

„Ruchem pędzla zmieniają siebie”
O obrazach, które mają duszę, rozmawiam z Adrianą Mościchowską, malarką i
nauczycielką malowania intuicyjnego metodą Vedic Art.

Marta Chowaniec: Jedni mają talent do pisania, inni do tańczenia albo malowania. Jeśli ktoś nie ma talentu do malowania, to jeśli weźmie pędzel do ręki wyjdą mu bohomazy.

Adriana Mościchowska: I tu się nie zgadzam. Wierzę, że każdy potrafi malować. Tu nie chodzi o kwestię talentu. Większość uczestników moich warsztatów to osoby, które nie malowały od szkoły podstawowej. Wiele z nich na plastyce dowiedziało się nawet, że nie potrafi malować. Vedic Art to malowanie z głębi serca. By tak malować, nie trzeba być po ASP. Nie maluje się tego, co się widzi tylko to, co się czuje. W ten sposób wyrażamy siebie, swoją indywidualność, a ta nie ma zasad i reguł. Nie musisz umieć malować, znać technik malarskich, po prostu bierzesz farby i spontanicznie wybierasz kolory, układasz je w kształty, dajesz im formę, strukturę... i dzieje się....

Malarstwo naiwne?

VedicArt nie podlega klasyfikacji, choć to malarstwo jest bardzo charakterystyczne. Jestem w stanie powiedzieć, czy obraz ma duszę czy powstał z umysłu. Twórca intuicyjny nigdy nie wie, co namaluje. Trzeba się wyciszyć, wejść w stan medytacji. W tej ciszy można usłyszeć głos swojego serca i zacząć malować to co ono, a raczej my sami, chcemy sobie powiedzieć. Jak ja się dzisiaj czuję, jakim kolorem bym to wyraziła, jakim kolorem jest moja dusza.

Jakie kolory ma dusza?

Dusza nie ma formy i jednego koloru. Każdy może wyrazić ją na swój sposób. To czyste, wewnętrzne światło. Mrokiem natomiast są nasze lęki i ograniczenia, które wynikają z umysłu. Te na obrazach nie są już takie piękne i harmonijne.

Skąd się wzięło Vedic Art?

Metoda ma swoje źródło w Wedach. Zapisane są tam uniwersalne prawy o wszechświecie, o potencjale człowieka i jego istocie. Mistrz Maharishi Mahesh Jogi zapragnął, by mądrość Wed była znana ludziom zachodu. Wiedział, że prawda ta może ich wyzwolić i sprawić, by żyli szczęśliwie. Szukał metody, jak ją przekazać. W latach 70 znalazł właściwą osobę, Kurta Kallmana, któremu przekazał mądrość wedyjską wraz z 17 zasadami. A ten opracował metodę malarską, dzięki której możemy poznać prawdę o sobie samym i odkryć nasz twórczy potencjał. Same zasady nie są nigdzie spisane. By je zrozumieć, trzeba doświadczyć każdą z nich podczas malowania. Jeśli bym je teraz wymieniła, wydałyby się nam pustymi słowami, mimo, że za nimi kryje się wielka mądrość.

Jaka jest pierwsza zasada?

Linia. Malując linię z zamkniętymi oczami, pozwalając by ręka sama ją malowała, łączymy się z naszym sercem, intuicją, wyciszamy umysł, a to dopiero początek przygody.

Wyższa świadomość i wiedza o prawach natury, wszechświata, przyzwolenie na manifestację Boga w sobie. Nie brzmi sekciarsko?

To już pani opinia. Każdy ma prawo do swojej opinii. Jeśli kogoś coś takiego zniechęca, to najwyraźniej ma z tym problem. Ludzie przychodzący na zajęcia mówią, że chcą zmienić swoje życie,

po warsztatach odzyskują sens istnienia i czują się częścią czegoś większego. Nikogo nie można zmusić do takich warsztatów. Właściwie wszyscy, którzy do mnie trafiają, zrobili to z potrzeby serca. Nie ma czegoś takiego, że koleżanka przyprowadza koleżankę, bo ta może nie być na takie spotkanie z samą sobą gotowa. Pomagam ludziom poprzez to, że otwierają serce na siebie samych. Potem chcą zmieniać swoje życie.

Na czym polega ta przemiana?

Ostatnio była u mnie pani koło sześćdziesiątki, przedstawiła się jako Szukająca Sonia, właśnie przeszła na emeryturę i nie wiedziała, co ma dalej robić. Po warsztatach tańczyła i śpiewała, mówiła, że jest teraz szczęśliwa i spełniona i odnalazła marzenia. Znalazła to w sercu, a nie w umyśle. Zdarzają się ludzie, którzy całe życie przewracają do góry nogami. Przestają chodzić na kompromisy. Zaczęli żyć zgodnie ze sobą i realizować marzenia serca, do tej pory zagłuszane przez ograniczający umysł. Ludzie zaczynają wierzyć, że to oni kształtują swoją rzeczywistość i nie chcą już być ofiarami.

No tak, ale...

Ale?

Taki zawód, że trzeba zapytać zawsze o jakieś ale.

Wiem, że to brzmi odłotowo i nierealnie. Tylko praktyczne doświadczenie malowania Vedic Art pozwala zrozumieć jak to nas zmienia.

Nie przyjdą do pani osoby, które mają świątą kontrolę nad swoim życiem.

Czasem mają aż za dużą kontrolę nad życiem. Miałam taką osobę, miała pracę, która wymagała od niej ciągłej kontroli i uważności na szczegóły. Trudno było wejść jej w proces malowania, bo była przyzwyczajona do tego, że każdy ruch ma znaczenie. Tak się kontrolowała, że nie pozwalała sobie na żadną spontaniczność. Minęło trochę czasu zanim pozwoliła sobie na swobodę. Potem ręka sama płynęła. Niektórzy po zajęciach zaczynają być bardziej uważni. Zastanawiają się, co im sprawia radość, a co nie. Kiedy płyną, a kiedy płyną pod prąd. Pracują też ze swoimi ograniczeniami, przemalowują lęk, w odwagę, mrok w światło. Czasem płaczą na warsztatach. Ruchem pędza czyszczą swoje emocje. Sami muszą sobie odpowiedzieć na pytania, czego chcą w życiu. W nas jest cała wiedza, trzeba tylko zacząć się słuchać.

U pani przechodzi się terapię?

To nie jest terapia. Ale rzeczywiście ludzie się zmieniają, zmieniają podejście do siebie. Są bardziej optymistyczni. Vedic Art daje efekty terapeutyczne, ale to bardziej przemiana niż terapia. Jedni będą potem malować, inni nie. Dla jednych będzie to impuls do szukania czegoś innego, ale jednak szukania.

Jakie są te obrazy?

Takie jak ich twórcy, bo każdy maluje siebie. W Vedic Art nie ma oceny, ładny-brzydki. Ta metoda oducza oceniania siebie i innych. Nikt z uczestników nawzajem siebie nie ocenia. Najgorsze jest to, że sami siebie negatywnie oceniamy. Obraz zawsze można zmienić, i tak długo się go maluje, aż zaczyna się nam podobać. To jest magiczna chwila, gdyż wtedy rodzi się akceptacja do tego, jakimi jesteśmy i co robimy.

Dziękuję za rozmowę.

[Marta J. CHowaniec](#)

03-06-2009