

Институт психологии творчества

Павла Пискарёва

Дипломная работа

Тема:

Мои откровения в НейроГрафике

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Сурогина Елена Юрьевна

«25» ноября 2024 г.

Выполнила Мауль Ольга Васильевна

«25» ноября 2024 г.

2024 г.

Оглавление

1. Введение	3
2. Знакомство с НейроГрафикой	4
3. На курсе Инструктора	5
4. Про обучение.....	6
5. Заключение	11

Введение

Жить просто – говорят одни, жить невыносимо сложно – утверждают другие. У каждого своя правда. Иногда жизнь подбрасывает такие «сюрпризы», которые, кажется, мы не в состоянии вынести. Из-за череды неприятных событий и возникает ощущение сложной жизни. Решая жизненные неурядицы, кто-то справляется сам, кто-то обращается за помощью к психологам, психотерапевтам, другие идут к нумерологам, тарологам и прочим специалистам. Люди ищут тот самый «волшебный ключик», который подойдет для решения их проблемы. Наряду с известными школами, направлениями и учениями в мир смело вошла НейроГрафика, которая для многих стала тем самым инструментом, который позволяет решить практически любую проблему. При этом не нужно посвящать «третьих лиц» в свои трудности и слушать чужие мнения. Всё можно решить своим же рисунком. Главное отличие НейроГрафики в том, что мы можем пользоваться ею даже в походных условиях, имея под рукой маркер и лист бумаги. Но, чтобы нейрографический рисунок появился на листе, для начала нужно познакомиться с нейрографической линией и алгоритмами НейроГрафики. А вот более глубинное знакомство и обучение происходит в Институте психологии творчества Павла Пискарёва.

Знакомство с НейроГрафикой

По профессии я педагог по музыке, работаю в сфере дошкольного образования уже более 13 лет. В моей практике не только музыкальные занятия, а еще развивающие занятия и проведение различных мероприятий для детей и взрослых. Уже с детства я играла в школу, проверяла тетрадки выдуманных учеников. Кажется, это была своего рода визуализация, которая сработала. И, конечно, как педагог, я очень люблю учиться. НейроГрафика, как раз то самое обучение, которое никогда не прекращается. Итак, как же НейроГрафика вошла в мою жизнь?

В октябре 2021 года я случайно попадаю на бесплатный онлайн мастер-класс одного инструктора НейроГрафики. На тот момент понятия не имея, что такое «НейроГрафика». В рекламе меня зацепило то, что это будет просто рисование. А рисовать я любила с детства, видимо сработал мой незакрытый гештальт. Ведь в художественную школу я не попала, так как училась в музыкальной. Рисуем на вебинаре какие-то линии, округляем, красим. Ничего не успеваю за инструктором, злюсь, но рисунок получается нетипичный и интересный. Тема была финансового направления, я подписала для себя более конкретно: «Неожиданный доход». И вот на последних этапах рисования мне приходит смс: «Вам зачислено 1500 руб». Я, практически подпрыгнула на стуле, не понимая, откуда эта сумма. Оказалось, что это был мой работодатель, который следом отправляет мне сообщение: «Я тут подумала: так праздник классно на работе прошел для детей, решила вам еще немного премии накинуть». Параллельно, в чате вебинара начали писать о таких же «случайных финансах». Сумма вроде небольшая, но в какой момент и в каких обстоятельствах она пришла - вызвало у меня большое недоумение. Начала читать об инструкторе, которая зазывала к себе на обучение и рассказывала об авторе метода. И вот, проштудировав интернет я уже знала, «откуда ноги растут». И решила, раз автор есть, то учиться нужно у него. Так я и попала на курс Пользователя в школу НейроГрафики Павла Пискарева. На курсе Пользователя чудес не случилось. Я подумала, что вся суть в Специалисте и пошла туда. На специалисте уже не было того азарта, и обещанные чудеса тоже не приходили. И вот, практически забросив НейроГрафику на два года, я снова каким-то образом попадаю в чаты нейрографов, снова вдохновляюсь. И я решаю, несмотря ни на что, пойти на Инструктора. Пусть меня научат, как творить настоящие чудеса.

На курсе Инструктора

Зачисляюсь на курс, почти за полгода до обучения, с невероятным эмоциональным феерическим состоянием. И вот два месяца ДО и врачи сообщают о наличии опухоли в моём теле и двух предстоящих операциях... Какая НейроГрафика, когда наступил конец моей весёлой жизни? Первая операция прилась ровно за день до начала официального старта курса. Начала даже думать, а не забрать ли мне деньги, куда мне сейчас эта НейроГрафика? И тут, параллельно читаю комментарий своей одногруппницы, которая получает свой врачебный диагноз. И вот, что она пишет: «Я решила остаться на курсе и бороться с болезнью с помощью маркера». Тут и ко мне подселяется её идея «а что, если да»? И я остаюсь. Конечно, с марта по июнь я рисовала почти каждый день. Большая часть из работ, помимо курса были работы АСО. Ведь только они снимали мою невероятную тревогу и бессонницу. Самое интересное, что вторая операция была сложнее по проведению и по характеру последствий. Но к ней я была уже эмоционально готова и шла спокойна. Конечно, не могу сказать, что только НейроГрафика способствовала благоприятному течению операции, были и молитвы, и прочая помощь. Но главное, чем помогла мне НейроГрафика в моём предоперационном состоянии – она убрала мою бешенную тревогу. После второй операции я почти 1,5 месяца не рисовала: не было ни физических, ни эмоциональных сил. И лишь к июлю я начала понимать, что я пришла в себя и пора «догонять» процесс обучения. Сегодня я уже в бодром состоянии духа, вернулась к своим жизненным целям, к сдаче диплома. Операции кажутся страшным сном, а самое лучшее в жизни определено ещё впереди.

Про обучение

Модуль Пользователь. Сначала было сопротивление, в смысле Пользователь? Я ж на Инструктора пришла! Так говорила я, сидя перед экраном компьютера, кто-то же озвучивал и писал это в чат. Далее страсти у всех поутихли и открылся невиданный мир неизведанного в курсе Пользователя. Столько тонкостей и граней, которые обычному пользователю не открываются. Ну, и конечно, один из навыков пройденного модуля – скорость исполнения АСО. Если сравнить свой первый рисунок АСО при знакомстве с НейроГрафикой, то он занял у меня почти четыре часа. То сейчас такой же формат А5 может занять не более 20 минут. Конечно, совершенству нет предела... Но как рука и глаз набрали опыт за это время и теперь видит все неточности на листе и быстро их исправляет. Этот модуль заставил не только меня, но и многих моих одногруппниц встряхнуться не на шутку: а вы попробуйте описать каждую работу по восьми пунктам алгоритма, да по четырем точкам внимания. Не скрою в начале я не могла понять, что за вопросы от супервизоров: «ваши ощущения противоречат эмоциям»? Но с каждой новой работой таких вопросов становилось меньше, ведь я теперь более четко начала отслеживать свою ответную реакцию тела, чувств, мыслей и образов. И в конце можно было брать работу с описанием и читать её, как готовую книгу. И всё было понятно. Оказалось, как сложно на первых порах слышать себя, свои реакции, при этом параллельно не отпускать образа и ход своих мыслей. Порой сознание скрывало и не давало образов или мыслей. В таких моментах я расстраивалась, но потом поняла, что пока так. Сложность оказалось ещё и в том, что в большинстве своих случаев мы – люди, привыкли ориентироваться на других людей: «ой, что ты расстроен, ничего не болит?» В то время наши ощущения и чувства мы не озвучиваем, считая их не важными, или не предавая им то значение, которое нужно. НейроГрафика очень хорошо обратила меня на мой внутренний мир. Вскрыла «гнойники» в некоторых темах, которые я пыталась оправдать.



А еще порой удивлялась бешеной рефлексии своего тела во время рисования: вот пять минут назад я зевала без конца, преодолая себя не заснуть прямо на столе. И вот следующий пункт алгоритма и накатывает такая бодрость во всём теле, что хоть коня на скаку останавливай и пускайся на нём вскачь в поле. То ни с того ни с сего (как раньше казалось) нос вдруг перестаёт дышать, а в следующее мгновение с него течёт, словно меня продуло под

кондиционером. А эти мурашки по позвоночному столбу, которые то вверх, то вниз. Те ощущения, которые бывали у меня только во время определенных энергетических практик. А здесь, сидишь рисуешь и пошла практика по всем направлениям. Чудеса, да и только!

Модуль НейроКомпозиция оказался невероятно сложным и интересным для меня. С одной стороны, можно всю жизнь на листе спланировать, а с другой – нужно теперь уметь правильно ее планировать. А для этого знать и помнить, куда какие фигуры ставить, какого размера и по какой диагонали. Ещё Павел Михайлович поделился с нами главным секретом композиции – какое количество фигур на листе максимально благоприятно для нашего сознания и подсознания. Удивительное рядом.



Для меня было открытием в этом модуле – толщина линий. И то, как каждая из толщин влияет на наше восприятие и тем самым влияет на подсознание и наши скрытые мотивы поведения и установки. А еще были принципы золотого сечения, процентное соотношение освоения листа, метрические и ритмические ряды,

контрасты и нюансы.

Модуль НейроКолор. Ох, и нелегко мне дался этот модуль, с его описаниями по каждой работе, по системе УСИН. В особенности после проверок супервизоров. Одному нужно описание стихий, другому цветов, третьему – куда ведет вас цвет. Для меня это не совсем однозначный модуль, который требует более глубокой проработки и более качественного погружения в этот модуль. Так как вопросы у супервизоров были порой настолько разные, у меня сложилось ощущение – что для каждого супервизора, как бывшего Студента - НейроКолор раскрылся по-разному. Поэтому и вопросы были такие же разные. Есть еще время и место изучить досконально этот модуль и выявить для себя основные особенности НейроКолора.



Из необычного в этом модуле – впервые услышала о системе УСИН и то, как она присутствует в нас, в каждом возрастном периоде. Начала понимать, где были кризисные годы, и что они как раз пришлись на переходный период от одной стихии к другой. Было невероятно интересно узнать о том, как

цвет влияет на продвижение или замедление той или иной темы. В зависимости от того, что ты хочешь получить и при каких условиях – нужно лишь добавить определенный цвет или оттенок. И сразу появится легкость и страсть. Главное запомнить, какой именно, чтобы не переборщить и не застопориться в своём вопросе.

НейроСкетчинг. Кажется, это один из противоречивых, но любимых модулей. С одной стороны – быстрые пятиминутные зарисовки картин, когда не успеваешь пройти по всем пунктам базового алгоритма за столь короткое время. После которого накатывает злость и бессилие.



С другой – нейрографирование портретов, карт и объектов. Когда ты находишься в состоянии непонимания, как такое может произойти в процессе рисования? До сих пор нахожусь в немом восторге от нейрографирования собственного портрета и портрета Мэрлин Монро. Так рисунки со мной еще никогда не разговаривали. Здесь случилось какое-то волшебство. При рисовании, я начала понимать и слышать мысли того человека, который был изображен на портрете. Я бы назвала это мистическим рисованием. Иного объяснения у меня нет. В планах распечатать десяток портретов известных и уважаемых мне людей и «поговорить» с ними за коробочкой маркеров. И вызывание духов со свечами и бубнами не понадобится.

Модуль НейроМандала – откровение и погружение в тайну. Словно веретено или вышивка. Ты медленно погружаешься в магический узор мандалы, при этом открывая и признавая свои тайные и скрытые мысли. Сколько откровений пришло при рисовании Мандалы Героя, как невероятен наш путь к цели.



С теплотой и слезами на глазах вспоминаю рисование Мандалы Рода. Сколько было открытий и благодарностей своим родителям, бабушкам и дедушкам, прабабушкам и прадедушкам. Тем родственникам, которых никогда не видела, но через рисунок смогла почувствовать их статус и роль в жизни, а также увидеть цепочку событий, которые привели к моему появлению в этом мире. Безграничная благодарность этому модулю.

Модуль НейроСинтез – это умение увидеть единство, на первый взгляд, в разных вещах. Глубокие алгоритмы, которые раскрывают глубокий потенциал души, тела, разума и эмоций. НейроСинтез позволяет прикоснуться ко всем четырем телам, увидеть размеры каждого, прочувствовать «где и что провисает», и как это исправить. А исправляется в НейроГрафике всё просто – с помощью маркера.



Также интересны были алгоритмы по определению своих ролей в жизни. Как правило, мы ограничиваем себя 3-5 ролями: женщина, дочь, жена, мать. Но алгоритмы НейроСинтеза помогают раскрыть эти роли на подроли. Выявить для себя ключевые или желаемые роли. Откровением стала для меня работа, в которой я нарисовала семь определенных ролей, а восьмую роль оставила пустой, так как не понимала, о чем она. И каково было мое удивление, когда к концу рисунка я поняла, что эта за роль. И почему она сразу не проявилась. Как интересно работает наше подсознание. Словно оно открывает только ту информацию, к которой мы будем постепенно готовы. Лишнего не пытается нагрузить. Видимо, опасаясь за нашу безопасность. Чем и хороша НейроГрафика нежно и с любовью открывает наши внутренние тайны, не режет ножом под корень.

Модуль НейроКонтакт. Он про то, как приблизить к себе и в своё окружение, что важно или отдалить то, что уже отжило. В рисунках по данному алгоритму можно прочувствовать степень готовности своего тела, эмоционального и психического состояния по сближению с каким-то человеком, группой или проектом.



Также алгоритмы НейроКонтакта позволяют растворить связь с тем человеком, который вдруг стал не так важен и близок. Или чьё общение мешают личному или профессиональному продвижению и росту.

Модуль НейроЦель – позволяет построить свою цель, «прочувствовать» своим телом, как это – когда твоя цель осуществилась. Увидеть ресурсы и возможности для реализации своей цели или целей. Получить эффекты от достижения цели. Нарисовать и

увидеть свою звезду цели, которая пышет, блестит и сияет. И невозможно теперь сбиться с пути, ведь ты её уже видишь – свою цель.



Модуль, который начинался с маленьких звезд, а закончился огромным фейерверком – протряс меня до глубины души. Причем фейерверк на листе теперь нравится больше, чем настоящий на улице. То ли обстановка в стране, то ли эффекты НейроГрафики. Возможно, то и другое.

Модуль НейроТайминг – удивительный, сакральный или мистический модуль. Который может погрузить тебя в твои прошлые или будущие жизни. Иногда заглянуть в будущие жизни сложнее, чем в прошлые. То ли от того, что то, что прошло ты уже имеешь как данность и уже нет переживаний на этот счёт. А новые жизни – это всегда неизведанное, поэтому присутствуют легкий трепет и волнение «а что там за горизонтом»?



Еще в НейроТайминге можно создать желаемое событие на линии времени, о котором ты мечтаешь, но не веришь, что это может случиться с тобой. Также в НейроТайминге учились согласовывать личное и общественное время для своей эффективности и гармоничного протекания желаемых нам событий.

Девять месяцев неизведанного путешествия, каждый модуль, как новая страна - открываешь столько нового и раннее неизвестного. Удивляешься философской трактовке каждого нового алгоритма, как звучанию нового языка.

Заключение

За эти девять месяцев, помимо изменения моего эмоционального состояния произошёл для меня главный сдвиг: я полюбила супервизоров и их супервизии. Признаюсь, честно, что по началу было очень сильное сопротивление смотреть и слушать супервизии. По большей части первые работы это всегда была критика (так я считала): то линии добавьте, то фигуру фиксации у вас не видно... И каждый раз, садясь просматривать супервизии, уже заранее несла в себе претензию: «ну, что там у меня опять не так»? В какой-то промежуток времени я даже перестала их смотреть, не могла себя фактически заставить. Наверно это принцип «хорошей девочки» не разрешал мне ошибаться и видеть, как мои ошибки видят и исправляют другие. И вот, готовясь к реферату по НейроКомпозиции, я поняла, что здесь уже откладывать нельзя. Нужно просмотреть супервизии и отредактировать работы. И тут случилось невероятное! Оказывается, супервизоры даже и не думали меня резать под нож) Как я считала раньше. Такие верные и чуткие замечания, чтобы моя работа проявилась лучше, чтобы я лучше поняла алгоритм. Эврика! И вот сентябрь, октябрь, ноябрь – я жду супервизии, как в детстве бумажное письмо по почте от любимой подруги. Каждый раз, листая чат своей малой группы и думая: «А не выложили ли супервизии»? Работы по последним двум модулям были интересны и сложны. Но каждая супервизия меня просто доводила до слез. Теперь ушел акцент от каких-то технических ошибок, а был акцент на смыслы, образы и общее понимание работы. Как интересно было слушать интерпретацию каждого супервизора. И порой они видели то, чего не видела я. Ведь рисуя, ты чётко следуешь всем пунктам алгоритма, и твоя работа получается словно в потоке. Нет такого, чтобы отстраниться по завершению и еще раз заключить общее впечатление от работы. А у супервизоров есть такая возможность просмотреть все пункты работы и уже получить то самое общее впечатление. И эта их особенность меня глубоко поражает. Как им удастся чувствовать мою работу, читать между строк. И сопоставлять описание с тем, что я внесла или не внесла в работу. Помню первые комментарии от кураторов в чате: «вы ещё полюбите своих супервизоров». Ну-ну... Про себя говорила я - конечно... Вообще, каюсь в своих словах и сейчас от души благодарю любимых и непревзойденных супервизоров за такие прекрасные разборы. А себя благодарю, что всё же смогла преодолеть свою не идеальность и отправить все работы для диплома на супервизии. Позволяю себе ошибаться и со мной всё ОК.

Огромная благодарность создателю метода НейроГрафика – Павлу Михайловичу. Столько глубоких и интересных мыслей на одну и ту же общечеловеческую истину (казалось бы) можно было услышать. Как он

философски умело это преподносит, задавая простые вопросы: а если так, а если по-другому на это взглянуть? Удивляет подход Павла Михайловича в том, что он никогда не принуждает человека слепо верить каким-то истинам, он лишь просит поразмышлять над этим. И, если ты всегда считал, что солнце только желтое, то можно ведь допустить мысль, что оттенков у желтого больше, чем один. Всего лишь размышление, но как оно меняет тебя внутренне. И заставляет задумываться о привычных вещах с совершенно другой стороны.

НейроГрафика – это путь, который официально для меня начался в марте 2024 года, но его завершение невозможно. Ведь НейроГрафика - это процесс, который продолжается и будет продолжаться. Столько предстоит еще пройти, узнать, пересмотреть, прочувствовать и главное – прорисовать. Чтобы появилась та жизнь, которая бы меня радовала и удовлетворяла на все 100 или 1000%.