

# Bilježenje sebstva

---

Šubić, Lucija

Master's thesis / Diplomski rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Academy of Fine Arts / Sveučilište u Zagrebu, Akademija likovnih umjetnosti**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:215:095212>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-17**

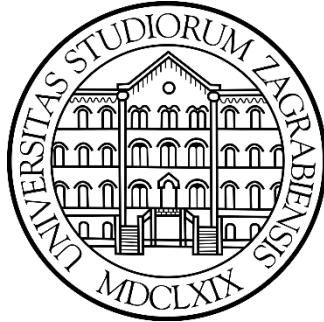


Repository / Repozitorij:

[Repository of the Academy of Fine Arts in Zagreb](#)



Sveučilište u Zagrebu  
Akademija likovnih umjetnosti  
Diplomski sveučilišni studij slikarstva



LUCIJA ŠUBIĆ  
DIPLOMSKI RAD  
BILJEŽENJE SEBSTVA

Mentor: red.prof.art. Duje Jurić

Zagreb, 2023.

## SADRŽAJ

1. UVOD .....	3
2. MOTIVACIJA IZA IDEJE .....	4
3. ANALIZA SNOVA .....	8
3.1 SIMBOLI .....	11
3.2 SIMBOLI U LIKOVNIM UMJETNOSTIMA .....	13
4. ZAKLJUČAK .....	15
5. PREGLED RADOVA .....	17
6. LITERATURA .....	37

## 1. UVOD

Suvremeni ubrzani način života, unapređenje znanosti i racionalan način razmišljanja ima brojne prednosti za modernog čovjeka, no također i svoje mane. Zahvaljujući industrijskoj revoluciji i razvoju tvorničke proizvodnje moderan čovjek više ne ovisi o lokalnoj proizvodnji ili vlastitom opskrbi hranom, već brojne namirnice može kupiti u najbližoj trgovini. Više ne moramo šivati i štrikati vlastitu odjeću, ne ovisimo o konjima i vlastitim nogama kao glavnim načinima prijevoza, znanost i medicina nikada nisu bile razvijenije, te s dolaskom interneta i društvenih mreža nikada nije bilo lakše uspostaviti kontakt sa drugom osobom, čak i ako se ona nalazi na drugoj strani svijeta. Svijet više nije svijet, već je postao selo. No koliko god to utopijski zvučalo, moderan čovjek također mora snositi posljedice svog napretka i tih relativno novih načina da sami sebi olakšamo život. Zagrijavanje Zemlje, klimatske promjene, sve veća razlika između siromašnih i bogatih, te snošenje fizičkih posljedica nakon izlaganja određenim štetnim tvarima ili stresa današnjice, kao što su mnoge autoimune bolesti, brojne vrste raka, hormonalni disbalans, samo su neki od načina na koje plaćamo za naš napredak. U ovom se diplomskom radu neću fokusirati na tu problematiku, već na rascjep koji je nastao između nas i naših instinkta kao posljedica modernizacije i odvajanja od prirodnog svijeta. Također ću se baviti tematikom dolaženja u kontakt sa vlastitim nesvjesnim.

Serijski radovi „Bilježenje sebstva” sastoji se od 20 radova tematski povezanih s prikazima iz snova ili meditacije. Radovi se fokusiraju na simbole ili direktne scene koje su mi se prikazivale u snovima ili tokom meditacije, te kroz sam proces slikanja pokušavam shvatiti njihovo značenje i razlog njihovog ukazivanja. Slike prikazuju vrlo intimne i osobne teme, iz jednostavnog razloga što nisu stvorene iz neke plemenite potrebe istraživanja političkih, socijalnih ili filozofskih tema, već iz potrebe izražavanja same sebe i istraživanja svog nesvjesnog. Tijekom protekle dvije godine krenula sam istraživati i učiti o jungovskoj psihologiji, analizi snova i simbola koji se pojavljuju u njima, što se ukazalo kao neophodan način za suočavanje sa simptomima sindroma policističnih jajnika i njihovog utjecaja na moju psihu i mentalno zdravlje.

## 2. MOTIVACIJA IZA IDEJE

Iako mi je dijagnoza sindroma policističnih jajnika (eng. uobičajeno uporabljiv naziv polycystic ovary syndrome ili skraćeno PCOS) bila dijagnosticirana već 2019. godine, vjerujem da je ta kronična bolest kod mene bila prisutna od samog ulaska u reproduktivnu dob. No što je sindrom policističnih jajnika i na koji način se on kod mene manifestirao? „Sindrom policističnih jajnika (PCOS) od kliničke je i javnozdravstvene važnosti jer je vrlo čest i pogađa jednu od pet žena reproduktivne dobi. Ima značajne i raznolike kliničke implikacije uključujući reproduktivne (neplodnost, hiperandrogenizam, hirzutizam), metaboličke (inzulinska rezistencija, oslabljena tolerancija na glukozu, dijabetes melitus tipa 2, nepovoljne profile kardiovaskularnog rizika) i psihološke značajke (povećana anksioznost, depresija i pogoršana kvaliteta života) . Sindrom policističnih jajnika je heterogeno stanje i, kao takvo, klinički i istraživački planovi su široki i uključuju mnoge discipline. Fenotip uvelike varira ovisno o životnom stadiju, genotipu, etničkoj pripadnosti i čimbenicima okoliša, uključujući stil života i tjelesnu težinu. Važno je da PCOS ima jedinstvenu interakciju sa sve većom prevalencijom pretilosti u cijelom svijetu budući da inzulinska rezistencija izazvana pretilošću značajno pogoršava sve karakteristike PCOS-a.“<sup>1</sup> „S obzirom na heterogenu prirodu PCOS-a i spektar kliničkih značajki, manifestacija može varirati tijekom životnog ciklusa.“<sup>2</sup>

Nakon uspostavljanja dijagnoze sindroma policističnih jajnika bile su mi ponuđene dvije opcije liječenja ili bolje rečeno dva načina kontroliranja simptoma: 1. uzimanje hormonalnih kontracepcijskih tableta 2. nastavak života kao što sam ga do sada živjela. Iako do tog trenutka nisam bila ni educirana ni informirana o nuspojavama pilule ili o načinima na koje ona pomaže sa PCOS-om, odlučila sam se za prvu ponuđenu opciju. No, naravno, to nije bilo dugoročno rješenje, već način odgađanja problema.

Nakon tri godine uzimanja kontracepcijskih pilula i teško podnošljivih nuspojava koje su se manifestirale na mom tijelu i ujedno mentalnom zdravlju, odlučila sam prekinuti terapiju i promijeniti način života. Kroz idućih godinu dana, nakon prekida hormonalne terapije fizički i mentalni simptomi PCOS-a su se pogoršali. S jedne strane sam to očekivala, jer naravno moje

---

<sup>1</sup> Teede, H., Deeks, A., Moran, L., *Polycystic ovary syndrome: a complex condition with psychological, reproductive and metabolic manifestations that impacts on health across the lifespan*

<sup>2</sup> Ibid

tijelo se ponovo navikavalo na samo sebe bez dodatnog uzimanja hormona, ali nisam očekivala toliko drastične promjene. Prvih nekoliko mjeseci primijetila sam poboljšanje svog mentalnog zdravlja, anksioznost se znatno smanjila i s time depresivne epizode, te su se određeni fizički simptomi također povukli. No nakon prvih nekoliko mjeseci moji ciklusi su postajali sve rjeđi i menstruacija gotovo nepostojeća. Ovo je vrijeme kada su ponovo počele anovulacije kao jedan od glavnih simptoma PCOS-a, s time i nestanak mjesečnice. Uz to kroz mjesece krenuli su se pojavljivati drugi simptomi poput prorjeđivanje i opadanje kose, promjena njene teksture, dobivanje na tjelesnoj težini i teško mršavljenje, te poremećen raspored spavanja (2-5 sati dnevno umjesto preporučenih 8-10 sati). U to vrijeme mi se mentalno zdravlje također ponovo počelo pogoršavati.

Osjećala sam se kao da sam izgubila kontrolu nad samom sobom i vlastitim tijelom, te kao da samo postojim u nečemu što nije potpuno moje. Depresivne epizode postajale su sve češće i duže i s time i anksioznost, te se također pojavio osjećaj beznada. U nekom sam se trenutku predala tim emocijama, preplavljena njima izgubila sam osjećaj za vrijeme i dani bi samo prolazili bez ikakvog pomaka ili napretka. Nisam se mogla natjerati ni na što, nisam imala ni volje ni energije za fizičke aktivnosti, izgubila sam energiju za kreativan rad, neke dane bi bilo teško ustati iz kreveta. U tom razdoblju često bi dobivala potrebu za nekim preporođenjem, novim početkom. Htjela sam opet biti aktivna, kreativna i socijalna osoba, no nešto me blokiralo i nisam znala što. Ironično u to vrijeme su se određeni fizički simptomi PCOS-a počeli povlačiti, no psihološki simptomi i loša regulacija stresa onemogućivali su moje normalno svakodnevno funkcioniranje.

Tijekom godinu dana navikavanja na vlastito tijelo i njegove procese počela sam čitati djela Carla Gustava Junga i nekih njegovih sljedbenica poput Marion Woodman, Clarisse Pinkole Estés i Marie-Louise von Franz. Čitala sam o tumačenju snova, o tumačenju bajki i simbola, te sam zapisivanjem svojih snova tražila odgovor na vlastite probleme, nadajući se da ću pomoću njih uspjeti pokrenuti vlastite obnavljajuće procese. Najutjecajniji san koji je bio znak koji sam tražila, te koji je pokrenuo stvaranje ove serije slika zapisala sam u sljedećem tekstu:

## ZIMA

*Moje tijelo i duh kao da su proteklih godinu dana u razdoblju zime. U stanju sam mirovanja i nikako se ne mogu pokrenuti. Ne mogu naprijed, a definitivno ne mogu nazad. Kao da sam zarobljena u nekom dubokom snu iz kojeg se do sada nisam mogla istrgnuti. Ili možda nisam željela. Iskreno rečeno ne znam ni sama. Prošle godine moje tijelo je prolazilo kroz procese koje sam dugo odgađala: od hormonalnog disbalansa, gubitka ovulacije (s time i menstruacije), te fizičkih promjena koje su dolazile zajedno s time. Napokon sam se odlučila suočiti s time i umorilo me. Vlastito tijelo me umorilo i još uvijek osjećam kako je i ono samo iscrpljeno. Najradije bi ostala u tom razdoblju zime, uzela si još vremena za odmor i obnovu, pustiti svoj duh i tijelo da nastave spavati u svom sigurnom „mjehuru“ koji sam stvorila oko sebe. Kao da sam sama sebi tkala čahuru i na kraju stvorila tkivo poput maternice u koju sam se sigurno smjestila, čekajući da se procesi obnove završe. No kako mjeseci prolaze sve više i više imam osjećaj kao da to tkivo i moje mirovanje više nisu regenerativni, već kao da polagano u njemu trunem. Gušim se i trujem vlastitom vodom dok čekam da se pokrene neki prirodni proces koji će me osloboditi. Prije nekoliko mjeseci sanjala sam nešto što tada još nisam mogla shvatiti, i iako sam znala da taj san sa sobom nosi neko značenje, u tom ga razdoblju još nisam mogla vidjeti kao što to mogu sada.*

*Sanjala sam kako se nalazim u jednoj maloj kućici koja se doimala zapušteno. Stari namještaj, drveni škripavi podovi i debeli sloj prašine - prostor je izgledao kao da godinama nitko nije unutra zakoračio, kamo li brinuo se o njemu. Osjećala sam da je riječ o mojoj kući koju sam iz nekog razloga zapustila, te baš kada sam odlučila obići i pregledati što sve treba obnoviti, popraviti ili zamijeniti, čula sam jasno izgovorene riječi: „Idi, pusti psa u kuću!“. Moje tijelo se iste sekunda pokrenulo, otvorila sam ulazna vrata. Preda mnom u mraku nalazio se bijeli pas vučjak. Čekao me sa nečime u ustima. Sagnula sam se da bolje vidim poklon koji mi je donio i u tom mi se trenutku od približio, stavio plijen na tlo i sjeo. Čekao je moju reakciju. Pred mojim nogama nalazilo se veliko smeđe klupko krzna - šumski zec. Bio je nepomičan, širom otvorenih očiju koje su gledale ravno u mene, kao da je i on čekao šta ću reći. No nisam reagirala, samo sam u tišini nastavila gledati mrtvog zeca dok je pas gledao mene. Odjednom sam dobila potrebu da ga okrenem na leđa što sam i napravila. Trbuh mu je bio širom otvoren, no umjesto utrobe koju sam očekivala vidjeti, kroz rastrgano tkivo vidjela sam sebe. U zečevom trbuhu nalazila se mala ja koja je, sklupčana u fetalnom položaju, mirno i netaknuto spavala.*

*Spustila sam zeca natrag na tlo nakon čega mi se pas približio i počeo ga proždirati. Stajala sam zaleđena i nisam mogla ništa osim gledati kako snježno bijelo krzno polagano poprima ružičaste i crvene tonove, te kako zec polagano nestaje. Utroba u utrobi sada su postale jedno i pseća glad je bila zadovoljena. No što je s mojom prazninom unutar mene? Je li moja glad zadovoljena? Ili je sada samo još više naglašena? Nakon tog sna uvijek se imam potrebu vratiti u tu kuću, na taj prag pred kojim su me čekali bijeli pas i mrtav zec. Želim im postaviti pitanja i pričati s njima. Želim obnoviti tu staru kuću i pustiti psa unutra. Želim zašiti zečevu otvorenu ranu i dopustiti nastavak obnove koju sam započela u njegovom tijelu, prije nego što ga pas uspije pojesti. Želim novo rođenje, dolazak proljeća i povratak životnog libida. Kroz taj san sam shvatila da nešto moram pokrenuti, neki novi prirodni proces koji je za mene očito na neko vrijeme zastao. Da bi se nešto novo moglo roditi, nešto staro mora umrijeti, samo moram shvatiti koji to dio mene moram okončati kako bi se nešto novo napokon probilo kroz tkivo koje ga trenutačno drži zarobljeno.*



### 3. ANALIZA SNOVA

Prvo moramo postaviti pitanje što su to točno snovi i kakve oni veze imaju sa našim unutarnjim djelovanjima? Snovi su slijed ideja, slika, emocija i ponekad drugih osjeta kao što su dodir, miris i sluh koji se obično pojavljuju u našem umu tijekom određenih faza sna. Sanjanje se najčešće i najintenzivnije događa u REM fazi sna, u vrijeme kada su mnogi moždani neuroelektrični sustavi dosegli svoju najvišu razinu aktivacije, koja je jednako visoka kao razina kada se nalazimo u budnom stanju. Međutim, sanjanje se događa i izvan REM faze sna, to jest REM faza spavanja nije potrebna kako bi se pokrenuo proces spavanja. „Tijekom REM faze spavanja, kada se pojavljuje većina, ali ne sva sanjanja, ljudski mozak pomiče u drugačiji način regionalne aktivacije. Područja prefrontalnog korteksa uključena u fokusiranu pažnju i racionalno mišljenje postaju manje aktivna, dok područja u limbičkom sustavu (uključena u emocionalnu obradu, pamćenje i instinktivne reakcije) i okcipitalni režanj (uključen u vizualnu imaginaciju) postaju mnogo aktivniji. Ovo sugerira da ljudski mozak ne samo da je sposoban stvarati intenzivna vizionarska iskustva u sanjanju, već je također pripremljen da to čini redovito.“<sup>3</sup>

Sama definicija sna u današnjim saznanjima nije toliko mistična i nama nepoznata kao što je nekada bila, te je pojava snova vrlo lako znanstveno objašnjiva. No samo značenje snova i zbog čega nam se određene scene, emocije i slike pojavljuju u umu kada smo u nespješnom stanju još nije u potpunosti definirano. Toj problematici posvetio se švicarski psiholog i psihijatar Carl Gustav Jung koji je vjerovao da „ljudi prije svega sanjaju ‘o svojim problemima, svojim nevoljama’. Snovi nastaju kako bismo riješili probleme koje samo svjesnim procesima ne možemo riješiti jer smo izgubili vezu s drevnom mudrošću naših predaka, s arhetipskim simbolima kolektivnog nespješnog. Snivač ‘ne bi o tome sanjao da je toga svjestan’, ali pošto toga nije svjestan, mora to sanjati.”<sup>4</sup> „Razumijevanje funkcije snova proizlazi iz određene koncepcije nespješnog. Ako se nespješno frejdovski razumijeva kao ‘prljavo dno duše’ u kojem su zatočene davne infantilne incestuozne i destruktivne težnje, onda je funkcija snova da te težnje prokrijumčari u svijest. No ako se snovi shvate kao ‘prirodna reakcija samoregulirajućeg sustava psihe’ na zbivanja u svjesnoj i nespješnoj psihi, onda je jedna od njihovih osnovnih

---

<sup>3</sup> Bulkeley, Kelly, *The Science of Dreaming: 9 Key Points*

<sup>4</sup> Jung, C. G., *Analiza snova 1. svezak*, Fedom, Beograd, 2017., str. xxxiv

funkcija kompenzatorna. San nastoji kompenzirati nedostatke svijesti, izravnati, kompenzirati jednostranost svjesnog stava sanjača. Zatim, ako je, po Jungu, nesvjesno često izvor mudrosti i dubokih uvida u budućnost, onda i snovi imaju prospektivnu funkciju. Oglada se u predviđanju budućih događaja, u anticipaciji 'budućih svjesnih spoznaja koje se pojavljuju u nesvjesnom, nešto poput ideje ili unaprijed skiciranog plana'.<sup>5</sup>

Na osnovu tog razmišljanja Jung je razvio vlastitu metodu tumačenja snova, koja se od Freudovog načina (za kojeg je bilo karakteristično pronalaženje određenog uzroka nesvjesnih psihičkih pojava) razlikovala po tome što je pokušavao otkriti namjeru sna, te koje poruke kroz snove pokušavaju prodrijeti do našeg svjesnog uma i na koji će način one utjecati na našu psihi. "Freud analizira sanjačeve slobodne asocijacije kako bi otkrio njegove nesvjesne komplekse i potisnute želje. Jung, međutim, umjesto slobodnih asocijacija, koje udaljavaju od razumijevanja značaja konkretnog sna i vode osobnim kompleksima, primjenjuje metodu amplifikacije, čija je teorijska osnova proučavanje nadosobnog nesvjesnog."<sup>6</sup> Ukratko rečeno, Jungu je bitna poanta sna i njegov cilj. Nešto što je također karakteristično za Junga jest njegov individualni pristup. Smatrao je da nije moguće tumačiti san bez određenog znanja o snivaču poput njegove životne situacije, osobnosti i međuljudskim odnosima, spola i uzrasta, posla i osobnih interesa, te drugih osobnih informacija. Isti ili sličan san je moguće tumačiti na više načina, ovisno o kontekstu i informacijama koje znamo o sanjaču, stoga se snovi mogu tumačiti na dva načina: subjektivan i objektivnan.

Subjektivno tumačenje likova i događaja iz snova radi se simbolički, to jest te iste likove i događaje shvaćamo kao utjelovljenje određenih arhetipskih i nesvjesnih slika koje se kriju u dubinama naše psihe. Likovi iz snova predstavljaju razne nesvjesne komplekse koji se odvijaju u našim najdubljim dijelovima uma bez našeg znanja ili, malo romantičnije rečeno, oni su različiti dijelovi naše duše. „Tumačenje snova je pretežno subjektivno u smislu da se san može shvatiti kao poseban "teatar u kojem je sanjač pozornica, glumac, sufler, redatelj, autor, publika i kritičar. Ova jednostavna istina je osnova onog razumijevanja značenja sna koje sam označio kao subjektivni stupanj tumačenja."<sup>7</sup> Dok je subjektivno tumačenje snova simboličko, objektivno tumačenje je doslovno, što znači da određene likove i događaje ne pokušavamo čitati

---

<sup>5</sup> Ibid, str. xxxv.

<sup>6</sup> Ibid, str. xxxv.-xxxvi.

<sup>7</sup> Ibid, str. xxxvi.

kao određene simbole ili arhetipove iz nesvjesnog, već kao doslovnu osobu ili stvar koju prikazuju.

Snove možemo također dijeliti na više vrsta kao što su veliki, mali i značajni snovi. Mali snovi su oni koje sanjamo svaki ili gotovo svaki dan, najčešće nam se čine banalno i često su lako zaboravljivi. Oni se dotiču manjih problema koji nisu toliko značajni za našu psihu. Uz male snove, također imamo velike snove koji su od većeg duhovnog značaja i bave se nekom bitnijom problematikom na koju nam pokušavaju obratiti pozornost. Ova vrsta snova je rjeđa, te se u njima često ukazuju univerzalni i drevni simboli, nebitno da li se ukazuju kroz likove, stvari, određene događaje ili doslovno kao simboli. Oni su arhetipski i karakteristični su za kolektivno nesvjesno, zbog čega se također mogu nazvati arhetipskim ili mitološkim snovima. Naposljetku nam preostaju značajni snovi, koji mogu biti i mali i veliki snovi, te se kroz njih snivaču najavljuje neki nadolazeći životni preokret. Vrlo često su bogati raznim simbolima i simboličnim događajima što ostavlja snažan utjecaj na snivača i njihov duhovni i mentalni razvoj.

Snove je moguće tumačiti kao individualne pojave, te također i kao seriju snova. Serija snova je tematski povezanih nekoliko snova koji se uzastopno pojavljuju u određenom vremenskom okviru, koja se najčešće vrti oko jedne glavne tematike ili imaju neki zajednički motiv kojim se pokušava ukazati na određenu arhetipsku problematiku. „Tumačenje snova u kontekstu cijelog niza snova značajno je i korisno na više načina. Naime, tumačenje samo jednog sna je nepouzdan, podložno proizvoljnim tumačenjima, koji u njemu ne nalazi dovoljno pouzdanog materijala za svoju perspektivu. Tek naknadni snovi mogu potvrditi ili opovrgnuti hipotetsko tumačenje koje je analitičar iznio u vezi s jednim snom. (...) Na isti način, višestruki simbol koji se pojavljuje u velikom broju snova može se protumačiti puno potpunije i objektivnije nego pojavljivanjem u samo jednom snu.”<sup>8</sup>

Snove je vrlo teško razumjeti, posebice zbog toga što su oni posve različiti od našeg svjesnog uma. U svakodnevnom životu sami smislimo što želimo reći, na koji se način želimo izraziti i nastojimo da naš izražaj bude logički sastavljen. Kada sanjamo, slike koje nam se prikazuju, se ponekad čine smiješne i kontradiktorne same sebi, u njima se gubi osjećaj vremena, te se svakodnevne pojave ili likovi iz našeg stvarnog života mogu doimati iskrivljeno, nepoznato i

---

<sup>8</sup> Ibid, str. xl.

strašno. Način na koji nesvjesni duh gradi svoju strukturu u potpuno je drugačiji od onog kojeg koristimo gradeći vlastite misli u svjesnom stanju, stoga snovi i nemaju smisla sa stajališta jave. Često se dogodi da zanemarujemo naše snove zbog njihove nejasne i zbunjujuće prirode, no samo zato što ih često ne razumijemo, ne znači da snovi nemaju utjecaj na naše svjesne misli ili da ono što čujemo, vidimo i doživimo u svjesnom stanju nikako ne utječe na naše nesvjesno. Ta dva svijeta su povezana i međusobno utjecajna, te naše svjesne misli i ideje mogu preuzeti određena značenja iz našeg nesvjesnog uma, neovisno o tome imamo li neko svjesno znanje o njima ili ne. Svatko od nas prihvaća ili odbija te određene prigušene pojmove/simbole/slike, te tako svatko na svoj način odlučuje kako će njihovo postojanje upotrijebiti ili čitati.

### 3.1 SIMBOLI

No što su točno simboli i kakvu ulogu igraju u našoj podsvijest i svijesti? Simbol je definiran kao „pojam koji se raznoliko rabi u mnogim humanističkim znanostima. U najširem smislu, sinoniman je pojmu znaka, a pritom se najčešće drži da su svi simboli znakovi, ali da svi znakovi nisu simboli. Zato je moguće definirati pojam simbola u suprotnosti s pojmom znaka, odnosno signala. U tom se smislu simbol smatra posebnom vrstom znaka čija je veza s označenim predmetom motivirana sličnošću, dakle nije arbitrarna kao u običnom znaku. Simbol crpi svoje značenje iz suprotnosti svijeta pa je zato, za razliku od znaka, koji denotira nešto određeno, višeznačan (zmija, primjerice, može simbolizirati i život i smrt).“<sup>9</sup> U psihoanalizi simbol je definiran kao „oblik kojim je jedna mentalna predodžba (ideja, misao) zamijenjena drugom. Tom se zamjenskom predodžbom u prerusenu obliku u svjesno prenose 'zabranjeni' sadržaji. Oblikovanje simbola nesvjesni je proces kojim se osoba razrješuje tjeskobe zbog pojavljivanja u svjesnom neprihvatljivih i neprimjerenih ('zabranjenih') nagonskih želja. Simboli tako osiguravaju 'povratak zabranjenog', a igraju značajnu ulogu u procesima sanjanja i sanjarenja. Simbol može imati konvencionalno i univerzalno značenje (npr. srce je simbol ljubavi) te individualno značenje, gdje je simbol izbor svake pojedine osobe. Oduvijek je postojalo zanimanje psihoanalize za simbole, Freud je opisivao sličnosti između simbola iz primitivnih kultura i onih koji se javljaju u neurozama ili u snovima.“<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup> simbol. *Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021.

<sup>10</sup> Ibid

C. G. Jung ih je definirao na ovaj način: „Oni su važni sastojci našega duhovnog oblikovanja i bitne snage u izgradnji ljudskog društva i ne mogu se iskorijeniti bez ozbiljnoga gubitka. Gdje god su potisnuti ili zanemareni, njihova specifična energija iščezava u nesvjesnom, s neizmjerljivim posljedicama. Psihička energija, koja se, izgleda, gubi na tom putu, služi zapravo oživljenju i jačanju onoga što prevladava u nesvjesnom - možda onih sklonosti koje se dotad nisu imale priliku izraziti, ili im pak nije bilo dopušteno nesmetano postojati u našoj svijesti.“<sup>11</sup>

Jung također teoretizira o razlozima iza pojavljivanja simbola i ljudskom potrebom za njima. Smatra da moderni čovjek više nije u skladu sa kolektivnim nesvjesnim otkako smo kao društvo postali racionalniji, te da je s time izgubio svoje duhovne vrijednosti. Te tvrdnje možemo iščitati iz ovih odlomaka: „Antropolozi su često opisivali što se događa s primitivnim društvom kad se njegove duhovne vrednote izlože djelovanju moderne civilizacije. Njegovi pripadnici gube životni smisao, njihova se društvena organizacija raspada, a oni sami moralno propadaju. Mi smo sada u istom stanju. A nikada nismo shvatili što smo izgubili, jer naše duhovne vođe, na žalost, više zanima zaštita njihovih institucija nego shvaćanje misterije koju predstavljaju simboli. Po mojem mišljenju, vjera ne isključuje misao, (koja je najjače čovjekovo oružje), ali na žalost izgleda kako se mnogi vjernici toliko boje znanosti, (a ujedno i psihologije) da zatvaraju oči pred čudesnim psihičkim silama koje vječito vladaju čovjekovom sudbinom. Mi smo sve stvari lišili njihove tajnovitosti i uzvišenosti; više ništa nije sveto. Nekoć, kad su se u čovjekovu duhu rađali nagoni, njegov ih je svjesni um nedvojbeno mogao unijeti u suvisli psihički okvir. 'Civilizirani' čovjek to više ne može. Njegova se 'napredna' svijest lišila sredstava kojima su se mogli asimilirati pomoćni prinosi nagona i nesvijesti. Ti su organi asimilacije i sjedinjenja bili uzvišeni simboli koji su se općenito držali svetima.“<sup>12</sup> „Kako znanstveno shvaćanje raste, tako se nas svijet dehumanizira. Čovjek se osjeća osamljenim u svijetu, jer više nije povezan s prirodom i izgubio je svoju emotivnu 'nesvjesnu istovjetnost' s prirodnim pojavama. One koje su polako izgubile svoja simbolička značenja. Grmljavina više nije glas ljutita Boga, niti je munja njegova osvetnička strijela. Ni u jednoj rijeci nema duha, nijedno drvo nije čovjekovo životno načelo, nijedna zmija ne utjelovljuje mudrost, nijedna špilja nije obitavalište velikog demona. Nikakvi glasovi ne govore više čovjeku iz kamenja, biljaka i životinja, niti im se on obraća vjerujući da ga mogu čuti. Nestalo je njegova dodira s prirodom, a time i neizmjerne emotivne energije koju je pružala ta simbolička povezanost. Taj

---

<sup>11</sup> Jung, C. G., *Čovjek i njegovi simboli*, Mladost, Zagreb, 1987., str. 93.

<sup>12</sup> Ibid str. 94.

golemi gubitak nadoknađuju simboli naših snova. Oni objelodanjuju našu izvornu prirodu - njezine nagone i osebujno mišljenje. Međutim, oni, na žalost, iskazuju svoje sadržaje jezikom prirode koja nam je tuđa i nepojmljiva. Stoga se od nas zahtijeva da je pretočimo u razumske izričaje i pojmove moderna govora koji se oslobodio svojih primitivnih smetnji – osobito svoje mistične povezanosti sa stvarima koje opisuje.“<sup>13</sup>

Možemo zaključiti da nas naša podsvijest stvaranjem simbola u snovima, pokušava dovesti u stanje ili u dio našeg uma koji nikada nije bio podvrgnut kritičkom razmišljanju. Taj dio našeg uma bio je srž naše ljudske osobnosti i kako smo se nastavili razvijati i počeli se koristiti racionalnim načinom razmišljanja, svjesni je duh gubio kontakt s tom primitivnom psihičkom energijom – kolektivnim nesvjesnim. Ipak, naš nesvjesni um uspio je sačuvati tisućljetna primitivna obilježja koja su dio našeg izvornog duha. Simboli snova se obraćaju tim obilježjima u pokušaju da ponovo stupimo u kontakt s onim čega se naš duh oslobodio u procesu svog razvoja. U te pojedinosti možemo svrstati arhaične misaone oblike, iluzije, naše osnovne nagone kao što su seksualni, ali i duhovni nagoni.

### 3.2 SIMBOLI U LIKOVNIM UMJETNOSTIMA

Korištenje simbola u umjetnosti staro je možda kao i sam pojam umjetnosti. Kada se ogledamo natrag na same začetke likovnog izričaja, na crteže u špiljama koji prikazuju ljude i životinje, primijetit ćemo da se uz njih često nalaze geometrijski simboli. Iste simbole možemo uočiti ne samo na zidnim slikama, već na keramici, nakitu, kamenu, na skulpturama i keramičkim figurama te brojnim drugim ukrasnim ili ritualnim predmetima. Kao već spomenuto, većina tih simbola su geometrijski oblici koji se pojavljuju u raznim kulturama diljem svijeta te se zbog toga mogu nazvati „univerzalijama“. Neki su simboli možda bili stilizirani iz prikaza svakodnevnog života, dok su neki možda bili istinski apstraktni oblici koji bi vrlo lako mogli biti simbolički prikazi važnih ideja i koncepata tog vremena. O značenju tih simbola možemo samo spekulirati. Primjerice da je spirala simbol za unutarnji duhovni svijet, krug za sunce ili krug života i da neki antički simboli predstavljaju prikaz živčanog sustava. Vjerojatno nam je teško zamisliti prve „moderne“ ljude kao intelektualna bića slična nama, vjerujem ipak da se

---

<sup>13</sup> Ibid, str. 95.

kroz tisuće i tisuće godina našeg postojanja na ovoj planeti, mi kao ljudska bića nismo previše mijenjali. U srži smo i dalje isti kao što smo bili i prije nekoliko tisuća godina, jedino što se mijenjalo su tradicije kao što su određeni socijalni rituali i načini odnosa sa drugima, razvoj vjere i znanosti, te politika. Ukratko rečeno, sve što čini neku određenu kulturu.

Iako su simboli sastavni dio umjetnosti, kada spominjemo pojam „simbola u umjetnosti“ najvjerojatnije će nam prva asocijacija biti simbolizam. „Za razliku od impresionizma, u kojem je naglasak bio na realnosti same stvorene površine boje, simbolizam je bio i umjetnički i književni pokret koji je sugerirao ideje kroz simbole i naglašavao značenje iza oblika, linija, oblika i boja. Djela nekih od njegovih zagovornika primjer su završetka tradicije reprezentativne umjetnosti koja dolazi iz klasičnog doba. Simbolizam se također može smatrati predvodnikom modernizma, jer je razvio nova i često apstraktna sredstva za izražavanje psihološke istine i ideje da iza fizičkog svijeta leži duhovna stvarnost. Simbolisti su mogli uzeti neizrecivo, kao što su snovi i vizije, i dati im oblik.“<sup>14</sup>

No simbolizam i brojni drugi pokreti tog doba bili su uvod u pokret koji je nastao pod utjecajem razvoja moderne psihologije, posebice pod utjecajem Freuda. Riječ je o nadrealizmu.

„Nadrealisti su nastojali usmjeriti nesvjesno kao sredstvo za otključavanje moći mašte. Prezirući racionalizam i književni realizam, te pod snažnim utjecajem psihoanalize, nadrealisti su vjerovali da racionalni um potiskuje moć mašte, opterećujući je tabuima. Pod utjecajem Karla Marxa, nadali su se da psiha ima moć otkriti proturječnosti u svakodnevnom svijetu i potaknuti revoluciju. Njihov naglasak na snazi osobne imaginacije svrstava ih u tradiciju romantizma, no za razliku od svojih predaka, vjerovali su da se otkrića mogu pronaći na ulici i u svakodnevnom životu. Nadrealistički impuls za dosezanjem nesvjesnog uma i njihovo zanimanje za mit i primitivizam oblikovali su mnoge kasnije pokrete. (...) Djelo Sigmunda Freuda bilo je duboko utjecajno za nadrealiste, posebice njegova knjiga *Tumačenje snova* (1899.). Freud je legitimirao važnost snova i nesvjesnog kao valjanih otkrića ljudskih emocija i želja, njegovo razotkrivanje složenih i potisnutih unutarnjih svjetova seksualnosti, želje i nasilja pružilo je teorijsku osnovu većini nadrealista.“<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> The Art Story: Symbolism

<sup>15</sup> The Art Story: Surrealism

#### 4. ZAKLJUČAK

Hormonalni disbalans i njegovi fizički i psihički simptomi na neki su me način natjerali da uđem u svijet psihoanalize, tumačenja snova i simbola koji se u njima pojavljuju. Kroz čitanje djela C.G. Junga i nekih njegovih sljedbenica, započela sam sa primjenom jungovske psihologije u procesu stvaranja vlastitih radova.

Zapisivanjem snova koji su se činili značajnima primijetila bih iste ili slične motive koji bi se uvijek u njima pojavljivali: šumski zec, jaja, lastavice i školjke. Sve je to uvijek bilo praćeno osjećajima zbunjenosti, blage panike i na kraju uvijek olakšanja. Određeni motivi pratili bi me tijekom dana, pojavljujući se u mojim mislima. S vremenom odlučila sam se prepustiti njihovom vodstvu. Proteklih godinu dana bila sam u velikoj kreativnoj blokadi koja se dogodila kao rezultat mojih depresivnih epizoda. Prepuštanje podsvijesti postao je jedini način na koji sam se u to vrijeme mogla kreativno izraziti i koja me naposljetku izvukao iz spomenute blokade. Nije bilo unaprijed definiranog plana rada, već bih samo fotografirala određene reference koje sam zatim direktno krenula crtati, odnosno slikati. Radovi bi, u nekim trenucima, bili vođeni meditacijom koja bi zatim pokrenula aktivnu imaginaciju. Zatvorila bih oči te vizualizirala samu sebe kako ulazim u tamnu vodu. Smirujući vlastiti um prikazivale bi mi se određene slike koje bih zatim prenijela na papirnatu površinu.

Iako bih voljela reći da sam pokušavala raditi uz što manje tuđeg utjecaja i samo uz pomoć vlastitih simbola i poruka iz podsvijesti, neke od slikarica koje su me inspirirale, posebice načinom gradnje kompozicije, bile su apstraktna umjetnica i spiritualistica Hilma af Klint te suvremena umjetnica i također akvarelistica Oda Iselin Sønderland.

Iako su boje koje koristim u radovima puno tamnije i s više naglašenog kontrasta, način na koji je Hilma af Klint gradila svoje kompozicije me uvijek fascinirao. Ona se također, kroz meditaciju i grupne seanse, vođena nekim višim glasovima, kreativno prepuštala njihovom instrukcijama. Radovi se uglavnom sastoje od geometrijskih oblika, slova, vijugavih linija sa prirodnim pokretima te ponegdje neke ženske i muške figure. Kompozicije su često ili geometrijski raspoređene ili naizgled potpuno nasumično. Neki elementi jednostavno lutaju u prostoru oko subjekta, ili kao u slučaju njezine serije radova *Deset najvećih* linije i oblici istovremeno izgledaju prirodno i geometrijski, kao da se sami kreću i raspoređuju po površini slike. S druge strane Oda Iselin Sønderland većinski slika ljudske figure na nadrealističan način



tako da nas, u kombinaciji s pastelnim bojama, njene slike pozivaju u čudesan i iskrivljen svijet bizarnih snova ili noćnih mora.

Kroz slikanje i analiziranje ponavljajućih simbola primijetila sam da je motiv njihova značenja sličan. Školjke simboliziraju zaštitu, otpornost i međusobnu povezanost svih živih bića, lastavice simboliziraju nadu, nove početke i novi život, šumski zec simbolizira plodnost, novi početak i promjene, a jaja simboliziraju novi život. Neki od tih simbola prikazivali su mi se u slomljenom obliku, kao što su primjerice jaja s uvijek prisutnim krhotinama na ljusci ili ponekada u potpunosti razbijena, dok su se neki pojavljivali kao tračak nade. Neki od morbidnijih primjera su mrtav zec sa mnom u njegovoj utrobi kojeg mi je poklonio bijeli pas ili lastavice koje uvijek lete oko mene pokušavajući kljuckati moje tijelo. U većini slučajeva moji strahovi i frustracije samom sobom i vlastitim tijelom prešle su iz stvarnosti u moje snove te iako neki od tih snova imaju pozitivan predznak, za sada nisam pronašla nikakve odgovore na vlastita pitanja. Moguće je da njihov smisao nije bio davanje odgovora, već igranje uloge pokretača - nešto što će mi postaviti još više pitanja, s potrebom istraživanja, pokušaja shvaćanja i stupanja u kontakt s vlastitim nesvjesnim umom. Ti simboli i snovi su sastavni dio mene, dolaze kao manifestacije frustracija i kao poruke sa obećanjem poboljšanja te ih kao takve vizualno bilježim. Vjerujem da je ova serija radova bila samo uvod u moje stvaralaštvo i istraživanje nesvjesnog uma, kolektivnog nesvjesnog i čitanje vlastitih simbola.

## 5. PREGLED RADOVA



Naziv djela: Sistem

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

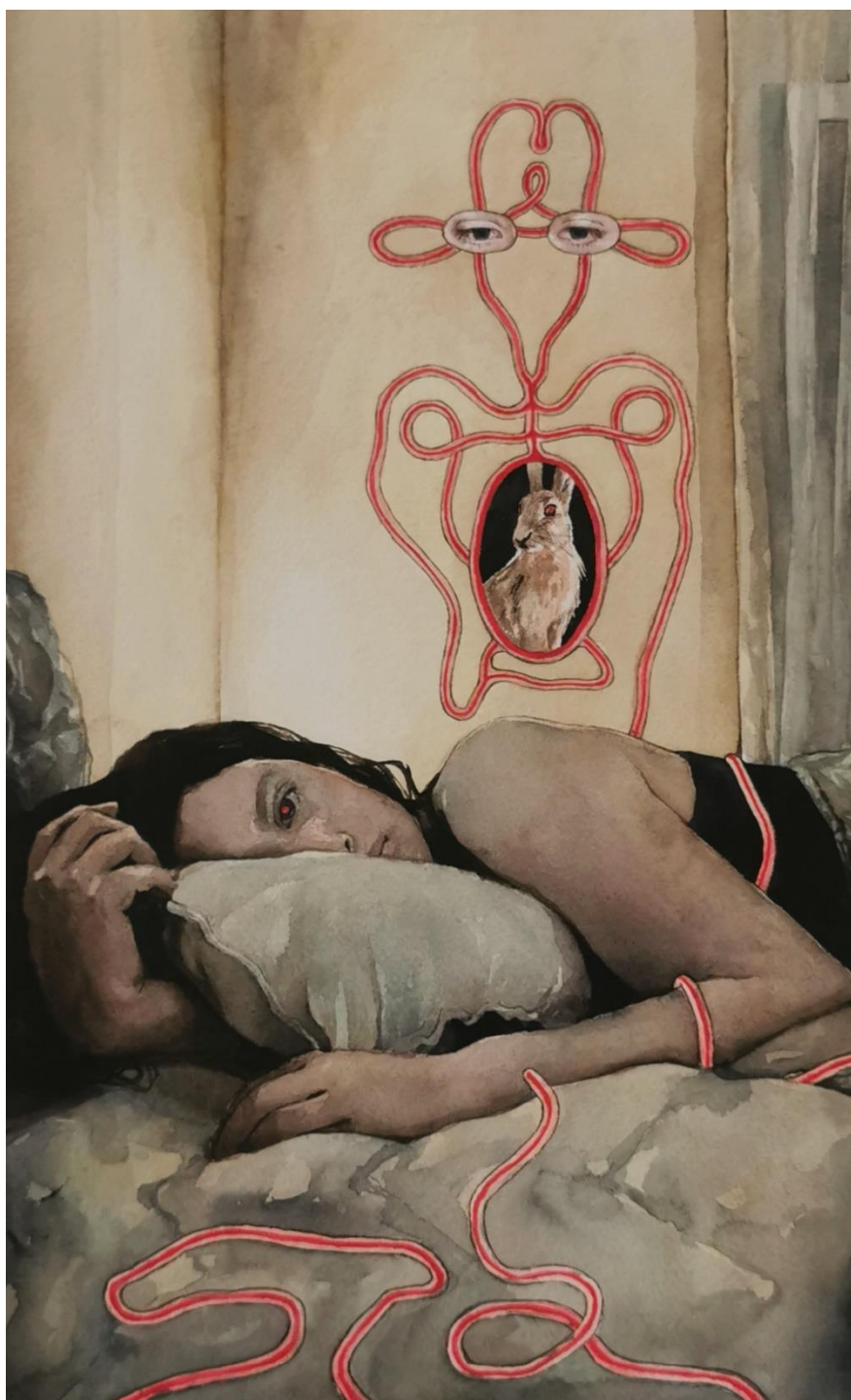


Naziv djela: Dolazak proljeća

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Promatrači

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Svete ptice

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

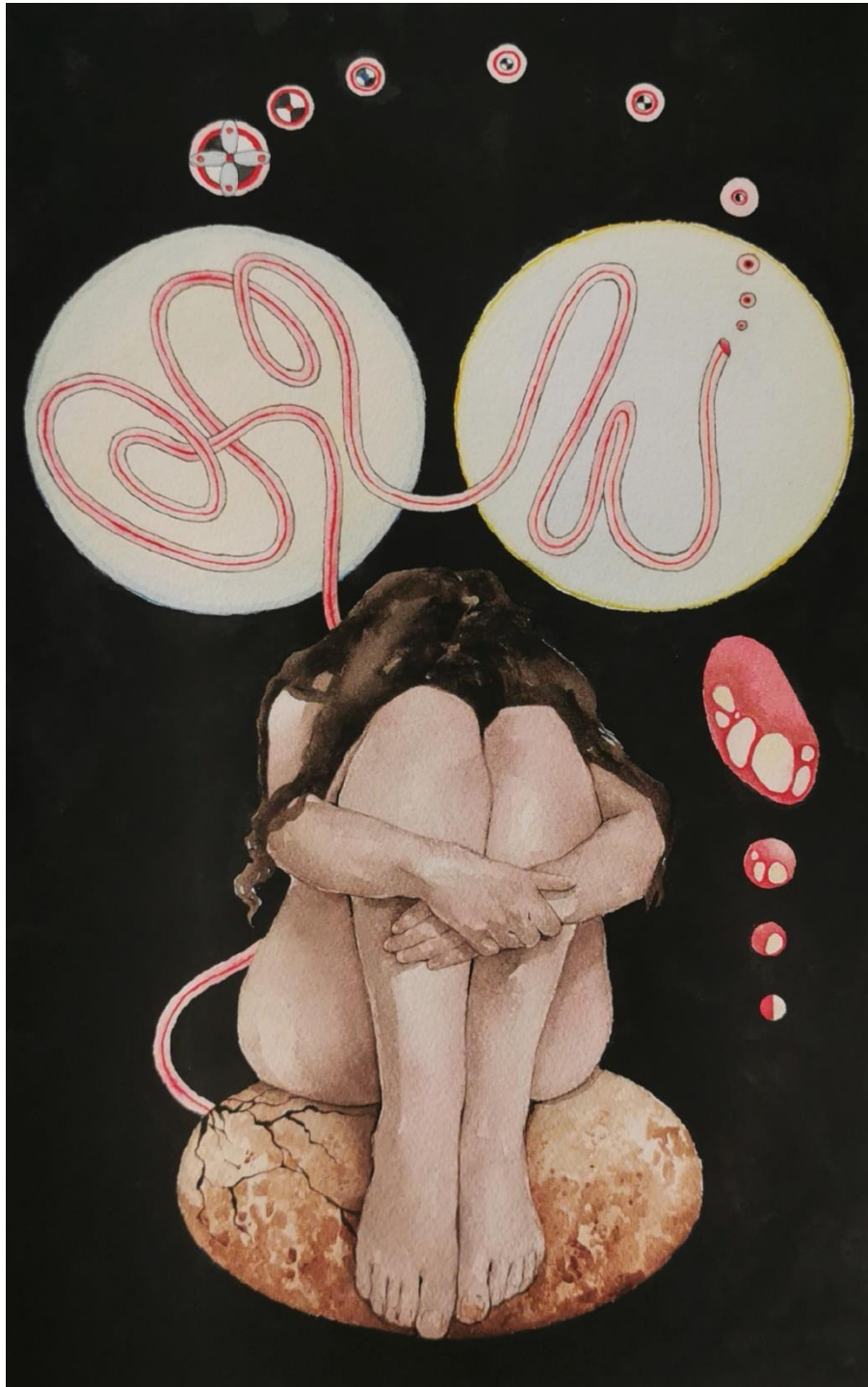


Naziv djela: Plodovi

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

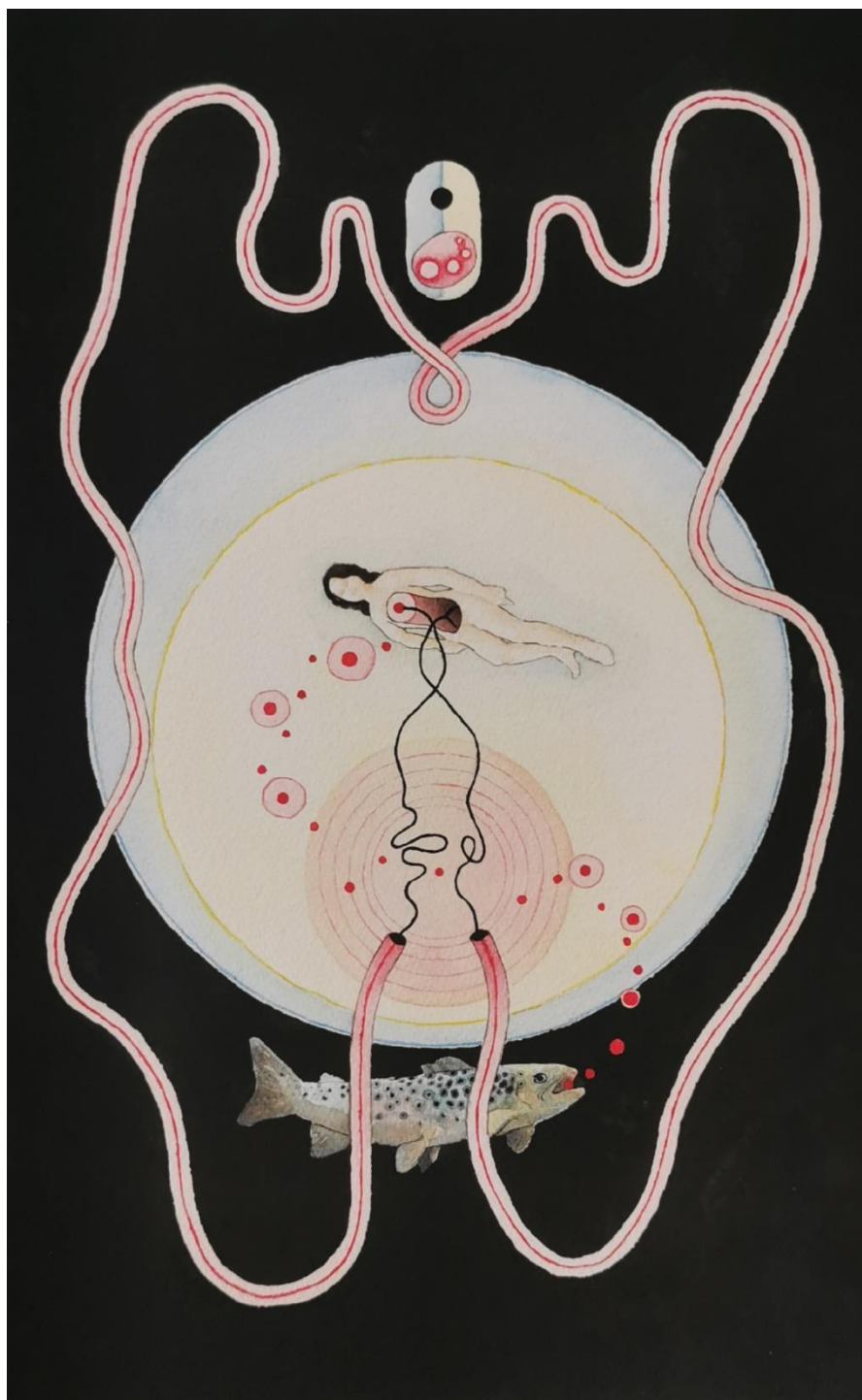


Naziv djela: Prizor 1

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



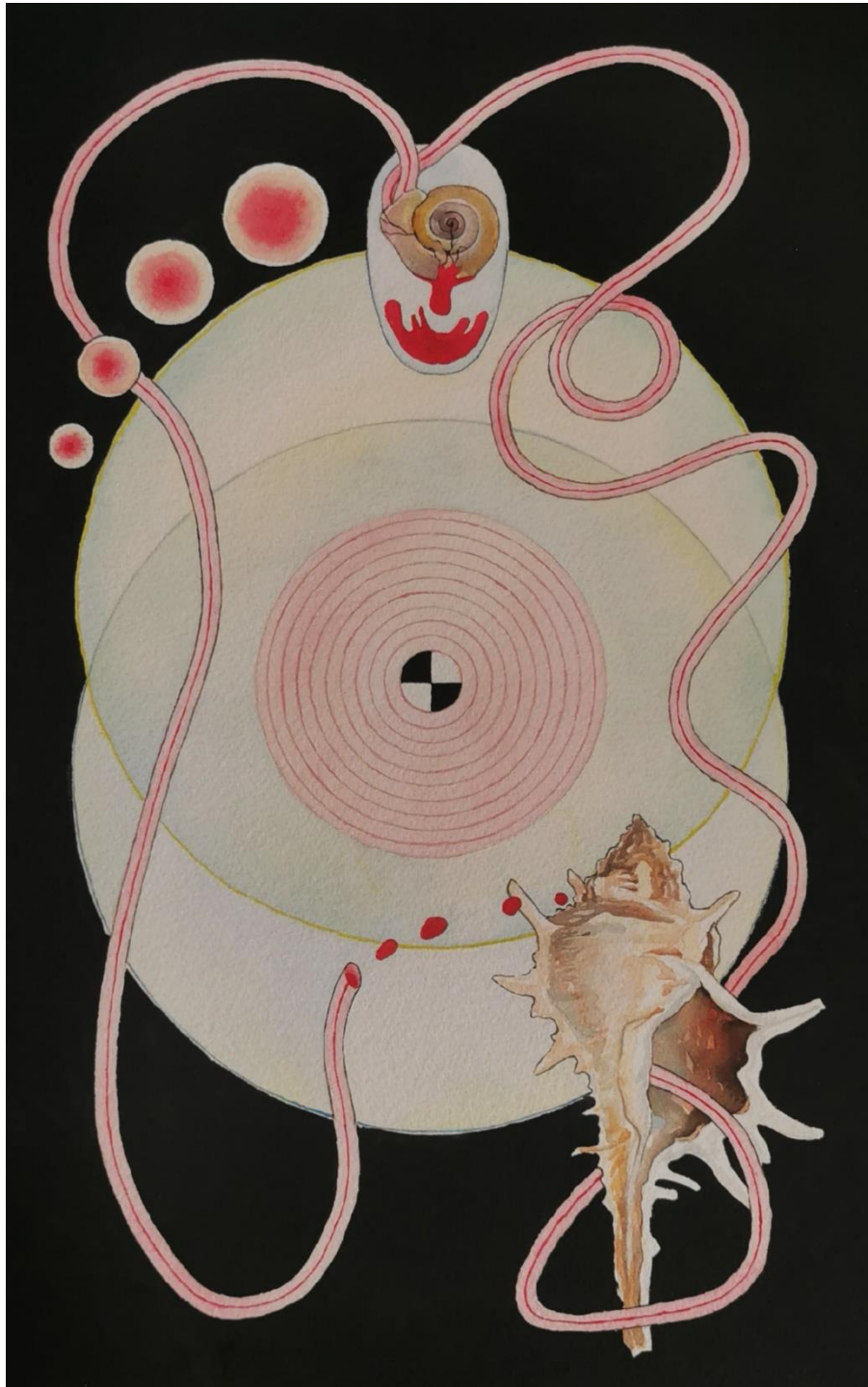
Naziv djela: Prizor 2

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.





Naziv djela: Prizor 3

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

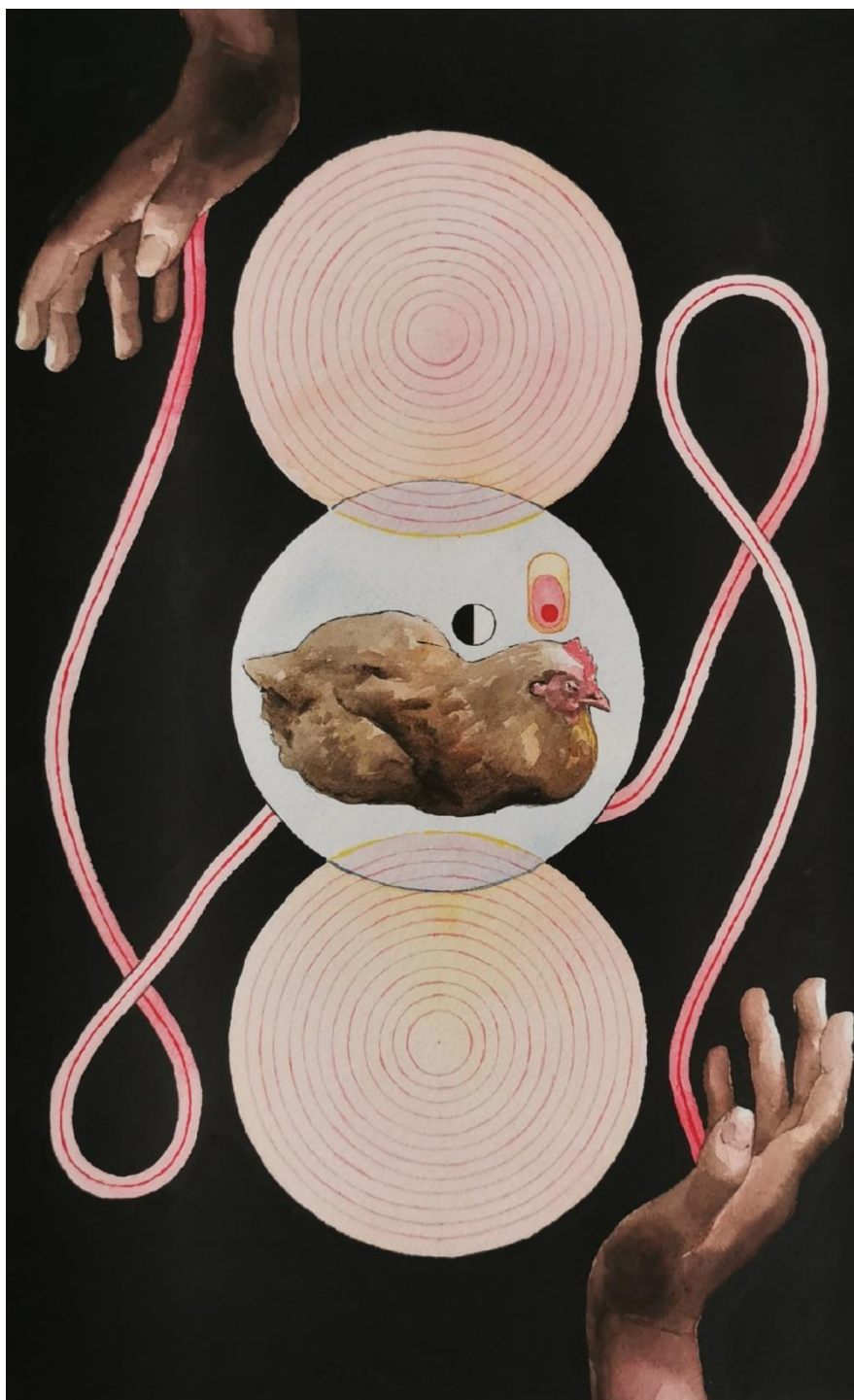


Naziv djela: Prizor 4

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Prizor 5

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Prizor 6

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Prizor 7

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

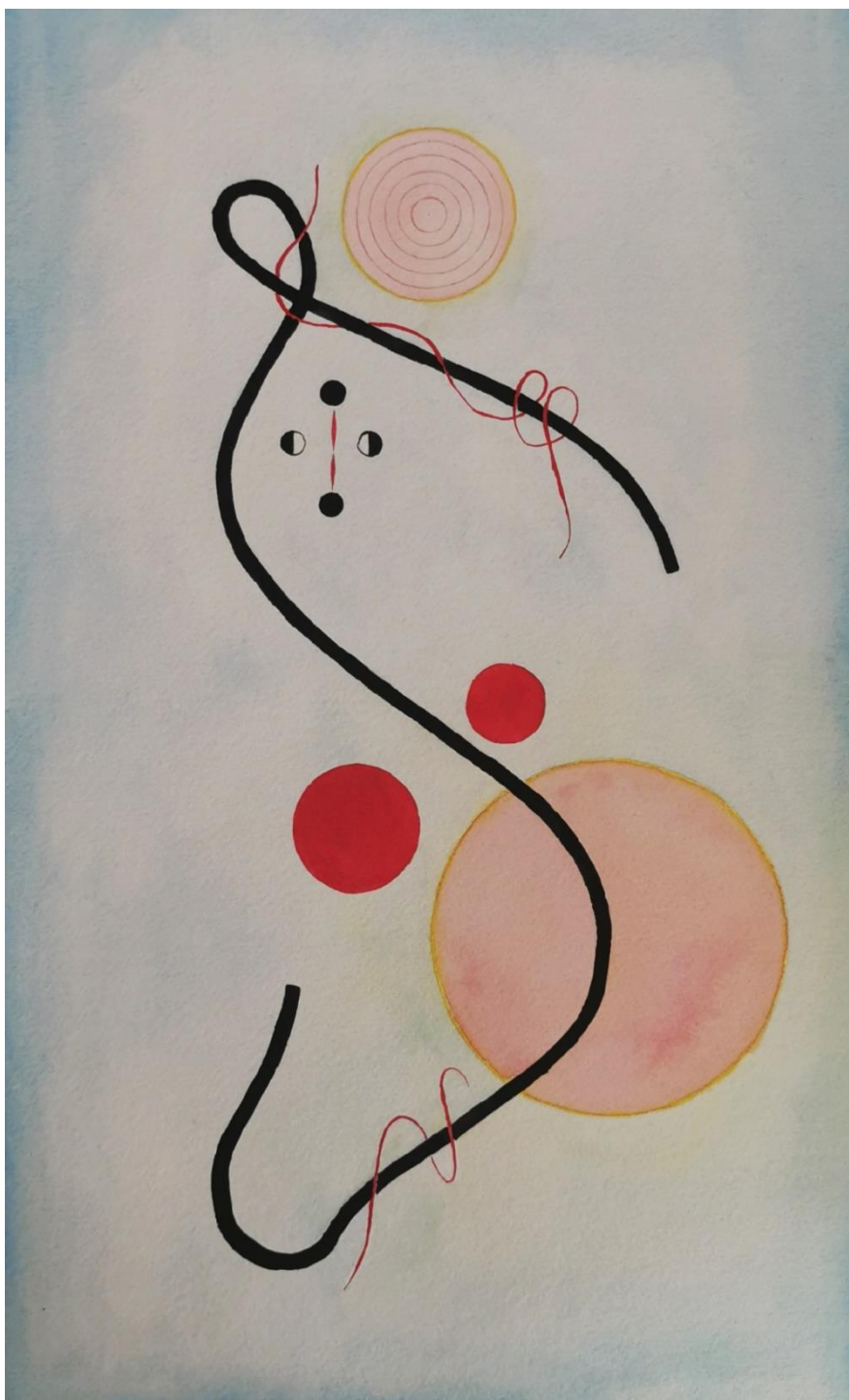


Naziv djela: Prizor 8

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Prizor 9

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



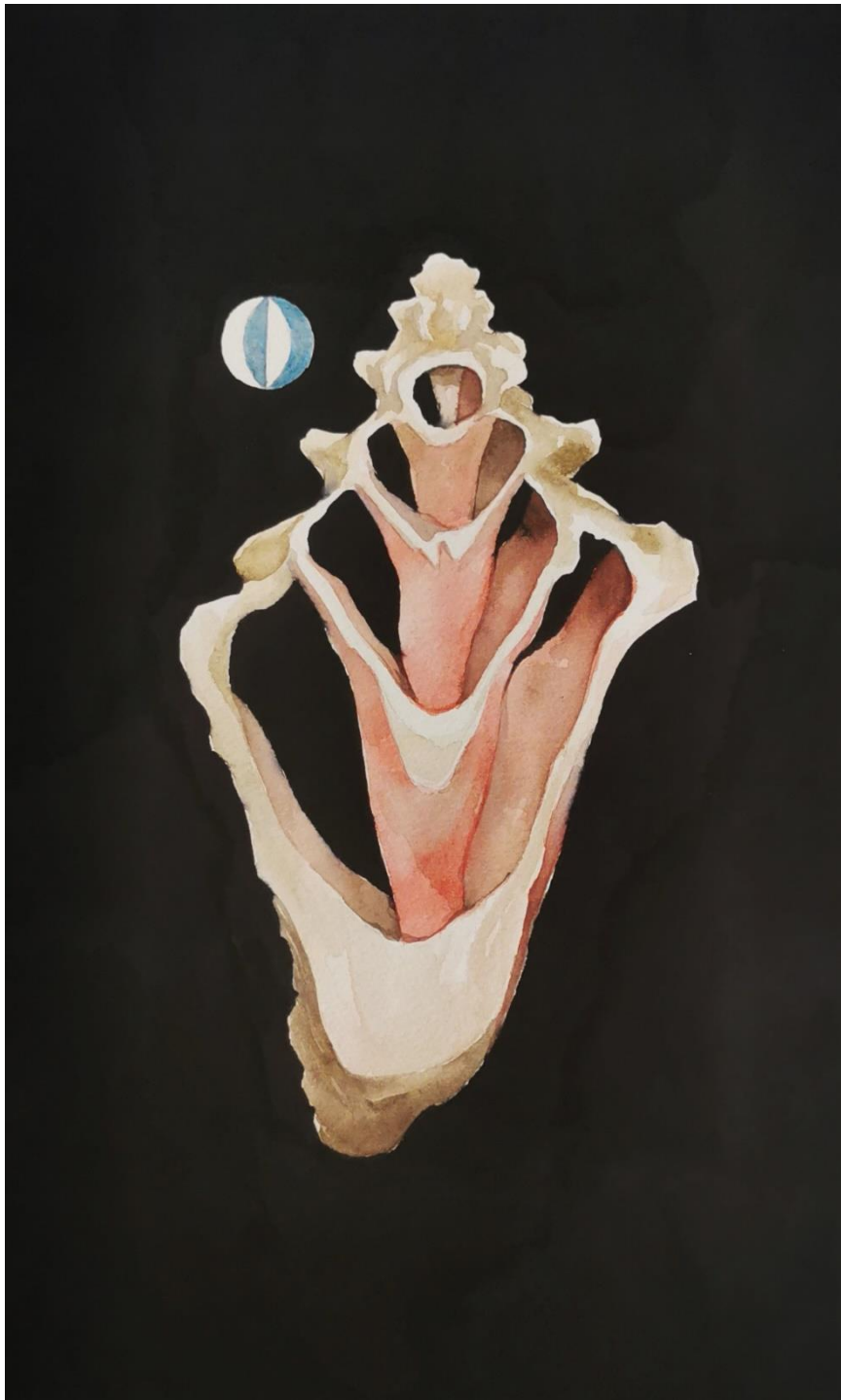
Naziv djela: Prizor 10

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.





Naziv djela: Glas 1

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Glas 2

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Glas 3

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Glas 4

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.



Naziv djela: Glas 5

Tehnika: Akvarel

Dimenzije: 35 cm x 50 cm

Godina nastanka: 2023.

## LITERATURA

Jung, C. G., *Analiza snova 1. svezak*, Fedom, Beograd, 2017.

Jung, C. G., *Čovjek i njegovi simboli*, Mladost, Zagreb, 1987.

Teede, H., Deeks, A., Moran, L., *Polycystic ovary syndrome: a complex condition with psychological, reproductive and metabolic manifestations that impacts on health across the lifespan*

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2909929/>

Bulkeley, Kelly, *The Science of Dreaming: 9 Key Points*

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/dreaming-in-the-digital-age/201712/the-science-dreaming-9-key-points>

simbol. *Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje*, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, 2021.

<https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=55997>

The Art Story: *Symbolism*

<https://www.theartstory.org/movement/symbolism/>

The Art Story: *Surrealism*

<https://www.theartstory.org/movement/surrealism/>

.