

Západočeská univerzita v Plzni

Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Diplomová práce

DISTRIBUCE

SVĚTLO VE TMĚ

BcA. Štěpánka Vacková

Plzeň 2022

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Katedra výtvarného umění
Studijní program Audiovize
Specializace Fotografie

Diplomová práce
DISTRIBUCE
SVĚTLO VE TMĚ

BcA. Štěpánka Vacková

Vedoucí práce: MgA. Vojtěch Aubrecht
Katedra výtvarného umění
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
Západočeská univerzita v Plzni

Plzeň 2022

Prohlašuji, že jsem práci zpracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, duben 2022

.....

podpis autora

Poděkování

Touto cestou bych chtěla poděkovat MgA. Vojtěchu Aubrechtovi za přínosné konzultace, citlivý a lidský přístup, vedení mé diplomové práce, za veškerou odbornou pomoc i za věcné připomínky a rady. A především za trpělivost po celé roky mého studia.

Mé díky patří také prof. Mgr. Štěpánu Grygarovi za cenné rady v průběhu mého studia.

A za pomoc s realizací světelných rámců moc děkuji Ing. Dominikovi Šmídovi.

OBSAH

1. ÚVOD	8
2. TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY	10
2.1 Volba tématu	10
2.2 Mandala	12
2.3 Meditace, nebo medikace	15
3. VLASTNÍ ZPŮSOB MEDITACE	18
3.1 Myšlenky	19
3.2 Samota	21
3.3 Setkání	22
3.4 Domov	24
3.5 Vnitřní klid	26
3.6 Bludný kruh	27
3.7 Zpět k vlastnímu způsobu meditace	28
4. CÍL PRÁCE	29
5. PROCES PŘÍPRAVY	31
6. PROCES TVORBY	34
7. TECHNOLOGICKÁ SPECIFIKA	38
8. POPIS DÍLA	40
9. ZÁVĚR	41
10. SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	42
11. RESUMÉ	44
12. SEZNAM PŘÍLOH	45

1. Úvod

Člověk mění, Pán Bůh mění. Věta tak častá a pravdivá, jež se stala příznačnou pro mou diplomovou práci. A možná mi právě ona pomohla si uvědomit, že to, čeho jsem vždy chtěla ve fotografii dosáhnout, nemusí nutně představovat jen jeden úhel pohledu.

Snad správně předpokládám, že když se komukoliv z nás splní sen, v mém případě studovat něco, po čem jsem odjakživa podvědomě toužila, vyvolá to v nás houževnatost a neskutečné odhodlání zanechat po sobě alespoň malý odkaz, který lidem poskytne pozitivní a silný emoční zážitek.

Jak toho ale v dnešním uspěchaném světě docílit, když jsme denně obklopeni na každém kroku tisíci fotografiemi a různými vizuálními jevy, které přehlízíme, protože jsme jimi přesyceni? Toť otázka, jež mi nedala dlouhé roky spát.

Výsledkem mého neustálého bádání a přemítání nad touto problematikou se nakonec stalo přesvědčení, že k docílení toho, aby se fotografie odlišila od svého dosavadního vzhledu a zaujala na první pohled, je nutné se zaměřit na její novou technologickou podobu. Vzápětí ale přicházejí další otázky: „Jak toho docílit, když jsme obklopeni nespočtem možností, jak fotografii vytisknout? A pokud se oprostíme od tisků na různé možné materiály, do jaké míry můžeme stále mluvit o fotografii, když z ní uděláme multimédium?“

Myslím, že dalších otázek už netřeba. Je to bludný kruh bez možného konce s tisícem dalších otázek a odpovědí, které mě doprovázely několik let a vlastně ještě i před pár měsíci. Až tehdy jsem došla k uvědomění si, že celá má dosavadní tvorba byla zaměřena především na vytvoření nových technologických postupů, které často působily v mých fotografiích zbytečně přeplácane, i když nakonec ve výsledku dané fotografie možná dosáhly jisté výtvarné hodnoty¹.

¹Obrazová příloha č. 1

To, na čem mi ale vždy nejvíc záleželo a bylo mým hlavním tématem, ať už šlo o výtvarné, či teoretické práce, se z fotografií najednou vytratilo – emoce. To hlavní, co jsem vždy chtěla předat...

Možná pozdě, ale přece se mi před rokem podařilo své emoce v jedné mé semestrální práci² na téma Tematizace času vyjádřit. Poté se ale znovu vytratily – není lehké sdílet bolest, i když by vlastně mohla být nakonec prezentována divákům jako pozitivní a snad i silný emoční zážitek...

²Obrazová příloha č. 2

2. Téma a důvody jeho volby

2.1 Volba tématu

Upřímně musím říct, že zvolit si téma bylo pro mne jedno z nejtěžších rozhodnutí v poslední době. Únava z mé předchozí závěrečné bakalářské práce, kdy jsem se tématem Žena zabývala po tři roky, zklamání ze sebe sama, že jsem nedokázala dosáhnout svého vytouženého výsledku a smíření se s tím mi ve výsledku zabraly několik dlouhých měsíců naplněných temnými myšlenkami...

Když nastal čas oficiální volby, jedno jsem věděla jistě. Momentálně není čas volit si opět své vlastní téma a snažit se dosáhnout něčeho výjimečného a dokonalého. Je čas najít téma, jež mi bude přínosem. Takové, které mi poskytne ještě alespoň pár měsíců, abych nad ním mohla přemýšlet a zbytečně se neukvapila.

Téma Distribuce se nakonec jevilo jako nejlepší možné řešení výše zmiňovaných důvodů. To, že výstup nebyl přesně definován a formát i jeho provedení mělo vyplynout až v průběhu zpracování, mi přineslo doslova až do poslední chvíle naprostou tvůrčí svobodu. A vzhledem k tomu, že v zadání byl kladen důraz na to, jak nejlépe oslovit své publikum, mi vnuklo myšlenku, že pokus o nějaké technologické zpracování, i když ne zrovna inovativní, by mohlo být nakonec přínosem.

Ač má volba možná působí trochu nejistě, s odstupem času ve mně stále převládá pocit, že za dlouhá léta to bylo jedno z mých nejlepších rozhodnutí. Možná není nutné vždy dopředu vědět, co a jak chceme vyjádřit. Možná někdy prostě jen stačí dát svým myšlenkám a pocitům volný průběh a ony nás za to příjemně odmění.

Jelikož je toto téma velice široké a vlastně ani přesně nedefinuje obsah mé práce, bylo důležité se nejprve zaměřit na to, co by vlastně měla vyjadřovat. Jak už to ale bývá, začátky nikdy nejsou lehké..

V první chvíli jsem se opět začala zabývat myšlenkou, jak fotografii posunout na vyšší úroveň, jak najít nový technologický postup, ale i když už byl nápad na dosah, ve výsledku by práce nedávala smysl, protože by opět představovala pouze výtvarnou instalaci³ bez hlubšího významu a zcela by postrádala alespoň kousek své původní podoby – fotografie.

Po dlouhém smiřování se s touto skutečností, s poznáním, že nyní ještě nena-
stal ten pravý čas zabývat se čistě jen novým technologickým postupem, přišla
mnohem důležitější otázka, která měla vyvstat hned v úvodu: „Co chci vlastně
vyjádřit a předat?“

Otázka prostá, ale záludná. Nikdy mě natolik neoslovil žádný umělecký směr,
abych se jím chtěla zabývat nebo se mu přiblížit, a zároveň mé dosavadní práce
nikdy nepoukazyvaly na to, že bych v nějakém odvětví fotografie vynikala (do-
kument, street atd.).

V té době mě napadlo jen jediné východisko. Zabývat se něčím, co se aktuálně
ve světě řeší, ale zároveň o tom mnoho lidí neví. A protože jsem v té době měla
zrovna potíže se zrakem, téma zrakových postižení se přímo nabízelo. Téma
možná zajímavé, ale ne zcela příhodné. Obzvlášť když času ubývalo.

Najít svou podstatu a podělit se o ni je děsivé. Ukazovat někomu svou bolest
mi přišlo přinejmenším sobecké a neuctivé. Ale když dotyčný nevěděl, co se za
fotografií⁴ skrývá, působila na něj pozitivním dojmem. A to byl ten podnět,
který jsem si potřebovala uvědomit.

³Obrazová příloha č. 3, ⁴Obrazová příloha č. 4

Fotografie, které jsem začala pořizovat, když mi bylo nejhůř, aniž bych si uvědomovala, že právě tento můj duševní stav vyvolává potřebu jejich vzniku, se nakonec staly mou mantrou. A pochopila jsem, že i když zrovna neprožíváme šťastné životní období, nemusí to nutně znamenat jen bolest. Můžeme ji přetvořit v něco pozitivního, co může snad alespoň na chvíli pomoci i ostatním, nejenom nám. A není třeba vymýšlet složitosti, aby fotografie zaujala. Ani nový technologický postup. Naopak jednoduchost s příjemnou atmosférou mohou člověku přinést mnohem víc, než sami očekáváme. Ale to už předbívám...

2.2 Mandala

Jak je vidno, někdy stačí přestat hledat a zklidnit mysl, abychom našli to, po čem toužíme. A nakonec možná budeme ještě mile překvapeni, co vše si díky tomu uvědomíme.

Když jsem se zamyslela nad tím, že necíleně pořizuji fotografie, když je mi nejhůř, vyvstala mi v hlavě otázka: „Jak jsem vlastně tyto situace řešila v minulosti, když se fotografii věnuji teprve pár let? Vždyť mě podobné situace doprovázejí už od dětství.“ Zanedlouho se vzpomínky vrátily...

Před očima mi najednou začal probíhat film, smutný, bolestivý, ale zároveň s nádechem pocitu štěstí, že jsem dané situace zvládala řešit „pozitivně“, i když neuvědoměle, a to kreslením mandal. Jednu dobu jsem na to měla přímo vyhrazený blok, který jsem nosila neustále s sebou. Později, když tyto situace pomalu utichaly, nebylo již třeba mít blok stále po ruce a tak, když se znovu podobná situace objevila, přišlo náhradní řešení – kreslení na ruce, do sešitů, učebnic atd...

V té době jsem netušila, co mandala vlastně představuje. Jen mě tento symbol fascinoval. Byl jednoduchý, geometrický, měl řád a vždy jinou podobu...

Základním tvarem mandaly je kruh. Již odedávna je pro nás kruh nejinteligentnějším vyobrazením absolutna, dokonalosti, jednoty, času a nekonečnosti. Mnozí ho mohou považovat za obyčejný symbol, ale přesto má velkou moc. Objevuje se ve všech náboženstvích, kulturách, přírodě i staletích.

Mandala je symbol, který můžeme vidět všude kolem nás. Můžeme ji vidět jako slunce, zemi, měsíc, květinu, dešťovou kapku, stromový letokruh, kruh na vodní hladině, motýlí křídlo, kruhový labyrint, lapač snů... Záleží jen na naší fantazii...

První tyto symboly shledáváme už v době paleolitu na stěnách jeskyní, objevují se i u staveb starého Egypta a Řecka v podobě labyrintů a pyramid, ale i v románské a gotické architektuře. Zároveň je ale můžeme nalézt i v Africe u domorodých kmenů při obřadech a rituálech nebo v Americe u indiánů, kteří využívali mandaly k rituálům zasvěcovacím.

Mezi nejznámější mandaly světa patří: Tibetské, Indické, Jungovy, Křesťanské, Slovanské, Keltské, Egyptské, Africké a nám asi nejznámější Indiánské. Indiáni využívali mandalu pro komunikaci s duchem, který k nim promlouval prostřednictvím snů. Střed tzv. lapače snů představuje místo spojení mezi námi a duchem, který nám posílá poselství, zachycující se na nitkách kruhového výpletu. Stejně tak ale podle legendy má chránit spícího majitele před zlými sny a duchy, kteří se v síti lapače zachytí a ráno jsou zničeni denním světlem.

Jak je vidět, lidstvo je symbolem kruhu (mandaly) fascinováno již nespočet let, aniž bychom si to zcela uvědomovali. A i přesto, že je zastoupen v mnoha odvětvích, nejvíce si ho spojujeme s procesem meditace.

Samozřejmě již dávno v minulosti sloužily mandaly jako meditační nástroje. A i dnes jsou velmi rozšířené při terapiích. Pomáhají nám zklidnit a koncentrovat svou mysl a tím docílit požadovaného stavu zklidnění a harmonie.

S mandalami se můžeme setkat také v současném výtvarném umění. Např. americký umělec Sanford Biggers čerpá inspiraci z tibetského buddhismu meditace, který následně zahrnuje do svých soch a performancí⁵. Odkazuje na mandalu jako na základ pro nestrukturované „události“, které zahrnují aktivní účast publika.

Za zmínku jistě stojí i americká umělkyně Virginia Fleck, která pro své umění od roku 2002 začala používat post–spotřebitelské plastové sáčky a obaly jako kolážový materiál. Její výsledné mandaly⁶ jsou složitě vytvořená díla, vzniklá pomocí koláží kusů detritu z konzumní společnosti a odhalující krásu jednorázových předmětů, které neustále procházejí našima rukama.

Zastoupení má toto umění ale i u českých autorů. Antonín Galvas, známý především používáním ojedinělé výtvarné techniky – enkaustiky, představuje ve většině svých obrazů tajemný prostor, tvořený z geometrických a přírodních struktur. Celková kompozice vzniká prolínáním několika rovin, a tak motiv obrazu působí jako pohled do snového meditačního prostoru⁷.

Karel Štědrý naopak ve své tvorbě používá známější výtvarné techniky. Před započítím malby vytváří prostorové skici pomocí dětské barevné modelíny. Některá jeho díla jsou však tvořena výhradně z barevné modelíny. Experimentuje s geometrií kruhu, na jehož základě vytváří série mandal⁸.

S ohlédnutím do minulosti bychom mohli jistý způsob meditace shledat i v některých obrazech Františka Kupky, jenž byl příznivcem teozofie, jógy, východní filozofie a mysticismu.

⁵Obrazová příloha č. 5, ⁶Obrazová příloha č. 6

⁷Obrazová příloha č. 7, ⁸Obrazová příloha č. 8

Ve svých dílech využíval jako zdroj umělecké inspirace ponoření se do alternativního stavu vědomí (meditace). Kupka tak dokázal vědomě si vyvolat stav rozšířeného vědomí, které produkovalo nádherné vize, jež se staly jeho nejdůležitějším zdrojem inspirace. Budeme-li si pozorněji prohlížet jeho díla, v mnohých spatříme geometrické tvary připomínající mandaly⁹.

2.3 Meditace, nebo medikace

V životě se setkáme s mnoha situacemi, které budou mimo naši kontrolu a vyvolají v nás strach, jenž často neumíme ovládat. Je však možné převzít stoprocentní zodpovědnost za stav naší vlastní mysli a změnit ho k lepšímu?

Je zřejmé, že nastala doba, kdy je pomoc psychologů a psychiatrů žádána víc než kdy jindy. Ještě před pár lety, když někdo řekl, že k těmto odborníkům dochází, byl většinou hned někým odsouzen a považován za blázna a slabého člověka. Dříve to byla ostuda, dnes by se dalo říct, že je to uznávaná potřeba.

Když vám najednou velmi blízký člověk po pár letech svého trápení oznámí, že začal k těmto odborníkům chodit, je to na jednu stranu pozitivní zpráva. Konečně by mu opravdu mohl někdo pomoci. Na druhou stranu to ve mně vyvolalo strach. Odted každé slovo, které vyslovím nebo napíšu, mu může ublížit.

Není však lehké vždy vážit slova. Proto možná nastal čas začít u sebe, u svých trápení, zklidnit mysl a se vším se snažit vyrovnat. Být v duševní rovnováze. Teď už jen záleží na tom, jakou cestu si zvolit. Meditaci, nebo medikaci?

Medikace samozřejmě nabízí tu lehčí cestu. Jenže když se nechcete svěřovat cizím lidem se svými nejtemnějšími vzpomínkami, pak už zbývají jen dvě možnosti. Zbláznit se nebo meditovat...

⁹Obrazová příloha č. 9

Meditace je velmi problematický pojem. Pokud k ní člověk nemá bližší vztah, dostat se do stavu úplného zastavení mysli je velice obtížné, obzvláště bez víry.

Zatímco buddhistický mnich vnímá meditaci jako cestu k osvobození lidské duše a k pochopení podstaty bytí, křesťanský duchovní ji vnímá zase jako komunikaci s Bohem... Ale co ateisti? Pro umělce by to snad mohla být múza k vytvoření díla, pro nemocného zázračný lék, pro cvičence jógy způsob, jak dosáhnout vnitřní rovnováhy a klidu...

Dostat se do stavu klasické meditace, kdy mysl zcela utichne, se mi na nepatrnou chvíli podařilo jen jednou, za pomoci hudby, klidu a správného dýchání. Ale místo nalezení krásného vnitřního světa mě přepadl strach ze ztráty kontroly nad svým tělem...

Protože existuje nespočet meditací už od dávných dob a je těžké obsáhnout celý jejich význam v krátkém výkladu, popíšu jen krátce ty, které mi utkvěly v paměti a pomohly mi na cestě za svým vlastním způsobem meditace...

Meditace všímavosti má za úkol naučit nás být pozorovatelem, který vnímá své vlastní pocity, emoce, svůj vnitřní i vnější svět bez odsuzování. Díky tomu, že nebudeme soudit to, co prožíváme, získáme dostatečný odstup, který by nám měl přinést nadhled a sebeuvědomění. Měli bychom tak nad sebou získat větší kontrolu a umět zklidnit mysl. Tato meditace přímo navazuje na meditaci v chůzi, kterou lze chůzí praktikovat.

Meditace v chůzi je o trochu obtížnější. Chůze se pro nás stala tak automatickým návykem, že naše mysl je neustále zaměstnaná. Bez přestání hledá způsob, jak se zabavit. Nutí nás stále něco analyzovat, plánovat nebo nad něčím přemýšlet.

Výsledkem této meditace má být zastavení těchto nutkavých myšlenek a soustředění se na přítomný okamžik, ať už se rozhodneme vnímat své nitro, okolí, či pohyb těla...

Poslední a snad pro mě nejtěžší variantou meditace je meditace laskavosti, která v nás má prohloubit vděčnost, laskavost a city, a to nejen k sobě, ale i k ostatním lidem. Měli bychom se díky tomu naučit otevírat své srdce všemu dobrému, co nám lidé i svět dávají, a projevit za to svou vděčnost a následně jim přát jen to nejlepší. Jenže nejde o to přát vše nejlepší jen lidem, které máme rádi, ale i lidem, kteří v nás vyvolávají zlobu a negativní emoce. Tím, že jim budeme přát, bychom se postupně měli se svými emocemi vyrovnat...

3. Vlastní způsob meditace

Nemohu říct, že výše uvedené meditace jsem praktikovala pravidelně. Byly to spíše nepravidelné pokusy posledních měsíců, které se jen občas zdařily. Na druhou stranu mi ale přinesly různé návyky. Jako např. meditace v chůzi...

Pokaždé, když jsem se vydala na cestu, ať už to bylo kamkoliv, měla jsem v mysli zafixováno, že musím žít přítomností – tady a teď. Nic jiného pro mne neexistovalo. A tak jsem díky tomu před necelým rokem došla neplánovaně ke svému vlastnímu způsobu meditace.

Koncem srpna minulého roku, na jeden den u moře, mě opět dostihla jedna nepříjemná životní situace. Abych se vyhnula rodinné krizi a zkaženému výletu, odešla jsem se projít. Místo krásné a neznámé mi hned vnučko myšlenku, že to, co vidím, musím okamžitě zaznamenat¹⁰. Aniž bych si to uvědomila, vnitřní klid jsem našla dříve než obvykle.

Později při zpětném prohlížení galerie v mobilu se mi vrátily vzpomínky a pocit, že zaznamenávat neznámá místa, ale nevyhledávat je mi pomáhá o mnoho víc než jen prostá chůze.

Abych však svou domněnku mohla potvrdit, začala jsem po nocích, kdy už lidé téměř spí a příroda pomalu utichá, objevovat a zaznamenávat ve svém okolí místa, kolem kterých často chodím, ale nikdy jsem se jimi nevydala. Procházky byly neplánované a vždy jim předcházela nějaká životní událost, s kterou se snažím už léta vyrovnat, která se neustále vrací...

¹⁰Obrazová příloha č. 10

3.1 Myšlenky

Marcus Aurelius kdysi řekl: „Duše má barvu myšlenek.“¹¹ Ale co je to vůbec myšlenka? Kde se v nás bere, proč na ni musíme neustále myslet? A proč je pro nás vlastně tak těžké přestat vůbec na něco myslet?

Pokud začneme usilovně pátrat, zjistíme, že odpovědí je nespočet. Základním vysvětlením je, že myšlenka je ucelený akt myšlení. Při delším pátrání se dostaneme k empirickému výzkumu a nakonec si všimneme, že v současné době se myšlenkám přisuzuje mnohem více atributů, než jsme doposud vnímali.

Otázky typu: „Jak myšlenka vypadá? Je hmotná? Má opravdu reálnou sílu přetvořit můj život?“ nám budou nejspíš v hlavě znít stále dokola, než opravdu na vlastní kůži zažijeme jejich moc. I tak nám ale bude trvat, než tomu opravdu uvěříme, protože rozum nám bude říkat: „Byla to jen náhoda!“

Do jisté míry si myšlenky utváříme sami. Zčásti jsou ale tvořeny naším vnímáním okolního světa, prožitky či zkušenostmi. Kolik prostoru jim ve svém životě poskytneme, je ovšem zcela na nás. I pozitivní myšlenku můžeme rozvinout negativně a zase naopak.

Zklidnit mysl a přetvořit temné myšlenky na ty pozitivní byl pro mě dlouholetý proces. A ani teď nebývá jednoduchý, když si uvědomím, že v reakci na temnou myšlenku je nutné rychle najít tu pozitivní, protože právě ona tvoří počátek dalšího dění a směru v mém životě.

Není ale myšlenka jako myšlenka. Je to velice osobní záležitost. Pracovat s myšlenkami se budeme učit celý život, v poslední době snad i proto, že jim mnoho lidí začalo přisuzovat kromě pozitivního či negativního významu také energii, která dokáže nemožné.

¹¹Citát, www.skolaplneniprani.cz

Vědecky se prokázalo, že myšlenka energii skutečně má a pomáhá nám měnit realitu. Mnoho z nás si to ale neumí představit. Vždyť myšlenka přece není hmotná a je jen v naší hlavě. Tak jednoznačné to ale není.

Zní to jednoduše a prostě. Stačí vyslat myšlenku a bude nám dáno. Ale bez emočního náboje jsou to jen slova odeslaná do vzduchoprázdna. Smýšlet pozitivně je mnohem těžší než negativně a přestat občas myslet úplně je obtížné.

Aby moje práce však mohla vůbec započít, tím nejdůležitějším prvním krokem se pro mě stala právě práce s myšlenkami. Jak už jsem v předchozí kapitole naznačila, aniž bych si to uvědomovala, fotografie se pro mě stala nástrojem, jak se s určitými životními situacemi vyrovnat. V té chvíli, kdy jsem ale své první fotografie související s tímto tématem pořizovala, jsem žila v přítomném okamžiku bez myšlenek a vnímala jen krásu kolem sebe.

Ovšem dostat se znovu do tohoto stavu – přítomného okamžiku, s vědomím, že mám omezený čas, kdy musím fotografie pořídit, se zdálo téměř nemožné. Hlavně možná i proto, že jsem nevěděla, jestli znovu tyto životní situace vůbec nastanou. Podvědomě mi ale bylo jasné, že tu se mnou budou celý život...

Ač nakonec těchto situací bohužel/bohudík nastalo víc než dost, možná právě proto, že jsem vysílala myšlenky obsahující strach z jejich možného nedostatku, ne každý pokus oprostít se zcela od všech svých myšlenek byl zdařilý, obzvláště když jsem některé situace nečekaně prožívala přímo při pořizování fotografií...

3.2 Samota

Z názvu by se mohlo zdát, že tato kapitola nebude vyzařovat nic pozitivního, jelikož jsme zvyklí vnímat samotu jako negativní stav. Není ale samota jako samota. Samota a osamocení jsou dva velice rozdílné pojmy.

Zatímco samotu občas potřebuje každý z nás, osamělost už představuje stav, kdy nám začíná chybět blízký kontakt s jinými lidmi. Samota tak na nás začne působit destruktivně. To ale neznamená, že pokud vyjdeme ven do společnosti, budeme se cítit lépe.

Člověk se může cítit sám i v místnosti plné lidí. A to dokonce i když je mezi svými nejbližšími. Jakmile vztahy budou postrádat důvěru, hlubší city a porozumění, začnou postrádat i smysl a u mnohých mohou vyvolat nízkou sebehodnotu, kterou často trpí, což v nich negativní emoce ještě umocní.

Mnoho lidí nedokáže být samo. Neumějí vydržet se svými vlastními myšlenkami, nevědí, čím se mohou zabavit, přepadávají je deprese a úzkosti. Zkrátka a dobře vedle sebe někoho potřebují. Bojí se být sami sebou nebo pátrají po tom, kým vlastně jsou...

V poslední době právě tento stav osamocení prožívá jeden z mých bratrů. A jelikož jsme si nejbližší, i když jsme od sebe daleko, několikahodinové noční hovory či psaní zpráv je u nás skoro na denním pořádku... I když ho ale z celého srdce miluji, občas to nejsou lehké rozhovory. Hlídám si každé slovo, které chci vyslovit, abych mu jím neublížila, a poté si dokola stále v hlavě přehrávám, zda jsem neřekla něco špatného...

Zpětně o tom neustále přemýšlet mi nakonec vnuklo spoustu negativních myšlenek. Což způsobilo, že jsem při dalších hovorech byla podrážděná a těžko jsem uměla hlídat své reakce... Abych se s tím dovedla lépe vyrovnat, začala jsem po našich rozhovorech víc než kdy jindy vyhledávat samotu. Být sama se sebou, nechat myšlenky doma a toulat se po neznámých místech s foťákem v kapse, když město už spí a příroda pomalu utichá, byl můj první impulz k mému novému způsobu meditace...

3.3 Setkání

Následující řádky možná budou připomínat převyprávění amerického filmu, ale bohužel také to, co by v žádném případě neměl nikdo z nás prožít, zažíváme i v reálném životě...

Ať už je člověk svědkem nebo obětí fyzického či psychického násilí, ne-li obou, vždy vzniknou neviditelné rány na duši, které už nikdy nezmizí. Důvěra k lidem se ztrácí, navazování partnerských vztahů představuje neskutečný strach a pocit, že za vše mohu právě „já“, bývá často tak extrémně silný, že v nás dokáže vyvolat ty nejtemnější myšlenky.

Přinejmenším několik let trvá, než se člověk dostane zpět do určitého „normálního života“. Než vše dokáže přijmout a vstřebat, nejlépe i odpustit. Než pochopí, že za to on nemůže a že na světě může být i krásně...

Těžko říct, zda je lepší prožít tyto situace spolu s někým bez odborné pomoci, nebo s odbornou pomocí. Ať už tak, či onak, snad i v tomto případě se najde něco pozitivního...

I když se to však mohlo dít už dávno, podvědomého strachu z odposlouchávání hovorů, čtení zpráv a sledování vaší lokalizace se asi nedá zbavit. Ta myšlenka a zkušenost tu bude vždy. Setkat se s kýmkoliv chcete a mluvit s ním o čemkoliv chcete je velmi obtížné. Ať už je to váš nejbližší, nebo kdokoliv jiný. Svoboda je omezena.

Ač si můžeme myslet, že už nám nic nehrozí, opatrnosti není nikdy dost. Vždy je tu možnost, že se to vrátí. Setkat se tak s někým a mluvit o věcech, o kterých víte, že vám mohou ublížit, bývá velmi stresující. Člověk je paralyzovaný a pocit štěstí, že teď je ta chvíle, kdy mohu s danou osobou alespoň na chvíli být, se vytrácí...

I tak se ale lze na chvíli zastavit, porozhlédnout se kolem sebe a nelézt moment útěchy, který mohu zaznamenat. Moment, který mohu předat dál. Moment, jenž může pomoci dalším lidem na chvíli zapomenout na starosti jejich každodenního života...

3.4 Domov

Dům. Domov. Dvě velice odlišná slova. Zatímco někdo může vlastnit luxusní dům, nemusí pocítit lásku domova. A zase naopak...

Domov je nádherné místo. Kolikrát nepopsatelné slovy. Setkáváme se v něm se svými nejbližšími, s lidmi, kteří nám poskytují zázemí, dávají nám lásku, dodávají odvahu, sebevědomí a pocit štěstí.

Je to ale také výjimečné místo. Provází nás po celý život a ovlivňuje náš pohled na domov budoucí. Nejdůležitější je však pro dítě. Tím, že je zranitelné a bezbranné, je zcela odkázáno na péči svých rodičů. Proto by mu domov měl poskytovat to nejdůležitější – lásku. Bezpečná náruč rodičů, jejich objetí a něžné pohlazení nic nenahradí.

Totéž by se ale dalo říci i o starších lidech, kteří se do tohoto věku vracejí a domov je pro ně velice důležitý.

Slovy mé babičky:

„Moje maminka trpěla duševní nemocí, která jí bránila chovat se jako dobrá máma a vytvářet klidný, laskavý a bezpečný domov.

Proto jsem celý život hledala u cizích lidí pravou mámu a pocit domova a tohle hledání ovlivnilo všechno, co jsem od dětství prožívala, a všechny moje vztahy. Měla jsem ale velké štěstí na dobré lidi a krásná přátelství s nimi. A i když byli všichni většinou o dost starší než já, a proto pozemský život už opustili, jsou tu se mnou i nadále a nepřestávají mi být oporou.

A teď ve stáří, kdy se mi ta někdejší potřeba ještě znásobila, jsem konečně svůj vytoužený domov našla. Dávají mi ho moje děti a jejich rodiny a já jsem nesmírně vděčná (snad Osudu, snad Pánu Bohu nebo jinému úžasnému dárci) nejen za to, že mají všichni krásný vztah ke mně, ale že ho také mají všichni k sobě nevzájem. To je to nejkrásnější, co mě mohlo v životě potkat, a velice si toho vážím.”

Ať už je ale domov sebekrásnější, vždy se stejně najde nějaká bolestivá vzpomínka. I když mé soužití s babičkou je to nejlepší, co mě mohlo v životě potkat, a jsem za to nesmírně vděčná, i přesto bolestné situace občas přicházejí, vzhledem k jejímu věku. Náhlé zdravotní problémy jsou bohužel čím dál tím častější...

Když pak nastávají situace, že jsem doma sama, zatímco babička je hospitalizována v nemocnici a vše na mě padá, začala jsem pro svůj duševní klid zaznamenávat interiér bytu³. Ale moc mi to nepomáhalo...

Jednou při pohledu z okna se mi však vrátily vzpomínky na místa, kudy spolu chodíváme na procházky. Ten pocit jít tou stejnou cestou a vzpomínat na její „hlášky“ byl k nezaplacení. A stejně tak i místa, jež nabízela v noci úplně jiný pohled...

3.5 Vnitřní klid

Občas se stane, že všechny události výše zmíněných podkapitol (samota, setkání, domov) se odehrají v jeden den nebo se spolu během pár dní propojí. V tu chvíli pro mě přichází ta nejtěžší část – najít svůj vnitřní klid.

Kéž by to ovšem bylo tak lehké! Když nastane nepříjemná situace, dostaví se šok, následován pocitem marnosti, vyděšením, s následnou lavinou emocí. Někdy je to vztek, zloba, strach, jindy slzy, někdy vše dohromady. Občas to trvá chvíli, jindy pár hodin či dní. Snažit se na to přestat myslet je nesnadný úkol.

Když šok alespoň trochu pomine, přichází na řadu čas, v němž je třeba dát si od celé situace odstup. Podívat se na ni z nadhledu. Komunikovat a zjistit všechny úhly pohledu, analyzovat a zahodit domněnky a předpoklady. Ty moc rády všechno zabíjejí...

Je třeba myslet na to, že minulost nejde změnit. Budoucnost mohu ovlivnit. Mohu si vybrat, zda jen přežívat, nebo žít. Mohu si vybrat, co chci s ostatními sdílet. Radost, či smutek? Volba je jenom na mně...

Nakonec by se ale dalo říct, že není zcela nutné si vybírat. Když padne tma a lidé se začnou pomalu vracet zpět do svých domovů, okolí utichne a já vycházím ven, inkognito, nikým a ničím nerušená, nikým nesledována, v ten moment nastává čas, kdy mohu plně prožívat své emoce a ventilovat je. Procházet se tmou, zaznamenávat nová místa, která ve mně vyvolávají klid a vnitřní rovnováhu. Zahledět se na ně a na chvíli zapomenout na všechny těžkosti a strasti...

Výsledné fotografie jsou tak sice pořízeny skrz negativní emoce, ale nakonec budou předány jako pozitivní meditační zážitek. Někdy se mi sice stalo, že emocí bylo až příliš, a tak ve výsledku žádná z fotografií nebyla použitelná¹², ale bez toho by to nebyl ten správný proces, který je třeba k tomu, aby dané fotografie mohly opravdu předat tu správnou atmosféru, to správné poselství...

3.6 Bludný kruh

Meditace není lehký proces. Zklidnit zcela svou mysl v dnešním uspěchaném světě je nelehký úkol. Přesto je to však vývoj, který se pro mě stal v poslední době nepostradatelným.

Když se vrátím o cca jedenáct let zpět, žila jsem dlouho v bludném kruhu. Každý den byl stejný. Několik let po sobě. Neustále se opakoval, měnily se jen drobnosti či bezvýznamné události. Člověku se pak už nechce ani žít, v tu chvíli to nemá žádný smysl. I když se snaží, změna nepřichází...

Myšlenky nás neustále nutí vracet se ke všemu, co se nám nepovedlo. Znovu a znovu si v hlavě přehráváme, co se nám nepodařilo, a jsme bohužel schopni si tak zopakovat zraňující či stresující situace. Analyzujeme je stále dokola, čímž si jen ubližujeme, protože se nám daří vracet se k černým myšlenkám stále hlouběji a hlouběji. Při setkání s nimi však nedojde ke katarzi. Naopak se nám podaří jen celý proces zopakovat.

Neustálý stres a psychické vyčerpání mě doprovázely na všech cestách. Nebylo od nich úniku. Následkem stresu přišla nevyrovnanost v organismu, která spustila nemoc a tak to šlo stále dokola... Žít v takovémto stavu dlouhé roky bylo nesmírně vyčerpávající. Kéž bych už v té době přišla na způsob, jak meditovat!

¹²Obrazová příloha č. 11

Popravdě ani nevím, jak jsem se z tohoto stavu nakonec dostala. Pamatuji si jen radost okolí ze štěstí, které ze mne údajně vyzařovalo. Konečně jsem přestala ubližovat sama sobě, ale hlavně svému okolí. Možná za to mohla změna prostředí, možná nová myšlenka, zkušenost, uvědomění si... Kdo ví...

Nicméně, i když jsem si za poslední měsíce našla vlastní způsob meditace a naučila jsem se ho alespoň trochu praktikovat, neznamená to, že bych už bludný kruh od té doby nezažila. Stále je tu se mnou po mém boku a umí o sobě dát velmi dobře vědět. Výhodou však je, že než se uzavře, stihnu z něj utéct...

3.7 Zpět k vlastnímu způsobu meditace

Už dlouhé měsíce jsem se necítila tak dobře jako právě teď. Dříve jsem jen čekala, až mé pocity vlivem výše zmíněných situací samy odezní. Někdy se stačilo jen někomu svěřit a jeho zpětná vazba mi přinesla uvědomění si, že svět není zas tak zlý, jak se na první pohled může zdát, jindy mi ale nestačilo ani pár dní, aby negativní myšlenky odezněly.

Vše má nakonec asi svůj čas. Vše přijde v tu pravou chvíli. A možná také důvod být tu oporou pro někoho, kdo nás opravdu potřebuje, je důležitý podnět k tomu, abychom se začali starat také o sebe, nejen o druhé, i když nám to může připadat sobecké...

4. Cíl práce

Jak jsem již uváděla výše, má práce představuje více cílů, které jsem chtěla propojit. Není to pouze o předání „pomoci“ divákům, ale také o pomoci sama sobě.

Prvním cílem bylo nalézt téma, jež mi bude přínosem. A i když jsem k tomuto tématu došla až po dlouhé době a ještě k tomu neúmyslně, byl to značný přínos nejen pro mou osobnost, ale myslím, že i pro mou tvorbu.

Po uvědomění si, jakým tématem se chci zabývat, se dalším důležitým krokem stala meditace. Bez ní by tato práce nemohla vůbec započít. Naučit se alespoň nějaké její základy byl stěžejní úkol. A pak je praktikovat v tom největším emočním rozpoložení.

Ani ne tak úplně cílem jako spíš zbožným přáním pro mě bylo dosáhnout konečně fotografií, které budou hned po prvním vyfocení „dokonalé/jednoduché“ a nebude třeba dalších složitých úprav, abych s nimi byla spokojena.

Troufám si říct, že cíle, které jsem si v této práci stanovila pro svůj osobní rozvoj, se naplnily. Sama sobě jsem si dokázala pomoci... Našla jsem svůj vnitřní klid. Pochopila jsem, že i když zrovna prožívám bolest, mohu ji přetvořit v něco pozitivního, co by mohlo snad alespoň na chvíli pomoci i ostatním, ne jenom mně. Hlavním cílem této práce je tedy předat tuto „pomoc/atmosféru“ i divákovi.

Výsledná výstava fotografií by tak měla navodit klidné prostředí, které jsem zažívala při fotografování. Tma a hudba v pozadí, která představuje večerní přírodu, by měla vytvořit příjemnou atmosféru, vyvolat v člověku pocit klidu, kdy den je u konce a my se můžeme po náročném dni na chvíli zastavit, vydech-

nout a vnímat jen krásu kolem sebe. Možná pro někoho bude mít tato výstava meditační účinky, tak jako pro mě, možná někomu nabídne jen chvíli klidu či zbavení se stresu. Tak či onak, pokud tato výstava s atmosférou, kterou chci předat, komukoliv a jakkoliv pomůže, cíl mé práce bude naplněn.

5. Proces přípravy

Jakým způsobem a proč fotografie vznikaly, jsem popsala již v předchozích kapitolách. A jelikož cílem mé práce je předat divákovi určitou atmosféru, která v něm vzbudí pocit klidu a pohody a pomůže mu tak od každodenního stresu a starostí, bylo především nutné vymyslet, jak toho dosáhnout.

Atmosféra, v níž jsem se pohybovala a fotografovala neznámá místa svého okolí, představovala pozdní večery, někdy i hlubokou noc. A jelikož bydlím v okolí lesa, luk a polí, bylo v tuto noční dobu slyšet už jen tiché zvuky přírody, která se pomalu chystala ke spánku.

Přenést tyto zvuky do výstavy nebylo zas tak složité. Hudební internetové banky jsou plné těchto zvukových stop¹³. Pocit, že je noc, se vyřeší jednoduchým stisknutím vypínače. Ale jak v tomto případě prezentovat fotografie, aby ve tmě nezanikly?

Vytisknout fotografie a následně je nasvítit se zprvu jevilo jako nejjednodušší řešení. Problém však nastal v tom, že pořízené fotky jsou převážně jen černobílé a čistě černá barva ve většině případů v nich zabírá velké množství plochy. A to byl kámen úrazu.

Dosáhnout čistě černé plochy, bez přechodů, je nelehký úkol. Obávala jsem se, že i kdybych fotografie vytiskla sebelíp, vytouženého kontrastu nemohu v žádném případě dosáhnout. Buď by byl až moc kontrastní, nebo přepálený. Atmosféra míst, kterou mají fotografie vyzařovat, by tak zcela zanikla. Navíc světlo by na ně mohlo házet pod různým úhlem pohledu odlesky.

¹³Zvuková stopa z internetového zdroje

Po dlouhém přemýšlení a bádání jsem si vzpomněla, že jednou jsem už podobný problém řešila. Nešlo sice v té době o problematiku černé barvy, ale o přenos světla, jeho atmosféry, která v tisku nikdy nevycházela podle mých představ. Tehdy jsem se v bakalářském studiu zabývala semestrální prací s názvem Akt¹⁴.

Pro výše zmíněnou problematiku jsem před pár lety použila tzv. světelný klap-rám¹⁵. Jednoduše řečeno šlo o rám, který byl rovnoměrně podsvícený led světlem a díky tomu, že se dal otevřít, se do něj fotografie jednoduše umísťovaly a tlak při zacvaknutí rámu zabránil jejich posunu. Což pro mě bylo dost zásadní, jelikož jsem k požadované atmosféře světla docházela vrstvením transparentních fólií, na které byly fotografie vytištěny.

Při téhle vzpomínce mi spadl velký kámen ze srdce. Konečně mi svítla naděje, že se mi má práce opravdu podaří. Vyhráno však ještě nebylo. Zkušenost jsem zatím měla jen s barevnými fotografiemi, jak ale bude vypadat černobílá fotografie na transparentní fólii s vysokým kontrastem, jsem netušila.

Dala jsem si tedy zhotovit pár zkušebních tisků a umístila jsem fotografie do rámu. Samozřejmě chvíli trvalo, než jsem přišla na ideální řešení – nejprve jsem musela do rámu umístit lesklý bílý papír, vyšší gramáže, který neměl viditelnou strukturu papíru, aby trochu ztlumil intenzitu ledkového osvětlení, a následně jsem už jen vrstvila fólie, abych dosáhla požadovaného kontrastu...

Kupodivu to fungovalo! Toto řešení¹⁶ bylo naprosto ideální! Kontrast černé byl přesně takový, jak jsem si ho představovala, vytištěná fotografie nabízela stejný pohled jako na digitálním zařízení (možná ještě hezčí) a atmosféra daného místa byla nepopsatelná.

¹⁴Obrazová příloha č. 12, ¹⁵Obrazová příloha č. 13

¹⁶Obrazová příloha č. 14

Člověk by se ale neměl radovat předčasně... Když jsem podle faktury¹⁷ začala pátrat po těchto rámech, jelikož jsem měla jen dva a potřebovala jsem jich ještě osmnáct, došla jsem k nemilému zjištění. Před třemi lety tento rám o velikosti A4 stál 248 Kč. Nyní je jeho cena 2 549 Kč bez DPH, s DPH 3 085 Kč. Samozřejmě jsem prohledala internet skrz naskrz, zda neexistuje i levnější varianta, ale bohužel nejlevnější rám byl včetně DPH za 2 250 Kč. Při takovémto množství, ač s množstevní slevou, se celková částka za rámy pohybuje v rozmezí 36 450 – 50 000 Kč. Tehdy tak na povrch vyplula otázka: *„Vyplatí se do ráků investovat, nebo by se dala vyrobit levnější varianta?“*

¹⁷Obrazová příloha č. 15

6. Proces tvorby

Jelikož se světelný rám ukázal jako nejideálnější řešení, nechtěla jsem se ho za žádnou cenu vzdát. Na internetu jsem si proto vyhledala videa, kde si lidé sestavují z domácích potřeb podsvícené desky na obkreslování, abych měla nějakou inspiraci, jak by se dal takový rám levněji vyrobit...

Ač jsem měla v hlavě představu, co vše k tomu teoreticky potřebuji sehnat, vždy jsem šla do obchodů tak trochu naslepo. Internet občas nenabízí úplně všechen sortiment.

První můj nákup byl zřejmý. Sehnat rám a led pásek. RIBBA rám z Ikei se jevil jako ideální. Měl dostatečnou hloubku na to, aby se do něj vešlo několik vrstev fólií, bílý papír a aby led pásek, který bude nalepen po obvodu obrazu, měl od fotografií dostatečný odstup kvůli vyzařování tepla. Protože jsem ale žila v domněnání, že existují jen RGB pásky, je asi zřejmé, jak úspěšně tento nákup dopadl.

Další den jsem začala mít pochybnosti, zda pořízení RGB¹⁸ led pásku byla správná volba. Jednak k dosažení bílé jsem se přes ovladač proklikávala snad několik let a ani tak jsem čistě bílého světla nikdy nedosáhla. Navíc protože pásek byl v balení po 5 m a do jednoho rámu stačilo umístit jen 1 m, po přestřižení by zbylé kusy pásku neměly žádný zdroj. Proto, než jsem se pustila do jeho zkracování, kontaktovala jsem manžela mé sestřenice, který se v programování a různých elektrotechnických věcech vyzná, s dotazem, zda tento pásek pro mé účely lze použít. No samozřejmě, že ne!!!

Jak to ale bývá, vše zlé je pro něco dobré. Můj dotaz mu natolik začal vrtat hlavou, až se do této problematiky úplně ponořil a pomohl mi nakonec dosáhnout vytouženého výsledku. Ale to už zase předbívám...

¹⁸Obrazová příloha č. 16

Rám byl ideální, ten už se řešit nemusel. To nejdůležitější nám ale stále chybělo – led pásek. Najednou se nabízela spousta variant, když nešlo o RGB pásek, ale jen o čistě bílý. Nejen že byl větší výběr bílé: teplá bílá, denní bílá, studená bílá nebo svítivost 11000K, jako mělo led podsvícení klaprámu, ale také např. počet diod na metr.

Počet diod na metr nám byl hned ze začátku zřejmý. Abychom dosáhli co nejrozprostřenějšího světla v délce 1 metru a aby diody nebyly skrz fotky zřetelné, potřebovali jsme koupit pásek, kde bude velký počet diod blízko u sebe. Sto dvacet diod na metr byla tedy jasná volba a nemuseli jsme v tomhle ohledu dále experimentovat.

Zásadní pokusy však nastaly s barvou podsvícení a rozmístění pásku¹⁹, aby světlo bylo správně rozprostřené. Po třech různých variantách umístění pásku se jako nejlepší jevila původní varianta, tedy vést diody po obvodu rámu. A z variant bílých nejlépe působila studená bílá. Tím ale experimentování neskončilo. Teď bylo nutné vyrobit dokonalý rám – dokonalou konstrukci, dokonale rozptýlit světlo, připevnit nějak navrstvené fotografie, aby se neposunovaly, a vyřešit problém, aby nebylo skrze fotografie vidět led diody a aby vzadu neprosvítilo světlo ven.

Postup byl následující. Nejprve jsem z obrazu odstranila klipy, abych získala prostor pro konstrukci a mohla je ještě v závěru použít. Dále jsem malými kousky oboustranné lepicí pásky, tam kde plexisklo přesahuje vnitřní rám (6 mm), přilepovala a vrstvila na sebe transparentní fólie, abych dosáhla požadovaného kontrastu (3 fólie) a také toho, aby se fotografie neposouvaly.

¹⁹Obrazová příloha č. 17

Abych dosáhla co nejlepšího rozptylu světla, bylo nutné najít vhodnou bílou fólii. Ideální možností se nakonec stala matná bílá fólie do oken. Jiné možnosti, jako např. použití bílého papíru nebo nalepení samolepicí matné bílé fólie na transparentní ubrus nepřicházely v úvahu. Buď byla vidět struktura papíru, nebo prosvítaly skvrny z lepidla. Jiné matné bílé fólie, které jsou např. vhodné i pro tisk, jsem bohužel nesehnala v malonákladovém počtu k vyzkoušení a investice do jejich většího počtu byla nepříjemně vysoká...

Dále bylo potřeba vymyslet nějakou konstrukci, na kterou budu moci přilepit led pásek, jelikož jsem potřebovala, aby zadní deska rámu byla ve stejné rovině jako zadní část rámu, kvůli tomu, abych mohla zabránit zadnímu prosvítání. Také bylo důležité vypočítat šířku této konstrukce, protože zadní deska by jinak propadávala do obrazu.

Konstrukci jsem nakonec vyrobila z kartonů na leporelo. Díky tvrdosti kartonu se konstrukce neprohýbá a vytváří dostatečný prostor (výška 2,3 mm) mezi led páskem a fotografií. Spojením vždy dvou kusů k sobě jsem vytvořila ideální šířku (4 mm) pro položení zadní desky. Pro jistotu je konstrukce v rozích zpevněna neprůsvitnou černou izolační lepicí páskou a oboustrannou lepicí páskou je přichycena po obvodu vnitřního rámu. Na konstrukci je pak po obvodu přilepen led pásek.

Jelikož je zadní deska dřevovláknitá, bylo ještě nutné na ni umístit něco, co by světlo dobře odráželo a rozptylovalo. Fólie, kterou jsem použila na začátku výroby, byla příliš průsvitná²⁰, a tak strukturu dřeva bylo vidět skrze fotografie. Použití již výše zmíněné samolepicí matné fólie, kterou jsem na zadní desku lepila bez podkladu i s podkladem transparentního ubrusu, mělo podobný účinek.

²⁰Obrazová příloha č. 18

Tentokrát nebyla vidět přímo struktura dřeva, ale nerovnosti desky. Dále přicházel v úvahu alobal. Ale výsledek byl opět téměř stejný. Tentokrát byly vidět jeho nerovnosti, hladkého povrchu se mi za žádnou cenu nepodařilo dosáhnout.

Nakonec se dokonalým řešením stal bílý lesklý papír o vyšší gramáži, používaný do laserových tiskáren. Je hladký, struktura papíru není znatelná a papír dobře odráží i rozptyluje světlo. K desce je připevněn opět již několikrát zmiňovanou oboustrannou lepicí páskou.

Tato složitá konstrukce je nakonec zapečetěna dvěma způsoby. Zaprvé jsem do zadní části rámu zatkloukla klipy, které jsem na začátku odstranila. Tak zadní deska dokonale přiléhá ke kartonové konstrukci, která díky tomu mírným tlakem působí na fólie, a proto by se v žádném případě neměly posouvat. A zadruhé je tato deska spojena s rámem černou izolační neprůsvitnou páskou, což zabraňuje proniknutí světla ven.

Z každého rámu vede drát, který je napojen do stmívače a ten do zdroje. Stmívač je u všech fotografií použit proto, že bez ztlumení světla je intenzita led diod velmi silná. Díky stmívači mohu nastavit u každé fotografie požadovanou intenzitu světla a tak mohu dosáhnout téměř totožné atmosféry, jakou jsem při pořizování těchto fotografií zažívala...

7. Technologická specifiká

Noční fotografie jsou pořízeny různými digitálními přístroji. Většina byla fotografována na mobilní telefon (Xiaomi Redmi Note 8 Pro, s rozlišením fotoaparátu 64 Mpix), a to především proto, že jsem ho měla stále po ruce a že mé meditační procházky byly ve většině případů neplánované. Zbylé fotografie jsem pak pořizovala prostřednictvím Leicy Q, díky které vznikly i barevné fotografie. Těch totiž nebylo možné s mobilním telefonem dosáhnout kvůli jeho špatnému barevnému rozlišení ve večerních podmínkách...

Pro lepší orientaci, z čeho se skládá světelný rám, ho popíšu raději jen v bodech:

- černý rám + plexisklo (21 × 30 cm)²¹
- tři transparentní fólie o velikosti A4, na nichž je vytištěna stejná fotografie (*tím docílím požadovaného kontrastu*)²²
- tři statické matné bílé fólie (celkový rozměr 21,4 × 30,4 cm)²³ (*jejich počet vrstev zajišťuje, že není skrz fotografii vidět led diody*)
- vnitřní konstrukce z kartonu²⁴ (*tloušťka 4 mm, výška 2,6 mm, celkový rozměr 21,4 × 30,4 cm*)
- 1 m led pásku, který je po obvodu nalepen na konstrukci z kartonu²⁵ (*obsahuje 120 diod na metr – LED čipy San'an mají životnost až 50 000 h a nízkou spotřebu, barevná varianta: studená bílá s teplotou 6000K, šířka pásku – 8 mm, výška pásku – 2,4 mm, samolepicí, pásek je umístěn 1,4 cm od bílé fólie a 4 mm od zadní desky*)

²¹Obrazová příloha č. 19, ²²Obrazová příloha č. 20

²³Obrazová příloha č. 21, ²⁴Obrazová příloha č. 22, ²⁵Obrazová příloha č. 23

- zadní deska + bílý matný papír (o gramáži 200 g/m²)²⁶, který je na ni z vnitřní strany přilepen (*deska je připevněna klipsy, zatlučenými do zadní části rámu, a přelepena černou izolační páskou, aby nedocházelo k úniku světla z obrazu*)
- černý kabel²⁷ (*dvoužilový plochý vodič s laněným měděným jádrem, izolace z černého PVC, 2 × 0,5 mm², z každého obrazu vedou 3 m kabelu, které jsou spájeny k 1 m led pásku*) – kabel lze kdykoliv zkrátit
- černý DC konektor se svorkovnicí „samice“²⁸ (*drát je připojen do svorkovnice, přes kterou se připojí stmívač*)
- LED černý stmívač 1 kanál, s manuálním ovládním²⁹
- LED černý zdroj zásuvkový (12V, 12W)³⁰

**Všechny tyto komponenty jsou použity na každý rám, kterých je celkem 22 kusů. Fotografie, které jsou prezentovány ve finální sérii, musely být vzhledem k jejich jiné velikosti upraveny na formát rámu A4. Změny jsou však minimální.*

²⁶Obrazová příloha č. 24, ²⁷Obrazová příloha č. 25

²⁸Obrazová příloha č. 26, ²⁹Obrazová příloha č. 27, ³⁰Obrazová příloha č. 28

8. Popis díla

Nejspíš se budu trochu opakovat, ale lépe to bohužel neumím vyjádřit...

V této práci se zabývám tématem osobní meditace, díky které našla svůj vnitřní klid a vyrovnanost. Během ní jsem si uvědomila, že i když zrovna prožívám různé bolestné životní situace, mohu je přetvořit v něco pozitivního, co by mohlo snad alespoň na chvíli pomoci i ostatním, ne jenom mně. Nejdůležitějším cílem tak pro mě je, abych dokázala tuto „pomoc/atmosféru“ předat i divákovi.

Výsledná výstava fotografií bude prezentována v „naprosté“ tmě a fotografie budou umístěny ve světelných rámech. Tma a hudba v pozadí, představující večerní přírodu, do které se při focení ráda zaposlouchávám, jelikož fotím své blízké okolí a má bydliště se nacházejí u lesů, luk a polí, by měly vytvořit příjemnou atmosféru, vyvolat v člověku pocit klidu, kdy den je u konce a my se můžeme po náročném dni na chvíli zastavit, vydechnout a vnímat jen krásu kolem sebe.

Dále už bude záležet jen na samotném divákovi, jak moc se dokáže od okolního světa odpoutat. Možná pro někoho bude mít tato výstava meditační účinky, tak jako pro mě, možná někomu nabídne jen chvilku klidu či zbavení se stresu... Ať už to ale dopadne jakkoliv, pokud tato výstava s danou atmosférou, kterou chci předat, komukoliv a jakkoliv pomůže, cíl mé práce bude naplněn...

9. Závěr

Myslím, že vše důležité už řečeno bylo a není nutné se opakovat. Jediné, co bych snad ještě chtěla na závěr dodat, je mé poznání z této práce...

Evidentně je někdy nejlepší nechat všemu volný průběh, netlačit tzv. na pilu a nebát se podělit se o své pocity a emoce. Tato závěrečná práce mi přinesla celkem vše, čeho jsem vždy chtěla prostřednictvím fotografie docílit: přeměnit negativní pocity na pozitivní zážitek, určitým způsobem skrze fotografii někomu „pomoci“, předat atmosféru a zabývat se jejím prezentováním v širším slova smyslu než jen tiskem na papír.

Nejspíš za pár let, až získám odstup, mé nadšení pomine. Nicméně mě těší, že i když nepřicházím s ničím inovativním, mám pocit, že je to jeden z mých nejzdařilejších projektů za celé roky studia.

Nejvíc jsem však vděčná za to, že mi tato práce poskytla obohacující osobní rozvoj, kterým se třeba ve své tvorbě budu během následujících let i nadále zabývat.

10. Seznam použitých zdrojů

1. Knižní zdroje:

- SONTAG, Susan. O fotografii. Paseka, Barrister & Principal, 2002. ISBN 80-7185-471-9.
- BARTHES, Roland. Světla komora - Poznámka k fotografii. Fra (Agite/Fra), 2009. ISBN 80-86603-28-8.
- FLUSSER, Vilém. Za filosofii fotografie. Fra, 2013. ISBN 978-80-86603-79-7.
- BERGER, John. O pohledu. Fra (Agite/Fra), 2009. ISBN 978-80-86603-81-0.

2. Hudební zdroje:

- Zvuková stopa. Spring_Day_Forest- jarný deň v lese. Dostupná z: https://pcprofisro-my.sharepoint.com/personal/baloga_interaktivnaskola_sk/_layouts/15/download.aspx?guestaccesstoken=xf1KnCS3C%2bLcxguGh-V%2f50BEpdhtdMGxAr1Vc%2bkryeBs%3d&docid=0c5291147cb554773b-74f3656023f19e3&rev=1

3. Internetové zdroje:

- <https://cs.wikipedia.org/wiki/Mandala>
- Citát slavné osobnosti z článku. Dostupný z: <https://www.skolaplneniprani.cz/2020/04/29/sila-myslenky-sila-nasich-prani/>

4. Obrazové přílohy:

- https://news.emory.edu/stories/2012/02/er_contemporary_mandala_lectures/campus.html (příloha č. 5)
- <https://erinwilliamsondesign.com/design-crisis/tag/virginia+fleck> (příloha č. 6)
- <https://www.knizecidvur.cz/autor/gavlas-antonin> (příloha č. 7)
- <https://www.www-kulturaok-eu.cz/news/the-very-best-of-karel-stedry-aneb-toy-machine-ci-zelena-hneda-ruzova-modra-tyjo-barvy-ty-radi-mame/> (příloha č. 8)
- <https://www.franceculture.fr/emissions/la-grande-table-1ere-partie/kupka-abstraction-faute> (příloha č. 9)

11. Resumé

In my master's thesis I deal with the topic of personal meditation, thanks to which I found my inner peace and serenity. I understood that even though I was in pain, I could use it to create something positive that might help others, not just me, at least for a while. The main goal of this work is to pass this „help/atmosphere“ on to the viewer.

The resulting exhibition of photographs should create a calm environment that I experienced during photographing. The darkness and background music, which represents the evening nature, should create a pleasant atmosphere and evoke a feeling of calm when the day is over and we can stop for a while, breathe and perceive only the beauty around us. Here, it only depends on the viewer how much he can disconnect from the world around him. Maybe this exhibition will have meditative effects for someone, just like for me, or maybe it will offer someone just a moment of peace or a relief from stress ...

12. Seznam příloh

Příloha č. 1, Fotografie z mé bakalářské práce ŽENA

Příloha č. 2, Fotografie z mé semestrální práce na téma Tematizace času

Příloha č. 3, Semestrální práce – světelná instalace ŽENY (2019)

Příloha č. 4, První „meditační“ fotografie (2021)

Příloha č. 5, Sanford Biggers – Moderní Mandala

Příloha č. 6, Virginia Fleck – Mandala

Příloha č. 7, Gavlas Antonín – Enkaustika

Příloha č. 8, Karel Štědrý – The very best of Karel Štědrý

Příloha č. 9, František Kupka – „Autour d'un point“

Příloha č. 10, První „meditační“ fotografie

Příloha č. 11, Nevydařená fotografie

Příloha č. 12, Klauzurní práce – Akt (2019)

Příloha č. 13, Světelný klaprám

Příloha č. 14, Světelný klaprám s černobílými fotografiemi

Příloha č. 15, Faktura (2019)

Příloha č. 16, RGB pásek

Příloha č. 17, Led pásy

Příloha č. 18, Bílá statická fólie

Příloha č. 19, Černý rám

Příloha č. 20, Transparentní fólie

Příloha č. 21, Statická matná bílá fólie

Příloha č. 22, Vnitřní konstrukce z kartonu

Příloha č. 23, LED pásek

Příloha č. 24, Bílý matný papír

Příloha č. 25, Černý kabel

Příloha č. 26, DC konektor se svorkovnicí

Příloha č. 27, Stmívač

Příloha č. 28, Zdroj

Příloha č. 1



Fotografie z mé bakalářské práce ŽENA (fotografie má výtvarnou hodnotu)

Příloha č. 2 (ukázka fotografií z mé semestrální práce na téma Tematizace času)



Mlha

Kéž bych si znovu mohla dát její úžasné jídlo, které nám skoro každý druhý víkend připravovala. Bohužel postupná ztráta zraku a paměti jí to už neumožňuje...



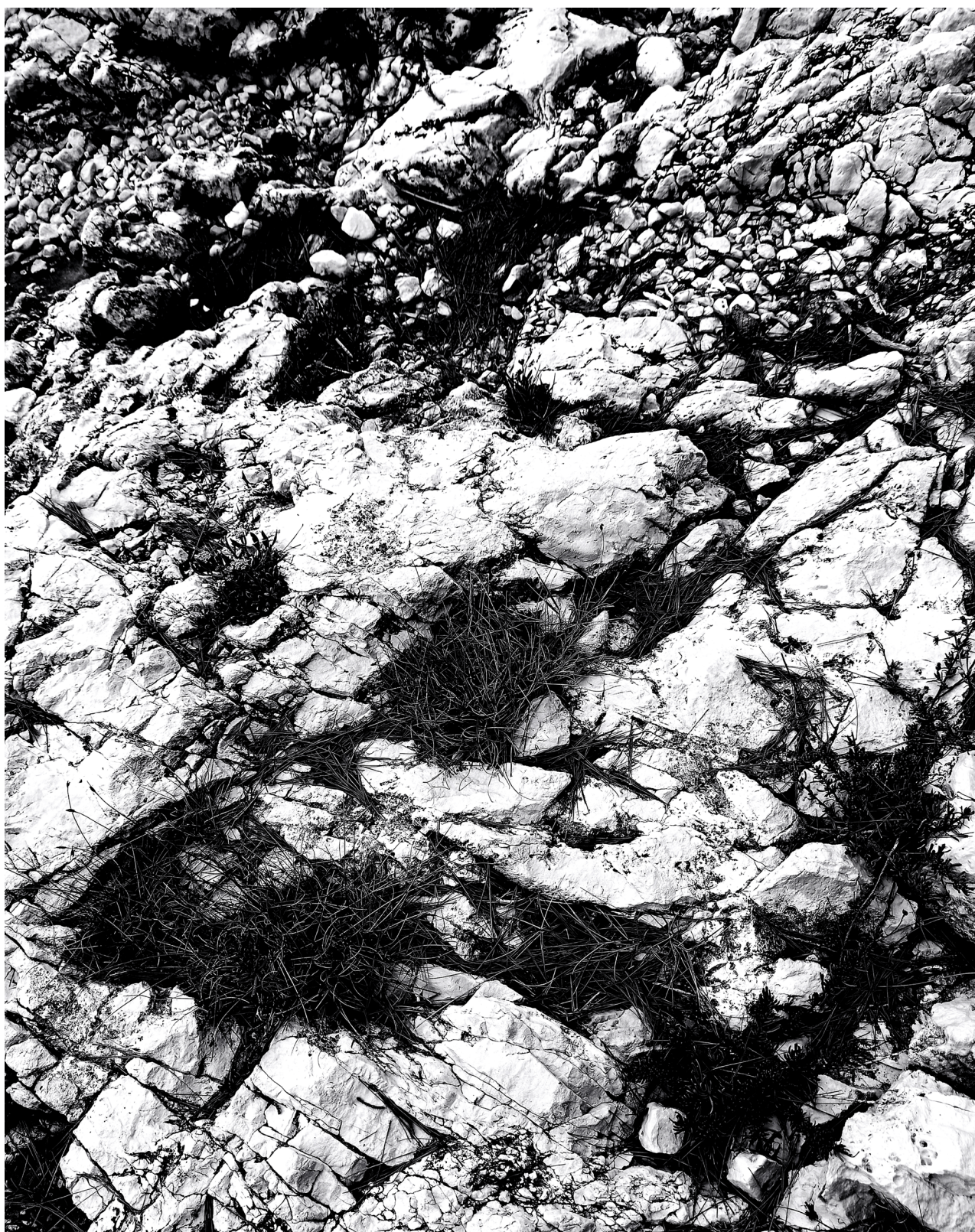
Ticho

Gramofonové desky – naše společná vášeň. Tak dlouho jsme plánovaly nákup nového gramofonu, že jsme ani nezaznamenaly, jak její svět kolem pomalu utichá...



Světelná instalace semestrální práce ŽENA (2019)

Příloha č. 4



Jedna z prvních fotografií, kdy jsem prožívala bolest (2021).

Příloha č. 5



Sanford Biggers – podlaha z mandaly („Mandala B-Bódhisattvy II“)

(https://news.emory.edu/stories/2012/02/er_contemporary_mandala_lectures/campus.html)



Virginia Fleck – mandala „BUYMORE”

(<https://erinwilliamsondesign.com/design-crisis/tag/virginia+fleck>)



Virginia Fleck – mandala „BUYMORE” (detail)

(<https://erinwilliamsondesign.com/design-crisis/tag/virginia+fleck>)

Příloha č. 7



Gavlas Antonín – Obraz z výstavy v Hluboká nad Vltavou (2005)

(<https://www.knizecidvur.cz/autor/gavlas-antonin>)

Příloha č. 8



Karel Štědrý – Výstava – The very best of Karel Štědrý

(<https://www.www-kulturaok-eu.cz/news/the-very-best-of-karel-stedry-aneb-toy-machine-ci-zele-na-hneda-ruzova-modra-tyjo-barvy-ty-radi-mame/>)



František Kupka – „Autour d’un point”

(<https://www.franceculture.fr/emissions/la-grande-table-1ere-partie/kupka-abstraction-faite>)

Příloha č. 10



Má první „meditační“ fotografie

Příloha č. 11

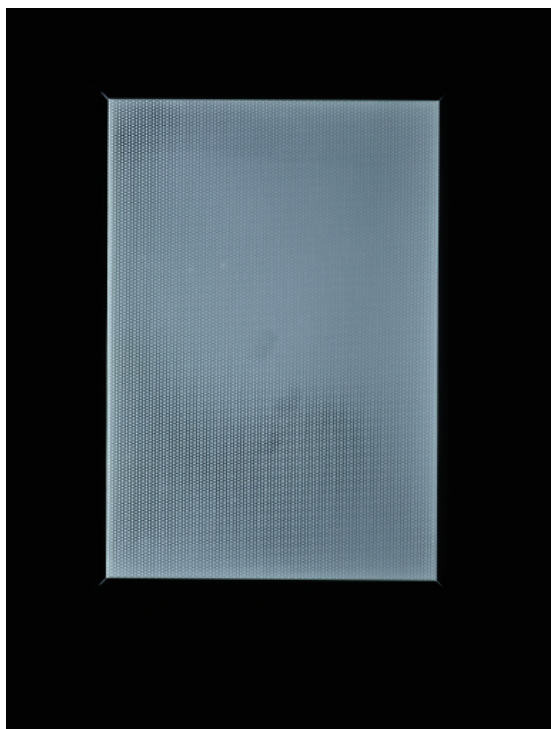


Nevydařená fotografie během meditace

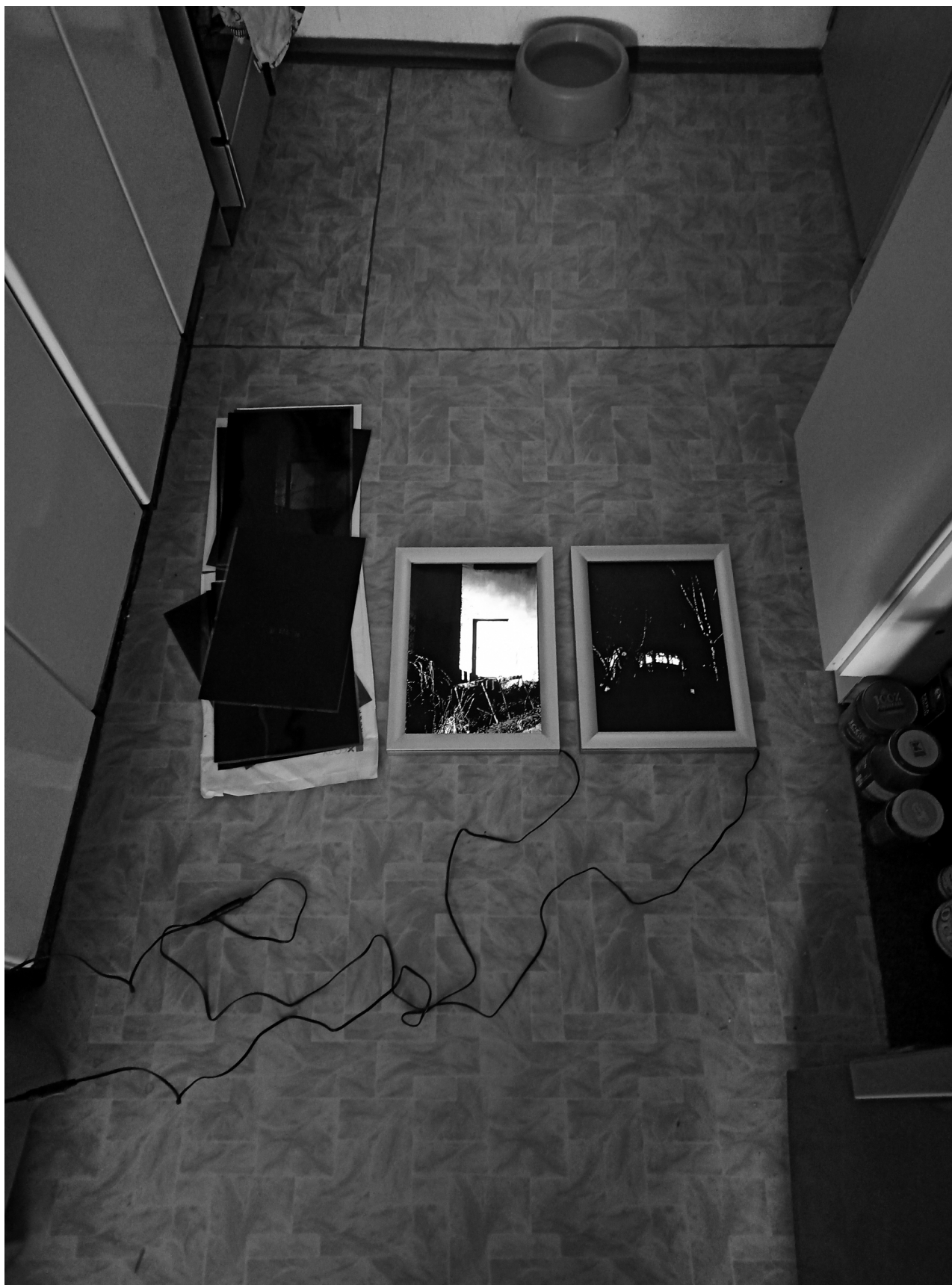


Fotografie ze série klauzurní práce – Akt (2019)

Příloha č. 13



Světelný klaprám



Světelný klaprám s černobílými fotografiemi při denním světle



Světelný klaprám s černobílými fotografiemi ve tmě

Příloha č. 15

	07	Variabilní symbol:	92100629
		Forma úhrady:	Platba kartou
		Datum splatnosti:	25.01.2019
		Datum vystavení dokladu:	25.01.2019
		Datum uskutečnění zdanitelného plnění:	25.01.2019

Číslo objednávky	Datum objednávky	Zakázka číslo	Zakázku vystavil
38664	24.01.2019	19OTWW0100000455	Barbora Zilcherová

Dodací list: 19DL020100000792	Ze dne: 25.01.2019	Dodací závod: SB	Objednávka: 19OTWW0100000455 38664
--------------------------------------	---------------------------	-------------------------	---

Číslo	Ean	Název	DPH %	Cena/MJ	Množství	MJ	Celkem
PLEDA4DOT11000	8595578354843	PLEDA4 - posterlight slim, DIN A4, DOTPRINT 11000K	21,0	248,18	2,00	KS	496,36 Kč
60-001		transport	21,0	120,00	1,00	-	120,00 Kč

Celkem za dodací list: 616,36 Kč

DPH - DAŇOVÝ DOKLAD	Kód DPH	Sazba	Základ	Daň
	PTN21	21,0 %	616,36 Kč	129,50 Kč
			616,36 Kč	129,50 Kč

Celkem bez DPH: 616,36 Kč

Celkem DPH: 129,50 Kč

Zaokrouhlení: 0,04 Kč

Záloha: 0,00 Kč

Uhrazeno: 745,90 Kč

K úhradě: ,00 Kč

Účtenka EET: 19JD001000000000104 | Datum: 25.01.2019 07:12:33 | Tržba: 745,90 Kč | DIČ: CZ64574822 | Provozovna: 11 | Pokladna: HLPOK
 Režim: Běžný | FIK: 240701c6-ce53-431c-a11a-1c982807b86a-06 | BKP: 24518afd-2122997b-8fa12b6d-ebf58a03-bdd08a32

Ke dni 25.01.2019 dluží Vaše společnost po lhůtě splatnosti 0,00 Kč

Sídlo společnosti: Přestanov 5, Přestanov, 40317	B. spojení CZK: UniCredit Bank Czech Republic, a. s. Na Příkopě 858/20, 111 21 Praha 1	Vytvořil/a: IMPLEMENTÁTOR
www.jansen-display.com IČ: 64574822	Číslo účtu: 1002747938/2700	
info@jansen-display.com DIČ: CZ64574822	Registr. u KOS Ústí nad Labem, odd. C, vložka 24259	

Strana 1/1



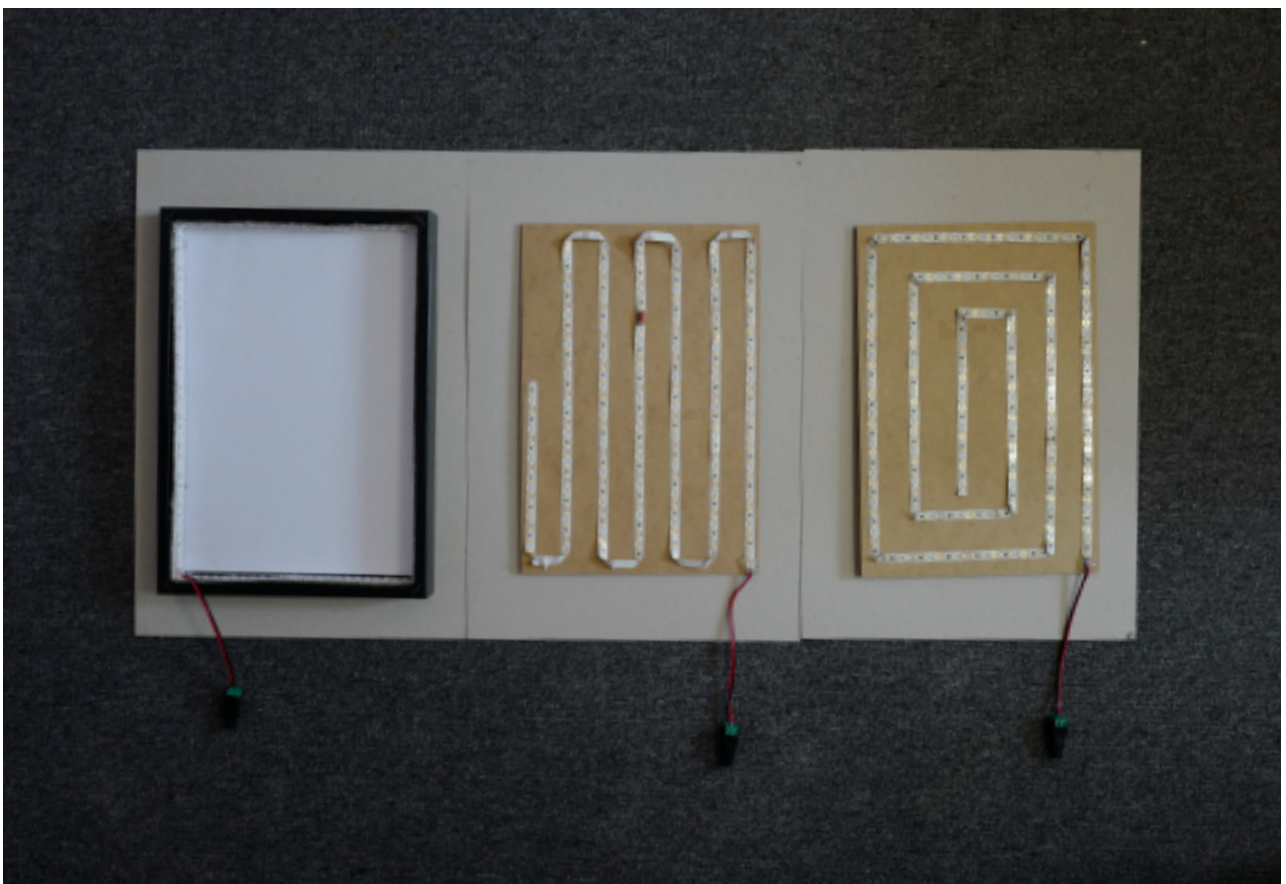
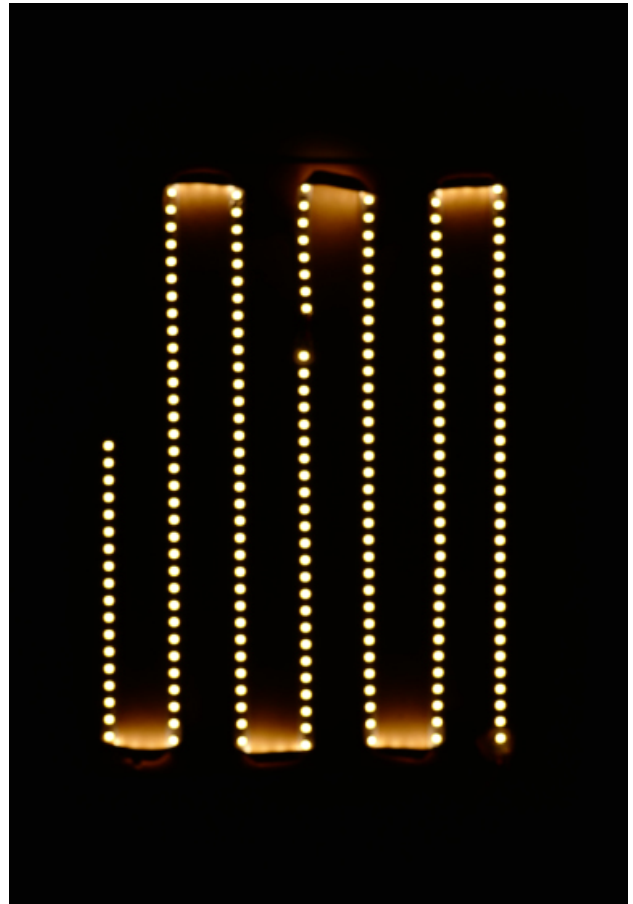
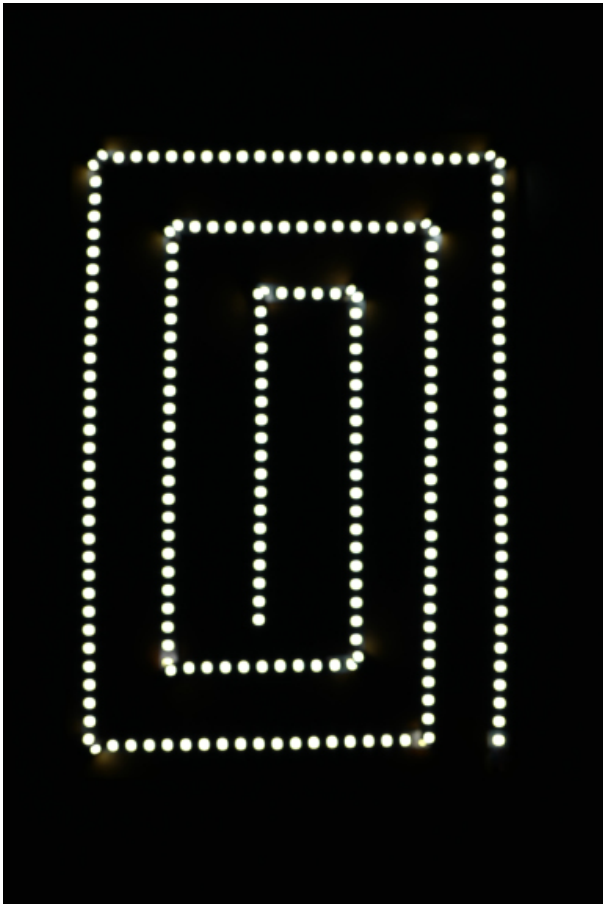
Faktura z roku 2019, kdy se klaprám dal pořídít za rozumnou cenu

Příloha č. 16



RGB pásek





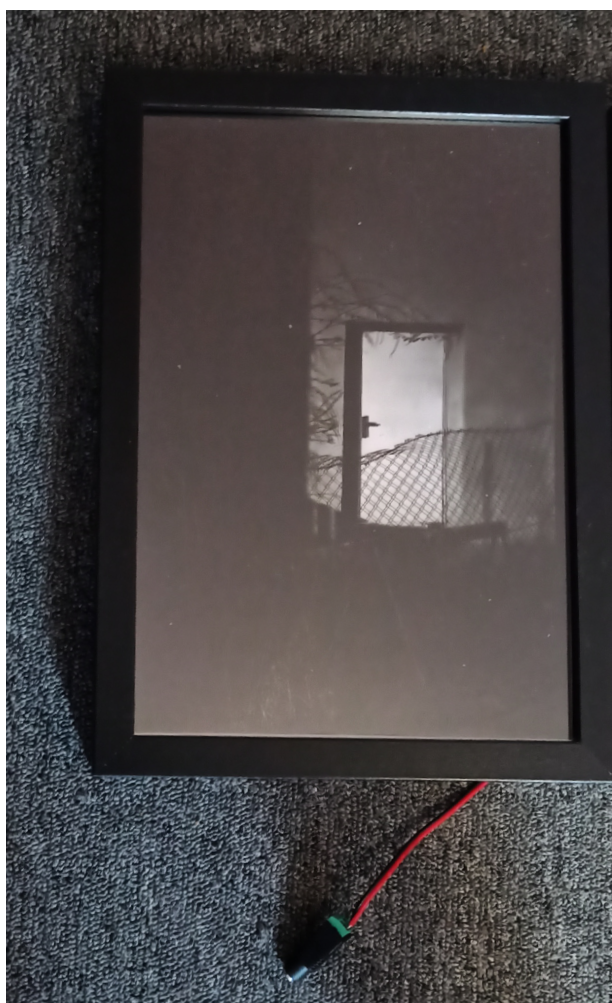
Zkouška teplotních variant bílých led pásků + druhu podsvícení

Příloha č. 18



Řezání bílé statické fólie

Příloha č. 19



Černý rám



Zkouška fotografií v rámech



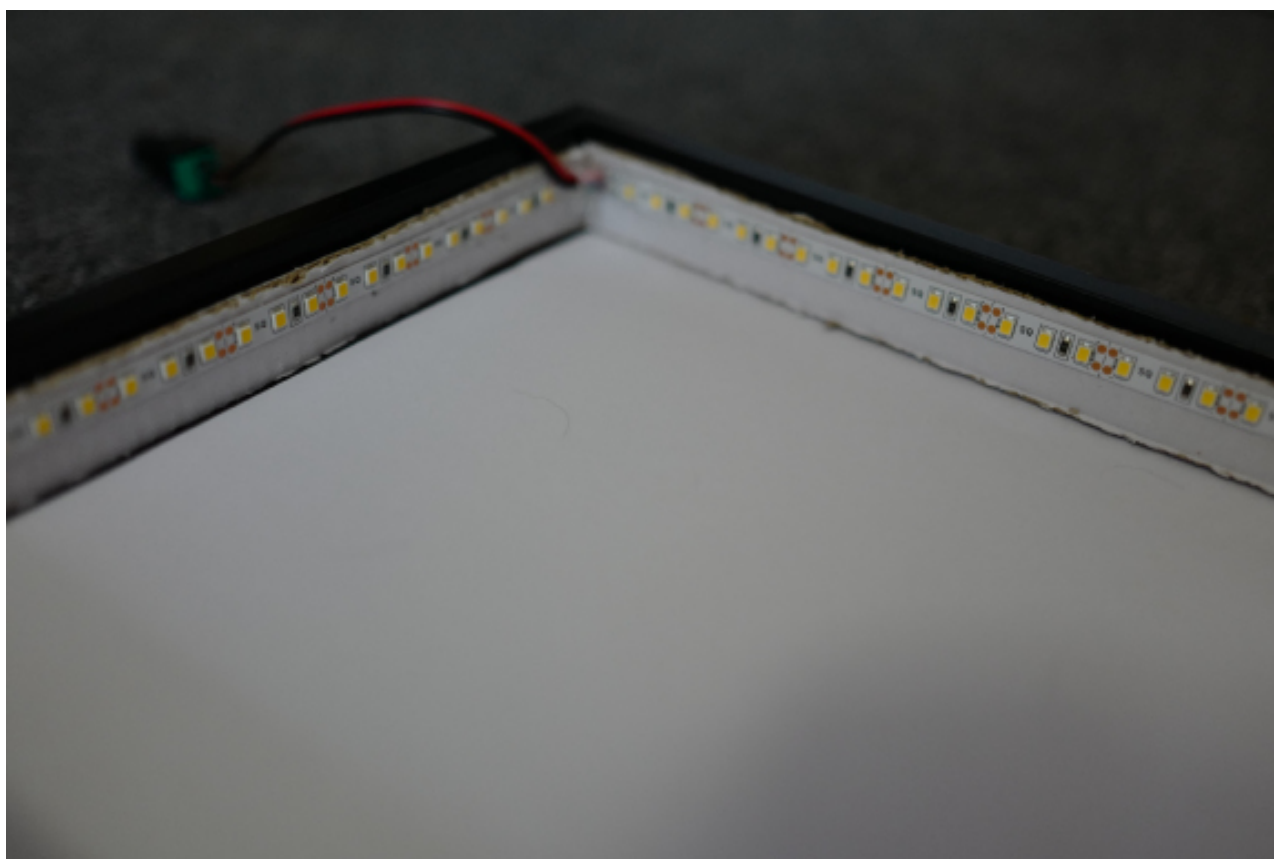
Fotografie vytisknuté na transparentní fólie

Příloha č. 21



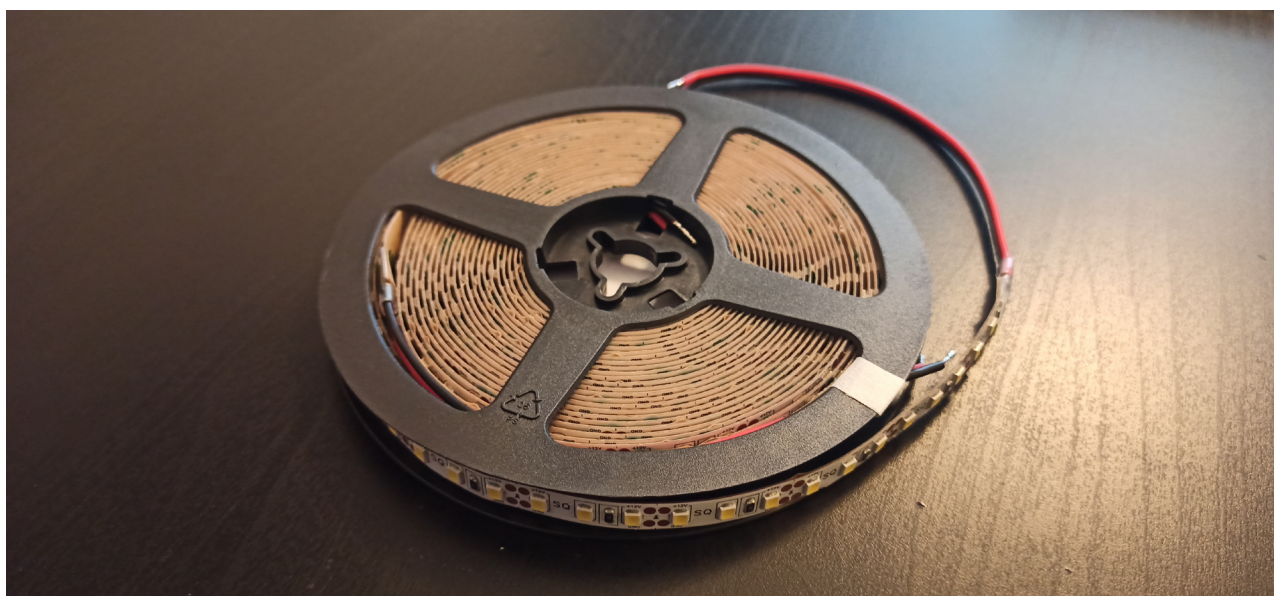
Bílá statická fólie

Příloha č. 22



Vnitřní konstrukce z kartonu (dřívější prototyp)

Příloha č. 23

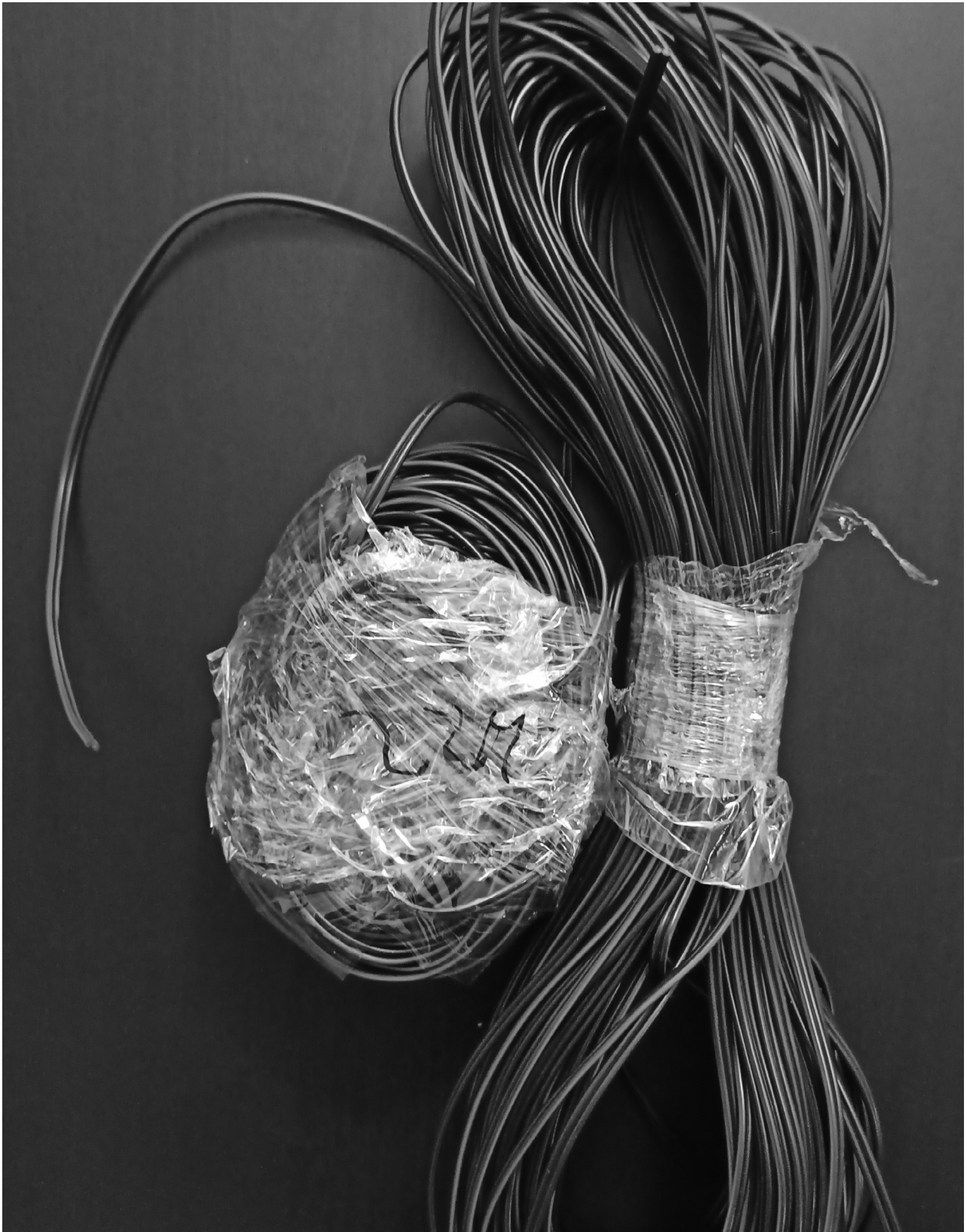


Led pásek (studená bílá)

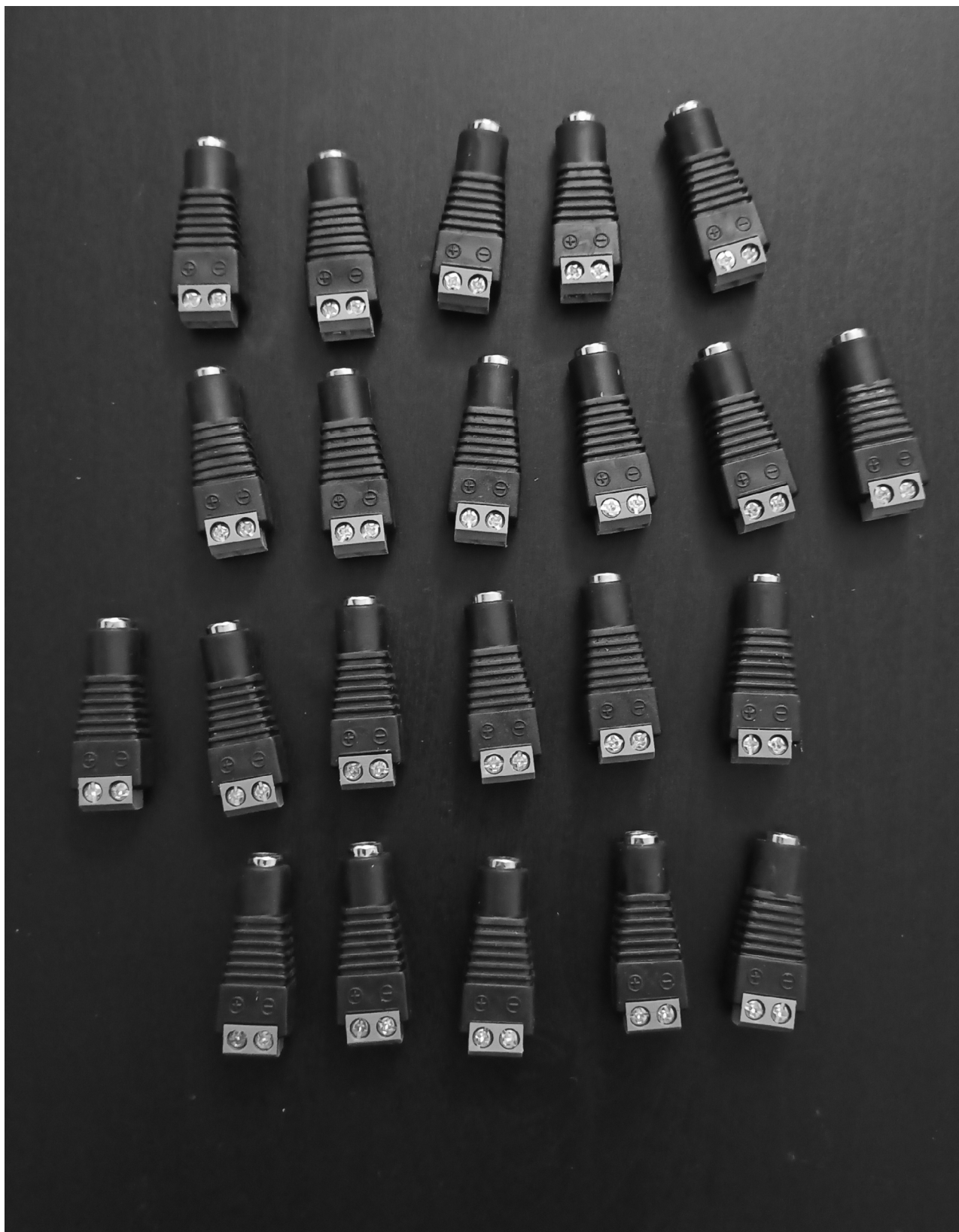
Příloha č. 24



Bílý matný papír

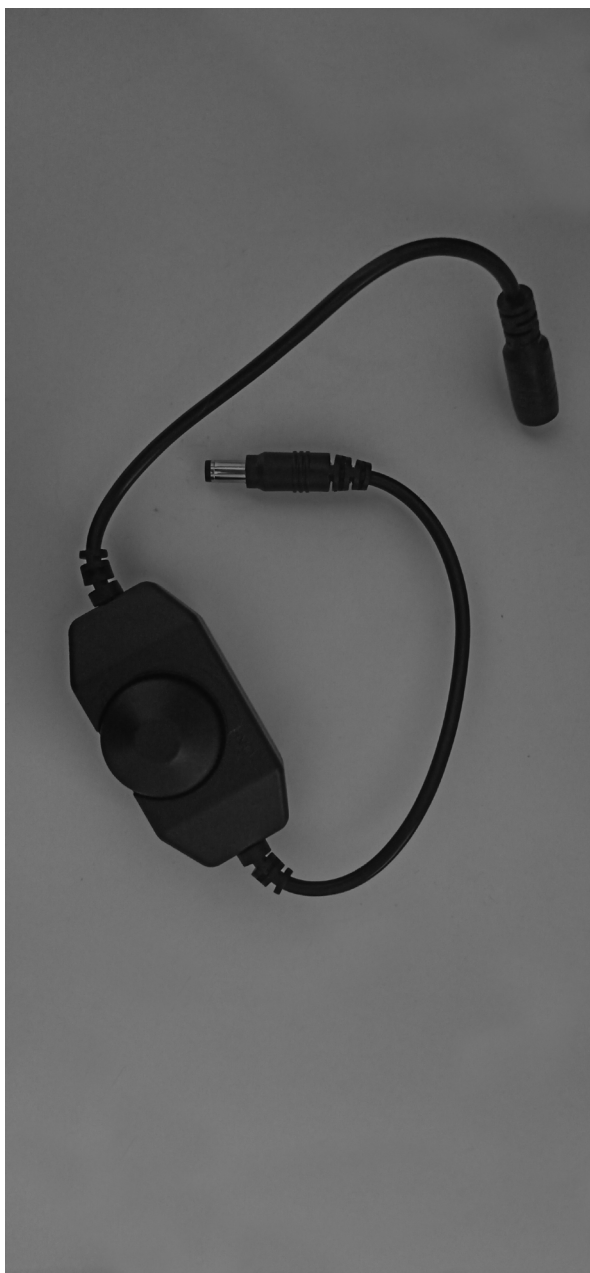


Černý kabel



DC konektory se svorkovnicí

Příloha č. 27 a 28



Stmívač + zdroj