



Úvod do Neurografiky

Natalie Sabirova
Jitka Chaloupková

První setkání s Neurografikou

PRVNÍ SETKÁNÍ S NEUROGRAFIKOU

Natalie Sabirova
Jitka Chaloupková

PROČ KRESLIT?

„Neurografika je metoda, která vznikla jako syntéza umění, psychologie, filozofie a managementu. Neurografika funguje jako ideální prostředek sebeorganizace, sebekorekce a řízení ve stavech stresu.

Neurografika je perfektní nástroj při řešení problémů osobního rozvoje.

Neurografika se snadno učí a nemá žádná věková omezení.“

Pavel Piskarev

Racionální způsoby reagování na situace se nenápadně, ale přirozeně mění v překážky v našem životě. Obvyklý způsob myšlení vede ke stejným výsledkům, které se snažíme změnit. V životě se nám stále opakují stejné nepříjemné situace a nám se nedaří vyjít ven z kruhu.

Hledáme nové způsoby, jak se zorganizovat v životě, ve vztazích, v podnikání, při řešení různých problémů. Jak se odlišit a snadno dosáhnout výsledků? Jak bez námahy přinést do svého života to, co chcete?

Kreslení pomocí neurografiky vás rychle vyvede ze stavu fixovaného myšlení do stavu plynutí. Toto je psychologický iracionální nástroj. Ve stavu plynutí se rodí jiný druh myšlení, naplněný energií a novostí.

Spojení se svým tělem nás prostřednictvím tělesných vjemů vede k nečekaným objevům sebe sama a k neotřelým řešením. Pokud stejný úkol řešíte logikou mysli, bude to dlouhá nepřehledná cesta a často je téměř nemožné ze sebe dostat to nejlepší řešení pro vás. Při kreslení neurografikou se někdy zdá, jako by vám oceánská přílivová vlna přinesla k nohám něco neocenitelného, o čem jste ani nevěděli. Něco, co pochází z hlubin vaší vnitřní moudrosti.

Člověk se naučí kreslit dříve, než začne mluvit. V komunikaci je to primárnější a zcela přirozený nástroj. Tato prastará dovednost je v genech všech lidí a je velmi cenná. Každý ji může efektivně využít ke zlepšení svého života.

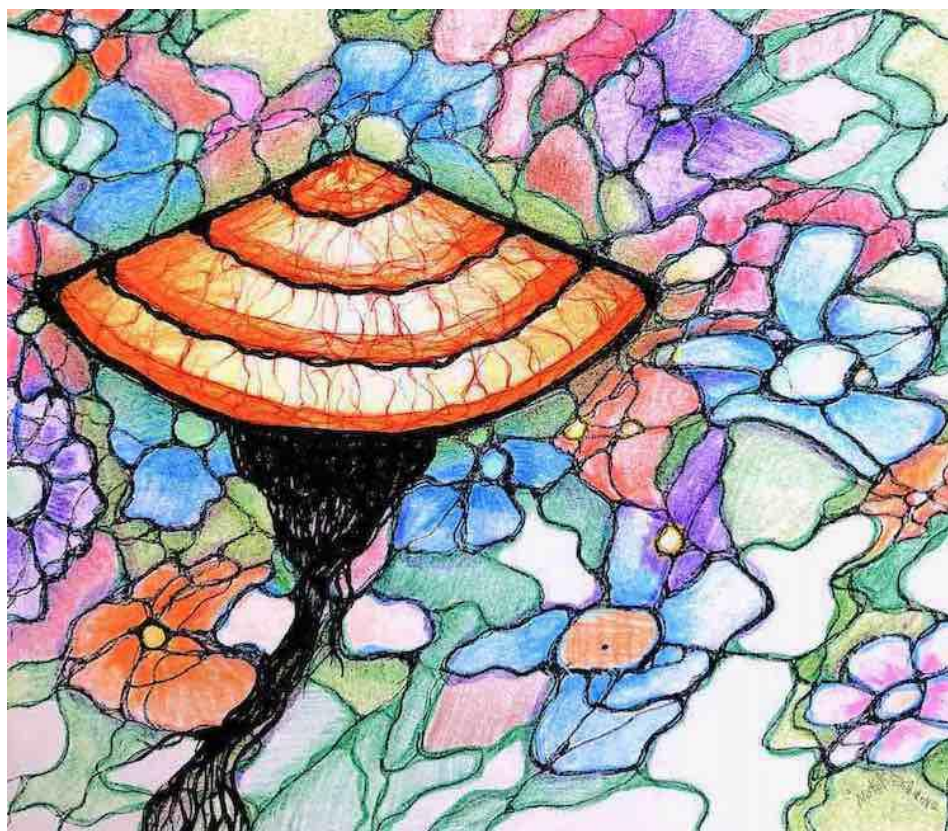
Určitě jste si všimli, že když o něčem přemýšlíte nebo když jste sami se sebou a nechcete mluvit, můžete zcela nevědomě načmárat perem na papír nějaké klikyháky nebo symboly. Pamatujete si, jak malé dítě vyjadřuje své emoce, když dostane papír a tužku? Intenzivně a rozmáchlým způsobem čmárá na celý list. V každém z nás je něco, co chce vyjít ven, co je náročné vyjádřit slovy.

Pro dospělého člověka je však těžké naučit se klasický způsob kreslení, je to pro něj dlouhá a únavná cesta. Neurografika má

obrovské výhody. Každý, v jakémkoli věku, se může naučit kreslit pomocí neurografické metody a naučí se ji poměrně rychle. Neurografickým kreslením jednoduše aktivujeme naši prastarou tělesnou dovednost. Je to příjemný způsob vyjádření vnitřního světa a interakce se sebou samým, což je nezbytné pro fyzické i duševní zdraví každého.

IDEA

Pokud jste narazili na neznámé slovo „neurografika“, zvu vás k virtuálnímu, vzrušujícímu seznámení s ním. Je zábavné okamžitě si vzít listy papíru a pero a možná vám vaše první cesta přinese příjemná překvapení. Myšlenka je jednoduchá: všechno musíš jednou v životě vyzkoušet a pak uvidíš...



Neurografika vás okamžitě uchvátí. Svůj první trénink jsem absolvovala už dávno. První výsledek se nečekaně objevil 3 hodiny po uskutečnění hovoru z druhého konce světa. První myšlenka byla: to není možné, jak se to stalo?

Navíc jsem od prvních setkání s neurografikou cítila takový příval energie, že jsem rychle pochopila, že to za to stojí! Pro mě jako pro instruktora Tai-chi je slovo „energie“ klíčem ke všemu. A zde jsem byla zmatená: energie proudila jako po kvalitním tréninku s tělem. A to jen držení tužky v rukou!

Neurografika je mladá moderní metoda, která vznikla v roce 2014. V průběhu let se metoda rozšířila po celém světě do různých zemí a jazyků, jako by měla křídla.

Autorem Neurografiky je Pavel Michajlovič Piskarev, doktor psychologických věd, profesor, toposof a architekt. Zakladatel Institutu psychologie kreativity (Curych, Petrohrad). Držitel více než 40 autorských certifikátů v humanitární oblasti znalostí.

CO JE TEDY NEUROGRAFIKA?



Kresbou měníme životy

Jednou jsem se setkala se skupinou lidí, kteří nikdy neslyšeli o Neurografice. Na prezentaci metody jsem měla pouhých 11 minut. Jak můžete několika slovy říci lidem s různými zájmy, co to je a proč?

Požádala jsem je, aby se uvolnili a zavřeli oči. V režimu blízkém meditaci naslouchali svému tělu, jak reaguje na mnou vyslovená slova... A po 11 minutách jejich otevřené oči zářily pochopením a inspirací.

Už chápete, že zapojení svého těla do procesu učení je velmi důležité. Níže je krátká textová zpráva o Neurografice.

Pro lidi, kteří hledají štěstí a harmonii:

Štěstí nebo být šťastný je zvyk, nebo spíše neurální kód. Neštěstí nebo konfliktní stav je také neurální kód, jen s jinou konfigurací.

Úspěch, štěstí, zdraví, vzájemné porozumění, peníze – to jsou různé kódy nebo vzorce neuronové sítě v našem mozku, jsou to vlastně takové obrazy. „Jsem krásná, jsem šťastná“ je obraz o mně samotné. „Vím, jak cítit uspokojení a radost“ je také obraz.

Neurografika je praxe reorganizace dojmů a emocí o sobě a světě.

Pro ty, kteří jsou unavení, ztrácejí víru nebo se nudí:

Neurografika je elegantní metoda, jak bez námahy přejít od **negativního k pozitivnímu**, od pasivity k aktivitě, od nudy k angažovanosti, od workoholismu ke spokojenosti. To je spojení s nevyčerpatelným zdrojem inspirace, kdy je život naplněn barevnou energií.