

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

«Путь художника с опорой на маркер»

**Специализация: Инструктор Нейрографики**

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Машукова Ксения

«19» ноября 2024 г.

Выполнила Котман Жесения

«19» ноября 2024 г.

2024 г.

## «ПУТЬ ХУДОЖНИКА С ОПОРОЙ НА МАРКЕР»

Мой путь художника начался, когда мне было 14 лет, и я поступила в художественную школу. Живопись и рисунок так захватили меня, что не было даже мыслей поступать в какой-то другой институт, кроме творческого. И я поступила в 1999 году в Текстильную академию на специальность художника по рекламе.

Отучившись 6 лет и закончив ВУЗ, я перестала заниматься живописью на долгих 3 года, настолько устала от недоброжелательной среды.



Это время единственное за мою осознанную жизнь, когда я не брала в руки ни кисть, ни карандаш. Я поступила в Школу Мультимедиа и фотографии имени А. Родченко на факультет Фотографика. Проучившись там 3 года, я вернулась в Санкт-Петербург. Здесь и начинается моё возрождение как художника. Вернувшись в любимый город, я поняла, что просто не могу больше скрывать от себя свою потребность запечатлевать моменты и состояния природы на бумаге и холсте. Ах, если бы тогда у меня была НейроГрафика с её безусловно великолепным Алгоритмом Снятия Ограничений!

Возвращение в живопись было нелёгким. Оказалось, что за почти 4 года я совершенно забыла, как держать в руках карандаш. Я продолжала фотографировать, но уже тогда мне стало ясно, что прежнего удовольствия фотография уже не приносит. И тут в мою жизнь ворвалась Санкт-петербургская Академия художеств имени Репина, куда я поступила вольнослушателем. Следующие два года прошли для меня в ежедневных штудиях, конспектах по анатомии, набросках, этюдах, постановках, пленэрах. У меня были великолепные учителя и я стала восстанавливать навык.

Через два года я уже не боялась чистых листов, и с уверенностью бралась даже за сложную работу. Когда закончился курс в Академии, я активно практиковала пленэры. Ездила по всей России и за границу на практику, собирала пленэрные группы, работала как педагог живописи и рисунка. Я привозила из поездок огромные рюкзаки с холстами, сняла свою первую в жизни мастерскую. В этот 2011 год умерли мои родители, и я снова погрузилась в тяжёлое состояние, когда не могла взять в руки кисть.

Через некоторое время мне повстречался педагог из ВГИКа, который вернул мне радость живописи, научил меня тонким колористическим приемам, копиям великих

мастеров, и мой путь совершил очередной виток в сторону совершенствования своего мастерства.

Я вступила в Творческий Союз Профессиональных Художников. Продолжала каждодневную практику живописи, рисунка и композиции. С этого времени и по сей день, я рисую всегда, каждый свой день. И это повод просыпаться утром, смысл жизни, икигай.

В 2012 году я открыла школу рисования для взрослых, где такие же, покалеченные чьим-то недобрым словом или непрошеной критикой, люди учились заново любить эту жизнь и в красках передавать свои эмоции и ощущения.

Уже тогда я понимала, что преподавание - это путь, который мне предстоит пройти.

Я избрала принципиально иную тактику, нежели мои учителя в первом ВУЗе. Я на своём примере очень хорошо понимала, что поощрение работает значительно лучше, чем порицание.

За 7 лет существования моей школы, больше 500 человек почувствовали, что рисовать просто, и что они могут, кто бы что ни говорил. В конце восемнадцатого года я поняла, что тянуть бизнес одной очень сложно и было принято нелёгкое решение развиваться дальше, как художник, самостоятельно и завершить работу школы.

Я вышла замуж, и мы с мужем уехали в Чехию, где я продолжала пленэрную практику. В двадцатом году, в ковид, мы вернулись в Россию. Я надолго оказалась заперта в своей мастерской без возможности видеть небо. Тогда на просторах интернета мне и попался первый вебинар Павла Михайловича Пискарёва, он назывался «вирус счастья». Метод покорила меня с первого взгляда. Я с восхищением подолгу разглядывала картинки, которые поиском легко выдавались в интернете. Моему восторгу не было предела. Так просто и одновременно так сложно, так глубоко и так красиво. Я начала рисовать на марафоне с Павлом Михайловичем свои первые рисунки по НейроГрафике.

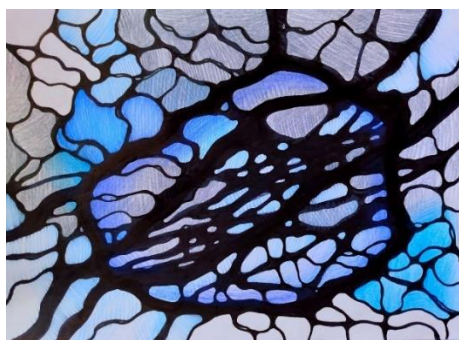
Потом мне удалось вырваться из своего городского заточения в деревню, но тем не менее, 4 месяца невольной изоляции в мастерской, из которой я не вышла ни разу из-за панического страха штрафов и угрозы заболеть, не прошли для меня бесследно. Я стала замечать у себя признаки депрессии, подолгу смотрела в одну точку и отсутствовала в реальности. Муж - психолог подтвердил мои догадки, консультация с ещё двумя врачами подтвердили неутешительный диагноз: клиническая депрессия.

И тогда меня в срочном порядке отправили на природу, в деревню, где я снова смогла полной грудью вдохнуть воздух, увидеть небо и почувствовать себя хоть немного живой. Каждый мой день был занят живописью и рисунком с раннего утра и до глубокой ночи. Я ходила на реку писать этюды, возвращалась и делала иллюстрации акварелью и карандашами, ставила натюрморты, работала над техникой. Самосовершенствование стало

моим спасением. В деревне не было хорошего интернета, поэтому на время я оставила занятия НейроГрафикой. Но это была необходимая пауза, потому что после трёх занятий с другим инструктором, прямо перед отъездом в деревню, я осознала, что хочу учиться только у Автора!

Следующие несколько месяцев я осознала, что изоляция сильно ударит по моему финансовому положению, потому что нечем стало платить ипотеку, работы никакой нет и, в общем, кому нужен художник, когда такой апокалипсис происходит в мире.

Я вернулась в город, где Мне пришлось продать квартиру с огромным долгом. И сразу же я записалась на курс «Пользователь» в Институт психологии творчества Павла Пискарева. Пройдя курс и получив сертификат, я продолжила каждый день рисовать, не только живопись, но теперь и НейроГрафику. Каждый мой день начинался с Алгоритма Снятия Ограничений. И, о чудо, моя депрессия сдалась под натиском нейролинии и моего упорства и начала отступать. Позже я посчитала, что нарисовала в тот период 67 нейрорисунков.



В 2021 году я поняла, что меня больше ничто не держит в России. Денег, оставшихся после продажи мастерской, хватало на небольшой домик у моря. И тогда я нарисовала свой первый кейс для переезда к морю, в котором вышло 26 рисунков, и из них 16 АСО.

Все своё детство я прожила в Крыму и совершенно не понимала, как так надолго застряла в мегаполисе. Кейс сработал. В процессе рисования мне пришло осознание, что 20 лет назад я мечтала переехать в Черногорию, но тяжёлые жизненные обстоятельства не позволили мне это сделать и, как бывает, бессознательная моя часть спрятала эту травмирующую информацию от моего сознания. Но я смогла это вспомнить, в процессе рисования Алгоритма Выявления Намерений! Двадцать лет мечтала, не зная про метод. Но теперь, с опорой на маркер, не нужно ждать столько. Можно за десяток рисунков изменить свои нейронные связи, трансформировать мышление и все произойдет лучше, чем ожидаешь.

И вот я покупаю прицеп на машину, в кратчайшие сроки обучаюсь водить этот микропоезд, делаю все документы кошке, вся мастерская помещается в мой прицеп, и я

выезжаю из России. Пройдя невероятное количество пцр-тестов и таможенных пунктов, рисуя АСО буквально перед каждой границей, ведь в прицепе и картины без разрешения на вывоз и дореволюционный самовар, прощальный подарок от друзей, я добираюсь до Болгарии. Здесь меня ждёт муж и мы уже вместе отправляемся дальше в сторону Черногории. Через 6 суток и шесть стран. Всего с одной ночёвкой, невероятное количество часов за рулём (муж не любит водить машину) я оказываюсь в стране, где никогда раньше не была, но всегда мечтала жить. И всё как я прорисовывала раньше случается: на третий день в стране я понимаю, что не хочу дальше жить без этой красоты и покупаю домик с видом на море и с моей маленькой уютной мастерской.

Отдохнув после переезда, я снова вернулась к мыслям о своём творческом пути. И тогда я поняла, какое количество рисунков уже нарисовала. Мне пришло осознание факта, что я хочу заниматься НейроГрафикой и дальше, и связать с методом свою жизнь. Рисовать с другими людьми, делиться красотой и инсайтами, ведь это ещё один способ показать людям, что рисовать легко. Мне очень близка философия Автора метода, и я решаю поступить на курс «Специалиста НейроГрафики».

Получив сертификат о прохождении курса «Специалист», я собираю свою первую группу оффлайн из тех людей, кто ходил со мной на пленэры. И теперь уже в окружении единомышленников, мы рисуем восхитительный «Нейродождь», «Добрый снег» и «Нейролотос». Часть группы высказывает желание продолжать рисовать со мной, и я организовываю еженедельные встречи по пятницам. Мы рисуем великолепные природные алгоритмы, люди кейсами рисуют свои задачи, кейсы срабатывают, уровень жизни повышается, я приношу пользу людям, моя жизнь имеет смысл, и я понимаю, что проводить оффлайн-группы мне очень нравится.

В то же время, мои ученики из России, опечаленные моим отъездом, просят создать группу онлайн, и я создаю такую группу! Кейсом из двадцати работ я рисую расширение своей нейроаудитории. Завожу для НейроГрафики страницу в соцсетях. И так, в постепенной работе, проходят полтора года. Невероятное количество рисунков, удивившее даже меня саму, находятся в папках в моём кабинете. Постепенно зреет решение идти дальше!

Весь 2023 год я вынашивала в себе решение поступить на инструкторский курс. Ремонт и достройка дома, которыми я занималась первые 2 года в Черногории, существенно подкосили моё и без того шаткое финансовое состояние.

К этому моменту мой муж окончательно покинул семью, и я приняла решение до декабря найти средства на обучение. Я рисую кейсом, в результате у меня вышло 50 работ, подключаю сюда медитацию и работу с позитивным мышлением, иногда даже езжу в горы на ведьминские и шаманские практики, загадываю желания в дни силы. Но ничего не

происходит. В октябре 23 года я решила, что раз я полгода рисую этот кейс и ничего не двигается с места, значит мне не время сейчас становиться инструктором. Я откладываю Инструкторский курс в ящик "мечты". Буквально через 2 дня мне звонит моя постоянная клиентка, коллекционер живописи, и говорит, что она купила в Черногории шикарные апартаменты, где её очень расстраивают пустые стены, ведь переправить часть коллекции из России это очень сложно и не представляется возможным. И просит меня привезти посмотреть 35-40 работ из моих Черногорских пейзажей и несколько пустых холстов. Я выполняю её просьбу и 4 дня живу в этих апартаментах, пишу недостающие работы.

Она купила всё, что я привезла и всё, что я написала на месте. Посчитав деньги, я поняла, что это ровно та сумма, которая мне необходима для оплаты инструкторского курса. Сутки я сидела и смотрела на эту огромную пачку денег, не в силах поверить, что она пришла ко мне за 4 дня. В невероятном восторге я еду менять эти деньги на рубли, и с глубоким чувством благодарности, оплачиваю курс. Тем же вечером меня как громом пронзил инсайт-а ведь кейс снова сработал! С этого момента я больше не подвергала сомнению свои нейронные связи, метод и свою вселенную.

Начало обучения на курсе совпало с моим отъездом в Россию по причине необходимости бракоразводного процесса. Этот вопрос пришлось решать через суд. И, конечно, я снова рисовала удачное разрешение ситуации. Даже когда ехала в метро, каждую свободную минуту! Более 30 рисунков в двух блокнотах поддерживали мой путь, и этот кейс снова сработал.

Весь инструкторский курс я рисую свою личность, масштаб личности, свой путь, своё предназначение, всё глубже погружаясь в самопознание. Я пошла на этот курс, чтобы получить новый способ работы и помощи людям. А также с помощью всей глубины метода, узнать лучше самого близкого человека - себя.

Долгие 2 месяца в Москве расшатали мою нервную систему до предела. С уверенностью могу сказать, что, если бы не НейроГрафика, мне бы это время просто не пережить. Были очень большие шансы опять упасть в депрессию. Но этого не случилось, благодаря фиксации на хорошем результате и его прорисовке. Вернувшись в Черногорию, я обнаружила свой дом частично разрушенным после землетрясения и ливней, случившихся в мое отсутствие. А перед моим домом началась стройка, которая закрыла мне вид на море из мастерской. Эти новости застали меня врасплох, сильно расстроили, так как после Москвы моё состояние и так было не очень стабильным.

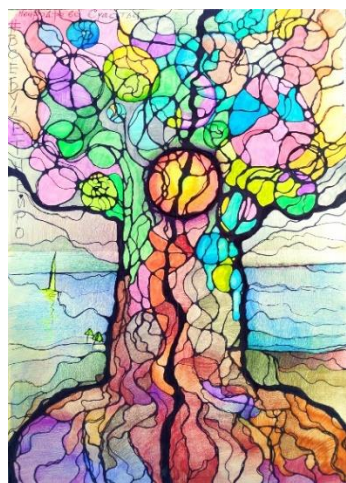
И дальше я начинаю рисовать свой самый главный на данный момент кейс: новый дом. Кейс очень сложный и объёмный, хотя бы потому, что продать дом с очевидными разрушениями довольно сложно во время стагнации рынка. Постепенно прорисовывая свою

задачу и всё глубже погружаясь в тему, я поняла, что необходимость в таком большом доме для меня одной отпала. Но всю свою жизнь, я ютилась в маленьких комнатухах и расставаться с комфортными метрами и мне совершенно не хотелось. В то же время и сил очень много уходит на большой сад и дом.

Во время одного из вебинаров меня осеняет мысль, от которой мурашками я покрылась несколько раз подряд! Я ведь всю жизнь мечтала купить какую-нибудь заброшенную гостиницу, отреставрировать её и сделать дом творчества для художников! В этот момент у меня сложились все пазлы, я поняла, что мечтой моей жизни является арт-дача, которую я затевала когда-то давно, и вот сейчас, с маркером в руке, я эту идею могу досконально прорисовать, спланировать и реализовать. Это становится моим долгим кейсом, и, на данный момент, я нашла подходящий объект недвижимости. В мельчайших подробностях спланировала и нарисовала все уголки своего нового арт-пространства и большую мастерскую. Папка, в которую я складываю рисунки этого кейса, уже выглядит довольно увесисто, в ней 58 работ. Я уверена, что этот кейс тоже сработает! Ведь рисовать я умею, а теперь у меня в руках еще и вся полнота метода! Я последовательно накапливаю нейронный контур от рисунка к рисунку. Все произойдет лучше, чем я ожидаю.



Каждый год, в июне, на свой день рождения, у меня существует традиция делать то, чего я никогда не делала ранее. В 2024 году мне пришла идея нарисовать свое самое большое Нейродрево! И я осуществила свою мечту! Я пригласила своих друзей в кафе, поставила



мольберт с листом формата метр на полтора и нарисовала Нейродрево Счастья!

Каждый из моих гостей нарисовал свое пожелание или мечту на его кроне в виде яркого плода! А в самом центре ствола дерева я нарисовала свое желание- мой новый дом, арт-дачу!

В тот день я впервые почувствовала себя нейросадовником, ведь это один из самых любимых алгоритмов! Теперь в Черногории живет огромное дерево счастья! И я знаю, что в следующем году придумаю что-то еще более крутое, ведь я буду уже инструктором любимого метода!

Вспоминается еще одна моя персональная победа, о которой не могу не рассказать! Боязнь высоты и аэрофобия всегда меня преследовали, но я летала на самолете, и каждый раз это была огромная паника. После переезда я поняла, что в стране с таким количеством красивейших гор, я просто не могу не победить этот страх. Начинаю кейсом рисовать его. После 23 рисунков на тему, мне удалось порисовать на высоте 1348 м над уровнем моря, сидя прямо на краю обрыва. И летать я теперь не боюсь. Еще один классный личный кейс.



Рассматривая свои недавние рисунки, я вдруг поняла, что очень выросла как нейрохудожник. Когда каждый день погружаешься в рисование, то не замечаешь своего роста. Но так как все рисунки, начиная с самого первого робкого АСО, я сохраняла, то у меня есть наглядный пример, какой красивый путь я уже прошла и сколько красивого меня ждёт впереди!

Как сказал Павел Михайлович на одном из вебинаров: "Теперь от вас зависит многое, теперь от вас зависит, сколько людей научатся рисовать нейрографику. Теперь от вас зависит, сколько людей сделают свой мир лучше и красивее". И я с радостью разделяю эту идею, делать планету рисующей, и быть адептом этого света!

Когда я увидела, как работают кейсы у меня, я стала развивать свою группу, где люди рисуют со мной. Теперь не только живопись, но и НейроГрафика дают мне возможность помогать людям. И уже есть первые результаты. Мои клиенты рассказывают мне, как у них срабатывает метод, у всех по-разному, но часто я слышу, что задача разрешилась после 2-3 рисунков, кому-то надо больше, 10-20, но эта положительная динамика, как люди меняются, работают над собой, своей жизнью, кейсами, это удивительное чудо, и это миссия - нести эти знания, делать людей счастливее.



Одна моя клиентка два месяца рисовала переезд из Черногории, и вот, на днях я проводила ее в новую страну. Другая мечтала выйти замуж - ей удалось так изменить свое мышление, чтобы она смогла найти подходящего партнера, и сыграть свадьбу, теперь мы рисуем новый кейс про новую профессию. Очень интересно работать с холодными

клиентами, рассказывать об Авторе и методе, интересно работать с людьми, имеющими психологическое образование, тут уже растешь как коуч. С теплыми и постоянными клиентами уже сложилась прочная связь, через 2-3 сессии лучше понимаешь, какой именно алгоритм или модель предложить человеку, чтобы интерес в его теме не угасал, чтобы работы приводили к результату, мотивация росла.

Моя жизнь кардинально изменилась, обретя опору на маркер. Легче дается целеполагание своих проектов, придумываются новые идеи. И все это можно прорисовать, увидеть на листе, наглядно все свои задачи, роли, смыслы.

Возвращаясь к теме кейса про арт-дачу, то за время работы над кейсом я нарисовала 30 рисунков только алгоритма АСО, не считая остальной работы. Тема трансформировалась от ремонта в мастерской, до проекта арт-дача. Проект увеличился в несколько раз, и его масштабы заставили меня пересмотреть жизненные ценности, приоритеты, масштаб моей личности и творчества.

Я проследила, как с каждым рисунком становлюсь более уверенно мыслящей о своей теме. От задачи работы над своим творчеством я перешла к задаче создания пространства, которое объединит в себе художников города, учеников, единомышленников.

Что мне это даст? Вернуть себе возможность комфортно творить, место, где будет объединяться сообщество, приносить пользу людям.

Я пришла к уверенному пониманию, что просто мастерская уже не отвечает моим запросам, я хочу развития и масштабирования своего искусства и жизни в целом. Почему мне стало жить интереснее?

Потому что я придумала Проект, который будет объединять людей, давать опору художникам, продвигать искусство в стране, появится арт база офлайн для художников, нейрографов и творческих личностей.

Амбициозность моих планов поначалу пугала меня, но, рисуя, я обрела уверенность в своих силах, план по реализации, осознание ресурсов и своих сил на подготовку и осуществление задуманного. С опорой на маркер все становится возможным!

Планы на ближайшее будущее: самосовершенствование и развитие личных и профессиональных качеств, расширение масштаба личности, развитие во всех возможных направлениях творчества. Постоянная практика. Создание и обустройство арт-дачи, содружество художников, нейрографов, мастеров. Регулярные оффлайн-группы, выездные и местные ретриты, и школа НейроГрафики.

А еще создание в Черногории сада из Нейродеревьев Счастья!

Я счастлива быть причастной к этим волшебным людям нейро, которые переворачивают мир с опорой на маркер!