

Nem a világon, hanem a világban vagyunk

A VÉGCÉL: MÁSKÉNT VISZONYULNI A TERMÉSZET TÖBBI, EGYEDI ÉS MEGISMÉTELHETETLEN SZEREPLŐJÉHEZ.

ÍRTA JEKI GABRIELLA FÉNYKÉPEZTE VÉGH LÁSZLÓ



MENTOR

Molnos Zselyke biológus, tanácsadó szakpszichológus és ökopszichológus. Mottója, hogy nem elég a viselkedésünkön változtatnunk, a gondolkodásmódunkat is át kell formálnunk.

JUNIOR

Mogyorósy Marietta természetkapcsolat-facilitátor, jelenleg a képzés szupervízióján vesz részt mentoráival. Hisz abban, hogy a játék a depresszió ellenszere, segít a természethez és önmagunkhoz kötődni.

A világ nem egyszerű, fekete és fehér, hanem színes és összetett, még ha ezt nem is mindig vesszük észre. Mogyorósy Mariettát is a tudásszomja vitte a természethez való újrakapcsolódás lehetőségeinek a felkutatása felé.

„Nem indultam kapásból Gerald Durrell-típusú gyerekek, de vidékről származom, a természet már egészen fiatalon az életem szerves része volt. Budapestre költözve hiányérzetem támadt, túrázni, kirándulni kezdtem, majd tájépítész szakra jelentkeztem. Egyre jobban és fájóbban éreztem, mennyire elidegenedtek az emberek a természettől, milyen súlyos problémákat okoz a klímaváltság. Azért fogott meg az Ökopszichológiai Intézet által kínált természetkapcsolat-facilitátori képzés, mert lehetőséget adott a témához való magasabb szintű, átfogóbb kapcsolódásra” – idézi fel Mogyorósy Marietta a kezdeteket. Azonközben, hogy a természetet járta, Marietta nem csak fizikailag, mentálisan is kezdte jobban érezni magát. „Még inkább éreztem, hogy a természethez társként kell kapcsolódnunk. Hisz a részei vagyunk. A természet nem különálló buborék, és nem a tulajdonunk. Volt, hogy tehetetlennek éreztem magam, mert akkorának tűntek a problémák, hogy kevésnek éreztem magam velük szemben. Lehet nejlonzacsó helyett textilt használni, de nem gondoltam, hogy ez alapjaiban hozna elegendő változást. A feladathoz való viszonyulásunk maga a probléma, és a képzés erre világított rá” – sorolja Marietta, aki szerint a tanulmányai felérnek egy önismereti hullámvassal.

A Marietta útját szakmailag segítő Molnos Zselyke ökopszichológus is úgy véli, hogy a rendszerben való gondolkodás a fontos, amit Marietta tökéletesen megértett. A globális ökológiai

és klímaváltság mögött nemcsak a klímaváltságot okozó működés, hanem egy végtelenen torz világlátás is felsejlik. A természetkapcsolat-facilitátori képzésen a szakemberek arra helyezik a hangsúlyt, hogy az egyén miként ágyazódik be a természetnek nevezett nagy rendszerbe. „Sokan afféle díszletnek tekintik a természetet, de több fázison keresztül el lehet jutni annak tudatosításáig, hogy a természetben is minden egyedi, megismételhetetlen. Ehhez pedig már könnyebb empátiával viszonyulni. Egyszerre ráébredünk, hogy nem a világon, hanem a világban vagyunk. Amint megtapasztaljuk természetbeágyazottságunkat, már elkezdhetünk másként működni” – fejtegeti Molnos Zselyke. Mint mondja, a mai kor emberének „finomhangolásra” lenne szüksége, hogy kitörhessen abból a beszűkült perspektívából, amelybe belekerült. Nagy szüksége lenne arra, hogy élő kapcsolata legyen a természettel vagy annak legalább bizonyos elemeivel.

A természetkapcsolat-facilitátor folyamatosan tágitja a világlátását, és keresi a rácsodálkozás „aha-élményét”, amelyet aztán másoknak is átadhat. „Komoly probléma, hogy az ember általában csak tüneti kezelést végez: egyszerűsített válaszokkal igyekszik megoldani a komplex problémákat. Am ha a káros működésmód helyett az újrakapcsolódásra összpontosítunk, valóban megélhetjük, milyen harmóniában létezni a megismételhetetlenül egyedi és végtelenül sokszínű természettel. Ezzel a paradigmaváltással helyreállhat az elvesztett egyensúly.”

Az Ökopszichológiai Intézet tanára és diákja várja a paradigmaváltásra nyitott fiatalok jelentkezését. mzselky@yahoo.com; marietta.mogyorosy@gmail.com

