



TÉMENOS, MOJ SKRIVNI VRT

utelešeni/udejanjeni cikli rasti

Izkustveni seminar TÉMENOS, MOJ SKRIVNI VRT se osredinja na enega izmed ključnih konceptov analitične psihologije: vzpostavlja prostor za utelešeno in z umetnostnimi izraznimi sredstvi udejanjeno raziskovanje *procesa individuacije* kot vseživljenjskega sosledja ciklov (pre)porajanja in postajanja, ki ga motivira človekovo hrepenenje po izkustvu celovitosti in samouresničenosti, po bivanjskem smislu in, za mnoge, tudi povezanosti s presežnim.

Rdeča knjiga (The Red Book, 2009), dokument njegovih lastnih ustvarjalnih »spopadov z nezavednim«, je utemeljitelja analitične psihologije Carla Gustava Junga (1875–1961) uveljavila tudi kot pionirja z umetnostnimi izraznimi sredstvi udejanjenega prvoosebnega raziskovanja, ki je osnovna značilnost področja umetnostnih terapij. Vse štiri temeljne umetnostnoterapevtske smeri (glasbena, plesno-gibalna, likovna in dramska) terapevtski odnos/proces vzpostavljajo in razvijajo preko ustvarjalnega (so)delovanja v enem samem oziroma v različnih umetnostnih medijih: njihov *témenos*, simbolni in dejanski prostor notranjega zrenja in potencialne terapevtske spremembe, je *ustvarjalni proces*.

Jungovo tehniko *aktivna imaginacija* in na umetniški praksi temelječe raziskovanje v okviru umetnostnoterapevtskih procesov družita osredotočenost na neposredno izkustvo psihičnih vsebin in refleksija njihovega utelešenega/udejanjenega izraza v obliki gibalnih, zvočnih, besednih ali vizualnih metafor, ki imajo močan transformacijski potencial in pogosto vodijo do pomembnih uvidov ter razvojnih premikov. Z uporabo metod utelešenega in na umetniški praksi temelječega raziskovanja se bo razvijal tudi devetmesečni proces izkustvenega seminarja TÉMENOS, MOJ SKRIVNI VRT.

Delo bo potekalo v mali skupini (šest udeležencev) in individualno. Skupina se bo od oktobra 2026 do junija 2027 enkrat mesečno srečevala v Ljubljani. V obdobjih med skupinskimi srečanji bo potekalo samostojno raziskovanje in ustvarjanje dnevnikov, s katerimi bodo sodelujoči beležili, ustvarjalno reflektirali ter v zgodbo svoje individuacije povezovali utelešena/udejanjena izkustva tematik, ki bodo v fokusu njihovega raziskovanja. Izhodišča za samostojno delo bodo podana na prvem srečanju skupine.

Seminar je zasnovan kot strokovno izpopolnjevanje za umetnike, pedagoge na področju umetnosti, umetnostne terapevte in psihoterapevte različnih pristopov, ki jih zanima uporaba na umetniški praksi temelječega raziskovanja v izobraževanju in psihoterapiji ter jungovski pristop Avtentično gibanje, čigar principi bodo osnova utelešenega raziskovanja v skupini.

Izkustveno pridobljena znanja bodo sodelujočim v podporo pri soočanju z lastnimi individuacijskimi izzivi, ki se morda najbolj predvidljivo in jasno pokažejo v obliki identitetnih/eksistencialnih kriz ob večjih življenjskih spremembah: prelomnice zmeraj spremlja neka vrsta nepovratne izgube, pogosto tudi daljša obdobja čakanja in negotovosti ter nabiranja moči za levitev; za premik proti neznanemu, novemu.

Reflektirane osebne in skupinske izkušnje individuacijskih *obredov prehoda* bodo udeležencem v pomoč tudi pri njihovem strokovnem delu: ljudem, s katerimi delajo kot pedagogi ali psihoterapevti, bodo z metodami utelešenega in na umetniški praksi temelječega raziskovanja lahko ponudili način, kako v specifičnih okoliščinah neke individuacijske preizkušnje prepoznati njeno arhetipsko podstat in si tako pomagati pri osmišljanju ter integraciji doživetega.

Skupinsko delo bo uvedla in povezovala podoba *skrivnega vrta*, ki je lahko metafora za središče psihe in njeno celovitost, za somatsko telo kot živo/izkušeno telo kakor tudi za ustvarjalnoterapevtski proces/odnos. *Skrivni vrt* je *témenos*, varno mesto za kontemplacijo in akcijo, za zaupanje in postopno spremembo; stičišče snovnih in nesnovnih svetov, linearnega in cikličnega časa; v njem živi in se obnavlja »čarovnija«, potencial za psihično rast, ustvarjalno življenje.

Klasično delo mladinske književnosti, roman *Skrivni vrt* Frances Hodgson Burnett (*The Secret Garden*, 1911), je ena izmed arhetipskih individuacijskih zgodb, s katerimi se bomo srečevali. Za naše delo je pomembna zato, ker sporoča, da je *individuacija psihofizično izkustvo*, ki od človeka terja, da v njenih ciklih pridobljeno utelešeno védenje, v skladu z načelom »*kakor znotraj, tako zunaj*«, v svojem življenju tudi udejanji.

Deček Colin, eden izmed glavnih protagonistov *Skrivnega vrta*, svoj uvid v utelešeno/udejanjeno naravo spremembe izrazi s pesmijo:

»Sonce sije – sonce sije. To je čarovnija. Rože rastejo – in korenine poganjajo. To je čarovnija. Biti živ – je čarovnija. Biti močan – je čarovnija. Čarovna moč je v meni – čarovna moč je v meni. V meni je – v meni je. V vsakem izmed nas je.«¹



Mary Azarian, *Always the Garden*
<https://www.maryazarian.com>

¹ Frances Hodgson Burnett: *Skrivni vrt*. Prevedel Uroš Kalčič. Ljubljana: DZS, 1994, str. 178.

Skupina bo svoje delo začela jeseni 2026 in ga sklenila tik pred začetkom poletja 2027. Menjavam letnih časov v *skrivnem vrtu* bodo sledili tudi vsebinski poudarki štirih terminskih sklopov:

1 Plodovi in semena

sobota, 17. oktober 2026, od 9. do 12. ure

sobota, 27. november 2026, od 9. do 12. ure

2 Notranje zrenje, viri moči

sobota, 19. december 2026, od 9. do 12. ure

sobota, 16. januar 2027, od 9. do 12. ure

sobota, 20. februar 2027, od 9. do 12. ure

3 Odpiranje novemu, rast

sobota, 27. marec 2027, od 9. do 12. ure

sobota, 17. april 2027, od 9. do 12. ure

sobota, 15. maj 2027, od 9. do 12. ure

4 Magičnost življenja: kresna noč in nova žetev

sobota, 19. junij 2027, od 9. do 12. ure

Lokacija: studio Moj Korak, Vilharjeva 3, Ljubljana. Stavbni kompleks Vilharjeva 3 se nahaja v bližini glavne avtobusne/železniške postaje Ljubljana.

Obseg: 9 srečanj po 3 ure, skupaj 27 ur osebne izkušnje v mali skupini.

Število udeležencev: 6.

Kotizacija: 720 EUR. Skupina se formira jeseni 2026, za devet mesecev. V tem obdobju skupina ne sprejema novih članov, zato se kotizacija v primeru morebitnega odstopa od prakse ne vrača.

Prijavni rok je odprt do zapolnitve razpisanih mest oziroma do 20. septembra 2026.

Prijave in dodatne informacije: aleksandra.schuller@guest.arnes.si

Avtorica in izvajalka:

Aleksandra Schuller je doktorica literarnih ved, registrirana plesno-gibalna psihoterapevtka (ZPGPS/EADMT) in magistrica Pomoči z umetnostjo, specializirana za jungovski pristop Avtentično gibanje. Disciplino Avtentično gibanje (AG) je v letih 2010–2012 študirala pri dr. Janet Adler (Galiano, Kanada). AG samostojno izvaja od leta 2011: dela z odraslimi, s posamezniki in z malimi skupinami. Od leta 2019 je tudi specializantka analitične psihologije/jungovske analize (IAAP Router) pri Mednarodni zvezi za analitično psihologijo. Je članica Združenja plesno-gibalnih psihoterapevtov Slovenije (ZPGPS) in Slovenskega združenja za analitično psihologijo (SZAP). Področja njenega strokovnega delovanja: analitična psihologija, umetnostne terapije, utelešeno in na umetniški praksi temelječe raziskovanje v izobraževanju in psihoterapiji, ustvarjalna supervizija.

TÉMENOS, MOJ SKRIVNI VRT



prijavnica

Izpolnjen in podpisan prijavni obrazec pošljete na: aleksandra.schuller@guest.arnes.si

Kotizacija za seminar znaša 720 EUR. S potrditvijo vaše prijave boste prejeli račun, ki ga poravnate do 10. oktobra 2026: s tem je vaše mesto na izkustvenem seminarju zagotovljeno.

Spodaj podpisani_a _____ se prijavljam za udeležbo na izkustvenem seminarju TÉMENOS, MOJ SKRIVNI VRT, ki bo v izvedbi Aleksandre Schuller potekal od oktobra 2026 do junija 2027 v studiu Moj Korak v Ljubljani.

Podatki za izpis računa:

Ime in priimek _____

Naslov _____

Telefonska številka _____

E-naslov _____

Kraj in datum:

Podpis:

Priloga: kratek življenjepis z opisom motivacije za prijavo