

Институт психологии творчества

Дипломная работа

Тема:

**«Неочевидная история: как нейролиния
может изменить жизнь на 180 градусов».**

Специализация: Инструктор Нейрографики

Руководитель Пискарёв П.М.

Супервизор Инесса Ким

«28» ноября 2024 г.

Выполнила: Катажина Хельман-Шмидт

«27» ноября 2024 г.

2024 г.

Аннотация к эссе «Неочевидная история: как нейролиния может изменить жизнь на 180 градусов».

(эссе написано на польском языке)

Катажина Хельман-Шмидт

Мое путешествие с НейроГрафикой началось три года назад в поисках перемен и выхода из рутины повседневной жизни. До открытия НейроГрафики моя жизнь была предсказуемая, хотя и не скучная. Я сама родом из Польши, после окончания университета (факультет физики) я переехала в Германию, где завела семью. Несмотря на стабильную жизнь, я чувствовала, что чего-то в ней не хватает.

Во время пандемии, желая улучшить свое самочувствие, я наткнулась в интернете на НейроГрафику. Метод, который изначально был формой релаксации, стал инструментом для самопознания. Мой первый рисунок «Кто я» вызвал сильную физическую и эмоциональную реакцию, что стало поворотным моментом в моей жизни. Я поняла, что мое истинное призвание - преподавание.

Я начала изучать НейроГрафику под руководством инструктора, что помогло мне увидеть свои истинные желания и цели. Я стала Специалистом НейроГрафики и вскоре приняла решение пройти инструкторский курс.

Переломным моментом стала встреча с автором метода Павлом Пискаревым на интенсиве в Болгарии в июне 2024. Эта встреча очень вдохновила меня. Рисование с мастером помогло мне внутренне преобразиться и по-новому взглянуть на жизнь, преодолеть страхи и набраться смелости для осуществления своих мечт. После возвращения из Болгарии я начала разрабатывать идеи, заводить новые знакомства и организовывать мастерклассы по НейроГрафике. Эти встречи стали местом, где я делилась знаниями, укрепляя свою сеть поддержки.

Хотелось бы упомянуть о двух особенно запомнившихся сессиях. Одна из них, посвященная путешествиям, принесла клиентке значительные изменения, благодаря чему она смогла часто путешествовать. Вторая сессия, связанная с финансами, привела к тому, что клиентка купила дом. Эти истории подтверждают эффективность НейроГрафики.

Работа с алгоритмами НейроЦель и НейроТайминг позволила мне работать с прошлым и будущим. Алгоритм НейроСинтез позволил понять, как НейроГрафика может помочь объединить разум, эмоции, душу и тело.

НейроГрафика стала неотъемлемой частью моей жизни. С ее помощью она научилась прислушиваться к себе и своим желаниям. Рисование стало одной из форм медитации, а проведение мастерклассов и индивидуальных сессий позволяет мне помогать другим людям открывать себя.

Окончание инструкторского курса - это начало моего нового пути! Я планирую развивать свой бизнес, открыть в Германии НейроКафе и проводить специализированные курсы. Я также мечтаю о том, чтобы организовать встречу с автором метода в Германии!

Огромная благодарность автору метода, моему куратору и всем супервизорам!

=====

Esej na zakończenie kursu Instruktor NeuroGrafiki 2024

w Instytucie Psychologii Twórczości Pawła Piscariewa

Katarzyna Helman-Schmidt

„Nieoczywista historia, jak neurolinia może zmienić życie o 180 stopni.”

WSTĘP

NeuroGrafika, jako nowatorska innowacyjna metoda, otworzyła przede mną drzwi nie tylko do samopoznania, ale też i transformacji. Po 46 latach życia, pełnych ról jako córka, siostra, matka, żona, pracownik biurowy i jeszcze kilka które większość kobiet pewnie też ma w swoim portfolio, odkryłam w sobie nową pasję i misję, które wcześniej były z jednej strony ukryte, a z drugiej odłożone na półkę zapomnienia. Moja podróż związana z metodą zaczęła się trzy lata temu. To wtedy zaczęłam szukać w życiu czegoś nowego, jakiejś zmiany, która pozwoliłaby mi na wyjście z matrixa codzienności. W tym eseju, pragnę podzielić się moimi doświadczeniami, refleksjami, oraz tym, jak NeuroGrafika i kurs Instruktora wpłynęły a na moje życie.

MOJE ŻYCIE PRZED NEUROGRAFIKA

Zanim poznałam tę metodę, moje życie było zorganizowane według utartych schematów. Nigdy nie było nudne, ale dosyć przewidywalne. Pochodzę z Polski, gdzie się wychowałam i mieszkałam przez 24 lata. Zaraz po

ukończeniu liceum poznałam swojego przyszłego męża, a po ukończeniu studiów na kierunku fizyka, przeprowadziłam się z nim do Niemiec skąd pochodzi. Założyliśmy rodzinę, zostałam mamą dwóch wspaniałych synów. Praca i obowiązki domowe wypełniały moje dni. Byłam szczęśliwa, ale ciągle miałam wrażenie że czegoś mi brakuje. Miałam swoje marzenia i ambicje, lecz w codziennym życiu, często brakowało mi czasu na ich realizację. Praca, choć stabilna, nie dawała mi satysfakcji, a moje pasje i marzenia były odsuwane coraz bardziej na bok.

ODKRYCIE NEUROGRAFIKI – ALGORYTM WYJAWIENIA NIEŚWIADOMEGO

Podczas poszukiwań sposobów na poprawę swojego samopoczucia i odnalezienie sensu, w okresie pandemii, zamknięcia, zaczęłam interesować się trochę więcej, chyba jak każdy w tamtym czasie, światem online. To właśnie tam, w internecie po raz pierwszy natrafiłam na NeuroGrafikę. Metodę którą była dla mnie odkryciem, a która krok po kroku odmieniła moje życie. Rysowanie, które początkowo wydawało się dla mnie jedynie formą relaksu, stało się narzędziem samopoznania. To NeuroGrafika pozwoliła mi spojrzeć na moje życie z zupełnie nowej perspektywy, dając mi z czasem możliwość wyrażenia siebie w sposób, który wcześniej był mi całkowicie nieznany. Przełomowym momentem był rysunek algorytmu wyjawienia nieświadomego w temacie wówczas wybranym przez prowadzącą a mianowicie: „ Kim ja Jestem“. Proces podczas rysowania, był jednym z mocniejszych, jeśli chodzi o reakcje mojego ciała jakie miałam do tej pory. Nie potrafiłam prawie usiedzieć. Było mi słabo, niedobrze, jakby spadło mi ciśnienie. Ledwo oddychałam ale zaokrąglalam do końca według wskazówek i nagle wszystko minęło jak ręką odjął. Po raz pierwszy na własnym przykładzie zrozumiałam o

co chodzi z reakcją ciała podczas rysowania. Wiedziałam że wydarzyło się coś co będzie miało jakieś większe znaczenie. Na refleksje też nie musiałam czekać zbyt długo. Po kilku dniach, w rozmowie z koleżanką zrozumiałam co jest moim prawdziwym przeznaczeniem, a kropką nad i było zdanie które usłyszałam od kogoś niedługo potem: Jeśli chcesz i to jest twoje prawdziwe powołanie to możesz być nauczycielem czegokolwiek, obojętnie z jakiej dziedziny, w zgodzie z innymi i oczywiście merytorycznie dawało prawdziwą wartość. Prawie się popłakałam, bo zrozumiałam, że to o mnie. Ja jestem nauczycielem, to coś co sprawia mi największą radość, tylko to nie fizyka jest moim przeznaczeniem. Poczułam całą sobą, że chce uczyć się ale przede wszystkim nauczać innych metody, która właśnie mi pokazała w całej krasie, na czym polega i jak działa. Zaczęłam dowiadywać się jak mogę zostać Instruktorem NeuroGrafiki.

KOLEJNE PROCESY RYSOWANIA I ODKRYWANIA SIEBIE

Podczas poszukiwań sposobu jak nauczyć się NeuroGrafiki by móc ją przekazywać innym, trafiłam na kolejną instruktorkę. Dziś to już moja kuratorka, bez niej cała ta droga nawet by się nie zaczęła, ale przecież wiadomo że w życiu nie ma przypadków, więc jestem wdzięczna wszechświatowi że skrzyżował nasze drogi. Rysując, wtedy nowe algorytmy min. Na sesjach indywidualnych, zaczęłam wyraźniej dostrzegać swoje prawdziwe pragnienia i cele. Zostałam specjalistą NeuroGrafiki, a chwilę potem podjęłam ostateczną decyzję o dołączeniu w końcu do kursu Instruktorskiego.

MISTRZ BO

Tutaj muszę krótko nadmienić że ostateczną decyzję o rozpoczęciu kursu

instruktorskiego, kolejnego etapu zgłębiania wiedzy o metodzie, też podjęłam po rysunku. To był wyjątkowy algorytm: Mistrz BO. To on otworzył mi drogę w świat instruktorów. Refleksje i przemyślenia w trakcie i po były tak mocne i jednoznaczne, że zaraz w styczniu zapisałam się na kurs. Tym sposobem rozpoczęła się kolejna transformacja, transformacja zawodowa.

Podejmując decyzję dołączenia do kursu, w pełni zrozumiałam w końcu, że chcę przede wszystkim inspirować innych do odkrywania ich potencjału. Dzięki NeuroGrafice otrzymałam taką możliwość. Przełomowym momentem kursu wbrew pozorom, był dla mnie wyjazd w czerwcu tego roku do Bułgarii. To nie był ani zwykły wyjazd ani też normalne spotkanie, czy tylko rysowanie algorytmów z kursu.

SPOTKANIE Z MENTOREM

Jednym z ważniejszych momentów w tej mojej podróży NeuroGraficznej w kursie, okazało się spotkanie z autorem metody NeuroGrafiki w tym roku w Bułgarii. To doświadczenie było dla mnie nie tylko inspirujące, ale także motywujące do dalszej pracy nad sobą. Uczenie się od mistrza na żywo tego, o czym do tej pory mogłam słuchać online to niezapomniane przeżycie. Dało mi nową perspektywę na moją praktykę oraz wzmocniło moją wiarę w to, co robię. Zaczęłam jeszcze bardziej czuć się częścią tej neurograficznej społeczności, która dzieli się podobnymi wartościami i celami. Dodatkowo, rysując w obecności mistrza, dokonała się we mnie wewnętrzna przemiana. Spojrzałam na siebie z zupełnie nowej perspektywy. Uwierzyłam w siebie i swoje cele oraz marzenia. To był kolejny krok do świadomej zmiany.

A decyzja o wyjeździe też nie była oczywista, bo miałam nieprzepracowany lęk przed podróżą, sama w nieznane. Jednak oczywiście korzystając z metody, rysowałam ten temat wszelkimi możliwymi algorytmami i wszechświat wsparł

mnie w najlepszy sposób, dając mi możliwość uczestnictwa w tym wyjeździe nie tylko finansowo, ale też pokonaniem leku przed samotną podróżą w nieznane. Na warsztatach, rysując z mistrzem algorytm z modułu neurokolor, kolorowe plamy, w temacie moje życie, zrozumiałam że tam i wtedy dokonała się zmiana na papierze i już tylko chwila a ta zmiana zadzieje się w moim życiu. Wtedy przyszła do mnie myśl że nie muszę wszystkiego rzucać, nie potrzebuje żadnych rozstań w życiu, wystarczy to co mam przetransformować, tak jak na rysunku zmienić kolory, tak w życiu zmienić spojrzenie na świat, myślenie i trochę też poglądy. To wtedy spojrzałam w lustrze na nowa siebie. Kolejny algorytm który zapamiętałam z tamtego tygodnia, ale też z kursu to kompozycja z ośmiu trójkątów. Również w temacie moje życie. Nie umiałam pozbierać myśli przez kolejne dwa dni po jego narysowaniu, nie do końca wiedząc i potrafiąc sobie wytłumaczyć co się zadziało. Pomogły rozmowy z koleżanką, wymiana doświadczeń i przyszła kolejna refleksja, zrozumienie że jestem absolutnie na dobrej drodze. Wystarczy tylko dalej zaufać sobie i swojej intuicji.

NOWE KONTAKTY I MOŻLIWOŚCI

Po powrocie z Bułgarii, pełna odwagi i energii do działania zaczęłam rozwijać i realizować pomysły które urodziły się na wyjeździe oraz te na których realizacji nie zdecydowałam się wcześniej. Dzięki metodzie, kolejnym rysowanym tematami, nawiązałam wiele nowych kontaktów, pojawiły się kolejne osoby które wzbogaciły moje życie, każda na inny sposób. Zaczęłam w końcu pokazywać metodę innym na otwartych spotkaniach. Powstawały kolejne wspólne warsztaty, webinary i sesje rysunkowe. Stały się one dla mnie przestrzenią do dzielenia się nie tylko moją wiedzą ale też do uczenia się od innych. Z każdym nowym spotkaniem czułam, że moja sieć wsparcia rośnie, a

ja staję się częścią wspólnoty ludzi, którzy pragną się rozwijać i inspirować nawzajem. Te interakcje pokazują, za każdym razem co jest ważne, a na co mniej potrzebujemy zwracać uwagę. Każdy warsztat czy sesja, to niepowtarzalna historia. Każdy wyrysowany algorytm, choć może mieć tę samą kompozycję, jest dla każdego indywidualną historią. Za to kocham NeuroGrafikę i spotkania które prowadzę, niezależnie czy online czy online. Ponadto prowadzenie prezentacji na temat NeuroGrafiki, stało się dla mnie naturalnym sposobem na dzielenie się moim doświadczeniem. Zaczęłam czuć, że mam coś wartościowego do przekazania innym. Moje warsztaty stały się przestrzenią, w której uczestnicy mogą eksplorować siebie, wyrażać swoje emocje i odnajdywać nowe ścieżki w życiu. Ich radość i wdzięczność to dla mnie największe wyróżnienie. Wspólny czas, rozmowy i emocje jakie temu zawsze towarzyszą są niezastąpione. Sesje indywidualne są dopełnieniem mojej pracy jako instruktora.

SESJE KTÓRE ZAPADŁY W PAMIĘCI

Na przestrzeni roku jest wiele sesji które zapadły mi w pamięci, chciałabym jednak opisać trzy do których czuję największy sentyment.

Osoby rysujące to były zimne klientki, które okazały mi zaufanie. Jedna zdecydowała się z ciekawości na poznanie czegoś nowego, druga z sympatii do mnie, kiedy zaproponowałam jej rysunek jako zimnej klientce. Ale do rzeczy. Otóż w pierwszym przypadku chodzi o AZO w ekspresowej wersji. Rysowany na wspólnym babskim wyjeździe. Temat był – Podróże. Klientka bardzo chciała podróżować, ale narzekała na brak funduszy. Zrobiliśmy sesję z AZO i to co się zadziało po, przeszło nawet moje oczekiwania. Po pierwsze klientka dowiedziała się dużo o sobie i swoich wewnętrznych nieuzasadnionych blokadach, a po drugie trochę odchorowała ten rysunek

złym samopoczuciem. Jej organizm zareagował tak, że po prostu pozbył się w jedna noc toksyn jakie nazbierała w sobie. Potem przespała jak dziecko całe 10 godzin i tu mogłabym zakończyć, ale to był dopiero początek. Chodzi o to, że jej podróże nabrały zawrotnego tempa, żeby nie powiedzieć że prawie nie mają końca. Ona każdą wolną chwilę wykorzystuje teraz na zwiedzanie świata. Na razie, są to przeważnie loty i podróże weekendowe i nisko budżetowe ale dla niej to zupełnie to co chciała. Do tej pory słyszę od jej męża pytania co z nią zrobiłam, że teraz prawie nigdy nie ma jej w domu. Mówi to z przekorą, bo często i on podróżuje razem z nią

Druga historia, to case w temacie finanse, rysowany trzema wersjami AZO i neurodrzewem. Już przy drugim spotkaniu w aktualizacji tematu pojawiło się słowo dom. Klienta wypierała się go jak mogła, nie potrafiła sobie tego z niczym połączyć, bo przecież na nowy dom jej nie stać, mąż się nie zgodzi i podobne obawy. Reakcje były różne ale nie dalej jak miesiąc temu poinformowała mnie że kupuje dom. Obie się spłakałyśmy i uśmiełyśmy wracając wspomnieniem do tych naszych sesji. Żeby było ciekawiej zupełnie inna osoba, która też na indywidualnej sesji rysowała temat dom za pomocą AZO i kompozycji własnej też wyrysowała swój temat. Początkowo nawet nie połączyła otrzymania domu z rysowaniem, bo minęło około pół roku od naszego spotkania, ale jak się spotkałyśmy i zaczęła opowiadać tą historię, od razu było jasne co się zadziało. Nie mogłam sobie wyobrazić lepszej wiadomości jak ta, na chwilę przed końcem mojego kursu instruktorskiego. Ale nie tylko moi klienci mają swoje rezultaty.

ODWAŻNE KROKI W KIERUNKU MARZEŃ

W miarę trwania kursu, zaczęłam rozwijać swoje umiejętności nie tylko jako instruktor NeuroGrafiki. Zaczęłam podejmować coraz odważniejsze kroki,

także w prowadzeniu Social mediów. Kosztowało mnie to wiele energii i wiele rysunków, ale warto było, chociaż proces cały czas trwa. Najbardziej zapamiętałam rysunek własnej kompozycji w temacie Social media. Mocny trójkąt który prawie natychmiast przyniósł rezultat. Nie dość że przyszło mi do głowy parę pomysłów o czym pisać i jak tworzyć контент, to udało mi się nawet utworzyć rolkę, która stała się viralem, mającym ponad 14.tys. wyświetleń. Właśnie tak działa NeuroGrafika. Linia neurograficzna która prowadzimy tam, gdzie nie spodziewamy się jej zobaczyć, przynosi bardzo często efekty, których wcześniej nawet byśmy sobie nie potrafili wymyślić.

CZAS NIE ZNA GRANIC

NeuroGrafika, a w szczególności praca z algorytmami modułu neurotiming i neuromandala uświadomiły mi że czas to pojęcie mocno względne. Oczywiście ten nasz ziemski czas jest ściśle określony normami i wskazówkami zegara, kalendarza, jednak już w momencie rysowania wspomnianych algorytmów miałam niespotykaną gdzie indziej dla mnie możliwość pracy nie tylko z moją przeszłością ale też przyszłością . To były niesamowite doświadczenia i refleksje jakie nasunęły się w pracy z mandalą ale też ciekawe przemyślenia w rysowaniu timingu. Te algorytmy są dla mnie swojego rodzaju połączeniem rozumu z duchowością no i z ciałem. Taki trójkąt mocy wyrysowany liniami. Cieszę się że dzięki metodzie moje rozumienie przodków i ich życia, a co za tym idzie i mojego w tu i teraz nabrało nowych perspektyw. Dodatkowo, i tutaj swój wpływ ma na pewno mandala rodu, odnalazłam grób swojej prababci po której noszę imię. Krótco po przerysowaniu mandali będąc z wizyta u mamy w Polsce, postanowiłam pójść na grób dziadków, a tymczasem jakaś wewnętrzna więź zaprowadziła mnie na grób tej właśnie prababci, który jako dziecko widziałam tylko raz. To było

zupełnie niezaplanowane, ale od tego czasu mam nieodparte wrażenie że ta prababcia wspiera mnie w moich działaniach i planach.

ROLA NEUROGRAFIKI W MOIM ŻYCIU

NeuroGrafika na co dzień, stała się nieodłączną częścią mojego życia. Dzięki niej nauczyłam się, jak ważne jest słuchanie siebie, swoich pragnień i intuicji. Rysowanie stało się dla mnie także formą medytacji, która pozwala mi zyskać wewnętrzny spokój i jasność umysłu. Każde pociągnięcie markera, każdy kolor, który wybieram, to krok w stronę odkrywania czegoś nowego w sobie i wokół mnie. Osobom które decydują się zaufać mojej osobie, mówię po prostu: chwyć marker i daj się poprowadzić. To motto które też jest wyrysowane AZO i mówi trochę o tym jak działam. Jako nauczyciel, pokazuje innym możliwości, uczę drogi do siebie i swoich prawdziwych potrzeb, z wykorzystaniem metody. Każda sesja indywidualna czy spotkanie online lub offline utwierdzają mnie, że to co robię, jest ważne i daje innym także wgląd w siebie. Wbrew pozorom po tym roku rysowania z klientami, mogę powiedzieć,

że nie wszyscy są zainteresowani rysowaniem finansów czy milionowych dochodów. Ale może wynika to także z mojego nastawienia. To mnie cieszy, bo dzięki temu i tematów które się pojawiają, a są one bardzo różnorodne, sesje, warsztaty i spotkania są za każdym razem czymś wyjątkowym.

STRES W RYZACH

Jest jeszcze jedna wspaniała możliwość NeuroGrafiki, którą stosuje sama i polecam innym. Chodzi o stres, sytuacje nerwowe czy nawet niezdecydowanie lub wątpliwości. Tutaj AZO nie raz wyrysowane pomagało nie tylko zmienić perspektywę myślenia ale często też przynosiło nowe, nieoczywiste

rozwiązania. Nie ważne jaki rozmiar kartki, ważne działanie, a wszystko co zadziewa się potem to zawsze jakaś nowa perspektywa.

PRZYSZŁOŚĆ I DALSZY ROZWÓJ

Zakończenie kursu NeuroGrafiki to dla mnie nie koniec, ale początek nowej drogi. Mam zamiar kontynuować rozwój w tej dziedzinie. W końcu nie bez przyczyny pojawiła się nazwa mojej działalności : Line to the Future.

Chciałabym zostać supervizorem, a także otworzyć swoją Neurocafe, którą mogłabym prowadzić zarówno stacjonarnie jak i online. Byłoby wspaniale mieć możliwość prowadzenia także kursu specjalisty. Oczywiście certyfikowane kursy dla zainteresowanych, są w pierwszej linii w moim planie działania, podobnie jak i inne mniejsze kursy czy wydarzenia oraz webinary. Ponadto marzy mi się, zorganizowanie spotkania z autorem w Niemczech , oraz własny algorytm zatwierdzony przez instytut. Te tematy, zresztą jak już wszystkie inne w moim życiu wspieram zawsze odpowiednimi algorytmami. Moim celem jest nie tylko doskonalenie własnych umiejętności, ale przede wszystkim inspirowanie innych do odkrywania ich możliwości i potencjału. Wierzę, że każdy z nas ma w sobie nieograniczone pola działania, które tylko czekają na to, by je odkryć, a właściwie by je wyrysować.

PODSUMOWANIE

Moja droga z NeuroGrafiką nauczyła mnie, że życie nie musi być nudne, a wręcz może być pełne niespodzianek, i chociaż zmiany, wydają się czasem być przerażające, mogą prowadzić do pięknych transformacji. Dzięki metodzie znalazłam odwagę do realizacji marzeń. NeuroGrafika pokazała mi, że każdy z nas ma w sobie moc tworzenia własnego losu. Działając zgodnie z własnymi pragnieniami i talentami, możemy nie tylko zmienić swoje życie, ale także

inspirować innych do działania.

Kończąc kurs instruktorski zaczynam nowy rozdział, ale nie zamykam drzwi do przeszłości. Wręcz przeciwnie, z każdym nowym dniem wkraczam w przyszłość z kolejnymi pomysłami, korzystając z tego, czego się nauczyłam przez ostatni rok. Każdy rysunek, każda sesja, każdy nowy projekt, to nowa szansa na dalsze odkrywanie siebie i zbudowanie życia pełnego pasji, miłości i spełnienia.

PODZIĘKOWANIA

Z tego miejsca, chciałabym serdecznie podziękować autorowi za metodę którą wymyślił, oraz to, że zdecydował się podzielić swoim odkryciem ze światem, udostępniając nam możliwość nauki przede wszystkim online, co dla mnie jest zbawienne. Gdyby nie ta możliwość pewnie jeszcze długo nie wiedziałabym jaki potencjał ma w sobie marker, nie mówiąc o tym że nie mówiłabym o tym innym, otwartym, ciekawym świata i realizacji swoich planów i marzeń ludziom, których w moim otoczeniu pojawia się coraz więcej. Dziękuję też mojej pierwszej instruktorce Solomiya Kozera, za wprowadzenie do rysowania i pokazanie mi tego niesamowitego narzędzia pracy ze sobą, oraz Inessie Kim za całe wsparcie i dmuchanie w skrzydła zarówno w tych mocnych jak i słabszych momentach. Za wspólne pierwsze sesje które też dużo mnie nauczyły i jej entuzjizm i wiarę że dam radę, chociażby było pod górę. Wybrane rysunki umieszczam poniżej:



