

BELÉGZÉS-KILÉGZÉS 1-2

Brecz Vera

Szegedi Tudományegyetem, Juhász Gyula pedagógusképző kar, JGYPK

Képi ábrázolás, festő szak, 3.évfolyam

Témavezető: Gál Lehel József DLA, Főiskolai docens, Intézetvezető

„A művészet nem a láthatót ábrázolja, hanem láthatóvá tesz.” (Paul Klee)

A Belégzés-kilégzés című munkám egy két darabból álló 80x120 cm figuratív olajfestmény, melyen ugyanaz a női alak (jómagam) látható egy-egy dinamikus ásanában. A saját pigmentjeimből készített olajfestékek mellett a figurák ruhájának alapjául ezüstmetál fóliát is használtam a megfelelő vizuális élmény érdekében. Szerettem volna érzékeltetni, láttatni, elgondolkodtatni, mindezt a magam szubjektív és önazonos képi világomban, hiszen véleményem szerint ez a vizuális művészet egyik fő eszménye és egyben feladata is, ahogy Paul Klee is vallja fenti idézetében.

Képeimen magát a jógát, a pránát/életerőt a transzcendenst, -mint megfoghatatlant- szerettem volna ábrázolni figurálisan, hiszen „jelen fejlődési szakaszomban”, fontosnak tartom, hogy legyen jelentéstartalma képeimnek, illetve további alapvetésem a képi megjelenítésben a szépre, a jóra való törekvés, -bár természetesen ez nem feltétele egy műalkotásnak, és a befogadóra gyakorolt hatásának – egyszerűen csak valahogy a lelkemnek szebb, és a kezemben lévő ecsetnek könnyebb ezen irányvonal mentén festeni, megnyilvánulni.

ELŐZMÉNYEK

Vonalrendszerekkel, erővonalakkal való kísérleteim, ezekkel foglalkozó előző festményeim, illetve számos mozgást ábrázoló krokim, vázlatom egyfajta előkészületnek tekinthető, csakúgy, mint a több, mint 20 évnyi jóga gyakorlás, melyben bizonyos érzeteket, élményeket tapasztalhattam meg, melyet mindenképpen meg akartam festeni- már amennyiben ez lehetséges. Nevelőapám melletti sok évnyi aranyozó restaurátori munka szintén előfutára volt a két képnek, amikor megfogalmazódott bennem, hogy szeretném én is a képeimen az ezüstöt és aranyat használni, de egy olyan új köntösben, ami a kortárs művészetben is helyt tud állni, visszaemelve magát az anyagot a magas művészetbe, kiszakítva a giccs minőségéből. Sok éve kísérletezgettem ezért ilyen felületek létrehozásával, vásznon, fán, papíron, pauszon, stb. melyekre a megfelelő anyagkezelés során, -azokra ráfestve, visszaszedve, anyagmozgatásokkal

egyfajta éteri, ámde nem túl direkt, inkább észrevehetetlen térbeliséget - azaz pont hogy „tértelenséget” tudok érzékeltetni, hiszen az arany illetve az ezüst „szín” pontosan a transzcendenciát hivatott ábrázolni, ezért is használom ilyen témájú képeimnél.

TÉMAVÁLASZTÁS INDOKLÁSA

Szeretem a színeket, az absztrakt ábrázolást, ugyanakkor foglalkoztat az absztrakt fogalmak figurális ábrázolásának lehetősége a festészetben, így jött az ötlet, hogy a több évnyi jóga gyakorlás során ért élmények, felismerések, érzetek megtapasztalása lesz a témám.

A JÓGÁRÓL és a LÉGZÉSRŐL

„A jóga célja megszüntetni a hétköznapi tudatot, egy minőségileg más tudat kedvéért, amely teljességgel képes a metafizikai igazság megértésére” (Mircea Eliade)

A jóga nem vallás, és nem is pusztán testgyakorlati rendszer. Célja, hogy eszközeivel (nyáma, nijáma, pránajáma, ászana, pratjahára, meditáció, koncentráció, szamadhi) és ezek kitartó gyakorlásával olyan éber tudatállapothoz segítse hozzá a gyakorlókat, melyben kapcsolatba léphetnek a tudatalattival, így megtapasztalva a transzcendenst. *Freud* ugyanerről a tudatalattiról írt *Pszichoanalízisében*, azonban nála csak az álom egyes fázisaiban kereshető ez a kapcsolat, a jógában az éber állapotú megtapasztalás, és ennek irányítása a végső cél. A légzés és a tudatállapotok között szoros összefüggés mutatható ki, a pszichés-érzelmi állapotok is leolvashatók a légzés folyamatáról. Érezhetően szaporább a légzés az érzelmileg telített, hektikus állapotban, míg a nyugodt belső béke állapotát inkább a mély és lassú légzés jellemzi. Az irányított lélegzet paraszimpatikus hatásánál fogva csendesíti a gondolatörvényeket, és közelebb visz az emberi lét eredetét jelentő „belső én” - *atman*- fogalmához. A pránakeringés és - ennek előzményeként - a légzésszabályozásával tehát egy olyan kiegyensúlyozott elmeállapotot érhető el, amiben tudattalan tartalmakhoz, magasabb tudatfolyamatokhoz is hozzáférhetünk. Természetesen próbáltam röviden és tömören megfogalmazni a folyamat lényegét, *Patandzsali: Jóga szútrái*, vagy a *Hatha-jóga pradípka*, vagy *Mircea Eliade: A jóga című* könyvei mélyrehatóbban foglalkoznak e több ezer éves tudománnyal. A tökéletes pránajáma légzés 4 fázisú (belégzés-benntartás-kilégzés-levegő nélküli állapot). A tudatos légzés elsajátításának kezdő fokán egyszerűen a légzés tudatosítása zajlik, majd ennek az átalakítása, kezelése. (Ezt vizuálisan az első képen a figura kezénél sejtelmesen áramló, lángoló piros vonalakkal érzékeltettem, melyek körbe haladnak testén, néhol beljebb, néhol a testen kívül áramolva, majd végül a talpán keresztül a földbe).

A légzés nem jógikus szempontból megközelítve is több, mint pusztán egy automatikus mozgás. A légzés egy önmagába visszatérő ciklikus változás is, mely az egész életet végigkíséri. Befogadás-elengedés, ellazulás-megfeszülés, engedés-tagadás, élet-halál és sok más ellentét párt szimbolizál. (Magát a légzés ritmusát is a figurákat körbe ölelő pulzáló, hullámzó piros vonalakkal ábrázoltam. Egy erős, akadálytalan, végtelen lüktető ritmikus változással. Alig látható módon az első „belégzés” című képen a piros vonalak alatt egy erdő van megfestve, mely a teret, a tiszta levegőt, a természettel harmóniában lévő embert szimbolizálja, második „kilégzés” című képen pedig gyárakat, füstölgő kéményeket festettem koszos színek használatával, mint a természetet kiaknázó embert-aki azonban bármikor képes a változtatásra, a felülemelkedésre. Erre utal a légies gesztus és a figura szárnyalásra hasonlító mozdulata is.

TUDATOSSÁG és az ALKOTÓI FOLYAMAT

Ezt a két képet kifejezettem az IMDK-ra készítettem. Sok elmélkedés után tisztult le, hogy ezt a számomra fontos jógában megszületett élményt, megtapasztalást, érzetet szeretném megjeleníteni a vásznon. Alkotói koncepcióm több síkon mozgott a képek megalkotásánál, merítettem inspirációt különböző kortárs művészekről, de hatott rám a fauveok -különösképp *Henri Matisse* színes emberábrázolása, (*Zöld sugaras portré, 1905*) ahol színes zöldek, lilák jelennek meg az emberi bőr tónusábrázolásában, és a festékfelvitel is vastag, húsos, texturált. Tetszett még a futurizmust jellemző mozgásábrázolás, és a piros szín figyelemfelkeltő használata. *Luigi Russolo (1885-1947) Egy gépkocsi dinamizmusa (1913), A zene, és a Revolt/lázadás (1911) című munkája* is inspirált az irányvonalával, dinamizmusával, azonban a futuristákra leginkább jellemző tárgyábrázolás helyett, magát az embert, illetve az embert éltető energiát - egy olyan mozgást, áramlást szerettem volna ábrázolni valahogy, mely szabad szemmel nem látható. A természetbeni esetleges elmozdulás ábrázolása, vagy a tényleges mozgás ábrázolására a képzőművészettudatosan alkalmazza a vonalat-vagyis az elmozdulást. Egy vonal szinte viszi, vezeti a szemet a statikus képen, így már ezzel is mozgást létrehozva és ezzel egyidőben pedig megjelenítheti az időt, mint negyedik dimenziót. Ezeket a futurista képeket nézegetve jutottam arra, hogy mindenképpen a vonalak dinamikájával is szeretném érzékeltetni én is valahogy a mozgást, a transzcendentalitást pedig az ezüstmetál jelenlétével, megfelelő használatával.

Az alkotói folyamat, ezt követően mozgást ábrázoló vázlatokkal folytatódott. Saját magamról készült mozgásvideókból, jógafotókból dolgoztam, mert talán a saját testemet pontosabban meg tudom festeni, illetve, ha elrontom, akkor nem más testét/testképét torzítom. Tudtam mire szeretném terelni a fókuszot-, azonban az ábrázolás legadekvátabb, leg „én-azonosabb” vizuális

formájának megtalálása az alkotói folyamat során tisztult, alakult és öltött végleges formát, teret engedve így a flow élményének is.

MIÉRT? MIT? és HOGYAN?

A két kép végső soron egyfajta önarcképnek is megfeleltethető, sok festő kedvelt témája, hiszen az önportré egy sajátos és intim formája annak, hogy megmutathassa az alkotó érzéseit, személyiségét, életútját, látásmódját, bepillantassunk az alkotó művész életébe, az akkor őt foglalkoztató történetekbe, festői ábrázolásokba, stílusokba. Mindazonáltal maga az alkotói folyamat alatt jómagam is további ismereteket szereztem, a témában szerzett tapasztalataim mélyültek.

A vázlatok készítése után kiválasztottam két nagyobb méretű vásznat, és elkezdtem az alapozást. Ehhez saját alapozót készíték, kb. 7%-os nyúlenyves alapozót, melyet most bordóra színeztem. Szeretek eleve színes vásznakra festeni, hiszen így az olajfesték területe, felvitele is kellemesebb, és tartósabb az előkezelt hordozófelületen, ezek mellett pedig izgalmasabb képi világot és színezetet tud adni, azáltal hogy nem „kell” az egész felületet lefedni, itt-ott izgalmasan átüthet, felderenghet a színes alap. Magát az olajfestékeket is én szoktam kikeverni, ha tehetem, mert rengeteg minőségi porpigmentet örökölttem néhai aranyozó restaurátor nevelőapámtól-akitől az aranyozás technikáját is megtanultam. Sokat próbálkoztam a megfelelő állagú, tapadású, száradású olajfestékek keverésével, míg a legmegfelelőbbnek egy olajmédiüm + lenolaj megfelelő arányú keveréke mutatkozott. A komponenseket pipettával adagolom és a festőkéses vegyítés után egy muller segítségével egy üveglapon elegyítem homogén állagúra. Ehhez a festményhez a vasoxidot, a krómvöröset, és az ultramarint is én készítettem. Úgy tapasztaltam, hogy ezeknek a pigmenteknek nagyobb a színereje, így, a képek élénkebbek, vibrálóbbak, ezért érdemes az időt ráfordítani- mégha kicsit több időbe is telik. A színválasztásnál tudtam, hogy a krómvöröset mindenképp szeretném használni, mint az erő, a figyelemfelkeltés, és az éberség, a dinamizmus színe.

Az alapozás megszáradása közben sikerült kiválasztanom azt a két fotót, amire azt gondoltam, hogy a legmegfelelőbbben ábrázolja az általam választott témát. A festményeken szereplő figura utkat ászanában van (szék póz), mely testtartás hasonlít egy láthatatlan széken ülő személyhez. Elnevezése onnan ered, hogy az ókorban a székeket hatalommal és tekintéllyel rendelkező emberek használták, a királyok és az elit kiváltsága volt az ülő alkalmatosság, a trón. A szék póz (Utkatasana) egyensúlyba hozza a torokcsakrárt -a nyak enyhe nyújtásával-, elősegíti a tiszta beszédet és kommunikációt. A dristi-vagyis a fókusz- pedig felfelé irányul az első képem,

illetve előre, a távolba néz a másodikon. Az arcokat és a tekinteteket ennek fényében többször is átfestettem, míg azt nem éreztem, hogy készen vannak.

A kompozíció megtervezésekor figyelnem kellett arra, hogy a két kép egymás mellett is megállja a helyét, ugyanakkor egymás mellé helyezve se tűnjön unalmasnak, legyen benne változatosság, de mégis érzékelhető az összetartozás. A vizuális megjelenítésben a dinamikus egyensúlyra törekedtem, így centrálisan helyeztem el a két figurát, kézi vonalrácsos nagyítással, teret engedve annak, hogy majd a kép egyes részein hol letisztultabb, hol dinamikusabb formában festhessek rá. Törekedtem arra, hogy a színek és a két figura ábrázolása is eltérő legyen, ugyanakkor a meghatározott formájú optikai elemeket használtam összekötő ritmusként. (Ezek lettek a futurista képekből inspirálódott vonalak, melyeket a fentebb írt légzés és a pránaáramlás, folyamatában ábrázoltam). A figura felrajzolását a ruha alapjául szolgáló ezüst metál előkészületei követték. Shellakkal kentem át kétszer, és utána kadmium sárgával színezett 24 órás mixtionnal kentem be, majd a száradási idő letelte után vontam be a felületet ezüstmetál fóliával. Ezt követte az ezüst megfestése, a centrális körök elhelyezése, az először piros háttér, az alakok megfestése -és az ebben a flowban való időzés majd egy hétig, míg elérkeztem a végső állapotig. Mikor helyére került maga a figura és a testének megfelelő éteri ábrázolás, a tüdő/fa, a körök és a vonal érrendszerek a pulzálása, majdnem készen volt, de valahogy túl sok minden történt még a képen, nem állt össze. A légzést ábrázoló vonalak dinamikáját tekintve törekedtem a be-és kilégzés szinte észrevehetetlen, ugyanakkor pulzáló, rezgő mozgásának ábrázolására, a vonalak figurától való befelé, illetve kifelé mozgó irányultságára, megfelelő ritmusára. Ezt követően pihent több napot, míg egy hirtelen ötlettől vezérelve felkerült a fekete háttér, amivel azt gondolom letisztultabbá vált a képi világ, jobban elkülönült a lényegi mondanivaló. Ekkor éreztem, hogy kész, elkészült valami, valami olyan, amit szerettem volna ábrázolni.

Összegzésként elmondhatom, hogy úgy érzem tudtam a magam fejlődési szakaszán előre lépni, és szintetizálni munkámban, és további ötletek születtek meg bennem. Szerettem volna, elgondolkodtatni a befogadót és érzékeltetni, láttatni mindezt a magam szubjektív, önazonos képi világában, hogy sikerült-e vagy sem azt a befogadó dönti el, minden esetre nagyon élveztem az alkotó folyamattal járó belső utazást.