

Anna Marika Tamminen

Saat mennä

Taiteilijan meditaatio

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Teatteri-ilmaisun ohjaaja

Esittävä taide

Opinnäytetyö

17.11.2014



Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika	Anna Marika Tamminen Saat mennä - Taiteilijan meditaatio 17.11.2014
Tutkinto	Teatteri-ilmaisun ohjaaja
Koulutusohjelma	Esittävä taide
Suuntautumisvaihtoehto	Teatteritoiminnan suuntautumisvaihtoehto
Ohjaaja(t)	Metsälintu Pahkin
<p>Blogi- ja teosmuotoinen opinnäytetyö tarkastelee meditaation ja luovuuden suhdetta esittävän taiteilijan näkökulmasta. Kirjallinen työ määrittelee luovuuden taiteilijan tietämiseksi ja pohtii taiteilijan suhdetta tietämiseen meditaation, uskon ja liikkeen näkökulmista.</p> <p>Työ seuraa tekijänsä matkaa teorian kehittelyn ääreltä käytännön toteutuksiin.</p> <p>Työn teososa "Tuhon välttämättömyydestä" on tutkimustulos siitä, mitä meditaatio voi synnyttää esittävän taiteen saralla.</p> <p>Meditaation vaikutus taiteelliseen toimintaan oli yllättävää. Harjoitusprosessi, joka sisälsi meditaatiota ja vapaata liikettä nosti esiin teemoja, jotka tekijä oli rajannut ulos omasta taidekäsitteestään ja pakotti katsomaan pintaa syvemmälle.</p> <p>Opinnäytetyöprosessi muutti tekijän käsitystä itsestään taiteilijana. Se myös vahvisti voimakkaasti ymmärrystä meditaation eduista ja luovuutta tukevista vaikutuksista.</p>	

Avainsanat	luovuus, meditaatio, taiteilija

Author(s) Title	Anna Marika Tamminen You May Go - Artist's Meditation
Number of Pages Date	- 17 November 2014
Degree	Bachelor of Arts
Degree Programme	Performing Arts
Specialisation option	Drama Instructor
Instructor(s)	Metsälintu Pahkin
<p>Blog- and performance-formed thesis studies the relation between meditation and creativity from the point of view of a performing artist. The written part of the thesis defines creativity as the knowledge of an artist and studies the artist's relations to that knowledge through meditation, faith and movement.</p> <p>This thesis follows its writer's journey from forming a theory to practical application. The performing part of the thesis "About the necessity of Destruction" is result of what happens to a performing artist who meditates.</p> <p>Meditation's impact on the artistic activity was surprising. The process of practising included meditation and free movement. It brought out themes which were already outruled by performer from her own conception of art and made her look than skin deep.</p> <p>The process of writing and performing the thesis changed the author's conception of herself as an artist. It also reinforced her understanding of the benefits and support meditation has for creativity.</p>	
Keywords	creativity, meditation, artist

Opinnäytetyöblogin osoite:
taiteilijanmeditaatio.blogspot.com

