

Na hraně rovnováhy

Václav Malinský
Praktická bakalářská práce

Abstrakt

Na hraně rovnováhy je introspektivní fotografický soubor zabývající se tématem vnitřního napětí a hledání rovnováhy mezi výkonem a klidem. Prostřednictvím autoportrétu, fragmentu těla, krajiny a zátiší reflektuje stavy napětí, únavy a potřeby zpomalení. Práce zároveň poukazuje na širší společenský kontext tlaku na výkon a význam vnímání vlastních hranic.

Klíčová slova

introspektivní fotografie
autoportrét
tělo
fragmenty krajiny
vnitřní napětí
rovnováha
zpomalení
hranice
tlak na výkon

On the Edge of Balance

Václav Malinský
Bachelor's Thesis (Practical Part)

Abstract

On the Edge of Balance is an introspective photographic series exploring themes of inner tension and the search for balance between performance and calm. Through the use of self-portraiture, body fragments, landscape, and still life, it reflects states of tension, fatigue, and the need to slow down. The work also points to a broader social context shaped by pressure for performance and highlights the importance of recognising one's own limits.

Keywords

introspective photography
self-portrait
body
fragments of landscape
inner tension
balance
slowdown
limits
performance pressure

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Akademický rok: 2025/2026

Zadávací ústav: Institut tvůrčí fotografie

Student: Václav Malinský

UČO: 68327

Program: Tvůrčí fotografie

Téma práce: Na hraně rovnováhy

Téma práce anglicky: On the Edge of Balance

Zadání: Na hraně rovnováhy je introspektivní fotografický soubor zabývající se tématem vnitřního napětí a hledání rovnováhy mezi výkonem a klidem. Prostřednictvím autoportrétu, fragmentu těla, krajiny a zátiší reflektuje stavy napětí, únavy a potřeby zpomalení. Práce zároveň poukazuje na širší společensky kontext tlaku na výkon a význam vnímání vlastních hranic.

Literatura:

Vedoucí práce: prof. Mgr. Václav Podestát

Datum zadání práce: 6. 5. 2026

Souhlasím se zadáním (podpis, datum):

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

Na hraně rovnováhy je dlouhodobá introspektivní fotografická práce, která vzniká z potřeby zastavit se a znovu hledat míru mezi napětím a klidem. Vychází ze zkušenosti dlouhodobého vnitřního tlaku a postupného vychýlení z rovnováhy, které přichází nenápadně a často zůstává bez povšimnutí.

Soubor kombinuje autoportrét, fragment těla, krajinu i zátiší. Obrazy nejsou ilustrací konkrétní situace, ale vizuální stopou stavů, které se obtížně pojmenovávají – napětí, roztržitosti, únavy, ticha i pokusů o zpomalení. Nesou v sobě stopy rozhodnutí, váhání, pádů i drobných návratů zpět. Fotografie zde slouží jako prostředek pozornosti a zastavení, jako prostor, ve kterém lze sledovat proces hledání rovnováhy.

Práce není uzavřená; vyvíjí se spolu s mým postupným učením se zpomalit, naslouchat signálům vlastního těla a přehodnocovat vztah k výkonu a neustálému tlaku na sebe sama. Nezachycuje jednorázový zlom, ale stav, ve kterém se může ocitnout kdokoli, kdo dlouhodobě přehlíží vlastní hranice.

Na hraně rovnováhy je zároveň obecnější výpověď o době, která často upřednostňuje výkon před odpočinkem a produktivitu před vnímáním vlastních potřeb. Připomíná, že vychýlení z rovnováhy není selháním, ale signálem. Že zpomalení není slabost. A že žádný výkon nestojí za to, abychom ztratili sami sebe.

On the Edge of Balance is a long-term introspective photographic work that arises from the need to pause and to search again for a balance between tension and calm. It is rooted in the experience of prolonged inner pressure and a gradual loss of equilibrium, which comes subtly and often goes unnoticed.

The series combines self-portrait, fragments of the body, landscape, and still life. The images are not illustrations of specific situations, but rather visual traces of states that are difficult to name — tension, fragmentation, fatigue, silence, and attempts to slow down. They carry within them traces of decisions, hesitation, falls, and small returns. Here, photography serves as a means of attention and pause, as a space in which the process of seeking balance can be observed.

The work is not complete; it continues to evolve alongside my gradual learning to slow down, to listen to the signals of my own body, and to reconsider my relationship to performance and constant self-imposed pressure. It does not capture a single turning point, but rather a state in which anyone may find themselves when they long ignore their own limits.

On the Edge of Balance is also a broader reflection on a time that often prioritises performance over rest and productivity over the awareness of one's own needs. It reminds us that losing balance is not a failure, but a signal. That slowing down is not a weakness. And that no level of performance is worth losing ourselves.

Na hraně rovnováhy

On the Edge of Balance

Václav Malinský





















