

Институт психологии творчества Павла Пискарева

Дипломная работа

Тема:

«Начало духовного пути»

Специализация: Инструктор НейроГрафики

Руководитель Пискарев П. М.

Супервизор Некрасовская Е. Н.

«20» ноября 2024 г.

Выполнил Смертина Л. В.

«20» ноября 2024 г.

2024 г.

ЭССЕ студента Инструкторского курса Института психологии творчества Павла Пискарева на тему: «Начало духовного пути».

Автор: Смертина Лариса Викторовна, группа 9–10.

Супервизор: Некрасовская Елена Николаевна.

Начало духовного пути.

В своей дипломной работе я расскажу об изменениях, произошедших со мной на внутреннем плане, и моих духовных трансформациях при изучении НейроГрафики.

НейроГрафика в мою жизнь вошла, как и любое жизнеменяющее событие, стечением случайностей, которые, как водится, не случайны. После медицинской операции вынуждена была некоторое время соблюдать постельный режим. И вся в размышлениях и переживаниях по поводу «С чего вдруг со мной такое произошло, где и что я сделала не так?» я решила почитать подаренную подругой книгу «НейроГрафика. Алгоритм снятия ограничений.» П. М. Пискарева. Книга, надо сказать, достаточно долго уже ждала моего внимания. Не заболел я, наша встреча скорей всего состоялась бы не скоро, а может и не состоялась бы вовсе, но у судьбы был другой план.

Сказать, что я была поражена и оглушена открывшейся мне Вселенной под названием НейроГрафика – это ничего не сказать. Этот Мир захватил меня настолько, что я, сначала рассыпавшись на атомы, в процессе чтения, стала собираться в новом порядке. Тут все срослось: и моя тяга к творчеству, и мой запрос на внутренние перемены, и потребность осознания сути и смысла происходящего, и желания ориентироваться и самой влиять на то, что происходит в моей жизни. Метод Пискарева – универсальный инструмент, дающий ключ к познанию окружающей действительности и себя самого. Симбиоз творчества, психологии, социологии, нейрофизиологии способствует гармоничному развитию личности и позволяет организовать созидательное, постоянно развивающееся, самосовершенствующееся пространство вокруг. Таким образом Книга явилась для меня ключом для выхода в новую жизнь, в новую меня.

Через непродолжительное время я приобрела курс «Пользователь», затем «Специалист» и, естественно, с головой погрузилась в процесс изучения. Как дизайнеру, человеку творческому, природа цвета, линий, окружностей, геометрии пространства мне чрезвычайно близка и оказалась максимально доступным мне языком для диалога с внешним и внутренним миром.

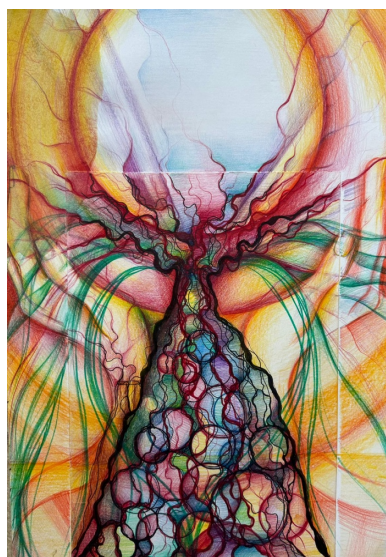
Постигая технику НейроГрафики, я была поражена реакциями моего организма: меня бросало в жар, холод, иногда слезы сами катились из глаз. Я раздевала свою душу, как луковицу, слой за слоем снимая блоки, окаменевшие стереотипы, бесконечные нелзя, удивляясь, как много я вырастила в себе комплексов, неуверенности, страхов. Все это так срослось со мной, что стало неотъемлемой частью меня, формируя мои взгляды на жизнь, окружение и мои перспективы. Чем больше я прорисовывала проблем, тем более ярко стали проявляться реакции и изменения в виде болевых ощущений, ментальных инсайтов. Окружающий мир пришел в движение, как будто откликаясь и поощряя выбранный мной духовный путь.

Мир заговорил со мной, или это просто я наконец-то стала замечать строки песен, заголовки статей, лозунги и баннеры фразы и много-много чего другого. Таким образом, до меня стал доходить смысл фраз «жить осознанно» и «жить здесь сейчас».

Во время курса «Специалист» на внешнем плане моей жизни произошло очень травмирующее событие. И я приняла это как проверку на все то, что мне удалось постичь. Пригодилась и осознанность, и умение прорабатывать сильные переживания, не скатываясь в деструктив. НейроГрафика в данный период стала для меня опорой и очень эффективным средством решения даже столь сложных задач, и моя вера крепла: чем хуже мне было, тем чаще мои руки тянулись к карандашам, чтобы излить на бумагу переполнявшие меня чувства. Ко мне стало приходить ощущение силы и возможности влияния на свою судьбу. Теперь я не бумажный кораблик, мечущийся по воле волн, а капитан надежного современного лайнера под названием «Судьба».

После прохождения курсов «Пользователь» и «Специалист», поупражнявшись в прорисовывании алгоритмов, ощутив их эффективность и силу, мне захотелось углубить мои знания и возможности. Мной был приобретен курс «Инструктор НейроГрафики». Уровень сложности и объем получаемой информации настолько большой, что только наличие свободного времени, возможности и желания позволило мне проходить вышеназванный курс. Но оно того стоило. Уровень приобретенных навыков и компетенций убеждают меня, что все не зря, и случись возможность повернуть время вспять, я бы, не задумываясь, выбрала этот же путь.

Самое первое занятие на старте курса оставило неизгладимый след. Мы рисовали алгоритм «НейроВулкан», и мне довелось пережить мощнейший по силе эмоциональных и телесных реакций внутренний взрыв, схожий по силе с мощностью лавы, выходящей из извергающегося вулкана. Выплеск энергии не позволил уснуть, в состоянии между явью и сном пришло видение прорывающегося из темноты белого сияния. Наутро поняла, что нарисованный мной алгоритм не полностью отображает мое состояние, пришлось даже доклеивать бумагу нужного формата, чтобы картина приобрела целостность. Пришло ощущение, что вместе с лавой из меня выплеснулись блоки и зажимы, мое сознание расширилось. Голова и тело стали легкими и как будто улучшилось зрение.

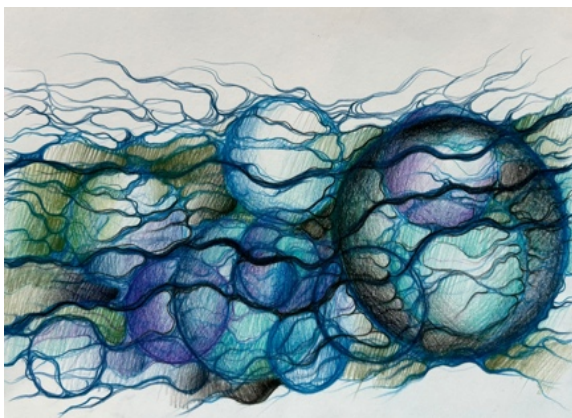
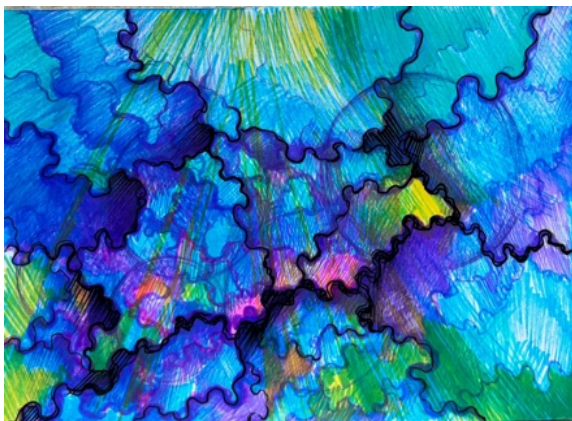


Забавная история произошла со мной при работе с Алгоритмом Снятия Санкций. Запрос у меня был на финансовую независимость от мужа. Денежная тема всегда актуальна и поток энергии был очень мощный, но итог был неожиданным – у меня заблокировали ВСЕ карты. Вопрос был решаемый, я быстро с этим разобралась, но посыл мне понятен.

Прежде чем желать независимости от мужа - создай собственную базу для этой независимости, либо правильно формулируй, но сначала реши, для чего тебе она нужна.

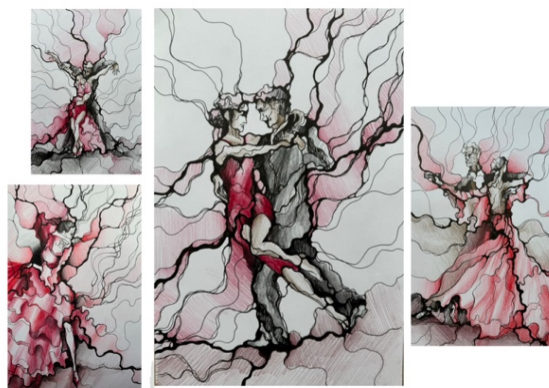
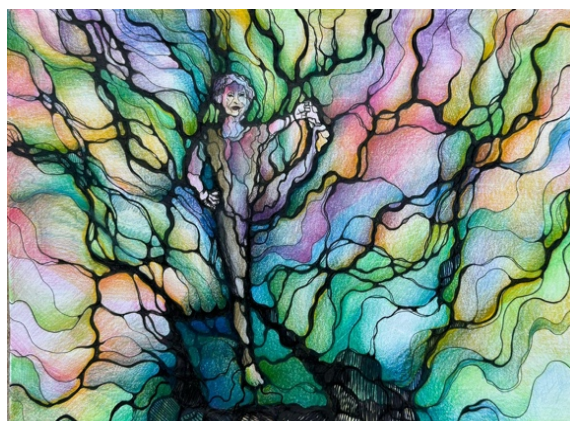


Изучение алгоритма «НейроКолор», философии У-Син пролили свет на природу моих взаимоотношений с окружающими меня людьми, особенно с самыми близкими: мужем, сыном, мамой, папой, а самое главное стало приходить понимание моей собственной природы, мотивов и поступков.



Удивило открытие, что цвет — это тоже энергия, причем у каждого своя и теперь прорисовка алгоритмов наполнилась смыслами и содержанием. Возвращаясь к своим более ранним работам, смотрела на них новыми глазами.

Большое впечатление произвел на меня алгоритм «НейроСкетчинг». В частности, рисуя людей, получаешь возможность за короткое время выразить характер изображаемого персонажа, предоставить ему свободу движения для более полного самовыражения. Это очень помогает уловить суть как человека, так и взаимоотношений. Привлекает и то, что каждый раз возвращаясь к изображению, ты обнаруживаешь новые детали, новые оттенки к более глубокому осмыслению прорисованного объекта его (моего) психологического портрета или психологии взаимоотношений.



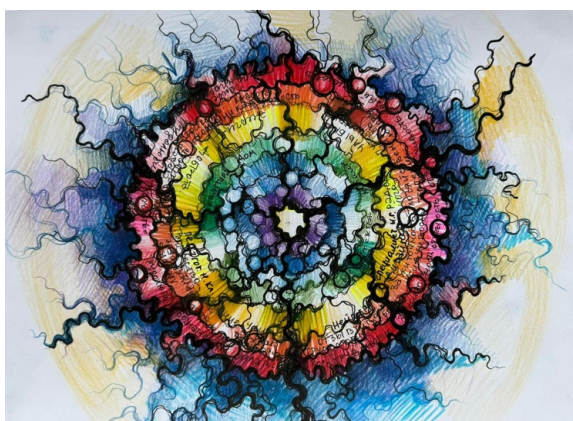
Рисуя «НейроПортрет», как будто, впервые по-настоящему увидела себя со стороны, и тело заговорило со мной, отозвалось, похожие ощущения испытала на занятиях йогой. Там тоже учишься воспринимать тело как союзника и помощника, который хранит в себе все мои реакции, блоки, зажимы и вовремя сигнализирует если где-то что-то не так, главное — это услышать.

А наслаждение танцем? – Как тут обойтись без тела?

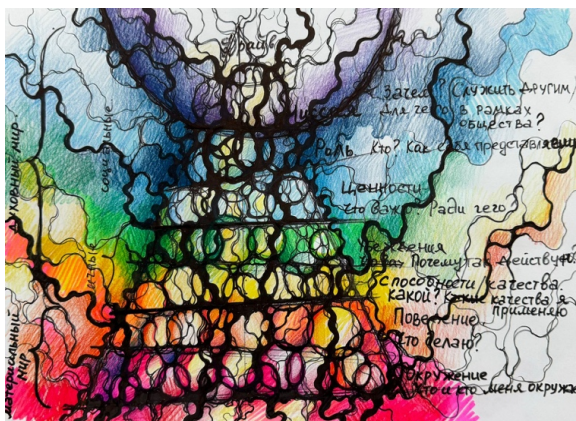
Во время интенсива в Санкт-Петербурге в телесных практиках нам показали движения Гурджиева. Впечатления потрясающие: симбиоз ума, чувств и тела дарит невероятные ощущения и откровение об огромном потенциале этого союза.

Очень интересной и познавательной оказалась для меня работа в алгоритме «НейроМандала». Я нарисовала 5 Мандал из которых наиболее мощной по ощущениям была «Мандала Рода». Уже в процессе прорисовки нахлынули воспоминания, визуальные образы и тактильные ощущения осветили далекие закоулки памяти, и всплыли давно забытые сюжеты из детства, подробности быта и черты характера уже ушедших из жизни близких родных. Тело реагировало мурашками и слезами. Слезы принесли ощущение облегчения и внутреннего спокойствия от осознания поддержки рода, всегда присутствующей в моей жизни.

Также пришло понимание необходимости отдавать долг памяти роду, пусть это будут даже просто фотографии на стене, которые несколько лет назад я испытала желание разместить у себя дома. Теперь я знаю, почему мне захотелось так сделать. Мы должны знать свои корни ради себя и ради будущих поколений нашей семьи. Пусть мои дети и будущие внуки знают, кому кроме всего прочего они обязаны своими талантами и способностями, а также будут уверены в мощной силе поддержки рода, которая всегда незримо с ними. Отчасти это и ответственность за реализацию вложенных в нас из поколения в поколение возможностей, мы просто обязаны жить на полную катушку интересно, насыщенно.



Весьма познавательно для меня было знакомство с алгоритмом «НейроСинтез». Пирамида Дилтса о роли человека через пирамиду логических уровней. Во время рисования алгоритма и знакомства с описательной частью пришло понимание мотивации для движения к прогрессу личности. Когда мы проходим один уровень за другим, вопросы и вызовы усложняются, придавая жизни драйв и ощущение бесконечности движения и роста. Я поняла, что духовность — это путь к настоящему служению, и все, что я делала до этого, это этапы. В нарисованных мной алгоритмах было много тем проявленности, самореализации и моего места в социуме. Высокая оценка моих работ сокурсницами побуждает к развитию и вдохновляет делиться приобретенными знаниями и навыками. А чтобы делиться нужно возвращать в себе и культивировать такие качества как внимательность и эмпатия, способность быть лидером, развивать стратегическое мышление и интуицию чтобы улавливать потребности окружающих.



Знаю, что ключом к установлению контакта являются улыбка, искренность, открытость и любовь к тому, что ты делаешь от сердца к сердцу. Таким образом мы переходим к алгоритму «НейроКонтакт».

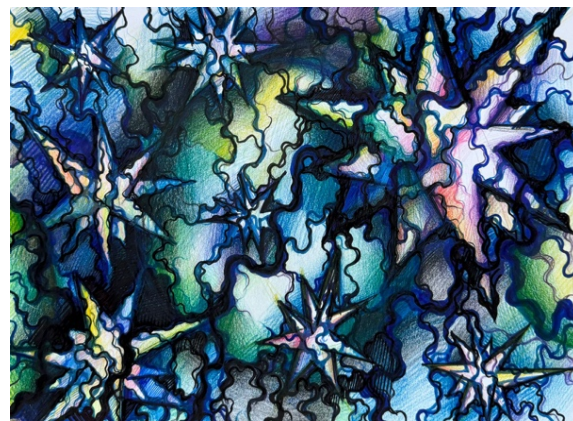
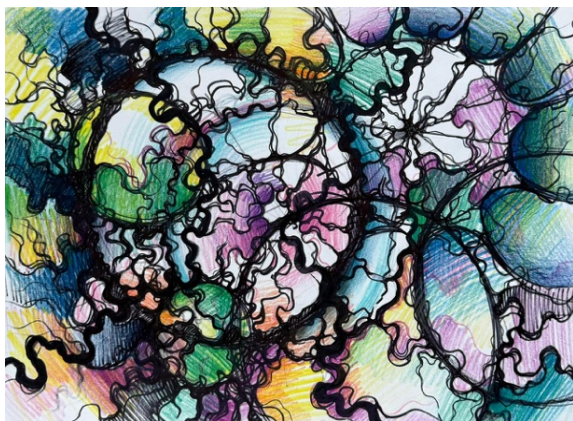
Работая над алгоритмом, осознала, какое место я старалась занимать в группе: вроде и вместе со всеми, но, все-таки, несколько обособленно. Узнала, что моя горловая чakra закрыта. Мне сложно коммуницировать с аудиторией. Для раскрытия потенциала мне необходимо быть уверенной в правильности и справедливости того, о чем я говорю. Я все должна пропускать через сердечную чакру, чтобы эта информация шла в потоке. И, тем не менее, требуется знание предмета, обязательное закрепление на практике и наличие обратной связи.

Теперь, вспоминая собственное обучение в школе, институте, понимаю как отличались преподаватели: те, которые знали и любили свой предмет – их можно было заслушаться, лекции в полной тишине и результат – прочно усвоенные знания, а были и те, которые просто бездушно доносили информацию, не вкладывая в нее свою энергию – этот предмет мы не любили и оценки были ниже. Нет контакта от сердца к сердцу, нет знаний, нет интереса.

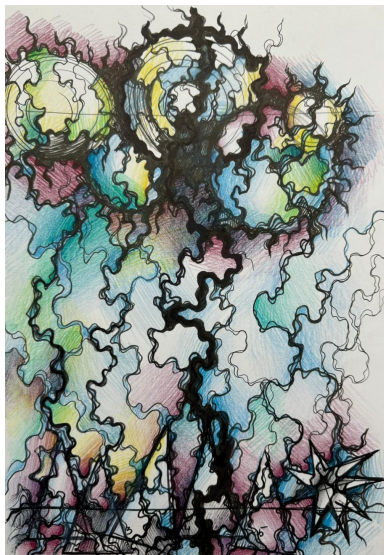


Рисуя алгоритм «НейроЦель», я прожила сильные эмоции и ощущения, это оказалась триггерной темой. Постановка цели, отделение смысла цели от мечты оказалась невероятно драйвовым источником энергии. Я по жизни очень люблю ставить цели и достигать их. Сам процесс порой гораздо важнее и интереснее результата, я это понимаю и с помощью НейроГрафики хочу научиться сосредотачиваться на процессе, не ускоряя искусственно приближение результата, получать удовольствие от достижения цели, наслаждаясь каждой минутой движения к ней.

Образно ассоциирую это с приготовлением пищи к ужину. Цель – поесть, насытиться, но процесс, начиная от покупки продуктов, где ты прикасаешься, обоняешь, осязаешь, готовишь пищу в ароматах специй и пряностей, украшаешь стол и блюдо перед подачей, получаешь удовольствие эстетическое и радость от предвкушения вкуса еды и представляешь как будет выражена благодарность сотрапезников за твой труд. Атмосфера красиво накрытого стола, тепла, уюта, приятного общения при свечах, музыкальный фон бесценны и дарят нам океан позитива. А можно ведь просто съесть разогретый полуфабрикат из контейнера, и ты вроде бы и наелся, но качество твоих ощущений совершенно иное, оно просто удовлетворяет единственную потребность насытиться, в этом нет ни красоты, ни энергии и напроочь отсутствует любовь, прежде всего любовь к себе.



Работая в алгоритме «НейроЦель», формулировала основную цель свою, и, думаю, и многих – быть счастливой. Вывела для себя основные компоненты моего счастья – моя семья, баланс между материальным и духовным, любовь к себе, уверенность. Благодаря НейроГрафике есть потребность научиться жить в состоянии «здесь и сейчас», потому что есть опыт проживания моментов в «здесь и сейчас» и они прекрасны. Даже такой простой процесс, как прогулка с собакой, если ты его осознаешь, по-своему великолепен: свежий воздух, пение птиц, единение с природой дарят ощущение всепоглощающего счастья. Ценность каждого проживаемого момента безусловна и невероятно высока, пока ты жив.



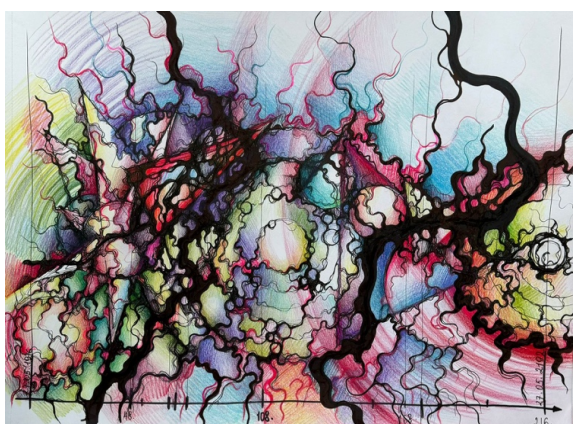
Составляющими моего счастья также являются его драйверы, а именно: реализация, развитие, социум. Для реализации в социуме необходимо непрерывное развитие, чтобы быть интересным, нужно много знать, быть в курсе происходящего, но мне больше всего интересны знания в контексте психологии и эзотерики. Мне кажется это самая актуальная тема, способствующая контакту и взаимодействию в социуме, и здесь я чувствую потенциал для себя, овладев знаниями, я смогу помогать окружающим людям. Тут пригодится мой творческий подход и умения. НейроГрафика дает понимание и ощущение красоты гармонии, без которой невозможно установить баланс, столь необходимый для существования. Чувство цвета, красота и мощь, тонкость линий, приводят в движение и наполняют смыслами пространство, и только от нас зависит какой посыл мы несем миру, какой энергией мы его наполним, будет она созидать или разрушать. Я так чувствую и мне хочется поделиться этим своим пониманием. Как профессиональный дизайнер привыкла создавать гармоничные, эргономичные и сбалансированные пространства, знаю толк в искусстве сочетания цветов, текстур и фактур, так рождается красота. Все эти навыки помогают мне в освоении НейроГрафики, которая в свою очередь настолько развила мои сенсорные способности, что, иногда рисуя Алгоритм чувствую Божественное присутствие, как будто кто-то ведет мою руку и я с удовольствием подчиняюсь Его воле.

Алгоритм «НейроТайминг» существенно расширил мое понимание времени. Открытием стало осознание, что его можно сужать и расширять. Весьма полезный навык, который позволяет планировать так, как будто я имею неограниченный запас времени. Рисуя линию времени, планирую свой ближайший год, представляя его события образно и ярко и расширяю диапазон своих возможностей в непродолжительном временном отрезке декабря, чтобы прожить их полноценно и глубоко: в частности выпускной и вручение диплома «Инструктор НейроГрафики», поездка в Таиланд с семьей, встреча там Нового Года с друзьями, посещение на натуре локации, где был снят фильм с Ди Каприо «Пляж», экскурсия к самой большой статуе Будды, а также много моря, солнца, вкусной экзотической еды, катание на мопеде с супругом, когда ветер в лицо. Часто мы тратим время на бесплодные мечты, которые сами по себе прекрасны, но, чтобы они осуществились надо не лениться и не бояться, заменив в процессе фантазий свою мечту на цель.



Когда нарисовала алгоритм «НейроТайминг» и увидела его целостную картину, в голове сложился образ детского аттракциона «Американские горки». Думаю, тут обозначился мой внутренний ребенок, который сигнализирует о том, что время, как и деньги должны быть «must be funny», как поется в известной песне шведской группы ABBA, что означает «должно быть весело»: не нужно беспокоиться о том, как быстро бежит время, а наслаждаться и радоваться каждому мгновению!

Очень впечатлили меня мысли и ощущения, которые родились во время рисования работы «Продолжительность Жизни». Пришел образ из фильма Люка Бессона «Пятый элемент» Лилу и ее Любовь – тот самый необходимый элемент – источник жизни и вообще смысл существования. Любовь придает энергию созидания в любой процесс, человек, преисполненный Любви не сотворит зла и не способен к разрушению. Любовь стимул и мотиватор, она несет свет, тепло, красоту и гармонию, а сила Безусловной Любви несомненно даст заряд на 216 лет, дети, внуки, продолжение рода, творение рук, наполненных любовью, могут жить вечно.



Рисуя «Многие жизни. Легенда о себе» пришло воспоминание о преследовавшем меня навязчивом сне, где я кого-то убиваю, хотя я никогда не была агрессивной. Никто не доказал, но никто и не опроверг вечность нашей души. Думаю, сон – память моей прошлой жизни. Возможно, когда-то я была не очень хорошим человеком, и даже сейчас во мне где-то живет темная моя сторона. Но так ли она темна, могла ли я выжить без этого в каких-то других сложных обстоятельствах? Поняла, что скорей всего в этом и заключается целостность, принять себя целиком со всеми своими достоинствами и недостатками, ошибками и достижениями, прошлым и настоящим. Без меня прежней не было бы меня нынешней. Ведь я тогда, и я сейчас каждую минуту делаю выбор, проходя предназначенный мне путь, получая необходимый мне опыт, я расту и совершенствуюсь, и я должна уважать свой выбор, довериться себе.



НейроГрафика ворвалась в мою жизнь мощным очищающим и освобождающим потоком, ее влияние сложно переоценить. Условия моего существования не стимулировали меня к духовному развитию – материальных проблем нет, я состою в счастливом браке, все и так очень хорошо. И вот несколько лет назад в мою жизнь в ближайшее окружение пришли люди, глубоко погруженные в духовные практики, мне с ними было очень хорошо, но вряд ли я осознавала источник этого комфортного общения, было интересно, легко, познавательно. В процессе взаимодействия всплывали темы и вопросы, которые будоражили мое воображение и приходило понимание, как много я еще не знаю и не умею, какой огромный пласт непознанного и неизведанного. Как войти в этот мир? Запрос зрел и оформлялся в потребность, поэтому НейроГрафика естественный итог и начало моего пути.

Благодаря НейроГрафике изменилось многое, мое отношение к травмирующим ситуациям, я стала брать ответственность за происходящее на себя, не сетовать на судьбу, а менять либо свое отношение, либо влиять на обстоятельства.

Изменилась реакция на внешние и внутренние раздражители я задаю вопрос не «почему», а «зачем». Я научилась прислушиваться к своим чувствам и следовать им, не вставать в позу жертвы и перестать быть удобной, чтобы не предавать себя. Я осваиваю навык жить здесь и сейчас, принимать окружающий меня мир и людей в нем так как есть, без оценок и осуждений. Существенно вырос мой творческий потенциал, я с удовольствием рисую, от моего близкого окружения поступило предложение организовать персональную выставку. Она запланирована на 25.10.2025г., и я даже знаю где она пройдет. То, с чем у меня были проблемы всю мою жизнь – страх проявленности, неуверенность в себе, уходят. Смело смотрю в будущее и планы на жизнь не оставляют места сомнениям, что жить надо долго и непременно счастливо. Я принимаю себя и Мир с радостью откликается. Захотелось делиться переполняющей меня энергией любви и знанием об источнике моих трансформаций, о НейроГрафике. Думаю, что продолжу свое обучение, ведь совершенству нет предела, начала практиковать цигун. Пробую играть на Ханге. Уверена, что все мои усилия помогут найти внутренний баланс, который приведет к здоровью физическому и душевному. Обратная связь, которую я получаю от близких людей, убеждает меня в правильности моего выбора. Безмерно благодарна Пискареву П. М. за его труд, за работу его профессиональной команды, чья вовлеченность в общее дело служит залогом успеха этого уникального научного творения.