Anna Veronika Křížová
Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie
Teoretická diplomová práce / Slezská Univerzita v Opavě / Filozoficko-přírodovědná fakulta v Opavě
Institut tvůrčí fotografie / Opava, 2024

SLEZSKÁ UNIVERZITA
FILOZOFICKO-PŘÍRODOVĚDECKÁ FAKULTA V OPAVĚ

itf Institut tvůrčí fotografie FPF Slezské univerzity v Opavě

Obor: Tvůrčí fotografie
Vedoucí práce: prof. Mgr. Jiří Siostrzonek, Ph.D.
Oponent práce: odb. as. MgA. Dita Pepe, Ph.D.
The Soul and Mental Health Through the Prism of Photography

Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie

Anna Veronika Křížová
Teoretická diplomová práce / Slezská Univerzita v Opavě / Filozoficko-přírodovědná fakulta v Opavě
Institut tvůrčí fotografie / Opava, 2024

SLEZSKÁ UNIVERZITA
FILOZOFICKO-PŘÍRODOVĚDECKÁ FAKULTA V OPAVĚ

itf Institut tvůrčí fotografie FPF Slezské univerzity v Opavě

SLEZSKÁ UNIVERZITA V OPAVĚ
Filozoficko-přírodovědecká fakulta v Opavě

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Akademický rok: 2024/2025

Zadávající ústav: Institut tvůrčí fotografie

Studentka: BcA. Anna Veronika Křížová

UČO: 46019

Program: Filmové, televizní a fotografické umění a nová média

Obor: Tvůrčí fotografie

Téma práce: T: Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie

Téma práce anglicky: T: The Soul and Mental Health through the Prism of Photography

Zadání: V teoretické diplomové práci se zaměřuji na propojení duše, duševního zdraví a fotografie. Věnuji se interdisciplinárnímu přístupu z filozofických a psychologických perspektiv a propojuji tyto koncepty s praktickou aplikací. Představuji fototerapeutické metody v rámci uměleckých terapií a jejich souvislost s institucionální a terapeutickou péčí. Skrze historický vývoj fotografie a její roli v oblasti duševního zdraví až po současnost prezentuji konkrétní fotografické projekty, které odrážejí mnohovrstevnatý potenciál fotografie v tomto kontextu. Cílem práce je zkoumat, jak umění fotografie slouží jako nástroj pro sebepoznání, vnímání světa a jak napomáhá nalézání harmonie a hlubšímu porozumění.

Literatura:
Jung, Four Archetypes, The Collected Works of C. G. Jung, vol. 9, I.
Aristotelés, Poetika, Orbis, 1962.
Nietzsche , Zrození tragédie, Vyšehrad, 2008.
Heidegger, Der Ursprung des Kunstwerkes, vznik 1935, vyd. 1950.
Brunton, Duše a umění, Santal, 2019.
Dewey, Art as Experience, Perigee, 1980.
Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009.
The Mindndful Photographer, Sophie Howarth, Thames&Hudson, 2022.
Mark, Jacobs, Ward 81: Voices, Steidl Publishers, 2023.

Vedoucí práce: prof. Mgr. Jiří Siostrzonek, Ph.D.

Datum zadání práce: 30. 3. 2024

Souhlasím se zadáním (podpis, datum):

.....
prof. PhDr. Vladimír Birgus
vedoucí ústavu

{abstrakt}

Tato diplomová práce zkoumá vztah mezi fotografií, duší a duševním zdravím. Fotografie může být účinným nástrojem k podpoře duševního zdraví a zároveň i jednou z cest k samotnému uzdravení.

Tato syntéza může být cestou nejen pro fotografy, ale pro každého, kdo hledá způsob, jak porozumět sobě samému, světu kolem a uchopit zdánlivě neuchopitelné.

Z interdisciplinární perspektivy dokládám teoretické koncepty odbornými studiemi i osobními zkušenostmi. Práce analyzuje fototerapeutické principy a umělecká díla, která přinášejí nové vrstvy porozumění, otevírají prostor pro hlubší vnímavost a růst a vedou k pozitivním změnám na osobní i společenské úrovni.

Věřím, že tato práce přispěje k širšímu povědomí o terapeutickém potenciálu umění fotografie a jeho praktickém využití.

{klíčová slova}

fotografie; duševní zdraví; duše; umění fotografie; umělecké terapie; fototerapeutické techniky

{abstract}

This theoretical master's thesis explores the relationship between photography, the soul, and mental health. Photography can serve as a powerful tool to support mental well-being, and it can also be one of the paths toward healing.

This synthesis offers a way not only for photographers but for anyone seeking to understand themselves, the world around them, and to grasp the seemingly intangible.

From an interdisciplinary perspective, I support theoretical concepts with academic studies and personal experiences. The work analyzes phototherapeutic principles and artistic works that bring new layers of understanding, open up space for deeper sensitivity and growth, and lead to positive changes on both a personal and societal level.

I believe that this thesis will contribute to a broader awareness of the therapeutic potential of photography as an art form and its practical application.

{keywords}

Photography; Mental Health; Soul; Art of Photography; Art Therapy; Phototherapeutic Techniques

{prohlášení}

Prohlašuji, že jsem práci vykonala samostatně a použila jsem pouze citované zdroje.

{souhlas}

Souhlasím se zveřejněním práce formou zařazení do Univerzitní knihovny Slezské univerzity v Opavě a knihovny Uměleckoprůmyslového muzea v Praze a na internetové stránky Institutu tvůrčí fotografie.

{poděkování}

Ke všem zmiňovaným autorům cítím veliký vděk za to, že skrze svou tvorbu vytvářejí prostor pro dialog na téma duše a duševního zdraví.

Vedoucímu mé práce, Jiřímu, děkuji, že si mě vzal pod svá křídla s takto náročným tématem. Radkovi, mámě a svým nejbližším děkuji za oporu, díky níž jsem to dokázala dopsat.

01 Úvod

10 Přehled tématu a osobní motivace
12 Struktura práce
13 Vysvětlení pojmů
14 Osobní poznámky

{teoretický rámec}

02 Duše a umění

19 Filozofické a psychologické perspektivy
52 Umělecké komunikační prostředky
59 Praktické aplikace

03 Umění fotografie a duševní zdraví

93 Umění a jeho role v terapeutických procesech
109 Fototerapeutické metody

{umělecká aplikace}

04 Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie

123 Vývoj fotografie v kontextu duševního zdraví
144 Současní fotografové a jejich projekty

05 Závěr a osobní reflexe

217 Shrnutí práce a jejího přínosu
219 Osobní reflexe

06 Dodatky

Cesty, kterými fotografie pomáhá
Směry dalšího výzkumu a možnosti aplikace
(přílohy)
225 Relevantní zdroje a materiály
227 Jmenný rejstřík

Duši své i cizí naslouchejme, vnímejme ji, pečujme o ni.
Vybírejme si laskavost ~ vždy.



{01 úvod}

{úvod 01}

Tato diplomová práce zkoumá roli fotografie ve vztahu mezi výtvarným uměním ~ fotografií a duší ~ duševním zdravím.

Fotografie, jako nástroj výrazu a introspekce, nabízí nejen umělcům, ale všem, kdo se chtějí hlouběji propojit se svým vnitřním světem, jedinečnou možnost zachytit to, co je zdánlivě neuchopitelné.

V rámci této práce se zaměřuji na syntézu filozofických a psychologických konceptů, které propojují duši s uměním a zkoumají, jak tento vztah může ovlivňovat naše vnímání a vnitřní harmonii. Toto spojení odkrývám skrze umělecká díla, která nejen zhmotňují neviditelné vrstvy našeho bytí, ale také je komunikují navenek.

Fotografie nám umožňuje prohloubit osobní reflexi a otevírá dialog mezi vědomím a podvědomím. Jedním z podstatných aspektů fotografie je tvůrčí proces, který propojuje naše nitro s tím, co nás obklopuje. Druhým je vnímání a interpretace, kde vizuální jazyk pomáhá odkrývat skryté emoce a myšlenky, otevírá prostor pro souznění a hlubší porozumění.

Z mé osobní zkušenosti a odborného výzkumu vyplývá, že fotografie dokáže propojit vnitřní svět s vnější realitou a umožňuje nahlížet do hlubších, metafyzických rovin, kde rezonují naše nejniternější prožitky. Fotografie nás učí *umění vidět*, *umění vnímat* a *umění sdílet*. Fotografie nám dává prostor tvořit vlastní realitu a současně nám pomáhá zvědomovat to, za co můžeme být vděční.

V historických i současných uměleckých dílech, která citlivě analyzuji, nacházím hmatatelné důkazy o schopnosti fotografie reflektovat lidskou psychiku a zprostředkovat hloubky duševního prožitku. Tato díla navazují spojení nejen mezi autorem a dílem, ale také mezi dílem a recipientem, čímž vytváří prostor pro vzájemné emocionální spojení.

Fotografie disponuje výjimečným potenciálem pomáhat na mnoha úrovních. Může klást otázky, podněcovat diskuze a otevírat dialog o tématech, která jsou důležitá nejen pro jednotlivce, ale i pro společnost jako celek. Věřím, že fotografie slouží nejen jako prostředek pro osobní růst, ale také jako nástroj pro pozitivní společenské změny. Touto prací si přeji přispět k rozvoji povědomí o terapeutickém potenciálu fotografie a nabídnout nové perspektivy na její roli ve vztahu k duševnímu zdraví.

Modus vivendi mezi duší a fotografií je mou osobní cestou k uzdravení a naplnění. Tato práce je vyjádřením mé hluboké víry v terapeutický potenciál fotografie a její schopnost naplňovat, rozšiřovat a léčit naše duše.

struktura práce

STRUKTURA PRÁCE

Jsem si plně vědoma, že tato práce je tématicky i strukturálně náročná, a proto jsem pečlivě pracovala nejen na jejím obsahu, ale i na jasné struktuře a vizuálním zpracování.

Práce je koncipována tak, aby umožnila recipientovi (ať už odborníkovi či širší veřejnosti), komplexně pochopit propojení mezi uměním fotografie, duší a duševním zdravím. Kniha je rozdělena do dvou hlavních částí:
Teoretický rámec a Umělecká aplikace.

01 Úvod

V úvodu je představen hlavní cíl práce – zkoumání vztahu mezi fotografií, duší a duševním zdravím. Práce předkládá hypotézu, že fotografie může mít terapeutický potenciál a být v tomto kontextu účinným nástrojem. Úvodní část zahrnuje vysvětlení hlavních konceptů, pojmů a představuje detailnější strukturu celé práce.

TEORETICKÝ RÁMEC

02 Duše a umění

Tato kapitola analyzuje vztah mezi uměním a lidskou duší, zkoumá emocionální i intelektuální hloubky tohoto spojení. Na základě filozofických a psychologických teorií se kapitola zabývá tím, jak umění komunikuje emocionální roviny a vizuální projevy. Teoretické myšlenky jsou aplikovány na konkrétní umělecká díla, která umožňují hlubší porozumění tomuto vztahu.

03 Fotografie a duševní zdraví

Zde propojuji interdisciplinární perspektivy z umění, filozofie a psychologie se zaměřením na terapeutický potenciál fotografie a jeho aplikaci v uměleckých terapiích. Kapitola plynule přechází k představení konkrétních fototerapeutických metod.

UMĚLECKÁ APLIKACE

04 Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie

Zde se věnuji historickému vývoji fotografie a její roli v oblasti duševního zdraví, která představuje zásadní autory od jejího vynálezu po současnost.
Následně se věnuji praktickoé aplikaci teoretických poznatků prostřednictvím analýzy současných fotografických projektů, které reflektují téma duše a duševního zdraví.

05 Závěr a osobní reflexe

V závěru nejen shrnuji výsledky své práce, ale také otevírám dialog o využití fotografie jako terapeutického nástroje. Uvádím také návrhy na budoucí výzkum a práci uzavírám osobní reflexí.

06 Dodatky

Seznam relevantních zdrojů a materiálů, ze kterých jsem čerpala informace a které poskytují další informace o tématu. Rovněž je zde uveden jmenný rejstřík pro snadnější nalezení konkrétních autorů zmíněných v práci.

vysvětlení pojmů

Abych jasně vymezila pojmy, které se v mé práci budou objevovat, představím několik zásadních termínů. Při jejich výběru jsem pečlivě zvažovala nejen přesnost a citlivost, ale také své osobní souznění s nimi, neboť právě toto propojení mi umožnilo autenticky psát o tématu, jakým je duše a duševní zdraví.

Duše: V této práci chápu duši jako zásadní pojem, který propojuje různé vrstvy myšlenek. Spojuje filozofické a psychologické perspektivy. Z filozofického pohledu ji vnímám jako zdroj vědomí, identity a morálních hodnot, zatímco z psychologického hlediska odkazuje na psychické procesy, emoce a vnímání, které zahrnují vědomou i nevědomou dimenzi.

Umění: Na začátku práce se věnuji umění jako celku, kde je vnímáno jako tvůrčí akt nesoucí jak obsahovou, tak formální hodnotu. Umění v tomto smyslu slouží jako prostředek pro vyjádření a komunikaci hlubších lidských zkušeností.

Umění fotografie: Tento novotvar jsem vytvořila, abych vyjádřila propojení fotografie s hlubšími uměleckými souvislostmi. Fotografie zde není pouze technickým médiem, ale nástrojem s mnohovrstevnatým přesahem. Chápu ho jako “umění vidět”, “umění sdílet” a “umění vnímat” – schopnost zachytit jemné, často neviditelné nuance, které jsou těmito pojmy nejen zdůrazněny, ale i citlivě prohloubeny.

Komunikovat: Komunikaci vnímám jako více než jen verbální akt. V kontextu umění a psychologie znamená zprostředkovávat a předávat myšlenky či pocity, často beze slov.

Rámovat: Tento termín, také používaný v psychologii, nám umožňuje uchopit problém nebo situaci se zaměřením na konkrétní aspekty, což ovlivňuje naše vnímání a způsob, jakým o dané věci přemýšlíme nebo jednáme.

Recipient: Termín jsem zvolila místo “diváka”, protože vyjadřuje hlubší a vnímavější propojení mezi vnějším a vnitřním. Recipient je aktivní účastník uměleckého díla – nejenže jej vnímá, ale také reflektuje a reaguje na něj.

Klient: Tento termín používám pro osoby zapojené do terapeutického procesu. Zvolila jsem jej místo konfrontačnějšího a méně citlivého označení “pacient”. Klientem může být člověk s duševním onemocněním nebo někdo, kdo prochází terapeutickým procesem.

osobní poznámky

V této části sdílím své osobní poznámky a úvahy, které odrážejí můj tvůrčí proces a vztah k tématu duše jako základního aspektu umění.

Po mnoha pokusech jsem si uvědomila, že je vhodné držet se akademického stylu, který umožňuje jasnou a přehlednou prezentaci tématu, ve kterém jsou obsaženy některé již ve své podstatě abstraktní koncepty. Přesto si v této práci místy ponechávám prostor pro osobní tón, neboť téma duše nelze zcela odosobnit, aniž by ztratilo svůj smysl. Věřím, že jsem našla rovnováhu mezi akademickým přístupem a osobní reflexí, která textu umožňuje působit jak na odborné, tak i na osobní rovině. Tato syntéza je velmi důležitá.

Umění pro mě představuje zásadní součást života, a duše je cestou, skrze kterou můžeme umění vnímat i tvořit. Fotografie propojuje fyzické a duchovní.

Téma duše je abstraktní, individuální a obtížně uchopitelné – proto bylo nezbytné ho nejprve uchopit v širším kontextu. Skrze tuto práci jsem si přála zodpovědět své vlastní otázky a nabídnout širší pohled, který umožní hlubší a komplexnější pochopení vztahu mezi uměním fotografie, duší a duševním zdravím.

Věřím, že je zde tento vztah a jeho důležitost představen a obhájen. Přestože by bylo jednodušší zaměřit se na jednoho autora, cítím potřebu zkoumat tento komplexní vztah ze všech úhlů, které mi diplomová práce a mé vlastní možnosti umožňují.

Tato práce má pro mě osobní význam, protože se sama léčím s duševním zdravím. Rozhodla jsem se nezahrnovat detaily o své nemoci a jejím průběhu, abych respektovala citlivost svých blízkých. Věřím, že mi toto rozhodnutí umožní přistoupit k tématu s větší empatií a vytvoří více prostoru pro víru a naději.

Většina umělců, jejichž tvorbu zde představuji, byla rovněž v určité fázi svého života konfrontována s otázkami duševního zdraví – ať už přímo, nebo ve svém bezprostředním okolí. Ani o těchto detailech se nerozepisuji, protože nejsou podstatou mé práce. Jejich tvorba sama o sobě odráží vnitřní světy, a právě proto považuji za smysluplné nechat pro tuto rezonanci vlastní prostor. Umělci ve svých dílech často vycházejí z niterných prožitků a bolestí, a proto jejich tvorbu vnímám jako hluboce souznějící s tématem této práce.

Karel Kryl to shrnul slovy:
„Děkuji, děkuji za trýzeň, jež zdokonalí díla".
(Karel Kryl, Děkuji, 1995)

I když jsou díla fotografů, jejichž tvorbu zde představuji, často vysoce oceňovaná, rozhodla jsem se nevypisovat jejich ocenění a umístění. Soustředím se na hloubku jejich tvorby a její rezonanci s tématem duše a duševního zdraví, což považuji za podstatnější než jejich uznání v soutěžním kontextu.

Každé části této práce jsem věnovala s péčí a hlubokým zájmem, abych mohla tak složité téma předat přístupně. Proces tvorby mě obohatil o nové poznatky a zároveň mi dal prostor reflektovat vlastní zkušenosti. Snažila jsem se teoretické koncepty nejen aplikovat na konkrétní příklady, ale také je propojit s osobním prožitkem, který vnímám jako důležitou součást práce o duševním zdraví. Přála bych si, aby tato práce obsahovala akademickou i citovou hloubku.

Celá práce je koncipována tak, aby recipienta provedla hlubokým a komplexním vztahem mezi duší a duševním zdravím prizmatem fotografie.

Závěrem nabízí nejen vhled do terapeutického potenciálu fotografie, ale také možnost, jak prostřednictvím tohoto umění naslouchat své duši a nalézt tak cestu k jejímu uzdravení a růstu.

{teoretický rámec}

{02 duše a umění}

{úvod 02}

Umění neseno duší obohacuje a rozšiřuje naše vnímání a porozumění. Skrze tento vztah se otevírá prostor pro objevování hlubších aspektů našeho bytí.

První kapitola je rozdělena do dvou klíčových částí: vnitřní a vnější. První část se věnuje teoretickým principům z filozofických a psychologických perspektiv, které interpretují umění jako odraz vnitřního světa a prostředek pro komunikaci.

Druhá část se zaměřuje na praktické zkoumání projevů tohoto vnitřního vztahu navenek prostřednictvím různých uměleckých vyjádření. Analyzuji specifické výrazové prvky, jako jsou barvy, tvary a kompozice, a zkoumám, jak umělecká díla komunikují složité emocionální a duchovní obsahy, čímž ovlivňují vnímání recipienta.

Obě části kapitoly jsou ilustrovány významnými výtvarnými díly a fotografiemi, které nabízejí možnosti univerzální interpretace. Tento přístup propojuje teoretické koncepty s praktickými aplikacemi a ukazuje, jak umění jako síla přesahuje hranice každodenní reality a otevírá cesty k hlubšímu porozumění našeho bytí. Kapitola tak vytváří pevný základ pro následnou obhajobu fotografie jako terapeutického nástroje a zdůrazňuje význam umění v kontextu duševního zdraví.

Druhá kapitola pojednává o propojení umění a duševního zdraví a představuje principy uměleckých terapií. Ty jsou doplněny mými volnými fotografiemi a ilustrují mou osobní zkušenost s uměním fotografie jako terapeutickým nástrojem.

Třetí kapitola uzavírá teoretický rámec a představuje konkrétní dosud minimálně známé fototerapeutické techniky. Které dokládají výše představované koncepty. A tím otevírají prostor pro detailní a citlivou analýzu současných uměleckých projektů v kontextu duše a duševního zdraví prizmatem fotografie.

filozofické a psychologické perspektivy

{úvod 02a}

V této části se zaměřuji na specifické aspekty, jako jsou emocionální výraz, vliv na individuální a kolektivní vědomí a způsoby, jak může umění sloužit jako nástroj pro introspekci a sebepoznání.

Hlavní otázky, které zde zkoumám, zahrnují: *Jakým způsobem umění ovlivňuje naše prožívání a vnímání? Jak jednotlivé teorie vysvětlují propojení mezi estetikou, spiritualitou a emocionálním výrazem v uměleckých dílech?*

Teorii propojuji s analýzou konkrétních uměleckých děl, které vybírám pečlivě na základě jejich relevance k tématu a schopnosti aplikace na představovaná díla. Každé umělecké dílo jsem zvolila pro jeho schopnost ilustrovat teoretické koncepty a pro jeho potenciál být uchopitelné širšímu publiku.

Tento přístup vytváří mnohovrstevnatý rámec, který spojuje teorii s praxí. Věřím, že takto umožňuji hlubší porozumění teoretickým konceptům prostřednictvím konkrétních příkladů a vybízím k zamyšlení nad osobními interpretacemi a zkušenostmi. Mým cílem je inspirovat k reflexi o tom, jak umění ovlivňuje naši duši a vnímání světa.

{napodobování ideálních forem a krása jako cesta k pravdě}

Platónova *teorie ideálních forem* tvrdí, že každá věc v hmotném světě je nedokonalým odrazem dokonalé předlohy v nehmotném světě idejí. I když Platón měl určité výhrady vůči umění jako klamné reprezentaci, uznával jeho schopnost vést k pochopení vyšších pravd. Platón se ve svých dílech, například v dialozích *Symposion* a *Republika*, zabývá myšlenkou, že krása a dobro jsou spjaty a idealizovány ve formě idejí. Tyto ideje jsou vzory, ke kterým můžeme pouze směřovat, přičemž naše snahy o jejich dosažení jsou jen nedokonalé napodobeniny. Platón popisuje krásu jako odlesk skutečné podstaty věcí, která se nachází ve světě idejí. „Ti, kteří jsou schopni vnímat tuto božskou krásu, mohou ve světě ztělesnit nejen její odrazy, ale i skutečné ctnosti, které tato krása reprezentuje" (Platón, interpretováno dle Poetiky, Orbis, 1962).

Tyto skutečné ctnosti a ideje mohou být v umění komunikovány prostřednictvím Jungovy teorie archetypů. Carl Gustav Jung, významný psycholog, rozvinul myšlenku, že v lidském nevědomí existují archetypální vzory a obrazy, které formují naše vnímání světa. Jung tuto hlubší vrstvu nazývá *kolektivním nevědomím*: „Zvolil jsem termín ‚kolektivní', protože tato část nevědomí není individuální, ale univerzální; na rozdíl od osobní psychiky má obsahy a způsoby chování, které jsou více či méně stejné všude a u všech jedinců. Jinými slovy, je totožná u všech lidí a tvoří tak společný psychický substrát nadindividuální povahy, který je přítomen v každém z nás" (C. G. Jung, Four Archetypes, The Collected Works of C. G. Jung, vol. 9, I).

Existují archetypální vzory a obrazy, které formují naše vnímání světa. Tyto archetypy, podobně jako Platónovy ideje, jsou univerzální, nadčasové a hluboce zakořeněné v lidské psychice. Jungova teorie tak umělcům umožňuje komunikovat *krásu* a *vyšší ideje*, což odkazuje na Platónovu myšlenku, že skutečné poznání a porozumění těmto idejím se děje nejen skrze smyslové vnímání, ale i skrze myšlení a intuici, které jsou spojeny s podvědomými archetypy v nás.

Tuto ideální krásu a harmonii se snažili vyjádřit renesanční umělci jako Leonardo da Vinci, Michelangelo a Raffael. Jejich díla často odrážejí myšlenku, že za vnější formou existuje vyšší, dokonalá podstata.

V tomto kontextu je příkladem Raffaelova "Sixtinská madona". Její harmonická kompozice a duchovní hloubka může být vnímána jako snaha dosáhnout ideální krásy, kterou Platón přiřazoval světu idejí. Historik Giorgio Vasari poznamenal, že: „...umění dosáhlo v Raphaelovi dokonalosti, kterou nelze překonat", a že jeho díla „zachycují harmonii a vznešenost, které proměňují smyslový zážitek v duchovní vjem" (Giorgio Vasari, The Lives of the Artists, Oxford University Press, 2008).

Podobné filozofické přístupy lze nalézt i u fotografky Julie Margaret Cameron. Její piktorialistické snímky, zejména v sérii "Fruits of the Spirit", usilují o spojení estetické krásy s duchovním přesahem. Její práce zobrazuje mateřství s božským a nadčasovým nádechem, což odráží Platónovu myšlenku krásy jako cesty k pravdě.

Série obsahuje mnoho snímků matky s dítětem odkazující k ikonografii Madony, kde jsou jednotlivé snímky označovány jako „Madonna and child“ tak, představují moderní ztělesnění Platónových filozofických myšlenek, kdy estetická krása slouží jako prostředek k dosažení duchovní pravdy. „V první kategorii jsou ženy zvěčněny jako oslava ženských pravd, jako jsou nevinnost, láska nebo dobrota. Tyto portréty jsou však celkově méně úspěšné... Když však Cameron spojila aspekty osobností svých modelů s historickými nebo mýtickými postavami, výsledky byly mnohem působivější... protože vlastnosti, které Cameron připisovala těmto konkrétním postavám, byly zesíleny osobními rysy modelů.“ (Roberts, Pamela, Julia Margaret Cameron: The Complete Photographs. Oxford University Press, 1992)

Raffaelova “Sixtinská madona” a fotografický cyklus “Fruits of the Spirit” od Cameron tak reprezentují Platónovu *teorii ideálních forem*. Oba umělci svými díly přesahují pouhou vizuální reprezentaci a přibližují se k naplnění Platónova ideálu.

Madona v obou uměleckých formách může být z Jungovy perspektivy vnímána jako ztělesnění archetypu Matky – „Toto je mateřská láska, která je jednou z nejdojemnějších a nezapomenutelných vzpomínek našich životů, tajemným kořenem veškerého růstu a změny; láska, která znamená návrat domů, útočiště a dlouhé ticho, z něhož všechno začíná a v němž všechno končí“ (C. G. Jung, Four Archetypes, The Collected Works of C.G. Jung, vol. 9, I) – univerzálního symbolu péče, ochrany a duchovního vedení, který propojuje lidskou zkušenost s nadčasovými a nehmotnými idejemi krásy a dobra. Jejich tvorba tak představuje ztělesnění této filozofické a psychologické teorie.



Raffael
Sixtinská Madona
(1483–1520)

{uměním ke katarzi}

Aristotelova *teorie katarsis*, popsaná v jeho *Poetice*, je důležitým aspektem v porozumění tomu, jak umění, zejména tragédie, působí na diváky. Katarsis označuje emocionální očistu nebo uvolnění, které diváci zažívají, když se prostřednictvím umění vyrovnávají s intenzivními emocemi, jako je strach a soucit. Aristoteles tvrdil, že sledování tragédie umožňuje divákům bezpečně prožít tyto emoce, což následně přispívá k dosažení psychické rovnováhy a duchovního klidu.

„Katarze je uvolnění emocí prostřednictvím uměleckého vyjádření, které přináší emocionální očištění a uzdravení.“ (Aristotelés, Poetika, Orbis, 1962)

Dílo Marca Chagalla v sobě nese prvky expresionismu, fauvismu, kubismu i surrealismu, což činí jeho tvorbu velmi osobitou. Chagallova díla jsou nejen duchovní, ale také silně oduševnělá.

Koncept katarsis lze dobře ilustrovat jeho dílem **“Jákobův žebřík“**. Chagall, inspirovaný sny a mystikou, vytvořil dílo plné symboliky, které zobrazuje duchovní vzestup a tajemství přesahující běžné vnímání. “Jákobův žebřík“ se svými surrealistickými a symbolickými prvky rezonuje s hlubokými emocionálními vrstvami recipienta.

Tento obraz je katarzní nejen svým vizuálním zpracováním, ale i hlubokým obsahem, který odkazuje na biblický příběh a duchovní cestu. Biblický motiv z knihy *Genesis*, kde se Jákobovi ve snu zjeví žebřík, který sahá od země až do nebe, a po němž vystupují a sestupují andělé. Tento sen je v Bibli vnímán jako znamení Božího zaslíbení a ochrany nad Jákobem a jeho potomky.

Symbolicky “Jákobův žebřík“ představuje spojení mezi nebem a zemí, tedy mezi Bohem a člověkem, a odkazuje na duchovní vzestup, hledání smyslu a dosažení vyššího stavu vědomí.

Jákobův vzestup po žebříku může být interpretován jako cesta duše, která se skrze prožitek a zpracování hlubokých emocí dostává blíže k božskému a dosahuje psychické rovnováhy.

Tímto způsobem “Jákobův žebřík“ rezonuje s Aristotelovou představou, že umění dokáže vyvolat hluboké emocionální prožitky, které vedou k očistě a vnitřnímu klidu. I Boží slovo v závěru tohoto příběhu je katarzní, neboť po hledání a strastích nalézá Jákob bezpečí: „Hle, já jsem s tebou. Budu tě střežit všude, kam půjdeš, a zase tě přivedu do této země. Nikdy tě neopustím, ale učiním, co jsem ti slíbil.“ (Bible, Genesis 28:15, ČBS)

Fotograficky tento koncept může reflektovat tvorba Ivana Pinkavy. Jeho fotografie mají neuvěřitelnou vizuální sílu, která okamžitě zasahuje recipienta. Svou znepokojivou a sugestivní formou vyvolávají intenzivní emocionální reakce – to samozřejmě podtrhuje i obsah díla. Pinkava ve své tvorbě zpracovává ikonická schémata, symbolická gesta a atributy, jimiž odkazuje k archetypálním příběhům.

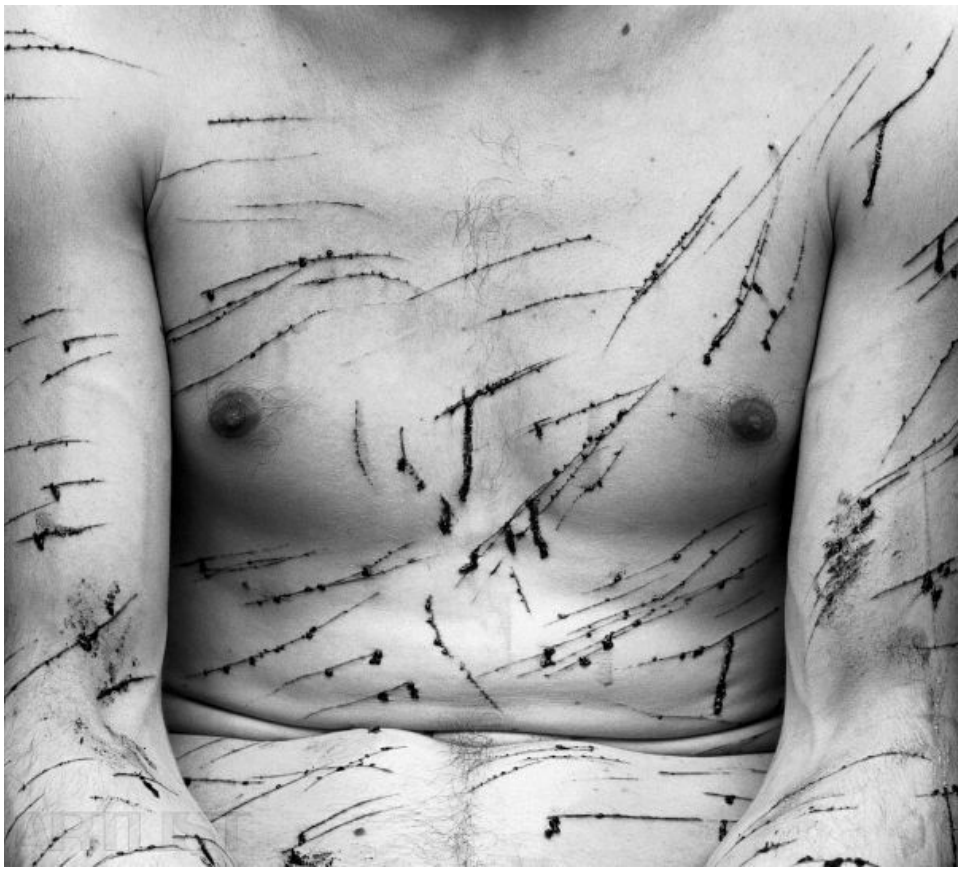
Pro ČT art vznikl dokument o Ivanu Pinkavovi, který přibližuje jeho tvorbu. U fotografie s názvem “Ó sladká krvi” označované také jako “Ecce Homo,“ evokující torzo zbičovaného Ježíše Krista, Pinkava vzpomíná: „Bavil jsem se na tohle téma s mým kamarádem. Při jedné ze schůzek přišel z koupelny pořezaný a řekl, že tedy můžeme fotit. Nečekal jsem to. Nebyl jsem na takové focení připravený, ale věděl jsem, že se děje něco zásadního, že je to pro něj důležité. Akt sebepoško-

zování můžeme číst jako skryté sebetrestání, jako jistou formu katarsis, která může přispět k vnitřnímu narovnání. Říkal jsem si, co jsem to spustil... Nikdy jsem ale nelitoval, ta fotka je stále silná a má své obecné sdělení.“ (https://art.ceskatelevize.cz/inside/fotografove-v-hledacku-ivan--pinkava-umeni-ktere-neznepokojuje-se-blizi-kyci-C5vDT)

Tato fotografie zobrazuje tělo, které nese stopy utrpení, a vyvolává hluboké pocity zranitelnosti a neklidu, zároveň však vzbuzuje soucit a uvědomění si lidské křehkosti.

Tím, že Pinkava evokuje výjev bičovaného Ježíše Krista, zobrazuje tragédii, přičemž následné nanebevstoupení může být vnímáno jako odkaz na katarsis. Aristotelova *teorie katarsis* mluví o emocionální očistě prostřednictvím umění, a právě tento snímek může diváka přivést k těžkým emocím, které po prožití vedou k očištění.

V obou případech se umělecké dílo stává nejen prostředkem pro emocionální očistu, ale také hlubokou vnitřní reflexí. Díla, jako jsou “Jákobův žebřík“ a “Ecce Homo“, nás konfrontují s těmi nejzákladnějšími otázkami lidské existence – vírou, utrpením a nadějí na spasení.



Pinkava
Ecce Homo
(1995)

{umění jako vnitřní projev vůle k životu}

Friedrich Wilhelm Nietzsche považoval umění za projev vnitřní síly a vůle k životu, což se výrazně odráží v dílech Egona Schieleho, která jsou plná intenzivních emocí a dramatického ztvárnění lidské tělesnosti.

„Máme poznávati, že vše, co vzniká, musí být připraveno k strastiplnému zániku, jsme nuceni vnořiti svůj pohled do hrůz individuální existence – a přece nemáme tím děsem ztuhnouti, metafyzická útěcha zachraňuje nás na chvíli z hemžení těch měnlivých postav.“ *(Nietzsche Friedrich, Zrození tragédie, Vyšehrad, 2008).*

Příkladem je jeho obraz “Dívka s pokrčenými koleny“. Schiele zde zobrazuje lidskou postavu tak, že její výraz i celková kompozice vyjadřují silné subjektivní prožitky a vnitřní konflikty, což odpovídá Nietzscheho pojetí vůle k životu navzdory utrpení. Podle Nietzscheho umění umožňuje lidem vyjádřit a potvrdit svou existenci a překonat nihilismus. Schieleho přesvědčení, že omezovat umělce je zločin, zdůrazňuje, že potlačení tvůrčího projevu je jako vražda života v jeho zárodku.

Rozervaný a vzpurný pohled modelky zrcadlí hluboké vnitřní emoce, které Schiele přenáší na plátno prostřednictvím provokativní formy, která spojuje krásu i ošklivost v jediném výrazu. Tento kontrast podtrhuje duální povahu lidské existence, jak ji vnímal Nietzsche. Právě tato odvážná a svébytná forma ztvárnění odráží nejen vnitřní konflikty a sílu modelky, ale také samotného autora. Jakoby Schiele do své modelky projikoval i své vlastní vnitřní boje a emoce, čímž dílu dodává jedinečnou intenzitu a hloubku. Obraz tak nevnímáme pouze jako zobrazení modelky, ale také jako projev autorovy vnitřní reality.

Na Nietzscheho existenciální teorie navazuje i psycholog Rollo May, který zdůrazňuje, že skutečná síla a krása umění vychází z boje a plného odevzdání se tvůrčímu procesu.

„Velký obraz nenamaluješ, když ležíš na pohovce a odpoledne si zdřímneš. Velký obraz namaluješ bojem, tím, že se do toho vrhneš.“ *(In Understanding and Coping with Anxiety, a cassette tape by Rollo May, 1978)*

Nietzscheho myšlenka, že umění má moc překonat utrpení a zprostředkovat touhu po životě, se v Schieleho díle plně naplňuje. Schieleho tvorba, charakteristická otevřenou komunikací lidské zranitelnosti a intenzivních psychologických stavů, ukazuje, jak může být umění prostředkem pro vyjádření vůle k životu i v okamžicích hluboké krize. Tato odvaha odhalit své vnitřní já, jak Schiele sám prohlásil, rezonuje s Nietzscheho pojetím umění jako nástroje pro vyjádření a potvrzení vnitřní síly.

Projev vůle k životu skrze vnitřní boje je patrný i ve fotografiích Francescy Woodman, které odrážejí hlubokou introspektivní cestu zaměřenou na křehkost, zranitelnost a komplexnost lidského těla a mysli.

To odpovídá Nietzscheho myšlenkám o umění jako prostředku k překonání utrpení a vyjádření vnitřní síly navzdory tragickým aspektům existence. V její práci vizuální metafory nesou silnou symboliku, která odkazuje jak na její vnitřní rozpolcenost, tak na vnitřní sílu.

Ať už jde o intenzivní prožitek procesu tvorby, kdy pracovala se svým tělem nebo o odhodlání prostřednictvím drásavých a introspektivních obrazů odhalit hlubší pravdu. Woodman využívá svou kreativitu a tělo k zachycení a sdílení hlubokých emocionálních a psychologických stavů, například v sérii fotografií “On Being an Angel”.

Tento přístup k umění podporuje myšlenku, že skutečná síla spočívá ve schopnosti vyjádřit a zpracovat vnitřní konflikty a utrpení prostřednictvím kreativního aktu. Jak trefně poznamenala Deborah Levy: „Pokud se zpřítomňuje tím, že se stává nepřítomnou, je to rovnice, kterou by bylo snazší vyřešit pomocí matematiky nebo fyziky, ale ona to dělá prostřednictvím umění." (https://www.tate.org.uk/tate-etc/issue-43-summer-2018/francesca-woodman-vanishing-act--deborah-levy)

Skrze zkoumání otázek identity a sebevyjádření tato introspektivní stránka její práce úzce souvisí s Nietzscheho myšlenkou o umění jako nástroji pro zkoumání a potvrzení vlastní existence. Schieleho obrazy, plné intenzivních emocí a dramatických zobrazení lidské tělesnosti, odrážejí vnitřní konflikty a boje, které Nietzsche považoval za neodmyslitelnou součást života. Stejně tak introspektivní fotografie Francescy Woodman, které zkoumají otázky identity, křehkosti a pomíjivosti života, nabízejí vizuální ztělesnění Nietzscheho myšlenek o tragédii a životním boji.

Oba umělci, každý svým jedinečným způsobem, ukazují, že umění může fungovat jako prostředek k vyrovnání se s temnými aspekty našeho bytí. Skrze tvůrčí procesy nejen vyjadřují své vlastní vnitřní boje, ale také nabízejí recipientům možnost reflektovat jejich vlastní strasti. Umění Egona Schieleho a Francescy Woodman nejen reflektuje, ale také naplňuje Nietzscheho filozofii, která vnímá umění jako projev vůle k životu a jako nástroj pro překonání osobního utrpení.



Schiele
Dívka s pokrčenými koleny
(1917)

{sublimace v umění}

Teorie sublimace Sigmunda Freuda popisuje proces, při kterém jsou nežádoucí nebo společensky nepřijatelné impulzy a touhy přeměňovány do kulturně a společensky hodnotných činností, jako je umění.

Tento proces umožňuje uspokojit psychické potřeby způsobem, který je pro společnost přijatelný a často obdivovaný. Pro své teorie o hlubinném nevědomí a jeho vlivu na lidské chování je Freud často spojován s uměním, i když měl k modernímu umění spíše skeptický postoj, jak popisuje malíř a historik umění Radan Wagner v článku pro Art Revue: „Sigmund Freud se stal již za svého života patronem moderních umělců – zvláště surrealistů. Jeho učení se ale odpoutalo od svého autora, neboť se dotýkalo obecnějších skutečností. Freud měl k expresionismu či surrealismu nedůvěru a odtažitý vztah. Svým způsobem to pro něj bylo „zvrhlé umění“ a tak nebyl nadšen, že se jeho psychoanalýza dostala mimo jeho kontrolu. Zvláště jisté zobecňování a schematizace byla pro něj nepřípustná. Věděl, že nelze jednoduše přenést umělecký proces na pouhou teorii. Umělečtí vůdci – ve Francii André Breton a u nás Karel Teige však nové psychoanalytické poznatky přijímali i aplikovali naplno.”
(https://artrevue.cz/vychazi-zakladni-spis-psychoanalyzy-freud-dali-surrealismus/)

Teorie sublimace jako způsob transformace a vyjádření potlačených psychických impulsů nachází svůj projev v surrealistických a artificialistických dílech umělkyně Toyen. Její obraz „Potom, později“ zobrazuje dvě tajemné bytosti ve snové krajině, sdílející červený plamen. Tento surrealistický prvek představuje hluboké psychologické spojení a nevědomé síly, které se vynořují na po-

vrch a jsou transformovány prostřednictvím uměleckého vyjádření. Tím se práce Toyen dostává do souladu s Freudovým pojetím umění jako prostředku sublimace, kdy jsou potlačené impulzy a nevědomé obsahy přetvářeny do formy, která je kulturně přijatelná a esteticky působivá.

Toyen, společně se Štýrským, později vytvářela díla, která odhalují nevědomé světy a skryté psychologické stavy. V jejích dílech symbolismus hraje důležitou roli. Symboly a metafory, které používá, mají sílu odhalovat hlubší pravdy, skryté v nevědomí, což je v souladu nejen s Freudovou, ale také s Jungovou *teorií nevědomí*.

Fascinace principy sublimace lze nalézt v tvorbě Karla Teigeho. Jeho fotografická koláž s názvem „č.374“ je představena v depozitáři Památníku národního písemnictví: „Tímto typem koláže se Teige zabýval v období 1935–1951. Byla to neveřejná část jeho tvůrčí činnosti, kterou za jeho života znali jen nejbližší přátelé. Šlo o specifickou formu naplňování skrytých přání. Hlavním námětem těchto koláží se stala žena, ženský akt a jeho metamorfóza. Torzo ženského těla konfrontoval s různými aspekty reality. V poslední koláži, kterou vytvořil v roce 1951 a označil číslem 374, využil snímek avantgardního fotografa André Kertésze ze série Distortions. Protáhlé torzo ženského těla se vznáší nad potemnělou krajinou a je magicky přitahováno svitem měsíce, který se proměnil v ňadro.”
(https://65.pamatniknarodnihopisemnictvi.cz/dielo/CZE:PNP.77_72_183)

Tvorba obou autorů přetváří skryté psychické obsahy do vizuálních forem, nahlíží do hlubších vrstev lidské psychiky a odhaluje to, co by jinak zůstalo skryté. Právě tyto transformace a vizuální metafory spojují Freudovy teorie s uměním, které se tak stává médiem pro vyjádření skrytých aspektů lidské psychiky.



Teige a kol.
Abeceda
(1926)



Teige
Koláž č. 374
(1951)

{transformace lidského života prostřednictvím estetické zkušenosti}

John Dewey ve své práci *Art as Experience* představuje koncept umění jako cesty k transformaci lidského života skrze intenzivní estetickou zkušenost. Zde se propojuje s filozofickými koncepty Paul Brunton, který ve své knize *Duše a umění* tvrdí, že umění má povznášet naši duši a vést nás k vyššímu pochopení života.

Podle Deweyho umění není jen estetickým objektem, ale hlubokým prožitkem, který rozšiřuje naše vnímání a prohlubuje naše spojení se světem. Umělecké dílo podle něj přináší do života plnost, která je obvykle skryta za povrchem každodenního vnímání a prožívání světa.

Podle Bruntona vnímavost pro skutečné hodnoty v umění postupně připravuje člověka k hlubšímu chápání života. Tvrdí, že tvůrčí schopnost by se měla pěstovat a rozvíjet nejen jako prostředek osobního vyjádření, ale také jako nástroj duchovního růstu. Kvalita uměleckého díla je podle něj úzce spojena s vnitřním vývojem jak umělce, tak i recipienta. „Hledání krásy je v podstatě jiným aspektem pátrání po pravdě a dobru." (Brunton, Duše a umění, Santal 2019)

Tvrdí, že bychom měli hodnotit umění podle toho, jaké pocity v nás vyvolává. „Umění, které probouzí negativní emoce, poskytuje lidstvu špatnou službu. Naopak, umění přispívající k pročištění a zušlechtění na mentální úrovni představuje vedle estetického zážitku také impulz k celkovému vývoji." *(Brunton, Duše a umění, Santal, 2019)*

Tento koncept můžeme aplikovat na díla Bohuslava Reynka. Jeho umělecký styl je naplněn jemnou duchovní hloubkou a intenzivním emocionálním nábojem. Reynkovy grafiky a kresby – navzdory obtížím a zkouškám života, zachycují něhu a křehkost života. Reynkovy práce, jako například "Bílý motýl". Jeho díla nabízejí estetickou zkušenost – prožitek, který recipienta může transformovat a obohacovat jeho vnímání.

Stejně tak můžeme Deweyho teze aplikovat na díla Josefa Sudka, například na jeho fotografie z cyklu "Okno mého ateliéru". Tento cyklus zachycuje subtilní scény z pohledu na zamlžené okno.

Skrze běžné objekty a scény svou jemností nabízí recipientům nové možnosti vnímání a vytváří prostor pro zamyšlení a introspekci. Jablko před zamlženým oknem se v jeho snímku proměňuje v hluboký meditativní zážitek. Dnes bychom tyto jeho snímky mohli přirovnat k praktikám mindfulness – vybízejí nás k pozastavení se a vážení si přítomného okamžiku. Je to právě atmosféra, v níž byl Sudek mistrem. Tou nabízí jakousi náruč, která proměňuje běžné scény v meditativní zážitky.

„Světlo ve fotografii, v černobílý fotografii, to je tak trochu, neříkám nevyzpytatelný, ale podivný kouzlo. Když jsem byl mladej, tak jsem bez slunce nefotografoval. Myslel jsem si naivně, že to bez něj nejde. Samozřejmě že jsem později přišel na to, že to tak jednostranné bejt nemůže. Vono difúzní světlo vám navodí víc atmosféry, než to sluneční. Ve slunci to je efekt, který někdy může

vyjít a jindy nemusí. Ale v difúzním světle se vám věci projeví asi tak, jako byste si na ně mohli máknout. Takže třeba takovej deštivej den, to je bašta! Dřív, když byl deštivej den, tak jsem od toho odešel. Řekl jsem si, že se to dělat nedá. Víte, světlo vás to naučí. Když to nebudete lámat přes koleno. Heleďte, slunce někdy tý fotografii prospívá. A někdy prospívá třeba déšť! Vona tam hraje velkou úlohu ta atmosféra toho světla." *(Sudek, Fotografie magazín, březen, 1966).*

Jak uvádí John Dewey: „Estetická zkušenost, která je přímým výsledkem interakce živého organismu s prostředím, je něco víc než jen uspokojení smyslů. Je výsledkem, znamením a odměnou za interakci organismu s prostředím, která, když je plně realizována, se mění v participaci a komunikaci." *(Dewey, Art as Experience, Perigee, 1980)*.



Reynek
Bílý motýl
(1955)

{umění jako cesta k pravdě bytí}

Martin Heidegger ve své práci *Původ uměleckého díla* představuje koncept umění jako cesty k odhalení pravdy bytí. Podle něj je umění zásadním způsobem, jak se bytí samo odhaluje. Umělecké dílo přináší na svět pravdu, která je obvykle skrytá za povrchem každodenního vnímání a prožívání světa.

Podobně Rollo May, významný existenciální psycholog, zdůrazňuje, že umění umožňuje lidem vyjádřit hluboké emoce a konfrontovat se s vlastní existencí, což je stěžejním krokem k dosažení autenticity a plného života. Heidegger vidí umění jako cestu k odhalení pravdy bytí a Rollo May zdůrazňuje jeho význam pro osobní růst a autentické sebevyjádření. Umění pro něj bylo opravdu důležitou formou, May sám dokonce maloval. „Forma mi dává pocit radosti. Harmonie je svůdné slovo a vyvolává v lidech dojem, že je vše v pořádku. Umělci však především vědí, že všechno v pořádku není. To je také jeden z důvodů, proč se stávají umělci. Pokud člověk dokáže vytvořit takovou krásu, pokud dokáže projevit takovou odvahu, jakou bylo potřeba k vytvoření těchto obrazů, pak musí mít lidský život nějaký účel. Pak existuje naděje pro lidský život, má smysl.“ (May R., Personal reflections on art, Humanistic Psychology Institute, 1981).

Oba myslitelé se vzájemně doplňují a společně potvrzují, že umění je důležitým nástrojem pro zpracování hlubokých existenciálních otázek.

Tento koncept je možné přirovnat k abstraktnímu expresionismu Marka Rothka, který svými obrazy usiloval o vyvolání hlubokých emocionálních a duchovních prožitků. Rothko věřil, že jeho

díla mají schopnost komunikovat na nejzákladnější úrovni lidského vědomí, kde se odhaluje něco podstatného o lidském bytí.

Rothkovy obrazy nejen odhalují pravdu bytí, jak by zdůraznil Heidegger, ale také naplňují Mayovu vizi umění jako prostředku pro osobní růst a hluboké sebevyjádření. Skrze meditativní introspekci, kterou Rothkova díla vyvolávají, může recipient prožít proces, který May považuje za nezbytný pro dosažení autenticity a plného života.

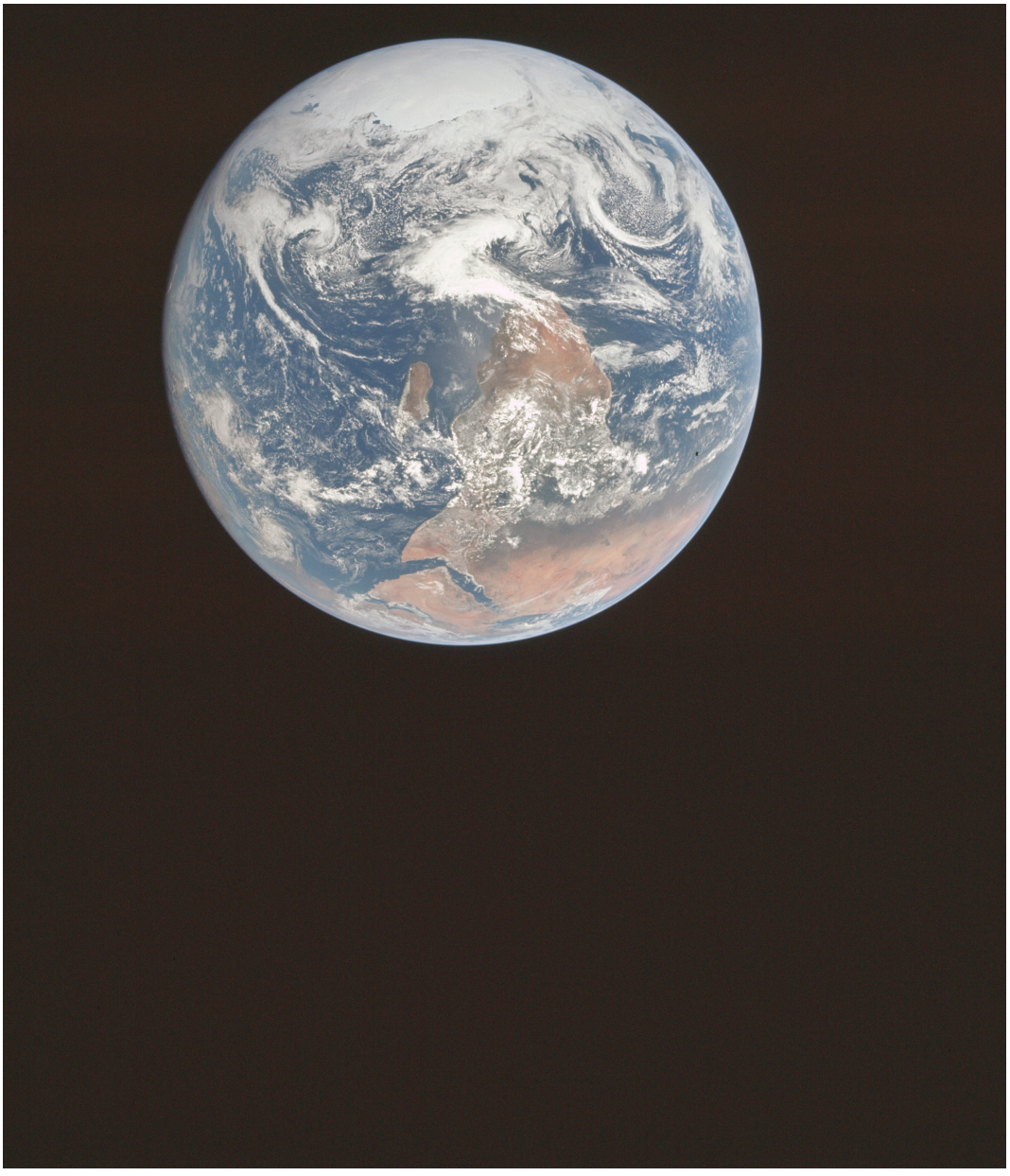
Rothkovy obrazy, například *modrý obraz* z roku 1968, tak působí jako portály do prostoru, kde se člověk setkává se základními otázkami své existence. „Nevěřím, že kdy byla otázka, zda být abstraktní nebo reprezentativní. Jde skutečně o to ukončit toto ticho a samotu, nadechnout se a znovu si protáhnout ruce, čímž se stávají možné transcendentální zážitky.“ (Rothko,The Romantics Were Prompted, 1947/48).

Jeho díla tedy nejsou jenom o něčem, ale jsou tím něčím – odhalují podstatu lidského bytí v okamžiku, kdy se člověk skrze umělecký zážitek přiblíží k pravdě své existence. Pro Heideggera se pravda neodhaluje v každodenních zážitcích, ale v momentech, kdy se člověk setkává s něčím, co ho přesahuje – v tomto případě s uměleckým dílem. Rothko svými obrazy vytváří pro takové setkání prostor – pro meditativní introspekci, ve které se odhaluje hlubší pravda bytí. Z tohoto pohledu je Rothkovo umění vnímáno nejen jako estetický zážitek, ale jako cesta k pochopení a prožitízákladních existenciálních otázek.

Ikonickým příkladem tohoto principu může být fotografie “The Blue Marble”, pořízená v roce 1972 během mise Apollo 17. Tento snímek, zobrazující Zemi jako malou, křehkou skleněnku plovoucí v nekonečném vesmíru, evokuje nejen estetický úžas, ale také hluboké filozofické otázky o lidské existenci. „Umělecké dílo otevírá určitý svět a zároveň ho staví zpět na zemi, jež teprve tím vychází najevo jako původní základ.” *(Heidegger, Der Ursprung des Kunstwerkes, vznik 1935, vyd. 1950).*

Fotografie “The Blue Marble” nejen odhaluje křehkost naší existence, jak by zdůraznil Heidegger, ale také rezonuje s Rollo Mayovým pohledem, kde je umění prostředkem k osobnímu růstu a hledání hlubšího smyslu v konfrontaci s otázkami bytí.

Rothkovy malby a fotografie naší planety Země jsou krásnými ilustracemi Heideggerových tezí o umění jako cestě k odhalení pravdy bytí. Rothkova abstraktní plátna, která vyvolávají hluboké emocionální a duchovní reakce, umožňují divákovi setkat se s podstatou lidské existence skrze intenzivní vizuální zážitek. Podobně „The Blue Marble“ představuje naši Zemi v celistvosti a tím evokuje uvědomění si našeho jsoucna.



NASA
Modrá skleněnka
(1972)

{umění jako prostředek k sebepoznání}

Jean-Paul Sartre věřil, že umění není pouze prostředkem k estetickému vyjádření, ale také zásadním nástrojem pro objevování sebe sama a reflexi hlubokých existenciálních otázek.

Tento filozofický náhled se výrazně promítá v expresionistickém díle Emila Filly „Čtenář Dostojevského“. Obraz zachycuje postavu zahlcenou četbou, která přechází do stavu introspektivního rozjímání. Toto rozpoložení, vyvolané konfrontací s Dostojevského literárními díly, odráží Sartrovu myšlenku, že umění dokáže zprostředkovat momenty, kdy se člověk setkává se svou vlastní existencí, s otázkami o smyslu života, morálních dilematech a pravdě o sobě samém.

Dostojevského díla jsou proslulá svým zkoumáním psychologických hloubek a morálních paradoxů, což jsou základní aspekty, které Sartre spojuje s autenticitou a existenciálním prožitkem. Fillův obraz můžeme v tomto smyslu chápat jako vizuální metaforu pro tyto existenciální zápasy. Postava na obraze není jen čtenářem, ale spíše jedincem, který je konfrontován s těmito otázkami – zahlcen, jakoby paralyzován tím, co čte, a zároveň donucen k hluboké introspekci.

Tento filozofický náhled se rovněž promítá v díle českého fotografa Jana Svobody, například v jeho fotografii „Polovina VII“. Svobodův analytický přístup k tvorbě, vyjádřený prací v uzavřených cyklech, ukazuje jeho záměrné zkoumání základních otázek kompozice, prostoru a iluze, které jsou zásadní pro vizuální a existenciální vnímání reality.

Fotografie „Polovina VII“ nabízí meditativní prostor pro introspekci a reflexi nad vlastní existencí. Svobodovy práce v tomto cyklu nejen emancipují fotografii jako svébytnou formu umění, ale také předkládají recipientovi otázky o povaze bytí, prostoru a vnímání, čímž naplňují Sartrovu představu o umění jako prostředku k sebepoznání.

Jeho práce evokuje pocit klidu a vybízí k zamyšlení. Svou minimalistickou kompozicí a jemnými texturami zároveň vyvolává hluboký pocit prázdnoty a tichého osamění. Tím vede recipienta k uvědomění si vlastních existenciálních otázek a vnitřních rozporů.

Sartre tvrdil: „Umění je prostředkem, jak člověk objevuje sebe sama“ *(Sartre, J.-P., „Co je literatura?“*, překlad: B. M. Kolb, Harvard University Press, 1988), což je myšlenka, která se v díle „Polovina VII“ jasně projevuje. Svobodovo dílo ztělesňuje nejen fyzický stav objektu, ale především jeho vnitřní, psychologický rozměr, který je zásadní pro existencionální otázky.



Filla
Čtenář Dostojevského
(1907)

{umění jako neoddělitelné od lidského prožívání}

Filozof Richard Wollheim ve své vlivné knize *Art and Its Objects* zkoumá zásadní otázky týkající se povahy umění, jeho vztahu k lidskému prožívání a roli, kterou umění hraje v naší kultuře. Wollheim tvrdí, že umění je hluboce spjato s lidskými emocemi a zkušenostmi, což ovlivňuje způsob, jakým lidé vnímají a interpretují svět. Tento pohled se přirozeně propojuje s teoriemi Carla Rogerse, jednoho z předních představitelů humanistické psychologie. Zdůrazňoval, že autenticita a osobní růst jsou nezbytné pro plné využití lidského potenciálu.

Rogersova teorie nám poskytuje rámec pro pochopení toho, jak může umění přispět k hlubokému osobnímu růstu a autenticitě. „Lidé jsou stejně úžasní jako západy slunce, pokud jim to dovolíte. Když se dívám na západ slunce, neříkám si – trochu změkči oranžovou v pravém rohu – nesnažím se západ slunce ovládat. Sleduji ho s úžasem, jak se rozvíjí." (Rogers C., A Way of Being, Houghton Mifflin Company, 1980). Umění podle něj terapeutickým nástrojem, který napomáhá lidem žít autentičtěji a plněji.

Tento pohled na umění jako na hluboce emocionální a osobní vyjádření je zřetelně patrný v postimpresionistickém díle Vincenta van Gogha. Jeho obraz "Hvězdná noc" nejen autenticky zachycuje van Goghův emocionální stav, ale také jeho vnitřní duchovní hledání. To je doloženo z jeho korespondence s bratrem Theem: „Snažím se stále více být sám sebou a relativně málo mi záleží na tom, zda to lidé schvalují nebo neschvalují."*(Vincent to his brother Theo, 13-17 April, 1885. https://acousticpaint.wordpress.com/2020/04/14/a-brief-history-of-vincent-van-gogh-quotes/)*

“Hvězdná noc“ je expresivním záznamem van Goghova duchovního zápasu a fascinace krajinou, která ho obklopovala. Dílo nás vtahuje do jeho světa díky své jedinečné formě a reflektuje Wollheimovu myšlenku, že umění je neoddělitelně spjato s individuálním prožitkem a subjektivní zkušeností.

Dílo zachycuje neustávající proud paprsků a znepokojivou atmosféru, která je pro van Gogha tak charakteristická. Horečně maloval, aby vyjádřil svou vnitřní upřímnost a zoufalou touhu po spojení s okolním světem, který viděl jen on sám. Díky tomu je van Gogh jedinečným malířem, jehož schopnost přenosu emocí na plátno nemá obdoby.

Wollheimovo přesvědčení podporuje i fotografická série “Equivalents“ Alfreda Stieglitze. Série obsahuje přibližně 350 abstraktních snímků oblak, která nejsou jen zobrazením nebeských jevů, ale vizuálním ekvivalentem jeho vnitřních emocí.

Stieglitz zde dokazuje, že umění může přenášet emoce sugestivně, podobně jako hudba, která ho v tomto díle inspirovala. To dokládá ve svém textu Jak jsem začal fotografovat mraky. „Mraky byly k dispozici všem... Chtěl jsem fotografovat mraky, abych zjistil, co jsem se za čtyřicet let o fotografii naučil. Prostřednictvím mraků jsem chtěl vyjádřit svou životní filozofii... Mým cílem je, aby mé fotografie vypadaly tak skutečně, že pokud člověk nemá oči a nevidí, nebudou vidět – a přesto si je všichni zapamatují, jakmile je jednou uvidí.” *(Stieglitz, How I came to Photograph Clouds, 1923. https://archive.artic.edu/stieglitz/wp-content/uploads/sites/6/2016/06/1923-09-19-Stieglitz-How-I-came-to-photograph-clouds-American-Amatuer-Photographer.pdf)*

Spojení Wollheimovy teorie s van Goghovým dílem “Hvězdná noc” a Stieglitzovou sérií “Equivalents” ukazuje, že umění může být ztělesněním hlubokých subjektivních prožitků, které jsou neoddělitelně spjaty s lidskými emocemi. Oba umělci autenticky přetvořili své niterné stavy do vizuální formy, díky které je možná ona rezonance. Tento proces podporuje Rogersovu teorii, podle níž je autentické sebevyjádření zásadní pro dosažení plného lidského potenciálu. Právě tato autenticita a emocionální hloubka činí umění originálním a jedinečným.



Stieglitz
Equivalents
(1925 -1934)

{závěr 02a}

Uvědomuji si, že porozumění tomuto prolnutí je individuálním a neustále se vyvíjejícím procesem. Umění je dialogem beze slov, který nás propojuje a nabízí nám souznění – s dílem, umělcem či se sebou samým. Duše je esencí umění a skrze tuto rezonanci se stává jeho neoddělitelnou součástí.

Tyto teoretické rámce nám umožňují analyzovat umění intelektuálně a také nám poskytují možnost nahlédnout do jiných světů, vidět věci z různých perspektiv a pochopit hlubší významy, které se skrývají pod povrchem.

Umění tak není jen odrazem duše, ale také jejím průvodcem. Jak poznamenává Kandinskij, „Umění by mělo být duchovním kompasem, který ukazuje směr a vede člověka k vyššímu poznání.“ *(Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009)*

umělecké komunikační prostředky

{úvod 02b}

Poté, co jsem představila způsoby, jak může být propojení umění a duše vnímáno a chápáno vnitřně – ať už skrze autora či recipienta – se zaměřuji na to, jak se toto spojení projevuje navenek. „Porozumět umění znamená pozdvihnout diváka na úroveň umělce“ (Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009).

Kandinského myšlenka mě inspirovala k napsání druhé části této kapitoly, která se zaměřuje na formy umělecké komunikace. „Umělec musí mít co říci, protože jeho posláním není formu zvládnout, ale přizpůsobit ji obsahu.“ (Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009)

Propojení mezi tvůrcem a jeho publikem je umožněno různými komunikačními prostředky. Aby mohlo být umělecké dílo plně vnímáno, je nezbytné, aby umělec využíval vyjadřovací nástroje, které toto spojení umožňují a prohlubují.

Pro pochopení uměleckého díla je třeba vnímat jeho celkový kontext – dobové, historické, politické, sociální a kulturní podmínky, které ovlivňují nejen samotného tvůrce, ale i jeho tvorbu a způsob, jakým je dílo vnímáno.

Umělecké směry, jako jsou impresionismus, expresionismus, surrealismus či abstraktní umění, nejsou jen individuálním vyjádřením umělců, ale také zrcadlí širší společenské a kulturní proudy své doby.

„Typ umění schopný dalšího vývoje vyrůstá z duchovního klimatu své doby. Není však jeho pouhou ozvěnou, věrným zrcadlovým odrazem, ale vyznačuje se nadto ještě prorockou silou, schopností hluboké introspekce a širokého záběru... Duchovní život, jehož neoddělitelnou součástí a zároveň jedním z nejúčinnějších prvků je umění, představuje sice komplikovaný, svou podstatou ovšem jednoduchý a snadno vysvětlitelný pohyb směrem kupředu a vzhůru. Je to pohyb, který je poznáním. Jeho formy mohou nabýt sice různých podob, ale jeho smysl a účel jsou stále stejné.” *(Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009)*

Bez ohledu na rozdílnost kontextů získává umění, které pramení z hloubky a autenticity, trvalý význam a hodnotu. Ačkoli se jednotliví autoři mohou na první pohled zdát velmi odlišní, když směřují k vnitřní podstatě, dochází k jejich setkávání. V hloubi bytí se umělecké vize začínají prolínat a sdílejí společné principy, poznání a odhalení. Tím, že umělci pronikají k jádru svého vyjádření, vytvářejí díla, která obsahují Sokratovo heslo: „Poznej sebe sama!“. Díky autenticitě a ryzosti se tak napříč žánry, směry i osobnostmi navzájem setkáváme a souzníme.

Konkrétní umělecké prostředky – barvy, tvary, technika, symbolika a kompozice – přenášejí podstatu díla a umožňují nám prožívat umění na hlubší, univerzální úrovni.

Každý z těchto prvků má svou jedinečnou schopnost překračovat běžné hranice jazyka a kultury a spojovat diváky s hlubokým významem uměleckého díla. Barvy mohou evokovat emoce, které slova nedokážou popsat; tvary mohou vyvolávat pocity harmonie nebo napětí, které rezonují na úrovni podvědomí; a symbolika může nést skryté významy, které odhalují mnohovrstevnatost lidské zkušenosti. Kombinace těchto prostředků vytváří nejen vizuální estetiku, ale také poskytuje hluboký smysl a spojení mezi umělcem a recipientem. Při interpretaci výše zmíněných uměleckých děl, která jsem již analyzovala z filozofických a psychologických perspektiv, se v této části lehce odkláním od čistě akademického tónu a přistupuji k osobnímu vnímání jejich emocionálního působení. Osobní interpretace má své opodstatnění, neboť si každý může – a měl by – vytvořit k uměleckému dílu vlastní vztah.

Různorodost prožitků a interpretací nejen prohlubuje naše vnímání umění, ale také rozvíjí společný dialog a podporuje širší spojení mezi lidmi. Umění tak přispívá ke kolektivnímu prožitku a vzájemnému pochopení.



Kandinskij
Improvizace 33
(1913)

{umělecké komunikační prostředky}

Barvy jsou obvykle prvním vizuálním prvkem, který zasáhne náš mozek. Barevnost na nás působí ještě dříve, než stihneme analyzovat tvary, kompozici nebo symboliku díla. Psychologické a biologické aspekty barev přidávají další vrstvu do pochopení jejich vlivu. Lidský mozek reaguje na barvy nejen emocionálně, ale i fyziologicky. Barvy mohou měnit naši náladu, vyvolávat konkrétní pocity a dokonce ovlivňovat vnímání samotného obsahu díla.

Barvy vnímáme každý den podvědomě. Například červená barva může zvýšit srdeční tep, zrychlit dýchání a vyvolat pocit vzrušení nebo naléhavosti. Naopak modrá barva zpomaluje srdeční frekvenci, uvolňuje svalové napětí a navozuje pocity klidu a introspekce. Tyto fyziologické reakce ukazují, proč jsou barvy tak účinným nástrojem v umění i v každodenním životě.

Každá barva nese své vlastní symbolické významy, které mohou být ovlivněny kulturou, historií i osobními zkušenostmi recipienta. Práce s barevným kontrastem, monochromem, harmonií, akcentem nebo dominancí může silně ovlivnit naše vnímání.

Tvary a linie určují strukturu a dynamiku každého díla. Tvary mohou nést význam samy o sobě a také mohou být prostředkem k vytvoření vizuálního rytmu, harmonie nebo napětí v obraze. Geometrické tvary jako kruhy, trojúhelníky nebo čtverce často symbolizují stabilitu, řád a racionalitu, zatímco organické, nepravidelné tvary mohou evokovat chaos, pohyb a přirozený svět.

Linie mají v umění zásadní roli, protože mohou určovat směr našeho vnímání a vést naše oči skrze celý obraz. Horizontální linie mohou působit klidně a stabilně. Vertikální linie mohou naznačovat sílu a vzestup. Diagonální linie naopak přinášejí dynamiku a napětí, mohou vytvářet pocit pohybu nebo dramatu.

Oválné tvary a kruhy jsou často spojovány s klidem a harmonií. Jejich plynulé, zaoblené linie v nás evokují pocit bezpečí a celistvosti. Kruhy se svou dokonalou symetrií a nekonečnou linií symbolizují nekonečnost, jednotu a věčnost. Ostré tvary, jako trojúhelníky, mohou vyvolávat pocity dynamiky a napětí. Nepravidelné tvary odrážejí spontánnost a proměnlivost a mohou v nás vyvolávat pocity neuchopitelnosti.

Kompozice a skladba obrazu jsou aspekty, které propojují všechny vizuální složky do harmonického celku a dodávají dílu rámec. Zvolená kompozice zajišťuje, aby barvy, tvary, linie a světlo se stínem spolupracovaly k dosažení zamýšleného efektu.

Proporční systém, zahrnující například zlatý řez, středovou kompozici nebo práci s plány, zajišťuje estetickou rovnováhu a harmonii, která na diváka působí přirozeně přitažlivě. Celková kompozice obrazu zajišťuje, že všechny jeho části fungují společně, čímž vytvářejí hluboký vizuální zážitek a umožňují obrazu jasně komunikovat své sdělení.

interpretace uměleckých děl

{sixtinská madona}

“Sixtinská Madona” – mistrovské dílo Raffaela Santiho, patří k nejvýznamnějším obrazům renesance. Její kompozice, barvy a symbolika vyjadřují hluboké náboženské a emocionální poselství, které jsem výše propojila s Platónovou teorií ideálních forem. Platónova myšlenka věčných a neměnných idejí, je zde nesena prostřednictvím formy mateřství a božské ochrany. Navíc lze tento obraz chápat i v kontextu Jungových archetypů, kde postavy Madony a Krista univerzálně představují vzory matky a dítěte, hluboce zakořeněné i v našem kolektivním nevědomí.

Kompozice “Sixtinské Madony” je detailně promyšlená a harmonická, což je pro renesanční umění typické. Ústřední postavou obrazu je Panna Maria, která drží v náruči malého Ježíše. Náš pohled je veden k mateřskému poutu, podpořenému jemným dotykem jejich tváří. Transcendence jejich pouta i významu je umocněna umístěním v prostoru – v oblacích.

Modrá barva Mariina pláště symbolizuje nebeskou čistotu. Kombinace modré a červené, často symbolizující dualitu božského a lidského, zde odkazuje na její roli matky. Světlejší tóny, které obklopují Pannu Marii a dítě, zdůrazňují jejich božskou auru. Obraz je složen převážně z vertikálních linií, které vedou pohled směrem nahoru, což symbolizuje vzestup do království nebeského.

Tento obraz pro mne má i osobní hodnotu, neboť jsem ho jako malé dítě měla nad postýlkou, možná ne jediná. Vždy pro mne symbolizoval laskavou ochranu a bezpečí. Když jsem dílo později viděla tváří v tvář, uchvátila mne jeho velikost. Má kolem dvou metrů a svou monumentálností nás převyšuje. Tento prvek, křesťanské umění někdy využívá – člověk se v jeho přítomnosti cítí maličký a vzhlíží vzhůru. Díky tomuto zážitku chápu, jakou má dílo sílu i ve své původní fyzické podobě. V modravém nebi jsou hlavičky andělů, o kterých jsem dříve netušila.



Cameron
Madona s dítětem
(cca 1865)

{fruits of the spirits}

“Fruits of the Spirits” tvořen jednotlivými snímky “Madona and Child” Julie Margaret Cameron je fotografický cyklus první významné ženské fotografky 19. století. Cameron je známá pro své symbolické portréty, které vznikaly v období piktorialismu, uměleckého směru zaměřeného na estetické a malířské kvality fotografie.

V tomto cyklu autorka pracuje s klasickým výtvarným námětem, který přenáší do nového média, čímž ve své době vytváří díla, která harmonicky oscilují mezi tradicí a modernou. Její madony jsou vyobrazeny s ženskou jemností a citlivostí, čímž nejen vzdává hold tradiční ikonografii Madony, ale také ji transformuje do osobního a intimního výrazu.

Tyto snímky vytváří pocit intimity a blízkosti, což je podtrženo měkkým, rozptýleným světlem, které dodává fotografiím éterickou atmosféru. Práci Cameron jsem spojila s Platónovou *teorií ideálních forem* a Jungovým pojetím archetypů, které představují univerzální, prastaré vzory a symboly existující v kolektivním nevědomí lidstva. Tyto symboly, společné napříč kulturami i časem, se objevují v mýtech, pohádkách, náboženství i umění.

Její cyklus “Fruits of the Spirits” nepůsobí pouze jako náboženský symbol, ale také jako univerzální obraz mateřské lásky a lidské blízkosti. Ačkoliv je Cameron někdy kritizována za přehnanou stylizaci a estetičnost, věřím, že její tvorba je přínosná. Jako žena přistupovala k tématům žensky, a její práce tak přináší autentický pohled na mateřství a citovou hloubku.





Cameron
Madona s dítětem
(1865)

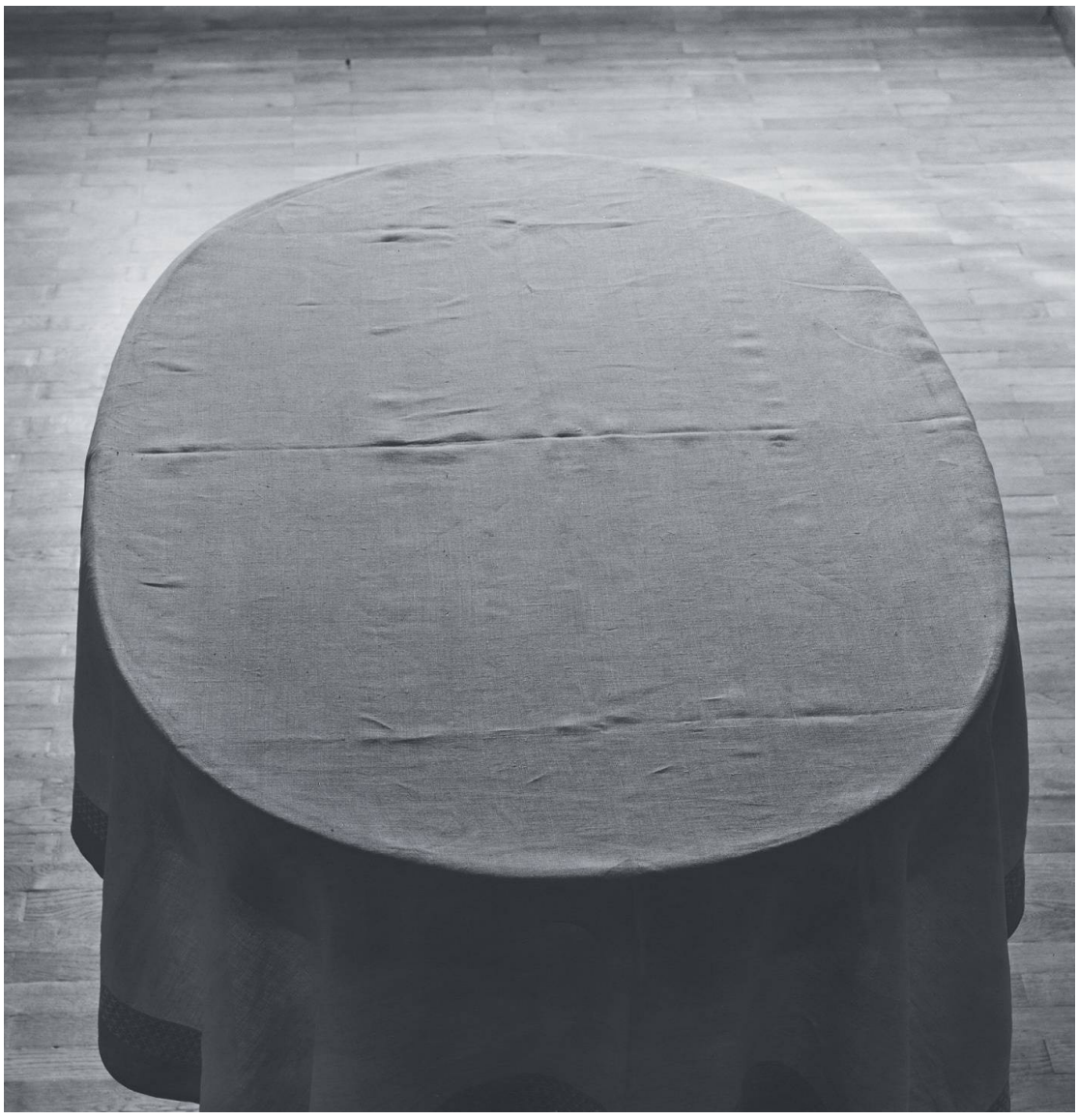
{čtenář dostojevského}

“Čtenář Dostojevského“ Emila Filly je dílo, které vyniká silnou emocionální a psychologickou hloubkou. Hlavní postava je umístěna v centru, a přestože je fyzicky přítomná, její mysl se nachází někde daleko – v temných a komplikovaných zákoutích Dostojevského románů.

Filla kombinuje chladné a teplé tóny, aby skrze kontrast vytvořil napětí a zdůraznil vnitřní rozpor. Modrozelená barva postavy a její zkormoucené tváře vyvolává dojem odcizení a bezmoci. Zasazení do rudorůžového prostoru dodává kompozici naléhavost existenciálních otázek.

Dílo vybízí k hlubší reflexi a působí jako zrcadlo, do kterého lze vložit vlastní myšlenky a emoce. „Utrpení a bolest jsou nutností pro každou širokou duši a pro každé hluboké srdce. Opravdu veliké lidi, jak se mi zdá, v životě nezbytně provází veliký smutek.“ (Fjodor Michajlovič Dostojevský, Zločin a trest, Academia, 2004)

Tato práce svým způsobem naplňuje Sartrovu myšlenku umění jako prostředku k objevování vnitřního já. “Čtenář Dostojevského“ zůstává silným symbolem univerzálních lidských zkušeností.



Svoboda
Stůl
(1981)

{polovina VII.}

“Polovina VII.“ Jana Svobody je příkladem autorova typického minimalistického přístupu, který se zaměřuje na předměty a detaily každodenního života. Fotografie zobrazuje pouze část postele – přeloženou přikrývku, ale způsob, jakým je obraz komponován a nasvícen, mu dodává zvláštní hloubku a význam.

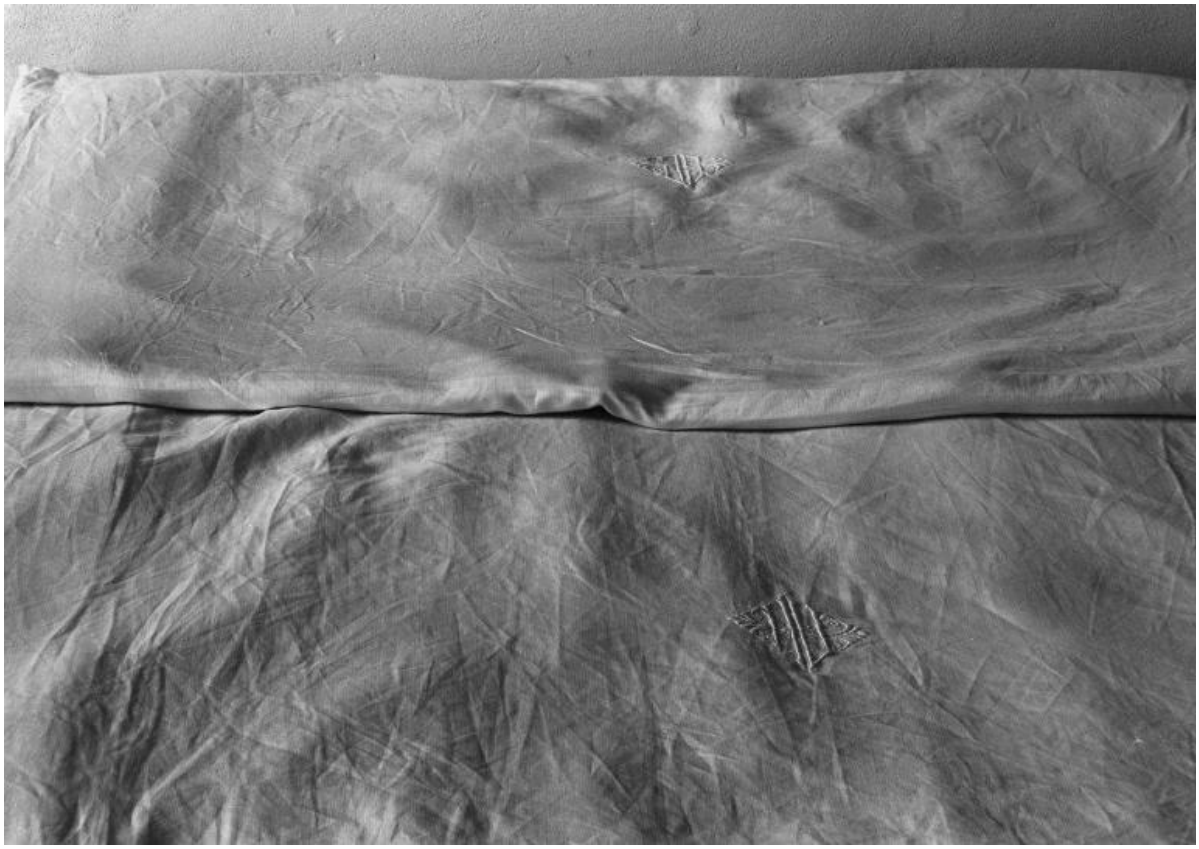
Horizontální linie a textury látky navozují pocit harmonie. Měkké, rozptýlené světlo vytváří klidnou atmosféru. Svoboda dokáže obyčejnou scénu proměnit v něco hlubšího, jak naznačuje samotný název. “Polovina VII.“ může být vnímána jako metafora čekání nebo neúplnosti. Absence člověka v prostoru, který působí lidsky, tento pocit zesiluje. Prázdnota zároveň vytváří prostor pro vlastní projekci.

Svoboda je známý svou schopností nalézt krásu a význam v obyčejných věcech, které jsou často přehlíženy. Svým důrazem na skromnou poetiku ukazuje, že umění nemusí být okázalé ani dramatické, aby bylo silné a působivé. Jeho redukovaný styl vybízí k introspekci a reflexi, čímž naplňuje Sartrovu představu o umění jako nástroji pro objevování vnitřního já.

Jan Svoboda bývá někdy označován za pokračovatele díla Josefa Sudka. Podobně jako se Schiele odklonil od Klimtova stylu, i Svoboda se vydal autentičtější a aktuálnější cestou. Jeho fotografie, oproštěné od okázalé estetiky, jdou přímo k jádru věci, přesto v nich zůstává ryzost a krása.



Svoboda
Dotýkání
(1971)



Svoboda
Polovina VII.
(1970)

{jákobův žebřík}

“Jákobův žebřík“ Marca Chagalla zobrazuje biblický příběh z knihy Genesis. Tato scéna, plná mystiky a symboliky, je pro Chagalla typická svou výraznou barevností. Vzhledem k Chagallovu životu a tvorbě je možné interpretovat tento obraz i jako vyjádření umělcovy touhy po domově.

Chagall v tomto díle kombinuje prvky surrealismu, expresionismu a symbolismu, aby vytvořil obraz, který je nejen vizuálně strhující, ale také hluboce meditativní a duchovní. Ne náhodně jsou zde použity kontrastní barvy. Intenzita rudého pulsujícího nebe v sobě nese naléhavost a touhu po duchovní cestě. Obloha se otevírá a sálá vnitřní oheň, který volá na cestu vzhůru – ke světlu. Zatímco modř noci je tichá a tajemná a závojem přikrývá zemi i její pozemskost. Andělé v bledších tónech klidně vystupují po žebříku a zároveň nás tiše provázejí mezi nebem a zemí. Vertikální linie nás opět vede vzhůru. Chagallova kompozice je dynamická a plná pohybu. Vytváří dojem neustálého přechodu mezi světy – mezi sněním a realitou.

Chagallova tvorba souzní s Aristotelovou *teorií katarze*, která hovoří o emocionální očistě prostřednictvím umění. Obrazy Marca Chagalla, plné kontrastů, zmatku i něhy, se mne vždy hluboce dotýkaly. Jejich odkaz na transcendenci rezonuje s mou vlastní vírou a vede mne k zamyšlení. Právě proto jsem se rozhodla, že umění bude nedílnou součástí mého života. Každé umělecké dílo, které se mně hlouběji dotklo, mne posunulo blíže k sebepoznání i širšímu a prožitějšímu obejmutí světa kolem. Věřím, že právě katarzní rovina umění je jedním z úvodů, proč nás dokáže tak silně oslovovat a naplňovat. K dílům, která mě hluboce zasáhla, patří i ta od Chagalla.



Chagall
Nez názvu
(1956)



Chagall
Jákobův žebřík
(1973)

{ecce homo}

Ivan Pinkava ve své fotografii “Ecce Homo“ přináší hluboký a znepokojivý pohled na lidskou zranitelnost a utrpení. Tato černobílá fotografie představuje torzo lidského těla posetého jizvami, které symbolizují fyzické i psychické rány. Minimalistický snímek fotografie je nekompromisní svou syrovostí a zranitelností.

Pinkava vyplnil tělem celý prostor, jako by nenechal místo pro nádech. Skrze sugestivní formu se musíme přímo pohroužit do obsahu. To je podtrženo i absencí barvy. Kontrast mezi bílou kůží a černými jizvami vytváří dramatický efekt, který okamžitě upoutává pozornost. Dílo je tak silné právě díky své surovosti a otevřenosti. Utrpení a jizvy nesou náš příběh.

Fotografie “Ecce Homo“ může být také vnímána jako moderní interpretace ikoniografie, připomínající bičovaného Ježíše Krista, čímž autor zobrazuje tragédii a bolest, ale zároveň i naději na vykoupení. Pinkava ve své tvorbě pracuje s archetypálními gesty a symbolickými atributy, které odkazují k hlubokým vnitřním zápasům. Tento snímek nás konfrontuje nejen s fyzickou bolestí, ale i s psychickou zranitelností, čímž otevírá prostor pro hlubokou vnitřní reflexi a emocionální očistu, jak ji popisuje Aristotelova teorie katarsis.

“Ecce Homo“ znamená Hle, člověk, což odkazuje na biblický výrok, kdy byl Ježíš Kristus předveden před lid jako symbol lidského utrpení a vykoupení. Pinkava však tento koncept jemně přetváří a přenáší ho do současného kontextu, kde lidská zranitelnost a utrpení zůstávají stále aktuálními tématy. Jak jsem zmínila výše, toto dílo může rezonovat i s motivy sebepoškozování, kdy jizvy na těle mohou symbolizovat vnitřní boje, prožité trauma či tíhu existence. Fotografie vyzývá k zamyšlení nad lidskou zranitelností a křehkostí. Tvorba Ivana Pinkavy mne uchvacuje – vyvolává ve mně silně ambivalentní pocity nádhernými, precizně zpracovanými obrazy, které nelítostně odrážejí lidskou bolest, nedokonalost a nepřikrášlené skutečnosti.



Pinkava
Postel
(2008)



Pinkava
Stržený ornament
(2012)

{dívka s pokrčenými koleny}

“Dívka s pokrčenými koleny“ Egona Schieleho je silným příkladem jeho schopnosti zachytit nejen fyzickou podobu, ale i hluboký vnitřní svět svých modelů. Schiele, žák Gustava Klimta, který byl zásadní postavou vídeňské secese, se postupně odklonil od secesního stylu směrem k expresionismu.

Je známý svým jedinečným projevem, který spojuje výraznou expresivitu s hlubokou introspekcí. Na rozdíl od mnoha svých současníků se neodkazuje na historické nebo ikonografické vzory, ale zaměřuje se na niterné prožitky a psychologické stavy portrétovaných, přičemž do nich často promítá i své vlastní vnitřní konflikty a existenciální úzkosti.

Jeho tvorba je přímočará a aktuální. Odráží nejen dobové společenské a kulturní otázky, ale i vlastní reflexi vnitřních bojů. Tato kresba, typická pro jeho práci, zaujme především dynamickou kompozicí a malířskou linkou. Jeho tahy jsou ostré a energické. To dává kresbě jistou syrovost a naléhavost. Linie, které jsou často přerušované a neúplné, odrážejí rozervanost a nejistotu.

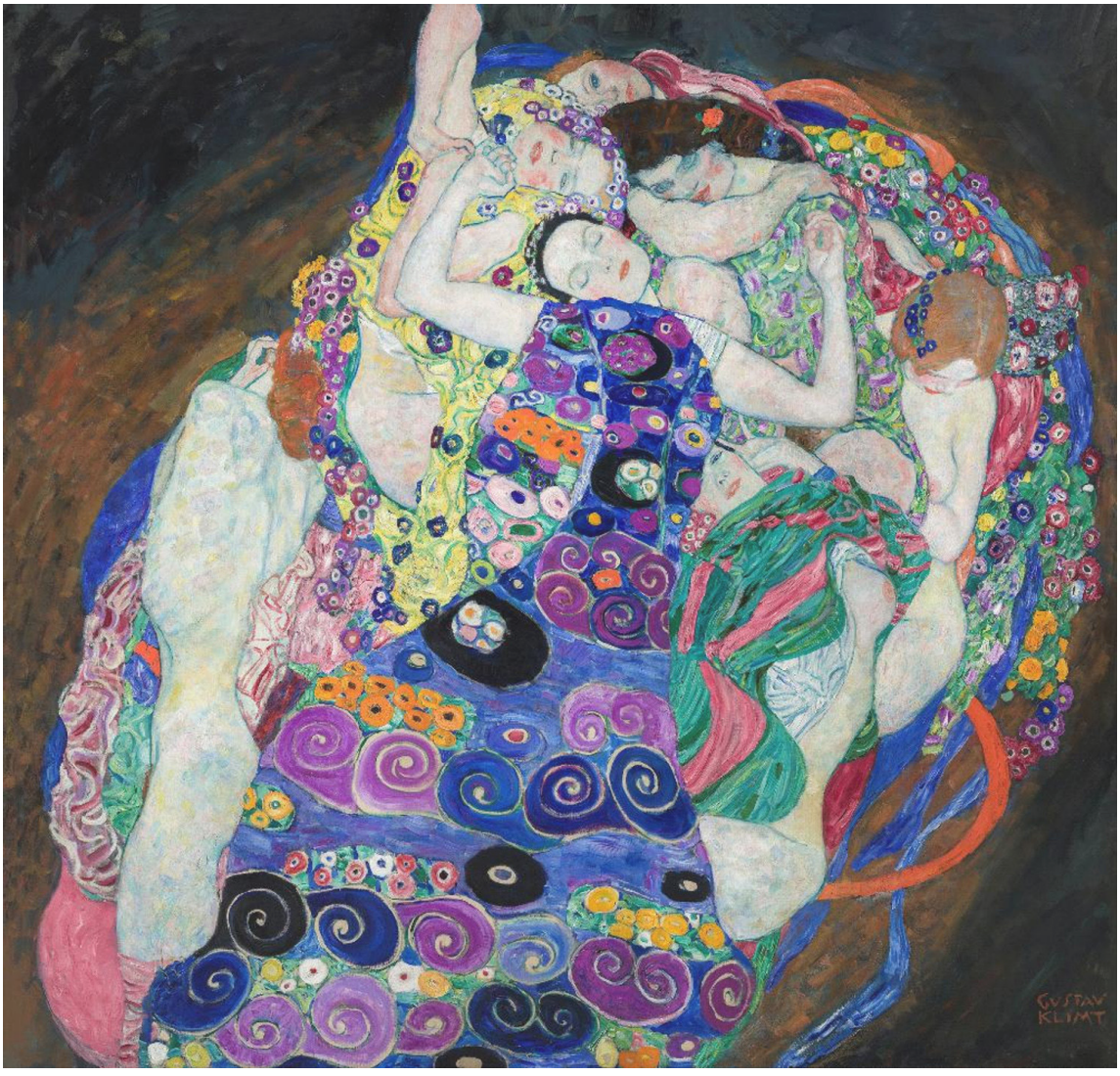
Zelená barva halenky může symbolizovat mládí, zatímco měděné vlasy evokují vzpurnost, odkazující na vnitřní boje i odhodlání s nimi zápasit.

Výraz dívky je zamyšlený. Její přikrčená poloha a ruce spojené v klíně vyvolávají pocit izolace, ale zároveň i potřeby chránit svůj osobní prostor. Rozkročené nohy naznačují určitou rozpolcenost – fyzicky se odhaluje, ale emocionálně se uzavírá, chráníc tak svou duši. Schieleho schopnost zachytit vnitřní napětí dává vzniknout silnému psychologickému portrétu, který zrcadlí existenciální otázky a zápasy, jež jsou ústředními tématy Nietzscheho filozofie.

Zatímco Gustav Klimt uchvacuje davy svou dekorativností a symbolikou, Egon Schiele oslovuje svým intimnějším a osobnějším přístupem. Klimtovy obrazy často působí jako fascinující vize krásy a harmonie. Schieleho díla nejsou určena pro davy, ale spíše pro jednotlivce, kteří se dokáží ztotožnit s jeho neklidným světem. Jeho tvorba je přímá a surovější, odhaluje skrytá traumata a ambivalenci. Právě proto je Schiele vnímán individuálněji.



Schiele
Svlékání
(1914)



Klimt
Panna
(1913)

{být andělem}

Francesca Woodman je známá svou introspektivní fotografickou tvorbou, která zkoumá téma identity, tělesnosti a transcendence. Série “On Being an Angel“ je jedním z jejích nejznámějších cyklů, ve kterém se zabývá konceptem lidské křehkosti a touhy po duchovním osvobození.

Fotografie je zasazena do prázdného prostoru, který podporuje tajemnou a melancholickou atmosféru. Woodman používá neobvyklé úhly pohledu a zkreslené perspektivy, čímž zdůrazňuje pocit neklidu a nejednoznačnosti. Své tělo autorka využívá jako prostředek k vyjádření emocí.

Její autoportréty se zdají být v procesu proměny, jako by se snažily překročit svou fyzickou existenci a stát se něčím víc – *andělem*. Na pomezí mezi tělem a duší, odráží vnitřní konflikt a touhu po úniku z fyzických sevření.

Francesca Woodman je v současnosti jednou z fotografek, které jsou mému srdci nejbližší. Narazila jsem na ni při své fotografické stáži v Anglii před několika lety. Kdyby mi její práci někdo ukázal dříve, asi bych ji vnímala jako příliš – příliš dramatickou a příliš symbolickou. Dnes si však vážím její odvahy být sama sebou a vášnivě tvořit – řídit se vnitřním impulzem, který ji pohání. V různých etapách života se měníme, vyhledáváme různé podněty – hledáme něco nového, nebo se vracíme k tomu, co jsme dříve přehlíželi, protože to nyní vnímáme jinak.

“On Being an Angel“ (Být Andělem), subjektivně interpretuji současně jako “být úhlem pohledu“ (on being an angle). Tento dvojsmyslný název zrcadlí vnitřní boje a existenciální otázky, které se v její tvorbě často objevují. Podle mého názoru Woodman dokazuje, že umění fotografie může být terapeutickým nástrojem na mnoha úrovních – v procesu tvorby, v komunikaci těžko sdělitelných emocí a v přispění k destigmatizaci duševních stavů. Fotografie jí pomáhala bojovat a žít, a její dílo tak má a bude mít silný dopad na mnoho lidí.





Woodman
On Being an Angel
(1977)

{modrý obraz}

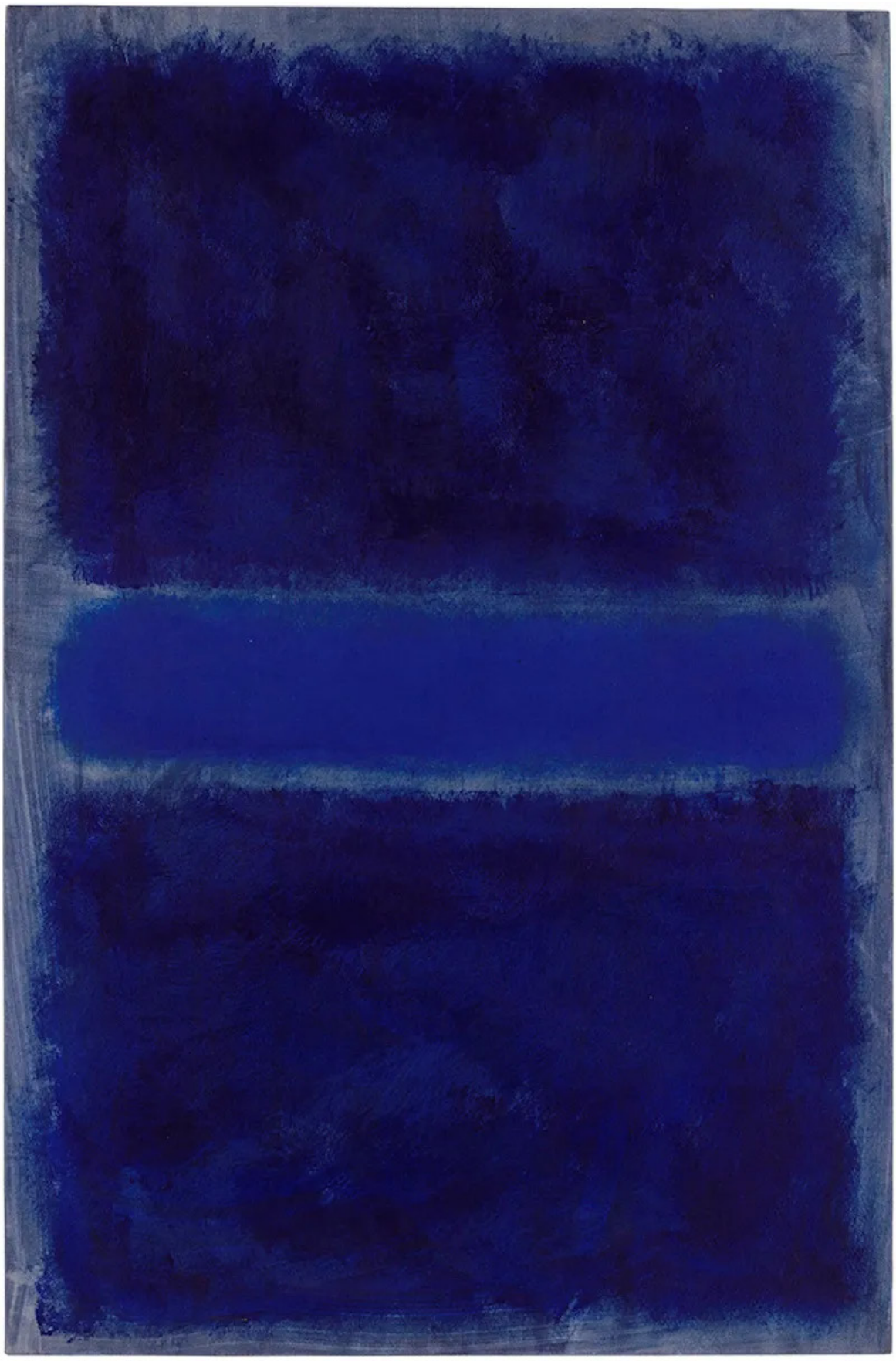
Mark Rothko, významný představitel abstraktního expresionismu, často nepojmenovával své malby. Tento přístup vycházel z jeho filozofie a uměleckého záměru, který se soustředil na čistý emocionální a vizuální prožitek.

Rothko věřil, že název by mohl ovlivnit nebo vést k určité interpretaci. Přál si, aby jeho malby působily přímo na emoce a podněcovaly introspekci bez nutnosti symbolického výkladu, který by název mohl naznačovat. Tímto způsobem se snažil dosáhnout univerzálního a transcendentálního zážitku, který by se mohl lišit v závislosti na našem vlastním vnímání a emocionálním stavu. Rothko tvrdil, že jeho obrazy nejsou abstrakce, ale spíše prožívané skutečnosti nebo duchovní zážitky.

Modrý obraz z roku 1968 je dílem, které nás vtahuje do světa meditace a kontemplace. Na první pohled se zdá, že barvy jsou jeho jediným výrazovým prostředkem. Autor zde svým přístupem k barvě a formě dosahuje silného účinku s minimálními prostředky. Tím dokládá, že v prostotě se často skrývá největší síla. Barvy a formy v jeho díle nejsou pouhými vizuálními prvky, ale nesou hluboká emocionální a existenciální témata.

Plátnu dominují horizontálně rozložená barevná pole ve tvarech obdélníků. Tyto formy navádějí k rámování našeho bytí, zatímco jejich nevyplněnost nabízí prostor pro zkoumání směřování naší duše. Modrou barvu zde můžeme propojit s introspekcí, klidem, ale také melancholií, či pocitem osamění. To vytváří pocit hloubky a nekonečna. Jako když hledíme do oceánu a přemítáme nad smyslem života, nebo kontemplujeme.

Tento obraz je ukázkou toho, že jednoduché formy a barvy mohou nést složité a hluboké významy. Rothkův obraz nás vede k introspekci a ukazuje, že umění může sloužit k odhalení hlubších pravd našeho bytí.



Rothko
Bez názvu
(1968)

{the blue marble}

“The Blue Marble,“ pořízená astronauty NASA během mise Apollo 17 v roce 1972, je první snímek Země pořízený z vesmíru. “Modrá skleněnka” nebo “Modrá kulička”, je uchvacující svou jednoduchou krásou a hlubokým poselstvím.

Naše planeta, vznášející se v temném vesmíru, evokuje jednotu, celistvost a nekonečno. Tento pohled nás naplňuje pocitem zodpovědnosti a uvědoměním si toho, jak je křehká a vzácná Heidegger tvrdil, že umění má schopnost přivést nás k hlubšímu pochopení našeho bytí a místa ve světě. Vyobrazuje pravdu o naší existenci a vztahu k Zemi způsobem, který slova nedokážou vyjádřit.

Modrá barva oceánů, bílá oblaka, sníh a hnědo-zelené pevniny tvoří harmonii, která symbolizuje život, přírodu a lidstvo na Zemi. Tento barevný soulad odráží klid i proměnlivost. V kontrastu s černotou vesmíru naše skleněnka září jako arcikam, který je unikátní a zranitelný. Pohled tak na Zemi vyvolává pocit úžasu a pokory. Tato fotografie nám ukazuje, jak malí jsme ve srovnání s nekonečností.

„The Blue Marble“ je jedním z nejvýznamnějších symbolů environmentálního uvědomění. Neustále nám připomíná, jak důležité je naši planetu udržovat a chránit.

{bílý motýl}

„Bílého motýla“ Bohuslava Reynka jsem připojila k teorii Johna Deweye o umění jako prostředku transformace lidského života skrze estetickou zkušenost.

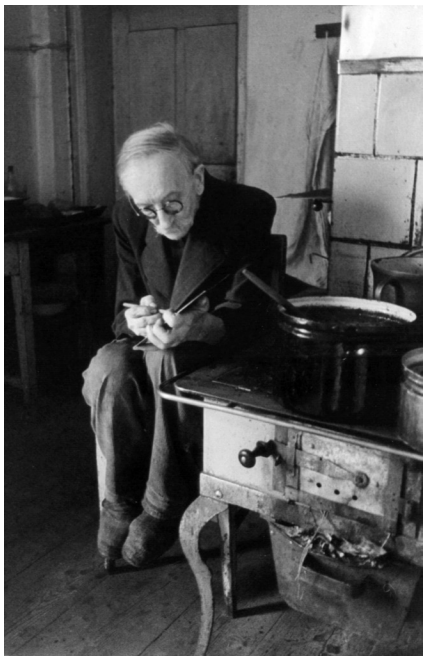
Tento obraz rezonuje s Reynekovou poetikou a spiritualitou. Jeho umění jemně prolíná viditelné s neviditelným, světské s duchovním. Tím se dokonale zrcadlí filozofická perspektiva, kdy umění není jen estetickým objektem, ale hlubokým prožitkem, který rozšiřuje naše vnímání a prohlubuje naše spojení se světem.

Kompozice grafiky „Bílý motýl“ je postavena na subtilní rovnováze mezi chaosem a řádem. Jemné tóny starorůžové a zelené dodávají obrazu něhu, zatímco jemné linie vyobrazují louku, ve které je hlavním motivem bílý motýl umístěný ve zlatém řezu. Ten evokuje čistotu a transcendenci.

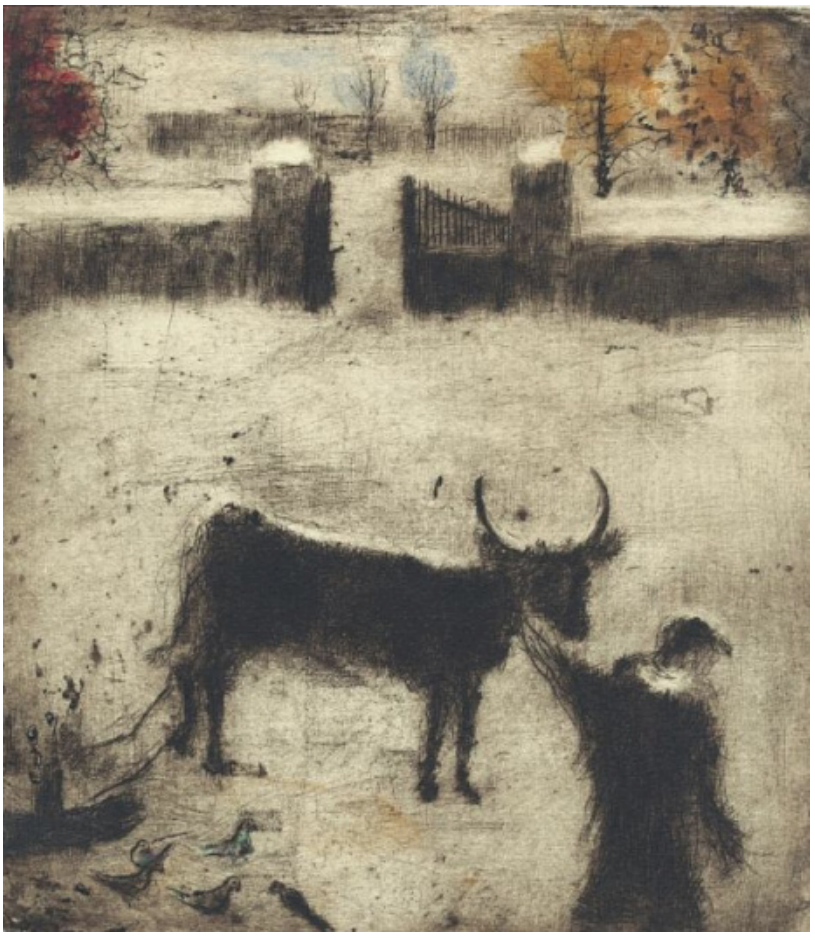
Bělásek symbolizuje něco prchavého, co se může brzy ztratit. Reynek tímto způsobem přenáší do díla své úvahy o pomíjivosti a křehkosti života.

Paul Brunton tvrdí, že umění není jen odrazem naší reality, ale je také jejím aktivním tvůrcem, který formuje naše vnímání a zkušenosti. Umění nás vyzývá, abychom se zastavili a pozorovali, což vede ke zvědomění našich emocí a myšlenek. Deweyho důraz na estetickou zkušenost mne také učí, že umění může být prostředkem k budování empatie. Když sdílíme estetické zážitky, spojujeme se na hlubší úrovni a můžeme mezi sebou lépe souznít.

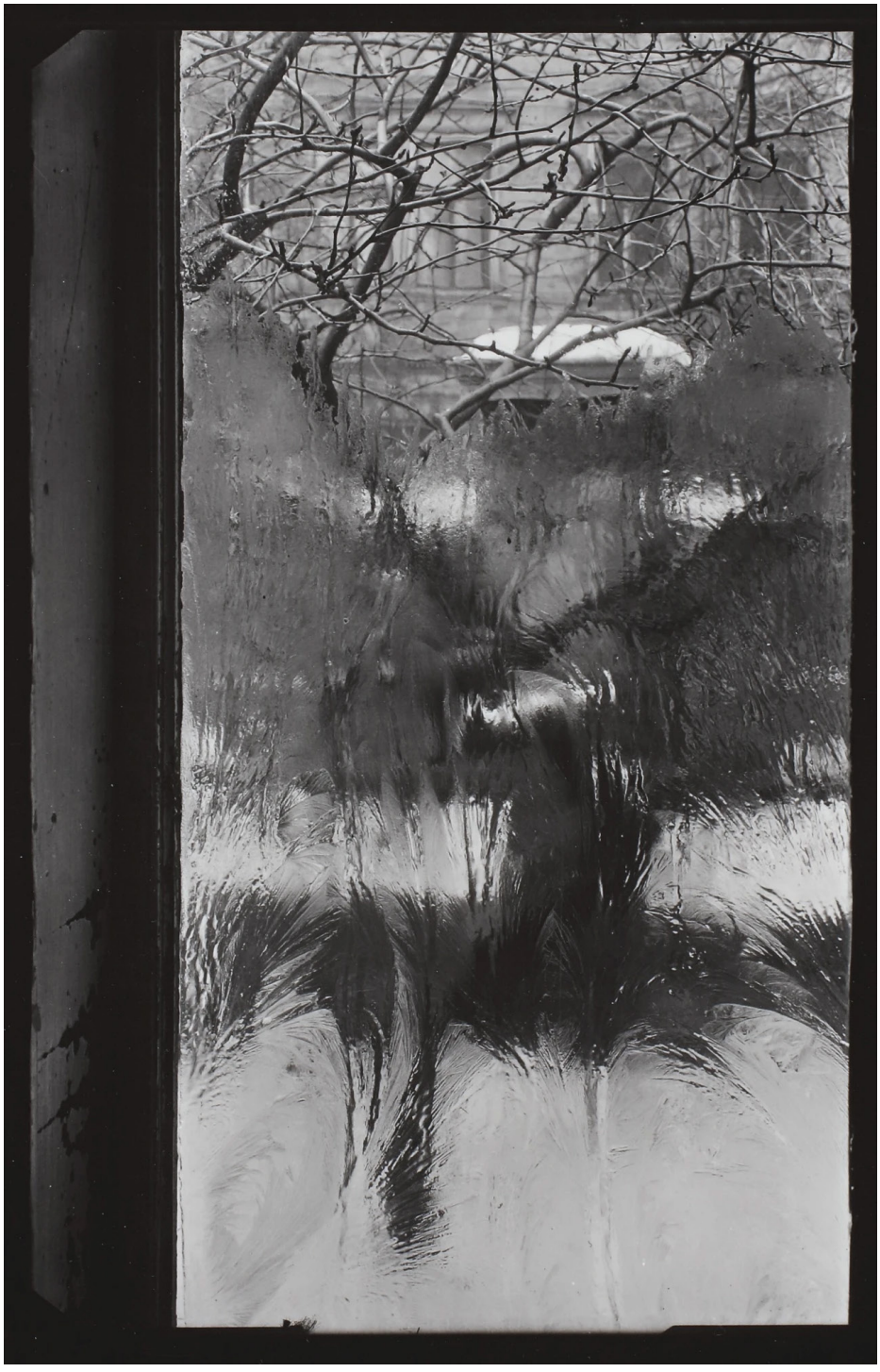
Bohuslav Reynek i jeho Petrkov jsou zaznanenáni na nádherných fotografiích Dagmar Hochové a Jiřího Škocha. V dnešní době je z jejich zámečku Česko-francouzské kulturní centrum a Muzeum literatury – také k památce jeho ženy básnířky Suzanne Renaud.



Hochová
Bohuslav Reynek
(1967)



Reynek
Dvůr v zimě II.
(1955)



Sudek
Okno mého ateliéru
(1940–1954)

{okno mého ateliéru}

Josef Sudek, je jedním z nejvýznamnějších českých fotografů známý svou schopností zachytit s neobyčejnou citlivostí světlo a atmosféru. Jeho cyklus “Okno mého ateliéru” představuje hluboký vhled do světa, jak ho prožíval skrze svůj pražský ateliér a je jedním z jeho nejznámějších děl.

Zamžené Okno, pokryté kapkami vody odráží jemné světlo a vytváří pocit melancholie. Stíny v pozadí přidávají fotografii další vrstvu textury a hloubky, což odkazuje k tajemství a neuchopitelnosti světa venku, což může symbolizovat hranici mezi vnějším a vnitřním. Vertikální linie kapek, které stékají dolů, evokují pocit uklidnění a podporují rozjímání. Tím, že je snímek fotografován zevnitř, nás přivádí zpět k nám samým. V našem vlastním pokojíčku si můžeme vytvořit svět, který dokážeme uchopit. Pokoj či ateliér může být v tomto případě metaforou pro duši.

Tvorbu Josefa Sudka vnímám jako vlastní cestu k uzdravování. Jeho estetické snímky slouží jako forma autoterapie, prostřednictvím které se vyrovnává s válečnými traumaty.

Sudek zde mistrovsky kombinuje jednoduché prvky každodenního života s hlubokou symbolikou a vytváří tak dílo, které promlouvá na několika úrovních najednou. Tato fotografie je nejen vizuálně krásná, ale také hluboce duchovní, což z ní pro mne utváří jedno z vrcholných děl české fotografické tvorby.

Jeho tvorba byla mým prvním střetem s *uměním fotografie* a hluboce si ho vážím. Tak, jak mi to vetkli na Střední grafické škole v Hellichově ulici – jen pár kroků od jeho ateliéru, který je nyní galerií a stále uchovává svůj *genius loci.*



Sudek
Okno mého ateliéru
(1952)

{hvězdná noc}

Vincent van Gogh během života nedoceněný, je dnes považován za ikonického malíře. Jeho “Hvězdná noc“ je často interpretována jako obraz jeho duševních stavů a vnitřních zápasů.

V jeho obrazech jako by byly barvy vibracemi, které rezonují hluboko uvnitř – buď radostně, nebo bolestně. Jeho barvami jsou modrá a žlutá. Žluť může komunikovat radost a fascinaci, zatímco modrá současně touží po zklidnění. Hvězdy a spirály mohou symbolizovat snění a chaotické myšlenky, které pod návalem silných emocí víří a pulzují.

Jeho malířská postimpresionistická technika je dalším signifikantním prvkem. Vyznačuje se vytvářením vrstev a škrábáním povrchu – drapováním, což jeho obrazům dodává texturu a odráží jeho vášnivost pro zachycení každého intenzivního pocitu, který v něm vyvolává příroda, jež ho obklopuje.

Intenzitu jeho prožitku jsem pocítila i prostřednictvím biografického románu *Žízeň po životě* od Irvinga Stonea. Jeho dramatický život má i několik filmových adaptací, například animovaný film “S láskou Vincent“. Mně bylo bližší velmi citlivé zpracování jeho života s názvem “U brány věčnosti“.

Díla Vincenta van Gogha nepochybně patří mezi ta, která zapadají do teoretických rámců, jež zkoumají umění jako neoddělitelnou součást lidského prožívání. Tato malba je nejen vizuálním ztělesněním autorových hlubokých emocí a duševních stavů, ale také výrazem autenticity a osobní pravdy, které jsou zásadní pro teorie Richarda Wollheima i Carla Rogerse,
jak jsem již psala výše.

Jeho tvorba je důkazem, že umění může být silným prostředkem pro autentický a plně prožitý život. Šíře duše, která může být porouchaná, intenzivněji cítí bolest ale i krásu. Věřím, že právě tato vnímavost mu umožnila stvořit tak velká díla.



van Gogh
Květ mandloně
(1880)



van Gogh
Hvězdná noc
(1889)

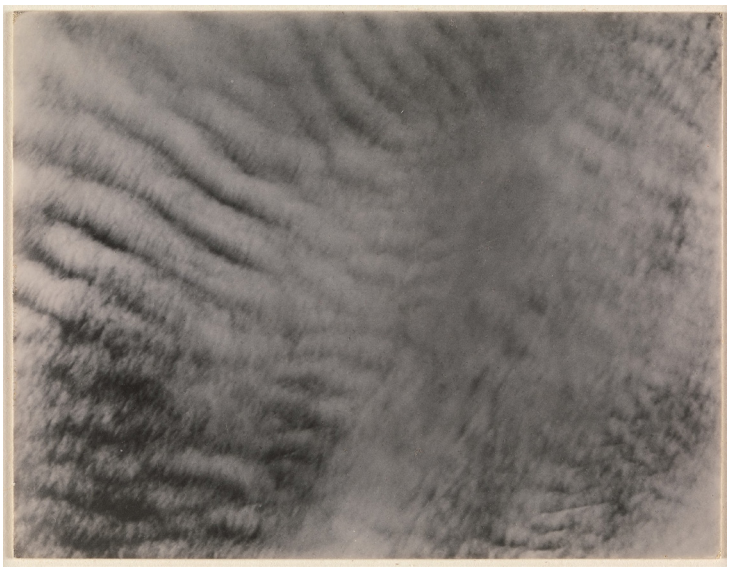
{equivalents}

Cyklus “Equivalents“ Alfreda Stieglitze je výsledkem jeho snahy o zachycení emocí a vnitřních stavů prostřednictvím fotografie. Jak sám poznamenal, a jak jsem zmínila, v tomto souboru se odráží vše, co se o fotografii během svého života naučil. Mraky, se svou neustále se proměňující formou, mohou být vnímány jako zrcadlení lidského prožívání.

Tímto způsobem se Stieglitz pokusil překročit hranice tradičního fotografického záznamu a vytvořit dílo, které vyjadřuje hluboké vnitřní emoce a plynoucí psychologické procesy.

Každá fotografie v sérii “Equivalents” může zapůsobit samostatně, ale právě množství a rytmus jejich prezentace v rámci cyklu umocňují celkový účinek. Jednotlivá nebesa se tak spojují do komplexního díla, které evokuje plynutí a neustálou proměnu. Do tohoto rytmu, podobně jako do melodie v hudbě, která byla Stieglitzovi inspirací, promítl autor své prožívání. Tento cyklus jsem připojila k diskuzi o umění jako neoddělitelném od lidského prožívání. Stieglitzovým cílem bylo vytvořit dílo, které odhaluje hlubší významy a emoce skryté pod povrchem.

Cyklus “Equivalents“ má významnou roli v diskuzi o fotografii jako výtvarném médiu. Stieglitzovo dílo přesvědčivě dokazuje, že fotografie není pouze nástrojem pro zachycení reality, ale může také fungovat jako prostředek pro vyjádření subjektivního vnímání. Ukazuje, že i přímá fotografie může být abstraktní a předávat transcendentní významy.





Stieglitz
Equivalents
(1925-1934)

{potom, později}

Toyen, významná surrealistka a spoluzakladatelka artificialismu spolu se Štýrským, se zaměřovala na prozkoumávání nevědomých psychických procesů. Tento směr vytvářel imaginativní malby, zachycující tvary v beztížném prostoru na základě asociací vzpomínek a pocitů.

V obrazech Toyen se zkoumá hranice mezi realitou a snem, čímž vznikají tajemné a vrstevnaté kompozice. Spojuji ji s Freudovou teorií sublimace, která vysvětluje transformaci vnitřních impulzů do kulturně přijatelných forem.

V obraze “Potom, později‘ jsou dva stylizovaní ptáci v diagonálním uspořádání, což dodává kompozici dynamiku a napětí. Submisivní pozice zeleného ptáka, který má bříško nahoru, symbolizuje jeho pozemskou podřízenost a zranitelnost, zatímco modrý pták sklánějící se zpříma z výšky odkazuje na duchovní aspekt. Tento kontrast zdůrazňuje dualitu mezi fyzickým a metafyzickým.

Diagonála vede náš pohled obrazem a zdůrazňuje jejich vzájemný kontakt, posílený barevným akcentem ve zlatém řezu kompozice. Zářivě rudý plamínek, který si postavy předávají, nás okamžitě vtáhne do obrazu. Místo, kam směřuje náš pohled, je bod, kde se oba subjekty setkávají – v tichém, ale intenzivním doteku. Rudá barva odkazuje k vášni, k něčemu intenzivnímu a silně sugestivnímu. Symbolika ohně naznačuje, že jde o něco planoucího, či spalujícího uvnitř.

Tento obraz nás zve k introspekci a zkoumání našich vlastních vnitřních vášní a tužeb. Celým dílem se nese dualita – od barev a tvarů až po symboly.



Toyen
Květena spánku
(1931)



Toyen
Potom, později
(1950)

{koláž č. 374}

Karel Teige, významný představitel české avantgardy, byl nejen teoretikem umění, ale také umělcem se specifickým rukopisem. Výrazně ovlivnil umělecká hnutí jako Devětsil.

Teigeho práce vyniká originalitou a neustálým hledáním způsobů, jak propojit umění se společenskými otázkami. Reflektoval modernitu, estetiku a změny ve společnosti, což výrazně ovlivnilo české umění 20. století.

Teige se proslavil experimentálním dílem Abeceda z roku 1926, na kterém spolupracoval s básníkem Vítězslavem Nezvalem a tanečnicí Miladou Mayerovou. Tvůrci zde skrze fotografii, typografii a poezii vytvořil jedinečný umělecký celek, který spojuje různé formy umění. Teige se věnoval i práci s koláží, kterou využíval jako prostředek k vizuálnímu zkoumání a vyjádření komplexních témat, často s hlubokou symbolikou.

“Koláž č. 374” je poslední koláž, kterou vytvořil v roce 1951. Námětem této tvorby se stala žena, ženský akt a jeho metamorfóza. Celý snímek má vertikální ráz. Ženské torzo z fotografického aktu od André Kertésze pluje temnou oblohou. Rozplývá se jako snění a pomalu míří až k měsíci, který je zde v podobě ňadra. Celá koláž dozajista zprostředkovává něco skrytého o sexualitě a zároveň je vyvedena s jakousi něhou. Za jeho života tuto tvorbu znali jen jeho nejbližší přátelé. Freudova teorie sublimace popisuje proces, kdy jsou nežádoucí nebo společensky nepřijatelné impulzy přeměňovány do kulturně hodnotných činností, jako je umění.

Již v souboru “Distortions” si Kertésze skrze deformaci mistrně poradil s umělečtější a sugestivnější fotografií aktu. Teigemu tak umožnil vytvořit citlivé dílo, které i přes erotický obsah komunikuje jemné touhy. Jako by se zde z aktu fyzického sexu stávalo milování.

Teigeho práce zůstává filozofickým dílem, které zkoumá vztah mezi tělesností a skrytými pudy. Koláž, jako výtvarná fotografie, mu umožnila experimentovat s formou a obsahem a překročit hranice tradičního zobrazování. Díky tomu „Koláž č. 374“ zkoumá neuchopitelné aspekty lidské psychiky a přináší výmluvný a hravý estetický zážitek.





Kertesz
Distortion
(1933)

{závěr 02}

„Umění se může zdát na první pohled těžko pochopitelné a jeho vývoj složitý, avšak jeho skutečný smysl je zcela jednoduchý a univerzální: přinášet lidstvu světlo a naději“ (Kandinsky, O duchovnosti v umění, Triáda, 2009)

V této kapitole jsem zkoumala umění jako jedinečnou formu, která propojuje tvůrce, dílo a recipienta na hluboké, transcendentální úrovni. Umění a lidská duše jsou vzájemně prolnuté, jedno druhé kultivuje a naplňuje, což nám umožňuje tvořit, vnímat a sdílet hlubší prožitky.

Tímto způsobem umělecká díla nejen reflektují náš vnitřní svět, ale také jej obohacují, což je zásadní pro jejich roli v oblasti duševního zdraví.

Syntézu jsem doložila prostřednictvím interdisciplinární perspektivy, která spojuje, jak teoretické koncepty tak jejich konkrétní aplikaci.

Analyzovala jsem proces vzniku uměleckých děl od vnitřních pohnutek a inspirací samotných autorů, přes technické a tvůrčí postupy, až po jejich emocionální, estetický a intelektuální dopad na recipienta.

Tyto úvahy jsou důležité pro pochopení role *umění fotografie* v duševním zdraví, neboť zkoumají, jak díla rezonují s emocemi a zkušenostmi – od pohnutek po důsledky .

{umění
fotografie
a duševní
zdraví}

{úvod 03a}

Psychologové dlouhodobě zkoumají, jak může umění sloužit jako prostředek pro vyjádření emocí, zpracování traumat a podporu osobního růstu.

Psychologické koncepty, jako jsou sebepoznání, seberealizace, katarze, mindfulness, emocionální regulace, mezilidské vztahy a posilování vlastní identity, tvoří základ uměleckých terapií, označovaných také jako arteterapie. “Arteterapie je jedním z psychoterapeutických postupů, které využívá výtvarné projevy klientů jako hlavní léčebný prostředek. Nejde přitom o vytvoření dokonalého uměleckého díla, ale o samotný proces tvorby, který umožňuje klientům vyjádřit a zpracovat vnitřní prožitky.” (Case, Dalley, Arteterapie s dětmi, Portál, 1995)

Zaměřuji se také na konkrétní momenty, kdy jsem skrze svou vlastní zkušenost vnímala a využívala fotografii jako terapeutický nástroj, který s těmito koncepty úzce souvisí. Poukazuji na specifický potenciál fotografie v oblasti duševního zdraví, a to jak v rámci autoterapie vycházející z mé osobní zkušenosti tvůrkyně s psychiatrickou diagnózou, tak i jako nástroje využitelného v širším terapeutickém kontextu.

Díky své schopnosti zhmotnit vnitřní prožitky a dát jim vizuální podobu, nabízí fotografie prostor pro terapii, kde mohou být emoce zkoumány, prožívány a lépe pochopeny. Tento proces může mít důležitý význam jak pro jednotlivce, kteří skrze fotografii mohou procházet sebepoznáním a uzdravením, tak pro odborníky v oblasti duševního zdraví, kteří mohou tento nástroj využít k hlubšímu porozumění svým klientům.

umění a jeho role v terapeutických procesech

{sebepoznání a seberealizace}

Carla Rogerse a jeho koncept seberealizace, který je ústředním prvkem humanistické psychologie jsem již zmiňovala výše. Rogers zdůrazňuje, že tvůrčí proces pomáhá jedincům lépe porozumět sobě samým a nacházet smysl v životě. „Seberealizace se stává možnou prostřednictvím autentického prožitku a hlubokého vhledu do vlastních emocí a touhy po smyslu.“ (Rogers, On becoming a Person, Houghton Mifflin, 1995)

Prostřednictvím různých uměleckých forem, jako je malba nebo hudba, mohou vyjadřovat své vnitřní pocity a emoce, které by jinak zůstaly nevyřčené. Umělecké vyjádření a jeho specifické vyznění často odráží, jak se klient sám identifikuje, a to jak na vědomé, tak na nevědomé úrovni. Tento proces přispívá k sebepoznání a napomáhá seberealizaci, kdy klient postupně objevuje své vnitřní já, touhy a hodnoty, které ho definují – s nimiž může pracovat a učit se.

„Nemůžeme se změnit, nemůžeme se posunout dál od toho, kým jsme, dokud zcela nepřijmeme, kým jsme. Poté se změna zdá přicházet téměř nepozorovaně.“ (Rogers, On becoming a Person, Houghton Mifflin, 1995)

V kontextu fotografie by se tento koncept mohl realizovat mimo jiné prostřednictvím tvorby autoportrétů, které odhalují vnitřní stavy a podporují sebereflexi. Takové snímky odrážejí, jak se klient vidí, nebo jak se chce a potřebuje vidět či ukázat.

Zpětně jsem pochopila, že forma a obsah mých fotografií o mně mnoho vypovídají. Když fotografuji, podvědomě dbám na precizní skladbu obrazu (barvy, tvary a kompozici), které vyjadřují mou touhu po nalezení řádu a harmonie v chaosu, který cítím uvnitř. Tyto obrazy mi zároveň umožňují přinést něhu do světa, ve kterém se často ztrácím. Tímto procesem se seberealizuji, a když snímky vidím, zpětně v nich také sebe lépe poznávám.
„Tvorba je uspořádání chaosu.” (Apollinaire, Spurný, – ISMY 3, NČSVU, 1966)





Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

{katarze}

Aristotelovu filozofickou *teorii katarze* jsem již definovala a citovala výše. V rozšířeném významu, jak se uplatňuje v uměleckých terapiích, katarze znamená uvolňování nahromaděných a potlačených emocí. Umění nám také může pomoci zbavit se emočního přetlaku, který se v nás hromadí.

Tento proces se často odehrává v rámci dramatoterapie nebo teatroterapie, kde nás intenzivní prožitek může uvolnit a přinést tak dlouho hledanou emocionální rovnováhu a uzdravení. Může se to stát také při tanci, zpěvu a tvorbě.

I proces zachycování obrazu může sloužit jako ventil pro potlačené emoce. Katarze v souvislosti s fotografií může také nastat, když fotograf po úsilí a snaze dosáhne hodnotného a uspokojujícího snímku, který souzní s jeho vnitřním světem.

Pro mne katarze přichází skrze neuvěřitelné pnutí, které mě náhle nutí tvořit a fotografovat. V určitém momentu se tento proces stává tak intenzivním, že v sobě probouzím vášeň a radost, které jsou často potlačeny hluboko uvnitř. Fotografování pro mě není o výsledku, ale o momentu, kdy se vše střetne v jednom bodě – kdy mé vnitřní pocity zcela rezonují s tím, co zachycuji. Ve chvíli, kdy zmáčknu spoušť, se všechno najednou uklidní a naplní, což pro mě představuje esenci katarze v mém fotografování.

„Fotografovat znamená zadržet dech, když se všechny smysly soustředí na prchající realitu. Právě v tom okamžiku se ovládnutí obrazu stává velkou fyzickou a intelektuální radostí. Fotografovat znamená ve zlomku sekundy rozpoznat, jak samotný fakt, tak přísnou organizaci vizuálně vnímaných forem, které dávají smysl. Je to jako postavit hlavu, oko a srdce na stejnou osu.” (Cartier-Bresson, Howarth, The Mindndful Photographer, Thames&Hudson, 2022)





Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

{mindfulness}

Mindfulness je vědomé prožívání přítomného okamžiku. Když se klient ponoří do kreativní činnosti, může se na chvíli oprostit od bolestivé minulosti nebo strachu z budoucnosti.

Soustředění během tvůrčího procesu mu umožňuje uvolnit se a nalézt klid. Tento uvolňující stav může být meditativní a vést ke kontemplaci, kde stres a úzkost nemají prostor.

V souvislosti s fotografií se mi zde vybavuje práce v temné komoře, kdy se během vyvolávání analogových fotografií doslova ponoříme do vlastního světa. Pod jemným červeným světlem se nám postupně pod rukama odhalují obrazy, jako by vznikaly kouzlem. Tento proces vyžaduje hluboké soustředění a pozornost, což nás přirozeně vede k uvolnění a odpojení od vnějších vlivů.

Klient se může plně soustředit například na detaily při malbě mandal. C. G. Jung o tomto procesu napsal: „Je empiricky zjistitelné a snadno pochopitelné, že takové obrazy mají podle okolností značný terapeutický účinek na své zhotovitele, protože často představují velmi smělé pokusy o souhrnný přehled a složení na pohled patrně neslučitelných protikladů a o překlenutí zdánlivě beznadějných oddělení. Již pouhý pokus v tomto směru mívá léčivé účinky, ovšem jen tehdy, když se děje spontánně. Od umělého opakování nebo záměrné imitace takových obrazů nesmíme nic očekávat.” (Jung, MANDALY - Obrazy z nevědomí, Portál, 2021).

V kontextu fotografie pro mne mindfulness znamená napojení se napřítomný okamžik skrze pozorování a zachycování světa kolem sebe. Když fotografujeme, může se stát – a mělo by se stát – že se na fotografovanou scénu plně napojíme. Například při snaze zachytit pírko na hladině řeky – můžeme procítit lehkost, s jakou pluje a ponořit se do daného okamžiku. Tento proces nejen

zmírňuje úzkost, ale také nám umožňuje znovu objevovat krásu světa, která může být v každodenním shonu a stresu přehlížena.

„Mindfulness spočívá ve vědomém a nehodnotícím prožívání přítomného okamžiku, což může být zesíleno skrze umělecké vyjádření.“ (Kabat-Zinn, Wherever You Go, There You Are, Little, Brown Book Group, 2004)

Pro mě je mindfulness ve fotografii napojením se na okamžik a citovou rezonanci se scénou. Nejčastěji toto zažívám v přírodě, ale postupem času jsem si tuto autoterapii vypěstovala natolik, že dokážu najít kontemplativní scénu téměř kdekoliv a kdykoliv. Stejně jako při meditaci se toto vnímání postupně stává přirozenou součástí mého života. Tato forma terapie mne léčí každý den a považuji ji za velmi důležitou.

Fotografování mi také pomáhá být více přítomná. Díky této praxi se dokážu více soustředit na krásu a detaily kolem sebe, což mne uklidňuje a naplňuje. Tato schopnost být plně v přítomném okamžiku mě vede k hlubšímu a radostnějšímu přijetí – momentu, světa, možná i sebe samé – cítím obrovsou vděčnost.

„Vnímání je nejvzácnější a nejčistší forma štědrosti.”
(Weil, Howarth, The Mindndful Photographer, Thames&Hudson, 2022)





Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

{mezilidské vztahy}

Umělecké terapie ve skupině jsou velmi hodnotné například pro klienty, kteří jsou stydliví nebo mají potíže vyjádřit své pocity slovy, jak to u verbálních terapií bývá potřeba. V nenucené atmosféře těchto terapií může dojít k přirozenému uvolnění napětí. Oproti klasickým skupinovým terapiím působí umělecké terapie odlehčeněji, protože z prvních dojmů evokují něco hravého. Právě tato lehkost může vést k o to silnějšímu a intenzivnějšímu pozitivnímu dopadu. Podporuje hlubší rezonanci mezi členy skupiny a napomáhá tak mimo jiné rozvoji lepších sociálních dovedností, což usnadňuje pozdější sociální interakce mimo terapeutické prostředí.

„Kreativní činnost podporuje mezilidské vztahy tím, že poskytuje prostor pro společné zážitky a sdílení emocionálních obsahů.“ (Vygotsky, Mind in Society, Harvard University Press, 1978)

Fotografie přirozeně podporuje mezilidské vztahy tím, že se snímky často sdílí, prohlíží a diskutuje se o nich. Ve fotografii může být tento aspekt realizován například při společných fotoprojektech, kde účastníci nejen sdílejí své pohledy na svět skrze objektiv fotoaparátu, ale také se navzájem inspirují a učí jeden od druhého. Společné fotografování a následná diskuse nad pořízenými snímky mohou napomoci k lepšímu vzájemnému pochopení a posílení sociálních vazeb mezi účastníky. Tento proces přináší do skupinové dynamiky další vrstvu, která může obohatit nejen jednotlivce, ale i celé terapeutické prostředí.

Fotografie je pro mě neodmyslitelným nástrojem k navazování mezilidských vztahů a také způsobem, jak komunikovat se světem. Sdílení mých snímků je pro mě velmi osobní a intimní záležitost, která vyžaduje značnou dávku odvahy. Když se díky publikování fotografií setkávám s krásnými a hlubokými ohlasy, cítím, že jsem pochopena a přijata. Zároveň mám pocit, že má tvorba může mít hodnotu a smysl. Tyto reakce nevnímám jen jako hodnocení mé práce, ale i jako zpětnou vazbu na to, kým jsem jako člověk a jaká je má duše.

„Vztah mezi odhodláním a pochybnostmi není v žádném případě antagonistický. Odhodlání je nejzdravější, když není bez pochybností, ale navzdory nim.“ (May, The curage to Create, W. W. Norton & Company, 1994)





Anna Vetonika Křižová
Volné fotografie
(archiv)

{posilování vlastní identity}

Umění může mít určující roli v procesu znovunalezení a posilování vlastní identity, zejména u klientů, kteří prošli krizemi nebo traumaty. Kreativní proces umožňuje těmto lidem vyjádřit své zkušenosti způsobem, který je pro ně smysluplný. A mohou se tak se svým traumatem skrze jeho zpracování lépe vyrovnat. Umělecké terapie mohou pomoci klientům k znovunalezení sebe sama, tvorba a seberealizace nám umožňuje povstat jako fénix z popela. Tento proces posiluje schopnost jedince čelit výzvám a vytvářet novou, silnější identitu, která je postavena na překonání těžkostí.

Ve fotografii může tento proces probíhat skrze projekty zaměřené na sebereflexi například s tím, že její výsledek nemusí být prezentován. V terapiích jde o proces, kdy si klient nakonec stejně musí poradit sám. Terapie klienta provází, ale samotné zpracování a vypořádání se s vnitřními boji a zraněními zůstává na něm.

„Člověk může najít svou identitu pouze tehdy, když se odváží postavit se svým nejhlubším obavám a omezením.“ (May, Man’s Search for Himself, NORT, 2009)

Pro mne se proces posilování vlastní identity často odehrává skrze fotografie, které reflektují mé vlastní zkušenosti a pohledy na svět. Fotografování mi umožňuje zpracovávat své emoce a zároveň hledat odpovědi na své otázky. Když se mi povede sdělit a komunikovat skrze svou tvorbu něco, co spatřuji důležitým a nakonec to má nějaký důsledek a smysl, nacházím tak svou identitu. Má identita je tak nejspíše spojena s hledáním vlastní hodnoty, která byla narušena v důsledku posttraumatické poruchy.





Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

{závěr 03a}

Umění zde nejen potvrzuje svůj mnohovrstevnatý potenciál v terapeutických procesech, ale také rozšiřuje své působení do běžného života, kde může hrát významnou roli v osobním i společenském růstu.

Jeho léčivá schopnost tak sahá za hranice terapeutických místností a při správné konstelaci se může stát nástrojem pro nalézání rovnováhy a smyslu v životě každého z nás.

Jedním z aspektů umění je samotný tvůrčí proces, a druhým jeho vnímání a interpretace. Tvůrčí činnost umožňuje klientům vyjádřit své vnitřní světy, zatímco vnímání uměleckých děl přináší nové perspektivy a prohlubuje naše porozumění sobě samým i vnějšímu světu.

Skrze sdílení vlastních zkušeností s terapeutickým potenciálem fotografie jsem si přála nastínit jeho možné propojení s etablovanými principy umělecké terapie. Doufám, že tento autentický dodatek pomůže lépe pochopit, že fotografie může sloužit jako nástroj v procesu sebepoznání a uzdravení, což dokládám níže.



Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

fototerapeutické metody

{úvod 03b}

V této kapitole představuji osvědčené metody, které využívají fotografii jako terapeutický nástroj. Tyto metody lze rozdělit podle způsobu, jakým se s fotografií terapeuticky pracuje, a to na: fototerapii, terapeutickou fotografii a fotografickou arteterapii. V jejich principu je využíván obraz jako účinný nástroj pro podporu hlubokých psychologických změn – jak prostřednictvím samotného tvůrčího procesu, tak skrze reflexi a vnímání výsledných fotografií.

S těmito pojmy jsem se blíže seznámila během psaní své diplomové práce, konkrétně na přednášce vedené neurovědkyní a fotografkou Ivanou Dostálovou. Tato zkušenost mne hluboce oslovila a stala se inspirací pro mé směřování a výzkum, neboť se zde smysluplně snoubí duše, duševní zdraví a umění fotografie.

Věřím, že pro mnoho umělců je fotografie přirozenou formou autoterapie. Zároveň jsem přesvědčena, že umění může výrazně přispět k obohacení a harmonizaci duševního zdraví lidí, kteří se vědomě starají o své psychické rozpoložení. Léčbu prostřednictvím fotografie, která by byla pojmenována a uznána jako samostatná terapeutická metoda, jsem však do té doby neznala – ani jako klientka v rámci terapií, ani během hospitalizací v psychiatrických léčebnách, ani jako studentka fotografie.

Fototerapeutické techniky v naší zemi dosud nemají dlouhou tradici a širší povědomí o nich mají převážně odborníci zabývající se výzkumem nebo uměním. Mým cílem je touto prací přispět k jejich popularizaci a k širšímu využití, podobně jako v zemích, kde se již osvědčily jako účinný nástroj pro podporu duševního zdraví.

Tuto kapitolu považuji za velmi důležitou, neboť přináší smysluplný příspěvek nejen pro fotografy, ale i pro širší odbornou veřejnost a instituce, které by tyto metody mohly začlenit do svých terapeutických přístupů.

Informace jsem čerpala ze zaštiťující a sdružující organizace Phototherapy Center, vedené Judy Weiser, která se dlouhodobě věnuje výzkumu a aplikaci těchto metod. Práce Judy Weiser a jejích kolegů je pro pochopení fototerapeutických technik stěžejní. Informace jsem si ověřovala také prostřednictvím výzkumu mé pedagožky a fotografky Dity Pepe. V následujících částech se zaměřuji na historii, vývoj a definici těchto metod a na jejich možnou aplikaci v terapeutické praxi.

Konkrétní fototerapeutické techniky a jejich výsledky jsou detailně popsány v odborných materiálech Phototherapy Centre, které k těmto metodám poskytuje určitý přístup. Vzhledem k autorským právům nemohu tyto techniky citovat v plném rozsahu. Doporučuji se s nimi případně seznámit prostřednictvím oficiálních zdrojů. (https://phototherapy-centre.com/)

{definice a aplikace}

Pro přehlednost a přesnost je důležité vyjasnit, jak jsou jednotlivé fototerapeutické techniky chápány a aplikovány v praxi.

Fototerapie “Phototherapy“
Fototerapie je běžně vnímána jako známější terapie světlem, která se v oblasti duševního zdraví často doporučuje klientům trpícím depresí. Tento přístup využívá pozitivního vlivu světla na biorytmy a psychický stav.

Psycholožka Antošová Kejíková uvádí, že v angličtině se pro odlišení terapie světlem od fototerapie založené na práci s obrazem ustálil pojem “PhotoTherapy“, přičemž velké „T“ odlišuje tyto dva přístupy. Fototerapie,kterou zde představuji, se zaměřuje na využití fotografie jako nástroje v terapeutickém procesu. Tento druh terapie je veden odborníkem na duševní zdraví, který nemusí mít umělecké vzdělání. Fotografie mohou pocházet z osobního archivu klienta, nebo je terapeut vybírá sám.

Podle Judy Weiser fototerapie využívá osobní fotografie, rodinná alba nebo snímky pořízené jinými lidmi k vyvolání emocí, vzpomínek a myšlenek. Tyto fotografie slouží jako katalyzátory pro hlubší sebepoznání a zlepšení komunikace během terapeutických sezení. Fototerapie tak umožňuje přístup k tématům a pocitům, které by nebylo možné odhalit pouze pomocí slov.

Fototerapie je zvláště přínosná pro klienty, kteří hledají hlubší způsoby, jak porozumět svým emocím a životním událostem. Fotografie zde fungují jako nástroj, který pomáhá otevírat vzpomínky, zpracovávat traumata nebo prohlubovat sebepoznání. Například klient s traumatickými zážitky může pracovat s fotografiemi z dětství, aby prozkoumal rodinné vztahy a reflektoval klíčové okamžiky, které ovlivnily jeho emoční vývoj. Tento přístup je rovněž vhodný pro ty, kteří mají potíže s verbálním vyjadřováním emocí a potřebují vizuální prostředky k jejich zpracování.

Terapeutická fotografie “Therapeutic Photography“
Terapeutická fotografie klade důraz na samotný proces tvorby. Fotografování umožňuje klientovi vyjádřit a zpracovat své emoce, reflektovat svou identitu nebo hledat smysl a řád ve světě kolem sebe. Vytváření snímků může sloužit jako forma meditace, sebereflexe, katarze či kontemplace. Proces může vést člověk, který rozumí fotografii, aniž by nutně potřeboval psychoterapeutické vzdělání.

„Techniky terapeutické fotografie jsou fotografické praktiky, které provádějí lidé sami (nebo jejich pomocníci) v situacích, kde nejsou potřeba dovednosti kvalifikovaného terapeuta nebo poradce.“ (https://phototherapy-centre.com/)

Terapeutická fotografie je vhodná pro klienty, kteří mají zájem o kreativní proces a chtějí prostřednictvím tvorby vyjadřovat a pochopit své emoce, nebo jednoduše pro ty, kteří hledají klid, naplnění a zpřítomnění.

Fotografická arteterapie “Photo Art Therapy“
Tato metoda spojuje umělecký a terapeutický přístup. Terapie je vedena arteterapeutem, který má odborné vzdělání jak v oblasti terapie, tak v umění. Díky tomu může terapeut propojit umělecké a psychoterapeutické postupy, přičemž fotografie slouží jako kreativní nástroj pro vyjádření myšlenek, emocí a vnitřních konfliktů klienta.

Tato forma terapie zahrnuje nejen samotný proces fotografování, ale i následnou interpretaci fotografií. Fotografie zde nepůsobí pouze jako vizuální zobrazení, ale představují symbolické vyjádření nevědomých procesů, které společně interpretují klient i terapeut. Důraz je kladen spíše na obsah a tvůrčí proces než na technickou či estetickou stránku snímků.

Terapeut díky svým znalostem psychologie a umění umožňuje klientovi procházet komplexním léčebným procesem.

Fotografická arteterapie je vhodná pro ty, kteří hledají spojení vizuální tvorby s hlubším psychoterapeutickým vedením. Tato metoda je ideální pro klienty, kteří potřebují nejen psychoterapeutickou intervenci, ale mají také zájem o umělecké sebevyjádření.

{společné rysy a rozdíly}

Všechny tři techniky – fototerapie, terapeutická fotografie a fotografická arteterapie – využívají fotografii jako nástroj pro sebepoznání, emocionální zpracování a podporu duševního zdraví. Hlavní rozdíly mezi nimi spočívají v tom, jakým způsobem se fotografie používá a jaká odbornost je pro danou metodu nutná a jakou terapii klient vyhledává.

Fototerapie je vedena terapeutem s psychoterapeutickým vzděláním a pracuje s již existujícími snímky klienta. Terapeutická fotografie se zaměřuje na samotný proces tvorby fotografií a klient při ní nepotřebuje přítomnost terapeuta s psychoterapeutickým vzděláním. Naopak fotografická arteterapie kombinuje umělecký a terapeutický přístup a zahrnuje jak proces tvorby fotografií, tak psychoterapeutickou interpretaci, kterou vede terapeut s výtvarnými i terapeutickými znalostmi.

Je zajímavé se zamyslet nad tím, jaké fotografie nás obklopují a jaké sami tvoříme. Každá z nich odráží naše prožitky a má pro nás osobní hodnotu, nezáleží na jejich stáří ani původu. Vypovídají o tom, co je součástí našeho vědomého i nevědomého světa. Každá z těchto technik přináší možnost hluboké sebereflexe a emocionálního uzdravení. Jejich další rozvoj a aplikace mohou obohatit samotné klienty, terapeutickou praxi i širší veřejnost.

Současně si uvědomuji, že umělecká tvorba není pro každého tou pravou cestou. Některé psychiatrické diagnózy vyžadují další formy léčby, včetně farmakoterapie. Fototerapeutické techniky, stejně jako jiné formy terapie, mají subjektivní účinky, které závisí na individuálních podmínkách. Na základě vlastní zkušenosti a těchto studií předkládám umění fotografie jako cennou podporu duševního zdraví. A věřím, že za určitých okolností může fotografie přispět k samotnému uzdravení.

{historie}

Terapeutický potenciál fotografie a samotného procesu fotografování byl pravděpodobně využíván již v dávné minulosti, avšak tehdy neexistovalo pro tento přístup žádné přesné pojmenování, dostatek informací ani odborná podpora. Tento přístup se začal systematicky rozvíjet až s příchodem moderní fototerapie.

O to se zasloužila kanadská psycholožka Judy Weiser, která publikovala v roce 1975 článek, kde poprvé použila termín Fototerapeutické techniky. Weiser je tedy stěžejní postavou v novodobé historii fototerapie.

“Je ředitelkou PhotoTherapy Centre ve Vancouveru, které založila v roce 1982. Hlavní cíle tohoto centra spočívají v propojování terapeutických přístupů a metod jednotlivých fototerapeutů, čímž se stává jakýmsi poradenským a metodickým centrem pro odborníky v této oblasti. Judy Weiser vede po celém světě workshopy věnované fototerapii, jejichž nejčastějšími tématy jsou osobní růst, sociální vyloučení, posilování komunit a mezilidská komunikace.” (PEPE, Dita. Hranice lásky Trauma jako motivace k tvorbě Fotografie jako terapie. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439.)

K rozvoji fototerapie přispívají i mezinárodní symposia, která se konají od roku 1979. Na prvním se sešli zakladatelé i obdivovatelé, mezi nimiž byli například: Weiser, Krauss, Stewart, Walker a mnoho dalších.

“Ačkoli žádný z těchto lidí nikdy netvrdil, že by fototerapii vynalezl sám, přesto jsou společně považováni za spolutvůrce její současné podoby praxe – a zaslouží si tak uznání v jakékoli seriózní studii o základech fototerapie.” (https://phototherapy-centre.com/wp-content/uploads/2023/05/history-development-of-phototherapy-5-2023.pdf)

“Mnoho průkopníků fototerapie jsou zároveň fotografové, kteří vystavovali své výtvarné fotografie s interaktivními prvky – kde diváci sdílejí své emoce, myšlenky, vzpomínky a další reakce na fotografie vystavené na výstavě.” (https://phototherapy-centre.com/wp-content/uploads/2015/01/history__development_of_phototherapy.pdf)

Například výstava “Mimo Vidění“ (Beyond Seeing), která vznikla pod záštitou osobností jako jsou Walker a Weiser je jedním z příkladů, jak lze fototerapeuticé metody propojit také s širší veřejností a uměleckým prostředím.

Tyto metody se stále rozvíjejí a pro dnešní společnost jsou obzvláště relevantní, neboť problematika duševního zdraví je čím dál naléhavější. Díky široké dostupnosti fotografie mají tyto techniky potenciál oslovit velkou část veřejnosti. Věřím, že fototerapeutické postupy mohou nabídnout nové cesty k podpoře duševního zdraví a poskytnout pomoc těm, kteří hledají
inovativní způsoby péče o sebe a emocionálního uzdravení.



Anna Vetonika Křížová
Volné fotografie
(archiv)

{závěr 03b}

Fototerapeutické techniky, které jsem zde představila, nabízejí širokou škálu terapeutických přístupů a jejich potenciál a význam v praxi je nepopiratelný. Každá z těchto metod má své specifické přednosti a oblasti využití. Volba konkrétního terapeutického přístupu, by vždy měla respektovat jedinečnost a specifika každého klienta individuálně.

Jak jsem již psala výše, i pro mne je to cesta, kterou jsem dlouho hledala. Věřím, že stejně jako mně může fotografie nabídnout i ostatním prostor pro uzdravení, růst a nalezení harmonie nejen uvitř nás, ale i v přijetí a pochopení toho, co nás obklopuje.

Umění fotografie, jak jsem během svého výzkumu a osobních zkušeností pochopila, má mimořádnou schopnost překračovat hranice slov, otevírat hluboké emoční vrstvy a zprostředkovávat dialog mezi naším vědomým a nevědomým. Je vizuálním jazykem, který nám umožňuje nejen zachytit skutečnost, ale také reinterpretovat minulost, objevovat naše vnitřní prožitky a vytvářet nový význam, či pochopení pro naši identitu.

Fotografie sama o sobě nepředstavuje lék, ale může se stát silným nástrojem, jehož terapeutický potenciál se naplno projeví, pokud je využívána cíleně a v rámci vhodného kontextu. Její léčivý účinek se posiluje, pokud je klient obeznámen s jejím využitím, a významně roste, pokud je tento proces veden či dohlížen odborníkem. Photo therapy center uvádí účely a dopady fototerapeutických technik takto:

„— zvyšování sebepoznání a uvědomění
— zlepšování vztahů s rodinou a ostatními
— aktivace pozitivních změn
— snižování sociálního vyloučení
— podpory rehabilitace
— posilování komunit
— obohacování mezikulturních vztahů
— zmírňování konfliktů
— upozorňování na problémy sociální nespravedlnosti
— zlepšování vizuální gramotnosti...“
(https://phototherapy-centre.com)

A v neposlední řadě také poukazuje na rozšiřování metodologie kvalitativního výzkumu a prevence vytváření dalších druhů léčení a učení založených na fotografii.

Ve světle současných výzkumů, jako je práce Judy Weiser, Dity Pepe, Siny Niemeyer, Ivany Dostálové a dalších, cítím hlubokou a smysluplnou touhu přispět k rozvoji fototerapeutických technik, kterou s úctou a radostí sdílím. Schopnost těchto technik oslovit různé klienty – od těch, kteří se potýkají s traumatickými zážitky, po ty, kteří hledají své místo ve světě – z nich činí jedinečný nástroj, jenž se může stát důležitou součástí moderní terapie.

Fototerapie, terapeutická fotografie i fotografická arteterapie jsou přístupy, které nám ukazují, že léčba nemusí být jen pasivním procesem, ale může být také cestou k aktivnímu, kreativnímu sebevyjádření. Právě v této kreativní aktivitě, v tvořivém dialogu s naším vnitřním světem, se skrývá velký potenciál pro uzdravení a růst.

Tímto uzavírám tuto kapitolu s přesvědčením, že fotografie má v sobě nejen terapeutický potenciál a schopnost pozitivně proměnit náš vztah k sobě samým a světu kolem nás. Je to cesta, kterou jsem osobně prošla a v jejíž hodnotu pevně věřím.

{umělecká
aplikace}

{duše a duševní zdraví prizmatem fotografie}

historický vývoj fotografie
v kontextu duševního zdraví

{úvod 04a}

V předchozích kapitolách jsem zdůraznila propojení mezi uměním a duší a nastínila jsem, jak odborníci na duševní zdraví využívají specifické přínosy umění v rámci uměleckých terapií.

Tyto přínosy zahrnují mimo jiné schopnost umění napomáhat sebepoznání, umožňovat vyjádření potlačených emocí a poskytovat bezpečný prostor pro zpracování traumat. Umění rovněž podporuje seberealizaci a emocionální regulaci, což je důležité jak pro jednotlivce, tak pro kolektivní zdraví společnosti. Vedle zavedených uměleckých terapií jsem sdílela také své zkušenosti s péčí o vlastní duši prostřednictvím fotografie.

V této kapitole se zaměřuji na historický vývoj fotografie přímo v souvislosti s duševním zdravím. Dokládám zde, že již od svého počátku byla i fotografie nástrojem pro zkoumání a porozumění lidské psychiky.

Poskytuji chronologický přehled významných osobností, které měly v tomto kontextu vliv a jejichž přínosy byly nesmírně hodnotné. Tito průkopníci přinesli nové perspektivy k porozumění lidské psychice a duševnímu zdraví. Jejich práce ovlivnily další generace fotografů a umělců a také přispěly k zásadním poznatkům v oblastech psychiatrie a psychologie.





Eisenteadt
Pilgrim State Hospital
(1938)

{osobnosti od počátků po současnost}

První osobnosti, které jsou spojovány s oblastí duševního zdraví a fotografie, jsou Thomas Kirkbride a Hugh Welch Diamond. Jejich práce spadá do 19. století. Kirkbride již v roce 1844 – tedy pouhých 5 let po patentování fotografie – pro klienty ve své psychiatrické nemocnici využil fotografie k vyplnění volných večerů v rámci společenské zábavy a vzdělávání. Tyto aktivity jsou dodnes velmi důležitou součástí terapeutického procesu.

Diamond, považovaný za jednoho z prvních psychiatrických fotografů, používal fotografii ke studiu duševních poruch. Jeho práce vedla k první systematické dokumentaci těchto stavů a jejich fyziognomických rysů. Fotografie poskytly nejen vědecké a lékařské důkazy o různých formách duševních onemocnění, ale také mají uměleckou hodnotu, jelikož odrážejí složitosti lidské duše.

Diamondova práce představuje významný krok vpřed v oblasti psychiatrie a vizuální kultury, protože pomohla humanizovat pacienty a přispěla k lepšímu porozumění jejich stavům.

“Diamond trval na tom, že pohled na fotografické zobrazení sebe sama poskytuje pacientům přesné sebereflexe, které jsou nezbytné k tomu, aby si uvědomili svou nemoc. Zaznamenal několik případů, ve kterých 'fotografie nepochybně vedla k vyléčení.'” (Pearl, Through a Mediated Mirror: The Photographic Physiognomy of Dr Hugh Welch Diamond, 2009)





Diamond
Faces of Madness
(1848–1858)

Nellie Bly je další významnou osobností v kontextu fotografie a duševního zdraví. Navázala na Dorotheu Dix, zdravotní sestru a aktivistku, zasazující se mimo jiné o zlepšení podmínek v psychiatrických zařízeních.

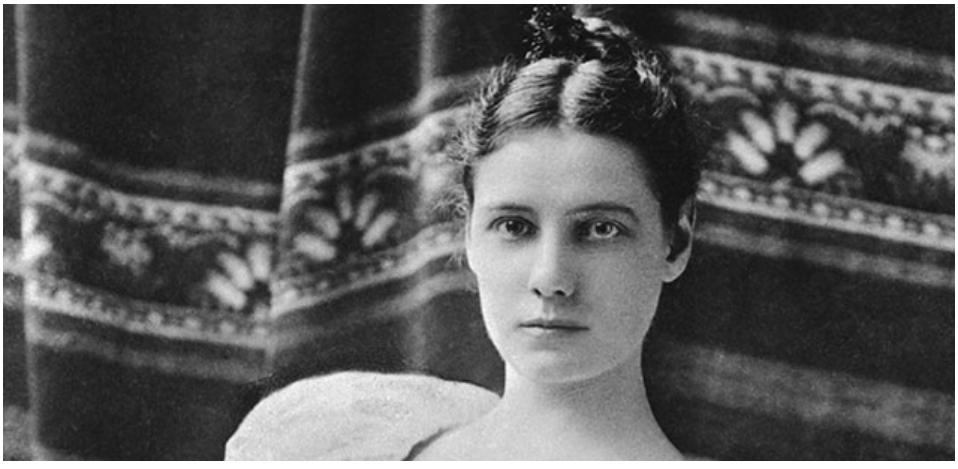
Dix je považována za průkopníci v oblasti péče o duševní zdraví a její práce ovlivnila pozdější reformy a zlepšení podmínek v psychiatrické péči po celém světě.

Bly navazuje na její zásadní historický význam. Jako novinářka zaměstnaná u Josepha Pulitzera se v roce 1887 nechala zavřít do léčebny pro duševně nemocné, aby odhalila špatné podmínky a nelidské zacházení s pacienty. (https://www.pbslearningmedia.org/resource/amjp19-ela-ss--bly/nellie-bly-pioneering-investigative-journalist-joseph-pulitzer-voice-of-the-people/)

“Smutně jsem se loučila se všemi, které jsem znala, když jsem procházela na své cestě ke sv bodě a životu, zatímco ony zůstávaly, odsouzené k osudu horšímu než smrt. Brzy jsem přejížděla řeku a blížila se k New Yorku. Po deseti dnech v blázinci na ostrově Blackwell jsem opět byla svobodná dívka.” (Bly, Ten Days in a Madhouse, Norman Munro, 1887)

Svou odvahou též přispěla k reformě v oblasti léčby duševních nemocí a k lepšímu porozumění této problematice ve společnosti. Její fotografie a reportáže pomohly odhalit temné stránky léčeben a přispěly k diskuzi o duševním zdraví a lidské důstojnosti.





Nellie Bly
Ten days in a Madhause
(1887)

Na tuto investigativní novinářku, která nás naléhavě konfrontuje s humánními podmínkami institucionální péče, navazuje fotografický soubor **Alfreda Eisenstaedta** z psychiatrické nemocnice Pilgrim State Hospital, publikovaný v časopisu LIFE. Jeho fotoreportáž je protkaná soucitem, ale snímky a osudy vyobrazených zůstávají bolavé. Jak podotýká Ben Cosgrove: "...Co je však na těchto snímcích možná nejznepokojivější, je to, jak strašně povědomě vypadají." (https://www.life.com/history/strangers-to-reason-life-inside-a-psychiatric-hospital-1938/)

Jeho fotografie tímto způsobem přispívají k destigmatizaci duševních nemocí a volají po zásadní společenské změně. Tento soubor nás tak vybízí k hlubšímu zamyšlení nad lidskou důstojností a empatickým přístupem k těm, kteří procházejí obtížnými zkouškami života.





Eisenteadt
Pilgrim State Hospital
(1938)





Eisenteadt
Pilgrim State Hospital
(1938)

V této souvislosti považuji za velmi významnou tvorbu Francescy Woodman. Napsala jsem zde o ní již mnoho, a proto přikládám další fotografie, které v tuto chvíli nebudu analyzovat ani interpretovat. Nechávám prostor pro osobní nacítění recipientů. Její snímky mají silný hlas a vybízejí k zamyšlení a subjektivní emocionální odpovědi.

Zde se skrze svou tvorbu vyrovnávala s trýzněním duše sama autorka. Její snímky mají poetickou i temnou atmosféru, která evokuje pocity samoty, tajemství a současně vášně a odhodlání.

Jako zásadní v její tvorbě spatřuji dualitu lidské existence. Její práce je často spojována s otázkami duševního zdraví a emocionálního stavu umělce. Tato silně symbolická a metaforická díla mají pro svět velký význam, přesto že její život byl krátký.

Anna–Karin Palm v knize *Francessca Woodman: On Being an Angel* píše:
“Fotografie Francescy Woodman jsou dílem mladé ženy. Jsou věci, které mladý člověk vidí jasněji, protože si ještě nezvykl na kompromisy a šedé zóny. Vše je zjevnější, ostřeji nasvícené, pocity vyřezané z masa.

Upřímné otázky směřující skrze tělo, ty skutečně velké otázky, které vyžadují odvahu, inteligenci a probuzenou přítomnost, aby mohly být položeny. Základní výzkumné otázky. Ale ti, kdo si myslí, že “dílem mladé ženy” míním něco jemného nebo snad romantického, se mýlí. To, co je v díle Woodman nápadné a inspirující, je spíše jeho síla a bohatost výrazu...

...Být k sobě upřímný často bolí, ale je to jediná cesta, pokud svou práci bereš vážně. Paradoxně tím, že sama sebe promění ve svůj vlastní objekt, stává se zároveň vyprávějícím subjektem. Používá své vlastní tělo k inscenaci objektifikace, kterou současně popírá tím, že je zároveň subjektem obrazu, jeho vedoucím a pozorujícím zdrojem. Je to násilně osvobozující!” (Palm, Francesca Woodman: On Being an Angel, Moderna Musset, 2015)





Woodman
Autoportréty
(1975–1971)

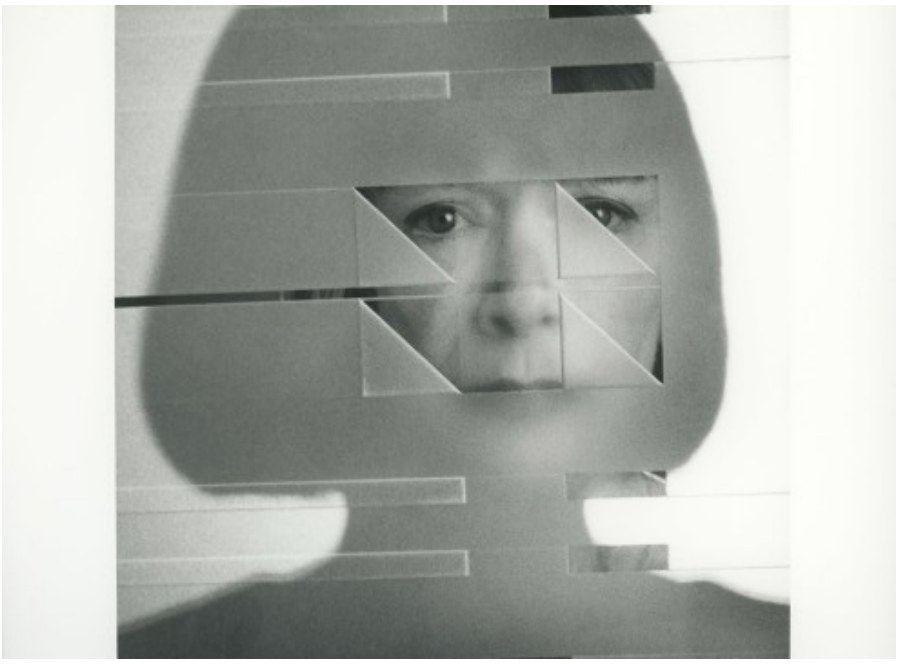
Duane Michals je známý pro své signifikantní poetické série fotografií doplněné textem. Jeho dílo překračuje hranice tradiční fotografie a ve formě *storytellingu* zkoumá introspektivní témata odhalující emocionální a psychologické nuance lidské existence. Skrze svůj experimentální přístup, v němž manipuluje realitou, nám Michals odhaluje surrealitu každodenního života a klade důraz na subjektivní prožívání.

Jeho tvorba reflektuje témata osamělosti, touhy po smyslu a hledání vlastní identity. Téma identity je podstatné rovněž pro Diane Arbus, kterou zde zmiňuji pouze okrajově.

Arbus ve svých fotografiích přispěla k destigmatizaci lidí žijících na okraji společnosti, čímž zpochybňovala tradiční představy o tom, co je považováno za běžné a přijatelné. Ačkoli není její tvorba primárně zaměřena na duševní zdraví, její práce se soustředí na téma vyčlenění ze společnosti. Vidím zde souvislost s vnímáním duševního zdraví a se stigmatizací, které duševně nemocní lidé často čelí.

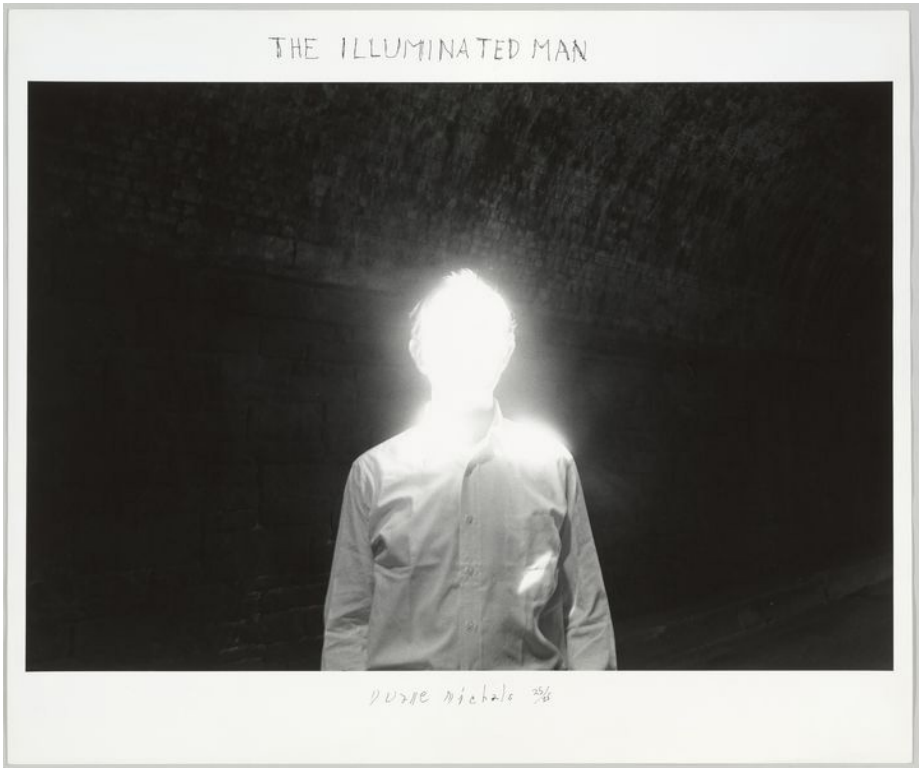
Její portréty tak otevírají diskuzi o tom, jak společnost definuje normální a jaké dopady má tato definice na lidskou psychiku.

Dílo Michalse přispívá k diskuzi o propojení fotografie s duševním zdravím, neboť je důkazem toho, jak může vizuální umění sloužit nejen k vyjádření emocí, ale také k jejich zpracování a lepšímu porozumění. Diane Arbus svou tvorbou nekompromisně poukazovala na to, jak společnost definuje odlišnost. Svými díly nám oba otevírají oči a pomáhají zpochybňovat předsudky, které mohou omezovat pohled na lidskou jinakost.





Michals
This Photograph is My Proof
(1974)





Michals
The Illuminated Man
(1968)

Mary Ellen Mark byla americká fotografka známá svou schopností citlivě zachytit emocionální hloubku a lidskou podstatu. Jedna z jejích stěžejních sérií je nazvaná “Ward 81” z roku 1979, kde dokumentuje život klientek psychiatrické léčebny.

Mark zde společně se spisovatelkou Karen Folger Jacobs strávily 36 dní. K fotografiím zapisovaly také jejich příběhy. Tento projekt poskytuje niterný pohled na životy těchto žen, zdůrazňující složitost duševního zdraví a podmínky institucionální péče.

Mark se ve svých fotografiích zaměřovala na humanizaci pacientů, neukazovala jen tvrdou realitu duševních onemocnění, ale také okamžiky něhy. Tato práce tak přináší intimní pohled na lidskou duši a skrze svou sílu se tak dodnes dotýká mnoha lidí.

Zde si dovolím delší citaci z knihy *Ward 81: Voices* od Mary Ellen Mark a Karen Folger Jacobs, neboť mne tento text hluboce zasahuje a považuji ho i v kontextu této práce za důležitý.
“Každé ráno jsem si šla zaběhat několik mil, abych se zbavila stresu. Viděla jsem všude květiny, bylo jaro. Jednou, když jsem se vracela, jsem uviděla kaméliový keř. Začala jsem trhat květiny pro Mary Ellen, ale pak jsem si pomyslela: ‘Ne, beru je pro ty, kdo je opravdu potřebují.’ Vzala jsem květiny nahoru a dala je každé pacientce. Jedna z nich řekla: ‘Tohle je ta nejmilejší věc, která se mi v této nemocnici kdy stala.’ Nikdo pro ně nedělal nic výjimečného. Neměly žádnou volbu. Byly ochuzeny o spoustu věcí, které my považujeme za normální

...Cítily jsme se velmi smutně, že je musíme opustit. Nechtěly, abychom odešly – stále nám říkaly: ‘Neodcházejte, chceme, abyste tu zůstaly.’ Ale věděly jsme, že když jsme sem přišly, plánovaly jsme tu zůstat přibližně měsíc. Nepociťovaly jsme, že by tento způsob léčby – zavírání na oddělení

a elektrošoková terapie – byl pro lidi příliš zdravý. Naším záměrem ale nebylo hodnotit to. Naším cílem bylo být jako dvojice antropologů. Dokumentovaly jsme kulturu. Sledovaly jsme, co se děje na uzavřeném oddělení, kam lidé nemohli přijít na návštěvu...

...Jsem velmi ráda, že nám bylo umožněno přijít a pracovat na tomto projektu. Cítím se neuvěřitelně privilegovaná, že nejsem v nemocnici jako tahle. Odtamtud jsem si odnesla nově nabytou vděčnost za život, a tu si stále držím. Můžu si vybírat, můžu jít do obchodu a koupit si oblečení, pořídit si jídlo, které chci, mluvit s lidmi, mít kontakt s kýmkoli chci. Je to dar. Mám svobodu způsobem, jaký tito lidé neměli, a většina lidí si neuvědomuje, že někteří lidé tu svobodu nemají. Mary Ellen i já jsme si vážily volby, kterou máme, a když jste v jedné z těchto institucí, o spoustě věcí nemůžete rozhodovat. Obě jsme si řekly, že projekt Ward 81 byl možná tou nejdůležitější věcí v našich životech. A stále na nás působí. Už je to skoro 50 let." (Mark, Jacobs, Ward 81: Voices, Steidl Publishers, 2023)



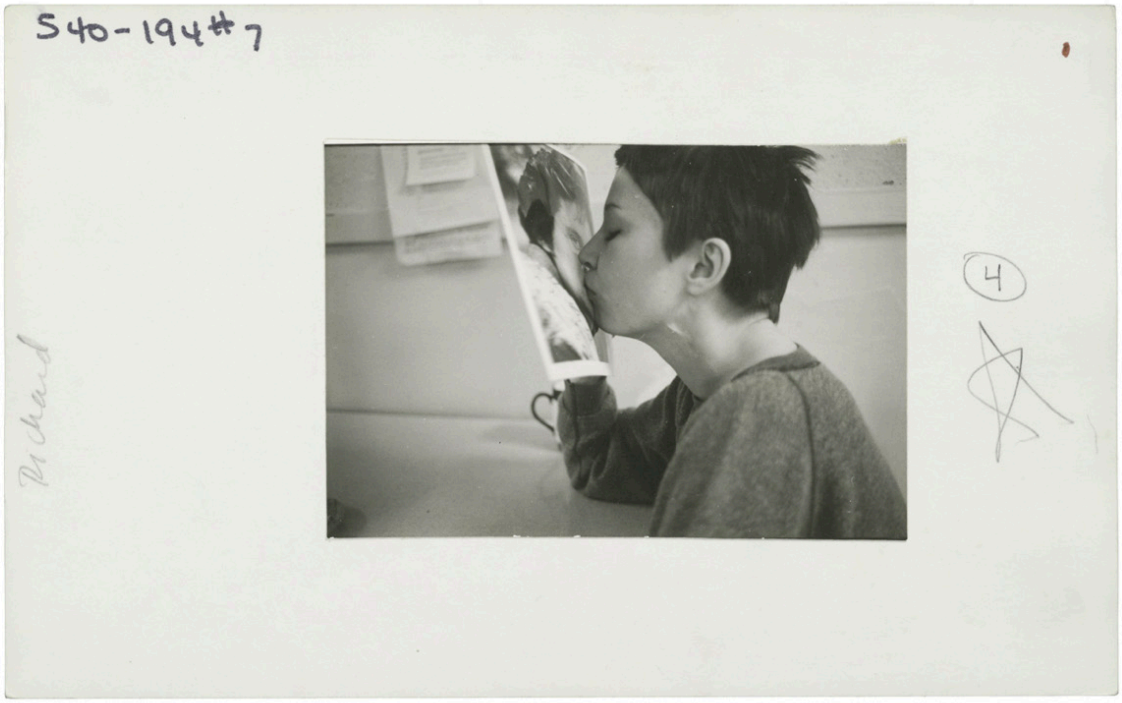


Mark
Ward 81: Voices
(1976)





Mark
Ward 81: Voices
(1976)



Mark
Ward 81: Voices
(1976)

{závěr 04a}

V této kapitole jsem představila, dle mého názoru milníky, kdy se fotografie v souvislosti s duševním zdravím ukazuje jako velmi důležitý a nenahraditelný nástroj. Od dokumentace duševních stavů až po humanizaci těch nejzranitelnějších. V rukou lékařů i aktivistů přispěla k rozvoji vědy a zároveň pomáhala – a stále pomáhá – k destigmatizaci společenského vnímání duševních poruch. Skrze citlivě zachycené portréty a příběhy lidí, kteří by jinak zůstali neviditelní, fotografie tak nejen dokumentuje realitu, ale také nastavuje zrcadlo společnosti.

Přesto stále existují psychiatrické instituce, kde se zachází s klienty způsobem, jenž není v souladu s lidskými právy, a kde zázemí nenastavuje podmínky pro uzdravení. Počet lidí, kteří se potýkají s problémy duševního zdraví, stále roste. Každý člověk má své specifické potřeby a potřebuje individuální přístup, proto je důležité nabízet širokou škálu terapeutických možností, mezi které může patřit i fotografie.

Ať už v rukou umělců, odborníků, nebo v očích veřejnosti, má fotografie schopnost vytvářet dialog mezi těmi, kdo trpí, a těmi, kdo nejsou lhostejní a chtějí vnímat, či ještě lépe – přispět k pozitivním změnám.

současní fotografové a jejich projekty

{úvod 04b}

V této závěrečné kapitole se zaměřuji na konkrétní fotografy a jejich umělecké projekty, které úzce souvisejí s hlavním tématem mé práce – propojením duše a duševního zdraví prostřednictvím fotografie. Dosud jsem představila svou tezi o hlubokém vztahu mezi uměním a duší, podloženou filozofickými a psychologickými koncepty, ilustrovanou konkrétními uměleckými díly. Téma jsem zkoumala z interdisciplinární perspektivy, přičemž jsem se zaměřila jak na vnitřní prožívání umělce, tak na vnější pohled recipienta, který přichází do kontaktu s dílem. Popsala jsem význam umění ve vztahu k léčbě duševního zdraví a následně tento pohled rozvinula v historickém kontextu propojení fotografie a duševního zdraví, což vedlo k představení současných fototerapeutických technik, které jsou v této práci jedním z hlavních témat.

Přestože fototerapeutické metody nejsou dosud dostatečně rozšířené, což je způsobeno zejména nedostatkem povědomí o jejich přínosech a omezenou dostupností odborně vyškolených terapeutů, jejich účinnost je prokázána. Umění fotografie je zde mostem mezi vědomím a podvědomím, přičemž podporuje růst jak tvůrce, tak recipienta, a přispívá k duševnímu rozvoji jednotlivců i společnosti.

Proto jsem zpracovala kapitolu, kde se věnuji současným fotografům a jejich dílům, která podle mého názoru potvrzují sílu a potenciál fotografie v oblasti duševního zdraví. Skrze jejich tvorbu poukazuji na hlubší souvislosti a možnosti, které umění fotografie přináší pro osobní i kolektivní růst. Tyto projekty ukazují, že fotografie je nejen nástrojem sebepoznání a emocionální reflexe, ale může být cestou při uzdravování a prohlubování pochopení sebe samých i světa kolem nás.

Zároveň je důležité zdůraznit, že tato díla neztrácejí svou uměleckou hodnotu – naopak, vysoké umění a terapeutický přínos mohou vzájemně posilovat svůj význam. Fotografie tedy působí nejen esteticky, ale svou formou i obsahem dokáže zasáhnout hluboké emocionální a duševní-vrstvy. Umělecky hodnotná díla mohou mít zároveň hluboký dopad na emocionální prožitky, čímž prokazují svou sílu nejen na úrovni terapeutické, ale i umělecké.

Po analytickém a teoretickém zkoumání přecházím k prezentaci autorů a jejich tvorby, která potvrzuje a podtrhuje výše zmíněné koncepty. Vybrala jsem projekty, které rezonují s mými osobními zkušenostmi a vnímáním. Tento přístup mi umožnil navázat dialog s jejich autory, kteří ochotně sdíleli své myšlenky a odpověděli na mé otázky. Jejich odpovědi tak tuto práci obohacují a zároveň dokládají zásadní význam propojení fotografie, duše a duševního zdraví, které se snažím v této práci hlouběji představit a doložit.

{siân davey} 1964, brighton

Biografie a tvorba

Siân Davey je britská fotografka, jejíž tvorba se zaměřuje na intimní a osobní témata, často vycházející z jejích rodinných zkušeností. Vystoudovala Bath Academy of Fine Art, sociální politiku na University of Brighton, humanistickou psychoterapii a v nedávné době také fotografii na
Plymouth University. Předtím, než se začala plně věnovat fotografii, působila patnáct let jako psychoterapeutka, což výrazně ovlivnilo její pohled na lidské emoce a vztahy. V jejích fotografiích se odráží terapeutický přístup k vnímání lidské psychiky, což jim dodává hloubku izranitelnost.

Davey začala fotografovat, když se jí narodila dcera Alice s Downovým syndromem, což ji inspirovalo k vytvoření významné knihy “Looking for Alice” (Trolley Books, 2015). Tento projekt zkoumá výzvy spojené s výchovou dítěte se speciálními potřebami, přičemž zobrazuje jemné
nuance krásy i složitosti každodenního života.

Prohlášení umělkyně k projektu “Hledání Alice”:
„Tato série je ilustrací rodinného života – všech těch napětí, radostí, vzestupů a pádů, které jsou součástí toho, být v rodině. Moje rodina je mikrokozmem dynamiky, která se odehrává v mnoha jiných rodinách. Nejsme v ničem jiní. Jako psychoterapeutka jsem slyšela mnoho příběhů a po patnácti letech praxe mě fascinuje, že tím, co mi bylo odhaleno, není to, jak jsme si odlišní, ale spíše jak jsme si podobní. To, co sdílíme, je důležité. Příběhy se liší, ale všichni prožíváme podobné emoce. Všichni jsme zranitelní vůči pocitům hněvu, smutku a deprese. Ten seznam pokračuje...

Moje dcera Alice, která se narodila s Downovým syndromem, není jiná než kdokoliv jiný. Cítí to, co cítíme my. Naše společnost to však neuznává a její samotná existence má jen malou, nebo žádnou hodnotu. Alice přišla na svět, kde je rutinní genetický screening ve dvanáctém týdnu těhotenství zaměřen spíše na prevenci narození než na přípravu na něj. Zatímco své volby a roz-

hodnutí činíme v soukromí, výsledkem pro společnost je, že 92 procent dětí s Downovým syndromem je v prenatálním stadiu po screeningu ukončeno. Je pravda, že před zavedením screeningu byly děti jako Alice výrazně marginalizovány a nakonec umisťovány do ústavů, kde dostávaly jen omezenou lékařskou péči.

Byla jsem hluboce šokovaná, když se Alice narodila jako “nedokonalé” dítě. Nebylo to to, co jsem očekávala. Naše první zkušenosti v nemocnici tomu nepomohly. Pediatr jí zatlačil nohy dozadu, zatlačil palce hluboko do třísel a okamžitě oznámil, že máme Alice vzít domů a chovat se k ní jako k jakémukoliv jinému dítěti. Ale necítila jsem, že je jako jiné děti, a mé obavy se projevovaly v každém aspektu mého vztahu k ní. Mé úzkosti se promítaly i do mých snů. Zdálo se mi, že Alice je zavinutá v dece a že jsem na ni úplně zapomněla. Rozbalila jsem její pevně zavinutý uzlíček, abych ji nakrmila, ale zjistila jsem, že její tělo je pokryté bílou tekutinou – tekutinou zanedbání; a přesto jsem ji nemohla nakrmit, nedokázala jsem reagovat na její základní potřeby.

Když se ohlédnu zpět, vidím, že Alice cítila mé odmítání, a to mi způsobovalo další bolest. Uvědomila jsem si, že odpovědnost je na mně; musela jsem se ponořit hluboko do svých vlastních předsudků a osvětlit je. Výsledkem bylo, že jakmile můj strach opadl, zamilovala jsem se do své dcery. My všichni jsme se zamilovali. Přemýšlím, jaké by to pro Alice bylo, kdyby byla hodnocena bez rozdílů, bez výjimek a bez druhého pohledu. Tento projekt je pro ni, pro Alice.” *(https://www.lensculture.com/articles/sian-davey-looking-for-alice)*

„Proces fotografování této práce mi pomohl osvětlit, proč jsem měla problém ji milovat, což bylo v podstatě strachem a nejistotou. Vždycky jsem věděla, že ona mě miluje – o to nikdy nešlo. Vždy šlo o to, že jsem se já potřebovala zamilovat do ní – a to se stalo, bezpodmínečně.” Dodává Davey k procesu fotografování své dcery Alice (*The mindful photographer, Thames & Hudson, 2022)*



Davey
Looking for Alice
(2015)





Davey
Looking for Alice
(2015)

Dalším významným projektem je série “Martha“, zaměřená na dospívání její starší dcery Marthy. Martha se v pubertě ptala, proč je veškerá pozornost věnována pouze mladší sestře. Tato série zkoumá téma identity, přátelství a emocionálního růstu. Zachycuje dospívání dívky se slastmi, strastmi, ztraceností i bezstarostností. Třetí významný projekt “The Garden“ vznikal během tří letních sezón, kdy Davey se svými blízkými proměnila svou opuštěnou zahradu v živý prostor plný divokých květin, lidí – v místo pro setkávání a sdílení. Tento projekt je vyjádřením propojení, radosti a komunitního ducha. Série “The River“ a “First Love“ také reflektují její zaměření na mezilidské vztahy a emoce, které zachycuje se sobě vlastní vnímavostí.

Kromě své fotografické práce vede Siân Davey online kurzy – jakýsi individuální mentoring a také skupinové workshopy s názvem “The Creative Body Process“. Tyto kurzy a workshopy jsou zaměřené na podporu osobní tvořivosti v propojení s vlastním tělem a myslí prostřednictvím fotografování. Významný je zde samotný proces – právě skrze tento prožitkový přístup i ona dosahuje tvorby, která nese nepopsatelnou hloubku a hodnotu.

Její terapeutická praxe jí umožňuje nahlížet na životní situace s hlubším porozuměním, díky čemuž do svých fotografických cyklů a projektů vnášíširší souvislosti. Fotografie se pro ni stala prostředkem pro komunikaci a reflexi nejen vlastních a vnějších konfliktů a emocí, ale také zásadních otázek našeho bytí. Její působení, kde se snoubí role terapeutky, fotografky, matky a mentorky, jí umožňuje propojovat umění a duševní zdraví. Davey dokazuje, že kreativní tvorba může sloužit jako účinný nástroj sebepoznání a uzdravení. Její práce je příkladem, jak lze propojit terapeutický proces s uměním fotografie. Tím překračuje čistě estetické hranice a proniká do emocionální a psychologické roviny člověka.



Davey
Martha
(2018)





Davey
Zahrada
(2024)

Co pro Tebe znamená propojení duše a fotografie?

SD: „Mám pocit, že veškerá tvořivost vychází z duše a je samotnou duší.”

Jak podle Tebe může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?

SD: „Cítím, že tvořivost přímo souvisí s naším duševním zdravím. Prostřednictvím fotografie nebo jakéhokoliv jiného umění nacházíme svou sílu a schopnost jednat. Můžeme tak dokončit nebo vyřešit to, co nám jinak zůstává neuchopitelné.”

Závěr a osobní reflexe

Strávila jsem u Siân Davey v domě s její rodinou v Devonu půl roku. Získala jsem zde mnohem více než jen fotografickou zkušenost; vše bylo intenzivní a určitě ne vždy snadné. Přesto a možná právě díky tomu, mou tvorbu i duši tento čas hluboce formoval a posunul vpřed. Pochopila jsem, že autenticita a opravdovost jsou esencí smysluplného uměleckého vyjádření. Siân Davey mi řekla prostou a silnou větu: „Fotografuj svůj příběh, víc není potřeba." Ano, co fotit víc než autenticky svůj vlastní příběh? Pochopila jsem, že fotografie získává ryzost, když prochází přímo skrze nitro autora – tím se hlouběji i dotýká recipientů. Každý z nás má svévlastní prožitky, ale mnohé situace a pocity jsou společné a propojují nás s ostatními, bez ohledu na čas a prostor. Tuto skutečnost jsem si potvrdila i při psaní této práce, když jsem interpretovala významná umělecká díla. Věřím, že jejich síla spočívá ve schopnosti umožnit lidem rezonovat s obsahem, nacházet vlastní příběhy, lépe rozumět emocím a čerpat z nich sílu a inspiraci pro své vlastní cesty.

Snímky, které Siân Davey ve své autorské tvorbě představuje, jsou pro mne syntézou něhy a jakési syrovosti. Její středoformátové fotografie na barevný kinofilm jsou precizně komponované a využívají jemné, přirozené světlo. Davey nijak nezasahuje do scény – ať už jde o neestetické prvky v prostředí nebo negativní výrazy a emoce fotografovaných osob, vše ponechává v autentické podobě. Tento přístup jí umožňuje zachytit pravou podstatu okamžiku. Pro mne tak u Siân Davey spočívá krása fotografie v hledání pravdy – nejen vizuální, ale i emocionální. Ve své práci odráží osobní příběh, který se prolíná s nedokonalostmi, ať už vlastními, nebo okolního světa. Je to, jako by do své práce vkládala také svou moudrost a reflexi, získané skrze životní zkušenosti i psychoterapeutickou praxi a vzdělání. Díky tomu dokáže všechny rozpory života přetvořit v harmonický a smysluplný celek. S tím je úzce spojen další aspekt její tvorby a to, že její projekty zrají postupně, často i několik let. I tento trpělivý proces dodává její práci hloubku a význam. V dlouhodobě zpracovávaném souboru se s odstupem času rodí celý příběh, který postupným zráním získává pevný obsah i hluboký přesah. Dokládá také, že nemá smysl honit se za trendy, které

jsou pomíjivé. Když se věnujeme něčemu dlouhodobě a s osobním vkladem, časem to rozkvete. Díky odstupu a vývoji našeho vnímání a chápání se pak rodí díla, která mají trvalou hodnotu.

Siân Davey mě svou tvorbou, ale především jako člověk, hluboce ovlivnila a mám pocit, že ji i s odstupem času stále více poznávám. Její vliv ve mně stále rezonuje. Jsem vděčná, že mě do svého života přijala.

Davey pro mě ztělesňuje přísnou, komplikovanou, ale zároveň zranitelnou ženu s velkým srdcem – a přesně taková je i její tvorba. Tato kombinace osobní složitosti a citlivosti mě inspirovala i v mém vnímání umění, především díky její schopnosti propojit osobní zranitelnost s uměleckou tvorbou.

Tvorba Davey je postavena na autentičnosti, která v sobě nese jak naději, tak lidskou křehkost – dva důležité aspekty rezonující s tématy duševního zdraví, jimiž se v této práci zabývám. Její schopnost protmítat osobní zkušenosti do své umělecké tvorby přímo ukazuje, že může být fotografie prostředkem k hlubokému emocionálnímu uzdravení a růstu. Kreativní tvorba může sloužit jako účinný nástroj sebepoznání a uzdravení. Její práce je příkladem, který ukazuje že lze umělecký proces transformovat v cestu k hlubšímu pochopení lidské duše – reflektovat a léčit vnitřní konflikty.

V rámci této práce, zaměřené na propojení *umění fotografie* s duší a duševním zdravím, Davey ukazuje, že umělecká tvorba může být terapeutickým procesem. Siân Davey tak představuje umělkyni, jejíž tvorba potvrzuje, že fotografie může být nástrojem pro navázání hlubšího spojení se sebou samým a zároveň prostředkem pro přijetí a pochopení života kolem nás.



Davey
The River
(2017 -)

{ivana dostálová} 1979, jablonec nad nisou

Biografie a tvorba

Ivana Dostálová je česká neurovědkyně, fotografka a malířka, která ve své tvorbě z interdisciplinární perspektivy zkoumá propojení neurologických a psychologických procesů. Díky svému vědeckému zázemí přináší do fotografie hlubší vrstvy porozumění a poskytuje komplexnější vhled do fungování lidské mysli. Získala doktorát z neurověd na Univerzitě Karlově v Praze a postgraduálně studovala terapeutickou fotografii na Gordon University ve Skotsku. Pravidelně se účastní mezinárodních konferencí, jako je například Therapeutic Photography Symposium, které je spojeno s výše zmíněnou celosvětovou organizací Photo Therapy Center, jež podporuje fototerapeutické techniky. Dostálová publikovala řadu významných článků a studií přispívajících k rozvoji fototerapeutických metod a intervencí. Aktivně také rozšiřuje povědomí i praxi fototerapeutického potenciálu v České republice.

„Fotografuji každý den, přemýšlím o obrazech každou vteřinu svého života, žiji v obrazových příbězích každého okamžiku. Pokud existuje něco, co potřebuji se stejnou intenzitou jako dýchání a tlukot srdce, pak je to fotografování."

Autorská tvorba Ivany Dostálové je charakteristická širokým spektrem výtvarných prostředků a uměleckých forem – od klasického černobílého dokumentu přes pop art až po malbu. V jejím díle se snoubí fotografie s vědeckým bádáním, což jí umožňuje zkoumat hluboké otázky lidské existence a identity.

“The Self Study“

Projekt “The Self Study“ Ivany Dostálové představuje hluboký introspektivní výzkum identity a vnitřního já, který propojuje umělecké vyjádření s vědeckou reflexí. Dostálová se opírá o vědecké teorie, jako je Bronfenbrennerův socioekologický model a Eriksonovy fáze psychosociálního vývoje, čímž vytváří komplexní rámec pro zkoumání formování lidské identity. Skrze autoportréty se snaží zachytit nejen svévlastní vnitřní procesy a duši, ale i univerzální otázky spojené s hledáním sebe sama. Autoportrét v tomto kontextu nefunguje jen jako umělecký nástroj, ale i jako prostředek sebeterapie, kde fotografka reflektuje své životní zkušenosti – od prenatálního období, přes trauma až po současné výzvy. Tento přístup umožňuje nahlédnout do vlivů, které formují lidskou identitu, a odkrýt vrstvy vlastní duše, jež jsou běžně skryty před
společností.

“The Self Study“ tak představuje významný příspěvek nejen do oblasti umění, ale i psychologie a terapie, čímž ukazuje, jak může umělecká tvorba sloužit k osobnímu růstu a porozumění komplexnosti lidského života.

Dostálová zde prostřednictvím autoportrétů komunikuje hlubokou cestu k poznání identity – vlastního já ve vztahu k okolnímu světu. Její práce je nejen vizuálním výzkumem, ale také nástrojem pro zpracování osobních traumat a podporu sebepoznání. Fotografie zde slouží nejen jako terapeutický nástroj, ale i jako zrcadlo odrážející vnitřní podstatu jedince ve vztahu k vnějším vlivům. Tímto způsobem projekt nejen reflektuje vnitřní procesy, ale také nabízí hlubší porozumění sobě samým i světu kolem nás.





Dostálová
The Self Study
(2019)

Prohlášení umělkyně k “The self” study:

„Vztah mezi já a druhým patří mezi nejjemnější teoretické otázky v sociálních vědách (Ziller 1990, s. 108). Základní otázka „Kdo jsem?“ podle mého názoru skrývá rovnici nekonečného množství neznámých, které jsou propojeny kombinací náhodných a nenáhodných rovnic kolem nás (v diskurzu s Bronfenbrennerovým socioekologickým modelem, Bronfenbrenner 1986, 1992, 2009) a před-námi a za-námi (v diskurzu s Eriksonovými stádii psychosociálního vývoje, Erikson 1963). Jsem přesvědčena, že bychom všichni měli zahrnout své já do tohoto diskurzu,
protože společně tvoříme celý systém...

...Ve skutečnosti je každá fotografie, kterou pořídíme, autoportrétem (Weiser 1999), věci, které si všimneme, a tudíž věci, na které se zaměřujeme, vždy odrážejí naše vlastní zkušenosti, vnitřní přesvědčení a naše vlastní chápání světa kolem nás, jinak bychom se nezaměřovali na ten konkrétní pohled (Burn 2019). Burn (2019, s. 31) definoval autoportrét takto: „Autoportrét je zobrazení sebe sama sebou samým.“ Domnívám se, že sebe-dokumentace včetně autoportrétů je silnou metodou sebeterapie a sebepoznání a efektivním způsobem zkoumání „já“ a jeho vztahu k druhým (Worth 1964, s. 3, Ziller 1990, s. 34, Spence 1986, Burn 2019), což umožňuje „zachytit pocity a odhalit hodnoty, postoje a starosti, které jsou mimo vědomou kontrolu tvůrce“ (Worth 1964, Ziller, s.34).

...Tato sebe-dokumentace se nestala jen druhem sebeterapie a způsobem, jak se vypořádat s traumatem, ale také mojí reflexí dnešní společnosti a „okamžitého Instagramového štěstí“, kde „jako by člověk neměl jinou možnost než být šťastný, veselý a úspěšný“ a tlak na nejen fyzickou, ale i mentální dokonalost vede jednotlivce k tomu, aby skrýval jakékoli duševní problémy ze strachu z nálepky stigmatizace. „Skoro máte pocit, že ve záplavě šťastných obrázků není místo pro skutečný život.“ *(Dostálová, T H E S E L F S T U D Y - Ivana Dostalova)*





Dostálová
The Self Study
(cyklus)

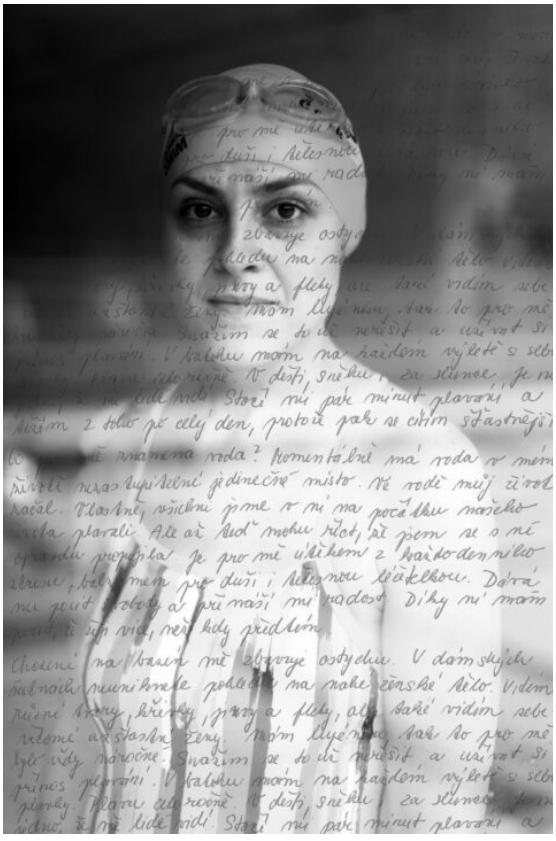
Dalším významným projektem Ivany Dostálové je „Swimming women“ (Plavkyně), který zdůrazňuje téma ženského empowermentu – procesu, kdy lidé získávají sílu a sebedůvěru, aby mohli aktivně ovlivňovat svůj život a činit vlastní rozhodnutí. Tento projekt sestavený z portrétů, které Dostálová vytvořila v plaveckém areálu Podolí i ve svém ateliéru je prostoupen hlubokou empatií a porozuměním pro otázky sebepřijetí. Dostálová se zaměřuje na to, jak plavání pomáhá ženám nejen po fyzické stránce, ale také psychicky – osvobozuje je od strachu a nejistot spojených s vnímáním jejich těla, věku, či vnitřních obav. Projekt představuje třicet žen různého věku, postav a životních příběhů, čímž reflektuje jejich osobní cesty k přijetí sebe sama.

„Ať jsme kdokoli a ať jsme si prošly čímkoli, ať máme jizvy na těle či na duši – voda nás přijme a obejme takové, jaké jsme.”
(https://www.sportin.art/cs/detail-clanku/nebyt-jen-telo-fotografka-ivana-dostalova-ukazuje-ze-voda-vas-prijme-takove-jake-jste)

Jejím hlavním cílem je zdůraznit, že voda poskytuje prostor, kde ženy mohou překonávat své úzkosti a výzvy a zároveň nacházet pocit bezpečí, ať už samy se sebou, nebo v rámci komunity. Ženská tématika je v její tvorbě často ústředním motivem, neboť citlivě reflektuje i své vlastní prožitky jako ženy, matky i dívky. Fotografická studie nezachycuje pouze fyzickou podobu těla, ale také vizuálně odhaluje vnitřní svět a emocionální hloubku každé z žen. Projekt představuje silné poselství o podpoře a vzájemné sounáležitosti, které vzniká díky spolupráci mezi autorkou a participantkami.

„Projekt “Plavkyně” nám otevírá dveře do plavecké komunity a poskytuje jedinečný pohled na prostředí plaveckých bazénů, abychom si uvědomili, jakým fascinujícím fenoménem plavání je. Zároveň také přibližuje lidskou stránku tohoto sportu. Už nevidíme anonymní plavkyně, které se snaží dosáhnout dokonalé postavy, skvělého výkonu nebo bezchybného stylu. Naopak nám ukazuje, že naše obavy a nejistoty jsou často podobné a můžeme je sdílet, dokonce i v tak intimních a zranitelných okamžicích, jako je převlékání v dámských šatnách.” *(https://www.sportin.art/cs/detail-clanku/nebyt-jen-telo-fotografka-ivana-dostalova-ukazuje-ze-voda-vas-prijme-takove-jake-jste)*





Dostálová
Plavkyně
(2023)

Kromě autorské tvorby Ivany Dostálové, která zahrnuje komplexní zkoumání lidské identity, je důležité zmínit i její projekt “My Universe Photo“ (MUPhoto). Tento projekt propojuje vědecký přístup s fotografií a terapií a otevírá nové možnosti, jak využít umění k posilování duševního zdraví. Tento inovativní projekt má za cíl pomocí fotografie zlepšit duševní zdraví a podpořit lepší vnímání vlastní reality. Ivana Dostálová v rámci tohoto projektu vyvinula metodu “My Universe Method“ (MUM), která kombinuje práci s fotografií a vědeckými poznatky, zaměřenou na podporu osobního růstu a změny. Hlavním nástrojem této metodiky je PESORM, vědecký postup vizuálního dotazování, který komunikuje s myslí na neurobiologické úrovni.

“My Universe Method“ (MUM) kombinuje nejnovější poznatky z neurověd, terapeutické fotografie a meditace, aby vytvořila prostředí pro osobní proměnu a růst. Fotografie zde slouží jako nástroj k tomu, jak vizuálně vyjádřit a upravit mentální obrazy. Metodika PESORM, která je klíčovým prvkem MUM, využívá principy vizuálního dotazování. Tento přístup umožňuje jednotlivcům lépe porozumět svému vnímání světa a pracovat na jeho přetváření, což má pozitivní vliv na jejich duševní rovnováhu.

Autorka k projektu “My Universe Photo” prohlašuje:
„Všímavému fotografování a všímavému fotografickému procesu, introspekci prostřednictvím fotografie, „fotografické vědě“ a terapeutickému potenciálu fotografie se věnuji již dlouho, nyní bych ho ráda postupně přinesla do Čech pro podporu, pomoc, růst, hojení, pro práci na duševní rovnováze, sebe-lásce, sebe-přijetí, relaxaci a radost ze života všem. Také jsem máma dvou, dnes již velkých, kluků, která z vlastní zkušenosti ví, jak důležitá je duševní hygiena jako

prevence syndromu vyhoření v dnešní zrychlené výkonově orientované době a člověk, který věří východním filozofiím, v lásku, má rád klid v duši a pohyb v životě a s nadšením objevuje vše nové. Spojila jsem dohromady své znalosti z oborů, kterými jsem se zabývala-zabývám a ze své životní cesty a příběhu a založila jsem My Universe Photography pro vás, nás, všechny. Abyste-me se všichni i v této době mohli vrátit sami k sobě, najít si svou „bublinu“, svůj vesmír, svůj vnitřní bezpečný prostor.

Fotografie mě mnohokrát přesvědčila o tom, že je silným nástrojem pro osobní růst, hojení, i sebepřijetí s velkým terapeutickým potenciálem i formou meditace a mindfulness. Ráda bych tento její na první pohled skrytý, dnes již vědeckými studiemi podložený, hluboký a silný potenciál přinesla všem. Jsem skutečně nadšená z toho, jak dokáží ty „správné obrázky“, které necháme ke své mysli prostřednictvím zraku přicházet, měnit náš mozek a tím měnit náš život.“ *(https://muphotosci.org)*

„Pečujeme prostřednictvím fotografie o duševní zdraví a pohodu lidí. Spojujeme prostřednictvím fotografie lidi a komunity. Pomáháme pomocí fotografie všude tam, kde verbální komunikace nedostačuje, nebo není možná. Propojujeme obory, propojujeme lidskost a moudrost původních filosofií a národů s nejnovějšími vědeckými poznatky.

Fotografie umí měnit naši mysl i srdce. Společně můžeme měnit to, jak vidíme svět i sami sebe. Můžeme vkládat foťáky do více rukou a učit sebe i ostatní VIDĚT JINAK.” *(https://muphotosci.org)*

Co pro Tebe znamená propojení duše a fotografie?

ID: „Fotografie je jazykem duše, jejím pomyslným zhmotněním, to tiché v nás a nevyřčené nám fotografie nastavuje jako zrcadlo. Zrcadlo, ve kterém se díváme na hloubku sebe, zrcadlo toho nepoznaného v nás, zrcadlo toho, co jsme o sobě, svém příběhu a svých kořenech a kořenech lidství zapomněli.

Fotografie jsou ústa, která dávají křídla a nechávají promlouvat všemu niternému, čemuž náš mozek nedokáže přiřadit slova, jako by mu to bylo příliš zatěžko či přesahující možnosti šíře a kapacity jeho aktuálního známého vědomí. Nesmrtelnost a netělesnost duše, jíž fotografie přináší úlevnou svobodu ke vzlétnutí, aby jí tělo a mozek nebylo těsné.

Fotografie je blízkou přítelkyní duše, která ji chrání a opečovává a zároveň jí dopřává potravu, kterou pohledem může sytit, objetí v naději na smysl a klid. Fotografie je učitelkou duše, její pamětí, srdcem vzpomínek, nadějí, ale i pobízečem nastavené zrcadlo vědomě nechtít vidět, vidět ho jinak, či ho rozbít.

Duše se dívá na fotografii a zkoumá, co vidí, fotografie se dívá na duši, učí ji, mění a hojí. Cesta fotografie k duši a duše k fotografii se ale otevírá jen za určitých podmínek, tam, kde je pokora, vůle vnímat, bádat, vědět, kde je plynutí, odevzdání a hloubka vody, víra v lidskost.”

Jak podle Tebe může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?

ID:„Fotografie je, pokud je prováděna určitým způsobem, meditací, umožňuje zpomalit, ukotvit se v přítomném okamžiku, tím nám umožňuje přepnout náš mozek do módu bytí namísto dělání a poskytuje tak mysli úlevný odpočinek. Fotografie je terapeutickým bezpečným prostorem, už jenom samotné držení fotoaparátu je jako nebýt sám, držet se svého přítele, být v bezpečí, s fotoaparátem v ruce nikdo nezůstane sám a ve světě tlaku a anonymity si tak s sebou stále nosí svůj vlastní bezpečný vesmír.

Fotografie je silným terapeutickým nástrojem, který vnáší do terapeutického vztahu další rovinu komunikace, obchází obranné mechanismy (z psychologie) a vytváří most a katalyzátor s nevědomím i přemostění v komunikaci mezi klientem a terapeutem, čímž napomáhá vyšší účinnosti terapie.

Fotografie pomáhá přesměrovat pozornost a překlenout těžké chvíle po životních ztrátách a traumatech, kdy je verbální komunikace potlačena. Fotografie je zdrojem naděje; prostřednictvím fotografie můžeme náš mozek cíleně a účinně učit vidět zázraky během běžného dne, což vede k pocitům naděje a radosti.

Prostřednictvím Terapeutické fotografie (pozn. dynamicky se rozvíjející na důkazech založený obor) můžeme pomocí určitých cvičení přinášet do našeho života prostřednictvím fotografie a vizuální všímavosti vedle klidu i tolik potřebný smysl, sebepoznání, sebepřijetí. Ve společnosti, kde lidé žijí v povrchnosti, konzumu, rychlosti a zapomínají na důležité hodnoty, nám fotografie přináší možnost dívat se sami na sebe, druhé i svět kolem hluboce, se soucitem, s laskavostí a zároveň vyšším smyslem, fotografie vytváří z okamžiků běžného života něco neobyčejného a krásného, vydechnutí, které při dlouhodobějším pravidelném praktikování doslova mění náš mozek pozitivním směrem.

Fotografie obnovuje naši schopnost cítit, naši citlivost, propojuje nás se srdcem, ať se kolem nás i v nás zrovna děje cokoli. Fotografie pomáhá velice účinně přerámovat naše vidění sebe sama i světa kolem pozitivním směrem, a to i v případě odlišného nasedání vědomí na pevné struktury mozku, jako je tomu u různých duševních onemocnění, jako by fotografie svým propojením s duší obnovovala přirozený saturovaný tok vědomí, který byl narušen v průběhu vývoje jedince.“

Závěr a osobní reflexe

Ivana Dostálová je pro mne v této práci velmi důležitou osobností. Poznala jsem ji na přednášce, které jsem se zúčastnila kvůli tématice mé práce, a vůbec jsem netušila, jak mne obohatí a ovlivní mé osobní i profesní směřování. Její schopnost propojit svět vědy a umění skrze fotografii mě hluboce oslovila, protože právě v této syntéze nacházím hluboký smysl a inspiraci. Jak sama říká, její tvorba se rodila z osobních traumat a touhy přinést do světa více lásky, což je přesně ta podstata, která pohání i mne. Tím, že spojila své vědecké a umělecké dovednosti, vytvořila jedinečný přístup, který lidem pomáhá nejen lépe porozumět sobě, ale také najít cestu k sebepřijetí a duševnímu zdraví.

Její práce a působení jsou důležitými pilíři mé diplomové práce, neboť představují to, co je pro mě ve vlastní tvorbě i dalším s směřování zásadní – snahu pochopit hlubší vrstvy lidské duše, nalézt rovnováhu mezi vnitřním světem a okolním prostředím a přinášet uzdravení skrze umění.

Ivana Dostálová se stala nejen součástí mé teoretické reflexe, ale také mi umožnila začít poznávat mezinárodně uznávané fototerapeutické techniky, které zásadně obohatily mou práci a budoucí výzkum. Inspiruje mne její dualita *vědkyně a snílka* a také její laskavost a otevřenost. Věřím, že se ji v určitých kruzích prostřednictvím terapeutické fotografie daří, jak sama říká *rozsévat lásku a ponoukat lidi ke snění.*

Dostálová vytváří prostor, kde lidé mohou nalézat skrze fotografii nástroj pro komunikaci s vlastní myslí – duší. Prostřednictvím fotografie si můžeme vytvářet svůj vlastní, přijatelnější svět, protože jsme všichni tvůrci své subjektivní reality. Díky umění fotografie máme možnost ovlivnit, jaký svět kolem sebe vytvoříme a jak ho vnímáme.

{david gaberle} 1989, praha

Biografie a tvorba

David Gaberle je český fotograf a hudební tvůrce, který ve své tvorbě unikátně propojuje různé obory. Současně také provozuje podcast Fujifilm X-Talk s osobnostmi české fotografie. Vystudoval antropologii na University College London. Cesta k fotografii pro něj byla především osobní reakcí na vnitřní napětí a tlak, který na sebe kladl. Ve snaze splnit svá vysoká očekávání a touze „dělat svět lepším“ se dostal do rozpoložení, ve kterém potřeboval najít nástroj pro zvládání svých vnitřních bojů a úzkostí – tím se stala fotografie. Ač je v tomto oboru autodidaktem, patří mezi významné autory české fotografické scény. Fotoaparát mu poskytuje způsob, jak budovat vnitřní rovnováhu, a zároveň je mu prostředkem, skrze který se snaží uchopit vlastní tok myšlenek i okolní svět.

„Prožitek, který mu fotografování ve formě terapie přineslo, byl stavebním kamenem celé jeho bakalářské práce. Zabýval se v ní metodou autoetnografie. Samotná etnografie je pozorování určité komunity nebo skupiny lidí na základě toho, že s nimi trávíme čas. Autoetnografie je oproti tomu metoda, kde studujeme sami sebe a naše reakce na okolí, v kterém se nacházíme. David potřeboval zjistit, proč cítí neodbytný pocit, že je s ním něco hluboce špatně. Jako kdyby byl špatně seřízený. Začal proto fotografovat, aby z vlastních snímků poznal, jak vnímá svět a sám sebe v něm a na základě toho odhalil příčiny problémů, které ho uvádějí do těchto úzkostí.

'Učil jsem se vnímat svoji emoci přes fotku, v konkrétním místě, což je v podstatě autoetnografie,‘ popisuje David téma své bakalářské práce. Své emoce cítil při pozorování Pinkhassovových fotografií, ale nevěděl, jak je prožívat i mimo umění. V tomto období si hlouběji uvědomil, že jeho snímky stále nevystihují, jaký doopravdy je. Pochopil, že pravá fotografie musí být emočním otiskem jejího autora a on musí být v procesu vzniku otevřený sám sobě. To bylo jeho autoetnografické zjištění. Podpořilo to jeho touhu používat fotografii jako terapii a metodu k poznávání sebe sama. Věděl, že bude muset fotografovat intenzivněji, aby se o sobě dozvěděl pravdu.'"
(Kalhous Radek, David Gaberle, TBP, Institut tvůrčí fotografie, 2022)

Jeho přístup k fotografii je terapeutický, což sám označuje za způsob, jakým zvládá smyslové přetížení, které pociťuje ve velkoměstech. K tomu se vztahuje jeho projekt “Metropolight”, vydaný jako Gaberleho knižní debut (Kant, 2017). Zde prostřednictvím street fotografie dokumentuje dynamiku velkoměstského života. “Fotografie vznikaly v hypermoderních městech, jako je Tokio, Hongkong, Šanghaj, Soul, ale také v Sydney, Londýně nebo New Yorku. David Gaberle sleduje pasáže mezi domy, schodiště, v parky, nádraží, vagóny metra i galerie či mosty. Postupně odkrývá skrytý řád panující mezi světem věcí a lidí. Spisovatel Petr Volf, autor úvodní studie, napsal: „Barevnost snímků nese symbolické významy a světla navštívených velkoměst – ať už přirozená či umělá, přímá nebo odrážená - se stávají majáky, s nimiž se cítíme v bezpečí.“ (https://www.kavkabook.cz/p/metropolight)

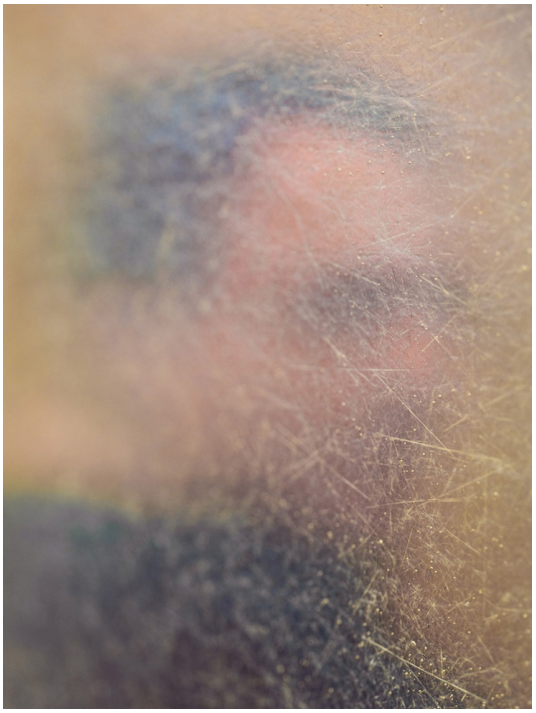


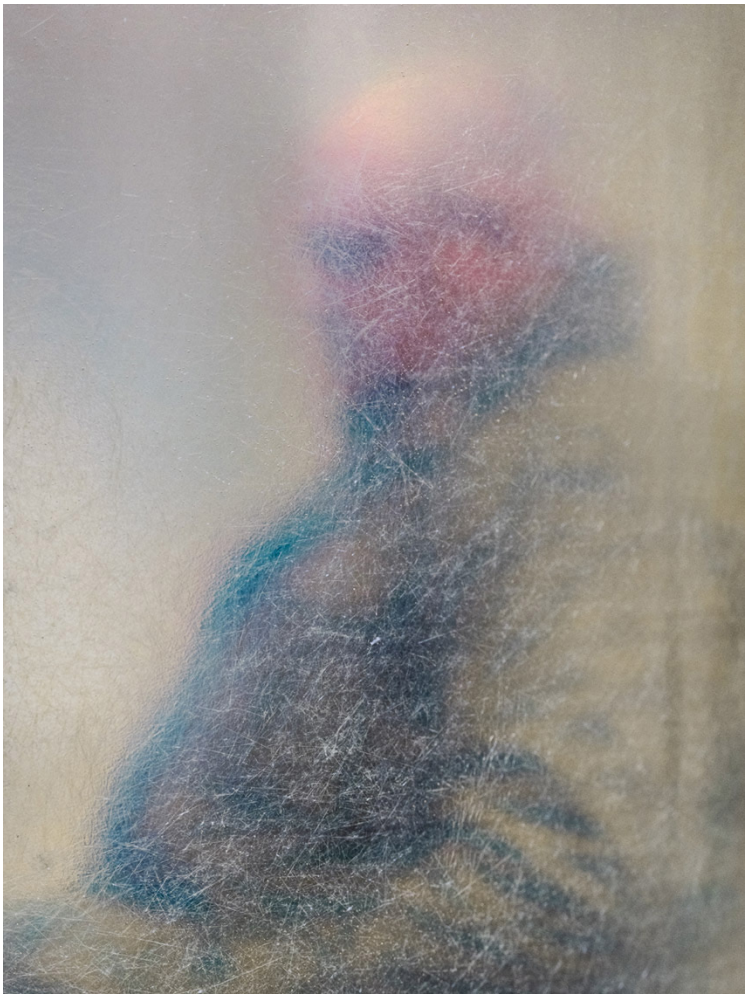
Gaberle
Bez názvu
(nedatováno)

“Nejsi sám”

Dalším významným projektem, který v rámci této práce považuji za velmi důležitý, je “Nejsi sám”. Tento projekt se zaměřuje na vysokou míru sebevražd mezi muži v České republice a otevírá diskusi o problematice duševního zdraví. Iniciativa Davida Gaberleho spojila několik participantů a odborníků, kteří společně přispěli k vytváření prostoru pro otevřenou komunikaci o duševních problémech. Gaberleho fotografie ve spojení s doprovodnými texty zachycují lidskou zranitelnost a zároveň podněcují diskusi o destigmatizaci duševních onemocnění. Projekt tak upozorňuje na důležitost bezpečného prostoru pro sdílení, otevřenost a podporu mužského duševního zdraví, čímž nabourává společenská tabu spojená s mužskou zranitelností.

Autorovo vyjádření k projektu “Nejsi sám”:
„Nejsi sám je novinářský projekt zaměřený na hledání řešení problému vysoké míry sebevražd mužů v České republice. Ve všech zemích světa s výjimkou Číny spáchají muži sebevraždu častěji než ženy. V postsovětských zemích se navíc nejen vyskytují nejvyšší míry sebevražd
na světě, ale také největší rozdíl mezi počtem sebevražd mužů a žen. V České republice si muži berou život čtyřikrát častěji než ženy. Bohužel stále přetrvává silné stigma spojené s diskusí o duševním zdraví mužů. Muži vyhledávají psychiatrickou nebo psychologickou péči třikrát méně často než ženy. Cílem tohoto projektu, který byl publikován na významném českém zpravodajském webu a doprovázen čtyřmi články, bylo podnítit diskusi o duševním zdraví mužů a přispět k vytváření bezpečného prostoru, ve kterém se muži cítí pohodlněji při sdílení svých emocí a zranitelností.“ *(http://www.davidgaberle.com/notalone)*





Gaberle
Nejsi sám
(2019)

V kontextu mé práce, která zkoumá vztah mezi duší a duševním zdravím prizmatem fotografie, spatřuji v tomto projektu hodnotný přínos koncepční tvorby Davida Gaberleho. Jeho přístup dokládá mnohovrstevnatý potenciál fotografie jako média, které může být prostředkem pro terapeutický proces a společenskou reflexi. Gaberle ukazuje, že fotografie má schopnost komunikovat složité společenské otázky a přispívat k řešení problémů spojených s duševním zdravím. Jeho tvorba obsahuje silný sociální přesah, což z ní činí cenný přínos nejen pro uměleckou sféru, ale také pro společenský rozvoj a dlouhodobé směřování v oblasti duševního zdraví.

„Každý rok se v České republice připraví o život zhruba 1500 lidí. Ačkoliv se počet sebevražd stejně jako jinde v Evropě v poslední době snižuje, stále větší procento mezi nimi zaujímají muži. Zabíjejí se čtyřikrát častěji než ženy. Projekt “Nejsi sám” online deníku Aktuálně.cz mapuje způsoby, jak lze tomuto nebezpečnému fenoménu v Česku předcházet.“
(https://zpravy.aktualne.cz/nejsi-sam/r~8a29017a2e3511e9b73eac1f6b220ee8/)

V souvislosti s širším zaměřením této práce, která upozorňuje nejen na terapeutický potenciál fotografie, ale také na nedostatky ve zdravotnictví a společnosti týkající se péče o duševní zdraví, lze projekt “Nejsi sám”vnímat jako příklad důležitosti individuální péče. Projekt zároveň ukazuje, že fotografie může působit nejen jako nástroj osobního sebepoznání, ale i jako prostředek se silným společenským dopadem. Text projektu zdůrazňuje, že personalizovaná péče, kterou poskytují například Centra duševního zdraví v rámci reformy psychiatrické péče v Česku, může pomoci lidem lépe zvládat jejich problémy. Tento přístup je v souladu s Gaberleho fotografickou metodou, která slouží nejen k osobnímu uzdravení, ale také podtrhuje schopnost fotografie otevírat důležité společenské otázky a přispívat k jejich řešení. Fotografie se tak ukazuje jako přínosná ve více vrstvách – od individuální terapie až po širší společenský rozvoj.



Gaberle
Nejsi sám
(2019)

Gaberle, podobně jako další zmínění autoři, organizuje pečlivě promyšlené a do detailu propracované fotografické workshopy. Tyto workshopy kladou důraz nejen na samotný tvůrčí proces a výsledek, ale také na jejich hlubší dopad na účastníky, včetně emocionální a intelektuální roviny. Zároveň tak vytvářejí prostor pro osobní rozvoj a napomáhají individuálnímu růstu jak v tvůrčí, tak v psychologické rovině.

Autor své workshopy představuje takto:
„Fotoaparát je úžasný nástroj pro uvolnění mysli a otevření očí. Pomáhá nám využívat naši kreativitu a umožňuje nám objevovat svět i to, jak ho vnímáme. Na svých workshopech učím, jak vidět novými způsoby, ať už vám pomáhám začít s vlastní fotografickou praxí, nebo rozvíjet váš pohled, pokud jste již zkušeným fotografem.

Polovina workshopu je věnována pochopení psychologie vidění a vlivů, které má světlo ve městech a přírodě na naše pocity. Tento typ uvědomění je důležitější než jakákoli fotografická pravidla či technické dovednosti. S pomocí různorodých materiálů, od knih, hudby, videí, příběhů až po hraní si s barevným papírem, zkoumáme, jaký vliv mají tvary, barvy, vrstvy, textura, pohyb a vizuální rytmus na naše emoce. Druhá polovina workshopu je věnována praktickému fotografování venku.

Chůze a fotografování představují skvělou příležitost tvořit snímky, které odrážejí to, kdo jsme. Je to také nejefektivnější způsob, jak rozvíjet naše porozumění světlu a fotografii obecně. Někdy fotíme jako skupina, jindy budete povzbuzováni k tomu, abyste fotografovali sami a dostali se do vlastního tvůrčího rozpoložení.

Fotografové se často rychle znechutí, když jsou příliš kritičtí ke své práci, chybí jim trpělivost nebo mají příliš vysoké požadavky a očekávání. Pomohu vám rozvinout přístup, který vám přinese více radosti a nadšení z fotografování jen pro potěšení z procesu.

Během workshopu každý účastník dostane individuální zpětnou vazbu na své fotografie. Ukážu vám, jak upravuji vaše i své snímky, abyste viděli můj pracovní postup. Naučíte se, jak vytvářet fotografické série a budovat silnější soubor prací.

Workshop je koncipován tak, aby podnítil myšlení o fotografii jako o něčem, co je úzce spojeno s vaším životem. Díky tomu je mnohem snazší pravidelně se fotografii věnovat a přitom si ji užívat.” (Prague - David Gaberle Photography)

Co pro Tebe znamená propojení duše a fotografie?

DG: „Propojení duše a fotografie pro mě spočívá v základním předpokladu, že pokud si dovolím fotit to, co mě baví, tak nakrmím nějaký vnitřní hlad. Když si nastavím hranice, ve kterých chci tvořit, a pak zachycuji do fotek moje intuitivní reakce na prostředí, ve kterém žiju, tak mi fotka a její následné zkoumání dávají možnost zkoumat, kým jsem a co mi v životě chybí. Věřím, že takový proces je potravou pro duši, který zároveň buduje a kultivuje citlivost. Tu vnímám jako základní předpoklad v péči o sebe."

Jak podle Tebe může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?

DG: „Myslím, že nejvíc duševnímu zdraví prospívá chodit pravidelně ven a fotit. A často je pro mě ta procházka výživnější než focení samotné. Taky je pro mě zásadní, že se díky fotce učím vnímat, co se mi líbí – zvlášť pokud chodím na nějaká místa opakovaně a musím být trpělivý, než se mi to místo třeba ukáže v nějakém novém světle. Pokud se nevyhýbám estetice, kultivuje focení vnímání krásy. To je hodně důležitá schopnost pro zvládnutí náročných životních situací."

Závěr a osobní reflexe

Davida Gaberle jsem poznala před několika lety, když přijel přednášet k nám do školy na Institut tvůrčí fotografie. Naše setkání bylo náhodné – potkali jsme se večer před jeho přednáškou. Tehdy jsem ještě nevěděla, kdo to je, ale velmi rychle mi byl blízký tím, jak vnímá fotografii – co mu přináší, a jak nás její tvorba i vnímání může naplňovat. Jakoby mi v mnoha ohledech mluvil z duše. Nikdy předtím jsem o tomto médiu nevedla tak hezký a hluboký rozhovor. Bylo obohacující mluvit s někým, kdo popisoval vztah k fotografii se stejnou vášní a nadšením, jak ho vnímám sama – nejen jako k uměleckému nástroji, ale i jako k prostředku sebepoznání, seberealizace a duševního růstu.

Gaberleho hluboké pouto k fotografii se projevuje jak v jeho slovech, tak v přístupu k tvorbě. Jeho práce je založena na reflexi a pečlivé analýze toho, co vidí a cítí. Díky svému analytickému přístupu a promyšlenosti každého projektu přináší do současné umělecké scény nový rozměr. Spojuje vnitřní reflexi s technickou precizností a tvoří nejen pro vlastní růst, ale i s cílem přispět pozitivním dopadem na společnost.

V rozhovoru pro Psychologie.cz se šéfredaktorem Janem Majerem s titulem “Jak fotografovat duši“ Gaberle vysvětluje: „...dívání se předchází samotnému fotografování. Abychom se mohli dívat, musíme nejprve vnímat, jak vlastně vnímáme. Tím si cvičíme vnější citlivost a současně si budujeme i tu vnitřní.” (https://psychologie.cz/jak-vyfotit-dusi/)

Gaberle zde také říká, že fotoaparát je v mnoha ohledech léčebným nástrojem – například když máme problém navazovat vztahy, pomáhá nám propojit se s okolím. Umožňuje nám vnímat aspekty vnějšího světa v souvislosti s tím, jak ovlivňují naše nitro. Fotoaparát podle něj není zbraní, která „střílí ven okolo sebe“, ale naopak nástrojem, skrze který scény a situace pronikají dovnitř do fotoaparátu a do duše fotografa. Umění fotografie nám umožňuje rezonovat s okolím i mezi sebou navzájem, čímž se stává unikátním médiem, které může rozšiřovat naše duše.

Tím vším fotografické smýšlení i tvorba Davida Gaberle koresponduje s hlavními tématy této diplomové práce – ať už jde o propojení duše a fotografie, její terapeutický potenciál, nebo společenský dopad v souvislosti s duševním zdravím.



Gaberle
Portréty
(2019)

{dita pepe} 1973, ostrava

Biografie a tvorba

Dita Pepe je česká fotografka a pedagožka, která se prosadila na fotografické umělecké scéně především svými projekty, ve kterých prostřednictvím autoportrétů zkoumá otázky identity, vztahů a role ženy ve společnosti. Absolvovala Institut tvůrčí fotografie na Slezské univerzitě v Opavě, kde nyní vyučuje předměty jako portrét, autoportrét a módní fotografii. Na naší vysoké škole je ceněna především pro svou schopnost vytvářet podporující prostředí pro studenty, kde ve svém pedagogickém přístupu klade důraz více na osobní podporu a experimentální tvorbu než na formální výuku. Tento přístup reflektuje její vlastní zkušenosti z období studií, kdy objevila sílu fotografie jako autoterapeutického nástroje, který dále rozvíjí a začleňuje jak do své aktuální tvorby, tak do pedagogické činnosti.

Nedílnou součástí tvorby Dity Pepe jsou také knihy vydávané nakladatelstvím Wo–Men, které se zaměřují na ženská témata reflektující jak osobní, tak společenské otázky. Knižní projekty jako “Intimita”, zpracovávající intimní výpovědi šesti českých žen, a “Ženy o ženách”, obsahující rozhovory s dvaceti devíti ženami tvořícími v dokumentární oblasti, ukazují na důležitost sdílení ženských hlasů. Dalším knižním projektem je “Děvčata první republiky”, který přináší příběhy osmi žen z 20. století. Všechny tyto knihy vznikají ve spolupráci s dalšími odborníky a jsou zpracovávány s vysokými uměleckými standardy, jak v oblasti fotografií Dity Pepe, tak s podporou předních českých knižních designérů, což zajišťuje jejich estetickou i obsahovou hodnotu. Tímto způsobem knihy Dity Pepe otevírají prostor pro hlubší diskusi o postavení žen ve společnosti a přispívají k širšímu porozumění ženské zkušenosti jak na individuální, tak na kolektivní úrovni.

V tomto textu rovněž představuji její disertační práci, kterou vypracovala na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Teoretická disertační práce Dity Pepe nese název “Trauma jako motivace k tvorbě” a její praktická část zahrnuje unikátní knihu “Hranice lásky”, která je sama o sobě jedinečným uměleckým objektem. Tato práce představuje významný příspěvek k mé diplomové práci, neboť rozšiřuje zkoumání tématu duše a duševního zdraví prizmatem fotografie, a to zejména z pohledu uměleckého autoterapeutického přístupu.







Pepe
Intimita
(2015)

“Autoportréty“

Pepe je ve fotografickém světě primárně spojována se stylizovanými autoportréty, na nichž pracuje již od roku 1999. Fotografické cykly jsou tvořeny autoportréty se ženami, s muži a s rodinami. Sama autorka k projektu uvádí: „Jaké by to bylo, kdybych se narodila někde jinde, jinak, jiným rodičům? Jaká bych dnes byla, jaký by byl můj život a s kým bych žila? Pro mě je fotografie způsobem komunikace, nejen se sebou, ale také s ostatními lidmi. Používám ji k tomu, abych kladla otázky, odpovídala na ně, reagovala, cítila a prožívala. Vždycky dělám něco aktivního. Situaci obracím tak, aby mohla vzniknout fotografie. Hlavním důvodem, proč to dělám, je, abych z toho měla dobrý pocit. Pro mě je fotografie způsobem hledání.” (Self-portraits Dita Pepe - nakladatelství wo-men)

Na první pohled se zdá, že tento projekt Dity Pepe se zaměřuje na hledání vlastní identity, která byla v souvislosti s jejím traumatem poničena. Tato práce však není pouze osobní introspekcí; autorka konfrontuje i vnímavé recipienty, kterým otevírá dialog o tom, jak společenské a kulturní kontexty formují naše vnímání sebe sama – kam se zařazujeme, kým toužíme být či jak se identifikujeme. A v neposlední řadě také, jaké by to bylo být někým jiným.

Inscenované autoportréty, v nichž autor zkoumá různé role, jsou v uměleckém světě poměrně časté. Mnozí si jistě vzpomenou na celosvětově známou fotografku Cindy Sherman. Přístup Dity Pepe je však jedinečný tím, že vytváří prostor pro sdílení intimních okamžiků a osobních zkušeností, čímž otevírá dialog o tom, jak společenské a kulturní kontexty formují naše vnímání sebe sama. Tento projekt vyžaduje mezi autorkou a participanty ve fotografované scéně velkou míru důvěry, což dodává výsledným snímkům zvláštní hodnotu. Pod precizní koncepcí a stylizací jsou tyto fotografie protkány empatií, otevřeností a vzájemnou odvahou ke konfrontaci. Participanti se s autorkou dělí o svůj osobní prostor a často jí půjčují své vlastní oblečení, čímž se posiluje hloubka okamžiku i výsledného snímku.

Tato tvorba se stává nejen ohledáváním sebepoznání, ale i prostředkem pro kolektivní reflexi a zamyšlení. Akt hravé seberealizace zároveň představuje hlubokou psychologickou a sociální sondu. Jak empatická a citlivá musí fotografka být, když jí neznámí lidé často dovolí vstoupit přímo do vlastních životů?





Pepe
Autoportréty
(1999 -)



Pepe
Autoportréty
(1999 -)

Trauma jako motivace k tvorbě
Fotografie jako terapie

Disertační práce Dity Pepe se zaměřuje na terapeutický potenciál fotografie, což je téma, které obsahuje i má diplomová prace Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie. Naše podobné životní zkušenosti nás obě dovedly k objevení fotografie nejen jako nástroje tvorby, ale také jako prostředku léčení a sebereflexe, otevírající prostor pro vnitřní i vnější otázky.

Ve své práci “Trauma jako motivace k tvorbě“ Pepe důkladně zkoumá terapeutické účinky fotografie a dokládá je na základě výpovědí studentů a absolventů Institutu tvůrčí fotografie. Jejich zkušenosti dokazují, že fotografická tvorba nejen napomáhá zpracování těžkých životních zážitků, ale umožňuje i vyjádření obtížně sdělitelných emocí a vnitřních stavů.

Umělci tak prostřednictvím fotografie navazují léčivý dialog – jak se sebou samými, tak s okolím. Tato teze je podložena širokým uměleckým výzkumem a hloubkovými rozhovory s umělci.
Pepe klade důraz na otevřenost, autenticitu a hlubokou sebeanalýzu, čímž potvrzuje, že fotografická tvorba má nejen terapeutický potenciál, ale přispívá také k osobnímu růstu a transformaci. Zároveň napomáhá obnově a posílení vztahů jak na individuální, tak i na společenské úrovni.

Abstrakt Dity Pepe k teoretické disertační práci:
„Disertační práce se zabývá ověřením teze, že fotografická tvorba může mít za určitých podmínek terapeutický dopad na umělce a jeho prožívání. Výchozími daty jsou autorská kniha Hranice lásky a hloubkové rozhovory s tvůrci na toto téma. Cílem práce je poukázat na tento aspekt tvorby a vytvořit model, který by umožňoval následovat terapeutické aspekty ve fotografické tvorbě prostřednictvím uměleckého výzkumu, autoetnografie, hloubkových rozhovorů, sdílení perspektiv a inscenační metody.” *(PEPE, Dita. Hranice lásky Trauma jako motivace k tvorbě Fotografie jako terapie. ISBN 978-80-7678-178-8. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439.)*

Pepe ve své disertační práci, která je podložena rozsáhlým uměleckým výzkumem a teoretickými rešeršemi prokazuje, že „fotografická tvorba může mít za určitých podmínek terapeutický dopad na umělce a jeho prožívání". Tento proces, který je úzce spjat s introspekcí a autoterapií, zároveň poskytuje prostor pro vyjádření složitých emocí a otevírá dialog mezi tvůrcem a jeho okolím.

Pepe uvádí konkrétní výsledky z hloubkových rozhovorů, které podporují tezi o terapeutickém potenciálu fotografické tvorby. Tyto rozhovory ukazují, jak fotografie napomáhá osobnímu růstu a léčení nejen na individuální, ale i na společenské úrovni:

„Z 28 rozhovorů o terapeutickém potenciálu fotografické tvorby vyplynulo, že převážná většina respondentů jasně definovala svoji tvorbu jako přínosnou pro jejich život a prožívání a deklarovala tak souvislost tvorby a jejího terapeutického potenciálu.

Důležitost konfrontace s terapeutem zazněla v osmi případech. Důležité podmínky k terapeutické práci s fotografií jsou: věk a zkušenosti tvůrce, jeho zázemí, možnost a ochota se sobě věnovat, otevřenost vůči této cestě, vidění smyslu, upřímnost k sobě, autenticita, schopnost autoanalýzy, vedení vnitřního dialogu se sebou samým, ale také s okolím, možnost dopřát si čas a nespěchat, vůle převzít odpovědnost za sebe, empatie vůči sobě i druhým, umění intuitivního vnímání, schopnost stanovit si hranice jako ochranu. Jednoznačné formulace terapeutického účinku ve více rozhovorech se týkaly těchto závěrů:

1) zpracování minulosti a vyrovnání se s ní
2) vyrovnání se se současností tvůrce, který prožívá zatěžující události související se zdravotním stavem svým nebo někoho blízkého
3) nové poznání a ozřejmění nových souvislostí
4) důkazy o změnách v chování a o vytvoření nového životního postoje
5) otevírání tabu témat
6) začátek cesty k léčení a práci s odborníky
7) vznik nových vztahů
8) dopad tvorby na existenční aspekt umělce
9) terapeutické působení tvůrčí práce na okolí tvůrce
10) přesah terapeutického účinku na celou společnost
11) vyrovnání se se ztrátou nejbližších

Pro praxi by měla být práce přínosná k osobnostnímu rozvoji každého autora,tvůrce, ale také pro uměleckou scénu a každého člověka, který má zájem se seznámit s okolnostmi vzniku díla a možnou perspektivou terapeutického potenciálu tvorby. “ *(PEPE, Dita. Hranice lásky Trauma jako motivace k tvorbě Fotografie jako terapie. ISBN 978-80-7678-178-8. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439.)*

Tato zjištění poskytují jasný důkaz o tom, že fotografická tvorba může být nástrojem hluboké osobní transformace a má potenciál přesahovat hranice uměleckého vyjádření směrem k terapeutickému působení na tvůrce i jeho okolí.

Pepe ve svých vlastních slovech ukazuje, že i když její tvorba vychází z estetických kritérií, samotný proces tvorby přináší hlubší významy, zejména v oblasti osobního rozvoje. Ve své disertační práci popisuje, jak umělecké vzdělání a tvorba poskytují prostor pro bezpečí a nalezení sebe sama:

„Jako pro umělkyni je pro mne neopomenutelným kritériem snaha o estetické, výtvarně působivé dílo. To vnímám jako velký rozdíl oproti definicím vztahujícím se primárně k výsledku terapeutickému. Jako terapeutické vnímám možnosti objevování a učení se, které prostřednictvím tvorby mohu prožívat. Nemohu zapomenout na svět, který se mi otevřel díky vysokoškolskému vzdělání na Institutu tvůrčí fotografie.

Jsem vděčná všem svým pedagogům, kteří měli obrovský vliv na to, že jsem v umění a fotografii objevila prostor, kde se cítím bezpečně a pomyslně „jako doma“. Můj dům ale není postavený na základech znalosti faktů spojených s dějinami umění nebo teoretickými formulacemi. Je to dům z pocitů blízkosti, ze zážitků a přátelství, kde si člověk může hrát, tvořit a zapomenout na realitu. Může v něm ale díky kreativnímu přístupu najít návod a sílu, jak pak v realitě žít a být tvůrcem svého života.” *(PEPE, Dita. Hranice lásky Trauma jako motivace k tvorbě Fotografie jako terapie. Vedoucí Armutidisová, Irena. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta multimediálních komunikací, Ateliér Reklamní fotografie, 2023. ISBN 978-80-7678-178-8. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439.)*

Představení disertační práce Trauma jako motivace k tvorbě zakončuji slovy Dity Pepe: „Mám pocit, že moje trauma mi pomohlo stát se tím, kým dneska jsem.“ Tento výrok naznačuje, že vnímá umění jako jednu z možných cest osobní transformace. Pepe se ve své tvorbě snaží nejen o esteticky působivé dílo, ale také o to, aby její tvorba poskytovala prostor pro objevování a reflexi. Její vztah k fotografii spočívá v propojení estetické hodnoty s hlubokým prožitkem, díky čemuž se fotografie stává prostředkem pro tvůrčí sebevyjádření. Tímto způsobem její práce inspiruje ostatní k prozkoumání vlastních příběhů a emocionálních procesů.

“Hranice lásky“

Kniha “Hranice lásky” je fotograficko-literární projekt, který propojuje její umělecký přístup s vědeckým výzkumem. Kniha se zabývá různými podobami lásky, od mateřské až po polyamorii, a zahrnuje také témata jako trauma a fotografie jako terapie. Jedná se o kombinaci fotografií, rozhovorů, esejů, osobních deníků, odborných textů, esejů i pasáží přednášek. Kniha je strukturována do třinácti kapitol, které se věnují různým podobám lásky, jako je mateřská láska, láska k sobě samému, láska polyamorická, či dokonce pedofilní láska. Tato unikátní publikace, reflektuje vztah mezi láskou, traumatem a fotografií jako formou terapie. Dita Pepe na knize spolupracovala s významnými tvůrci, jako je například Rafał Milach nebo Barbora Baronová.

„Kniha obsahuje vedle fotografií desítky textů v řadě podob - rozhovory, reportáže, osobní deníky, dopisy, povídky, eseje, pasáže přednášek i odborné texty, kterými Dita ve spolupráci s přizvanými osobnostmi nahlíží různé podoby lásky. Ty prokládá svou fotografickou prací - autoportréty, archivními rodinnými fotografiemi, stylizovanými portréty, fotokolážemi, dokumentární fotografií, zátišími... Pro fotografickou část knihy je typické až obsesivní ohledávání a opakování stejných formálních i obsahových motivů pro posílení pocitu řádu a jistoty, které by sama autorka chtěla ve svém životě mít.

Dita se skrze “Hranice lásky” snaží představit její různé podoby. Cílem knihy je podnítit jiné přemýšlení, vnímání a prožívání lásky, nasnítit, jak se vyrovnávat s různými traumaty - nejen s láskou spojenými. Cestou léčby traumatu Dity se stala fotografie. Publikace je velmi osobní a otevřená - na rovině fotografií i textu. Knihou celou dobu zní Ditin hlas, která je průvodcem po jednotlivých kapitolách.” *(https://eshop.by-wo-men.com/hranice-lasky/)*

Dita Pepe tak v “Hranicích lásky” dokazuje, že láska je komplexní a mnohovrstevnatá. Nelze nijak zjednodušit a snadno uchopit. Skrze fotografické a textové výrazy otevírá otázky lidské zkušenosti, čímž podněcuje recipienty k vlastnímu zamyšlení nad tím, jak láska a také trauma formují naše životy a identitu.





Pepe
Hranice Lásky
(2021)

Co pro Tebe znamená propojení duše a fotografie?

DP: „Nevím přesně, jak odpovědět. Je těžké definovat duši, protože každý si pod tímto pojmem může představit něco jiného. Vzhledem k tématu, kterému se věnuješ ve své práci, tuším, kam směřuješ. Jde o moment, kdy fotografie člověka hluboce zasáhne a často se ani slovy nedá popsat, co všechno v něm vyvolá. Může jít o propojení mezi lidmi, kulturami, či napříč generacemi?"

Jak podle Tebe může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?
DP: „Fotografie může být prostředkem, jak se vrátit do minulosti, podívat se na ni s odstupem a znovu ji prožívat. Může pomáhat oživit vzpomínky. Osobní fotografie našich blízkých mohou i po letech vyvolat úsměv. Fotografie má velkou moc."

Závěr a osobní reflexe

Dita Pepe má v této diplomové práci Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie zásadní roli díky své schopnosti propojit osobní a kolektivní reflexi prostřednictvím fotografie. Za důležité aspekty její tvorby a působení považuji terapeutický potenciál fotografie, autoterapii, sebepoznání, posttraumatický růst a artefiletiku.

Pepe prokazuje, že prostřednictvím fotografické tvorby lze zpracovávat vlastní trauma a vyjadřovat tak obtížně sdělitelné vnitřní stavy, což z ní činí účinný nástroj autoterapie. Dalším signifikantním aspektem její práce je koncept posttraumatického růstu. Tento růst, jak jej ve své práci představuje: „forma odolnosti vůči traumatu, která souvisí s transformací. Popisuje změny u lidí, kteří uvádějí, že prošli touto transformací – často hovoří o tom, jak se změnil jejich pohled na život, jejich priority, jak se u nich vyvinul nový smysl pro to, kým jsou a čeho jsou schopni, jak cítí větší blízkost a láskyplnost k ostatním, nebo jak zjistili, že se jejich vztahy prohloubily.“ *(Stephen, 2017; str. 88).*

Dita Pepe nalezla tento růst právě prostřednictvím fotografického média. Téma identity je v díle Dity Pepe zhmotněno zejména v sérii autoportrétů, kde zkoumá otázku: Jaké by to bylo, kdybych se narodila za jiných okolností? Tím otevírá prostor pro hlubokou sebereflexi, která není omezena pouze na její osobní prožitky, ale také konfrontuje zúčastněné – ať už jsou před objektivem nebo před fotografií – se svými vlastními životními příběhy, identitou a determinací.

Autoportréty Pepe tak fungují nejen jako nástroj osobní transformace, ale i jako prostředek k otevírání obtížných témat a sdílení zkušeností. Tento aspekt její tvorby je důkazem terapeutické síly fotografie, která působí jak na osobní, tak na kolektivní úrovni. V neposlední řadě se Dita Pepe, podobně jako Ivana Dostálová, zaměřuje na hlas žen a jejich roli ve společnosti.

Svým autentickým přístupem podporuje Dita Pepe nejen své studenty na Institutu tvůrčí fotografie v Opavě, ale i širší fotografickou komunitu. Povzbuzuje, aby byly prostřednictvím tvorby zpracovávány vlastní životní příběhy. Pro mnohé umělce i studenty je vzorem lidskosti, empatie a odhodlání. Její díla, i když mohou být vizuálně dráždivá, jsou silná právě ve své schopnosti konfrontace. Když se recipient setká s obrazy, které mohou být znepokojivé, může to mít za určité konstelace stejně růstový potenciál jako díla, která se soustředí pouze na pozitivní vyjádření.

Pro mě osobně Dita Pepe ztělesňuje propojení křehkosti a síly. Inspiruje mne svou schopností naslouchat a podporovat, ale i tím, jak prostřednictvím fotografie pomáhá lidem najít cestu k sobě samým – i když je tato cesta někdy trnitá. Její pedagogická činnost dále potvrzuje její závazek k terapeutickému potenciálu fotografie a k vytváření komunity zaměřené na tuto tématiku. Pepe tento přístup ve své práci připodobňuje k artefiletice. „Artefiletika má blízko k arteterapii, ale nemá charakter léčby v pravém smyslu. Využívá uměleckých prostředků k integrativnímu duševnímu rozvoji a prevenci psychosociálních poruch, zejména u dětí a mladých lidí.“ *(Slavík, 1997)*

Závěrem, v kontextu terapeutického potenciálu fotografie, spatřuji jako nesmírně přínosné poznatky z jejích hloubkových rozhovorů obsažených v uměleckém výzkumu. Tato zjištění potvrzují, že fotografická tvorba nejen napomáhá individuálnímu vyrovnání s minulostí a aktuálními životními peripetiemi, ale také otevírá prostor pro osobní růst, posilování mezilidských vztahů a může mít pozitivní vliv na celou společnost. Důležitým aspektem c její tvorbě je též schopnost umění zpracovávat tabuizovaná témata a poskytovat tak cestu k uzdravení nejen samotnému tvůrci, ale i jeho okolí.



Pepe
Hranice Lásky
(2021)

{iwona germanek} 1969, mikołów

Biografie a tvorba

Iwona Germanek je polská výtvarná fotografka a vizuální umělkyně. Její fotografie jsou jedinečné díky experimentálním technikám, mezi které patří například práce s malbou, voskem a různými druhy papíru. Fotografie – ať již vytvořené autorkou nebo vybrané z archivu – dotváří nejen elektronicky v postprodukci, ale také ručně, čímž vznikají haptické, originální objekty. Tyto koláže a fotomontáže zaujmou nejen svým unikátním vizuálním zpracováním, ale také fyzickým rozměrem, který prohlubuje emocionální dimenzi jejího uměleckého vyjádření.

Germanek dokáže proniknout do hlubších vrstev vizuální i obsahové stránky svých fotografií, přičemž se vyhýbá přehnanému patosu. Sama uvádí: „Kombinuji techniky a výrazovost se snahou vytvořit obrazové mezigenerační spojnice.“ *(Iwona Germanek EDICE FOTO / 40 - Časopis FOTO).*

Vystudovala fotografii na vratislavské Akademii umění a nyní pokračuje ve studiu na Institutu tvůrčí fotografie na Slezské univerzitě. Autorka rovněž v současnosti pořádá umělecké fotografické workshopy, v nichž se zaměřuje na historické techniky, jako je například mokrý kolodiový proces či kyanotypie.

Z jejích děl je cítit, že jsou hluboce prožitá – což je patrné z vrstev, které pečlivě vytváří v každém jednotlivém obrazu. Zatímco někteří autoři, jako například fotografka Laura Makabresku, pracují s podobnou vizuální estetikou a symbolikou, Germanek se odlišuje svou autenticitou. Její práce nejde jen po povrchu emocí, ale sahá hlouběji. Tiše rezonuje s recipienty skrze osobní příběhy, které se opakují napříč věky i generacemi. Právě tato autenticita vytváří silnější spojení a staví její tvorbu do popředí současné fotografické scény.

V tvorbě Germanek se organicky prolínají témata rodinné historie, identity, mezilidských vztahů a duševní podstaty člověka. Skrze sebe sama zkoumá, jak čas a emocionální dědictví formují osobní identitu, a tyto reflexe přetváří do vizuálně i emocionálně silných děl. Její práce zachycuje jemné vrstvy vzpomínek a vnitřních prožitků, které recipientům umožňují vnímat subtilní nuance lidského bytí, a tím napomáhají porozumění sobě samým i svým blízkým.

V této kapitole představuji výběr z její tvorby, konkrétně: “Zielnik” (Herbarium), “Zapach” (Vůně) a detailněji pak “Różowy nie istnieje” (Růžová neexistuje). Tento projekt je důležitým příspěvkem do mého téma, neboť rozvíjí pojetí fotografie jako nástroje citlivého vnímání a zpracování duševního zdraví, přičemž vrství osobní i mezigenerační prožitky, které mají terapeutický potenciál.

Projekty “Vůně” a “Herbarium” Iwony Germanek jsou hlubokými reflexemi paměti – jak vědomé, tak nevědomé. Skrze ně zkoumá procesy přijetí a vyrovnání se s vlastními vzpomínkami, čímž odkrývá terapeutický potenciál svého díla. Tento proces zahrnuje rozjímání, znovuobjevování a zpracovávání vědomých i skrytých prožitků, které autorka citlivě zhmotňuje v uměleckých dílech. Kombinace starých rodinných snímků s květinami z její rodinné zahrady vytváří silný dialog mezi minulostí a přítomností.





Germanek
Vůně
(2024)

Autorčin text k cyklu “Vůně”:
„Fotografické archivy mě vždy nesmírně inspirují. Od chvíle, kdy jsem našla staré rodinné album ve skříni své matky, mě tento druh fotografie fascinoval. Zamlžené obrazy s postavami, které se objevují jako přízraky. Obličeje se rozmazávají, tvary vibrují a nad nimi se vznáší jemná vůně. Je to vůně času. Zavírám oči a obrazy začínají pulzovat pod mými víčky. Pomocí fotomontáže vytvářím novou realitu.

Dětské fantazie jsou živeny okolním světem a vzpomínkami. Přítomnost je propletená s minulostí. A teď vidím, cítím, že vosk by měl být použit k posílení dojmu vzdálenosti a nedostupnosti lidí a míst ztracených v čase. Roztavený vosk se nalévá na fotografii a jak chladne, zakrývá ji závojem zapomnění. Záleží na mně, zda chci část této voskové vrstvy odstranit. Dotýkám se vybraných částí fotografie ostrým nástrojem. Škrábu, odhaluji, bolím...”
(https://www.iwonagermanek.com/portfolio/smell/)

Autorčin text k cyklu “Herbarium”:
„Začalo to starými rodinnými alby, která jsem našla na dně šuplíku mé matky. Obličeje mých příbuzných, tak vzdálené, na mě zírali – lidé, které jsem nikdy nepoznala. Nejtajemnější pro mě bylo malé album plné stop po fotografiích – jak výmluvně vypovídalo o křehkosti bytí, o pomíjivosti, čase a vzpomínkách. Poté následovaly osiřelé, nechtěné fotografie z trhů a stánků. Cizí tváře, které se mi staly blízkými, skončily na policích mé skříně a obsadily mé myšlenky.

Jejich krása a melancholie mi připomněly herbář, který jsem tvořila během školních let. V podobné logice jsem začala propojovat fotografie s rostlinami prostřednictvím skenování květin a listů. Skenování mi připomínalo vkládání rostlin mezi stránky starých novin a knih, jejich sušení a pomalé umírání.

Výběr rostlin pro můj projekt nebyl náhodný. Všechny pocházejí z rodinné zahrady, která byla vždy přítomná v mém životě i v životě mé matky. Dávno pryč jsou časy její slávy. Zanedbaný, nechtěný sad, kde staré jabloně stále vzdorovitě rodí ovoce a kde narcisy tu a tam zdobí zarostlé záhony.

Fotografie a rostliny z tohoto osiřelého sadu, které už nikdo nepotřeboval, se setkaly v mém herbáři, aby znovu přitáhly něčí pozornost.” *(ND Awards 2020 Non-professional Fine Art Conceptual Honorable Mention Iwona Germanek)*

Oba projekty “Vůně” a “Herbarium” společně tvoří hlubokou a jemnou komunikaci mezi minulostí a přítomností a osobními prožitky. Její práce odhaluje křehkost paměti a časového odstupu a přináší nejen vizuálně, ale i emocionálně silná díla, která komunikují důležitost vnitřního zvědomění a reflexi vlastní identity.







Germanek
Herbarium
(2021)



Germanek
Herbarium
(2021)

Růžová neexistuje

Tento projekt je vyjádřením něžné mateřské lásky k dceři, která nese své trápení. Germanek zde citlivě kombinuje malované autoportréty své dcery Wiktorie, které vznikaly během doby, kdy jí byla diagnostikována deprese s vlastními fotografiemi, pořizovanými po dobu patnácti let.

Projekt nejen zaznamenává boj s depresí a otevírá prostor pro dialog o destigmatizaci tohoto onemocnění, ale také ukazuje, jak důležitý může být umělecký proces, kterým se autorka snaží porozumět a vyrovnat se s dceřiným utrpením.

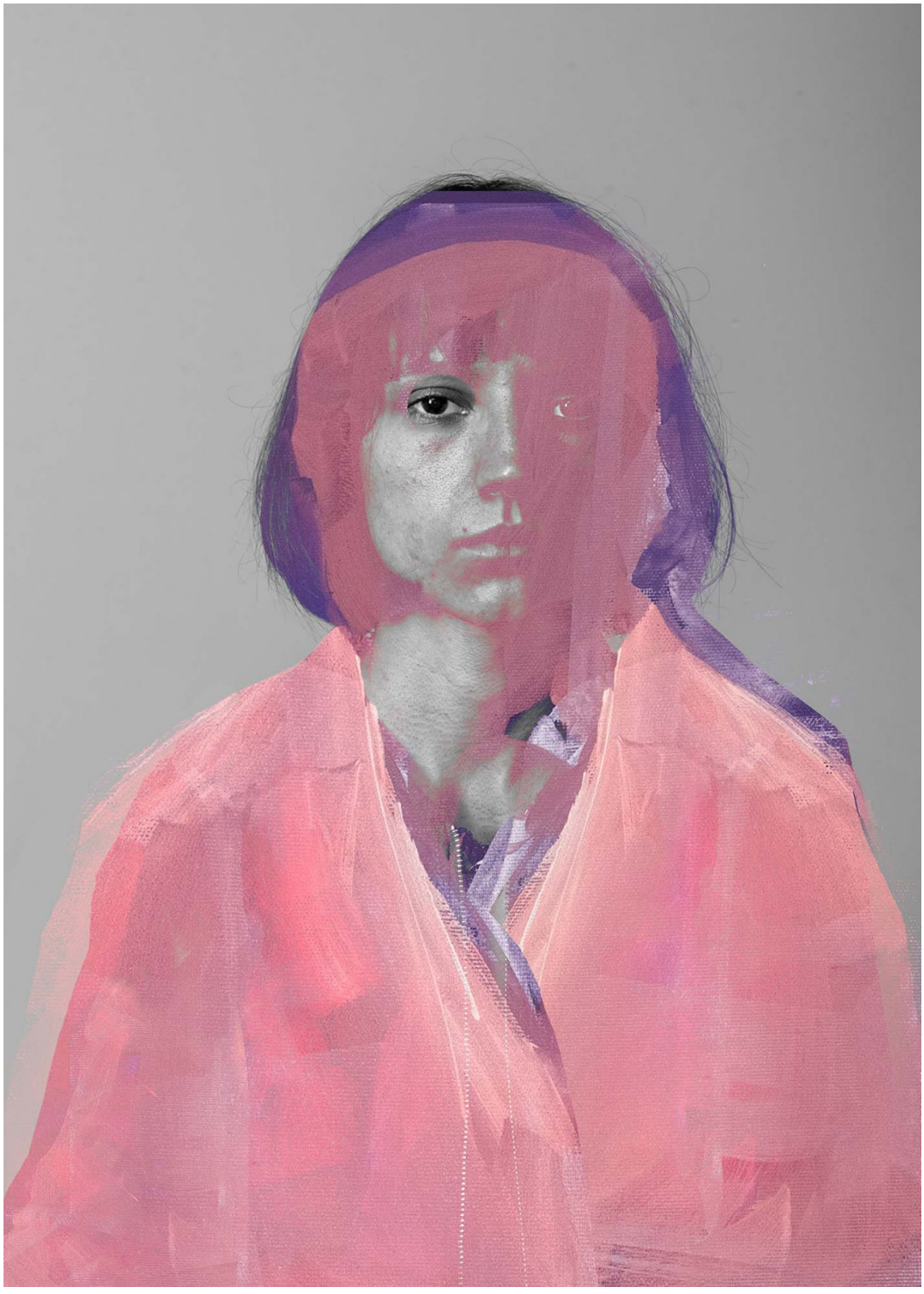
Autorka je rovněž participantkou hloubkových rozhovorů Dity Pepe:
„Doufám, že soubor Růžová neexistuje přiměje mou dceru uvědomit si, že to, co cítí, je pro mě důležité. Jako máma jsem na ni hrdá, obdivuji ji za její odvahu a sílu, s jakou dokáže bojovat sama za sebe. Zdá se mi, že tento projekt může pomoci i dalším lidem, které deprese tak či onak postihla, že dává prostor mluvit o této stále opomíjené nemoci a o nepochopení, kterému jsou vystaveni lidé, kteří se s ní potýkají.“ (PEPE, Dita. Hranice lásky Trauma jako motivace k tvorbě Fotografie jako terapie. Vedoucí Armutidisová, Irena. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně. Fakulta multimediálních komunikací, Ateliér Reklamní fotografie, 2023. ISBN 978-80-7678-178-8. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439.)

Iwona Germanek tímto souborem dává hlas nejen své dceři, ale i ostatním, kteří se s podobnými problémy potýkají. Ačkoliv se o depresi stále více mluví, její projevy bývají často marginalizovány. Skrze tuto sérii se otevírá prostor pro hlubší porozumění a empatii, neboť právě umění má moc přenášet nevyjádřené pocity, které slova nedokáží zachytit. Taková díla nás učí zpozornění, větší vnímavosti a citlivosti. Mají pro naši společnost zásadní význam, protože podporují odvahu a soucit v boji s duševním onemocněním. Projekt otevírá diskuzi o hloubkách duševních stavů, které mnohdy zůstávají skryté, či těžko pochopitelné i těm nejbližším.

Fotograf Krzysztof Gołuch k této práci píše:
„...Germanek se zdá být moderní bojovnicí. Na jedné straně křehká a jemná umělkyně, na druhé straně silná a houževnatá žena, která bojuje za blaho své dcery. Tato zvláštní kombinace vede k hluboce dojemným dílům. Umělkyně využívá všechny své fotografické a jiné umělecké schopnosti. Vypráví nám svůj příběh velmi jemným způsobem. Fotografuje díla své dcery, která vznikla během terapeutického procesu. Snaží se najít Wiktoriiny fotografie v rodinném archivu, které by ukázaly první příznaky nemoci. Ke svému prohlášení přidává dojemnou fotografii, což je Wiktoriin portrét vzniklý v důsledku chyby na paměťové kartě fotoaparátu. Fotografie pokrývá voskem, aby symbolizovala necitlivost a neschopnost navázat kontakt se světem. Na některých jiných fotografiích přilepí japonský hedvábný papír a poté ho z Wiktoriiny tváře odškrabává, jako by chtěla svou dceru zachránit před neviditelnou oponou, která ji odděluje od zbytku světa.

Iwona Germanek ukazuje odvahu, když nám vypráví svůj příběh. Zveřejňuje to, co by mnozí z nás chtěli před světem skrýt. Vypráví velmi intimní a dramatický příběh o nemoci svého dítěte. Autorka nás provází spletitými a vnitřními světy matky a dcery. Její projekty jsou příkladem toho, jak umění pomáhá lidem přizpůsobit se této bolestivé zkušenosti. Tyto fotografie nejsou hlučné manifesty napsané na zdech uměleckých galerií. Je to poselství něžnosti, lásky a síly mateřství a umělkyně. Je to dojemný fotografický příběh, který ukazuje mnoho rozměrů překonávání nemoci a vnitřní sílu, která nás žene do boje.” *(https://www.behance.net/gallery/173028465/Pink-doesnt-exist)*

Projekt “Růžová neexistuje” se svou emocionální hloubkou a unikátním propojením fotografie a experimentálních technik otevírá nový prostor pro vyprávění příběhů o mezilidských vztazích a niterných pocitech. Germanek pomocí vosku a papíru vytváří fyzické vrstvy, které nejen zrcadlí, ale i uchopují nevyřčené pocity a skryté bolesti. Vizuální rovina jejích děl se stává stejně hmatatelnou jako jejich emocionální náboj. Ve své tvorbě dokáže mnohovrstevnatě využít potenciál *umění fotografie* jako nástroje pro zkoumání duše a hledání způsobů, jak ji dávat hlas.

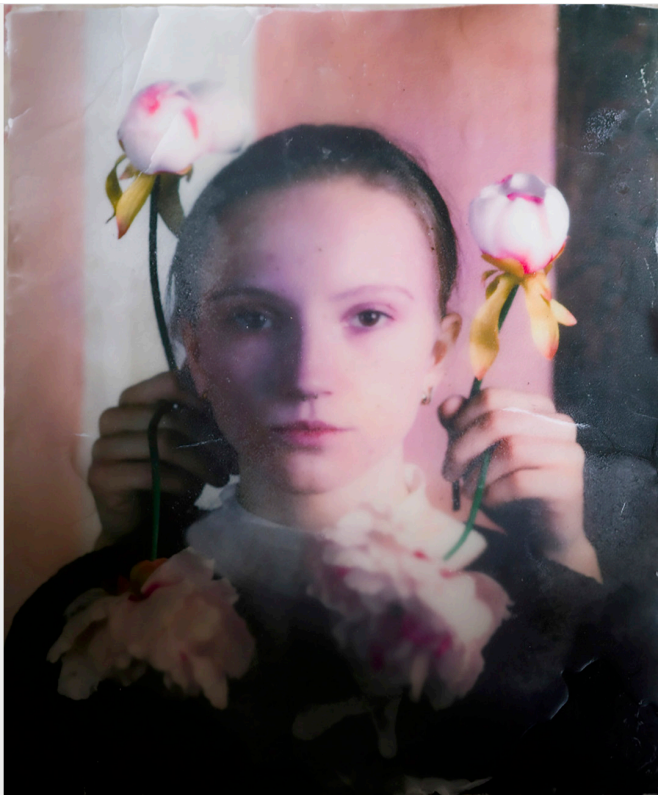


Germanek
Růžová neexistuje
(2023)





Germanek
Růžová neexistuje
(2023)





Germanek
Růžová neexistuje
(2023)

Co pro Tebe znamená propojení duše a fotografie?

IG: „Stále existují kmeny, které odmítají být fotografovány, protože věří, že fotografie kradou duši. Toto přesvědčení se vztahuje i na fotografování jejich posvátných předmětů a obřadů, protože se domnívají, že tímto způsobem se z nich odnímá magická síla. Je zajímavé přemýšlet nad tím, odkud takové úvahy pocházejí. Jsou výsledkem nevědomosti, nebo je ve fotografii skutečně něco víc než jen obraz odrážející realitu? Nějaká energie uvězněná v obraze, dalo by se říci, zakletá v něm. To je zvlášť patrné u portrétů. Jako by fotograf snímal nejen náš obraz, ale také do něj vkládal naši energii. Vlastně na tom není nic zvláštního, koneckonců světlo, které vytváří obraz, je energií. Není tedy fotografování určitým druhem energetické výměny, která zanechává stopu v podobě daného obrazu? A co je duše? Neuchopitelná, neurčitá, tajemná energie pulzující v člověku. Možná, že fotografie není jen záznamem fyzické podoby světa, ale i jeho duchovní energie."

Jak podle Tebe může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?

IG: „Myslím, že dnes je téma arteterapie poměrně dobře známé. Fotografie je vynikajícím terapeutickým nástrojem, který je široce dostupný. Umělecký prožitek, který představuje jakési hluboké ponoření do sebe sama, může vést k porozumění zkušenostem jiných lidí. Takový zážitek má metaforický charakter a může vyústit v hlubokou reflexi. Pro diváka se často stává terapií, zatímco pro umělce formou autoarteterapie."

Závěr a osobní reflexe

Z tvorby Iwony Germanek je cítit její vnímavost – jak vnitřní, tak vnější. Balancuje na hranici mezi vzpomínkou a současností, mezi tím, co je viditelné, a tím, co je skryté – pod vrstvami i časem, vědomým i nevědomým. Autorka citlivě zkoumá emocionální roviny, které skrze umění fotografie zprostředkovávají komplexní témata duše a jejích proměn. Tyto jemné struktury jsou neoddělitelnou součástí jejího tvůrčího procesu. Díky nim její díla prohlubují spojení mezi vizuálním uměním a lidskou psychikou.

"Ne mistrovství, ale tajemství je to, co dělá velké umělecké dílo." *(Čapek J., Psáno do mraků, Československý spisovatel, 1970).* Vysoké umělecké dílo nevzniká jen díky technické dovednosti, ale také díky jakési neuchopitelnosti, kterou nelze vždy přesně definovat, ale kterou lze prožít a sdílet. A právě skrze tento prožitek si jej každý může přenést do vlastního nitra. Tímto způsobem její tvorba otevírá recipientům prostor pro osobní vnímání a zamyšlení, které může vést k tichému, ale zásadnímu uvědomění vnitřního světa.

Germanek je autorka, jejíž díla mne silně zasahují. Výše zmíněné umělce jsem představila nejen pro jejich význam a přínos pro tuto práci, ale také proto, že mám k jejich tvorbě osobní vztah. Díky této blízkosti je mohu představit nejen z teoretické perspektivy, ale i skrze hlubší napojení, které vychází z mého vlastního prožitku a rezonance s jejich díly. V případě Iwony Germanek cítím silnou potřebu ji i její tvorbu poznat důkladněji. Taková díla potvrzují mou víru, že autor a jeho tvorba jsou spjati a to právě skrze své nitro.

Přemýšlím o tom, jaká je jako člověk, aby dokázala s takovou něžností a hloubkou odhalovat lidskou duši a oslovovat způsobem, který rezonuje na osobní i kolektivní úrovni. Zaujímá mě její schopnost propojit nevtíravost a sugestivitu. Její práce souzní s tím, co považuji v *umění fotografie* za zásadní – propojení lidského nitra s vizuálním uměním, kde se forma a obsah prolínají na tak vysoké úrovni, že dávají vzniknout dílu s opravdovou hodnotou.

Kdybych měla jmenovat svou hlavní inspiraci ve fotografické tvorbě, nevěděla bych přesně, jak odpovědět. Nikdy jsem o konkrétním vzoru nepřemýšlela. Jistě, existují autoři, kteří mě oslovují svou vnímavostí, schopností pracovat s vnitřní podstatou a tím, jak komunikují se světem kolem sebe. Některé fotografie mě uchvacují svou vizuální krásou a nosím je stále v sobě. Nicméně umělecký přístup Germanek mě oslovuje na více úrovních současně. Pobízí mě přemýšlet o tom, jaká je jako člověk – introspektivní, hloubavá, s velkým talentem. Její tvůrčí proces, například technika zalévání fotografií průsvitným voskem, mě velice přitahuje, protože věřím, že taková tvorba je nejen naplňující, ale má i terapeutický rozměr.

Jsem vděčná, že mohu v této práci její tvorbu zmínit, neboť její výtvarná fotografie, která v kontextu terapeutické fotografie hraje významnou roli, dokazuje, že i taková tvorba může mít vysokou uměleckou hodnotu. Její umění naplňuje duše blízkých i vzdálených, a přitom zůstává prostoupeno moudrostí, uvědoměním vlastních limitů a skromností.

Tvorbou Iwony Germanek se prolínají otázky a odpovědi, které jsou stěžejní i pro mé téma. Její umělecké postupy kombinují prvky introspekce, terapeutické autoterapie a otevřené komunikace, čímž otevírají prostor pro destigmatizaci duševního zdraví. Autorka rozvíjí vizuální umění směrem k hlubšímu zkoumání lidského nitra a otevírá prostor pro reflexi, která přispívá k lepšímu porozumění emocím a duševním procesům.



Germanek
Růžová neexistuje
(2023)

{závěr 04b}

Tato část diplomové práce je velmi důležitá, neboť propojuje teorii představovanou v první polovině knihy – od abstraktních úvah přes psychologické rámce až po interdisciplinární pohledy a historické kontexty – s konkrétními příklady současné fotografické tvorby. Tyto projekty představují vysoce hodnotná a umělecky kvalitní díla, která přesahují hranice estetiky a zasahují hluboko do vrstev lidské zkušenosti.

Skrze své práce dávají tito autoři nahlédnout do svých vlastních příběhů, čímž přispívají k uvědomění o křehkosti lidské duše. Jejich tvorba má hluboký společenský význam, protože upozorňuje na nutnost vzájemné laskavosti a podpory v oblasti duševního zdraví, které je pro mnoho lidí nejen nedostupné, ale zároveň představuje problém, který neustále narůstá a je stále aktuálnější. Díla těchto fotografů dokazují, že umění, jež reflektuje duši a duševní zdraví, může být nejen hluboké a esteticky působivé, ale také významné na individuální i společenské úrovni.

Současní fotografové a umělci, kteří se věnují těmto tématům tak přispívají k hlubšímu pochopení a vnímavosti vůči lidem s duševními problémy. Věřím, že tito autoři ve svých různorodých projektech potvrzují mimořádnouschopnost fotografie na několika rovinách propojit umění s duší a duševním zdravím. Skrze tyto příklady se snažím doložit, že fotografie může sloužit jako most mezi osobní zkušeností a společenským vědomím.

Kromě samotné umělecké tvorby vnímám jako důležité i aktivity těchto umělců mimo jejich autorská díla, které se rovněž zaměřují na téma duše a duševního zdraví prizmatem fotografie. Skrze ně mohou inspirovat a poskytnout cenné nástroje k péči o duševní zdraví prostřednictvím jedinečného média, jakým fotografie bezesporu je. Zároveň svědčí o hlubokém uvědomění a zodpovědnosti těchto autorů za to, co předávají nejen svým umem, ale také svou lidskostí.

{závěr 04}

Prostřednictvím historického vývoje fotografie v kontextu duševního zdraví až po podrobné představení současné tvorby jsem v této části knihy chtěla ukázat mnohovrstevnatost tohoto média. Přála jsem si skrze to předat, co pro mě znamená umění fotografie, a nabídnout toto vnímání i dál.

Má jedinečnou schopnost přispívat k empatii, otevírá prostor pro uzdravení a jemně nás nabádá k hlubšímu porozumění.

V historickém kontextu, téměř od samotného patentu fotografie, jsem představila doktory, aktivisty, fotoreportéry i výtvarné umělce, kteří využívali fotografii jako nástroj a médium pro komunikaci duševního zdraví. Jejich práce významně přispěla k rozvoji nahlížení na toto téma a ovlivnila i naši současnost. Dnes je téma duševního zdraví otevřenější a diskutovanější než kdy dříve. Není proto divu, že autoři čím dál častěji ve své tvorbě odkrývají vlastní nitro. I díky jejich otevřenosti je toto zásadní téma lépe chápáno a přijímáno.

Věřím, že v dobrém umění je otisknuta duše autora, což mu dává jeho hodnotu. Představila jsem autory, se kterými osobně rezonuji, a jejichž tvorba citlivě komunikuje téma, na němž mi záleží – mnohovrstevnatost, která se v umění fotografie projevuje syntézou umění a duše.

Přivádí nás k hlubší vnímavosti a vnitřní proměně. Přesahuje slova a otevírá prostor, ve kterém se dotýkáme toho podstatného. To, že si jako lidé máme neustále připomínat, že vždy můžeme zvolit vlídnost a laskavost, bude aktuální v každé době.

{závěr a osobní reflexe}

{shrnutí práce a jejího přínosu}

V diplomové práci jsem se zabývala hlubokým a komplexním vztahem mezi fotografií, duší a duševním zdravím. Věřím, že jsem v tomto kontextu doložila unikátní a mnohovrstevnatý potenciál umění fotografie. Celé téma jsem uvedla představením filozofických a psychologických konceptů zaměřených na propojení duše a umění. Soustředila jsem se na to, jak ilustrovat svou tezi, že 'duše a umění jsou neoddělitelně spjaty'. Po představení vnitřních procesů jsem se zaměřila na to, jak mohou být tyto metafyzické aspekty komunikovány navenek. Oba teoretické rámce jsem podložila konkrétními uměleckými díly, které tyto neviditelné vrstvy pomáhají zhmotnit. Tím jsem nastínila směry, kterými umění rezonuje nejen mezi autorem a dílem, ale také mezi dílem, recipientem a autorem samotným. Právě duše má v tomto hlubším spojení na různých úrovních zásadní roli.

Plynule jsem tak přešla k souvislostem mezi uměním a duševním zdravím, které jsem představila prostřednictvím psychologických principů v uměleckých terapiích. Zdůraznila jsem zásadní potřebu vývoje těchto institucí směrem k individuálnějšímu přístupu a zaměření na rozmanité cesty léčby, které umožňují každému nalézt tu nejvhodnější cestu k uzdravení.

Měla jsem možnost sdílet svou autentickou zkušenost, kdy pro mě fotografie představovala během pobytů v léčebnách (i mimo ně) terapeutický nástroj. Tuto zkušenost jsem propojila se zavedenými arteterapeutickými principy a doplnila ji mými volnými fotografiemi. Následně jsem tak mohla představit fototerapeutické techniky, o kterých je – především v naší zemi, stále minimální povědomí. Považuji je za důležitý důkaz výjimečné hodnoty fotografie v péči o emocionální zdraví. Přeji si rozšířit povědomí o těchto unikátních metodách, protože věřím, že jejich principy mohou pomoci těm, kteří je – stejně jako já – potřebují. Nejen pro léčbu, ale zkrátka pro hlubší poznání.

Práce obsahuje také historický vývoj fotografie od jejího počátku až po současnost v kontextu duševního zdraví. Představuji v něm milníky a výjimečné autory, kteří svým přístupem významně přispěli k tomuto tématu a zároveň mne hluboce oslovili. Dále jsem přešla ke kapitole o současných autorech. V té ukazuji, jak hluboké, složité a transformační může být propojení duše a fotografie. Nabízí vhled do tvorby, která rezonuje s lidskou psychikou, otevírá diskusi o duševním zdraví a přispívá k jeho destigmatizaci.

Fotografie se v jejich rukou mimo vizuální umění stává nástrojem pro zpracování složitých témat. Tento přístup propojuje uměleckou a terapeutickou rovinu a ukazuje, že fotografie má schopnost utvářet prostor pro hluboké emocionální zpracování i kolektivní reflexi. Tento nástroj přispívá k péči o duševní zdraví a podněcuje jak individuální, tak společenské pozitivní změny.

Mé reflexe čerpají z osobní zkušenosti i odborného výzkumu a směřují k tomu, aby se *umění fotografie* stalo nástrojem pro podporu duševního zdraví. Ačkoliv je dnes fotografie snadno dostupná, její plný potenciál zůstává nevyužitý, zejména v době, kdy problematika duševního zdraví narůstá a není dostatečně podchycena. Věřím, že její využití a dopad mohou být mnohem hlubší a zásadnější.

{osobní reflexe}

V osobní reflexi celé své práce bych ráda zrcadlila ony dvě otázky, které jsem kladla umělcům, jejichž tvorbu a přínos jsem zde předkládala.

Co pro mne znamená propojení duše a fotografie?

Fotografii chápu jako *umění vidět, umění vnímat* a *umění sdílet* – v celém jejím rozsahu a dopadu. Umění fotografie nezachycuje jen to, co vidíme, ale umožňuje nám také zahlédnout to, co je hluboko v nás – naše vzpomínky, touhy, strachy i naděje. Tím, že přenášíme své prožitky na obraz, vytváříme nový prostor pro jejich rámování a reinterpretaci. To, co by jinak zůstalo nevyslovené, může být díky umění fotografie vyjádřeno, zrcadleno a následně pochopeno.

Skrze *umění fotografie* můžeme zhmotňovat vlastní realitu. Naplňuje nás a pomáhá nám uvědomovat si hodnoty a nalézat směr. Skrze něj můžeme odhalovat krásu, dojít k uvědomění či prozření. Můžeme jím být očištěni, můžeme nalézt sami sebe a cestu k hlubšímu pochopení sebe i toho, co nás přesahuje.

Věřím, že umění vzniká skrze autentický prožitek a vtisknutí autora. Díky duši k nám tak může promlouvat, rezonovat s našimi pocity a odhalovat hlubší podstatu. Tato syntéza propojuje individuální bytí v metafyzické rovině a vytváří tak spojení a vzájemné porozumění.

Jak podle mne může fotografie přispět k našemu duševnímu zdraví?

Fotografie má jedinečný potenciál pozitivně ovlivnit naše duševní zdraví v mnoha rovinách, které jsem v této práci podrobně doložila. Patří mezi ně sebepoznání, zlepšení mezilidských vztahů, aktivace pozitivních změn, osobní i kolektivní růst a významné terapeutické aspekty, které podporují nejen individuální, ale i společenské uzdravení.

Samotný proces tvorby fotografií je terapeutický, protože nám umožňuje zastavit se, prozkoumat a zhmotnit své myšlenky a emoce a často je konfrontovat. Fotografie je zároveň silným komunikačním nástrojem – otevírá nám dialog se sebou samým, s ostatními i se světem kolem nás.Pomáhá nám lépe pochopit, zpracovat a uchopit to, co je často těžko sdělitelné nebo vyjádřitelné slovy.

Od svého počátku byla fotografie propojena s péčí o duševní zdraví. Přesto jsou osvědčené a účinné fototerapeutické metody stále málo známé a nedostatečně využívané. Svou prací jsem se snažila doložit mnohovrstevnatý potenciál fotografie v tomto kontextu. Ukázala jsem, že fotografie je dokáže reflektovat jemné nuance stavu mysli a rozšiřovat naši vnímavost. Současně je důležité zmínit, že fotografie není lékem sama o sobě. Její terapeutický potenciál se projevuje především, když je používána vědomě a v podpůrném kontextu.

Umění fotografie je jedním z nejdůležitějších aspektů mého života. Z vděčnosti k tomuto médiu, které mi pomáhá nejen v léčbě, ale i v rozšiřování a naplnění duše, jsem cítila potřebu vytvořit tuto práci. Věřím v její přínos pro duševní zdraví. Fotografická tvorba, pedagogická činnost a osobní zkušenost s psychiatrickou diagnózou se vzájemně protkávají a vedou mě k tomu, abych skrze fotografii otevírala prostor pro rozvoj a harmonizaci duše – nejen pro sebe, ale i pro druhé. Přála bych si dále zkoumat, jak může sloužit k hlubšímu porozumění a uzdravení, a nabídnout jej každému, kdo hledá podporu a naplnění.



“Vysílat světlo do hlubin lidského srdce – toť poslání umělce.”

Robert Schumann

umění fotografie může naplňovat rozšiřovat a léčit naše duše

Zde vyobrazuji onen mnohovrstevnatý potenciál fotografie, kterým může přispívat k našemu duševnímu zdraví a obohacení osobního i kolektivního života.

Její terapeutický potenciál je stále nevyužitý, a proto je důležité dále zkoumat a rozvíjet možnosti, které fotografie přináší jako nástroj pro léčení a podporu. Otevírá nám prostor pro hluboké uzdravení, sebereflexi a transformaci, a to nejen na osobní, ale i společenské úrovni.

Sebepoznání a reflexe

~ zvýšení povědomí o vlastních emocích, myšlenkách a vzpomínkách

~ pomáhá jednotlivcům zpracovat minulost a současnost

~ vede k novému pochopení a ozřejmění nových souvislostí

Posílení vztahů a komunikace

~ zlepšení mezilidských vztahů (v rodině i komunitě)

~ pomáhá snižovat sociální vyloučení

~ otevírá dialog o tabuizovaných tématech

~ umožňuje sdílení prožitků a pocitů s ostatními

Podpora uzdravení a terapie

~ fotografie jako terapeutický proces a nástroj mindfulness

~ aktivace pozitivních změn a podpora rehabilitace

~ pomáhá při vyrovnání se se ztrátou nebo nemocí (vlastní či blízkých)

~ slouží jako prostředek pro zpracování traumat a stresu

Podpora komunit a sociální změny

~ posilování komunit a mezikulturních vztahů

~ zmírňování konfliktů a podpora sociálního začlenění

~ upozorňování na problémy sociální nespravedlnosti

~ destigmatizace duševního zdraví skrze dokumentaci a osvětu

Estetika a radost

~ estetické vnímání fotografií přináší radost a naplnění

~ zvyšuje schopnost vnímat krásu v každodenním životě a podporuje well-being

Vzdělávání a vizuální gramotnost

~ rozšiřuje vizuální gramotnost a zkvalitňuje vzdělávání

~ využití fotografie jako výukového materiálu pro studenty psychologie a psychiatrie

~ zlepšení metodologie kvalitativního výzkumu

Tvorba komunit a sdílení

~ fotografie jako nástroj pro vytváření komunit na sociálních médiích

~ sdílení příběhů a zkušeností, které vedou k vzájemné podpoře a motivaci

~ posilování pocitu sounáležitosti a podpory

{směřování uměleckého výzkumu}

V budoucnosti se plánuji nadále věnovat prohlubování těchto poznatků a rozvíjet využití umění fotografie jako nástroje pro pomoc druhým. Mým cílem je absolvovat postgraduální program ve Skotsku, který nabízí první specializovaný obor terapeutické fotografie.

Pokud bych měla možnost pokračovat v doktorském studiu, ráda bych v rámci svého uměleckého výzkumu navázala spolupráci s Centrem Duševní Rehabilitace či Národním ústavem duševního zdraví a zavedla 5týdenní fototerapeutický program pro jeho klienty.

Tento program by propojil kreativní terapii s principy peer podpory a zároveň by časem mohl přispět k inovaci a zlepšení léčebných procesů v českých psychiatrických zařízeních. Věřím, že umění fotografie může přispět ke zlepšení péče o duševní zdraví v těchto institucích a podpořit proces uzdravení jejich klientů, přičemž by následně mohlo sloužit i jako prostředek autoterapie mimo klinické prostředí.

{použitá literatura}

APOLLINAIRE, Guillaume, Spurný. ISMY 3. Praha: NČSVU, 1966. ISBN není dostupné.

ARISTOTELÉS. Poetika. Praha: Orbis, 1962. ISBN není dostupné.

BIBLE. Genesis 28:15. Český ekumenický překlad. Praha: Česká biblická společnost, 2001. ISBN není dostupné.

BLY, Nellie. Ten Days in a Madhouse. New York: Norman Munro, 1887. ISBN není dostupné.

BRUNTON, Paul. Duše a umění. Praha: Santal, 2019. ISBN 978-80-87987-21-6

CASE, Caroline a DALLEY, Tessa. Arteterapie s dětmi. Praha: Portál, 1995. ISBN není dostupné.

ČAPEK, Josef. Psáno do mraků. Praha: Československý spisovatel, 1970. ISBN není dostupné.

DEWEY, John. Art as Experience. Perigee, 1980. ISBN 978-0399500251 .

DOSTOJEVSKIJ, Fjodor Michajlovič. Zločin a trest. Praha: Academia, 2004. ISBN není dostupné.

GABERLE, David. Metropolight. Praha: Kant, 2017. ISBN 978-8074372285.

JUNG, Carl Gustav. Four Archetypes. Vol. 9, I. ISBN 978-0691155499.

JUNG, Carl Gustav. Mandaly – Obrazy z nevědomí. Praha: Portál, 2021. ISBN 80-85880-17-2

KABAT-ZINN, Jon. Wherever You Go, There You Are. Little, Brown Book Group, 2004. ISBN 0749925485

KANDINSKY, Wassily. O duchovnosti v umění. Praha: Triáda, 1998. ISBN 978-80-86138-06-2

MARK, Mary Ellen a JACOBS, Karen Folger. Ward 81: Voices. Göttingen: Steidl, 2023. ISBN 978-3969990131.

MAY, Rollo. Man's Search for Himself. NORT, 2009. ISBN 0393333159

PLATÓN. Interpretováno dle Poetiky. Praha: Orbis, 1962. ISBN není dostupné.

ROGERS, Carl R.. A Way of Being. Houghton Mifflin Company, 1980. ISBN 9780395299159

ROGERS, Carl R.. On Becoming a Person. Houghton Mifflin, 1995. ISBN 978-0395755310.

ROBERTS, Pamela. Julia Margaret Cameron: The Complete Photographs. Oxford University Press, 1992. ISBN 978-0500542651

ROTHKO, Mark. The Romantics Were Prompted. 1947/48. ISBN není dostupné.

SARTRE, Jean-Paul. Co je literatura? Harvard University Press, 1988. ISBN 978-0-674-95084-9.

SUDEK, Josef. Fotografie magazín. Březen 1966. ISBN není dostupné.

VASARI, Giorgio. The Lives of the Artists. Oxford University Press, 2008. ISBN 978-0199537198

VYGOTSKY, Lev. Mind in Society. Harvard University Press, 1978. ISBN 978-0674576292.

WOLLHEIM, Richard. Art and Its Objects. 2. vyd. Cambridge: Cambridge University Press, 1980. ISBN 978-0521297066

{ostatní zdroje}

{internetové zdroje}

The Mountain and the Mole-hill: Julia Margaret Cameron's Allegories Aktuálně.cz. Nejsi sám: Projekt o prevenci sebevražd mužů v Česku [online]. Dostupné z: https://zpravy.aktualne.cz/nejsi-sam/r~8a29017a2e3511e9b73eac1f6b220ee8/

Artic.edu. How I Came to Photograph Clouds. 1923. [online]. Dostupné z: https://archive.artic.edu/stieglitz/wp-content/uploads/sites/6/2016/06/1923-09-19-Stieglitz-How-I-came-to-photograph-clouds-American-Amatuer-Photographer.pdf

Cosgrove, Ben. Strangers to Reason: Life Inside a Psychiatric Hospital, 1938 [online]. LIFE. Dostupné z: https://www.life.com/history/strangers-to-reason-life-inside-a-psychiatric-hospital-1938/

Davey, Sian. Looking for Alice [online]. LensCulture. Dostupné z: https://www.lensculture.com/articles/sian-davey-looking-for-alice

Germanek, Iwona. ND Awards 2020 Non-professional Fine Art Conceptual Honorable Mention [online]. Dostupné z: https://www.iwonagermanek.com/portfolio/smell

Germanek, Iwona. Pink Doesn't Exist [online]. Behance. Dostupné z: https://www.behance.net/gallery/173028465/Pink-doesnt-exist

Germanek, Iwona. Smell [online]. Dostupné z: https://www.iwonagermanek.com/portfolio/smell

Gaberle, David. Not Alone [online]. Dostupné z: http://www.davidgaberle.com/notalone

Gaberle, David. Workshop o fotografii [online]. Prague - David Gaberle Photography. Dostupné z: https://www.davidgaberle.com/prague

Majer, Jan. Jak fotografovat duši [online]. Psychologie.cz. Dostupné z: https://psychologie.cz/jak-vyfotit-dusi/

MuPhotoSci. [online]. Dostupné z: https://muphotosci.org

PBS LearningMedia. Nellie Bly: Pioneering Investigative Journalist [online]. Dostupné z: https://www.pbslearningmedia.org/resource/amjp19-ela-ss-bly/nellie-bly-pioneering-investigative-journalist-joseph-pulitzer-voice-of-the-people/

PEPE, Dita. Hranice lásky: Trauma jako motivace k tvorbě. Fotografie jako terapie. Vedoucí práce: Irena Armutidisová. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně, Fakulta multimediálních komunikací, Ateliér Reklamní fotografie, 2023. ISBN 978-80-7678-178-8. Dostupné také z: http://hdl.handle.net/10563/52439

Phototherapy Centre. History and Development of Phototherapy [online]. 2015. Dostupné z: https://phototherapy-centre.com/wp-content/uploads/2015/01/history__development_of_phototherapy.pdf

Phototherapy Centre. History and Development of Phototherapy [online]. 2023. Dostupné z: https://phototherapy-centre.com/wp-content/uploads/2023/05/history-development-of-phototherapy-5-2023.pdf

Phototherapy Centre. [online]. Dostupné z: https://phototherapy-centre.com

Památník národního písemnictví. Karel Teige – koláž č. 374 [online]. Dostupné z: https://65.pamatniknarodnihopisemnictvi.cz/dielo/CZE:PNP.77_72_183

Sportin.art. Nebýt jen tělo: Fotografka Ivana Dostalova ukazuje, že voda vás přijme takové, jaké jste [online]. Dostupné z: https://www.sportin.art/cs/detail-clanku/nebyt-jen-telo-fotografka-ivana-dostalova-ukazuje-ze-voda-vas-prijme-takove-jake-jste

Tate.org.uk. Francesca Woodman: Vanishing Act. 2018. [online]. Dostupné z: https://www.tate.org.uk/tate-etc/issue-43-summer-2018/francesca-woodman-vanishing-act-deborah-levy

Van Gogh, Vincent. Korespondence s bratrem Theem, 13.-17. dubna 1885 [online]. Dostupné z: https://acousticpaint.wordpress.com/2020/04/14/a-brief-history-of-vincent-van-gogh-quotes

Wagner, Radan. Vychází základní spis psychoanalýzy – Freud, Dalí a surrealismus [online]. Art Revue. Dostupné z: https://artrevue.cz/vychazi-zakladni-spis-psychoanalyzy-freud-dali-surrealismus/

Česká televize. Fotografové v hledáčku: Ivan Pinkava – umění, které neznepokojuje, se blíží kýči [online]. ČT art. Dostupné z: https://art.ceskatelevize.cz/inside/fotografove-v-hledacku-ivan-pinkava-umeni-ktere-neznepokojuje-se-blizi-kyci-C5vDT

{přednášky}

O vědě, umění a (ne)realitě, Vision at Art (Ivana Dostálová, DSc., Ph.D.)

Fotografie je nástroj pro komunikaci s myslí, TEDxPragueWomen (Ivana Dostálová, DSc., Ph.D.)

Therapeutic symposium (Ivana Dostálová, DSc., Ph.D.)

Carl Gustav Jung: Umění - Cesta k nevědomí, (PhDr. Milan Pech, Ph.D.)

{rejstřík}

ARBUS, Diane...134
ARISTOTELÉS...24, 25, 67, 97
BARONOVÁ, Barbora...191
BLY, Nellie...127, 128
BRUNTON, Paul...35
CAMERON, Julia Margaret...21, 22, 60, 61, 62
CASE, Caroline...93
CHAGALL, Marc...24, 67, 68
DALI, Tessa...93
DAVEY, Sian...146-152, 154-156
DEWEY, John...35, 36, 37 , 78
DIAMOND, Welch Hugo...125, 126
DOSTALOVÁ, Ivana...109, 119, 157-168
DOSTOJEVSKIJ, Fjodor Michajlovič...43, 63
EISENSTAEDT, Alfred...124, 129, 130, 131
FILLA, Emil...43, 45, 63
FREUD, Sigmund...32, 33, 87
GABERLE, David...169-177, 179, 181
GERMANEK, Iwona...197, 201-208, 210-212
GOŁUCH, Krzysztof...205
HEIDEGGER, Martin...39, 41
JACOBS, Karen Folger...137, 138
JUNG, Carl Gustav...20, 21, 22, 99
KALHOUS, Radek...170
KANDINSKY, Wassily...50, 52, 53, 55, 91
KERTÉSZ, André...89, 90, 101,
KIRKBRIDE, Thomas...125
KLIMT, Gustav...65, 71, 72
LAVY, Deborah...30
MARK, Mary Ellen...137, 139, 140, 141
MAKABRESKU, Laura...198
MAYEROVÁ, Milada...89
MAY, Rollo...29, 39, 40, 41, 104
MICHALS, Duane...134, 135, 136
MILACH, Rafal...191
NEZVAL, Vítězslav...89
NIEMEYER, Sina...113
NIETSCHE, Friedrich...28, 29
PALM, Anna-Karin...132
PEARL, Sharrona...125
PEPE, Dita...110 , 114, 119, 182-196, 204
PINKAVA, Ivan...25, 27, 69, 70
PULITZER, Joseph...127
RAFFAEL, Santi....21
REYNEK, Bohuslav...36, 38, 78, 79
ROGERS, Carl R....46, 95
ROTHKO, Mark...39, 40, 75, 76
SARTRE, Jean-Paul...43, 44, 63
SCHIELE, Egon...28,28, 30, 31, 71, 72
SOKRATES...53
STIEGLITZ, Alfred...46, 49, 85, 86
ŠTÝRSKÝ, Jindřich...33
SUDEK, Josef...36, 37, 65, 80, 81, 82
SVOBODA, Jan...43, 44, 64, 65, 66
TEIGE, Karel...33, 34, 89
TOYEN...87, 88
VASARI, Giorgio....21
VYGOTSKY, Lev...102
WAGNER, Radan...32
WEISER, Judy...110, 111, 114, 115, 119
WOODMAN, Francesca...29, 30, 73, 74, 132, 133
WOLLHEIM, Richard...46, 47, 48, 83

© Anna Veronika Křížová
Duše a duševní zdraví prizmatem fotografie
Opava, 2024