

Art Healing in Ceramic Painting Creation — Taking Glaze Colored Flower and Bird Painting as an Example

Guowei Yan Chenhui Sun

Jingdezhen Vocational University of Art, Jingdezhen, Jiangxi, 333000, China

Abstract

The rapid development of modern society and the rapid change of human civilization have had multiple impacts on our physical and mental health due to high-intensity social pressure. In recent years, China's exploration of art healing has received increasing attention, especially with Jingdezhen ceramic painting art creators as the research object and their emotional relaxation as the creative practice goal, a self emotional healing study on the transformation of negative emotions has been carried out.

Keywords

ceramic painting; glaze colored flowers and birds; art healing

陶瓷绘画创作中的艺术疗愈——以釉上彩花鸟画为例

严国玮 孙晨晖

景德镇艺术职业大学，中国·江西景德镇 333000

摘要

现代社会高速发展，人类文明快速更迭，高强度的社会压力对我们的身心健康产生着多方面的影响。近年来，中国对艺术疗愈的探索日益受到关注，特别是以景德镇陶瓷绘画艺术创作者为研究对象，以创作者的情绪放松为创作实践目标，展开了关于负面情绪转化的自我情感疗愈研究。

关键词

陶瓷绘画；釉上彩花鸟；艺术疗愈

1 现代社会压力及艺术疗愈概述

在现代社会中，人们面临着各种压力，包括工作、家庭以及个人健康等方面的挑战。这些压力可能导致心理和情绪上的紧张，进而影响到个体的生活质量。英国艺术治疗师协会（British Association of Art Therapist）界定艺术疗愈是：“一种治疗的方法，在艺术治疗师的协助下，透过绘画、塑造等艺术题材，从事视觉心象表达，借此心象表达把存在于内心未表达出来的思想与情感，向外呈现出来。这种表达和呈现出来的心象产品，具有治疗和诊断功能，提供治疗者和当事人治疗期间的处理指标。治疗期间，当事人的情感常常包括在艺术作品里，并在治疗关系中加以处理与解决。”艺术疗愈作为一种非药物治疗方式，通过创造性的艺术活动帮助人们减轻心理压力、提升情绪状态。在治疗过程中，创意艺术活动可以作为有效的沟通工具和表达方式。早在《礼记·乐记》中就有关于利用音乐治疗疾病的记载，强调“反情”“比类”音乐对身心健康的陶冶作用。数千年来，人们

一直利用绘画、音乐、诗歌等艺术形式表达情感、缓解情绪，这种做法逐渐受到重视。其中，陶瓷绘画作为一种特殊的艺术创作方式，不仅能够给予参与者沉浸式的体验，还能够创作过程中表达情感，实现自我疗愈。以釉上彩花鸟画为例，这种艺术形式要求画者在陶瓷器皿上进行绘制，其创作过程中的色彩选择、笔触、线条的运用等都能够反映出画者的内心世界^[1]。

艺术疗愈的潜在价值在于其为个体提供了一种自我表达和情感释放的途径，有助于促进心理健康和情绪调节。因此，即便现有研究结果显示艺术疗愈的证据质量不高，但在现代社会压力管理和心理健康促进方面的应用前景仍值得期待^[2]。

2 艺术疗愈的理论基础

艺术疗愈，作为一种心理治疗的手段，其理论基础源于对艺术活动对人类心理健康影响的深入理解。艺术疗愈认为，艺术创作过程中的自我表达和创造性思维能够促进个体的心理调整与恢复，帮助人们缓解压力，改善情绪，提升自我认知，并在一定程度上促进身心健康。艺术疗愈强调艺术活动中的自我表达功能。通过绘画、雕塑、音乐等艺术形式，

【作者简介】严国玮（1982-），女，中国湖北人，硕士，高级工艺美术师，从事设计艺术学研究。

个体能够将内心的情感和思维具象化,从而实现情绪的宣泄和心理的净化。在这一过程中,艺术不仅是情感的载体,也是个体与内心世界对话的桥梁。《艺术:让人称为人》里有一段话:“学习这些可以让我们向心之中看到我们的所思所想,看到创造性冲动呼唤着我们去释放的东西,这一向心之中迸发的旅程可以帮助我们面对真正的自我,帮助我们确认我们是谁。”艺术以及艺术教育作用于我们的人生意义也就在于让我们重新发现对生活的敏感度,我们在与艺术的沟通中,实际上也是不断寻找与解读自我内心问题的过程,在与艺术的相处中,我们与自己对话,找到内心深处缺失的那一部分,以及自己与这个世界的关系,克服并接受自己的缺陷,治愈自己灵魂的创痛^[3]。

作为陶瓷绘画艺术的一位教师,笔者第一次明显感受到绘画的治愈力量是在中国贵阳市乌当区小学开设陶艺课的时候。笔者曾教过一位活泼异常的儿童,他对周围的一切都充满好奇心。到处都想用手去触摸体会,注意力非常难专注,不停地到处转悠,当时第一次接触陶瓷的材质让笔者顿时觉得很难把控,但是当他拿起画笔,甚至用手去蘸取颜料的时候,从黑色到红色,当指尖上的颜料在瓷板上丝滑地划过,油料使颜色墨韵在光滑的瓷板上舒展开的时候,这是一种纯粹柔滑如丝的流畅,一种令人可以释放的淋漓尽致,颜色在他手里填满瓷板,线条从粗到细,从深到淡,由丝滑到干枯拖笔的肌理。而这一刻,他是安安静静的。静止的状态,这个顽皮的孩子知道,他随意扭动都会影响到自己创作画面的形状,现在把全部的注意力都转移到自己的想象的画面上,控制着自己的手在瓷板上滑行。当时,他是能够懂得绘画给他带来的乐趣,这是一次活泼好动的孩子们利用陶瓷颜料绘画的一次亲密接触过程,笔者通过课程能明显感受到孩子与绘画艺术交流过程中的天性和天真,对他们来说是一次非常有益的专注力的感受。

艺术疗愈还涉及艺术作品的审美体验。艺术作品本身所蕴含的美感和情感力量,能够触动观者的内心,引发共鸣和反思,从而实现心灵的慰藉和精神的提升,陶瓷釉上彩花鸟画作为一种艺术创作形式,不仅具有审美价值,更是一种情感的宣泄和情绪的释放。通过绘画这种形式的艺术创作,个体可以将内心的负面情绪得到有效的宣泄和转化,从而达到情绪疏解的目的。这种创作过程本身就是一种情感的宣泄和情绪的释放,有助于个体调节不良情绪,缓解心理压力,实现心灵的疗愈。同时,陶瓷釉上彩花鸟画的创作过程也是一种自我探索和自我认知的过程,有助于个体更好地理解自己的内心世界,从而实现自我疗愈的可能性。

3 陶瓷釉上花鸟创作中的自我疗愈

釉上彩花鸟画是陶瓷绘画中一种独具特色的艺术形式。其绘画技法精湛,色彩鲜艳,线条流畅,表现形式多样。在釉上彩花鸟画中,艺术家常常运用细腻的笔触和丰富的色

彩,将花鸟的形态栩栩如生地展现在陶瓷器物上,体现出一种独特的审美魅力。此外,釉上彩花鸟画还注重对光影的处理,使作品更具立体感和生动感。通过这种绘画形式,艺术家能够表达对自然的热爱和对生活的热情,同时也能够传达出一种宁静的美学情感。釉上彩花鸟画作为陶瓷绘画的重要形式之一,在艺术心理疗愈中具有独特的应用和效果,能够为人们带来心灵上的愉悦和平静,有助于促进心理健康和情绪释放^[4]。

卡西·马尔吉奥蒂曾说:“当个体处于痛苦之中时,对环境的感知就会被剥夺。”而当艺术创作的过程开始时,个体会重新建立自我本身与外部世界的联系,身体的病痛会被逐渐地缓解,人体对身体的控制也会再次恢复。在艺术创作的过程中,艺术家将感知转化为具体的艺术形式,通过画面和造型表达个人情感,缓解内心困扰,进行自我探索、对话,重塑心灵,其既能使作品焕发生命力,也能实现自我精神上的治愈。所以艺术创作不仅是艺术家艺术天赋的表现,也是自我疗愈的一种方式,且这种方式能够广泛地适用于大众群体。

陶瓷釉上彩艺术中的造型、色彩和线条等构成元素与中国绘画表现形式基本相同,均能把情感以艺术语言的形式进行表达。在特定的某个时刻,通过各种方法和主题在特定的陶瓷媒介上记录个人独白的过程,将情感表达转化为艺术语言的形式再进行创作。这一创作过程涉及情感、意识、思维、行为和心境的多维转换,即在创作一件完整的陶瓷艺术作品的同时,逐步实现心理疗愈的过程,笔者把这一过程描述为陶瓷绘画创作中的疗愈过程。陶瓷绘画作为一种古老而独特的艺术表达方式,不仅仅是一种材质的创作,更是一种将火的艺术融入陶瓷艺术载体的重生。通过对釉上彩花鸟画的创作过程进行深入探讨。在论文中,力图通过自身学习实践经验,通过自身的体会思考,用自己的语言,从实践中总结和分析,寻找陶瓷绘画中走入心里的共情点,表达作为创作者本身与欣赏者对于陶瓷绘画艺术的心灵碰撞,从而论证陶瓷绘画对于心灵的疗愈^[5]。

4 陶瓷釉上彩绘的个体情绪释放

陶瓷釉上彩绘画与中国画的区别在于材质与技艺的变化,陶瓷釉上彩绘画是以陶瓷为载体,有外轮廓的曲线之美,还有在烧制的过程中温度变化给陶瓷带来的烧成之美。陶瓷绘画的表现方式基本以构图、线条、色彩等这些技法作为主要的表现方式。在陶瓷绘画构图创作中,运用不同的视点或视角进行构图,可以达到整体、连贯的视觉效果。花与鸟往往总是能得到艺术家的追捧,音乐家、诗人都是如此,从鸟儿优美的啼鸣声中唤起美妙绝伦的音符,当诗人看到美丽的花儿、鸟儿会诗兴大发,写出一篇篇可以激发人们内心深处的美好情感和愉悦感的诗句,有助于缓解焦虑和压力,可想而知艺术家对花鸟的联系面对这大自然的恩赐陶瓷艺术家的笔

墨在瓷胎上挥舞，精心描绘烧制了许多美妙绝伦的陶瓷艺术作品。同时，釉上彩花鸟画的绘制过程需要专注和耐心，有助于培养注意力和专注力，促进心流体验，进而促进心理放松和情绪稳定。因此，釉上彩花鸟画在心理康复和压力释放中的应用，能够为个体提供一种愉悦的艺术体验，带来心灵上的平静与愉悦，对促进心理健康具有积极的作用^[6]。

烧制陶瓷离不开窑火，千年瓷都景德镇的火生生不息，火作为中国传统阴阳五行之一，精美绝伦的陶瓷作品都离不开火的作用力，人类自古以来就对火充满了崇拜感和敬畏感，我们在远古的时候，就是用火造物，它是景德镇人蓬勃发展不可阻挡的力量，在陶瓷釉上彩绘画完成之后，窑火也是至关重要的一个步骤，它是可以让彩绘的图案永久地保留在瓷质的胎体上的一个不可或缺的因素。因此，也是这个过程让大家认识到火能保留制作完成的情感痕迹，所以我们称之为“火的艺术”。虽然釉上彩的烧制非常稳定，在烧制过程中，需要耐心等待才能打开窑门查看作品，这段等待是一种考验创作者心理承受压力的机会。因为结果可能是惊喜，也可能是沮丧。我们内心世界强大而柔软脆弱，“玻璃心”形容了这种脆弱状态。在这种时候，最需要得到呵护和保护。陶瓷作为易碎的特性，一直都是需要被保护的材质，正因为易碎，才显得珍贵，也容易触发人们心灵的共鸣。陶瓷之所以如此受人喜爱，也在于其易碎性。当人们感受到破碎时，他们看到的不仅是散落的碎片，还有瓷器在破裂瞬间的动作以及破裂瞬间爆发的声响。感受到失去的惋惜，或者是对美好过往的怀念，易碎这是陶瓷无法避免的特殊属性，也是

直击人内心的形容词。陶瓷与内心的情感联系都是非常密切的，很多共性都能引发人们的共情。

5 结语

大多数陶瓷釉上花鸟彩绘作品都是中国传统美学的永恒典范。这些瓷器上描绘的花卉图案——盛世牡丹、百子图、清廉的荷花、凤凰长鸣——象征着吉祥和长寿，一直以来都是皇室的象征。这些色彩斑斓的瓷器作品追溯了中国传统陶瓷的历史和瓷器的美学精髓。在整个创作过程中，情感能量和治愈能量相互转化、结合、重塑，让我们实现自我治愈的潜能，同时释放创作中惴惴不安的情感能量和“负能量”，帮助我们释放平时散发的负能量，完成心、身、灵之间的多元沟通。最终，在情绪转化与疗愈的结合中，我们可以感受到自由、安全和放松，完成解决内心冲突的过程，从而提高自我意识、自我沟通和自我疗愈。因此，未来的研究可以进一步探索不同陶瓷作品对心理治疗和缓解压力的影响，以提高生活质量和幸福感。

参考文献

- [1] [德]爱娃·海勒.色彩的性格[M].北京:中央编译出版社,2008.
- [2] 中国古陶瓷学会.釉上彩瓷器研究[M].北京:故宫出版社,2014.
- [3] 王思思.论陶瓷艺术的心灵疗愈[D].景德镇:景德镇陶瓷大学,2024.
- [4] [英]大卫·爱德华兹.艺术疗法[M].重庆:重庆大学出版社,2016.
- [5] 解晓明.论陶艺作为艺术治疗手段之可行性[J].装饰,2009(12):2.
- [6] 黛安娜·沃勒.艺术心理疗法[M].上海:上海社会科学院出版社,2006.