

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

«Мой Путь в НейроГрафике»

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Бучнева А.Е.

«15» ноября 2024 г.

Выполнил Ларина О.С.

«15» ноября 2024 г.

2024 г.

Эссе

Моё знакомство с НейроГрафикой произошло в сентябре 2020 года, когда я искала себя и вытягивала себя из пятилетней депрессии. Я искала себе занятие по душе, просила подсказки, и наконец информационное поле начало мне отвечать. Одним из таких ответов был трехдневный марафон Инструктора НейроГрафики Алевтины Бубликовой. Я его прошла на полнейшем доверии и в тотальном ощущении волшебства! Я поняла, что попала в какое-то совершенно потрясающее русло! Меня подхватило и понесло!

У Алевтины я прошла и курс Пользователь и курс по НейроКомпозиции и массу полезных марафонов и мастер-классов. Я победила свою многолетнюю депрессию, обрела смысл жизни и новое направление своей, теперь уже, профессиональной деятельности.

Осенью 2021 года я решила поступить в Институт психологии творчества Павла Пискарёва на курс Специалист. И тут началось самое интересное! За время учёбы и проработки моего личного кейса я очень сильно изменилась, окрепла морально и психологически. Темой моего кейса была Семейная Жизнь (обновлённая, осознанная, счастливая). На тот момент я была замужем, но положение было бедственным, и я чётко понимала, что дальше так продолжаться не может. В рисунке алгоритма Страты Качества Жизни я поставила срок – 1 год. И в каждой работе этого кейса была такая мощная рефлексия: я видела рядом заботливого мужа, себя счастливую рядом с ним, наш уютный дом, взаимоподдержку и взаимоуважение... В реальности всё это у меня отсутствовало, точнее, было, но со знаком минус. Мне стало совершенно ясно, что развод неизбежен, как необходимое действие на пути к новой жизни – той, о которой я мечтала годами, той, которую я так кропотливо пристраивала в своём учебном кейсе.

Я успешно прошла сертификацию, прошло какое-то время и в один внезапный миг в моей личной жизни случился разлом. В считанные минуты, в спонтанном конфликте было принято абсолютно твёрдое решение – развод. Я была ошарашена своей силой и решительностью! Я годами ходила вокруг да около, собиралась с силами, отговаривала себя, боялась, меняла своё решение, перебирала все плюсы и минусы... И от этого становилось всё хуже и хуже. А в этот прекрасный вечер я с лёгкостью поставила точку! Я не узнавала себя! У меня не было ни своего жилья, ни денежного буфера, ни чьей-то поддержки. Была только уверенность в новом счастливом будущем.

Каково было моё удивление, когда пространство начало проявлять ресурсы и поддержку с абсолютно разных сторон (особенно оттуда, откуда я даже не ожидала!)). Впервые в жизни я ушла сама к себе и 9 месяцев прожила в интереснейшем эксперименте: я научилась слышать себя, смело творить, не оглядываться на чужое мнение и не ждать, что любое моё проявление будет встречено критикой.

За эти месяцы мной были созданы несколько энергокартин в стиле НейроАрт и я решилась на участие в выставке! В выставке регионального масштаба! Я впервые в жизни решилась вот так открыто выйти к людям с моим творчеством. На выставке мои работы были встречены с большим интересом! Некоторые гости интересовались: я ли буду проводить прописанные в программе мастер-классы по НейроГрафике? И в один момент я смело ответила: «К сожалению в этом году не я, но в следующем обязательно проведу!». И сама удивилась такому ответу! Но порой наши слова, решения, действия –

показатель того, что мы идём, следуя своей судьбе, своей миссии и не сопротивляемся ее проявлению.



Но самый главный результат этой выставки – моё замужество! На открытие выставки пришёл знакомый моей подруги, познакомился со мной, сел рядом и три дня так просидел, как очень родной мне человек. И я сразу поняла, что это тот самый человек, которого я видела в своей рефлексии моего большого кейса. А на пятый день нашего знакомства сделал мне предложение)) Через полтора месяца мы поженились. И самое интересное, что наше знакомство произошло ровно через год после проработки моего кейса – как и назначила себе в Стратах))

Через год после первой выставки я приняла участие в той же выставке, но уже более уверенная в себе. Для участия в своей второй выставке поняла, что нужно более осознанно и ответственно подойти к этому вопросу. Поэтому прошла Школу НейроАрт и получила статус НейроХудожник. Это придало мне больше уверенности. Я расправила плечи и с большой гордостью смело пошла к заинтересованным зрителям выставки!



Мной было представлено больше картин, украшений с принтами моих картин. Провести мастер-классы мне не удалось по техническим причинам, но я произвела фурор! В рамках выставки был представлен мультимедийный фильм о жизни и творчестве Леонардо да Винчи. И в самом конце фильма в контексте одного из его направлений интересов говорилось, что «Леонардо занимался чем-то, что сейчас мы называем НейроГрафикой»(с). Зрители выходили с просмотра фильма и возвращались ко мне с вопросами: что же такое эта НейроГрафика? И я каждому подробно рассказывала об этом замечательном методе. На выставке я встретила много единомышленников, коллег. С кем-то продолжила общаться и после выставки.

Летом 2023 года я решилась на кардинальную смену своей деятельности: уволилась с работы и создала свою нейрографическую группу, начала проводить мастер-классы, они были встречены на «Ура». Каждые две недели мы проводили нейродевичники, прорабатывались, у участниц стали появляться прекрасные результаты! Но спустя несколько месяцев почувствовала, что уровня Специалист мне мало. Посоветовавшись с супругом, решилась на поступление в Институт на Инструкторский курс.

Начался очень увлекательный процесс! Зашла на курс с трепетом и воодушевлением! Предварительно пройдя курс Дневник Эстетического Коучинга Пользователь. Где в течение двадцати одного дня я очень трепетно проходила путь в теме «Ценность», пытаюсь разобраться в себе, в своей деятельности, в своём дальнейшем пути. Это был бесценный опыт и потрясюще насыщенный кейс! Я шла постепенно, углубляясь в свою проявленность, знания, уверенность, примеряла свои возможности в моём прыжке в новый опыт, искала и прорабатывала свои страхи, находила опору и веру в себя, пришла к осознанию своей трансформации. И когда признала, что прохожу этап серьёзной трансформации, обрела уверенность. Пошла волна благодарности и признание своей уникальной ценности. И после этого кейса я поняла, что мой путь, опыт, знания важны людям, я на правильном пути! Я позволила себе поверить в себя! Позволила себе идти к людям, нести им свои знания, свой опыт, свою любовь!

Немного отступлю от рассказа о моём обучении и скажу, что пришла для себя к интересному выводу: одним из интересных эффектов НейроГрафики могу назвать влияние на моё здоровье и самочувствие. Был случай, когда я начала заболевать (резко и сильно), но я совершенно не могла в те дни пропускать работу. Был вечер среды. Я легла спать и интуитивно начала в воображении прорисовывать Шаманский Дождь. Кропотливо один за другим я «сажала» круги-семена моего хорошего самочувствия, выращивала их и просила продержаться эти два рабочих дня. Потихоньку я начала проваливаться в сон, и картинка с плоскости листа переросла в реальную картинку зелёного луга с выросшими кустами, затем выросли деревья и тут я уснула глубоко. На утро моё самочувствие было прекрасным! Ни температуры, ни слабости, ни намёка на вчерашнюю болезнь. В этом состоянии я продержалась ровно два дня – сколько и просила)) А вечером в пятницу, позволив себе наконец расслабиться, я ощутила болезнь и позволила её себе прожить и пройти процесс восстановления.

В случае с одолевающими меня паническими атаками я тут же делаю Выброс (Алгоритм Снятия Ограничений) и прорабатываю экспресс вариантом. Мне прекрасно это помогает справиться с мыслями, прогнать страхи, начать дышать, ощутить опору, реальность и поддержку!

Так как же проходило моё обучение на Инструкторском курсе?

В дипломных работах я продолжила раскрывать и прорабатывать начатую в Дневнике Эстетического Коучинга тему моего Предназначения и Профессионализма. С первой до последней работы красной нитью шла эта тема – настолько важно было мне её прочувствовать, разобраться в себе, обрести уверенность и наполниться сильнейшими знаниями этого восхитительного обучения!

В первых работах были и ошибки, и неуверенность. В самой первой работе пришёл образ клетки со стенами из навязанных ограничений, в которой я тогда находилась.



Поняла, что обязательно надо выбираться из этой клетки! Не отпускало ощущение, что мне не выпутаться никак из паутины чужих установок, хоть и готова была действовать сама, готова действовать самостоятельно. А когда начала вводить цвет в той работе, сразу поняла, что из "лимона можно сделать лимонад" и из давящей части рисунка можно сделать целую окрестность, что её можно из минуса перевести в плюс, поэтому она мне не враг, а друг! И как только я обозначила ее желтым цветом, увидела, что это образ уже не клетки, а ресурсного солнца! Я дала себе разрешение на самостоятельность во всех моих последующих действиях! И с этого начался мой путь длиной в 9 месяцев обучения!

В первых моих работах была скованность, сомнения, стеснения. С ними мне прекрасно помогли справиться все виды Алгоритма Снятия Ограничений! Это же чудо какое-то! Эти работы помогли мне и морально, и физически! После каждой работы чувствовалось всё большее и большее воодушевление и уверенность в себе! Вот, например, рефлексия одной из работ: «Вижу перспективу моего роста и продвижения в профессиональном плане. Меня ждет большое будущее, ощущаю сильный поток энергии. Я Профессионал НейроГрафики, и теперь чётко это знаю. Я иду верной дорогой!»

После проработки моей внутренней психической опоры в мою основную тему начали вливаться другие интересные, не маловажные аспекты. Например, деньги. Эта тема пришла в рисунке через Алгоритм Снятия Санкций. Сильная работа и сильный переход от страха и зажатости к доверию, открытости и благодарности! На душе настала полная гармония. Теперь я стала свободна от предубеждений! Сняла санкции. В этой работе я увидела символ зарождения большого пути моей деятельности: в этой фигуре, как инь-ян, расположены потоки моих денег и моего вдохновения. Я открыла взаимодействие с

людьми и открылась их денежной благодарности мне. А этот баланс «брать-давать» очень важно соблюдать!

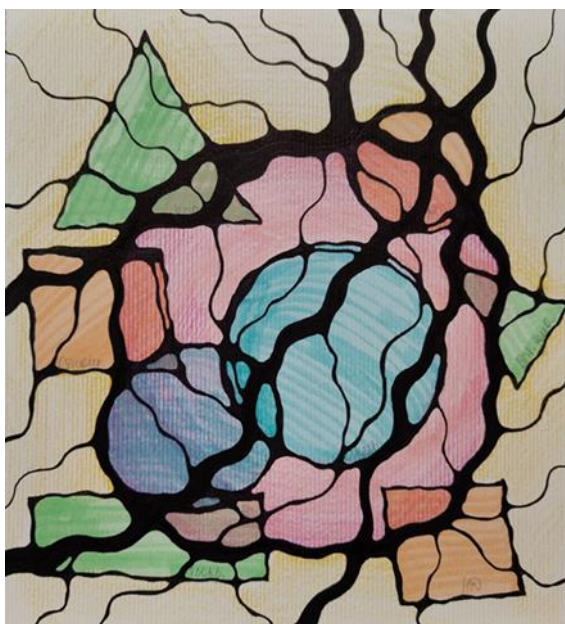


В алгоритме «НейроКомпозиция», в работе «Композиция из восьми фигур» образ моего профессионального роста выразился через рост кругов и движение целеустремлённых треугольников. Треугольники отобразили мою целеустремлённость в достижении профессионального роста в будущем, а круги – профессиональный рост от малого к большому. Мощное осознание себя (своё масштабирование) через эту композицию. Увидела, как вся эта конструкция стремительно летит, покоряя новые уровни! Да, в этой работе была не самая лёгкая рефлексия! Было сложно, было сопротивление, но ведь и задача непростая – подружиться с острыми вершинами треугольников. Зато в конце работы я пришла к выводу, что я – Профессионал – хоть и через тернии к звёздам. Но... чем сложнее путь, тем круче потом результат! И это очень круто!



Особенно важно в этом году для меня было успеть всё! Потому что дополнительно и параллельно с инструкторским курсом я: прошла обучение на тринадцати различных курсах, приняла участие в крупной выставке, различных маркетах, проводила мастер-классы, отрисовывала и изготавливала различные предметы искусства, да и о текущей жизни нельзя было забывать! Поэтому я решила зайти с темой "Мои задачи" через модель «Принцип общей связности» в разделе НейроКомпозиция. Мне важно было получить структурность мышления, чтобы не потеряться в водовороте всех моих задач! Я ввела фигуры по кругу, потому что это круг моих дел вокруг одного большого дела – инструкторского курса. Объединённая фигура представилась мне, как нить с нанизанными бусинами – она мне важна, как точка фиксации. Это же гениально! Я

изумилась. У меня проявилась чёткость видения моих дел. Ушёл страх перед ними. Ушла паника. Тело окрепло. Я была счастлива!



Через работу с Элементом «Металл» в алгоритме НейроКолор мне было необходимо наработать качества этого элемента, так как я вошла в возраст 36 +. И я отлично смогла прочувствовать этот элемент: он очень мудрый, размеренный, сдержанный, взрослый. И я через взаимодействие с ним почувствовала, как расплавляюсь, но не теряя силу, а масштабируюсь, заполняя разные жизненные и профессиональные ниши. Почувствовала, что новый жизненный этап пройду легко и интересно, без драм и сильной жизненной тряски, что обретаю мудрость и замедляюсь в своих движениях.

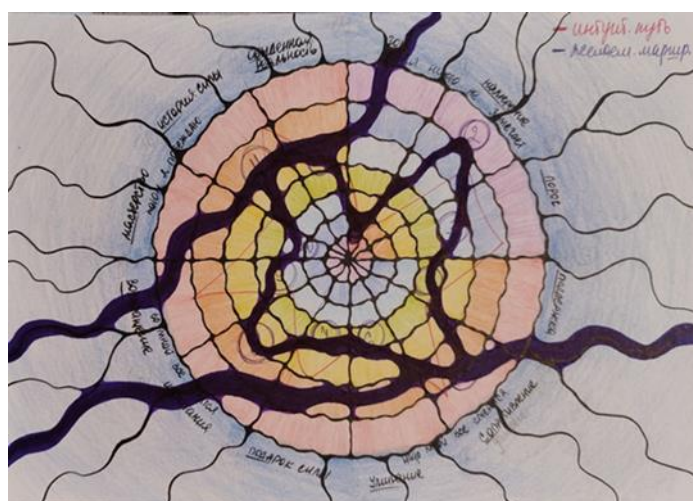


К середине курса я ощутила колоссальную усталость, сил на учёбу совсем не было. Я её забросила. Да, слушала лекции, да, понимала материал, но совсем не могла рисовать. В жизни в это время произошёл кризис. Ситуация, которая тянулась уже несколько месяцев, дошла до пика. Мои жизненные силы иссякли, и я слегла. Неделю я лежала с температурой, спала и плакала. Пришло осознание, что это «точка смерти» и её надо просто пережить, переждать. Ещё несколько дней ушло на полнейшее восстановление. И каково было моё удивление, что восстановившись я с огромным желанием вернусь к

учёбе. За несколько дней я отрисовала все работы по алгоритму НейроМандала! Испытала глубочайшую рефлекссию! Мандала Рода для меня оказалась самой мощной работой на курсе. Это был искренний диалог с каждым членом моего Рода. Проступили слёзы. Пришло осознание, что я никогда не ощущала такой сильной поддержки. Почувствовала, что я признана своим Родом и что получила благословение на своё творчество, самовыражение и мою новую профессию. Теперь я на своём месте. Испытала гордость за принадлежность к тысячелетней истории моего Рода. В той работе я увидела картину открытых дверей на моём творческом и профессиональном пути. Я благодарна роду за его поддержку и благословение!

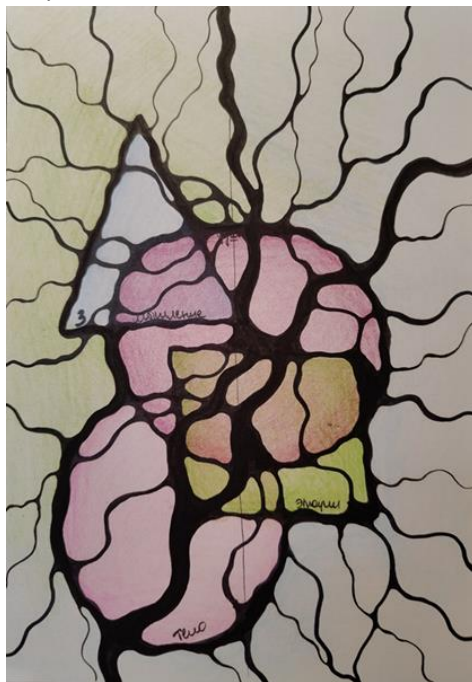


Для закрепления ощущения уверенности проработала и Мандалу «Путь Героя». В ней я прошла большой путь, постепенно раскрываясь и усиливаясь. Вспомнила свои первые шаги на своём профессиональном пути, как было тяжело физически в сопротивлении, как важна была сердечная поддержка. Путь в рисунке от первой к четвертой четверти прошёл от тонкого, деликатного поведения в мире, к более активному проявлению в мир и пришло к ощущению своей силы проявленности в мир. Постепенное раскрытие добавило мне уверенности в себе. Я уже смогла смело двигаться вперёд.



И после проживания моего кризиса, после воодушевляющей проработки мандалами я почувствовала колоссальный прилив сил! А в пространстве стали происходить потрясающие процессы: у меня завязались новые творческие и рабочие знакомства, образовались новые коллаборации, меня стали приглашать на новые интересные

мероприятия, у меня появилась подруга (а в начале года с этим тоже была проблема, и этот вопрос я так же прорабатывала в ходе обучения на инструкторском курсе), у меня произошёл сдвиг в теме шероховатостей в отношениях с супругом (проявилась причина ухудшения отношений, что помогло их в дальнейшем наладить!), у меня наладился вопрос с моим финансовым потоком (я стала лучше и легче зарабатывать), пришла новая волна вдохновения и я проработала проекты своих будущих изделий. Отсюда родился рисунок на тему «Я новая» в алгоритме «НейроСинтез», «Модель человека» (Структура личности).



В процессе работы я наслаждалась тем, с какой лёгкостью шла работа. Я наконец не грызла себя, не придиралась. Я подробнейшим образом проработала все составляющие этого рисунка, все части себя: «душа – малинового цвета – она пульсирует как горячее сердце. От голубого цвета мышления стало так радостно, словно свалился груз. Ушла тяжесть из головы. Эмоции – светло-зелёные, чтобы снизить мой привычный уровень вспыльчивости – мне это было необходимо, как свежий глоток воздуха. Тело – светло-розовое – с заботой о нём, ему очень она нужна. Вижу себя обновлённую: красивая, лёгкая, успешная, светящаяся. Я почувствовала, что новая я добьётся больших высот!». Как же важна мне была эта работа! Она констатировала факт моей трансформации за время моих проработок на этом курсе!

Хочу отметить еще несколько очень важных для меня работ. Одна из них: алгоритм «НейроКонтакт», «Выход из контакта». Где я прощалась со своей неуверенностью. Где я растворила её в поле, чтоб и следа её не осталось! Я увидела своеобразные родовые пути и то, что я нахожусь в них. Это так интересно! Я увидела, как направлялась по ним в сторону от "Неуверенности". Меня очень зарядил этот образ, поднялось настроение. Произошла настоящая сепарация! В этой работе пришёл очень важный вывод, я бы сказала, ключевой за весь путь моей трансформации: "Я прежняя умерла". Появилось удивление и любопытство. Еще один вывод этой работы: «я не одна, у меня есть право выбора, и я выбираю возможности, а не неуверенность». Я почувствовала выросшую

уверенность в себе. А еще увидела образ, где есть "Я" и какие-то группы единомышленников, которые сотканы из того же, что и я.



В работе «НейроКонтакт», «Я и объект, слияние» я снова прорабатывала тему "Я и Профессиональный мир". И вот здесь уже окончательно пришла к воодушевляющему меня результату! Зайдя в рисунок, я уже сразу себя чувствовала значительно уверенней, чем в самом начале моего пути, в начале года, придя на курс. Здесь меня не отпускало предчувствие чего-то глобального – это вызвало мою восторженность. Увидела образ шестерёнок – мы с профессиональным миром живём в едином процессе. Почувствовала нашу слаженность. Мне от этого стало так хорошо! Я напилась ресурсами, энергиями, процессами Вселенной. Почувствовала, что получила благословение на своё развитие и масштабирование. Увидела себя классным знаменитым специалистом с большим количеством клиентов. Эмоции зашкаливают. Вижу своё большое будущее. Я готова сиять людям. Я в восторге! Сильная масштабная работа с перспективой. Теперь уже окончательно ушли сомнения и изначальное тяжёлое состояние. Поняла, что нельзя опускать руки, хоть порой очень тяжело (вспоминаю, сколько труда стоила вся учёба, накопление опыта работы). Но без падений не будет взлётов, а без препятствий не будет личного роста!

