

Ich werde immer wieder gefragt, was **Neurographik** ist und was man damit machen kann. In diesem Blog-Artikel gehe ich diesen Fragen nach und gebe Dir einen umfassenden Überblick darüber. Ich zeige Dir, **woher die Neurographik kommt, was sie ist und was sie Dir bringen kann.**

Entstehung der Neurographik

Die Neurographik wurde am 29. April 2019 **fünf Jahre alt.**

Prof. Dr. Pavel Piskarev, der Begründer der Neurographik, ist **Architekt, Analytischer Psychologe, Gestaltpsychologe, Coach, Meditationslehrer, Tai Chi-Meister und Trainer.** Er bezeichnet die Neurographik auf seiner [Webseite](#) als **“kreative Methode zur Transformation der Welt. Die Methode ist eine interdisziplinäre Praxis mit der Änderungen vorgenommen, Einschränkungen zuverlässig aufgehoben werden können und eine neue, gewünschte Realität erfolgreich simuliert werden kann.”** [Hervorh. d. Verf.]

Sein persönliches Credo ist: **Alles ist möglich!**

Pavel Piskarev hat als unermüdlicher Forscher all seine vielfältigen Erfahrungen gebündelt, um eine neue Methode mit extrem viel Potential zu erschaffen. Mit der Neurographik präsentierte er eine **kreative Transformationsmethode**, die wirkliche Veränderungen im eigenen Leben, im Coaching, in der Arbeit mit Gruppen und nach seiner Aussage sogar in der Welt bewirken kann.

Die Neurographik ist **keine** wissenschaftliche Methode, sie hat aber einen **wissenschaftlichen Hintergrund** verschiedener Disziplinen.



Hast Du schon einmal eine Neurographik zu Deinen Zielen gemacht?

Das hier ist eine Neurographik, die ich vor einem dreiviertel Jahr gezeichnet habe. Es ging um meinen Business-Aufbau.

Es fließen Ansätze aus der Bildung, Pädagogik, dem Management, der Produktion, dem Social Engineering und der Kunst ein. Gleichzeitig wird die wissenschaftliche Erforschung vorangetrieben. Im Sommer 2018 gab es in Russland die erste Promotion mit einer **Dissertation zum Thema Neurographik** auf russisch.

Die Methode

Beim Anblick einer neurographischen Zeichnung fallen auf den ersten Blick die **geschwungenen Linien auf**. Auf den zweiten Blick siehst Du **die besonders bearbeiteten Verbindungsstellen der Linien**, die an **Synapsen** im menschlichen Gehirn erinnern. Das ist auch der Grund, warum Pavel Piskarev die Methode so benannt hat.

Diese zeichnerische Methode nimmt Einfluss auf Deine **Denkstrukturen und Muster der Informationsverarbeitung in Deinem Gehirn, um Deinen eigenen Lebensweg in die gewünschte Richtung zu lenken**.

Das alles geschieht auf dem Papier mithilfe der **Kunst**. Deine Zeichnung ist dabei Mittel zum Zweck und nicht per se Kunst, obwohl immer wieder Zeichnungen entstehen, die sehr künstlerisch anmuten.

Die **Kunstform der Neurographik** nennt sich **Neuroart**. In der Neuroart kann der künstlerische Aspekt über dem Aspekt der Wirkung stehen. Es kann sein, dass nicht alle Bearbeitungsabläufe der Zeichnung zu Ende geführt werden.

Jede neurographische Zeichnung hat **bestimmte vorgegebene Bearbeitungsabläufe, die sicherstellen**, dass Dein Bild die gewünschte Wirkung zeigt.

Du kannst die **diese Methode selber einmal ausprobieren** und erfahren, wie Du Dich in das Leben zeichnen kannst, das perfekt zu Dir passt. **Klicke dazu hier unten auf den Button und hole Dir Deine kostenlose Schritt-für-Schritt-Anleitung für Deinen ersten Start mit der Neurographik**.

Klare Regeln



Die Neurographik ist eine **klar beschriebene Methode mit einer eigenen (Bild-)Sprache, die eindeutigen Regeln und Algorithmen folgt.**

Du möchtest z.B. Deinen **eigenen Zustand verändern, eine persönliche Einschränkung auflösen, Ziele entwickeln oder Ressourcen mobilisieren.**

Dazu zeichnest Du den momentanen Zustand auf das Papier und **entwickelst anschließend die Zeichnung nach bestimmten Regeln weiter.** Das geschieht vor allem durch **Linien, Farben und Hervorhebungen.** Du veränderst zeichnerisch Deinen Ist-Zustand - ohne darüber nachzudenken! Du **kommst in eine Art Flow** und Dein Unterbewusstsein übernimmt. Heraus kommt meistens ein Bild, das Dich wirklich beeindruckt. Das Bild zeigt Dir eine **neue unbekante Seite von Dir selbst.**

Dadurch dass Du wahrscheinlich überrascht bist von dem fertigen Bild wird die Wiederaufnahme in Dein Gehirn verstärkt. Indem Du das fertige Bild anschaust, wird es wieder in Dein System aufgenommen und so in Dir verankert.

Wenn Du **klar definierte Ziele in Deinem Leben umsetzen** und erreichen möchtest, dann kannst Du anders vorgehen. Dann ist es gut gleich **am Anfang den gewünschten Zustand, also den Soll-Zustand, zu zeichnen.** Hier entwickelst Du dann den Soll-Zustand weiter und präzisierst ihn zeichnerisch.

Wenn das Bild fertig ist, darfst Du wieder Deinen Kopf einschalten. Jetzt ist es wichtig für Dich herauszufinden, **welche Bedeutung das Bild für Dein Problem oder Dein Anliegen hat.**

Die Bedeutung des Bildes entschlüsseln

Bei manchen Zeichnungen wird Dir im Anschluss an das Zeichnen sofort klar sein, was sie bedeuten oder was Dein nächster Schritt ist. Das sind meist Zeichnungen, bei denen eine einzelne Figur, z.B. ein Kreis, klar hervortritt und dieser Kreis auch noch mit einer dicken Linie umrandet ist.

Ich erkläre Dir das am Besten an einer meiner Zeichnungen:

In diesem Bild habe ich ein **persönliches Problem** bearbeitet. Im fertigen Bild war dann **dominant der große Kreis** zu sehen. Beim Anblick des großen Kreises kam mir sofort der Gedanke, dass mein Problem mit etwas größerem in Zusammenhang steht, das ich in die Welt bringen soll.



Die **wirkliche Bedeutung des Bildes** kann immer nur die **Zeichnerin oder der Zeichner selbst für das eigene Bild erkennen**. Wird ein Bild in einem Coaching erstellt, dann hilft Dir der Coach dabei, indem er oder sie geeignete Fragen stellt, um die Bedeutung Deines Bildes zu klären.

Es gibt Bilder, deren Bedeutung Dir nicht sofort klar ist. Da ist es dann wichtig, das Bild gedanklich noch ein bisschen bei Dir zu tragen und oder eine Nacht drüber zu schlafen, bis sich Dir die Bedeutung zeigt.

Ein intensiver Prozess

Während des Zeichnens werden oft **Gefühle** fühlbar, die Du schon lange nicht mehr gefühlt hast. Oder Du hast **spezifische körperliche Empfindungen**, wie z.B. dass Du plötzlich kalte Füße, einen heißen Kopf oder sogar Kopfschmerzen bekommst. Das ist ein **deutliches Zeichen, dass Deine Zeichnung etwas bewirkt und verändert**. Warum sonst solltest Du sonst plötzlich diese Empfindungen haben, die Du sonst nicht hast?

Wenn Du bereits geübt bist im Zeichnen von neurographischen Zeichnungen, dann fühlst Du oft beides: lange nicht mehr zugelassene **Gefühle und körperliche Empfindungen**.

Auch **plötzliche Gedanken**, die in Dir beim Zeichnen aufsteigen, geben Dir Hinweise für die Lösung Deines Problems oder Deiner Zielerreichung. Bist Du mit Deinem Zeichenprozess fertig und hast alle Zeichenschritte einer neurographischen Zeichnung gezeichnet, verschwinden diese Empfindungen genauso schnell wieder, wie sie gekommen sind.

Die Gefühle und Empfindungen lassen erahnen, dass der Prozess des neurographischen Zeichnens nicht einfach nur zeichnen ist, sondern ein Prozess, der **tiefgreifende Veränderungen in Deinem System** bewirken kann. Meistens wird Dir schon während des Zeichnens klar, dass da etwas Größeres entsteht und dass auch in Dir bereits eine Veränderung geschieht. Dein Gehirn kann scheinbar die **Sprache der Zeichnung**, die der Funktionsweise unseres Gehirns ähnelt, verstehen.

Wichtig ist, dass Du die **Zeichnung nach klaren Regeln, dem sogenannten neurographischen Algorithmus** weiterentwickelst. Die Regeln bzw. der Algorithmus wurden von Pavel Piskarev aus den oben schon genannten verschiedenen wissenschaftlich fundierten Disziplinen herausgearbeitet, um die bestmögliche Wirkung für Dich als Anwender*in zu erreichen.

Die neurographische Linie

In der Neurographik gibt es ganz besondere Linien: die **neurographischen Linien**. Im Gegensatz zur menschlichen Linie, ist die sogenannte neurographische Linie nicht schnurgerade, sondern sie hat einen kurvigen Verlauf. Die gesamte Neurographik ist auf dieser Art der Linien aufgebaut.

Die Linien in der Natur sind alle bionisch und kurvig. Die neurographischen Linien basieren genau auf diesen natürlichen Linien.

Menschliche Linien



Natürliche bionische Linien



Die neurographische Linie ist **nicht spontan und willkürlich**. Die neurographische Linie trägt eine **Spannung** in sich. Sie ist **in jedem Abschnitt verschieden, verläuft überraschend und unvorhersehbar**.

Wenn Du von einem Punkt A zu einem Punkt B möchtest, dann verbindest Du diese Punkte durch eine gerade Linie. In der Neurographik zeichnest Du aber zwischen den beiden Punkten eine **geschwungene kurvige Linie, die unvorhergesehen verläuft**. Sie ähnelt auch nicht einer gleichmäßigen Sinuskurve, sondern sie macht vielleicht erst einmal einen größeren Bogen nach oben und dann einen kleineren Bogen nach unten. Die neurographische Linie macht scheinbar einen Umweg. Allerdings **erkundest Du mit dieser Linie den Raum, die Umgebung und entscheidest Dich dann für einen Weg**, den Du gehen möchtest. Die Verbindung von verschiedenen Punkten mit neurographischen Linien ist deshalb für Dich in diesen Zeichnungen deutlich mehr, als der schnellste Weg von A nach B. **Mit neurographischen Linien verbindest Du die einzelnen Elemente Deiner Zeichnung**. Die Elemente sind meist Kreise, es können aber auch Quadrate und Dreiecke sein. Du kannst Dich z.B. mit Deinen Zielen verbinden oder mit vorhandenen Ressourcen, wie Du das vielleicht auch von anderen lösungsorientierten Coachingansätzen kennst. Die Lösung findest Du allerdings in der Neurographik durch Zeichnen.

Mit der Neurographik kannst Du Probleme lösen oder Ziele verfolgen. Du nimmst Einfluss auf Deine eigene Realität und Dein Leben.

Ungewohnt und neu

Wir Erwachsenen sind in unserem Alltag oft gerade Linien gewohnt. Vielen fällt es daher erst mal schwer, natürliche und damit neurographische Linien zu zeichnen. Doch mit etwas Übung gelingt Dir das immer besser und einfacher. Vielleicht findest Du es auch spannend, an Dir selbst zu beobachten, wie die **neurographischen Linien ein Eigenleben führen und meist tatsächlich woanders hinführen, als Du am Anfang der Linie gedacht hättest**.

Alleine durch das Zeichnen dieser "anderen" Linien beginnt sich bereits etwas in Dir zu verändern. Du machst etwas, das Du nicht gewohnt bist. **Alte Muster werden so aufgebrochen und Du öffnest Dich für etwas Neues.**

Wenn etwas in Ihrem Leben fehlt, zeichnen Sie es.

Pavel Piskarev (Ph.D.)

Neurographik kann jeder

Es gibt immer wieder Menschen, die die Neurographiken sehr ansprechen und gleichzeitig sagen, dass das nichts für sie sei, weil sie selbst nicht zeichnen können. Deshalb möchte ich

hier noch einmal betonen: **Jeder Mensch, auch Du, kannst für Dich neugraphische Zeichnungen anfertigen** und damit Dich selbst und Dein Leben voranbringen.

Probiere die Neurographik selbst aus

Über die Neurographik zu lesen ist das Eine, sie **einmal selbst auszuprobieren** das Andere. Damit Du die Neurographik **ganz einfach selbst ausprobieren kannst** und selbst erfährst, wie Du damit das Leben zeichnen kannst, das perfekt zu Dir passt, habe ich Dir eine **kostenlose Schritt-für-Schritt Anleitung gemacht**.

Wenn Du dir die Anleitung oben noch nicht geholt hast, dann klicke hier auf den Button und hole Dir Deine Anleitung für Dein neues Leben.



Du bekommst eine kostenlose Schritt-für-Schritt Anleitung mit Bildern damit Du ganz einfach verstehst, wie eine Neurographik gezeichnet wird und du das ganz unverbindlich für dich ausprobieren kannst.

Eine andere Möglichkeit neurographisches Zeichnen zu lernen sind **Kurse**.

In den Kursen werden die Grundprinzipien gezeigt und Du bekommst das **Handwerkszeug, selbst diese Zeichnungen anzufertigen**.

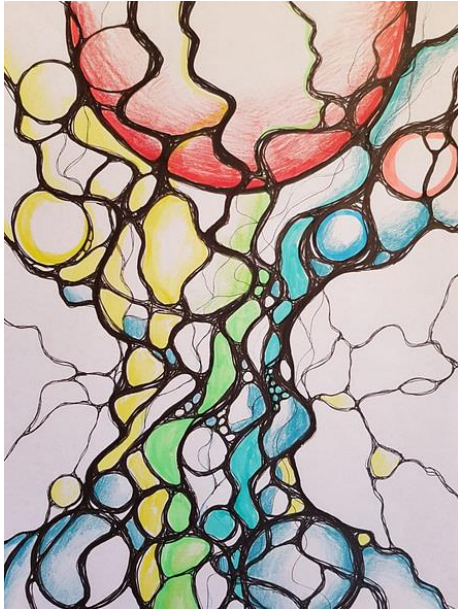
Eine weitere tolle Möglichkeit, die Neurographik kennenzulernen ist ein sog. **ästhetisches Coaching bei einem Neurographik Spezialisten oder Trainer** zu buchen. In einer solchen Coaching-Session bekommst Du eine genaue Anleitung, was Du tun kannst und besondere Tipps, wie Deine Zeichnung noch ein besseres Ergebnis erreichen wird.

Für welche Lebensfragen eignet sich die Neurographik?

Für alle Lebenssituationen in denen Du Beratung oder Coaching suchst gibt es das **passende Modell** damit Du in Deinem Leben weiterkommst.

Exemplarisch stelle ich Dir hier das Modell des **Neurobaums** vor.

Der Neurobaum als Wachstumsbeschleuniger



Neurobaum zum Thema Gesundheit

Ein **Baum steht für Wachstum und Weiterentwicklung**. Du kannst ihn für alle Themen in Deinem Leben zeichnen, die **wachsen und sich weiterentwickeln sollen**. Die Hauptlinien fließen hier von unten nach oben, also **vertikal in Wuchsrichtung**. Es ist eine schöne Erfahrung, die Kraft beim Zeichnen zu spüren. Sie fließt von den Wurzeln über den Stamm hinauf in die Äste und endet vielleicht in den Blüten oder Früchten. Ob und was der Baum an den Ästen trägt und wie sie gezeichnet werden, entwickelst Du intuitiv während des Zeichnens. Die Zeichnung ist ein Abbild Deines eigenen Unterbewusstseins.

In meinem **Neurobaum** hier habe ich den Stamm breit gezeichnet. Ich habe das Gefühl, der Stamm kann die Krone gut tragen. Die Wurzeln gehen breit auseinander. Sie könnten noch ein bisschen weiter nach unten gehen. Die Wurzeln konnte ich auf diesem Papier nicht weiter zeichnen, da das Papier zu Ende war.

Um die Wurzeln noch zu verstärken, hätte ich ein weiteres Blatt anlegen und so weiterzeichnen können. Das gleiche gilt für die Krone. Auch die Krone hätte ich noch größer zeichnen können auf ein angelegtes Blatt.

Das ist möglich, weil in der Neurographik davon ausgegangen wird, dass das Blatt Papier bzw. die Zeichnung einen Ausschnitt der Realität zeigt. Diesen Ausschnitt kannst Du natürlich frei wählen.

Als Frucht des Baumes habe ich intuitiv einen großen Kreis gezeichnet. Hier darf ich noch etwas Großes für mich entdecken.

Eigene Modelle entwickeln

Viele Neurographik-Spezialisten und Trainer entwickeln im Laufe der Zeit **eigene Modelle**, abgestimmt auf die Coachingbedürfnisse ihrer Klient*innen und eigenen spezifischen Themen. Ich habe verschiedene Modelle entwickelt, um dem **Thema "Du selbst, wer sonst?"** neurographisch näher zu kommen.

Der **eigenen Kreativität und Gestaltungsfreiheit** sind absolut keine Grenzen gesetzt. Wichtig ist jedoch, dass die grundlegenden Regeln der Neurographik sowie der Ablauf bzw. Algorithmus einer neurographischen Zeichnung eingehalten werden.

Die Neurographik eignet sich darüber hinaus auch sehr gut für **Teambuilding** und bei der **Arbeit mit Gruppen**. Hier kann beispielsweise ein **gemeinsames Thema weiterentwickelt** oder eine **verbindende Vision gefunden werden**.

Mein persönliches Fazit zum Thema Neurographik

Von Anfang an hat mich die Neurographik fasziniert. Ich kann beim Zeichnen auf so einfache Art und Weise **meinen Verstand und meinen Kopf komplett ausschalten**. Meine Bilder entstehen absolut intuitiv und im Fluss. Ich kann mich dem Zeichenprozess komplett hingeben. Betrachte ich dann das fertige Bild, bin ich oft verwundert, was ich da gezeichnet habe. Es ist überraschend, wie diese Zeichnungen die Realität abbilden, welche Bereiche meines Lebens oder des Problems plötzlich im Vordergrund stehen, mit Lösungen verbunden sind oder wie stringent und klar ich die Lösung zeichnerisch entwickelt habe.

Mich beeindrucken die **körperlichen Empfindungen** während des Zeichnens. Oft wird es mir sehr heiß, aber ich kenne auch plötzliche Kälteschauer, Kopfschmerzen oder andere Beschwerden, die im Laufe der Zeichnung wieder verschwinden. Das deutet für mich auf wirklich **tiefgreifende Prozesse in meinem System** hin.

Du kannst das auch!

<https://doris-buergel.de/was-ist-neurographik/>

29.09.2021