Wie nähern wir uns einem Bild?

Die Einbeziehung des Malens in den Tanz setzt voraus, dass wir uns mit dem Phänomen des graphisch/bildhaften Ausdrucks befassen. Um eine vorschnelle Deutung und Interpretation des Bildes zu vermeiden, nähern wir uns dem Bild in drei Schritten:

1. Was sehe ich:
Der erste Schritt besteht darin, das in Worte zu fassen, was „ich sehe", also das graphische Phänomen als solches erkennen zu lernen. Damit wird gelernt, das Sehen „der Phänomene" zu unterscheiden von der Interpretation oder Deutung des Gesehenen. Ein sensibler Umgang mit Sprache ist geboten.
In der Betrachtung eines Bildes unterscheiden wir zwischen dem *Inhalt* und der *Form*..
Der Inhalt des Bildes zeigt sich in: abstrakten Linien, Flächen, Punkten, Farben Symbolen, Personen, Gegenständen, Landschaften
Die Form des Bildes zeigt sich in den vier Parametern: Dynamik, Raum, Zeit, Fluss

Dynamik des Bildes: Intensität der Strichführung: Kraftaspekt des Malens (zarte – kräftige Linien/Flächen), Art des Auftrag der Farben (Pinselstrich/Stiftführung)

Raumaspekt des Bildes: Richtung der Strichführung: von innen nach außen, zur Peripherie/Zentrum; Runde/gerade Linien; parallele oder entgegengesetzte Strichführung; Begrenzung des Bildes: offene/geschlossene Räume; transparente/dichte Grenzziehungen; Negativ/positiv Flächen: ausgesparte, leere oder gefüllte Räume im Bild; Perspektive: Blick von oben/unten/seitlich, Tiefenperspektive (dritte Dimension)
Vordergrund/Gestalt und Hintergrund/Feld (Gestalt-Terminologie)

Zeitaspekt des Bildes: Dichte der Strichführung in den graphischen Symbolen von Punkt, Linie, Fläche; Rhythmen, die sichtbar werden in sich wiederholenden Strichführungen (Kreisen, Zick-zack-, wellenförmigen Linien)

Flussaspekt des Bildes: fließende/freie oder gebundene/begrenzte Linienführung

2. Was fühle ich?
Gefühle in der Betrachtung eines Bildes können ausgelöst werden durch:

- das Material (Pastell-/Wasser-/Ölpastellfarben), den körperlichen Kontakt
- die Farben in ihrem Spannungsgefüge zueinander: Kontrastfarben, ineinander übergehende Farben, leuchtende/matte Farben (keine symbolische Deutung)
- Art der Strichführung: kräftig, sanft, impulsiv – mit viel/wenig Druck
- emotionale Resonanz spürbar in bestimmten Körperzonen

3. Was assoziiere ich?
Assoziationen werden als Ich-Botschaften formuliert. Sie sind keine Deutungen, sondern bildhafte Verknüpfungen, die eine „neue Sicht" in der Betrachtung des Bildes ermöglichen.
Mögliche Fragestellungen sind:

- Welche Assoziation entsteht in mir in der Betrachtung des Bildes?
- Woran erinnert mich das gemalte Bild?
- Eine Interpretation wäre: „Das ist ein....."

Die Psychokinetische Visualisierung im Life/Art Process

Charakteristisch für den Life/Art Process ist die unmittelbare Verknüpfung des Tanzes mit dem Malen von Bildern. Anna Halprin benennt dieses intermediale Ineinandergreifen als „PsychoKinetische Visualisierung". Drei Schritte werden unterschieden:
Imagination - Visualisierung und Bewegungsübertragung.

Imaginationen entstehen aus einem Zustand tiefer Entspannung und Fokussierung auf die Leiblichkeit. Absolutes Vertrauen ist Voraussetzung, um die rechte Hemisphäre des Gehirns zu aktivieren und damit das innere Auge für das Sehen von inneren Bildern zu öffnen. Oftmals entziehen sich die inneren Bilder dem direkten Zugriff, wie auch Träume sich unserer Erinnerung entziehen können.
Anna Halprin betrachtet die inneren Bilder als eine Brücke zwischen dem Körper und „the mind", der geistigen und emotionalen Erfahrungsebene des Menschen. Innere Bilder werden als die Weisheit unseres Leibes betrachtet, die in dem Ausdruck des gemalten Bildes ihre eigene Sprache suchen.

Visualisierung ist das Sichtbarmachen innerer Bilder im Malen und bildnerischen Gestalten durch unterschiedliche Materialien – wie Ölpastell, Ton, Naturmaterialien. Das innere, körperliche, geistige und emotionale Erleben findet einen spontanen Ausdruck in Farben, Formen und dem jeweilig gewählten Material.

Bewegungsübertragung bedeutet ein leibliches Erfassen der bildnerischen Ausdrucksmittel in der Bewegung und im Tanz. Der Leib (Körper, Geist und Seele) wird über einen Prozess der Identifizierung zum bewegten Bild. Inhalt und Form des Bildes finden ihre Bewegungsentsprechungen: Kraftzentren des Bildes korrespondieren mit Kraftzentren des Körpers; der Rhythmus des Bildes findet seine entsprechenden Rhythmen in der Bewegung; der zweidimensionale Raum des gemalten Bildes wird in den dreidimensionalen Raum des Tanzes übertragen; Farben als Träger von Emotionen finden ihren Ausdruck in der Motion/Bewegung. Entscheidend ist, dass das Bild nicht im Tanz interpretiert, sondern in der Bewegung und dem Tanz leiblich erfahrbar wird. Durch das Öffnen der Sinne beginnt ein leibliches Erfassen und Erkennen des in dem Bild verborgenen Sinns.