

BLICKAR AV NÄRVARO



BLICKAR AV NÄRVARO

SINNLIGA INGÅNGAR TILL KONSTKOLLEKTIONEN PÅ UNGDOMSMOTTAGNINGEN MALMÖ.

Att se konst behöver inte vara komplicerat eller kräva förkunskaper. Den här broschyren är en inbjudan att närma dig konsten omkring dig på ett nyfiket sätt, att låta dina ögon vila i färger och former och att se utan att bedöma.

På Ungdomsmottagningen Malmö kan du se en konstkollektion med urval av verk från Region Skånes rika konstsamling. Konstkollektionen skapades specifikt för denna plats och här får du möta den på dina egna villkor.

På mottagningen har du en chans att se på konst medan du väntar så du kan bekanta dig med olika sätt att se och uppleva konst bortom ord och koncept.

Det enda du behöver göra är att stanna upp.

Och se.

Det låter enkelt. Och det är enkelt, men vi har en tendens att komplicera konstupplevelsen

genom att låta förutfattade meningar och bedömningar stå i vägen för en förutsättningslös upplevelse. Denna broschyr vill ge dig verktyg att titta på konst utan att behöva veta vad andra tyckt, tänkt eller känt kring verken som presenteras. Att se konst är istället en rik, mångfacetterad upplevelse som kan hjälpa dig att komma i kontakt med saker du inte visste om dig själv, konst kan vara en resurs för självreflektion. Om du närmar dig konst med ett öppet sinne, bortom det du tror du gillar eller inte gillar och ser på konst med en nyfiken blick, kommer denna upplevelse att vara mycket mer personlig och betydelsefull.

ATT SE PÅ KONST

Här kommer några enkla tips på hur du kan närma dig konsten och skapa din egen relation med konstverken som omger dig. Gemensamt för dessa tips är att det är dina sinnen och din upplevelse som står i centrum.

Börja med att se dig omkring, var medveten om var du står just nu.

Titta på dina fötter, vad är det för skor du har på idag? Om du skulle beskriva dem över ett telefonsamtal, vad hade du sagt om dem utan att säga vad det är för märke eller hur de känns? Tänk på färg, form och alla detaljer. Efter en stund märker du kanske att dina iakttagelser går naturligt över till känslorna eller berättelser.

Försök nu att göra detsamma med ett av konstverken.

Titta upp och hitta ett konstverk du hade velat titta närmare på. Det kan vara ett av dem som finns i denna broschyr, eller något annat som fångar din uppmärksamhet.

Ge dig gärna tid att titta, låt dina ögon röra sig genom verkens yta och bara kontempera.

Närma dig konstverket och se.

Tillåt dig att vila i färgerna och formerna.

Se verket utan att läsa skylten bredvid. Just nu är informationen inte så viktig. Den kan spela roll längre fram, eller inte alls, du får bestämma. Men just nu, låt din egen upplevelse komma först.

Den viktigaste frågan när vi närmar oss ett konstverk är inte ”vad ska detta föreställa?” eller ”vad betyder det här?” utan ”vad är det jag kan se?”

Beskriv för dig själv allt du ser, bara fakta, inga slutsatser eller känslor än. Vad finns i bilden? Tänk att du beskriver den till något som inte är i rummet med dig eller till någon som har nedsatt syn.

Försök att få dina observationer att vara så uttömmande som möjligt innan du lägger till känslor och tolkningar till den sinnliga upplevelsen.

När du känner att du sett klart, kan du lägga märke till vilka känslor det är som uppstår inom dig när du tar dig tid att iaktta.

Hur känns den här bilden för dig just idag?

Finns det något du undrar över?

Något du inte gillar eller kanske något du gillar extra mycket?

Påminner den här bilden eller känslan dig om något annat?

Till slut kan du reflektera över hur det är att titta på konst på detta sätt. Har det gett dig några nya perspektiv?

Genom att ge sig själv tid att se konst på detta sätt, är målet att öppna upp utrymme inom dig så du kan närma dig konst på ett sätt som är nyfiket och öppensinnat. Slutsatsen kan mycket väl bli att du verkligen inte gillar

något, men då har du i alla fall haft tid för det och inte dragit en slutsats alltför hastigt.

Avsluta med att läsa skylten bredvid verket. Förändras din upplevelse om verket utifrån det du läser där? I så fall hur?

FLER TIPS:

- Ställ dig framför en tavla och observera.
- Läs inte skylten än! Om du börjar med att läsa skylten, kommer det att påverka din upplevelse.
- Vad ser du? Vad finns i tavlan?
- Försök att beskriva det du ser utan att låta känslorna ta över först.
- Samtala om målningarna med någon annan, uppfattar ni färg på olika sätt?
- Kan du få en känsla av rörelserna som finns närvarande i tavlorna? Långsamma, snabba? Stressiga eller lugna? Prata gärna om dessa rörelser, försök att beskriva dem med dina egna ord.
- Påminner denna tavla om något?
- För dessa konstverk dina tankar till något helt annat, till exempel en doft, eller kanske ett ljud eller en låt?
- Hitta spår av konstnären i de verken du tittar. På många av dem går det att se penseldrag, färgdroppar och andra spår av det konstnärliga arbetet. Dessa blir påtagliga när du rör dig framför verken. Försök att interagera med konsten på olika sätt utan att röra den med händerna. Det kan vara genom att backa, stå nära eller genom att röra sig runt ett verk.



1 Denna är en av de största verken i konstkollektionen som möter dig på mottagningen.

Ställ dig framför denna tavla och ta ett djupt andetag.

Börja sedan med att titta. Vad finns i bilden? Beskriv för dig själv och med dina egna ord det du kan se. Om du inte har bråttom, ägna dig ordentligt med tid för att låta dina ögon röra sig långsamt igenom bilden.

Vad ser du? Försök att inte dra slutsatser eller tolkningar. Vilka färger kan du se? Vilka former?

När du har beskrivit klart det du kan se, bli uppmärksam på dina känslor av bilden. Observera dessa känslor, kanske har du ord för dem, kanske inte. Var närvarande för det som uppstår inom dig, om du vill kan du skriva ner det du känner eller prata med någon om det. Om det som uppstår är frågor, låt de finnas där, du behöver inte ha svar på dem men om du vill, kan du försöka svara på dem utifrån din fantasi. Inspirerar bilden fram en berättelse inom dig? Det finns inget rätt eller fel, det är du som bestämmer.

Tips: om det är så att du kommer besöka mottagningen igen, ta en titt på bilden igen, se om din upplevelse av den har förändrats över tid eller om du upptäcker nya saker.

2 På vägen in till väntrummen passerar du detta verk. Kom tillbaka och titta på det lite närmare. Vad ser du här? Tänk bara på fakta – bildens format (dvs är den fyrkantig, liten, rund, osv). Beskriv för dig själv exakt vad det är som går att se med dina egna ögon.

Med tanke på hur glansig ytan är, är detta en tavla du kan se från olika håll. Testa att röra dig från höger till vänster och se vad du kan upptäcka, var medveten om det som försvinner. Kanske ser du din egen spegling i verket.

Titta på tavlans kant, där kan du verkligen se spår av den konstnärliga processen. Hur tror du konstnären har gjort tavlan?

När du känner att du sett allt du kan, var medveten om tavlan berättar något för dig. Tolkningen är något som finns inom dig, ge dig tid för att få den att dyka upp. Att se konst är ett fint sätt att starta ett samtal eller lära känna någon bättre. Om du är här tillsammans med någon annan, kan ni berätta era tolkningar för varandra. Du kan också fota verket och skicka den med din berättelse till någon du tror hade uppskattat det.





3 Här kan du välja ett av verken att titta lite närmare på. Här är det verkligen viktigt att börja med det du ser. Tänk på färger och former. Det blir nog enklare om du tittar långsamt och lugnt – som om du läste en bok: uppifrån och ner; och antingen från vänster till höger eller höger till vänster, beroende på vad du är van vid när du läser.

Låt dina ögon ströva lite över tavlan, rör dig kanske vidare till tavlan bredvid.

Och sedan, se bilderna i sitt sammanhang. Sätt dig gärna i väntrummet och låt verken samtala med allt annat som finns omkring dem, bilden på väggen, växterna, kanske personer som går förbi.

Bli medveten om hur din upplevelse förändras och berikas av allt annat omkring dig. Hur interagerar rummet och verken med varandra? Kanske börjar du se nya saker i verket när du ser det tillsammans med allt annat i rummet? Får du nya associationer eller nya känslor?

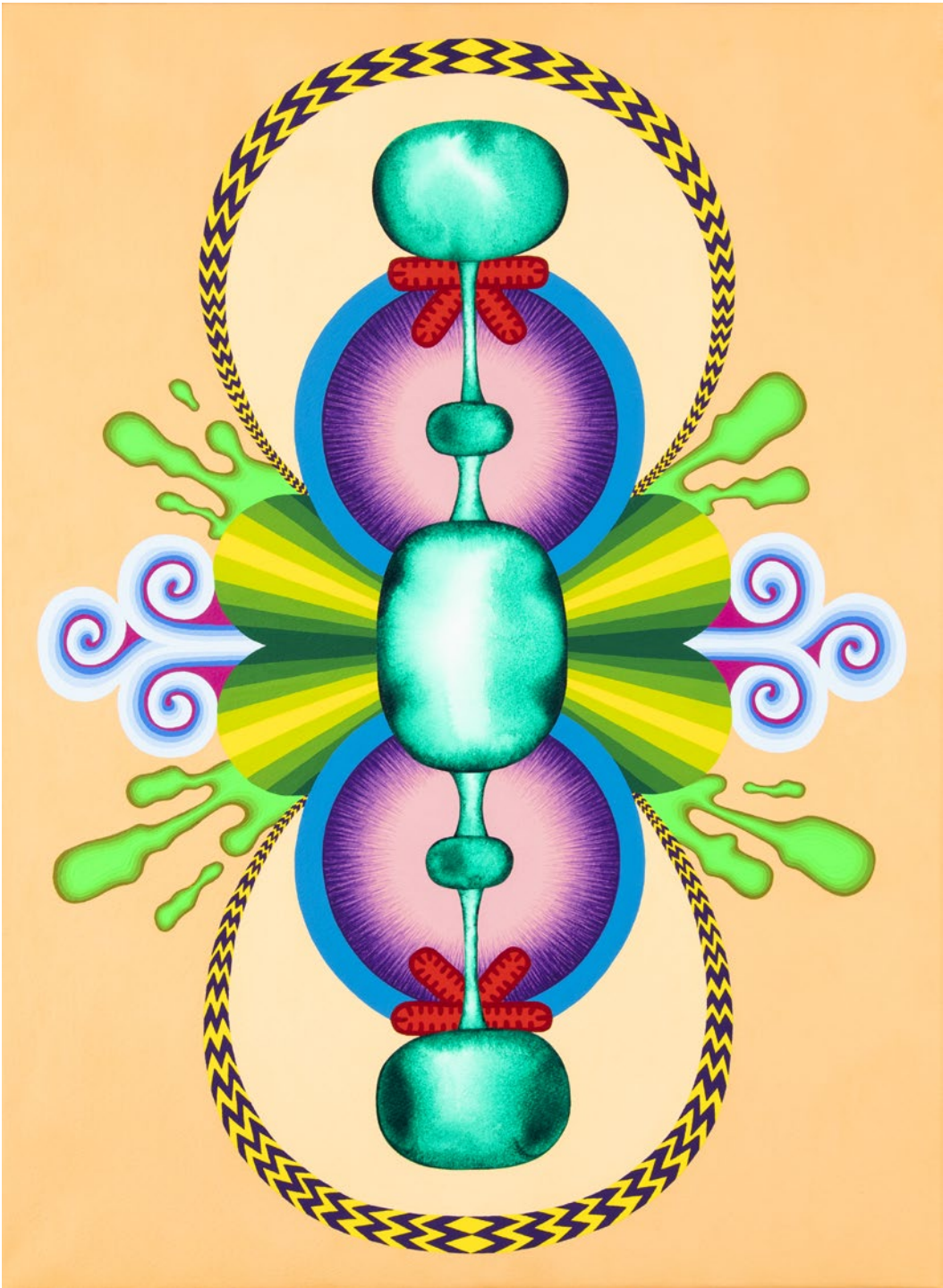
När du känner att du tittat klart, kan du föra över din uppmärksamhet till de känslor som uppstår när du tittar på dessa verk. Reflektera över faktorerna som kan bidra till dina känslor. Observera dem också.

4 När du hittar denna tavla, kom väldigt nära den, så nära som du kan utan att röra den. Här har du chansen att se måleriet precis för vad det är: färg på en duk.

Ser du spår av penseldrag på duken? Ge dig tid för att se detaljerna på duken och låt dina ögon följa dessa penseldrag, tänk inte på något annat än dem. Titta verkligen noggrant på allt som finns här, försök att få dina känslor att ta mindre plats just nu. Det kan kännas som att det är mycket som händer i bilden och därför är det bra att stanna med just det sinnliga. Försök beskriva alla de färger och former som du kan se i bilden. Om du tycker att du saknar specifika ord för dessa, bli kreativ, jämför med något du redan känner till.

Du kan testa att ta närbilder med din mobil och sedan zooma-in mycket, vilka nya saker kan du hitta i verket som ditt öga inte kan se?

Och om du nu, efter att ha tittat långsamt, blir medveten om dina känslor, hur känns det? På vilket sätt har denna bild berört dig? Känns det jobbigt? Roligt? Neutralt? Observera det som dyker upp utan att döma. Inget är rätt eller fel, bra eller dålig. Det är bara en upplevelse.





5 Denna skulptur möter dig i en av korridorerna. Låt nu dina ögon vila här en stund.

Andas djupt och känn marken under dina fötter. Känn även temperaturen i rummet, fryser du eller känns det bekvämt?

Betrakta skulpturen för vad den är och det du ser just nu. Vad är det du ser här?

Om du skulle kunna känna skulpturen med dina fingrar, hur hade den känts? Dina ögon kan berätta för dina händer hur materialet känns. Låt ögonen vandra långsamt över figurerna och försök föreställa dig hur materialet känns på din hud. Hur hade du beskrivit den fysiska känslan?

För nu över din uppmärksamhet till de inre känslorna. Påminner skulpturen om något? För den dina tankar till något helt annat, till exempel en doft, eller kanske ett ljud?

Titta nu bakom dig, på verket som står precis mittemot detta. Hur interagerar de med varandra? Se nu tavlorna till höger, vad händer nu? Tillsammans kanske berättar de en liten historia för dig? Använd din fantasi och sätt samman alla verken till en berättelse. Brandskyltar och annan nödvändig skyltning tar också mycket plats på väggarna, låt de också ta plats i din berättelse. Vad händer i din historia?

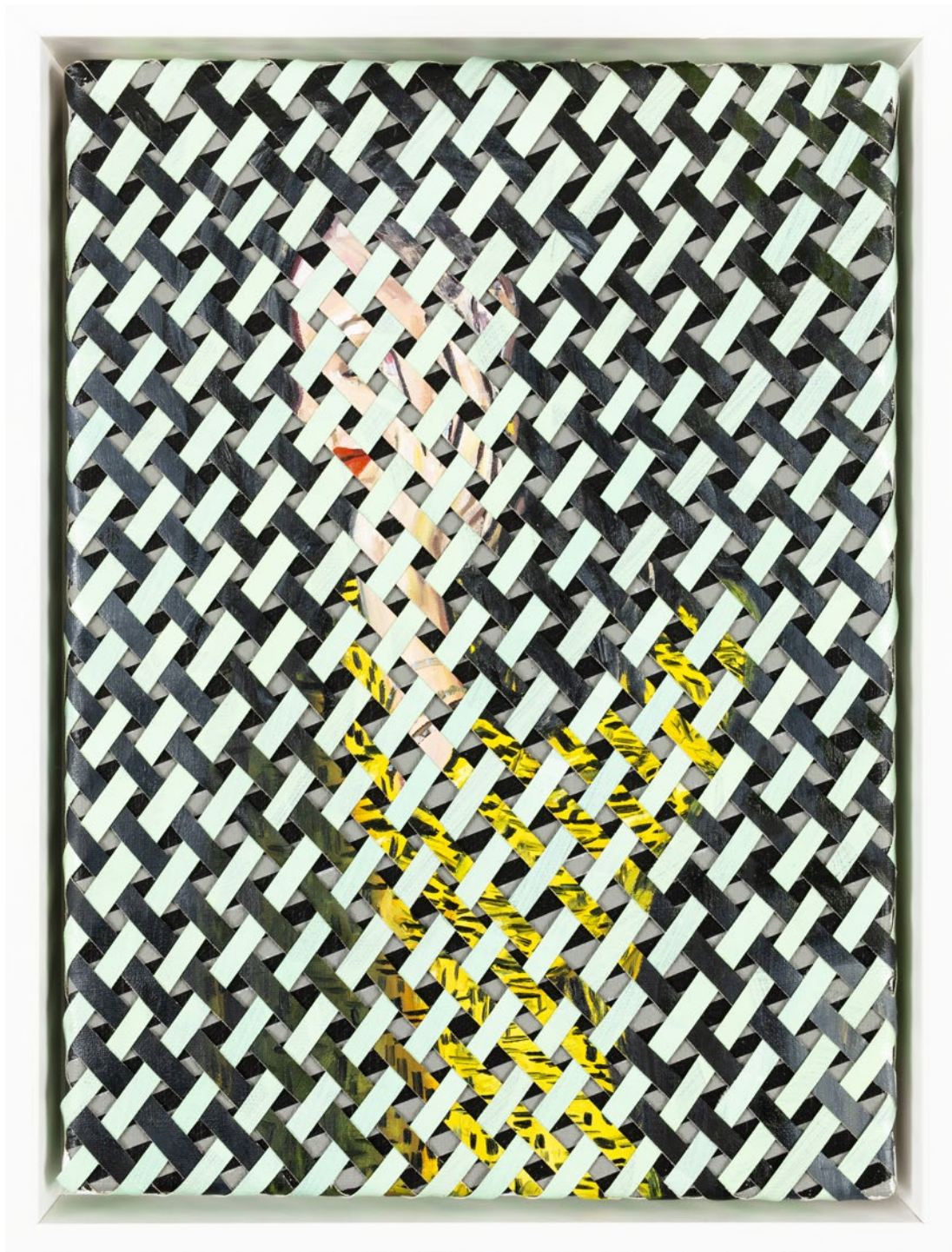
6 Ställ dig framför den här tavlan och låt dig omfamnas av dess storlek. Ta vara på just storleken och kom nära konstverket (utan att röra på den) och ställ dig sedan långt bort från det. Hur förändras din uppfattning av verket när du står nära den eller på håll?

Passerar du tavlan förbi i all hast så är den bara brun, men om du stannar och kommer riktigt nära, kommer du att kunna se de olika nyanserna av färgen och spår av penseldragen. Kan du känna i din kropp hur konstnären har rört sig när han målade denna tavla?

Tavlans motiv består av flera rutor, du kan välja en ruta och spendera lite tid med den. Innan du kan börja beskriva med ord vad du ser behöver du bli riktigt medveten om vad det är du ser. Om du kommer att vara i väntrummet en stund, ta dig tid med varje ruta. Försök att uppskatta hur de olika nyanserna av en och samma färg kan ge en förnimmelse av volym.

Backa nu, ställ dig i själva väntrummet, känner du kanske en smak när du ser verket? Och vad mer finns omkring det? Vilka andra saker sticker ut från väggen den hänger på? Titta omkring dig och var medveten om möbler, växter, hyllor och allt annat omkring dig som är en del av din sinnliga upplevelse just nu.





7 När du hittar detta konstverk, stanna.

Bli medveten om din omgivning, hur är belysningen i denna del av mottagningen? Är den annorlunda än i de andra väntrummen och korridorerna? Och hur känns det just nu – är det kallt? Varmare?

Närma dig nu bilden och se den med dina ögon, inte med dina åsikter om den – inte än. Du kan verkligen närma dig tavlan och försöka reda ut hur den är gjord.

Rör dig i rummet och titta på tavlan från olika vinklar och öppna dig för det som uppstår när du ser från flera perspektiv. Vad finns i tavlans olika lager?

Var medveten om de sinnliga förnimmelser som uppstår i din kropp när du ser detta verk. Hur skulle du beskriva tavlans yta? Är den mjuk eller grov? Sammanfaller dessa förnimmelser med de känslorna du har om bilden?

Se också bilden i sitt sammanhang, vilka andra konstverk finns nära detta verk? Om du hittar något annat som fångar din uppmärksamhet, närma dig det och kolla. Vid det här laget har du fått många idéer och tips på hur du kan titta på konst på ett sätt som är unikt till dig.

8 Även om korridoren där verket hänger är trång, går det att se detta konstverk från flera olika håll. Du kan börja med att stå framför tavlan en stund och beskriv för dig själv vad du ser. Ett sätt att lägga märke till detaljer är att fundera på vad du hade sagt om du skulle beskriva bilden till en person med nedsatt syn. Tänk då bara på fakta, vad finns i bilden?

Du får gärna ta dig tid med bilden. Bli medveten om tavlans bokstavliga röda tråd. Följ den röda tråden, den guidar dina ögon igenom hela bilden. Vad ser du längs vägen? Har tråden en början och slut? Inspirerar denna röda tråd en berättelse inom dig? Om en berättelse uppstår, låt den ta plats nu. Har du kanske varit på en liknande plats? Hur känns det i denna tavla? Hur låter det?

Om du vill, kan din upplevelse fortsätta i väntrummet. Se om tavlan och färgen på väggarna på något sätt samtalar med stolarna och med de olika växter som finns. Lägg märke till de olika föremål och konstverk som finns omkring dig just nu, till och med stolpen intill väntsalen, förändrar dessa saker din upplevelse?

Avsluta ditt samtal med detta verk med att läsa skylten bredvid det, hur förändrar verkets titel din relation med tavlan? För titeln dina tankar någon annan stans?



AVSLUTNING

Hur har denna konstupplevelse varit för dig idag? De frågorna och förslag du fått i detta häfte ämnar få dig att ha en estetisk upplevelse.

Den estetiska upplevelsen handlar om att vara i nuet. Att vara närvarande är att vara lugn och alert, medvetna om det som omger oss. Det finns inga framtida mål, bara nuet.

Den estetiska upplevelsen hjälper oss att få kontakt med alla våra sinnen, där vi kan beundra bortom det verbala och det intellektuella och istället hitta inspiration, kreativitet och nya perspektiv. Att medvetet titta på konst hjälper oss att hitta vår förmåga att reflektera och uppskatta världen omkring oss. Den vill uppmuntra dig till att lyssna till din egen erfarenhet, känsla och personliga upplevelse av konstverk, bilder och allt omkring dig just nu.

När vi ger oss tid och blir medvetna om det som omger oss, kan vi lära oss att uppskatta vardagliga aktiviteter, föremål och allt omkring oss för vad de är. Genom medveten iakttagelse kan vi lära oss att skifta vår uppmärksamhet från inre oro och det inre bullret till något utanför oss och kanske uppleva förundran.

Vi öppnar upp för att få kontakt med skönhet omkring oss. Skönheten är också vänlighet, generositet, medmänsklighet. Om vi öppnar oss för att se detta omkring oss, kan vi se den hos andra också.

När vi kommer närmare vår inre kärna via våra sinnen, öppnar vi upp för att komma närmare andra.

Sida 6, Cooper & Gorfer, Yohanna and the Blanket, 2018 (1)
Sida 9, Carolina Falkholt, Ear 2 the Wall, 2018 (2)
Sida 10, David Örn Halldorsson Le Grand Normale & Mystery Meat, 2015 (3)
Sida 13, Anna Svensson, Wild Flower, 2018 (4)
Sida 14, Julia Bondesson, On the Beach, 2018 (5)
Sida 17, Viktor Kopp, Choklad med initialer, 2007 (6)
Sida 18, Ditte Ejlerskov, Pattern 5, 2018 (7)
Sida 21, Patric Larsson, Plantering, 2015 (8)

Texter: Ana María Bermeo Ujueta, projektledare Konst och hälsa,
Konstfrämjandet Skåne

Foto: Helene Toresdotter
Grafisk formgivning: Långe Leve kommunikation
Utgiven av: Region Skåne och Konstfrämjandet Skåne, 2023





Region Skåne i samarbete med Konstfrämjandet Skåne