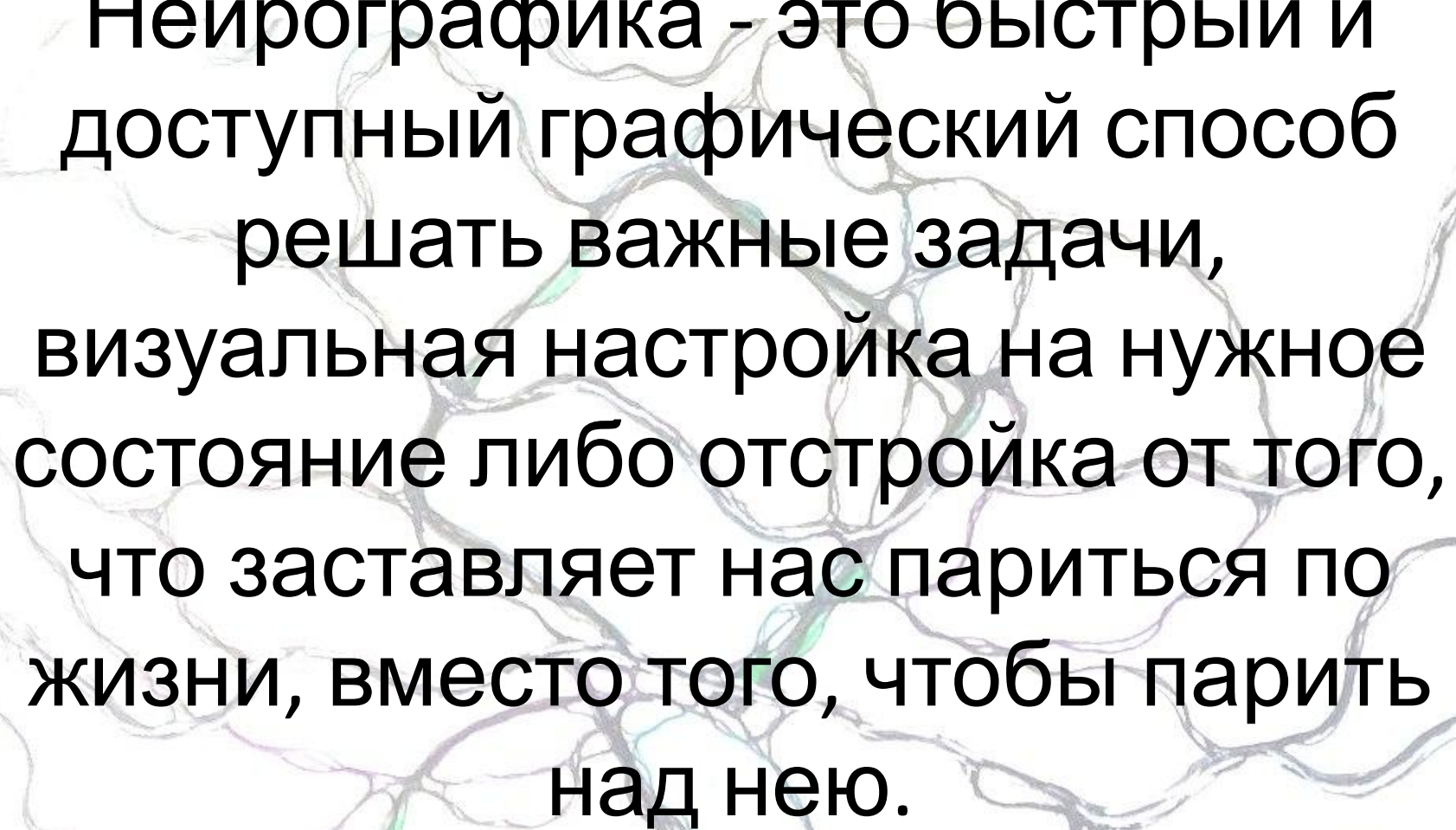


В своей реальности вы имеете
то кино, которое крутится в
вашем «проекторе». Что
нарисуете, то и увидите.
Проблема лишь в том, что люди
делают наоборот: что видят, то
и рисуют. Понимаете разницу?
(В. Зеланд)



Нейрографика - это быстрый и доступный графический способ решать важные задачи, визуальная настройка на нужное состояние либо отстройка от того, что заставляет нас париться по жизни, вместо того, чтобы парить над нею.

Нейрографика может состоять из одной линии, но будучи

Авторской, она надует паруса

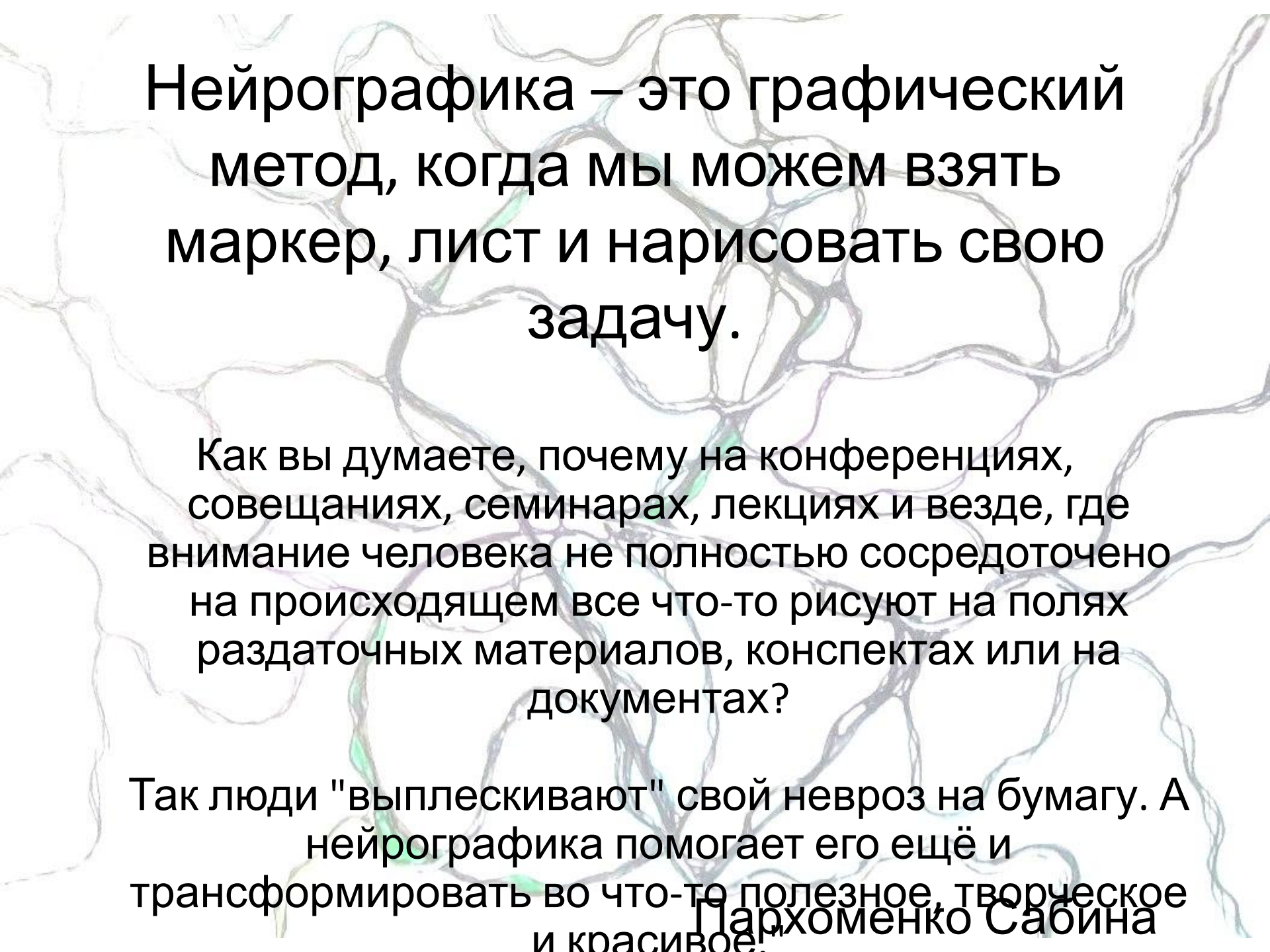
Вашей жизни

Пархоменко Сабина

10 принципов нейрографики по Павлу Пискареву:

Образ объединяет смыслы;
Смыслы концентрируют состояния;
Проблема всегда порождение разума;
Решение обладает качеством бионики;
Гармония ведет к удовлетворению;
Вселенная уместается на острие карандаша
мастера;
Любая задача имеет графическое решение;
Плоскость рисунка не имеет границ;
Мир состоит из фигур и линий;
Рисовать просто.

Пархоменко Сабина



Нейрографика – это графический метод, когда мы можем взять маркер, лист и нарисовать свою задачу.

Как вы думаете, почему на конференциях, совещаниях, семинарах, лекциях и везде, где внимание человека не полностью сосредоточено на происходящем все что-то рисуют на полях раздаточных материалов, конспектах или на документах?

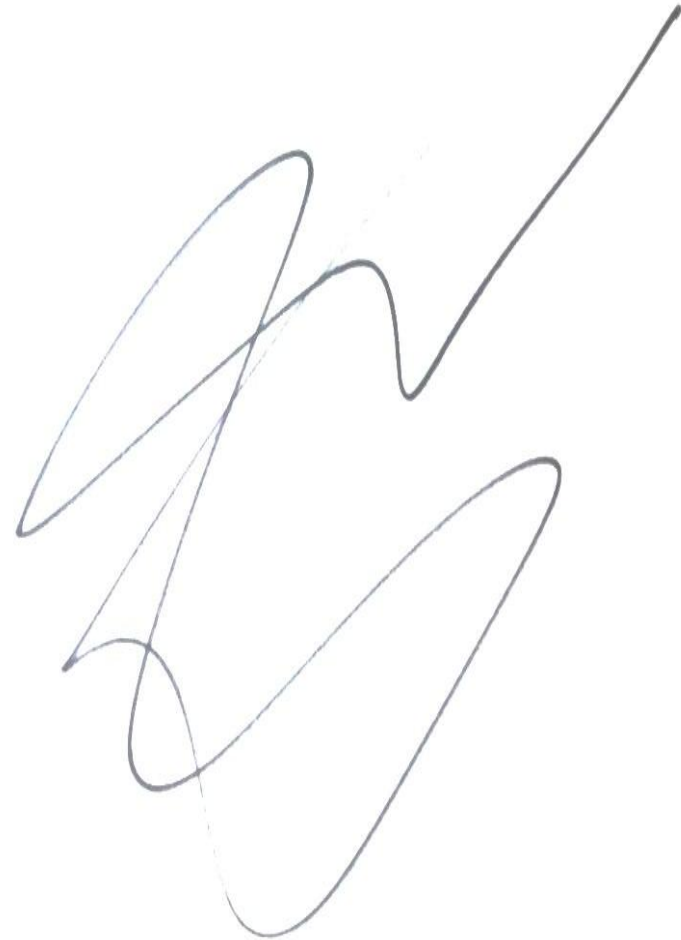
Так люди "выплескивают" свой невроз на бумагу. А нейрографика помогает его ещё и трансформировать во что-то полезное, творческое и красивое!

Пархоменко Сабина

ШАГ 1 – ВЫБРОС ПРОБЛЕМЫ

- Возьмите любой приглянувшийся карандаш в руку и положите перед собой лист. Сформулируйте проблему или представьте разницу между желаемым и тем, что есть сейчас.

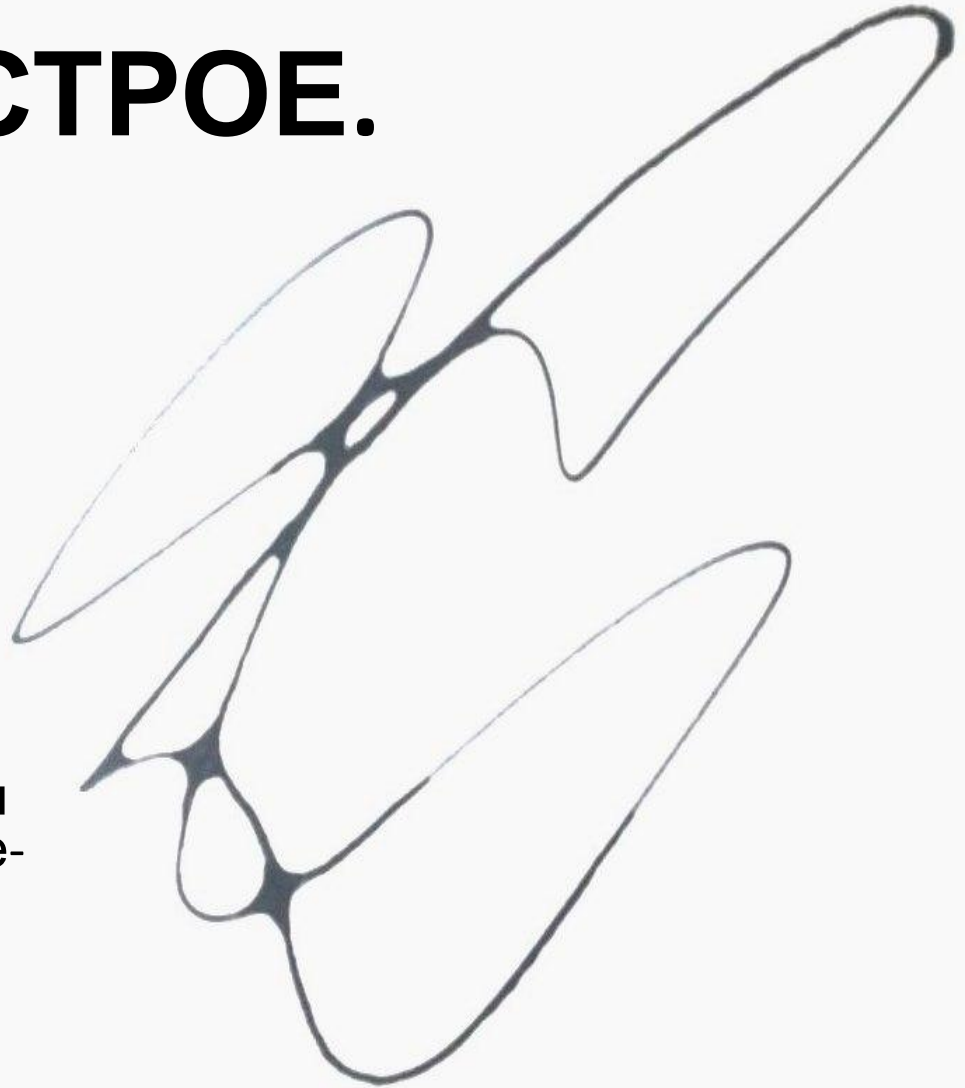
Подышите, вспомните все эмоции по этому поводу, а затем резко выместите их на бумаге (резко водите по бумаге карандашом 3—4 секунды). Можете закрыть глаза или даже покричать



Пархоменко Сабина

ШАГ 2 – СКРУГЛЯЕМ ОСТРОЕ.

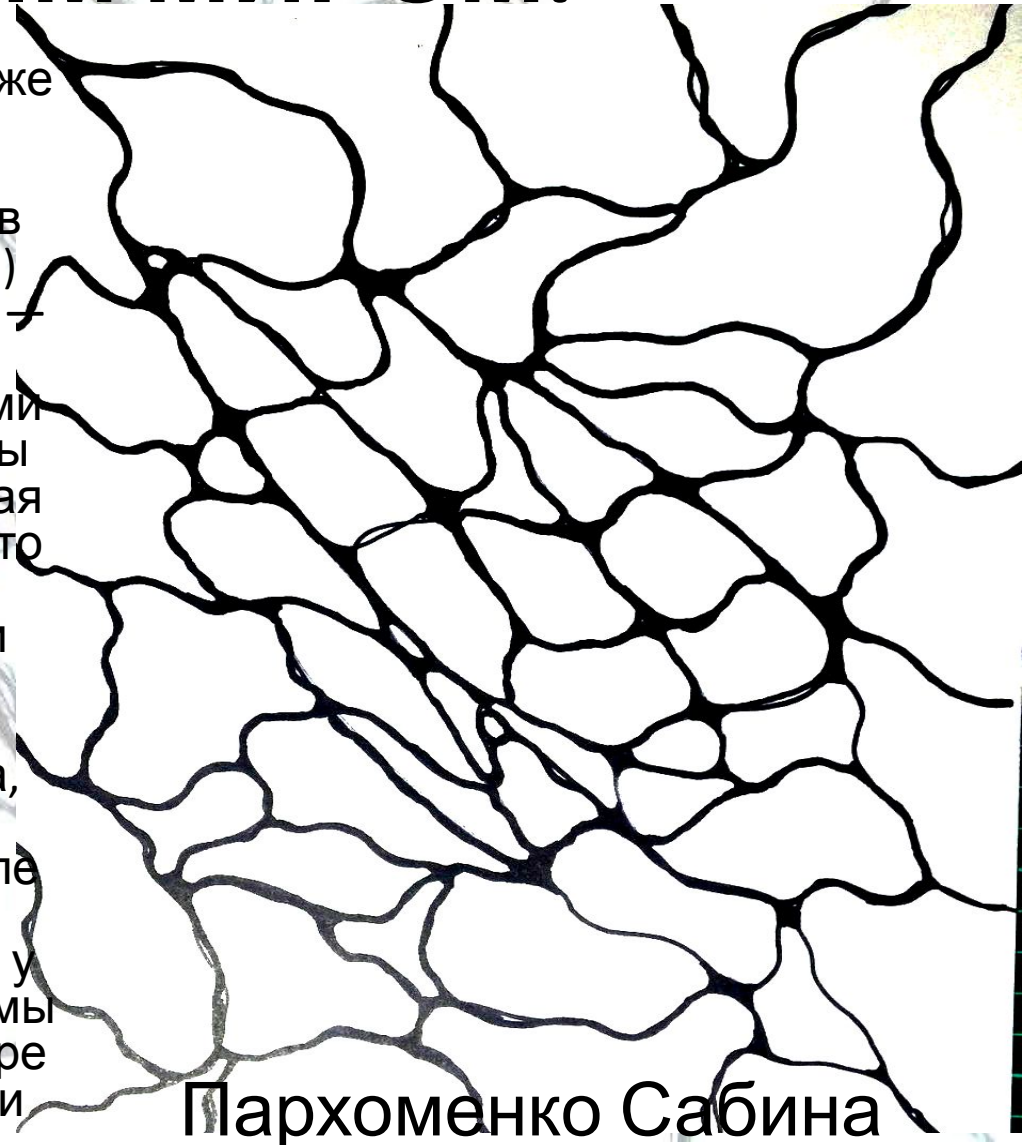
- Посмотрите на лист, мы видим множество пересечений линий, их нужно скруглить. В рисунке не должно быть острых углов: они символизируют внутренние конфликты. Слишком мелкие можно зарисовать полностью
- Важно отслеживать свое состояние: если во время рисования приходят какие-то мысли, позволяйте им появляться, наблюдайте за ними. При таком рисовании очень много вещей выходит на поверхность, осознается.



Пархоменко Сабина

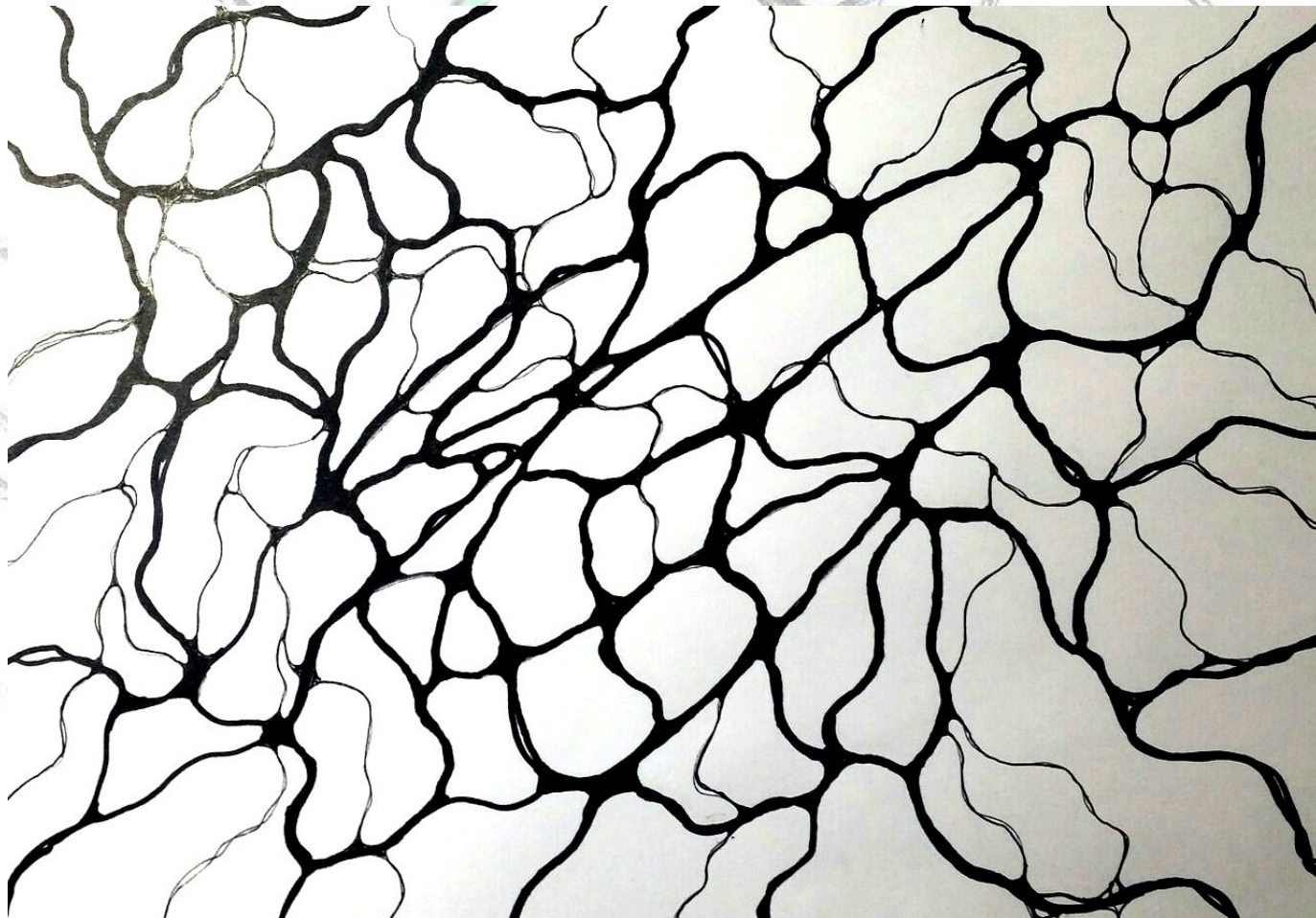
ШАГ 3 — ИНТЕГРАЦИЯ С ВНЕШНИМ МИРОМ.

- Есть мы, а есть мир вокруг. Мы же не можем существовать по отдельности — нам нужно общаться с миром, вписаться в него. Мир — это белая (чистая) часть на листике. Наша задача — фигуру, которая в центре, распространить на фон. Другими словами, сделать так, чтобы мы не узнали, где была изначальная фигура: она должна слиться. Это можно сделать, продлевая хвостики, которые торчат, или просто дорисовывая дополнительные линии. Нет какого-то конкретного правила, как нужно рисовать: как чувствуете, так и делайте. После того, как мы добавили линии, снова скругляем углы, которые у нас появились. На этой стадии мы принимаем мысль, что мы в мире не одни, вокруг нас есть люди и ресурсы, которые могут нам



Пархоменко Сабина

**Количество линий определяет
качество состояния**



Пархоменко Сабина

ШАГ 4 — ДОБАВЛЯЕМ ЦВЕТ И ФИГУРЫ

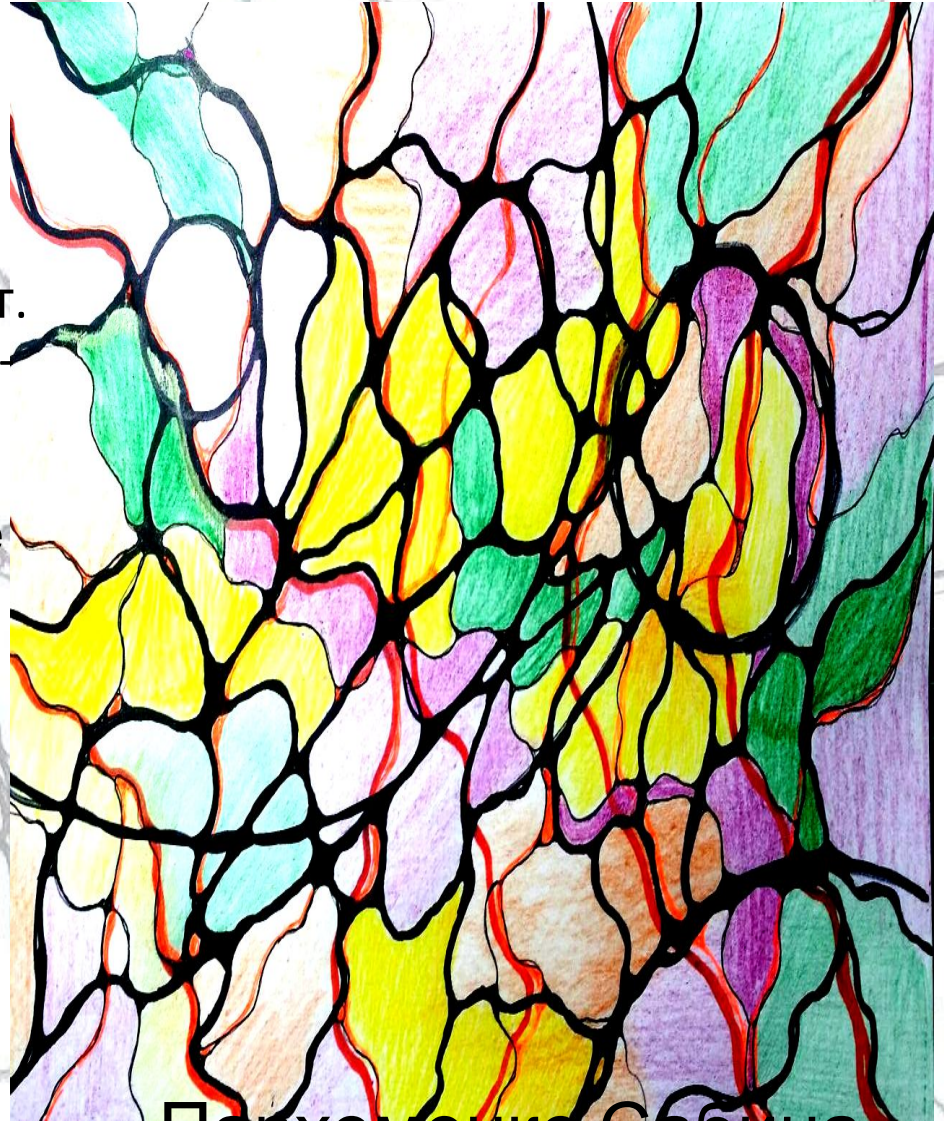
- После того как округлили свой рисунок и связали его с миром, продолжаем дополнять его, вводя другие цвета и объединяя ими фрагменты. На этом шаге прорабатывается способность принятия большего и появляется прилив мотивации на волнующую тему.



Пархоменко Сабина
Пархоменко Сабина

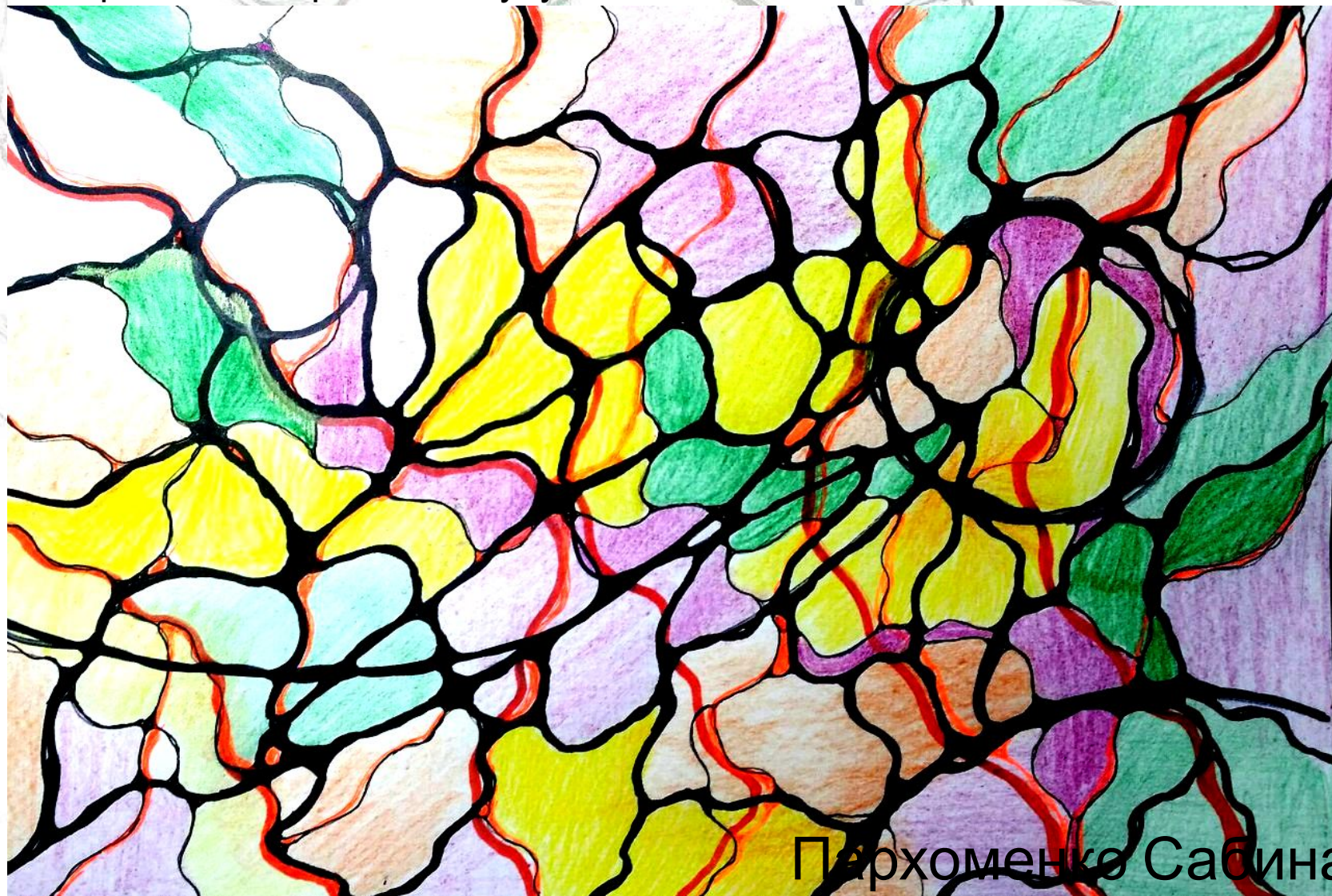
ШАГ 5 — ЛИНИИ ПОЛЯ

- Завершить рисунок нужно линиями поля. Это нейрографические линии, которые идут через весь лист. Как будто мы смотрим на что-то большее через лист, например, на горы или на облако, и проводим на листе их абрис. Это этап синхроничности со Вселенной, привлечение энергии для реализации. В конце можно посмотреть на рисунок и, если хочется, добавить еще линии или элементы, чтобы он в итоге нравился.



Пархоменко Сабина

Базовый Алгоритм снятия ограничений: "скорая помощь" себе в любом напряженном состоянии, возможность распутать узел внутри себя, гармонизировать состояние, увидеть новые возможности. Есть еще 7 алгоритмов для работы с будущим.



Пархоменко Сабина

Домашнее задание 1 недели

- Учимся рисовать нейрографические линии.
- Учимся рисовать линии поля(для этого обводим абрис гор, облаков, рек на рисунках)
- Рисуем контрольную работу по снятию ограничений(с выбросом). Это своеобразная «подготовка ландшафта» для дальнейшего построения желаемого будущего. Это устранение всех ограничений, барьеров, изъятий, болезненных и слабых мест психики, если таковые существуют.

С уважением, Сабина Пархоменко.