

Lelki újjászületés - kibontakozás –kiteljesedés

Analitikus Komplex Művészetpszichoterápiával

Antalfai Márta

ELTE Egészségpszichológia Szakirány Posztgraduális Képzés
Budapest, 2009. április 24.

"Minden kezdet a lét teljességében kezdődik"

(M. Eliade)

" Válj teljessé és minden elérkezik hozzád."

(Lao Ce)

Az ismertetésre kerülő művészetpszichoterápiás módszer ars poeticája, valamint a terápia gyógyulást és gyógyítást szolgáló alkotói folyamata az archaikus gyógy módokat és a modern holisztikus szemléleteket ötvözi.

Az ősi természeti népeknél a gyógyítás folyamata az „újjászületés” rítusát idézte meg (M. Eliade, 2006), amely az „újjászületés” (a kezdetek teljességének, az egészlegességnek) beavatási misztériumában öltött testet. Ugyanezt tapasztalhatjuk a mai modern gyógyítási eljárásoknál, pl. a Gestalt pszichológiában és terápiában, de ezen alapul a jungi terápia is, ahol a teljesség, egész-ség lényegét a *mandala*, a mágikus kör, mint szimbólum idézi meg. Lényegét felfedezhetjük az asztrológia és pszichológia kapcsolatával, valamint a kvantum-pszichológiával foglalkozó elméleteknél is.

A komplex művészeti terápiás képzés az asztrológia szimbólumvilágát holisztikus és energia-központú megközelítéssel tárgyalja, amely elsősorban a négy elem és a hónapok archetípusaira épül. Ezen archetípusokkal párhuzamos szerte a világon a népi hagyományokban őrzött ünnepek, jelek, jelképek, amelyek az esztendő körének szokásrendszerében is testet öltenek. Magyar vonatkozásai elsősorban Falvy Károly, Jankovics Marcell és Molnár V. József műveire támaszkodva kerülnek ismertetésre (lásd a teljes irodalomlistát a LEA honlapján: www.lekiegeszségert.hu).

Sajátélmény

Újjászületés, rekreáció a világ és az ember "újrateremtésével". A képzés folyamatában mindezt relaxációra, imaginációra, versre és zenére épülő alkotófolyamat segíti elő. Az alkotások tükrében visszajelzéseket kapunk önmagunkról, a négy pszichés funkció (érző, érzékelő, gondolkodó, intuitív), a négy elem és a négy temperamentum vonatkozásában. Maga az alkotófolyamat hozzásegít az életenergiák szabad áramlásához, amely mentálhigiénés és gyógyító hatású. "Az egészség a négy elemnek a megfelelő elosztásán és egyensúlyán múlik, a betegség ezeknek a működési zavara." (Samuel Thomson)

"A háttérbe szoruló elemek jelzik, hogy melyek azok a tevékenységi tartományok, amelyekkel nem vagyunk tudatos szintű érintkezésben. Ezzel tulajdonképpen útmutatást kapunk ahhoz, hogy mely hozzáhangolódásainkat kell célirányosan fejleszteni, hogy a teljes és kerek élethez szükséges minimális jártasságot megszerezzük magunknak a tapasztalásnak azokban a tartományaiban is." (S. Arroyo, 1999)