

**Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara**

Bakalářská práce

**Pohni hmotou! aneb symbiotická kultura bakterií,
kvasinek a ženy**

Natalie Vacíková

Plzeň 2024

Západočeská univerzita v Plzni
Fakulta umění a designu Ladislava Sutnara

Katedra výtvarného umění
Studijní program výtvarného umění
Studijní obor Multimediální design
Specializace Multimédia

Bakalářská práce

**Pohni hmotou! aneb symbiotická kultura bakterií,
kvasinek a ženy**

Natalie Vacíková

Vedoucí práce: MgA. Viktor Takáč, MgA. Milan Mazúr
Katedra výtvarného umění
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2024

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
Akademický rok: 2022/2023

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Natalie VACÍKOVÁ**
Osobní číslo: **D20B0168P**
Studijní program: **B8206 Výtvarná umění**
Studijní obor: **Multimediální design, specializace Multimedia**
Téma práce: **Pohyb jako meditační prostředek**
Zadávající katedra: **Katedra výtvarného umění**

Zásady pro vypracování

Zvolené téma je osobní zjištění důležitosti pohybu pro zdravou mysl. Ke zvolenému tématu mám blízkou vazbu. Pomáhá mi navigovat cestu v nelehkém životním období.

Z tohoto důvodu bych se chtěla zaměřit na pohyb a zkoumat, co pro koho znamená.

Vyjádření tématu bude formou videoart smyčky spolu s instalací. Tato forma může divákovi umožnit hlubší prožitek.

Dílo bude sloužit k předání vlastních vnitřních pocitů, které mi téma dodává. Způsob jakým se vypořádát s jistými emocemi a převést je do pozitivní formy, která by oslovila diváka.

Výstupem bude instalace doprovázena video smyčkou, minimálně o rozsahu minuty.

Rozsah průvodní zprávy bude osm normostran.

Rozsah teoretické části: min. 8 normostran textu
Rozsah praktické části: vyplývá ze zpracování BP
Forma zpracování bakalářské práce: tištěná/elektronická

Seznam doporučené literatury:

Hesse, Hermann. *Siddhartha*. Praha: Argo, 2003. 80-7203-531-2.
Červenková, Renata. Kolář, Pavel. *Labyrint Pohybu*. Praha: Vyšehrad, 2018. 978-80-7429-975-9.
Rüegg, Johann Caspar. *Mozek, duše a tělo*. Praha: Portál, 2020. 978-80-262-1581-3.
Poněšický, Jan. *Duše a tělo o psychosomatické medicíně*. Praha: Triton, 2021. 978-80-7553-895-6.
Feldenkrais, Moshé. *Feldenkraisova metoda - Pohybem k sebeuvědomění*. Praha: Pragma, 1999. 80-7205-058-3.

Vedoucí bakalářské práce: **MgA. Viktor Takáč**
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara
MgA. Milan Mazúr
Fakulta designu a umění Ladislava Sutnara

Datum zadání bakalářské práce: **21. října 2022**
Termín odevzdání bakalářské práce: **28. dubna 2023**

Dle rozhodnutí č. j. 200/006530/2023
stanoven nový termín odevzdání BP/DP 30. 4. 2024



LS.

MgA. Vojtěch Aubrecht v.r.
děkan

Mgr. Jindřich Lukavský, Ph.D. v.r.
vedoucí katedry

V Plzni dne 27. října 2022

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

Plzeň, duben 2024

Podpis autora

OBSAH

1 DÍLO V KONTEXTU DOSAVADNÍ TVORBY	1
1.1 PRVNÍ ROČNÍK	1
1.2 DRUHÝ ROČNÍK	1
1.3 TŘETÍ ROČNÍK	2
1.4 ČTVRTÝ ROČNÍK	3
2.1 TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY	4
2.2 CÍL PRÁCE	5
3.1 PROCES PŘÍPRAVY	6
3.2 PROCES TVORBY	8
4.1 POPIS DÍLA	10
4.2 TECHNOLOGICKÁ SPECIFIKA	13
4.3 PŘÍNOS PRO DANÝ OBOR	14
5.1 KNIŽNÍ A PERIODICKÁ LITERATURA	15
5.2 INTERNETOVÉ ZDROJE	16
6 RESUMÉ	18
7 SEZNAM PŘÍLOH	20

1| DÍLO V KONTEXTU DOSAVADNÍ TVORBY

K úvodu do kontextu; má bakalářská práce je kulminací předcházející tvorby, jejíž cesta nebyla jednosměrná ani jasná. Do ateliéru Multimédia jsem vkročila s cílem najít primární umělecké médium, jelikož obor nabízí širokou škálu možností, jak a kudy se vyvíjet. Před nástupem na Západočeskou univerzitu se má práce nevázala na ustálený směr ani výtvarný prostředek, převážně se jednalo o amatérskou fotografii, malbu a mixed media. První rok byl experimentální, za Koronaviru, který silně ovlivnil mou tvorbu i vztah k oboru.

Duch experimentu mě neopustil ani v pozdějších letech. Každým nadcházejícím ročníkem byl cítit posun. Kombinace technik a médií zůstala nejefektivnějším způsobem, jak nacházet autenticitu ve své tvorbě.

1.1| PRVNÍ ROČNÍK

Začátek mých studií byl zahalen Koronavirem, který navodil silné pocity izolace, úzkosti a derealizace. Jakákoliv rutina se vzdalovala a realita se mi začínala proplétat s iluzí. V práci jsem se obracela na osobní témata a vnitřní svět, který začínal být matoucí. Hledala jsem východisko. Přikláním se k introverzi a řešení svých pocitů s okolím bylo pro mě v tu chvíli nadlidským úkolem.

Po celý rok jsem nevystoupila ze statických výstupů jako olejové malby či instalace. Držela jsem se své komfortní zóny, protože můj duševní stav byl křehký a bála jsem se pustit do hlubšího projevu. Nevěděla jsem zda se udržím.

1.2| DRUHÝ ROČNÍK

Návratem do částečně prezenční výuky jsem se oddávala hodinám *Filmové tvorby* pod vedením MgA. Ladislava Moulise, které mi prospívaly i po psychické stránce. Cítila jsem dostatečné sebevědomí k větší experimentaci – rozhábat své koncepty. S animací jsem měla jen základní praxi. Tu jsem rozvíjela v zimní klauzuru, kdy jsem opět pracovala se svými intimními pocity derealizace ve vztahu k okolí.

Video smyčka, instalována na CRT TV, byla zrealizována pomocí green screen, Adobe After Effects, komparsu a sochařského výtvaru velké sádrové helmy ve tvaru oka. Helma oka, situovaná na hlavě herečky, symbolizuje mé narušené vnímání, a sádrové obvazy, kterými byla obvázána, odkazují na spoutání a křehkost mého bytí.

Zimní klauzura mi dodala sebevědomí pokročit dál v mísení médií ve své praxi. Paralelně s hodinami 3D modelingu, vedené MgA. Petrem Kutkou, jsem vnesla prvky 3D animace do letní klauzury. Z té se tentokrát vyklubala ambientní video smyčka s environmentálním kontextem. Stop-motion pozadí, sloučení mých fotografií a digitálně interpolovaných snímků zinscenovaného akvária s vodou a kořinky, mělo navést uvolňující efekt. Hlavní postava kořenového muže byla ztvárněna ve 3D programu Blender, mou doposud největší technologickou výzvou. Hlavní roli hrála cykličnost života, spojení s přírodou a jejími neměnnými

zákony. Uklidňující inscenace byla mým pokusem o přijetí smrti, která se v mém životě znenadání vyrojila v hojném množství.

V tomto období a po dalších šest měsíců jsem zažila smrt osmi známých i blízkých, šokující pro můj systém. Trojí pohřeb babičky, prarady a prastrýce mě velmi zasáhl. Opakovaná konfrontace destabilizovala mou schopnost se mentálně zachytit, pocity zmatení a úzkosti se vracely.

1.3| TŘETÍ ROČNÍK

Léto přivanulo další nečekané úmrtí a má psychika nebyla schopna zpracovat další velké změny. Jediná jistota byla, že se potřebuji navrátit do tvůrčího procesu. Pohyb byl připomínkou mé existence a reality světa kolem mě. Provozovala jsem řadu nových aktivit a vzdala se neprospěšných návyků. Poprvé za několik let jsem podstoupila očistu všech aspektů svého života.

Bohužel, v letním semestru se stala nehoda, při které jsem si zlomila pravou klíční kost. Pozastavujíc tak jediný proces, který mě podporoval ve zdravém fungování těla i mysli. Na měsíc jsem si neuvařila ani čaj, závislost na jiných mě rmoutila. Utápění se v negativních myšlenkách mi ale částečně poskytlo čas vstříbat změny a přehodnotit své priority.

Po zahojení zlomeniny nastaly potíže se plně zaměřit na bakalářskou práci. Po fyzické a psychické stránce jsem byla oslabena, velice náchylná k nemoci a únavě. Cítila jsem se opožděně a snažila se dohnat práci ve škole. „*Obecnou příčinou stále častějšího vzniku psychosomatických nemocí je nebývale rychlý a silný civilizační tlak („more and more with less and less time“), zvnitřnění diktátu výkonnosti a ekonomického principu nabídky a poptávky. Následkem je stále méně přirozený a zdravý způsob života.*”¹

Polemizovala jsem první koncepci – 3D vygenerovaná video smyčka tekutin známých a neznámých. I přes jasnou vizi jsem s projektem bojovala a necítila žádné spojení k médiu. Má sebejistota opět klesala. Rozhodla jsem se prodloužit si bakalářskou práci, jelikož jsem se nezvládala ukotvit ve výstupu ani v sobě.

Dostala jsem nabídku praxe v animačním studiu *Barletta*. Manuální práce mě přivedla zpět na zem. Potřebné odreagování ruční činností mě zaneprázdnilo a nabídlo smysluplný oddech. Vytváření rekvizit do animovaného filmu *Život k sežrání*² a seriálu *To se vysvětlí, soudruzi!*³ mě přivedlo na jiné myšlenky a nabídlo alternativní postoj k vlastní práci.

¹ PONĚŠICKÝ, Jan. *Duše a tělo v psychosomatické medicíně*. Praha: Triton, 2021. Str. 9. 978-80-7553-895-6.

² Czech Film Center. Filmcenter.cz. Online © 2024. Dostupné z: <https://www.filmcenter.cz/cs/filmy-tvurci/4369-living-large> [cit. 15.4.2024].

³ Česko-slovenská filmová databáze. csfd.cz. Online © 2001-2024 POMO Media Group s.r.o. Dostupné z: <https://www.csfd.cz/film/1332522-to-se-vysvetli-soudruzi/prehled/> [cit. 15.4.2024].

1.4| ČTVRTÝ ROČNÍK

Tento rok byl zasvěcen přípravě a procesu tvorby diplomové práce, který byl velice proměnlivý. Od plánování po zpracování a odvedení práce se projekt nesmírně vyvíjel vpřed vlastním proudem, který nebyl zpočátku plně uchopitelný. Naučil mě, že není potřeba se tak urputně vázat k ideálu či iluzi díla, ale naopak dát prostor průběhu. S touto mentalitou jsem se snažila pokračovat. Naslouchat a netlačit.

2.1| TÉMA A DŮVOD JEHO VOLBY

„Doléhaly na něho sny a neodbytné myšlenky, vynořující se z vod řeky, světélkující z nočních hvězd, slévající se ze slunečních paprsků, doléhaly na něho sny a neklid duše.“⁴ Moment rozhodnutí nastal při sledování splašených vln řeky Nieuwe Maas ve větrném Rotterdamu. Předchozí den proběhlo odštížení osob, u kterých mě dusila představa dále udržovat vztah, byla jsem rázem osvobozena. Pocit plutí na vlnách mě přenesl do raných vzpomínek žití v pobřežním městě v severní Kalifornii, kdy mě rodiče denně byť nevěkli z pláže. Obracela jsem se na moře loučíc se slibem brzkého návratu. Vlny mě vždy uchvacovaly, přinášejí s sebou hluboký klid na duši. Jejich pohyb je mým meditačním prostředkem.

Jak už jsem naznačila, téma Pohyb jako meditační prostředek vzešlo z osobního pudu sebezlepšení a nalezení úlevy skrze činnost. Životní období, ve kterém kolem mě dál vířil kouř smrti, mnou otřásl. Chyběla mi motivace a širší rozhled. Zaseklá v pasti hluboké sebeanalýzy. Po duchovní stránce prázdná, jelikož jsem se ze sebezáchovy otupovala vůči hlubším citům. Nebyla značná spjitost ani k pokusům o vlastní tvorbu. Bez motivace člověk není schopen seberealizace, po které jsem toužila. Vnímala jsem svou stagnaci jako slabost.

Snaha najít východisko skrze mluvené i alternativní terapie mi nevěnovala mnoho oddychu. Až po přiblížení se k práci s tělem, skrze somatickou terapii a cvičení Feldenkraisovou metodou, jsem prohloubila svůj vztah s pohybem a jeho zkoumáním. To mě naučilo sledovat své tělo a naslouchat nabízeným náznakům či varováním. Uvědomování si vlastního rozpoložení skrze uzemnění se v přítomnosti bylo o to snazší.

„Čím víc jedinec pokročí ve svém rozvoji, tím větší bude lehkost jeho činů, která je synonymem harmonické organizace smyslů a svalů.“⁵ Pohyb je návykový. Pro mě konkrétně vzdušná akrobacie na šálách, při které člověk, omotaný dvěma pruhy látky, visí několik metrů nad zemí a provádí triky. Začala jsem s tréninkem každý týden. Rutina, kterou mi pravidelný pohyb dodal, byla pro mě meditační. Relaxace se nevázala jen na tělesný pohyb, ale i na pozorování pohybu kolem sebe. Jak se svět točí.

Krátce po počátku zesilování svého vztahu s tělesnou stránkou jsem si začala pěstovat kombuchu. Tohle žijící seskupení kvasinek a bakterií je jako domácí mazlíček, byť o mnoho nenáročnější. Navázala jsem vztah k této zvláštní rostoucí hmotě. Ačkoliv je její pohyb nenápadný, fermentace probíhá ukrutnou rychlostí. Fermentovala mi čaj, který jsem pila, a já se o ni starala. Vzájemná péče se stala rituálem v mé domácnosti. To utvrdilo další směr mé práce.

⁴ HESSE, Hermann. Siddhártha. Praha: Argo, 2003. str. 3. 80-7203-531-2

⁵ FELDENKRAIS, Moshé a SOUČEK, René. Feldenkraisova metoda: pohybem k sebeuvědomění. Praha: Portál, 2023. str. 91. ISBN 978-80-262-2086-2.

2.2| CÍL PRÁCE

Hlavním sdělením je alegorická výpověď z rutiny a jemného pohybu, výsledkem vztahu s kombuchou. Cykličnost, která jde ruku v ruce s péčí o ni, mě dala do pohybu. Vkládání energie do společného soužití a učení se, jak o kombuchu správně pečovat, se mi vrátila a podpořila mé dennodenní fungování. Režim, nabízen skrze udržování kombuchy naživu, byl velice žádaný v době, kdy jsem ji adoptovala. Je pozoruhodné, jak moc přispěla k mé mentální stabilitě a každodennímu chodu.

Kladla jsem si za úkol přeměnit své negativní pocity sklíčenosti v instalaci pojednávající o uklidňujícím vztahu, na bázi jemného pohybu, dvou zcela různých těles. Mním v prostoru naaranžovat různé prvky, vzájemně reagující na svou symboliku. Instalace smyček na CRT TV má zdůraznit témata cykličnosti, péče, věnovaného času. Instalace smyčky na HD TV zkoumající materiál kombuchy je částečně seberefektivní počín. Hlubší výzkum sebe skrz externí podpěru. Podpořený také filozofii tělesnosti fenomenologie vnímání, z pohledu M. Merleau-Pontyho na objektivní a subjektivní vnímání (popsáno detailněji v kapitole 3.1| *Proces přípravy*).

Dialog mezi objektem ze suché kombuchy s kádí, kde probíhá živá fermentace, utváří ucelený kruh i prostor pro diskuzi. Ráda bych představila, či alespoň z části předala, pocit uvolnění a spojitosti, kterou jsem skrz proces prožila. Intimním projevem mířím otevřít témata budování společného podpůrného systému organickými procesy, pomocí motility. Přestože kombucha paradoxně působí staticky, pod povrchem se toho odehrává mnoho. Je to stabilní důvěryhodný pohyb. Formou záznamu přibližuji osobní složky a praktiky spojené s pěstováním tohoto materiálu i studováním všech jeho podob. Odreagování od všedního dne, vzájemnou oporu.

3.1| PROCES PŘÍPRAVY

Dlouhá a spletitá cesta, která se na každém rohu obměňovala. Po zvolení tématu jsem si byla jista jen tím, že zakomponuji pohyb tekutin ve spojení se sebou. Vágní představa vizuálu se zformovala, ale zvolení média bylo složitější.

V době zadání práce jsem začala zkoušet 3D modelaci v programu Blender, ze zájmu a přesvědčení jsem si ho vybrala ke zpracování BP. V následujících měsících bylo náročné se odprostit od ideálu. Spolčení mé upadající psychiky, zesláblé fyzické dispozice a nedostatečné znalosti programu vyústilo v cykličnost, ne v pozitivním smyslu. Mým nepřítelem je od nepaměti mé usmyslení a slepota vůči alternativám.

První na řadě byl storyboard a scénář s úmyslem připravit imerzivní uklidňující zážitek pro diváky. Videoprojekce smyčky by se odehrávala uvnitř stanu pro intenzivnější prožitek. Prvoplánový nápad, který mi připadal méně vhodným každým následujícím týdnem. Musela jsem povolit a alespoň vyhledat pomoc s 3D modelingem.

Po neúspěchu se získáním náležité asistence s programem Blender, jsem došla k závěru, že má práce musí být více subjektivní. Musím se jí přiblížit. Na to mi 3D zpracování přišlo příliš homogenní, alespoň v mém limitovaném provedení. Ztratila bych spojení s tématem a má výpověď by selhala.

Začala jsem připravovat potřebnou techniku a programy pro práci s audiem, kterým jsem chtěla navodit atmosféru. Audio tepu srdce mě navedlo dál. Ruční kamerou jsem natočila zkoušku pohybu tekutin, které mám k dispozici. Jednou byla čirou náhodou fermentující kombucha. Vymýšlela jsem možné sofistikovanější využití.

Má vize procházela vlastním rozvojem. Dokumentovala jsem svou rutinu s kombuchou a pohybu tekutin. Sledovala jsem jí denně, ale stále jí dávala prostor. Instalace ve stanu mi přišla prvoplánová a polemizovala jsem nad projekcí díla na vysušenou kůži z kombuchy, proto jsem ji začala rozmnožovat do větších nádob a postupně sušit.

Snažila jsem se doplňovat praxi teorií a současnými díly s důrazem na spojení přírody a člověka, pohybu. Dále jsem se připravovala na blížící se natáčení, potřebovala jsem asistenci, ale musela jsem si citlivě vybrat, komu se svěřím. Následovalo shánění techniky a potřebných doplňků. Připravovala jsem i sama sebe na své první debut v performance. Nechtěla jsem opustit duch experimentu a dosud jsem v žádném svém díle nevystoupila osobně, ačkoliv mezi mé inspirace patří mnoho performativních umělců, jako Ana Mendieta⁶ a Joan Jonas⁷. Dvě silné a vlivné ženy pracující environmentem, jejichž tvorba mě zasáhla.

Vlivnou filozofií, o kterou se opírá umělecký úhel práce, je fenomenologie vnímání. Filozofie jevů a bádání o setkávání člověka se světem ve mně vzbudilo nutkání vstřebávat přítomný

⁶ HLAVÁČKOVÁ, Petra. Kde je Ana Mendieta? In: Artalk (Online). 29.12.2014. Dostupné z: <https://artalk.info/news/kde-je-ana-mendieta> [cit. 20.4.2024].

⁷ JONAS, Joan. Art in Action. Online, video. 10.6.2022. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=fLkKh7gWAKA> [cit. 2024-04-15]. Kanál uživatele: Art Basel.

pohyb svého okolí a cítit se součástí tohoto pohybu. M. Merleau-Ponty nahlížel na pohyb jako klíčový k dekodování toho, jak žijeme ve světě. Vědomí a záměrnost se odehrávají v motilitě. Vědomí je ztělesněné a naše tělo mezičlánkem subjektu a objektu. Svět nám odkazuje k širším souvislostem. Poznáváme se skrze svět.⁸

Připravovala jsem se pokusit stavět na tomto základu v mé práci; proces tvorby mě vedl k širším významovým souvislostem. Hrála jsem si s kombinací subjektivního a objektivního přístupu vnímání a různými hodnotami přístupů.

⁸ ANDERSON, Ellie. Continental Philosophy Lectures, Merleau Ponty, The Phenomenology of Perception. Online, video. 10.6.2022. Dostupné z: https://www.youtube.com/watch?v=JFj8kWm_N-Y [cit. 2024-04-15]. Kanál uživatele Overthink Podcast.

3.2| PROCES TVORBY

Kostrbatý začátek s 3D modelingem se převrátil v zábavný průzkum kombuchy, jejích forem a dalších komponentů obklopující náš propojený růst. „*Doufám, že odpověď na otázku, jaký smysl má příroda, nebudeme nikdy znát. Mnohem důležitější je tento smysl cítit.*”⁹ Vnímám přírodu jako jednu z nejrychleji působících antistresových elementů. Domovem nekonečného pohybu, bez něj by ten náš nemohl započít. Tímto směrem jsem přistupovala k bakalářské práci, čerpat energii z pohybu, recyklovat svou.

Rozmnožením kombuchy jsem se připravila na výtvar objektu ze sušených pláten. K tomu jsem nepotřebovala více než dostatek cukru, černého čaje Ceylon a varnou konvici. Po uplynutí cca tři týdnů jsem vyjmula plátno a nechala sušit. Experimentovala jsem s nádobami a rozměry, rozhodla jsem se, že chci, aby objekt napodoboval dělohu – počátek. Proto jsem ji nechala růst v bazénku pro děti.

Odstartovala jsem tvorbou audio složky. „*Mezi intenzitou (fyzikálního) stresoru a stresovou reakcí, bývá většinou kvantitativní vztah, jako např. mezi mírou hluku (hladinou akustického tlaku) a subjektivně pocítovanou hlukovou zátěží.*”¹⁰ Mým záměrem bylo navodit podprahově nepříjemný zvuk zpočátku smyčky, postupně snižující intenzitu a tempo. S pomocí zvukaře jsem vytvořila audio zrychleného tepu srdce, zpomalující se s obrazem. Ke konci smyčky jsou intervaly sníženy pod standardní rychlost průměrného bušícího srdce (méně než 60 úderů za vteřinu)¹¹. Přesun z nadměrné rychlosti má za úkol lehce manipulovat diváka k uvolnění. Úprava audia proběhla tak, aby tep zněl tlumeněji – bušení srdce v uších pod tekutinou.

První natáčení makro záběrů materiálů a tekutin se uskutečnilo v ateliéru ve Starém Plzenci u mé blízké kamarádky, která mi asistovala v natáčení a osvětlení. Důvěrnost, kterou sdílíme, byla důležitým prvkem pro hladký průběh. Měla jsem nadále prostor proces vést a naopak má vize byla podpořena.

Ačkoliv jsem s výsledkem prvního natáčení byla velice spokojena, stále chybělo odůvodnění abstraktních scén pro diváka. Nastal moment mého vstoupení do samotného díla. Rozhodla jsem se natočit některé důvěrnější výtržky z mé rutiny s kombuchou. Performativnější záběry jsem přetáčela několikrát a vnímala, jak mé propojení s kombuchou roste. Intenzita se prohlubovala obzvláště, když jsme byly osamotě.

Vnímala jsem ve scénách hierarchii intimity a rozdělení do skupin, od každodenní rutiny – dělání čaje, po pokusy o stávání se kombuchou – lití si jejího octa do vlasů. Tento proces tvorby mi přinesl nejvíce; přivětivé utvrzení ve vlastním smyslu, jakýsi meditační prostředek.

⁹ CÍLEK, Václav. Krajiny vnitřní a vnější. Praha: Dokořán, 2005. 80-7363-042-7

¹⁰ RÜEGG, Johann Caspar. *Možek, duše a tělo. Neurobiologie psychosomatiky a psychoterapie.* Praha, Portál. 2020. str. 152. 978-80-262-1581-3

¹¹ Nemocnice na Homolce. Online. © Nemocnice Na Homolce 2024 Dostupné z: <https://www.homolka.cz/nase-oddeleni/11635-kardiovaskularni-program/11635-kardiologie-kar/11697-nase-sluzby/poruchy-srdecniho-rytmu> [cit. 20.4.2024].

Střih byl jedním z nejtěžších úloh. Nacházela jsem spoustu variant, jak nahlédnout na spojitosti v natočeném materiálu. Opravdový rytmus, který by nabídl dostatečný prostor materiálům a výpovědi, zabral mnoho pokusů. Přehodnotila jsem své sdělení; abstraktní alegorické sjednocení objektivitu a subjektivitu na toto téma, pojednávající o vzájemné interakci a životních cyklech. Proces tvorby byl nejzajímavější složkou práce, měla jsem čas vstřebat význam svého výtvoru. Přinesl mi viditelný stabilní progres a v mém životě nekončí tímto projektem.

4.1| POPIS DÍLA

Konceptem mé instalace je ambientní sestava zobrazení životní cykličnosti, důležitosti pohybu prostředkem mého propojení s kombuchou. V tomto vypěstovaném domácím ekosystému jsem se naučila rozumně brát a úmyslně dávat k udržení ekvilibria. Opěrná ekonomická strategie nerůstu¹², která se vyhraňuje bezestropnému kapitalistickému růstu, je mi ideově velmi blízká. Náhle jsem měla možnost budovat praxi udržitelného každodenního kontaktu s přírodou, ve městě.

Byl to můj pokus o explorační *sociální sochy*, ačkoliv jde o výzkum spíše mezi-materiálního a lidského vztahu než striktně mezilidského. Joseph Beuys, zakladatel pojmu *sociální sochy* a německé strany *Zelených*, mne zaujal svým nadčasovým protoenvironmentálním přístupem a zkoumáním organických struktur. Ve své performativní akci *Pumpa na med*¹³ (1977) předvedl, s jakou ohleduplností bychom měli přistupovat k přírodním zdrojům. Sto dní, environmentální konference s hosty z celého světa včetně našeho normalizovaného Československa, pořádala na tato témata semináře a filmové workshopy¹⁴.

Můj koncept se nerodil sto dní, ale kořeny má hluboko ve mně. Instalace se skládá ze čtyř CRT televizí, jedné HD televize a objektu ze sušené kombuchy spolu s kádí rostoucí kombuchy. Na CRT televizích se přehrávají výpovědi mé rutiny, rituály a pokusy o sblížení s kombuchou; subjektivní složka. Na HD televizi se přehrává smyčka abstraktního výzkumu pohybu a materiálu; objektivní složka.

CRT TV SMYČKY

Každá ze čtyř smyček má předložit různé motivy okolo péče, vzájemného živení, symbiózy, pohybu v ambientním světle. Lehce experimentální a performativní povaha několika záběrů na CRT TV byla podpořena po shlédnutí videoartu Joan Jonas¹⁵¹⁶ a videa Pavliny Fichty Čierné¹⁷.

¹² KALLIS, Giorgos. Na obranu nerůstu, 2022. Nakladatelství Neklid. 978-80-908247-8-2

¹³ BEUYS, Joseph. Honigpumpe am Arbeitsplatz. Online, video. 21.10.2013. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=rkVVbmhtsmg> [cit. 2024-4-15]. Kanál uživatele CollDocumentary.

¹⁴ ŠVARC, Robo. Joseph Beuys, kontroverzný umelecký aktivista na poli environmentalistiky a lidských práv. In: Spotify (online, audio). 14.2.2021. Dostupné z: https://open.spotify.com/episode/3ht3lpBsaDNOHav4EHZUB7?si=Vd9E_bhITVuYsnPDvD5YYPQ [cit. 2024-4-18]. Kanál podcastu: KunstFilter.

¹⁵ JONAS, Joan. Volcanic Saga 1989. 3.8.2012. Online, video. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=qdSEpXrw8vY> [cit. 18.4.2024]. Kanál uživatele: Roy Banger.

¹⁶ Massachusetts Institute of Technology. Joan Jonas Mirror Piece 1969. (Online). 2015. © Arts at MIT. Dostupné z: <https://joanjonasvenice2015.com/portfolio/mirror-piece/> [cit. 20.4.2024].

¹⁷ ČIERNA, Pavlína Fichta. Moje nanostroje alebo tajné pravidlá o povahe súkromných úvah, 2017. In: Youtube (Online, video). 14.3.2018. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=zubupHRVt5Y> [cit. 20.4.2024]. Kanál uživatele: Reakcia Za Jána a Martinu.

Jednoduchost volby kamery – ruční Canon kamera z roku 2005 – zprostředkovalo čisté spojení s materiálem. Nezaobírala jsem se nastavením, kvalitou či perfektním záběrem. Věřím, že to naopak podpořilo autentičnost výpovědi. Kamera pro mě působila jako filtr či maska, před kterou jsem se nebála odhalit hloubku, protože mě svým způsobem chránila.

PRVNÍ CRT TV SMYČKA

Kuchyně, obvykle útulné byt' společenské prostředí, kde se s ostatními dělíme o radost jídla a pití. Sídlem přípravy nutných (budoucích) živin, které zprostředkovává nezbytnou součást přežití. Vidíme přípravu potravin pro kombuchu – černého Ceylonu smíchaného s cukrem, který se nechá zchladit. Následuje živení se fermentovaným čajem z kombuchy, která dodává živiny mně a podporuje zdravá střeva. Uzavřením cyklu je živení kombuchy připraveným čajem, kterou následně bude fermentovat rozkladem cukru. Tento cyklus je možný opakovat do nedohledna, kombuše naroste další vrstva seskupení kvasinek a bakterií při každé nové várce čaje.

DRUHÁ CRT TV SMYČKA

Koupelna, místo pro péči a očistu. Péče o sebe díky tvrdé práci kombuchy. Z pěstování pláten se fermentací vytvoří ocet. Lití kombuchového octa do vlasů po jejich umytí je očištným rituálem. Nejen pro pokožku hlavy, ale předně mysl. Pohyb tekutiny skrze prameny je velmi uklidňující součástí času se sebou samou. Možnost se uzemnit po dlouhém dni a vnímat přítomnost. Důvěrnost tohoto aktu je naším sblížujícím aspektem.

TŘETÍ CRT TV SMYČKA

Péče o kombuchu a pokus o splynutí s ní. Smyčka začíná mytím kombuchy. Ona vyčistí mne a já ji. Opláchnutí vodou a odstranění nečistoty z kůže. Kůže kombuchy se velmi podobá lidské. Následuje nejsilnější scéna, i z natáčení, performativní úsilí srůst s kombuchou. Okusit, jaké je to dýchat jako ona. Souznění našich paralelních životních linek, nejvyšší dosažená blízkost.

ČTVRTÁ CRT TV SMYČKA

Vzdávání se dorostlé kůže. Po týdnech strávených ve společných místnostech, dýchaje stejný vzduch, pověsím očištěnou kombuchu do koupelny, kde se započala. Odkapávání, rytmické loučení se. Silný odér octa naplňuje koupelnu a pár dní se tam ještě zdrží. Nechám jí prostor.

HD TV SMYČKA

Video je abstraktní, ale ne bez příběhu. Povrchně, rozbor fází a forem kombuchy. Smyčka, ve které kombucha předvádí svůj zrod do bodu těsně před jejím zánikem. Audio složka bušícího srdce doprovází tento klip.

Postupné zvyšování expozice prozradí osvětlené srdce kombuchy v jejím nálevu, dokud se nevybělí a opět nevytratí. Chvilí se vrtí před vylíhnutím. Předehra srdce je naoranžovělá tekutina

s žilkami, bez kterých se kombucha nezformuje. Matná oranžová hmota našeptává: *probouzí se materiál*.

Srdce kombuchy opět vykoukne rytmickým houpáním. Ustálí se a vidíme bublinky dojíždět na hladinu. Zoom plynulé změny světla ovlivňuje vzhled povrchu kombuchy.

Sledujeme, jak materiál vyjmutý z nádoby zkoumá prostředí bez octa. Perioda růstu je u konce. Odhaluje se nám samotná kůže, poslední loučení. Odevzdanost před usycháním ukončuje tuto smyčku.

OBJEKT

Skládající se ze sušené kombuchy vypěstované v dětském bazénku znázorňuje poslední stádium cyklu. Sladko-hořká vůně se váže na symbol smrti, poslední tečky. Přesto podobou připomíná dělohu či embryo, navrát k počátku bytí. Opačné strany spektra. Objekt je v kontrastu s kádí, kde v živém přenosu probíhá pohyb ve formě růstu a aktivní proces života kombuchy.

Mým záměrem bylo pokračovat v hnutích Mono-ha¹⁸, Anti-form¹⁹ a Arte Povera²⁰, která předala slovo materiálům a pracovala s organickými procesy. Kombucha má vlastní hlavu, její růst je předem daný – vyplní nádobu do které je vložen čaj, ocet a *matka*. Její materiál mi připomíná texturu sochařských objektů německé umělkyně Evy Hesse. Zejména *Expanded Expansion*²¹, kde Hesse využila sýrašské tkaniny, která, podobně jako kombucha, časem zchází. Hesse témata těla a finality života, které se prolínají s mými, mě velmi ovlivnila.

KÁDĚ S KOMBUCHOU

Podtrhává děj na CRT televizích a hraje roli ucelujícího prvku instalace v přímém přenosu. Protikladem objektu ze sušené kombuchy. Symbolika živelnosti, budoucnosti. Interaktivní složka, která může zintenzivnit divákův prožitek. Odér, vycházející po nadzvednutí krycí látky, nemusí každému sedět. Pro mne se stal vůní známou a komfortní.

¹⁸ Tate. Termín uměleckých pojmů, Mono-ha. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/m/mono-ha) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/m/mono-ha> [cit. 21.4.2024].

¹⁹ Tate. Termín uměleckých pojmů, Anti-form. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/anti-form) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/anti-form> [cit. 21.4.2024].

²⁰ Tate. Termín uměleckých pojmů, Arte Povera. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/arte-povera) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/arte-povera> [cit. 21.4.2024].

²¹ Guggenheim Museum. Eva Hesse Expanded Expansion. [Guggenheim.org](https://www.guggenheim.org/artwork/1648). (Online). © Guggenheim Museum, 2024. Dostupné z: <https://www.guggenheim.org/artwork/1648> [cit. 20.4.2024].

4.2| TECHNOLOGICKÁ SPECIFIKA

První zkoušky audio tvorby se realizovaly v aplikaci *Garageband*. Nahrávala jsem různé zvuky a ruchy, zkoušela vybuchovat tep srdce na kůži z kombuchy. Poté jsem se domluvila se zvukařem na konzultaci a upravovali jsme audio v programu *FL Studio*.

Ruchy a zvuky z natáčení jsem také nahrávala na mikrofon *ZOOM H5* a *ZOOM H6*.

První natáčení se technicky velmi lišilo od ostatních. Měly jsme k dispozici ateliér vybavený vším potřebným. Natáčely jsme na paměťovou kartu 32gb umístěnou v *Sony Alpha A7 RIII*, fotoaparát s rozlišením snímáče 42,4 Mpx a možnost snímání ve 4K. Tudiž ideální na makro záběry. S vysokou citlivostí vůči světlu zabral všechny miniaturní detaily, které bylo potřeba snímat. K doosvětlování scény byly použity *Nanlite* tyčová světla. V některých případech na stativu na světla značky *Vanguard*.

Další početná natáčení probíhala na 16 gb paměťovou kartu umístěnou v ruční kameře *Canon PAL MiniDV Digital Video Camcorder MVX45i* s rozlišením snímáče 2.0 Mpx. Záběry se snímaly v rozlišení 320 x 240 pixelů, 25 fps.

Některé záběry do CRT TV jsem natáčela na *GoPro 11*. Ty neprošly střihem z důvodu rozdílné atmosféry obrazu ve srovnání s *Canon MiniDV*.

Na počítači *Mac Mini* a *MacBook Pro 2015* byl prováděn střih záběrů v *Adobe Premiere Pro*, program kompatibilní s tímto počítačem, kam se následně přidalo doprovodné audio. Využila jsem také hard disk *Maxtor M3* s pamětí 1TB k zálohování všech záběrů, složek a střihů.

Video mířené na HD televizi bylo vyexportované pomocí *Adobe Media Encoder* ve 4K v rozlišení 4096 x 2160 pixelů, 25 fps. Video je v kodeku Mpeg4, kompatibilní s *Mac* i *Windows* programy.

Čtyři videa mířená na CRT televize měla komplikovanější proces. Byla snímána v rozlišení 320 x 240 pixelů, ale po střihu byla vyexportována do kodeku Mpeg-4 pomocí *Adobe Media Encoder* v HD rozlišení 1820 x 1080 pixelů, 25 fps.

Následně byl stažen program *Burn* na vypálení DVD, aby spolupracovala s DVD přehrávači. Při vypálení na *Verbatim DVD+R* s 4.7gb, pomocí externí jednotky *Apple USB SuperDrive*, kompatibilní s *Mac* programy, jsem zadala automatické smyčkování videa, aby se nemuselo nastavovat na CRT TV manuálně.

4.3| PŘÍNOS PRO DANÝ OBOR

Z mého pohledu, porovnávat práci jako přínosnou či nepřínosnou pro daný obor je neefektivním měřítkem. Zajímavějším měřítkem je přínos pro jedince a okolí, které práci vnímá. Jaká témata, pocity a postoje dílo vyvolalo. Živý kontakt mezi lidmi se vytrácí, ráda bych tvorbou alespoň oslovila a vytvářela prostor pro diskuzi; minuciózně ovlivnit *sociální sochu*.

Utváření změn v lokálním prostředí pro globální efekt. Čímž nenaznačuji, že by má tvorba měla zasáhnout v globálním měřítku, spíše, že rozvážně přemýšlím, jak se osobně dotknout lidí ve svém okolí. Není potřeba využití nejnovějších technologií. Naopak, cítím se přehlcená nesmírným tempem růstu technologií. Vzhledem k mému zpracování jsem neviděla jiné východisko než „regresi“.

Nakonec mi dělá radost pracovat se „zastaralými“ CRT televizemi a jednoduchostí ruční kamery. Měla jsem díky tomu volnost se věnovat přítomnosti; nezaobírat se příliš výsledkem, ale spíše procesem a sdělením. Například, osobně vnímám, že CRT TV mají mnohem vyšší potenciál k vyložení intimního sdělení než HD TV.

Myslím, že má instalace propojuje, jak citově, tak vizuálně, světy subjektivní a objektivní. Předat citově zabarvené téma i s dostatečným odstupem je důležité pro strávení díla ostatními. Práce s organickými materiály a systémy tuto práci usnadňuje; přírodní element nás instinktivně sjednocuje s procesem tvorby, navádí dál (viditelné u např. Jonáš Gruska se svou studií života hub²²).

To nabízí velký potenciál rozvádět hlubší sociální a planetární problematiku úchvatným způsobem, který je nám blízký a nepůsobí na diváky zastrašujícím způsobem, jako hrozivé titulky ze zpráv. Ačkoliv mé dílo není naučným, vidím i v sobě nutkání využít kreativních složek ke zpracování vážnějších témat pro větší zásah. Navíc, příroda má spleť obraz a jazyk těžko napodobitelný a, z principu, nedosažitelný AI nebo 3D animací.

Nejednám s ničím převratným ani třpytivě naleštěným, ale kladu důraz, že recyklovat, i v umění (třeba CRT TV či ruční kameru), je vážně užitečné a zábavné! Myslím, že nepřehlcovat přírodní zdroje za každou cenu projekty, které mohou dosáhnout stejného efektu pomocí méně vyvinutých technických procesů, je validní poznatek. Lze ho, z údivu širokých možností masivně rostoucí technologie, lehce opomenout. Mým osobním přínosem je, nebát se nebýt 3D géniem. Zpomalme a užívejme si tady a teď.

²² GRUSKA, Jonáš. Bod zlomu: Huba. In: Artalk (Online). 28.10.2020. Dostupné z: <https://artalk.info/news/bod-zlomu-huba> cit [25.4.2024].

5.1| KNIŽNÍ A PERIODICKÁ LITERATURA

1. CÍLEK, Václav. Krajiny vnitřní a vnější. Praha: Dokořán, 2005. 80-7363-042-7
2. FELDENKRAIS, Moshé a SOUČEK, René. Feldenkraisova metoda: pohybem k sebeuvědomění. Praha: Portál, 2023. str. 91. ISBN 978-80-262-2086-2.
3. HESSE, Hermann. Siddhartha. Praha: Argo, 2003. Str. 3. 80-7203-531-2.
4. KALLIS, Giorgos. Na obranu nerůstu, 2022. Nakladatelství Neklid. 978-80-908247-8-2
5. PONĚŠICKÝ, Jan. Duše a tělo v psychosomatické medicíně. Praha: Triton, 2021. 978-80-7553-895-6.
6. RÜEGG, Johann Caspar. Mozek, duše a tělo. Praha: Portál, 2020. 978-80-262-1581-3.

5.2| INTERNETOVÉ ZDROJE

1. ANDERSON, Ellie. Continental Philosophy Lectures, Merleau Ponty, The Phenomenology of Perception. Online, video. 10.6.2022. Dostupné z: https://www.youtube.com/watch?v=JFj8kWm_N-Y [cit. 2024-04-15]. Kanál uživatele Overthink Podcast.
2. BEUYS, Joseph. Honigpumpe am Arbeitsplatz. Online, video. 21.10.2013. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=rkVWbmhtsmg> [cit. 2024-4-15]. Kanál uživatele CollDocumentary.
3. Czech Film Center. Filmcenter.cz. Online. © 2024. Dostupné z: <https://www.filmcenter.cz/cs/filmy-tvurci/4369-living-large> [cit. 15.4.2024].
4. Česko-slovenská filmová databáze. csfd.cz. Online. © 2001-2024 POMO Media Group s.r.o. Dostupné z: <https://www.csfd.cz/film/1332522-to-se-vysvetli-soudruzi/prehled/> [cit. 15.4.2024].
5. ČIERNA, Pavlína Fichta. Moje nanostroje alebo tajné pravidlá o povahe súkromných úvah, 2017. In: Youtube (Online, video). 14.3.2018. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=zubupHRVt5Y> [cit. 20.4.2024]. Kanál uživatele: Reakcia Za Jána a Martinu.
6. Guggenheim Museum. Eva Hesse Expanded Expansion. Guggenheim.org. (Online). © Guggenheim Museum, 2024. Dostupné z: <https://www.guggenheim.org/artwork/1648> [cit. 20.4.2024].
7. GRUSKA, Jonáš. Bod zlomu: Huba. In: Artalk (Online). 28.10.2020. Dostupné z: <https://artalk.info/news/bod-zlomu-huba> cit [25.4.2024].
8. HLAVÁČKOVÁ, Petra. Kde je Ana Mendieta? In: Artalk (Online). 29.12.2014. Dostupné z: <https://artalk.info/news/kde-je-ana-mendieta> [cit. 20.4.2024].
9. JONAS, Joan. Art in Action. Online, video. 10.6.2022. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=fLkKh7gWAKA> [cit. 2024-04-15]. Kanál uživatele: Art Basel.
10. JONAS, Joan. Volcanic Saga 1989. 3.8.2012. Online, video. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=qdSEpXrw8vY> [cit. 18.4.2024]. Kanál uživatele: Roy Banger.
11. Massachusetts Institute of Technology. Joan Jonas Mirror Piece 1969. (Online). 2015. © Arts at MIT. Dostupné z: <https://joanjonasvenice2015.com/portfolio/mirror-peice/> [cit. 20.4.2024].

12. Nemocnice na Homolce. Online. © Nemocnice Na Homolce 2024 Dostupné z: <https://www.homolka.cz/nase-oddeleni/11635-kardiovaskularni-program/11635-kardiologie-kar/11697-nase-sluzby/poruchy-srdecniho-rytmu> [cit. 20.4.2024].
13. ŠVARC, Robo. Joseph Beuys, kontroverzný umelecký aktivista na poli environmentalistiky a lidských práv. In: Spotify (online, audio). 14.2.2021. Dostupné z: https://open.spotify.com/episode/3ht3lpBsaDNOHav4EHZUB7?si=Vd9E_bhITVuYsnPDvD5YYPQ [cit. 2024-4-18]. Kanál podcastu: KunstFilter.
14. Tate. Termín uměleckých pojmů, Anti-form. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/anti-form) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/anti-form> [cit. 21.4.2024].
15. Tate. Termín uměleckých pojmů, Arte Povera. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/arte-povera) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/a/arte-povera> [cit. 21.4.2024].
16. Tate. Termín uměleckých pojmů, Mono-ha. [tate.com](https://www.tate.org.uk/art/art-terms/m/mono-ha) (Online). © Tate 2024. Dostupné z: <https://www.tate.org.uk/art/art-terms/m/mono-ha> [cit. 21.4.2024].

6| RESUMÉ

“*Move That (M)ass! A symbiotic culture of bacteria, yeast and a woman*” is the most complex, time consuming piece I have created to date. More so, complex in terms of the feelings and expectations involved. I designated a large section of my time and energy to preparing, developing and curating all aspects of this project. My initial vision was creating a video loop using the 3D modeling program Blender. I had devoted much of my time to studying this craft, but felt very little connection to it. Nevertheless, I stuck to my primary plans, not knowing how else to approach the work.

I began to grow kombucha tea, firstly to drink, but soon I became attracted to its installation potential. Through themes of intimacy, care, symbiosis and studying of liquids and the multifaceted symbiotic culture made up of yeast and bacteria, I was offered a refuge. Solace in the parallel life cycles of the kombucha and I. We shared a home for many months, a virtual and verbatim place to grow. The themes were too raw and subjective to create in a homogenous 3D visual, at least through my limited capabilities.

However, I aimed to preserve elements of both subjectivity and objectivity, following the philosophy of phenomenology, through M. Merleau-Ponty's lens; our bodies are in the constant state of becoming and movement is crucial to understanding how we live in the world. Our consciousness and intentionality are a result of motility while our bodies are precisely in between the subject and object, moving towards a predesigned orientation of space.

Using this as a guiding artistic angle, I decided to embrace the motions of the fermenting material. Let it be a leading factor, similarly to the movements of the 60's, *Anti-form* and *Mono-ha*. This proved to be a useful strategy, as the project followed its destined path. My minimal intervention was mainly focused on deciphering its language. This process in itself had a mediational effect on me and I grew immersed in the flow.

I began by creating an audio track of a heartbeat, sped up to an uncomfortably high rate. This was progressively slowed down and edited to accentuate a distant underwater effect of the audio, taking into account the visuals I was pairing it with.

Studying kombucha gave further insights into the continuation of my project. I realised how interlaced our living was. We fed each other, cleaned the other and took care of one another. This inter-dependable ecosystem was a notion of small scale degrowth, a political concept I feel sympathy towards. I decided to film the soft motion of the material and its liquid. This was, in fact, my form of meditation. After filming, the macro scenes spoke to me, but may have been too abstract for the viewer.

For this reason, I decided to document my own performative development and the routine and rituals I conducted with the kombucha. This experimental debut was exciting, as I have always admired performative works, especially pieces by Ana Mendieta, Joseph Beuys, Joan Jonas and Pavlína Fichta Čierna. I filmed these scenes on a Canon MiniDV handheld camcorder, alone, strengthening the intimacy and connection between the material and myself.

I found it deeply rewarding. It offers context for the detailed shots of the material, through a window of our mutually sustaining relationship.

After post production in Adobe Premiere Pro, I decided to pair four loops on CRT TV's with the loop of macro details on a HD TV. To give grace to the material that led me through the process, I chose to preview a growing kombucha in the space, symbolising future, and hang a sculpted object of a dried kombucha skin, symbolising the end. These contrasting states allow the installation a full circle moment and an interactive essence.

As for the theme, *Motion As a Form Of Meditation*, it is my personal experience. Initially, I opted for this message due to a declining mental state. Motion was the only form of relief and peace. Throughout this project, the resulting motion has been healing and has assisted my recovery. Giving me strength through the routine of taking care of the kombucha and myself. For this, I am grateful.

7| SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1

Fotografie práce: zimní klauzura z 2. ročníku

Příloha č. 2

Fotografie práce: letní klauzura z 2. ročníku

Příloha č. 3.

Fotografie projektu: růst kombuchy v dětském bazénku

Příloha č. 4.

Fotografie projektu: růst kombuchy v dětském bazénku

Příloha č. 5.

Fotografie projektu: snímek růstu

Příloha č. 6.

Fotografie projektu: snímek sušeného objektu

Příloha č. 7.

Fotografie projektu: smyčka makro záběrů na HD TV

Příloha č. 8.

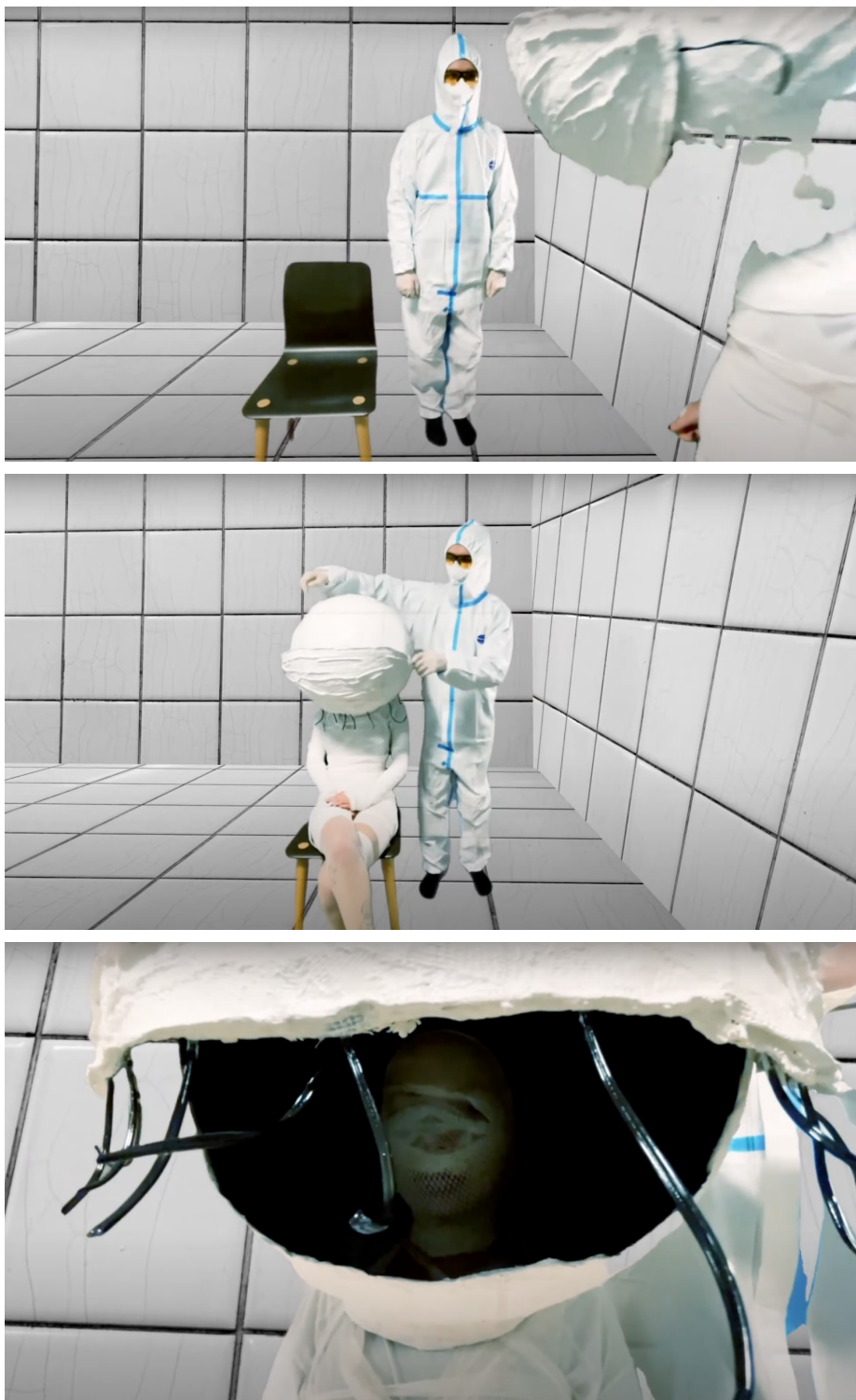
Fotografie projektu: snímky ze smyčky na CRT TV

Příloha č. 9.

Fotografie projektu: zkušební instalace

Příloha 1.

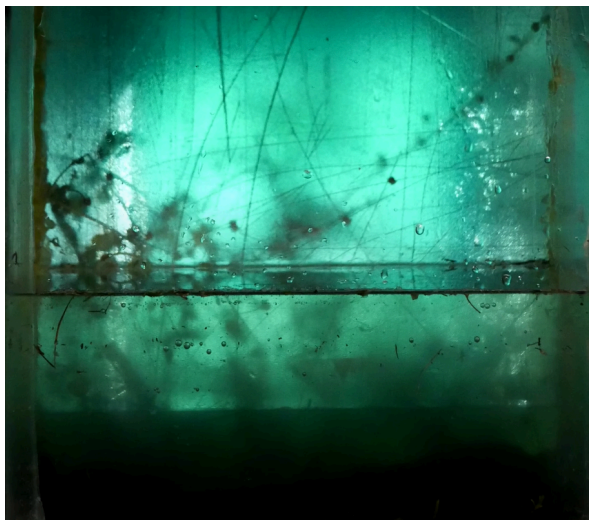
Fotografie práce: zimní klauzura z 2. ročníku.



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 2

Fotografie práce: letní klauzura z 2. ročníku.



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 3.

Fotografie projektu: růst kombuchy v dětském bazénku



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 4.

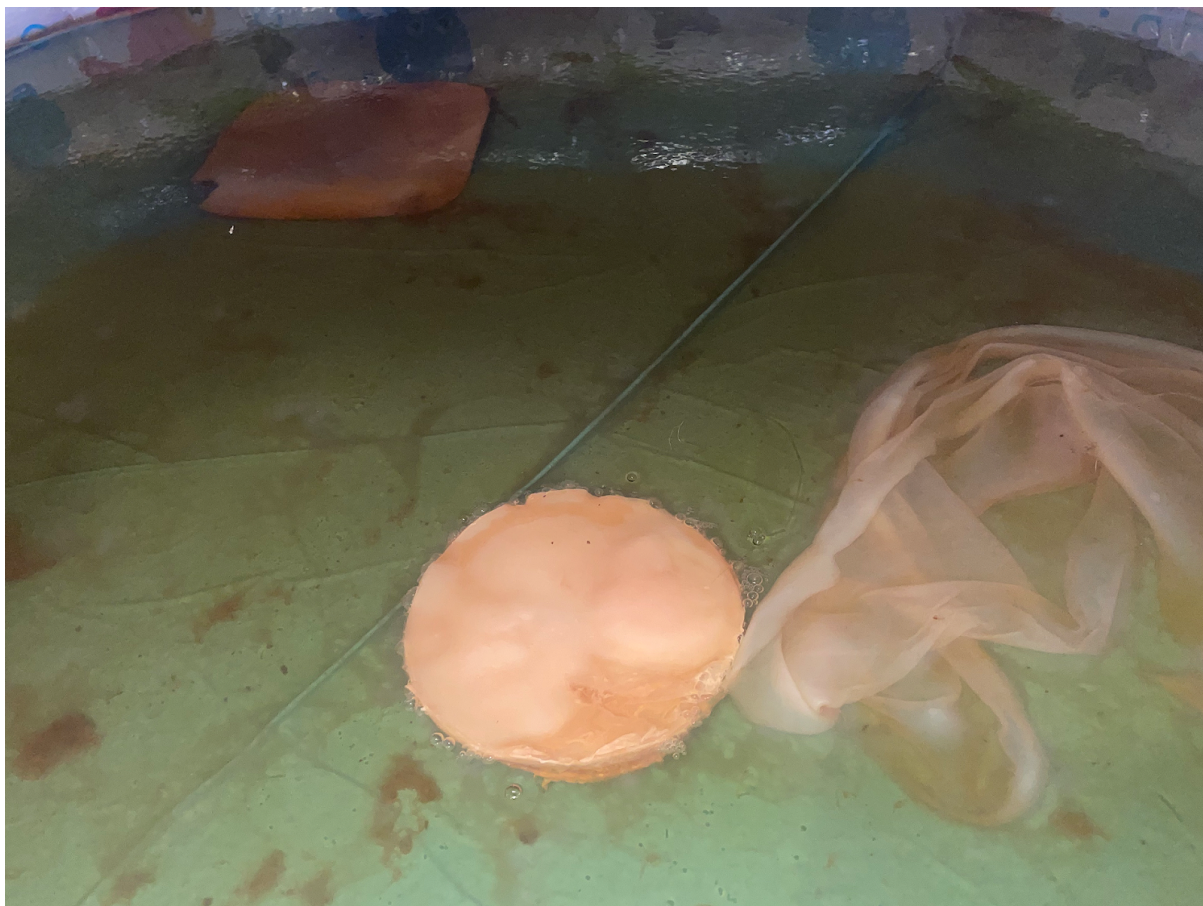
Fotografie projektu: růst kombuchy v dětském bazénku



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 5.

Fotografie projektu: snímek růstu



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 6.

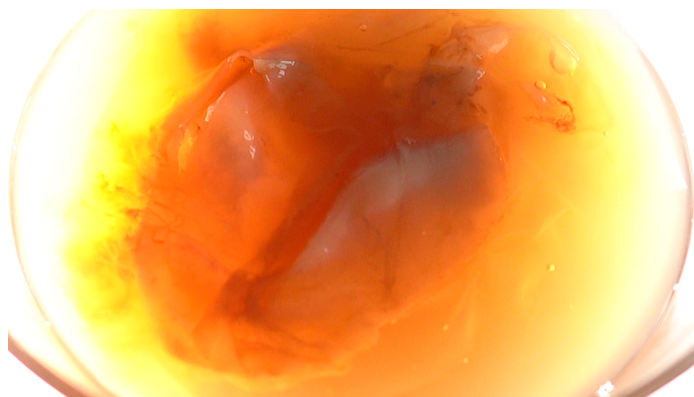
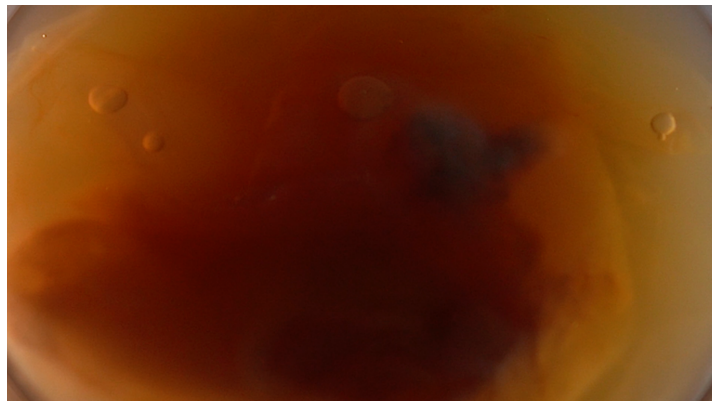
Fotografie projektu: snímek sušeného objektu



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 7.

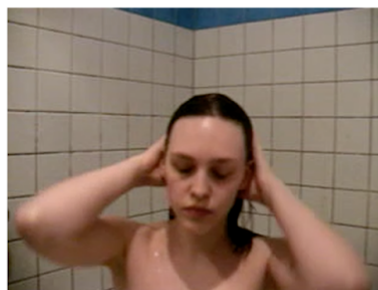
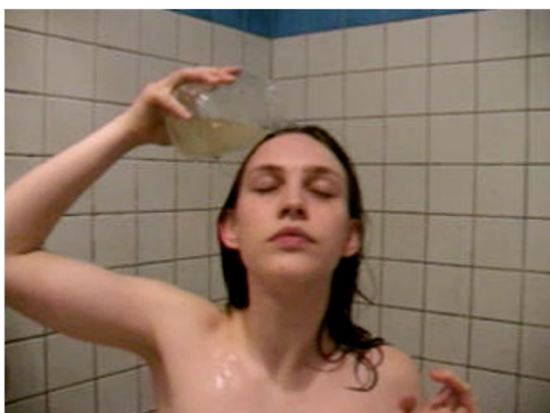
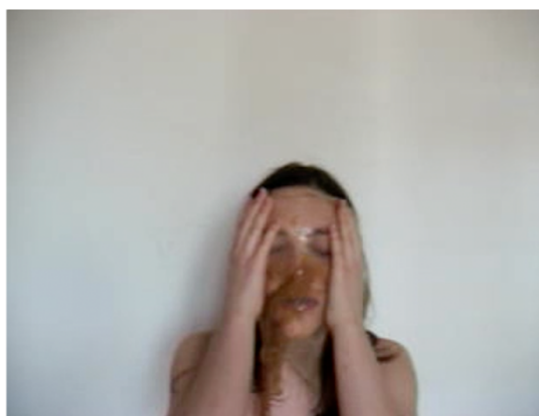
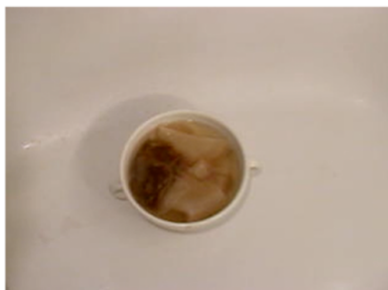
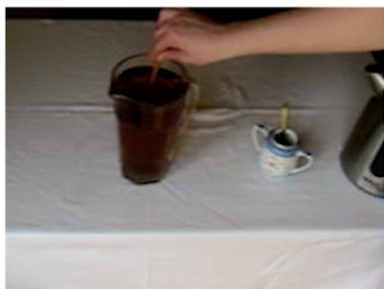
Fotografie projektu: smyčka makro záběrů na HD TV



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 8.

Fotografie projektu: snímky ze smyčky na CRT TV



Zdroj: vlastní foto

Příloha č. 9.

Fotografie projektu: zkušební instalace.



Zdroj: vlastní foto