

"Арт-терапия" поможет разобраться в себе и избавиться от страхов

Современное искусство на благо оздоровления. В Иркутске открылась выставка психологических картин "Арт-терапия".

В каждой из этих картин каждый зритель находит свой смысл, говорит иркутская художница с псевдонимом Лилу. Вот, например, здесь изображены Он и Она. Кто-то видит, что они, обнявшись, смотрят в окно, а кто-то считает, что они стоят порознь. Как рождаются такие картины, Лилу объяснить не может:

- В голове много идей. Но все это достаточно сумбурно. Что-то очень четко определить и выделить сложно. Приходится периодически копаться в сумбуре. К работе возвращаешься второй, третий, пятый раз. С каждым разом она все новее и новее.

Несколько десятков картин восьми иркутских художников. Творческая группа "Ноосфера" объединила их в одну экспозицию. Организовать такую выставку их подтолкнуло исследование российских психологов, которые утверждают, что 85 процентов населения нашей страны больны депрессией. Художники уверены, арт-терапия поможет иркутянам вылечиться. Ведь от картин идет позитивная энергия.

- Художники вообще с негативом не пишут. Я такого не видела. Потому что у него падает кисточка из рук. Даже если картина какого-то глухого черного цвета - это не мрачное настроение, это какое-то глубокое космическое настроение. Поэтому тут сплошной позитив, - говорит организатор выставки Татьяна Жилина.

Арт-терапия - это совмещение науки и искусства. Лечебный эффект не только от созерцания, но и от творчества. По словам художников, картины - это отображение внутреннего Я. И наиболее настоящее оно будет, если рисовать с закрытыми глазами. Сегодня свой внутренний мир, свое Я пытается понять и изобразить художник. Но сделать это может каждый посетитель выставки.

Художники уверены, что, выплеснув на холст свои проблемы и проанализировав их, можно понять, чего человеку не хватает в жизни. А еще избавиться от разочарований прошлого и страха перед будущим.

Автор: Артур Скальский © Вести-Иркутск КУЛЬТУРА, ИРКУТСК 👁 4668 10.03.2010, 17:20 📌 460

URL: <https://babr24.com/?ADE=84440> Bytes: 1896 / 1896 Версия для печати

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:

irkbabr24@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](https://t.me/babr24_link_bot)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24_link_bot

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24_link_bot

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)