



НЕЙРОГРАФИКА
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЧЕСТВА

Дипломные работы Инструкторов Нейрографики

2018 год

Авторы: Ж-К



Оглавление

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Жуланов Евгения..... | 2 |
| Мой год в Нейрографике через этапы Пути Героя | 2 |
| 1. Вызов судьбы | 2 |
| 2. Накопление силы..... | 4 |
| 3. Принятие решения..... | 5 |
| 4. Встреча союзников | 2 |
| 5. Обнаружение противников | 6 |
| 6. Снижение активности. Смерть..... | 11 |
| 7. Возрождение духа | 14 |
| 8. Получение даров | 17 |
| 9. Реализация замысла..... | 18 |
| 10. Накопление позитивного опыта..... | 18 |
| 11. Обучение последователей..... | 19 |
| 12. Полнота бытия..... | 19 |
| Жучкова Вера | 20 |
| Модель Даниила Подболотва «4 элемента» в нейрографике | 20 |
| Специализация – работа с желаниями..... | 20 |
| Теоретическая часть | 20 |
| Диагностика..... | 22 |
| Основной этап..... | 27 |
| Работа с элементом УМ..... | 27 |
| Практическая часть | 29 |
| Заключение..... | 31 |
| Замалаева Лора | 32 |
| Применение нейрографики в диагностике и самокоррекции биоэнергетических полевых структур человека | 32 |
| 1. Диагностическая часть | 32 |
| 2. Корректирующая часть..... | 33 |
| Работы Замалаевой Лоры | 37 |
| Заостровцева Наталья | 38 |
| Уникальная я или как обрести счастье, после психологической травмы | 38 |
| Работы Заостровцевой Наталии | 45 |
| Захарова Анна | 46 |
| Как я нашла своё призвание с нейрографикой..... | 46 |



| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Иваненко Вадим | 64 |
| Нейроребефинг с помощью НейроРун..... | 64 |
| Введение..... | 64 |
| Глава 1..... | 66 |
| Глава 2..... | 76 |
| Глава 3..... | 77 |
| Заключение | 78 |
| Работы Иваненко Вадима | 79 |
| Ивченко Елена..... | 80 |
| От мечты к результату – полный цикл работы с намерением через алгоритмы Нейрографики | 80 |
| Введение | 80 |
| Что такое самокоучинг и его история | 81 |
| Связь самокоучинга и нейрографики. Объединение методов..... | 82 |
| Мой опыт самокоучинга с нейрографией..... | 83 |
| Структура обучения нейрографики с уклоном на самокоучинг | 86 |
| Опыт учеников | 88 |
| Развитие в самокоучинге | 91 |
| Работы Ивченко Елены..... | 93 |
| Иголина Наталья | 94 |
| Применение техник нейрографики при занятиях энергетическими практиками..... | 94 |
| Отвлечение и рассеивание внимания. | 96 |
| Мандала..... | 99 |
| Моделирование | 100 |
| Нейродрево | 101 |
| Нейрографика коммуникации..... | 105 |
| Ильинская Наталия | 108 |
| Рисунок в моей жизни..... | 108 |
| Работы Ильинской Наталии | 115 |
| Исхакова Лариса | 116 |
| Нейрографические расстановки..... | 116 |
| Общая характеристика работы..... | 116 |
| Задачи исследования: | 117 |
| Основное содержание работы | 118 |
| Выводы: | 129 |
| Приложение | 129 |
| Работы Исхаковой Ларисы | 131 |
| Йелкован Светлана | 132 |



| | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Техника «Вспоминание Души» на основе Нейрографики, Сакральной Геометрии и ТетаХилинга..... | 132 |
| Вступление. В каждом из нас есть целая Вселенная. | 133 |
| Как появилась техника «Вспоминание Души»..... | 135 |
| Описание техники «Вспоминание Души». | 138 |
| Личный опыт применения техники «Вспоминание Души». | 139 |
| Рисунок с клиенткой по технике «Вспоминание Души». | 145 |
| Выводы: | 147 |
| Работы Йелкован Светланы | 148 |
| Кайдалова Ирина | 149 |
| Я и нейрографика..... | 149 |
| Работы Кайдаловой Ирины..... | 158 |
| Кандыбович Светлана | 159 |
| Нейрографика-основы: практическое видео руководство для инструкторов и пользователей НГ..... | 159 |
| Часть I (обоснование) | 159 |
| Часть II (Видео материалы и описание к ним) | 162 |
| 1. Нейрографика- это : | 162 |
| 10 принципов нейрографики | 162 |
| Работы Кандыбович Светланы | 169 |
| Карачурина Гульнара..... | 170 |
| Нейрографика в самоадаптации к изменениям условий внешней среды..... | 170 |
| Каштанова Анна | 181 |
| Моя жизнь в нейрографике. | 181 |
| Введение..... | 181 |
| Кёнинг Елена | 190 |
| АСО – способ создания желаемой реальности..... | 190 |
| 1. Особенности постановки темы..... | 190 |
| 2. Выброс | 192 |
| 3. Сопряжении (скругление) | 192 |
| 4. Интеграция. | 194 |
| 5. Линии поля. | 195 |
| 6. Фиксация..... | 196 |
| 7. Возвращение к теме. | 197 |
| Основные выводы. | 197 |
| Работы Кёнинг Елены | 198 |
| Коваленко Жанна..... | 199 |
| Нейрографика как механизм трансформации восприятия реальности | 199 |
| Работы Коваленко Жанны..... | 206 |





Автор:
Жуланов Евгения
Супервизор:
Бубнова Анна

Тема:
Мой год в Нейрографике через этапы Пути Героя

Последние 7 лет я специализировалась в профессиях мамы и домохозяйки. Сначала декрет, потом удочерение младшей и сложный период адаптации. Но вот дети уже слегка подросли и адаптировались, начало появляться свободное пространство. И к лету 2017 я нахожу себя прочно увязшей в болоте семейной жизни, без малейших проблесков "себя". Уже с год к тому времени я делала попытки как-то начать самореализовываться, продвигаться в направлении немного отличном от кухни и кружков для детей. Но собственная лень, инертность и члены семьи прочно держали в удобной всем позиции "начальницы болота". Теперь, я чувствую, что уже до 2017 были парочку вызовов судьбы, которые я благополучно "проглядела". И тогда, судьба решила постучать по крупному, чтобы не заметить было трудно.

Итак остановка первая.

1. Вызов судьбы

В легендарном 2017ом я со спокойной душой уехала на лето с детьми в Россию. Это наша практика последних лет - самые жаркие месяцы проводить вдали от Израиля, в северных направлениях. В этом же году, к традиции добавились и семейные обстоятельства, которые потребовали моего более длительного, чем обычно, пребывания в России. Таким образом, все сложилось так, что летом 2017го я с детьми провела за границей вместо обычных 1-1,5 месяца, целых 3.

Вернувшись в Израиль, дома обнаружила разбитое корыто. Муж нашел себе другую женщину и был активно занят выяснением с кем он хочет жить. Я с детьми старалась выжить, и как-то собрать себя в кучу. Месяц я провела в попытках наладить жизнь и сориентироваться в обстановке. И вот, как раз во всей глубине этой ямы, мне позвонила подруга и предложила приехать к ней "порисовать". Я люблю творчество во всех его проявлениях. Да и перспектива вырваться хоть на один вечер из моего котла радовала. Итак, я



приехала порисовать, и там я познакомилась с Нейрографикой! Рисовали мы свою проблему, потом её скругляли и делали красивой. Эта идея мне так понравилась, а проблема была такой глобальной, что, возвратившись домой, я уселась её нейрографировать. И делала это недели две подряд, все с той же темой. Вот они, мои первые Нейрографические картинки. Алгоритм снятия ограничений, в том виде, в котором мне удалось его запомнить после двух часов дружеской тусовки.



Сначала я восприняла Нейрографику просто как метод расслабиться, снять стресс. Но рисуя без перерыва несколько недель, я с удивлением обнаружила, что проблемы личной жизни меня занимают все меньше. А Нейрографика - все больше. Я начала искать информацию в сети, смотреть ролики в ютубе. И попала таким образом на второй этап своего пути:

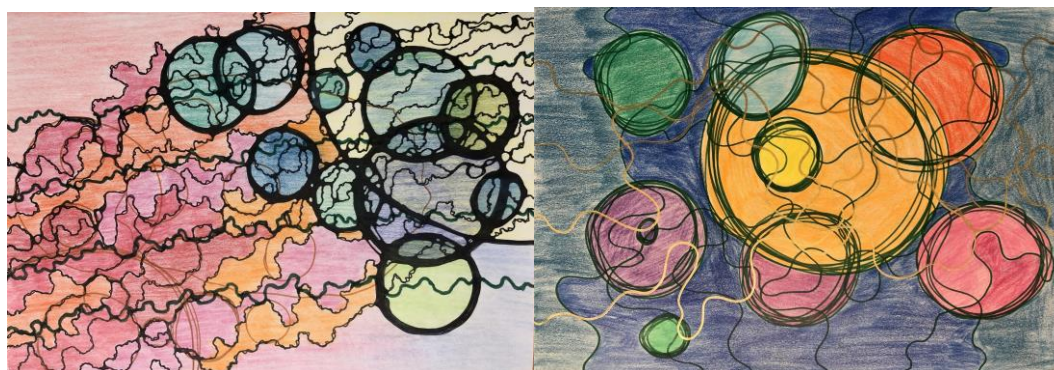


2. Накопление силы

К ноябрю месяцу, собрав мужу чемодан, и пожелав счастливого плавания, я полностью погрузилась в изучение Нейрографики. Я посмотрела все бесплатные вебинары, которые смогла найти. Участвовала во всех открытых уроках Павла Пискарева. К январю мои дети уже привыкли к регулярным онлайн занятиям, и с удивлением интересовались что произошло, если вдруг случался перерыв.

Тогда же, к новому 2018 году я впервые озвучила самой себе желание пойти учиться на инструктора Нейрографики. Это было нетривиально, т.к. на тот момент я была озадачена вопросом, как вернуться к трудовой деятельности, чтобы сепарироваться от мужа материально. И самым логичным было бы вернуться к альтернативной медицине - тому, чем я занималась до ухода в декрет. Но душа просила Нейрографики. Конец декабря и январь 2018го душа боролась с разумом. Пойти и учиться и работать, как делают многие, был не вариант. Мои дети были на домашнем обучении всю их жизнь, и менять что-то в этом укладе я не собиралась. Особенно после пережитой всеми нами травмы. Так что часы, которые я могла потратить на деятельность, не связанную с домом и детьми, были весьма ограничены.

Немного рисунков того периода.



Коридор затмений с Ириной Рекшинской

Два письма Деду Морозу, как теперь вижу ужасно не скругленные. Наверное поэтому он мне и не ответил:)

И моё самое любимое - карта Желаний. Первая по МК Аллы Зубаковой, а вторая - уже моя интерпретация.



Очень люблю эту технику, и рисую теперь такие карты регулярно - к новым началам. Эти были нарисованы к 2018 году, и большая часть желаний из них сбылась. Одним из желаний на этих картах было пойти учиться на инструктора Нейрографики...



3. Принятие решения

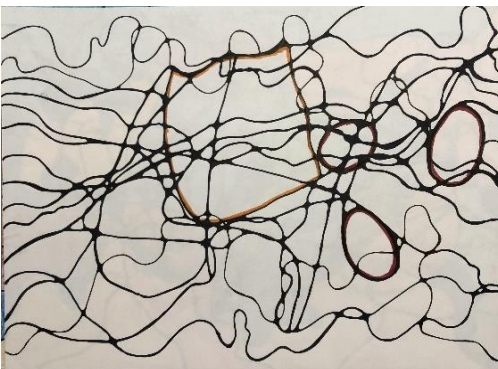
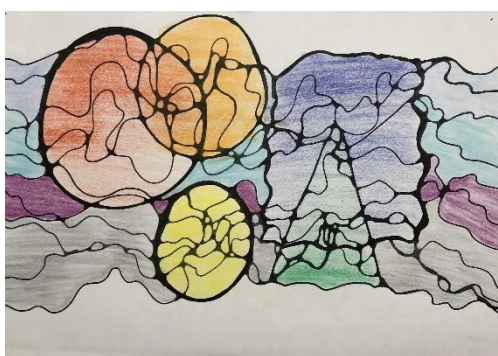
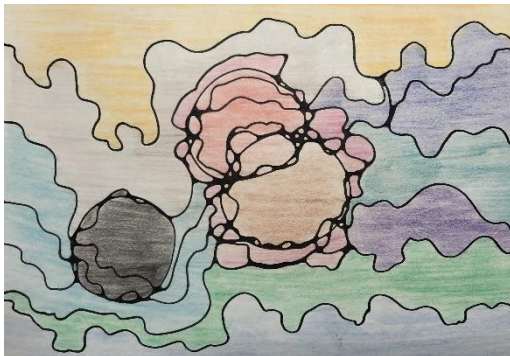
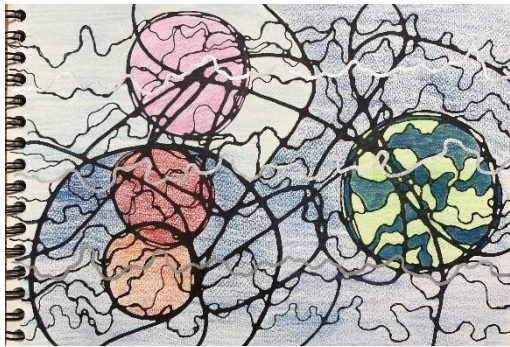
Итак, желание было выражено. Но разум шептал "Это ерунда", "Денег этим не заработаешь". В чем-то он прав, рассуждала я. Если и заработаешь, то когда-нибудь далеко, и еще неизвестно, насколько это будет интересно кому-то, кроме меня. А главным доводом рассудка, конечно, было "Если это тебе так нравится, разве это может приносить деньги?" Это звучало как классическое ограничивающее убеждение, и потому я решила, что послушаться разума будет крайне неразумно:)

Сомнения в том, будет ли это интересно еще кому-то, начали развеиваться довольно быстро. Как любой новообращенный я яро принялась сеять Нейрографику в своё ближайшее окружение. И окружение заинтересовалось. Были подруги, с которыми мы собирались и вместе смотрели вебинары, рисовали под них. Были и такие, которым я рассказывала то, что уже знала сама, когда приходила в гости. (Да, тогда я и понятия не имела о правах пользователя, а тем более не-пользователя). Но, несмотря на мои крайне поверхностные знания в теме, Нейрографика была интересна всем, кого я с ней знакомила. И даже давала им свои результаты. Самый осязаемый результат, до сих пор, из всех моих "учеников", получила моя близкая подруга, которую я приобщила еще до поступления на курс инструкторов. Её кейс по финансам семьи позволил им к апрелю 2018 расплатиться с долгами, накопившимися за последние неудачные 5 лет!

Так что, уже в эти первые месяцы я видела - Нейрографика работает! Рисовать её было легко, рассказывать о ней приятно, а результаты превосходили все ожидания.



Итак, к концу января 2018, решение созрело - я иду учиться на инструктора Нейрографики!

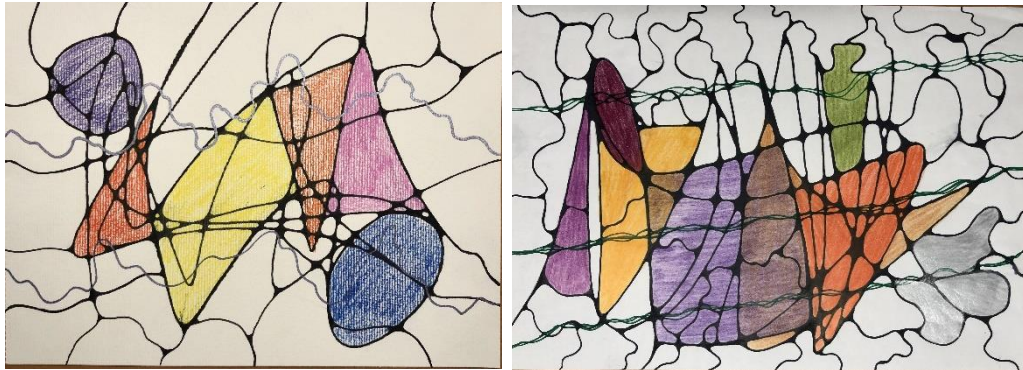


Немного АСО того периода. Интересно, что даже до начала обучения техника постоянно трансформировалась. К сожалению никаких записей о рисунках я тогда не делала, а было бы интересно сейчас почитать.



4. Встреча союзников

Итак, уплатив за инструкторский курс 10 февраля, и получив доступ к вебинарам прошлых потоков, я с головой нырнула в обучение. К началу курса я уже прошла модули пользователь, специалист и спирали. И рисовала без остановки! Собственно, рисовали мы всей семьёй. Дети смотрели все записи вместе со мной. Старшая (7 лет) сделала несколько интересных работ, а младшая (5 лет) регулярно проводила "вебинары по Нейрографике" бабушке в скайпе:)



Союзников на В первую очередь Павел Пискарев, и инструкторов. От получала море курсу - поддержку и в группе. Особо супервизоров. От и объяснений, в дополнение к тому, что удавалось схватить на занятиях. А понять поначалу получалось не очень много. На уровнях пользователь и специалист, материал еще шел легко и складно. Но, на более продвинутых модулях, стало невероятно сложно продираться сквозь психологически-философскую терминологию. Сказывалось и то, что я никогда не училась в теоретических направлениях, и 7 лет домоседства. Я в буквальном смысле слова чувствовала, что мозги заржавели и занимает время сдвинуть их с места. И как же приятно было ощущать, когда они таки начинали вертеться и работать более слажено. Это ощущение пришло где-то к концу первого триместра курса.



этом этапе было много. это конечно учитель все наше сообщество Павла на занятиях я энергии, а от коллег по одобрению при общении хочется отметить наших них было много помощи на занятиях. А на более продвинутых модулях, стало невероятно сложно продираться сквозь психологически-философскую терминологию. Сказывалось и то, что я никогда не училась в теоретических направлениях, и 7 лет домоседства. Я в буквальном смысле слова чувствовала, что мозги заржавели и занимает время сдвинуть их с места. И как же приятно было ощущать, когда они таки начинали вертеться и работать более слажено. Это ощущение пришло где-то к концу первого триместра курса.

Тогда же я решила, что пришла пора как-то начать рассказывать о своем новом увлечении миру. Обдумав эту идею, я поняла, что, если я хочу начать продвигаться в Нейрографике, а не просто учиться рисовать картинки для себя, надо использовать социальные сети. Об этой части моего пути говорится и в работе по самокоучингу. Но здесь я остановлюсь на ней



подробнее в контексте союзников.

Итак, я пришла к пониманию того, что необходимо поднимать себе узнаваемость в сети. Ни малейшего понятия о том, как же к этому делу подступиться, у меня не было. И тут я вспоминаю о давней подруге копирайтере. По крайней мере это то, что я помнила о её деятельности с тех пор, как мы виделись в последний раз. Зайдя на её профессиональную страничку я вижу интро: ментор по продвижению в фейсбуке. Да это же именно то, что мне нужно! В тот же день я написала ей, и рассказала о том чем я занимаюсь. И как я хочу попробовать освещать себя в соцсетях, но не знаю с какого конца подступиться. Мы договорились о программе менторства. Так я встретила еще одного союзника на моем пути, да еще какого! В результате этого сотрудничества я получила не только профессиональное сопровождение, в объёме гораздо большем, чем рассчитывала, но и моральную поддержку, дружескую помощь и море вдохновения.

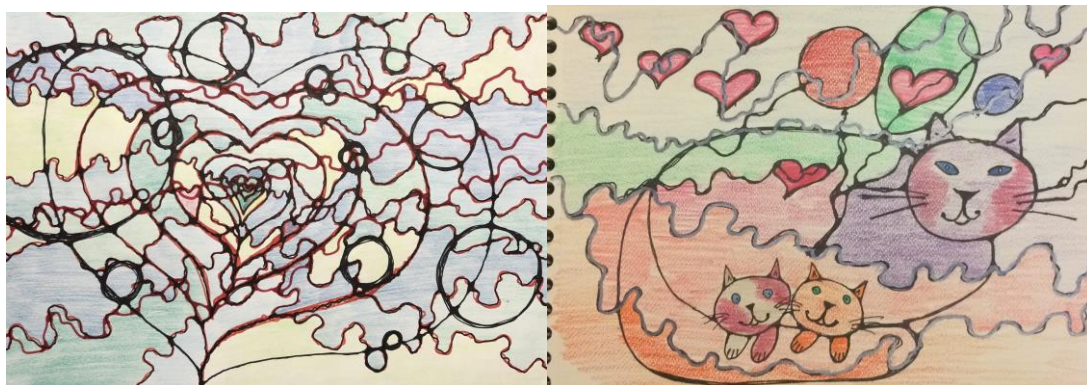
Итак, после обращения к Наташе за менторством, открылся еще один слой моего творчества. Составив с моим новым союзником, программу продвижения в ФБ, я была мягко говоря озадачена. Или даже правильнее сказать в полном ужасе. Одним из краеугольных камней этого плана было написание 2-3 постов в неделю. Для меня, человека который в последний раз писал сочинение в школе, это было из области фантастики. Что я напишу? Как? Моя ментор подготовила для меня структуру постов, но, даже имея готовый скелет, я пол дня сидела, подбирая слова для моей первой пробы пера. Хотя тема была знакомая и любимая - Нейрографика. Однако, мои мучения окупились сторицей. Первый же пост, который я опубликовала в группе с моей целевой аудиторией, собрал более 200 комментариев! А дальше всё понеслось, как во сне - люди приходили на мою страницу, интересовались, общались, требовали продолжения.

В результате месяца нашего сотрудничества, я научилась писать тексты и даже стала получать от этого удовольствие, а также провела первые онлайн и оффлайн мастер классы по Нейрографике! И людям понравилось, было интересно, они хотели еще... А главное, это было почти совсем не страшно! И так наполняло энергией, что весь тот месяц я жила на этих батарейках. Мне нужно было гораздо меньше еды и сна, чем в обычном моем состоянии. Месяц нашей совместной работы закончился, а мастер классы продолжались. И продолжился мой интерес к писательству. Теперь, когда я пишу эту работу, я понимаю, что не начни я тогда заниматься своей личной страничкой, не знаю как бы я справилась с этой мега сложной для меня

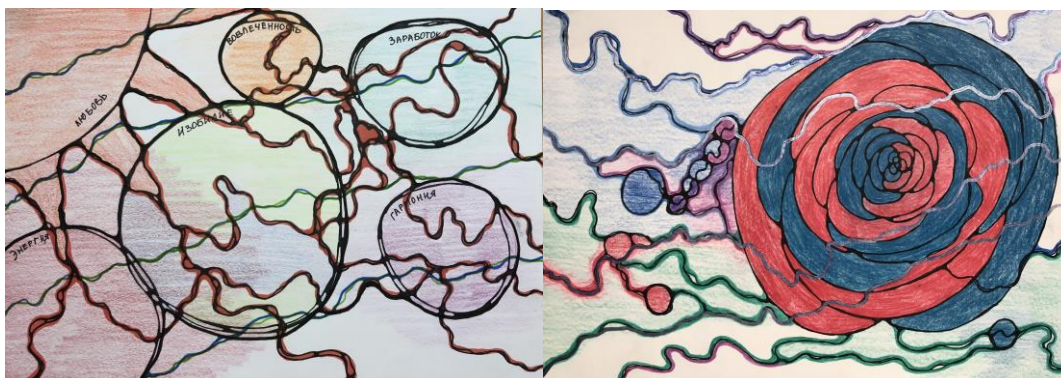


задачей - написанием диплома.

Рисунков в этот период было нарисовано великое множество. Здесь хочу показать то, что появилось еще до начала инструкторского курса, или на дополнительных мастер-классах.



Открытые уроки рисования с Павлом Пискаревым. День святого Валентина и кошечки меня и моих дочек с дня Котэ.



Мастер класс с Мариной Ворошиловой. Рисование с детьми. Техника "я могу". Эту технику я рисовала сама, для себя. И она явилась для меня очень важной и часто помогает мне, хотя и предназначена для детей. В периоды упадка я вспоминаю об этом рисунке, и говорю себе - "Я могу". Я рисовала это один только раз, во время мартовской конференции, но возвращение к этому рисунку неизменно помогают мне пройти через сложности.

МК с Андрикович Юлией. Раскрытие потенциала. С той же мартовской конференции.



Спирали. Как только получила доступ к вебинарам инструкторского курса, бросилась рисовать их. Очень люблю спирали во всех их проявлениях, и в Нейрографике использую их часто. Второй рисунок - моя карта желаний, выполненная в спиралях.



Старшая дочка активно участвует в моем обучении. Это ее карта желаний в спиралях.

Несколько работ по Нейрорейки.

Очень впечатливший меня курс Зд бизнес - Деньги. Тогда я не смогла полностью прочувствовать его потенциал, т.к. была в самом начале своего инструкторского пути. Обязательно вернусь к нему и прослушаю повторно в скором будущем. Хотя, даже тогда





почерпнула из него много идей, которые уже применяю в жизни.

Этот этап окончился с моим отъездом на интенсив. И начался новый, не менее волнующий и полный открытий о себе этап -

5. Обнаружение противников

Если союзники приходили ко мне снаружи, то противники, как ни странно, все проявились изнутри.

Самым удивительным для меня был их выбор места. Начало моей встречи с противниками пришлось на ... интенсив Нейрографики в Зеленогорске! Казалось бы - теплица для начинающего инструктора, учиться не хочу, набирайся опыта, драйва и позитива от учителей и коллег. Но здесь то меня и начали мучить мои внутренние монстры. Мне не нравилось в пансионате, отовсюду веяло совком, и цена казалась сильно завышенной. Это тревожило меня до такой степени, что я не смогла успокоиться, пока не провела расследование, и не выяснила, что с ценой у нас все в порядке.

На этом монстры не успокоились. Начался период жалости и неудовлетворения собой. Я смотрела на других инструкторов, которые приехали на интенсив сами, без детей, и страдала о том, что они могут гораздо более полно погрузиться в процесс, без помех. А мне постоянно приходилось отвлекаться на детей, уделять им внимание, и конечно ни о какой деятельности после основных часов интенсива не могло быть и речи. К тому же, в отсутствии моего внимания в привычном объеме, младшая дочь впала в легкий неадекват. И к концу интенсива пришлось урывать для нее время уже и от основных занятий.

К тому же меня мучили демоны собственной некомпетентности. Глядя на остальных инструкторов, имевших за плечами одно, а кто и больше академических образований, я с ужасом понимала, что знания мои ничтожно



малы. И все что я смогу дать людям ограничивается Нейрографическим рисованием/коучингом. В общем только то, что я смогу взять из нашего курса.

К концу интенсива, пообщавшись с коллегами, я пересмотрела отношение к вышеописанным страхам. Я поняла, что могу смотреть на них как на мои личные особенности, и даже достоинства. Так, присутствие детей, давало мне возможность понять, как я могу интегрировать свою личную ситуацию в учебу, и впоследствии в работу. Я поняла, что есть еще много женщин, находящихся в подобной ситуации, и мой опыт жизни, работы и учебы в постоянном присутствии детей, может быть ценен для них. И даст мне возможность работать с ними в таких же условиях.

Ранее я писала о группе, с целевой аудиторией, из которой и сформировалась моя группа Нейрографики в ФБ. Этой целевой аудиторией и были женщины, проводящие все свое время дома с детьми. Таким образом, мой опыт помогает мне более чутко откликаться на их нужды, проблемы и особенности.

Что же касается моей компетентности (или скорее некомпетентности, как мне казалось), то здесь мне помогло просто сесть и продумать (и конечно прорисовать), а что же я действительно знаю? Ведь не все знания мы получаем только учаь в институтах или на курсах повышения квалификации. Есть и те, что приходят к нам из жизни. И вот, прописав все свои компетенции, я поняла, что именно жизненных знаний у меня очень даже много. Тут и альтернативная медицина, которую я учила в колледже, и здоровое питание и естественная гигиена, которые я изучала, читая лекции бывшего мужа во время его учебы. И знания об иммунологии, естественном ходе беременности и родов, теории привязанности и домашнем обучении, и много другого, связанного с воспитанием детей и здоровьем. Все то, что я узнавала в процессе моей домашней жизни с детьми. То, о чем не получишь диплом, но нужно и интересно людям ничуть не меньше, чем академические знания.

Каждый из моих монстров оказывался повержен довольно быстро после своего возникновения. Но им на смену вставали новые с поражающей скоростью.

Уехав с интенсива, я отправилась как бы "в отпуск". Планировался отдых в экопоселении в Калужской области. Так как народ там меня ждал, и все знали чем я занимаюсь, пообещала провести им мастер класс по Нейрографике. Но потом - отдыхать и посвящать себя детям...



Как бы не так!

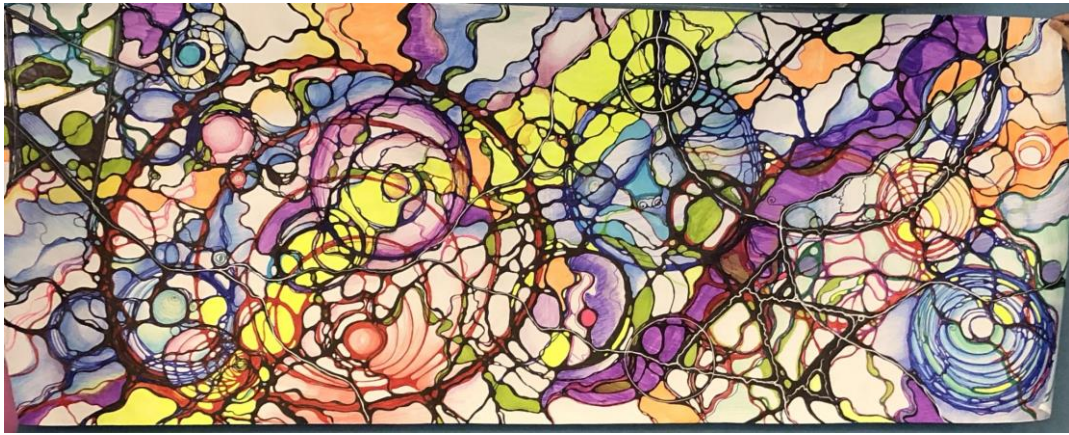
Первый мастер класс я провела через несколько дней после приезда. Спустя день-другой мне начали писать люди, которые не заметили, не успели, пропустили, а тоже хотели попасть на него. Говорят "у страха глаза велики", но перефразировав в происходившее со мной летом, могу сказать "у инструктора Нейрографики они еще больше"! Увидев нарастающее количество желающих, я тут же захотела всех облагородить, онейрографировать и трансформировать! Из не успевших набралось человек 20, и я решила что с таким количеством мне не справиться. А потому разделила их на 2 группы. А потом подоспело новолуние, и я решила, что неплохо бы с теми, кто еще просился нарисовать НейроДрево.

О святая наивность! Узнав о НейроДреве, на МК пришли и все, уже посетившие ознакомительные мастер классы. Итого, вместо отдыха с детьми и перерыва от Нейрографики, как я планировала, у меня получилось 4 мастер класса, на последнем из которых присутствовали 30 человек!

Казалось бы все прекрасно, какие еще монстры? Но, уже начиная со второго МК, я почувствовала, что заболеваю. Обычно, я очень внимательно отношусь к своему организму, и чуть только чувствую недомогание, ложусь в постель и принимаю необходимые меры. Но драйв зашкаливал, было совсем не до организма. И вот, около двух недель, я нахожусь на отдыхе совершенно больная; совсем не отдыхаю, и даже не замечаю какое у меня состояние. Организм сигнализировал как мог, но я не слышала даже самых отчетливых сигналов! Мне казалось, что просто холодно, я просто не выспалась, и т.п. Дошло до того, что обратную дорогу в Москву, перед отлетом в Израиль, я ехала 5 часов за рулем, с по видимому очень высокой температурой. Но поняла это я только приземлившись в Израиле.

И немного избранных работ того периода:

Техника "Окно Джо Харри", рисовала на МК с Ириной Зеленской. Очень сильно подвинула меня в самоисследовании. Еще долго после окончания



этой работы возвращалась к ней и проходила четвертья квадрантами, каждый раз получая из них новые открытия.



Манда́ла моих качеств. От этой техники получила много инсайтов о своих сильных и слабых сторонах, и о том, как использовать их себе во благо.

Быстрый коучинг с коллегой. Удивительный способ графически эффективно и просто решать свои

пробл
емы.





Мои работы, нарисованные во время интенсива, в борьбе с монстрами, которые проявлялись по ходу учебы.

Мастер классы во время каникул.

И последний, самый масштабный мастер класс на 30+ человек.

После возвращения в Израиль меня и догнал последний из противников, мощный и суровый. С его "помощью" я переместилась на



следующий этап своего пути...



6. Снижение активности. Смерть

Когда я приехала из аэропорта домой мне в голову пришла мысль, что я как-то странно себя чувствую. Измерив наконец температуру, я увидела на табло 39,5 и тут то до меня дошло, что за странные ощущения меня преследуют последние недели... К тому же летела я с обложным гайморитом, и на следующий день после прилета у меня началось сильнейшее воспаление ушей.

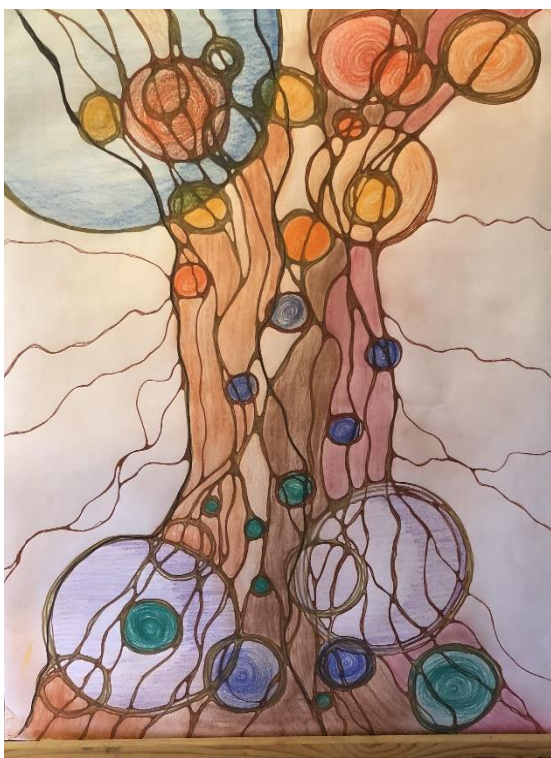
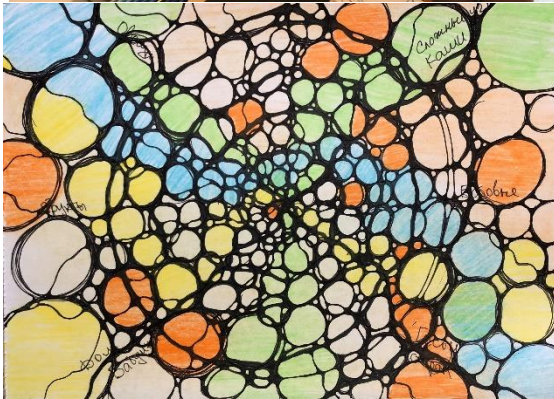
Это была, по моему, самая тяжелая болезнь в моей жизни. Я лежала в постели, не вставая, всю первую неделю и температура перемещалась между цифрами 39 и 40... Потом стало полегче, но в общей сложности я болела 3 недели, а уши были заложены больше месяца. Это был этап физического снижения активности практически до нуля. Окончательно выздоровела я, только когда начала копаться в своей психосоматике. И поняла, что мои проблемы со слухом связаны с тем, что мне надо лучше слушать себя. Ответы пришли из моих рисунков и метафорических карт, и были очень четкими.

Но этим период смерти не ограничился. Придя в себя физически, я ощутила себя в депрессии, полной неспособности и нежелании как то действовать. У меня был тотальный упадок моральных сил. И во втором кольце смерти прошли еще 2 недели моей жизни. Тут у меня не было даже



попыток нейрографировать, все казалось бесполезным и не стоящим ничего. Днем я мобилизовывалась и проводила время с детьми, а вечером смотрела грустные фильмы...

Несмотря на такое мощное пребывание в "смерти", и физически, и морально, начав искать картинки того периода, выяснила, что кое-что я все же успела.



Мастер класс "Карта желаний", приуроченный к Еврейскому Новому Году. И желания уже потихоньку начинают сбываться.

Онлайн коуч группа по коллаидеру развития.

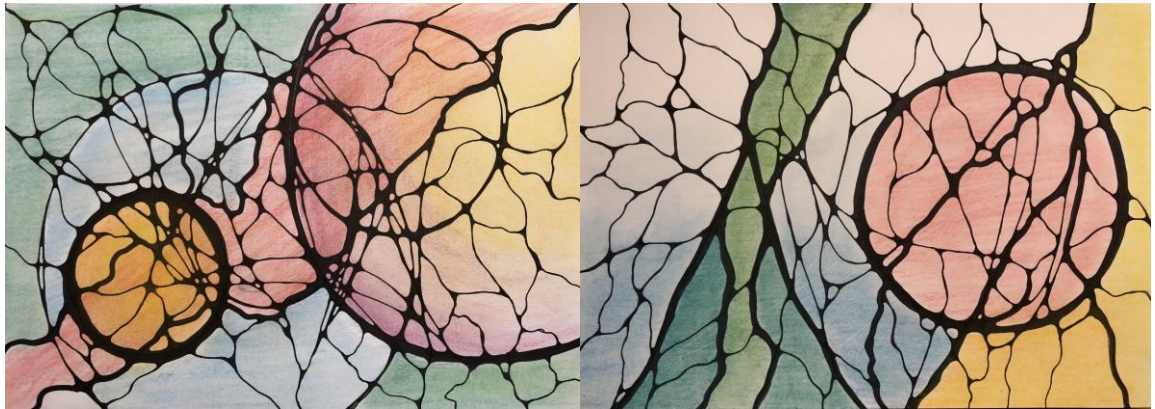
НейроДрево на формате А2 на тему роста улучшения моего душевного равновесия.

Целых 2 мандалы рода, нарисованные в течении одной недели.

И небольшая кучка АСО на тему



улучшения душевного состояния:)



В один из безрадостных дней этого периода, я разбирала коробку со своими нейрографическими работами. И мне на глаза попала мандала "Путь героя", которую я рисовала во время июньского занятия. Пробегаю глазами по пунктам, я стала примерять на себя то, что было отмечено... И вдруг поняла, где я сейчас нахожусь, и увидела, что дальше должна продолжиться жизнь... В тот же вечер, вместо очередной драмы, я села смотреть вебинар по мандале "Путь Героя". И поняла, что все идет правильно, по давно известному маршруту. Это дало мне импульс двигаться, сначала по чуть чуть, маленькими медленными шажками.

Я стала анализировать природу своего состояния. Ведь если знать,



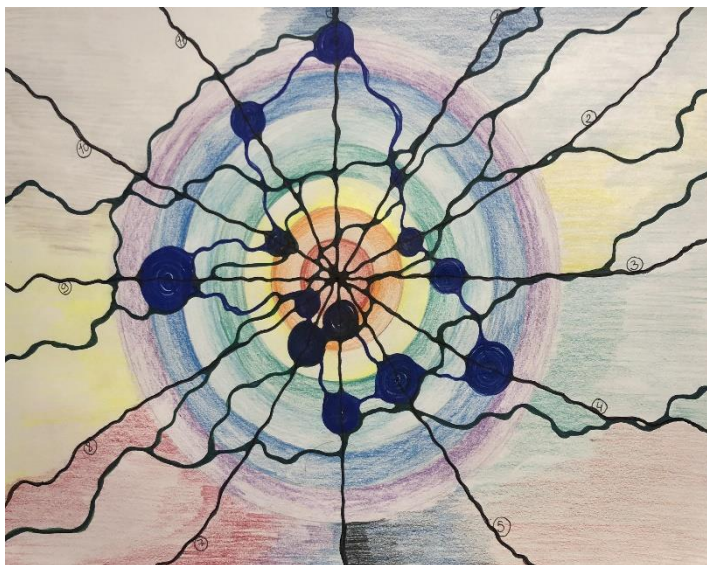
почему я здесь, я смогу найти ключ к выходу. Это то, во что я верила. И вдруг я осознала, что те чувства, которые я проживаю, это те же самые чувства, которые проживала год назад, во время разрыва с мужем. Сейчас была годовщина тех сложных для меня событий, и тело по видимому запустило повтор программы. Как только я поняла это - все встало на свои места. И тут я смогла перейти на следующий этап моего пути -

7. Возрождение духа

И мое состояние изменилось, практически моментально. Вот еще вчера я не хотела поднимать голову с подушки утром, а уже сегодня проснулась без будильника, полна бодрости и оптимизма!

До этого момента, отдельным пунктом моих страданий была необходимость писать дипломную работу. Я не имела ни малейшего понятия ни о чем ее писать, ни как в принципе я смогу написать что-то столь длинное и содержательное!

Проснувшись в моем новом, возрожденном состоянии духа, я поняла! "Путь Героя" - это и будет моя дипломная работа. И она будет о моем пути в Нейрографике. О моем самоисследовании и трансформации, о моем году в Нейрографике, и о моих будущих планах. И главное - это будет легко и приятно! Первое что я сделала для того, чтобы положить начало - это нарисовала свой маршрут в "Пути Героя".



Здесь же приложу и описание к этой работе.

Тема: Мой путь в Нейрографике.

К мандалам у меня особое отношение. Если другие алгоритмы Нейрографики не всегда вызывают у меня телесно-чувственный отклик, то мандала вызывает его неизменно. Неважно в каком состоянии я принимаюсь за неё - настройка происходит практически мгновенно. Так было и на этот раз.

Как только образовалась структура мандалы - 7 кругов и 12 часовых



отделений, тут же организм перестроился на более спокойный, медитативный режим. Дыхание замедлилось, внешние факторы перестали привлекать к себе внимание. Начала работу с выбора цветов. Все мои мандалы в последнее время выходили красным наружу. И интуитивно, и разумом хотелось именно так. В этой мандале разум так же подсказал - "сейчас период быть с материальной стороной в мир: красный снаружи". Но интуиция на этот раз упорно была против, просто физически рука не брала этот цвет. Решив последовать за интуицией я начала с красного в центре. На желтом цвете почувствовала падение в животе, страх. Как будто слышала в голове мысль: "Куда ты лезешь? Это тебе не по зубам..." Продолжила накладывать цвет до внешнего круга, попутно уделяя внимание дыханию. Ощущение не уходило.

Пошла по остановкам пути. В процессе посещали мысли и воспоминания о тех периодах, которые отражались на карте. Чувство страха и падение вспыхнуло с новой силой, когда прорисовывала "Накопление силы", которое тоже пришлось на желтую зону. Отметила это для себя, как вариант возможно впоследствии проработать этот слой детальнее в отдельной мандале. На этапах "Принятие Решения" и особенно "Встреча Союзников" ощущение падения постепенно уменьшилось, страх пропал, уступив место тем чувствам, которые пришли из воспоминаний об этом жизненном этапе. Смерть захотелось отметить на двух уровнях мандалы. В этот период жизни было очевидное затухание и физической активности и чувств/творчества. Дальнейшие остановки рисовала в режиме прогнозируемого/желаемого. Остановка получения даров была явно связана для меня с получением диплома Инструктора. Этот круг дал ощутимое количество сил и воодушевления. Дальше рисовалось на подъеме. Расширение в груди и мурашки по рукам, вплоть до ощущения встающих дыбом волос на голове. Дошла до последней остановки "Полнота Бытия", почувствовала что она произойдет на самом верхнем духовном уровне. Тогда же пришло понимание, почему эта мандала развернута духовным уровнем наружу.

При добавлении линий поля опять страх и чувство падения.. Тут же почувствовала потребность добавить в фон цвета согласно 5ти элементам. Это успокоило и наполнило силой. Состояние выровнялось и окончила работу я опять на подъеме, радуясь тому, что пишу таки диплом, хотя еще месяц назад не имела ни малейшего представления о том как это делается.

Очень интересно было изучать разные теории во время курса. Но гораздо интереснее, когда видишь, чувствуешь, ощущаешь, как эти теории



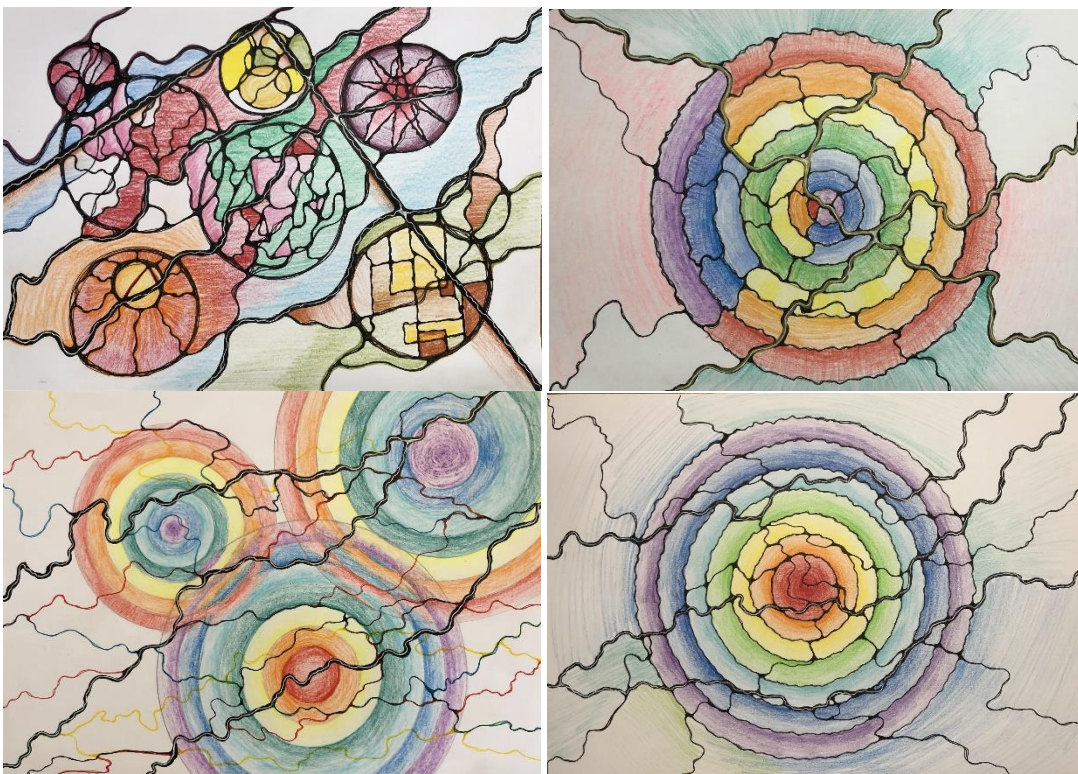
работают в реальности. Разобравшись с картой маршрута и начав подготовку к диплому я поняла, что это реально, что я проживаю свой путь здесь и сейчас. И этап возрождения духа очень мощно чувствуется в моем сегодняшнем дне. Уровень энергии ощутимо повысился, времени вдруг стало достаточно на все, что запланировано, и я начала рисовать без остановки.

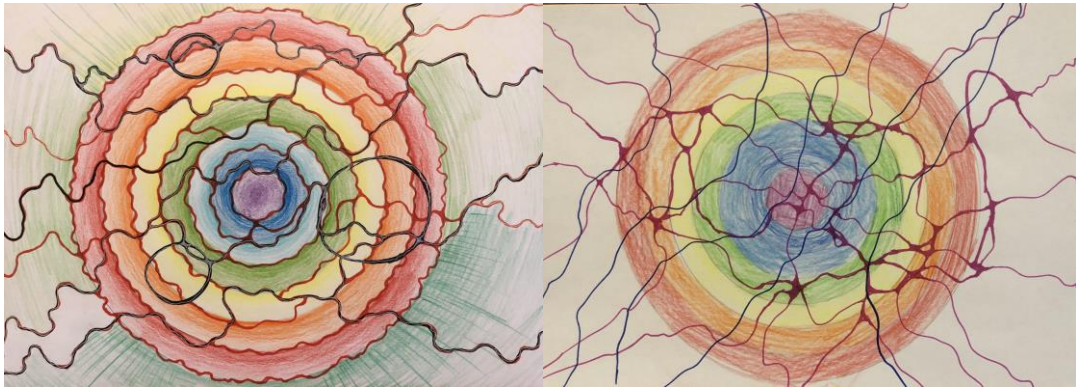
Еще одним из процессов, начавшихся не так давно стал курс сторителлинга. Это не что-то глобальное, просто базовый бти недельный курс. Но он за свои прошедшие 3 недели дал мне настолько много, что я и ожидать не могла. Прежде всего, ему я благодарна за то, что эта работа пишется, как она есть. Легко, плавно, быстро. Плюс, во время выполнения заданий курса, я еще раз ощутила, насколько это мне близко и интересно. Написание текстов вместе с Нейрографикой появилось в моей жизни в последний год. И вместе они наполняют мой путь смыслом, радостью и желанием развиваться. А так же гармонично дополняют друг друга в профессиональной деятельности.

В этой точке, мое описание "Пути Героя" подошло к сегодняшнему дню.

На этом этапе я нарисовала много работ к презентации диплома, и работ по вебинарам, пропущенным за время "Смерти".

"Для души" же весь этот период, я рисовала мандалы. Дети много болели, и многие мандалы рисовались к их здоровью. Вот некоторые из них.





Последняя нарисована моей старшей дочерью.

8. Получение даров

Вот мы шли, шли, и дошли до будущего. Этот этап у меня ассоциируется, конечно, главным образом с получением диплома. Это мой основной дар после года обучения и трансформации. Хотя и не единственный. Не менее значимым, если не более, является на мой взгляд сама трансформация. А также желание, мотивация и понимание в каком направлении мне нужно идти, чтобы оказаться ближе к самой себе, к своей реализации. Год назад, я просто чувствовала, что жизнь находится в тупике и вокруг туман. Теперь же я четко вижу путь и направление. И с окончанием инструкторского курса моя учеба не заканчивается. А начинается еще один год интересного и нужного обучения. И то что я решила продолжить его - еще один мой дар.

Наверно, в нашей жизни параллельно могут проходить несколько сюжетных линий, несколько путей, в каждом из которых мы будем идти своим темпом. Так что начало нового обучения, которое в этой жизненной картинке проходит под грифом "дары" - в своей сюжетной линии может быть



началом нового вызова или уже принятым решением. И только Нейрографика, своими причудливыми линиями, может без труда объединить все маршруты воедино.

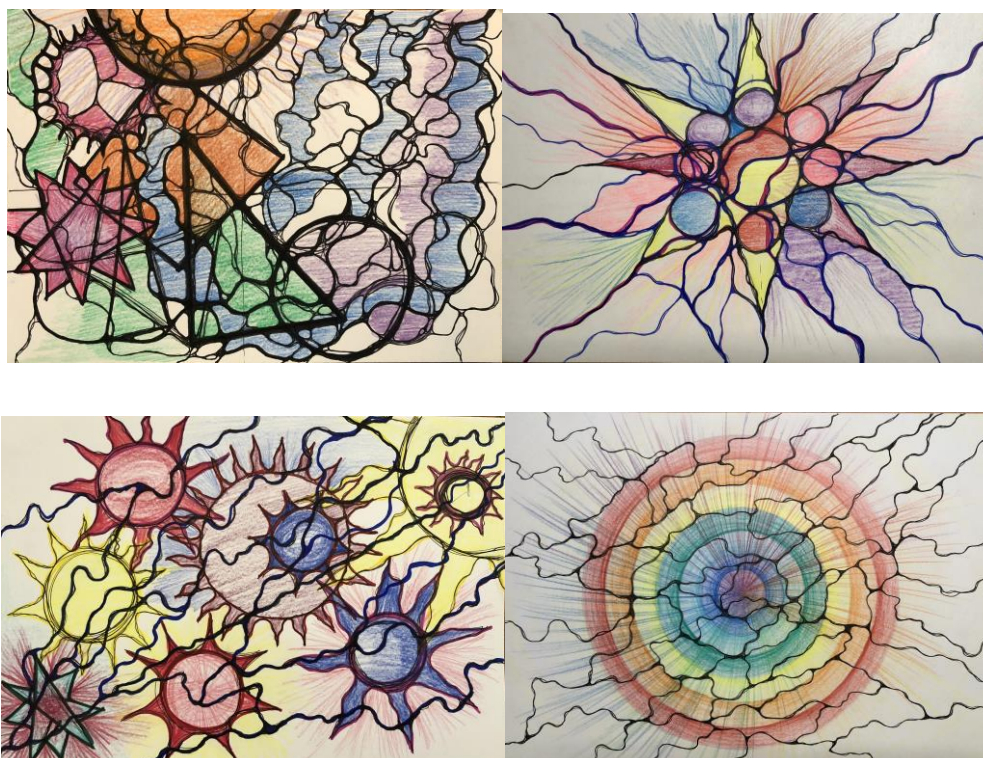
А вот и моя карта на линии времени.



9. Реализация замысла

А вот это уже о том, какие программы реализации Нейрографики начнутся у меня в будущем году. Я немного затаилась сейчас, витаю в своих фантазиях, перевожу их в мечты. И уже почти готов план. Но этот план я начну реализовывать по окончании курса. Ему самое место в новом 2019 году. Наверное будут и другие замыслы, которые я врисую в мою карту желаний 2019. Ведь прошлая карта уже себя исчерпала:)

Основным пунктом моей будущей реализацией я вижу именно стезю эстетического коуча. Перед вами кейс, посвященный этой теме.



Отдельно напишу о последней работе этого кейса.

Это - мандала реализации меня, как коуча. Тут я объединила свой любимый алгоритм - мандалу, с очень эффективной техникой рисования счастья. Мандала гармонизирует мое самоощущение, как коуча. Радиальные лучи - символ результата и высшей степени удовольствия от него.

10. Накопление позитивного опыта

Этот и последующие пункты я пока оставляю без текста. Здесь будут мои цели, планы и проекты в картинках. И, как говорят на иврите, только небо - моя граница!



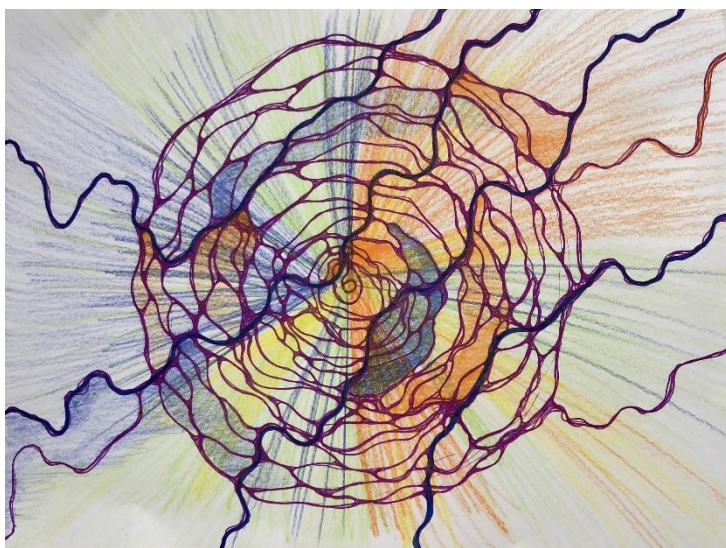
Планы до конца 2019.



11. Обучение последователей

Коммуникация. Я и мои ученики.

12. Полнота бытия



Цель. Достижение.
Результат. Расширение счастья.

Эта картинка на мой взгляд наиболее точно отражает ощущение полноты бытия. И именно их я испытала, рисуя её. Оставляю её завершающим штрихом моей истории и буду настраивать свои цели постоянно, держа в голове такой манящий результат.

[Ссылка на дипломную работу Жуланов Евгении в авторском стиле](#)



Автор:
Жучкова Вера
Супервизор:
Зорина Наталья

Тема:
Модель Даниила Подболотва «4 элемента» в нейрографике

Специализация – работа с желаниями.

В данной работе я описываю интеграцию двух инструментов, которые я, с удовольствием использую в своей практике.

Нейрографика.

Модель «4 элемента», именно на ней построена трансформационная игра «Начало. Эффект бабочки», ведущей которой я являюсь.

Теоретическая часть

Модель «4 элемента» Рассматривает четыре аспекта нашего взаимодействия с окружающим миром:

Душа – наш главный мечтатель, обладающий знанием о том, что на самом деле делает нас счастливыми, как наилучшим образом раскрыть наш потенциал – путеводная звезда на карте нашего счастья. Элемент отвечает за подлинные желания и мечты, контакт со своей сущностью, своей сутью, интуитивное следование по своему индивидуальному пути.

Ум – наш главный логик, цензор, стратег и тактик, а также хранитель опыта. Элемент отвечает за наши убеждения, роли, модели мышления и интеллектуальные ресурсы.

Тело – наш организм, как основное средство восприятия и воздействия на внешний мир. Элемент отвечает главным образом за наши действия (основанные на внутреннем намерении) и инструменты для влияния на окружающий мир.

Наблюдатель – точка фокуса, осознанно смещая которую, можно наблюдать за тем, как наши намерения реализуются наилучшим образом с



минимальным приложением наших усилий для этого (за счет внешнего намерения). Элемент отвечает за ощущение себя частью пространства, проявляющего заботу о нас и помогающего реализовать все, что для нас по-настоящему важно.

Вот что пишет о самой игре автор Даниил Подболотов:

«Игра “Начало” — очень простая игра, в процессе которой абсолютно неподготовленный и не вооруженный какими-либо знаниями игрок сможет рассмотреть, что для него важно, что делает его счастливым и понять, как воплотить желаемое в реальность.

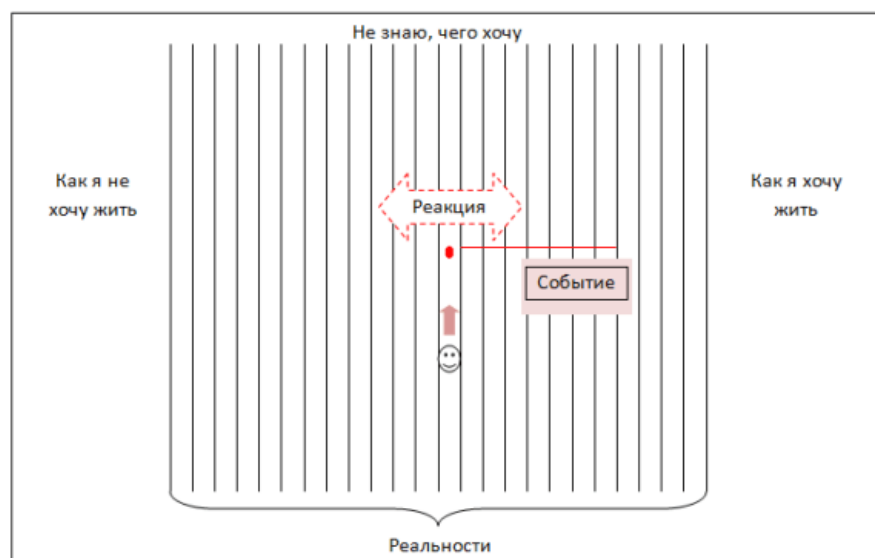
Рассматривая происходящее в данный момент и желаемое под призмой четырех элементов, вы увидите, что вам до сих пор мешало быть там, где вы хотите и тем, кем вы хотите быть и как это исправить.

Но исправить не за счет мучительных и жестких целеполаганий и достижательств, а себе в радость и в удовольствие. Получая при этом дополнительные приятные сюрпризы и бонусы от мира.

Мы постепенно вступаем в ту эру, когда мало кто из ученых может с уверенностью ответить, что такое мир, Вселенная, пространство. Может сказать, как все устроено на самом деле, и по каким законам работает. То, что обычно высказывают ученые – лишь теории, предположения, довольно убедительные попытки хоть о чем-то договориться. И даже наиболее устойчивые и закономерные из этих теорий, тем не менее, не отвечают на все наши вопросы, а часто даже противоречат друг другу.

Раз четких правил нет, и у каждого работает что-то свое, почему бы и нам не поиграть с миром по-своему? Не договориться с ним о каких-то индивидуальных условиях, тем более, что некоторые научные парадигмы свидетельствуют об эффективности такого подхода.

Давайте предположим, что реальностей на самом деле не одна, а множество. И между тем, что с нами происходит сейчас и тем, чего мы хотим, всего лишь некоторое количество этих реальностей. Соседние очень похожи друг на друга, и отличаются лишь некоторыми деталями. Но чем дальше мы отходим от реальности настоящего момента, тем больше накапливается этих отличий, и мы вдруг оказываемся в жизни, совсем не похожей на прежнюю. А вот то, насколько приятными или пугающими будут отличия, зависит только от нас самих.



В том, чтобы переходить из реальности настоящего момента в реальность, где наше желание сбылось, нам поможет эффект бабочки. Сам этот термин обозначает, что незначительное влияние на систему может иметь большие и непредсказуемые последствия где-нибудь в другом месте и в другое время. И техника «Эффект бабочки» помогает определить какие незначительные взмахи крылом нам нужно сделать, чтобы получить желаемые последствия.

В игре мы договариваемся с миром о том, чего мы хотим и как это получить. Узнаём, как нам нужно мыслить, что делать и что чувствовать, чтобы попасть в нужную реальность. А также наблюдаем, как мир нас будет поддерживать, и какие знаки и сигналы подавать в моменты, на которые нужно особо обратить внимание.»

Начав изучать нейрографику, я поняла, что могу игру переложить на нейрографический язык. Понятный. Простой. Красивый.

Работа в системе 4-х элементов состоит из 2-х этапов:

1. Диагностика
2. Основной рисунок.

Диагностика.

В соответствии с базовым алгоритмом, мы должны задать тему рисунка. В игре мы загадываем, формулируем желание.

Поэтому первый этап – сформулировать желание.



Оно должно быть загадано по всем правилам, в настоящем времени, не содержать частичку «не», быть про себя, должно быть несколько амбициозно, но достижимо, а также содержать временные рамки.

После этого мы наносим на лист бумаги круг, который олицетворяет это самое желание.

С этого момента мы начинаем собирать композицию.

1-й круг – желание

2-й круг – элемент Душа (прежде чем мы что-то сделаем, Душа должна захотеть).

3-й круг – элемент Ум (Ум отвечает за сбор информации, за ее обработку и анализ).

4-й круг – элемент Тело (наши действия в процессе достижения чего-либо)

5-й круг – элемент Наблюдатель (та помощь мира, которая присутствует в данный момент)

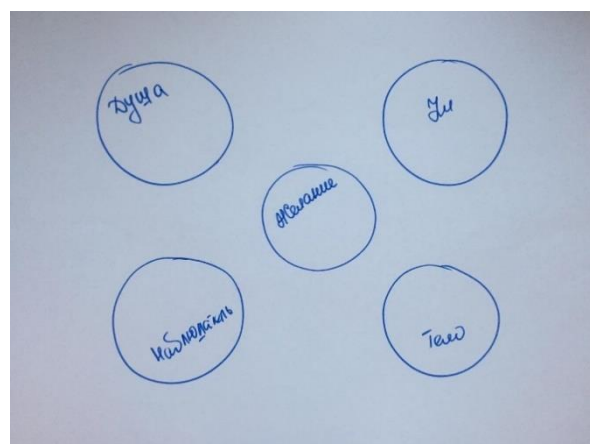
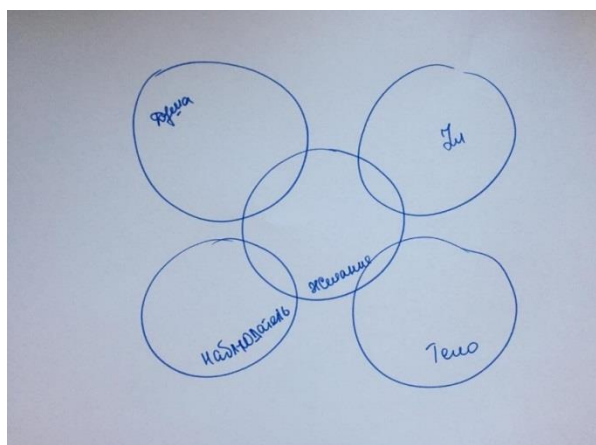
Нанося эти круги на лист, мы отключаем голову и полностью доверяем телу. Рука сама рисует элементы, их размеры и расположение на листе.

Теперь мы можем приступить к первичному анализу нашего желания.

Рисунок 1.

Желание посередине, средних размеров, элементы равноудалены от желания и не пересекаются ни с желанием, ни между собой.

Рисунок 2.



Желание посередине, средних размеров, элементы пересекают желание, но не пересекаются друг с другом.

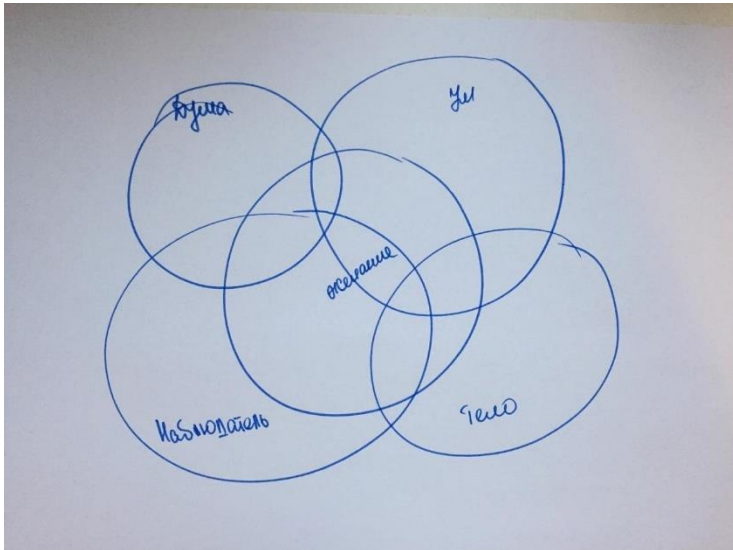


Рисунок 3.

Все 5 кругов пересекаются.

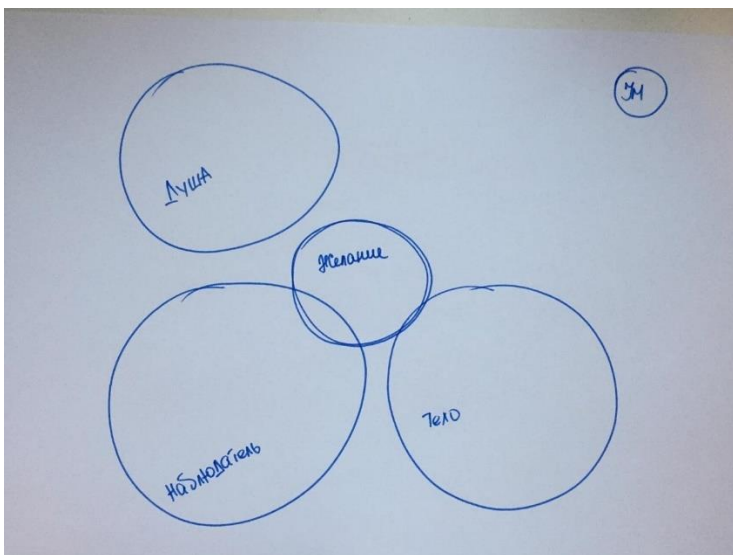


Рисунок 4.

Желание и 3 элемента пересекаются, а 4-й элемент удален от них и значительно меньше.

На что обращаем внимание при анализе:

Размеры кругов, и как их размеры соотносятся друг с другом

Расположение на листе фигур, пересечения фигур.

Исходя из этого мы оцениваем размер желания и что мешает его исполнению.

Рисунок 1 демонстрирует каждый элемент отдельно. И из него ясно, что до исполнения этого желания – еще очень далеко.

Когда все элементы пересекают желание (рис2), но пересекаются друг с другом, это говорит нам о том, что человек захотел, собрал какую-то информацию, что-то уже начал делать, он даже знаки Вселенной видит, единственное, что он не сделал, это не собрал все элементы вместе.

Как только все элементы согласуются друг с другом – мы получим



картинку №3, а это желание, которое уже практически свершилось.

Отдельно хочу рассмотреть 4-й рисунок, при условии, что отдельно стоящий элемент – Ум.

Даниил Подболотов в описании элементов предлагает рассматривать Ум с точки зрения теории Трансактного анализа Эрика Берна.

(Трансактный анализ был основан Эриком Берном в 1955 г. (США). В основе трансактного анализа лежит философское предположение о том, что каждый человек будет "в порядке" тогда, когда он будет сам держать свою жизнь в собственных руках и сам будет за нее нести ответственность. Трансакция — это действие (акция), направленное на другого человека. Это единица общения. Концепция Э. Берна была создана в ответ на необходимость оказания психологической помощи людям, имеющим проблемы в общении.

Э. Берн выделяет следующие три составляющие личности человека, которые обуславливают характер общения между людьми: родительское, взрослое, детское.

Родительское (Родитель - Р), которое подразделяется на заботливое родительское состояние Я, критическое родительское состояние Я. Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми, обыденными задачами. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения.

Взрослое (Взрослый - В) состояние Я воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность. Взрослое Я, в отличие от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

Детское (Дитя - Д, или Ребенок) состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющими личности. Оно "отвечает" за творчество,



оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда "острых", необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, Детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека. Это Я подразделяется на: естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.), приспособляющееся детское Я (приспособляющийся, прислуживающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.), возражающее детское Я.

В личности каждого человека обнаруживаются все три составляющие, однако при условии плохого воспитания личность может деформироваться так, что одна составляющая начинает подавлять другие, что обуславливает нарушение общения и переживается человеком, как внутреннее напряжение.)

Родитель–Ребенок-Взрослый.

Кто из них первый достигнет желаемого – сложно сказать наверняка, а вот то что Взрослый достигнет его с наименьшими энерго и время затратами – это совершенно точно.

И если мы видим такую картину как на рисунках 2 и 4, то будет необходим дополнительный рисунок, цель которого гармонизировать 3 элемента (родитель, ребенок, взрослый). Рассмотрим его позже.

Этап соединения элементов.

Соединить, связать все уже пересекающиеся элементы

Нейрографическими линиями связать непересекающиеся элементы. Что характерно, линии вводим по одной. Связывая все пересечения с элементами. Отслеживаем свое состояние, как только появляется желание увеличить какой-либо элемент – увеличиваем. При этом отслеживаем после какого соединения мы его увеличили.

Большие фигуры. Фиксация. Линии поля.

Введение цвета, а также фиксация и линии поля на этапе диагностики необязательны, но могут иметь место.

Действуем четко по алгоритму.

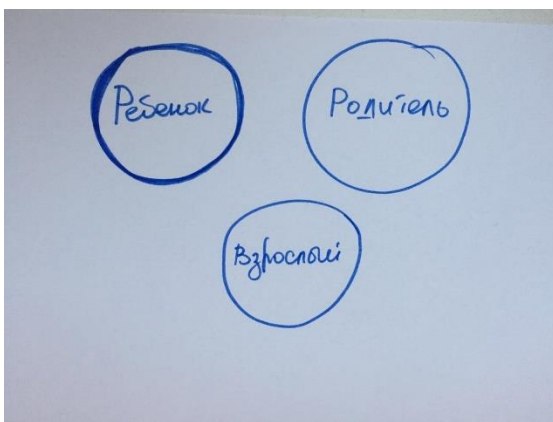


Основной этап.

Основной этап отличается от диагностического тем, что мы не вводим в рисунок 4-й элемент (Наблюдатель). В качестве этого элемента у нас будут выступать линии, объединяющие элементы.

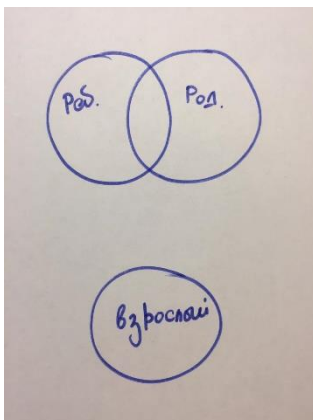
Куда идут линии, через какие элементы ведет их рука. Есть ли область на листе, куда линии не хотят идти. Все это анализируем и, если есть такие пробелы – специально ведем туда линии, соединяем картинку в одно целое.

Работа с элементом УМ



Если в ходе диагностического или основного рисунка, мы понимаем, что элемент Ум необходимо проработать, то мы делаем это следующим образом:

На листе бумаги рисуем 3 круга (родитель, ребенок, взрослый).



Смотрим на их геометрию, как они соотносятся друг с другом, кто с кем пересекается, а кто стоит в стороне. (Самое частое, что я вижу в своей практике на этом этапе – родитель и ребенок находятся в пересечении, а взрослый от них очень далеко).

Далее мы нейрографическими линиями соединяем все 3 составляющие рисунка, скругляем, растворяем в поле, вносим цвет, фиксируем и добавляем линии поля.

После этой работы, советую сделать еще один рисунок, чтобы сравнить До и ПОСЛЕ.

Все что содержит 4 элемента прекрасно рассматривается через матрицы Грофа.

Давайте попробуем рассмотреть наши 4 элемента в этой парадигме.



Я предполагаю, что элемент Душа – это первая перинатальная матрица, потому что эта матрица формирует жизненный потенциал человека, его потенциальные возможности, способность к адаптации. Точно так же Душа формирует жизненный потенциал нашего желания, его силу.

Ум и вторая перинатальная матрица. Именно на этапе ума начинается первый дискомфорт, не случайно именно здесь возможен дополнительный рисунок. Если обратимся к физиологии: после периода, который призван быть временем блаженства, спокойствия, тишины, умиротворения, "качания в океане материнской утробы", наступает время испытания. Плод периодически сжимается маточными спазмами, но система еще замкнута — шейка матки не раскрыта, выход недоступен. Утроба, которая столько времени была охраняющей и безопасной, становится угрожающей. Поскольку артерии, снабжающие плаценту, сложным образом пронизывают мышцы матки, каждое ее сокращение ограничивает приток крови, а значит, кислорода, питания для ребенка. Он начинает испытывать всеобъемлющее чувство возрастающей тревоги и ощущение надвигающейся опасности для жизни. Гроф полагает, что на этой стадии рождающийся младенец испытывает состояние ужаса и безысходности. Удивительно, что каждый человек по-своему переживает эту стадию. Кто-то "принимает решение" искать выход и все свое состояние подчиняет этому поиску. Кто-то сжимается от ужаса и все усилия прилагает к тому, чтобы вернуть прежний покой. Кто-то впадает в состояние бездействия, переживая своеобразный паралич. (еще раз вспомним транзактный анализ и поведение Р-Р-В). Некоторые психологи проводят параллели между этой матрицей внутриутробного развития и тем, как во взрослой жизни человек начинает реагировать на измененные ситуации. То, как взрослый человек переживает состояние возрастающей тревоги, как решает проблемы надвигающейся опасности — корни его поведения, возможно, — в том решении, которое было им "принято" в материнской утробе.

Исходя из теории Грофа пребывание на этапе Ума у нас недолгое, но от него многое зависит. Именно поэтому я уделяю этому элементу особое внимание.

После того как душа у нас захотела, Ум проанализировал – пришло время Тела, оно должно действовать!

И тут же видим подтверждение у Грофа в 3-й матрице, которая охватывает период потуг, когда ребенок продвигается из матки по родовым путям. В норме это длится 20-40 минут. В этой матрице нарабатывается



активная сила ("я поборюсь и справлюсь"), целеустремленность, храбрость, смелость. Что собственно и нужно от Тела. Пошел и сделал!

4-я матрица – это матрица свободы. Ребенок родился. Началась жизнь, самостоятельная жизнь. Начинается с момента рождения и формирование ее заканчивается в либо в период первых 7 дней после рождения, либо в первый месяц, либо создается и пересматривается всю жизнь человека. Т.е. человек всю жизнь пересматривает свое отношение к свободе и собственным возможностям, учитывая обстоятельства своего появления на свет.

Я связываю 4-й элемент Наблюдатель именно с этой матрицей. Потому что только этот период предполагает самостоятельное взаимодействие человека с миром (душа захотела, ум проанализировал, тело пошло делать – все это происходит с человеком в замкнутом мире самого человека) и только взаимодействие со вселенной даст ему результат и развитие.

Практическая часть

Результаты работы.

Мной было проведено более 20 мастер-классов по этой методике.

Два основных результата, которые дает эта работа:

После всех этапов прорисовки «Желания», человек находит причину неисполнения своего желания.

Дальше можно прорабатывать в индивидуальном порядке

Душа.

Находим причины, вторичные выгоды, почему Душа не хочет.

Ум.

Проработку элемента Ум описывала выше. Соединяем Родителя, Ребенка, Взрослого.

Тело.

Как правило, это самый осознаваемый элемент. «Все понимаю, но ничего не делаю».



В этом случае ищем причины бездействия, снимаем ограничения. Можно АСО, или любые другие практики.

Наблюдатель.

Самый мистический элемент, показывающий нашу сонастройку со Вселенной. Маленький объем данной фигуры или его удаленность, дает нам повод предполагать, что человек не видит той помощи, которую ему предлагает Жизнь.

Человек начинает ощущать «целостность».

Очень часто слышу обратную связь: «Почувствовала себя целой».

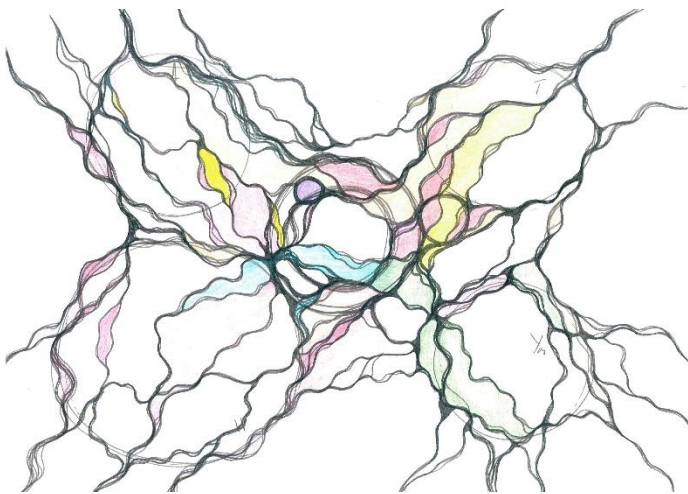
Это связано с объединением чувств (душа), разума (ум), физики (тело) и энергетики (наблюдатель) на одном рисунке. Человек своей рукой соединяет эти части себя, и как следствие, начинает ощущать себя более целым.

Личные результаты.

Кейс 4 рисунка.

Желание «Поехать на тренинг Архитектура реальности».

Рисунок 1.



4 элемента разрознены, желание небольшое.

Рисунок 2.

В качестве Наблюдателя выступают линии поля. В процессе работы между элементами и желанием появились дополнительные фигуры, связывающие их с желанием.

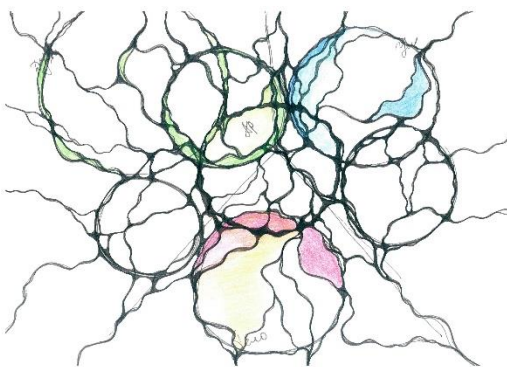




Рисунок 3.

В качестве Наблюдателя выступают линии поля. 2 элемента уже имеют пересечение с желанием. Объем желания увеличился.

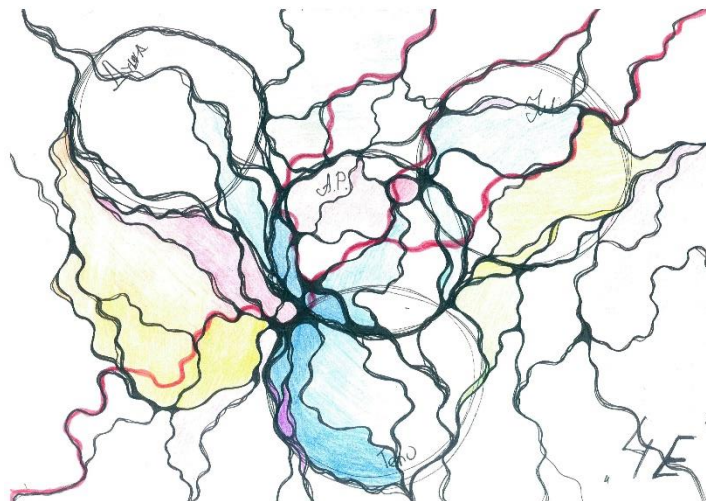
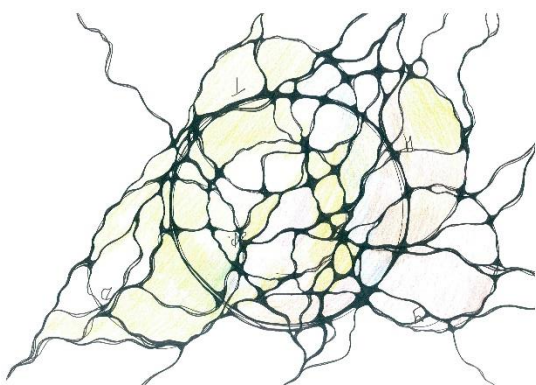


Рисунок 4.

Все 4 элемента пересеклись с желанием. В процессе прорисовки и объединения элементов Желание еще увеличилось в объеме и еще больше включило в себя в равных долях все элементы.



После данного рисунка, я почувствовала сильную слабость. После получасового сна, проснулась с пониманием дальнейших действий. Поняла, где взять денег, что сразу и сделала, и приехала на тренинг.

Заключение.

Данная методика будет полезна как при индивидуальной работе с анализом своих желаний, так и в работе в групповом и индивидуальном коучинге.

Ее преимущества:

1. Наглядность и понятность образов
2. Эту модель можно перевести в длительную работу (тренинги, выездные мероприятия, тематические семинары).

[Ссылка на дипломную работу Жучковой Веры в авторском стиле](#)



Автор:
Замалаева Лора
Супервизор:
Зорина Наталья

Тема:
Применение нейрографики в диагностике и самокоррекции биоэнергетических полевых структур человека.

Имея практический опыт работы биоэнерготерапевтом на протяжении 14 лет, познакомившись с нейрографикой, поставила цель исследовать возможности использования нейрографических техник рисования в работе с полевыми структурами человека. В процессе изучения научных и эзотерических трудов разных авторов в области биоэнергетики, таких как С.Н. Лазарев и доктор Цзян Каньчжень, а также в ходе практической работы с пациентами, появилось твердое убеждение о взаимосвязи психо-эмоциональных процессов человека с состоянием его биополя, которое многократно было подтверждено практическим путем. Так как все психические и эмоциональные процессы неразрывно связаны с деятельностью головного мозга и нейронной сети, соответственно, можно предположить, что нейрографическая работа, запускающая процесс формирования новых нейронных связей, может благоприятно сказаться и на состоянии биоэнергетических структур человека.

Техника была разработана мной, на сегодняшний день испытана более чем на 30-ти клиентах.

Описание техники.

1. Диагностическая часть.

1.1 Начинаем с набора композиции. Лист располагается вертикально, посередине листа проводится вертикальная линия, которая обозначает позвоночный столб человека. Затем практикующим предлагается нарисовать семь окружностей разного произвольного диаметра, таким образом, чтобы линия позвоночного столба оказалась в центре окружностей. Каждая окружность символизирует чакру. В процессе рисования каждой окружности я прошу фокусировать внимание на ту область тела, где расположена та или иная чакра.



На этом этапе у рисующего проявляются различные телесные и эмоциональные ощущения, связанные с состоянием чакры и внутренних органов, за которые "отвечает" чакра.

По размеру, наличию или отсутствию деформаций окружностей, можно диагностировать состояние чакр.

1.2 Далее предлагается провести нейрографические линии фона через нарисованные окружности, что обозначает меридианы, проходящие в биополе и теле человека.

1.3 Вокруг всех окружностей также рисуем большой овал, обозначающий границы биополя человека.

2. Корректирующая часть

2.1 Рисующим даётся задание по сопряжению всех пересечений, возникших на рисунке. В процессе сопряжения и следующих этапов прошу замечать какие возникают телесные и эмоциональные отклики.

2.2 Далее переходим к нанесению цвета. Цвета наносятся сначала "базовые", относящиеся у той или иной чакре, в соответствии с классической трактовкой. (1-красный, 2-оранжевый, 3-желтый, 4-зеленый, 5-голубой, 6-синий, 7-фиолетовый). Затем прошу дать себе свободу творчества и смешивать цвета по ощущениям, как хочется

2.3 После этого продолжаем творить, дорисовываем окружности, если где-то видны новые формы.

2.4 В завершение работы проводим линии поля и фиксируем.

Учёные доказали, что пессимистичные мысли физически изменяют структуру мозга, что делает человека ещё более склонным к депрессии и тревоге. Получается замкнутый круг - чем дольше человек пребывает в плохом настроении, тем сложнее из него выкарабкаться, так как мозг уже "заточен" на уныние!

"Я лично знаю людей, изменивших свой мозг с помощью собственных мыслей, избавившись тем самым от, казалось бы, намертво въевшихся в сознание дурных привычек и травм» — говорит Норман Дойдж, доктор медицины, психиатр, психоаналитик и научный сотрудник Центра



психоаналитического обучения и исследований Колумбийского университета в Нью-Йорке и факультета психиатрии Университета Торонто, а также автор книг, в том числе «Мозг, который изменяет себя».

Всего несколько десятилетий назад ученые считали, что мозг неизменен и „запрограммирован“ и что большинство форм его повреждения неизлечимы. Доктор Дойдж, выдающийся психиатр и исследователь, был поражен тем, насколько трансформации, произошедшие с его пациентами, противоречат этим представлениям, поэтому он занялся изучением новой науки — нейропластичности. Ему помогло общение с учеными, стоящими у истоков неврологии, и пациентами, которым помогла нейрореабилитация.

Теория нейропластичности вызывает повышенный интерес, потому что она переворачивает представления о мозге. Она говорит о том, что мозг вовсе не представляет собой набор специализированных частей, каждая из которых имеет определенное место и функцию, а является динамичным органом, способным перепрограммировать и перестраивать себя в случае необходимости.

Человеческий мозг пластичен, как пластилин, точнее «нейропластичен». «Нейро», в данном случае означает «нейроны» — нервные клетки, из которых состоят наш мозг и нервная система. «Пластичность» подразумевает гибкость, способность изменяться.

Исследования ученых по всему миру показывают, что мозг изменяется с каждым совершаемым нами действием, преобразуя свои схемы так, чтобы они лучше соответствовали решаемой задаче. Если одни мозговые структуры дают сбой, в действие вступают другие. Представление о мозге как механизме, состоящем из жестко специализированных частей, не могло в полной мере объяснить те потрясающие изменения, которые наблюдали ученые.

За последние 20 лет нейробиология значительно продвинулась в части развития технологий сканирования мозга, и теперь можно с полной уверенностью сказать, что мозг способен на довольно значительную перестройку своих функций, возможностей, это действительно можно отследить благодаря новым технологиям.

«Революция, связанная с нейропластичностью мозга, среди всего прочего, не может не оказать влияния на наше понимание того, как любовь, секс, печаль, отношения с людьми, обучение, склонности, культура,



технологии и психотерапия меняют наш мозг», пишет Н.Дойдж в своей книге. Другими словами, можно сказать, что на структуру человеческого мозга, а значит и в целом на человека и качество его жизни влияют *впечатления*, которые он получает в результате проживания всего вышеперечисленного. Нейрографика как раз тот метод, который позволяет менять впечатления, а значит структуру мозга.

Дональд Эбб, основоположник нейропсихологии и теории нейропластичности, однажды произнес следующие слова: «Нейроны, срабатывающие вместе, соединяются вместе».

Доктор Майкл Мерзенич, по праву известный, как один из самых известных нейробиологов в мире, развил и дополнил работу Эбба, доказав связь между нашими мыслями («нейроны, срабатывающие вместе») и структурными изменениями в мозге («соединяются вместе»).

Мерзенич сотрудничал в многочисленных исследованиях, изучающих пластичность мозга. В феврале 2004 года Мерзенич дал TED-доклад под названием «Растущие доказательства пластичности мозга», в котором излагаются основные результаты его исследований. Мерзенич помог идентифицировать два отдельных периода пластичности мозга: критический период и период пластичности взрослых. Критический период младенцев - это когда мозг ребенка устанавливает нервные процессы для стимулов, которым он представлен. Период взрослой пластичности - это когда мозг очищает свои нейронные процессы, поскольку он управляет множеством задач.

Понимание того, как мозг может перепрофилировать себя, позволил Мерзеничу, Таллалу и другим коллегам разработать стратегии для исправления личности с любыми проблемами речи, языка и чтения. Благодаря исследованиям, связанным с опытом, с участием нечеловеческих приматов, нейрофизиологи, включая Мерзениха, продемонстрировали, что нейропластичность остается в зрелом возрасте.

Среди множества открытий, совершенных доктором Мерзеничем и его командой, пожалуй, самым важным является следующее: "Ваш опыт, черты характера, мысли, привычки, шаблоны и реакции на различные стимулы неразделимо связаны с внутренней структурой вашего мозга."

Доктор медицины, нейрофизиолог Алекс Корб изучает мозг на протяжении пятнадцати лет, в своей книге «Спираль вверх: использование



нейробиологии для обращения депрессии вспять, по одному шагу за раз», он пишет:

«Если вы страдаете от депрессии, это не значит, что с вашим мозгом что-то совсем не так. Это означает всего лишь то, что некоторые цепочки нейронов в нем «настроены» таким образом, что их совместная работа делает более вероятным появление депрессивных мыслей и подавленного настроения. Это имеет прямое отношение к тому, как мозг справляется со стрессом, планированием, принятием решений, и многим другим, представляя собой динамическое взаимодействие всех этих цепочек. И как только в вашем мозгу начнет формироваться «шаблон» депрессии, вы окажетесь на спиральном спуске, ведущем только в одну сторону — вниз».

Таким образом, опираясь на эти открытия, можно сделать вывод, что нейрографика позволяет изменить черты характера человека, привычки и реакции, шаблоны поведения и мышления, что в свою очередь может позволить добиваться целей и изменений качества жизни, которые ранее были невозможными.

[Ссылка на дипломную работу Замалаевой Лоры в авторском стиле](#)

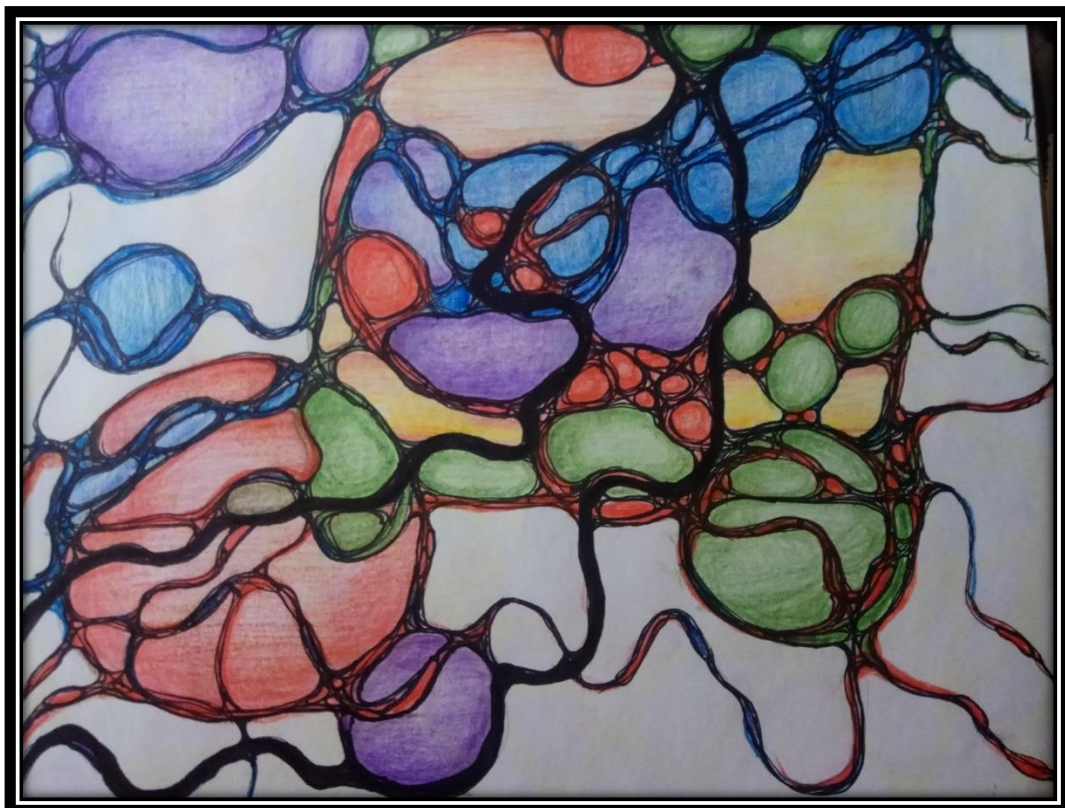


Работы Замалаевой Лоры

Тема: расширение клиентской базы.



Тема: отношения с коллегами по проекту





Автор:
Заостровцева Наталья
Супервизор:
Демиург Ольга

Тема:
Уникальная я или как обрести счастье, после психологической травмы.

Диплом пишу первый раз в жизни, как то не сложилось у меня с высшим образованием, и т. к. все время про него спрашивали...решила в этом году поступить в институт Культуры в Краснодаре, год подготовки, сделала десяток изделий народных промыслов, рисовала большой кейс на эту тему, и даже на интенсиве ...хотела тему диплома написать, как получить высшее образование в 50 лет, ан не вышло, Москва дала в этом году всего 4 места! вместо обещанных 10. Так что, нейрографика не всеильна, есть и повыше инстанции.) Еще рисовала кейс «свое дело», т.к. с этим вопросом у меня тоже пробуксовка по жизни. Хочется делать от души, творить, а все больше бизнесы на выгоде, может, я что-то не понимаю ... Уже пачка рисунков на полке лежит.. И подумала, что самое большее, что я могу сделать - это стать собой. А ведь и вправду, кто я?

Столько ролей переиграно, специальностей перепробовано, а надавили, вытеснили из привычного пространства и все... капец. (извиняюсь другого слова не нашла) психологическая травма. Это не сразу понимаешь, просто меняется привычный ритм общения, люди пропадают из твоей жизни, уходят....и ты не можешь адаптироваться в социуме, потому как поспешно переехала в другую местность, читай в другую страну, а тут меня просто никто не знает, А узнать -то нет возможности.... И вот, в этот самый момент, я СЛУЧАЙНО, знакомлюсь с Нейрографикой. В Абхазии, на семинаре, рисовала странные картинки и руководитель, увидев, посоветовала написать ее знакомой, рисующей подобное. Списались, а у нее не нашлось времени. Я сама стала искать их стиль - интуитивного рисования, Посмотрев пару роликов, поняла, что-то тут не так, нет реакции тела, чего-то не хватает... стала искать дальше, и тут я, случайно, наткнулась на нейрографику в ютубе. Павел Пискарев просто зажигал аудиторию!) Рисовала с ними, и что-то ёкнуло и почувствовала - работает! Дальше, уже забравшись на сайт, нашла много интересного, в том числе предложение учиться на Инструктора.



Творчество и профессионалы - вот, что мне поможет разобраться в себе и ситуациях, подумала я тогда.

В октябре 2017, как революция, без шума и выстрелов. я пошла на вебинар Пользователь. Вела его Наталья Зорина, очень доходчиво, терпеливо объясняла, вводя в курс, были приступы страха и Наталья профессионально помогла, за что ей огромная моя благодарность! Далее, я каждый день три месяца, рисовала АСО, стопка рисунков, километры нейролиний, часы скруглений. Переломным моментом стал семинар Многозадачность и возможность планировать и соединять несоединимое, а не только работать с прошлым. Задач у меня всегда было много: от изготовления предметов интерьера, рукоделия и до спасения мира...Что там задач, еще и идей невыполнимых куча. И от этой искорки, пробежавшей на вебинаре, медленно, но верно пошло преобразование, становление новой меня. С принятием всех плюсов и минусов. Узнавая свои тени и прорабатывая их. (курс НГ теней Н.Зориной и Аллы Зубаковой), рисуя энергии с Ириной Зеленской, и др.мастерами, участвуя в тройках коуч сессий. и конечно же еженедельные встречи с Мастером! Все это дало свои результаты. А интенсив открыл осознание моей уникальности. Благодаря пирамиде развития и Светлане Сафоновой. это было чем-то особенным, внутри и начинающим проявляться только сейчас. Так в чем моя уникальность?... первый раз она прилетела птицей с Конференции НГ. Увидела Ольгу Демиург и с первых слов, с первых линий, почувствовала, как искра озарения, в линиях увидела Птицу, она проявилась на листе, она же прилетела ко мне в медитации Мастера Павла Пискарева на интенсиве, птицы стали прилетать в мои работы.. но не хватало чего-то главного, и тут, новая встреча с Ольгой Демиург - открытый урок Страсть! Сердце сияло и смеялось, это было таким родным и забытым. Это так просто, это то, что всегда меня несло вперед то, что я забыла со своими проблемами... стараясь быть хорошей для всех, спасая мир, животных и людей, совсем забыла о себе. а мир мне этого не простил и показал очень доходчиво и больно. Не сразу приходит осознание, ведь сколько лет жила со старыми привычками! Вот, столько же, примерно, часов рисования НГ нужно, чтобы все исправить ...

Так вот, рисовала я Краснодарский институт не зря, Намного позднее, стало приходить понимание, что это не моя мечта. К сожалению, я не могу сказать на каком конкретно алгоритме это пришло, некоторые осознания приходят позднее, чем рисуешь, а рисовала я много..

Уже по дороге домой с интенсива провела свою первую коуч



сессию, познакомившись в поезде, с мальчиком 10 лет, Он увидел в моих рисунках космос. И поделился тем, что сам о Вселенной знает, и так, за разговором, мы стали рисовать линии, море, разные волны, ребенку нравилось и он с увлечением говорил, что чувствует, и вдруг, .. рраз ...и на листе появился выброс, "Торнадо", - сказал, Егор. я показала, как скруглять и мальчик быстро понял правила игры, он играл, все время играл! Вот такой первый холодный коучи .

Как я уже сказала, с высшим образованием мне не повезло, потому рассказываю как могу, без педагогических и психологических умных слов. Кстати, благодаря нейрографике - я смогла учиться на курсе нейрографики !) Прорисовав алгоритм снятия ограничений до Инструкторского курса. Мне захотелось стать художником, такая вот детская мечта.. А в процессе обучения стала понимать психологию коуча. Профессионалом стать - это время и образование.

После интенсива многие дела сдвинулись с места, некоторые-завершились, все время мучил вопрос с дипломом и проведением мк по Нейрографике. О чем писать и как.. спасибо Ольге Демиург за поддержку и подсказки оставаться собой..

И вот получилось, первый открытый мк - люди пришли ко мне, и прямо во дворе поставили большой стол. Группа разновозрастная, Немного о нейрографике рассказала, понимаю, не тронуло..тут люди практичные-больше о деньгах думают.. Тогда, давайте рисовать счастье! И мы стали рисовать самое простое круглое счастье, сельские жители с удивлением крутили круги и переспрашивали и это все? ... Им нужно было что то фееричное, но после работы с профессионалами, я знала, что нужно оставаться собой и продолжать рисовать.. Проходит еще 5 минут и люди начинают улыбаться, спрашивать, а желания загадывать можно?)) ... На лицах еще видны следы удивления, но уже радость наполняет сердца. Через несколько дней я получила отзыв, что сны изменились, к лучшему. И отношение ко мне, тоже стало меняться.



Второй мк получился необычным. На природе, мы соединили голос и рисунок. Услышать свой голос так же не просто, как и сделать свою первую нейролинию. Для полного экспромта я взяла с собой акварельные краски и сама также, в первый раз, рисовала нейролинии кистью. В начале это был хаос, впрочем как и в



голосе.. постепенно, пропевая упражнения, пошел звук.. я опять предложила - запечатлеть в линии ощущения. Работала по алгоритму выявления намерения. Холодные клиенты- никто из группы, не слышал о нейрографике ничего, и уж, конечно, не рисовал. Многие и меня-то видели в первый раз. С каждой новой линией все больше и больше люди начинали втягиваться в рисунок, линия вела... и в какой-то момент, лист развернулся с горизонтального в вертикальный и все увидели Древо. Добавили черного - древо показалось во всей красе. Это было чудо, чудо создания, как и чудо голоса, рождавшегося ниоткуда, изнутри тела, из души, из чего-то большего, чем просто я... Вышли из леса, а на небе - нескругленные линии!!!)) Вот такой знак -крест, как Точка отсчета. Договорились, еще провести такое занятие , объединившись с мастером звука. Кстати, из этой спонтанной идеи может вырасти целый семинар!

Но до этого надо прорисовать организатора, который нам поможет и каждый сделает свое дело!

Я пока не понимаю, как прорисовать, чтоб пришли, появились хорошие организаторы! Ведь я их рисовала, и эта встреча- тому подтверждение. Похоже, время не пришло еще.

Тем временем, потихоньку, приходит понимание, что кто-то сразу стал известным спикером в нейрографике, как мастер, а кто-то, как я, - позднее, нам надо больше осознаний, уверенности и практики. Я, прямо сейчас, не готова бежать и рекламировать курс. Это будет похоже на сетевой маркетинг..который, кстати, еще надо прорисовывать..много было там негативного опыта.

Очередной вебинар, и Павел Михайлович рассказывает Икигай и как по разному люди поступают, кто-то сразу рвется в бой, другие постепенно наращивают обороты. Ответ от Мастера пришел быстрее осознаний.

Не скоро сказка сказывается, диплом постепенно прорисовывается, а к чему придем, чем сказка закончится - то мне пока неизвестно.

И вот новая веха. Включилась в процесс по оформлению членства ТСПХ. Только услышав предложение от Мастера - как током дернуло, Вот!! Это надо мне делать!! Страшно, страшно интересно, а смогу ли я? Столько людей отказались взяться за это дело. Первое, что делаю - рисую АСО. Тема ответственность. выброс. скругление, состояние напряженное, распрямление линий, чуть легче- вздохнула. добавила цвет, все равно напряженно. Пошла в город, пообщалась с руководителями копи-центров. Договорилась о



хорошей скидке на 50 человек. Пришла и добавила Радость в картину. прорисовав счастье, Солнышко заиграло лучами, вошли яркие цвета и написав Анне Большаковой, дело пошло. Иногда, нужно время, чтобы рисунок "заработал". Я теперь это точно понимаю и спокойно дожидаясь.



Но таких моментов становится меньше - заменяется прогулкой, другим делом . Заметила, что после рисования, нет мыслей, той мешалки, что вечно жуется в голове. Я так долго искала это состояние и вдруг его нашла через нейрографику. Вот такой побочный эффект!))

Еще из эффектов - начали заканчиваться дела, застопорившиеся, требовавшие продолжения, но не было чего-то, для заключительного действия. Началось это - после вебинара о счастье. Прорисовать счастье, прорисовать недопережитое счастье, оказалось, что такое существует, в нашем быстро меняющемся мире, мы не успеваем... насладиться счастьем!!! Спасибо Мастеру, это простое и великое открытие изменило мое состояние. С пассивного - никому не нужна, и все бессмысленно, на движение и новые подвиги. Стали приходить интересные люди в мою жизнь, одновременно предложили несколько заказов. Ощущение, что сердце вновь начало дышать, после всех потерь и несчастий. Тем более, вступая в ряды ТСПХ, я хочу стать настоящим художником!!). После написания диплома и окончания курса именно этим и займусь, предварительно прорисовав.

А пока я занимаюсь гипсом, или объёмными фигурами. Казалось, целая вечность прошла, с того момента, когда я маленькая, создавала объёмные игрушки, каких никто не делал и, до сих пор, не встретила. Ребенка не поддержали педагогические взрослые, к слову, я потомственный педагог.

Так вот переехав на юг, начала развивать это искусство, делая свои, неповторимые работы и предлагая их на городских праздниках детям в качестве мастер-класса по объёмному рисованию. Как продвинуться к большой аудитории, я не понимала. И вот, почти год, рисуя «свое дело», теперь то я могу сказать, что это «объёмный рисунок» или формы для творчества, оно начало находить своих единомышленников. Появились детские клубы, с которыми можно сотрудничать. В чем была причина неподвижения идеи?.. наверно в нейронных связях.. На юге нужно иметь



хорошие нейронные связи!) И это один аспект, второй- идеи, идеи как сделать НГрисунок объёмным ... эта идея возникла, глядя, с каким вниманием, удивлением и радостью дети раскрашивали мои фигурки. И уже на фестивале, я поняла, что сделаю объёмные пластинки, для маленьких, они, повторяя мои линии — научатся рисовать свои. Тем более видя их в объёме. Но картинка не складывалась, я искала ответ и рисунок для детей... и тут пришла информация, казалось бы не связанная с этим. Оказывается человеческое подсознание считывает все. Не только то, что мы видим глазами, а и то, что изначально было на листе!! Информация была о телевидении и втором слое, невидимом. Но озарение про рисунок пришло сразу!!! Нельзя для детей делать выброс, нужна хорошая медитация, настройка и потом — рисунок, идущий к детям и тогда они, не только повторят линии, а и сами нарисуют их впоследствии. Если успею сделать макет, покажу на выпускном или уже позднее, по проверке (испытании) на детях. Самое для меня сложное пока— это организовать группу людей, хоть для мастер-класса по нейрографике, хоть для рисования объёмных фигур. Учусь пользоваться другими организаторами клубов и праздников. Еще создаю оригинальные магниты (на холодильник) из гипса , и мечтаю, что в Нейромаркете появятся и мои изделия.

Еще хотелось добавить о своем маленьком открытии. С какого возраста вы думаете, дети могут рисовать нейролинии? За несколько небольших 10-15мин занятий с Дарьей (а я скругляла ее отдельные завитушки и крякорямбы) — она неожиданно стала вести нейролинию, самую настоящую. И в поведении ребенок изменился, стал спокойнее. А Дарье 2,8 лет. Абсолютно холодный клиент.

Стоит ли дальше утомлять учебную часть института Психологии и Творчества, читать мои откровения? Я много, что не сделала в жизни, и даже не поступила в институт Культуры, да и в Педагогический тоже, и пока еще, не сделала "Свое дело", не реализовала кучу идей, рождающихся в моей голове, уделяя внимание своему развитию и пониманию себя, я нашла Нейрографику, большое сообщество интересных людей. И жизнь начала меняться к лучшему!! Все оказалось нужным, переживания, опыт отказа и принятие нового, новой себя. Это удивительно в 50 лет наконец-то прийти к пониманию своей уникальности..... 21 декабря, мне исполнится полвека, Диплом Института Психологии и Творчества - это мой подарок Себе.

Себе настоящей, живой, творческой, уникальной, созидающей и счастливой.

Б Л А Г О Д А Р Н О С Т И .



Выражаю свою благодарность родителям и роду, Всем учителям и Мастерам, всем, кто не верил в меня и толкал измениться, всем, кто поддержал словом и делом. а так же лично Павла Михайловича Пискарева – за помощь в раскрытии себя, через рисунок, за нейролинию, неповторяющую себя и ведущую не туда, куда задумала рука .. (а туда, куда ведет сердце.)

Ольгу Демиург - за состояние страсти, полета, за доверие и огромную поддержку,

Наталью Зорину - за курс Пользователь и снятие состояний страха.

Аллу Зубакову - за мандалу, за ее улыбку и талант,

Ирину Зеленскую - за ее открытые уроки, открытый взгляд и помощь в трудных ситуациях.

Светлану Сафонову - пирамида развития в ее устах ожила для меня и выросла в осознание себя уникальной.

Елену Вайспапир- за поддержку и скайп встречи, это неповторимый опыт.

Елену Ревницеву, Нурию.... и много-много других удивительных инструкторов нашего курса и предыдущих. Похоже, люди подбираются вместе свыше, а не просто так.

[Ссылка на дипломную работу Заостровцевой Натальи в авторском стиле](#)



Работы Заостровцевой Наталии

Тема: Семейное дело



Тема: Моя жизнь





Автор:
Захарова Анна
Супервизор:
Зорина Наталья

Тема:
Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

Это был самый обычный день моей жизни. Последние несколько лет, я жила в очень интересном состоянии – состоянии принятия всего того, что происходит со мной в моей жизни. Меня совершенно перестало удовлетворять то, чем я занималась в профессиональном плане, со всех сторон и с материальной и моральной. Перестали удовлетворять отношения в семье, с детьми, с сестрой. Шёл жёсткий внутренний поиск себя. Кто я? Зачем я? Чего хочу? И конечно же что делать? И мне сильно надоело страдать по всем этим вопросам и, прочитав книги Экхарта Толле, я впала в состояние полного тотального принятия и наблюдения за собой как-бы со стороны. Было состояние, что ничего не надо делать в этой жизни, что все и так хорошо, что нужно просто наблюдать и принимать все таким какое оно есть. Периодически, отслеживая внутренний диалог, замечала, что какая-то часть меня не согласна с позицией полного тотального «ничего не делания», ведь тогда в самую пору сесть в самолёт, улететь в Индию и засесть там под деревом в полном покое и принятии, а я пока не была готова к такому повороту событий. Дочь-подросток, прекрасный муж, не молодеющие родители, совместный бизнес с сестрой, не давали мне морального права бросить все и сбежать. И в тот день, пролистывая ленты соцсетей, я увидела интересное слово НЕЙРОГРАФИКА – курс «Пользователь» . Чем-то зацепило меня само это слово. На уровне чувств, ощущений, интуиции что ли, мне сразу захотелось познакомиться с этим методом. Я написала организаторам и спросила стоимость. Мне ответили 12 000 рублей за два дня. Эта цена не соединилась в моей голове с тем, о чем писали организаторы, и я решила, что пошла бы, если бы стоимость была в два раза меньше. Через неделю мне написали, что организаторы понизили цену ровно в два раза! Что меня несказанно обрадовало! И вот 31 марта 2018 я пришла на курс «Пользователь нейрографики» в г. Челябинске к прекрасной, очень женственной и глубокой Алевтине Левиной. Как только нам объяснили, что такое нейрографика и рассказали про нейролинию, и я начала её вести, я испытала очень интересные ощущения в голове. Описала я их как «я



ощущаю, что мозг шевелится». И действительно, было ощущение, что я чувствую свой мозг, как мышцу, как отдельный орган и это была не боль или какие-то неприятные ощущения, это было ощущение «шевеления мозгами». По всему телу пошла энергия! Меня как-будто вывели из анабиоза. Я просто



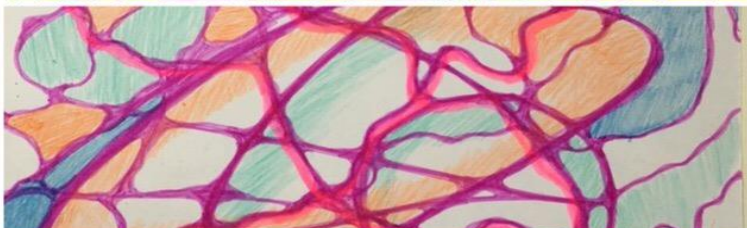
ожила уже от того, что повела нейролинию. Когда я нарисовала первую в своей жизни нейрографическую работу (рис.1)

я испытала восторг от того, что можно рисовать своё состояние или отношения к чему-либо и что получается красивая картина, даже у тех кто никогда в своей жизни не рисовал. Тогда я первый раз сказала себе –«Я художник. Художник своей собственной жизни». По итогам первого рисунка вышла на тему второго рисунка и стала рисовать свою уверенность. И после ночного сна, я встала совершенно другим человеком. Ко мне вернулись желания и жажда жизни! Дальше – больше. После рисования алгоритма выявления намерений, я поняла, что ждала этот метод, чтобы освоить и делиться им с другими людьми. Я решила идти учиться на инструктора нейрографики прямо в этом году в этот курс, который уже шёл месяц, хотя ещё не знала где взять столько денег, и что меня ждёт впереди. Но в моём внутреннем мире все сложилось одновременно, как пазл. Мне понравилось всё в методе: и то что это телесная практика (мелкое движение руки), и то что это потоковая практика (своеобразная медитация), и то что практика нейрографического рисования даёт мгновенные перемены в сознании (моя уверенность появилась за одну ночь), и то что практика даёт много энергии и желание действовать, и наконец – это просто безумно красиво и естественно как все природное! Вот такие открытия всего за два выходных дня. В



понедельник я думала «откуда взять столько денег?» и в медитации мне пришёл ответ. Деньги, можно сказать были у меня под самым носом. Во вторник я оплатила курс и вечером уже училась вместе со всеми на инструкторском курсе. Так началось моё путешествие в профессию Инструктор нейрографики.

Успев впрыгнуть в уже разогнавшийся поезд, я стала активно догонять курс. И на первом же Вебинаре, как-будто специально для меня модель «Качество жизни». Выбрала тему качество жизни Инструктора нейрографики. Какой-то части меня сразу не понравились Страты «Влияние» и «Узнаваемость», было сильное сопротивление этим двум понятиям, много внутреннего диалога, что нужно быть скромнее и вообще это очень хлопотно добиваться известности и влияния. Ещё всплыл вопрос, что я недостаточно хороша, для того чтобы влиять на людей и быть узнаваемой. Нарисовала сразу кейсом АСО на темы: моя публичность; моя узнаваемость; моё влияние; я не достаточно хороша. Пошло изменение внутри к самим этим понятиям. Появилось осознание, что влияние – это не столько власть, сколько умение спокойно грамотно убеждать и аргументировать свою точку зрения, и что это очень важный навык, который необходим везде: в семье в разговорах с мужем, детьми, сёстрами, братьями и родителями; на работе с коллегами тоже очень важно убедить в чем-то своих коллег; в предпринимательской деятельности крайне важно иметь влияние, чтобы повести за собой и создать команду единомышленников. По узнаваемости или публичности, мне тоже удалось осознать, что если не будешь о себе рассказывать, то люди о тебе не узнают и не придут к тебе на консультации и коучинг, что это очень важная штука в моей новой профессии. Просто

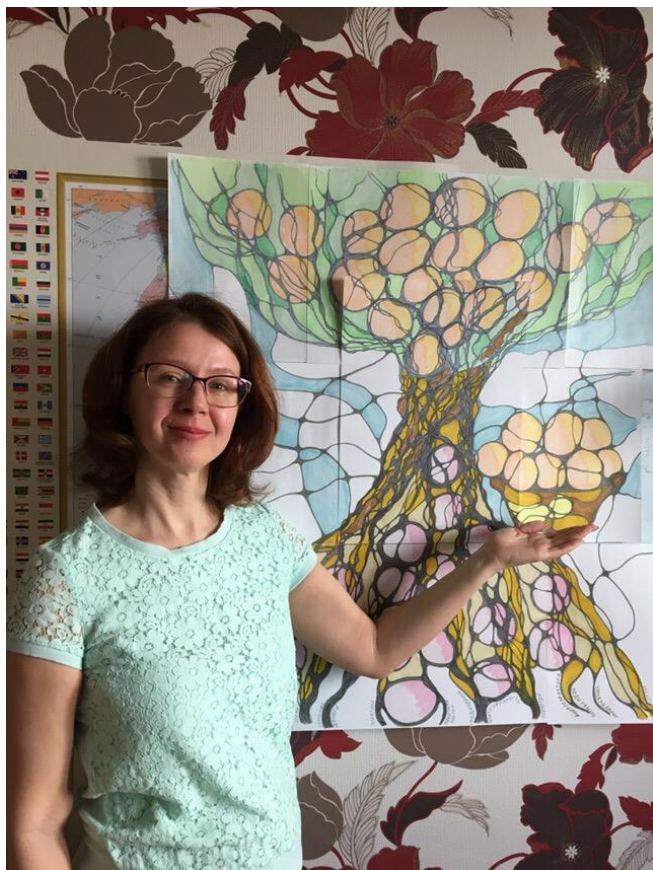


нужно найти свой, экологичный для себя, путь роста в этих компетенциях. Буквально в эти же дни, я начала проводить индивидуальные консультации по нейрографике и научила двух подруг рисовать АСО на темы их беспокоящие. У всех была очень хорошая реакция на рисование и свои инсайты. Метод очень понравился. Я сняла свою неуверенность и пошла проводить платные консультации с подругами!



Для меня это огромный прорыв в том самом влиянии и узнаваемости, заявить о себе – что я инструктор нейрографики и могу проводить обучение. (рис. 2).

Поистине вдохновение и восторг, я испытала, когда начала рисовать нейродрево на тему своего профессионального роста как инструктора нейрографики. Начала рисовать на формате А3, думала большой формат, но потом поняла, что получился один ствол и стала добавлять листов. Добавили два А3 и 6 листов А4. Получилось огромное дерево моего роста. Я



прямо ощущала как моё сознание расширяется и границы созданные мною раздвигаются. Пришло ощущение, что я много могу и умею, что мир огромен и разноцветен и в нем бесконечное количество возможностей, вариантов и ресурсов. (рис.3)

Далее изучение правил композиции и моделирования. Продолжаю рисовать со своими знакомыми. Нарбатываю язык и уверенность в себе. Никогда ранее, я не думала, что буду кого-то чему-то учить. Всегда боялась выступать на публику. Всю жизнь работала с цифрами. Цифры никогда не врут, с ними надёжно и спокойно. И вот

теперь мне нужно изобрести себя абсолютно новую, переступить страх публичных выступлений и начать вести семинары и вебинары для людей. В методе я совершенно уверена, а вот в себе... Много рисунков на тему уверенности. И вот мне пришла идея сделать офлайн семинар на тему «Древо Изобилия». Я написала в соцсетях хозяйке прекрасного пространства «Дакиниплейс» у нас в городе, в котором я училась на первом своём курсе «Пользователь» и мы договорились. И 26 мая 2018 года прошёл мой первый мастер-класс как инструктора нейрографики. Шесть человек нарисовали свои нейродеревья изобилия и прикоснулись к волшебству нейрографики. Я стояла там перед людьми и сильно волновалась, и конечно речь была немного сбивчивая, но все же я это сделала и это было самое главное переступить через черту этого страха и неуверенности и поверить в то что возможно, а главное сделать этот первый шаг, потому что именно сделав этот шаг, приобретаешь уверенность не на листе бумаги, а в



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

реальной жизни. И это такой Кайф и Драйв, что смогла, что шагнула, что решилась! Очень приятные ощущения от первого Мастер-класса: довольные лица рисующих, красивые картины, у некоторых открытия и инсайты. (рис.4)



Мне нравится такая деятельность! Я вдохновлена и удовлетворена полностью. Продолжаю постигать азы философии нейрографики с огромным удовольствием!

Сидеть на месте и просто слушать вебинары уже не хочется. Есть желание действовать и проводить семинары и мастер-классы по нейрографике. Пока вопрос с продвижением и рекламой в интернете, но есть хорошие идеи для практики. И вот в начале июня собираю свой коллектив центра «Открытие» для того, чтобы порисовать совместно планы на будущее. Нас 6 человек и мы, сначала каждый для себя рисует АСО, а потом, с большим удовольствием, мы погружаемся в совместное творчество. Три часа коллективного командного рисования. Получилась большая красивая работа. Каждый испытал массу ощущений и осознаний для себя, но все ушли в приподнятом настроении или, даже можно сказать, в состоянии Драйва, оценив эффект от коллективного творчества. Как же нейрографика заряжает энергией! (рис.5)



Параллельно со всей учебной и рабочей деятельностью, взяла молодую девушку на 5 коуч-сессий. Познакомились в одном из женских чатов в интернете. Ищущая девушка, не понимала что происходит с ней и куда ей двигаться. Была без работы и практически без денег. Ушла из дома от бабушки – единственного родного человека (мама покончила жизнь самоубийством, когда

она была маленькая). Жила с парнем в съёмной квартире. Я предложила ей 5 сессий как коуч-нейрограф. Был заключён контракт на условиях – я провожу сессии, а она пишет мне отзывы о сессиях. Запрос на первую сессию был про ссору с бабушкой. С ней коучи не общалась несколько месяцев, т. к. бросила институт, который оплачивала бабушка. Как следствие, чувство вины и обиды на себя и на неё, ощущение что её не понимают. Перешли к рисованию нейрографики. Объяснила технику выброса. Показала что такое нейролиния. Она сделала выброс и ощутила давление в груди. Потом округления. Стало легче. Я спрашивала, что её беспокоит в отношениях с бабушкой. Она сказала, что обижается на бабушку за смерть мамы (мама покончила с собой) и не рассказывает о причинах её (мамы) самоубийства. Но вообще-то любит бабушку и сильно скучает по единственному родному человеку в её жизни. Правда боится, что если она первая позвонит, то бабушка будет на неё сердиться, отчитывать и упрекать. Я попросила вести линии и думать о своих чувствах к бабушке. Как она её любит и скучает по ней. Были слёзы и много волнения. В результате, в процессе сессии, коучи написала бабушке смс, со словами как её любит и скучает по ней. И немного позже, ближе к вечеру, она мне написала, что бабушка ответила ей на смс, что тоже её любит и скучает.

В спектре запросов на решение был запрос найти работу. Спросила, какой работой хочет заниматься? Чёткого понимания о том чем хочет



заниматься нет. В ходе разговора про работу вышли на то, что есть страх, ещё со школы, что коллеги по работе её подставляют и недолюбливают, что есть недооценённость и неуверенность в себе. Предложила прорисовать уверенность. С алгоритмом клиента была уже знакома. Ей вообще очень понравилось рисовать нейрографику.

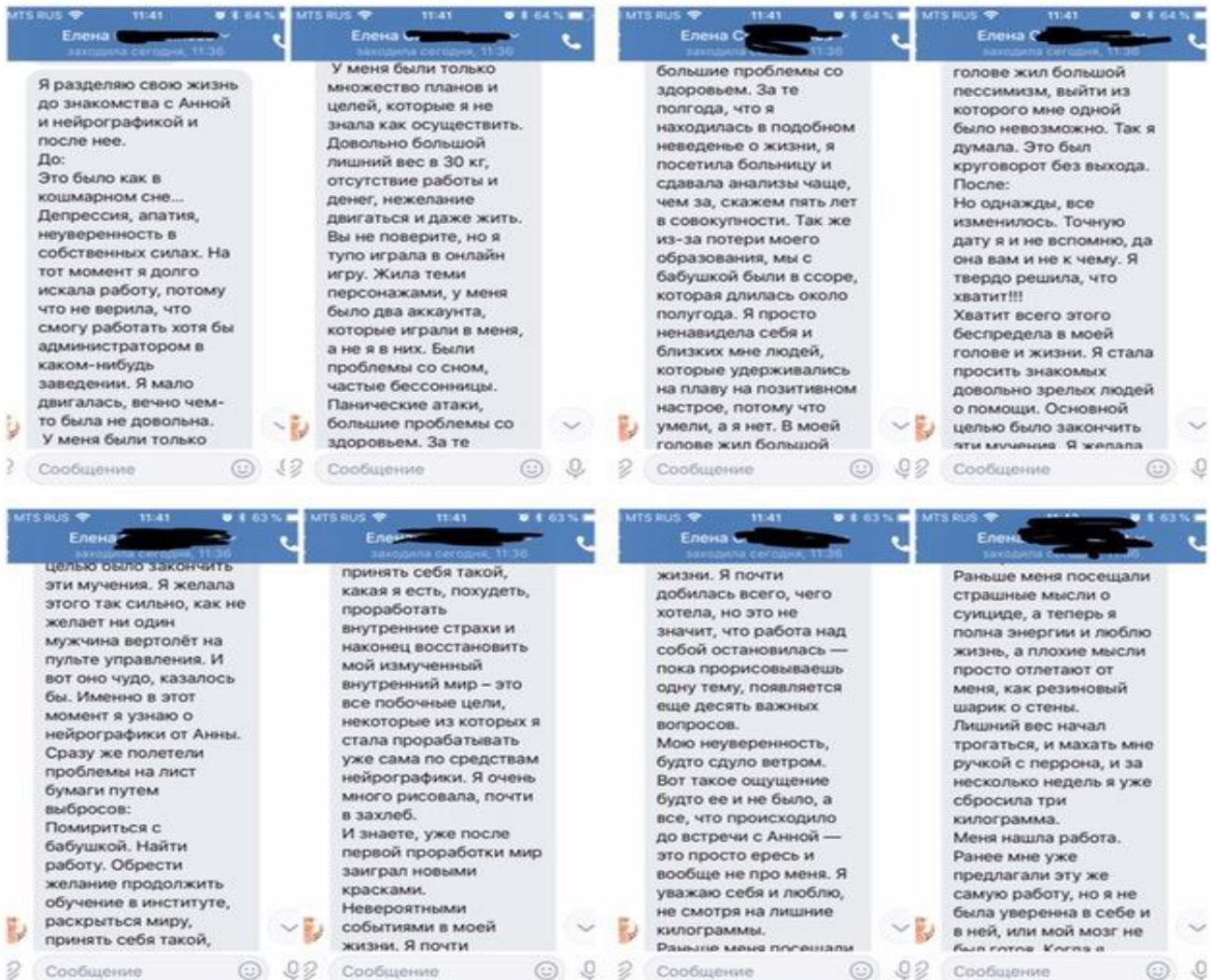
Ощущения испытывала самые разнообразные в процессе работы. И головную боль, тошноту, и несколько раз вставала, выходила из кабинета покурить. Доделывала рисунок уже дома. Я предложила ещё одну сессию посвятить работе. Продолжаем работать над темой поиска работы. В технике голубой океан. Попросила нарисовать всё то, что мешает ей получить новую интересную работу. Описала, нарисовала кругами с выбросами. Коучи испытывает лёгкое волнение и тяжесть в воротниковой зоне. После округлений стало легче. Я попросила обойти теперь все проблемные вопросы и создать себя новыми линиями не трогая те зоны, которые мешают в решении вопроса. Коучи испытала восторг от техники и такого решения вопроса! Что есть много возможностей – целый океан свободы и не надо бороться с недостатками, а можно просто усилить достоинства. В результате проработок коучи нашла себе работу, спустя месяц после сессий.

При работе с выбросом на уверенность всплыло желание привести своё тело в порядок. И я предложила коуч-сессию по технике СТРАТ. Первое – это вес, какой он сейчас и как он изменяется по месяцам за год. Второе – это здоровье физическое. Третье – это здоровье психологическое. Четвёртое – питание. Пятое – счастье. Коучи с удовольствием представляла и рисовала желаемые объёмы смыслов. Ощущала лёгкое покалывание рук и ног. Потом радость от того, когда всё начало заполняться счастьем. В результате, спустя три месяца, есть ощутимое уменьшение в весе более 6 кг.

На последней 5-ой сессии мы рисовали образование, т. к. у коучи был не решён вопрос с образованием. По итогам сессии пришло осознание, что нужно учиться, а именно восстановиться в институте и его закончить. Сейчас коучи восстановилась в институте и продолжает обучение в ВУЗе. (рис. 6,7).



Когда я сейчас всё это пишу и понимаю каких результатов достиг человек за пять сессий, кроме восторга и удивления, я испытываю удовлетворение и благодарность за проделанную работу. Благодарность коучи за желание и волю идти и создавать перемены в своей жизни.



Благодарность Павлу Пискареву, за гениальное изобретение, помогающее людям понять и поверить в себя. Благодарность себе, за решительность и способность быть рядом с человеком и вести его сквозь его собственные



страхи и ограничения.

И опять про обучение на курсе. Очень интересное впечатление произвела на меня техника нейроскетчинг. Я вообще никогда не рисовала и уж тем более не считала себя художником. Но вот когда мы рисовали в технике скетчинг, поняла, что могу рисовать. Более того техника избавляет от перфекционизма и обучает быстрому решению вопросов и быстрому принятию решений. (рис.8)



Ещё до летнего интенсива по нейрографике, я успела поучиться на бесплатном курсе по продвижению себя и своей страницы в соцсетях. Училась писать посты с определёнными смыслами и в определённой последовательности, чтобы привлекать больше людей в свою группу. Поняла и осознала, что в этой области нужно иметь общее представление о продвижении, но без помощника и специалиста в этой области мне не



обойтись. Считаю это действие тоже достижением своего расширения с помощью нейрографических методов.

Так же параллельно со всеми этими событиями, я не переставала работать с темой «Отношения с дочерью подростком» создавая много разных рисунков на эту тему. Мы с ней очень разные и я её плохо понимаю. Много требую, потому что считаю что она может больше, чем делает. Часто срываюсь на крик и нотации и сильно переживаю из-за её плохих оценок. Хотя умом понимаю, что нужно спокойно разговаривать, но завожусь на что-то неприятное очень быстро. Так вот мои достижения в отношениях с дочерью такие: у меня все чаще получается, не срываться на крик, а уходить в конструктивный разговор; я гораздо спокойнее стала относиться к плохим оценкам и для меня это перестало быть трагедией, сейчас я вижу выход из этих ситуаций и могу спокойно оценивать ситуацию и предлагать выходы из неё; раньше я боялась увидеть плохие оценки дочери и поэтому предпочитала вообще не смотреть их, сейчас я смотрю на них с полной ответственностью и помогаю дочери решать вопрос. Такое ощущение, что мой «родитель» наконец-то стал «взрослым» и перестал перекладывать ответственность с себя. Пришло понимание, что школа – это не вся жизнь подростка, а только какая-то её часть. А сама жизнь намного больше оценок и школы. Моя дочь очень творческая натура, многому учится в интернете: например, в свои 15 лет умеет делать наращивание ногтей себе и подругам; красит волосы в разные цвета себе и подругам; знает всю косметику, которая только существует на рынке. По натуре она очень отзывчивый, добрый человек, любит помогать подругам решать их проблемы. Я стала с большим уважением и пониманием относиться к её проблемам. Конечно мне очень не нравится, когда она меня обманывает и я сильно переживаю из-за этого, но я постоянно говорю ей о своих чувствах и главное у нас есть контакт. Процесс выстраивания отношений идёт в конструктивном русле. Она начала рисовать нейрографику. Меня это сильно радует. Теперь у нас есть общее занятие, которое нас объединяет. (рис. 9)



Конечно же самое яркое и насыщенное событие этого лета – это Интенсив по нейрографике в Зеленогорске. Ехала я с определённым волнением. Как я выдержу бессонные ночи? Как целыми днями



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

буду рисовать? Как смогу выстроить отношения с таким большим количеством людей? И самое интересное, что с нейрографикой все происходило очень мягко и экологично. Я вставала каждое утро в 6-00, шла купаться на залив, а потом в 7-00 Цигун с Павлом. А потом целый день изумительных лекций и практик по нейрографике и коучингу. И даже та ночь в которую мы спали всего 2 часа (поездка в Питер на экскурсию), не повлияла на состояние. А состояние было волшебное – потоковое. Много энергии, на всё хватало. И на учёбу, и на мастер-классы, и на общение с природой и замечательными людьми. Это были восемь дней, наполненные радостью, драйвом, большой безусловной любовью и принятием. При этом всё было в действии, в потоке творчества, красоты и эстетики. Столько разных людей, объединённых одной идеей – сделать Мир рисующим. (рис.10)



После возвращения домой, деятельность развернулась с новым



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

размахом. Я провела открытую встречу-презентацию Нейрографики с МК «Отношения мужчины и женщины» 26 июля 2018. На эту встречу пришло 20 человек. Я сама не ожидала, что будет столько интересующихся. Сначала волновалась, но потом собралась и очень хорошо все получилось. Мне очень понравилось вести МК на такое количество людей. (рис.11).



А после я очень сильно заболела и пришлось переносить мероприятия на неделю. Был сильный бронхит с высокой температурой и сильным кашлем. Много рисовала на выздоровление. Я связываю эту болезнь с огромной трансформацией, которая во мне произошла, и телу было просто необходимо очистить мою грудную клетку от накопившихся страхов, сомнений и неуверенности в себе. Рисую с апреля месяца, я все время испытывала дискомфорт и даже боль в грудной клетке, не понимала с чем это связано. А вот теперь ещё и заболела, именно в этом месте. Очень большое очищение произошло. И главное после болезни, мне стало гораздо



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографией.

легче говорить на публику. Речь стала более связной и текучей. (рис. 12)



16 августа

2018 я провела ещё одну открытую встречу-презентацию с МК «В какие игры играют с нами деньги?» и на ней было 10 человек. (рис. 13).



И сразу следом 18 августа 2018 мастер-класс «Денежное Нейродрево». И это



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

был уже платный МК и пришло 10 человек. Мы здорово поработали над своими убеждениями по поводу денег и нарисовали новые убеждения по отношению к деньгам и их рост. На МК присутствовали двое мужчин. Один из них сказал, что во время рисования произошло успокоение на счёт денежной темы, т.к. до этого его очень беспокоил денежный вопрос и вызывал дискомфорт в теле и душе.(рис.14).



Ещё одну открытую встречу по нейрографике меня пригласили провести в особом ресторане экологичного питания - «Польза» 23 августа 2018г. Все с большим удовольствием порисовали АСО на свою выбранную тему. (рис.15)

И 30 августа 2018 г. Ещё одна встреча для подруг с темой про отношения (рис.16).

Вот такой получился насыщенный август. Вместо каникул пошла колоссальная самореализация!

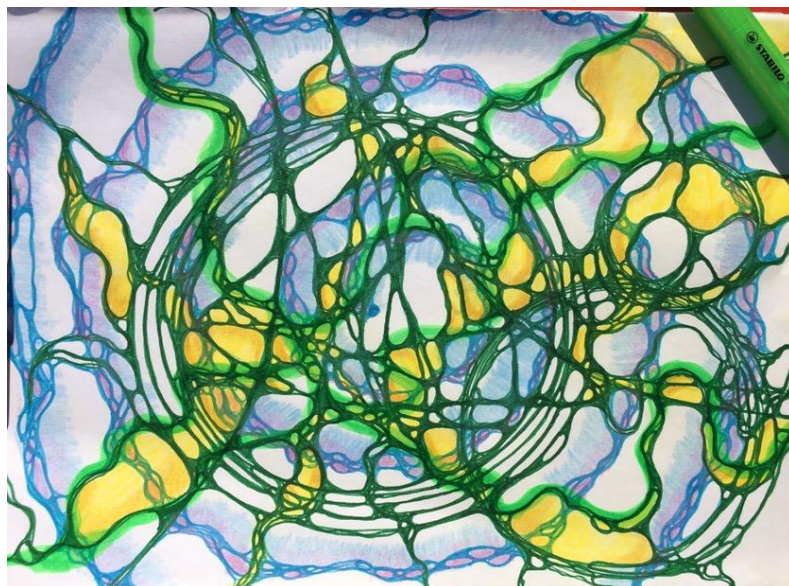


Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографией.





И вот после плодотворной работы, можно позволить себе долгожданный отпуск. Любимый муж. Море. Солнце. Пляж и много еды. Правда вот отдых был немного омрачен очень болезненными ощущениями в правом боку. И я «вооруженная до зубов» маркерами и методами нейрографики, стала эту боль рисовать. Сначала выбросом, потом поместила выброс в круг и стала растворять её с помощью спирали. Потом, вдруг, рука потянулась ещё рисовать фигуры. В этот день, я даже думать не стала что это за объекты. На следующий день боль усилилась. И я поняла, что процесс пошёл через обострение. На утро следующего дня я встала с невыносимой до слёз болью и массой плохих мыслей о том что же это может быть. Но поскольку море рядом и мы на отдыхе, и отказываться от этого глупо, идём к морю. Занимаем лежаки в тенёчке. И я пытаюсь наслаждаться этим нежным утренним солнцем, не смотря ни на что. И тут слышу, русскую речь (муж поздоровался с русской парой -мужчиной и женщиной). И тут меня какая -то сила быстро подняла с лежака и направила в их сторону и первое что я сделала, даже не поздоровавшись, спросила «А вы не врачи случайно?», и в ответ услышала «А у нас что на лице написано?». Представляете оба врачи! Я с ними поговорила, они развеяли мои опасения по поводу чего-то очень серьёзного, и посоветовали купить в аптеке крем и мазать место которое болит. И когда я начала мазать кремом, боль стала уходить и я благополучно могла наслаждаться своим долгожданным отпуском. Потом, глядя на свой рисунок, я поняла, что три фигуры, круги - два слипшиеся вместе и один отдельно - это были соответственно муж и жена врачи, и крем, который мне помог справиться с болью. Моё подсознание нарисовало заранее людей и лекарство, которые мне помогли в данной ситуации. Так что все в наших руках! (рис.17).



По возвращению домой, мне предстоял уже ставший



Захарова Анна. Как я нашла своё призвание с нейрографикой.

традиционным, выездной семинар по очистке тела «Шаткрамы». На нем мне предложили провести МК по нейрографике. Взяла тему структуры личности «Тело. Чувства. Интеллект. Духовность.» Замечательно порисовали и получили удовольствие от процесса. (рис. 18).



В октябре после вебинара

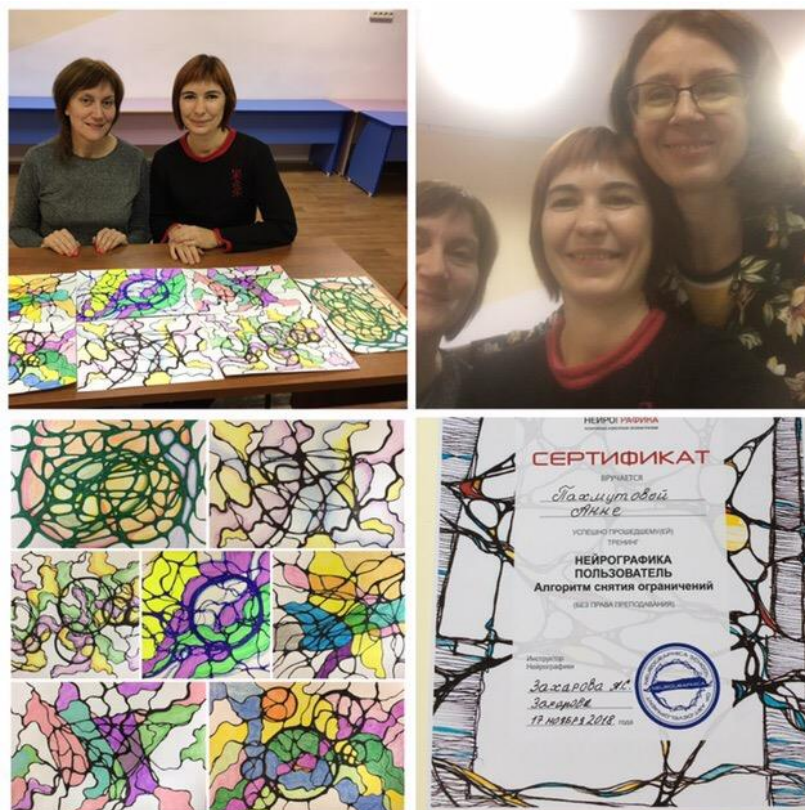
затеяла марафон рисования «нейрографического счастья», приняв вызов мастера. И научила себя вставать в 5-00 утра для того чтобы рисовать нейрографику и делать телесные практики. Очень много энергии появилось от этих практик и я стала ощущать, как ежедневное рисование наполняет меня психической энергией. Я становлюсь более собранной, уверенной, в голове масса идей и спишь при этом 5-6 часов.





(рис.19)

Раньше я не считала себя человеком, если не спала 7-8 часов. Это ещё один Прорыв в моём сознании и расширение моих возможностей. В марафоне со мной участвовали три женщины. И все три прошли курс «Пользователь» у меня. Двое очно. И Одна онлайн. Одна даже уже сдала работы с описаниями и получила сертификат. (рис.20).



Впереди ещё прекрасное декабрьское событие – тренинг Возрождение и инструкторский выпускной. Даже самой не верится, что столько всего произошло со мной за эти 8 месяцев и сколько во мне произошло всяких трансформаций. То о чем я год назад даже боялась думать, осуществилось за 8 месяцев с нейрографикой. Нейрографика подстёгивает к действию. Сотни нарисованных рисунков и прожитых тем, написанных феноменологических описаний своих состояний. Я теперь совсем другой человек, с массой планов на будущее и верой в себя и свои сильные качества, способная на постановку дерзких целей и их выполнение. Ощущение, что я помолодела лет на 10 точно! А главное я знаю теперь где и как взять на всё это энергию и быть в ресурсном состоянии.

[Ссылка на дипломную работу Захаровой Анны в авторском стиле](#)



Автор:
Иваненко Вадим
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
Нейроребефинг с помощью НейроРун.

Введение

Более 10-лет назад я стал рунологом. Прошел все полагающиеся по традиции инициации. Так руны вошли в мою жизнь. С тех пор это неотъемлемая часть моего мифического сознания и часть моей жизни.

Я использую их всегда, когда страшно, когда весело, когда грустно и самое главное когда не понятно.

Руны в наше время стали весьма привычным явлением в повседневной жизни. Этому способствует их внешняя простота: ведь что сложного в двадцати четырех знаках старшего футарка, схожих с буквами знакомых алфавитов, ну или с "Пляшущими человечками" Конан Дойля. Применять Руны на первый взгляд, тоже не сложно.

Но не стоит упрощать Руны – за их внешней простотой кроется огромный пласт древних знаний, история веков и огромная энергетическая мощь.

На самом деле Руны – это сложная, многоуровневая система, отражающая в своем строении процессы жизнедеятельности не только отдельного человека или народа, но и нашей вселенной. Руны отражают энергоинформационную суть и основу мира. Руны описывают нашу психику и одновременно с этим законы существования и построения Вселенной.

И поэтому Руны описывают Квадранты развития и теорию Перинатальных Матриц, лежащих в основе современной психологической теории - Трансперсональной Психологии.

В предлагаемой работе я постараюсь показать соответствие системы Рун и современной Трансперсональной психологии.



Древнее знание актуально всегда и в наше убыстряющееся время остается единственной незыблемой истиной, которая может служить опорой для психики человека, помочь вывести клиента или себя из невроза или помочь найти решение проблем и расширить сознание.

Основа нашей психики – архетипы Бессознательного и их наполнение опытом жизни человека. Именно Архетипы обеспечивают процессы индивидуального развития, именно они создают базовую структуру психики, они управляют нами в сложные периоды перехода от одного уровня развития к другому. И развивающийся человек не должен следовать этим процессам бездумно и вне осознания.

Глубинные архетипические процессы проявляют себя вне контроля сознания, опираясь на некий прошлый генетический опыт. Они действуют автоматически и поэтому важно понимать работу этих программ, управляющих нашими поведенческими паттернами, взаимодействием нашей психоэнергетики с внешними жизненными процессами и социумом, и в конечном счете определяют нашу судьбу и социальную реализацию. Расширение сознания, понимание скрытых областей психики является неотъемлемой частью духовного роста.

Архетипы находятся в бессознательном и предлагается рассматривать их в 4 квадрантах сценария Перинатальных Матриц, предложенного в свое время С.Грофом, известным исследователем Бессознательного.

С одной стороны, они универсальны: биология зачатия, протекания беременности и рождения у всех представителей рода человеческого одинакова. Одновременно с этой универсальностью они одновременно индивидуальны, в каждой беременности существуют индивидуальные особенности.

Однако глубинный сценарий всегда один. Этот сценарий – является основным поведенческим паттерном нашей психики. И действие этого сценария проходит в неизменном виде, пока мы не осознаем его и не начнем изменять его индивидуальные черты, или например интенсифицируем его действие, если мы посчитаем данный сценарий эффективным и полезным.

Для запуска в полной мере данного процесса – расширения сознания С.Гроф в начале применял запрещенные сейчас законом методы, испытываемые для открытия Перинатальных Матриц и прямого взаимодействия с ними, принимал большие дозы чистого ЛСД, и они находясь в условиях полной сенсорной депривации, действительно смогли погружаться в



Бессознательное, не теряя осознания. Позднее Гроф нашел замену ЛСД, он обнаружил, что определенный ритм дыхания, сопровождаемый внешним ритмом, также может позволить человеку погрузиться в состояние измененного состояния сознания (ИСС), появилась техника холотропного дыхания. Однако при холотропном дыхании большую роль играет воображение человека, или его ситуационная настройка. Тогда «путешествие» зачастую не простирается дальше подсознательного и кроме того, человек увлекается внешними энергетическими эффектами и своими воображаемыми фантазиями. И как результат отсутствует погружение в Бессознательное, кроме этого человек теряет первоначальную цель эксперимента. Эмоциональная область берет верх и кардинальных изменений, кроме пожалуй течения по волнам фантазий, насыщенных новыми необычными и захватывающими ощущениями не происходит.

Техники Рунной Магии позволяют установить визуальный контакт с Архетипами, и автоматически активировать соответствующие архетипы и проявить их в деятельности и жизни человека.

Руны – это язык, который понимает Бессознательное, это естественный способ коммуникации Бессознательного.

Однако современный человек, слишком занят, вернее стандартные каналы восприятия у него зачастую забиты социумом.

И вот тут понимается необходимость использования Нейрографики для запуска действия Архетипов. Алгоритмы Нейрографики нетрадиционным способом помогают обойти психические защиты и начать разговор с архетипами, общаясь с Бессознательным с помощью рунического алфавита. Кроме того нейрографирование позволяет объективно отслеживать динамику происходящих в психике человека изменений.

Глава 1.

Теоретическая часть.

В жизни каждого человека периодически повторяются некие типы событий, некие циклы. В эзотерике это называют кармическими циклами.

Эти кармические циклы постоянно переживаемого жизненного опыта, автоматически повторяющиеся в соответствующих обстоятельствах. Все это закладывается в некий момент развития человека, закладывается



неосознанно, как базовый опыт поведения в определенных типах внешних событий жизни.

Этот кармический уровень – уровень событий нашей индивидуальной жизни. На этом уровне карма проявляет себя явно и конкретно. Состоит ее проявление из некритически воспринятого жизненного опыта, который психика «автоматически» применяет в соответствующих обстоятельствах.

В определенные моменты индивидуального развития человека в психику загружается бессознательная поведенческая программа. Эта программа начисто отключает осознание, захватывая критическое восприятие, подчиняет сознание себе.

При этом эта программа так влияет на жизненное пространство событий, что человек неосознанно входит в события, которые этой программе соответствуют. Он в таких событиях в таком состоянии еще никогда не действовал. Он не имеет жизненного опыта, который мог бы применить в этой ситуации эффективно.

И именно в получении нового опыта заключается суть кармического урока. В эти мгновения перед психикой стоит задача: обрести жизненный опыт в абсолютно новом состоянии в событиях, которые эта программа притянула. Иными словами, человека буквально вовлекается в события и какой-либо опыт человек все равно получает.

Опыт записывается создавая Кармический Сценарий. Он уходит в подсознание, освобождая сознание и человек вновь возвращается в осознанное состояние

И теперь этот сценарий всегда готов к действию. И это действие автоматически запускается вновь, когда человек попадает в соответствующие сценарию внешние условия, причем зачастую сам человек вводит себя в соответствующие условия.

Сценарий включается, человек начинает автоматически действовать в создавшейся ситуации. Автоматически повторяется опыт, полученный ранее, но опыт может быть как положительным, так и отрицательным.

Работа положительного кармического сценария не замечается, человек действует автоматически, не осознавая причин своих действий и все получается наилучшим образом. Хорошее принимается и остается незамеченным.



Негативный кармический сценарий при срабатывании, переживается после его окончания – почему опять не получилось?

Для психики нет отличия между позитивным или негативным жизненным опытом, для психики они равноценны, а вот для человека разница большая. Человек осознавая негативные последствия не понимает почему он так действовал. Эти повторяющиеся неудачи и принято называть кармическими циклами.

Наша психика склонна к повторам и циклам, проживанию чего-то знакомого и понятного. Причина, проста – психика руководствуется на принцип ресурсосбережения. Психика старается использовать известные ранее способы действия. Это как когда Вы идете домой то можно особо не напрягаться, достаточно включить “автопилот”, не нужно напрягать адаптационные и мыслительные процессы, все известно.

И опыт можно разделить на сознательный когда мы сами что то осознанно делаем, на опыт взросления, как бы перенятый опыт родителей и опыт перинатального периода. Именно опыт перинатального периода наиболее не осознаваем и не зависит от сознания.

И самое галвное что этот перинатальный опыт как самый ранний в нашей жизни влияет на все остальные виды опыта и на способы и методы получения опыта во взрослой жизни.

Вообще любой процесс жизни можно описать с помощью 4-х перинатальных матриц «зачатия-развития», «схваток», «прохождения родовых путей» и «рождения».

Эти включаются бесконтрольно со стороны сознания - психика отслеживает изменения внешней среды, а затем включает или выключает поочередно упомянутые перинатальные матрицы, не зависимо от нашего желания. Для психики важно потратить как можно меньше энергии и здесь перинатальные программы вне конкуренции, они наименее затратны и самые эффективные по мнению психики, ведь Вы же родились и потом выжили и все это всего из двух клеток – материнской и отцовской.

И даже если поведение человека кажется адекватным и осознанным и как бы человек не отстаивал свой образ жизни – в основе этого лежат перинатальные сценарии. Что может негативно влиять на исполнение выстроенных планов и реализацию задуманного.



Первая перинатальная матрица

«Матрица Рая» – это время развития плода до момента схваток. Долгое по продолжительности относительно других матриц, как объективно, так и субъективно. И самое приятное из всех последующих жизненных состояний. Период океанического блаженства, который словно длится вечно и ничто не предвещает его окончания, и которое прерывается внезапно и жестоко. Плод, следуя программе развития, растет и полностью заполняет все жилое пространство внутри матери и тогда оставаться в матери уже нельзя. Если плод не родится, то он просто убьет мать. Также точно человек, перерастая свое жизненное пространство, грозит уничтожить его. Даже если мать в этот период мучает токсикоз или другие проблемы, человек неосознанно старается всю последующую жизнь вернуться в лоно матери в потерянный рай.

И этот рай внезапно прекращается, мать, бессознательно начинает вторую перинатальную фазу-матрицу: схватки.

Вторая перинатальная матрица - схватки

Это тяжелый и необходимый период формирования психики ребенка, причем необходимый именно в жестокой форме.

Стенки матки начинают сжиматься по всей площади, мир рушится, начинается изгнание из рая. Психика плода испытывает боль, страх, унижение, покинутость, одиночество, беспомощность, ничтожность, отчаяние и движение к смерти. И плод будет принесен в жертву, ради рождения новой жизни.

Плод до этого момента был полностью объединен и психикой и телом с матерью, не воспринимал свое тело как «свое», отделенное от тела матери, не переживал индивидуальных эмоций или ощущений вне материнских. И в этот момент он впервые осознает себя через ощущение границ собственного тела. Психика, осознает себя в границах собственного тела – маленького и беспомощного. Осознание тела идет через боль и возникшее повсеместное давление. В кровь поступает меньше кислорода, кровоток затруднен, плод не получает привычного питания. Божество-мать, до этого момента бывшее безотказной и великой, доброй, ни с того ни с сего, бросает плод и отказывает в ощущении матери. Хотя плод еще в матери и кровь ее по-прежнему питает его, но психика плода уже не чувствует мать.

Страх и вина, негодование и одиночество, желание жить и



предчувствие умирания переполняют психику. Никакие жизненные травмы, никакая боль никогда не сравнится с болью схваток. Схватки не просто приносят боль, они готовят мать к сепарации с ребенком, когда он превращается во взрослого и «перерастает» семейное пространство. Если ребенок останется, то развитие остановится семья в целом уже не сможет развиваться.

Схватки подготавливают и физиологически, и психологически к жизни в нашем сложном и агрессивном мире.

В психике матери тоже есть боль и взрослое «я» матери оценивает эту боль как необходимую и проходящую. Нужную, чтобы дать жизнь ребенку и сохранить жизнь себе. Исток боли – плод внутри себя. Следует избавиться от плода.

Третья перинатальная матрица

Матрица прохождения по родовым путям – стенки матки и весь организм матери начинают сжиматься с большей силой и интенсивностью – выталкивая плод. Ведь дальнейшее пребывание плода в матери губительно, оно грозит смертью обоим, и обоюдное желание разделить ради спасения жизни выливается в начало рождения.

Плод начинает интенсивное движение вперед. Силы, которая еще сдерживается внешним давлением, но стремится вырваться. Явленный гнев находит в этой фазе свой выход, противоречивые ощущения охватывают психику.

С одной стороны, испытывается сильная боль от движения в естественных обстоятельствах, с другой – восторг и возбуждение. Именно в этой матрице в сознании возникает состояние агрессии как способ активного противостояния внешней среде и попытка добиться своего за счет личной силы. Именно состояние агрессии снимает интенсивное чувство вины, сопровождающее вторую перинатальную матрицу.

И психика толкает тело плода вперед – к смерти и возрождению. Происходит борьба, причем мотив этой борьбы в сознании «я» достигает катастрофических размеров. И это не просто борьба с внешним пространством – это борьба сознания с телом, нового со старым, рождающегося с умирающим.

В период прохождения по родовому каналу психика отождествляет себя



с горящим огнем, очищающим от всего старого, отжившего, сжигающего всё лишнее – физическое, душевное, психическое. В реальном времени прохождение по родовым каналам не слишком продолжительно, но во внутреннем времени сознания оно растянуто очень надолго. Как во второй матрице психика накапливает запас прочности в способности противостоять на пассивном уровне жизненным трудностям, так и в третьей формируется активный потенциал их преодоления.

Крайне важно то, что вторая и третья матрицы связаны с состоянием наслаждения на заключительном этапе, этапе разрешения. Во второй – это состояние расширения сознания от освобождения из безвыходной ситуации, а в третьей – это телесное наслаждение от свободы тела при прохождении по узкому родовому каналу. Психика впервые начинает управлять своим телом, осознавая его. Движения тела в первой матрице не в счет, там не было понимания в разделении своего и материнского тела.

В третьей матрице жизненно необходимо двигаться, управлять телом, и эти движения сопровождаются осознаниями, связанным с сексуальным наслаждением, наслаждением предвосхищения.

Четвертая перинатальная матрица

Момент выхода из матери и отрезание пуповины. В этот момент «плод» умирает и рождается «младенец». Момент выхода из матери сопровождается мгновениями максимально экстатичного состояния и освобождения накопленной в третьей матрице энергии. По сути, психика впервые испытывает оргазм, как результат освобождения. Освобождение от боли, от давления, от необходимости движения под принуждением. Но окружающая действительность через несколько мгновений буквально ошеломляет психику – она агрессивна. Тело ребенка окружает агрессивная среда, и ее атаку он ощущает сразу же после рождения с первым вздохом.

И психика, чтобы спасти себя, активизирует адаптационные механизмы и системы – мгновенно, взрывообразно: регуляцию внутреннего давления, иммунную систему, терморегуляторные функции и т.д.

Архетип четвертой матрицы помогает человеку, попавшему в новую среду, максимально быстро адаптироваться, зачастую ценой неких жертв себя – своих убеждений, желаний, некой степени свободы. Ведь когда психика стремится выйти из затруднений, она убеждает себя, что впереди все будет все хорошо.



И психика каждое мгновение отслеживает изменения и старается адаптироваться - измениться под новые условия, чтобы пребывать в постоянно статичном комфорте.

И Взрослея, мы стараемся не сами адаптироваться, а обрести максимально комфортное жизненное пространство, в котором не нужно быть всегда начеку и приспосабливаться, изменяясь каждую секунду. Это относится как к телесным ощущениям, так и к социуму.

Системное строение Футарка (ряда Старших Рун) соответствует системному строению перинатальных матриц, более того, отражает развитие матриц в различных периодах жизни человека.

Футарк разделен на 3 группы по 8 рун, называемые Аттами. В каждом атте отражены все четыре перинатальные матрицы.

Каждая матрица состоит из двух фаз: иньской – накапливающей и янской – реализующей роста, действие и расширение. Так, плод в первой матрице, с одной стороны, накапливает ресурс – тело – и стремится остаться в неизменном блаженном покое. Но одновременно он же и физически растет, все более заполняя собой пространство жизни, все теснее приближаясь к окончанию данной матрицы.

Первая фаза следующей матрицы, инь-фаза, останавливает процесс расширения ян предыдущей матрицы, контролирует ее, концентрирует освободившуюся силу.

Эти фазы отражены в «двойках» рун, последовательно идущих по порядку Футарка. Первая руна любой матрицы, отражает инь-принцип, а вторая - ян.

Первая перинатальная матрица

Феху и Урус

Феху отражает женскую часть психики человека. Тело матери, которая кормит плод, и плод, который растет благодаря телу матери. Первичные реакции воспринимаются на уровне химии тела матери, изменения привычного состава крови. И именно такие реакции воспринимаются как должные, единственно возможные.

Феху – это женское, данное изначально. На уровне Феху реализуется



инстинкт стабильности, неизменчивости, стремление оставаться в единстве с кормящей матерью

Урус отражает мужскую часть психики, стремящуюся к росту тела, к заполнению собой всего имеющегося жизненного пространства. Явное и активное проявление ян-принципа, противостоящего постоянной стагнации Феху.

Это активный рост тела, проявление мужского начала – действующего, активного, первичного проявления Духа, желающего избавиться от навязанной формы и тюрьмы материнского тела ради обретения свободы своего тела.

Вторая перинатальная матрица

Как только Урус в росте Феху достигает границ своего жизненного пространства, он должен остановиться. Ребенок перерастает матку, он упирается в ее границы. Если рост, спровоцированный Урус, будет продолжаться и дальше, то матка порвется. И Урус переворачивается, сила расширения устремляется внутрь «я», стремясь вырваться, но уже не через рост, а через действия. Плод провоцирует организм матки, и она начинает сжиматься. Наступают «схватки» – вторая перинатальная матрица.

Турисаз и Анзус

Именно эти руны соответствуют второй матрице. Турисаз соответствует «Инь», тому, что дано, тому, что уже существует, и это нужно только принять. А Анзус – «Ян», то, что должно быть, то, к чему «я» стремится. Ощущение принесения себя в жертву – близкая смерть – всегда сопровождает вторую перинатальную матрицу.

- Турисаз – сила, которая останавливает и сдерживает Урус, накапливая потенциал силы расширения. Но сам по себе Турисаз инертен, он – остановка и концентрация, напряжение перед стартом. Всегда нужна некая сила, которая поможет идти дальше.
- Анзус – это расширение психики, выход из замкнутого тела. По сути, Турисаз связывается с «я», которое принудительно соединено с материнским прошлым, а Анзус – с «я», которое хочет стать родителем, но самостоятельным, свободным.
- Анзус – это обманщик, предатель, преследующий свои цели. Но обманщик ради чего-то высшего, великого. Есть статичное и жестокое состояние страдания. Но одновременно есть и память об



Урус, о возможности роста, изменения, расширения.

И в момент умирания, когда матка сжимается так, что совсем уж деться некуда, наступает озарение, возникает Анзус – расширенное состояние психики, приходит понимание верного действия. Ребенок устремляется вперед, рвется родовой мешок, раскрывается матка, наступает период третьей перинатальной матрицы.

Психика самоотжествляет себя с чем-то большим, огромным, желанным, совершенным – и жизнь тела как самоцель становится не важна. Однако, как Урус не может шириться бесконечно, так и Анзус должна быть остановлена, иначе психика полностью разотождествится с телом и тело умрет в физическом смысле.

Контроль осуществляет Руна Райдо. Она приходит тогда, когда Анзус – расширенное иррациональное состояние психики – приближается к границе понимаемого и, следовательно, бесконфликтно воспринимаемого и принимаемого. У этой границы Анзус переворачивается и вступает в силу Руна Райдо.

Третья перинатальная матрица

Это время прохождения плода-ребенка по родовым путям.

Райдо определяет инь – существующее положение вещей, а Кано – ян – желаемое состояние. От расширенного, бессознательного, эйфорийного состояния Анзус, поддерживаемого выбросами эндорфинов, психика приходит в более осознанное состояние и понимает необходимость не витать в облаках эйфории, а двигаться вперед в реальных условиях. Сжатие тела идет со всех сторон, накопленная энергия требует выхода, но в утробе выхода нет, он есть только вовне тела матери.

Состояние движения – естественное состояние этой матрицы. С одной стороны, это движение к рождению ребенка, с другой – к смерти плода.

Именно в третьей матрице активизируется архетип сражения и умения преодолевать сопротивление, прорываться вперед, укреплять волю и намерение.

Кано. Ребенок движется по родовым путям к выходу, выходу мгновенному, яркому, освобождающему. Боль и наслаждение, стеснение и движение, агрессия и мягкость слиты воедино, нераздельно. Тут



закладывается сексуальность человека. Когда ребенок движется по родовым путям, он ощущает сильный жар и видит перед собой яркий свет – абсолютно новый, абсолютно неосознаваемый в прежних категориях психики, объект.

Кано наделяет индивидуальным смыслом движение в Райдо, останавливает внутреннее безропотное и часто гнетущее перемещение по безвариантному маршруту.

Четвертая перинатальная матрица

Момент торжества рождения и освобождения от давления родовых путей, подчинения и сдерживания в первичном оргазме длится очень недолго, буквально мгновения. Психика считает, что вырвавшись, она попадает обратно в вечное блаженство.

Психика и жизненный опыт плода уничтожаются, но суть их остается. Родается психика ребенка. На ребенка обрушиваются очень жесткие факторы внешней среды.. Агрессивное и жестокое пространство воспринимается как материнское лоно, и следует слиться с ним, перестать реагировать на вышеозначенные факторы. И если само пространство пока не адаптируется к тебе и ты не можешь повлиять на него, то приходится адаптироваться самому.

Включаются механизмы адаптации.

Гебо и Вуньо

Гебо определяет иньский этап четвертой матрицы – обязательный процесс запуска адаптационных механизмов и разделенности психики. Тут каждая часть «я» вступает в партнерство с одной из стихий. Причем очень важно осознать: главная и единственная задача психики в первом контакте с внешним миром – физическое выживание.

Основная часть жизненной энергии в этот момент уходит именно на активизацию механизмов адаптации, обеспечение их функционирования и дублирование этих механизмов другими системами.

Причем бессознательно «я» подразумевает самый худший вариант «длящегося настоящего» и постоянно сохраняет огромное количество энергии и механизмов организма «на всякий случай», как неприкосновенный запас. Ведь «я» как будто застывает на этом катастрофическом моменте столкновения с реальностью.



Вуньо – вторая Руна матрицы, янская Руна, Руна самоотождествления «я» с новым статусом. Гебо сама по себе склонна постоянно подстраиваться под внешние условия – физические, социумные и социальные. При этом «я» исчезает как нечто индивидуальное, отличное от внешней среды.

И для развития в четвертой матрице включается Вуньо - руна умения получать личное, индивидуальное развитие и удовольствие в адаптированных условиях. Иными словами, из состояния абсолютной адаптированности Гебо к окружающему миру именно Вуньо выбирает направление индивидуального развития и в этом направлении сосредоточивает осознанную адаптацию. В этой Руне «я» достигает некоего осознаваемого результата и испытывает чувство глубокого удовлетворения и радости от завершенности гештальта.

«Я», благодаря работе четвертой матрицы, стремится к воссозданию условий включения первой матрицы. Как только это равновесие будет достигнуто и произойдет бесконфликтное развитие «я» до границ этой адаптированной зоны, включается вторая матрица, а затем и третья.

Первый акт окончен, но влияние перинатальных архетипов всегда будет присутствовать в вашей жизни. И активной всего он будет проявляться на том уровне, где «я» приходится отождествиться с внешней реализацией.

Глава 2

Проект «НейроРебефинг с помощью Рун Старшего Футарка». Практическое применение алгоритмов нейрографики в работе рунолога.

Основные этапы проекта. Краткое описание:

1. Шеринг. Знакомство участников группы друг с другом. Запрос на работу от каждого участника группы.
2. Знакомство с 24 Рунами Старшего Футарка, как символической формой перинатальных сценариев. Участники осознают свой проблемный перинатальный сценарий. Проверка сознательных оценок ситуации на бессознательном уровне с помощью Рун.
3. Описание формата работы с Рунами и перинатальными сценариями.
4. Определение рамки терапевтических встреч. Обычный формат – 1 Руна в течении 1-ой встречи, 1,5 часа каждая встреча.
5. В ходе встречи с клиентом или группой (в зависимости от



формата работы) теоретический материал осваивается в виде беседы по ходу обсуждения перинатального сценария и конкретной Руны. Слушателями вспоминаются ситуации из повседневной жизни, из историй детства, литературными или художественными примерами. Это позволяет через непосредственное проживание прикоснуться к неосознаваемым страхам и травмам. Заглянуть в самого себя, познакомиться с фигурами собственного бессознательного.

6. Завершение работы с Руной, через вхождение в медитацию посвященную основной теме Руны. Главная цель медитации – подведение итогов, осознание полученных ресурсов и подготовка к переходу на территорию. После медитации клиент или группа раскрашивают заранее подготовленный шаблон карты. Через цветные символы выходим к ресурсному состоянию.

Проект был опробован на нескольких группах.

Разработанная модель позитивного ребефинга через символическое и цветное пространство Руны позволяет достигнуть хороших результатов по гармонизации состояния человека. Нейрографика позволяет с одной стороны обойти психические защиты и выйти на бессознательный уровень работы и проживания, а с другой объективно оценить результаты работы и трансформации.

Глава 3

Нейрографика во главе с ее основателем и идейным вдохновителем Павлом Пискаревым помогла изменить мой мир. Я впервые почувствовал себя художником и творцом. И появилась уверенность в успешном будущем нового проекта, который пока имеет рабочее название «НейроРебефинг» или «НейроРуны».

В основу проекта «НейроРуны» положено 10 принципов нейрографики:

1. Образы интегрируют смыслы.
2. Смыслы концентрируют состояния.
3. Проблема – порождение разума.
4. Решение обладает качеством бионики.
5. Гармония ведёт к удовлетворению.
6. Вселенная уместается на острие маркера.
7. Любая задача имеет графическое решение.
8. Плоскость рисунка не имеет границ.



9. Мир состоит из фигур и линий.
10. Рисовать просто.

Каждый из этих принципов способствует тому, что человек может погрузиться в свое бессознательное, увидеть свои травмы и комплексы через нейрорисунок, который наносится на эскиз аркана, используя алгоритмы нейрографики, найти в процессе ресурсное состояние и вернуться обновленным через подключение полученного изображения "НейроРуны" линиями поля к общему полю мироздания.

Неожиданные открытия и инсайты, которые каждый из участников может получить в процессе рисования, будут неоценимыми ресурсами в процессе индивидуации.

Заключение

1. Обучение на курсе «Инструктор нейрографии» помогло расширить границы своего сознания и увидеть окружающий мир с точки зрения творчества
2. Расширить свой инструментарий психолога и рунолога
3. Обогатить свой авторский проект мощным практическим инструментом, использование которого дает мощное проживание
4. С помощью взаимодействия с Рунами за счет нейролиний и алгоритмов «Нейрографики» удалось получать послания от Рун и нахождения путей выхода на новые уровни сознания.

Список литературы:

1. Д.Кэмпбелл «Тысячеликий герой»
2. Д.Кэмпбелл «Мифы и личностные изменения»
3. О.Кондратова «Юнгианская сказкотерапия»
4. А.Торстен и Е. Колесов "Руны. Футарк классический и арманический"
5. О. Синько "Руны – простое начало"
6. О. Синько "Руны и психология"
7. О. Синько "Руны- практика предсказаний"
8. Х.Банцхаф «Путешествие героя»
9. Д.Холлис «Мифологемы»
10. К.Стюарт «Юнг и Таро»
11. К.Юнг «Тавистокские лекции»
12. К.Юнг «Воспоминания, размышления, свидения»
13. П.Пискарев «Цикл Лекций»
14. С.Сафонова «Лабиринты Силы»



Работы Иваненко Вадима

Тема: Отношения с любимым человеком



Тема: я и партнер



[Ссылка на дипломную работу Иваненко Вадима в авторском стиле](#)



Автор:
Ивченко Елена
Супервизор:
Рождествина Елена

Тема:
**От мечты к результату – полный цикл работы с намерением
через алгоритмы Нейрографики**

Введение

Многие коучи и психологи часто привязывают к себе своих клиентов на долгие годы, не давая им возможности самостоятельными, не давая им таким образом стать взрослыми и решать за себя. С одной стороны, некоторым клиентом именно это и нужно, они не хотят расти и брать ответственность за себя и им гораздо проще быть ребенком.

Конечно у каждого в жизни бывают периоды, когда хочется побыть ребенком, но приходит время когда пора вырасти и самостоятельно принимать решения. И я понимаю, что я хочу работать с людьми которые готовы повзрослеть. И после работы со мной больше во мне не нуждались.

Как говорила Элеонора Рузвельт "Ваша жизнь принадлежит вам - но только если вы сами у руля. Правила по которым вы живете должны быть вашими правилами, вашими ценностями, вашими убеждениями о том, что хорошо и что плохо, что правда и что ложь, что важно, а чему не стоит придавать значения".

Самокоучинг помогает именно в этом. Первоначально понять себя, вспомнить что я люблю, а что нет, что я чувствую в тот или иной момент, именно в той ситуации, что для меня самое главное, какой ресурс я могу взять из прошлого, чтобы разрешить свою задачу.

Я твердо уверена, что только сам человек может знать ответы на все свои вопросы, иногда он их не видит и за этим он идет к психологам и коучам, но овладев определенными практиками, он может самостоятельно добираться до сути и находить ресурсы и ответы на все что его беспокоит.

Самостоятельно, для неподготовленного человека сложно быть для самого себя коучем и даже опытным коучам для этого нужны дополнительные инструменты. Ведь разговаривая с самим собой в уме,



последний находит лазейки как не дать нам увидеть новое решение. Ведь мозг всегда защищает нас от перемен, нового, неизведанного и как вывод опасного.

В некоторых школах коучинга, в которых не отвергаю эффективность самокоучинга, для проведения самокоучинга рекомендуют использовать бумагу и ручку, чтобы записывать свои вопросы к себе как коуча, а на другом листочке записывать свои ответы как коучи. Такая партия в шахматы с самим собой. Достаточно занятная практика. Но если листочек и ручку заменить на бумагу и маркер, получается красивая работа с самим собой на всех уровнях сознания и подсознания и как результат рисую мы всегда находим решения или приближаемся к ним.

Что такое самокоучинг и его история

Если брать определение коучинга из Википедии - то это метод консалтинга и тренинга, в процессе которого человек, называющийся "Коуч", помогает обучающемуся достичь некой жизненной или профессиональной цели. И сфокусирован на достижение четко определенных целей.

Коучинг совсем молодой метод и развился в отдельную дисциплину только в 1990 году. Основой его были практики тренерства спортсменов, для достижения ими наилучших результатов.

На его основе впоследствии появилось направление самокоучинг, которое не рассматривается всерьез многими коучами и психологами. Но это метод "тренировки" себя таким образом, чтобы достигать свои цели, самым лучшим для себя образом.

Чем хорошо самокоучинг, тем что человек сам решает свои задачи и ему не нужно делиться с кем-то своими проблемами и выслушивать чужие советы, он самостоятельно может разобраться в себе.

Лучше нас никто не знает ответы на наши вопросы, и никакой даже самый продвинутый специалист не сможет дать вам точного ответа на ваш вопрос. И только вы знаете какие ваши желания истинны и какие нет. Осталось научиться отвлекать свой заботливой ум, который все время заботится о безопасности и одевает нам либо розовые очки, вводя в иллюзия либо пугает страшными новыми переменами. И тут на выручку приходит нейрографика либо листок бумаги и ручка, там где мы фиксируем все свои мысли и вопросы в виде нейрографического рисунка и таким образом



обыгрываем наш вечно контролирующий ум.

И обучившись самокоучингу - человек становится независимым и свободным!

Для меня самокоучинг - это как способ понять себя истинного, свои желания и цели. И тут не просто о достижении результатов. Для меня это больше о возвращении к себе истинному.

К сожалению, сейчас не так много трудов посвященных самокоучингу и найти их на русском языке совсем не просто. Есть несколько статей в интернете об этом и следующие книги от, можно так сказать, основателей направления самокоучинг.

На данный момент, известны всего несколько трудов на эту тему

1. Дзозеф Аусиани "Сила селф-коучинга"
2. Филипп МакГро "Меня себя. Селф-коучинг"
3. Хейл Двоскин "Седона метод"
4. Анна Мирцало "Жизнь задыхается без цели. Желай! Делай!"
5. Джек Макани "Self-коучинг: 7 шагов к счастливой и осознанной жизни"

Но надеюсь в ближайшее время будут появляться ещё материалы на эту тему, так как люди «взрослеют», и тем кто уже готов принять ответственности за свою жизнь, свои выборы и их последствия, нужны инструменты работы с собой и со своими ресурсами.

Связь самокоучинга и нейрографики. Объединение методов

Самокоучинг - это технология самостоятельной работы со своими мыслями, чувствами, внутренними установками для решения самых разных задач.

Нейрографика - это творческий метод трансформации мира.

Кажется что нет ничего общего в этих двух техниках? Но это не так.

Самокоучинг, как и Нейрографика направлены на то, чтобы человеку стало лучше. Они направлены на то, чтобы человек стал понимать себя лучше, свои желания и намерения. Чтобы он знал куда ему двигаться по



жизни, что важное в его жизни, а что наносное.

Оба метода работают по четким алгоритмам и правилам. Оба метода очень действенные и показывают замечательные результаты.

Оба метода не до конца принимают пока сообщества психологов и коучей, но за этими методами будущее. Пора человечеству взрослеть и брать ответственность за свою жизнь, за свои выборы и за их последствия.

У обоих методов есть ограничения, то есть методом может воспользоваться только психологически здоровый человек.

Почему мне понравилось объединять эти два метода:

Во-первых, в процессе рисования нейрографики, если постоянно задавать себе хорошие коучинговые вопросы, тема раскрывается еще быстрее и глубже. Учю своих студентов вырабатывать такую привычку и задавать себе такие вопросы как минимум на каждом пункте алгоритма и записывать все что проявляется.

Во-вторых, в Нейрографике можно нарисовать все и поэтому любую схему по самокоучингу или коучингу можно перенести на бумагу и после этого разложить проблему или задачу по 7ми уровням сознания. задача раскрывается очень красиво и не только в ширину, но и в глубину.

В третьих в Нейрографике мы постоянно отслеживаем свое состояние (эмоции, мысли, физическое состояние) это тоже тот же самый самокоучинг, мы следим за собой, учимся внимательности к себе и при хорошей практике, этот навык переносится в жизнь и это становится привычкой. А когда люди постоянно наблюдают за собой, это приводит их в состояние здесь и сейчас, то есть в жизни появляется больше осознанности и жизнь меняется.

Мой опыт самокоучинга с нейрографикой

Конечно, как и любой инструмент рабочий я попробовала первоначально Нейрографику на себе. Уже имея первоначальные знания в коучинге, меня поразило как Нейрографика помогает разворачивать твой запрос и как быстро находят решения и мы видим ресурсы.

Да не всегда решение приходит после первой работы. Иногда на одну тему рисовала более 10 работ. Но всегда приходило решения или задача



теряла свою актуальность, а на ее место приходили новые возможности. Ведь часто мы хотим что-то что нам на самом деле не нужно и чтобы это понять нам тоже нужно время.

В момент знакомства с методом, я не понимала зачем нужна Нейрографика, но интерес к ней был. И на курсе Аналитический коуч я прошла два модуля Пользователь и Специалист Нейрографики. На курсе что-то рисовала, но то что рисовала мне не очень нравилось. Хотя вроде какие-то инсайты приходили, но мой критичный ум не позволял подумать, что простое рисование может работать.

И тут что-то пошло не так, я влюбилась в этот метод. Думаю это произошло на курсе Специалист, когда мы рисовали упражнение НейроДрево. Оно меня очаровало. Очень красивая практика.

Я начала больше рисовать сама и работать с клиентами в этой технике. И потом уже провела вебинары на тему НейроДрево и увидела как у такого большого количества людей откликается этот метод и главное им помогает. После это я задумала пойти на инструкторский курс, чтобы глубже понять этот метод и иметь больше полномочий в работе с этим методом и не пожалела об этом не минуты.

Когда я начала преподавать метод, он для меня открылся еще больше и открывается с каждым днем. Особенно вдохновляет меня его помощь людям

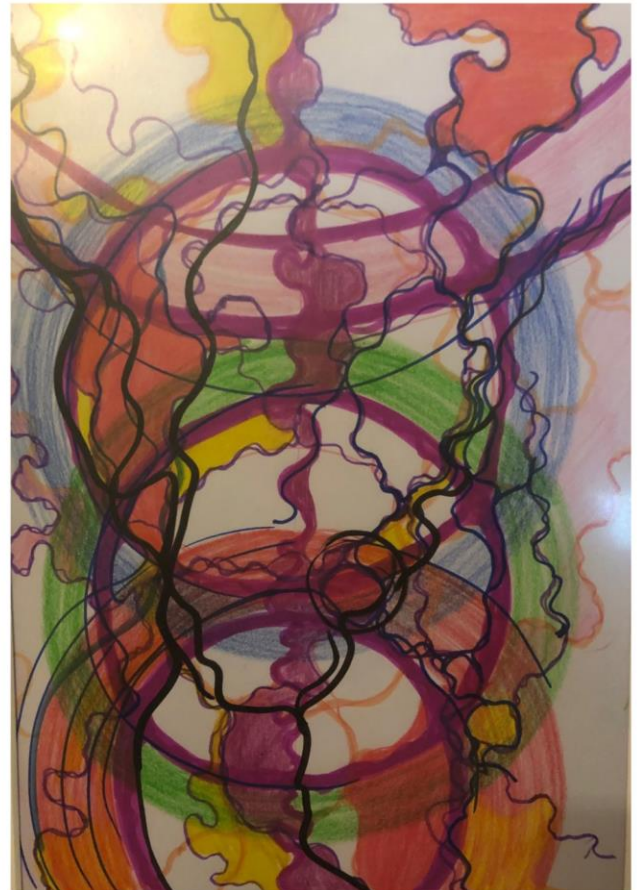
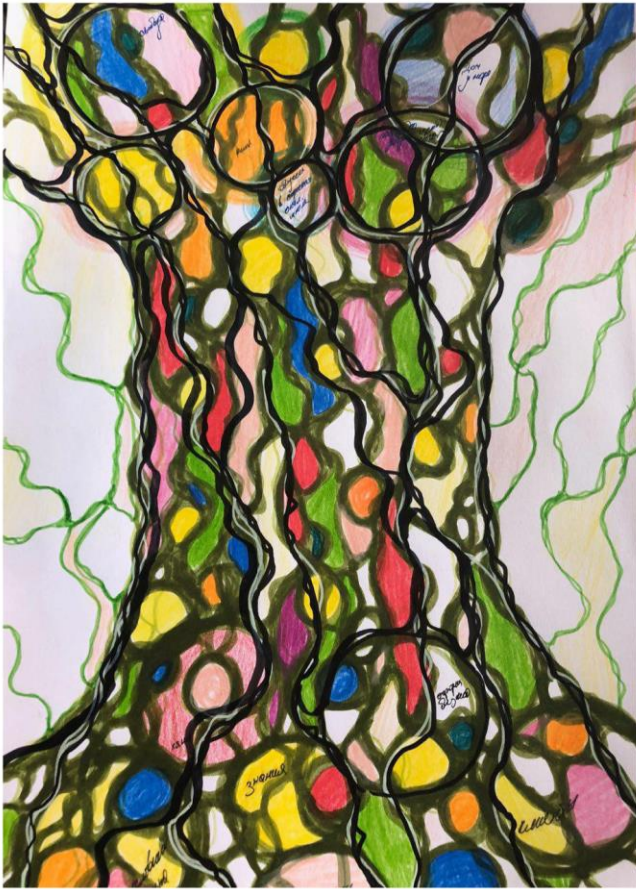
для самостоятельного самокоучинга. И для меня именно об этом нейрографика. Мы проводит рисуя с собой личную коуч сессию и рисуя мы отвлекаем наш ум и добираемся до глубинных ресурсов, знаний и ответов на наши вопросы.

Мне нравится вариант самокоучинга с нейрографикой и я его сама часто практикую, так как для меня результат от такого самокоучинга гораздо выше чем от того что я записываю свой внутренний диалог моего "Коучи" с моим внутренним "Коучем" на бумаге. И как бонус получаю красивый рисунок нейрографичный и углубление и расширение моего восприятия на разных уровнях.

Поэтому я и решила проводить курсы "Пользователь Нейрографики с большим



Ивченко Елена. Самокоучинг и Нейрографика. Только мы сами знаем ответы на все наши внутренние вопросы.



уклоном в самокоучинг.

Этот год на курсе «Инструктор Нейрографики» рисовал постоянно свое развитие, раскрытие своих способностей и свое проявление в этом мире.

За этот год я четко увидела все чего я хочу и к чему стремлюсь. Хотя здесь

слово все не совсем уместно, так как я понимаю что дальше будет еще интереснее и я еще очень многое о себе узнаю благодаря самокоучингу с нейрографикой.



На курсе пользователь после рассказа общей информации про метод и создателя, я сразу рассказываю о шкале состояний и прошу учеников оценить свое состояние по ней на эту тему.

После этого мы делаем упражнение 2 по 20, и больше погружаемся в тему. Прекрасное упражнение для активации внутри нас нашей темы. За 2 минуты мы пишем 20 слов на выбранную тему. Все слова которые приходят в голову, пишем в состоянии потока и не думаю хорошее это слова или плохое, подходит ли оно по теме или не имеет с ним никакого отношения. По этому упражнению так же можно прекрасно сделать самоанализ, просмотреть какие слова повторяются, какие нас удивили или какие как нам кажется не имеют отношение к выбранной теме. Мы спрашиваем себя о чем эти слова и уже на этом этапе могут приходить инсайты и решения по нашей теме.

В процессе работы, на каждом пункте базового алгоритма я прошу студентов прислушиваться к себе и записывать по каждому пункту что они чувствуют, о чем они думают и какие изменения ощущений на физическом плане. То есть делаю все как предписывают правила преподавания курса, просто сильнее акцентирую внимание на то что нужно отслеживать свои состояния и чаще возвращаться к состоянию здесь и сейчас.

Кроме этого объясняю и в процессе обучения постоянно на этом акцентирую внимание, что мы не просто рисуем, анализируем что мы рисуем, стараясь чтобы каждую линию на рисунке мы могли самостоятельно описать и понять о чем это. Спрашиваем себя о чем та или иная линия, тот или иной объект.

Когда мы подходим к 7му пункту базового алгоритма, тут мы снова возвращаемся к шкале состояний. И я прошу своих учени подробно записывать что с ними произошло, что они понимают и чувствуют сейчас. Так как часто мы сразу забываем о чем рисовали и какие озарения с нами случались.

Сразу же после объяснения базового алгоритма начинается с объяснения краткого пирамиды развития с привязкой к нейрографикой и объяснением какой пункт алгоритма работает с каким уровнями подсознания и сознания. И уже со второй работы мы разбираем и отмечаем если на каком-то этапе у нас поднимается сопротивление, то в какой области могут быть препятствия и с какой сферой нужно проработать.

И уже следующая работа у нас разворачивается по другому. И мы ее



рассматриваем именно как взаимодействие с тем или иным уровнем подсознания.

Потом я объясняю принципы коучинга и что такое хорошие вопросы и как с ними взаимодействовать. Это тоже добавляет большей осознанности в работе с собой. И погружает человека в еще большее осознание своих тем и поиск ресурсов. Что впоследствии облегчает работу студентов, с работами над их задачами по достижению результатов.

Опыт учеников

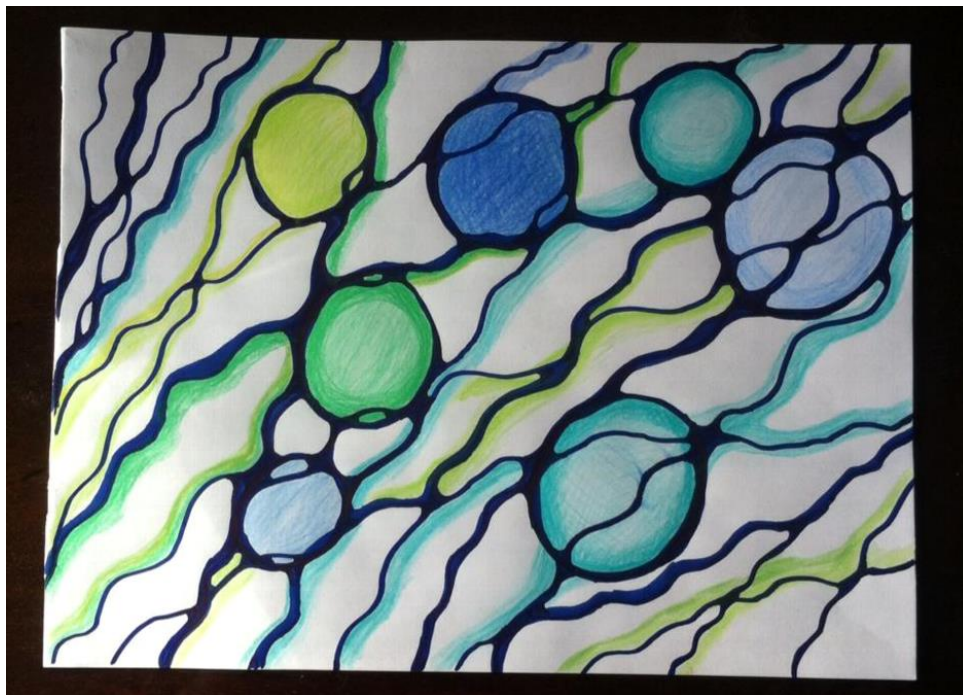
По отзывам студентов с моих различных длительных курсов (более 21 дня), такие как “Пользователь Нейрографики”, тренинг “Твое предназначение”, Марафон счастья, курс “Нейро Мандала” они стали более внимательно относиться к себе к тому что вокруг них происходит, обращать внимание что они чувствуют когда происходит что-то. То есть в их жизни уже появилось больше осознанности, больше понимания себя и от этого больше личной свободы и в итоге счастья.

Кроме этого рисование нейрографики дает людям почувствовать себя сотворцами своей жизни сразу! Из-за этого повышается уверенности в себе, но главное люди понимают, что от них многое зависит в их жизни.

Но главное они уже самостоятельно могут глубоко работать с помощью коучинга и нейрографики со своими темами, находить решение для не простых вопросов и задач. И по прошествии 3 месяцев с первого выпуска моего курса «Пользователь Нейрографики» продолжаю получать отзывы о пользе курса и как Нейрографика меняет их жизнь.



Вот некоторые отзывы и работы учениц моих курсов: «...Давно ищу



инструмент, подходящий для меня, для работы со своим подсознанием. Знаний уже много, и понимание есть, но не всегда хватает инструментов. Инструментами я называю конкретные упражнения, которые приносят

облегчения и дают развитие нашим задачам. Такие как медитации на прощение, выписки и т.д. Чем меня и заинтересовал этот курс: возможностью самому помочь себе. Включить свои глубинные ресурсы, попросить помощи в решение задач у своего подсознания. Я имею твердое убеждение в том, что в нас изначально заложены все знания. Это как хранилище с многими ящиками. Просто мы не имеем доступа к ним, так как ключи утеряны. Вот именно нейрографика теперь для меня является одним из этих ключей...»

«...Хочу поделиться своими мыслями и достигнутым результатом.



Результат не заставил себя ждать. То что я открыло с данной техникой нельзя назвать банальным психологическим инструментам, этот способ открытия себя через призму Нейрографической линии, это как



Ивченко Елена. Самокоучинг и Нейрографика. Только мы сами знаем ответы на все наши внутренние вопросы.

поговорить с собой открыто, честно, это сложно, по крайней мере для меня. Метод довольно сложный технически и времени затрачивается достаточно, но результат он есть.... А это самое главное...»

«...Курс "Пользователь нейрографики" нам преподавала Лена Манес Ивченко. Для меня это был очень интересный опыт самопознания и новый подход к решению различных ситуаций, как психологического характера,



вопросов здоровья, так и житейских, бытовых проблем. Любые проблемы в нашей голове - такой подход дает метод нейрографики. И все это можно вылить в рисунок. Как исповедь... Я бы рекомендовала учиться этому методу. Во всяком случае, своей дочери я посоветовала воспользоваться этим методом. И она тоже довольна результатом...»

«..Хочу поблагодарить вас за новый мир, который открывает во мне нейрографика. Удивительное дело...сидишь себе рисуешь, и в это же время решаешь задачи, развиваешься, расширяешь свое внутреннее пространство новыми энергиями и ресурсами.

Курс 'Пользователь Нейрографики' был насыщенным и интересным. Я давно столько не рисовала) Но остановиться сложно, когда понимаешь, сколько пользы от этого рисования!) Спасибо, что терпеливо отвечали на все наши вопросы и давали обратную связь по работам. Отдельное спасибо за то,



Ивченко Елена. Самокоучинг и Нейрографика. Только мы сами знаем ответы на все наши внутренние вопросы.

что постоянно повторяли о необходимости пауз, чтобы понять и прочувствовать ощущения 'здесь и сейчас'. Тело не врёт, и может многое нам рассказать. Я стала чаще останавливаться даже когда не рисую) Задаю себе вопросы, получаю ответы)

Нейрографика для меня - отличный способ визуально зафиксировать внутренний диалог.словно я пишу в дневник, только линиями и цветом. Наглядно и практично. Идеальное сочетание для творческого человека с



логическим складом ума))»

Развитие в самокоучинге

Сейчас, с января 2019 году буду запускать курс "Пользователь Нейрографики" в новом расширенном формате, где кроме основной программы курса, я буду подробнее останавливаться на принципах коучинга и самокоучинга, буду больше говорить о хороших коучиновых вопросах и постоянно напоминать их себе задавать.

В следующем курсе хочу ввести несколько коучинговых практик, причем с прорисовкой их с помощью нейрографики, чтобы осознать и понять



Ивченко Елена. Самокоучинг и Нейрографика. Только мы сами знаем ответы на все наши внутренние вопросы.

эти модели более глубоко. И объяснение как их можно применять из позиции самокоучинга.

Меня вдохновляют мои результаты и результаты моих клиентов, которые и после прохождения курса рисуют и работаю с собой. И очень хочется чтобы каждый человек, мог работать с собой и самостоятельно находил ответы на свои вопросы и конечно становился счастливее. Ведь когда мы становимся творцами своей жизни во всех смыслах этого смысла, мы больше не можем быть жертвой и видим мир уже в других красках. И тут появляется счастье. Счастливы мы и мир вокруг становится счастливее.

Хочу быть причастной к делу Павла Пискарева, чтобы в мире появилось 1000000 рисующих. Со следующего 2019 года начинаю приобщать к прекрасному итальянцев и буду увеличивать количество рисующих.

Хочется чтобы мир стал добрее, осознаннее и ответственно относилось к дару, который они получили - это воплощение и использовали его по назначению - для саморазвития.

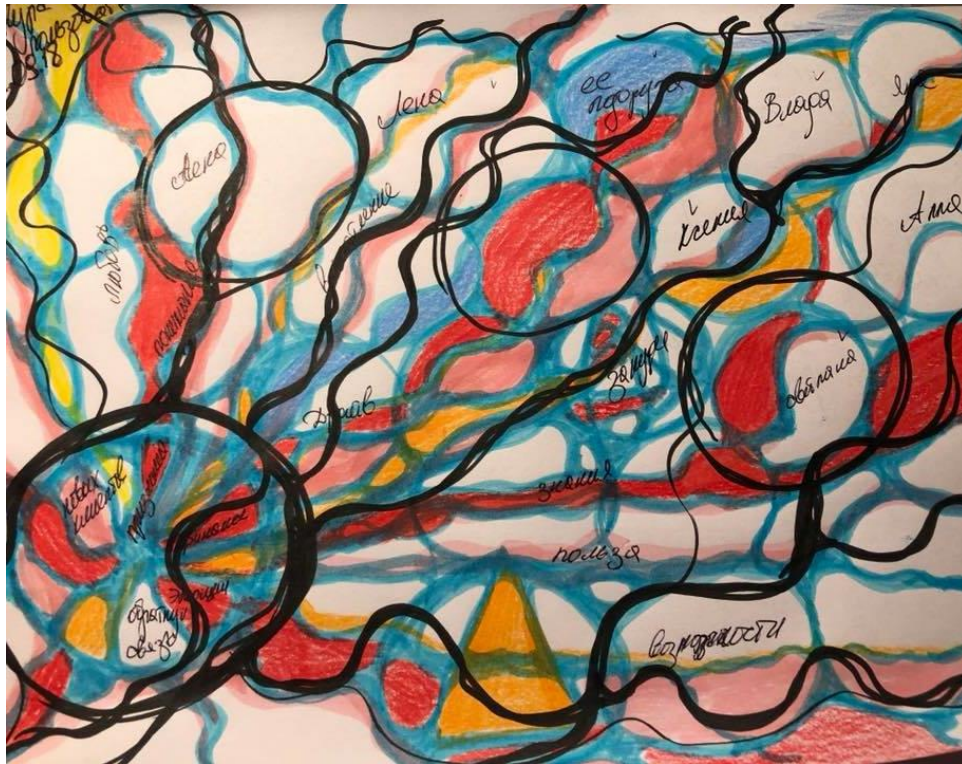
[Ссылка на дипломную работу Ивченко Елены в авторском стиле](#)



Ивченко Елена. Самокоучинг и Нейрографика. Только мы сами знаем ответы на все наши внутренние вопросы.

Работы Ивченко Елены

Тема «Планировала взаимодействие с курсом Пользователь, который проведу в сентябре»



Тема - зоны в которых мне нужна стабильность.





Автор:
Иголина Наталья
Супервизор:
Сабирова Натали

Тема:
Применение техник нейрографики при занятиях энергетическими практиками.

Данная работа посвящена моему исследованию, основанному на попытках связать такие различные и в то же время схожие методы самопознания и саморазвития как Нейрографика и энергетические практики. Я инструктор нейрографики 2018 года, познакомилась с этим методом чуть больше года назад, когда прошла курс "Пользователь". С тех пор техники нейрографики прочно вошли в мою повседневную жизнь. Теперь, уже после стольких выполненных работ, отработанных алгоритмов для широкого диапазона задач, кажется естественным обращаться к нейрографике при любой возникающей задаче, будь то разрешение конфликтной ситуации, планирование времени, формирование намерения или достижение поставленной цели. Мне не понадобилось много времени, чтобы принять Нейрографику как универсальный метод, работающий в любых областях жизни, а поскольку энергетические практики давно были привлекающей меня сферой интереса, вскоре передо мной **вопрос применения нейрографики в системах, связанных с работой с энергией и возможности их взаимодействия**. В данной работе я попыталась обосновать возможность совместного применения этих методов, основанных на их общих принципах, рассмотреть влияние использования различных Нейрографических техник на прохождение и результаты занятий работы с энергией и выбрать из них, на мой взгляд, наиболее эффективные.

Постулаты нейрографики во многом перекликаются с положениями, на которых основываются практики работы с энергией.

Например, принципы **"Образ интегрирует смыслы. Смыслы концентрируют состояния"** справедлив и для практик цигун и тайцзи цюань, где требуемых состояний достигают не путем рациональных объяснений, а с помощью образных представлений.

При обучении концентрации энергии в энергетических центрах ее представляют в виде шара, который можно вращать, сжимать, растягивать,



перемещать. Каждому движению предшествует образ. Внимание концентрируется не только на выполняемых действиях, но занимающийся осознанно представляет себе и каждое предстоящее действие, его образную наполненность. Практически все упражнения тайцзи цюань носят очень выразительные названия: "Погладить гриву дикой лошади", "Белый журавль расправляет крылья", "Золотой петух на одной ноге" и другие. Такая художественная терминология работает на ученика. Она служит мнемоническим приемом и помогает запомнить последовательность движений, помогает "вживаться" в имитируемые или навеваемые образы, способствует пробуждению и осознанию энергии ци в себе и ее движению по телу. **Нейрографика также основывается на использовании образов**, хотя и более абстрактных. Она освобождает сознание человека от узких рамок конкретных, практических выражений ситуаций и стереотипных решений, обращаясь к архетипическим образам, соотносимым с обладающими неподдающимся математическим расчетам траекториями линиями и геометрическими фигурами.

Произвольный характер линий, скругленные контуры фигур задаются другим принципом нейрографики – **"Решение обладает качеством бионики"**. При знакомстве с нейрографической линией, обучении ее рисованию часто сравнивают ее с очертаниями природных объектов, таких, как морские волны, горные хребты или облака. Они плавно перемещаются по поверхности рисунка, образуя совокупность последовательно соединенных дуг, округлений. В цигуне и тайцзи цюане ближайшая аналогия Нейрографических линий – **движения**. Переходы в комплексах из одного положения в другое и перемещения незаметны, между ними нет четкой грани, одно движение как бы зарождается, таится внутри другого. Стиль движения в системе тайцзи цюань требует, чтобы любое перемещение рук осуществлялось по дугообразным или кругообразным траекториям, что соответствует естественному изгибу суставов. В любом направлении рука никогда не выбрасывается по прямой. Дугообразность движений делает их округлыми, естественными и мягкими.

С этим качеством природности, естественности непосредственно связан и другой принцип – **доступности этих методов, возможности их использования для широкого круга людей**.

Позы в цигуне и тайцзи цюане удобные, движения не скованные, непринужденные, нет резких скачков, бросков, прыжков, приседаний. Благодаря этой особенности упражнений считается, что ими могут заниматься люди любого пола и возраста, любой комплекции, и в частности



те, кто страдает хроническими заболеваниями. Гимнастика цигун многообразна: в ней есть специальные упражнения для того или иного заболевания, есть общеоздоравливающие комплексы, есть упражнения для лиц пожилого возраста или людей, не имеющих возможности по состоянию здоровья сразу приступить к активным занятиям физической культурой или спортом. В связи с отсутствием физических усилий и напряженности во время тренировок, занимающимся не приходится много потеть, даже углубленная и продолжительная тренировка не требует специальной униформы. Не предъявляются особые требования и к месту проведения занятий, они могут проводиться дома или на рабочем месте.

Подобным образом, **применение техник нейрографики доступно для самых разнообразных групп людей, независимо от их возраста, социального статуса, образования или способностей.** Рисование нейрографики не связано временем, местом или наличием каких-то особых условий. И эта универсальность и гибкость методов приводят практикующих их людей к осознанию, что им не нужны посредники, чтобы общаться со своим внутренним ядром, связанной с природной энергией сущностью, находить нужные им решения, напрямую сообщаясь с энергией Вселенной, они укрепляют уверенность людей в себе, своих силах, своих возможностях.

По прошествии года моих практических занятий цигун и тайцзи цюань я столкнулась с большинством проблем, характерных для данного этапа. Так, мне часто было нелегко полностью **отвлечься от посторонних мыслей, погрузиться в безмятежное, открытое, уравновешенное состояние**, а потому и в комплексах цигун, и в формах тайцзи цюань мне не всегда удавалось удерживать равновесие. Из-за проблем с отвлечением внимания концентрация была отрывочной, непродолжительной, что иногда приводило к автоматическому выполнению упражнений и утомляемости.

Для своего исследования я решила рисовать по одной работе по разным техникам перед занятием и отслеживать их влияние на свое состояние и изменения в своих ощущениях при выполнении комплексов и форм.

В связи с актуальными проблемами при выполнении практик я решила начать с техник, которые могли бы помочь мне меньше отвлекаться на посторонние мысли, освободить сознание и сосредоточиться на занятиях.

Отвлечение и рассеивание внимания.

“Голубой океан”



Первой такой техникой стал "Голубой океан", где объектами стали предметы моих отвлечений и рассеяния внимания (рис. 1). В зависимости от степени моего отвлечения на тот или иной объект, соответствующие фигуры были разного размера. От фигуры себя я проложила себе пространство в свободные, не занятые ими участки листа.

Результатом этой техники стала вначале некоторая подвешенность в пустоте, но после скруглений и опоры на линии поля я почувствовала, что моя внутренняя сущность имеет свой вес и может существовать без привязки ко всем этим привычным фигурам. По завершении работы сохранялись спокойствие и освобождение от мешающих мыслей, но сосредоточить внимание на чем-то одном не удавалось, оно просто стало включать мое



сознание, тело, окружающую в данный момент обстановку – мою реальность в этой точке пространства в настоящий момент.

Рис. 1

Для повышения концентрации внимания я

попробовала рисовать работы из нескольких расположенных один в другом кругов, но они были непродолжительными, буквально на несколько минут, и, может быть, из-за этого не могли затянуть мое внимание в достаточной степени, чтобы затем перенести это состояние сосредоточенности на что-то другое (рис. 2)



работы из нескольких расположенных один в другом кругов, но они были непродолжительными, буквально на несколько минут, и, может быть, из-за этого не могли затянуть мое внимание в достаточной степени, чтобы затем перенести это состояние сосредоточенности на что-то другое (рис. 2)

Рис. 2

Из других пробных техник можно упомянуть



рисунки, где я изображала 7 расположенных одна над другой чакр и вертикально проходящие линии поля, отражающие течение энергии по центральному каналу. Я прорисовывала их с удовольствием и принятием гармонии между чакрами, различными видами энергии в человеческом организме, но особого эффекта в виде лучшего ощущения энергии или центров, которые считала менее развитыми по сравнению с остальными, не почувствовала (рис. 3).



Рис. 3

Более четкие ощущения появились, когда я свела количество прорисовываемых объектов к основным энергетическим центрам – трем дантяням (рис. 4). Впрочем, при варианте их изображения в виде кругов равного размера заметная активизация энергия наблюдалась там, где она у меня и так обычно ощущается при выполнении практик – в верхнем и, отчасти, среднем дантяне. Так, в стойке ощущалось давление на глаза, закладывало уши, было чувство легкого сдавливания в голове, быстро нагрелась верхняя половина тела, стало трудно дышать.



Рис. 4

В дальнейшем я пробовала рисовать эту технику, немного увеличив размеры нижнего дантяня и изобразив все три энергетических центра с "лучиками"-полукружьями, как результаты (рис. 5).

После этой работы эффект был не таким ярким физически, хотя и не менее сильным. **Это было ощущение спокойствия, своей устойчивости, самодостаточности** и свободы от зависимостей. В оставшуюся часть дня я уже не принимала пищи – не было физической

потребности и не думалось об этом. На занятии выполняла движения четко, без суетливости. Стойку простояла без особого напряжения, хотя до этого могла отвлекаться на физическое зажатие каких-то мышц или мысли об окончании.



Рис. 5

Мандала

Самую отчетливую концентрацию внимания я получила, перейдя к **мандале** (рис. 6). Как в процессе ее прорисовки, так и на последующем занятии проявились **сосредоточенность, направленность внимания, увлеченность, приток к энергии к голове и – немного – к груди, чувство расширения, воодушевление, мобилизация внутренних сил, спокойная уверенность и ощущение внутренней опоры.**



Рис. 6

После этого я неоднократно рисовала мандалы перед занятиями и всегда чувствовала влияние этих работ на мои ощущения при их проведении.

Например, после проработки следующей мандалы (рис. 7) в течение всего занятия сохранялись **предельная концентрация,**

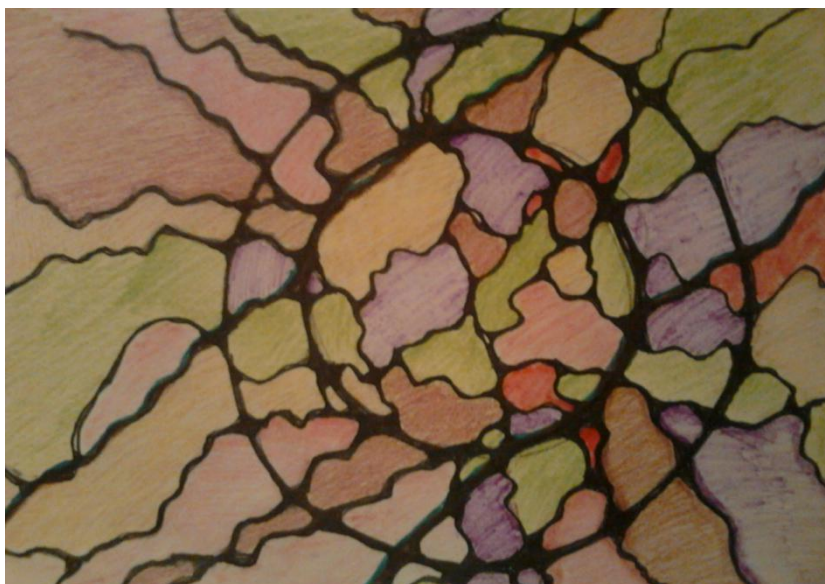
устойчивость, уверенность, внутренняя ясность, четкость сознания, уравновешенность. Лучше, чем обычно, удерживалось равновесие в комплексах и формах, ощущение свободы в движениях. Не было привязки ко времени, спешки, отвлечения на привычные мысли.

Рис. 7

При дальнейшей практике прорисовки мандал проявились такие эффекты как **разогревание тела, прилив сил, желания действовать, энергичность, сокращение времени на сон (3-5 часов), ощущение собранности, цельности, появление на занятиях чувства удовольствия от своего тела, своих движений при разминке, в комплексах и формах.**



В рамках рисования мандал я выполнила работу "8 мандал" (рис. 8), где каждая соотносилась с определенным ключевым для меня понятием, используемым в практиках работы с энергией: осознанность, концентрация, свобода, энергия, гибкость, чувствительность, открытость, цельность.



После завершения этой работы сохранялись ощущения собранности, готовности действовать, уверенности в себе при освобождении от сомнений, размышлений, рефлексии, чувство легкого надавливания в точке верхнего даньтяня.



Рис. 8

Кроме упомянутых техник я использовала и другие нейрографические модели:

Моделирование

Композиция

фигур (рис.9). На этом рисунке нисходящий ряд прямоугольников обозначает ученьшение инертности, лени. Восходящая диагональ треугольников – возрастание энергии, силы, диагональ кругов – рост осознанности. Желаемое состояние – правый верхний угол, соединение круга и треугольника. Дополнительная фиксация прямоугольников в точках золотого сечения отражает устойчивость, надежность, уверенность, опору и поддержку. Рисовала работу с удовольствием, после нее ощущала легкость, освобождение, а также силу и самодостаточность.

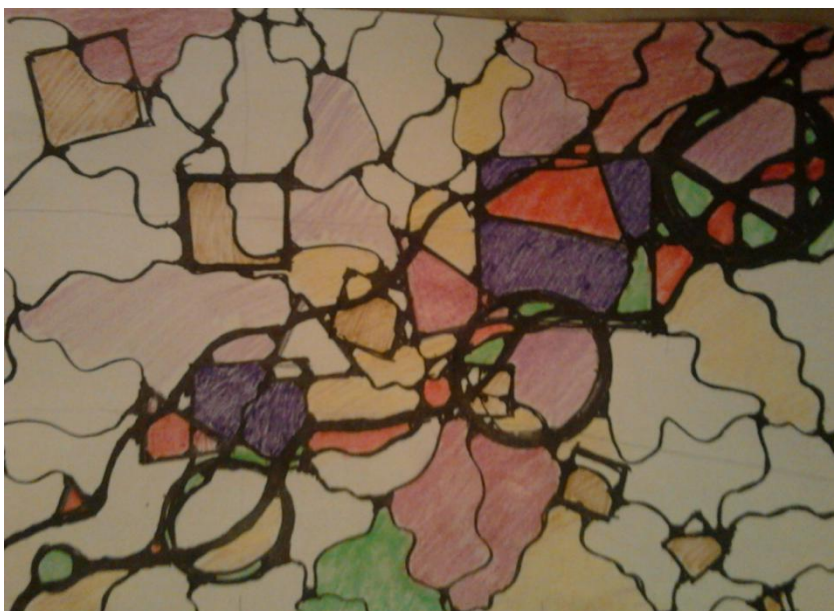


Рис. 9

Нейродревцо

Техника рисования **нейродревца** (рис. 10) не принесла ощутимых изменений в ощущениях при выполнении энергетических практик.

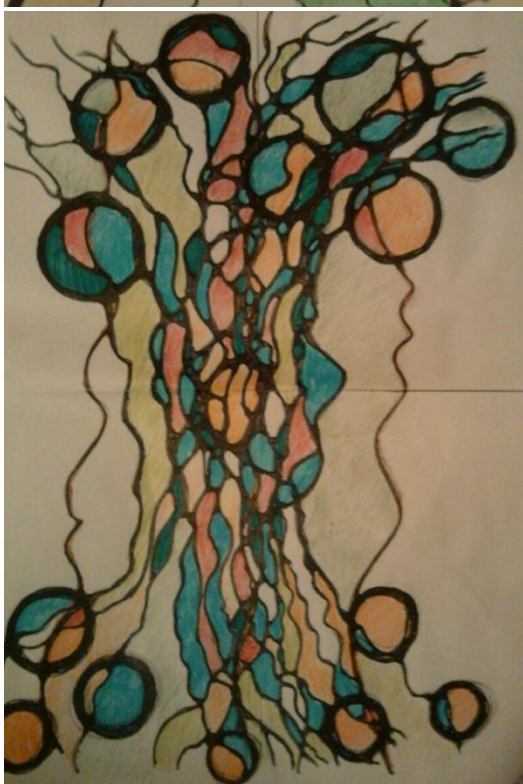
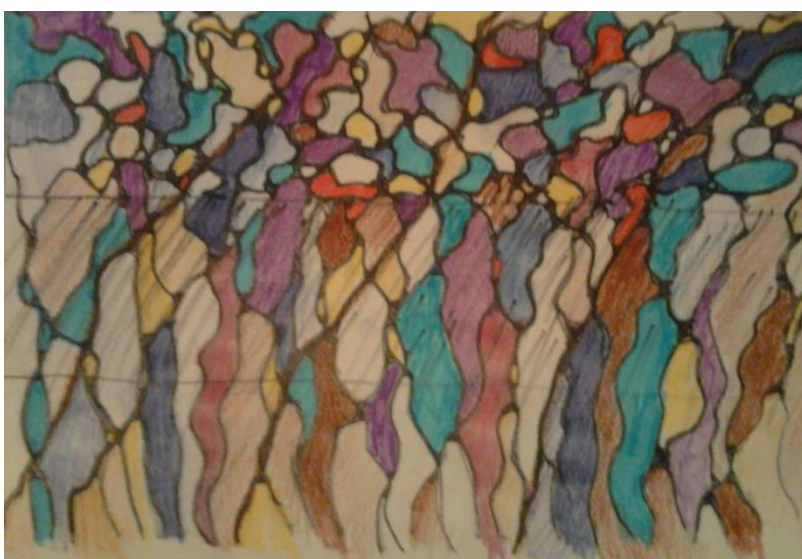


Рис. 10

Более эффективной оказалась сходная с ней техника "**Шаманский дождь**" (рис. 11).

При ее применении увеличилась **активность, мобилизация внутренней силы, стремление действовать**. Во время стойки и после нее возникло редкое ощущение вибрации в стопах. В сознании проявился более широкий, масштабный взгляд, чувство расширения круга видения.

Рис. 11



При проработке **структурной модели личности** (рис. 12) было приятно соединять зону бессознательного, удовольствия с идеалами и реальностью. Соединение с идеалами дает чувство вдохновения, воодушевления, большей



четкости удовольствия, с реальностью – ощущение прикосновения к мечте, непосредственного физического ее осязания, реальности и близости желаемого, своей силы и легкости.

По завершении работы осталось ощущение реальности, конкретного выражения, возможности и близости цели. Во время выполнения упражнений чувствовалось **состояние погруженности в настоящий момент времени**, не было ожидания окончания очередного комплекса, не хотелось торопиться.

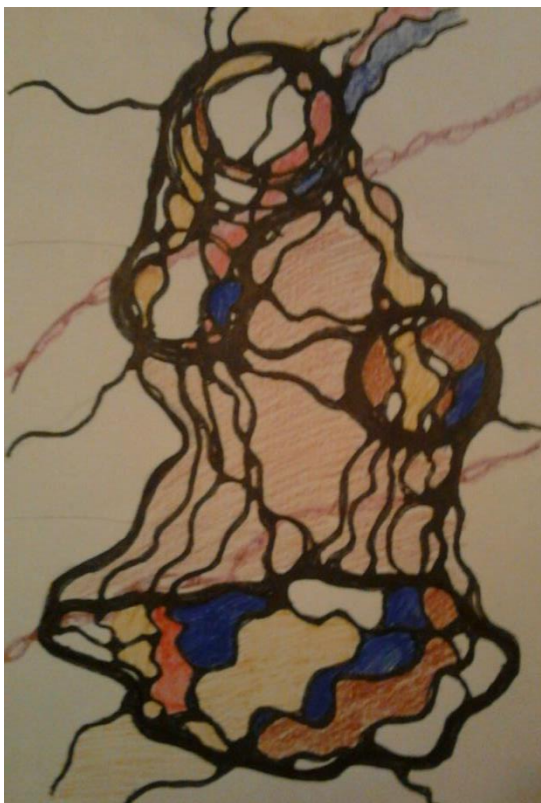


Рис. 13

При использовании техники "SCORE" (рис. 14) результатом стали спокойствие, неторопливость, гибкость при выполнении движений. В стойке и после нее возникло ощущение сдавливания в полостях лба и носа.

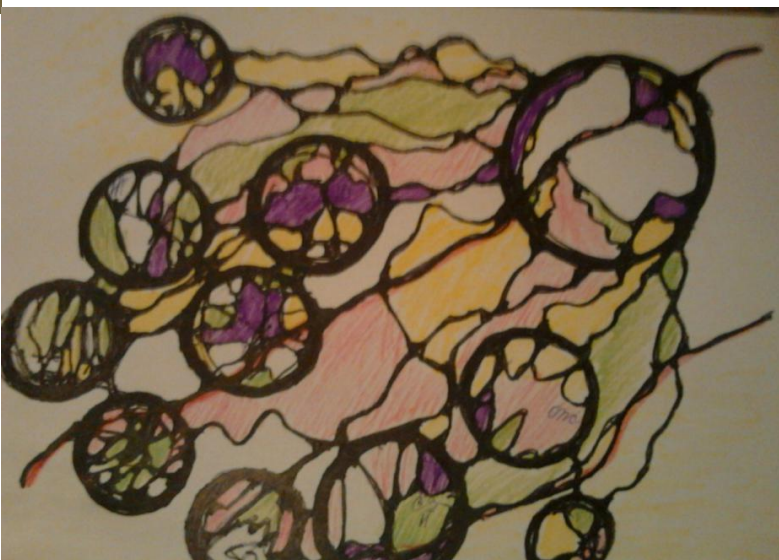


Рис. 12

В своем исследовании я также попробовала применять техники, направленные на достижение результата, решение поставленных задач.

Достижение результата

Модель "TRUE" (рис. 13) в какой-то степени распространила на занятия чувство интереса, энтузиазма, возникшее в ходе прорисовки работы.

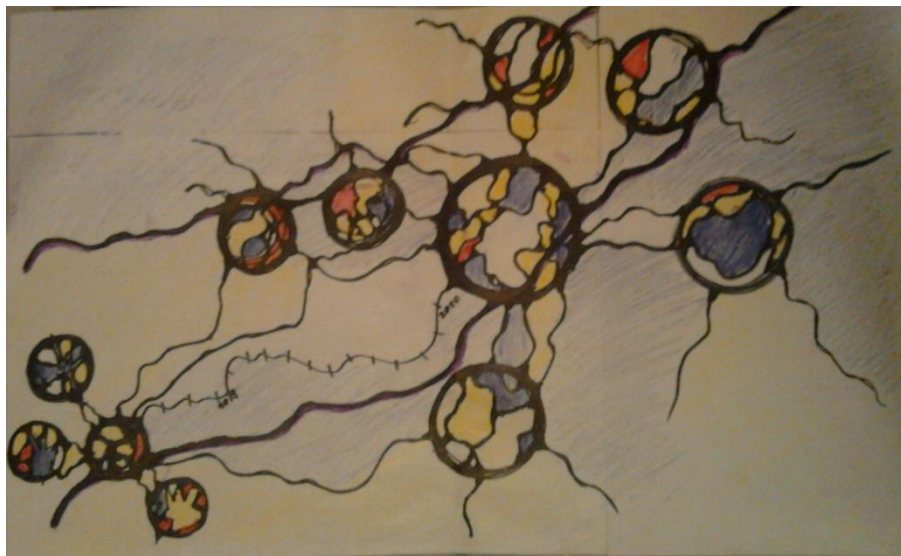


Рис. 14

В **Коллайдере развития** (рис. 15) я выделила секторы: 1. энергия, 2. открытость, 3. чувствительность, 4. осознанность, 5. концентрация, 6. цельность, 7. учитель. Прорисовка этой работы дала более

широкое, масштабное видение, уверенность, ощущение начала какого-то крупного проекта, своей свободы и силы.

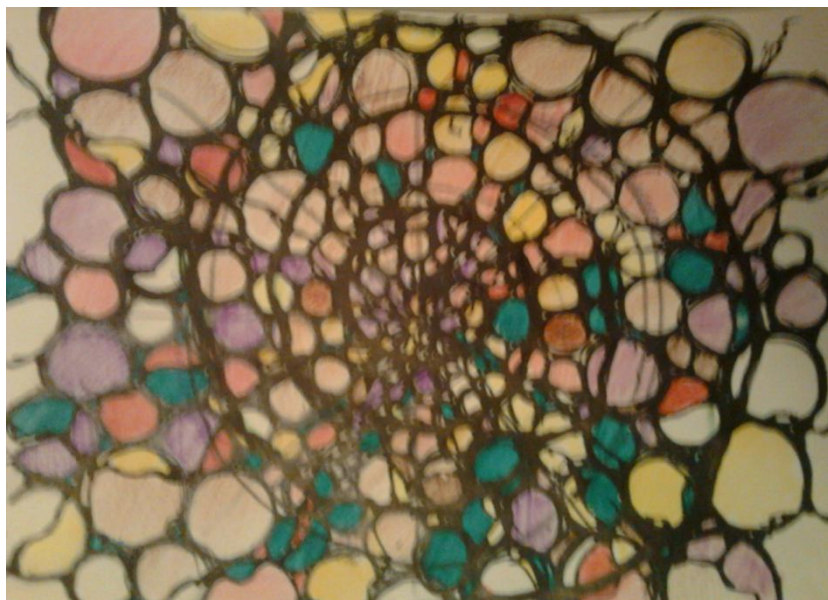


Рис. 15

При прорисовке звезды **“Декомпозиции Цели”** (рис. 16) использовала следующие лучи:

1. пересмотреть приоритеты-интересы, выстроить в соответствии с ними распорядок дня;

2. осознанно пересмотреть и скорректировать режим питания;
3. заниматься самостоятельно каждый день установленное количество времени;
4. заниматься с инструктором, группой;
5. применять информацию, полученную из интернета и книг, просматривать видео с демонстрациями исполнения упражнений;
6. делать регулярно физические упражнения, способствующие лучшему выполнению комплексов и форм;
7. учиться чувствовать и видеть энергию;
8. развивать осознанность и внимание.

На последующем за работой занятии ощущала **четкость, ясность сознания, сосредоточенность, комплексы хотелось выполнять не**



торопясь, осознанно отслеживая-представляя перемещение энергии.

Техника дала также ряд ощутимых физических эффектов: быстрое разогревание тела в стойке, особенно верхней части корпуса, затрудненность дыхания, ощущение надавливания в голове, давления на

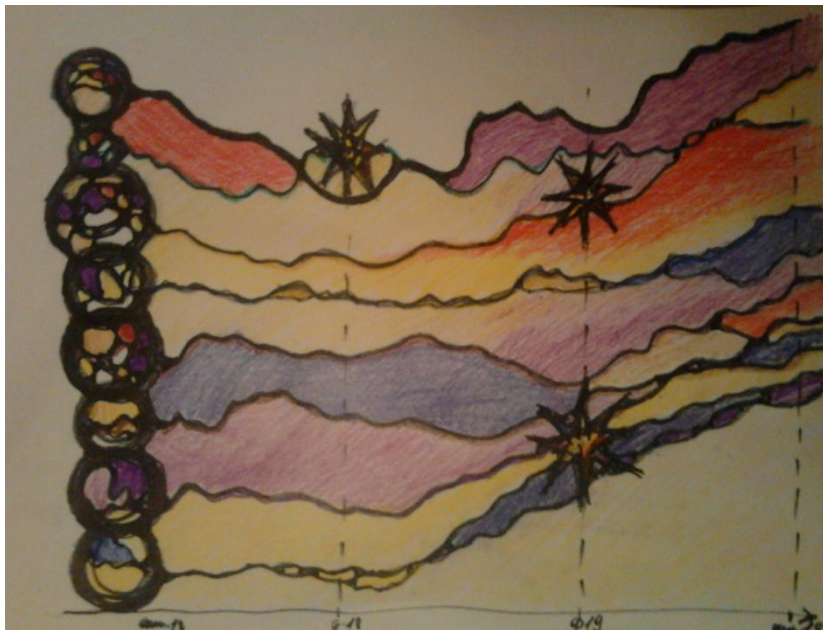


уши, покалывания в груди, голове и руках. При отработке комплексов не фиксировалась на времени, а на самом исполнении движений, их повторении столько раз, сколько это чувствовалось необходимым, более осознанно, чем обычно, не торопясь и не замедляясь, пытаюсь глубоко почувствовать энергию в

каждом движении.

Рис. 16

При последующем выполнении этой техники также отмечала четкость, удовольствие, удовлетворение, когда замечала, как отдельные этапы занятия соотносятся с лучами звезды, осознание задач при выполнении каждого упражнения, физические ощущения в стойке – ускорение сердцебиения, тяжелее дышать, покалывание в ладонях, пальцах.



В работе **“Цель-Достижение-Результат: достижение”** (рис. 17) использовала те же драйверы. По завершении работы чувствовала осязаемость, реальность цели, своего могущества, силы все спланировать, организовать, смоделировать, четкость, ясность, ощущение себя в будущем – как бы я чувствовала себя в эти



промежутки времени.

Комплексы выполняла осознаннее, чем обычно, не ожидая их окончания, представляя движение энергии в каждый момент времени, плотность и вес воздуха при поднятии рук. Присутствовала более выраженная концентрация, сосредоточенность, было меньше эмоционального отвлечения и реакций на окружающую обстановку, людей.

Рис. 17

При использовании модели **“Цель-Достижение-Результат: 8 результатов”** (рис. 18) прорисовывала следующие драйверы:

1. Физическая гибкость и пластичность.
2. Телесная чувствительность.
3. Чувствительность к энергии.
4. Способность управлять энергией в своем теле.
5. Психическая уравновешенность и гибкость.
6. Развитие творческих способностей, доступ к инсайтам.
7. Открытость для свободного прохождения природной энергии.
8. Умение применять свою энергию при взаимодействии с другими людьми.

Во время выполнения стойки чувствовалось сдавливание, отдающее в голову, немного закладывает уши. Равновесие в комплексах поддерживалось немного лучше, чем обычно, отработывала их с удовольствием, осознанностью.



Рис. 18

нейрографики коммуникации.

Важным этапом исследования стало для меня использование техники

Нейрографика коммуникации

Я выполнила несколько работ по теме “Я и Цигун”, в которых



соединила круги, представляющие названные объекты, нейрографическими линиями (рис. 19). От фигуры "цигун" к моей я протянула линии здоровья, раскрытия своего творческого потенциала, способностей целительства и боевого применения. От меня к кругу- "цигун" пустила линии своих усилий, времени, передерживания принципов цигуна в повседневной жизни. Выполнение этой работы дало мне большую уверенность, более свободное ощущение себя в этой теме, чувство интуитивного понимания.

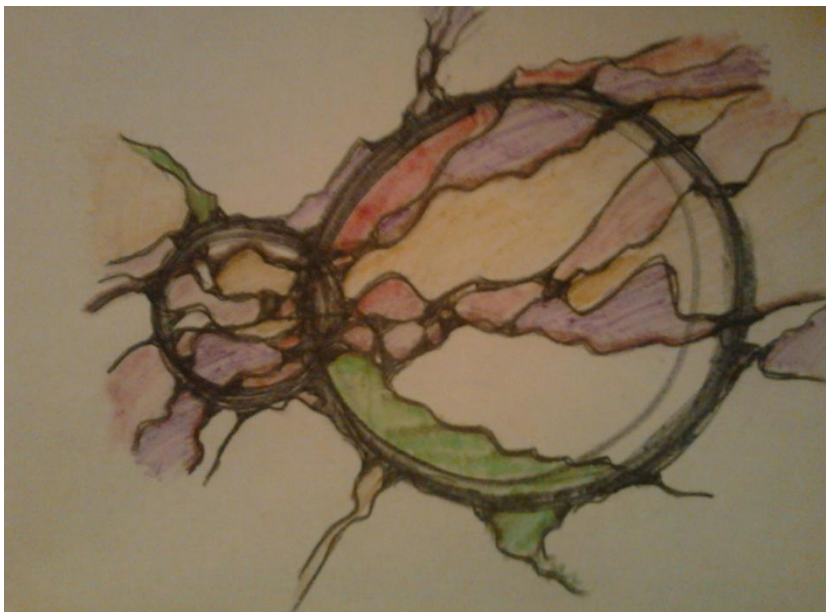
Усилилась сосредоточенность, спокойствие, возник азарт, ощущение своей силы. При выполнении энергетических практик чувствовала большую гибкость, могла, руководствуясь своими ощущениями, менять привычный алгоритм занятия по ходу его проведения, делать выборочно какие-то упражнения, более детально останавливаясь на них, другие пропускать, лучше чувствовала свое тело.



Рис. 19

Так же и после второй работы на эту тему (рис. 20) мне было проще распределять время, не отвлекаясь не несущественное и уходя в привычные, стереотипные механические действия.

Рис. 20



В дальнейшем, при применении этой техники я всегда чувствовала большую четкость восприятия, осознанность. Также я заметила, что в дни прорисовки техники коммуникации и структурной модели личности я узнавала какую-то новую, интересную и полезную

для меня информацию, связанную с энергетическими практиками, которая



могла помочь мне с лучшим пониманием комплексов или форм и более качественным их выполнением, будь то новые упражнения на опускание и ощущение центра тяжести или упражнения, способствующие достижению лучшего равновесия, цельности тела или ощущения движения энергии.

Таким образом, мной была **проведена работа по исследованию возможностей применения техник нейрографики для улучшения качества проведения энергетических практик и достижения больших результатов в системах работы с энергией.**

По итогам выполненных работ можно сделать следующие выводы:

—При повторении одной и той же техники несколько дней подряд ее результаты становятся не так заметны.

—Разные техники могут оказаться более или менее эффективными в зависимости от поставленных задач и этапа обучения практикам работы с энергией. **Для настройки на эгрегор, более глубокого усвоения основных принципов** оптимально подходит техника нейрографики коммуникации, также для этой цели можно использовать структурную модель личности.

—Для усиления концентрации, ясности сознания, лучшего ощущения энергии эффективно применять рисование мандалы.

Учитывая приведенные выводы, я **могу рекомендовать использование нейрографических техник перед занятиями энергетическими практиками для улучшения показателей качества их выполнения и достижения более сильных эффектов.**

При ежедневных занятиях практиками работы с энергией могу предложить параллельное еженедельное применение техник коммуникации и рисования мандал два-три раза в неделю.

[Ссылка на дипломную работу Иголиной Наталии в авторском стиле](#)



Автор:
Ильинская Наталия
Супервизор:
Степанова Лариса

Тема:
Рисунок в моей жизни.

Все мы родом из детства. В психологии считается, что основные паттерны поведения человек получает в самом раннем возрасте. И это я на себе ощутила и не раз.

В возрасте 5-6 лет мама водила на кружок рисования. По моим воспоминаниям, мне очень нравилось рисовать. Я до сих пор помню свой альбом. И особенно картинку, на которой была девочка в больном платье. Юбку этого платья я приклеила из фантика от шоколадки. Мне так она нравилась!!! Но.. я была очень полной и часто болела. А ездить на этот кружок было далеко, в другой район города. Маме стало было сложно меня возить так далеко. И мне она объяснила ситуацию так: преподаватель сказала, что у меня ничего серьезного не получится. И поэтому мы туда больше ездить не будем.... Сейчас я ее понимаю, тогда многое было значительно сложнее и жизнь в частном доме с печкой и работа на режимом предприятии и жуткие морозы сибирского городка. И плюс ко всему ужасный и холодный транспорт, ждать которого приходилось по долгу. Это понимание пришло что временем, но то, что у меня ничего не получится осталось на всегда. Вернее до момента знакомства с психологическими практиками. Я не помню свою реакцию на ту ситуацию. Но, я очень долго тайком хранила тот альбом, пока при переезде его не размочило дождем.

В дальнейшем эта фраза преобразовалась в мою жуткую неуверенность. Даже имея почти красный диплом по окончании школы, я пошла в швейное училище. Я считала, что на такую «корову как я», что-то сшить смогу только сама. Интересно, но в училище, по роду специфики, мне так же пришлось рисовать. И конечно я не даже не пробовала сама нарисовать платье, я клала лист бумаги на стекло и переводила подсвечивая снизу лампой. А раскрашивала уже сама, ну и вносила коррективы тоже сама. Там я опять вспомнила, что мне нравится рисовать, и я наслаждалась процессом. И рисунки получались красивые. По рисованию у меня было «5». Но, семя никчемности попало в благодарность почву, и дало свои плоды.

Но, мне, почему то кажется, что к Нейрографике я готовилась, а



возможно и знала, что буду ей заниматься еще со школы. Даже на фоне утвердившегося во мне убеждения, я подсознательно верила в свои возможности. Наверно поэтому, я до сих пор помню фразу моей подруги. Мы готовили поделки на городскую елку. Она из поролон вырезала фигурки зверей и раскрашивала их. Я тогда сказала: «А вдруг ты промахнешься, и линия не правильно ляжет и все испортится?» На что она мне ответила: «Ничего страшного, все можно исправить!»

Тогда для меня это стало пин-кодом с затяжным действием. Я и подумать не могла тогда, что подобная фраза многое изменит в моей жизни.

Внутреннее стремление притянуло в мою жизнь чудо! Этим чудом стало знакомство с Нейрографикой. Моё любопытство и подружки привели меня к маркерам.

И вдруг, через много лет, лежавший на сохранении в памяти пин-код, получил отклик. И им стала фраза Лены о том, что любую кривую линию можно сделать красивой! И как ни странно, я поверила.

На сколько меня захватило скругление линий, описать не возможно! Помню, когда мы вышли, я просто танцевала от осознания, что я могу красиво рисовать! Это был праздник! Я на одном дыхании прошла все 4 занятия. Я начала рисовать даже в машине, по дороге на работу. А на рисование нейродрева я привела мужа и родственников. Но, к сожалению, они не разделили мой восторг. И сейчас только говорят, что им нравятся мои работы.

Перед тем как соприкоснуться с Нейрографикой, я много лет занималась различными практиками. Это йога, массажи, шаманизм, ченнелинг и многое другое и даже в тетахилинг погрузилась. Каждая практика давала что-то. Я как бы шла по ступенькам.

Сейчас на своем примере, я понимаю, что развитие действительно идет по чакральной лестнице. По крайней мере, по своему пути я это очень ярко увидела. Все начиналось, для меня с бега и обучения массажам, это как раз муладхара, корневая чакра. Интересное осознание пришло прямо сейчас, когда это пишу, я поняла, что пробовала, неосознанно, перескакивать и заниматься практиками, относящимися к более высокой чакре. Многое получалось "коряво" или приходило разочарование. Я возвращалась или находила другие практики. И лишь когда набирала нужный опыт, вновь погружалась, в то, от чего ушла. Так случилось с ченнелингом. Первое соприкосновение было очень негативным, но сейчас это стало естественным



состоянием для меня. Здесь все описывать не буду, но для меня еще один момент о котором стоит поразмышлять. И есть пришла мысль наложить развитие по чакральной системе на нейрографику. Думаю, получится очень интересно и полезно.

По все видимости, я для себя на это воплощение взяла настройки по ступенчатого развития от муладхары до.. Думаю, что за 600 лет жизни я выйду за пределы Срахасары☺ Сама же Нейрографика, для меня это чистое проявление Вишудхи, центра творчества. Голуба нить этой чакры вела меня все мои прожитые годы. Когда я рисовала выброс на прожитые годы, родился интересное осознание: я ощутила все события как кино, которое я посмотрела и эмоционально глубоко погрузилась в переживания событий.

И так, пин-код сработал, когда я попала на курсы. Я стала много рисовать. Но. Опять но... похоже многие программы по которым мы живем, уходят из нашего поля слоями. И установка неуверенности опять дала о себе знать. Опять вылезло, что у меня ничего не получится. Я видела красоту, какую рисовали другие и конечно Павел, восхищалась этими работами, и ужалась от своих художеств. В какой-то момент решила все бросить и обидеться на саму себя. Это была моя привычная реакция на неудачу. Но, пройденный путь развивающих практик, дал о себе знать. И я упорно продолжила рисовать, уговаривая себя: "Я художник, я так вижу!"

Тут случилось Море. Я 2 недели глубоко дышала, расслаблялась и рисовала. И! Барабанная дробь, это случилось! Я рисовала денежную купюру. И меня "трехануло" так, что я почти час не могла прийти в себя, руки тряслись, слезы лились. Что произошло, осмысленно я не могу сказать даже сейчас. Не подумайте, что я этого ждала, настраивалась на что-то такое. Нет, все произошло спонтанно. Я рисовала без темы, вернее сама банкноты задавила тему. Я рисовала просто, чтобы "набить" руку. И вдруг... интересная реакция тела на изменения в нейронных связях мозга. После этого случая оценка своего творчества для меня стала менее значимой.

Когда мы летели обратно, а это 10 часов в самолете, рисование стало прекрасным способом «убить время». Мимо нас ходила бортпроводница, она заинтересовалась нашим занятием, а потом подсоединились девочка и ее мам, они сидели напротив. В общем, получилось так, что «первый» спонтанный тренинг по нейрографике я провела на борту самолета.

Потом появилась информация про обучение по направлению коуч-нейрограф. Если честно, я вообще не планировала получать образование. Но что-то меня зацепило. Что, я и сейчас четко сказать не



могу. Поэтому, я начала продумывать, а для чего мне это обучение нужно? Вернее осозаемую причину пройти курс. И ту я вспомнила, что давно хотела описать свои знания и опыт в книге. А, так как одним из условий было написать дипломную работу, то я решила, раз просто так я ни как не могу сесть за написание книги, то дипломная сподвигнет меня на этот «подвиг». Но не тут то было.

Начались занятия. Я, как всегда, приняла решение быть пунктуальной и конспектировать все занятия. Как ни странно, меняхватило аж до мая месяца. Как раз к мая, я начала понимать, что в обучении самому рисованию отводится лишь 50% внимания. И это ввело меня в ступор. Я вроде бы как шла рисовать, а тут еще и коучинг!

И начало вскипать все всякое. Я реально скатилась в эмоциональную яму. К этому времени, я уже думала о себе лучше, и была уверена, что могу управлять своими эмоциями и смотреть на ситуацию со стороны. Но, как завещал «Великий» - работать, работать и работать!

Полезли претензии, в-первую очередь к себе - как я читала, почему сразу не поняла, на что подписалась? Уговоры про художника тоже перестали действовать, я возненавидела все свои каракули! А сколько «прекрасных» слов я сказала Павлу... Меня бесила подача материала, знаний, которых я воспринимала по-другому. Я выискивала моменты несостыковки того, что знала я и того, как передавал Павел. В какой-то момент я решила отстраниться и позволить себе услышать другое видение. И это стало вздохом облегчения для меня. Но, все-таки, я решила притормозить.

Я бросила занятия и решила посмотреть, что будет на интенсиве, и уже потом принимать какое-то решение. А мандалы так и остались не дорисованными. Вернее, из протеста, я нарисовала мандалу по спирали. Забегая вперед, скажу, такая спираль мне очень понравилась. В ней я ощутила поступательность изменений, символ того, что все программы и установки трансформируются слой за слоем.

И вот наступил интенсив. У меня был длительный семинарский период. И в нем нас постоянно провоцировали на активность. И, конечно, на интенсиве я с места в карьер, решила ломануться в деятельность. И тут, как хорошо, что я хоть немного занималась самонаблюдением, я ощутила раздвоение. Часть меня, по старой памяти, рвалась в активность, другая просто выла, от усталости. Конечно, усталость накопилась из-за сопротивления и внутреннего раздрая. И я приняла, как мне кажется единственно правильное



решение – расслабиться и наслаждаться процессом. Не сразу, но мне удалось это!

Большая часть тем, которые я рисовала, были, так или иначе связаны с деньгами или изобилием. Но одна тема касалась моей кошки. Она у меня очень своенравная, воспитанная, но совершенно не дает погладить ее, и это очень огорчало. Когда рисовала, то представляла, как она сидит у меня на руках, и мурлычит. Но, через 3 месяца ситуация развернулась неожиданным для меня вариантом. Мой муж, который вообще был против животного, предложил взять еще котенка и выбрать ласкового, чтобы сидел на руках. Когда это случилось, я поняла, на сколько, тонко работает нейрографика! Я не повлияла на кошку, не изменила ее, но пространство откликнулось и создало вариант, о котором я даже и помышляла!

И, только после этого осознания, я вновь приступила к занятиям. Я так рада, что не стала заставлять себя заниматься. Я слушала себя, и ощущала, как постепенно напряжение спадает. И даже рисунки стали интереснее получаться. Конечно, пришлось догонять всех, но это уже приносило удовлетворение. Теперь, я уже спокойно приняла, что книга, как дипломная работа, написана не будет. А так как я много рисовала ну эту тему, то она воплотится обязательно, и мне теперь интересно в какой форме это произойдет!

Во время моего сознательного «затворничества» появилось желание нарисовать большие картины, на всю стену. Первой из них стало Древо Изобилия. Я поразились, как легко оно появилось. Я проживала каждую линию роста, вместе с ней наполнялась «соками земли», я ощущала эти линии внутри себя. Ветки деревьев для меня стали олицетворением расширения, безграничности, а плоды наполненностью. Древо продолжает расти. Я сначала хотела поторопиться и закончить рисунок, но потом остановилась. Это древо стало как процесс аккумуляции пережитых ощущений.

Вторая работа родилась в день рождения. Мне очень захотелось нарисовать, заложить свой новый год. Его основу я рисовала 12 дней. Есть такое знание, что каждый последующий день после дня рождения соответствует месяцу в личном году. И в эти дни закладывается энергия по 12 знакам гороскопа. Поэтому я на протяжении 12 дней что-то добавляла в рисунок, с настроением на определенные энергии.

На очереди огромная мандала на всю стену, пока она рождается во мне, а стенка ждет!!!!



Очень важно для меня то, что я попала в нейрографику после моего знакомства с книгой, направленной на обретение состояния Изобилия. Эта книга дала огромное количество осознаний и новых переживаний. В работах я постоянно брала темы из этой книги. Когда я просто читала книгу, мне приходилось «обрабатывать» новые понятия и пояснения исходя из того багажа знаний который у меня уже есть. И даже переживания и ощущения брались как уже кем-то описанное. Настроиться на личные ощущения, я думаю, мне помогла именно нейрографика. В рисунке забываешься, отключается оценка и контроль, и это дает возможность активизироваться ощущениям, моим личным ощущениям.

Я уже писала, что перескоки через чакры меня приводили к возврату, так произошло и во время «затворничества». Мне в руки попали диктовки ченнелинга. И к моменту моего возвращение к рисованию, я много прочитала и запустились процессы осознания. Это еще один плюс к осознанию того, что все всегда происходит во время. Соединение мощных практик ченнелинга и нейрографики дали мне много прояснений. Одно из них, которое я сейчас глубоко переживаю, это состояние ПОЗВОЛЕНИЯ. А совсем недавно, я каждой клеточкой ощутила, на сколько, личный мир человека состоит из его убеждений. Но самое главное, что убеждения не имеют никакого отношения к человеку. В любой момент мы можем войти в новую дверь и примерить новое «платье». А лично для меня свершилось еще одно чудо, ченнелинг вернулся в меня, или я в него, не важно. Просто я опять в «канале»

Не могу сказать, так как не акцентировалась на этом, в какой момент, какой рисунок или текст дали мне такие переживания. Главное это случилось! И огромная благодарность Павлу и его нейрографике, за возможность все осмыслить, написав этот текст. Я жутко сопротивлялась, не хотела ничего писать, так как ни как не могла решить, что конкретно нужно. И... вдруг приснился сон! Во сне, Павел мне говорит: «Что ты паришься? Ну, посадишь 8 кинзы сейчас или потом, какая разница! Не парься!» . И в этот день родился этот текст !!!

В заключении хочу привести свою переписку с моим очень уважаемым астрологом. Она спросила:

- А можешь поделиться результатами нейрографики? Как у тебя происходит трансформация?

И у меня родился ответ:

- В общем, для меня рисование стало хорошим дополнительным



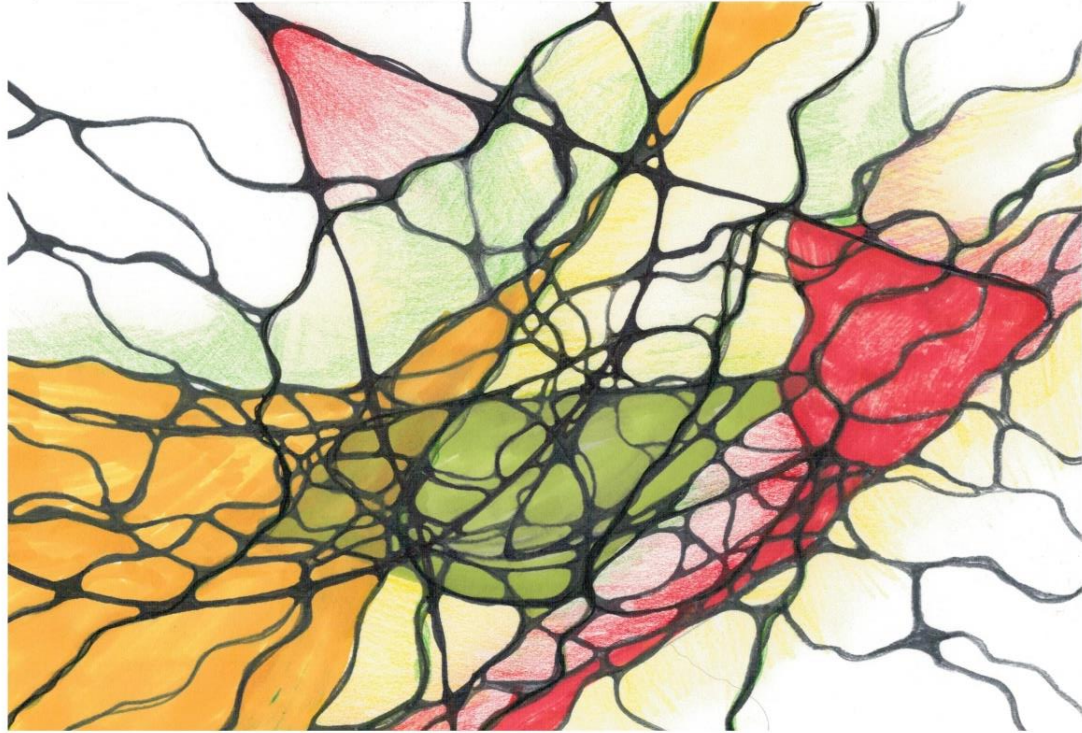
инструментом. В том плане, что я последнее время, можно сказать, меняю мышление. И вроде как рисую на другие темы, а эффект в нужном направлении. В моем восприятии нейрографика работает на более «неосвязаемом плане», так как процесс идет на пробуждение ощущений и без интерпретации проводника. То есть, я нарисована, показывала направление рисунка, а нейронные связи поменялись сами в непредсказуемом варианте и процесс сам запустился. В отличии, опять же для меня от других инструментов, хоть карты Таро, хоть тета и другие, всегда присутствует подача информации человеком и пропущенной через картину мира проводника. Это дает определенные искажения. И , если учитывать, что сам человек тоже воспринимает через призму своих установок, то результат предсказуем и очень узок. Нейрографика через нейронные связи дает реализоваться тому, о чем может и само человечество пока не догадывается. Наверно как-то так.»

[Ссылка на дипломную работу Ильинской Наталии в авторском стиле](#)

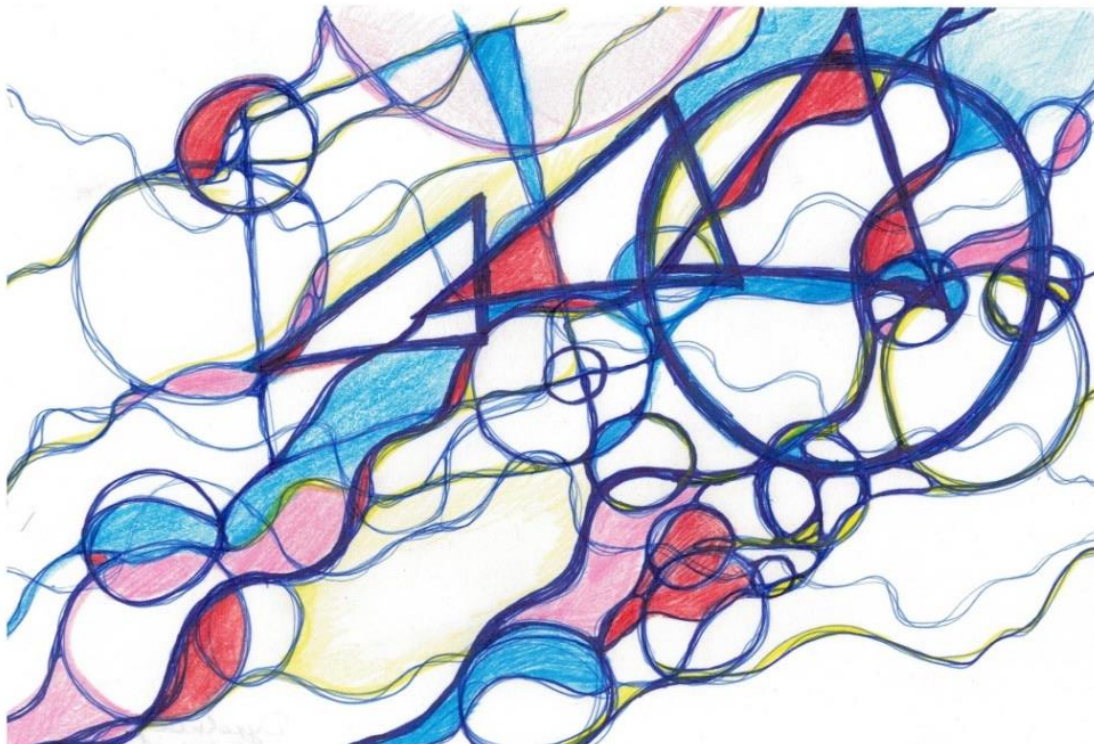


Работы Ильинской Наталии

Тема: Деньги



Тема: Тренинговый проект





Автор:
Исхакова Лариса
Супервизор:
Пичугина Ольга

Тема:
Нейрографические расстановки

Общая характеристика работы

Актуальность темы. Тенденции развития нашего общества в большей мере сегодня стремятся к раскрытию внутренних ресурсов и скрытых возможностей современного человека, что способствовало бы стойкому эмоциональному настрою, формированию большей профессиональной пригодности, а так же душевной гармонии. Еще в середине XX веке в области психологии было написано немало работ, в которых большое место уделялось целостности личности, ее многоуровневости и большей ресурсности, а так же предлагались разные пути организации психологических процессов деятельности человека.

Многие исследователи отмечают, что прогресс и специфика развития современного общества, приводят к возникновению таких негативных психологических состояний, как – тревога, страх, хронический стресс, недовольство, напряженность и одновременно требуют быстрой стабилизации личности и активизации внутренних ресурсов. Само психологическое состояние личности - это сложное интегративное проявление психики, и изменение психологических состояний во многом определяется изменением субъективного отношения к ситуации. Это и позволяет мобилизовать внутренние ресурсы, проявлять активность, раскрывать свой потенциал.

И чтобы помочь любому современному человеку нашего общества в приобретении иммунитета к растущей психологической напряженности используются разные психологические методы.

В рамках нашего дипломного исследования значимым и актуальным для нас является метод «Нейрографика», автором которого является Павел Пискарев. Этот метод нам интересен с точки зрения не только изучения, но и проведения исследования, как влияет применение данного метода на



нормализацию психологических процессов личности: тревоги, сильного переживания, внутренней напряженности, недовольства. И, возможно ли, применяя этот метод, сформировать ресурсное состояние клиента и снять напряжение.

Кроме того, для нас вызывает интерес взаимодействие данного новейшего метода «Нейрографика» с достаточно молодым методом «Семейные расстановки», автором которого является Берт Хеллингер.

Оба метода несут изменения на уровне ощущений и изменений изнутри и призваны помочь человеку жить в боль-шей гар-мо-нии с со-бой и ок-ру-жа-ющим ми-ром, что позволяет шире раскрывать свой собственный потенциал. Исходя из актуальности проблемы, теоретической и практической значимости, была определена тема исследования, сформулированы объект, предмет, цель, гипотезы и задачи исследования.

Объект исследования - взаимодействие методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки» и влияние их на ресурсное состояния клиента.

Предмет исследования - изменение психологических состояний у клиента при применении методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки», работая с ним посредством этого «дуэта» в рамках индивидуальных консультаций.

Цель исследования – показать особенности взаимодействия методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки» и их влияние на нормализацию психологических процессов личности и формирование ресурсного состояния клиента.

Гипотеза исследования – объединение методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки» и их совместная работа является эффективным средством в нормализации психологических процессов клиента, в формировании ресурсного состояния, уверенности, спокойствия, а так же при решении конфликтных ситуаций и возможности моделирования гармоничных отношений.

Задачи исследования:

1) описать психологические основы методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки»;



2) проанализировать общность методов и их влияние на особенности освобождения от конфликтных ситуаций, сильных переживаний и возможности моделирования гармоничных отношений в реалии действительности клиента;

3) провести консультационную работу с клиентом посредством интересующих нас методов;

4) выявить динамики изменений эмоционального фона, телесных ощущений, внутреннего напряжения и изменения чувственного уровня по мере работы с клиентом, если это имело место быть;

5) провести анализ взаимодействия этих методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки», их влияния на состояние клиента, динамики изменений психологических функций после проведения соответствующей работы и сделать выводы.

Практическая значимость работы. Результаты исследования могут быть полезны нейрографам, психологам, расстановщикам и другим категориям лиц помогающих профессий в работе с клиентами, причем разновозрастных групп, нуждающимися в оказании психологической помощи.

Исследование проводилось на базе психологической мастерской «Автор реальности».

Основное содержание работы

«Нейрографика» и «Расстановки». Это абсолютно два разных метода работы. Но это только на первый взгляд. Несмотря на уникальность и разность каждого из этих методов, они прекрасно сочетаются и отлично работают вместе.

Нейрографика связана с рисованием. Это простое символическое осознанное рисование, которое используется и в групповой и индивидуальной работе. Новейший современный метод арт-терапии, позволяющий с помощью простых геометрических фигур и линий выразить переживания, конфликты, острую проблему, позитивные цели. И не просто выразить, а трансформировать в позитив, гармонию, решение, достижение. Это способ прорисовывания с помощью маркера или карандаша любых жизненных обстоятельств, некое графическое исследование различных путей организации гармоничной жизнедеятельности. Нейрографика – метод помощи через считывание и изменение информации посредством рисунка.



Расстановки далеки от карандашей и маркеров. Это достаточно молодой метод терапии, который так же, как и нейрографика, используется в индивидуальном и групповом формате работы для решения любых насущных задач. Это простое символическое проявление фигур, элементов формирующих некую задачу или проблему, с целью найти ее решение. Метод является системным, то есть работает с проблемами системного характера (семейными, родовыми, организационными). И, работая с системами, расстановки помогают увидеть, что все мы взаимосвязаны в любой системе, где бы мы ни находились. Особенно тесная связь у нас с нашей семейной системой. Даже если мы почти забыли о своих корнях, то законы, царящие в семейных системах, отнюдь не забыли нас. Каждый связан с несколькими поколениями собственной семьи, вне зависимости от того, знаем мы своих родственников или нет.

Метод расстановок дает возможность расширить фокус восприятия, чтобы увидеть интересующую нас жизненную тему, как элемент большей картины. И он ориентирован на решение, что означает, что в фокусе работы - поиск решения, а не анализ самой проблемы. Это способствует более точечному подходу к проблеме и более эффективному её решению. В этом его схожесть с нейрографикой. Оба метода являются краткосрочными и работают с глубинными подсознательными процессами, сформировавшими проблему. Оба метода помогают не только ее увидеть, считать, но и осознать негативный образ, изменить и решить. Метод расстановок, позволяет познакомиться с образом проблемы, «расставить» его в некоем пространстве поля, которое определяется рамками того пространства, где происходит терапия, осознать и перевести эту проблему на новый иной уровень, более комфортный. И если охарактеризовать нейрографику расстановочным языком, то нейрографика позволяет увидеть и «расставить» проблему в пространстве, которое определяется рамками обычного листа бумаги, на котором происходит работа, осознать ее и так же перевести в комфортное русло.

Оба метода феноменологически работают с исходной реальностью.

Для того чтобы «скрестить» оба интересующих нас метода, была проведена соответствующая работа. Был сделан кейс работ. Проведено несколько сессий с клиентом, вернее сказать клиенткой.

До работы над темой в нашем формате, клиентка частично решала ее с помощью системных семейных расстановок и знает, как они работают.



Опыт же работы с нейрографикой был совсем малым, клиентка один раз была на мастер-классе по нейрографике.

Формат всех работ был А3.

Тема на работу: Отношения в родительской семье (Родительская семья состоит из 3 человек: мама клиентки примерно 80 лет, сама клиентка (К.И.) примерно 55 лет и ее младшая сестра примерно 50 лет. И в этой семье нет взаимопонимания. Никто никого не хочет слышать и слушать, сестры друг с другом практически не общаются. Все живут отдельно друг от друга. Мама живет одна в другом городе, что и младшая сестра. Необходимо решать вопрос по уходу за мамой, до сих пор она справлялась одна, в любую минуту может потребоваться помощь дочерей. И появилась острая необходимость наладить отношения друг с другом, чтобы помочь маме с ее надвигающимися трудностями и чтобы не стать чужими людьми родным сестрам после ухода мамы. У клиентки есть своя полная семья).

С К.И. было проведено несколько индивидуальных сессий. Темы сессий были заданы клиенткой: «Я и моя мама», «Я и моя младшая сестра», «Я, мама и моя младшая сестра».

Первая встреча и работа над темой «Я и моя мама» проводилась по следующему алгоритму:

- 1) Тема
- 2) Расстановка фигур в поле листа (в форме кругов)
- 3) Сопряжение (округление)
- 4) Интеграция. Объединение
- 5) Линии поля
- 6) Фиксация и анализ результата.

Перед работой у клиентки отмечалось нервное напряжение во всем теле. Она не могла спокойно говорить о своих отношениях с мамой, которая до сих пор имела влияние на клиентку в форме постоянного контроля не только общих дел. На глаза то и дело наворачивались слезы. Клиентка осознавала, что в отношениях с мамой, она до сих пор ведет себя, как маленькая девочка, а не как взрослая женщина.

После определения темы работы, клиентке было предложено «помедитировать» над белым листом бумаги – «полем» ее работы и расположить по очереди две фигуры: фигуру ее и фигуру мамы в виде кругов.



Из истории культуры, искусства и психологии известно, что гармоничной фигурой является «круг». И всё, что вписано в круг или является кругом, трактуется как гармония, совершенство, добро, целостность. Получается, что для совершенства, гармонии необходима самая малость, любую фигуру изобразить либо кругом, либо преобразовать плавностью линий. Поэтому для изображения фигур были выбраны круги.

После проявления обеих фигур, можно было делать диагностику.

Был задан вопрос: «Кто кого видит и чувствует?». Клиентка стала проводить анализ отношений между двумя фигурами. Не смотря на то, что клиентка нарисовала себя в центре и большей фигурой, чем ее мама, чувствовала она себя не комфортно и неуверенно, как «не в своей тарелке». Близкое присутствие мамы давило, будучи меньшей фигурой. Напряжение оставалось на достаточно высоком уровне. Было предложено нарисовать ресурсную фигуру в виде круга и охарактеризовать ее теми качествами, которых не хватает клиентке, чтобы справиться с решением этой задачи и, которые бы помогли ей в данной ситуации.

По мере работы с этой фигурой, постепенного заполнения ресурсной фигуры цветом, напряжение стало угасать. И неожиданно клиентка стала сама наводить линии взаимодействия фигур. А потом пожелала нарисовать расширяющуюся спираль.

Замечу, что про работу спиралей в нейрографике она ничего не знала. И по мере развития спирали, стали отмечаться изменения в теле: стали расправляться плечи, появилась едва заметная улыбка на лице.

Клиентка заговорила об ответственности и необходимости решать вопрос с мамой из взрослой ее позиции. После нейрографирования линий, наполнения энергией спирали, клиентка стала отмечать легкость в теле и возможность вести конструктивный диалог с близким ей человеком. Особенно, когда несколько раз было сделано нейрографирование фигуры мамы, напряжение в ее теле совсем пропало, и даже я стала ощущать близость фигур мамы и дочери на энергетическом уровне (рисунок 1).

Результат работы-сессии из отзыва клиентки:

- при разговоре по телефону с мамой стало наблюдаться спокойствие;
- невысказанные детские обиды ушли на второй план, а позиция ребенка практически перестала проявляться;

- места взаимным упрекам и обвинениям стало меньше, в разговоре



появилось больше конструктивности. К.И. была немного удивлена и вместе с тем очень довольна результатом проделанной работы.

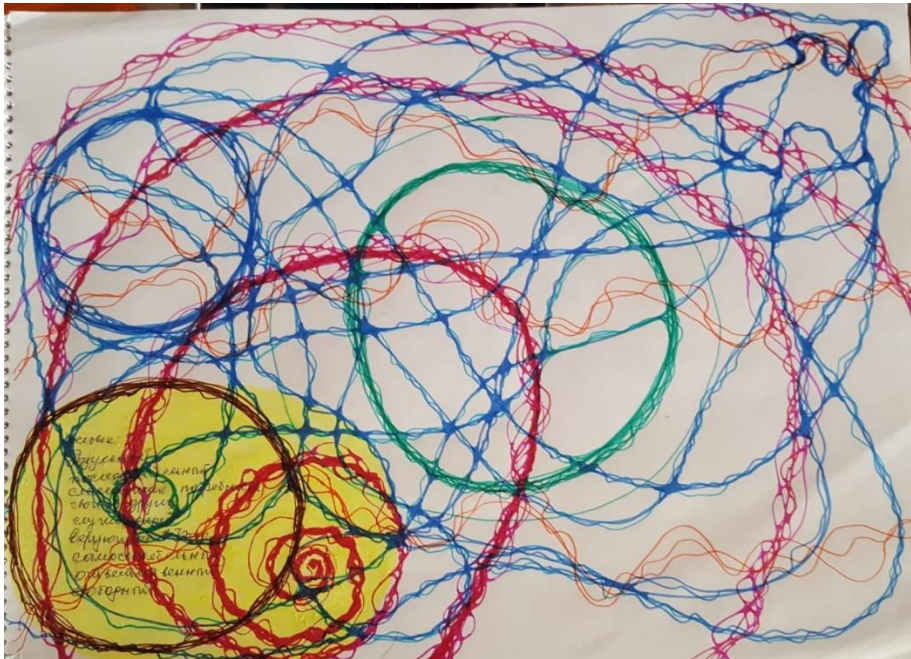


Рисунок 1

Вторая встреча и работа над темой «Я и моя младшая сестра».

Отношений между сестрами, по словам клиентки, практически никогда и не было, только соперничество. Единственным связующим звеном была мама. И клиентка понимала, что именно сейчас необходимо налаживать связь с сестрой, чтобы после ухода мамы, они не оказались чужими друг другу.

Задача была не из легких для любой терапии. Но у нас уже заведомо была договоренность, что всю терапию мы проводим в рамках нейрографики.

Моя задача была бережно и аккуратно следовать за процессом клиента.

Работа проводилась по следующему алгоритму:

- 1) Тема
- 2) Расстановка фигур в поле листа (в форме кругов)
- 3) Выброс
- 4) Сопряжение (округление)
- 5) Интеграция. Объединение



- 6) Линии поля
- 7) Фиксация и анализ результата

Определение темы сопровождалось нервозностью, чувством обиды и неприятия.

Клиентка «расставила» в поле листа две фигуры в виде кругов: фигуру себя и фигуру младшей сестры. Себя она нарисовала почти в центре листа, а сестру поодаль, у края листа (рисунок 2).

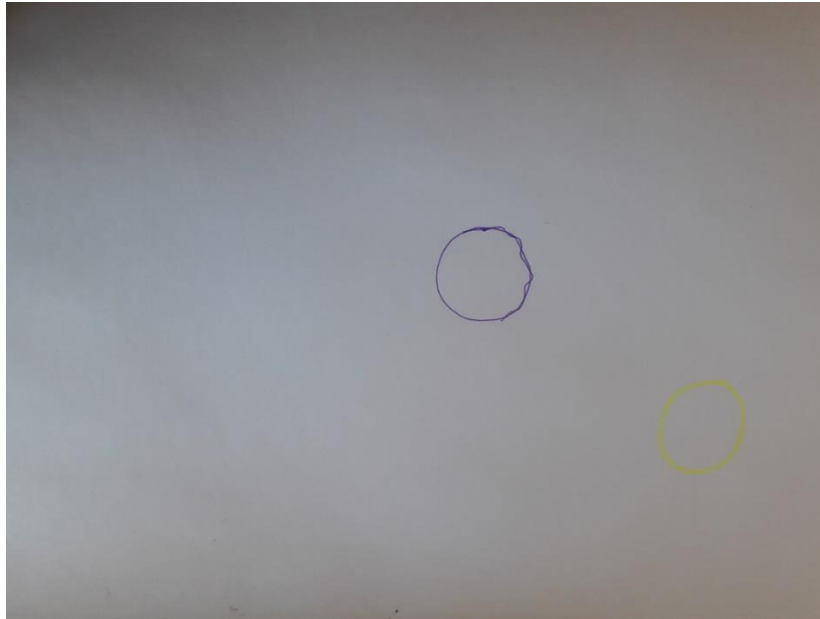


Рисунок 2

На вопрос: «Кто кого видит и чувствует?», был однозначный ответ: «Никто никого не видит и не чувствует». Но клиентка заметила, что фигуру сестры она нарисовала светлым цветом, как ее имя. С соответствующей просьбой был сделан выброс напряжения в своей фигуре, чем удалось немного снять нервозность и беспокойство клиентки. И одновременно с этим позволило соприкоснуться фигуре клиентки с фигурой сестры, что в последствие, когда она это увидела, очень ее порадовало.

Сопряжение далось ей легко, и на своей фигуре она выполняла его достаточно спокойно и довольно быстро (рисунок 3). Выброс и сопряжение были сделано так же и с другой фигурой, фигурой сестры. Что позволило К.И. выдохнуть и стать более спокойной. После округления выбросов, К.И. смогла посмотреть на сестру другими глазами, смогла осознать ошибки, которые она совершала по отношению к сестре и увидеть насколько ее позиция была неконструктивной и тупиковой. Пришло полное осознание того, что делить уже давно нечего и то, что она приписывала сестре, как



отрицательные черты, были присущи и ей самой.

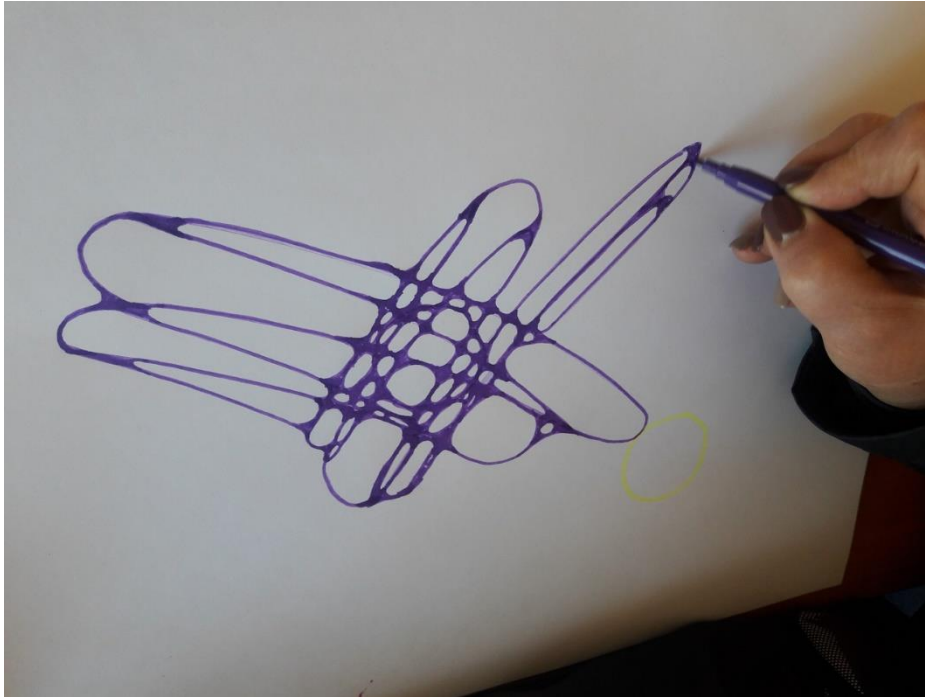


Рисунок 3

Клиентка была рада соприкосновению двух фигур на листе бумаги, пусть даже через выброс, который впоследствии был сопряжен, что говорило о сглаживании отношений, что в последствие проявилось и в реальности.

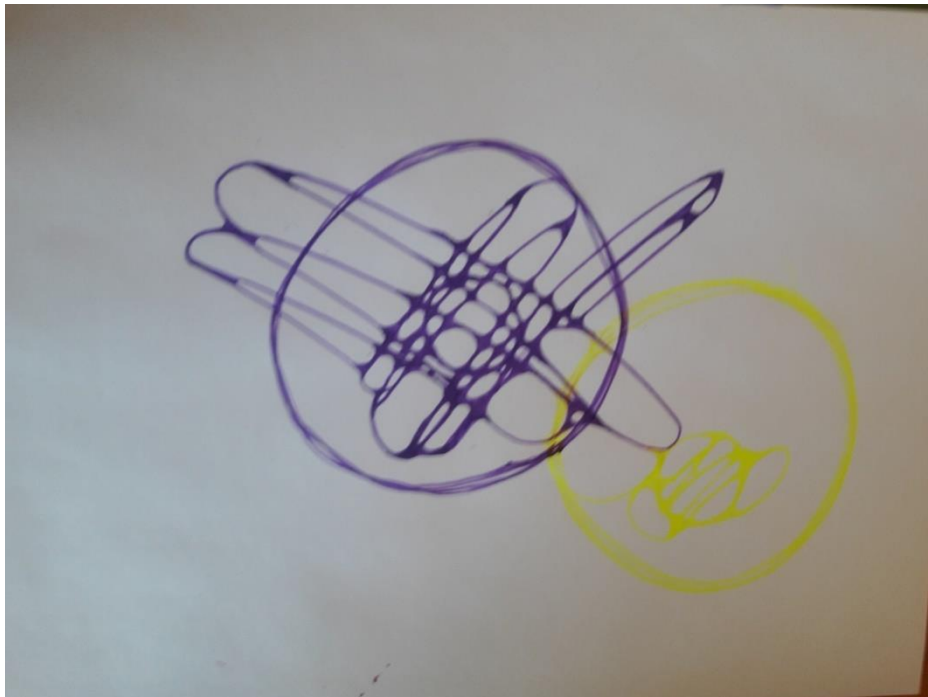


Рисунок 4

Следуя за процессом клиентки, я все время обращала ее внимание



на то, что рисовала ее рука и задавала наводящие вопросы. Клиентка провела аналогию рисунка с жизнью, и подтвердила, что ее действительно много в родительской семье, чем ее сестры. Ей захотелось сделать больше фигуру сестры, что было тут же воплощено (рисунок 4).

Интегрируя фигуры до увеличенного размера, напряжение клиентки совсем ушло, она стала более разговорчивой, и, делая работу, рассказывала о своем детстве, вспоминая только хорошие моменты. Фиксируя обе фигуры, клиентка понимала, что ей необходимо оставаться в лидирующей позиции, быть более заметной, т.к. это она решала вопрос по взаимоотношениям с сестрой (рисунок 5).



Рисунок 5

Позже, несколько дней спустя, клиентка решила наполнить фигуры цветом. И сделала это уже самостоятельно, описывая свои ощущения, как абсолютное счастье, что после проделанной работы, она испытывала восторг, легкость и жизнерадостность (рисунок 6).

Результат работы-сессии из отзыва клиентки:

«Наша работа дала очень много сдвигов! Мы с сестрой по телефону не разговаривали года два, и поэтому позвонить ей было очень сложно. А после нашей работы появилась внутренняя устойчивость, готовность



взаимодействовать. А за эту неделю, которая прошла после нашей сессии, мы с ней разговаривали по телефону несколько раз! И разговор не заканчивался бросанием трубок и негативным окрасом. Диалоги были конструктивны! И я понимала, что у нас есть очень важная тема для разговора, а остальное все не важно, наши детские суждения, которые когда то были сделаны из незрелости, сейчас не имеют никакого значения. Появилась внутренняя устойчивость. И, как показатель нового, моя сестра мне сказала: «К..., ты изменилась.» Благодарю! Состояние «до» и «после» - это абсолютно разные состояния! Это работает, нет сомнений!!!!»



Рисунок 6

Третья встреча и работа над темой «Я, мама и моя младшая сестра».

Предстоял разговор о помощи маме между клиенткой, младшей сестрой и мамой воочию. И клиентка боялась, что при встрече снова может скатиться в упреки, нежели по телефону. Ей было важно быть в понимании и ясности, не проваливаться в обиды и претензии.

Работа проводилась по следующему алгоритму:

- 1) Тема
- 2) Расстановка фигур в поле листа (в форме кругов):
 - а) расстановка фигур по ощущению
 - б) расстановка - моделирование фигур исходя из желаемого



результата

- 3) Сопряжение (округление)
- 4) Интеграция. Объединение
- 5) Линии поля
- 6) Фиксация и анализ результата

Несмотря на то, что уже было большое доверие работе, было заметно беспокойство клиентки, она слегка нервничала. На поле были «поставлены» 3 фигуры: она, мама и сестра (рисунок 7). На вопрос, что кто кого здесь

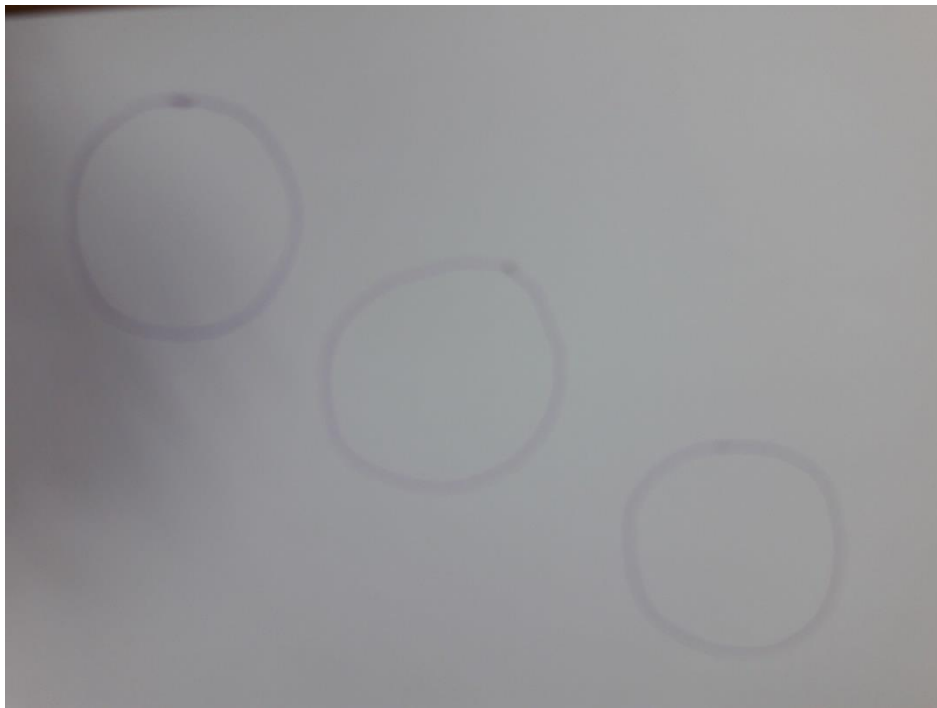


Рисунок 7

видит, клиентка обнаружила до боли знакомую картину: они с сестрой не видят друг друга. Каждый по отдельности контактирует только с мамой. А друг для друга они с сестрой и не существуют, и даже не догадываются о существовании родного человека. Это ее повергло в шок!

Уже зная, возможности нейрографики, она тут же сказала о том, что хотела бы поставить фигуры по-другому.

И на другом листе бумаги она «разместила» фигуры уже так, как ей того бы хотелось (рисунок 8).

К.И. сразу стала более спокойной. Спросила, можно ли объединить



все эти фигуры, и сделала круг объединения. Причем ей очень понравилось, что одна часть каждой из троих остается индивидуальной, может быть занята своими интересами, а другая готова к взаимодействию этих трех фигур. Затем было сделано сопряжение и очень аккуратно интегрирование. Данная работа все время шла от внутренних процессов и сопровождалась инсайтами. Интеграция цветом еще больше дала уверенности К.И. В конце были проведены линии поля и сделан анализ (рисунок 9). Клиентка выглядела довольной и уставшей одновременно.

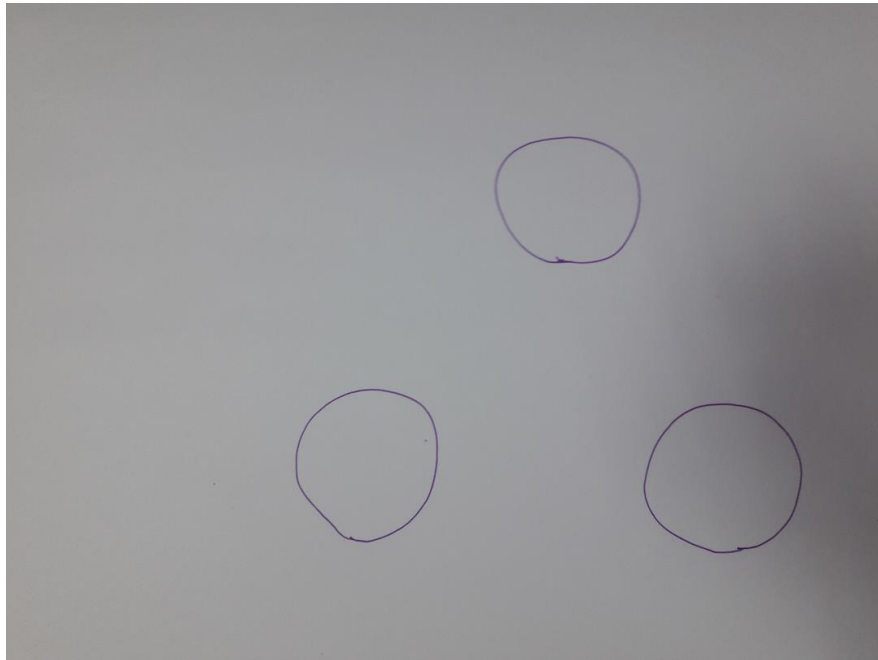


Рисунок 8



Рисунок 9



Результат работы-сессии:

- клиентка заявила о душевном спокойствии, что встреча для нее не представляется такой страшной;
- появилась бережность к себе и забота об остальных участниках разговора, легкость и чувство единения;
- стало четкое ощущение, что каждый участник конфликта является личностью и появилась возможность принимать и уважать мнение каждого из участников;
- телесно закрепилось твердая уверенность в необходимости решения конфликтной ситуации.

Выводы:

1. Исследование взаимодействия феноменологических методов «Нейрографика» и «Семейные расстановки» показало, что в паре эти методы является эффективным средством нормализации многих психологических процессов личности. И дают отличные результаты по формированию ресурсного состояния клиента, эмоциональной стабильности и снятию напряжения.

2. Применение этих методов позволило наблюдать у клиентки улучшение эмоционального состояние, исчезновение внутреннего напряжения и беспокойства. В ходе работы над проблемой в рамках данных методов наблюдалось появление внутренней уверенности, спокойствия и радости.

3. Выдвинутая гипотеза, что методы «Нейрографика» и «Семейные расстановки», работая совместно, являются эффективным средством в нормализации психологических процессов клиента, в формировании ресурсного состояния, уверенности, спокойствия, а так же при решении конфликтных ситуаций и возможности моделирования гармоничных отношений, оказалась верной и показала свою состоятельность.

Приложение

Отзыв клиентки К.И.:

«Мое знакомство с нейрографикой произошло на открытии международной выставки «НЕЙРОГРАФИКА МИРА» в нашем городе Уфа. Метод сразу же привлек мое внимание доступностью в технике рисунка, красочным результатом, творческим процессом, телесным освобождением и



ощущениями нового состояния. Мои признания автору! А индивидуальная работа меня еще больше изумила и потрясла своей доступностью в проявлении решаемой задачи и переводе ее в разряд возможностей. Работая с внутренними образами, негативными эмоциями, незаметно для меня самой трансформируя их в позитивные, рисуя фигуры, линии, раскрашивая пространство рисунка в разные цвета, мягкое сопровождение – все вместе привело меня к впечатляющим инсайтам. Прежние установки, убеждения в восприятии отношений растворились и вывели за пределы ментальных ограничений в прорабатываемых сюжетах. Восстанавливалось ощущение управления своей самостью. Необыкновенно, я вам скажу. Позволение себе вносить коррективы в узоры картин в виде округлостей и соединений, что называлось нейрографическими линиями разного порядка, до высшего смысла создало ощущение большего доверия к пространству мира, к себе, близким. Мысли приобрели иное качество. Благодарю!

Метод очень достойный, с высокой миссией, идет глубокая проработка личности плюс бережная терапия в процессе. Интеграция происходит в моменте «здесь и сейчас», оставляет навык участнику для ежедневной практики решаемых задач, что для меня важно, ценно, полезно.

Личное признание специалисту, его профессиональной и личностной составляющей. Все достойно высшей оценки. Желаю Ларисе успешного продвижения в своем служении человеческой психике, постоянного саморазвития, процветания и благополучия. Обязательно посещу ее терапевтические курсы, порекомендую близким и друзьям.

С уважением, К.И.»

От автора: « Я знала, что нейрографика работает, но что на столько глубоко, легко, четко, ясно, практично только имела предположение. Результат меня удивил! Меня удивило, как эти два метода гармонично работают! И, как работают поля каждого из этих методов, гармонично обрамляя результат работы и создавая ресурсное состояние, что уже является ценностью для клиента, но и меняя волшебным образом реальность в направлении желаемого.»

[Ссылка на дипломную работу Исхаковой Ларисы в авторском стиле](#)



Работы Исхаковой Ларисы

Тема: Задержанные выплаты.



Тема: Структура меня, как инструктора нейрографики





Автор:
Йелкован Светлана
Супервизор:
Циммерман Елена

Тема:
Техника «Вспоминание Души» на основе Нейрографики,
Сакральной Геометрии и ТетаХилинга

И мы выбирали — когда случимся там,
на Земле, обретая тело,
и Бог смеялся — светло, лучисто
и провожал нас — святых и чистых,
и мы покидали его пределы,

и мы рождались, почти не помня,
и подрастали, уже не зная,
что все пришли из его ладоней,
что мы сейчас не плывем, а тонем,
и где-то ждет нас ладья резная,

и мы играли — вздохом, как дети,
смеялись, плакали — все по кругу,
мы шли по этой чужой планете,
и день был радостен, свеж и светел —
и мы встречали тогда друг друга,

и нам казалось, что мы знакомы —
гораздо раньше, сильнее и дольше,
и в каждом светится часть другого,
и снилось — в облаке васильковом
мы просто капли в Его ладошке,

и снилось — нас отпускают в утро,
чтоб мы, пройдя этот путь, вернулись,
и все течет — неизменно, мудро,
и мы обязаны всем кому-то,
кого забыли, когда проснулись.



И день за днем мы идем по следу,
мы просим зрелищ, любви, участия,
мы воины тьмы и адепты света,
и каждый думает, что за это
он наконец-то получит счастье.

А мир не делится и не бьется,
и дуализм — всего лишь шутка,
и если вспомнить, то все дается,
и в нас заложены тьма и солнце,
рассвет и сумерки — в промежутках,

нам все дано — испытать на прочность,
найти ответы, открыть законы —
мы сами выбрали — это точно,
и Бог лукаво сказал — «как хочешь»,
сгущая атомы и нейтроны.

И мы хотели — страдать и верить,
по локоть — в кровь, по колено — в море,
и после ран, катастроф, истерик,
однажды выйдя на сонный берег,
мы получали свое сатори.

И Бог смеялся — светло и звонко,
и мы смеялись, каноны руша,
а мир — программа, игра — и только,
и рядом истины нет — поскольку
она заложена в наших душах.
Автор Кот Басе.

Вступление. В каждом из нас есть целая Вселенная.

Я не случайно выбрала это стихотворение для того, чтобы начать свой диплом.

Однажды именно оно, очень сильно всколыхнуло мою Душу.



Читая впервые это стихотворение, я плакала. А скорее даже плакала моя Душа.

Мой скептический разум ворчал, мол это всего лишь стихотворение, которое не более чем выдумка и красивые фразы.

А моя Душа плакала.

Она плакала от радости, от счастья момента вспоминания себя.

Мое сердце однозначно чувствовало, особую истинность этих строк.

И это было по сути, мое первое очень сильное соприкосновение со своей Душой во всей ее истинности, с той внутренней истиной, которую мне еще предстояло для себя открыть, а точнее вспомнить.

С тех пор, я часто перечитываю это стихотворение.

И каждый раз моя Душа радуется и откликается на внутренний столь знакомый ей смысл.

Мы все гораздо больше, чем мы привыкли думать, больше чем то, что нам внушают многие сценарии современной жизни и коллективного бессознательного.

Мы больше чем мы есть, мы частички всей Вселенной, мы связаны с тем, кто все это создал.

Эта связь есть всегда, и мы никогда не перестаем быть теми, кто мы есть, даже если не помним этого. Мы частички Вселенной, мы искорки Творца, и наша Душа, это наша связь с ним.

Так сложилось в нашей реальности, что приходя сюда мы забываем о своей истинности, мы забываем о связи с Творцом в ее чистом (не искаженном нашими иллюзиями) виде, мы теряем связь даже со своей Душой, которая все знает и все помнит.

Итак, Мы знаем все. Мы есть Душа, мы есть Вселенная. Нам нужно только вспомнить это, восстановить эту невидимую связь со своей Душой.

Мы привыкаем жить в исключительно материальном мире, где понятия Бог/Создатель/Творец, духовность, душа и прочее очень сильно искажены.



Мы привыкли жить в мире дуальности, привыкли все делить на белое и черное. Мы даже себя часто делим на светлое и темное, принимаем хорошее и отказываемся от плохого. Все больше теряя связь со своей Душой.

И всю свою жизнь Душа ждет, когда мы обратимся к ней, восстановим свою связь с ней и вспомним то, зачем мы пришли сюда.

Это не обязательно какая-то «великая» миссия, как часто хотелось бы нашему Эго. Но это всегда именно Великая миссия как часть Созидания.

Все мы разные, и у каждого свои задачи, для кого-то это просто радоваться жизни с истинной любовью жить, для кого-то учить, быть проводником, светить, и так далее.

Кто-то начинает искать эти ответы (а скорее даже не ответы, а связь со своей Душой, с чем-то большим, с Творцом) с самого детства, кто-то позже, кто-то никогда.

Тот, кто начинает искать, чувствует особый зов своей Души, который часто проявляется как тоска, как ощущение потерянности, или бессмысленности того, что происходит, как печаль, грусть, или потеря чего-то очень важного.

Я ощущала эту непонятную тоску с самого детства, и всегда искала свои ответы.

Сейчас я нашла их, я восстановила свою связь с Душой и готова быть проводником в этом.

При этом я ни в коем случае не говорю, что знаю все, и достигла какого-то абсолюта или просветления.

Нет, это не так.

Но я нашла свой путь, свои очень важные ответы, я знаю как и куда идти дальше, и понимаю, что мне еще очень много предстоит узнать/вспомнить/осознать/почувствовать.

Как появилась техника «Вспоминание Души».

Техника «Вспоминание Души», которую я дальше описываю в этой работе, пришла мне как ответ на мой запрос о том, чтобы вспомнить свои



цели и задачи здесь на Земле, вспомнить свою Душу и соединиться с ней.

И как я позже поняла, одна из моих задач здесь, это быть проводником для тех, кто находится в поиске своих ответов, кто хочет вспомнить себя, найти связь со своей Душой, заглянуть вглубь себя на самую большую глубину. Для тех, кто хочет дойти до своей Души, до связи со Вселенной, соединить частички своей Души и жить уже совершенно по-новому. Для тех, кто хочет и готов выйти из мира дуальности.

Я думаю, это можно сделать во многих практиках.

У каждого свой путь.

Эта техника – это мой ключ, это мой путь, который подойдет далеко не всем. И я долгое время не была уверена в том, что нужно делиться этим знанием.

Сейчас я понимаю, что я являюсь проводником для каких-то определенных людей, которые так или иначе ко мне притягиваются, и значит это их путь. И именно им эта техника поможет найти свою связь с Душой, со Вселенной и выйти на новый уровень вибраций, и сознания.

И эта техника пришла ко мне в виде рисунка, который я увидела в сеансе Рейки. Я не знала о чем этот рисунок. Тогда мой актуальный запрос был о том, что нарисовать для выставки Нейрографика мира. И я решила, что этот рисунок пришел мне как ответ на этот запрос.

Я думала это будет просто картина для выставки. Но в процессе создания этой картины, мне пришло понимание насколько это все сильно глубже. Я поняла, что это пришло не просто так.

Я рисовала и через каждую линию, через каждое прикосновение маркера к листу, я будто соприкасалась со своей Душой.

Я тогда, как раз была в поиске ответов. Чуть ранее я уже осознанно сформировала и озвучила во Вселенную очень важный для меня запрос, на то, чтобы вспомнить, соединиться со своей Душой.

И этот рисунок открыл для меня поток ответов на мои вопросы, и моих внутренних трансформаций.

В моей жизни стали происходить очень важные изменения.



Я соединилась со своей Душой, я стала чувствовать и ощущать себя на очень глубоком уровне, мне стали приходить ответы, на многие мои вопросы, именно через внутреннюю глубину. Я вспомнила невероятные вещи.

Скажу честно, в мире материальности, логичности и скептицизма, я боялась это принять, я не решалась опубликовать эту технику. Мой очень сильный логический, скептический ум очень сильно этому сопротивлялся.

Но картина сама повела меня вперед.

Она была размещена на выставке Нейрографика мира. И в момент когда, мне нужно было решиться писать ли диплом на эту тему, или взять практическую, материальную тему, я начала получать интересные отзывы на мою картину.

Люди подходили ко мне (или писали) и говорили, что картина притягивает их, в ней есть что-то такое особенное, что вызывает очень сильный внутренний отклик.

И это стало для меня очень важным ответом.

На самом деле каждый человек внутри очень хочет соединиться со своей Душой, идти путем своего истинного предназначения, но многие этого не осознают. Это внутренний зов каждой Души.

У картины особая энергетика, особый уровень вибраций, который как раз говорит о единстве с Душой. И люди, когда смотрят на эту картину, интуитивно на подсознании чувствуют внутренний призыв своей Души. И поэтому картина их притягивает.

Это дало мне сигнал о том, что эта техника должна быть опубликована, описана, и моя задача вести через нее тех, кому это откликнется.

Думаю, она откликнется далеко не всем, возможно многие воспримут эот как фантазии и прочее. Но те, для кого она предназначена, те кто готов выйти на совершенно новый уровень развития, на уровень единства с Душой и с Вселенной, на уровень более высоких и чистых вибраций, именно этим путем, те примут эту технику, и получают нужные им ответы.

Эти ответы просто сами постепенно и очень естественно придут в их жизнь.



Открыть дверь для этих ответов, результатов, создать эту связь, можно именно через этот рисунок.

Описание техники «Вспоминание Души».

Рисунок построен на основе сакральной геометрии заключенной в Цветке Жизни.

Символ Цветка жизни можно встретить по всему миру, во всех культурах и религиях. Его везде называют одним и тем же именем «Цветок жизни».

Хотя на более высоком уровне существует другое его название, которое может быть переведено как «Язык Света». Это первичный чистый язык Вселенной, чистые пропорции и форма.

Внутри себя символ Цветка Жизни содержит очень многие сакральные символы, и объединяет все их значения.

Цветка жизни в центре рисунка в данном случае символизирует Единство Вселенной и Целостность души, и является ключом к соединению со своей Душой и Вселенной.

Потоки и круги вокруг - это потоки энергии, линии жизни, воплощения Души и ее стремление к целостности.

Через линии жизни, через проживание опытов и воплощений, через завершение уроков Души и их гармонизацию, через возврат частичек Души, мы приходим к ее целостности.

Через целостность Души, вспоминание Души на уровне очень глубоких ощущений и соединение с ней, мы приходим к единству с Вселенной.

Через сакральную геометрию цветка и выполнение рисунка через метод Нейрографика происходит подключение к энергии, которая постепенно ведет человека к выходу на более высокие вибрации, к вспоминанию Души и соединению с ней.

Это не происходит одновременно, так как физическому телу и нашему сознанию в рамках обычной жизни сейчас крайне сложно резко перестроиться, с одного уровня вибраций на другой (сильно более высокий),



поэтому перестройка идет постепенно.

Рисунок в данном случае выступает как инициация начала перехода, привлечения энергии, и формирования связи со своей Душой, которая будет помогать совершить этот переход.

После рисунка, начинают активироваться те или иные события жизни, через которые и происходят изменения.

Через эту рисунок по этой технике происходит:

восстановление целостности Души (возврат потерянных частичек и отдавание чужих частичек души);

- завершение уроков и выход из их повторения;
- повышение уровня вибраций;
- выход на новый уровень сознания;
- восстановление связи со своей Душой;
- восстановление связи с Создателем (с энергией безусловной любви и созидания)
- выход из мира дуальности на уровне внутренних ощущений.

При выполнении рисунка по данной технике, само собой происходит погружение на уровень тета-волновой активности мозга, и именно из этого состояния мозга наилучшим образом возможно достичь указанных выше изменений.

Личный опыт применения техники «Вспоминание Души».

Свой первый рисунок по этой технике я нарисовала в период с 5 по 12 января 2018 года.

Это формат А2, и в общей сложности на рисунок ушло порядка 12 часов. Это получился очень объемный и глубокий рисунок.

При создании этого рисунка, я полностью шла за своими ощущениями, рисовала медленно и осознанно. Рисунок словно вел меня, как бы рассказывая, что и зачем происходит в этом рисунке.

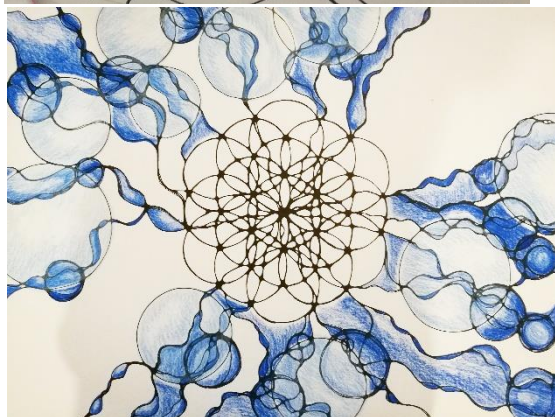
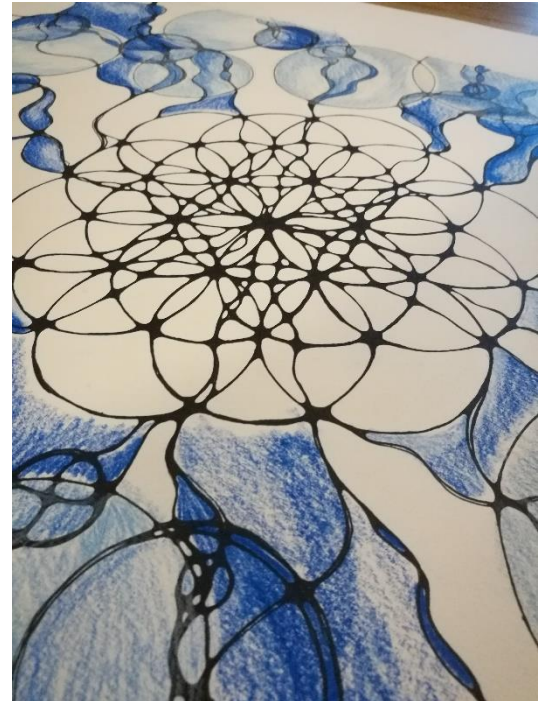
От самого рисунка в итоге шел очень мощный для меня поток энергии.

Не очень хотелось отдавать его на выставку, но было какое-то



внутреннее понимание, что этот рисунок должен быть там, и он еще сыграет свою роль для меня и других.

Ниже мой первый рисунок по данной технике, на нескольких стадиях рисования.

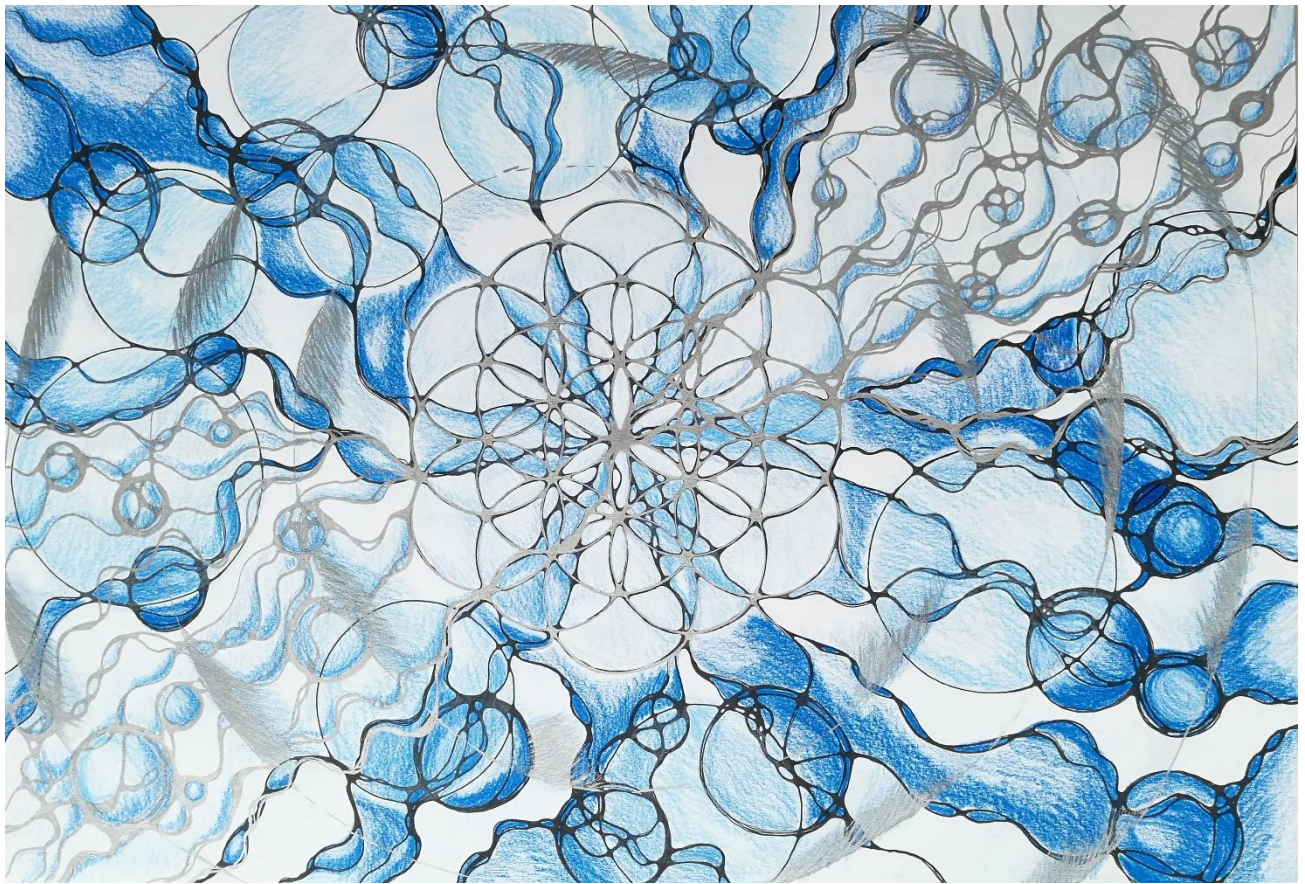


Поз
же
нач

али приходиться очень многие идеи и осознания о смысле этого рисунка, и его результатах.

Не все свои личные результаты я сейчас хочу и могу опубликовать, но вот часть из них:

- появилось очень глубокое чувство доверия Вселенной, и тому как все происходит;



- пришло внутреннее сильное ощущение того, что я иду в согласии со своим предназначением, и постепенно раскрываю его для себя;
- появилась внутренняя готовность убрать несколько ключевых ограничений мешающих соединению с душой и развитию в своем предназначении, и как следствие очень мягкое и естественное освобождение от этих ограничений;
- уровень осознанности и вибраций значительно повысился;
- пришло совершенно новое понимание и ощущение жизни, и появилась готовность менять/творить свою реальность, что в итоге привело меня к обучению ТетаХилингу.
- восстановилась связь с Душой и Создателем, восстановилась целостность Души и запустился процесс вспоминания.

Во избежании искажений в понимании, хочу обязательно отметить, что рисунок не является «волшебной палочкой» ко всем этим изменениям.

Это скорее четко сформулированное намерение, и глубокая проработка, которая запускает определенные процессы повышения осознанности и притягивает с жизнь те, события которые наилучшим образом приводят к данным результатам.

После рисунка все это время я вела работу над собой по многим направлениям через нейрографику, рейки, осознанное проживание своей



жизни, глубокое чувствование себя.

В итоге я также пришла к ТетаХилингу и работа с собой, познание мира и жизни через этот метод стали на текущий момент для меня выходом на новый уровень, и толчком к дальнейшим очень мощным изменениям.

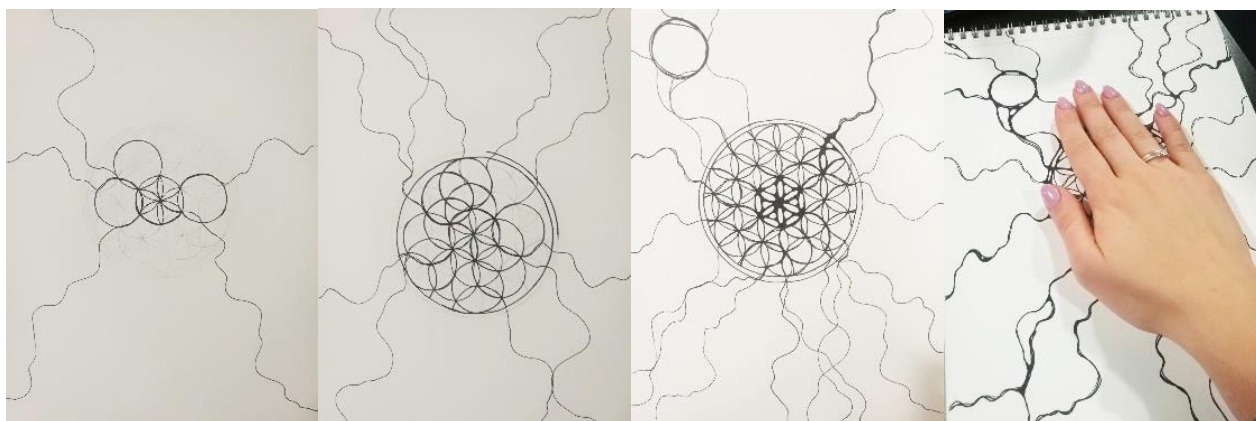
Свой второй рисунок я рисовала через осознанное погружение в тета-состояние и 7-ой план, подключая к рисунку энергию безусловной любви (энергию Создателя). Рисунок получился очень мощный, от Цветка Жизни в центре рисунка идет мощнейшая энергия, если положить на него руку, он ощущается как сильнейший энергетический портал.

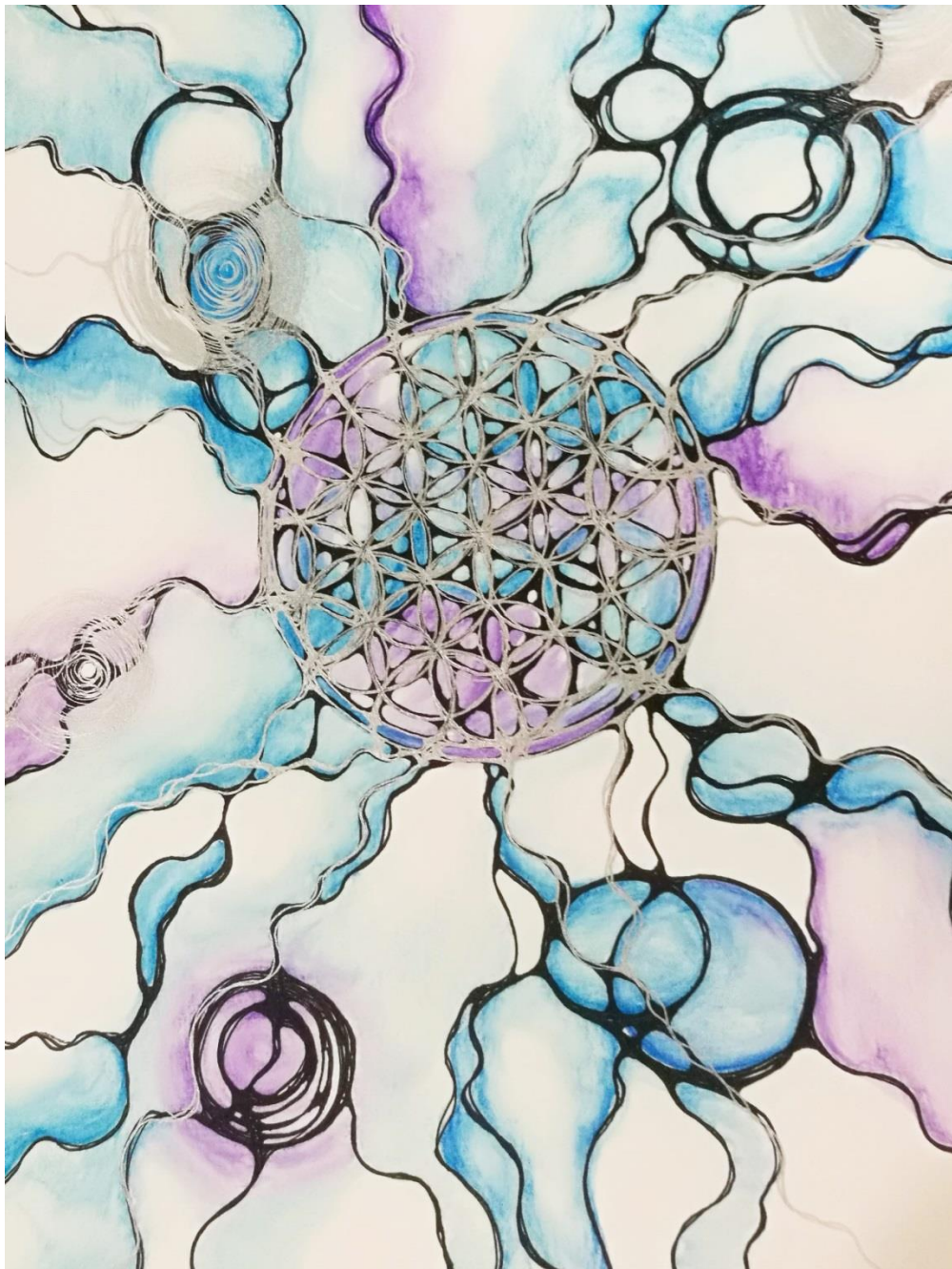
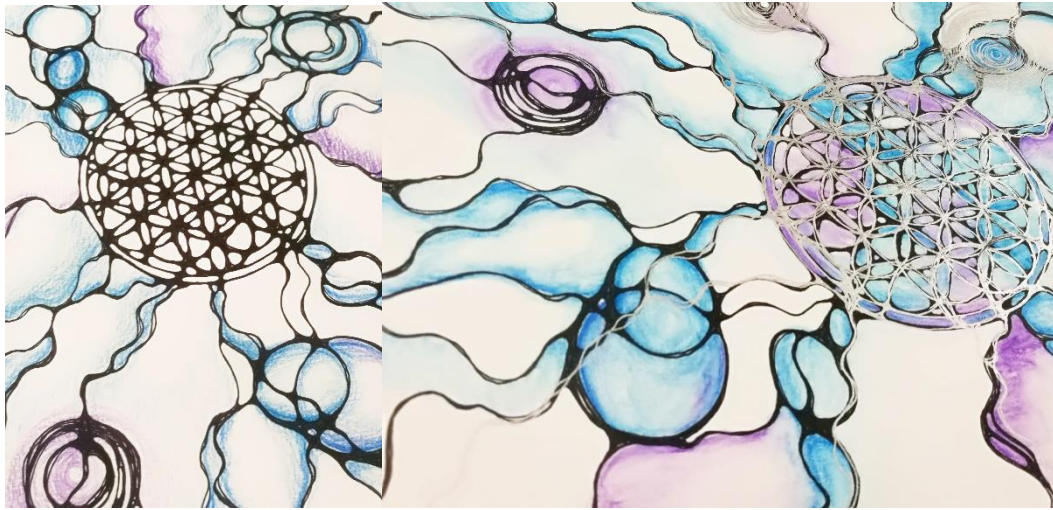
Все свои осознания, мысли, ощущения по этой технике, я проверяла через 7-ой план и Создателя (тетахилинг).

Результаты второго рисунка пока сложно описать и зафиксировать. Так как прошло пока всего несколько дней после рисунка. Энергетически пока это ощущается как переход на какой-то новый уровень. Дальше буду наблюдать за тем, как это будет разворачиваться в жизни.

Второй рисунок был сделан на формате А4, и есть очень осязаемое чувство нехватки масштаба. Поэтому далее и для себя и для тех, кого буду вести через эту технику, буду брать формат не менее чем А3.

Ниже приведены изображения моего второго рисунка в данной технике на разных стадиях рисования.







Техническое описание техники "Вспоминание Души"

На каждом шаге идет и набор композиции и округление, шаги могут немного меняться в процессе рисунка на основе ощущений.

При необходимости на любом шаге рисунок может быть остановлен, для проработки напряжения или сильно мешающего двигаться дальше сопротивления через Алгоритм снятия ограничений.

Рекомендуется рассматривать этот процесс не как отдельный рисунок, а как глубокую работу над поставленной задачей, которая при необходимости может включать проработку всплывших вопросов через другие техники в методе Нейрографика или ТетаХилинг.

Пошаговое описание:

- 1) Рассказ концепции рисунка, ознакомление с символом Цветка Жизни и сакральной геометрией.
- 2) Через специальную медитацию выход в тета-состояние и работа в рисунке через 7-ой план и энергию Создателя.
- 3) Нанесение циркулем символа Цветок жизни в центральной части рисунка, очень не ярко, простым карандашом. Это вспомогательный шаг для дальнейшей работы с рисунком.
- 4) Проявление Цветка жизни, активация этого сакрального символа для дальнейшей работы в рисунке через нейрографирование, округление всех пересечений.
- 5) Работа с проведением потоков энергии от воплощений Души, через символ Цветка жизни, возврат частичек Души, гармонизация уроков и воплощений.
- 6) Проявление ключевых моментов для достижения целостности Души и соединения с ней (круги, спирали, световые круги).
- 7) Внесение цвета Души в рисунок, наполнение рисунка энергией Души и энергией Созидания.
- 8) Внесение энергии безусловной любви через повторение символа Цветка жизни серебристым или белым цветом, и вплетение его в пространство рисунка (аналог линиям поля, только здесь они проходят от Цветка как энергетического центра к краям листа).
- 9) Анализ состояния после рисунка. Итоговые ощущения от рисунка.
- 10) Наблюдение за собой после рисунка (период от нескольких дней до года).
- 11) По ощущениям, можно повторить рисунок через какое-то время.



Рисунок дает результат, возможный для принятия человеком на данном конкретном уровне.

- 12) Когда достигается потолок этого результата, приходит ощущение, что нужен ключ, чтобы открыть следующий уровень.

Рисунок с клиенткой по технике «Вспоминание Души».

Изначально я не планировала вносить в диплом рисунок с клиентом по данной технике, так как уже не будет возможности отследить какие будут проявляться изменения и результаты после рисунка.

Но в последний момент почувствовала, что крайне важно сделать рисунок хотя бы с одним человеком и внести это в данную работу, чтобы чуть точнее отрегулировать саму технику, и посмотреть как она откликается в других людях.

Интересно, что все произошло таким образом, чтобы рисунок этот состоялся с человеком, который очень близок к этой теме, и находится в определенном духовном поиске.

Ниже представлен процесс выполнения рисунка. Процесс выполнения рисунка занял значительно больше времени, чем я рассчитывала.

Мы рисовали около 3,5 часов, и рисунок еще на половину не завершен. Завершать рисунок будем через неделю.

Весь процесс занял больше времени, так как в данном случае был очень важен процесс погружения в тему и в рисунок, информация шла прямо потоком, и ее было очень важно озвучить. Уже на этом этапе у клиентки пошел очень сильный внутренний отклик.

Пошаговый процесс выполнения рисунка:

- 1) Погружение в тему. Я подробно рассказала про концепцию рисунка, про смысл Цветка Жизни как ключика к этому рисунку. Я рассказала также про работу через 7ой план и про тетахилинг. Чтобы выстроить внутреннее доверие и узнавание, а также чтобы на уровне сознания было понимание процесса, через который мы будем двигаться. В процессе нашли созвучие с цигуном, с рейки, обсудили, выстроили хороший контакт, понимание, доверие.
- 2) Клиентка с моей помощью циркулем нарисовала цветок, как



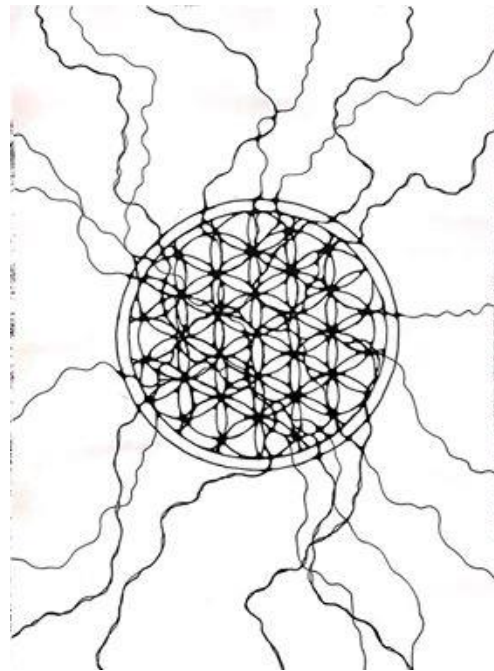
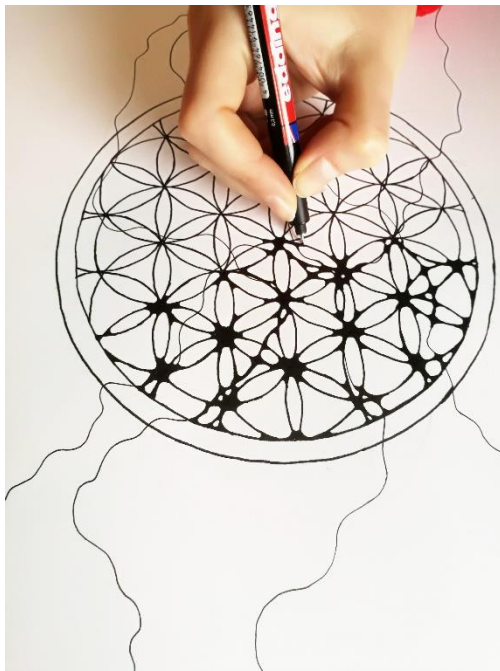
вспомогательный элемент для рисунка.

- 3) Через специальную тетамедитацию поднялись на 7 план, погрузились в тета волны, через ТетаХилинг я дала команду о том, чтобы процесс рисования прошел для нас наилучшим и наивысшим образом. Начали рисовать.
- 4) Сначала маркером проявляется сам цветок жизни. В этот момент отловили напряжение в рисовании кругов, предложила сделать упражнение «Заполни лист кругами», после него стало легче рисовать. Есть ощущение чего-то родного, ощущение, что Душа внутри откликается. В теле хорошо, спокойно. Рисунок дальше идет легко.
- 5) Скругление пересечений в Цветке Жизни. Скругление происходило очень не спеша, ощущения были легкие, приятные, всплыло много осознаний и очень интересных воспоминаний. В целом очень хорошее спокойное состояние.
- 6) Провели линии воплощения, линии потоков энергии от этих воплощений, собрали энергию Души в решетку Цветка жизни.
- 7) Попросила клиентку положить руку на Цветок жизни в рисунке и сказать, что она чувствует. Сказала, что пошел очень мощный поток энергии, она рукой чувствует как Цветок будто вибрирует. Очень сильные ощущения.

На этом на данном этапе приостановили работу. Через неделю продолжим.

Пока очень важным были внутренние ощущения отклика, поток энергии от Цветка жизни, и в целом легкость рисования, что говорит о готовности к этому рисунку и естественности процесса.

Ниже привожу фото рисунка клиентки:



Выводы:

- 8) Нейрографическая техника «Вспоминание Души» мягко и естественно открывает возможность к восстановлению связи со своей Душой, вспоминанию Души и ее знаний, к восстановлению связи с Творцом, и повышению уровня вибраций.
- 9) Данная техника ведет к глубоким результатам через погружение в состояние тета-волновой активности мозга в рисунке, и работе с очень глубокими слоями подсознания (уровень Души). Наиболее эффективна данная техника в прорисовывании через осознанное погружение в Тета состояние, работу через 7-ой план и энергию Создателя (соединение нейрографики и ТетаХилинга).
- 10) Необходима дальнейшая работа по оттачиванию отдельных шагов этой техники, по сбору практических результатов во время рисунка и после. Данная работа будет продолжена, и представлена позднее в виде дополнительного отчета к данной дипломной работе.

[Ссылка на дипломную работу Йелкован Светланы в авторском стиле](#)



Работы Йелкован Светланы

Тема: Набор группы на обучающий курс по НГ (пользователь) офлайн в Стамбуле.



Тема: Линия Времени (ноябрь, декабрь, январь)





Автор:
Кайдалова Ирина
Супервизор:
Рекшинская Ирина

Тема:
Я и нейрографика.

Что для меня путешествие? Познание нового, обретение свободы. Какой свободы? Вопрос неоднозначный. Что для меня свобода? Снятие ограничений в моей творческой составляющей. Это путешествие на Край света. К этому готовишься всю жизнь. Собираешь материалы, анализируешь их. Составляешь план, схему. Просчитываешь риски, затраты, которые тебе предстоят. Так начиналась подготовка к моему пути в Нейрографике.

В далекие 90-е годы трудно было предположить, что занятия цигун, могут вывести на знания связанные с творчеством. Рисовать хотелось всегда, но была «каля-баля». Вместо художественной школы отправили петь в хоре.

Время шло. Занятия цигун, всколыхнули «старые» мечты. Рисунок вошел в мою жизнь в виде схем при изложении материала студентам. Это помогало в структурировании изложения материала.

Далее была обучение Китайской медицине, которая гармонизировала мое внутреннее состояние. Все мои знания в данной области остались во мне. Я не практиковала. Душа требовала развития и выхода на новый творческий уровень. Я же не верила, что творчество может иметь место в моей жизни.

Гомеопатия – следующая ступень на моем пути к Нейрографике. Звучит странно. Творческий подход к пациентам, позволял взглянуть на болезненные процессы в организме с другого ракурса. Интерес возрастал.

Мое движение в поисках нового продолжалось. Кем и чем это было? Виана Стайбл, основатель направления – тета-хилинг. Сначала обучилась простейшим навыкам. Затем захотелось дойти до понимания тета-хилинга. Инструкторские курсы. Сессия с самой Вианной. Да, интересно, порой на уровне чуда. Работа с 7-ю планами Бытия. Снятие ограничений, страхов путем «раскопок» и других техник. Казалось бы – это та ниточка, которая приведет к «тайным знаниям» и я постигну мироздание. Хотелось рисовать картины, которые бы исцеляли людей, делали их позитивными.



Путешествие на этом не закончилось. Понимая, что человек сам творец своего счастья и себя, отправляюсь на поиски новых знаний. Через осознание себя, захотелось выйти на новый уровень развития. Как помочь людям в решении их жизненных проблем, в частности связанных со здоровьем? Человек, чаще всего ждет, когда придет добрый доктор Айболит, даст чудодейственную микстуру или таблетку и вот оно здоровье. Потребительское отношение не улучшает, а лишь усугубляет ситуацию.

Как себе помочь? Выйти за пределы своего Я и посмотреть со стороны на себя. Как это сложно и болезненно сделать. Принять себя таким, какой ты есть – непросто.

И наконец, моя дорога привела меня к Нейрографике. Нейро – близко мне, я же врач. Графика, пугала. Появились вопросы: «Закономерно ли мое движение к Нейрографике? Что измениться в моей жизни с приходом этого метода? Как я буду чувствовать себя? Вопросы, вопросы.

Ответ меня поверг в изумление. Моя жизнь разделилась на две половины - до и после. Это как Земля и небо. Для ощущения и понимания происходящего захотелось Солнца, Луны, Звезд. Нейрографика вошла в мою жизнь. И полились стихи.

Свежий ветер, свежий ветер,
Нейрографики полет.
Мир открылся Новым светом
Он меня к себе влечет.
Хаотичность линий жестких –
Проявление меня.
Все скруглила, растворила
Цвет внесла и поплыла.
В жизнь иную. Я, добра.
Пять стихий подвластны мне.
И скачу я на коне
Конь – свобода ты моя.
В творчестве нуждаюсь Я.
Нейрографики полет
К Бытию меня несет.

Я вновь пишу. Стихи всплываю как облака на голубом небосводе. Иногда их много, а порой и нет. Я могу потрогать свое творчество, почувствовать его и ощутить. Осознать те изменения, которые со мной происходят.



Сейчас мой путь идет по Нейрографике. Где я побывала?

Восемь модулей пройдены. Как изменилась моя жизнь?

Можно ли рассматривать Нейрографику в контексте образа жизни?

Какое применение, и какие, результаты можно получить?

Мой образ жизни (индивидуальный) предусматривает поведение, где проявляются черты, манеры, вкусы и мои привычки. И если рассматривать параметры, они могут включать: трудовую, общественную, политическую деятельность, быт и т.п.

Начну со здоровья. Здоровье, учитывая, что я нахожусь в определённой возрастной категории, мне интересно. По определению нашего ученого Ю.П.Лисицина, «Образ жизни является одним из главных факторов определяющих здоровье». Он выделил в образе жизни 4 категории:

- 1) экономическую – уровень жизни
- 2) социологическую – качество жизни
- 3) социально-психологическую – стиль жизни
- 4) социально-экономическую – уклад жизни

Если рассматривать каждую категорию, то образ жизни и здоровье, практически на прямую связаны во всех позициях.

Как существовать в гармонии со своим телом и разумом? Как изменить свою жизнь? Перемены начинаются с самого себя. Но как к этому прийти?

Нейрографика – метод, позволяющий гармонично, комфортно, пластично начать изменения по улучшению себя.

Нейрографика, влияет на нейронную сеть. Нейронная сеть, рассмотрим ее с позиции нейрогенеза - образование новых нейронов, олигодендроцитов, астроцитов в результате трансформации эндогенных стволовых клеток и происходит это в течение всей жизни. Это основной процесс, который обеспечивает пластические функции мозга. Исследование нейрогенеза – актуальная тема современной нейробиологии и нейромедицины. Изучаются молекулярные и физиологические аспекты.

Появилось новое направление – регенеративная нейробиология, которая исследует механизмы регенерации нервной системы. Смысл состоит в «стимуляции процессов репаративной регенерации нейронов, создании



условий, перmissive для регенерации нервных и глиальных клеток и роста нервных волокон, и на блокировании факторов, препятствующих нейрогенезу (К.Н. Ярыгин, В. Н. Ярыгин. Нейрогенез в центральной нервной системе и перспективы регенеративной неврологии. Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. 2012. Том 112, N 1. С. 4-13).

Нейрогенез является ключевой адаптивной функцией мозга. Постоянно идет структурная перестройка нейронных сетей, формирование и перекодировка синапсов как узлов переключения информационного сигнала, соответственно увеличиваются функциональные возможности мозга и его выживание в процессе жизнедеятельности или патологических причин. Новые клетки образуются в зубчатой извилине гиппокампа. За сутки у взрослого мозга определяется как 9000 единиц в течение суток, или около 250 тысяч в месяц. Число новых нейронов, образующихся ежемесячно, составляет 6 % от общей популяции гранулярных клеток. Эти расчеты были проведены на основании экспериментов Н.Самерсона и соавторов, которые впервые использовали высокие дозы BrdU. До того низкие дозы этого маркера метили фракции клеток только в S-фазе (Cameron HA, McKay RD. Adult neurogenesis produces a large pool of new granule cells in the dentate gyrus. J Comp Neurol. 2001;435:406–17). Было доказано, что скорость нейрогенеза в зубчатой извилине гиппокампа и в субвентрикулярной зоне модулируется различными стимулами окружающей среды. Физическая нагрузка активирует нейрогенез в зубчатой извилине. В условиях патологии, при инсульте, травме мозга потенцируется образование новых клеток, и они замещают группы поврежденных нейронов

Данные о числе и скорости образования новых нейронов, стимулируемом внешними и эндогенными факторами, служат основанием для утверждения, что новообразованные нейроны участвуют в процессах обучения, и пространственной памяти (Gould E, Beylin A, Tanapat P, et al. Learning enhances adult neurogenesis in the hippocampal formation. Nat Neurosci. 1999;2:260–5; Shors TJ, Miesegaes G, Beylin A, et al. Neurogenesis in the adult is involved in the formation of trace memories. Nature. 2001;410:372–6).

Существенным оказывается вопрос об индукторах нейрогенеза, т.е. химических или иных специализированные нейроны, астроциты, олигодендроциты. В первую очередь, была установлена регулирующая роль стероидных гормонов надпочечников и глюкокортикоидов.

Была также определена важная роль комплекса внешних обстоятельств



– обучения, стресса, гипоксии, физической стимуляции организма в продуцировании новых клеток мозга.

Возникает вопрос: Возможно, ли влиять на нейрогенез, применяя метод нейрографики?

Начну с базового алгоритма - **Алгоритм снятия ограничений** (основа основ).

Выбор темы и выброс, можно предположить, что происходит выброс адреналина. Мы можем усилить «силу» выброса, сосредоточив свое внимание, можно добавить голос. Как бы искусственно усилить процессы, которые способствуют выбросу адреналина.

Адреналин рассматривают как гормон страха, стресса, зашкаливающих эмоций. Как воздействует адреналин на физиологические системы организма? Ответная реакция идет от всех органов и систем организма как защитная при стрессовом воздействии.

В чем она проявляется:

- происходит резкое сужение кровеносных сосудов;
- повышается артериальное давление;
- ускоряется работа сердечной мышцы;
- мышцы легких расслабляются, чтобы обеспечить беспрепятственное попадание большого количества воздуха (это необходимо для ускорения выработки большого количества энергии);
- в крови повышается уровень глюкозы, которая запускает процессы синтеза АТФ;
- активно распадаются органические вещества для повышения уровня метаболических процессов.

Мы отмечаем, что происходит мощная биохимическая атака. Какие ощущения испытываешь?

- «бешено» колотится сердце;
- учащается дыхание;
- кровь пульсирует в висках;
- появляется странный привкус во рту;
- активно выделяется слюна;
- странные ощущения в животе;
- потеют руки и трясутся колени;
- кружится голова



- головная боль и т.п.

Реакция организма на выброс стрессового гормона индивидуальна.

Мы знаем, что польза вещества определяется концентрацией. Адреналин не исключение. Его биохимическая природа направлена на спасение организма в экстремальных ситуациях, а действие должно быть дозированным и кратковременным.

Полезными считаются следующие функции:

- реакция на раздражители улучшается за счет увеличения ее скорости и активизации периферического зрения;
- увеличивается период бодрствования;
- повышается мышечный тонус: за счет сужения кровеносных сосудов адреналин перенаправляет кровь к определенным группам мышц, сердцу, легким;
- при наличии адреналина происходит улучшение умственных способностей, быстро срабатывает логическое мышление, активизируются процессы памяти, решение принимается практически молниеносно;
- дополнительный стимул для иммунной системы, которая усиленно работает для подавления воспалительных процессов и возможных аллергических реакций;
- организму нужен стрессовый гормон, чтобы пережить сильные болевые ощущения, болевой порог существенно увеличивается, снижается нагрузка на центральную нервную систему и сердце. Даже при наличии тяжелых травм человек продолжает выполнять определенные действия.

Первые два пункта АСО как раз это и подтверждают.

Третий пункт скругление. Уходим в более спокойное состояние. Прорисовываем части круга, а круг как известно

Пункт 4 алгоритма внесение цвета и выделение больших фигур.

«Египетские врачи, определив, какому человеку недостает какого цвета, словно бы купали больного в оздоравливающих потоках целительных для него лучей.

Каждый цвет содержит целую гамму оттенков, от тончайших и нежных до глубоких, пронизанных мудростью и знанием. Надо **погрузиться в цвет**, как в глубины моря, отдаться его вибрациям, словно морским волнам, купаться в цвете, впитывать цвет, наполняться цветом и только тогда начинаешь ощущать, что же такое цвет».(



<http://biopole.info/zvetoterapy1.htm>)

Нервная клетка имеет определенную вибрацию. При различных состояниях вибрация клетки может меняться (патологические состояния). По своей природе нервная клетка способна усваивать и накапливать недостающие цвета и отталкивать цвета избыточные. Таков механизм лечебного воздействия цвета.

И в данном случае, мы интуитивно выбираем цвет, как бы навязывая здоровую вибрацию рисунку через цвет.

Если при рисовании идет воздействие на формирование нейронов и их связей, то возможно цветом мы воздействуем на их качество.

Большие фигуры

Фиксация рисунка - своего рода точка в конце письма. Фиксируя рисунок, мы говорим себе о завершенности процесса.

Нейрографическая линия напоминающая по форме импульс тета – волны. Тета-волны – это граница между сознанием и подсознанием. Есть доказательства того, что тета-волны хранят в себе способности к исцелению, обучению и т.п.(Виана Стайбл, основоположник теории тета-хилинга).

Я, предполагаю, что каждый раз ведя нейролинию по форме напоминающую тета-волну, мы входим в бессознательное и черпаем необходимые нам знания, порой, не осознавая этого.

Заключительная часть АСО – это наше видение заданной темы с новой проработанной позиции. Полученный рисунок либо преобразует заданную тему, и ты находишься с ней в гармонии, либо тема требует дальнейшей проработки. По ощущениям, итогом работы является радость, порой переходящая в эйфорию, спокойствие. На физическом уровне: легкость в теле, дыхание спокойное, болевые ощущения отсутствуют. Физическое тело находится в гармонии с внутренним миром(душой).

В час печали и тоски,
К Нейрографике приди.
Сделай выброс, округли,
Боль свою ты раствори.
Все бумаге расскажи.
Слезы дружно полились,



Но рука моя в трудах.
Линии все вывожу,
Счастье в дом к себе зову.
Вот и краски в ход пошли
И фигуры расцвели.
Где же боль?
Ищу в картине,
Вижу яркую Весну!
Боль, печаль – взрастили радость.
Настроение поднялось
И решение вдруг нашлось.
Оптимистом будь всегда,
Наша жизнь, так коротка.
Цвет зари и пение птиц,
Лес, поля и горы,
Все эти просторы,
Нам даны с тобой не зря
Это радость Бытия!

АСО в методе Нейрографики – это комплекс воздействия на центральную нервную систему, который в конечном итоге способен влиять на нейрогенез.

Это мое теоретическое предположение, подтвержденное практическими работами. Но необходимы клинические исследования и подтверждения.

Как изменилась моя жизнь под влиянием Нейрографики?

Здоровье – улучшилось. За этим стоит большая работа, много рисунков, которые подтверждают это (находятся в презентации).

Захотела поехать в Грузию на ретрит. Прорисовала и поездка состоялась. После прохождения Нейропластики, рука стала более «раскованной» и линии приобретают другой характер.

Пока остаются вопросы по ведению курсов по Нейрографике. Или прорисовываю не так, или есть ограничивающие убеждения, которые мешают.

Таким образом, метод Нейрографики для меня открыл новую страницу моей жизни. Только в труде, возможно многое. Взаимодействие с подсознанием выводит тебя на новый творческий уровень. Как результат такой работы я



Кайдалова Ирина. Я и нейрографика.

сейчас готовлю маленький сборник стихов связанный или навеянный Нейрографикой. И придумано название «Нейролиния, подруга мы с тобой частица круга...». Мое путешествие по стране, которая называется Нейрографикой, на начальной стадии. У меня все еще впереди!

[Ссылка на дипломную работу Кайдаловой Ирины в авторском стиле](#)



Работы Кайдаловой Ирины

Тема: состояние потока и наполненности жизни



Тема: Нейрографика в моей жизни





Автор:
Кандыбович Светлана
Супервизор:
Кучинская Анна

Тема:
Нейрографика-основы: практическое видео руководство для инструкторов и пользователей НГ.

[Видео](#)

Нейрографика-основы: практическое видео руководство для инструкторов и пользователей НГ.

Часть I (обоснование)



Нейрографика - новый перспективный метод, открытый Павлом Пискаревым несколько лет назад.

Павел Пискарев- автор метода «Нейрографика», архитектор, психолог Ph.D. Коуч, Тренер, основатель Школы Нейрографики, Основатель Института аналитического коучинга Ректор Института Психологии Творчества, Член-корреспондент Международной академии психологических наук, Председатель совета МААК и пр.

Нейрографика-это способ взаимодействия рисующего со своим внутренним миром и окружающей средой. Экологично меняя психическое состояние человека, грациозным и красивым графическим способом нейрографика позволяет перевести состояние человека из желаемого в действительное.

Не случайно интерес к этому методу возрастает и с расширением границ его применения-по всему миру появляется все больше последователей и людей использующих метод в своей повседневной практике.



Школа Павла Пискарёва проводит успешную подготовку Инструкторов Нейрографики - людей, прошедших серьёзный и глубокий 9-месячный курс обучения, готовых передавать знания на очень высоком и квалифицированном уровне .

Развиваясь совершенствуясь, новый метод требует квалифицированной образовательной базы в виде книг, учебников видео уроков, таблиц и наглядных пособий . Наличие структурированного и правильно графически и эстетически оформленного методического материала, позволяет успешно решать проблему оптимизации учебно-творческого процесса преподавания основ Нейрографической грамоты и совершенствования творческих способностей студентов в обучении, действенно влиять на повышение уровня специальной подготовки выпускника, целенаправленно формировать его профессиональные компетенции . И здесь возникает необходимость вооружиться картами ,таблицами, наглядными пособиями : аудио, видео, материалами ,любыми необходимыми инструментами преподавателя, задача которого помочь глубокому усвоению учебного материала.

Я , будучи преподавателем Изобразительного Искусства в прошлом, в процессе преподавания курса Пользователь моим студентам почувствовала необходимость создания коротких видео , собранных в одном блоке , что бы обучающиеся не только видели как идёт линия или выполняются скругления , а могли иметь под рукой краткий видео справочник , пособие , к которому можно было бы обратиться за подсказкой в процессе рисования . Таким видео можно воспользоваться как уроком, наблюдая тренировать руку в ведении линии или округлении. Опыт показывает, что некоторым людям не достаточно один раз посмотреть -нужно несколько просмотров и множество повторов . Первые ролики, которые я сделала для своих студентов ,были без текста , только видео и музыкальное сопровождение, и как оказалось этого не достаточно, тем более что не все студенты оказались визуалами . «С точки зрения НЛП-подхода(Нейрографика-лингвистического программирования), у человека существует несколько репрезентативных систем. Каждая система - это совокупность элементов, позволяющих представлять (репрезентировать) в психике необходимую информацию. По характеру доминирующей модальности представления информации репрезентативные системы делятся на:

- визуальную - в виде образов (доминирует зрение);
- аудиальную - в виде звуков и слов (доминирует слух);
- кинестическую - (доминируют двигательные ощущения);
- полимодальную - (преобладают обобщенные представления,



мыслительные процессы).

Такое деление соответствует описанным П.П. Блонским видам памяти: «Моторная память или память-привычка, образная память или память-воображение, логическая память или память-рассказ». Педагогу полезно знать основные характеристики учащихся «визуалов», «аудиалов» и «кинестиков».(Г.В. Лаврентьев, Н.Б. Лаврентьева, Н.А. Неудахина инновационные обучающие технологии в профессиональной подготовке специалистов)

После добавления в новые видео ролики текста и аудио сопровождения, все группы учащихся получили необходимые способы получения обучения. Как дополнительный бонус этих видео роликов-погружение в созерцательное состояние бессмыслия, что дополнительно подготавливает студента к восприятию информации, настраивая его на глубокую медитативную практику.

Кто может с пользой воспользоваться таким методическим материалом ? На мой взгляд в первую очередь это - Инструкторы Нейрографики, используя видео во время урока; -А так же их можно вставлять в презентации! - студенты-будущие нейрографы в качестве учебника -практикующие Нейрографику(вдруг забыли последовательность алгоритмов?) -коуч нейрограф во время коуч- сессии -родители , которые рисуют с детьми - Желаящие овладеть рисованием Нейрографики на iPad -а можно просто разглядывать , как занимательное кино!

Используя в качестве эксперимента обучения некоторые видео ролики, я получила несколько отзывов от моих учеников , клиентов и коллег которые представляю здесь: г,...« спасибо большое за интересную подачу материала- особенно понравилось видео сопровождение !» «... сегодня показала мужу , что такое Нейрографика на Вашем Видео, Светлана, его очень впечатлило , тоже захотел к вам на курс» «.. увидела на Ютубе Ваш Ролик про Нейрографику, хочу к Вам на обучение Нейрографика на iPad» «... научите пожалуйста записывать такие видео !!!» «...никогда не думала ,что обучение может быть таким интересным ,таким захватывающим, когда наблюдаешь за линией, кажется что она как живая и идёт не туда куда ожидаешь !» «Мы с сыном рисуем Нейрографику уже несколько месяцев учимся по роликам в интернете . Недавно увидели ваш видео ролик -очень понятно и наглядно , как идёт линия, округление, спасибо что поделились !» «... Сегодня наконец то поняла как правильно скруглять углы, и как нужно делать что бы все было гладенько ! Спасибо за ваше видео!» «...меньше



недели моего знакомства с Нейрографикой- рисую по вашим видео, перешла на Айпад , очень удобно в дороге , Спасибо и огромная благодарность!» А вот мнения коллег «..спасибо большое за видео- использую в презентации к курсу Пользователь, клиенты в восторге! Все очень доступно и понятно» Или вот: «...Светлана, спасибо огромное и низкий поклон за такое подспорье- как стало легко объяснять как выглядят Линии поля и правильно скруглённый выброс . Кстати, очень помогает не забыть последовательность в алгоритме , я очень волнуюсь во время урока и бывает что могу запутаться в последовательности, а теперь все в порядке, вставила в презентацию и все ок!»»

Часть II (Видео материалы и описание к ним)

1.Нейрографика- это :

Нейрографика – авторский метод и официально зарегистрированный Государственным свидетельством об авторском праве в 2015 разработанный Павлом Пискаревым. НЕЙРОГРАФИКА -

творческий метод трансформации Мира - Это простой для понимания и исполнения, метод решения персональных и организационных задач; - Уникальный способ выявить символ, оформить знак, сформировать код развития любой из возможных жизненных ситуации, самых разных контекстов действительности; - Настройка коммуникации любого рода: с собой, с близкими, партнерами, деньгам, к бизнесу, к организации, процессу, смыслу и ситуации - Метод изменения существующего на желаемое самым простым и элегантным способом с заданными критериями обратной связи.

Нейрографика объединяет смысл и линию. Это самый быстрый и простой способ формирования новой реальности.(П. ПИСКАРЕВ)

10 принципов нейрографики

1. Образ интегрирует смыслы
2. Смыслы концентрируют состояния
3. Проблема есть порождение разума
4. Решение обладает качеством бионики
5. Гармония ведет к удовлетворению
6. Вселенная умещается на острие карандаша
7. Любая задача имеет графическое решение



8. Плоскость рисунка не имеет границ
9. Мир состоит из фигур и линий
10. Рисовать просто

Авторизированные активы нейрографики: - Нейрографика, уникальное имя; - История возникновения метода; - Нейрографическая линия; - Принцип сопряжения элементов композиции; - Гипотеза универсального языка; - 10 принципов Нейрографики; - Основы композиции и теория нейрографики; - Базовый алгоритм; 8 универсальных алгоритмов

Графический алфавит: Основные Нейрографические фигуры
НЕЙРОЛИНИЯ

Линия, которая не повторяет себя на каждом участке своего движения и мы ведем её туда, где не ожидаем увидеть. Это линия нашего подсознательного и мы рисуем ее не спонтанно, а осознанным усилием преодолевая сопротивление, меняем направление, отклоняясь всякий раз хотя бы на 5-10 градусов. Мы сознательно ведем линию туда, где чувствуем дискомфорт и выходя из зоны комфорта мы осознанно начинаем совершать изменения в своей жизни. Нейрографическая линия – обладает качеством бионики и индивидуализирует рисунок.

Линия

Связывает элементы композиции между собой

[Видео: нейролиния](#)

Круг

Символизирует гармонию и целостность, завершённость, безопасность, источник энергии

[Видео: Круг](#)

Треугольник

Символизирует конфликт, целеустремлённость, динамику, агрессия, движение, акцент ВИДЕО:ТРЕУГОЛЬНИК

[Видео: Треугольник](#)



Квадрат

Символизирует стабильность, уверенность, надёжность, устойчивость, фундаментальность, основательность. При помощи квадратов можно зафиксировать результат.

[Видео: Квадрат](#)

Звезда Это символ вечности, света, высоких устремлений, идеалов. Символ человека в его телесно-духовной целостности, сияющий во тьме свет, единство во многообразии, органичность структуры, расширение влияния, устремление, самоотдача, горение духа

[Видео: Звезда](#)

Спираль исцеление, развитие, центр мироздания, возрастание (вовне) или убывание (вовнутрь), движение, изменение, идея прогресса и неуклонного устремления к изменению текущего состояния

[Видео: Спирали](#)

Скругление Пересекаясь, нейрографические линии образуют острые или тупые углы. Соединяя(сопрягая) и скругляя эти углы образуется узел, напоминающий нейронную клетку. В каждом скруглении наш мозг видит круг, гармоничную фигуру. Тщательно скругляя и сглаживая эти пересечения мы приводим своё состояние к гармонии и спокойствию.

[Видео: Скругление](#)

Как скруглять две линии между собой

Нейрографический паттерн Соединяя и скругляя линии, фигуры, объекты на плоскости листа мы получаем Нейропаттерн, через который мы получаем возможность гармонизировать изображение, связывая части в единое целое, интегрировать пространство композиции «НейроПаттерн - узнаваемый элемент изображения, реализующий принцип взаимосвязи элементов, образующий сопряжение смыслов и линии». Павел Пискарев

[Видео: Нейропаттерн](#)

(КАК СОПРЯГАЮТСЯ ФИГУРЫ ВЫСТРАИВАЯ НЕЙРОПАТТЕРН)



Линии поля

Линии поля - это свободные нейрографические линии, которые рисуются в соответствии с основной композицией рисунка, могут быть любой толщины и цвета . Обычно рисуется прозрачными текстовыделителями. Они связывают всю работу и дают ей поддержку Высших сил. Это линии несущие самую большую энергию в творческом замысле рисующего. Своим движением они напоминают природные линии гор, Облаков, Волн , Линий горизонта.

[Видео: Линии поля](#)

(Как вести линии поля)

Архитипирование

архитипирование - объединение фигур на плоскости листа в большие фигуры , линией или цветом ,определяется как поддержка сил вселенских масштабов

[Видео: Архитипирование](#)

Нейрографирование

«Нейрографирование это обработка изображения нейрографической линией. Работа по копиям, портрету, другим изображениям, с целью адаптации образа в бессознательное.» Павел Пискарев

[Видео: Нейрографирование](#)

Выброс

Интенсивное Выплескивание энергии напряжения на весь лист бумаги

[Видео: Выброс](#)

Нейрографические алгоритмы

«Нейрографический алгоритм это набор последовательностей и приемов официально принятых в Школе Нейрографики» Павел ПИСКАРЕВ
Сейчас в нейрографике существует 8 устойчивых алгоритмов

- 1.Алгоритм снятия ограничений
- 2.Алгоритм Нейрографическое Моделирование
3. Управление энергией и 5 элементов в Нейрографики



4. НейроСкетчинг
5. НейроМандала
6. Нейрографика коммуникаций
7. цель-достижение-результат
8. Линии времени

Базовый алгоритм Нейрографики:

1. Тема 1.0
2. Композиционное решение
3. Сопряжение/использование паттерна
4. Интеграция 4.1 Фигура и фон 4.2 Архетипирование/Большие фигуры
5. Линии поля
6. Фиксация
7. Тема 2.0(анализ)

Алгоритм снятия ограничений

- 1(АСО1) 1.Тема 1.0
2. Выброс
3. Скругление
4. Объединение/Интеграция
 - 4.1 Фигура и фон
 - 4.2 Архетипирование/Большие фигуры
5. Линии поля
6. Фиксация
7. Тема 2.0(анализ)

[Видео: АСО 1](#)

Алгоритм снятия ограничений 2 (АСО2)

- 1.Тема
- 2.Выброс
- 3.Находим большие фигуры и скругляем пересечения
- 4.Выводим остальные линии выброса в поле, одновременно продолжая скруглять пересечения
- 5.Выделение новых фигур цветом
6. Линии поля
- 7.Фиксация
8. Тема (анализ)

[Видео: АСО 2](#)



Алгоритм снятия ограничений 3 (АСОЗ)

- 1.Тема
- 2.Выброс
- 3.Распрямляем линиями выброс
- 4.Скругление пересечений
- 5.ВИДЕО больших фигур
- 6.Фиксация
- 7.Линии поля
- 8.Тема(Анализ)

[Видео: АСО 3](#)

Алгоритм выявления намерения (АВН) метода Нейрографика создан специально для подобных случаев, хотя сфера его применения несколько шире:

- конкретизация темы или задачи,
- определение истинных целей,
- поиск ответов на вопросы,
- усиление слабого мотива,
- улучшение настроения,
- снятие усталости и расслабление (например, в конце дня),
- настройка на позитив (например, в начале дня или перед каким-то важным событием).



[Видео АВН](#)

- 1.Тема
- 2.Набираем линии
- 3.Места пересечений
обозначаем кругом(Ресурсы)
- 4.Скругление
- 5.Цвет
- 6.Фиксация
- 7.Тема(Анализ)

Все Видео Ролики представленные в проекте выполнены мною в графических программах, таких как Adobe Illustrator , Adobe Photoshop, и Sketchbook на iPad Pro , Видеоматериалы можно использовать как целым фильмом, так и отдельными



Кандыбович Светлана. Нейрографика -основы: практическое видео руководство для инструкторов и пользователей НГ.

фрагментами в презентации как отдельный обучающий элемент для наглядной демонстрации . Я нахожу их действительно полезными для обучающихся, так как такая подача методического и учебного материала помогает усвоению предмета в легкой и непринужденной форме.

[Смотреть весь фильм](#)

[**Ссылка на дипломную работу Кандыбович Светланы в авторском стиле**](#)

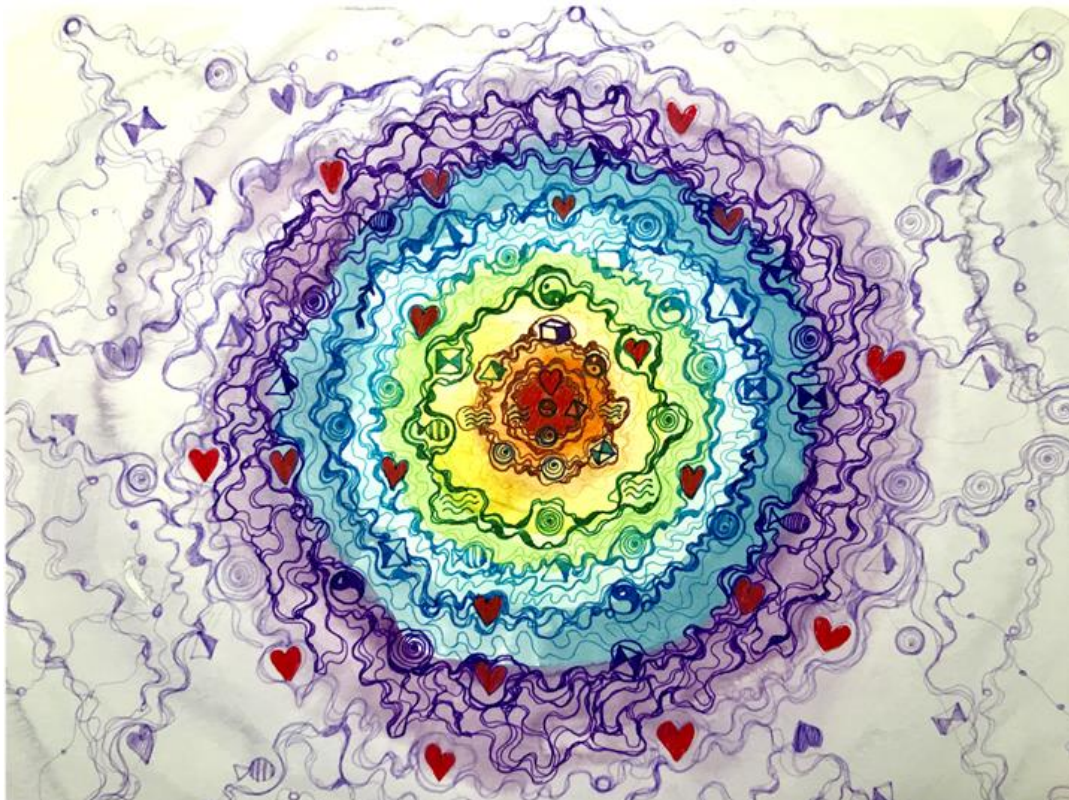


Работы Кандыбович Светланы

Тема: Алгоритм выявления намерения при работе с болью.



Тема Творчества





Автор:
Карачурина Гульнара
Супервизор:
Сафонова Светлана

Тема:
**Нейрографика в самоадаптации к изменениям
условий внешней среды.**

Так сложилось, что живем мы сегодня в условиях глобализации и становления информационного, техногенного, цифрового мира.

Во внешней среде, окружающей нас, непрерывно и иногда с большой скоростью происходят динамические изменения. Сложность и подвижность этих изменений составляют основную характеристику внешней среды – неопределенность и непредсказуемость. Не всегда нам удается получить полную, точную и достоверную информацию о факторах среды. Следствием этого является сложность в определении и прогнозировании наших собственных действий.

И, в настоящее время мы видим, чувствуем и осознаем то, что все больше этот внешний мир вторгается в область нашего внутреннего, интимного мира. Что, разумеется, не может не усиливать психологическое давление, ощущение потери равновесия, угрозу возникновения внутреннего конфликта и дистресса.

Появляется состояние сильной неудовлетворенности, напряжения и фрустрации, повышается риск возникновения неврозов и других психических расстройств, вплоть до депрессивных состояний.

Разумеется, всё это нарушает нормальное течение нашей жизни.

В этих обстоятельствах «во весь рост» встает вопрос – как уберечь себя от этой турбулентности? И ответ на него, в свою очередь, приводит к необходимости выработки новых способов и новых механизмов защиты от воздействия внешней среды. Другими словами – необходимости самоадаптации человека к изменяющимся условиям окружающей его жизни.

Самоадаптация – так называется способность человека приспособлять себя к изменяющимся условиям внешней среды и окружению, включающая трансформацию его самого и моделей его



поведения.

Причем, одни из условий являются естественными, другие – созданными искусственно.

Природная среда: живая природа, климатические и временные факторы, возрастные изменения, природные катаклизмы.

Материальная среда: окружающие предметы, автомобили, техника, дом.

Социальная среда: государство, этнос, люди, язык, статус, темперамент, личные качества, психотип

Интересно отметить и то, что у каждого из нас существуют свои собственные темпы самоадаптации. И на это влияют два условия:

Субъективные - они включают физиологию, возраст и психику человека. Психологический фактор включает умение человека познавать, эмоционально реагировать на ситуации, практически совершать действия и мотивировать себя.

Средовые – они включают то окружение, в котором человек живет: его дом, окружающие люди, его работа, хобби, экономическая и политическая обстановка.

И, к сказанному о самоадаптации осталось ещё добавить, что периоды жизни и самого человека постоянно изменяются. Если, к примеру, к одним своим периодам изменений человек готов, это вовсе не означает его лёгкую адаптивность в других периодах жизни.

Метод нейрографики **в моей личной жизни** – это эффективный инструмент самоадаптации и вариант выхода на новый уровень качества собственной жизни. Думаю, выход этот обеспечивается у нас через включение ресурсов нашего внутреннего высшего потенциала. И через активацию этого скрытого, как выяснилось, даже от меня самой, потенциала.

Причем, стоит заметить, что включение это происходит наиболее экологичным для нашей психики способом.

Инструмент этот позволил мне увидеть собственные ограничения, почувствовать их, узнать их в лицо, подумать, и понять их по-новому. Что, возможно, раньше, было для меня и не так очевидно.



Для этого теперь я всегда пользуюсь алгоритмом снятия этих ограничений.



Нейрографика, надо в этом признаться, стала моей внутренней опорой. С появлением в моей жизни такой опоры я смогла «выйти из домика» бесконечных внутренних моих диалогов и упорядочить

движение собственных мыслей.

Я смогла обрести ещё большую уверенность в собственных силах и собственных возможностях.

Используя техники Нейрографики я могу себе помочь в составлении конкретного плана действий относительно важного, значимого и



животрепещущего для сегодняшнего дня вопроса.

Касается ли это моделирования и оценки потенциальных рисков в вопросах межличностных отношений или очищения организма, стабилизации ночного сна, улучшения зрения или нормализации веса.



А также – роста клиентской базы, оптимизации доходов или своего избыточного перфекционизма.

В любой из упомянутых ситуаций алгоритмы и техники метода Нейрографика являют собой конкретные инструменты для моей самоадаптации и гармонизации – в самых различных сферах моей жизни.

Кроме того, замечаю, как Нейрографика оказывает существенное влияние на изменение отношения к собственным познавательным процессам – одним из основных ресурсов самоадаптации.

К примеру – **внимание.**

Любопытно стало наблюдать за собой и траекторией своего внимания.

За тем, как оно концентрируется, каким способом распределяется, что вычленяет и на чем фокусируется в первую очередь?

А как оно ведет себя на этапах сопряжения, архетипирования и определения больших фигур?

Или вот ещё – **восприятие.**

Изменилось моё зрительное восприятие и чувствование форм и объектов, а также восприятие их взаимодействия между собой.

В результате чего появляются новые формы и новые объекты с новыми идеями, творящими новые смыслы.

И, конечно же, изменилось восприятие самой себя, своего тела, своих эмоций и ощущений, своих мыслей, возникающих в процессе нейрографирования.

Как изменяется моё дыхание, отчего вдруг замечаю сердцебиение, тонкие вибрации в голове или внезапно нахлынувшую теплую волну про счастье - по всему телу?

А ещё – мои воспоминания.

Или **память**, задача которой – получение информации, ее бережное хранение, анализ и воспроизведение ее в нужное время.

Что в Нейрографике проявляется отчетливо и зримо.



Еще, разумеется, **речь**.

Причем, речь графическая. Ведь, нейрографически рисуя, мы фактически говорим руками. И можем общаться с единомышленниками, передавая информацию, используя формат такой вот образной речи.

Помимо прочего – **коммуникации**.



Не только в межличностных отношениях с окружающими меня людьми, но и с окружающими объектами, а также – быть в постоянном контакте с самим С собой, не теряя связь. Что есть самое важное.

Мышление – важнейшая мозговая функция, создающая условия для самоадаптации.

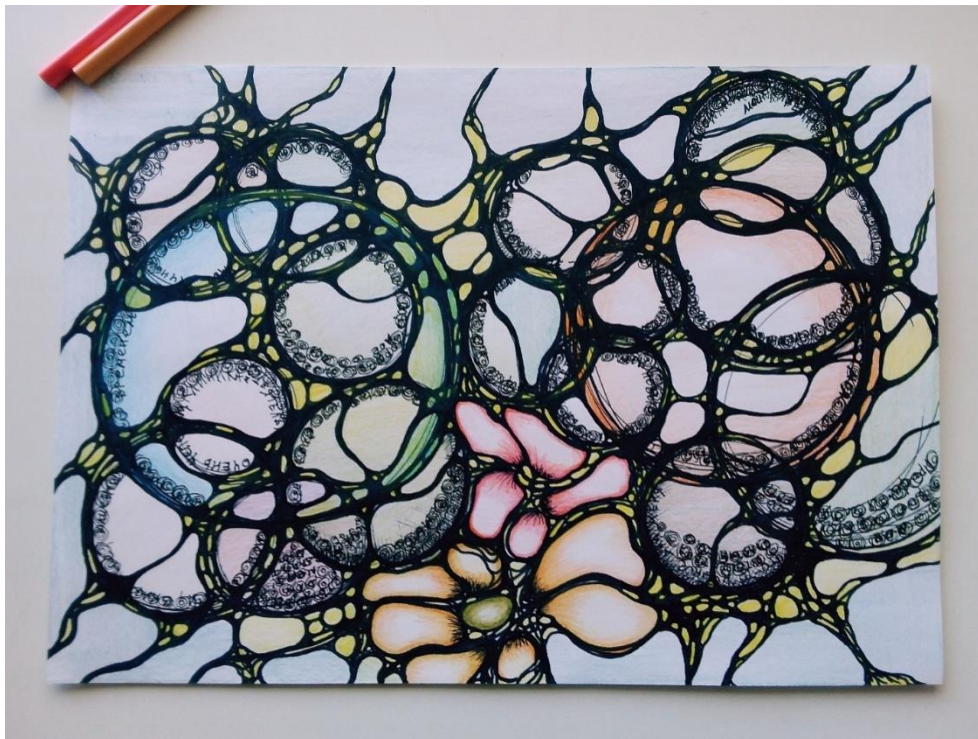
Разумеется, не могу не отметить изменения в самом формате мышления. Постепенно, при помощи Нейрографики «научилась» выстраивать иную структуру мышления.

Самого мышления, анализирования и одновременного планирования. Что очень помогает в распределении собственной активности и решении множества задач в единицу времени.

Для нас, живущих в режиме мультитаскинга, навыки моделирования очень полезны – для создания возможности параллельного выполнения



нескольких задач.



Обеспечение возможностей проживания человека в незнакомых условиях, его психологическая перестройка – с Нейрографикой происходит более пластично.

Мне думается, именно через изменение восприятия, через изменение паттернов мышления, что влечет за собой изменения привычной модели поведения, и происходит повышение адаптивных резервов человека.

Это – актуальная самоадаптация, когда основной задачей является приспособление к изменениям во внешнем мире, происходящим в настоящее время.



И нейромандала здесь выступает великолепным действенным инструментом гармонизации своего внутреннего состояния.

Кроме того, задача самоадаптации стоит перед необходимостью решения



вопросов – как относиться к тем или иным событиям из прошлого?

Как это влияет на мою настоящую жизнь. И что сулит мне в будущем?



Очень много неожиданных и полезных осознаний пришло мне в процессе работы в технике «Нейродрево».

Такая вот, ретроспективная самоадаптация.

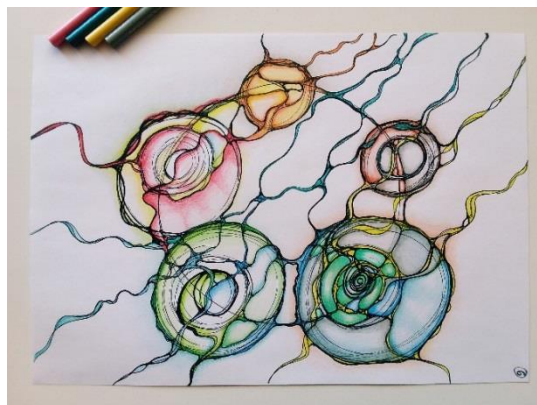
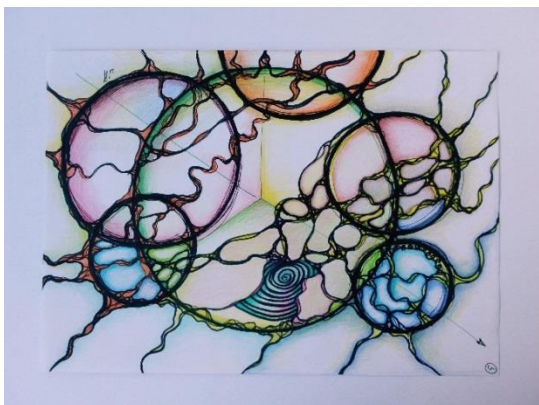
А в личной жизни?

Как относиться к своим промахам и неудачам?

Разочарованиям и достижениям?..

И тогда на помощь приходит алгоритм управления энергией пяти элементов У-Син.

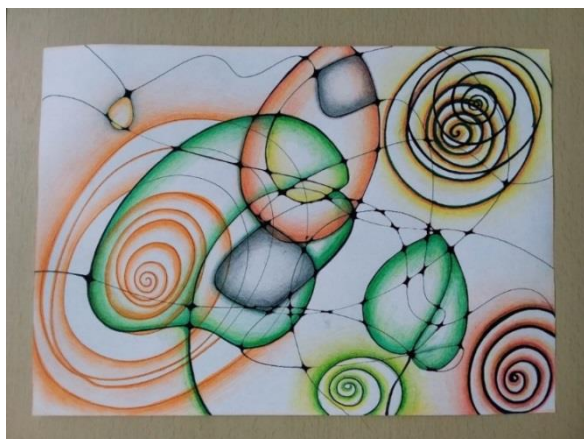
После «нейрографической проработки» проблемы начинают



происходить изменения в межличностных отношениях и.. неожиданно – в мировоззрении даже очень близких мне людей. а порой – абсолютная смена взглядов, представлений и убеждений.

Такова актуальная самоадаптация.

Задача самоадаптации возникает, разумеется, и при прогнозировании своего будущего. Когда мы активно





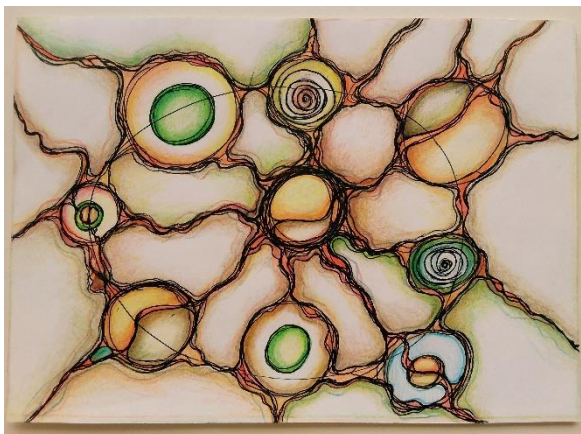
строим планы и проектируем свое «завтра», мы не только надеемся на его реализацию.

Моя цель – стать профессионалом Нейрографики.

Инструктором и коучем-нейрографом.

Это значит – адаптировать себя к новым условиям. Мотивировать себя к движению вперед, преодолевая инертность. Выводить себя из состояния привычной и комфортной деятельности. Создавать и ставить себя в условия – для знакомства с новой С собой – мультиролевой личностью

И умеющей переключаться, перемещаясь последовательно по ступеням



- от одного архетипа к другому.



И тогда, со временем, становятся актуальными вопросы личного бренда.



приспосабливаемся к этому образу, предвосхищая этим его осуществление.

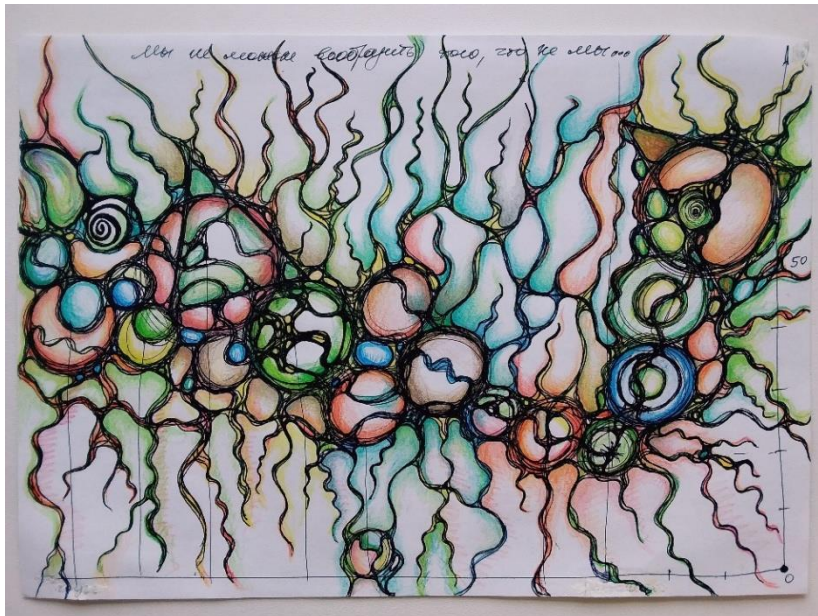
Замышляя это свое будущее, мы внутренне строим в воображении образ этого будущего. Потом привыкаем и





Коуч-нейрограф – это моя перспективная самоадаптация.

Нейрографика – это в определенном смысле практика интегративная, задача которой – связать в одну систему то, что в процессе жизни было разобщено. Включая сами эти жизни. И тогда... Можно поработать не только над качеством, но и количеством их проживания. В технике «Пять жизней».



Связывая вышеизложенное и подводя своеобразный итог, хочу сказать, что за методом Нейрографики я вижу большое будущее.

Будущее – в самых различных областях человеческой деятельности. Будущее – как важного психотерапевтического инструмента для

трансформации и самоадаптации личности.

И областями применения метода Нейрографики, в самом различном виде и формате, возможно, экспресс-тренингов могли бы стать различные сообщества, в самой разной среде нашей жизни.

К примеру, армейская среда.

Ведь многие ребята оказываются психологически не готовыми к жизни в армейских условиях. Отдаленность от дома, невозможность видеть близких людей, новое окружение, абсолютно мужской коллектив, тяжелые условия проживания и физические перегрузки, а также строгий режим. Такая резкая перемена провоцирует негативные эмоции у всех призывников, без исключения.

Обычно человек в такой ситуации держит свои переживания в себе, пока напряжение не достигнет своего пика, когда он начинает вести себя неадекватно. И некоторые оказываются более подвержены расстройствам адаптации. Тогда мы наблюдаем девиантное поведение и инциденты в армии – парни сбегают, стреляют в мирных людей, совершают попытки суицида.



Следующее сообщество – безработные.

Увольнение, потеря работы из-за сокращения штата - это всегда стресс, который может вызвать нарушение психического здоровья. Переход и длительное нахождение в статусе безработного, особенно людей предпенсионного возраста и молодых мам с маленькими детьми, также провоцирует расстройство адаптации из-за постоянных проблем и накопившихся отрицательных эмоций.

Детский сад и школа.

Известно, как непросто проходит самоадаптации детей дошкольного и младшего школьного возраста при поступлении в детский сад или школу. Ребенок не может мотивировать себя на какую-либо деятельность самостоятельно – ему нужна помощь взрослых.

Чтобы стать социально адаптированным, ему приходится учиться взаимодействовать с окружающими людьми, считаться с желаниями других, привыкать к новым окружающим условиям, которые изменить он не может. И тогда нарушение адаптации проявляется протестным поведением, либо ребенок замыкается в себе, не общается со сверстниками, предпочитая быть в одиночестве.

Трудный подростковый возраст.

Причиной расстройства адаптации в более старшем возрасте, обычно становятся проблемы в учебе или личные конфликты со сверстниками. Ситуацию усугубляют переходные изменения в организме и психике, которые подростки обычно тяжело переносят. Здесь уже имеют место взрослые проблемы - отношения с противоположным полом, первая любовь, не всегда взаимная.

Нарушение адаптации у подростков наиболее опасно, так как проявляется оно латентно или, наоборот, буйным поведением, отказом от общепринятых правил. Дети прогуливают школу, уходят из дома, занимаются хулиганством. У старшеклассников часто появляются зависимости – игровая, алкогольная, наркотическая.

В заключение, отмечу, что во все века важной способностью человека была способность его к самоадаптации.

Чтобы выжить, привыкнуть к новому или научиться чему-либо.



В условиях постоянно меняющегося мира само понятие самоадаптации становится еще более актуальным.

Изменение себя и гибкое восприятие окружающих обстоятельств помогает нам не только благоприятно для самого себя пройти процесс адаптации, но и сохранить внутреннюю гармонию и равновесие.

Ну и хорошо бы помнить мудрое высказывание Чарльза Дарвина, основоположника учения о происхождении видов, основным механизмом эволюции которых он назвал естественный отбор:

«Выживают не самые сильные и не самые умные, а самые быстро адаптирующиеся к переменам.»

В актуальной своей истории я бы продолжила эту мудрость словами–при помощи Нейрографики...

[Ссылка на дипломную работу Карачуриной Гульнары в авторском стиле](#)



Автор:
Каштанова Анна
Супервизор:
Медведева Валентина

Тема:
Моя жизнь в нейрографике.

Введение

Поскольку практически все работы по нейрографике так или иначе связаны со мной, моей жизнью, окружением, моей работой, семьёй, с темой диплома определилась довольно-таки быстро.

Как я пришла в нейрографику? О нейрографике я узнала от друзей, честно говоря, поначалу, само название, ни как не отозвалось внутри меня, до тех пор, пока мне не показали работы, выполненные в этой технике, я почувствовала, что за линиями, фигурами, цветом на бумаге, скрыто нечто большее, чем просто картинка. Но тогда я ещё не знала, насколько сложными и глубокими являются эти работы. Словом, меня это зацепило. Чуть позже, друзья вкратце рассказали мне о сути нейрографики, о том, что данную методику можно применять в разных сферах жизни. Сказали, что ознакомиться с азами нейрографики можно на YouTube. Так я и поступила, нашла ссылку и посмотрела Базовые алгоритмы нейрографики. Посмотрела, и поняла, что данная методика даёт возможность заглянуть в самые потаённые уголки сознания, посмотреть на проблему с другого ракурса и найти решение там, где бы я его ни когда не взялась бы искать.

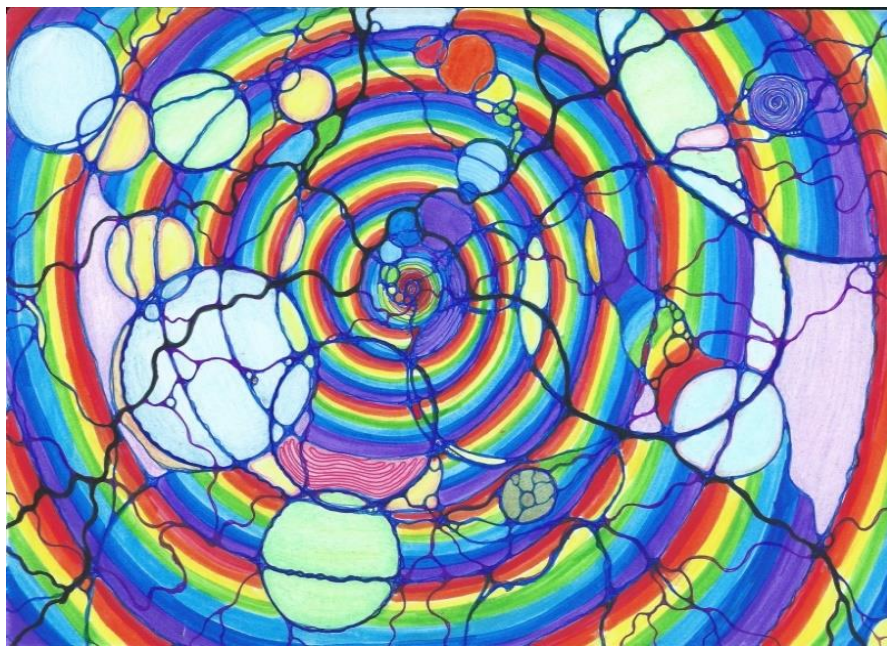
Рисовать училась сама, рисую с детства. Обычно приставала к старшей сестре, она ходила в художественный кружок, просила, нарисуй то, нарисуй это. Мне нравилось наблюдать за тем, как она рисовала. Но однажды она сказала: Возьми сама и срисуй чего-нибудь. В тот момент, внутри меня «что-то щелкнуло», словно бы её простая фраза оказалась ключом, который позволил мне поверить в себя, в то, что я могу рисовать. Я почувствовала в себе творческую нотку, открыла ларец творческих возможностей внутри себя. Беря карандаш в руки, каждый раз, я ощущала покалывание в пальцах, это теперь я знаю, что через руки проходил поток энергии, а тогда мне просто хотелось рисовать, не важно что, и не важно чем. Когда стала постарше, пробовала рисовать простым карандашом, тушью, акварелью, маслом, занималась лепкой, словом, пыталась выразить себя через



творчество. Возможности обучаться, в то время, у меня не было. Как чувствовала, так и рисовала. После того как начала работать, творчеству стала уделять чуть меньше времени. Чем дальше, тем меньше времени и сил оставалось на рисование, хотя внутри себя я чувствовала острую потребность в самовыражении через творчество, но сил практически не оставалось, работа выжимала «все соки». Зачастую, этот внутренний раздрай приводил к сильным депрессиям.

Когда узнала о данном курсе, поняла, что это именно то, что мне нужно. Конечно, были и сомнения, справлюсь ли я, найдутся ли средства на данный курс, будет ли хватать времени и сил, что бы справляться со всеми заданиями. Но отступить не стала. В принятии окончательного решения о том, что я иду на данный курс, мне помог очень дорогой для меня человек, за что Ей огромное СПАСИБО. А как только сказала, что пойду на данный курс, разрешились и другие вопросы.

Первые шаги в нейрографике были сделаны ещё до начала курса, во время нахождения в круизе на теплоходе по Волге. Взяла с собой бумагу, карандаши, маркеры, фломастеры. Во время первой работы, я погрузилась вглубь себя, попыталась почувствовать энергию, текущую через руки в линию на листе. Сначала ни как не могла определиться с темой, что же я хочу получить от данной работы. Уже позже, учась на курсе, я узнала об алгоритме выявления намерения, а тогда, я просто продолжала рисовать. В какой-то момент я осознала, что «Погружение Вглубь Себя» и есть тема над которой я работала.



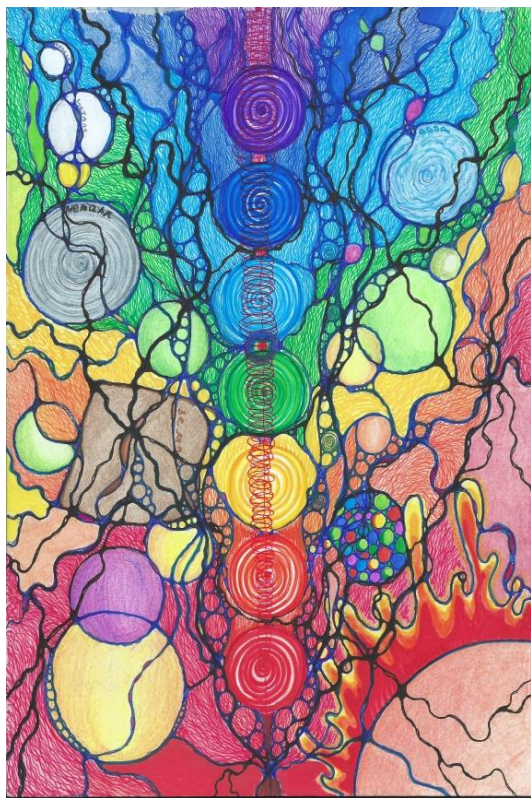
Слой за слоем, на листе это большие круги, всё глубже и глубже я погружалась внутрь, казалось, время замедлило свой ход, я была настолько затянута в работу, что перестала замечать, что происходит вокруг. С цветом вообще получилось очень интересно. В процессе

рисования вспомнила сон, в котором я вместе со спутником, сопровождающим меня во сне, «хваталась за один конец радуги» и



переносилась в другой мир. Мне сразу же захотелось перенести цвета радуги на лист бумаги. Захотелось внести яркие краски в серые будни моей жизни. В работе остались области, не покрашенные радужным цветом. Возможно это области внутри меня пока ещё не познанные, но была и ещё одна мысль, касающаяся данных областей, это некие пробелы в моей памяти, так как, пока я рисовала, всплывали мысли о прошлой жизни. Во время первой работы я погрузилась в медитативное состояние.

Последующие несколько работ дали мне ещё большее понимание того, что данный метод нейрографике, способен посредством воздействия на моё сознание, гармонизировать энергетический баланс внутри меня, помогая мне очень быстро переключаться с состояния сильного эмоционального перевозбуждения, к состоянию внутреннего спокойствия. Равномерно распределяя энергию в энергетических центрах на листе бумаги, от нижней чакры до верхней, а так же внося энергетический баланс 5 элементов, я пыталась восполнить недостающие элементы.



К началу курса я уже имела представление о линии нейрографике, о том, как можно её использовать в работе с собой. И вот, наконец-то начало курса.

Алгоритм снятия ограничения дал мне возможность увидеть насколько «шаблонно» я, зачастую, действую, всецело руководствуясь нормами, навязанными мне социумом. Я словно бы придерживалась одного и того же сценария треть своей жизни, пока не начала его переписывать по собственному усмотрению. Так я сидела и размышляла над своей первой работой, по данному алгоритму, в какой-то момент я ощутила сильное раздражение, а с другой стороны, как будто некий «цензор» нашептывал мне: Зачем тебе всё это нужно, лучше жить с тем, что известно, идти по проторенной другими дорожке, чем искать свой путь и набивать шишки, подумаешь рамки, ограничения со всех сторон, ну и что, что «клетка», зато здесь всё гладко и понятно, зато здесь, что называется «комфортно». Но тут же, внутри меня возник протест на слова этого «цензора». Моё внутреннее настоящее «Я» задыхалось от духоты четырёх стен этой клетки и рвалось на свободу.

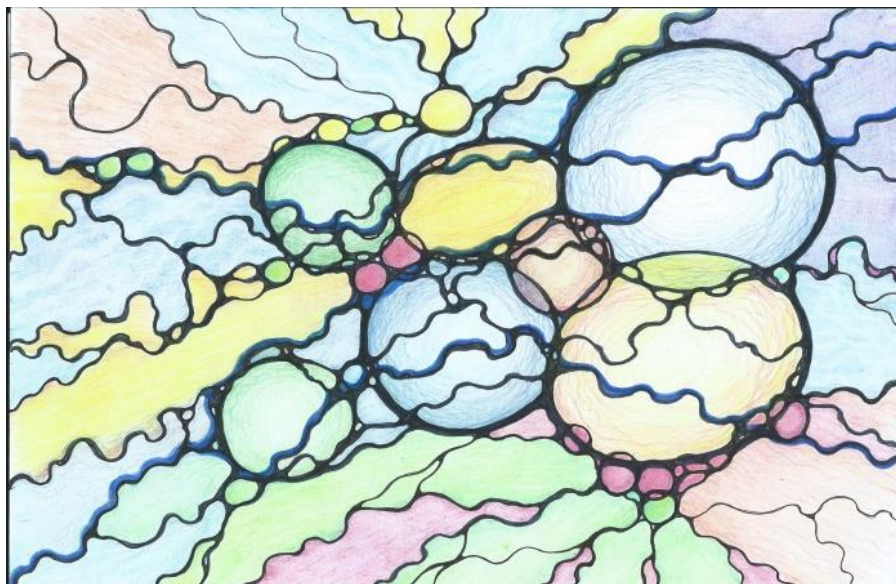


Сосредотачиваясь на заданной теме, прорабатывая её посредством перенесения энергии внутренней проблемы на лист бумаги, преобразуя её в линии, фигуры, добавляя цвет, происходила работа на глубинном уровне подсознания. В процессе работ с разными алгоритмами нейрографики я стала находить пути решения проблем, открывала новые возможности для самореализации.

Очень часто в моей жизни возникали состояния, когда не понимаешь что тебе нужно в данный момент, как говорится, хочется чего-то, а чего не понимаешь. Зачастую, это было весьма мучительно, эдакая, внутренняя неопределённость, вызывавшая во мне приступы раздражения, плавно перерастающие в депрессию, слёзы и т.д. Всего лишь от того, что я не понимала, что со мной происходит, не понимала, куда двигаться дальше, и как найти решение в том, чему пока не можешь найти объяснение. Сплошные непонимания. Этот внутренний раздрай выбивал из колеи очень надолго.

Алгоритм выявления намерения помог мне выявить скрытые, внутри меня, причины, приводившие меня в данное состояние, определиться, что мне необходимо в данное время. Работая с данным алгоритмом, в какой-то момент, мою голову попросту атаковали мысли, он текли, как река, я ни как не могла остановить их ход. Затем я перестала блокировать поток этой реки, перестала бороться с собой и просто позволила мыслям течь свободно. Как только я не много успокоилась, «река» замедлила свой ход, и я уловила в этом потоке слова: движение, уверенность, внутренняя свобода, выход за рамки социального восприятия мира, творчество, гармония, смена профессии. При этом никакого внутреннего сопротивления я уже не

ощущала, зато ощутила ясность в голове, и видения своего пути.



Чем дальше продвигалось изучение нейрографики, тем больше я понимала, что нет проблем, которые нельзя было бы разрешить. Нам ничего не даётся в жизни, с чем бы мы не могли справиться. Во время

изучения нейрографики возникали ситуации, в которых нужно было принять



неординарное решение, но из-за усталости, которая возникала в результате большого объёма работы, зачастую, было сложно сконцентрироваться на решении проблемы. Здесь опять же на помощь пришла нейрографика. Делая выбросы, переносила проблему на лист, далее, следуя по шагам того или иного алгоритма, растворяла проблему в поле, при этом беспокойства уходили, а в голову приходили нужные мысли, которые способствовали к разрешению проблемы. Данная техника даже помогла решить ряд простых бытовых вопросов. Мне нужно было продать клетку от попугая, дала объявление на авито, месяц оно провисело, ни одного звонка. Решила прорисовать данную проблему, не прошло и трёх дней, как утром раздался телефонный звонок, звонил покупатель, он очень быстро протараторил о том, что хочет купить клетку, просил, что бы я ни кому её более не предлагала, и сняла объявление с авито, что сегодня вечером он за ней приедет. Я даже опомниться не успела. И действительно, ближе к вечеру он позвонил, и сказал, что едет за ней. Я до последнего сомневалась в том, что её купят. Но когда в дверь позвонили, и на пороге я увидела покупателя, сомнения исчезли.

На работе на моё «новое увлечение» смотрели скептически, люди не понимали, за что я заплатила, не маленькую сумму. Не раз они спрашивали, что это мне даст, и как я собираюсь применять данные знания в своей жизни. Я вкратце им рассказывала, что и зачем. Мне было интересно наблюдать реакцию людей, кто-то на корню сразу же отметал пользу от данной техники, даже не попробовав, хоть не много, прикоснуться к нейрографике. В чьих-то глазах появлялась искорка заинтересованности. Лишь не многие нашли в себе смелость и решили попробовать применить данную технику в решении своих проблем (в презентации это работы с холодным клиентом). Не смотря на скептицизм окружающих, я продолжила освоение данной методики.

Поскольку получение новых знаний требует финансовых затрат, я подумала о том, что бы в некоторых из своих работ поставит акцент для увеличения притока новых клиентов, с целью увеличения доходов. Результат не заставил себя долго ждать. Буквально через неделю, появились новые клиенты, хотя, до этого момента, было затишье.

В одной из своих работ я прорисовала поездку на летний интенсив. Поскольку июль месяц отчетный, отпроситься на неделю крайне сложно. Но уже после первой прорисовки, я получила «добро» от глабуха, оставалось получить только добро от директора. Но, в связи с тем, что перед самым отчетным периодом пришли новые клиенты, и объём работы в разы



увеличился, я оценила собственные силы, объём работы, и поняла, что недельное отсутствие на работе, выбьет меня из колеи. Я попросту не успею своевременно подготовить и сдать все отчеты. Пришлось отказаться от поездки. Во время проведения интенсива и после него, во время каникул, я рассчитывала на то, что смогу наверстать пропущенный материал, посмотреть вебинары и сделать необходимые работы. Но получилось совсем иначе. Из-за сильного переутомления, стрессовых ситуаций на работе, сил практически не осталось, состояние было близкое к нервному срыву. Я понимала что мне нужен отдых, но в то же время из головы не выходило то, что мне необходимо сделать недостающие работы. Началась, в прямом смысле «внутренняя борьба». Я понимала, что через силу, никакого прока от работ не будет, в лучшем случае, получится просто картинки, в худшем, все работы будут прямым попаданием в мусорную корзину. Всячески пыталась вывести себя из стресса и сбалансировать своё внутреннее состояние, но чем сильнее я давила на психику, тем хуже мне становилось, в какой-то момент, я готова была оставить обучение. Настал переломный момент, в котором мне необходимо было принять решение, обучаться дальше или остановиться на том, что есть. Но тут же я себя спросила: А что есть? Ответа не последовало. Для меня отступить, означало сдать. Но что-то во мне подсказывало: Ты просто устала, не стоит принимать поспешное решение в таком состоянии. Единственно верным решением для меня было, отложить на время маркеры и бумагу. Дать телу и мозгу отдых. Пришлось даже взять несколько дней на работе, что бы отдохнуть.

И решение оказалось верным. Я абстрагировалась от всего что «нужно» и просто отдыхала, выкинула из головы «это нужно сделать, это и т.д.». В какой-то момент ощутила внутреннее спокойствие, поначалу не хотелось даже двигаться, на то момент, даже телевизор казался мне раздражителем номер один. Я стала прислушиваться к своему телу, если возникало желание лечь и лежать, так и поступала. Вместе с телом, релакс получал мозг. Через пару дней я осознала тот факт, что уже не думаю о том, чтобы прервать обучение, появилось желание рисовать.

Далее, я по не многу начала приходить в себя, настроение стало более оптимистичное, хотелось как можно быстрее наверстать пропущенный материал и рисовать, рисовать, рисовать.

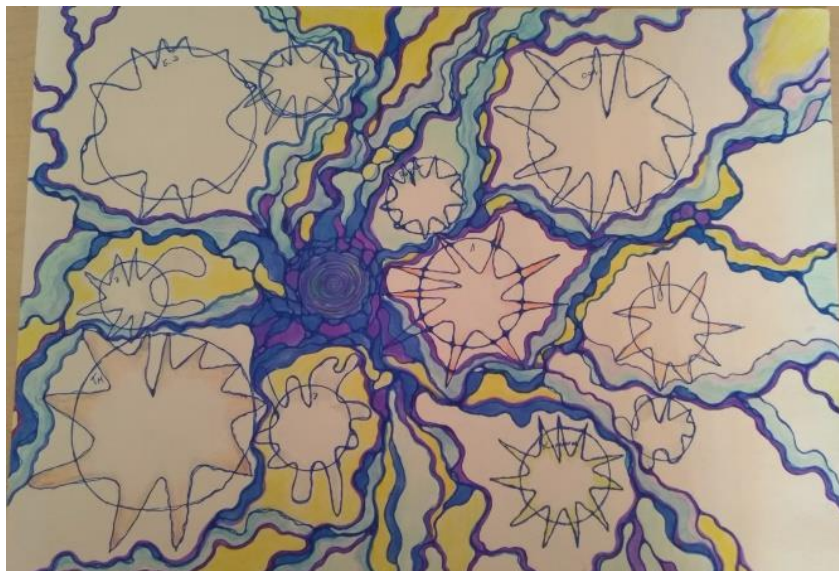
Через какое-то время я заболела, и это практически перед отпуском. У меня появилась цель, как можно быстрее поправиться, я подумала, а почему бы не применить нейрографику для стабилизации состояния. Сделала работу на тему здоровья.



В семье, где я родилась, помимо меня, было ещё три сестры и два брата, я младшая. Отец частенько выпивал, и маме приходилось тянуть нас и всё домашнее хозяйство на себе. Отношения между братьями и сестрами были весьма специфическими. Каждый жил сам по себе. Все выросли, и разбежались, я осталась с мамой, и как могу, помогаю ей по сей день. Две сестры и брат рано ушли из жизни, а те, кто остался, не особо проявляют заботу о маме. Я тянулась к своим братьям и сестрам, хотелось им чем-то помочь, иногда это была помощь с детьми, иногда финансовая помощь. Но, по мере взросления, я стала замечать, что их совсем не волнует моё будущее, моя личная жизнь. Я была им нужна лишь тогда, когда от меня было что-то нужно, я была «удобной» безотказной.

Когда они обращались ко мне за помощью, я ни когда не отказывала им. Но эта помощь, со временем, переросла в то, что мной попросту начинали пользоваться, не считаясь с моими потребностями, с моей загруженностью на работе, и обижались, если я пыталась отказать в помощи. Пытались найти рычаги давления на меня. Со здоровьем у меня были проблемы, все об этом прекрасно знали, но и это не останавливало их от подобного обращения. Поначалу я воспринимала это как должное, для меня было естественным помочь другим, но со временем, меня это стало напрягать. Мне иногда намекали, что я «всем что-то должна», и когда я пыталась выйти за рамки этого долга, обрести внутреннюю свободу, всячески пытались создать ещё более жесткие границы, которые мешали мне «быть собой», свободно дышать и выстраивать свою жизнь так, как я хочу, а не так, как мне навязывают. И не потому, что хотят, что бы я была счастлива в жизни, а потому что всем так удобно.

На курсе я познакомилась с техникой «голубой океан», это реально простая и весьма эффективная техника, позволяющая выйти за рамки границ, которыми «конкуренты - родственники», да и не только они, пытаются меня ограничить. Я решила воспользоваться данной техникой, что бы выйти за границы «4 стен», что бы перестать чувствовать себя чем-то обязанной своим родственникам, социуму. Что бы вдохнуть глоток «свежего воздуха» и наконец, построить свою жизнь так, как я того хочу.



Во время долгожданного осеннего отпуска, я отправилась в круиз на теплоходе по рекам и озёрам России. Потрясающие места, красота, которую сложно описать словами, так как осознание увиденного происходило, прежде всего, на уровне ощущений. И в этот раз я

взяла с собой бумагу, карандаши, маркеры, в свободное от экскурсий время, рисовала. До отпуска, с одним из клиентов, возникла не большая проблема. Поскольку этот человек живет за пределами России, приезжает он крайне редко, и все вопросы, касающиеся деятельности его фирмы, решались либо по телефону, либо посредством электронной почты. Человек весьма жесткий и упертый, особенно, когда вопрос касается финансов. Нужно было что-то, что сгладит данную ситуацию. Я решила прорисовать проблему, а вернее, изменить отношение клиента к ней. Что бы его реакция на неё была спокойная, и он попросту простил нам данный промах. Так же, в процессе проработки проблемы, я думала о том, что больше не хочу работать с этим клиентом. Прошло совсем не много времени, и я узнала, что клиент хочет закрыть сою фирму.

Моя работа напрямую связана с работой с клиентами, иногда, после



встречи с ними, чувствуешь себя «выжитым лимоном». Для того чтобы снять с себя данное состояние, я стала применять технику нейрографики. На маленьких листочках делала выброс, вкладывала в линии своё состояние на тот момент, начинала прорисовывать и не замечала, как состояние стабилизировалось, и я возвращалась к спокойному, и в то же время работоспособному состоянию.

Одних клиентов я знаю больше 15 лет, с кем-то начала работать совсем недавно. У каждого свой характер, и к каждому клиенту нужен свой подход. Для того чтобы подобрать тактику в



работе с ними, нужно очень хорошо их изучить. Далеко не всегда сразу удаётся понять характер клиента, понять, что за личность. Как правило, при первой встрече, клиент держится несколько высокомерно, зачастую ощущаешь некое давление с его стороны. Но со временем клиент «снимает маску крутого человека, большого босса», и дальнейшее общение выстраивается что называется «на равных». Большинство клиентов, при встрече, делятся с тобой своими проблемами, рассказывают о наболевшем.

Я стараюсь придерживаться тактики «я» и « клиент», стараюсь избегать побратимства с клиентом, поскольку бывали случаи, когда из-за таких отношений, они попросту «садились мне на шею». Выдерживаю, что называется, «золотую середину» в общении с ними.

Одной клиентке, при встрече, я рассказала о нейрографике, неожиданно для меня, её это заинтересовало, она спросила, может ли нейрографика помочь ей справиться с постоянным взвинченным состоянием. Поскольку она постоянно находится в разъездах, за рулем, прием различных успокоительных препаратов, противопоказан. Я сказала, что можно попробовать. На одну из таких встреч клиентка приехала в достаточно раздраженном состоянии, мы поговорили, и было принято решение, попробовать стабилизировать внутреннее состояние посредством нейрографики. Времени на общение было не так много, но за то короткое время, что мы с ней провели на встрече, она поняла принцип действия нейрографики, и, с моей помощью, сделала первую работу. Но одной работы оказалось не достаточно, на следующий день она мне снова позвонила и попросила встретиться ещё раз. На встречу клиентка приехала в спокойном состоянии, не смотря на то, что ехала по пробкам, которые обычно выбивали её из колеи. Она призналась мне, что не ожидала того, что уже после первой прорисовки, она, что называется, придёт в себя. На встрече была сделана вторая работа, которая так же находится в моей презентации.

Вообще, что касается нейрографики, я поняла, что это уникальный метод, который, если правильно освоить, можно применять в разных областях моей жизни. С уверенностью могу сказать, что он стал «волшебной палочкой», которая при правильном использовании, не только способна помочь решать проблемы, но, в прямом смысле слова, «менять обстоятельства» в лучшую сторону, находить решения проблем там, где бы я ни когда не решилась бы их искать, делать ярче мою жизнь и жизнь окружающих меня людей.

[Ссылка на дипломную работу Каштановой Анны в авторском стиле](#)



Автор:
Кёнинг Елена
Супервизор:
Лобанова Татьяна

Тема:
АСО – способ создания желаемой реальности.

АСО - способ создания желаемой реальности Долгое время задавала себе вопрос: «Если ты такая умная, то почему живёшь, как дура?» Алгоритм АСО, хорошо показал мне прямую взаимосвязь и поднял уровень понимания того, что если у меня ещё нет желаемого, то значит внутри есть что то, что мешает этому проявиться. Ну а если есть что то, что мешает проявиться, то для этого существует Алгоритм АСО, чтобы снять эти ограничения.

Внедрять этот уникальный Алгоритм в свой каждый день, оказалось довольно просто и очень быстро, это переросло в увлекательное путешествие с исполнением тех желаний, которые до этого были как мне казалось в зоне недосягаемости.

Описание процесса исследования:

При помощи этого Алгоритма, я добралась до тех слоёв своего пространства, которые до встречи с Нейрографикой мне были просто недоступны. Все остальные методы, ставили меня в прямую зависимость от обладателя методом. А так как в своё время я выбрала свободу, то именно практикуя этот метод, а в частности использование Алгоритма АСО, я обретала всё большую свободу в оформлении себя и своей реальности.

Прорисовав сотни рисунков, проведя множество исследовательских экспериментов работы именно этого Алгоритма, я пришла к собственному пониманию того, что вполне достаточно владеть только навыком использования Алгоритма АСО в своей жизни, для того, чтобы вывести её на новый уровень, получая долгожданные и в тоже время удивляющие результаты.

1. Особенности постановки темы.

Первое, что оказалось самым важным при работе с этим Алгоритмом, это актуальность выбранной темы.



А это значит, работать с той темой, которая на данный момент времени больше всего волнует. Так как это говорит лишь о том, что именно эта тема очередная на проработку, в очищении подсознания. И именно на её проработку есть все необходимые ресурсы в данный момент.

Следующий шаг - это формулировка намерения.

Т.е. формирование темы, тот желаемый результат, который в конечном итоге, хотелось бы проявить в своей жизни. И это как раз тот момент, который заставил меня увидеть те моменты, которые до этого были вне зоны моего внимания.

Оказалось, что мне было довольно сложно представить то, что я хотела бы получить в конечном итоге. Более того, похоже не было внутренней готовности, взять ответственность за полученный результат. Сейчас могу с уверенностью сказать, что скорость проявления желаемого результата, находится в прямой зависимости от точности видения и формулировки желаемого. По этому важно представить, почувствовать, ощутить состояние результата, который хотелось бы получить.

А это значит, уметь дать точный ответ на вопрос - Что я хочу получить?

И как раз на этом, кажется безобидном этапе, может оказаться множество подводных камней. Мы часто понимаем то, от чего устали, что больше не хотим проявлять в своей жизни. Но внимание долгое время было направлено именно на это. А как известно, куда направлено внимание, того становится больше. Здесь же усилием воли переводим наше внимание на то, что желанно и при помощи Алгоритма АСО закрепляем.

При прорисовки нескольких работ с одной и той же тематикой, формируется привычка переноса внимания на желаемый результат, что само по себе является трансформационным моментом.

1. Тема: Я и моя успешно выполненная, сданная в сроки, утверждённая и принятая дипломная работа по Нейрографике - Выбрала маркер чёрного цвета - Записала в течении 2 мин. 23 слова, всё, что шло на эту тему

2. Ясно представила перед внутренним взором желаемый результат. Прочувствовала, как это ощущается в теле. И то, что почувствовала, вынесла на бумагу через выброс.



2. Выброс

Следующим этапом в Алгоритме АСО, является сам катарсис -выброс. Выброс всего того, что накопилось на эту тему. И не всегда это возможно сделать сразу эффективно. Так как за долгое время, может собраться много недовольства, претензий, обид, гнева и всего того, куда мы направили свою энергию, не имея под рукой необходимого инструмента трансформации.

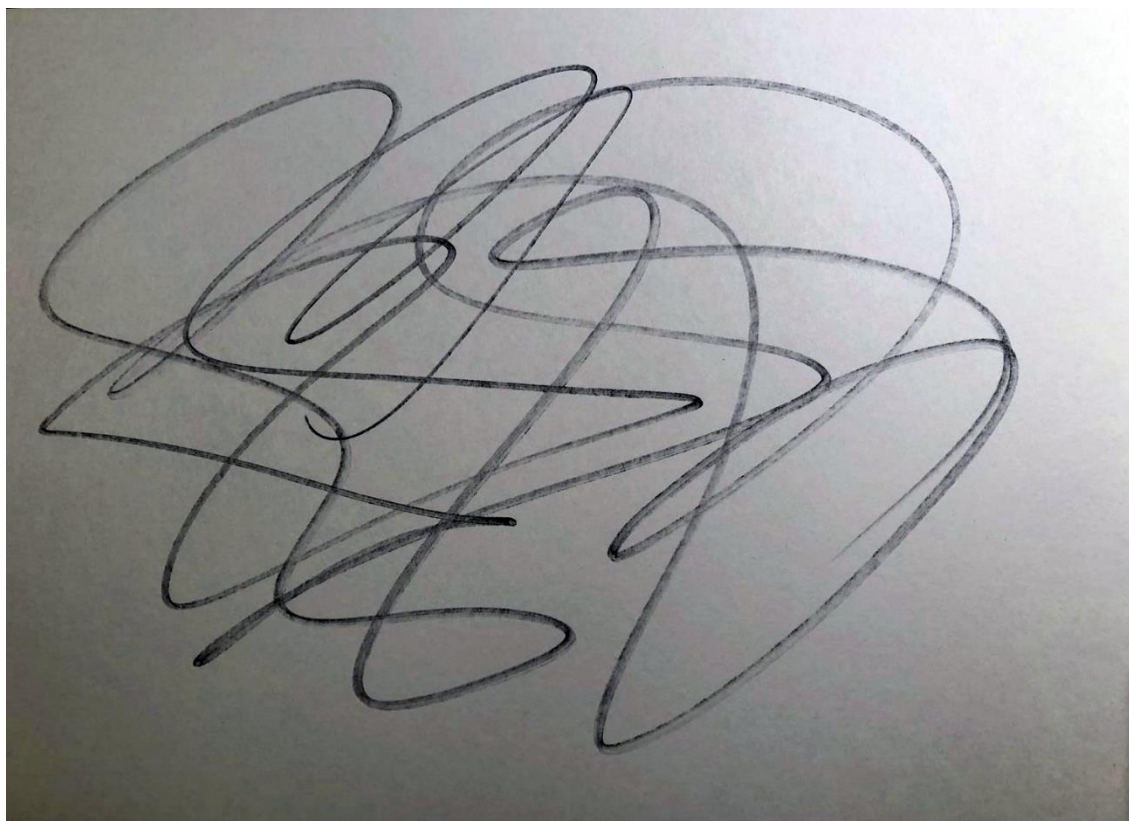
И для того чтобы вывести порой захлёстывающую агрессию, понадобится сделать предварительный выброс на бумагу. Сняв тем самым сильное напряжение.

Только после того, как гиперпотенциал снят, можно сделать более глубокий выброс, который естественным образом приведёт к более глубокому пониманию того, что происходит с тобой и твоей жизнью.

Если же сформировав тему, нет глубины ощущения. То лучше всего посвятить 2 мин. своего времени и записать 20 слов на актуальную тематику.

Делается это легко, быстро, отключая ум и анализ. И по количеству записанных слов за 20 мин. времени, можно увидеть, насколько глубока связь с подсознанием. И именно 20 записанных слов и более, в течении 2 мин. времени покажут, что связь налажена. Во всех других случаях, необходимо просто практиковаться и с каждым разом удивлять себя,

скорость
ю
выдаваем
ых слов,
касающи
хся
любой
сферы
жизни.



3. Сопряжени (скругление)

Соп



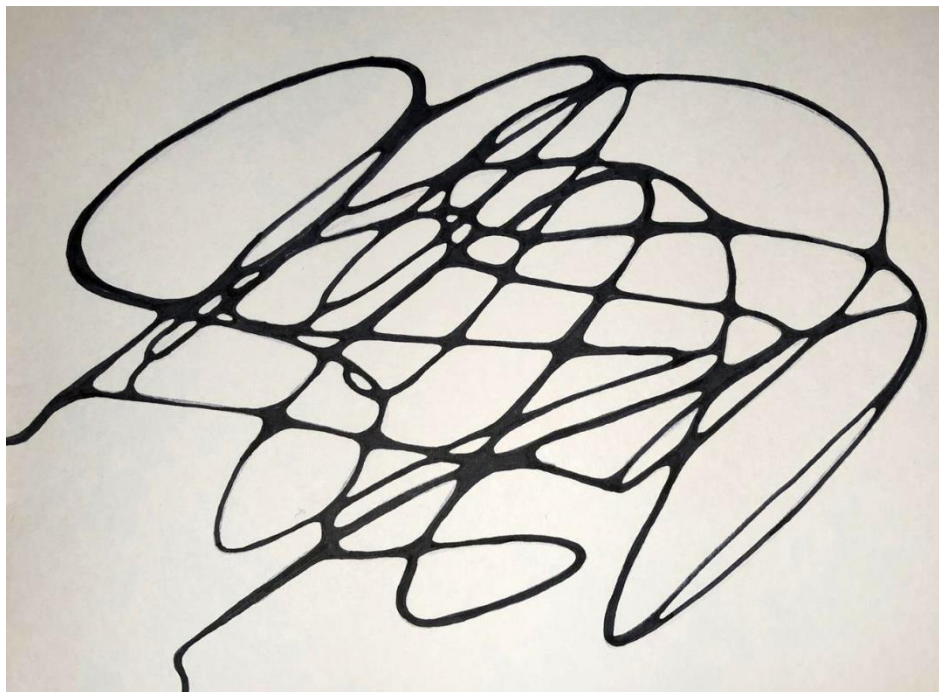
ряжение или ещё можно назвать округление, на мой субъективный взгляд, самый медитативный этап всего процесса работы с Алгоритмом АСО.

Это этап погружения в себя. Наблюдения своих мыслей, чувств, эмоций, ощущений в теле. Это то, что так было не свойственно мне, т.к. внимание было направленно вовне.

И здесь я столкнулась впервые с пониманием того, насколько я не интересна сама себе. Но это только то, что было на поверхности. Погружаясь с каждым рисунком всё глубже и глубже, мне удалось увидеть причину того, почему же я стала неинтересна себе. И это тот ключевой момент, который стал отправной точкой в формировании новой меня.

Довольно часто именно на этом этапе, ко мне приходило понимание и готовая формулировка темы следующего рисунка. И я просто двигаясь в этом направлении, как будто распутывала, дёргая за ниточку, болезненный клубочек. Таким образом формировались мои кейсы. Тоже самое я замечала работая с клиентами.

Обычно уже на этом этапе приходило внутреннее успокоение. Приобреталось то состояние внутреннего спокойствия, любое действие из



которого, могло увенчаться только успехом. Во всех других случаях, я рисовала одну и ту же тему до полного ощущения этого состояния, прежде чем делала следующий шаг.

3. Сопряжение / Округление При выбросе проявились два хвоста, которые

сразу захотелось соединить с общим полем. И здесь почувствовала беспокойство, даже можно сказать страх, за то, что всё испортила. Переключилась на дыхание и продолжала округлять. Почти к кончу пришло расслабление, принятие и понимание того, что всё идёт так, как надо. Внутри спокойствие.



4. Интеграция.

Интеграция фигуры в поле довольно интересный этап Алгоритма, чётко высвечивающий внутренние конфликты. Это может быть всё, что угодно, сопротивление, неумение быть частью целого, делиться, признавать правду о себе, открывать сердце и т.д. Проходя этот шаг Алгоритма, мы восстанавливаем коммуникацию с миром. Переход из состояния зажатости, напряжения, в состояние расслабленности. Где нам больше не приходится расходовать свою энергию на удерживание, скрывание своей проблемы. Мы одним шагом открываемся и заявляем о том, что да, это есть, я готова признать и изменить. Этот момент похож на признание факта того, что да, я дура. И сколько бы образований не было, сколько лет бы я не посвятила двигаясь путём саморазвития. Сама реальность сигналиит со всех щелей об этом.

Ощувив в теле и сознании лёгкое расслабление, перехожу в наполнение форм цветом. И здесь включается творческий процесс. В



бол
ьш
инс
тве
слу
чае
в
им
енн
о
это
т
ша
г
Алг
ори
тма
вы
зы

вает прилив энергии, похожий на глоток свежего воздуха. Осознания, приходившие до этого момента, обретают свои формы.



4.1 Интеграция Фигуры в поле прошла легко. А вот в момент округления этих линий, пошло лёгкое внутреннее сопротивление. Дискомфортные ощущения в руках, в центре солнечного сплетения и к концу



в ногах. Закончив этот шаг почувствовала, что пошло движение в теле.

4.2 Перед наполнением цветом, увидела на рисунке большое яйцо. Захотелось раскрасить его жёлтым, а обвести золотым. Вывела проявившееся яйцо и стало так хорошо на душе. И похоже от того, что позволила ему проявиться. Как только обвела форму яйца золотым маркером, начала ощущать, как всё моё пространство пришло в движение. Это также один из моментов, который говорит мне о том, что процесс запущен.

5. Линии поля.

И самый волнительный для меня момент - это Линия поля.

Сделав определённые усилия, в направлении приобретения состояния, из которого хотелось бы созидать желаемое. Мы просим Вселенную, включить наше желание в общий план Бога. Это схоже с топливом для запуска ракеты.



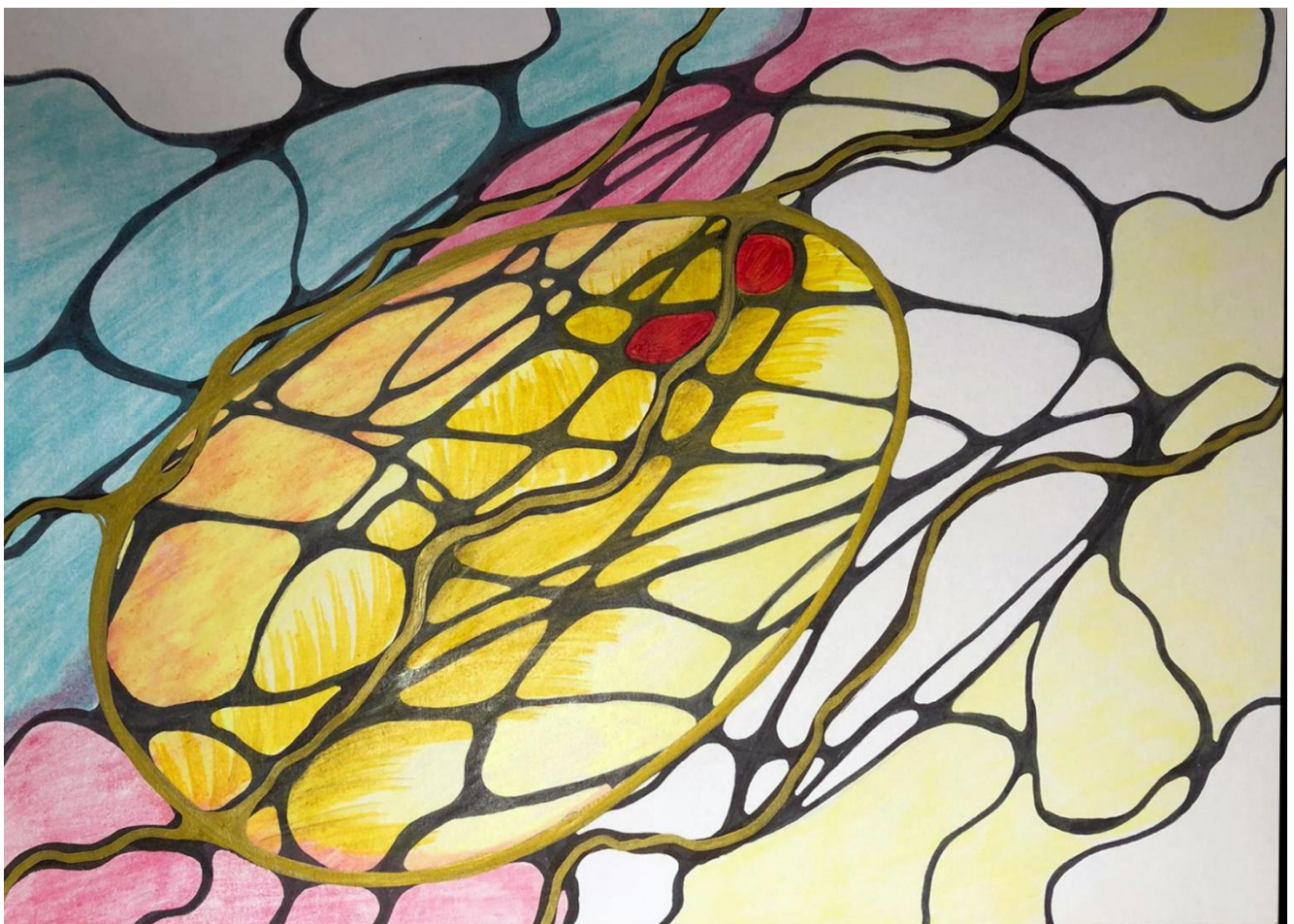
На мой взгляд лучше не спешить с Линиями поля прежде, чем почувствуется состояние, которое хотелось бы усилить. Божественная вселенная служит усилителем всего того, что имеется на данный момент. И ей абсолютно всё равно, что усиливать. Она не нарушает свободу воли живых существ. И моя ответственность заключается в том, что это будет. Какое из моих состояний я попрошу усилить. Для этого и были пройдены все предыдущие шаги Алгоритма.

5. Линия Поля Проводя Линию Поля увидела, что рисунок стал размазываться. Пошло недовольство, недоумение, что же делать...

Продолжаю дышать и возвращаю себя в спокойное состояние. Стали добавляться ещё краски и проявились два красных объекта. И в этот момент пришло понимание, что именно это мне было нужно.

6. Фиксация.

Фиксация фигур является заключительным этапом принятия внутреннего решения и выделения главного уже по завершении работы.



Необходимо



6. Фиксация

выделить для себя ту фигуру, которая в результате всей работы, более чётко проявилась и возникло желание её обозначить. Именно этот шаг ведёт к результату, возвращает в адекватное состояние, а также закладывает в себя всю энергию рисунка.

Рисунок закончен. Состояние абсолютной удовлетворённости. Захотелось яйцо ещё раз зафиксировать золотым маркером.

7. Возвращение к теме.

В завершение проделанной работы, я снова возвращаюсь к теме рисунка. Провожу анализ моих мыслей, чувств, ощущений, связанных с заданной темой. В большинстве случаев результат меня просто ошеломлял. Уходили болезненные ощущения в теле. Чувства приобретали более яркую окраску. И даже забывалась сама тема рисунка. Лишь в некоторых случаях наблюдала состояние незавершённости, но факт облегчения состояния, побуждал и давал силы двигаться дальше, делая несколько работ на эту же тему.

7. Тема 2.0 Ушли все волнения и переживания по поводу дипломной работы. Состояние спокойствия и удовлетворённости, как после хорошо проделанной работы.

Основные выводы.

Следуя Алгоритму АСО и учитывая тонкости как: - Работать с актуальной темой - Ясно представлять конечный результат - Делать выброс из глубокого ощущения заданной темы - Обретение состояния - Ловить инсайты - получать осознания - Улавливать последующие темы для прорисовки - Двигаться маленькими шагами Я пришла за время обучения: - к пониманию себя - чувствованию себя - научилась не бояться людей - осмелилась заявить о себе миру - выражать себя через слово - видеть то, что до этого было для меня закрыто - а также видеть и понимать мир через себя - встречи с удивительными людьми - открылись новые пути и направления Я просто стала чувствовать себя более свободной, любящей и любимой. Вот, это та реальность, которая стала для меня возможной.

[Ссылка на дипломную работу Кёнинг Елены в авторском стиле](#)



Работы Кёнинг Елены

Тема: Я и мой страх быть.



Тема: Я и моё мастерство задавать вопросы, приводящие к быстрому и качественному результату





Автор:
Коваленко Жанна
Супервизор:
Брылькова Екатерина

Тема:
**Нейрографика как механизм трансформации восприятия
реальности**

Что общего между линией маркера, нитью Ариадны и волшебным клубком Бабы Яги? Что общего между нейрографикой, мифом и сказкой? Ответы на эти вопросы лишь на первый взгляд кажутся очевидными — дескать, все это творение человеческого ума, выдуманные истории и миры, в одном случае это текст, в другом - рисунки. Но все не так просто, все гораздо сложнее. И если волшебные сказки давно были частью моего мира, то нейрографика появилась в жизни совсем недавно, и ее значение и смысл не открылся мне с первого раза, впрочем, так часто и бывает в сказках, когда герой не понимает назначение подарка. Но, пожалуй, мне стоит рассказать все по порядку.

Впервые о Нейрографике я услышала от девушки, с которой мы обучались в институте реинкарнационники, она пригласила меня на мастер-класс, который проходил онлайн. Но первая встреча меня не вдохновила - так как у меня вечно не хватает времени, я тогда ничего не поняла, работу не доделала и даже не дослушала сам мастер-класс. Но, как часто и бывает в сказках, меня ждала вторая встреча - я увидела рекламу одного из инструкторов прошлых выпусков и, несмотря на мой первый не очень продуктивный опыт, решила все же посмотреть мастер-класс. Рисунки мне тогда очень понравились, зацепило, и, что-то внутри меня заставило начать наводить справки. И к моему удивлению, оказалось, что уже много коллег из института реинкарнационники, закончили инструкторский курс. Вот они то и направили меня к Павлу Пискареву — автору этого уникального метода! Я просмотрела много лекций, выложенных в интернете, и решила, что тоже хочу быть инструктором. О, наконец-то я снова буду заниматься своим любимым делом, рисовать. Так началась моя эпопея с Нейрографикой. И сегодня я уже не представляю, как могло быть по-другому. Маркер стал для меня той самой нитью Ариадны (или клубком Бабы Яги), которая вывела меня из темного царства Минотавра. Так в чем же секрет нейрографики и какая тут связь со сказками?



Не секрет, что волшебные сказки (об этом достаточно много и подробно писал Пропп) описывают путь становления личности человека, его внутренний процесс взросления, инициации, так сказать. Это культурные программы, раскрывающие перед ребенком, впрочем, и перед взрослыми тоже, путь к осознанию своих возможностей и сил, пройдя который, герой возвращается в свою реальность в новом статусе — например, становится королем, ну или просто обретает счастье. Но вот ведь проблема — сказки для нас давно стали чем-то не имеющим отношения к нам самим — фантазия, выдумка. В то же время каждый из нас бьется о реальность бытия и ищет средства и путь обретения себя и своего счастья жить. И никто не знает, где это тридевятое царство, как в него попасть и вернуться с новым пониманием себя. Но если есть потребность, найдется и средство, найдется и ответ! Нейрографика - и есть тот самый волшебный портал, через который мы с легкостью переходим из обыденной реальности в «иномирье», идем вслед за маркером в глубины своего бессознательного (тридевятое царство нашей жизни), осознаем свои истинные желания и ресурсы, преодолеваем сопротивление и возвращаемся обновленными в этот мир, который принимает нас и наше новое содержание, открывая новые горизонты жизни. Чудеса? Да, чудеса, которыми мы сами можем управлять. Как же это происходит?

Бессознательное во многом закрыто для нашего сознания, но в нем активно существует то, что мешает нам быть успешными, счастливыми, видеть возможности этого мира. Бессознательное управляет нами, толкает нас на порой странные поступки, заставляет отказываться от перспектив, лишает нас покоя. Войти в этот мир «скрытого» не так уж просто, а порой и страшно, ведь узнать свое истинное я — это тоже подвиг. Бессознательное не говорит и не понимает вербального языка — это мир символов, знаков, образов и эмоций. Наши программы поведения записаны здесь не словами, а сгустками смыслов и впечатлений. Ключ от дверей в этот мир — символический язык архетипов. Нейрографика как система работы с бессознательным содержанием позволяет заглянуть в скрытое, осознать и изменить то, что требует изменений. Результаты не заставят себя ждать, о чем я и сама убедилась достаточно быстро.

Практически с самого начала, как я поступила учиться, я начала вести клуб по нейрографике в своем Детском центре. Каждую субботу вечерами собирала людей, которые, как и я хотели найти путь к улучшению своей жизни и более глубокому пониманию себя. В основном, это были близкие мне люди, которых я знала в течение многих лет. Было много инсайтов, интересных случаев. Но в первую очередь хотелось бы рассказать про



одного молодого человека, из бывших сирот, который к моменту его знакомства с нейрографикой прошел довольно сложный путь: от алкоголизма, деградации личности, болезни (сломанный позвоночник и тяжелые операции) до возвращения к Богу. Мы часто переписывались с ним в социальных сетях, и он сетовал, что к 40 годам у него нет семьи, нет близкого человека, с которым бы можно было идти дальше по жизни. Я пригласила его на мастер класс по Нейрографике. Он пришел сразу, видимо цепляясь за любой способ выхода из тупика. Рисовать ему было очень тяжело: руки не слушались из-за тремора. Мне пришлось помогать чертить более ровные линии и делать скругление. Рисунок доделали, ушел довольный и через месяц написал, что нашел девушку, родители дали разрешение на союз (хотя отец мусульманин), в церкви провели помолвку, весной будет свадьба, на которую меня пригласили. Видели бы вы фотографии - ребята просто светятся. Чудо? Да, сказочное чудо силы намерения, силы желанья, силы преодоления внутренних ограничений. Это одна из вдохновляющих историй, которая показала и мне, в том числе, что знакомство с нейрографикой дает мне возможность помогать людям преодолевать свои страхи и преграды, находить путь к лучшему в своей жизни.

В клуб приходят разные по возрасту люди, многие приводят детей. В отличие от взрослых, детишки, видимо в связи с отсутствием шор и закоренелых привычек, все делают с удовольствием и на раз - два. И главное — результаты у них очевидные. Девочка десяти лет рисовала вместе с мамой. Пришли через неделю, говорят - странные вещи происходят. Дочка не говорила маме, какую проблему прорисовывала, а оказывается очень хотела, чтобы мама купила ей игрушку и новый телефон. В итоге, мама, не зная ее желанья, купила ей игрушку, а сосед просто так подарил дорогой новый телефон, т.к. его внучка хотела айфон, а он купил немного дешевле. Девушка на занятии прорисовывала финансы, чтобы ей вернули долги и быстрее закрыть кредит по ипотеке. Как только она закончила рисовать, ей на карту перевели деньги, которые она не надеялась получить, причем на кредитную карту. Все были в шоке, как отправитель мог узнать номер кредитной карты. Был и такой случай, когда девушка с температурой 40 просто рисовала линии поля и в течение часа температура сама спала до 37 градусов. Это только самая маленькая толика того, что происходит с людьми, рисующими нейрографика. Чудеса, сказка? Да, пожалуй, это так. Человеческий мозг не различает внешнюю и внутреннюю реальность — но не все. Что есть во внешнем мире отражается во внутреннем, а часть и вовсе искажается. И живем мы каждый в своих мирах. Но, получая доступ к своему скрытому бессознательному, меняя его, наполняя его силой желаний мы



открываемся новой реальности. Похоже в этом и есть секрет. Мысль материальна — меняется мысль, меняется мир. Убедиться в этом смогла и я сама лично.

Детский центр, некогда созданный мной далеко не единственный на рынке аналогичных услуг в городе — сегодня они есть чуть ли не в каждом дворе. Давно назрела необходимость системного продвижения и развития центра, в первую очередь создавать услуги и для взрослого населения. Однако реальность как будто сопротивлялась, и все усилия сводились на нет. В течение двух месяцев решался вопрос по разделению помещений на отдельные классы, так как всем клиентам удобно заниматься в одно и то же время, но хозяин помещения был категорически против установки стен. Как ни смешно бы это звучало, но провести интернет тоже составляло большую трудность — обращались во все фирмы города, ни ответа, ни привета. Производство мебели затянулось на месяц. Эти вопросы надо было решать срочно, но ничего не двигалось, клиенты уходили, так как не было подходящего времени для них. В придачу ко всем бедам не хватало педагогов. Вот тут на помощь пришла нейрографика: группой мы работали по алгоритму АСО (Алгоритм снятия ограничений), где каждый прорисовывал свои собственные ограничения, а потом на большом листе мы эти работы соединили и нейрографировали. Результаты пошли сразу. Одновременно пришли три фирмы по интернету, снижая цены стали бороться за наше подключение. Фирма, которая прошла кастинг, подключила нам сразу интернет, протестировала все компьютеры и не взяв денег не вспоминала про нас почти два месяца. В течение недели нам установили две двери, хотя исполнитель говорил, что у них время расписано до самого нового года. Мебель на заказ сделали за неделю, на второй установили. Хозяин разрешил установить двери и процесс пошел. За неделю свершилось то, что мы не могли продвинуть за два месяца. Вместо двух педагогов на данный момент уже 7 человек. Пришли молодые студенты и пробуют себя в педагогике. Но мы на этом не остановились.

Развитие центра требовало поиска новых идей и проектов, которые могли бы обеспечить нам конкурентоспособность. Поэтому вторую совместную работу мы выполняли по алгоритму «Нейродерево». Каждый педагог прорисовал свое дерево, в корнях мы решили прорисовать свои компетенции, которые сейчас востребованы в центре, а также те, которыми обладает каждый педагог, но никто об этом пока не знает. А плодами этих деревьев были наши новые продукты: мастер класс, курсы, лекции, творческие мастерские и разное другое. Было весело рисовать такую большую работу. Педагоги воодушевились, в процессе прорисовки пошли



инсайты и родились сразу два проекта, один из них уже запущен. У педагогов появилось желание участвовать в развитии центра и создании новых продуктов. На сегодняшний день помещений стало не хватать, и мы уже нашли помещения для проведения более масштабных проектов.

Третья совместная работа была сделана по алгоритму SCORE, каждый в течение двух минут прописал свои проблемы, ресурсы и желаемый результат. А потом все это прорисовали на большом листе. Мы еще не успели его скруглить, как нам предложили поучаствовать в ретрите, с другими специалистами и провести мастер класс по Нейрографике. Также предложили делать совместные проекты со специалистами разных направлений. Появились идеи по продвижению данных тренингов в интернете, сейчас подводим итоги и записываем все идеи, которые пришли в голову нам и идеи со стороны, которые предложили клиенты. К каждой работе, которые мы прорисовывали с коллективом, пытались приложить свои ручки маленькие клиенты, мы им не мешали, все вместе получали удовольствие.

Следующий алгоритм прорисованный совместно, был Коллайдер развития. Наметили совместно области развития, продумали, что уже имеем и что хотели бы развивать дальше и заглянуть за пределы возможного. Наметили 8 областей, в которых хотелось бы развиваться. А чтобы у нас не было конкурентов, мы еще прорисовали большой рисунок с использованием алгоритма Голубой океан. Впрочем, можно еще долго описывать волшебные результаты, но вернемся к теме рассуждения. Так что общего между линией маркера и нитью Ариадны?

Нейрографические модели являются инструментом альтернации — изменения восприятия реальности, перехода из одной базовой модели реальности в другую. Альтернация совершенно по новому расставляет акценты реальности, трансформируя всю базовую модель, создавая совершенно иное восприятие мира и себя в нем. И если в детстве сказки отлично выполняют подобную функцию, то для взрослых это уже не такой действенный механизм. Нейрографика в этом смысле обладает куда более мощной трансформационной силой, поскольку создает для зрелого человека эффектом «выхода за пределы обыденной реальности». Это то, что выводит личность за рамки привычного и неизменного шаблона, которым человек привык пользоваться как рамкой при взгляде на мира. Собственноручно проводя линии на листе, личность, как бы держась за путеводную нить в физическом смысле, самостоятельно пере структурирует целые пласты психического содержания, вскрывая и, в том числе осознавая программы поведения, которые навязаны ранее извне и не являются актом проявления



свободной воли. Ведь именно неспособность осознать скрытые установки и является тем ограничением, которое сводит на нет все усилия по поиску продуктивного решения. И кто в таком случае нейрограф – инструктор? О, да – это и Ариадна, дающая шанс справиться с тяжелым испытанием в жизни, и Баба Яга – проводник в «иномирье», способствующая достижения цели тем, кто дерзнул изменить свою жизнь, умереть в старом статусе и родиться в новом.

Если смотреть на нейрографику как на культурный феномен, аналогичный сказкам, задача которого помогать человеку формировать свою внутреннюю реальность, то преимущество нейрографики заключается не только в том, что это хорошо работает на взрослую аудиторию, но и в том, что человек становится полноценным творцом своей жизни, способен управлять своими состояниями и целенаправленно трансформировать даже совсем плохо осознаваемые области психической реальности. И сказка становится былью! То, о чем человек и думать боялся, превращается в то, что становится частью привычного мира. И эта способность видеть ранее «невидимое»

Графический язык древнее вербального способа кодирования информации, а визуальные образы первичнее понятий, а значит, эффективность метода значительно выше в «перестройке» существующей картины мира. Проективность изобразительного творчества позволяет человеку одновременно увидеть диспозицию смысловых композиций и внутренних отношений между ценностями, и тут же осуществить трансформацию, перекодировку эмоций, а значит – изменить принципы восприятия ситуации или части реальности. Естественно, что за этим следует способность замечать во внешнем мире то, что до этого было фоном, по большей части не попадающим в фокус внимания. Таким образом, происходит переход личности из одной базовой модели реальности в новую, сопровождающийся изменением поведения личности. Надо сказать, что современная психология активно ищет наиболее эффективные способы изменения картин мира людей, имеющих проблемное поведение, разработан большой пласт трансформационных методик в разных парадигмах. Нейрографика в этом смысле может оказаться весьма продуктивной именно благодаря легкости для освоения, способности самостоятельно осуществить диагностику внутренней реальности, активно и творчески работать со своим внутренним миром в нужном направлении. В мире, где нет стабильности и скорость изменений чрезвычайно высока, наличие такого навыка дает личности значительные преимущества, позволяя более быстрыми и менее болезненными способами перестраивать свое восприятие мира, свой



внутренний мир и способы деятельности в реальности.

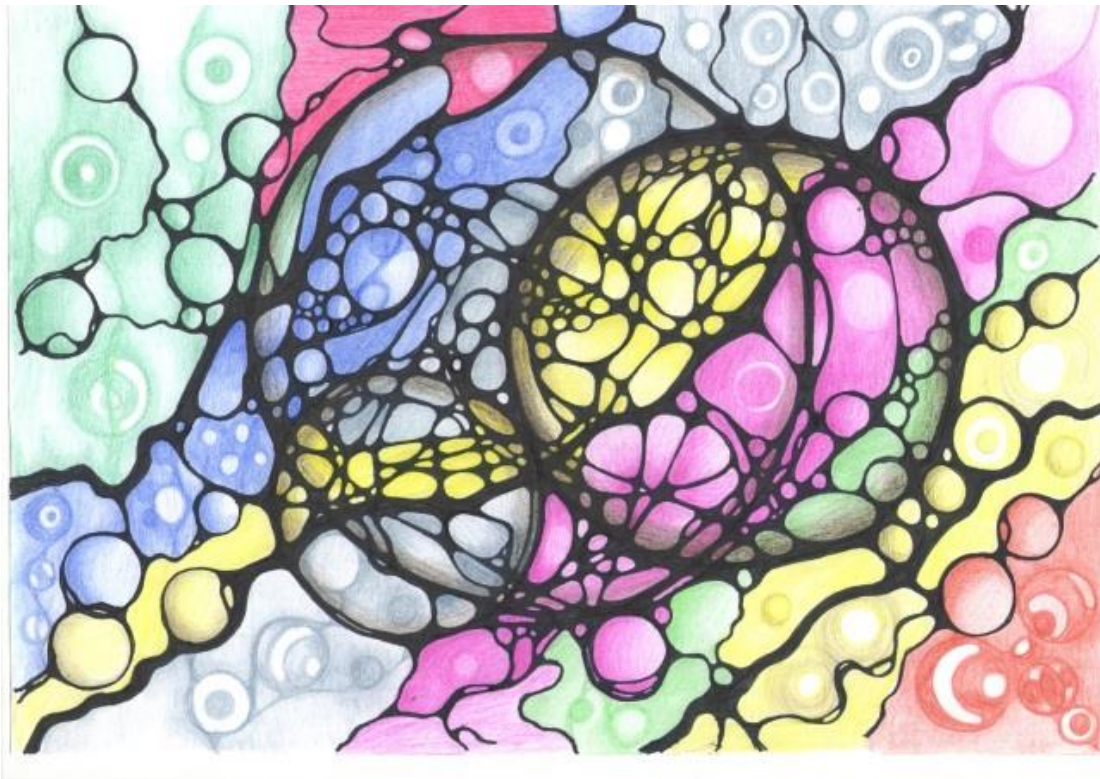
P.S. Нейрографика – это любовь с первого взгляда. Удивляюсь, как раньше жила без нее. С детства обожаю рисовать, могу часами заниматься любимым делом. С Нейрографикой мы не только удовлетворяем свою потребность в рисовании, но и заново познаем себя, учимся преобразовывать мир вокруг нас, делать его светлее, радостнее и прекраснее. Мы часто куда-то бежим, торопимся, боимся опоздать. Остановитесь, оглядитесь вокруг себя и увидите, как прекрасен наш мир! Как мы прекрасны в этом мире! Нейрографика поможет вам раскрыть глаза и окрасить вашу жизнь новыми красками.

[Ссылка на дипломную работу Коваленко Жанны в авторском стиле](#)



Работы Коваленко Жанны

Тема: я инструктор Нейрографики



Тема: что я хочу получить через года три или четыре в своей жизни.

