

<b>ÕPPEKAVA: VANAKREEKA TERAAPIA KOGEMUS JA TEHNIKAD</b>	
<b>Koolitaja</b>	<b>Lindy Sannie McMullin, PhD</b>
<b>Kuupäevad</b>	Veebikoolitus 2 päeva: 18. juuni ja 2. juuli 2022 Suvelaager 5 päeva Maria talus Pärnumaal: 7.–11. august 2022
<b>Maht</b>	Veebikoolitust 2 õppepäeva, 14 ak tundi + iseseisev töö Suvelaager 5 õppepäeva, 40 ak tundi Kokku 54 ak tundi
<b>Eesmärk</b>	Õppija kogeb Demeteri ja Persephone tervendavat mõju nagu seda pakuti Vana-Kreeka Eleusise müsteeriumides.
<b>Õppekeel</b>	Koolitus toimub inglise keeles ilma tõlketa.
<b>Õpiväljundid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Mõistab alaneva ja üleneva teraapiaprotsessi mehhanisme. Alanev protsess on sisenemine alateadvusse ja kohtumine varjudega, mis varjavad mina tõelist olemust. Ülenev protsess on läbimurre, mis toimub pärast blokeeringute läbitöötamist.</li> <li>Arendab aktiivset kujutlusvõimet mõtete, mentaalsete piltide, unistuste ja tunnete kaudu, mis tekivad vanakreeka teraapia kogemise käigus.</li> <li>Mõistab erinevaid müsteeriumikoolkondi, mille eesmärk on rituaalidest saadav kogemuslik tarkus, mitte pelgalt filosoofide teooria. Õppijal on võimalus saada teavet enam kui 2000 aasta jooksul saladuseks jäänud Eleusise müsteeriumite kohta ning siseneda müstilisse ruumi, kus areneb ja tugevneb tema enda intuitsioon.</li> <li>Avardab oma maailmapilti ja avastab iseennast enesearenguprotsessis, mis toimub nii sisemaailmas kui välismaailmas.</li> </ul>
<b>Teemad</b>	Homeroose hümn Demeterile ja Persephonele ning rituaalid, mida viidi läbi Eleusise müsteeriumide ajal. Minevikust pärit kosmiline tants jõuab olevikku ja selle energia vabastab tänased blokeeringud, tuues uut voolamist ja liikumist sinna, kus arengus on seisak.
<b>Iseseisev töö</b>	Koolitusel osalejad peavad koolituspäevade vahelisel ajal unenägude ja avastuste päevikut. Harjutavad vaatlemist, mis on üheks <i>mindfulnessi</i> praktikaks ja töötavad läbi õppematerjali.
<b>Meetodid</b>	<p><u>Veebikoolitus</u>: loengud, grupidööd (<i>break out rooms</i>), ühised arutelud ja jagamine, harjutused, meditatsioonid, päeviku pidamine, unenägude üleskirjutamine.</p> <p><u>Suvelaagris</u> toimub veebikoolitusel õpitu integreerimine praktikas. Grupipraktikana toimub Demeterile pühendatud hümn laulmine vanakreeka keeles. Osalejad peavad päevikut, jalutavad looduses ja jagavad oma kogemusi grupis. Harjutatakse öist inkubatsiooni, et mäletada ja salvestada kõik unenäod ja kogemused ning arutada neid järgmisel päeval.</p>
<b>Õppijate tagasiside</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Ma ei arvanud, et nii lühikese ajaga midagi võib muutuda.</i></li> <li><i>Muusika äratas looduse, metalli ja kaljude tunde. Su hääl on nagu emal, kes laulab meloodiliselt – see oli nii võimas ja nii tervendav.</i></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Kohtusin oma varju Medusaga ja tundsin tema vastu kaastunnet. Ta oli tige ainult selleks, et kaitsta mu sisemist last, kes on nii palju läbi elanud. Tahan teda täielikult integreerida ja temaga koos elu kogeda.</i></li> <li>• <i>Nägin hõbedaste tiibadega kuhu värav avamas ja ma teadsin, et see on tee, mida mööda pean minema.</i></li> <li>• <i>Ma sattusin teise aega ja kohta. Ma nägin, kuidas ma olin siis ja kuidas ma olen praegu ja tundsin, et lõpuks olen ma vaba elama ja olema.</i></li> <li>• <i>Ma ei saanud oma keha üldse liigutada, aga see polnud tähtis, sest mu vaim tantsis seal ja ma nägin templit ja muutusin selleks. Selle kohta võib öelda, et olin kõigega üks, kuid samal ajal lahus ja see oli nii võimas.</i></li> </ul>
<b>Kirjandus</b>	<p>Dodds, E. R. (2019). <i>The Greeks and the Irrational</i>. Martino Fine Books.</p> <p>Guthrie, W.K.C. (1993). <i>Orpheus and Greek Religion: A Study of the Orphic Movement</i>. United States: Princeton University Press.</p> <p>Kingsley, P. (2009). <i>In the dark places of Wisdom</i>. United States: Golden Sufi Centre Inc.</p> <p>McMullin, L. (2018). Therapeutic Keys to Self-Actualization in Homer's Demeter. 20% discount available. Order online at <a href="http://www.cambridgescholars.com">www.cambridgescholars.com</a>  <b>Discount Code:</b> keys20</p>

## Veebikoolituse moodulite teemad

*Tegemist pole ainult teoreetilise veebikoolitusega, Õpetamisest ja õppimisest saab kehaline kogemus, milles on mõlemat, nii kogemust enda sees kui ka väljaspool.*

### Esimene õppetund:

- Alkeemiline protsess initsiatsiooniks valmistumisel. Eleusise müsteeriumid ning väiksemad ja suuremad müsteeriumid, nagu neid viidi läbi minevikus ja mis on kohal ka siin ja praegu. Demeterile pühendatud hümnid sissejuhatus. Võtmesõnad on **puhastumine ja kavatsus**.

### Teine õppetund:

- Hümnid sümboolika. Demeter ja Persephone kui ülemise, keskmise ja alumise ilma arhetüübid. Looduse, Zeusi, Hermese ja Pluuto roll. Püha abielu mina ja Mina vahel, viis initsiatsioonini viivat etappi. Võtmesõnad on **ühendus ja transtsendentsus**.

### Nõuded õppijale

Veebiprotsessi perioodil toimub portfoolio koostamine. Portfoolios on joonistused, sissekanded päevikusse, luuletused, unenäod, visioonid jmt. Suvelaagris toimuvad arutelud ja jagamine. Koolitus teeb sügava kummarduse vanale väga erilisele traditsioonile ja kuna iga inimene on ainulaadne, on väga oluline, et iga osaleja suhestuks sellega, mis ta sees koolituse käigus elustub. Eleusise müsteeriumite üle ei arutletud ning on oluline, et meiegi siseneme sellesse müstilisse ruumi aupaklikkuse, avatuse ja usaldusega. Õppeprotsess viib olemise kõige varjatumate aspektide juurde, liigutakse oma mina sügavustesse, kus on energia, mis aktiveerib psüühika sel moel, et paljastub mina sügavaim olemus. Tagasihoidlikku ja enese tundmaõppimisele pühendunud õpilast peetakse vääriliseks õpetusliini jätkama ja tal aidatakse töötada.

Koolitusel osalejalt oodatakse selliste terapeutiliste oskuste kasutamist nagu aktiivne kuulamine, empaatia, avatus, tingimusteta positiivne suhtumine, hinnangutevaba ja sügav suhtlemine (Carl Rogers). Samuti julgustatakse õppijat pühendunult ja aktsepteerivalt töötama oma sisemises süvaprotsessis, kus muutuvad tajud kaasatakse hinge arengusse ning vanad mälestused ja sisemised haavad kujundatakse ümber.

### **Lindy McMullin viis doktoritöö raames läbi koolituse tulemuste kvalitatiivse uurimuse ja sai teada järgmist:**

Vana identiteet muutus, mõisteti sügavamalt, millist rolli mängivad elus ema ja lapse vahelised suhted. Toimus omaenda suhete tervenemine, mis omakorda soodustab kosmilise ema-lapse sideme aktsepteerimist. Selle tulemusena tervenesis ürgne hülgamise haav. Teemad, mis esile kerkisid olid: kaotus, reetmine, surm ja taassünd ning toimus kaotus- ja reetmistunde tervenemine. Vana mina surm ning mina ja Kõrgema Mina, tasakaalustatum mõistmine.

Ema-lapse suhted tervenesisid – epifaanseid hetki kogeti pöördepunktidenä ja muutus vaatenurk suhete tajumisel. 17 osalejast 12 tegi oma isiklikus ja tööelus olulisi muudatusi. Mõned tegid muudatusi oma karjääris, mõned lahkusid riigist ja kolmandad asusid uude suhtesse ning seda kõike ühe aasta jooksul pärast terapeutilisi sekkumisi koolitusel. (McMullin, 2017).

## **Curriculum Vitae**



Dr Lindy Sannie McMullin on lõpetanud Lõuna-Aafrika Ülikooli hariduse, psühholoogia ja kriminoloogia erialal (alaealiste kuritegevus). Ta on saanud väljaõppe avalike suhete, bioterapia, regressiooniteraapia, stressijuhtimise ja transpersonaalse psühhoteraapia alal (*European Certificate*).

Tal on täienduskoolituse tunnistus lääne esoteerikas Exeteri Briti Ülikoolist ja Ühendkuningriigi Northamptoni Ülikooli magistrakraad teemal „Transpersonaalsete kogemuste integreerimine igapäevaellu“.

Tema doktoritöö teemaks oli „Vana-Kreeka müüdi ja muusika rakendamine isiklikus, professionaalses ja transpersonaalses arengus“, töö kaitsmine toimus Stellenboschi Ülikoolis Lõuna-Aafrikas.

Ta on töötanud nii alghariduse kui kõrghariduse süsteemis alates 1978. aastast ning perioodil 2007–2009 õpetas ta Suurbritannias riigieksamiks psühholoogiat.

Tema õpetamiskogemus, mis algab lasteaiast ja ulatub aspirantideni, hõlmab muuhulgas ka erivajadustega laste õpetamist, teatrit ja etenduste lavastamist. Ta oli Kreeka Transpersonaalse Psühholoogia ja Uurimise Ühingu (*Hellenic Association for Transpersonal Psychology and Research*) asutaja ja president alates 2011. aastast kuni selle sulgemiseni 2015. aastal. Ta oli EUROTAS-e (*European Transpersonal Association*) 16. konverentsi, mis toimus Kreekas, tegevdirektor ja korraldaja koostöös ITA ja ATP-ga (*International Transpersonal Association ja Association for Transpersonal Psychology*) [www.eurotas-2014.com](http://www.eurotas-2014.com)

Ta on Euroopa Transpersonaalse Assotsiatsiooni (EUROTAS) Euroopa teadusuuringute osakonna asutajaliige, uudiskirja toimetaja ning psühhoterapeut ja superviisor.

Lindy on esinenud paljudel rahvusvahelistel eripedagoogika ja psühholoogia konverentsidel, propageerides selliseid teemasid nagu *mindfulness* ja teadlik elamine. Tema uurimisvaldkonnad on teadveloleku rakendamine psühhoteraapias, nõustamis- ja haridusalased uuringuid, kultuuridevahelised probleemid, soouuringud ja traumade/ahistamisega seotud teraapia.

Ta on vanemlektor Ateena Aegean College'i MSc kognitiivse käitumisteraapia ja nõustamisoskuste õpetamise programmis ja õpetab inglise keeles Ateena New Yorgi Kolledžis psühholoogia, psühhoteraapia ja nõustamise bakalaureuseõppes ning nõustamise ja positiivse psühholoogia magistriõppes. Ta on ka õpilaste nõustaja. Lindyl on Ateenas erapraksis [www.quantumgreece.com](http://www.quantumgreece.com) ja ta lavastab kaks korda aastas St. Lawrence'i Kolledžis kahte draamaetendust.

Publikatsioonid:

*A Soul's Journey. The Essence of a Spiritual Path towards the Transpersonal.* Archive Publishing 2014.

*Metamorphosis through Conscious Living.* Cambridge Scholars Press 2017 (a co-edited collection of seminars and workshops given at the Crete conference).

*Therapeutic Keys to Self-Actualization in Homer's Demeter.* Cambridge Scholars 2018.

Incorporating a Transpersonal Perspective into Psychology and Education, *Education Quality Assurance*, No 4(21)2020, p.24-28.

