

Roman Rogner

# VĚDOMÁ FOTOGRAFIE



Základní principy pro vědomou, soustředěnou a všímavou tvorbu vašich fotografií.

Tato e-kniha jsou poznámky o tom,  
jak fotografovat a zachovat si **soustředění,**  
**naslouchání vnitřnímu hlasu,**  
**jak nacházet smysl v detailu**  
**a dívat se na věci jinak.**

## Obsah:

1. Úvod
2. Co je vědomá fotografie
3. Soustředění
4. Naslouchání vnitřnímu hlasu
5. Smysl v detailu
6. Porušování pravidel
7. Zjednodušení
8. Pravidelnost
9. Inspirace hudbou
10. Dívat se na věci jako poprvé
11. Všímavost
12. Unikátnost každého okamžiku
13. Závěr



## Úvod

Na své cestě fotografováním jsem si prošel různými fázemi. Od té úplně nejranější, kdy jsem fotil na film (jinak to ani nešlo), dokumentoval jsem rodinné události a občas vyšel do přírody nebo do města, abych zkusil něco jiného, po náhodné dokumentační pokusy z našich cest, až po fázi uvědomování a soustředění, která přišla v posledních letech.

Vše se stalo během období, kdy nebylo kam jet, cestování bylo označované za nebezpečné a většina lidí byla přinucena zůstat v blízkosti svého bydliště. Ten moment byl pro mě velký dar. Začal jsem se učit hledat nejen podstatu v sobě, ale i ve všedních věcech ve svém okolí. Už nebylo rozptylování stovkami míst, ale soustředění na maličkosti, detaily a změny, které se odehrávají každý den v těch samých lokalitách.

Otevřel se mi jiný svět.

Vše se ještě znásobilo tím, že mi osud přihrál do pozornosti dokument o Josefu Sudkovi, kterého jsem znal už od mladých let a díky kterému jsem začal objevovat svět pražské Malé Strany a Prahy vůbec. V tu chvíli mi to docvaklo. Krása nemusí být jen v množství vnímaných podnětů, ale také v nalézání důležitosti v málu, v pozorování těch samých míst a v soustředění na detaily.

Chtěl bych Vám v této malé knížce osvětlit pár principů, které jsem pro sebe objevil a které bych chtěl dále rozvíjet nejen já sám, ale i s ostatními na společných fotografických vycházkách.



## Co je vědomá fotografie

Přemýšlel jsem nad tím, jak definovat pojem "vědomá fotografie", jak ho popsat, jak pro náš racionální svět dát tvar tomu, co vychází z pocitu, ale došel jsem k tomu, že vše, co napíšu, se výslednému tvaru může jen přiblížit.

**Pro mě není nic jako mustr nebo vzor pro to, jak by vědomá fotografie měla vypadat. Nemá smysl škatulkovat a určovat, co je a co není.**

Nakonec toto chci nastínit v celé této e-knize, ale i ta je jenom jeden z pohledů na vědomou fotografii.

**Podle definice je vědomí "ústředí integrované psychické činnosti člověka a v různé míře i dalších živočichů, zahrnující všechno, čemu právě věnují svoji pozornost".**

Může to tedy například znamenat to, že při tvorbě by fotograf měl být v přítomném okamžiku, soustředit se na věci kolem sebe, vnímat jejich jiný rozměr, chápat vše kolem sebe jako jedinečné, v souvislosti s ostatními faktory jako originální, dávat fotce jiný rozměr ve vztahu k jinému umění (poezie, hudba, malířství) nebo filozofii, nebo také rozumět realitě jako něčemu, na co bychom se měli dívat stále novými očima.

Zvědomovat si fotografii může mít velkou řadu kombinací, podob, souvislostí a může přinést do vývoje tvorby nové impulsy.

Mnoha souvislostem se budu věnovat v dalších člancích, videích nebo i rozhovorech, jednu věc ale chci zdůraznit. Vědomá fotografie by měla zůstat svobodná, protože by jako skutečné umění měla vycházet ze svobodné vůle každého autora.

**Vědomá fotografie by měla pomoci přemýšlet, dávat věci do souvislostí, otevírat nové pohledy, přinášet prostor imaginaci, fantazii a dalšímu tvůrčímu procesu.**

Protože o těchto věcech stále přemýšlím, budu rád za Vaše názory a pohledy na vědomou fotografii, za Vaše tvůrčí procesy a samozřejmě za Vaše fotografie.

## Soustředění

Naše roztěkanost nám přináší spoustu trablů. Chceme toho postihnout co nejvíce, udělat co největší množství fotek, být na hodně místech, ukázat, že jsme byli všude. Je to pochopitelné, ale je to všechno, co hledáme? Co si máme odnést z našeho poznávání? I vědomé fotografování souvisí s pojetím cestování, které můžeme pojmout buď jako soustředěné nebo jako závod o nejvíce pořízených snímků.

💡 Zkuste se soustředit na menší okruhy kolem sebe nebo se vydejte do lokality, kterou budete prozkoumávat delší dobu. Při plánování cesty nebo fotografování vyberte kratší trasu, zastavujte se, jen tak pozorujte okolí a zkuste se naladit na klid a náladu konkrétního místa.



## Naslouchání vnitřnímu hlasu

Často, když vycházím ven fotit, netuším, co bude tématem mého focení. Je špatné počasí, málo světla, říkám si, že z toho nic nebude. Skoro vždy mi ale něco napoví, co mám dnes dělat. Zaujme mě nějaký motiv, detail, něco, co mi ukáže další pokračování cesty. Například uvidím krásný list a už je mi jasné, že dnes budu fotit barevné listy. Začínám si všímat konkrétních věcí, a ty mě vedou dál a po částech se skládají v celek.

💡 Nechte se vést tím, co ve Vás žije. Otevřete mysl a dívejte se nezaujatě na svou cestu a okolí. Vnitřní hlas se ozve a přinese Vám často i téma, kterým se máte zabývat a tím, co máte fotit. Nezůstávejte doma nebo nevzdávejte procházku jen kvůli počasí nebo kvůli špatnému vnitřnímu rozpoložení, příroda a cesta Vám vždy pomůže a ukáže směr.



## Smysl v detailu

Koupil jsem si před časem širokoúhlý objektiv, abych mohl fotit krajiny. Mám je rád v jakékoliv podobě. Chodím hodně pěšky po horách, po lesích, kde nacházím krásné motivy ve všech ročních obdobích. Při všech těch cestách mi ale unikaly detaily. Všímám si jich teď čím dál tím víc. Nemusí to být jen příroda, stromy, listí, větve, tráva, ale cokoli jiného. Můžete fotit i detaily ve městě, v uličkách, na zdech, jednoduše všude.

💡 Odpoutejte se od působivých celků, velkých záběrů a soustředte se na maličkosti, detaily, tvary stromů, rostlin, na hru světla nebo stínů. Soustředte svoji pozornost na obyčejné věci kolem sebe, které byste normálně nechali bez povšimnutí. Sejděte z cesty a podívejte se za roh, na místa, kolem kterých chodíte už roky.



## Porušování pravidel

Hodně fotografů se bojí udělat chybu nebo něco jinak. Je spousta věcí, které se nepromíjejí – špatná kompozice, nepříjemný ořez, nerespektování pravidel, které jsou základem většiny foto příruček. Ale umění má být živé, nepředvídatelné, objevující a nespoutané. Jsem pro respektování základů, ale nebojme se je porušit. Zapomeňme na vnitřního kritika, ale i na toho vnějšího. Fotka je tu především pro nás a má přinést užitek pro naši duši.

💡 Mějte rádi pravidla. Přinášejí do života řád, ale zároveň připomínají, že jsou jen zvyky a že i ty mohou být porušovány. Zkuste přemýšlet o tom, proč by Vaše fotky měly vybočit z normy a proč mohou být v nějakých aspektech jiné, než se všeobecně očekává. Vy jste tvůrci a Vaše fotky jsou zobrazením Vašeho vnímání světa.





## Zjednodušení

Miluji minimalismus. Přináší úlevu, odpočinek, zbavuje nás nepotřebných věcí a dává volnost. Oproštuje nás od nánosů zbytečností a zdůrazňuje třeba jen linie, kostru věcí a vytváří i prostor pro imaginaci a fantazii.

Minimalistická fotografie může často poskytovat více, prázdný prostor dává vyniknout něčemu dalšímu... Černobílá fotografie v nás vyvolává imaginaci a ukazuje další rozměr umění.

💡 Dejte svým příběhům uvolnění, klid, schematismus, který často může vypovědět o realitě mnohem více než složitá kompozice tisíce barev. Hledejte rovnováhu mezi prázdnem a věcmi, stromy, liniemi, což může být velmi působivé. Experimentujte s tím, co se na první pohled zdá obyčejné a dejte tomu novou podobu.



## Pravidelnost

Svět se mění každou vteřinou. Realita šedne, dobarvuje se, chřadne, vzkvétá... Věci rostou a boří se. Ráno napadne sníh a odpoledne je už sucho a slunce. Nenechme si vzít každý okamžik této nádherné proměny. Byli jste na nějakém místě a myslíte si, že už jej znáte? Jsem přesvědčený, že minutu po vašem odchodu došlo ke změně a za hodinu bude tatáž scenérie vypadat jinak a třeba i mnohem krásněji.

💡 Chodte pravidelně na stejná místa a všímejte si detailů, jak je proměňuje čas, světlo a lidská činnost. Při fotografování nemáte nikdy hotovo. Nikdy se Vám nepodaří pojmout realitu dokonale, ale opakováním se můžete snažit pochopit její krásu a proměnu. Udělejte si ve svém okolí experiment - najděte pár míst, která budete fotit během roku a sledovat jejich proměnu.



## Inspirace hudbou

Před roky jsem na svých procházkách začal hodně poslouchat hudbu. Všiml jsem si toho, že to, co mám ve sluchátkách, výrazně ovlivňuje moje vnímání okolí a mění na první pohled fádní procházku v romantické objevování. A nejen to. Hudba zbystřuje smysly a proměňuje naše vidění. Například ambientní hudba nebo romantická klasická hudba vás nasměruje na lepší vnímání světla, detailů, probudí ve vás smysl pro nacházení dobré kompozice. Živější hudba zase dodává dynamiku a rytmus.

💡 Nechte na sebe působit při focení hudbu nebo mluvené slovo. Dejte na svoji intuici během každého okamžiku a umožněte, aby vás ovlivňovaly při tvorbě. Když cítíte, že chcete naopak vnímat zvuky přírody, sundejte sluchátka a buďte v přírodě jen v klidu a v přirozenosti. Nic není dobře nebo špatně. Je to jen na vás.



## Dívat se na věci jako poprvé

V mnohém, co tady píšu, mě inspirovala japonská filozofie. Budu se tomu věnovat mnohem více v jiných materiálech nebo vycházkách, ale tomuto principu se říká shoshin, což je koncept Zen buddhismu a znamená mysl začátečníka. Říká, abychom se vždy na věci dívali jako bychom je viděli poprvé. Abychom k nim přistupovali jako laici, bez předsudků a programů. Mysl nám často říká, že už všechno známe, byli jsme všude, jsme přece odborníci. Chceme-li ale tvořit a vyvíjet se, měli bychom vždy začít znovu a znovu.

💡 Neupadněte do pasti zvyku nebo pocitu, že Vás nic nepřekvapí. Otevřete oči, nastražte uši a zbavte se předsudků. Tvorba je neustálé hledání a nikdy nekončí. Být neustále dítětem, které se dívá kolem sebe objevným způsobem, je základní princip umělecké tvorby a života. Každý den je něčím nový a přináší nové věci.



## Všímavost

Často, když jdeme za nějakým cílem, díváme se jen dopředu. Spousta zajímavých věcí je přitom za námi a vedle nás, jsou skryté, z druhé strany vypadají jinak, nevidíme stín stromů, nevnímáme světlo z druhé strany... Kolik dobrých fotek mi uniklo jenom proto, že jsem chodil rychle a nepozoroval krajinu a místa kolem sebe.

💡 Budme všímaví ke svému okolí a opusťme zaběhnuté cesty a vybočme kousek vedle, abychom uviděli to, kolem čeho denně chodíme, ale nevšímáme si toho. Otáčejme se, dívejme se do strany, dozadu, nahoru... To důležité může být skryté, to podstatné nemusí být naším očím viditelné.



## Unikátnost každého okamžiku

Existuje japonský koncept Ichi-go ichi-e, který říká, že každý okamžik v životě je vždy unikátní, neopakovatelný. I když se zdá, že věci jsou ve své podobě stejné, není tomu tak. Každé roční období, každý rok, mraky na obloze, květy rostlin, cokoliv, na co pomyslíte, je vždy unikátní. Vaše rozpoložení, Vaše otevřenost dává Vašemu okolí jinou podobu.

💡 Když vycházíme fotit do jakéhokoliv prostředí, mějme na paměti, že nic z toho, co teď vidíme, se nebude opakovat. Zkusme povzbudit svoji mysl, aby nepodlehla pohodlnosti a neřekla, že už vše viděla. Často se stává, že i ze stokrát uviděného toho stejného motivu může přijít dobrá fotka až úplně naposledy. Vnímejme každou změnu, která je pro náš svět tak přirozená.



## Závěr

Toto je několik základních principů pro vědomé fotografování, které jsem v posledních letech pro sebe objevil. Většina z nich přímo vyplynula z mnoha kilometrů prochozených především v přírodě v posledních několika letech.

Některé myšlenky jsou inspirovány japonským učením, především wabi-sabi, šošin, ichi-go ichi-e a dalšími. S těmi bych vás rád detailně seznámil v dalších článcích nebo přímo na fotografických vycházkách.

Principy, které jsem se Vám snažil objasnit, se mohou překrývat a doplňovat. Popsal jsem je tak, jak je vnímám a v budoucnu budu tuto e-knihu dále doplňovat.

Pokud máte zájem, odebírejte **novinky** na webu <https://rogner.cz>.

Budu Vás zde pravidelně informovat o nových akcích, zajímavých článcích a dalším dění kolem tématu vědomého fotografování.

Děkuji, Roman Rogner ([roman@rogner.cz](mailto:roman@rogner.cz))

