

**Uniwersytet
Humanistyczno-Przyrodniczy
im. Jana Długosza w Częstochowie
Wydział Sztuki**

mgr Anna Wójcik

*„Przestrzeń wewnętrzna i przestrzeń zewnętrzna
jako dzieło plastyczne i arteterapeutyczne”*

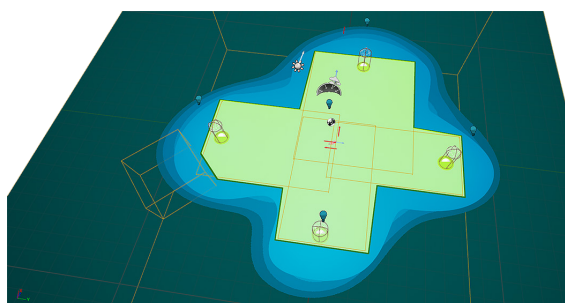
Promotor: dr hab. Bartosz Frączek prof. UJD
Promotor pomocnicza: dr Monika Masłoń



Częstochowa, 2022

„Przestrzeń wewnętrzna i przestrzeń zewnętrzna jako dzieło plastyczne i arteterapeutyczne”

Niniejszy tekst ma za zadanie przybliżyć efekty mojej pracy nad wystawą za-tytułowaną „Wdech. Pauza. Wydech.” Jest re-fleksją nad rolą dzieła plastycznego i artysty w społeczeństwie, a także rozpoznaniem możliwości, jakie dają nowe technologie, w tym przypadku wirtualna rzeczywistość. Wystawa podzielona jest na dwie części. Pierwszą z nich nazywam przestrzenią wewnętrzną: „Oddychowisko” to doświadczenie stworzone w wirtualnej rzeczywistości służące do me-dytacji i technik oddechowych. Jest ono efek-tem przeprowadzonych przeze mnie badań i eksperymentu artystycznego na zmysłach: wzroku i słuchu. Druga to przestrzeń ze-wnętrzna zestaw ośmiu prac malarskich, sześciu rysunkowych i jednego obiektu.



Rola artysty w społeczeństwie: kim jesteś, Artystko, i co Ci wolno?

Jesienią 2021 roku odbył się XVIII Konkurs Chopinowski. Śledziłam zmagania uczestników, począwszy od eliminacji do koncertów finałowych. Całość współzawodnictwa dostępna jest na platformie internetowej YouTube, także w trybie VR.¹



pianista Martín García García
koncert finałowy XVIII
Konkurs Chopinowski, 2021
widoku w VR

Dzięki rewolucji, której jesteśmy świadkami, w koncertach można uczestniczyć w zaciszu domowym; sprawił to następujący błyskawicznie rozwój technologii, który wywiera wielki wpływ na naszą rzeczywistość. Jak zauważa Ryszard W. Kluszczyński, ciągły rozwój technologii oraz pojawianie się nowych mediów, zwiększanie ich zastosowania, zmieniają formę doświadczania, nasze funkcjonowanie, a nawet dokonują przekształcenia cywilizacji i kultury. Proces ten szczególnie nabiera tempa w drugiej połowie dwudziestego wieku i od tamtego czasu nie zatrzymuje się. Związane jest to ze stałym rozwojem i doskonaleniem technik cyfrowych, i co warto jest podkreślenia - dzieje się spektakularnie szybko. „Jako rezultat rozwoju technologii komunikacyjnych ukształtowała się sfera rzeczywistości medialnej. W konsekwencji jej narodzin powstały także obszary pogranicza, miejsca kontaktu, oddziaływania oraz wzajemnego przenikania się światów medialnych i rzeczywistości realnej.”² Jak każda zmiana, rewolucja ta niesie za sobą wiele obaw. Pewne jest, że proces ten jest nie do zatrzymania, a im większa będzie nasza wiedza na temat nowych technologii, tym lepiej możemy z nich korzystać, ustrzec się tym samym przed ewentualnymi negatywnymi skutkami.

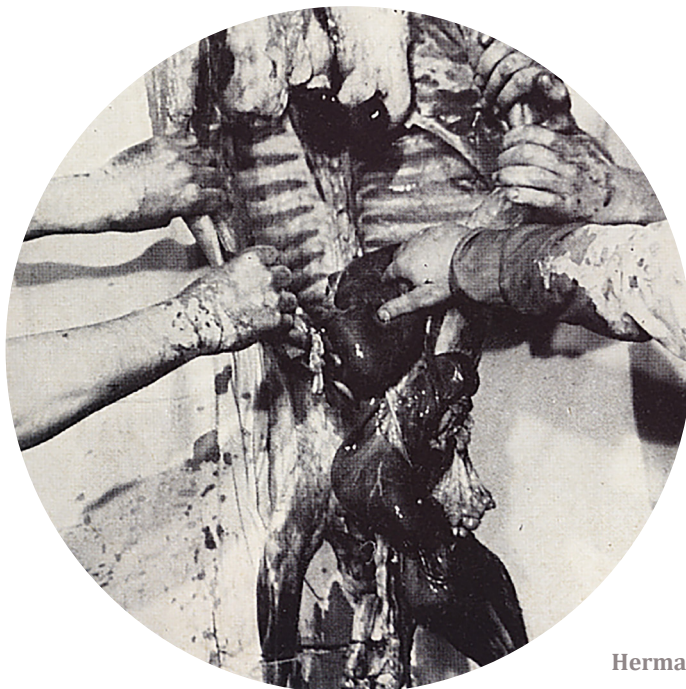
W relacjach z Koncertów Chopinowskich widać, jak wielkim przeżyciem dla uczestników rywalizacji jest granie utworów. Na naszych oczach pianiści przeżywają

¹ Aplikacja YouTube VR za pomocą określonych urządzeń umożliwia łatwe wyszukiwanie i oglądanie filmów sferycznych oraz treści w technologii wirtualnej rzeczywistości.

² Ryszard W. Kluszczyński, „Ontologiczne transgresje: sztuka pomiędzy rzeczywistością realną a wirtualną” w: „Kultura Współczesna” 1-2 (23-24) 2000 https://www.nck.pl/upload/archiwum_kw_files/artykuly/27._ryszard_w._kluszczyński_-_ontologiczne_transgresje_-_sztuka_pomiedzy_rzeczywistoscia_realna_a_wirtualna.pdf

katharsis. Poza koncertami w serwisie You Tube dostępne są także rozmowy z uczestnikami konkursu. Zadawane przez prowadzących dyskusję pytanie: "Co jest najtrudniejsze w byciu pianistą" skłoniło do refleksji i mnie. Poczułam się wywołana do odpowiedzi na sformułowane nieco szerzej: "Co jest najtrudniejsze w byciu artystką?" Oczywiście jest dla mnie, że łatwiej i z większą radością byłoby mi odpowiedzieć na pytanie: "Co jest najłatwiejsze i najprzyjemniejsze w byciu artystką", jednak próbuję zmierzyć się i z tym trudniejszym aspektem, bo - jak twierdzą niektórzy - bycie artystą oznacza rodzaj umartwiania się. Idą za tym kolejne dylematy i rozstrzygnięcia; musiałam je usłyszeć, żeby móc odkrywać odpowiedzi. Doprowadziło mnie to to szerszych rozważań na temat roli artysty w społeczeństwie, przeanalizowania części istniejących postaw i ostatecznie ukonstytuowania własnej. Istnieje także wiele mitów na temat tego, kim jest artysta. Zaczniemy od koncepcji artysty-nadczłowieka:

„osobnik władczy, bezwzględny, którego nie obowiązują powszechne normy etyczne”³



Hermann Nitsch, „Akcja” (Teatr Orgii i Misteriów), 1968
fragment fot. z:
<http://www.austriart.pl/2017/08/akcjonizm-wiedenski-sztuka-niepokornych/>

³ <https://sjp.pwn.pl/slowniki/nadczlowiek.html> z dnia 12.12.2021

Z myślą tą trudno mi się zgodzić. W moim przekonaniu rolą artysty jest przesuwanie granic, lecz nie bezwzględne. Dla niektórych widzów akcyjniści wiedeńscy i ich artystyczne poczynania są przejawem brutalizmu, okrucieństwa, uznane są stanowczo za niedopuszczalne, co więcej, wręcz wynikające z ich chorej wyobraźni. Dla innych zaś nie. Są usprawiedliwiane twierdzeniem, że artyście wolno więcej. Ja zaś uważam, że są artyści, których cechuje pewien rodzaj odwagi (która wielokrotnie okupiona jest trudem) do poruszania niewygodnych tematów, dotykania tabu. Istotne jest, by nie krzywdzić innych istot.

Ewelina Wejbert-Wąsiewicz w swoim tekście „Rola artysty w społeczeństwie”⁴ omawia dwadzieścia typów uzasadnień twórczych, przytacza mity na temat artysty, spośród których wybrałam te dla mnie ważne. Resztę pozostawiam dla innych badaczy, te aktualnie nie są w polu moich rozważań. Spróbujmy zacząć od mitu szaleństwa: artysta lub artystka swą postawą, wyglądem i zachowaniem w oczach społeczeństwa, przekracza granice. Figurę artysty szalonego można dzielić na wiele kategorii i sposobów postrzegania. Oto kilka subiektywnie wybranych i przyporządkowanych do kategorii szaleństwa popularnych postaw. Artysta bywa „ekscentryczny”, a w słowniku języka polskiego możemy znaleźć dwie definicje tego przymiotnika:

1. wzbudzający zainteresowanie, zadziwiający lub bulwersujący oryginalnością, odbiegający od ogólnie przyjętych zwyczajów i norm; ekstrawagancki, dziwaczny, oryginalny; 2. w fizyce: niemający wspólnego środka; odśrodkowy, mimośrodowy.

Niemający wspólnego środka (z resztą społeczeństwa) - to wywodzące się z fizyki określenie wydaje się idealną metaforą, która celnie określa sposób patrzenia na artystów przez ogół społeczeństwa. Najbardziej rozpoznawalnym, popularnym przykładem artysty-ekscentryka jest Salvador Dali. Nie trzeba dogłębnie znać jego twórczości czy osobliwego zachowania, wystarczy zobaczyć jego portret, by uznać go za twórcę łamiącego konwenanse. Ten jeden z najbardziej znanych surrealistów na świecie na każdym kroku pokazywał swoją oryginalność. Tymczasem Dali, oprócz surrealistycznych obrazów był autorem komercyjnego znaku graficznego. Od 1969 roku logo firmy Chupa Chups jest symbolem lizaków popularnych na całym świecie. Tym przykładem pozwolę sobie obalić mit, że sprowadzenie artysty do roli odśrodkowej postaci w społeczeństwie, nie zawsze (jak zdarza się sądzić) musi oznaczać bezwzględne oderwanie od możliwości poznania potrzeb czy upodobań społecznych. Wszakże projekt graficzny Dalego niezmiennie, z ogromnym, powodzeniem używany jest od wielu lat.

⁴ Wejbert-Wąsiewicz E. (2009), *Rola artysty w społeczeństwie* w: Dwumiesięcznik społeczno-polityczny. Realia 4 (13), s. 109-120, Fundacja Rozwoju, Warszawa.



il.4 Salvador Dali <https://arthutbd.com/2020/06/21/salvador-dali-2/>

Twórcze szaleństwo, natchnienie, czyli „stan duchowego ożywienia twórczego, dążenie do czegoś wielkiego, wzniosłego” często także odbierane jest za objaw „wariactwa”. Już w starożytności mówiono o twórczym szaleństwie ogarniającym artystę podczas tworzenia. Sądzono, że artysta to człowiek, na którego bogowie zsyłają swą moc twórczą: „on sam nie włada sobą, lecz czyni jedynie tak, jak mu każą bogowie”⁵. Proces twórczy możemy traktować wielowymiarowo. Twórcze szaleństwo, natchnienie, postrzegam w immersyjnym przeżyciu, którego doświadcza autor. Stan całkowitego zaangażowania w proces powstawania dzieła, wszystkimi możliwymi zmysłami. On/Ona jest działaniem. Owo działanie prowadzi do powstania dzieła.

Kolejny mit, który jest wart analizy to mit cierpienia. Cierpiący za miliony artysta to całkiem rozpowszechnione społeczne skojarzenie. Źródło udręki może być różne. Uważa się, że owo cierpienie jest natchnieniem i inspiracją do powstania dzieła. Trudno temu zaprzeczyć oglądając prace Edwarda Muncha, Zbigniewa Beksińskiego czy Katarzyny Kozyry. Praca Kozyry pt. „*Olimpia*”⁶ to fotografia, na której autorka w staranie odwzorowanej aranżacji, jak na obrazie Maneta o tym samym tytule, leży nago i spogląda na widza. W przedstawieniu Kozyry widzimy ją samą w trakcie choroby nowotworowej, onkologiczną pacjentkę, a nie jak w oryginale - zmysłową prostytutkę. U Kozyry nawet kot, symbol seksualności, jest martwy. Inspiracją i powodem powstania tej pracy jest cierpienie, które niesie ze sobą schorzenie. Choroba to przeżycie osobiste, artyści podnoszą w swoich dziełach temat cierpienia innych lub cierpienia zbiorowego, które dotyka bezpośrednio ich, ale i także część społeczeństwa.

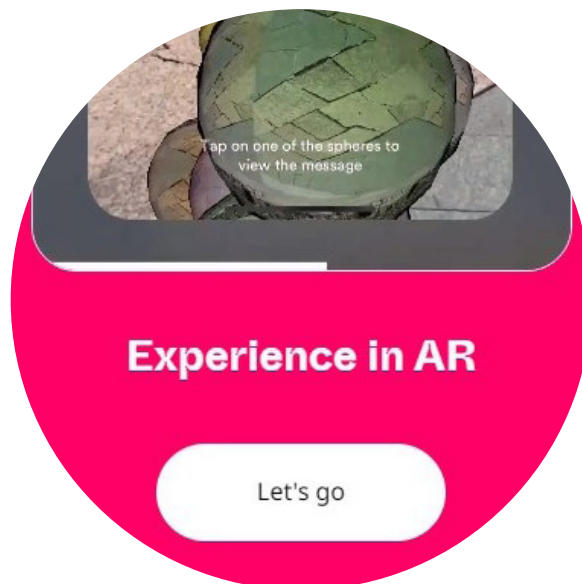
5 Wejbert-Wąsiewicz E. (2009), *Rola artysty w społeczeństwie* w: Dwumiesięcznik społeczno-polityczny. Realia 4 (13), s. 109-120, Fundacja Rozwoju, Warszawa.

6 praca pokazywana była m.in. w Muzeum Narodowym w Poznaniu w 2019 na wystawie *Choroba jako źródło sztuki*, w trakcie której prezentowane było około 130 prac, które powstały w trakcie choroby autorów.



*Olimpia, Katarzyna Kozyra
(niebieska), instalacja fotograficz-
na 1996, fragment fot. z: <https://katarzynakozyra.pl/projekty/olimpia/>*

Zaangażowanie możemy zauważyć na poziomie wyboru tematu, który wyboru dokonuje artysta. Dzieła mogą angażować różne grupy społeczne do uczestnictwa w tworzeniu lub np. udziału w warsztacie artystycznym czy arteterapeutycznym. Mit ten zawiera też przekonanie, że sztuka to swego rodzaju pole walki, że jest początkiem i powodem zmian, że może być swoistym, wyjątkowym narzędziem do postawienia widza w punkcie zwrotnym, na drodze jego myślenia. Zmiana, którą nazywam zwrotem w sposobie myślenia, może być subtelna. To, że jest subtelna nie dowodzi, że nie ma znaczenia. W tym micie umieszczam jeszcze jedną postawę: artysta - badacz, który tworzy, korzystając z narzędzi, jakie daje do dyspozycji nauka bądź bezpośrednio się do nie odwołując. Dzieła mogą badać bądź przeistaczać rzeczywistość. Olafur Eliasson, duńsko-islandzki artysta, który wykorzystuje niekonwencjonalne materiały do tworzenia swoich dzieł, takie jak światło, woda, lód. Często porusza temat klęski klimatycznej, używając nowych technologii. Od 2019 roku jest ambasadorem dobrej woli w ramach Programu Organizacji Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju za działania na rzecz środowiska naturalnego oraz cele zrównoważonego rozwoju. Eliasson stworzył dzieło-aplikację dla dzieci. W Światowy Dzień Dziecka przypomina, że ich poglądy są całkowicie uzasadnione i bardzo potrzebne w kształtowaniu naszej przyszłości. Twierdzi, że najmłodszy powinni stać się współtwórcami naszego jutra, że ich głos może doprowadzić do pozytywnej zmiany. Oddaje głos najmłodszym z wiarą i przekonaniem, że to ich podstawowe prawo zapisane w Konwencji o prawach dziecka.



Jak czytamy na stronie projektu: "*Earth Speakr* to dzieło sztuki. Dzięki niemu dzieci i młodzież mogą wyrażać swoje opinie w kwestiach związanych z naszą planetą, a dorośli – słuchać, co mają do powiedzenia. Platformę stworzył artysta Olafur Eliasson, a teraz dzięki Wam nabiera ona prawdziwego kształtu. *Earth Speakr* mówi Twoim językiem – platforma i aplikacja są dostępne we wszystkich 24 urzędowych językach Unii Europejskiej i można z niej korzystać na całym świecie.”⁷ Aplikacja pozwala na stworzenie wideo w połączeniu z rozszerzoną rzeczywistością.⁸

Kolejny mit to oczyszczenie – katharsis zakłada, że poprzez działanie artystyczne, przez sztukę dokonuje się często demonstracja zła, a więc jego przezwycięzenie. Sztuka nie tylko oczyszcza umysł ludzki od złych myśli, ale też jest pewnego rodzaju spowiedzią twórcy przed innymi. Artysta jawi nam się tutaj jako pewien intelektualista, moralista, poszukiwacz i tłumacz tajemnic.” Oczyszczenie pojawia się zarówno w kontakcie z dziełem plastycznym, jak i w trakcie procesu twórczego pojawiając się w kontakcie z dziełem plastycznym, tak jak i w trakcie procesu twórczego. W przypadku odbiorcy dzieła plastycznego przez kontemplację [łac. *contemplatio* ‘oglądanie’] czyli, jak wskazuje Encyklopedia PWN:

“długotrwały, uważny i bierny ogląd przedmiotu kontemplacji, mający charakter intelektualny, bądź zmysłowy, dokonywany w celach, poznawczych; przedmiotem kontemplacji może być emocja, pojęcie, obraz, akt, jakikolwiek byt; w akcie kontemplacji strumień świadomości ulega reorganizacji...”⁹

Przedmiot kontemplacji, w tym przypadku dzieło artystyczne, całkowicie pochłania widza. Następuje utożsamienie “ja” odbiorcy z oglądanym obiektem, interpretacją czy ideą, jak również zatrzymanie procesu myślenia, które możemy porównać do stanu medytacji. Kontakt z dziełem może też mieć charakter wstrząsu. Zgodnie z antyczną definicją sztuki, zadaniem jej jest wywołanie skrajnych emocji. Te powodują silne wzburzenie, które opadając przynosi oczyszczenie. Artysta jako poszukiwacz i tłumacz stwarza utwór, który jest swego rodzaju “narzędziem” i powodem przeżycia katharsis przez tego, który z nim obcuje. Sam twórca zaś może wielokrotnie przeżywać katharsis w trakcie procesu twórczego, który zaczyna się od podjęcia tematu i trwać poprzez czas powstawania dzieła. Powyższe przykłady to tylko niewielka garść z ogromnego zbioru opinii na temat, jaki jest, czy jakim powinien być artysta. Możemy próbować je podważać i polemizować z optyką społeczną. Możemy odszukać w niej również ziarno prawdy. Te i inne mity są “społecznie wyprodukowanym fantazmatem”, tak nazywa społeczne postrzeganie artystów Artur Żmijewski.¹⁰ Fantazmat ten nie pozwala na faktyczne spotkanie ze sztuką, a tym samym jest zasłoną, za którą artysta może ukryć odpowiedzialność za swoje poczynania.

7 <https://earthspeakr.art/pl/o-platformie-earth-speakr/> z dnia 10.01.2022

8 rozszerzona rzeczywistość AR (ang. *augmented reality*) na obraz z kamery lub aparatu fotograficznego nałożona jest, generowana w czasie rzeczywistym grafika 3d lub animacja 3d

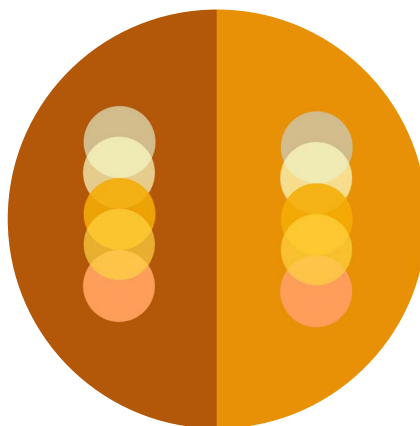
9 <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/kontemplacja;4008835.html> z dnia 22.11.2021

10 Żmijewski A. *Drżące ciała*, Warszawa. 2008, s. 7

Bo - jeśli zbierzemy razem niewielką część cech, które formują obrazy artysty i sztuki - okaże się, że i osoba, i dzieło postrzegane są jako pewne cudactwa", którym niełatwo jest zaufać i które łatwo można sprowadzić do zjawisk mniejszej wagi, niż są w rzeczywistości. Jeśli myślimy o dziele jako o doznaniu estetycznym - to czyż owo dzieło nie może być wyjątkowe, ważne? Jedyne warunki w kontakcie ze sztuką, jaki odbiorca musi spełnić, to całkowita otwartość na doświadczenie. Żmijewski pisze, że "sztuka jest takim refleksyjnym aparatem analitycznym umieszczonym w polu intuicji i przeczuć".¹¹ Przysłuchując się debacie publicznej możemy wskazać tendencje do stanowiska, że intuicja jest mniej ważna niż działanie logiczne, intelektualne. Jedno nie wyklucza drugiego. Wszak nie da się funkcjonować w jednej z tych przestrzeni. Częstokroć, nieracjonalne, zmanipulowane twierdzenia traktowane są przez część jako najszczerza prawda. Czyż nie jest to zatem argument za tym, żeby zawierzyć intuicji?

"[łac. intuitus 'przyglądanie się'], filoz. poznanie bezpośrednie, którego wiarygodność jest zawarta w nim samym i nie wymaga innych dowodów; intuicja [łac.], psychol. przekonanie nie oparte na świadomym rozumowaniu ani świadomym przypomnieniu;"¹²

Przyglądanie się jest elementem, który wielokrotnie wiedzie nas ku prawdzie. Jedni najbardziej cenią wszechstronność w działaniach twórczych. Przez innych zaś najbardziej ceniony jest ten artysta, który koncentruje się na zgłębianiu przez lata problem koloru w malarstwie, jego struktur, nie zmienia medium. To sprawia, że w oczach odbiorcy jest konsekwentny, pewien swego zamiaru. Tymczasem rzeczony jest przekonany o nieprzebranych możliwościach, w tym przypadku malarstwa, stąd zgłębia i odkrywa nowe możliwości. Trwanie przy jednym medium czy temacie, naturalnie także wiąże się z podjęciem decyzji. Ja wybieram drogę eksperymentu.



¹¹ Żmijewski A. *Drżące ciała*, Warszawa. 2008, s. 7

¹² z dnia 3.01.2022: <https://encyklopedia.pwn.pl/encyklopedia/intuicja%99.html>

Napięcie/oddech

“Dzieła sztuki są zawsze wynikiem bycia postawionym w obliczu zagrożenia aż do samego końca, że nikomu nie udałooby się pójść już dalej. Im dalej się pójdzie, tym bardziej autentyczne, osobiste i osobliwe staje się doświadczenie, a dzieło sztuki jest koniecznym, niemożliwym do powstrzymania, w najwyższym stopniu dostatecznym do powstrzymania, w najważniejszym stopniu ostatecznym wyrazem tej osobliwości...Niesamowita pomoc, jaką dzieło sztuki niesie tego, który musiał je stworzyć, polega na tym, że jest jego podsumowaniem”.¹³ Oto fragment listu, który Rainer Maria Rilke napisał do swojej żony Clary Rilke 3 czerwca 1907 roku. Wprawdzie nie jestem zdania, że dzieło sztuki zawsze jest takie, jak opisuje je ten wybitny poeta, lecz w przypadku mojej twórczości po wielokroć tak jest. Każdy człowiek w prywatnym i zawodowym życiu doświadczał stanu zagrożenia. Czyha na nas wiele różnych niebezpieczeństw, te które pochodzą z zewnątrz i nie jesteśmy w stanie ich przewidzieć oraz takie, które, jeśliby uważniej się zastanowić, były do przewidzenia. Istnieją także takie, które potrafią być nierzeczywiste, są imaginacją tego, który je przewiduje. Nie mam na myśli okoliczności choroby czy zaburzenia. Pozwolę sobie na uogólnienie w formie twierdzenia: kto żyw, odczuwał nad sobą urojone, czarne chmury. Niezależnie od źródła ich pochodzenia, stopnia prawdziwości, niosą ze sobą napięcie. W meteorologii napięcie powoduje burzę, pioruny, nagłą zmianę temperatury. W przypadku ludzi, napięcie, które trwa przez długi czas prowadzi do wielu nieprzychylnych konsekwencji. Istnieje wiele teorii i coraz więcej badań, które wykazują wpływ wewnętrznego napięcia na nasze funkcjonowanie, w tym stan psychiczny i fizyczny. Alexander Lowen amerykański psychiatra i psychoterapeuta (zm. 28 października 2008) twierdził, że dojrzały człowiek funkcjonuje na równoległych poziomach – psychicznym oraz fizycznym. Oba te poziomy ściśle ze sobą współpracują po to, byśmy mogli żyć w dobrostanie. Często może nam się wydawać, że wszystko co czujemy, myślimy przeżywamy tylko w naszych umysłach, a ciało funkcjonuje osobno. A jest zgoła inaczej, emocje, doznania odczuwamy również w ciele, a ciało, tak jak nasz umysł posiada możliwość zapamiętywania. Richard Shusterman¹⁴ w książce „Świadomość ciała, dociekania z zakresu somaestetyki” przytacza stanowisko Johna Deweya krytyczne do postaw dualistycznych (środek/cele, sztuka/życie, podmiot/przedmiot, teoria/praktyka). Dewey twierdził, że nie zna nic bardziej skażonego przez separację niż problem ciało - umysł. I podkreśla brak określenia w języku na umysł i ciało jako połączoną całość. Deficyt ten potęguje izolację.

13 Rilke R. M., *Cezanne*, przeł. A. Serafin, Warszawa 2015, s. 19-20.

14 Richard Shusterman - amerykański filozof pragmatystyczny. Znany z wkładu w estetykę filozoficzną i rozwijającą się dziedzinę somaestetyki, jest stypendystą nauk humanistycznych Dorothy F. Schmidt i profesorem filozofii na Florida Atlantic University.

“Rzadko kiedy zwracamy uwagę na nasze oddychanie, ale jego rytm i głębokość dostarczają szybkiego i wiarygodnego świadectwa naszego stanu emocjonalnego. Dzięki świadomości oddychania możemy zatem zdać sobie sprawę, że jesteśmy rozgniewani lub zaniepokojeni, choć w innym wypadku moglibyśmy pozostać nieświadomi tych uczuć, a co za tym idzie-być narażeni na to, że pokierują nami w niepożądany sposób”.¹⁵ Oddychanie to niepozorny proces biologiczny, który pozwala nam żyć, dostarcza niezbędnej energii życiowej. Oddychamy przez nos, to oczywiste, do tego służy. Nos ma bardzo ważne zadania, podgrzewa, oczyszcza i spowalnia powietrze, które wędruje do płuc, przygotowując je tak aby organizm mógł pobrać jak najwięcej tlenu. Rangę tegoż narządu doskonale obrazuje cytat: “nos to cichy wojownik, strażnik naszego ciała, farmaceuta naszych umysłów i wiatrowskaz naszym emocji”.¹⁶ Opis mocy nosa możemy odszukać w już Papirusie Ebersa, staroegipskim zapisie medycznym z około 1500 roku przed naszą erą.¹⁷ Prawdopodobnie jest to najstarszy dokument medyczny w którym znajdziemy wzmianki o zaletach oddychania przez nozdrza. W Księdze Rodzaju 2:7 jest napisane: “Pan Bóg ulepił człowieka z prochu ziemi i tchnął w jego nozdrza tchnienie życia, wskutek czego stał się człowiek istotą żywą”.¹⁸ Chińscy taoiści twierdzili, że nos to “brama niebios” a oddychanie przez usta może powodować dyskomfort. Te tezy potwierdzają współ-czesne badania naukowe, które wskazują na to, iż może potęgować problemy takie jak: astma, alergie, bezsenność czy depresję. Zachodnie społeczeństwo o zaletach oddychania przez nos dowiedziało się za przyczyną amerykańskiego artysty-badacza Georga Catlina. W 1821 roku porzucił on prawo, swoje wyuczone zajęcie, uważając je za żmudne i poświęcił się malarstwu.



Biała Chmura, naczelny wódz Iowas, George Catlin
dostęp z dnia 10.01.2022: <https://www.nga.gov/collection/art-object-page.50655.html>

15 Shusterman R. *Świadomość ciała, dociekania z zakresu samoestetyki*, Kraków 2010, s. 41.

17 Nestor J. *Oddech*, Łódź 2021, s. 68.

18 *Papirus Ebersa* (około 1550 r. p.n.e) to zwoju o długości ponad dwadzieścia metrów. Zawiera informacje z zakresu chorób wewnętrznych, chirurgii i stosowania minerałów i licznych roślin leczniczych do celów medycznych.

19 *Biblia Tysilecia*, wyd. Pallottinum, 2003.

Był portrecistą wyższych sfer, co jednak nie dało mu pełnej satysfakcji. Miał poszukującą osobowość, która skłoniła go do wyruszenia w sześcioletnią letnią wyprawę na łono natury. Przemierzył tysiące kilometrów. W trakcie wędrówki udokumentował życie pięćdziesięciu plemion Indian z Ameryki Północnej, namalował sześćset portretów, sporządził setki not. Stworzył pierwsze i jedyne świadectwo Indian Wielkich Równin w okresie rozkwitu ich kultury, zawarł je w tekście pt. *“Zamknij usta i ocal swoje życie”*²⁰, który to opatrzył dwudziestoma dziewięcioma ilustracjami.



rysunki z *Zamknij usta
i ocal swoje życie.*

Georga Catlina cechowała ciekawość świata i chęć przekazywania swojej wiedzy dalej. Zdobyte umiejętności stosował także w praktyce pisze: “W pełni uświadomiłem sobie niebezpieczeństwo wynikające z tego nałogu (na myśli miał oddychanie przez usta) i postanowiłem go wykorzenić.”

²⁰ publikacja dostępna z z dnia 13.01.2022: <https://buteykoclinic.com/wp-content/uploads/2019/04/Shut-your--mouth-Catlin.pdf>

W trakcie jednego oddechu przez nos przepływa więcej cząsteczek powietrza niż jest ziaren piasku na wszystkich plażach świata. Zatem każdy wdech składa się z trylionów cząsteczek. Dyskrecja oddechu powoduje, że staje się nieobecny. Jakbyśmy nie uczestniczyli w tym kluczowym procesie. Czyż nie jest tak, że wszystko zaczyna się od oddechu i na nim kończy? Oddech to życie - brzmi trywialnie, ale to fakt. Oddychanie to także przeciwności, które bez siebie nie istnieją. Wdech i wydech. Bierzemy z zewnątrz, oddech wędruje do wewnątrz. To niezbędny proces biologiczny, jednak bez oddychania nasz metabolizm by nie istniał. Biologiczny wymiar oddechu to jedno, drugie to ujęcie psychologiczne. Oddychanie wydaje mi się także celną metaforą nas samych, ludzi. Bierzemy z zewnątrz, oddajemy na zewnątrz. W trakcie pracy nad wystawą zgłębiałam wiedzę na temat oddychania. Przeczytałam wiele publikacji naukowych, nienaukowych, rozmawiałam z ekspertami i w końcu sama poszukiwałam i doświadczyłam. Byłam na warsztatach grupowych i na treningach indywidualnych, próbowałam różnych podejść do oddychania, rozlicznych technik oddechowych i odmiennych sposobów przekazywania wiedzy o oddechu. Wszystko po to, by zaspokoić swoją ciekawość, pierwotny zachwyt i po to by sprawdzić, czy intuicja nie wiedzie mnie na manowce. Jest we mnie przekonanie, że oddech to coś bardziej istotnego niż mi się wcześniej wydawało, że w oddechu jest niedostrzegalna, subtelna siła. Jest wiele przysłów i metafor w których pojawia się oddech, oddychanie, wdech, wydech. „Weź głęboki wdech” to zdanie wielokrotnie zasłyszane, wielokrotnie wypowiedane, po to, by dodać komuś lub sobie otuchy w trudnej sytuacji. Rada ta, choć może nieświadoma, jest doskonałym sposobem na opanowanie stresu, niepokoju. Prawdopodobnie każdy z nas korzysta z tego sposobu, nie zdając sobie z tego do końca sprawy.

Wirtualna rzeczywistość

„Wirtualna rzeczywistość”, czyli jak wskazuje Encyklopedia PWN: “(ang. virtual reality, VR) inform. syntetyzowanie przez programy komputerowe doznań odbieranych przez zmysły ludzkie (najczęściej dźwięku i obrazu, ale także dotyku), np. w symulatorach lotów lub w grach komputerowych.”²¹ Technologia ta polega na tworzeniu realistycznych, stereoskopowych obrazów, które za pomocą grafiki komputerowej symulują środowisko. Używając sił fizycznych daje możliwość przemieszczania się w trójwymiarowym świecie oraz poruszania się w nim obiektów. Obecnie stosowane są gogle, w których na wprost oczu umieszczone są dwa wyświetlacze umożliwiające stereoskopowe widzenie. Sprawia to, że generowany obraz widziany jest w trójwymiarze. Co istotne, gogle zasłaniają całkowicie oczy użytkownika, co umożliwia kompletne odcięcie widza od realnego świata. Umieszczone w nich czujniki śledzą położenie użytkownika i widziane przez niego obszary wirtualnej przestrzeni, obraz wyświetlany jest w czasie rzeczywistym. Dzięki możliwości rozpoznawania kierunku patrzenia i położenia głowy użytkownika możliwa jest immersja. Rękawice, skafandry czy kontrolery, trzymane w dłoniach pozwalają na zwiększenie doznania i umożliwiają interakcję.

21 z dnia: 27.01.2022 <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/wirtualna-rzeczywistosc;3996681.html>

Współcześnie stosowana jest coraz powszechniej. Zauważyć należy duży wzrost wykorzystywania VR w edukacji. Coraz częściej podejmowane są próby używania VR w psychoterapii, szczególnie w leczeniu fobii. Ten komputerowo generowany trójwymiarowy świat pozwala na doświadczenie naszych fizycznych i sensorycznych właściwości. Jesteśmy przekonani, że umiemy odróżnić to, co jest realne od iluzji. Czy może jednak w przypadku kontaktu z wirtualną rzeczywistością ta umiejętność zanikać? W trakcie doświadczenia VR widzimy obiekt z przekonaniem o jego istnieniu, pojmujemy przedmiot, który jest niematerialny poprzez zmysł wzroku. VR nie ogranicza pola widzenia do monitora, telewizora lub ekranu kinowego tak jak w przypadku wideo. Sposób oglądania trójwymiarowego świata jest taki sam jak w realnym świecie. Spoglądając w prawo lub lewo, górę lub dół, wirtualny świat będzie istniał. Profesor Jeremy Bailenson z Uniwersytetu Stanforda, który jest założycielem i dyrektorem Virtual Human Interaction Lab²², w książce pt. *„Wirtualna rzeczywistość, doznanie na żądanie”*²³ wykazuje, że doświadczenia wirtualne wywierają wpływ na ludzi, którzy jej doświadczają. Przeżycie to może wywrzeć wpływ taki, jak przeżycie w rzeczywistości realnej. Może prowadzić do zmiany w zachowaniu. Istotą i tajemnicą sukcesu VR jest obecność. Historia VR sięga roku 1935, kiedy amerykański pisarz science fiction Stanley G. Weinbaum w opowiadaniu „Okulary Pigmaliona” opisuje fikcyjne, magiczne okulary umożliwiające oglądanie wirtualnej rzeczywistości.

„Ale posłuchaj — film, który daje jeden obraz i dźwięk.
Przypuśćmy, że teraz dodaje smak, zapach, a nawet dotyk...
W swoim pokoju Ludwig pogrzebał w torbie, wyciągając urządzenie
przypominające nieco maskę gazową. Były gogle i gumowy ustnik;”²⁴

A może jednak załącznikiem wirtualnej rzeczywistości możemy nazwać panoramy malarskie, które pojawiły się w Chinach w XII wieku czy Panoramę Racławicką? Wszak rzeczona panorama, czyli obraz obejmujący całą przestrzeń wokół widza, ma na celu wywołać uczucie uczestnictwa i obecności w scenie malarskiej.

Artystka Char Davies w 1995 roku stworzyła „Osmose”, wirtualne doświadczenie z interaktywną grafiką 3D i dźwiękiem. Widzowie zakładając na głowę stereoskopowy wyświetlacz i kamizelkę śledzącą ruch, przez wdech i wydech unosili się nad wirtualnym krajobrazem. Praca Davies wykorzystuje oddech jako sposób poruszania się, ciało staje się interfejsem i zastępuje kontrolery.

22 z dnia: 25.11.2020 <https://stanfordvr.com/>

23 J. Bailenson, *Wirtualna rzeczywistość, doznanie na żądanie*, Gliwice, 2019.

24 S. Grauman Weinbaum, *Okulary Pigmaliona*, 5 października 2007 [EBook #22893] z dnia: 27.01.2022: <https://www.gutenberg.org/files/22893/22893-h/22893-h.htm>



Osmose, Char Davies,
sceerny z dnia 2.02.2022:
[http://www.immersence.com/
osmose/](http://www.immersence.com/osmose/)

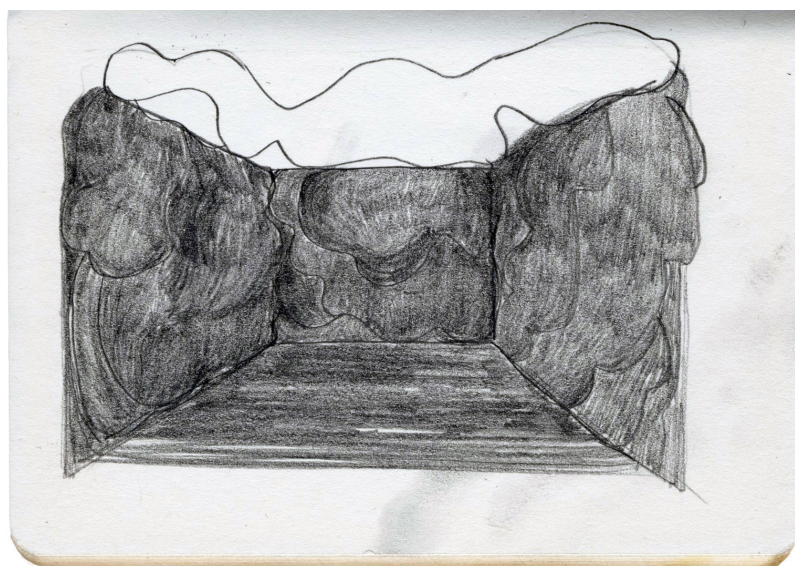
W latach 90 gogle były znacznie większe niż obecnie, a co oczywiste, jakość obrazu dużo gorsza. Technologia ta, jak każda potrzebowała czasu, by stać się dostępną. Kamieniem milowym w rozwoju jest rok 2012, kiedy 18-letni wówczas Palmer Luckey stworzył prototyp gogli Oculus Rift.¹ Dwa lata później w Oculusy zainwestował Mark Zuckerberg, co niewiarygodnie przyspieszyło rozwój technologii VR. Wirtualna rzeczywistość wkroczyła także w społeczność artystyczną. Char Davies, pionier sztuki w VR, twierdzi, że społeczność twórców może odegrać ogromną rolę w rozpowszechnieniu tej technologii. Jesteśmy zatem w momencie, kiedy artyści wybierający to medium mają do czynienia z wciąż zmieniającym się, ewoluującym narzędziem. Medium definiowane jest na bieżąco. Nie ma wyraźnych wytycznych, wskazówek. Nieodłączna jest negocjacja twórcy ze swoimi umiejętnościami lub umiejętnościami wykonawcy. W 2017 roku po raz pierwszy doświadczyłam wirtualnej rzeczywistości. Po raz pierwszy użyłam jej jako wypowiedzi artystycznej. Praca prezentowana na wystawie „VR-ART-sztuka w wirtualnej rzeczywistości” w Miejskiej Galerii Sztuki w Częstochowie powstała przy wsparciu technicznym Marcina Puchalskiego. W druku towarzyszącemu wydarzeniu piszę: „*Barbie Girl* to tytuł piosenki, która jest początkiem i końcem projektu o tym samym tytule. Jest to rzecz o wspomnieniach, patrzeniu, o tym, że moment spojrzenia jest nie tylko oglądaniem, ale także procesem, który nas kształtuje. O tym, że czas ma wpływ na postrzeganie Świata, ale także o tym, że niekiedy tego wpływu nie ma. Dla niektórych może być to doświadczenie zabawne, dla innych mniej. Zależy jest to, od tego, na czym się skupisz wchodząc w świat VR: na obrazie, tekście piosenki, a może na sobie?” Autobiograficzna opowieść oparta na wspomnieniach z dzieciństwa z roku 1997, połączona jest z perspektywą postrzegania - dwadzieścia lat później. Ruch, który wykorzystuję w pracy symbolizuje czas. W trakcie prezentacji, która odbyła się w trakcie Nocy Kulturalnej miałam okazję przyglądać się reakcji fizycznej widzów na doświadczenie z dziełem w wirtualnej rzeczywistości. Często była gwałtowna. Zauważyłam także, jak szybko widzowie zanurzali się w symulacji, jak szybko poddawani byli immersji. O immersji w VR już trochę wiedziałam, doświadczyłam jej na własnym przykładzie. Moje zmysły przez wiele godzin pochłonięte były przez wirtualną rzeczywistość. Immersja powoduje, że bardzo szybko tracimy poczucie obecności innych. Poczucie czasu w trakcie doświadczenia jest odmienne w stosunku do tego w rzeczywistości realnej. To, co wirtualne postrzegamy jako realne. Dla mnie kolejną istotą tego medium jest możliwość stworzenia przestrzeni, obiektów i odczuć, które są niemożliwe do zrealizowania w świecie realnym. Nie interesuje mnie możliwość i dążenie do najdoskonalszego odtworzenia realnego świata, a tworzenie niemożliwego. Te właściwości posiada wirtualna rzeczywistość, może przenosić do innego wymiaru. Jeremy Bailenson pisze: “obecność w VR prowadzi do nieobecności w fizycznym świecie. Twój umysł nie może znajdować się w dwóch miejscach jednocześnie”²⁵. To upewniło mnie w wyborze. *Oddychowisko* to doświadczenie w VR, w którym samotność i „odłączenie się” od świata zewnętrznego jest kluczowa.

24 Oculus Rift to system do odbioru wirtualnej rzeczywistości opracowany przez firmę Oculus VR. Po założeniu specjalnych gogli użytkownik przenosi się do świata VR. Opisuję gogle Oculus, ponieważ tych używam do tworzenia w VR.

25 J. Bailenson, *Wirtualna rzeczywistość*, doznanie na żądanie, Gliwice, 2019, s. 256.

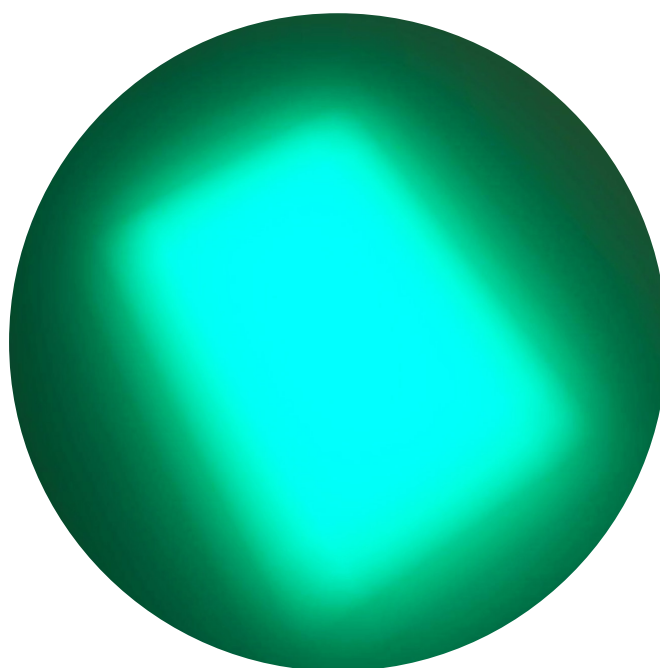
Opis wystawy „Wdech. Pauza. Wydech.”

Wystawa składa się z prac wykonanych w różnych technikach. Umownie podzieliłam ją na dwie część. Pierwsza to przestrzeń zewnętrzna: obrazy, rysunki, kolaże (prezentowane w formie cyfrowej) i obiekt. Druga część to przestrzeń wewnętrzna, czyli doświadczenie w wirtualnej rzeczywistości. To, co zewnętrzne, traktuję jako doświadczenia, zdarzenia, które kształtują naszą osobowość. Przestrzeń wewnętrzna to osobiste refleksje i przeżycia. Gdy ta jest w ładzie, harmonii, pozwala na zdystansowanie się do tego co pochodzi z zewnątrz. Co istotne, ułatwia określenie i nazwanie, co jest z wewnątrz a co z zewnątrz. Ułatwiać może oddzielenie tego, co jest realne od fantazji czy projekcji. Punktem wyjścia do wystawy jest przeżycie, które doświadczyłam w trakcie treningu oddechowego, ogarnął mnie nagły, gwałtowny napad lęku, połączony z poczuciem utraty kontroli. Wtedy też doznałam efektu iluminacji, określanego jako olśnienie. Wiesława Limont opisuje ten niewerbalny akt w książce pt. *„Analiza wybranych mechanizmów twórczych”*;²⁶ moje twórcze wyobrażenie było wizualnie przestrzenne. W tamtym momencie, kiedy nie mogłam złapać oddechu, wyobraziłam sobie pokój, którego ściany równomiernie porusza-ją się, siebie oddychającą wraz z nimi. Ściany sprawiały wrażenie zbudowanych z chmur. Po zakończeniu sesji oddechowej zrobiłam kilka szkiców tej imaginacji.



²⁶ W. Limont, *Analiza wybranych mechanizmów twórczych*, Toruń, 1996.

Czyżbym przeżyła opisywane przez Limont niewerbalne olśnienie, które nieoczekiwanie przyniosło mi koncepcję stworzenia dzieła plastycznego, które także jest dziełem arteterapeutycznym? „...żywe wyobrażenia bardziej wciągają i motywują do działania niż abstrakcyjne zadania z wykorzystaniem werbalnego rozumowania”²⁷ Wciągnął mnie dualizm świata, a właściwie poszukiwanie tego czegoś pomiędzy, subtelnymi „szarości”. Pracując nad wystawą uczyłam się technik oddechowych, chciałam doświadczyć na sobie, jaki wpływ może mieć świadomy oddech. W Harvard Medical School przeprowadzono badania na grupie weteranów wojennych, u których zdiagnozowano PTSD, a dokładniej wpływ stosowania technik oddechowych na polepszenie jakości życia. Zarówno w tym przypadku, jak i w grupie badanych muzyków, którzy stosowali techniki oddechowe, wyniki wskazują na poprawę stanu psychicznego, zmniejszenie stresu. Fascynujące wydawało mi się to, że sposobem na opanowanie hiperwentylacji (która występuje w trakcie paniki) jest oddychanie. Nie twierdzę, że techniki oddechowe są całkowitym remedium na traumę, jednak jest to jedna ze składowych, która pozwala odzyskać balans.



27 W. Limont, *Analiza wybranych mechanizmów twórczych*, Toruń, 1996, s.39.

Oddychowisko to doświadczenie w wirtualnej rzeczywistości, którego celem jest zanurzenie się przez widza w osobisty świat wewnętrzny. To moment, w którym patrzenie może stać się procesem, który prowadzi do zmiany. Bycie zastępuje robienie. To rzeczywistość, choć wirtualna jest bardzo osobista, to czas na refleksję lub na jej kompletny brak. To miejsce, w którym pozostajemy sami. Praca składa się z czterech doświadczeń. Każde z nich to osobna przestrzeń, widz sam podejmując decyzję, do którego z widocznych sześcianów zechce się teleportować.

Zacznijmy od początku, widz zakłada gogle, dostaje dwa kontrolery do ręki. Pracę ogląda na siedząco, na krześle obrotowym, co pozwala poczuć się bezpiecznie i w pełni doświadczać trójwymiarowego obrazu w 360 stopniach. Początkowa scena to widok ogólny. Widoczne są sześciany, w których znajdują się przestrzenie do oddychania.

Jesteś na początku doświadczenia w wirtualnej rzeczywistości.
Nie myśl jednak o tym, patrz, słuchaj i oddychaj.

Widzisz przed sobą kolorowe sześciany.
Nazywam je przestrzeniami.

Możesz się rozejrzeć, śmiało.
Tutaj jest bezpiecznie.

W trakcie jednego oddechu przez nos przepływa więcej cząsteczek powietrza niż jest ziaren piasku na wszystkich plażach świata.
Każdy wdech składa się z 25 trylionów cząsteczek.

Oddychasz?

Numery które widzisz przy sześcianach oznaczają tempo oddychania.
4.4.4 Wdech (4 sek.), pauza (4 sek.), wydech (4 sek.)
5,5.5,5 Wdech (5,5 sek.), wydech (5,5 sek.)

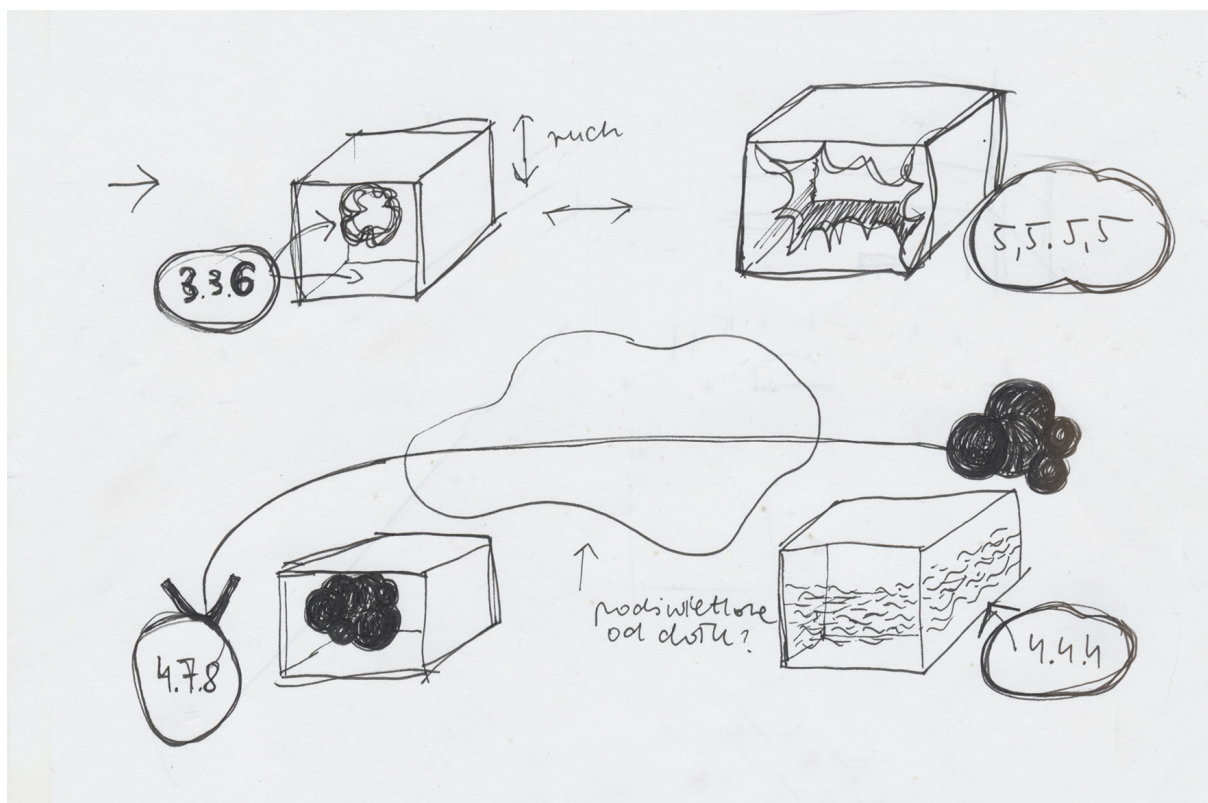
Zanurz się całkowicie w doświadczeniu.
Patrz, słuchaj, oddychaj.

Widzisz przed sobą kryształy? Jeśli chcesz, podejdź bliżej.

Od tej chwili możesz wybrać przestrzeń, do której się przeniesiesz.
Teleportuj się za pomocą prawego kontrolera,
wybierając sferę na platformie.
W ten sam sposób powrócisz do początku.

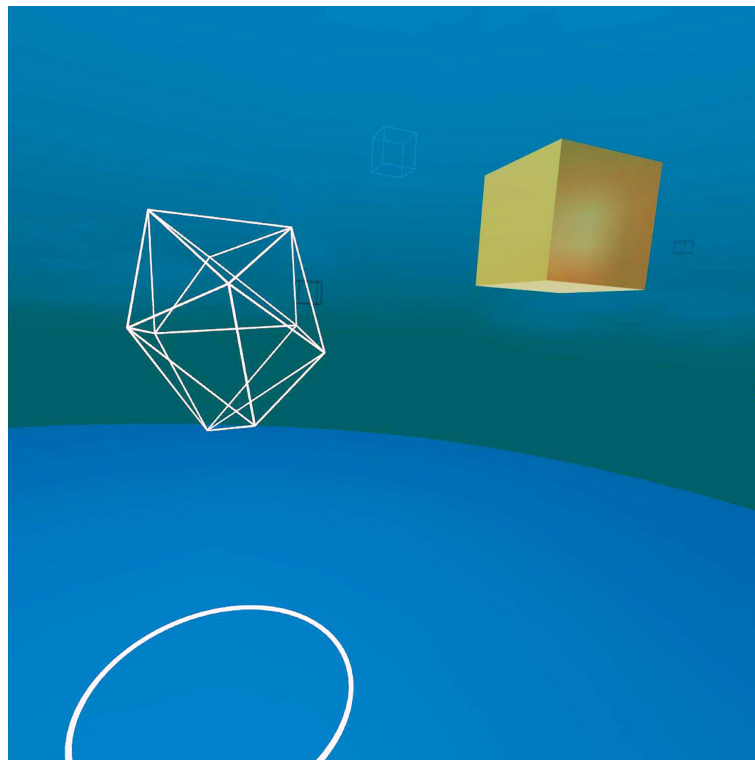
Pamiętaj, to Ty decydujesz, gdzie i ile czasu oddychasz.”

Powyższy tekst to narracja, którą wprowadzam widza w doświadczenie. W każdej przestrzeni widz słyszy inne dźwięki, który jest zsynchronizowany z ruchem wewnątrz. Koniec mojej opowieści, która słyszalna jest dzięki głośnikom wbudowanym w gogle, jest momentem, gdy na platformie, na której stoi/siedzi doświadczający pojawiają się punkty, które pozwolą na teleportację. Punkty te pojawiają się także w każdej przestrzeni, umożliwiają powrót do początku pracy i eksplorację innych. Przy każdym z sześciu pojawiają się ciągi cyfr: „3.3.6”, „5.5.5.5”, „4.7.8”, „4.4.4” - to rytm, w jakim poruszają się obiekty. Ruch sugeruje wdech i wydech.

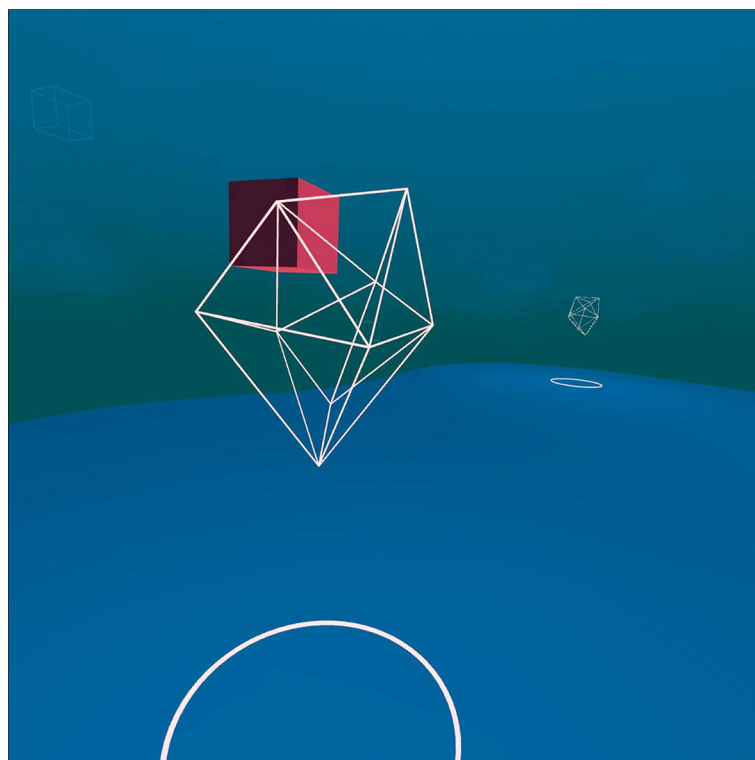


szkic koncepcyjny do
Oddcyhowska

Widz, który przenosi się do wirtualnej rzeczywistości, kontemplując obiekty, może wprowadzić się w stan bliski medytacji. Wszystkie zaprogramowane techniki oddechowe są technikami relaksacyjnymi. Jako metodę pracy wybrałam eksperyment, wiedząc jak wielki wpływ może mieć VR. Było to ważne, by spróbować przybliżyć się do pełni immersji, zapewniając poczucie bezpieczeństwa.



Oddychowisko, 2022
widok na pierwszą lokację,
teleporty



„Każdy eksperyment naukowy poddany jest regułom i musi odbywać się w ściśle kontrolowanych warunkach. Eksperyment w sztuce wolny jest od tego rodzaju ograniczeń – wiąże się z pracą wyobraźni poza wszelkimi narzuconymi kategoriami. Eksperymentowanie wpisane jest w opartą na postępie nowoczesność, a także w sztukę awangardową, która przekracza utarte schematy, modele i tradycje.”²⁸ Byłam „zwol-niona” z restrykcji związanej z naukowością. Mimo to, odbywał się on w ściśle kontrolowanych warunkach. Polegał na pokazywaniu prototypów (nr. 3 i nr. 5) różnej grupie wiekowej. Doświadczającemu zadawałam pytania i notowałam odpowiedzi. Tym samym sprawdzałam celność podjętych wcześniej przeze mnie decyzji. Pytania dotyczyły poczucia bezpieczeństwa, skali, sposobu teleportacji. Interesowało mnie też odczucia, które towarzyszyło osobą oglądającym. Założeniem moim było stworzenie przestrzeni, które pozwolą oglądającemu na chwilowe zatrzymanie, na zwykłe patrzenie i oddychanie. To widz decyduje w której przestrzeni i ile spędza czasu. Specyfika pracy w VR jest bardzo złożona. To projekt, na który składa się wiele elementów takich jak: przestrzenność, kolor, kompozycja, grafika 2D i 3D, dźwięk, ruch, programowanie. Świadomość immersji sprawiła, że w trakcie pracy nad wirtualnymi przestrzeniami każdy najmniejszy szczegół miał znaczenie w procesie projektowania. Byłam przywiązana do pierwszej wizji, szkiców. Słusznie, jak się na końcu okazało. Po kilku próbach wróciłam do początku. Prace nad *Oddychowiskiem* trwały kilkanaście miesięcy, w trakcie których wykonaliśmy osiem prototypów. Dziś wersja jest prezentowana na wystawie. Pokój z oddychającymi ścianami, który naszkicowałam, był odnośnikiem wizualnym do całego doświadczenia. Wartym zauważenia jest także proces powstawania. Nad pracą współpracowałam z Piotrem Gutshe,²⁹ odpowiedzialnym za stronę techniczną pracy. Początkiem współpracy były rozmowy na temat odczucia, wrażenia, które praca ma wywołać u widza. Kolejnym etapem były referencje wizualne, efekty i animacje. Zamieniliśmy język z mówiony/pisany, na język wizualny. Równolegle malowałam i rysowałam. To właśnie tradycyjne techniki są dla mnie sposobem na znalezienie formy wizualnej, także w wirtualnej rzeczywistości. Poszukiwałam koloru, światła, by skonkretyzować wizję i przekazać je wykonawcy.

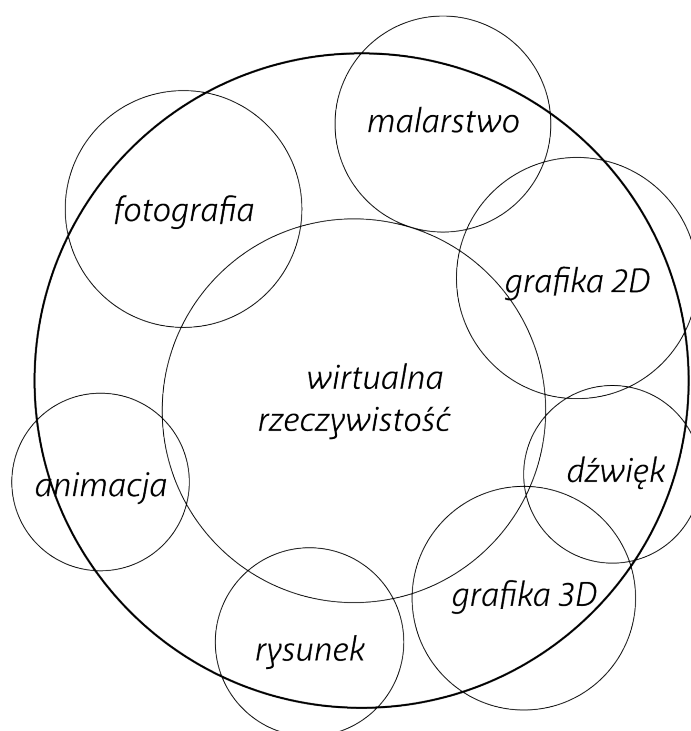
Oddychowisko dzieli się na cztery przestrzenie: „Przestrzeń 5,5.5,5”, „Przestrzeń 4.4.4”, „Przestrzeń 4.7.8”, „Przestrzeń 3.3.6”, chmury i oddychające ściany w pokoju to inspiracje wizualne do doświadczenia. Animacja porusza się w rytm 5,5 sekundy wdech, 5,5 sekundy wydech. Dźwięk zsynchronizowany jest z animacją. Pokój pokryty jest grafiką 3D, która wizualnie odnosi się do chmur, jednak nie jest realistycznym odzwierciedleniem. Największym wyzwaniem wszystkich przestrzeni było dostosowanie skali pomieszczeń. Kolor i światło miały także kluczowy wpływ na odczucia. Dążyłam do wywołania odczucia, wrażenia na widzu, które pozostawia w nas kontakt z naturą. Doświadczenie to starałam się wywołać, uciekając od realizmu i odwzorowania rzeczywistości. Odczucia, które inspirowały mnie do powstania *Oddychowiska* to woda, gdy patrzymy na nią z zewnątrz a zarazem możemy zobaczyć w niej świat odbity.

28 https://zasoby.msl.org.pl/_eksperyment_69

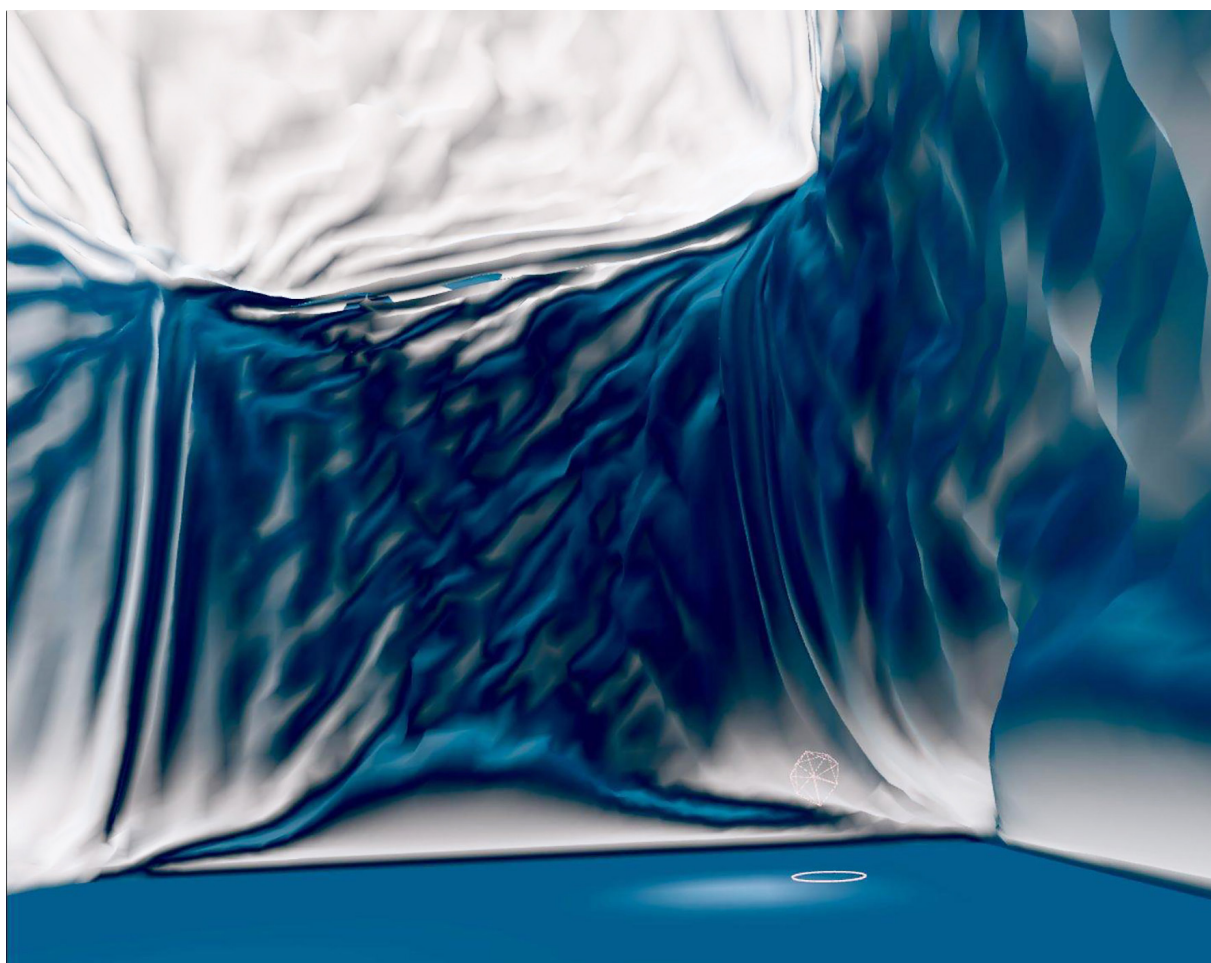
29 Piotr Gutsche – ur. w 1990 r. w Łodzi. Twórca graiki 3D, projektant gier i animator, zarówno w technikach komputerowych jak i stop-motion.

To również próba odtworzenia wspomnienia bycia zanurzonym w wodzie z poczuciem bezpieczeństwa i bez potrzeby kontroli. Ciepłe kolory, świetlistość obiektów jest efektem wielotygodniowych prac nad światłami i kontrastami. Niewielkie obiekty, które pojawiają się i znikają w „Przestrzeń 4.4.4” inspirowane są mgłą, zanurzeniem. Nieskończoność możliwości w modelowaniu 3D, a zarazem pewne ograniczenia gogli w wyświetlaniu obrazu, powodowały, że proces ten był wymagającym ale i także intrygującym wyzwaniem. Wielość możliwości utrudniała podjęcie decyzji o skończeniu dzieła. „Przestrzeń 3.3.6” to wrażenie ciepła, świetlistości. W „Przestrzeń 4.7.8” działam skalą. „Przestrzeń 5.5.5,5” to „oddychający”, którego formę podpowiedziała mi wyobraźnia. Badane osoby na pytanie o skojarzenie związane z doświadczeniem odpowiadały m.in.: „mam odczucie obcowania z czymś naturalnym”, „wydaje mi się, że jestem we wnętrzu płuc, kojarzy mi się to z pęcherzykami płucnymi, choć nie wiem, jak wyglądają”, „mam skojarzenie z wodą, ale ta woda nie jest wodna”, „fala, prąd, napiera i zabiera Cię ze sobą”.

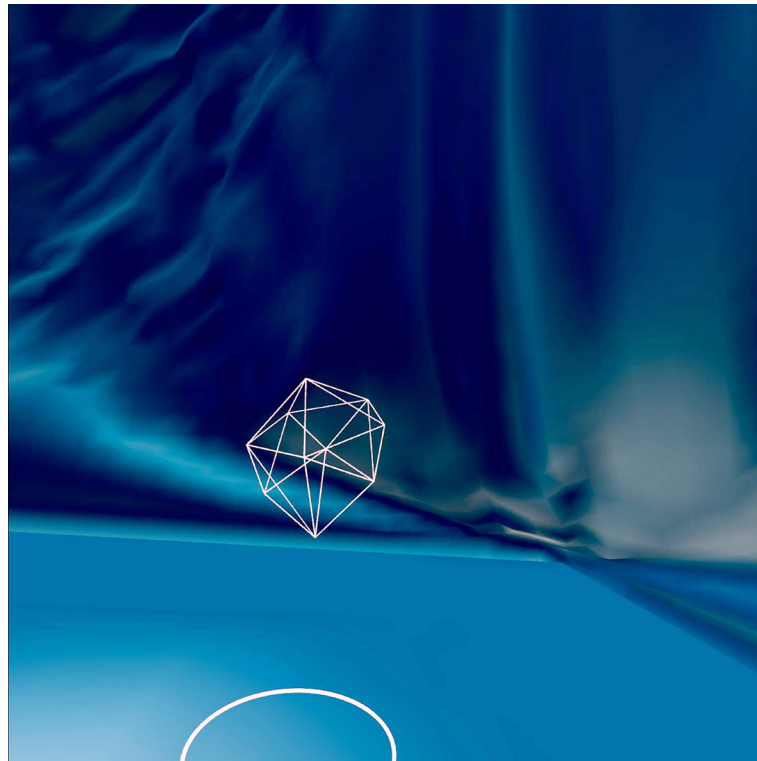
Wystawa „Wdech. Pauza. Wydech” jest efektem relacji między różnymi mediami. Od tradycyjnych technik - malarstwo, rysunek, po najnowsze techniki cyfrowe - wirtualna rzeczywistość, grafika 3D. Intermedialność pracy *Oddychowisko* pozwoliła na stworzenie dzieła plastycznego o cechach arteterapeutycznych, jest również dialogiem jednego medium z drugim. To doświadczenie, które pozwoli na kontakt z nieuchwytnym.



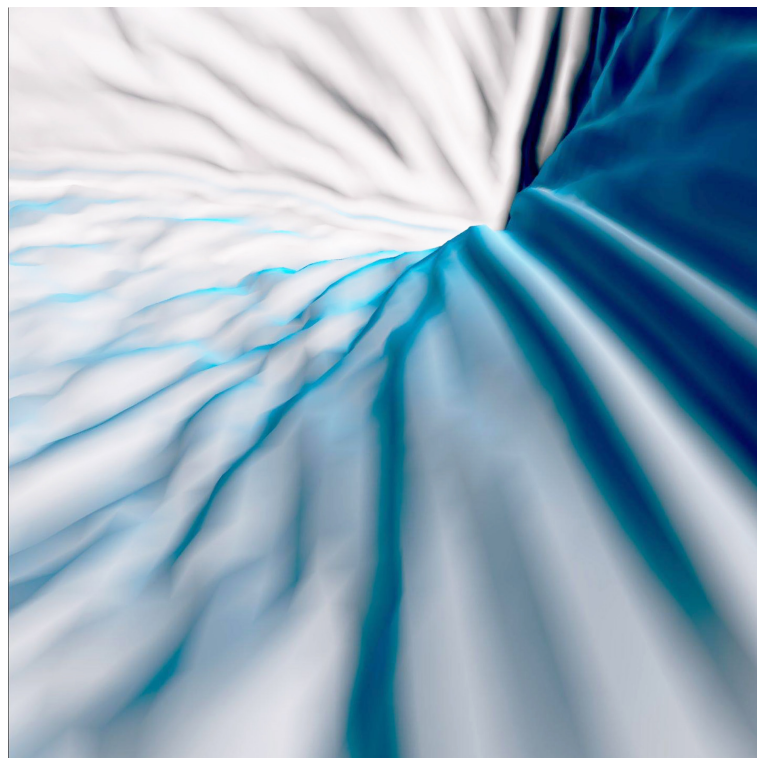
grafika przedstawiająca intermedialność *Oddychowiska*, inspirowana *Intermedialny wykres*, Dicka Higgins

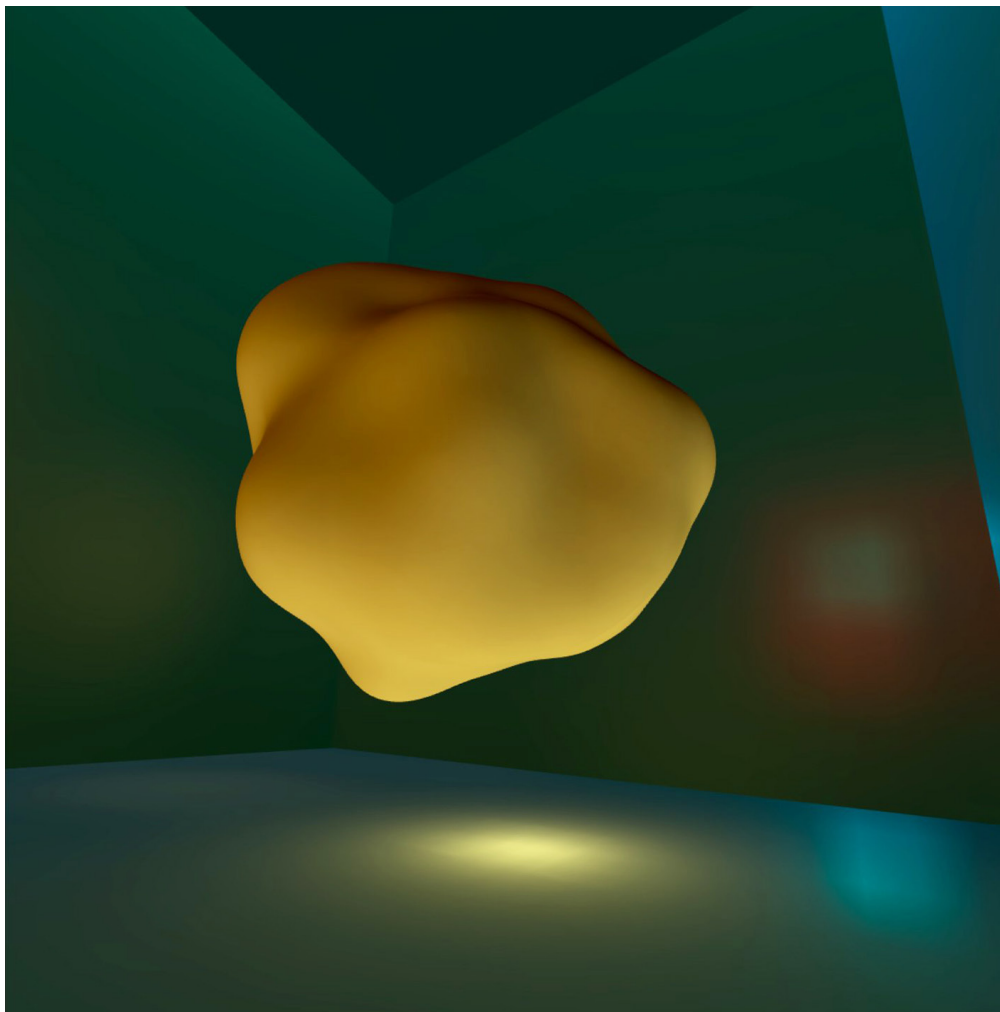


Przestrzeń 3.3.6

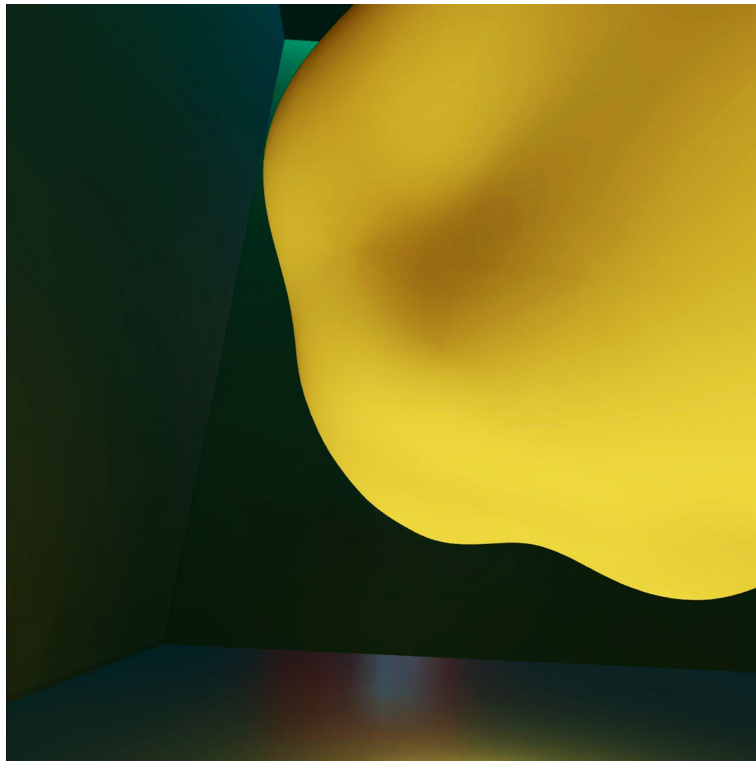


Przestrzeń 5,5.5,5

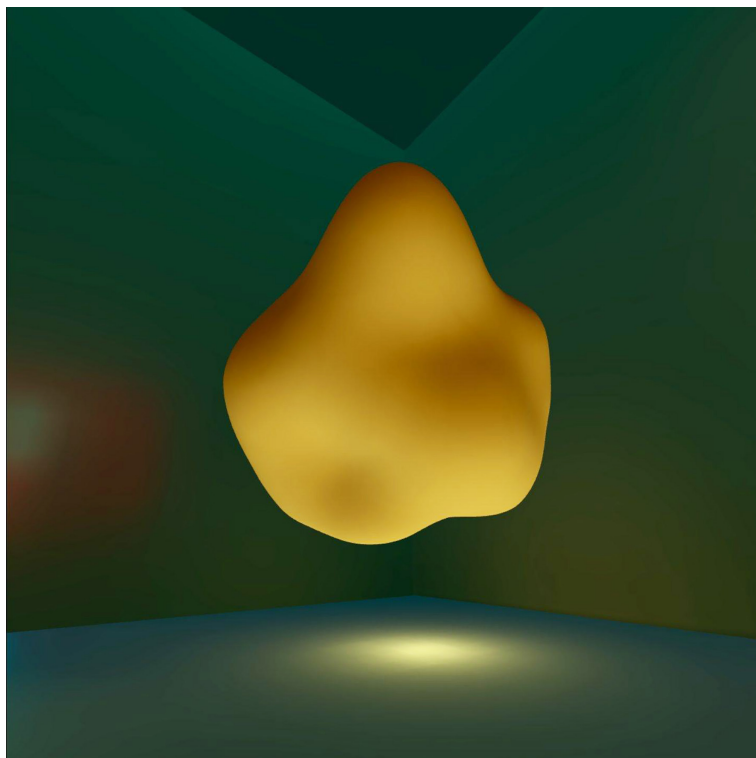




il.5 „Przestrzeń 3.3.6”

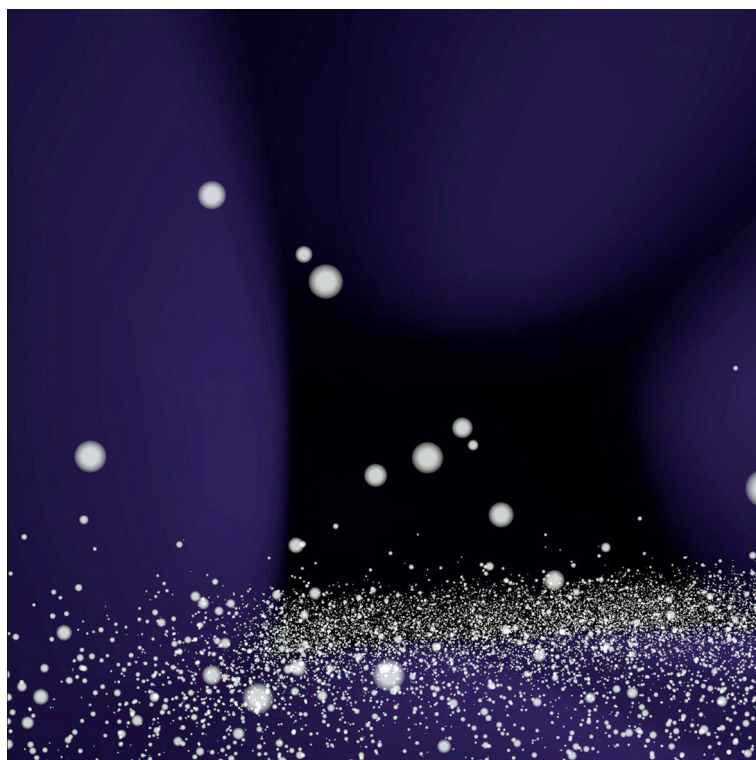


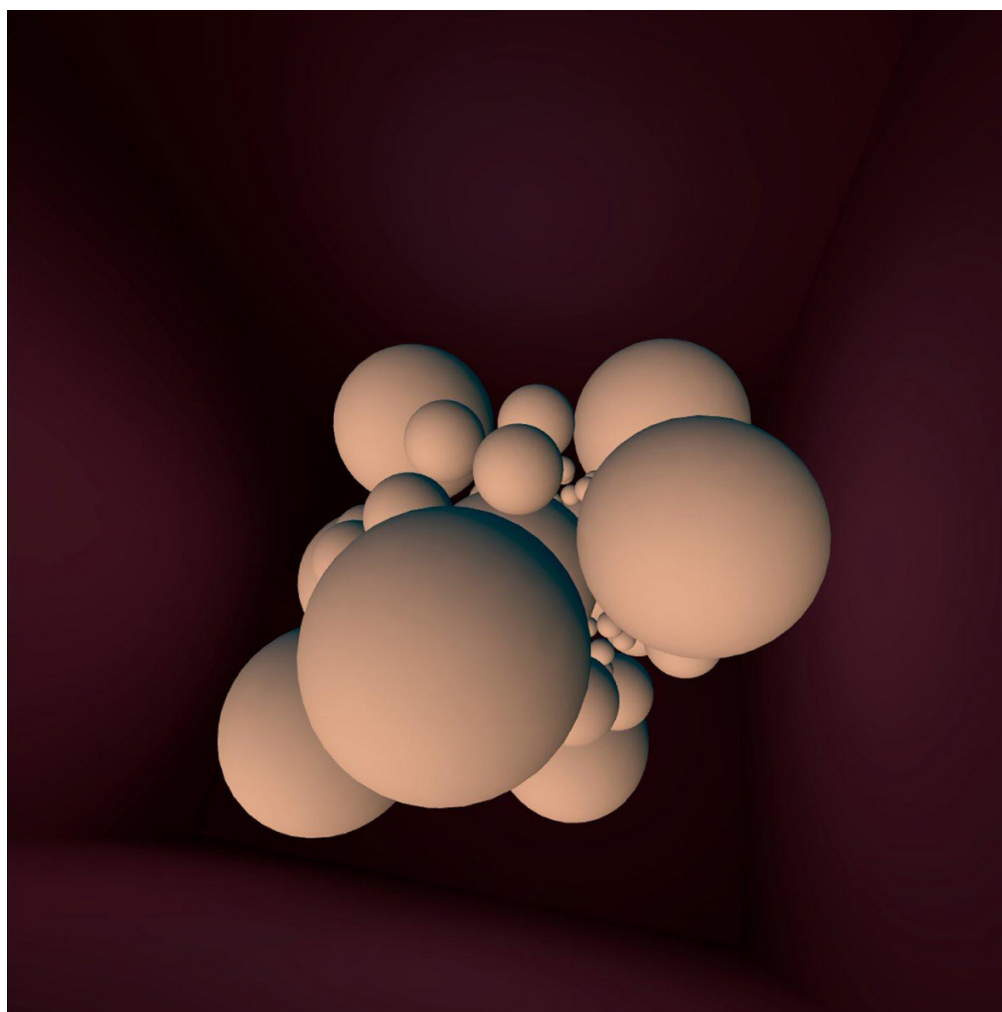
il.5 „Przestrzeń 3.3.6”



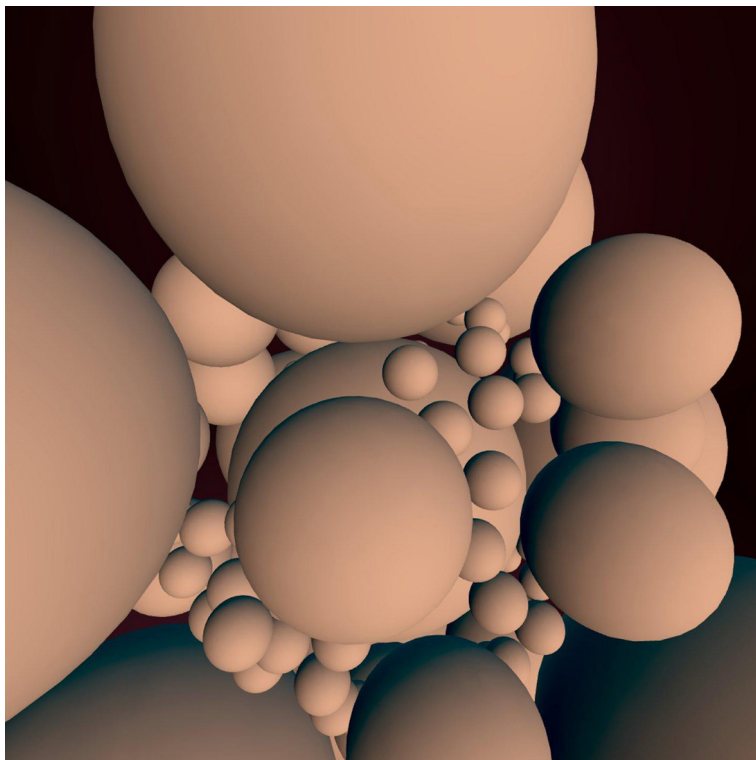


il.5 „Przestrzeń 4.4.4”

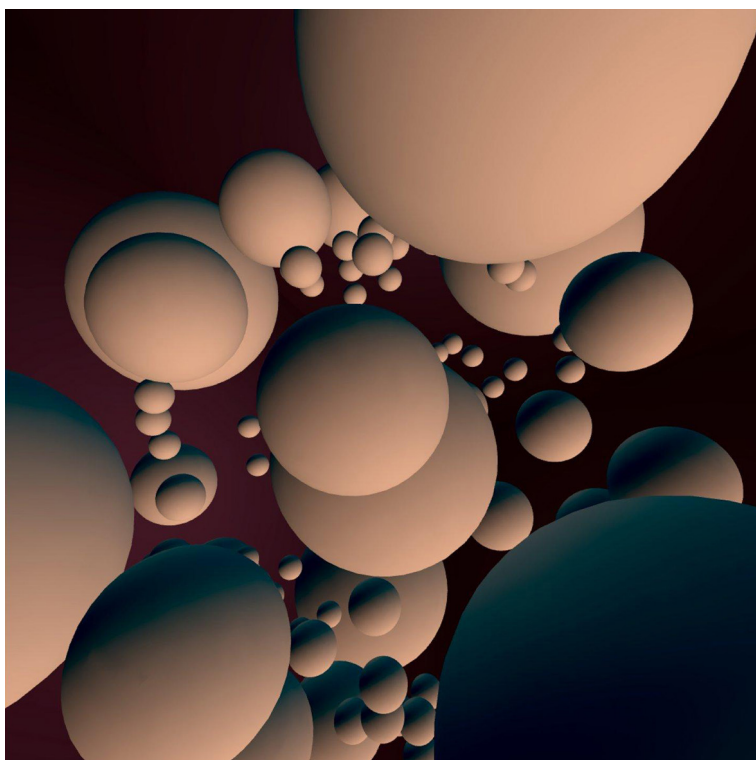


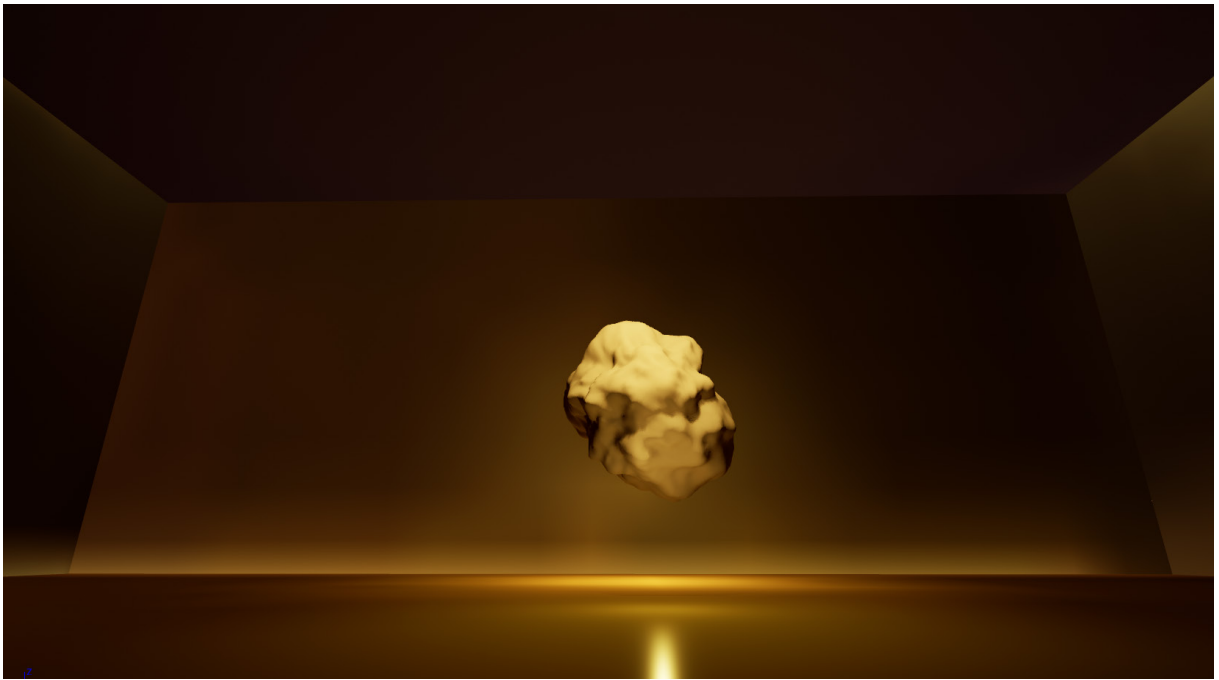


il.5 „Przestrzeń 4.7.8”



il.5 „Przestrzeń 4.7.8”



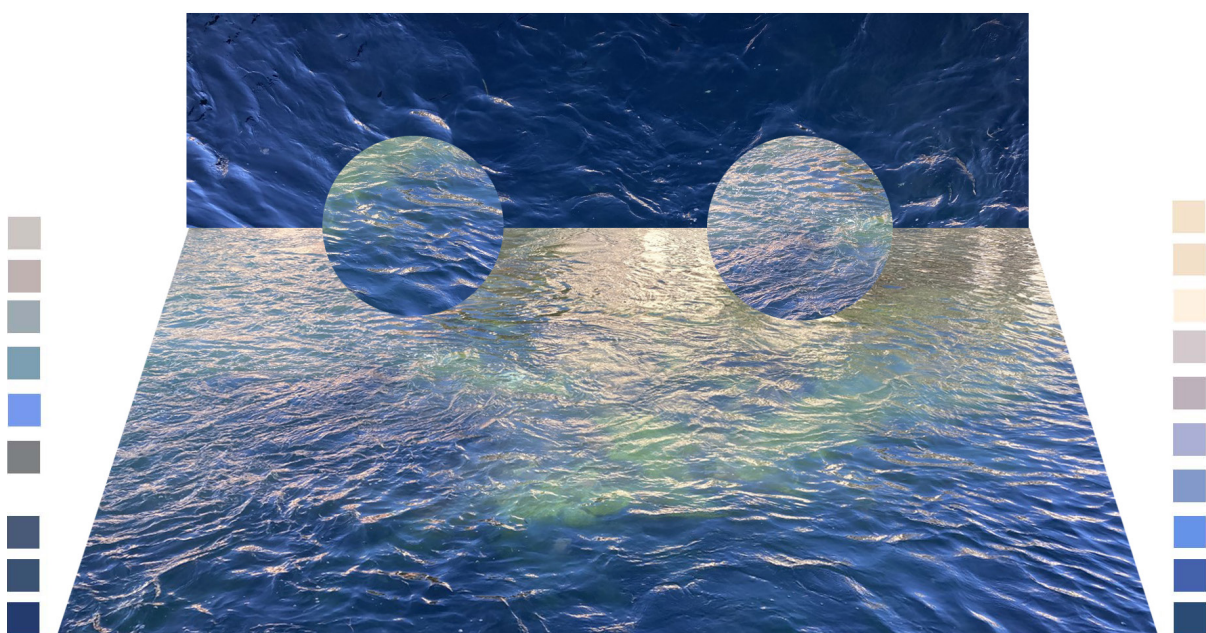


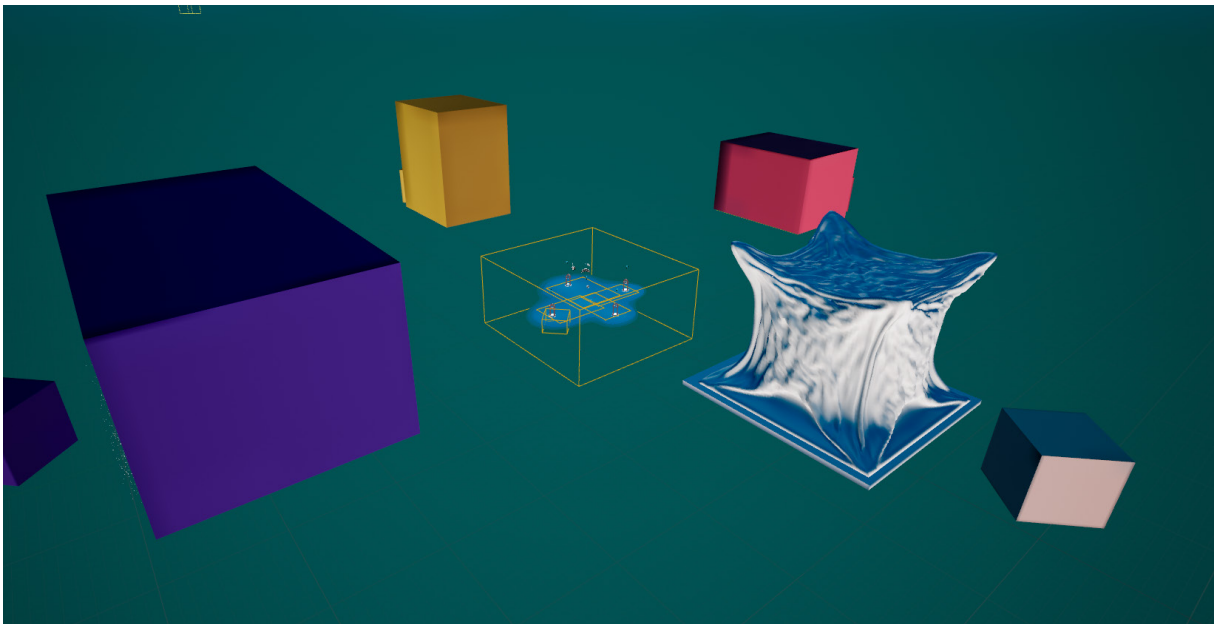
wizualizacja przestrzeni VR



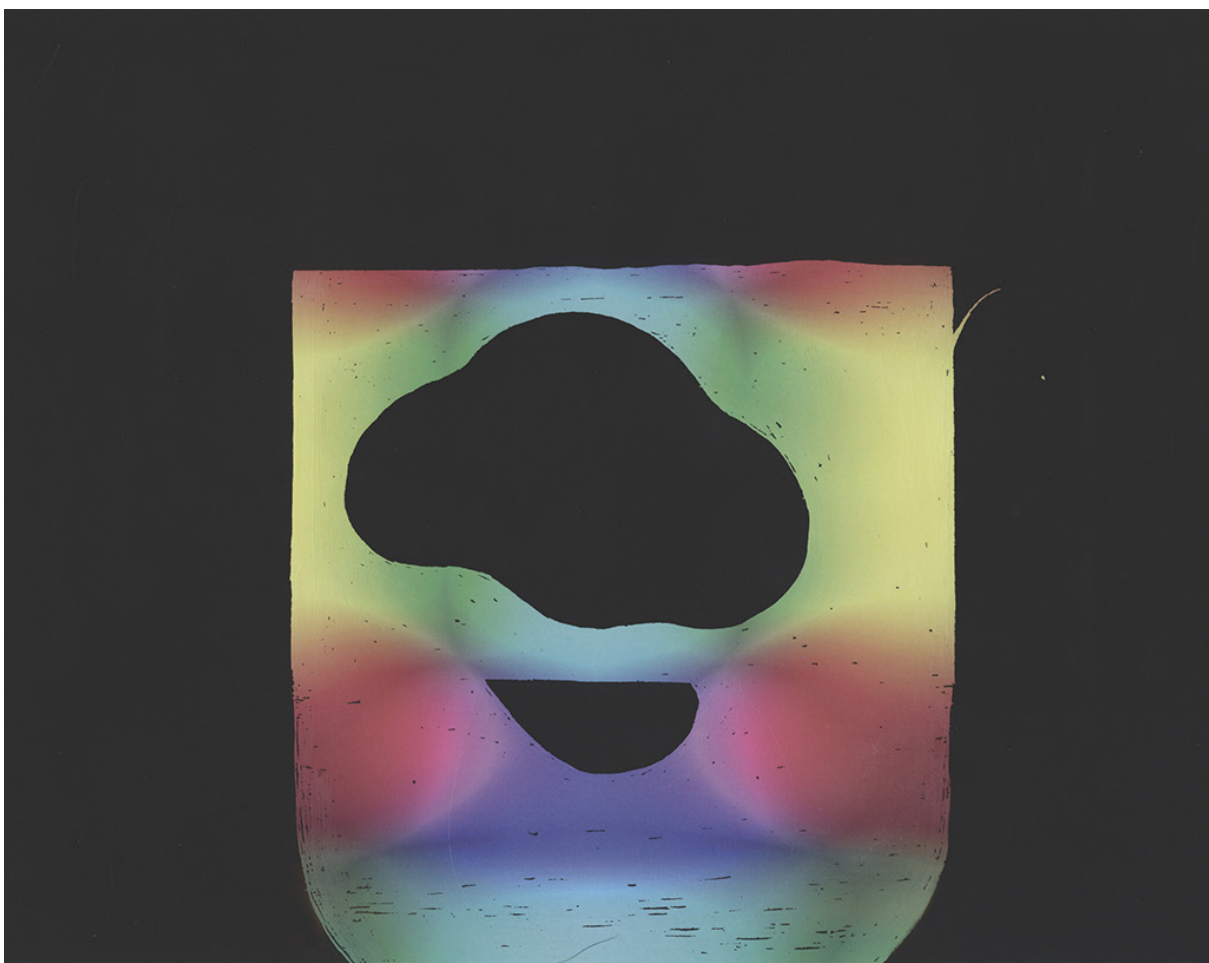


kolaże, które były referencją
przestrzeni VR





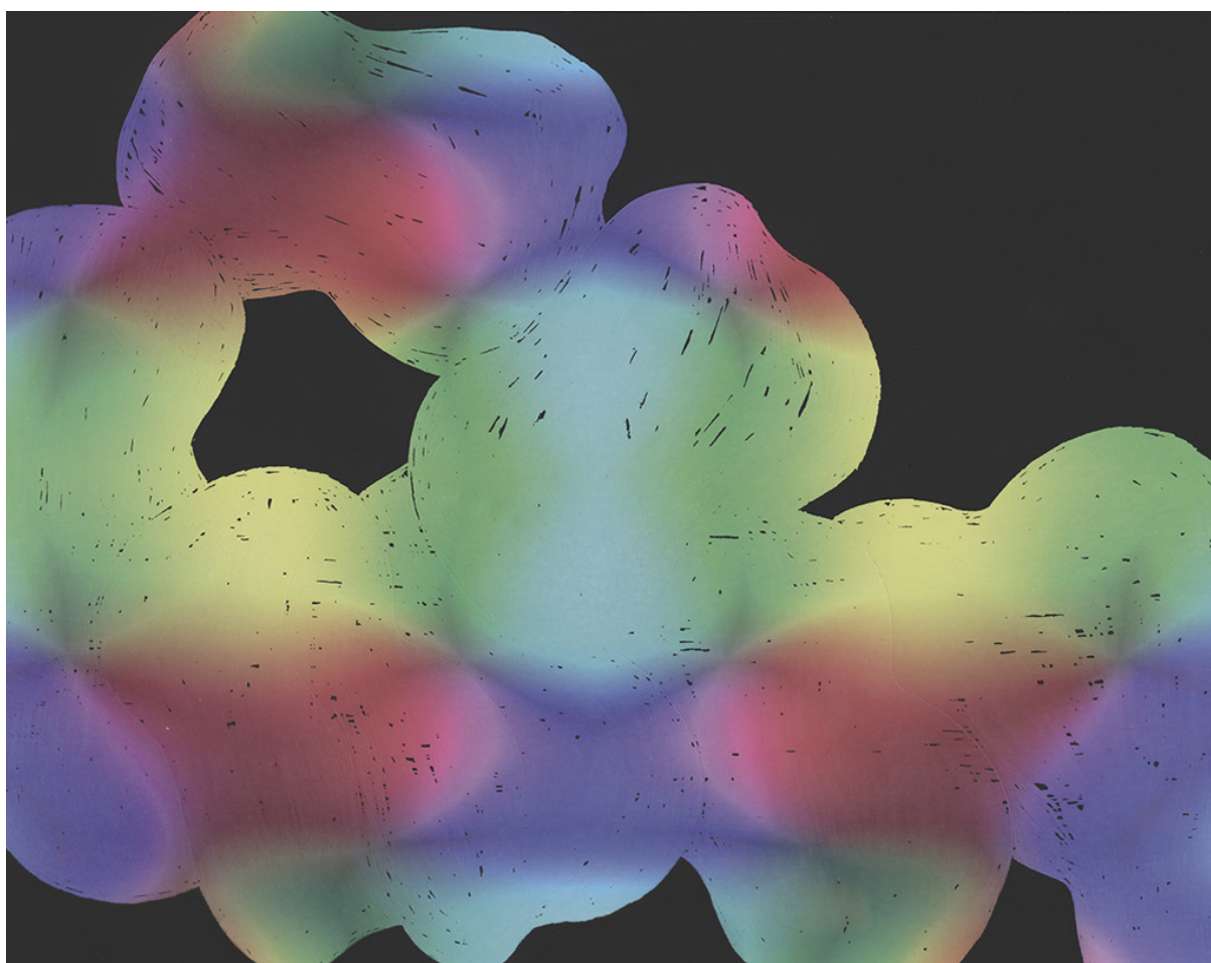
screen z proscu projektowego



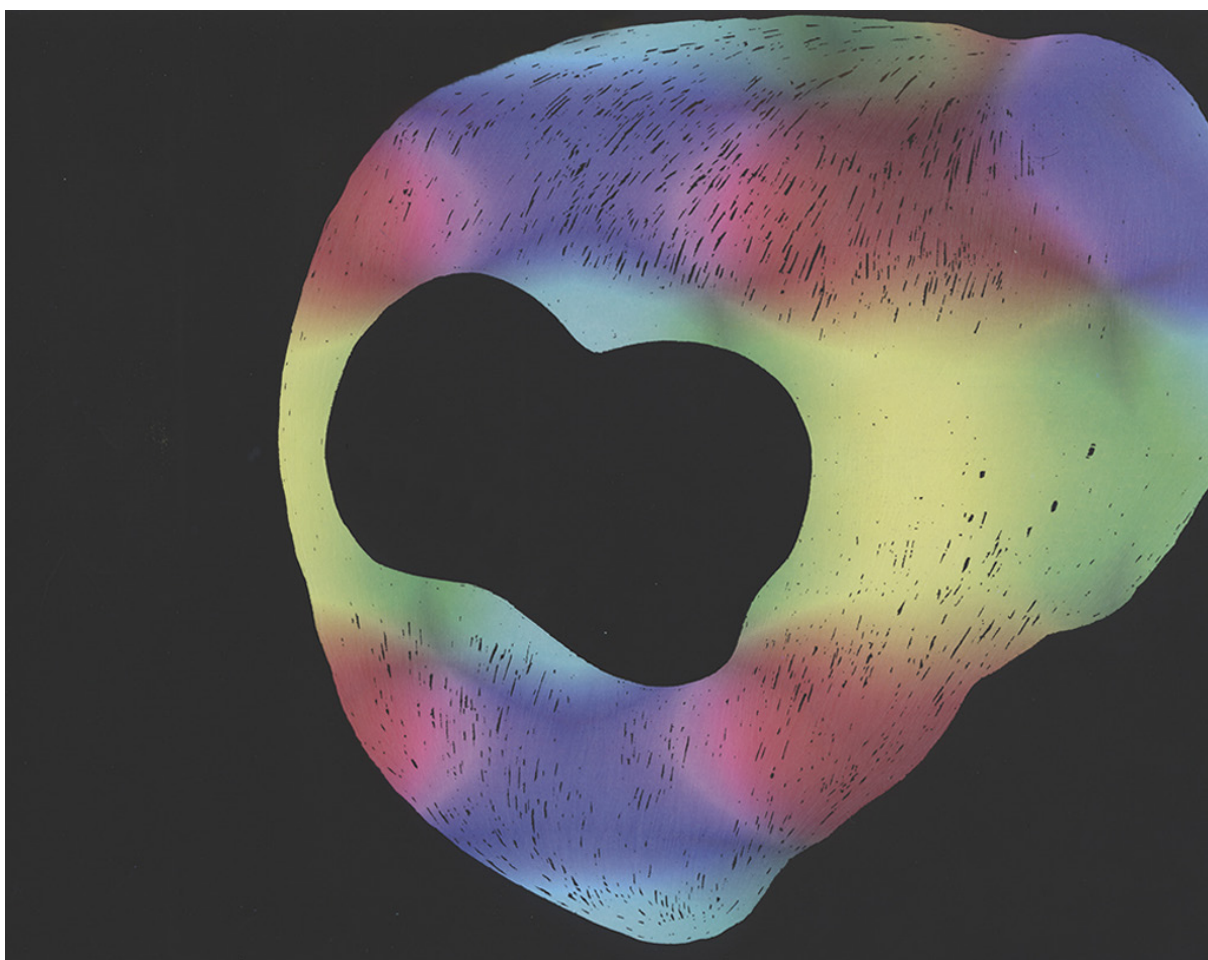
O oddychaniu, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm



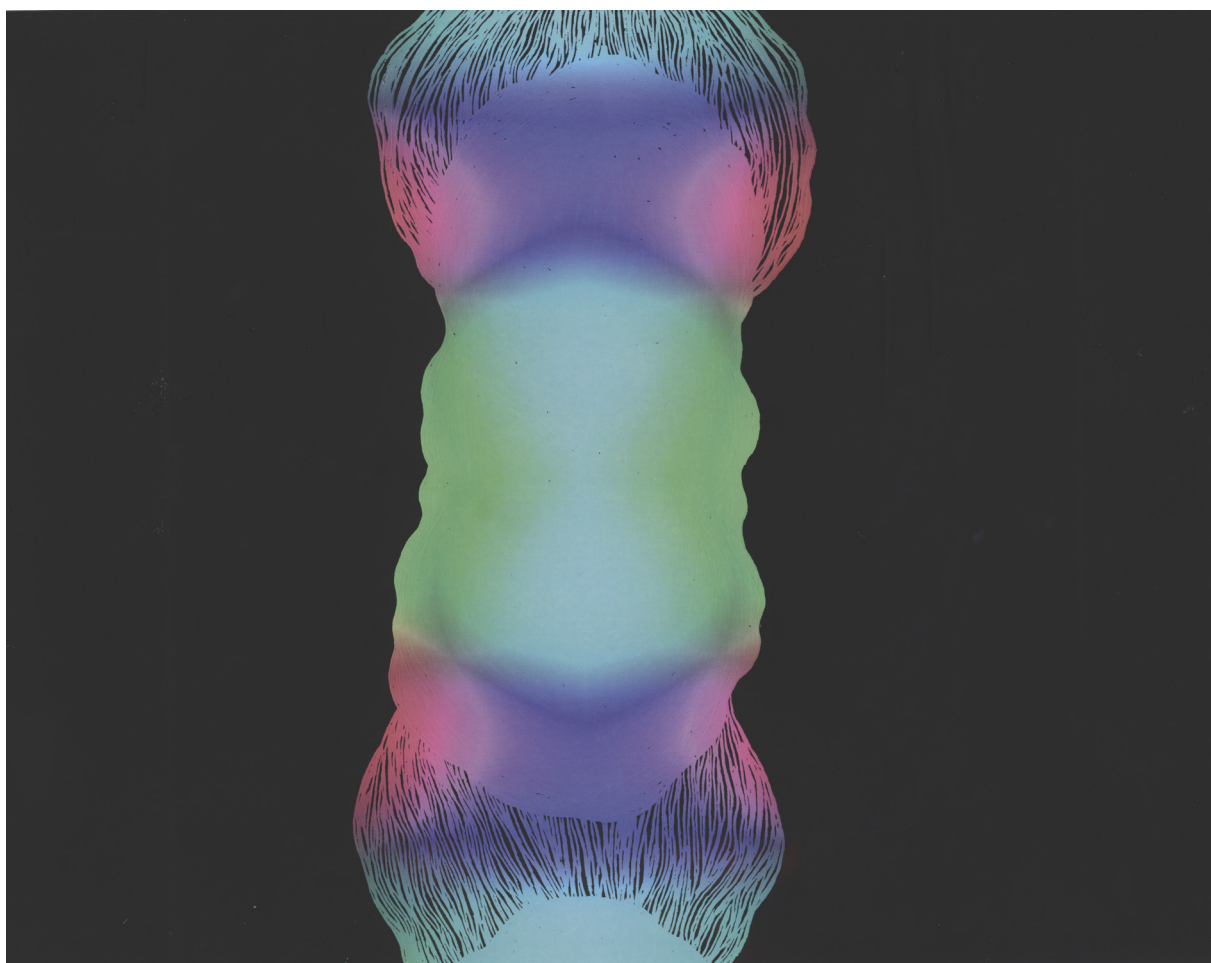
*O oddychaniu 1, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm*



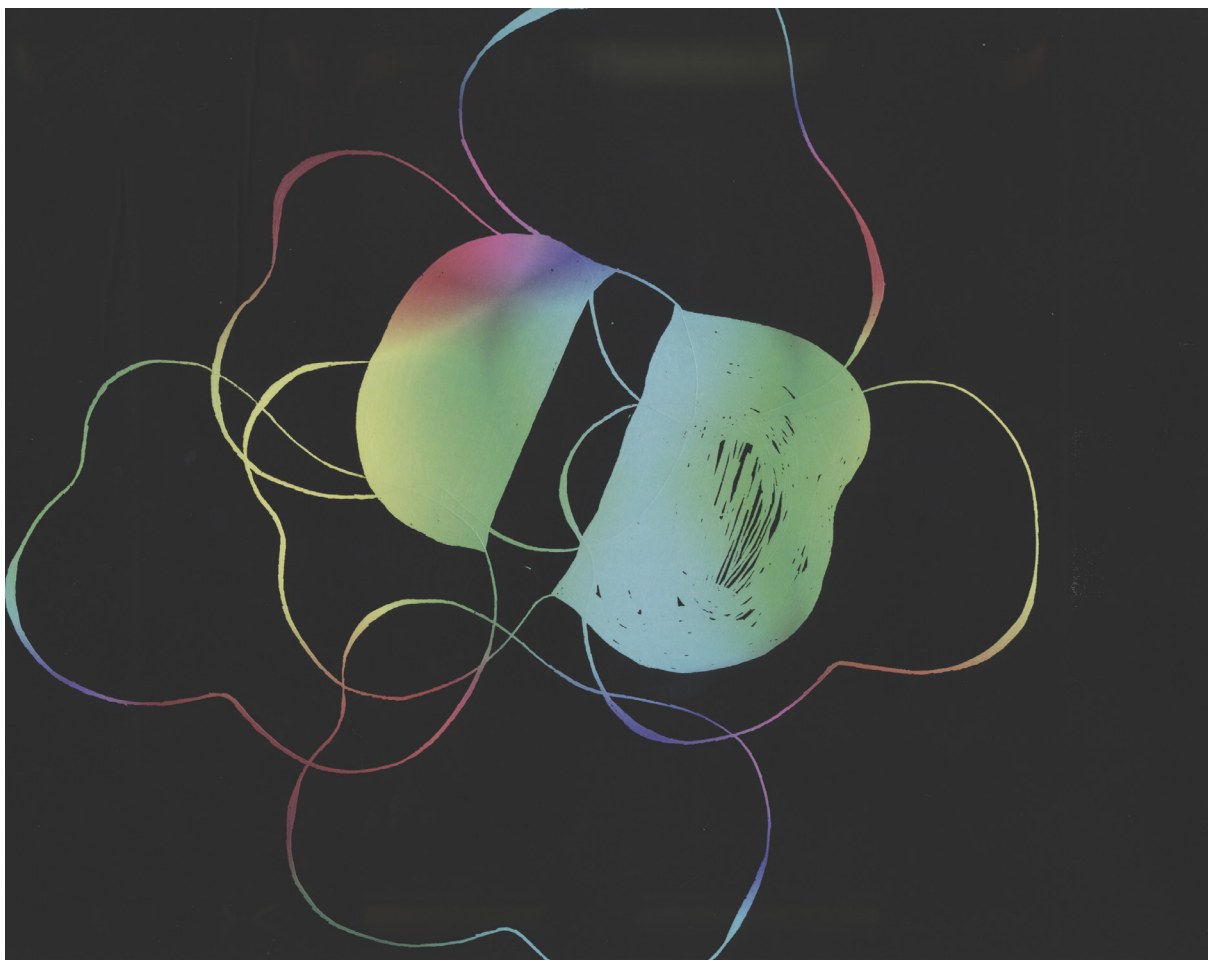
O oddychaniu 3, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm



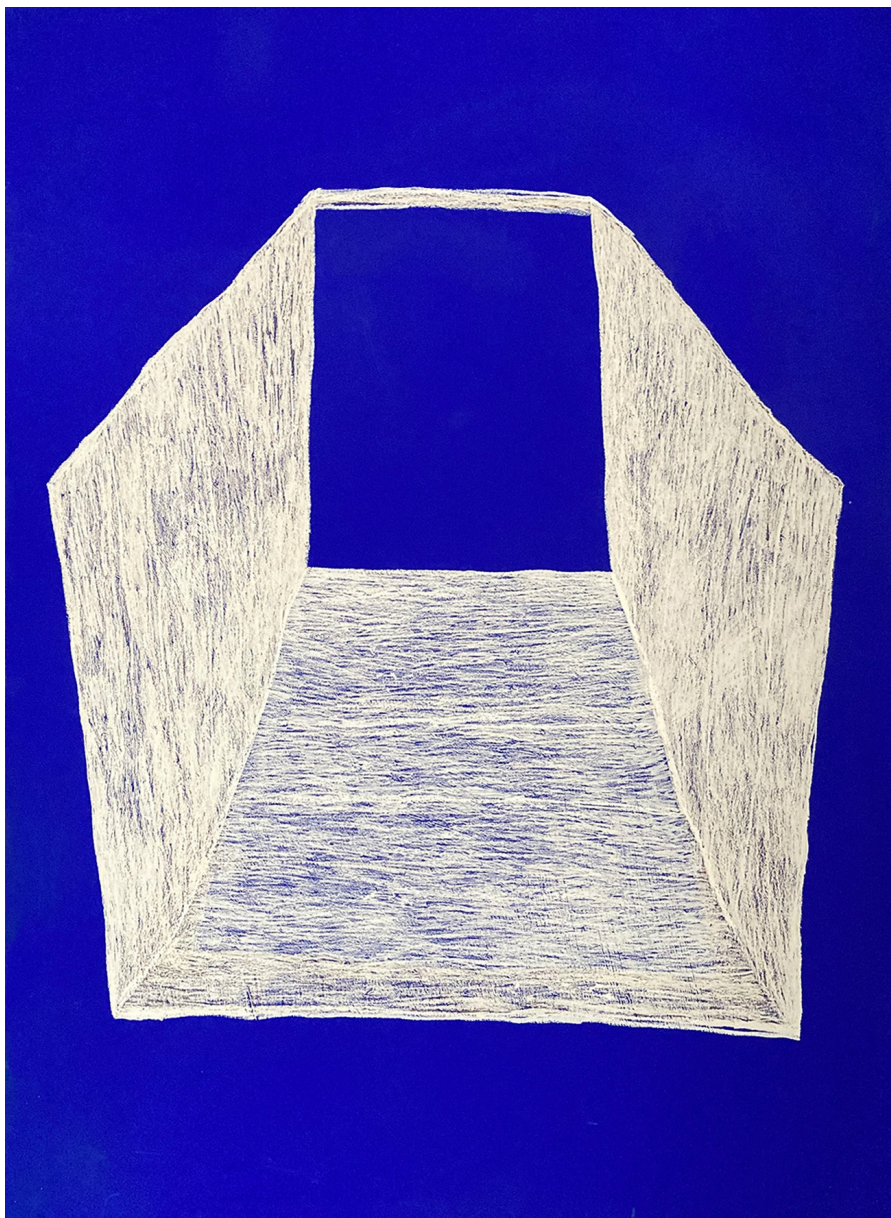
O oddychaniu 4, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm



O oddychaniu 5, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm



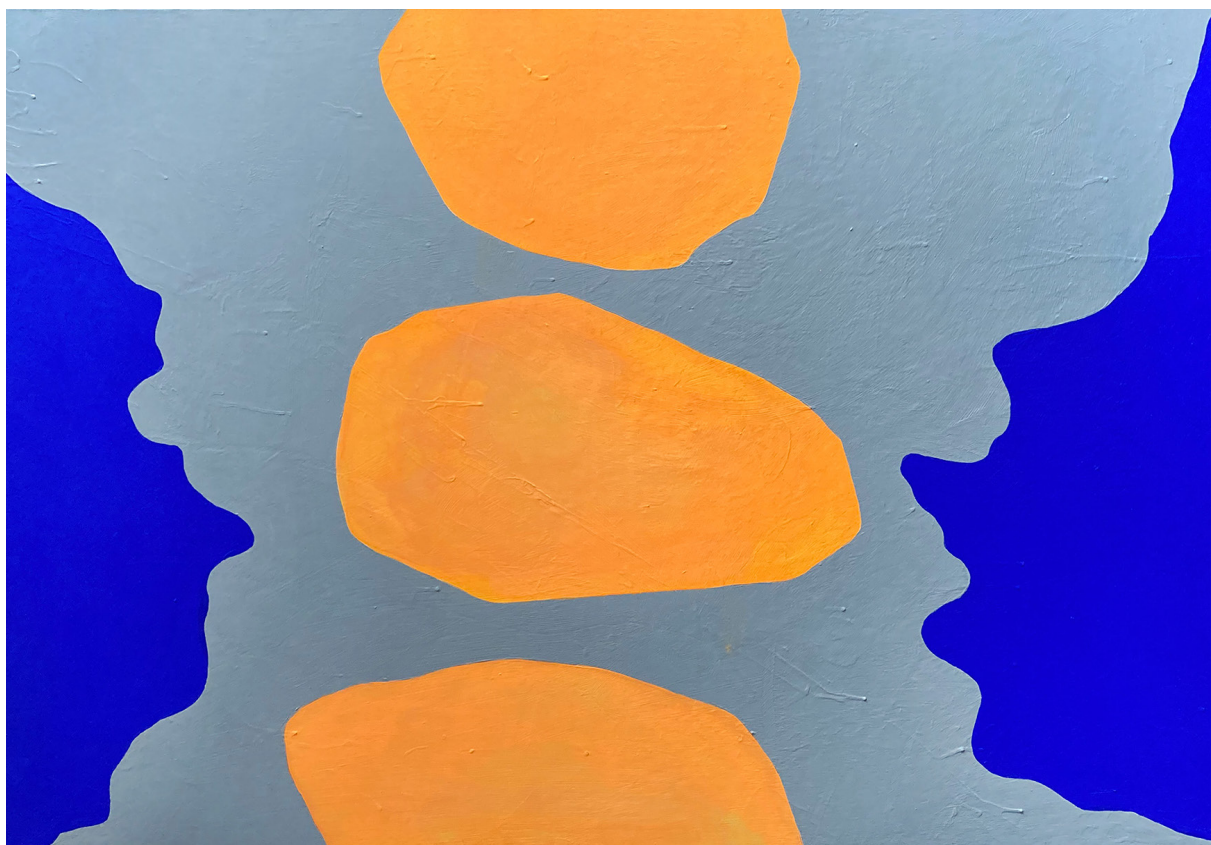
*O oddychaniu 6, 2021,
technika własna, 29,7 cm x 21 cm*



O oddychaniu 7, 2021,
technika mieszana na desce,
104 cm x 140 cm



*O oddychaniu 8, nie zakrywaj, 2021,
technika mieszana na płótnie,
90 cm x 116 cm*



O oddychaniu 9, 2022,
technika mieszana na płótnie,
95 cm x 140 cm



*O oddychaniu 10, 2022,
technika mieszana na płótnie,
95 cm x 140 cm*



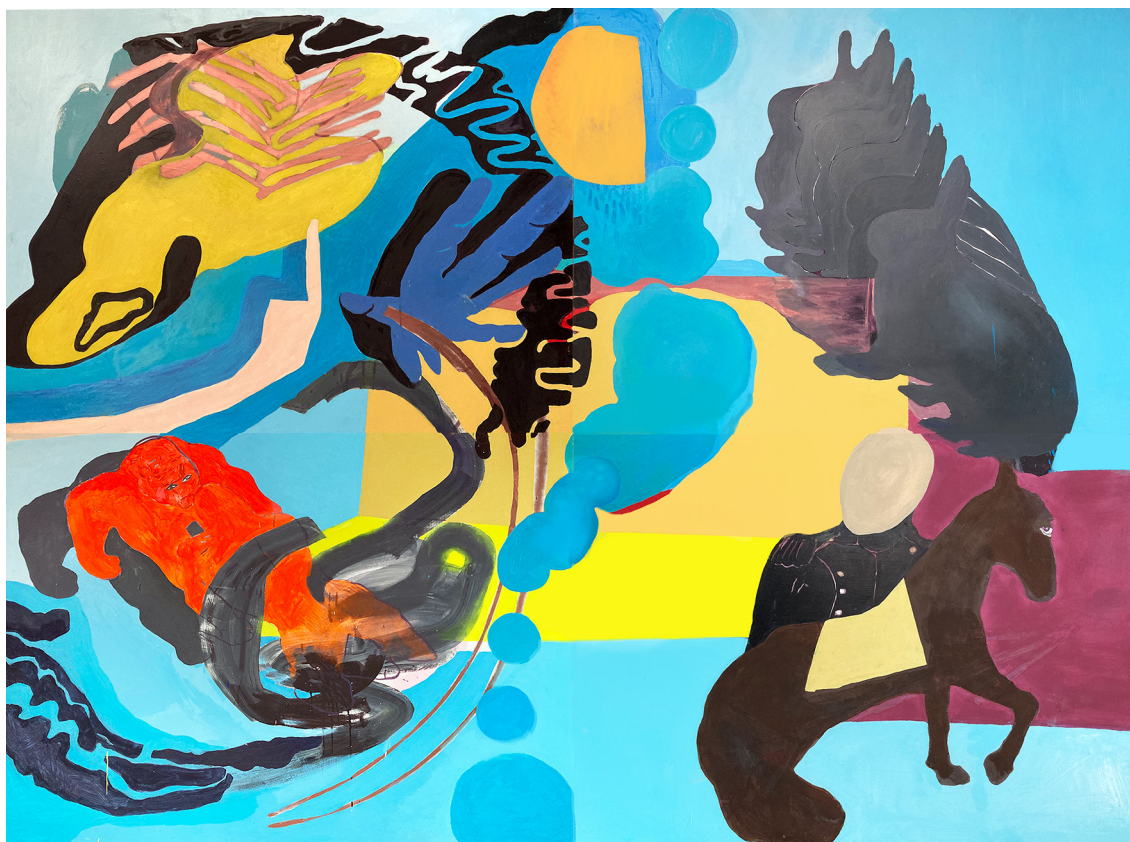
*O oddychaniu 11, 2020,
technika mieszana na płótnie,
90 cm x 90 cm*



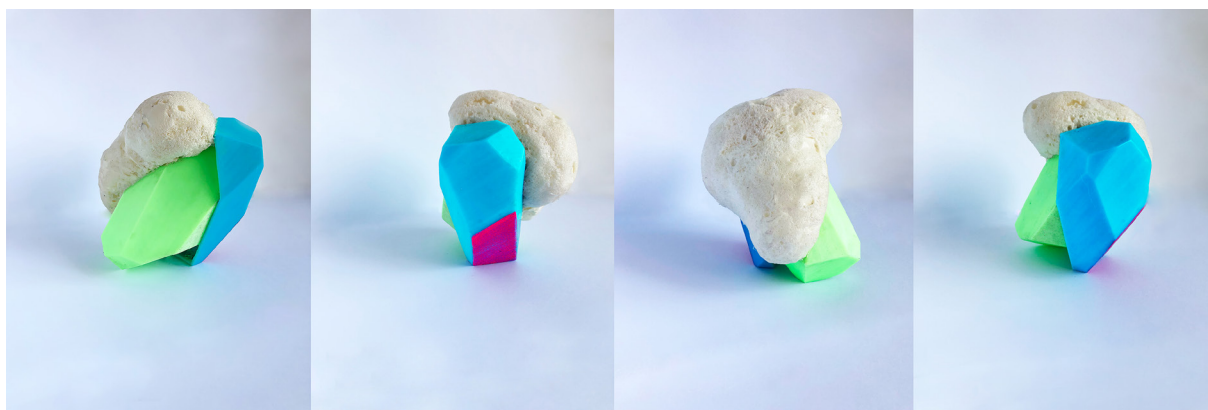
*O oddychaniu 12, 2022,
technika mieszana na płótnie,
90 cm x 116 cm*



*O oddychaniu 13, 2021,
tempera na papierze,
29,7 cm x 21 cm*



Myślenie wyobraźniowe, 2021
200 cm x 280



O oddychaniu, druk 3D, pianka
montażowa, 2020

BIBLIOGRAFIA

Literatura

Arnheim R., *Sztuka i percepcja wzrokowa: psychologia twórczego oka*, 2004, Łódź
 Bailenson J., *Wirtualna rzeczywistość, doznanie na żądanie*, Gliwice, 2019

Czapski J., *Patrząc*, Kraków, 1983

Davidson Richard J., Goleman Daniel, *Trwała przemiana*, Poznań, 2018

Dewey J., *Sztuka jako doświadczenie*, Warszawa, 1975

Kluszczyński Ryszard W. , *Ontologiczne transgresje: sztuka pomiędzy rzeczywistością realną a wirtualną w: Kultura Współczesna 1-2 (23-24) 2000*

Limont W., *Analiza wybranych mechanizmów twórczych*, Toruń, 1996

Myoo S. *Wirtualne realis. Estetyka epoki elektroniki*, Universitas, Kraków 2006.

Nestor J., *Oddech*, Łódź 2021

Rilke R. M., *Cezanne*, przeł. A. Serafin, Warszawa 2015

Shusterman R., *Świadomość ciała, dociekania z zakresu samoestetyki*, Kraków 2010

Żmijewski A., *Drżące ciała*, Warszawa. 2008