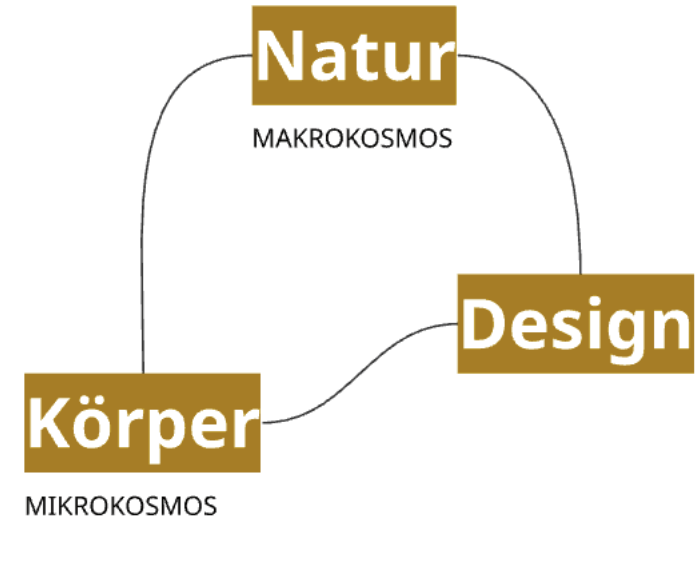


idee

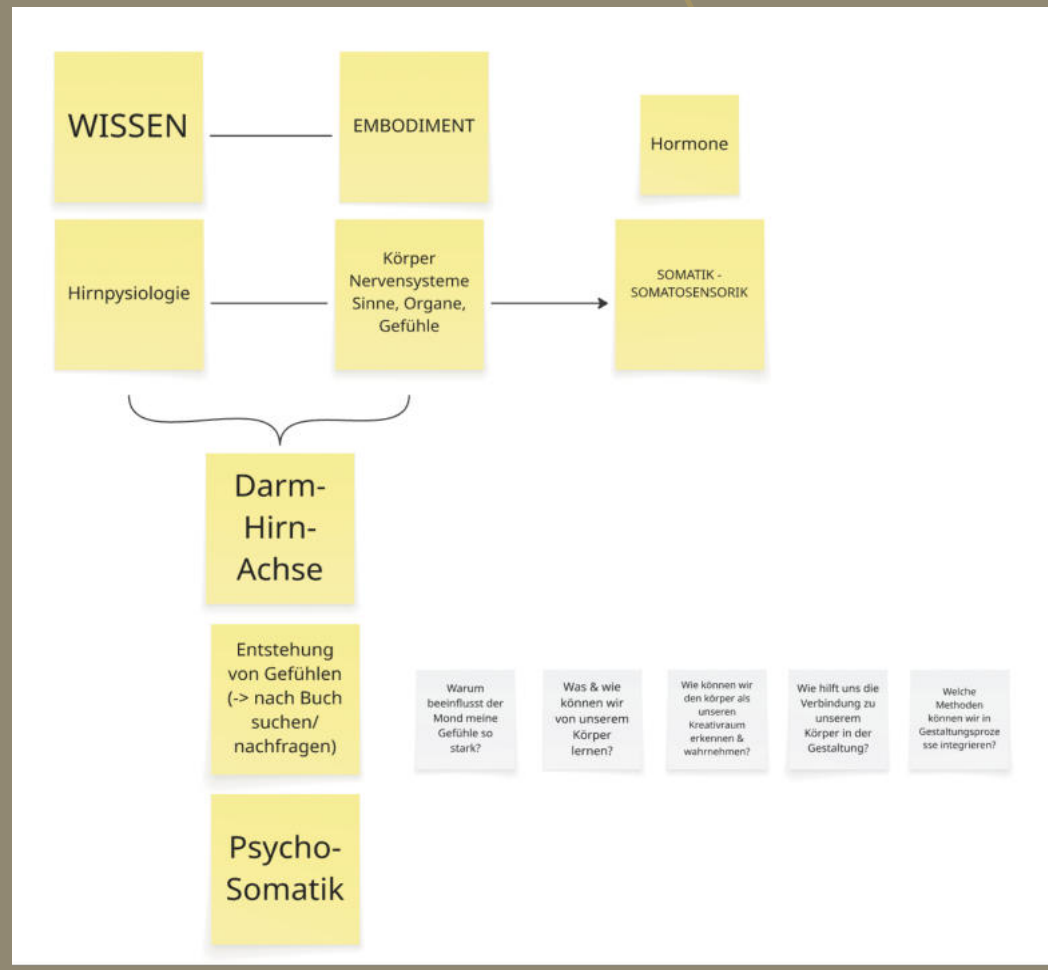
Wir Gestalter:innen verstehen uns als Mitgestalter:innen unserer Welt. Wir beobachten Systeme und Prozesse, für die wir mithilfe der Gestaltung neue Lösungsansätze entwickeln. Die Systeme, von denen wir sprechen sind im Grunde stets verbunden in einem großen Netzwerk – unserer Welt. In unseren kreativen Arbeitsprozessen und den Räumen, in denen wir uns bewegen, fühlen wir uns jedoch immer häufiger getrennt. Getrennt von unseren Mitmenschen, von unserer Umwelt, getrennt von uns Selbst. Das, obwohl die Quelle unserer Kreativität doch in unserem Innersten entspringt. Wie also finden wir zu diesem Gefühl einer tiefen Verbundenheit? Wir erkennen unseren eigenen Körper als unseren Kreativraum. Unser Körper trägt uns in sich und damit tragen wir alles, was wir wissen müssen, was wir lernen dürfen in jedem Moment bereits in uns. Kreatives Arbeiten findet nicht nur im Kopf statt, sondern im ganzen Körper. Unseren inneren Rhythmen, Emotionen und körperlichen Prozesse bewusst in unsere Arbeit einzubeziehen, sollte von nun an natürlich werden.

Der Körper als Kreativraum



recherche

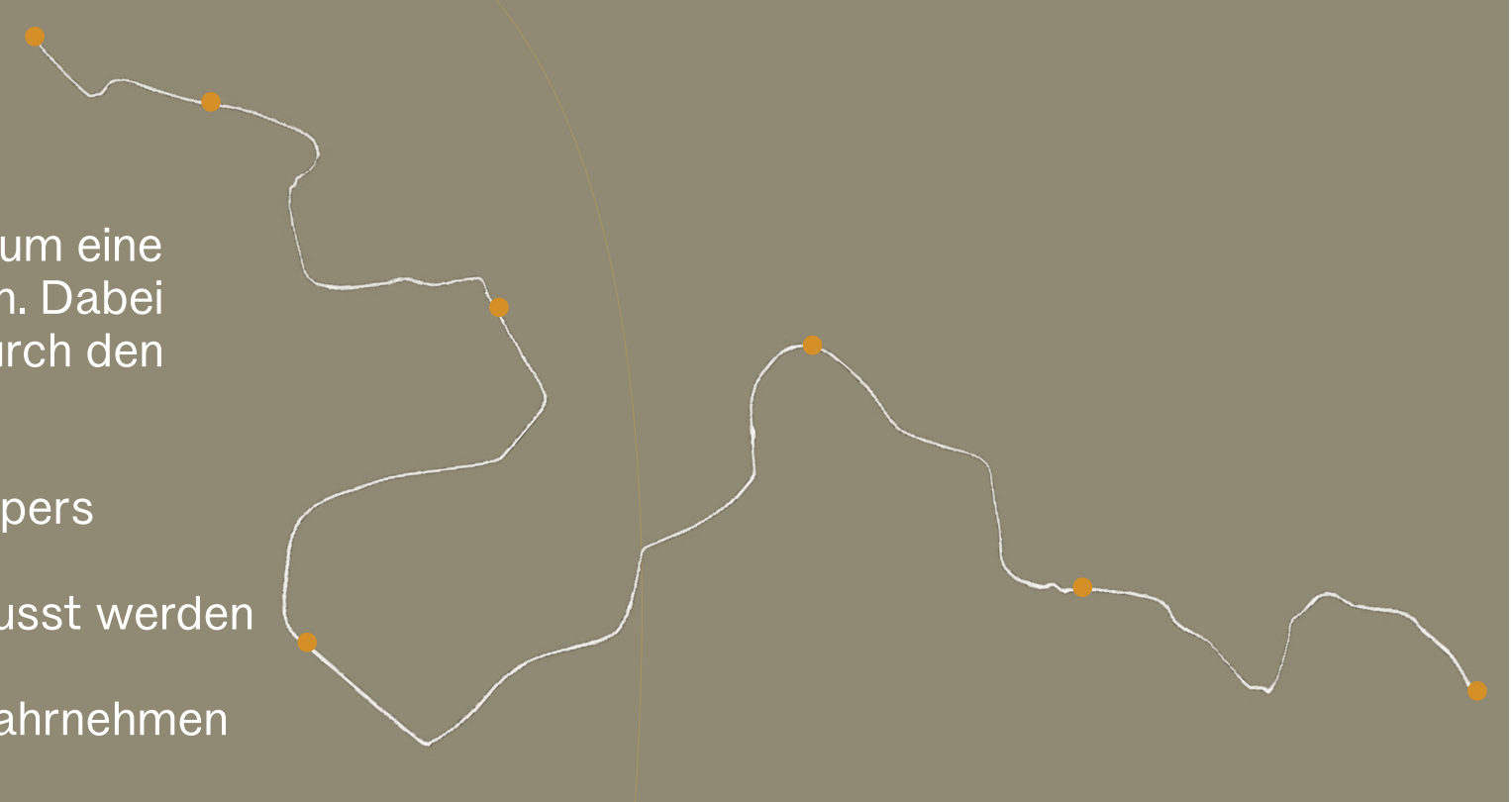
Zu Beginn einer Recherche über unseren Körper, eröffnet sich eine beinahe grenzenlose Landschaft, die sich erkunden lässt. Von traditionellem Wissen aus Kulturen, wie der TCM, dem Ayurveda oder der traditionellen persischen Medizin, über unsere aktuelle medizinische Wissenschaft, hin zu Praktiken wie Yoga, Meditation und Somatik, stoßen wir auf ein unerschöpfliches Wissen, das stets im Wandel ist. So, wie unser Körper selbst. Das Eintauchen in dieses Wissen führt uns zu unseren Forschungsfragen: „Wie kann in kreativen Arbeitsprozessen ein Bewusstsein für unseren Körper und unseren Geist entstehen? Wie kann aus diesem Bewusstsein eine natürliche Körper-Geist-Kohärenz wachsen?“ Sehen wir genau hin und spüren in uns selbst hinein, erkennen wir, dass all die Antworten auf diese Fragen bereits existieren. Wir dürfen nicht nur über unseren Körper lernen, sondern vor allem von ihm. Daraus leiten wir unser Konzept her: eine Entdeckungsreise unseres Körpers, wie eine Landschaft, die zu fünf Orten führt: Körper, Raum, Rhythmus, Brücke, Quelle.



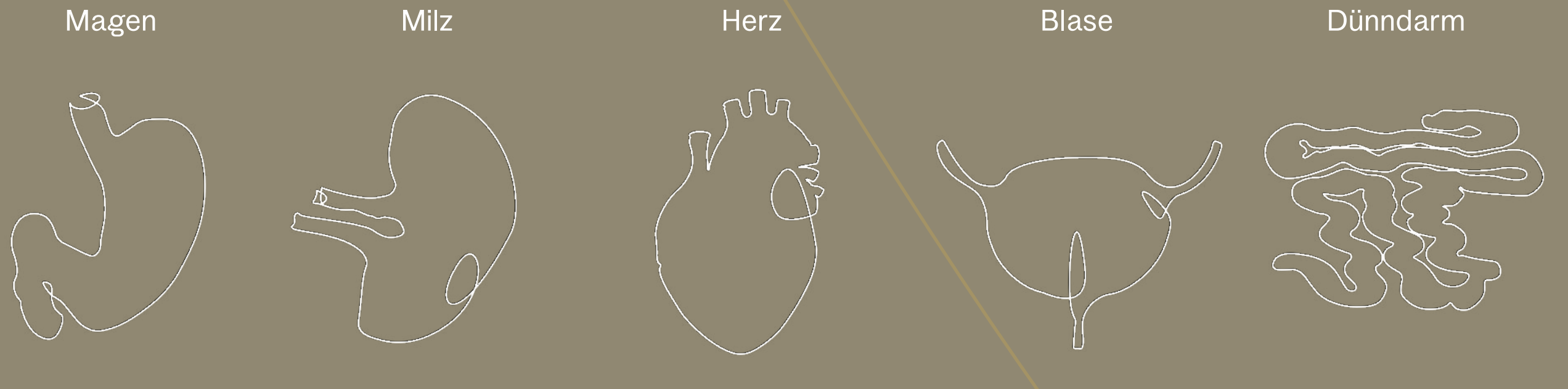
struktur

Mit Hilfe unseres Manuals begeben sich die Leserinnen auf den Weg, um eine tiefere Verbindung zwischen Körper und Geist ganzheitlich zu erfahren. Dabei werden sie durch die Visualisierung eines Pfades Schritt für Schritt durch den Prozess von Lernen und Spüren geleitet.

- körper – den Blick öffnen für die Empfindungen des eigenen Körpers
- raum – den Wechselwirkungen zwischen Körper und Raum bewusst werden
- rhythmus – die Rhythmen des eigenen Körpers und der Natur wahrnehmen
- brücke – eine Verbindung zwischen Körper und Geist herstellen
- quelle – die eigene Kreativität aus der Kraft der Natur heraus entdecken



illustrationen



design

Unsere Aufgabe als Gestalter:innen ist es, die Ansätze, die wir entwickeln, so zu kommunizieren, dass sie anderen Menschen möglichst zugänglich und begrifflich werden. Die Tiefe unseres Themas greifbar zu machen, stellte eine essentielle Komponente in der Gestaltung dar. Wir entschieden uns für eine klare Erscheinung und eine sanfte Einladung in das Manual. Brauntöne und Weiß schaffen Ruhe, Sanftheit und Natürlichkeit. Das Orange verstehen wir als die leuchtende Kreativität, sowie als Farbton, der Wärme schafft und die Leserinnen anstrahlt. Das Layout ist bewusst frei im Raum gestaltet, oftmals so, dass Körperlichkeit und Zwischenräume oder Freiräume entstehen. Die Gestaltung der Workshops und Übungen folgt einem strengeren Konzept, sodass sie als klare Anleitungen verstanden werden dürfen. Neben den Texten eröffnen freie Zeichnungen eine bildliche Ebene, die die Inhalte visualisiert. Im gestalterischen Prozess entwickelten sich daher auch drei Formelemente: der Kreis als Körper, das Rechteck als, oftmals begrenzter, Geist und das Dreieck als Verbundenheit. So entsteht eine atmosphärische und ganzheitliche Gestaltung.

- Geist
- Körper
- ▷ Verbundenheit

kreativ raum körper

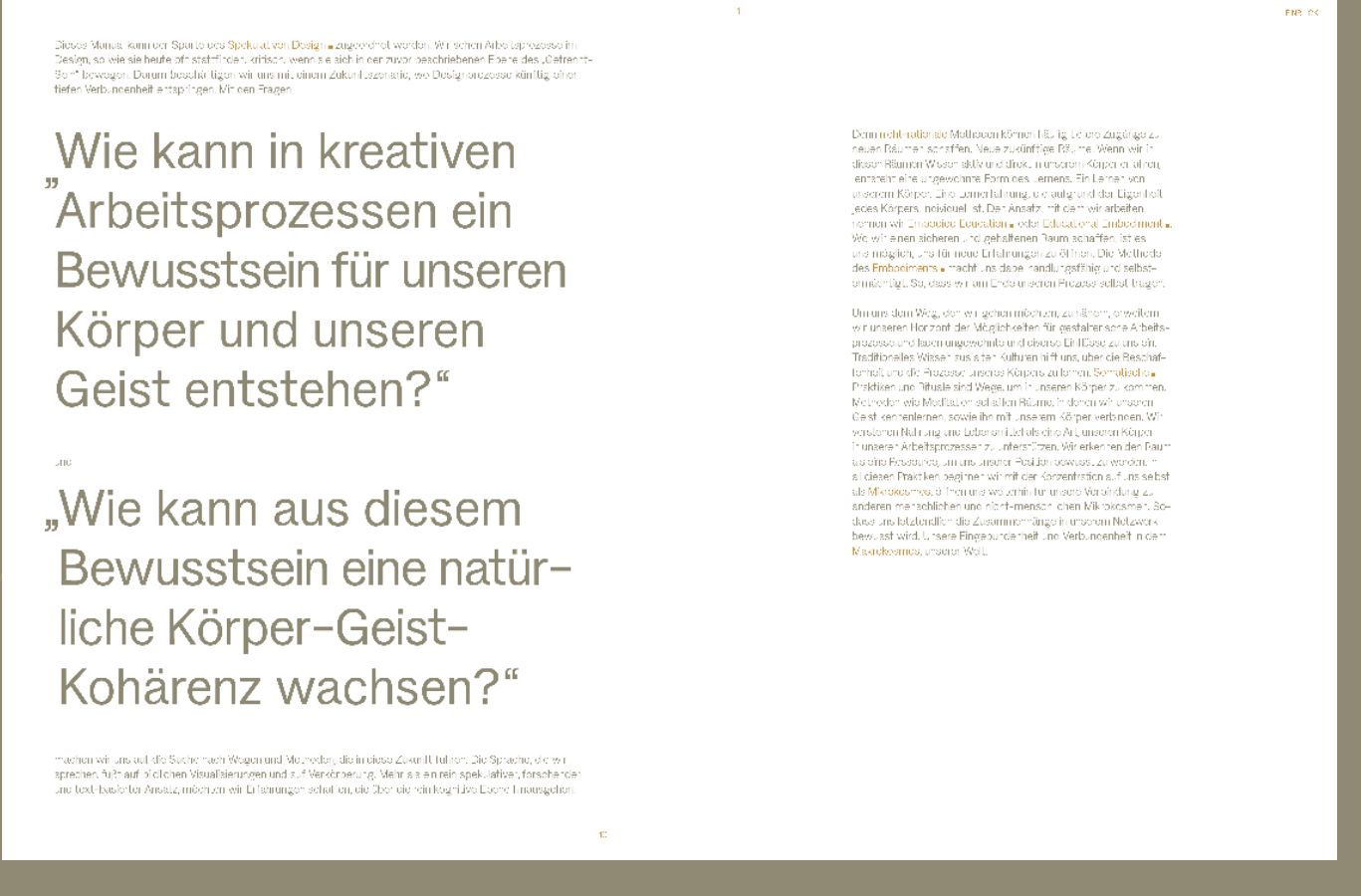
gestaltungsprinzipien

Space Mono
Armand Grotesk



manual

Um unseren neuen Ansatz sowie all das recherchierte Wissen zugänglich zu machen, entschieden wir uns für ein Manual. Dadurch geben wir anderen Kreativen das Wissen an die Hand, selbst zu lernen und sich zu entwickeln. Die verschiedenen Ebenen fügen sich in ihrer Gesamtheit zu einem ganzheitlichen Gestaltungskonzept, dass sich dem Bereich des spekulativen Designs zuordnen lässt. Interessierte, Studierende, wie auch Lehrende können dieses Manual lesen. Es ist dazu da, um ausprobiert, reflektiert und evaluiert zu werden. Das Manual versucht nicht, unseren Körper in ein Buch zu stecken, es schenkt ihm Raum, um gehört zu werden.

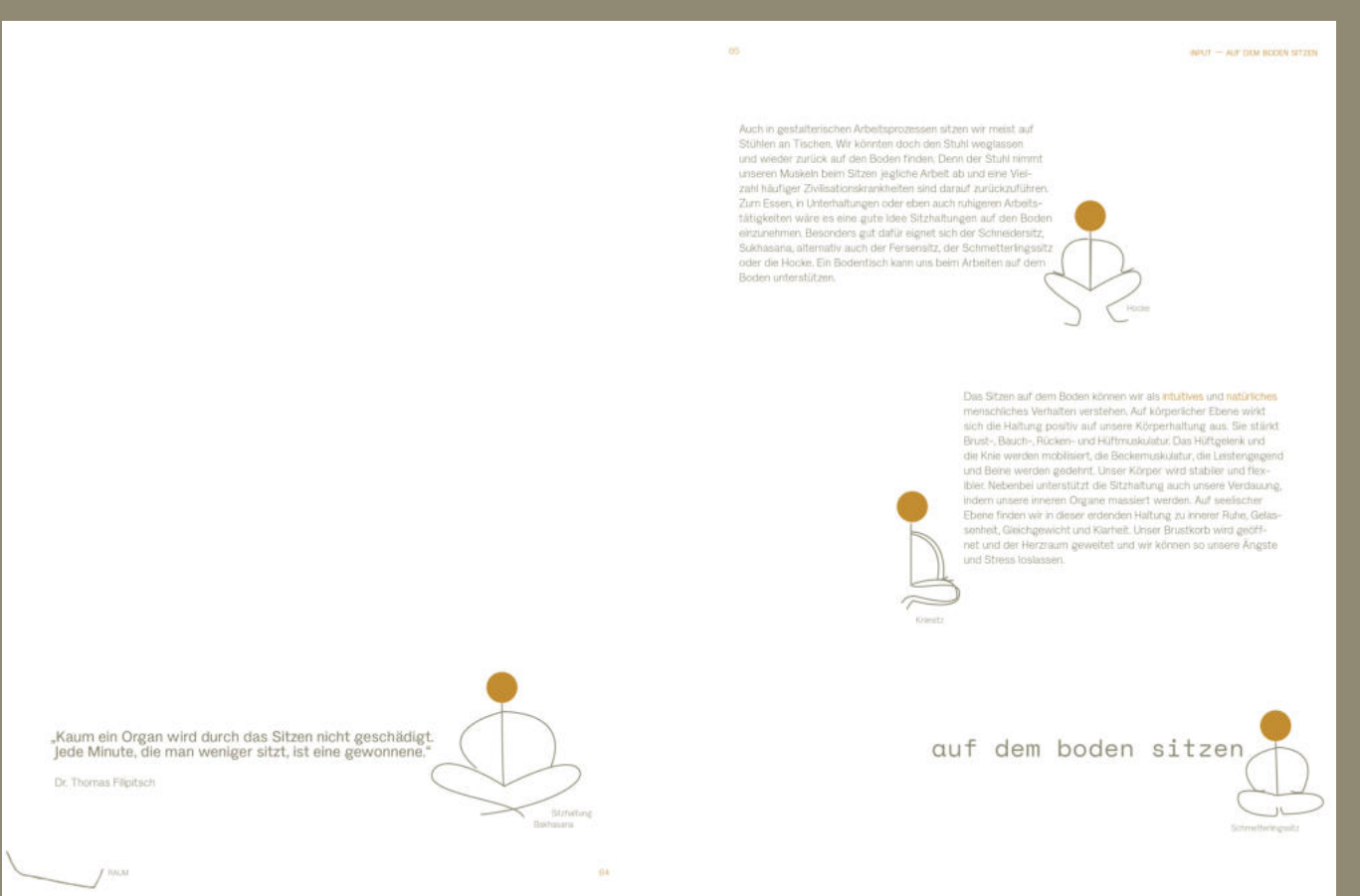


Einblick in die Einführungssseiten des Manuals

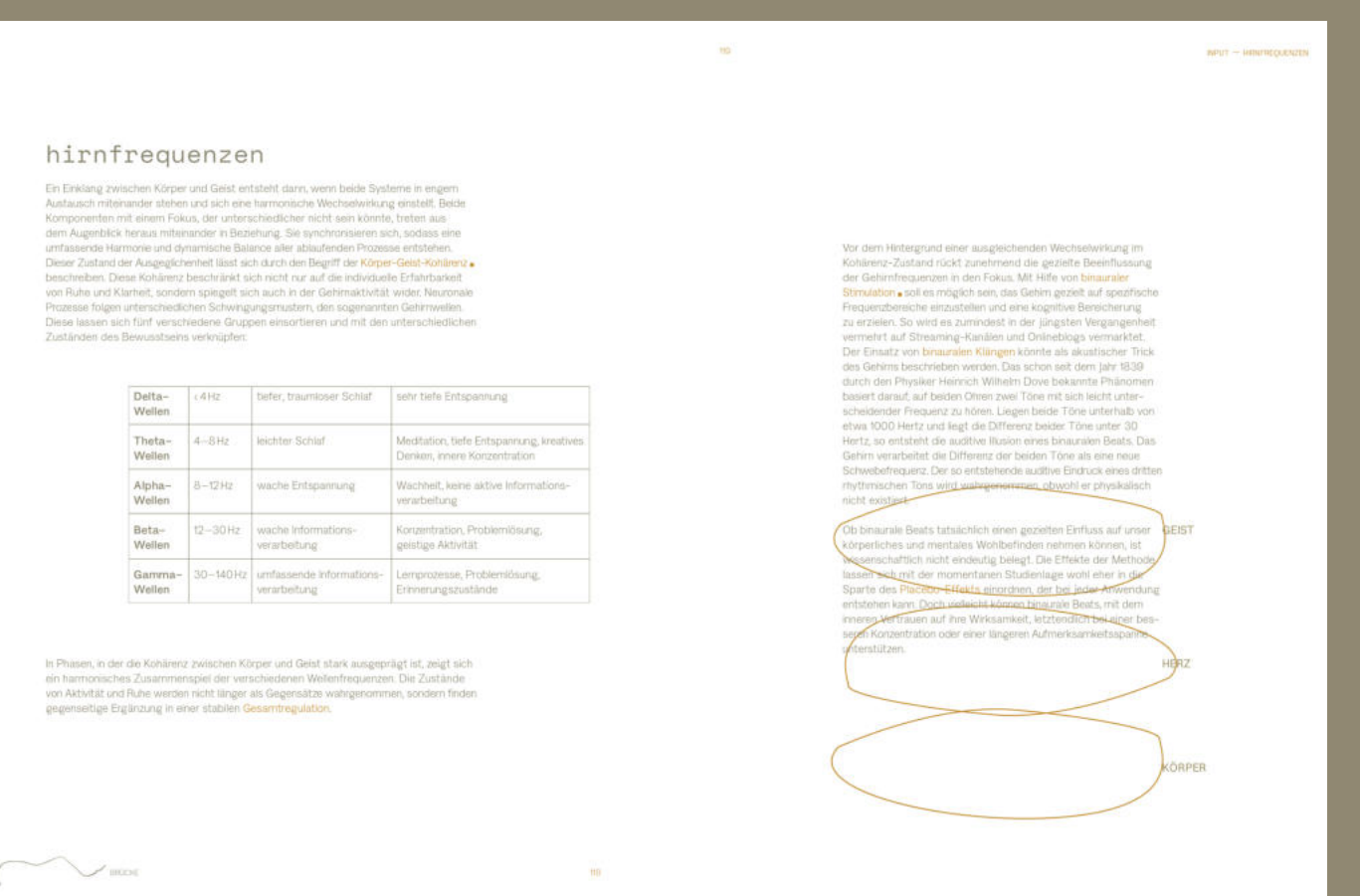


input

Zu Beginn leitet das Manual in die recherchierten Fragestellungen ein. Einblicke in das Konzept, den Ansatz und die Anleitung für die Nutzung des Manuals führen zu den fünf Kapiteln des Manuals. Es öffnet sich eine theoretisch kognitive Ebene. Über sie erfahren Leser:innen Wissen über unseren Körper, über Prozesse, Zusammenhänge und Praktiken. So erhalten sie selbst einen tiefen Einstieg in die Thematik. Kurze philosophische Texte schaffen Atmosphäre und die Anregung zum Nach-Denken, sowie Nach-Spüren und leiten auf diese Weise über zur körperlich erfahrbaren Ebene des Buchs.

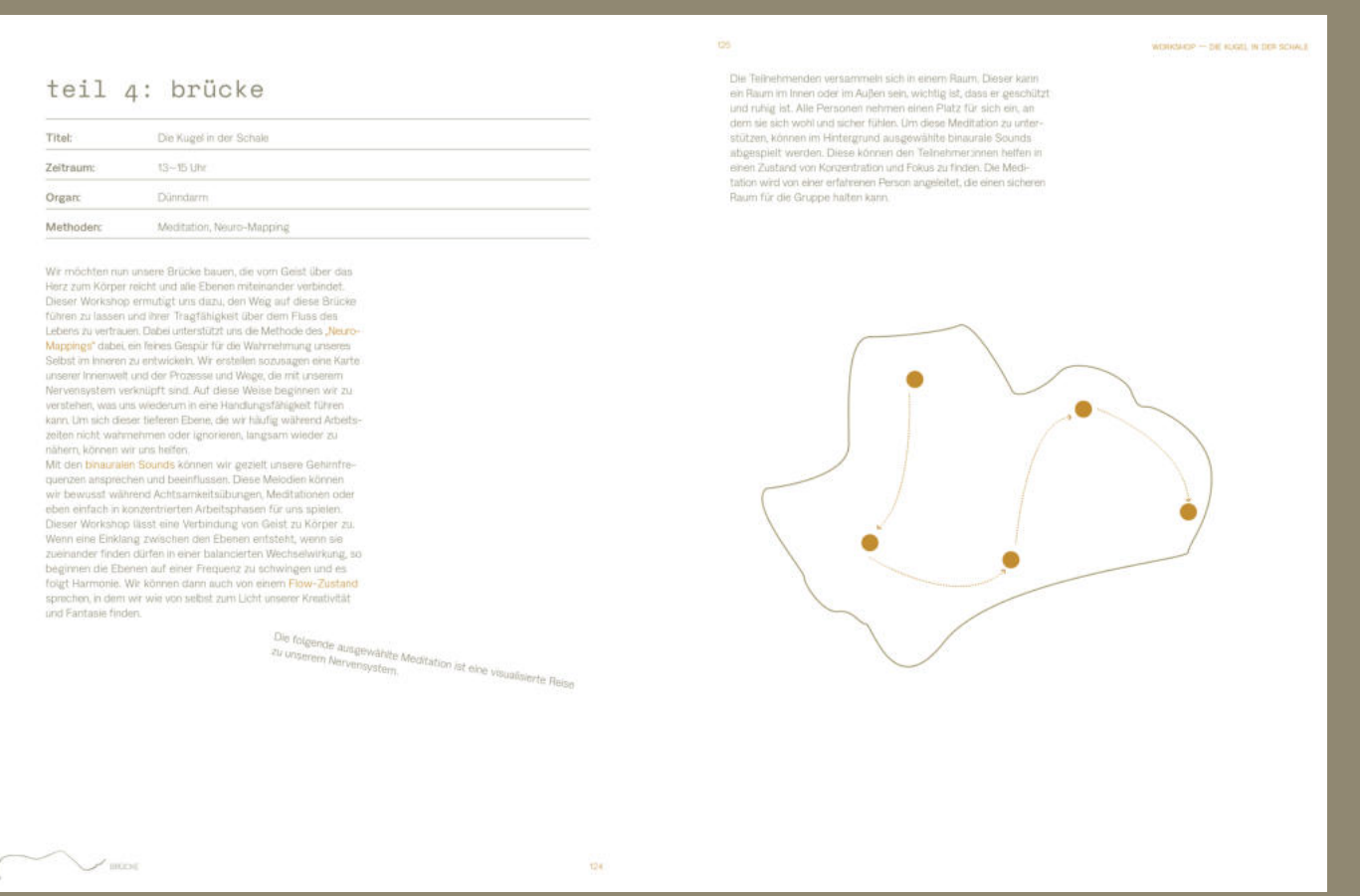
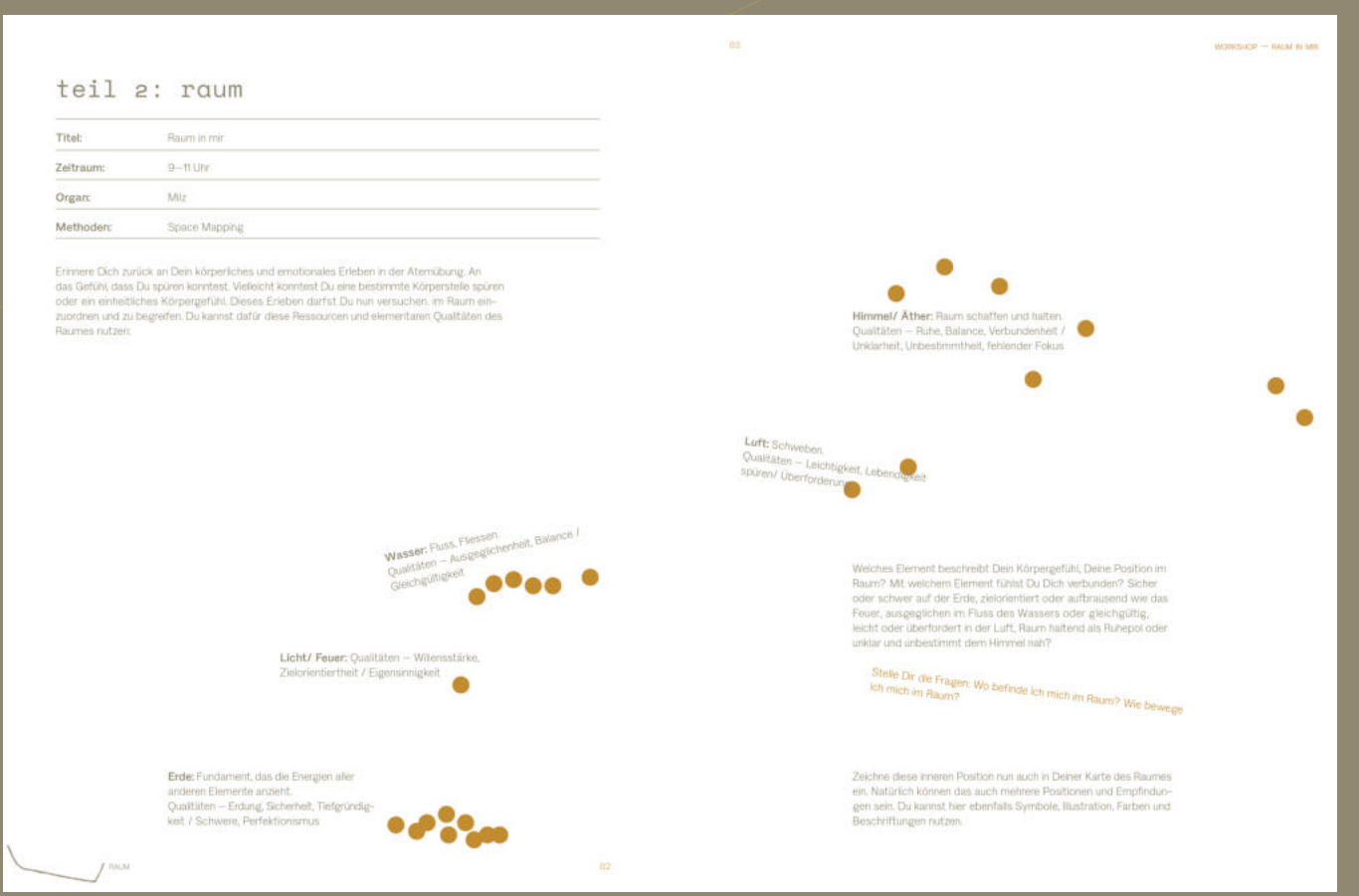
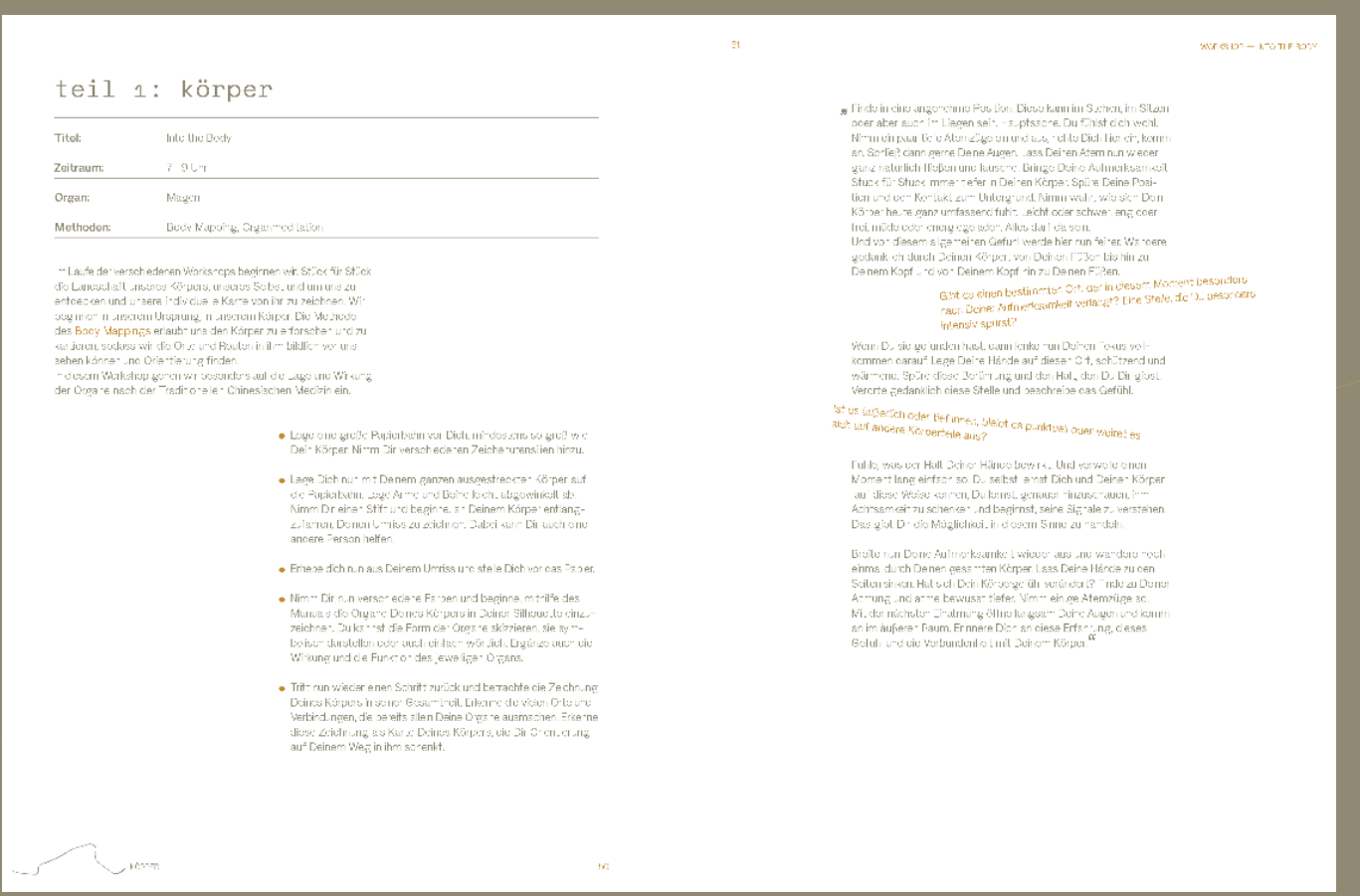


Einblick in die Input-Seiten des Manuals



workshop

Die Lernerfahrung, die wir ermöglichen, basiert im Kern auf der Ebene des Embodiments. Den Zugang zu implizitem Wissen finden wir über die Workshops und Anleitungen zu kuratierten Praktiken und Übungen. Dafür wurde zu jedem Kapitel ein individuelles Workshop-Konzept ausgearbeitet. Leser:innen können auf diese Weise direkte Erfahrungen machen und diese Erlebnisse im Anschluss reflektieren, sowie sie auf ihre eigene Arbeitsweise in Kreativprozessen übertragen. Darüber hinaus lassen sich die Workshops tatsächlich in bereits bestehende Lehrkonzepte einbinden.



Einblick in die Input-Seiten des Manuals

Marie Mayr, Magdalena Walter,
Sheyda Kharaghani

Begleitung von Prof. Carl Frech

kreativraum körper

Unsere Arbeit als Gestalter:innen geht in die Tiefe. Wir haben die Möglichkeit, unsere Welt mit- und neu zu gestalten, doch fühlen uns häufig getrennt von ihr. Dabei ist unsere Basis das Verständnis einer Verbundenheit allen Seins, unserer Umwelt, unseres Innersten. Wir erkennen unseren Körper als Kreativraum und suchen neue Wege für die Zukunft kreativer Arbeit.