

NEUROGRAPHIK

Neurographik (auch: **Neurographisches Zeichnen**) ist eine kreative, meditative und zugleich psychologisch orientierte Zeichenmethode, die von **Pavel Piskarev**, einem russischen Psychologen und Architekten, um 2014 entwickelt wurde. Diese Methode nutzt bionische, der Natur nachempfundene Linien, die an Synapsen erinnern, um Verbindungen im Gehirn zu fördern und gewünschte Veränderungen im Leben zu bewirken.

Ziel ist es, innere Prozesse, Gedanken, Emotionen und Konflikte durch Zeichnen zu visualisieren, zu transformieren und auf das Unterbewusstsein einzuwirken.

Wie funktioniert Neurographik?



Man zeichnet mit Stiften Linien, Kreise und Formen auf eine bestimmte Art und Weise.

Die Methode folgt einem Prozess mit klaren Regeln, der darauf abzielt, Gedanken in Bewegung zu bringen und kreative Lösungen zu finden. Ein typischer Prozess beinhaltet:

- **Die neurographische Linie ziehen:** Freihändig, intuitiv, nicht gerade und nicht vorhersehbar – sie symbolisieren Gedankenflüsse, Gefühle oder Lebensprozesse.
- **Schnittpunkte abrunden und Harmonisierung:** Alle Schnittpunkte der Linien werden sorgfältig abgerundet, um Harmonie und Fluss in der Zeichnung zu erzeugen und blockierte Energie zu lösen. Dies steht für Integration, Transformation oder Harmonisierung innerer Konflikte.
- **Das Ergebnis analysieren und integrieren:** Die entstehende Zeichnung wird als eine Art "innere Landkarte" betrachtet, die Klarheit über die eigenen Themen schafft und neue Perspektiven für die Zukunft aufzeigt. Kreise und Formen symbolisieren oft Menschen, Ziele, Ressourcen oder Themen.
- **Mit Farben arbeiten:** Farben werden verwendet, um verschiedene Elemente der Zeichnung zu integrieren und die gewünschten Transformationen zu unterstützen.

Warum "Neuro" in Neurographik?

- Das Zeichnen aktiviert neuronale Netzwerke im Gehirn.
- Durch die Kombination aus Bewegung, Konzentration und Visualisierung sollen **neue synaptische Verbindungen** entstehen – also neue Denk- und Handlungsmuster.
- Es ist eine Art "neurologisches Umprogrammieren" durch Kunst.

Ziele & Anwendungsbereiche

- Selbstreflexion & Persönlichkeitsentwicklung
- Stressabbau & Entspannung
- Konfliktlösung (innerlich oder äußerlich)
- Jeder Entwicklungsprozess kann gezeichnet werden
- Methode, die hilft, wenn Worte fehlen
- Kreativitätsförderung
- Coaching & Therapie (oft ergänzend)

Braucht man Talent oder Vorkenntnisse?

Nein. Jeder kann es lernen. Es geht nicht um schönes Zeichnen, sondern um den Prozess.