



samk

Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Satakunta University of Applied Sciences

NOORA LYYRA

## **Sulkeutumisesta avautumiseksi**

Melankolian synnyttämästä luovuudesta ja  
taiteellisesta prosessista

KUVATAITEEN TUTKINTO-OHJELMA  
2023

## TIIVISTELMÄ

Lyyra, Noora: Sulkeutumisesta avautumiseksi - melankolian synnyttämästä luovuudesta ja taiteellisesta prosessista

Opinnäytetyö, AMK

Kuvataiteen koulutusohjelma

Toukokuu 2023

Sivumäärä: 24

Opinnäytetyö käsittelee oman taiteellisen prosessin kulkua, josta on nimetty ja eroteltu sen kaksi vaihetta. Työssä tutkitaan ensimmäisen vaiheen melankolista luonnetta sen historian sekä erinäisten käsitysten kautta.

Opinnäytetyön tavoitteena on ymmärtää melankolian ja luovuuden yhteyttä, oman luovan prosessin rakennetta sekä luovan toiminnan syntyä.

Tekstissä kerrotaan opinnäytetyön taiteellisen osuuden aiheista, sisällöstä ja sen lopputuloksesta.

Avainsanat: luovuus, melankolia, luova toiminta, havainnointi

## Abstract

Lyyra, Noora: From closing off to opening up - about creativity and artistic process arising from melancholy

Bachelor's thesis

Fine arts

May 2023

Number of pages: 24

Bachelor's thesis discusses with the flow of artistic process, from which its two phases have been named and separated. The work explores melancholic nature of the first phase through its history and various perceptions.

The aim of the thesis is to understand the connection between melancholy and creativity, the structure of the creative process and the birth of creative activity. The study describes the themes, content, and result of the artistic part of the thesis.

Keywords: creativity, melancholy, creative activity, observation

# SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 MELANKOLIAN RAKENNE .....	6
2.1 Taiteellinen prosessini : Sulkeutuminen.....	6
2.2 Lyhyesti melankolian historiasta .....	7
2.3 Termin ongelmakohdat.....	8
2.4 Melankolia taidehistoriassa .....	10
2.4.1 Melencolia I .....	10
3 MELANKOLIAN OMINAISUUDET LUOVUUDESSA .....	13
3.1 Ruumiillisuus .....	13
3.2 Eristäytyminen.....	14
3.3 Mielensisäinen tila .....	15
4 OPINNÄYTETYÖN TAITEELLINEN OSIO.....	16
4.1 Taiteellinen prosessini : Avautuminen .....	16
4.2 Teoksen aihe.....	17
4.3 Teoksen sisältö ja elementit .....	17
4.3.1 Sisällön melankolisuus .....	18
5 LOPUKSI .....	21
LÄHTEET .....	23

## 1 JOHDANTO

Luovuus syntyy tilassa, jossa olen oikeastaan aika sulkeutunut. Olen yksin, hiljaisuudessa, epäilemättä mukavuusalueellani niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Olen tilassa ja hetkessä, jossa pystyn avaamaan itseni itselleni. Luulen että ilman tätä kokemusta oma luovuuteni näyttäisi varsin erilaiselle.

Vaikka maailmalta sulkeutuminen ja sieltä vetäytyminen onkin itselleni tärkeä työkalu, vaatii se myös sen vastakohtan. Sulkeutuminen tuo tarpeen toteuttaa ja saada itsestäni ulos siinä tilassa syntyneet ideat. Toteutettuaan ne näkevät päivänvalon. Minuuden sisin on silloin esillä, auki ja kenen tahansa arvosteltavissa. Se on saman kolikon kääntöpuoli ja samalla epämukavuusalueeni. Toisaalta se on myös hyödyllistä: Ilman haavoittuvaisuutta minulla ei olisi tarvetta sulkeutua - eikä ilman sulkeutumista minulla olisi tarvetta avautua.

Tämä opinnäytetyö käsittelee taiteellisen prosessini elämänkaarta: sen syntyä melankolisuudesta ja kasvamista luovaksi toiminnaksi. Tutkin työssäni melankolian ja luovuuden yhteyttä purkamalla melankoliakäsitettä, sen historiaa sekä pohtimalla sen ominaisuuksia luovuudessa. Tarkastelen opinnäytetyössäni melankolian rakennetta: siihen sisältyvää hiljaisuutta, vetäytymistä, sensitiivisyyttä ja ruumiillista kokemusta. Pohdin sen vaikutusta omaan taiteilijaintiteettiini, intuition avautumiseen sekä luovuuden syntyyn. Myöhemmissä kappaleissa avaan opinnäytetyön taiteellisen osuuden sisältöä.

Opinnäytetyöni on eräänlainen tapa jäsentää oman taiteellisen luomisprosessini kaavaa, jonka olen itselläni havainnoinut toistuvan. Tutkin melankoliaa omasta näkökulmastani sekä omien kokemusteni kautta. Tavoitteenani on tuoda esiin näkökantani ajoittain väistämättömästä mielentilasta ja tunnekokemuksesta hyödynnettävänä asiana luovuudessa. Haluan kumota ajatuksia melankolisuudesta ainoastaan vahingollisena kokemuksena.

## 2 MELANKOLIAN RAKENNE

### 2.1 Taiteellinen prosessini : Sulkeutuminen

Opinnäytetyöni työstäminen on ollut yksi sysäys oman taiteellisen prosessini syvempään ymmärtämiseen. Olen kauan tiedostanut prosessiini sisältyvän melankolisia sävyjä, vaikka en ole osannut täysin havaita sen yhteyttä prosessini kulkuun. Pyöritellessäni melankolisuuden esiintymistä ja merkitystä luovassa tekemisessäni, hahmottui kuitenkin päässäni vähitellen prosessin aikajana. Prosessi kulkee janalla ikään kuin spiraalin muotoisesti: se alkaa pienestä pisteestä, aina kiertyen ja laajentuen keskiöstään ulospäin. Spiraalimaiset luovat prosessit ovat todennäköisesti jatkuvasti toisistaan eroavia ja ainutlaatuisia projektien vaihtuessa. Ne myös sisältävät intuitiivisen työskentelyn myötä vaihteita, jotka ovat itsellenikin vielä tuntemattomia. Olen kuitenkin havainnoinut kiertyvässä janassa toistuvan vaiheet, jotka olen nimennyt sulkeutumiseksi ja avautumiseksi sekä näitä seuraavaksi toistoksi.

Sulkeutuminen on luovan prosessin ensimmäinen vaihe. Ensimmäisenä vaiheena se sisältää itse ideoita ja työstämistä varten tarvittavat havainnot, tunteet ja kokemukset. Luonteeltaan tämä vaihe on nonverbaali ja sisäinen, sekä se sisältää enemmän tiedostamattomia ja emotionaalisia tekijöitä. Kutsun tätä vaihetta sulkeutumiseksi, vaiheen sisältäessä melankolisen pohjasävyn ja kaihoisen olemuksen. Prosessin ensimmäinen vaihe vaatii omaan oloon vetäytymistä, sisäänpäin kääntymistä, tyhjyyttä ja hiljaisuutta – siis melankolista ydintä.

Melankoliaa on tutkittu laajasti kautta aikojen. Se mielletään usein nykymerkitykseltään alakuloisuudeksi, apeudeksi ja synkkämielisyydeksi ilman ilmeistä syytä. Jokaisella yksilöllä on kuitenkin oma erilainen ymmärrys melankoliakokemuksestaan. Melankolia ei ole välttämättä vain tunne vaan myös mielentila, paikka tai ruumiillinen kokemus. Miksipä ei myös esimerkiksi kollektiivinen muisto tai osa yksilön identiteettiä (Johannisson, 2012, s. 12). Miellän omassa melankoliakokemuksessani yhdistyvän herkkyyden, itsereflektion sekä

sulkeutuneisuuden. Melankolisuuteni kautta tuleva yksinäisyys tuo kokemukseen rauhan ja turvallisuuden tunteita, jolloin luovuus pääsee parhaiten oikeuksiinsa (Cameron, 2005, s. 83). Tarvittava vetäytyminen voi luoda myös puitteet keskittymiselle ja mielensisäiselle avautumiselle. Se voi tuoda kokemukselle meditatiivisia itseensä, ruumiiseensa ja ajatuksiinsa uppoutumista. Kokemuksena se on aistillinen, sillä sen voi lähes tuntea ruumiillisessa ydinmuistissa. Näitä ominaisuuksia ja niiden yhteyksiä tulen tutkimaan läpi opinäytetyön.

Tässä osiossa tutkin ensimmäisen vaiheen, sulkeutumisen, melankolista sisältöä. Jotta omaa melankoliakokemustaan, sen merkitystä, vaikutusta ja yhteyttä luovaan toimintaan voisi analysoida luontevasti, on hyvä tutkia myös termin sisältöä, sen eri käsityksiä ja historiaa.

## 2.2 Lyhyesti melankolian historiasta

Kun melankolia luokitellaan ainoastaan synkkämielisyydeksi, on se turhan yksiselitteistä monitasoiselle kokemukselle. Melankolian monimuotoisuutta ilmentää ominaisuuksien lisäksi sen mutkikas historia: Melankolian alle jäsenyyttä antiikin ajoilta saakka erilaisia ruumiillisia sekä sielullisia oireita. Sen oireiksi on lueteltu kaikki surumielisyydestä ahdistukseen, harhoista pelkotiloihin, tai jopa aggressiivisuuteen. Sen ajateltiin aiheutuvan liiallisesta mustasta sapesta, jonka uskottiin sijaitsevan eri puolilla kehoa joko kylmänä tai kuumana. Myös mustan sapsen vähäisyyttä pidettiin huolestuttavana. Melankolikoiden ulkoisiin ominaisuuksiin uskottiin lukeutuvan epätavallisen tummunut iho, mustat paiseet ja muut ihomuutokset. He saattoivat kärsiä uniongelmista, syömiseen ja ruuansulatukseen liittyvistä häiriöistä tai halvauksista. Kokemukseen uskottiin liittyvän jopa erilaisia muodonmuutostiloja, joissa potilaat kokivat olemuksensa muun muassa ihmisen ja eläimen sekoitukseksi. (Ahonen, 2020, luku 15.)

Kaikkien näiden hämmäntävältä kuulostavien oirekuvausten taustalla on kuitenkin verrattain samaistuttavia kuvauksia: Antiikin filosofien kirjoituksissa

kerrotaan melankolisuuden luomasta erityisestä herkkyydestä yhteyksien ja havaintojen vastaanottavuuteen. Luovien tekijöiden koettiin hyötyvän mielen liikkuvuudesta ja herkkyydestä, kyvystä avautua ja antautua kokemuksilleen. Melankolian kirjoitettiin myös liittyvän aivoja kuormittavan työn raskauteen, joka koetteli samanaikaisesti niin kehoa kuin mieltä. Yksinäisyyteen ja hiljaisuuteen vetäytymisen koettiin mahdollistavan omistautumisen syvälliseen sekä merkitykselliseen tietoon. (Ahonen, 2020, luku 15.)

### 2.3 Termin ongelmakohdat

Melankolisuudesta puhuminen on kuitenkin usein kiusallista. Tunnen joutuvani selittelemään ja puolustamaan kokemuksiani, jottei niistä aiheutuisi vääränlaisia mielikuvia. Epävarmuus juontuu muun muassa termin aiheuttavista eriävistä ymmärryksistä niin yksilöillä kuin yhteiskunnalla. Onkin siis tärkeää käsitellä lyhyesti muutamia melankoliatermin ongelmakohtia.

Melankolisuudesta puhuttaessa on tärkeää alleviivata ensimmäisenä mielen-tilan ja sairauden erot: Melankolia ja masennus eivät ole synonyymejä toisilleen. Puhun tekstissäni melankoliasta kokemuksena, jonka kautta voi parhailaan ammentaa luovuutta ja ymmärrystä itsestään. Masennus taas on sairaus, joka syö pahimmillaan kaiken ympäriltään kuin musta aukko, luovuuden mukaan lukien. Melankolian voi ajatella sisältävän mahdollisuuksia, kun taas masennus voi estää mahdollisuuksien havainnoinnin. Tällöin masennus voi olla luovuuden vihollinen, luovuuden edellyttäessä kykyä mahdollisuuksien näkemiseen. Melankolisuutta taas voi käyttää luovuuden polttoaineena. (Harju, 2021.)

Melankoliakokemuksen individualistisuus yksilön mukaan tai sen yhdistäminen sairauteen aiheuttaa ymmärrettävästi paljon erilaisia mielikuvia kyseisestä mielentilasta. Ajan mittaan termi on ehtinyt muuntautumaan monesti niin tunnusmerkeiltään kuin näkemyksiltään. Välillä sen on ajateltu kertovan yksilön ”hulluudesta” tai ”dramaattisuudesta”, joskus taas ”jumalallisesta neroudesta” tai ”boheemista taiteilijuuudesta”. Termin monimuotoisuus on



kuitenkin myös loogista, kun kyseessä on yksilön tunne ja tila, jota on mahdotonta kääntää täysin kieleksi tai sanoiksi (Kristeva, 1998, s. 68–78). Voiko ilman kyseisen tunnekokemuksen kielelle kääntämistä olettaakaan ulkopuolisilta täyttä ymmärrystä?

Eroavat käsitykset ja stigmat melankolisuudesta puhuttaessa aiheuttavat helposti sen, ettei melankoliakokemustaan halua tuoda ilmi. Saati uskoa kokemuksen hyödyllisiin puoliin luovuudessa. Kaikenlainen herkkyys voidaan nähdä pahimmillaan teennäisenä tai häpeällisenä. Vaan jos tunteet ja mielen-tilat lukeutuvat ihmisten määrittelemään tunteiden ”normaaliin kirjoon” on niitä silloin pidetty autenttisina kokemuksina. Mutta mistä voimme tietää, etteivät ihmiset tuntisi juuri niin kuin kuvailevat tuntevansa? Juuri tällöin tunteen kielelle kääntymättömyys astuu ongelmaksi.

Alakuloisten tunnekokemusten ymmärtämättömyys ja torjuminen on yhteiskunnallisesti ristiriidassa. Kokemukset ymmärretään reaktioina muuttuvassa maailmassa, jossa yksilöille asetetaan ylitsepääsemättömiä edellytyksiä. Toisaalta samat kokemukset eivät mukaudu yhteiskunnan vaatimuksiin sen jäseniltä: ne koetaan epäkäytännöllisinä ja aikaansaamattomuutena maailmassa, jossa täytyisi olla aktiivinen, hyödyllinen ja samalla ainoastaan positiivinen.

Olen tietysti eri kannalla yhteiskunnan vaatimusten kanssa: Se, minkä joku näkee haitallisena ominaisuutena, on joillekin juuri se puoli, josta oma työskentely saa tärkeimmät aineksensa. Taiteellisessa työskentelyssä alakulois-sävytteiset momentit, staattisuus ja herkkyys voivat olla juuri niitä luovuuden, havaintojen ja toiminnan vastaanottavia voimia. Jos luulee melankolian jäävän tyhjyydeksi tai tekemättömyydeksi, voi olla erehtynyt: mahdollisesti juuri sieltä taiteilija voi hakea elementtejä luovuuteensa ja synnyttää uutta (Kristeva, 1998, s. 8–9).

## 2.4 Melankolia taidehistoriassa

Omien kokemusten ollessa ainutlaatuisia sekä kielelle täysin kääntymättömiä, on lähes mahdotonta tietää myöskään muiden ainutkertaisten prosessien sisäisistä tunnekokemuksista. Uskon kuitenkin taiteilijan olemuksen heijastuvan mahdollisesti heidän omaan taiteeseensa, sen elementteihin tai aiheisiin. Siksi onkin kiinnostavaa tutkia mahdollisia melankoliakokemuksia myös taidehistorian ja erinäisten teosten kautta. Voiko toisen taiteilijan teoksista löytää jotain itselleen tuttua? Tai voisiko niiden avulla oppia jotain itsestään ja prosessistaan? Uskaltaisin väittää, että kyllä.

### 2.4.1 Melencolia I

Melankoliasta puhuttaessa täytyy kohdistaa huomio toviksi taidehistorian klassikkoteokseen, Albrecht Dürerin kuparikaiverrukseen *Melencolia I* (Kuva 1). Renessanssiajan teoksen merkityksestä on kiistelty kautta aikojen. Eikä mikään ihme, sillä teos kuvastaa mielestäni ansioituneesti melankoliakokemuksen yksilöllisyyttä, ainutlaatuisuutta ja ennen kaikkea monimuotoisuutta.

Teoksessa siivekkään hahmon ympärillä vallitsee kaaos. Ympäristössä esiintyy symbolisia elementtejä kuvaamassa muun muassa ajan kulumista, nääntymistä ja kuihtumista. Ympäristössä lojuu geometriaan ja mittaukseen liittyviä esineitä, joiden avulla taiteilija saattoi pyrkiä teoksissaan virheettömiin yksityiskohtiin (National Gallery of Art, n.d.). Elementtien kautta voi siis olettaa taiteilijan viittaavan teoksessaan taiteen tekemiseen. Selvää on teoksen sisäisen tunnelman kaihoisuus.

Teos on yhdistetty tulkinnoissaan niin alkemiaan, astrologiaan, teologiaan kuin filosofiaankin. Kuitenkin yleisin kuva-analyysi viittaa teoksen kuvaavan itse luovan taiteilijan melankoliaa. Tällöin teos on kuin henkinen omakuva Düreristä itsestään. (National Gallery of Art, n.d.)

Analyysia tukee niin teoksen esineet, kuin sen nimikin. On todennäköistä, että nimen ”I” viittaa kolmesta melankoliatyypistä ensimmäiseen. Silloiset

melankoliatyypit olivat erään saksalaisen humanistin laatimia määritelmiä. Näistä ensimmäinen, *Melancholia Imaginativa*, kuvailee luovaa melankolikkoo, jonka mielikuvitus valtaa järjen ja mielen. (Stańska, 2021.)

Monissa analyyseissä kerrotaan kuinka siivekäs hahmo, itse taiteilija, vaikuttaa turhautuneelle luovuuden tyssätessä. Hahmon siivet ovat kuvastamassa vapautta, mutta silti hän istuu tukevasti paikoillaan. Ehkei lentäminen ole hänelle edes mahdollista. Viittaus voi hyvin liittyä tähän luovuuden lukkiutumiseen.

Huomioni kohdistuu kuitenkin tikkaisiin keskellä teosta. Ne näyttäisivät alkavan vain matkan päästä hahmosta, mutta ne jatkuvat aina kuvan ulkopuolelle. Onko hukattu inspiraatio kuvan ulkopuolella? Voisiko tähän luovuuteen ja ideointiin päästä käsiksi tikkaita pitkin? Ehkä Dürer tiesi, ettei siipiä tarvita sen saavuttamiseksi. Ehkä luovuuden voi saavuttaa, vaikka tiedostaisi oman rajallisuutensa ja kärsisikin siitä. Nyt kysymyksekseni herää Dürerin kokemus melankolian ja luovuutensa yhteydestä.

Voisiko *Melencolia I* olla kuvaus taiteilijan melankoliakokemuksen hyödyllisyydestä? Ehkä teos kuvastaa taiteilijan ideointivaihetta tai hetkeä ennen luovuuden syttymistä: Hahmo näyttää keskittyneen mielteliäältä tuijotellessaan häikäisevään horisonttiin. Miljööön kaaos voi olla esitys taiteilijan omanlaisesta järjestyksestä. Tai mahdollisesti se kuvastaa mielensisäisten havaintojen organisoitua ja sen vaiheillaan olevaa prosessia, joka kohta saatetaan päätökseen. Kyseessä voisi olla kahden hetken rajalla oleminen, rajatilat. Muodonmuutos tekemättömästä taiteilijasta tekeväksi taiteilijaksi. Sulkeutumisesta avautumiseksi.

Analyysejä on monia, eikä oikeita vastauksia todennäköisesti tiedetä koskaan. Mutta vaikka tulkinnat peilautuvatkin aina omista kokemuksistani, voi Dürer tai joku muu taiteilija olla samojen pohdintojen äärellä omista melankoliakokemuksistaan.

Olipa Dürer ajatellut melankoliakokemuksensa hyödylliseksi tai haitalliseksi taiteellisessa toiminnassaan, on se kuitenkin tuottanut kulttuurillisesti merkittävään taideteokseen. Samalla tulkinnoiltaan hyvinkin yltäkylläisen sellaisen.



Kuva 1. *Melencolia I*, Albrecht Dürer, 1514

### 3 MELANKOLIAN OMINAISUUDET LUOVUUDESSA

Melankoliakokemuksessani on paljon erilaisia ominaisuuksia ja piirteitä, joiden koen kytkeytyvän luovaan työskentelyyni. Olen luetellut tekstissä aiemmin useita esimerkkejä, mutta aihealueen laajuuden vuoksi tarkastelen tarkemmin niistä seuraavaksi kolmea - ruumiillisuutta, eristäytymistä sekä mielensisäistä tilaa.

#### 3.1 Ruumiillisuus

Vaikka historiassa on paljon tapauksia, joissa silloisia melankoliapotilaita hoidettaisiin nykypäivänä lääketieteellisin menetelmin, on tapausten ruumiillisissa kokemuksissa myös jotain resonoivaa. Kuten 1600-luvun *muodonmuutosmelankoliassa*. Kyseisestä melankoliasta kärsivä saattoi kokea kehonsa sulaksi voiksi, hauraaksi saveksi tai kärventyväksi oljeksi. Näille melankolikoille ominaista oli suojella tarkasti haurasta kehoaan ja mieltään. (Pulakka, 2015.)

Muodonmuutosmelankolian alle asettuu *lasimiehet*, joiden kuvailussa on jotain mystisesti tuttua: Lasimiehet kokivat kehonsa yhtä hauraaksi kuin lasin ja uskoivat sen rikkoutuvan vähäisestäkin kosketuksesta. He kokivat ruumiinsa olevan valolle herkkiä ja läpinäkyviä. (Pulakka, 2015.) On tietysti hieman vaikeaa ja kiusallistakin kuvailla jollekin ulkopuoliselle samaistuvansa vastaavanlaisen kuvailuun. Minulle melankoliakokemuksessa on kuitenkin tietynlaisia ruumiillisia ja kehollisia ominaisuuksia: Siihen liittyy eräänlaista läsnäolon kokemusta niin ruumiillisesti kuin myös minuuden ytimessä. Oman olemuksen hauraus ja hajoavaisuus on siis kokemuksessa niin psyykkisesti kuin fyysisesti läsnä. Melankolisuuden ruumiilliset kokemukset yhdistän havaintojen ja siten luovuuden syttymiseen, sekä tietenkin vahvasti itse taiteelliseen työskentelyyn. Melankolisuudessani koen kehoni jollain tavalla herkkänä, hidastuvana sekä minuuden läsnäolon turvassa sen sisimmässä. Kehossani olemalla voin avautua itse itselleni.

Nostan huomion ruumiillisesta kokemuksesta, sillä se on taiteellisen toiminnan oleellinen osa. Vaatiihan luova työskentely useimmiten kehon liikkeen ja ajattelun yhteistoimintaa. Keho on meidän perustamme: Se on moniulotteinen, kaiken oman kokemuksen ja tiedon sisältävä tila, joka viestii aistimuksillaan. Kehomme on meille ennen kaikkea omamme – ja siten äärimmäisen tuttu. On siis mielestäni ymmärrettävää, että keho, siihen liittyvät kokemukset sekä aistit ovat usein luovuuden lähtöpisteenä.

### 3.2 Eristäytyminen

Menneisyydessä melankolikoiden herkkää kehotuntemusta seurasi ulkomailmasta eristäytyminen. Se oikeutti kaiken sosiaalisen kanssakäymisen torjumisen, jolloin melankolikko sai luoda puitteet omaan keskittymiseensä syventymiselle. (Johannisson, 2012, s. 124.) Omavalintainen vetäytyminen oli jotain hyödynnettävää, ei niinkään vastenmielistä yksinäisyyttä tai ikävystyneisyyttä.

Ilman eristäytymistä luovuuteen kytkeytyvää melankoliakokemustani tuskin olisi. Yksinolo onkin omassa kokemuksessani usein välttämätön. Minulle siinä on kyse hakeutumisesta hiljaisuuden tilaan, jossa ärsykejä on mahdollisimman vähän. Tulkitsen tarpeen kumpuavan usein taiteen tekemiseen sisältyvistä ongelma- ja umpikujatilanteista. Eristäytyminen on myös inhimillistä puolustautumista ylikuormitusta vastaan. Koen sen tarvittavana osana luovaa prosessia sen tuoman levon, aivojen nollaamisen ja ajoittaisesti tarvittavan joutilaisuuden kautta.

Vetäytymisen syynä voi olla myös oma yliherkkyys ärsykeille. Yliherkkyys ja eristäytymisen tarve luovassa ajattelussa ja toiminnassa ovatkin varsin järjestyksellisiä yhtälö. Kuten psykologian tohtori ja psykoterapeutti Elaine N. Aron (1997, s. 39) toteaa, yliherkät yksilöt voivat suoriutua paremmin rauhallisemmassa ympäristössä, jolloin he voivat hyödyntää herkyyttään muun muassa luovuudessaan.

Yliherkkyydessä ja tilanteiden liiallisen intensiivisessä kokemisessa on tietysti omat ongelmakohtansa. Kuitenkin omaa sensitiivisyyttään ja sen tuomaa vastaanottavuutta voidaan pitää voimavarana luovuudessaan, jos yksilö oppii sen tuntemaan ja sen kanssa menettelemään.

### 3.3 Mielensisäinen tila

Samalla kun luovuuteni melankoliakokemuksessa vetäydyn fyysisesti yksinäiseen tilaan, teen sen samalla myös psyykkisesti. Melankoliakokemustani kuvailisinkin pääsylippuna eräänlaiseen minuuden sisäiseen tilaan ja piilopaikkaan. Siinä tilassa majailee omat havaintoni, tieto ja ideat, joita voin halutesani järjestellä, tarkastella ja poimia seuraaviin projekteihini. Vastaavanlaisista tiloista kertoo taiteen tohtori ja intuition tutkija Asta Raami (2022) haastateltuaan keksijöitä ja luovien alojen ammattilaisia: Heille yhteistä oli ideoiden ammentaminen erilaisista sisäisistä huoneistaan. Eräs haastateltavista kertoi mielensisäisistä toimistoista, toinen taas monioksisesta tammesta, jonne kaikki tieto ja havainnot paikantuivat. Paikan saattoi nähdä myös esimerkiksi mielen kerrostalona, jossa kerroksia on käytössä niin monta kuin uskaltaa tutkia. (Raami, 2022, 13:00.)

Mielensisäisen tilani tunnistamisen olen huomannut tehostavana tekijänä taiteelliselle toiminnalleni. Se on tehnyt muun muassa monen ideointivaiheen sujuvammaksi ja nopeammaksi, kun havainnoi kaiken aineksen löytyvän itseltään yhteneväisestä paikasta. Siinä paikassa vieraillessaan on esteettömämpää yhdistellä ja organisoida ajatuksia sekä tarkastella niitä eri kulmista. Tässä paikassa ne pääsevät kehittymään tavoiteltuun muotoonsa luonnollisimmin.

Kyseiseen tilaan pääseminen vaivattomasti vaatii kuitenkin sen harjoittelua ja jatkuvaa kehittämistä, sillä uskon myös luovuuteni systeemin muuntautuvan jatkuvasti. Kuitenkin tiedän sen olevan olemassa itselleni tässä hetkessä eskapismimaisena, tai todellisuuspakoisena, mutta ennen kaikkea turvallisen kotipesän kaltaisena. Ja vaikka kuinka järjettömälle mielensisäisten tilojen

ilmenemismuodot ja niihin liittyvät kokemukset kuulostavat, pyrin luottamaan omaani sellaisenaan kaikkine älyttömyyksineen. Jokaisen yksilölliseen luovuuteen liittyy kuitenkin varmasti jotain jokseenkin outoja seikkoja ja omia omituisuuksiaan.

## 4 OPINNÄYTETYÖN TAITEELLINEN OSIO

### 4.1 Taiteellinen prosessini : Avautuminen

Sulkeutumisvaihetta seuraa avautuminen. Se on edenneen prosessin vaihe, jolloin ideat ovat päässeet kypsyään vetäytymisen, sisäänpäin kääntyneisyyden ja hiljaisuuden myötä. Itse työskentely voi alkaa tämän kypsymisjakson jälkeen, kun ajatukset, ideointi ja luonnokset ovat kasvaneet täyteen mitaansa. Kutsun tätä vaihetta avautumiseksi, sillä se on luonteeltaan enemmän verbaali ja ulospäinkääntynyt. Se sisältää pikemminkin tietoisia ja älyllisiä tekijöitä. Kuten sanottua, se on kuin saman luovuuden kolikon kääntöpuoli. Tai kuten spiraalimaisen muodon purkautuneet ja vapautuneet ulkokehät.

Sulkeutumista ei tapahtuisi ilman avautumista. Mutta samalla voi ajatella sulkeutumisen menettävän perusteensa, jos sen jälkeistä avautumista ei tapahtuisi. Kumpikin on siis yhtä ratkaisevina tekijöinä niin taiteellisessa prosessissani, kuin omakohtaisessa kasvussa ja paranemisessa. Tämä siitä syystä, että prosessin molemmissa vaiheissa taitelijaidentiteettini pääsee ottamaan uutta, parantunutta muotoaan toivuttuaan sitä aiemmasta prosessin vaiheesta. Luova prosessi etenee haavoittumisesta sitä seuraavaan toipumisjaksoon, jonka jälkeen prosessi toistuu aina uudelleen.

Taiteen tohtori Jaana Houessou (2010, s. 115) kertoo, etteivät hänen omat teoksensa synny työhuoneella, mutta ne toteutuvat siellä. Koen vastaavanlaisesti luovuuden syntyneen sulkeutumisvaiheen aikana, kun taas luovuuden tuote toteutuu vasta avautumisvaiheessa. Samassa avautumisvaiheessa



muodostuu myös teoksen sanoittaminen. Kuitenkin teoksen ottaessa konkreettisen muodon ja kielen, tarkoittaa se samalla sen esillä oloa. Vaikka prosessi johdattelee sulkeutumisen kautta avautumiseen, on se kaikessa haavoittuvaisuudessaan epämukavuusalueeni. On kuitenkin muistettava vastenmielisyyden kumpuavan usein juuri sellaisia asioita kohtaan, joita eniten tarvitsemme (Cameron, 2005, s. 21).

#### 4.2 Teoksen aihe

Opinnäytetyöni suunnitteluvaiheessa selvää oli haluni ammentaa taiteellisen osuuden ydin sisimmästä itsestäni. Taiteelliseen osuuteen kiteytyy samoja teemoja kuin sen kirjalliseen: Yhteneväisenä teemana luovuus ja sen rakenne. Taiteellisessa osuudessa halusin kuvata luovan prosessin sulkeutumisen ja avautumisen muuntautumisvaihetta. Teosidean kehittyessä aiheiksi nousi kasvu, alkua ja syntyä. Ajatukset kumpusivat taiteellisen luomisprosessin tutkiskelusta, kehittymisestä ja muovaantumisesta – sen kokonaisvaltaisesta elämänsäkaaresta.

#### 4.3 Teoksen sisältö ja elementit

Teoksen nimi *Ab Intra* tulee latinan kielestä. Se tarkoittaa sisimmästä, keskimmästä tai ytimestä kumpuavaa – niin sanotusti ihon alta, kuten sen itse myöskin. *Ab Intra* käsittelee itsereflektion sekä luovuuden teemoja ja rakennetta, jotka kumpuavat nimensä mukaisesti ihmisestä itsestään.

Taiteellinen osuus sisältää maalauksen, joka on 2,3 metriä korkea ja 1,3 metriä leveä. Teos on maalattu öljyvärein perinteisiä menetelmiä hyödyntäen kangaspohjalle. Maalauksen pääosassa on naishahmo, josta aukenee ja levittäytyy ympärilleen useita käsivarsia. Näiden käsien muodostama muoto vihjaa hahmolle kasvaviin siipiin.

Teos sisältää myös muita symbolisia elementtejä: Hahmolla on käsissään valoa kohti hakeutuva, muodonmuutoksen läpikäynyt yöperhonen. Sormissaan

hänellä on helmet kuvaamassa kuuta ja aurinkoa; vastavoimia ja ajan kulkua. Ylhäälle, käsien keskelle, muodostuu tasapainona kahdeksansakarainen tähti. Taustan abstraktit muodot ovat kuvaamassa hampaiden puhkeamista ja kasvamista.

Kuvaan usein ruumiillista liikettä teoksissani, jolloin koin luonnolliseksi sisällyttää samoja ominaisuuksia opinnäytetyöhöni. Tällä kertaa halusin kuitenkin kehon liikkeen olevan enemmän katkonaista ja staattista. Tällöin hahmon eleet muistuttavat lähes pysähtyneitä poseerauksia. Aktiivisemmän liikkeen pyrin taas tuomaan siveltimenvedoilla ja ”värihämyllä”. Tämän liikkeen toin näkymään ihmishahmon rintakehässä ikään kuin ihonalaisena virtauksena ja verenkiertona, tuodakseen huomion takaisin hahmon ytimeen.

Kuten mainittua, lähtökohtanani oli luovan prosessini kaava. Se ilmenee teoksessa muutoksena itseensä käpertymisestä, aukinaiseen, kädet levittävään olemukseen. Avoimuutta pyrin näyttämään siis esimerkiksi ihmishahmon asennon kautta: Hahmon kädet ovat levitettynä yhtäkään kämmentä piilottamatta. Samalla jokainen käsivarsien diagonaalinen suunta on ohjaamassa katsetta keskelle ja kasvamassa siten samalla keskiöstä suuremmaksi. Hahmon ulkomuodon pyrin pitämään mahdollisimman luonnollisena sekä keskittyneenä, mieleltään mahdollisesti sisäänpäin kääntyneenä.

Värimaailmalla tavoittelin himmeää kirjavuutta ja helmeilevyyttä. Kontrastina toisilleen pyrin tuomaan teokseen valon ja varjon; valon yöperhosta piteleviin käsiin, mutta tummuuden taas vaaleampaa taustaa vasten levittyviin raajoihin.

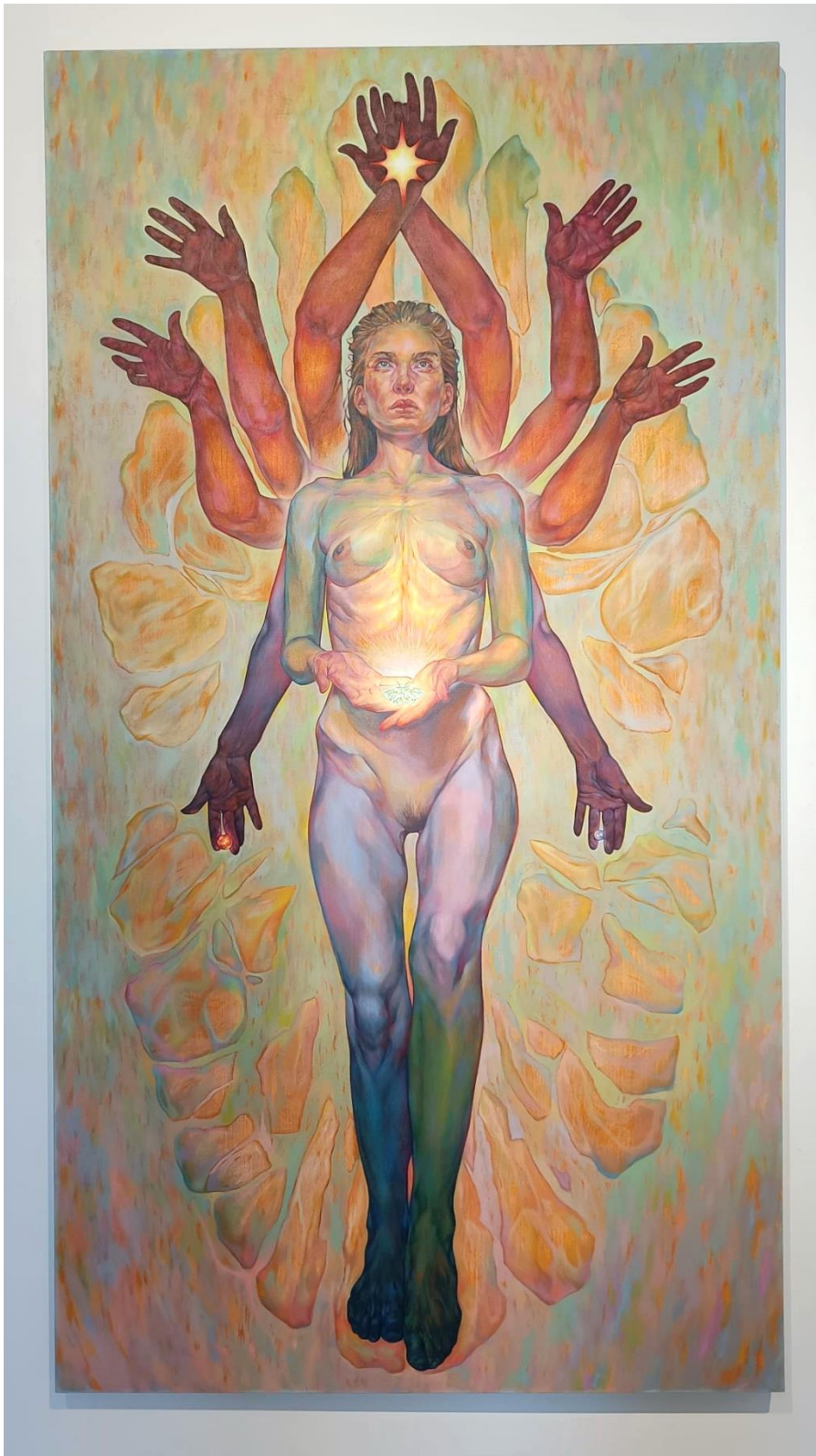
#### 4.3.1 Sisällön melankolisuus

Taiteellisesta osuudesta jätin pois liialliset sidokset melankolian historiaan ja siihen liittyviin uskomuksiin, sillä tahdoin antaa aiheille tilaa kummuta enemmän omista kokemuksistani. Kuitenkin teoksen valmistuttua havainnoin odottamattomasti yhteisiä seikkoja näyttäytyvän melankolian uskomuksissa ja omassa maalauksessani: muun muassa ihon epätavalliset muutokset ja

tummuminen, joista kerroin aiemmin opinnäytetyön Melankolian historia -osuudessa. Kuitenkin merkittävin yhteys maalauksella ja melankoliasta luke-mallani on *melankolian enkelin* kuvailut kirjailija Gérard de Nervalin kirjeissä. Nerval kuvailee nähneensä suuren enkelimäisen olennon lennelleen vaivalloisesti taivaalla. Enkeli oli sävyltään intensiivisen punainen, mutta sen siivet ki-maltelivat helmiäisen tavoin tuhansin vivahtein. Kirjeessään Nerval rinnastaa hahmon Dürerin *Melencolia I* enkeliin (Kuva 1). Tekstissä kerrotaan melanko-lian tekevän pimeydestä kirjavan. Vaihtoehtoisesti se tekee siitä auringon, joka mustanakin häikäisee valovoimallaan. (Kristeva, 1998, s. 169–170.)

Melankoliasta kertovia kirjoituksia tutkittuani olen useasti törmännyt melanko-liakokemusten kuvailemiseen värien ja liikkeen kautta. Kokemuksista on ker-rottu muun muassa ajalehtimisestä sulassa metallivirrassa, joka koostuu väri-kirjon läikähtelevästä seoksesta. Virran kerrotaan kiemurtelevan ja värähtelevän niin kehon ulkopuolella, kuin myös aivojen lohkoissa, valtimoissa ja laski-moissa. (Kristeva, 1998, s. 187.) Tällaisen näkymättömän tiedon ja kokemuk-sen muuntautuminen näkyväksi värisävyin ja pensselinvedoin oli itselleni yksi jännittävimmistä yhteyksistä omaan prosessiini.

Taiteellisen osuuden valmistuttua on ollut kiinnostavaa huomata omien tiedos-tamattomien havaintojen yhteydet lopputulokseen. Esimerkiksi nämä jo joitain aikoja sitten lukemani tekstit melankolisuudesta ovat mahdollisesti jollain ta-solla jääneet irrallisina tai unohdettuina elelemään mielen perukoille. Siten ne ovat voineet vaikuttaa itse työskentelyyn, sen sisäisiin valintoihin ja teoksen lopputulokseen. On kuitenkin myös mahdollista, että omasta teoksestaan luo tietoisesti asiayhteyksiä vasta sen valmistuttua. Tällöin omat irrallisiksi jääneet havainnot voi sitoa mielessään yhdeksi ymmärrettäväksi nidokseksi.



Kuva 2. Maalaus *Ab Intra* ripustettuna Taidekeskus Mältinrannassa

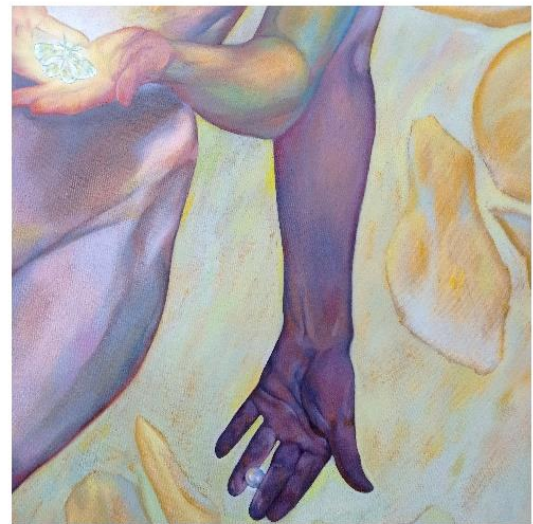
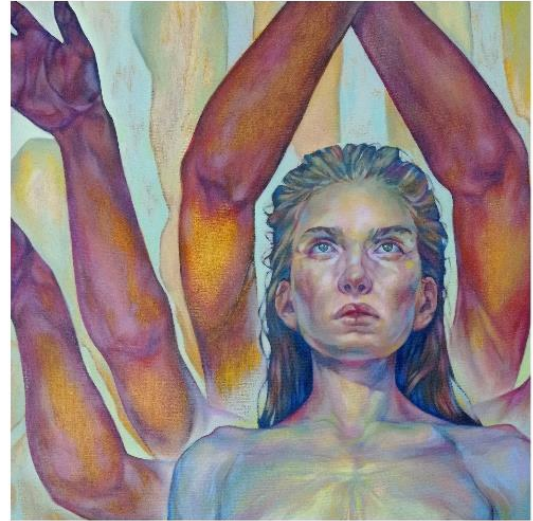
## 5 LOPUKSI

Opinnäytetyön aikana olen päässyt tutkimaan syvemmin hetkittäin aika vaikeaselkoistakin luovuuden prosessia. Olen saanut tulkita sen sulkeutumisen ja avautumisen ominaisuuksia aiempaa tarkemmin. Koen, että oman taiteellisen prosessin vaiheiden hahmottaminen on ollut tulevaa työskentelyä varten hyödyllistä, vaikka tähänastinen on ollut vasta pintaraapaisu prosessin monimutkaiseen ja laajaan rihmastoon. Valmiita vastauksia ei ole, sillä jokaisen luovuus syntyy varmasti täysin omanlaisissa ympäristöissään tuomaan taiteelliselle prosessille sen yksilölliset kaavansa. Omat luovuuden vastaukset täytyy vain pyrkiä penkomaan sen sekalaisesta myllerryksestään. Tämä vaatii vielä tulevaisuudessakin itseltäni niin kärsivällisyyttä kuin sinnikkyyttäkin.

Siinä missä luovuus ja sen prosessi on kaikille yksilöllinen, niin on melankoliakokemuksetkin. Kirjoittamalla ja pohtimalla omaa luovuuteen kytkeytyvää melankoliakokemusta olen ollut paljon tekemisissä epävarmuuteni kanssa. Sen läpikäymisen kautta olen kuitenkin päässyt käsittelemään kokemusta ja siihen kytkeytyvää epävarmuutta tarpeellisesti eri kulmista. Ymmärrän melankoliakokemuksen olevan ajatuksen tasolla yhteiskunnallisesti haitallinen, mutta luovuuteen tarvitaan muun muassa aikaa ja tekemättömyyttä, vaikka se nähtäisiinkin helposti epäedullisena. Luovuuden synty vaatii kärsivällisen odottelun ja kypsytelyä, jotta sen toimi voi alkaa. Tätä kautta pyrin hyväksymään oman kokemukseni, sillä uskon sen olevan jotain, jota luova prosessini minulta haluaa.

Työskentelyn aikana on tullut selväksi, etten toimi täydellä teholla ilman rauhaa ja yksinäisyyttä. Sen myötä selkeämmäksi on tullut myös se, kuinka tärkeää on tulla toimeen yksin itsensä kanssa. Tällöin omasta sisäisestä ja luovasta minusta olisi varmasti parempi pitää huolta kuin koittaa mykistää sitä. Kaikenlaista epävarmuutta ja lannistumisia kuuluu tietysti jokaiseen prosessiin, mutta niin onnistumisen kokemuksiakin. Siten prosessi pääsee laajenemaan ja supistuumaan, toisin sanoen kasvamaan.

Kokonaisvaltaisen taiteellisen työskentelyn sulkeutumisen ja avautumisen ta-  
pahduttua prosessi toistuu jälleen uudelleen. Näin syntyy luomisen syke: sen  
täytyy vetäytyä, jotta se voi avautua entistä vankempana. Se hengittää - sillä  
on pulssi.



Kuva 3. Yksityiskohtia maalauksesta *Ab Intra*

## LÄHTEET

Ahonen, M. (2020). Oopiumia ja ajatusharjoituksia [äänikirja]. Gaudeamus.  
<https://www.bookbeat.fi>

Aron, E. N. (1997). The highly sensitive person : how to thrive when the world overwhelms you. Kensington.

Cameron, J. (2005). Tie luovuuteen : henkinen polku syvempään luovuuteen (viides painos). Like.

Harju, J. H. (2021). Melankolian katse – alakulon toiveikas pohjasävy. Kirjallisuus- ja kulttuuriyhdistys Särö. Haettu 23.1.2023 osoitteesta <https://saro-lehti.net/lehti/melankolian-katse/>

Houessou, J. (2010). Kuvataiteellisen prosessin kerroksellisuudesta. Research in Arts and Education, 4, 105–119.  
<https://doi.org/10.54916/rae.118725>

Johannisson, K. (2012). Melankolian huoneet : alakulo, ahdistus ja apatia sisällämme. Atena.

Kristeva, J. (1998). Musta aurinko : masennus ja melankolia (toinen painos). Nemo.

National Gallery of Art. (n.d.). Melencolia I - Albrecht Dürer. Haettu 20.4.2023 osoitteesta <https://www.nga.gov/collection/highlights/durer-melencolia.html>

Pulakka, K. (10.8.2015). Lasimiehiä ja susi-ihmisiä – melankolia oli hulluuden tilojen kaatoluokka. Yle. Haettu 19.1.2023 osoitteesta <https://yle.fi/aihe/artikkeli/2015/08/10/lasimiehia-ja-susi-ihmisia-melankolia-oli-hulluuden-tilojen-kaatoluokka>

Raami, A. (Hukka, L.). (13.6.2022). Intuitio [podcast-jakso]. Sarjassa Tajunnan porteilla. Spotify. <https://open.spotify.com/>

Stańska, Z. (2.7.2021). All you should know about the Albrecht Dürer's Melencolia I. DailyArt Magazine. Haettu 17.4.2023 osoitteesta <https://www.dailyartmagazine.com/albrecht-durer-melencolia-i/>

## KUVALÄHTEET

Dürer, A. (1514). Melencolia I [kuparikaiverrus]. Staatsgalerie Stuttgart, Saksa.