

De målar fram harmoni och kreativitet

LERUM: Stressfri och kreativ – genom att måla? Det går, i alla fall enligt lerumsparet Bengt och Anita Persson.

Med hjälp av enbart papper och penna, duk, penslar och färg, tror de på det konstnärliga skapandets förlösande kraft.

– Låt pennan gå i gång bara! Bilda en lång sammanhängande linje på papperet, det är okej vad det än blir. Hårda streck, så här.

Bengt Persson ritar med ursinnig kraft svarta blixtrformade linjer på papperet.

– Eller så här; mjuka, gulliga moln. Pennan rör sig fjäderlätt i cirkelformade, böljande rörelser.

– Det sätter i gång processen, förstår du, säger han övertygande. Det är bara att blunda och låta känslan ta över. Handen sköter sig själv, den tar sin egen väg.

Det går inte att ta miste på engagemanget. Bengt Persson leder, tillsammans med sin hustru Anita, kurser i ökad kreativitet och avstressning. Genom fritt skapande måleri vill de hjälpa människor att komma i harmoni, att motverka stress och att öppna sinnena för ett kreativt skapande och tänkande.

Långvarigt intresse

Fröet till verksamheten såddes hos makarna Persson för över tio år sedan. De har båda länge haft ett stort intresse för konst, skapande och per-

sonlig utveckling. Under en period av andligt sökande på slutet av 80-talet började makarna meditera.

I anslutning till det kom de senare i kontakt med Vedic Art School, en konstnärsgrupp i Skåne som skiljer sig från traditionella skolor både vad beträffar tekniker och målsättningar.

– I stället för att imitera naturens uttryck och lägga tonvikten på tekniken och hantverket, utgår Vedic Art från naturens sätt att skapa och försöker istället imitera det. Det leder till ett fritt skapande, självrefererande måleri, som hämtar kraften inifrån, säger Bengt.

Paret deltog i flera Vedic Art-kurser och utvecklade sitt kreativa skapande. Till och med Anita, som tidigare ansett sig oförmögen att ens rita en streckgubbe, kom i gång med att måla. Inspirationen de kände gjorde att de ville överföra sitt konstnärliga kunnande till andra sammanhang.

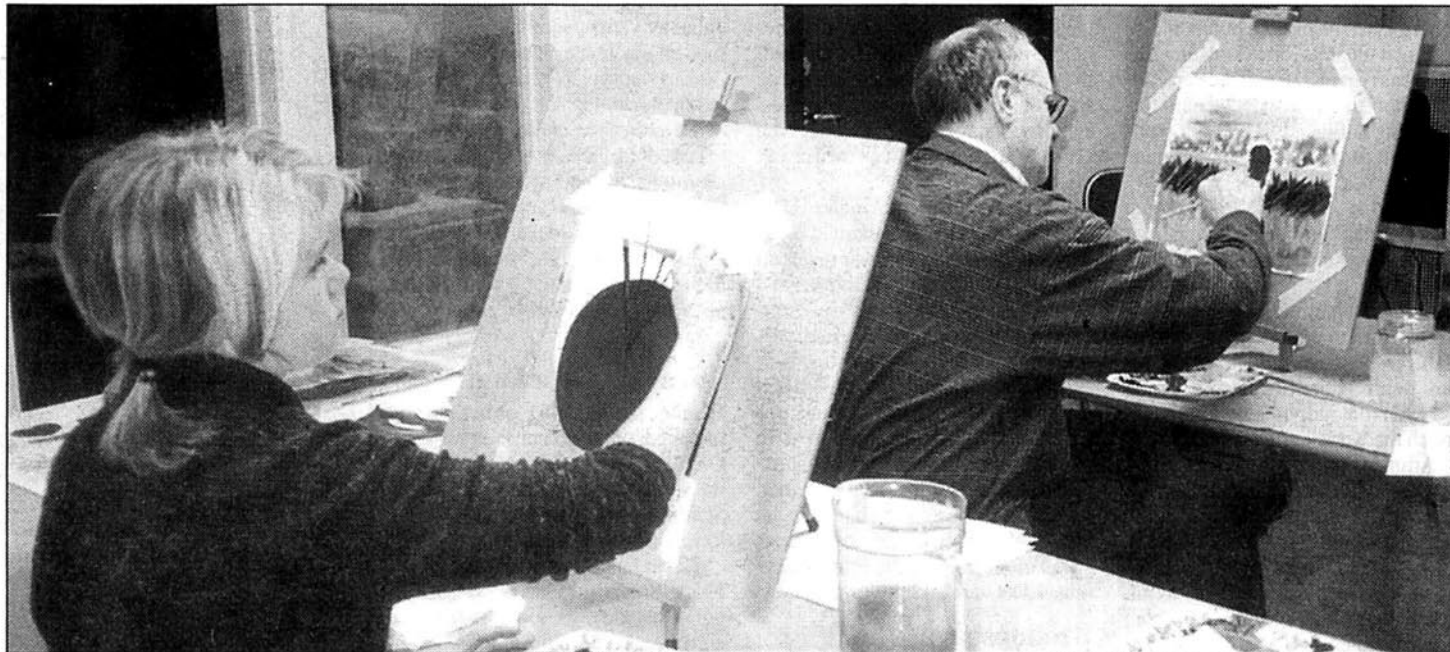
Koppling till yrket

Bengt har en bakgrund inom reklambranschen. Under många år har han jobbat med marknadsföring för stora företag.

– Jag ville koppla samman min yrkesbakgrund med det fria kreativa skapandet, säger han. Och en semesterdag för två somrar sedan ramlade poletten ner. Jag visste hur vi skulle gå tillväga.

Idén var att använda den konstnärliga skapandeprocessen som de hade lärt sig på Vedic Art School och tillämpa den på andra områden.

De började läsa allt de kom över om kreativitet. I samband med det kom de i kontakt med en finsk hjärnforskare, Matti Bergström, som forskat om hur kreativitet uppstår och



Det är full koncentration hos kursdeltagarna vid målningsövningarna. Absorberade av färger och former låter de fantasin flöda fritt. Enligt kursledarna är det många som blir förvånade över sin egen förmåga. Foto: Bengt Persson

hur skapandeprocessen fungerar utifrån hjärnans språk.

– Genom det fick vi en annan infallsvinkel, säger Bengt. Vi kunde komplettera de lätt flumstämplade skapandepriinciperna från Vedic Art med hjärnforskning som befäste teorierna.

Bengt och Anita utvecklade ett eget koncept som de kallar EQ-painting. Tanken med EQ-painting är att måla fram kreativitet och harmoni i syfte att främja och utveckla den själsliga och den emotionella intelligensen. Till stöd för det egna konceptet har Bengt och Anita både de vediska konstprinciperna och forskningen om hur hjärnan fungerar.

Inga prestationskrav

Makarna Perssons kurser i EQ-painting inleds med linjeövningen som Bengt beskrev i början. Den utgör startpunkten till målandet och den kreativa eller avstressande processen.

– Det gäller att få ett avspänt förhållande till att sitta och göra meningslösheter, säger han. Det finns inga prestationskrav. Poängen är att man ska nå ett avslappnat sinnelag och upprätta en öppen förbindelse till det undermedvetna. Då kan man gå in i ett skapande tillstånd.

Sedan genomgår kursdeltagarna olika övningar i avstressande eller kreativt syfte. Bengt och Anita lär dem

att använda metoder i målandet som de får överföra till andra, mer vardagliga och konkreta situationer och uppgifter.

– De lär sig att associera i andra banor, att slappna av och bli av med till exempel aggressioner. De frigör skaparkraft och lär sig att komma med kreativa lösningar, säger Bengt. Det är viktigt i dag. Ökad kunskap eller logiskt tänkande räcker inte till i komplexa situationer. Det krävs alternativa sätt att närma sig problem och svårigheter, både i yrkeslivet och i det privata.

Olika yrkesgrupper

Målningens positiva effekter är makarna därmed övertygade om. Mäniskor med så vitt skilda yrken som psykologer, aktiemäklare, ingenjörer och förskollärare har deltagit i kurserna, samtliga med gott resultat.

– Även om det inte är det som är syftet, så åstadkommer de riktiga konstverk, säger Anita.

Skälet tror hon är att målandet är kravlöst och lustfyllt, utan tankar på motiv eller resultat.

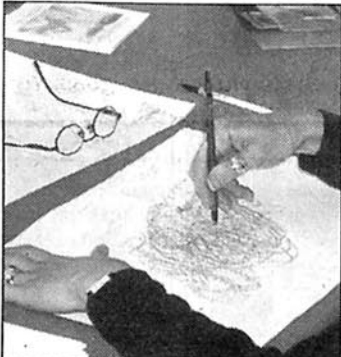
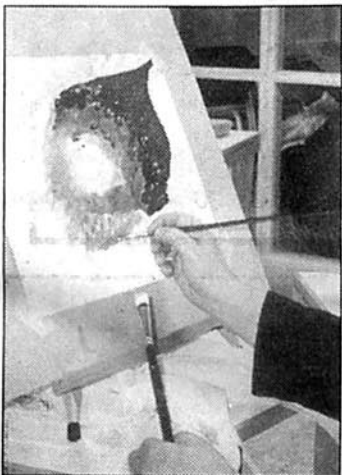
Bengt håller med:

– Alla har skaparförmåga inom sig, och uttrycksförmåga. Och alla kan måla! Det räcker för att kunna lära sig att slappna av och bli mer kreativ.

ANNAKARIN WIKSTRÖM



Anita och Bengt Persson framför ett av Anitas färgstarka alster.



Akrylmålningar eller blyertslinjer. Fritt skapande främjar kreativiteten, oavsett formerna för det. Foto: Bengt Persson