



Forsidebilde: Silke stappet inn i gammel trekløyver, Sokna Bruk 2022.

Kime

Grete Riseng
MFA i Medium- og materialbasert kunst,
Avdeling Kunst og håndverk.
Kunsthøgskolen i Oslo
2023



Bilde 1: Tester ut bevegelse, her med 16 x 4 meter silke i frisk bris på en holme, 2022.

Innholdsfortegnelse

Kime (決め)	4
<i>Masterprosjekt og avgangsutstilling</i>	5
<i>Bylten i avgangsprosjektet</i>	6
<i>Performansen i avgangsprosjektet</i>	7
<i>Motstanden mot silke</i>	9
<i>Til å begynne med var silken hvit</i>	10
<i>En omreisende kunstmade</i>	12
<i>Stappe silke inn i støygerdet</i>	14
<i>Og silke som skiheis i akebakken</i>	15
<i>Jeg ror meg en tur</i>	19
<i>Å gå</i>	19
<i>Det er 9 grader i vannet og vindstille</i>	24
<i>Hormoner frigjøres under fysisk aktivitet</i>	25
<i>Tanketoget sakter farten</i>	26
<i>Alexandra Engelfriet</i>	28
<i>Å slepe silke etter sykkel</i>	30
<i>Hvordan ser silken ut etter behandlingen?</i>	31
<i>Plantetrykk og lukt</i>	35
<i>En skreppe, flere skrepper</i>	39
<i>Et angrep og et forsvar</i>	41
<i>Svettedråper fra dansere</i>	42
<i>Å hæle</i>	43
<i>Et instinkt</i>	44
<i>Et språk for bevegelse</i>	44
<i>Jeg registrerer meg selv i omverdenen</i>	45
<i>Å øve inn et torv</i>	45
<i>Et pågående prosjekt</i>	50
Referanseliste	51
Bibliografi	52
Takk	53

Kime (決め)

Where mind, body and spirit meet with intent, from the core of your being to the point of delivery.

Definition by sensei Thomas McKinnon; 5th Dan, black belt karate

Etter mange år som karateutøver tenker jeg på «kime» i betydningen definert av sensei Thomas McKinnon. Essensen i karateteknikkene er kime – et eksplosivt angrep på målet hvor man bruker den egnede teknikken med maksimum styrke og hastighet over kortest mulig tid. En teknikk som mangler kime kan aldri bli sett på som en god karateteknikk, uansett hvor stor likheten er. Kime er vanskelig å forstå, og enda vanskeligere å utøve. Det kreves lang og nitid trening i tillegg til en fysiologisk forståelse av kroppens muskelsammensetning. For å lære kime er det også grunnleggende å erkjenne at du ikke alltid kan være sterk, du må tørre også å være svak. Uten å kjenne denne forskjellen vil du aldri kunne beherske kime.

Kime i botanikken er definert som anlegg i blomsterplantens frø til neste generasjon.¹ (Helgheim, Store Norske Leksikon 2023) Dette berører mye av det jeg er opptatt av; kjernen i oss.



Bilde 2: Arbeid med silke i havet. Lyngholmen, 2022.

¹ https://snl.no/kim_-_botanikk

Masterprosjekt og avgangsutstilling

I min kunstneriske praksis tenker jeg på kime som den kraften jeg har i kroppen som består av både det sterke og det sårbare. Jeg trenger det svake for å kunne være det sterke. Og at disse to styrkene sammen er grunnlaget i meg.

Avgangsprosjektet mitt består av en tekstil installasjon som også er en del av en performance.



Bilde 3: «Bylt», 120 meter silke, 80 meter lerret. 200 kg. 80 x 110 x 2500 cm, 2023.



Bilde 4: Installasjonen plassert ved utstillingsplassen i Katedralen, april 2023.

Bylten i avgangsprosjektet

Den tekstile installasjonen, som jeg tenker på som en bylt, består av mer enn 100 meter silke som er surret som et stramt svøp rundt mange meter med gammelt linlerret. Bylten veier rundt 80 kilo og når jeg klemmer rundt den med begge armene når jeg akkurat rundt. Hele bylten er vesentlig lenger enn min kropp; ca 4 meter lang når den ligger foldet ut. Silken som bylten er surret inn med er bearbeidet utendørs på ulike steder som offentlige byggeplasser, i skogen og ved og i havet. Den er preget av arbeidet utendørs og lukter både litt av jord, oljepastell, gress og plantefarge. Fargene varierer fra gyllen brunt og jordsort, til en lysere gulbeige farge fra planter og naturlige pigmenter tilgjengelig gjennom ulike årstider. Det er også innslag av klarere farger fra oljepastell, maling og dampede roser fra komposten på gravlunden. Tyngden av det gamle lerretet, gir meg en nødvendig trygghet i motstanden jeg kjenner til den florlette og løse silken. Ved at bylten er tyngre



Bilde 5: Installasjonen plassert på utstillingsplassen i Katedralen, april 2023.

enn min egen kropp må jeg bruke alle krefter på å flytte den og konsentrasjonen i bevegelsene overtar for tankene. Gjennom performancen får bylten mange ulike posisjoner og former.

[Performansen i avgangsprosjektet](#)

Den performative delen av prosjektet begynner og slutter i Katedralen på KHiO. Rommet har grove teglvegger; både gamle og nye og et overlys som sprer lyset i prismelignende formasjoner. Jeg har plassert installasjonen nesten nederst i den slake oppoverbakken som danner rommet på nesten 100 meter.

Bylten presenterer det sterke; bevegelsene i performancen det sårbare. Dette er noe av kjernen ved det jeg selv opplever når jeg jobber med kroppen. Det er som om tankene og følelsene kryper sakte innover i kimen og at jeg kjenner en varme, en stillhet og tilstand jeg best kan beskrive som en kraft. Når jeg slipper taket i silkebylten slipper jeg tak i det tunge, men kjenner styrken i det mentale når jeg beveger meg uten. Det har kanskje blitt sånn at det er når jeg beveger meg uten silke at jeg kjenner at fallhøyden er størst. At det er der sårheten ligger. Arbeidet vekselvis med og

uten den tunge bylten gjør at jeg kjenner på denne balansen. At jeg trenger begge deler; det sterke og det svake. Slik jeg er.

Jeg har en innvendig vulkan og en fysisk styrke som jeg opplever at må holdes i sjakk. Eller kanskje er det riktigere å beskrive det som om jeg leter etter steder hvor jeg kan slippe kraften løs.



Bilde 6: Utprøving av performance i Katedralen på KHIO, 2023.

Det stedet finner jeg når jeg strever med noe veldig tungt; som de 100 meterne med silke i vannet eller den store tekstilbylten som er mer enn dobbelt så tung som meg selv. Da må tankene slippe taket, og hodet må konsentrere seg om å koordinere kroppen. Når jeg kommer til en energi som dette, kan jeg kjenne at bevegelsene samler seg i det jeg ser som én kraft. Jeg blir årvåken og oppmerksom for lyder, lukter, hva musklene kan greie og ikke greie; jeg ser på planter, blomster og trær med en grundigere ro. Det kjennes som om silken har materialisert seg i min kropp og skapt et avtrykk fra stedene jeg har arbeidet med den.

Performansen begynner når jeg går nedover i Katedralen og inntar en stille posisjon i kontakt med silken. Herfra fortsetter performansen ved at jeg beveger meg med silken i rommet. Fra Katedralen frakter jeg med meg bylten ut gjennom hovedinngangen før jeg ender opp på torget utenfor Seilduken 1. Jeg har delt strekningen inn i *Katedralen*, *Plassen utenfor inngangen*, *Den høye veggen* og *Torget utenfor Seilduken 1*. Hver av stasjonene har fått sitt hovedtema som jeg følger som hovedretning, men ingen av bevegelsene er ferdig koreografert. Performansen varer i 15 minutter.



Bilde 7: Utprøving av performance i Katedralen på KHiO, april 2023.

Motstanden mot silke

Helt fra begynnelsen har jeg kjent en kroppslig motstand mot silken. Jeg opplever silke som for lett, for høytidelig, for full av historie og med et miljøperspektiv det kan stilles kritiske spørsmål ved, både med tanke på miljøhensyn i produksjon og i forhold til dyrevelferd. Jeg vet at det i dag forskes på andre måter å produsere silke på slik at vi kan gå utenom å bruke hardtarbeidende silkeormer som drepes før de forpupes. Samtidig er det noe ved det levende i silkematerialet jeg instinktivt reagerer på som jeg ikke selv var klar over før jeg gikk inn i prosjektet. Jeg valgte silke først og fremst fordi silke både kan være lite og stort samtidig, og på den måten kunne jeg bære med meg stadig mer silke dit hvor jeg ønsket å jobbe. Den vedvarende kampen med silken er likevel viktig for hvordan prosjektet har utviklet seg. Jeg kunne ha med meg så mye som 10-15 meter silke i sekken uten at det ble upraktisk og tungt. Og på den måten har jeg båret med meg silke i ulike situasjoner til ulike steder. Silken har fått preg og spor av hvor den har vært og hvordan jeg underveis har behandlet den. Samtidig har også arbeidet med silken gjort det mulig for meg å arbeide der jeg aller helst vil være; ute.



Bilde 8: Jeg tørker silke og tester ut bevegelse, sommeren 2022.

Til å begynne med var silken hvit

Silkeremsene var mellom 8 og 20 meter lange, alle 115 cm i bredden. Etter hvert har det blitt over 100 meter silke fordelt på 13 biter, og det blir fortsatt flere. Alle samme type; Habotai silke fra Whaleys i England, produsert i Kina.² (Whaleys Bradford Ltd 2023) Jeg har gjort undersøkelser rundt produksjonen av akkurat denne silken, men fått litt uklare svar. Jeg ville vite mer om den etiske produksjonen av silken; hvordan er arbeidsforholdene til Whaleys fabrikk i Kina osv. Dette har jeg ikke fått klarhet i, men jeg har heller ikke oppdaget noe urovekkende. Silken har tykkelse medium light. Fargen kan beskrives som benhvit. Jeg har vurdert om jeg skulle bytte ut silken eller bruke forskjellig type silke. Jeg har også vurdert om jeg skulle gå helt bort fra silken. Jeg har likefullt erfart at ved å bruke samme type silke hele veien har jeg begrenset prosjektet på en måte jeg synes er givende. Da har jeg kunnet konsentrere meg om hvordan denne ene typen silke responderer på behandlinger, redskaper og steder, og på den måten variere mer med metode enn materiale.

² <https://www.whaleys-bradford.ltd.uk/about-us>



Bilde 9: 8 meter silke festet til beskyttelsesgjerdet rundt en byggeplass på Frysja, 2022.

En omreisende kunstnomade

Behovet for å være i bevegelse har fulgt min kunstneriske praksis. Jeg har dette insisterende suget i kroppen etter å bli sliten, bruke musklene og koordinere bevegelser og hode uten at jeg tenker på resultater. Dette behovet har gjort at jeg har fungert som en omreisende kunstnomade; alltid med en silkebit i sekken på leting etter et sted å jobbe. Til å begynne med var det plass til all silken jeg hadde i sekken, sammen med mac, tegnebok, matboks og alt annet hverdagsrusk. Senere har jeg syklet mange mil med silke i sykkelkurven for å finne et bra sted å jobbe for noen timer. Andre ganger har jeg bare hatt med meg silken under armen uten at jeg har brukt den til noe annet enn et reisefølge. Det har likevel gitt meg et insentiv til å observere og trene min oppmerksomhet.

Spesielt har jeg likt å jobbe ved byggeplassene rundt i Oslo. Jeg trodde først at jeg søkte etter stillhet som i fravær av lyd, men oppdaget gjennom arbeidet at det var konsentrasjon jeg lette etter. De svære materialhaugene, de enorme dumpsterne, heisekranene som virrer rundt der oppe i tåka mens vi på bakken lurar på hvordan hen får gått på do i løpet av dagen. Stadige forflytninger av steinmasser i et tilsynelatende kaotisk mønster. Og midt i alle disse lydene, størrelsene og bevegelsene opplevde jeg det roligst. Støyen fungerte som en fartsdemper for tankene som ofte svirrer i litt for høyt tempo i mitt hode, slik at jeg kunne finne plass til å bare gjøre med kroppen.



Bilde 10: Jeg spraymaler 16 meter silke på byggeplassen på Skøyen, 2022.

Jeg har aldri praktisert meditasjon i noe mer utstrakt grad enn at jeg evner å sitte stille ganske lenge uten å gjøre noe annet enn å se eller tenke. Gjennom mange år med karate har jeg likevel opparbeidet evnen til å samle tankene til en fysisk kjerne. Selv beskriver jeg denne som en evne til å jorde eller å være i balanse. Arbeidet med silken og bevegelsene har gitt meg samme mulighet.

*Calmness of mind does not mean you should stop your activity. Real calmness should be found in activity itself. We say, "It is easy to have calmness in inactivity, it is hard to have calmness in activity, but calmness in activity is true calmness."*³ (Suzuki 2020)

Sitatet er fra boka *Zen Mind, Beginners Mind* av Shunryu Suzuki og treffer sentralt i det jeg opplever når jeg er i aktivitet. Min morfar; Renser-Nilsen, sa også noe slikt til meg gjennom sitt nitidige arbeid med rensing av tepper, flekk-fjerning av brudekjoler og med sin yrkesstolthet som byens rensemann. Han ble 97 år gammel og la aldri ned sin aktivitet. Han sa selv at han ikke forsto hva folk mente med å *slappe av*. Selv hvilte han best når han jobbet. I min oppvekst hadde min søster og jeg begge tilnavnet *datter-dattera til Renser-Nilsen*. Da jeg var 12 år hadde jeg min første sommerjobb på renseriet til mor og far; A/S Moss Kjemiske. Jeg maste meg til å være med i renseriet blant store, tunge maskiner og fikk stadig beskjed om å holde fingrene unna. Jeg kjenner igjen på kroppen lydene av maskinene, luktene av smøreolje, skittent gulv ved *Vask inn*, rent gulv ved *Vask ut*. Oppveksten med det industrielle storvaskeriet med 80 ansatte gjør at jeg kjenner meg litt som sirkushesten som lukter sagmugg når jeg står der på byggeplassen med silken, midt oppi lukter av bensin, smøreolje og maskiner mange ganger større enn meg selv.



Bilde 11: Byggeplass på Skøyen under riving av eksisterende næringsbygg. Nye boliger skal bygges, 2022.

³ Suzuki, Shunryu, *Zen Mind; Beginner's Mind*, side 31. Shambhala Publications Inc., 2020

Stappe silke inn i støygjerdet

Jeg har stappet silken inn i støygjerdet og sprayet den med grafittimaling på boks, eller jeg har festet silken som et lerret i gjerdet og arbeidet med det som et stort abstrakt maleri. Jeg har sjelden en plan for hvor jeg skal begynne og heller ikke hva resultatet skal bli. Jeg har likevel en bevissthet for hva jeg bearbeider silken med. Jeg har lett etter tegneredskaper, materialer eller steder som utfordrer silken. Det kan være lakk som er tiltenkt en grafittivegg, eller tjukkt maling som gjør silken stiv slik at den krakelerer når den tørker. Flere av silkebitene har fått avtrykk fra byggeplassen med rust, jord og leire. Det har også hendt at jeg har nøydt meg med å pakke opp silken fra sekken, festet den inn i et tilgjengelig hull i gjerdet og stått der og kjent på energien.



Bilde 12: Jeg spraymaler en sammenrullet 10 meter silkebytt med spraymaling, 2022.



Bilde 13: Spraymalt silkebylt til tork i beskyttelsesgjerdet på byggeplassen ved Skøyen, 2022.

Og silke som skiheis i akebakken

På byggeplassene fant jeg både motstand og en fysisk størrelse jeg kunne kjenne i kroppen og overføre til mine bevegelser med silken. Senere har jeg hatt med meg silken på vidda og testet hvor mye vind den tåler og hvor mye silke jeg kan holde når stormen tar skikkelig tak. I skogen har jeg bundet silke rundt tykke trestammer og testet silkens styrke sammenbundet i hverandre,

som en rømmingvei fra kjærestens vindu høyt oppe som i eventyrene. Jeg har gravd silken ned i sanden og hentet den først en uke senere. Jeg har hatt silke ute i minus 20 grader, helt vann på og sett det bli til fantastiske tekstilskulpturer som står der kun i én dag. Og i havet har jeg kjent og prøvd ut hvor tung silken blir når den dras under vann av strømmen.

Jeg har fulgt årstidene og mulighetene i et travelt hverdagsliv og det ble viktig for meg å bruke alle muligheter jeg hadde for å jobbe. Jeg har hatt et ønske om å redusere avstanden mellom mitt kunstneriske virke og min hverdag fordi jeg har tro på at de beriker hverandre. Silken har derfor blitt en del av familien på 4. Nesten daglig har det hengt 10 meter silke til tork oppunder taket hjemme etter at jeg har trampet rundt på den i hagen for å skape avtrykk fra gresset. Det som begynte med en kroppslig rastløshet har utviklet seg til en grundig undersøkelse av silken som materiale gjennom min kropp.



Bilde 14: Jeg tegner på silke med kull fra forbrent stubbe, Justøya, 2022.



Bilde 15: 10 meter silke jeg har hullet vann over og latt stå ute over natten i -18 grader, Gålå, 2022.



Bilde 16: Silkeremse, ca 10 meter, som jeg har krøllet sammen og festet i en gammel landbruksmaskin på Sokna Brug, 2022.

Jeg ror meg en tur

Underveis i arbeidet har jeg alltid kunnet hente fram silken. Kanskje bare for å se den i kveldssolen eller fordi jeg trengte silken og arbeidet som unnskyldning til å ro meg en tur. Ofte blir det til at arbeidet med silken i ett element eller på ett sted gir nysgjerrighet for hvordan enda en omgivelse eller et annet element kan påvirke silken og derigjennom meg. Sammen med silken leser, registrerer og opplever jeg de ulike plassene og elementene med ekstra årvåkenhet. I skogen når snøen akkurat har forlatt skogbunnen og jeg kan dytte silken ned i mosen som lukter vått og litt råttent. Eller mellom stillheten og kraften i stammene til store trær. I tillegg til at silken fungerer som en forsterker for min konsentrasjon, gir den meg også mulighet til å utfolde et temperament som jeg av og til finner for stort, for voldsomt og utemmelig. Når jeg senere elter rundt på bylten i den performative delen av arbeidet, kan jeg erindre og kjenne på kroppen de stedene jeg har vært. Jeg kan hente fram det staute fra trestammene, vinden i silken på fjellet eller lydene fra byggeplassen. Det kjennes som om de ulike stedene danner nye registre i min erfaring. Arne Næss bruker i sin bok *Livsfilosofi*⁴ (Næss 2005) et begrep han navngir som «inndannelse». Han mener at vi bør legge mer vekt på indre verdier som følelser, kreativitet og fantasi. Og skriver videre om hvordan han tenker at vi i stedet for utdanning bør snakke mer om innad-dannelse. Da tenker han på det som kommer fra hjertet, fra følelseslivet. Når jeg jobber i dette prosjektet opplever jeg at jeg nettopp utdanner mitt indre.

Jeg har fortsatt å undersøke; hvordan oppfører silken seg i dyp nysnø, hvordan lukter den etter et bad i saltvann, hvordan tar den til seg farge fra plantene, hvor fort synker den og hvor mye våt silke klarer jeg å løfte. Det er noe tilfredstillende med det repeterende, enkle og nære som silken i sekken gir meg i forhold til arbeidet. Gåturene, sykkelturene, og dagligdagse bevegelser sammen med silken har gjort at jeg registrerer ting på en grundigere måte.

Å gå

Å gå er innøvd som en del av mitt bevegelsesspråk uten at det trengs mer kapasitet fra hjernen. Jeg går hver dag. Jeg går nesten samme rute; først opp forbi den litt triste barnehagen med gjørmete lekeplass i skyggen over toppen til Engelske park som alltid er isete på vinteren. Det hender jeg gjør endringer på grunnlag av føret, men helst går jeg samme rute. Ca 1 time lang. Da trenger ikke hodet bruke tankene på å velge vei. Antagelig er det noen som har observert meg gående, eller kanskje de nettopp ikke legger merke til meg, for antagelig bryr deg seg ikke; jeg er jo bare ute og går. Tilpasset tempo er viktig for at gåturen skal ha den effekten jeg ønsker. Jeg er på mange måter ute etter en tankesortering. Går jeg for fort blir sorteringen uryddig, går jeg for sakte klarer jeg fortsatt å hente fram forstyrrende tanker om handlelister og hjemmelogistikk. Jeg går helst på morgenen, etter at barna på 17 og 12 er ute av døra med sekker, gymtøy og en vott av hver. Tankene jeg har fra gåturene er lagret som avtrykk i kroppen og blir sittende der i mange lag. De blir svakere etter hvert, men likevel aldri helt borte men blir i stedet til avsnitt i en historie. Det er sånn jeg forstår Hamish Fulton når han skriver;

A walked line, unlike a drawn line, can never be erased
Hamish Fulton⁵

Kroppen husker lukten av våt gjørme fra den litt puslete Bekkelibekken som går gjennom *Engelske park*. Føttene kjenner avtrykket av den myke skogbunnen som om høsten består av et uoversiktlig lag av våte, råtne kastanjeblader og istykkertråkkede kastanjer. Det er disse avtrykkene i kroppen jeg tar med meg i arbeidet med silken. Jeg leser også med gjenkjennelse

⁴ Næss, A. (2022) *Livsfilosofi*. Oslo: Universitetsforlaget, 148

⁵ [https://galleririis.com/exhib\(Galleri Riis 2023\)itions/448](https://galleririis.com/exhib(Galleri Riis 2023)itions/448)

Henry David Thoreau som lidenskaplig godt beskriver det å gå i sin bok *Walking* hvordan han nærmest blir avhengig av sine lange ensformige gåturer:

Jeg tror ikke jeg kan bevare helsen og motet oppe med mindre jeg tilbringer minst fire timer om dagen – og vanligvis blir det mer enn det – med å slentre gjennom skogen over åsene og markene, fullstendig befridd fra alle jordiske forpliktelser.⁶ (Thoreau 2019)



Bilde 17: Jeg tester ut silken og min styrke rundt trestammer i Nordmarka, 2022.

⁶ Thoreau, H.D (2022). *Walking*. New York: Dover Publications, 7



Bilde 18: Bearbeidet silke til tørk, Justøya, 2022.



Bilde 19: På rotur med plantefarget silke plassert på omslag av lin, Gressholmene, 2022.



Bilde 20: 13 remser med bearbejdet silke som har vært i havet, Dyttesund, 2022.



Bilde 21: Arbeid underveis; silkebylter i havet, Dyttesund, 2022.

Det er 9 grader i vannet og vindstille

Jeg tar på meg sokker under vådraktskoene, og en gammel tovet lue fordi det er gjennom hodet varmen siger ut. Jeg låner vådrakten til min mann fordi det i den er plass til ulltrøye under. Et par revnede vådrakthansker og skjerf i halsen. Det er 9 grader i vannet og vindstille. Jeg tar med meg de silkebyltene jeg har tilgjengelig; det er ikke så viktig hvor mange det er, men jeg tenker at det er rundt 9-10. Det blir til sammen ca 90 meter silke.

De synker når de blir gjennomvåte, selv om de flyter forbausende lenge som uåpnede bylter. Av gammel vane åpner jeg dem, men tenker straks at jeg godt kunne latt være. Men da er det for seint; de sprer seg utover og synker raskt i vannet. Når de blir våte er det tydeligere hvor forskjellig de er; fargene og tegningene på dem blir mer fremtredende og kontrastene sterkere. Ved å ta dem med meg ut i vannet på denne måten blir jeg oppmerksom på hvor lett silken er i forhold til vannet. De flyter der en stund før en bølge senker dem. Jeg drar litt i bitene for å samle dem, og må jobbe for ikke å miste den ene av syne ettersom den lett blir tatt av vinden når den flyter oppå. Når all silken blir gjennomvåt tas de med av strømmen i det grunne sundet og surrer seg rundt beina mine så jeg mister balansen. Det er fint å kjenne på endringen i silken når den synker; den blir en del av vannet og elementene, kjennes kaldere enn vannet i seg selv og har ikke lenger noen evne til å holde seg oppe. Silken endrer struktur fra å være blank og lett, til å dette sammen. Det kjennes som om jeg drar og beveger på noe dyrisk.

Hormoner frigjøres under fysisk aktivitet

Etter årene med karate har jeg selv erfart det hjerneforskere forklarer om at hormoner frigjøres under fysisk aktivitet ⁷ (Letnes 2023), spesielt dopamin, serotonin, endorfiner og adrenalin. Høye nivåer av disse hormonene gir en følelse av bevissthet og velvære og er ofte karakteristisk i etterkant av fysisk kamp eller fysisk utmattelse. Dette er hva jeg også ser i verkene til den kinesiske kunstneren Li Binyuan ⁸ (Sixthtone 2023). Li Binyuan har dette gjentagende strevet og gjennomfører nesten umulig stressende fysiske oppgaver. Arbeidene hans har en voldsom energi og med en koreografi som virker på et merkelig vis meningsløse og samtidig suggerende og av og til helt på kanten av hva som er mulig for en fysisk kropp å gjennomføre. Som på bildet her hvor han stående ute i en foss i timevis kun med egen kropp i et Sisyphos-aktig besluttsomhet forsøker å holde elven tilbake.



Bilde 22: Li Binyuan, «Drawing Board», 2017. Foto: @Galleri Brandstrup

⁷ <https://forskning.no/sport-stress-hjernen/rusa-pa-kroppens-egne-stoffer/1000508> (lastet ned 25.mars 2023)

⁸ <https://www.sixthtone.com/news/1009741/li-binyuans-art-is-violent%2C-futile-labor>



Bilde 23: Arbeid underveis; løfter og drar nesten hundre meter silke i havet, 2022.

Tanketoget sakker farten

Jeg er opptatt av hvordan vi i dag omgir oss med stadig mer informasjon i alle kanaler som vi på en eller annen måte sorterer. Enten vi vil eller ikke. Kroppen forsøker å sortere uansett og vi mister evnen til, eller i alle fall blir vi utrente på, konsentrasjon og langsom oppmerksomhet. Arbeidet med silken har gitt meg mulighet til å gjøre bare det ene; å jobbe med silken med kroppen. Da finner jeg en kjerne som jeg ikke finner noe annet sted eller på noen annen måte.

I november i 2023 var jeg på et foredrag på Kunstnernes Hus i forbindelse med utstillingen *Holding Pattern*⁹ (Kunstnernes Hus 2023). Utstillingen var interessant i seg selv; den presenterte et utvalg internasjonale kunstnere som utforsker hvilke bevegelser, koreografier, rytmer og algoritmer som former våre liv. Hvordan er informasjon kroppsliggjort, og hvordan er kroppene våre omgjort til informasjon?

I den forbindelse var Lena Lindgren, forfatteren av boka *Ekko*¹⁰ (Lindgren 2021), invitert til å snakke rundt temaet og sin bok. Det er interessant å lese også hvordan hun refererer til mediefilosofen Marshall McLuhan som for rundt 60 år siden mente at elektroniske medier ville koble oss sammen på måter som ligner mer på førmoderne stammesamfunn, bare i global skala. Hun siterer han også som følger:

⁹ <https://kunstnerneshus.no/program/utstillinger/holding-pattern>

¹⁰ Lindgren, L; (2021), *Ekko*. Gyldendal Norsk Forlag AS, 120

*Alle blir porøse. Lyset og meldingen går rett gjennom oss. Når vi er på telefon, radio, tv har du ikke noen fysisk kropp – du er bare et bilde i luften. Når du ikke har noen fysisk kropp, er du et diskarnert vesen. Du har en ganske annerledes relasjon til verden rundt deg. Jeg tror dette er en av de viktigste effektene av den elektroniske alderen. Det stripper folk for deres identitet.*¹¹ (TVO Todays Docs 2010)

Det tunge arbeidet i vannet gjør at jeg finner en dyp konsentrasjon, samtidig som jeg er oppmerksom på kulden, silken som flyter rundt eller synker. Det er også slik jeg opplever forskjellen mellom oppmerksomhet og konsentrasjon: Oppmerksomheten går utover, mens konsentrasjonen går innover. I vannet enser jeg såvidt at det fortsatt er maneter og nysgjerrige småfisk rundt beina. Jeg er sterkere enn silken, men de seige bevegelsene som motstanden i vannet krever, og kavingen med de mange meterne med silke gjør at tanketoget som sjangler i altfor høy fart gjennom hodet sakner farten. Denne opplevelsen hadde jeg også da jeg i 2020 var på utstillingen til Eva Mag på Galleri Riis i Oslo. Jeg vet ikke hvordan jeg ble oppmerksom på henne første gang, men tittelen på videoverket jeg så den gang husker jeg veldig godt; *Dead matter moves*.¹² (Galleri Riis 2020) Eva Mag jobber med leire, film, installasjon og performance. Arbeidene hennes er rå og avskrellet og de traff meg som et slag jeg ikke hadde forsvar mot. Det store lerretet plassert på skrå i det største rommet på Galleri Riis viser en film basert på en performance utført på *Performa* i NewYork i 2019. Handlingen foregår i et svært industrilokale hvor Mag instruerte danserne til å lage skulpturer av våt leire og tekstil og hjelpe hverandre med å få disse svært tunge gjenstandene til å stå på egne ben. Mag selv beskriver det som om verket handler om støtten folk trenger, både fysisk og mentalt. Hennes konseptuelle arbeider om kroppens sårbarhet og behov består av både installasjon og skulptur, performance og video.

Hos meg blir rastløsheten borte når kroppen må ta i mer enn den egentlig kan, og det blir som om alle tankene går inn i muskelarbeidet. Da får hodet hvile og jeg ser meg selv i verden på en klarere måte. Jeg ser naturens sammensetning tydeligere enn før og jeg tør å slippe løs min egen sårbarhet. Jeg er plassert her på jorda, og jeg beveger meg i den med større nennsomhet og omtanke.

¹¹ <https://www.youtube.com/watch?v=FvATW2nfYZg>

¹² <https://galleririis.com/exhibitions/424#works/10865>



Bilde 24: Eva Mag, «Dead matter moves», bilde fra film spilt inn på «Performa 19», New York, 2019. Foto: @Eva Mag

Alexandra Engelfriet

*You discover the world inside of your body. It's a big part of the research. I wasn't even concerned with the end result.*¹³ (Engelfriet 2021)

Jeg har av og til tenkt at jeg kjenner en motstand mot teksten i seg selv og ikke bare silken. Både i arbeidene til Eva og Mag og også Alexandra Engelfriet handler det mer om kropp, jord, leire og tyngde, enn hva det handler om teksten i seg selv. Jeg synes sitatet til Engelfriet over beskriver dette på en veldig gjenkjennende måte: *Jeg oppdager verden med innsiden av kroppen.*

¹³ <https://www.alexandraengelfriet.com/about> (lastet ned 25.mars 2023)



Bilde 25: Alexandra Engelfriet, «Immerse Impress Imprint», 2020. Foto: Iris Cornelis

Alexandra Engelfriet er både skulptør og performancekunstner. Den fysiske og immaterielle skjønnheten i dansen hennes med jord og leire er primal, grov, men delikat og flytende. For meg ser det ut som om Engelfriet kanaliserer sin kunst gjennom sin bevegelse. De forestillingene jeg har sett av Engelfriet (dessverre kun på film og aldri i virkeligheten) er til tider overveldende og oppslukende. Jeg håper å få anledning til å oppleve henne fysisk tilstede. Jeg blir også inspirert til av hennes arbeider til å prøve ut bevegelsene i enda flere elementer og også blande materialer i i enda større grad enn jeg har gjort til nå.



Bilde 26: 16 meter silke behandlet med fettstift, oljepastell, blyant og grafittimaling, Byggeplass på Frysja, 2022.

Hvordan ser silken ut etter behandlingen?

Jeg har dratt silken gjennom rustne gjerder, slept dem etter meg på sykkelen og pakket dem sammen med alt annet i sekken. Jeg behandlet noen av remsene med grafittimaling før de fikk enda et lag med oljepastell på toppen. Behandlingen jeg har gitt noen av bitene gjør at silken blir tyngre og mister glansen. Den får mer struktur som gammel og seig hud, og er ikke like gjennomsiktig lenger. Noen av silkebitene har mange lag slik at f.eks. de klare oljepastellfargene synes igjennom brun lakkmalning. Andre har færre lag, men i stedet forskjeller fra meter til meter gjennom sine 8 meter. Variasjonen av verktøy har vært stor; det har vært gråblyant, kull, rust, oljemaling, plantefarge, jord, mugg, lakk, gress, plantetrykk, akrylmaling og tegnblyant. Til å begynne med var det litt slik at jeg gjorde meg ferdig med én og én remse. En byggeplass-remse, en plantefarge-remse, en hage-remse osv. Etter hvert har jeg blandet disse ettersom jeg synes det var vel så viktig at silken fikk med seg forskjellene fra sted til sted.



Bilde 27: Silke malt med oljepastell i gullfarge og brun lakk montert i gjerde ved byggeplass på Frysja, 2022.



Bilde 28: Silke i gjerde rundt byggeplass på Skøyen. Tegnet på med fettstift, første lag, 2022.



Bilde 29: Silke bundet fast til beskyttelsesgjerdet på byggeplass på Skøyen. Tegnet på med oljepastell, 2022.



Bilde 30: 11 silkeruller behandlet på ulike måter og steder, 2021-2022.

Plantetrykk og lukt

Noen av silkeremsene er behandlet med en teknikk jeg lærte av tekstilkunstneren Lise Bjørne Linnert ¹⁴ (Linnert 2022) i en workshop våren 2022. Lise Bjørne Linnert bruker tekstilene og sitt arbeid til å uttrykke et sterkt samfunnsengasjement som jeg er en stor beundrer av. I og med at jeg plantetrykket én og én meter ble de lange remsene stripete fra ulike trykk. Jeg sprer plantematerialet utover silken, ruller den hardt sammen og dypper silken i eddik før den dampes. Eddiken fungerer som et bindemiddel. Jeg kan også bruke et rustbad, men da blir trykket noe mørkere. Jeg ville gjerne beholde den gyldne tonen som denne teknikken naturlig satte spor av. Den ene dagen trykket jeg med blåbærlyng, eikeblader eller Johannesurt, mens den neste dagen fikk en stripe fra de svartelistede Rosa Rugosa-rosene med en fantastisk duft. På denne måten har jeg jobbet meg gjennom sommerens flora.



Bilde 31: Plantetrykk på silke, her med nyper av Rosa Rugosa, 2022.

Silkebyltene som er plantetrykket er fiksert med eddik, men de lukter likevel ikke stramt eller overveldende mye. I stedet tar silken vare på lukten uten at den overdrives. Som forskjellen på litt parfyme på nydusjet hud i stedet for mye parfyme på svett hud. De andre silkebitene har også ulike dufter. En av dem dufter av einer etter at jeg surret silken rundt einerpinner for å bære den med meg etter å ha vært våt i havet.

¹⁴ <https://www.liselinnert.com/>

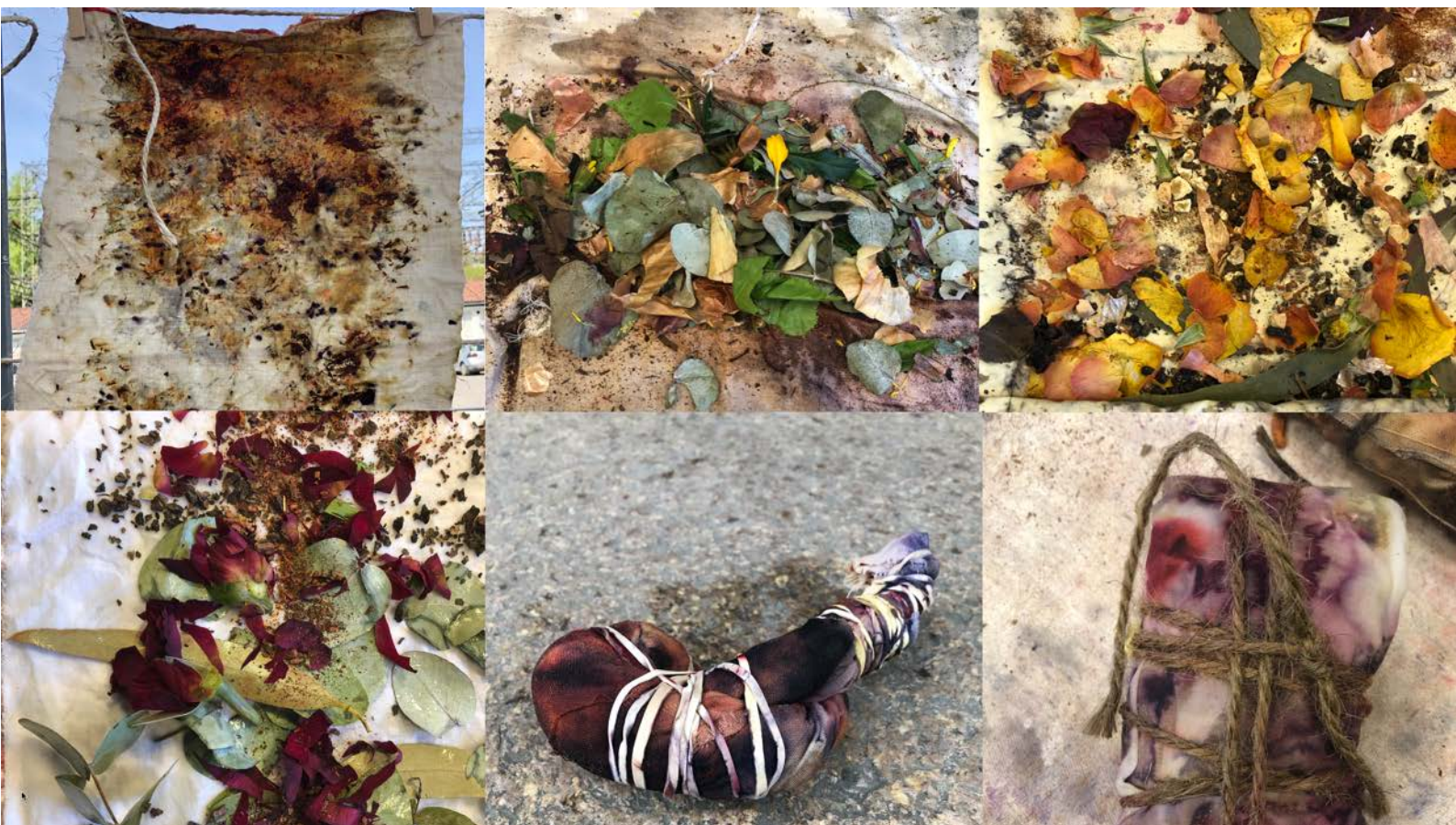
Duften av skog sitter der fortsatt. Når jeg jobber utendørs er luktene i naturen nært tilstede og arbeidet med silken har utviklet luktesansen.



Bilde 32: Plantefarget silke etter robåten, Justøya, 2022.



Bilde 33: Prosessbilder fra plantefarging- og trykking, Justøya, 2022.



Bilde 34: Øvelser med plantetrykk på bomull, lin, ull og silke, Sommeren, 2022.



Bilde 35: Silke på beskyttende omslag, 2022.

En skreppe, flere skrepper

Underveis i arbeidet med silken fikk hver silkebit sitt eget beskyttende omslag. Omslagene ble brukt når jeg la silken ned på bakken, for å teste ut tegneredskap eller til å sitte på hvis bakken var våt. Men like ofte har de vært brukt for å beskytte sekkens innhold mot silken som kunne være mettet av oljestift, våt rust eller sand og jord fra et utendørs opphold. Omslagsbitene er av grovt tykt linlerret i en størrelse på ca 60 x 60 cm. Hvert omslag har fulgt sin silkebit og er surret sammen med remser laget av gammelt plantefarget linstoff og gardiner. Lerretsomslagene har en lukt av kull, olje og jord. Noen av omslagene lukter også muggent etter å ligget på bakken som beskyttere for våt silke. Avtrykkene de har fått gir dem karakter av noe gjennomlevd og viser behandlingen byltene med sine silkebiter har vært gjennom.

Lenge tenkte jeg at silken og lerretsomslagene hørte sammen og jeg så på dem som skrepper som inneholdt alt jeg trengte. Jeg vurderte også om jeg skulle inkludere omslagene i utstillingen. I dag ser jeg at disse først og fremst var viktige underveis i arbeidet for å kategorisere hva som var hva.



Bilde 36: Master 1.år utstilling. Jeg pakket alle silkebitene inn i denne store lerretsbylten; ca 90x90 cm, 80 kg, som jeg monterte med en løftekrok på veggen. Ved performancen tok jeg hele bylten ned, pakket ut silken og jobbet meg inn i bevegelsene, KHIO, 2022.

Et angrep og et forsvar

Uansett hva jeg utsatte silken for, beholdt den sine egenskaper som silke. Den var fortsatt lett, tynn, tander og insisterende med sin ynde og gjennomsiktighet. Jeg husker det som om en protest da jeg satte silken i bevegelse med kroppen. Jeg var på verkstedet og hadde slått av taklyset for å få inn det mer spennende ettermiddagslyset. Jeg reiste meg i frustrasjon over silken som krøllet



Bilde 37: «Kime», MA1 utstilling; et performativt arbeid med silke, KHiO, 2022.

seg mellom fingrene mine, var altfor glatt og løs uten tyngde. Det kneppet noe i meg da; et innestengt raseri og frustrasjon. Jeg kan best forklare det som om en kroppslig frustrasjon og fortvilelse over manglende respons i materialet. Jeg holdt silkeremsen i hver hånd og slang det opp i luften, og forsøkte å fange den igjen med et rykk. En nesten refleksstyrt bevegelse som kanskje kommer fra mange år med karate. Det kjentes som både et angrep og et forsvar. Jeg satte meg selv i bevegelse på flere måter. Til å begynne med hadde jeg nok med å styre den 10 meter lange silkeremsen i verkstedet uten å rive ned kaffekopper og penselglass. Men etter som jeg holdt det i gang, vendte jeg oppmerksomheten inn i meg selv, og det oppstod en meditativ torden. Bevegelsene ble større, hardere og kraftigere, og det kjentes utrolig fint å stå der og slå det ut gjennom silken. Det var som å være på karatetrening uten å måtte risikere harde og presise slag eller spark fra treningsmakkeren. Samtidig kjente jeg også viktigheten av nettopp denne indre kjernen; kimen. Det viktige holdepunktet, der hvor jeg selv opplever det som om styrken min kommer fra. Som en samlet varme som jeg lader opp der inne i midten.

Utstillingsplassen Katedralen på KHiO er som jeg tidligere har beskrevet et rom med et fantastisk naturlig lys og en akustikk som i en ja, katedral. Til min 1.års masterutstilling hadde jeg en performance her på 6 minutter med meg og silken i rommet, uten tekst, uten video, uten annen lyd

og andre virkemidler enn meg selv og silken. I dette arbeidet kunne jeg bruke kraften, styrken og råskapen jeg ellers kjenner jeg må gjemme og temme.



Bilde 38: Forberedelser til MA1 utstilling i Katedralen på KHiO, 2022.

Svettedråper fra dansere

Denne forløsningen av krefter kan sammelignes med hva jeg opplevde i 2020 da jeg så danseforestillingen *Duels*¹⁵ (Nagelhus Schia Productions 2022) på Vigelandsmuseet, koreografert av fransk-belgiske Damien Jalet og islandske Erna Omarsdottir, fremført av dansere fra Nagelhus Schia Productions og Iceland Dance Company. Jeg var på forestillingen tidlig under koronaepidemien, holdt avstand, var stille, alene. Jeg var uforberedt på det som skulle komme, og jeg var mer åpen og sårbar enn jeg var klar over. Bevegelsene, intensiteten, begjæret, svettelukten (og dråpene) sammen med de tause skulpturene i rommet og kontrasten til de helt ekstremt levende danserne, sitter fortsatt fast i meg. Det var en sterk sanselighet og et nærvær som disse danserne hadde til sine egne kropper, til rommet og til de til sammenligning livløse skulpturene i rommet. Da jeg stod der i rommet og forsøkte å være så stille som mulig, kunne jeg nesten kjenne at skulpturene også ble vekket til live gjennom en form for overnaturlig kommunikasjon.

¹⁵ <https://www.nsproductions.no/duels-more-info>



Photo: Valdimar Johannsson

Bilde 39: Forestillingen «Duels» i Vigelandsmuseet, 2021. Foto @Valdimar Johannsson

Forestillingen, sammen med protesten mot silken den ettermiddagen i verkstedet, var et vendepunkt. Jeg forstod at silken som materiale ikke var vesentlig i seg selv; men at det er hva den kan brukes til med min kropp og mine bevegelser som har opptatt meg.

Å hæle

Forholdet mellom kontroll og ikke-kontroll fascinerer meg. Jeg har helt klart flyskrekk og jeg skjelver de gangene jeg motvillig har sagt ja til å være mannskap på seilbåt som legger seg på skeive i vinden. Men jeg har svart belte i karate og ror langt ut på havet i den lille treprammen. Jeg søker etter risiko, men innenfor et område jeg vet at jeg kan ha kontroll på noe. Jeg måtte til slutt erkjenne at silken aldri ville bli en størrelse jeg synes var stor nok. Jeg måtte derfor slippe tak i tekstilen som det viktigste materiale og i stedet finne størrelsen i meg selv. Tanken var like skummel og dumdrstig som det er å ro ut på havet uten årer. I Østfold hvor jeg har hatt mesteparten av min barndom har vi et uttrykk som heter «å hæle». Det brukes f.eks når du er ute og bader og vannet ikke er behagelig varmt. Da kan spørsmålet formuleres som *har du hæla?* Det spørres da om *har du vært under enda?* Litt det samme kjenner jeg det i det performative; jeg tar spranget ut i noe som er litt for kaldt, og litt for ubehagelig. Men jeg vil likevel ikke la være.



Bilde 40: Bevegelsesøvelser uten silke, BlackBox KHiO, 2022.

Et instinkt

Da jeg aksepterte at det var bevegelsene i seg selv som var mitt viktigste materiale, oppdaget jeg samtidig større mulighetsrom for å jobbe uten forskjønning. Det uvesentlige ble luket ut og det handlet ikke lenger om det lagde objektet, estetikken eller vurderingen av denne. I stedet streber jeg etter fallhøyde og risiko. Ikke fordi det er ubehagelig, men fordi jeg finner en skjønnhet i det som er usminket. Da står kjernen igjen, og derfra kan det gro. Da er jeg akkurat der, i bevegelsen av den hånden, den krummingen av fingeren, den bevegelsen på nakken, følelsen av tyngdekraften og hvem jeg er her på jorda.

Et språk for bevegelse

Arbeidet med bevegelse uten tekstil var ukjent, og jeg trengte hjelp fra noen som har jobbet med kropp og bevegelse. Jeg tok kontakt med Kari Anne Bjerkestrand ¹⁶ (Bjerkestrand 2023) som er koreograf og danser og underviser bl.a på KHiO ved Teaterhøgskolen. Kari Anne arbeider med en utvidet forståelse av begrepet bevegelse. Dette arbeidet har hjulpet meg til å finne ord som hører til bevegelsene, men viktigst av alt har det hjulpet meg med å finne et ståsted i kroppen som gjør at jeg tør å stole på bevegelsene som mitt språk. Med hjelp til å utvikle bevegelsene klarer jeg bedre å uttrykke en sanselighet for natur, for emosjoner, for sinne, sorg og nærvær. Når jeg beveger meg med oppriktighet ligger det ingenting mellom det jeg opplever og hva jeg uttrykker. Da kjennes det som om jeg treffer et uttrykksrom med mye plass. Jeg tenker ikke på det som dans

¹⁶ <https://www.kariannebjerkestrand.no/>

ved at bevegelsene har en fastsatt koreografi, notasjoner eller trinn. Men kanskje er all bevegelse på mange måter en dans? Selv oppfatter jeg det mer som et behov for å uttrykke noe som ord ikke like godt kan, fordi jeg selv oppfatter bevegelsene som noe mer primalt, som en kjerne jeg har og derfor kan forstå uten forklaring.



Bilde 41: Bevegelsesøvelser i verkstedet og i BlackBack på KHiO, uten silke, 2022.

Jeg registrerer meg selv i omverdenen

Det har vært essensielt for meg å vise et temperament som både er sårbart og sterkt. Som i karatekimen; jeg kan ikke være sterk uten også å tørre å være svak. Jeg opplever det viktig for å kunne være oppmerksom på hvem vi er som mennesker. Bevegelsene handler derfor også mye om å registrere meg selv i omverdenen. Hvordan kjennes det når mine føtter i str 42 er plassert på det kalde, litt for rene kontorgulvet i forhold til hvordan de har det på et solvarmt svaberg om sommeren? Hvordan er kroppen i et lite rom med lav takhøyde og for små vinduer til sammenlingning med en uteplass uten tak og med store gamle murvegger fylt med historie? Hvordan kan jeg gjennom bevegelsene uttrykke forskjellene i energi, kraft og elementene som påvirker meg?

Å øve inn et torv

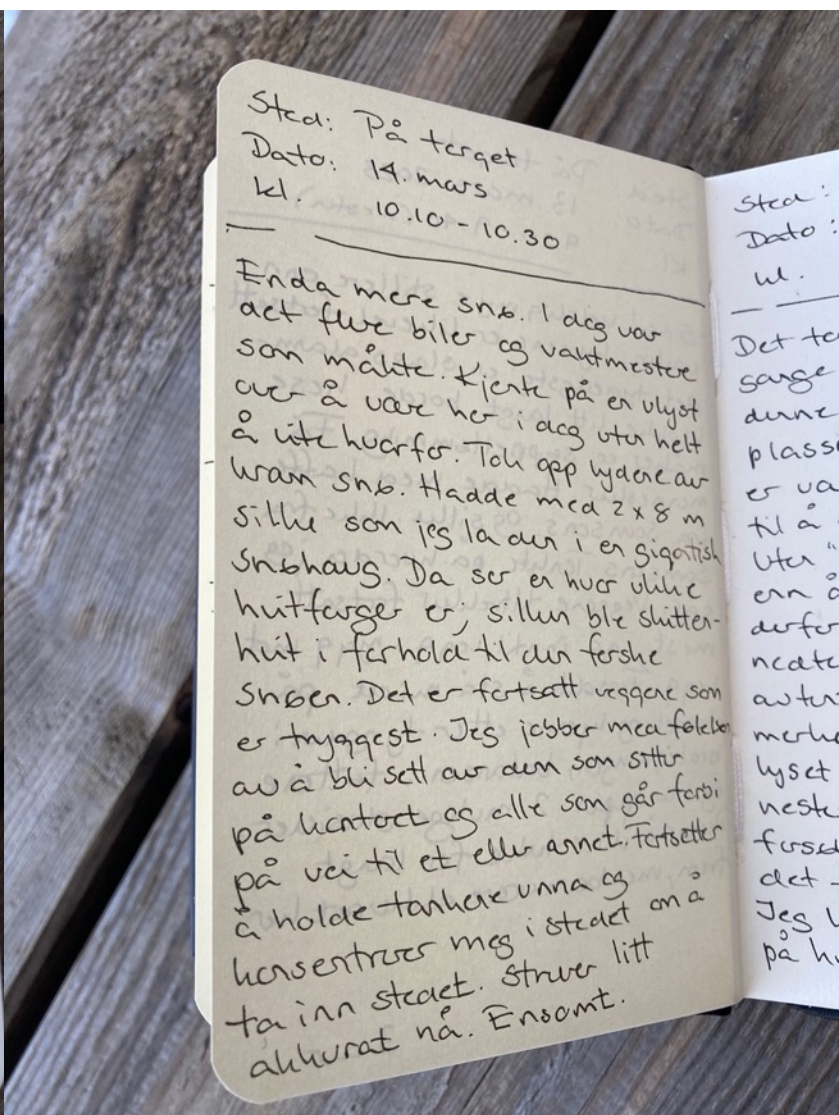
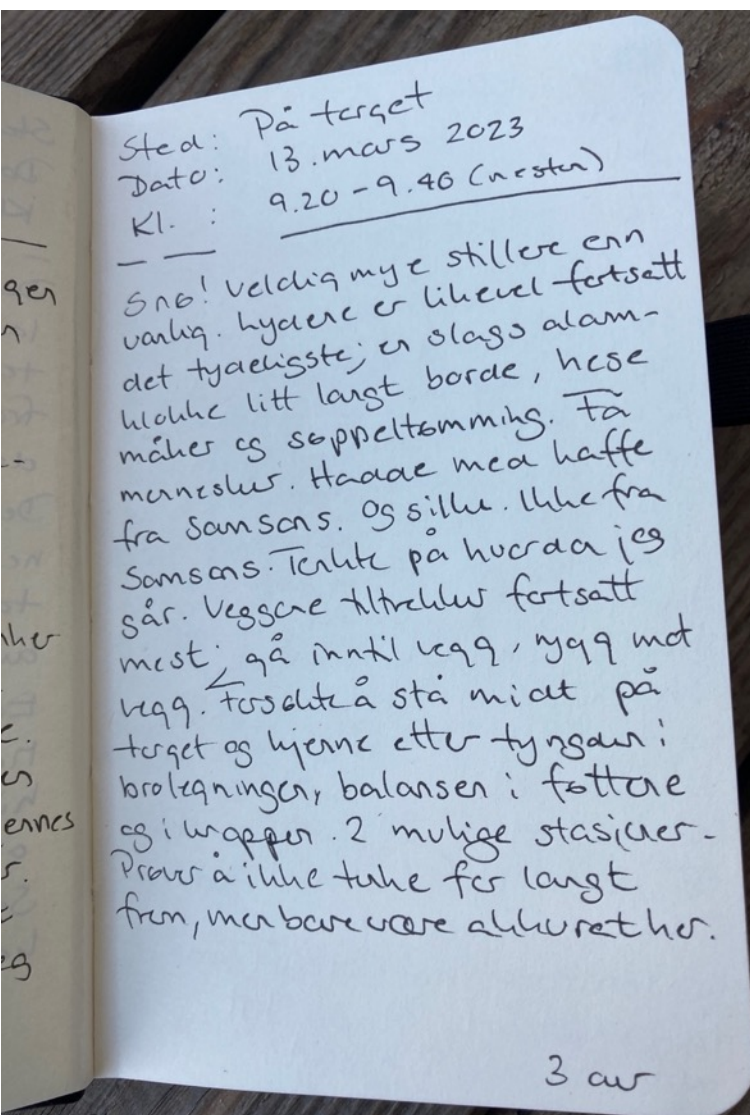
Da jeg planla performancarbeidet for avgangsutstillingen måtte jeg først kvitte meg med kompleksiteter for manglende dansekunnskaper. Kari Anne sa tidlig at det er ikke deg betrakteren ser på, men det du gjør. Jeg har trent opp bevisstheten i bevegelsene i øvelser fra ett til tre minutter. Vi jobbet med stoppeklokka på ett minutt: 3 enkle regler i løpet av ett minutt; f.eks. starte på et uvant sted, gjøre én stillstand og vær innom gulvet minst én gang i løpet av det ene minuttet. Det autentiske ligger i å følge kroppens vilje. Hvis hodet kjennes tungt lar jeg kroppen reagere på den følelsen. Hvis det kribler i beina er det en intuisjon jeg kan følge. Jeg fant fort ut at jeg måtte øve

uten å filme fordi det ikke er hvordan det ser ut som er viktig, men hvordan det kjennes. Først da blir bevegelsene noe betrakteren også kan ta imot som ekte.

Fra slutten av februar har jeg hver dag oppholdt meg 20 minutter på torvet hvor jeg skal ha deler av min performance. Motivasjonen for denne praksisen har vært å registrere et stedets egenart og hvordan jeg kan respondere på det med bevegelser. Etter hver dag har jeg skrevet notater.



Bilde 42: Øving på torvet ved KHIO før performance til avgangsutstillingen, 2023.



Bilde 43: Notater fra praksisen med å øve inn torvet, 2023.

Jeg har observert, sittet og skrittet inn området samtidig som jeg har kviet meg for forbigående medstudenter fordi jeg ikke riktig har noe å vise enda. På denne måten har jeg sakte gjort meg kjent med plassen, bygget, lydene og gjort min egen kropp oppmerksom på hva stedet gjør med meg. Jeg fornemmer tyngden som ligger i historien fra den gamle Seilduksfabrikken som nå rommer Kunsthøgskolen når jeg lener meg inntil veggen og lytter etter lyder. Historien herfra kan kjennes i kroppen som noe strevsomt. Historien forteller om hva det tunge kroppsarbeidet må ha kostet for de rundt 900 kvinnene som jobbet her med de lange seilene helt tilbake i 1856 under ekstremt dårlige arbeidsforhold, men det er mer materialvekten jeg nærer når jeg lener meg inntil den håndlagde ujevne teglsteinen som smuldrer opp litt og litt i den varierende vinteren. Plassen har ingen andre planter eller vegetasjon, bare bittelitt nedslitt mose mellom noen av brosteinene. Jeg blir glad i den høye gamle teglveggen mot gaten bak med de typiske Grunerløkka-boliggårdene som en todimensjonal kulisse. Jeg ser hva som ligger mellom brosteinene; sneiper, snus, glasskår og nydelige små mosebekker. Jeg ser også plastsøppel og hundeskitt som gjør at jeg tenker at jeg bør ha sko på.



Bilde 44: Øving på torvet før performance på KHIØ, 2023.

Når jeg nå står der midt på gårdsplassen avkledd og litt ensom, kjenner jeg meg samtidig fristilt og klar. Det er både tungt og lett. Jeg har hele tiden hatt som motivasjon å hente inn silken igjen i det performative, men det var nødvendig å legge silken til side en stund for på den måten å finpusse bevegelsesreportoaret uten at silken var der til å hjelpe meg.

Resultatet av dette bevegelsesarbeidet er innlemmet i det performative resultatet i avgangsprosjektet.



Bilde 45: Innarbeiding av performance på plassen utenfor KHiO, april 2023.

Et pågående prosjekt

Min kunstneriske praksis er et pågående prosjekt. Jeg forsøker hele tiden å beholde min autensitet. Det er mange forstyrrelser, brudd og påvirkning utenfra som gjør at bare det å opprettholde kjernen i meg selv og holde fast på kraften er et fokus i seg selv. Selv om jeg tror at kraften alltid vil være der, så trenger jeg å vedlikeholde den gjennom hele tiden å trene. Trene på å være oppmerksom, trene på å samle energien til en konsentrasjon. Derfor vil det videre i praksisen handle om å fortsette dette arbeidet i ulike arenaer, ute i naturen og i ulike omgivelser, med og uten tilskuere, i en kontinuerlig egen meditativ og tilstedeværende utforskning av kraft og sårbarhet.



Bilde 46: Det performative arbeidet vil være et pågående prosjekt også etter avgangsutstillingen, 2023.

Referanseliste

- Bjerkestrand, Kari Anne. 2023. *www.kariannebjerkestrand.no*. Funnet Mars 15, 2023. <https://www.kariannebjerkestrand.no/>
- Engelfriet, Alexandra. 2021. *www.alexandraengelfriet.com*. Funnet Januar 15, 2023. <https://www.alexandraengelfriet.com/about>
- Galleri Riis. 2023. *www.galleririis.com*. Funnet mars 28, 2023. <https://galleririis.com/exhibitions/448>.
— . 2020. *www.galleririis.com*. Funnet April 15, 2023. <https://galleririis.com/exhibitions/424#works/10865>
- Helgheim, Beatrice. 2023. *Store Norske Leksikon*. Funnet April 13, 2023. https://snl.no/kim_-_botanikk.
— . 2023. *Store Norske Leksikon*. 15 Januar. Funnet April 10, 2023. https://snl.no/kim_-_botanikk
- Kunsternes Hus. 2023. *www.kunstnerneshus.no*. Funnet Mars 28, 2023. <https://kunstnerneshus.no/program/utstillinger/holding-pattern>
- Letnes, Odd. 2023. *www.forskning.no*. Funnet April 23, 2023. <https://forskning.no/sport-stress-hjernen/rusa-pa-kroppens-egne-stoffer/1000508>
- Lindgren, Lena. 2021. *Ekko*. 2.utgave. Trondheim: Gyldendal Norsk Forlag
- Linnert, Lise. 2022. *www.liselinnert.com*. Funnet Mai 8, 2023. <https://www.liselinnert.com/>
- Nagelhus Schia Productions. 2022. *www.nsproductions.no*. Funnet April 12, 2023. <https://www.nsproductions.no/duels-more-info>
- Næss, Arne. 2005. *Livsfilosofi*. 6.utgave. Oslo: Universitetsforlaget
- Sixthtone. 2023. *www.sixthtone.com*. Funnet Februar 28, 2023. <https://www.sixthtone.com/news/1009741>
- Suzuki, Shunryu. 2020. *Zen Mind, Beginner's mind*. 50th Anniversary Edition. Colorado: Shambhala Publications Inc. Zen Mind; Beginner's Mind, side 31, Shunryu Suzuki. Shambhala Publications Inc., 2020
- Thoreau, Henry David. 2019. *Walking*. 6. New York: Dover Publications
- TVO Today's Docs. 2010. *YouTube*. Funnet Februar 15, 2023. <https://www.youtube.com/watch?v=FvATW2nfYZg>
- Whaleys Bradford Ltd. 2023. *Whaleys Bradford Homepage*. Funnet April 13, 2023. <https://www.whaleys-bradford.ltd.uk/about-us>

Bibliografi

Crawford, Matthew B: *The World Beyond Your Head*, Farrar, Straus and Giroux, New York, 2016

Fulton, Hamish og Höpfner, Michael, *From Here to Tibet*, Humboldt Books, Milano, 2020

Hari, Johan: *Stolen Focus*, Bloomsbury Publishing, Ireland, 2022

Kagge, Erling: *Å gå*, Kagge forlag, Oslo, 2019

Lutnæs, Eva: *Plantefarging*, Vigmostad & Bjørke, Oslo, 2015

Lyster, Janne-Camilla: *Dobbel natur*, Tiden, Oslo, 2022

Røed, Kjetil: *Kunsten og livet*, Flamme forlag, Oslo, 2019

Solnit, Rebecca: *Wanderlust*, Granta Publications, London, 2002

Tanizaki, Jun'ichiro, *Hyllest til halvmørket*, Forlaget Press, 2020

Yanagi, Soetsu: *The Beauty of Everyday Things*, Penguin Classics, 2018



Bilde 47; På vei ut til havet med en bylt med silke. 2022.

Takk

til hovedveileder **Tina Jonsbu** som varmt og stødig har veiledet meg gjennom,
fagområdeansvarlig **Franz Petter Schmidt** som hjelper meg til å tørre,
Kari Anne Bjerkestrand for tilstede og dyktig hjelp i arbeidet med bevegelser,
tekstveileder **Line Ulekleiv** for alltid humoristisk og god hjelp,
Sissel som oppmerksomt leste igjennom teksten,
Sara for nydelig filming og
fantastiske lærere, verksmestere og medstudenter på tekstil.

Og en helt spesiell takk til **Kaia** som har heiet hele veien. «*Oppe under mønet. Ute*»
Og en stor varm takk til **Hans Petter, Anders og Margrethe** som har tålt og støttet alle disse
5 årene.

(Bilde på siste side: 16 meter silke på garntørka i Døttesund, 2022.)



<https://www.instagram.com/greteriseng/>