

Клуб Школа здоровья психофизической саморегуляции им. Эрнесто Рома с 1988 года стартовавший свою работу в Московском психоэндокринологическом центре уделял пристальное внимание вопросам психотерапии и психологической саморегуляции. Продолжаем традицию публикацией в Санкт-Петербургском выпуске № 25 (1154)/1 – 2021 Российской Диабетической Газеты «Жизнерадостная газета» о волшебных картинках художника Марии Тюняевой.

«ЕСЛИ ХОТИТЕ РИСОВАТЬ – РИСУЙТЕ»!

Многие педагоги и психологи говорят, что творческую личность может воспитать только творческий человек. Так случилось с **Марией Тюняевой.** Она выросла в семье художников, с детства была окружена красотой искусства. Мария также выбрала для себя этот путь. На её странице в Instagram **@mari_art_ty** можно увидеть волшебные картины и узнать еще больше «рассказов из жизни художника», как она пишет. А мы расспросили её о том, чем наполнено её творчество, какими качествами должен обладать настоящий художник и многое другое.



Bifrut Dr DiaS рототайка верное средство для здоровья laFitore



«Цветение» 55 на 70 см.
Холст, масло.

дила в Московском общественном фонде культуры и называлась «Чемоданное настроение». Были полупрофессиональные, когда с другим художником делим выставочное пространство пополам. Выставки проходили в Манеже, Центральном доме художника, за-



«Снежный шар» 30 на 30 см.
Холст, масло.



«Цветы для любимых» 30 на 30 см.
Холст, масло.

границей во многих странах. Для персональной выставки необходимо довольно много работ собрать. Так как я живу за счёт картин, то стараюсь работы продавать. Не могу писать сразу на продажу и для себя. Мне не хватает на всё сил. Поэтому на персональную выставку собирала свои работы из частных коллекций, галерей. Набралось отовсюду. Но это долгий и трудоёмкий процесс.

- Расскажите, пожалуйста, что Вы хотите сказать своим творчеством? Какой донести посыл?

- Посыл у меня довольно простой, но в то же время глубокий. Все будет хорошо! Дело в том, что существует два типа художников. Одни отражают действительность и стараются обратить внимание на то, что происходит в мире. Например, они поднимают остросоциальные темы. Парой это негативный контекст, на который нужно обратить внимание зрителя. А есть художники, которые приукрашают мир, не ударяются в реальность. Они стараются поддержать людей, показать им красоту того, что их окружает. Я отношусь ко второму типу художников. Мне хочется показать красоту, доброту, все самое лучшее, что есть в мире. Вот это мой посыл. Чтобы зритель, покупатель картин смотрел на них, а на душе ему было хорошо. Приходила мысль, что всё будет хорошо! Что есть защита, так как ангелы — это образ защиты. Добро побеждает зло. Если пишу образы любви, то это счастливая, светлая любовь. Если женские образы, то показываю их красоту. Все будет хорошо, я узнавала. (Улыбается)

- Как Вы считаете, что необходимо художнику для счастья?

- Лично для меня счастье — это признание зрителей и профессионалов меня, как художника. Мне важно, чтобы человеку, который не относится к миру искусства нравились мои работы. Но в то же время хотелось бы, чтобы профессионалы признавали мои картины. Живопись должна найти

Bifrut | Dr DiaS | рототайка | верное средство для здоровья | laFito

сто разнообразие материалов. А так отдельного хобби на данный момент - нет.

- Расскажите, пожалуйста, при такой загруженной работе и воспитании маленького ребенка, удаётся соблюдать режим дня, питания?

- У меня сейчас всё привязано к детскому режиму. (Улыбается) На данный момент мой режим дня оставляет желать лучшего, так как поздно ложусь. Пишу картины допоздна. Я бы, конечно, по-другому построила свой график. Пораньше вставала бы, спортом занималась. Это в планах.

- Мария, у Вас есть личный рецепт восстановления сил?

- Прогуляться, посмотреть хороший фильм, послушать красивую музыку, с семьёй провести время, почитать книгу. Просто восполнение своих сил путём отвлечения от работы. Хотя и в этом нахожу вдохновение.

- Близкие помогают Вам в Ваших начинаниях, творчестве? Возможно, сын с Вами рисует?

- Муж у меня занимается музыкой, поэтому он творческий человек и очень поддерживает меня. Его не смущают мои творческие привычки. Если видит, что я вся в работе, может сам себе ужин приготовить и с ребёнком побыть. Также могу принести ему свою работу и узнать мнение. Он подсказывает, что может быть не так или хвалит и говорит, что всё супер! Помогает донести холсты. А ребёнок, честно говоря, не очень хорошо относится к моему занятию. Он еще не совсем понимает, что ему везёт, так как мама дома. Сын скорее из-за этого сам не хочет рисовать. Думает, что это работа, которая отнимает у него маму. Он не очень всё это любит, когда видит краску и кисточки, начинает ругаться, что не обращаю на него внимания. Стараюсь рисовать, пока сын спит. Попозже он это поймёт.

- Многие творческие люди отмечали, что во время карантина у них был новый прилив сил и вдохновения. Поделитесь, пожалуйста, своим опытом.

- У меня наоборот было. Так как до карантина ко мне приходила моя мама и помогала с ребёнком. Во время самоизоляции она приходить не могла. Поэтому все время была с сыном, возникла некая усталость. Было меньше творческих сил. Практически не рисовала.

- Мария, дайте, пожалуйста, совет начинающим художникам.

- Самый главный совет, если Вы хотите рисовать - рисуйте! Количество переходит в качество. Никто не знает, как правильно. Потому что каждый художник - это своя Вселенная. Законов, можно сказать нет, если не работаешь в академическом реализме. Их придумали. Если ты думаешь, что так нужно, «гни» свою линию. Главное, много работать, все получится. Хочу важную мысль донести. Я и ученикам своим всегда говорю: «Уметь рисовать, это тот же са мый навык, что писать и читать» Точь-в-точь. Каждого человек можно научить писать, читать, рисованием также. При чём ре листично рисовать, но не кажды человек станет художником. Даж портрет можно научиться писат Это такой же базовый навы Обычно в школах этому не прида ют значения, рисование считаетс неважным предметом. Художник необходимо постоянно рисовать отрабатывать своё виденье. Х дожников друг от друга отличае свой стиль. Это уже профессио нальная работа. Дерзайте!

Беседовала Диана Клочк
Фотографии предоставил Мария Тюляева

«Середина лета» 40 см
Холст, масл

