



Omakuva avaa lukkoja

Valokuvaaja Leena Louhivaara hämmästytyksensä aina Omakuvakursseja vetäessään. Oman henkilökuvan työstäminen muuttaa ihmistä. Muutos näkyy kehon kielessä rentoutena ja vapautena.

– Omakuvan kautta astutaan askel askeleelta lähemmäs itseä ja ollaan läsnä juuri siinä hetkessä. Sisäiset lukot aukeavat, kun omaa kuvaansa tarkastelee rakastavasti ja hyväksyvästi. Lähtökohtana on tunne eikä se, miltä näyttää.

Louhivaaran mukaan valokuva on mainio väline itsetuntemuksen syventämiseen. Usein ihmiset asettuvat kuvattaessa johonkin rooliin. Itsestä halutaan antaa tietty kuva. Omakuvassa ollaan mahdollisimman aitoja ja rehellisiä. Tärkeintä ei ole lopputulos vaan prosessi, joka käydään läpi.

Louhivaara on toiminut valokuvaajana 27 vuotta. Hän on erikoistunut henkilökuviin.

Tutuksi on tullut kuvattavien kriittinen katse. Louhivaara on kuullut usein lauseen: ”Mä oon ihan kauheen näköinen!” Omaa kuvaa katsotaan yleensä tiukasti arvostellen. Luovasti otetun omakuvan kautta katse muuttuu armollisemmaksi.

Omakuvakurssilla ei tarvitse osata kuvata. Digi-kamera ja avoin mieli riittävät. Kurssilla myös tutkitaan kuvia ja kirjoitetaan niistä.

Leena Louhivaaran omassa henkilökuvassa on kolme tasoa. Ne juontavat juurensa **Freudiin**, joka jakoi ihmisen psyyken egoon, yliminään ja viettipohjaiseen osaan.

– Olen aina halunnut taistella sitä vastaan, miten kapeasti kasvatus ja vallitseva kulttuuri voivat määrittellä ihmisen. →

Omakuva-Minäkuva-Valokuva Helsingin aikuisopistossa 19.10. alkaen opettajana Leena Louhivaara, helsinginaikuisopisto.fi, louhivaara.fi