

მარიამ დავითაშვილი

აპოლონ ქუთათელაძის სახელობის თბილისის სახელმწიფო სამხატვრო აკადემია

ადმოსავლური მედიტაციების გამოყენება ფოტოგრაფიის შესწავლის პროცესში*

2018 წლის დეკემბერში გამოვეცი ჩემი სადოქტორო ნაშრომი „ციფრული ფოტოგრაფიის და აუგმენტური რეალობის როლი ჰიპერტექსტსა და ჰიპერმედიაში“. როდესაც წიგნი დავასრულე მივხვდი, რომ ნაშრომი აგებულია დასავლურ (ევროპულ და ამერიკულ) გამოცდილებაზე. ჩემს მიერ ჩატარებული ექსპერიმენტების გარდა, ნაშრომში დამუშავებული თემების განსაზღვრებად, გამოყენებული მაქვს ევროპული და ამერიკული ლიტერატურა.

მონოგრაფიის დასრულების შემდეგ, წავიკითხე კენეტ გოლდსმიტის წიგნი „Uncreative Writing“, სადაც ავტორი, როგორც „მულტიმედია არტისტი და სიტყვების აღმასრულებელი მენეჯერი“, გვთავაზობს პროვოკაციულ მანიფესტს ციფრული ეპოქის საკითხავი ლიტერატურისთვის¹. ამ წიგნში ვხვდებით ინოვაციურ იდეებს, ტექნიკებსა და არტისტულ მაგალითებს მედიახელოვნების ახლებური გაზრებისათვის.

ერთ-ერთ ქვეთავში – „Anticipating Instability“ (მოსალოდნელი არასტაბილურობა), ილუსტრირებულია პეტერ ჰატჩინსონის ფოტონამუშევარი „მოდრავი ღრუბლები“ (1970), რომელიც შესრულებულია ჰათჰა იოგას ტექნიკის გამოყენებით, რაც გულისხმობს ინტენსიურ კონცენტრაციასა და მედიტაციური ენერჯის მობილიზაციას (სურ. 1).

პარალელურად გავეცანი ოშოს ნარინჯისფერ წიგნს, გავიარე იოგას კურსი, ჩავუდრმავდი მედიტაციის ტექნიკის არსს და აღმოვაჩინე, რომ ხედვის კონცენტრაციის განვითარებისთვის ძალიან მნიშვნელოვან გამოცდილებას წარმოადგენს ადმოსავლური შემეცნება.

ადმოსავლური მედიტაციები აგებულია სუნთქვით ვარჯიშებზე და მზერით კონცენტრაციაზე, რადგან ადამიანი არ სუნთქავს არც წარსულში და არც მომავალში, არამედ სუნთქავს აწმყოში.

მზერის კონცენტრაცია ეფუძნება ასევე აწმყო დროს და როგორც როლანდ ბარტი აღნიშნავს თავის წიგნში „კამერა ლუციდა“ – ფოტოგრაფია ეს არის სამხილი, არსებობის დასტური, თუნდაც ეს დასტური იყოს წამიერი. ფოტოგრაფია მუდმივ კავშირშია „აქ და ახლას“ შერქმობასთან².

მედიტაციური ტექნიკები წარმოადგენს იშვიათ შესაძლებლობას, რომ თავიდან ავიცილოთ დაძაბულობა, მივაღწიოთ „აქ და ახლას“ მდგომარეობას და აღმოვაჩინოთ საკუთარი თავი.

მედიტაცია ყოველთვის აწმყო დროშია, იგი სპონტანურობაა. შენ ვერ იმედიტირებ, შენ შეგიძლია იყო მედიტაციაში. შენ ვერ იქნები კონცენტრაციაში, მაგრამ შეგიძლია კონცენტრირდე. კონცენტრაცია ადამიანურია, მედიტაცია ღვთიური, – ამბობს ოშო.

ნაშრომში წარმოდგენილი მაქვს რამდენიმე ადმოსავლური მედიტაცია, რომელიც უშუალოდ ფოტოგრაფიულ პრაქტიკას უკავშირდება. 2019 წლის მაისში მივლინებული ვიყავი იტალიაში, ქ. გენუას ნატიფი ხელოვნების აკადემიაში და ეს პროექტი იტალიაში ერთთვიანი ყოფნის პერიოდში განვახორციელე. განათება-სინათლე, კადრის დაფიქსირება-დაჭერა, კადრის მოლოდინი, ფერების გრადაცია, ყურება-ყურადღება – სწორედ ის თემებია, რომლებიც თან ახლავს ფოტოგრაფს მუშაობის პროცესში. ლიგურის ოლქის სილამაზე და პროფესიონალური გარემო გენუას სამხატვრო აკადემიაში დამეხმარა პროექტის განხორციელებაში, რისთვისაც განსაკუთრებული მადლობა მინდა გადავუხადო თბილისის სახელმწიფო სამხატვრო აკადემიასა და გენუას ნატიფი ხელოვნების აკადემიას.

* პროექტი შესრულებულია იტალიაში, ქ. გენუას ნატიფი ხელოვნების აკადემიაში.

¹ K. Goldsmith, *Uncreative Writing*, 2011, New York, გვ. 64-66.

² მ. დავითაშვილი, *ციფრული ფოტოგრაფიის და აუგმენტური რეალობის როლი ჰიპერტექსტსა და ჰიპერმედიაში*, 2018, გვ. 48.

მზის ამოსვლის მედიტაცია – მას აღმოსავლეთში ოქროსფერი სინათლის მედიტაციას უწოდებენ. როცა ღრმად შედიხარ მედიტაციაში, გონება ქრება, დროც ქრება. აქედან გამომდინარე, საუკუნეების მანძილზე მისტიკოსები ამბობდნენ, რომ „დრო და გონება სხვა არაფერია თუ არა ერთი მომენტის ორი მხარე. დრო არის გონების არსებობის გზა“³ (სურ. 2, 3).

ამიტომ, ტოტალურად „აქ და ახლა“ ცხოვრება – მედიტაციაა.

შეჩერდი – Stop

დღის განმავლობაში 6-ჯერ შეჩერება – მედიტაციაა. ეს აუცილებლად მოულოდნელად უნდა გაკეთდეს. ქუჩაში სიარულისას, რა სიტუაციაც არ უნდა იყოს, რაც არ უნდა ხდებოდეს, არაინაირი მოძრაობა. უნდა შეაჩერო მზერა, იყო ახლანდელ დროში და დაიწყო ფოტოგრაფირება. შემდეგ ისევ შეიძლება ამოძრავება. ეს მედიტაცია აუცილებლად უეცარი უნდა იყოს (სურ. 4).

„ყველას, ვისი ცხოვრებაც კრეატიულ სამუშაოსთან არის დაკავშირებული, შეუძლია, თავისი საარსებო წყარო მედიტაციად აქციოს.“ „ხელოვნება მედიტაციაა, ნებისმიერი აქტივობა ხდება მედიტაცია, თუ მასში იკარგებით, ასე რომ, უბრალო ტექნიკოსად ნუ დარჩებით“, – ამბობს ოშო. „თუკი მხოლოდ სპეციალისტი ხართ, მაშინ ხატვა არასოდეს გადაიქცევა მედიტაციად, თქვენ გიჟურად უნდა იყოთ მასში, მთლიანად უნდა დაიკარგოთ, არ უნდა იცოდეთ სად მიდიხართ, არ უნდა იცოდეთ რას აკეთებთ“³.

მედიტაცია გამოცდილება არაა, ის მოწმის გაცნობიერებულობაა, უბრალოდ შეხედეთ, უყურეთ და კონცენტრირებული დარჩით ყურებაზე, ამ დროს ყველაფერი გაერთიანებულია, სხვა შემთხვევაში კი არა. ამ დროს ყველა და ყველაფერი ავსებულია. იმედიტირეთ საყვარელი ადამიანის სახეზე. თუ ყვავილები გიყვართ, იმედიტირეთ ვარდზე ან მთვარეზე, ნებისმიერ რამეზე, რაც მოგწონთ.

ჩუმად ჯდომა და ლოდინი

ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი მედიტაცია ლოდინის მედიტაციაა. როდესაც იპოვი გარკვეულ ადგილს, მოთავსდები და იწყებ ლოდინს. ხედვითი კონცენტრაციისას კადრის მოლოდინი უმნიშვნელოვა-

ნესი პროცესია. ლოდინი არის მედიტაცია, დალოდება მთელი ცნობიერებით. შემდეგ ხდება, რასაც ელოდები (სურ. 5).

უბრალოდ აიხედ ცაში

„იმედიტირეთ ცაზე“ – ამბობს ოშო. როდესაც დრო გამოგიჩნდებათ, დაწეით მიწაზე, უყურეთ ცას. პარალელურად ჩნდება ფოტოგრაფირების სურვილი. დაე ეს იყოს თქვენი მედიტაცია. ხანდახან ღია თვალებით, ხანდახან დახუჭული თვალებით. რადგან ცა შიგნითაცაა, როგორც დიდიცა იგი გარეთ, ისეთივეა შიგნითაც⁴.

ამასთანავე, უნდა აღინიშნოს, რომ როდესაც რამე ლურჯს უყურებ, მაგალითად, ცას, მდინარეს, ჩაიხედეთ მის სილურჯეში და ღრმა კავშირს იგრძნობთ. დიდებული სიჩუმე დაეშვება თქვენზე. ლურჯი ერთ-ერთი ყველაზე სპირიტუალური ფერია – სიჩუმის, სიწყნარის, გაწონასწორებულობის, დასვენების, მოდუნების ფერი (სურ. 6, 7).

მედიტაცია თავგადასავალია, უდიდესი თავგადასავალი, რაც კი ადამიანის გონებას შეუძლია წამოიწყოს. მედიტაცია უბრალოდ ყოფნა ემოციების, აზრების და მოქმედებების გარეშე.

უძრავი ობიექტების ყურება

ნებისმიერ ადგილას შეიძლება დაჯდე, მაგრამ წინ რაიმე ყურადღების მისაქცევი ობიექტები არ უნდა იყოს. საგნები მეტისმეტად არ უნდა მოძრაობდნენ. შეიძლება უყურო ხეებს, რადგან ისინი არ იძვრიან. პარალელურად ხდება ფოტოგრაფიული რეალობის ძიების პროცესი.

მეორე მნიშვნელოვანი საკითხია ის, რომ რაიმეს გამორჩევით არ უნდა უყურო, დააკვირდე სიცარიელეს. თვალები რაღაცაზე თავისთავად შეჩერდება, არ უნდა დაინტერესდე კონკრეტული ნივთით, არამედ დააკვირდე მთლიანობას – ჩნდება ფოტოგრაფირების სურვილიც.

მედიტაცია ნიშნავს სურვილიდან, ფიქრიდან, გონებიდან თავის დახსნას. მედიტაცია ნიშნავს მოცემულ მომენტში, აწმყოში მოდუნებას (სურ. 8, 9).

ყურება

მედიტაცია სხვა არაფერია თუ არა თვალის ახელის ხელოვნება, იმ მტვრის ჩამოშორება, რომელიც ცნობიერების სარკეს ადევს. მტვრის დაგროვება ბუნებრივია. ადამიანები მოგზაურები ვართ,

³ ოშო, *ნარინჯისფერი წიგნი*, ოშოს მედიტაციის ტექნიკები, თბილისის მედიტაციის ცენტრი, გვ. 59-60.

⁴ ოშო, *ნარინჯისფერი წიგნი*, გვ. 78.

ვიმტვერებით და ხანდახან ეს მტვერი იმდენია, რომ სარკეს მთლიანად ფარავს. ადამიანი თვითონ არის სარკე, მოგზაური სარკე. იგი მას ვერ დაკარგავს, მაგრამ შეიძლება დაავიწყდეს მისი არსებობა. მედიტაცია თვალების ახელაა, მედიტაცია ყურებაა (სურ. 10).

ყოველგვარი სიტყვების გარეშე ყურება

„სცადეთ, პატარა მოქმედებებში გონება არ ჩართოთ“, – ამბობს ოშო. „უყურებთ ყვავილს? უბრალოდ უყურეთ. არ თქვათ, რომ „მშვენიერია“ ან „მახინჯია“. არაფერი თქვათ, შეწყვიტეთ ვერბალიზაცია.

უყურეთ ბუნების ქმნილებებს – კლდეებს, ყვავილებს, ხეს, მზის ამოსვლას, ჩიტებს, მოძრავ დრუბლებს. უყურეთ ისეთ რამეებს, რასთანაც ძლიერი ემოციური კავშირი არ გაქვთ, რასთანაც შეგიძლიათ ინდიფერენტული დარჩეთ“ (სურ. 11, 12)⁵.

იმედიტირეთ სინათლეზე

რაც უფრო მეტს იმედიტირებთ სინათლეზე, უფრო და უფრო გაგაოცებთ იმის შეგრძნება, რომ რაღაც გახსნას იწყებს თქვენში. იგი კვირტის ყვავილად გადაქცევას მოგაგონებს. სინათლეზე მედიტაცია არის ერთ-ერთი ყველაზე ძველი მედიტაცია და უნდა აღინიშნოს, რომ ფოტოგრაფიასთან მჭიდრო კავშირშია. მედიტაცია ნებისმიერ სინათლეზე – მზის სინათლესა თუ სანთლის შუქზე (სურ. 13, 14).

ქართული ენა, ნიკო მარის თანახმად, განეკუთვნება ქართველურ-კავკასიურ-მედიტერანულ ენათა ჯგუფს, რომელიც თავის მხრივ, ინდოევროპულ ენათა ოჯახის ნაწილია (სურ. 15). ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია ამ ორი ცივილიზაციის ურთიერთკავშირი. გარდა ამისა, ვფიქრობ, რომ საინტერესო გამოცდილებას წარმოადგენს ვიზუალური ხელოვნებით, კერძოდ ფოტოგრაფიით დაინტერესებული პირებისთვის ამ ტიპის აღმოსავლური მედიტაციები, რომლებიც ევროპულ სივრცეში განვანობრივად.

⁵ ოშო, დასახ. ნაშრ., გვ. 117.

MARIAM DAVITASHVILI

Apollon Kutateladze Tbilisi State Academy of Art

USE OF THE ORIENTAL MEDITATION TECHNIQUES DURING THE PROCESS OF STUDYING PHOTOGRAPHY*

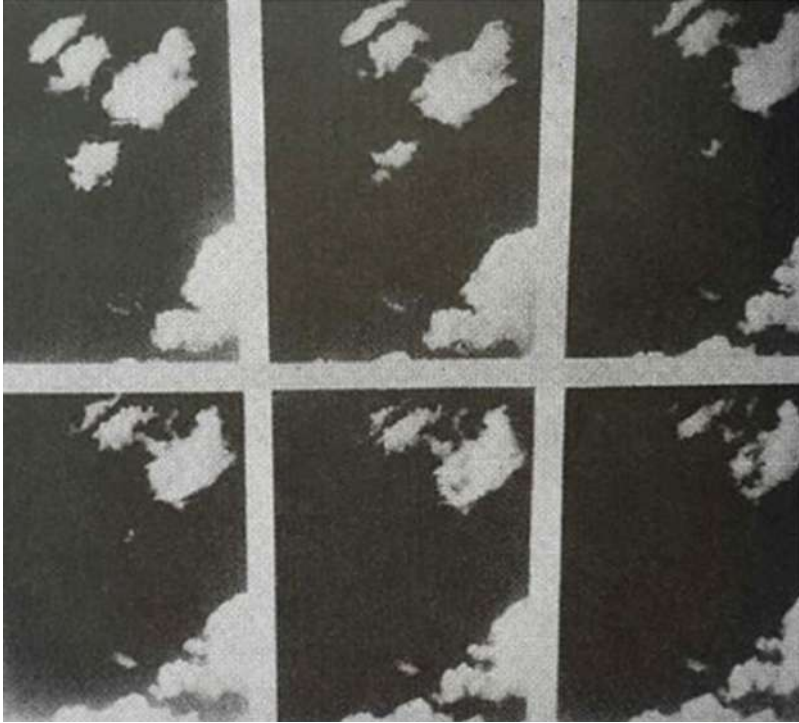
In December 2018 Mariam Davitashvili published the book dedicated to her PHD research “The Role of Digital Photography and Augmented Reality in the Hypertext and Hypermedia”. When she finished working on the monograph, she analyzed (guess) the fact, that the book was based on the Western (European-American) experience. In the publication she presented the experiments realized during the study and used the European and American literature to research the topics of her dissertation.

Consequently, when the book has already been finished Davitashvili had a possibility to read Kenneth Goldsmith’s book *Uncreative Writing* where the author as a “multimedia artist and executive manager of words, offers a provocative manifesto for writing in the digital era, with a treasure trove of ideas, techniques, and examples that allow us to make in new - again!”

In parallel, in this article the author also introduces the *Orange Book* by Osho. She passed a Yoga course and is deeply impressed by the meaning of the oriental meditative techniques after having discovered that the oriental perception of universe is a very important experience for improvement of gaze concentrations.

Photography is a source of permanent connections with the sense of “here and now” and the meditative techniques offer rare possibility to avoid the tension, achieve condition of “here and now” and discover inner possibilities.

* The project was carried out in Italy, at the Academy of Fine Arts of Genoa.



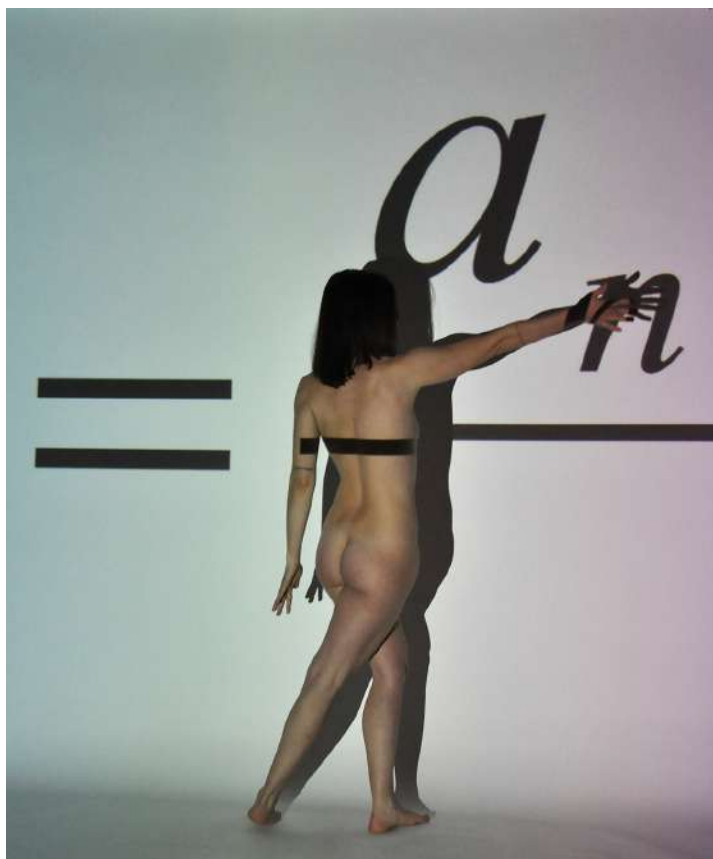
1. პეტერ ჰატჩინსონი, მოძრავი
დრუბლები, 1970
Peter Hutchinson, Dissolving
Clouds, 1970



- 2.3. ქ. გენუა, სადგურის მიმდებარე
ტერიტორია
Genoa, Station Square



4. დღის განმავლობაში მოულოდნელად გადაღებული 6 კადრი
Six shots unexpectedly taken during a day



5. კადრის მოლოდინი, მიღებული კადრი
Waiting for a shot. Taken image



6.7. ფოტოგრაფირების პროცესში ლურჯ ფერზე კონცენტრირება
Focusing on blue color during the process of taking photos



8. 9. ქ. გენუა, 2019

Genoa, 2019

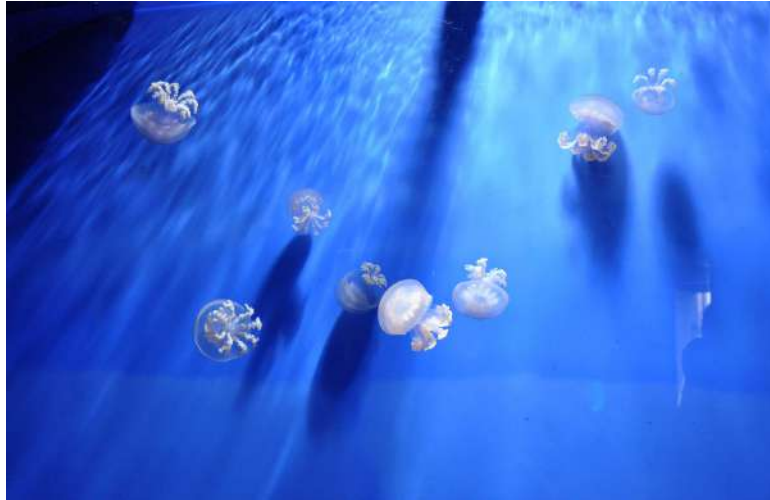


10. გენუა, დელფინარიუმი, 2019

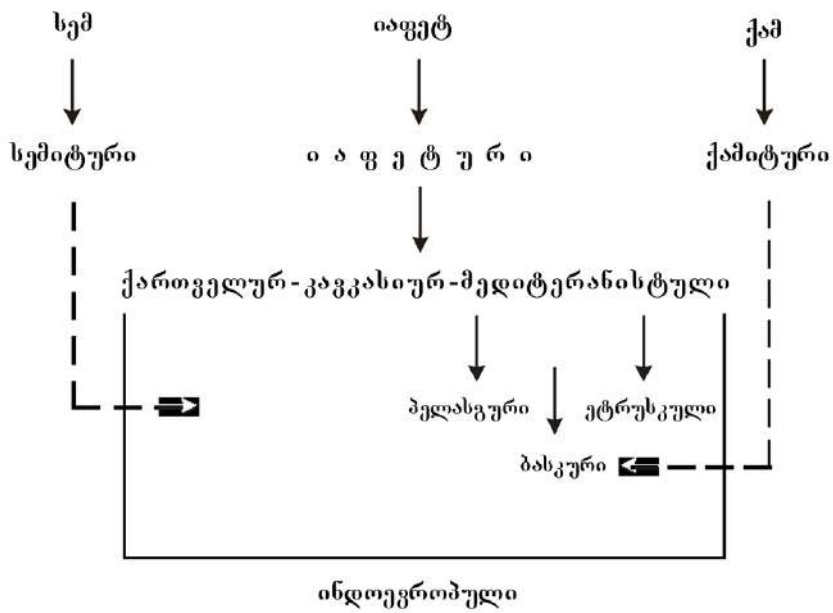
Genoa, Dolphinarium, 2019



11. 12. ფოტოგრაფირებისას კონცენტრაცია ბუნების
ქმნილებებზე
Focusing on the natural creatures during the process of
takings photos



13. 14. ფოტოგრაფირება სხვადასხვა სინათლეზე
Taking photos in different lights



15. ინდოევროპულ ენათა ჯგუფი / Indo-European linguistic group