я была уверена, что уже почти все знаю о НейроГрафике и мне нужно только выучить алгоритмы. Сейчас я просто смеюсь над собой тогдашней. Смеюсь по-доброму. Вспоминая, как в детстве я была уверена, что учителем работать очень легко, достаточно лишь знать материал на 1-2 параграфа вперед от учеников, чтоб было, что рассказывать им на уроке. Спустя годы я поняла, как ошибалась и часто с улыбкой вспоминала и рассказывала об этом. Вот, теперь, уже взрослая, я с такой же наивной самоуверенностью решила, что весь смысл НейроГрафики поняла на Специалисте. Вспоминаю об этом, смеюсь. Как же я ошибалась! Я не понимала, какая это глубина! Какая многогранность! Какая сила! Я не

понимала, что одну и ту же тему можно прорисовать любым из наших алгоритмов, и наоборот, один и тот же алгоритм можно использовать для проработки любой темы. Да, есть более или менее подходящие алгоритмы под определенные запросы. Но суть в том, что все многогранно и взаимосвязано. Я экспериментировала: смотрела один и тот же вебинар несколько раз. Конспектировала. И каждый раз я слышала что-то новое! Как я могла этого не заметить в прошлый раз? А как можно услышать мысль только с четвертого раза?

Да, я для себя открыла еще одну разновидность обучающих видео – это супервизии. Когда смотришь рисунки других, слушаешь супервизора, сравниваешь с тем, что ты увидела в этой работе. Для меня такой просмотр супервизий имел такую же ценность, как и распаковка смыслов. Иногда, даже был более значимым, потому что сколько работ, столько и тем, смыслов, людей, которые работали над этими темами. Смотришь, примеряешь на себя, представляешь, если бы это был твой клиент, как бы ты повела его, о чем спросила бы, чтобы помочь раскрыть тему. Мне кажется, что благодаря такой работе с супервизиями, мне и с клиентами было легче общаться.

Я влюбилась в НейроГрафику. Раньше она мне нравилась, а сейчас я влюбилась. В чем разница? На мой взгляд, в том, что нравится, например, в человеке, может что-то избирательно, а когда влюбляешься, то любишь все в нем. Не потому что так надо, а потому, что сумел рассмотреть, почувствовать, понять. Так и с НейроГрафикой. Я любила рисунки, но не любила описания, рефлексии. Зачем это? Это занимает столько времени. А особенно, когда не можешь поймать, понять образ, смысл, эмоции... А супервизоры требуют. И не отстанут. Поэтому лучше сразу. Сидишь, вытягиваешь из себя эту рефлексию. И вдруг в какой-то момент понимаешь, что это получается уже само собой. И тело начинаешь чувствовать и эмоции. А образы! Конечно, они иногда такие бывают, что и не связываешь с темой. А надо связать. И вдруг этот образ так раскрывается: через воспоминания, эмоции, игру слов... Иногда прям целые фильмы в голове разворачиваются параллельно с рисованием. Да, теперь и в жизни я рефлексирую и это очень помогает. Кстати, наверное, так развивается интуиция. Говорят, тело не врет. Оно все подскажет. Но, к сожалению, нас постоянно учат заглушать его сигналы, прикрывая это словами «воспитание», «этикет», «культура», «уважение», «так принято». В привычку входит не слышать себя. Очень жаль. Я сейчас точно знаю, что умение услышать и понять себя очень важно. Лично мне это умение помогло избежать не нужных трат, изменить очень хорошо продуманный план, не вступить в конфликт, и многое другое, и увидеть в последствии, что это были очень правильные решения.

Девятый-богатый – это про нас. Я вдохновилась той идеей. Кто же не хочет богатства! Стала ли я богатой, пройдя этот курс? Однозначно да! Но что такое богатство? Конечно, финансы, это никто не отрицает. И, да, мой доход с немного подрос. Но, главное мое богатство в том, что я научилась видеть возможности там, где многие видят только обязанности и рутину. И главное, не только видеть, но и трансформировать эти возможности в результат. Но это произошло не сразу. Вдохновившись идеей повышения доходов, я спланировала себе, как я, конечно, в качестве инструктора, веду курсы онлайн, встречи офлайн, марафоны, коуч-сессии... и зарабатываю много-много-много. Но ничего у меня не получалось. Все время что-то мешало начать масштабировать работу. Спасибо Павлу Михайловичу за его пояснение, что богатство – это не то, сколько ты заработал или накопил, а то, сколько позволяешь себе тратить. Это было в точку. Я боялась, что после «хорошо», вдруг может стать «плохо», боялась переходить на другой уровень расходов.

Оказывается, это тоже нужно себе позволить: не только зарабатывать, а и тратить. Мне довольно трудно было переступить грань, когда приобретаешь вещи того же назначения, что и раньше, только на порядок дороже. Очень трудно получить удовольствие от дорогой покупки (даже если уже можешь себе позволить), если раньше радовался удачным приобретениям на распродаже. Очень трудно было приобретать непрактичные вещи. Трудно было не экономить на комфорте. Это, оказывается, тоже требует перестройки нейронных связей. Перестраивала. И это случилось. Я перестала бояться тратить.

Чего я не получила на курсе? Конечно, не все мои планы реализовались. Я не преподаю НейроГрафику, не веду онлайн каналы. Пока только рисуем офлайн с друзьями. Это неудача? В какой-то период я на себя за это сердилась. Сейчас понимаю - это задача, над которой я поработаю. Видимо, в первую очередь нужно было разобраться с тем, что для меня более важно. Я искренне люблю свою работу в школе. Но она же не оставляет мне времени на другие виды деятельности. Я плохо понимала, как мне это совместить. Но сейчас, кажется, начинают организовываться события, которые помогут мне найти решение. НейроГрафика работает!

Что для меня еще НейроГрафика? Однажды от Виталия Сундакова услышала, что если бы люди могли удерживать одну мысль (задачу) хотя бы в течение 5 минут, то они гарантированно находили бы решения. Мне очень запомнилась эта фраза. Хотелось найти способ удерживать мысли, вопросы, чтобы гарантированно находились ответы и решения. И думаю, что я его нашла. НейроГрафика – это и есть прекрасный способ удерживать мысль. И не 5 минут, а намного дольше.

Еще НейроГрафика для меня – это молитва. Бог для меня не кто-то с бородой, сидящий на облаке, а то, что вокруг нас, внутри нас. Нечто необъятное и близкое, общее и для каждого свое. Это то, что не объясняется словами, а просто как понимание внутри меня. А молитва – это не заученные фразы, а разговор. Живой и честный. Когда получаешь поддержку, советы, помощь. Вот, НейроГрафика для меня и есть такая молитва, общение.

И снова о трансформаторе. То первое интернет знакомство с Павлом Михайловичем я часто вспоминаю и часто вспоминаю тот образ трансформатора – старого ржавого короба с проводами внутри. Улыбаюсь, понимая, что ничего случайного не бывает и наше бессознательное не ошибается, выдавая нам те или иные образы. Видимо, в тот период я и была таким старым ржавым коробом. Кем-то, кто имел предназначение, но не мог выполнять его. И чтобы с этим справиться нужно было самой пройти трансформацию. Думаю, мне это удалось. Здесь, на курсе Инструктор НейроГрафики.

Что же дальше?

Однажды Павел Михайлович сказал: «Вы уже поняли, что попали?». Конечно поняли. Я это поняла уже в мае, когда писала первый реферат, когда приобретала курс НейроПедагогика, смотрела открытые занятия других школ института и примеряла их на себя. Поняла, когда, пытаюсь определиться, что же мне здесь еще интересно, и в конце концов поняла, что всё. Всё интересно! Да, меня еще качает, я-то уверена, что хочу оставаться работать в школе и совмещать это с НейроГрафикой, то думаю о том, чтобы сменить основную сферу деятельности, и тут же в голову приходят разные варианты. Но одно я знаю точно: НейроГрафика – это навсегда. С любимыми не расстаются.

Образы и смыслы.

Я всегда была уверена, что у меня очень развито образное мышление. Я любила использовать метафоры, аллегории, образные выражения. Но как все это усилилось за время прохождения Инструкторского курса! Это было настоящее волшебство, когда уже известные мне вещи я видела заново, начинала понимать их более глубоко. Я по-новому слышала знакомые слова, каждый раз находя в них новые смыслы. С НейроГрафикой (рефлексией, поиском смыслов и решений) наш прекрасный образный язык стал для меня еще образнее, осмысленнее. Известные образные выражения разворачивались новыми гранями, давали новое понимание того, «а о чем мне это?», «что для меня это значит?», «как это связано с моей темой?», «какое решение мне это подсказывает?» и так далее. И каждый образ, каждое выражение я рассматривала со всех сторон.

Мой путь в НейроГрафике – это как погружение в океан. Я уже могу зайти по шею, могу нырнуть с головой или отплыть немного подальше. Но при всем этом я все еще у берега. Я пока только догадываюсь, какая здесь глубина. И я планирую эту глубину исследовать дальше, плавать, погружаться, наслаждаться этим процессом. И, конечно, я планирую все это показать другим людям. Ведь наша миссия – сделать планету рисующей!