

Sarah Liz Walbeck  
Herbst-Wintertrimester 20,  
Visual Art School Basel

10. Projekt  
Die menschliche Gestalt

# VON MUSKELN, BEWEGUNG UND DEM MENSCHEN

Inputzeit	3
Muskel	5
Mensch und Bewegung	6
Aktzeichnen	7
Monotypie	8
Fotografie	9
Wo hört der Mensch auf, wo fängt er an?	12
Entwickeln auf „Bildern“	14
Fotoemulsion auf Leinwand/Papier	16
Fotoemulsion auf Holz	16
Fotoemulsion auf Karton	19
Kalender	19
Kunst in schwierigen Zeiten	21
Abschliessende Gedanken	23
Quellen:	24

# Inputzeit

Während der Inputzeit haben wir den Menschen und dessen Körperaufbau von verschiedenen Seiten her betrachtet und unsere Fähigkeiten durch unterschiedlichste Mittel und Medien geschult.

In den Zeichnungs-Inputs haben wir zunächst begonnen Stillleben zu zeichnen, um uns dort der Plastizität zu widmen. Weiter ausgeführt haben wir diese Fähigkeiten in der Skulpturen-Halle Basel, in dem wir dort Skulpturen skizziert haben. Bei weiteren Inputs ging es ums Porträt, um schnelle Porträts, die Figur und die Figur in Bewegung. Die gesamte Zeit wurde von regelmässigen Sessions mit einem Aktmodell begleitet. Besonders hilfreich war das Erlernen des X-Ray Blicks. Dabei blickt man imaginativ in den Menschen herein und betrachtet seinen Knochenaufbau und die darüber liegenden Muskeln. Das war für mich eine grosse Hilfe beim Zeichnen von unterschiedlichen Posen.

Im fotografischen Bereich haben wir uns Licht und Schatten gewidmet und diese zuerst durch Beobachtungen und Skizzieren gründlicher erforscht, bevor wir diese dann bewusst beim eigentlichen Fotografieren eingesetzt haben. Ebenfalls in den Fotografie-Inputs haben wir Backdrops gestaltet, welche wir anschliessend für die Shootings verwendet haben.

Mit Rowan haben wir uns dem Körper von der Seite der Bewegung her gewidmet und durch verschiedenen Übungen jeden einzelnen Knochen, unsere Muskeln und unsere äussere Hülle wahrgenommen und erkundet.

Weitere interessante Inputs waren, unter anderem, das Designen eines eigenen Designs für ein Shirt und das Erlernen und durchführen der Siebdruck Technik. Druckinputs mit Dry-Point und Monoprint. Und der Input von Iona über die chinesische Betrachtungsweise des Körpers und seiner Gesundheit, wie auch Übungen zu den unterschiedlichen Hauptgefühlen.

Sehr interessant war auch die farbbezogenen Themen. Hier haben wir die Farben der Haut angeschaut, aber auch welche Farben man wie für den Hintergrund einsetzt, um den Menschen besser wirken zu lassen und/oder sein Wesen durch die Farbe widerzuspiegeln.

Während der Kunstgeschichte haben wir die figürliche Darstellungen durch den gesamten Zeitraum der Kunstgeschichte betrachtet.

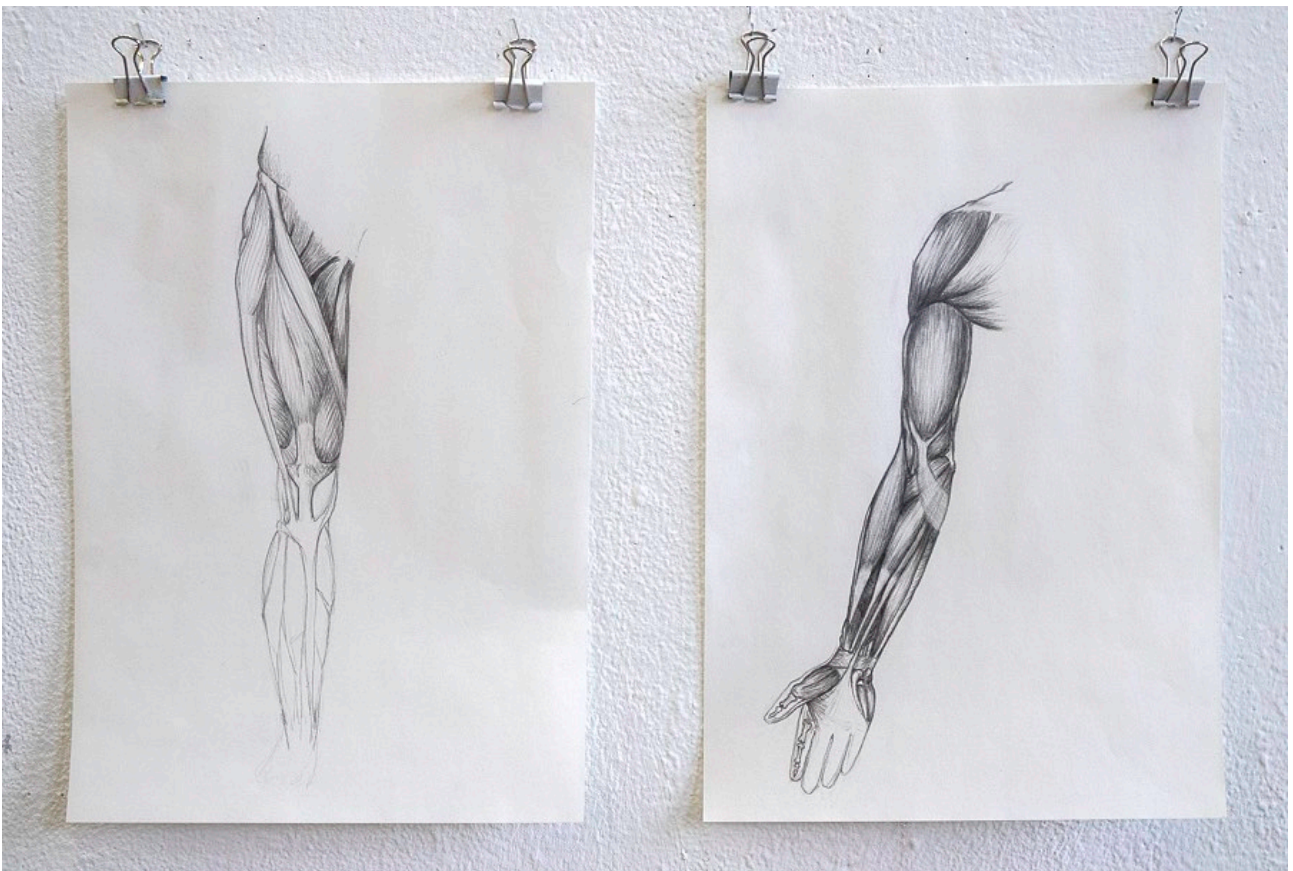


# Muskel

Da wir ja während der Inputzeit den Knochenaufbau des Menschen angeschaut hatten, interessierte es mich nun einen Schritt weiterzugehen und mich mit den Muskeln zu beschäftigen. Ein weiterer Grund mich den Muskeln zu widmen, was das Thema Mensch und Bewegung, mit welchem ich mich im Zusammenhang mit diesem Projekte, aber auch mit dem Jahresthema „Kunst in herausfordernden Zeiten“ auseinandergesetzt habe.

Dabei geht es mir in diesem Falle nicht um die genaue wissenschaftliche Erläuterung der menschlichen Muskulatur als vielmehr um den zeichnerischen Aspekt der Muskeln. So war es für mich spannend zu entdecken, welche Formen die Muskeln an welchen Stellen des Körpers bilden. Dadurch erhielt ich ein besseres Verständnis davon, wie die äusseren Formen des Menschen zustande kommen.

Begleitend hierzu habe ich, neben verschiedenen Skizzen, möglichst genaue Zeichnungen von Muskelgruppen gemacht, wie von der Arm- und Beinmuskulatur.



## Mensch und Bewegung

Durch Kontraktion und Entspannung der Muskeln, welche durch Nervenimpulse ausgelöst werden, ist es möglich, dass der Mensch sich bewegen kann. Es gibt grob gesehen zwei unterschiedliche Arten von Bewegung, und zwar diese welche wir bewusst und jene welche wir nicht bewusst steuern können bzw. welche unbewusst und ohne unser aktives Zutun geschehen.

Immer wieder aufs Neue fasziniert mich, was für komplexe Abläufe in unserem Körper stattfinden, um eine einzige Bewegung auszulösen. In den meisten Fällen braucht es für uns noch nicht mal eine bewusste Anstrengung, um im Bruchteil einer Sekunde einen Körperteil zu bewegen. In vielen Fällen nehmen wir die Bewegung selbst, nicht einmal bewusst wahr. Ich kann also etwa laufen, obwohl ich mit meinen Gedanken gerade mit etwas ganz anderem beschäftigt bin.

Dieser Ansatz bringt mich zu einem weiteren Punkt, und zwar dass der Mensch sich nicht, nicht bewegen kann. Solange wir am Leben sind, sogar schon im Mutterleib, bevor wir das Tageslicht erblicken, findet laufend Bewegung und Veränderung statt. Auch im Schlaf bewegt sich unser Herz, die Atmung und die Verdauung und auch die Regeneration des Körpers laufen einfach so, ohne bewusste Aktivität weiter.

Neben der ständigen Bewegung findet auch ständige Erneuerung und Veränderung statt. So erneuern sich einige Zellen in unserem Körper, je nach Alter, innerhalb von ein paar Tagen. Ein Grossteil unseres Körpers ist nach 7 bis 10 Jahren ein komplett neuer, wenn sich auch nicht ganz alles erneuert, wie die Zellen des zentralen Nervensystems. In meiner Arbeit habe ich mich aber vor allem den äusseren Bewegungen, gewidmet. Besonders während des Aktzeichnens und beim Fotografieren habe ich gerne damit gespielt und Bewegung in meine Arbeit einbezogen; ist doch der Mensch ständig in Bewegung.



## Aktzeichnen

Ich erinnere mich, wie ich an die früheren Aktzeichnungsessions sehr verkrampft herangegangen bin. Zu sehr war ich darauf bedacht, auch ja alles richtigzumachen ...

Seit der Inputzeit zu diesem Projekt, ist mir aufgefallen, dass ich es schaffte immer lockerer zu werden, weniger nachzudenken und einfach, mit Überzeugung, frei von Angst vor „Fehlern“ zu machen.

Das ist eine grosse Entdeckung für mich, vor allem da die Zeichnungen während welchen ich es schaffe wirklich aus dem Bauch heraus zu zeichnen sehr viel Authentischer sind.

Das Aktzeichnen ist etwas, was ich über die Inputzeit hinaus, rein in mein Projekt mitgenommen und dort weitergeführt habe. Besonders hilfreich war mir da der Kanal Croquis Café auf Vimeo. Ein Kanal auf welchem es Videos von Models gibt welche spezifisch für das Zeichnen posen. Es ist definitiv nicht vergleichbar mit einem Live-Modell; nur schon die Grössenverhältnisse und die Plastizität unterschieden sich sehr. Aber es war für mich eine wunderbare Lösung für die Zeit, in welcher wir kein Modell vor Ort hatten.

Eine besonders spannende und, zum Auflockern auch sehr hilfreiche Übung ist für mich einerseits das Zeichnen ohne aufs Blattpapier zu schauen und andererseits das Zeichnen während das Model sich bewegt. Während der ersten der genannten Übungen sieht man nicht, ob das, was man gerade zeichnet „richtig“ oder „falsch“ ist. Es spielt in diesem Fall noch nicht einmal eine Rolle. Dadurch ist das Gehirn wunderbar frei vom Urteil, wodurch man sich ganz und gar auf das einlassen kann, was man gerade tut. Bei der zweiten Übung hat man gar keine Zeit zu urteilen und in beiden Fällen ist es immer wieder überraschend, was für spannende Skizzen am Ende zum Vorschein kommen.



# Monotypie

Die Qualität des „Blindzeichens“ habe ich in einige meiner Arbeiten mit reingenommen. So habe ich zuerst ein Bild mit unterschiedlichen Farbqualitäten vorbereitet. In einem zweiten Schritt habe ich eine Platte vorbereitet, auf welche in einer dünnen Schicht Druckfarbe mit einer Walze gleichmässig verteilt habe.

Als Nächstes habe ich jeweils das vorbereitete Bild mit der Oberseite auf die Druckfarbe gelegt, sodass die Rückseite des Bildes zu mir geschaut hat.

Mit einem grossen Nagel oder der Rückseite eines Pinsels habe ich freie Interpretationen des menschlichen Körpers gezeichnet.

Durch die Wahl des Werkzeuges, welches keine Spuren wie ein Stift hinterlässt, konnte ich im Moment des Zeichnens nicht sehen, was ich mache.

Erst nach Beenden des Zeichnens, wenn ich das Blatt langsam hochgehoben habe, konnte man das Ergebnis sehen.







## Fotografie

Die Idee, welche ich schon in den vorherigen Projekten angefangen habe zu erforschen, Fotografie und Malerei zusammenzubringen, wollte ich auch während dieses Projektes weiterentwickeln. Da es in diesem Projekt um Muskeln, Bewegung und den Menschen geht, wollte ich gerne Aktfotos machen, um diese dann in meine Bilder einzubringen.

Für das Shooting hatte ich das Glück unser Aktmodell vom Zeichnen, buchen zu können. Zu Beginn haben wir mit natürlichem Licht gearbeitet und sie hat sich langsam bewegt, sodass sich die Situation laufend geändert hat. Auf die Hintergrundwand habe ich Skizzen aufgehängt, umso schon mit einem ersten Schritt Malerei in das Foto zu integrieren.

Bei einem zweiten Set haben wir mit einem dünnen Plastik gearbeitet, welcher von der Wand hing. Das Model hat sich weiterhin langsam bewegt, aber zusätzlich noch diesen „Schleier“ einbezogen. Der Plastik, welcher für mich einen sehr zeitgenössischen Charakter hat, hat das Spiel mit dem Licht noch spannender gemacht. Ich empfand ihn als anregend, um sich Gedanken zu unserer Zeit, wie auch der aktuellen Situation zu machen bzw. Parallelen zwischen den Fotos und unserer Zeit zu entdecken. Man sieht die Bewegung im Schleier, welche ich momentan auch stark in der Welt beobachte. Es gibt Stellen, an denen man klar erkennen kann und andere welche verdeckt sind oder uns vielleicht erahnen lassen, was sich dahinter befinden könnte. Ist es nicht spannend wie viel wir nur durch Schlussfolgerung meinen zu sehen?

Die Übergänge zwischen dem Model und der Umgebung sind in Fotos teilweise nicht klar zu erkennen und auch das empfinde ich stark in er aktuellen Situation. Die Sachen sind nicht einfach in Schwarz oder Weiss zu trennen.

Um den Bewegungsaspekt in den Fotos sichtbar zu machen, habe ich in einer dritten Situation mit langer Belichtungszeit gearbeitet. Das Model hat mit einer Pose angefangen und diese dann während der Belichtung geändert. Dabei verschwimmen die Übergänge und es scheint, als könne man stellenweise durch das Model hindurchschauen.





## Wo hört der Mensch auf, wo fängt er an?

Eine Frage, welche mir während dieser Arbeit immer wieder begegnete und besonders durch das Fotografieren mit der langen Belichtungszeit angeregt wurde, war;

Wo hört der Mensch auf, wo fängt er an?

Klar könnte man ganz einfach sagen, dass der Mensch durch seinen Körper begrenzt ist und mit ebendiesem anfängt bzw. aufhört. Aber diese Antwort ist für mich nicht ganz zufriedenstellend. Ist mein Gefühl doch so, dass etwa das, was wir Seele nennen, sich für mich so anfühlt, als ob es über unseren Körper hinaus geht. Eben so auch unser Geist und unsere Gedanken. Ein Erlebnis, das mich in dieser Hinsicht ganz besonders beeindruckt hat, war zu Beginn einer Massage. Ich hatte geschlossene, Augen und die Masseurin hat mit Ihren Händen, um meinen Körper gestrichen, ohne diesen zu berühren. Natürlich habe ich dementsprechende keine Berührung auf meiner Haut gespürt, aber dennoch fühlte ich mich tief berührt, nur eben auf einer anderen Ebene. Vielleicht kennt man auch das Gefühl, dass man spürt, wenn jemand hinter einem steht, ohne dass derjenige uns berührt oder wir die Person sehen würden. Es scheint also ein Gefühl zu geben für Berührungen, welche in unserem Raum stattfinden, aber bevor unsere feste Hülle berührt wird.

Ganz besonders stark habe ich dieses Thema und diese Gedanken bei den folgenden Fotos eingearbeitet.

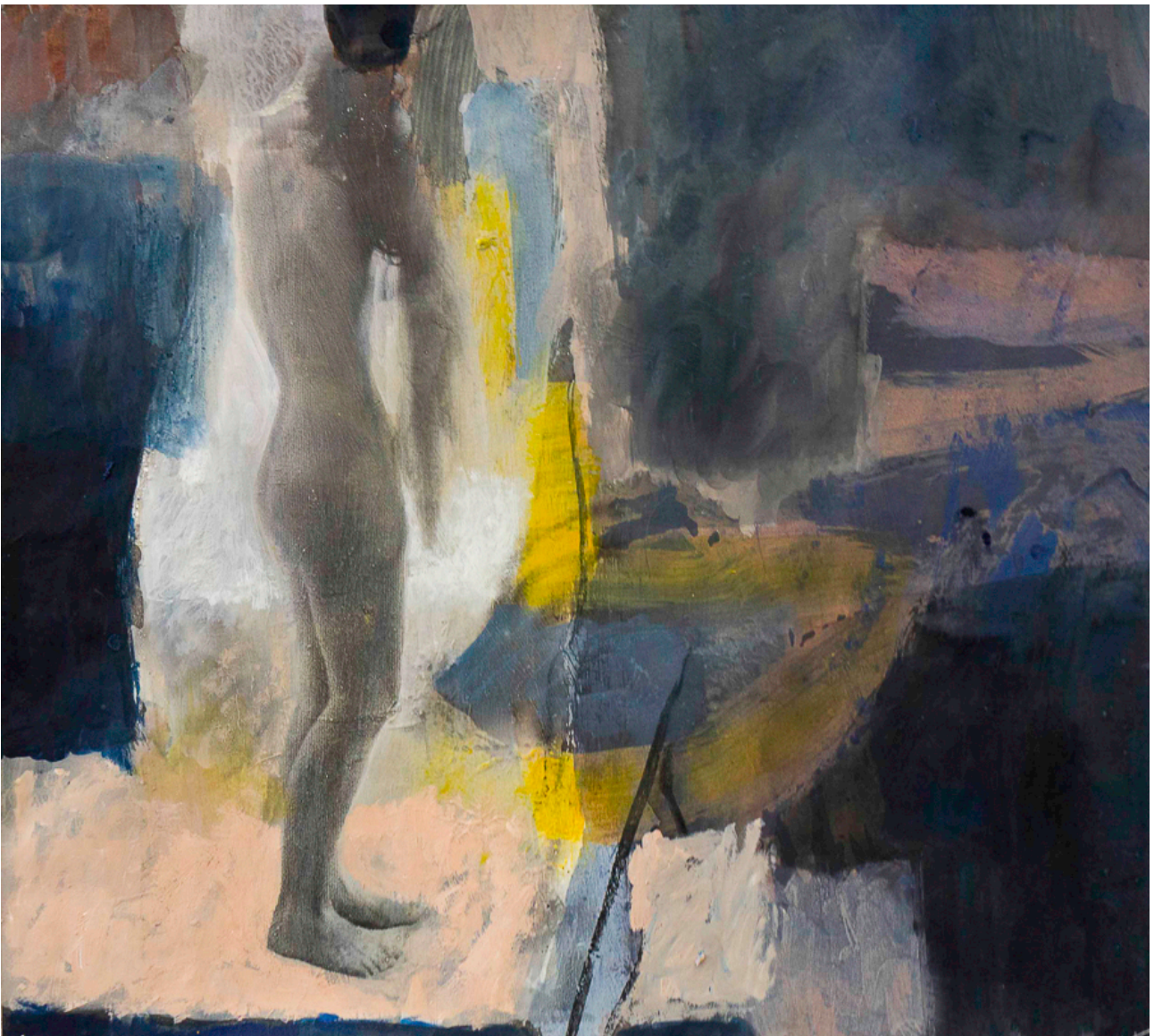




## Entwickeln auf „Bildern“

Die Fotos, welche während des Shootings entstanden sind, habe ich mit Lightroom (einem Programm zur Fotoarchivierung und Bearbeitung) in ein Negativ umgewandelt. Diese Negative habe ich, in der Grösse eines Dias, auf durchsichtige Folie ausgedruckt. Diese Folien konnte ich dann wie normale Fotonegative in der Analogfotografie verwenden.

Wie auch schon in vorherigen Projekten habe ich wieder mit Fotoemulsion gearbeitet. Das ist eine lichtempfindliche Emulsion, welche man in der Dunkelkammer auf unterschiedlichste Untergründe auftragen an. Der Prozess ist aufwendig, da man zuerst noch eine Gelatine auf den Untergrund auftragen muss. Die Emulsion bis zur Belichtung mit dem Foto nicht ans Licht kommen darf und man zwischen den Schritten lange Trocknungsphasen hat. Dafür kann man nach dieser Arbeit seine Fotos auf unterschiedlichste Untergründe belichten, wie in meinem Fall auf Leinwände und Holz.





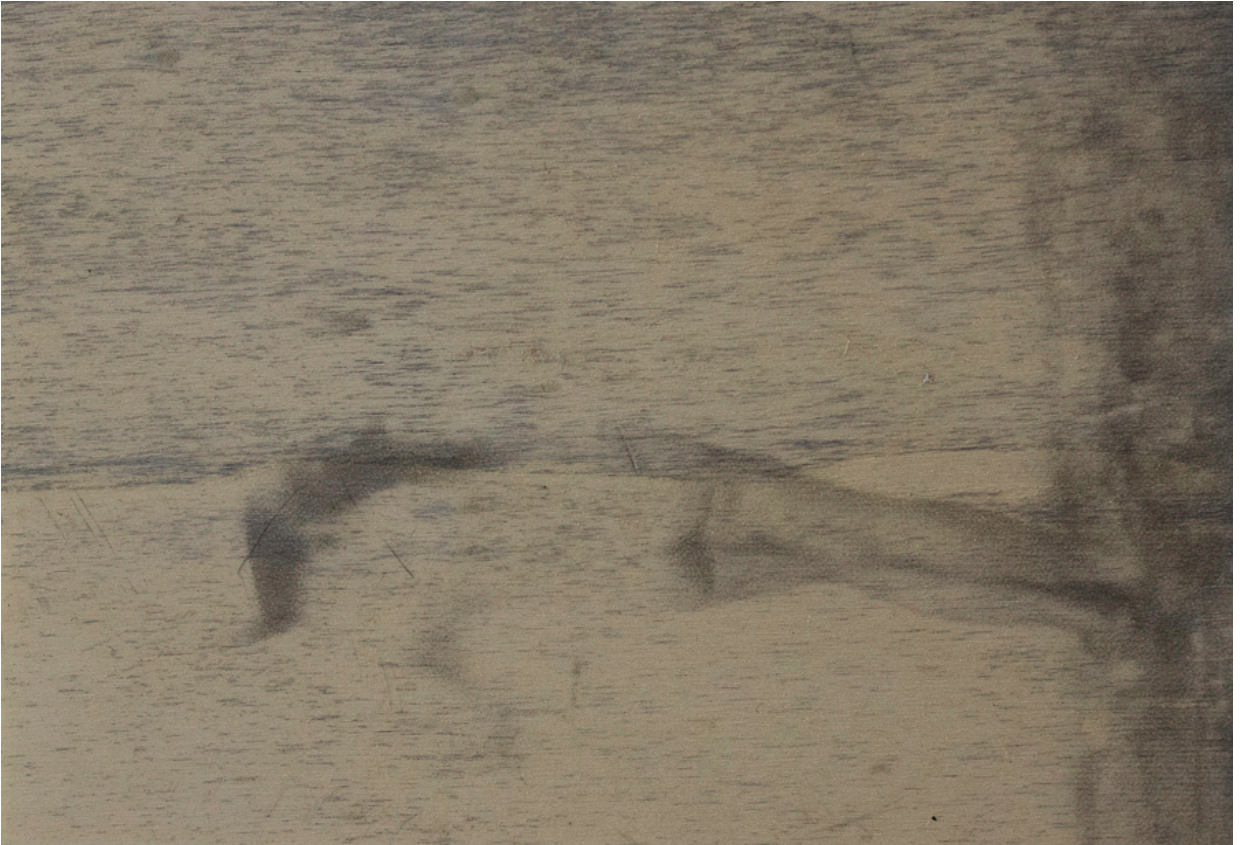
## Fotoemulsion auf Leinwand/Papier

Bei diesen Arbeiten habe ich zuerst ein Stimmungsbild auf die Leinwand gebracht. Mit einer ungefähren Ahnung, welches der Fotos später dazu kommen könnte. Die endgültige Entscheidung blieb aber bis zum eigentlichen Belichten offen. Anschliessend habe ich die Leinwand entsprechend behandelt und vorbereitet, sodass sie lichtempfindlich wurde. Nachdem die letzte Trocknungsphase dann beendet war, konnte ich sie in der Dunkelkammer belichten und entwickeln. Hierbei gab es einige Herausforderung zu beachten. Die eine war das ich, aus logistischen Gründen keine Probestreifen von der Leinwand hatte um die perfekte Belichtungszeit zu ermitteln. Zudem konnte die Belichtungszeit auch stark von der Dicke und Art wie die Emulsion aufgetragen war variieren. Das heisst, ich habe improvisiert und jeweils spontan, während der Entwicklungsphase entschieden, wann es genug war, um den Prozess dann mit dem Stopp-Bad zu beenden. Des Weiteren konnte ich die, aufgrund der Grösse und Beschaffenheit der Leinwände diese nicht einfach in die Chemikalienbäder einlegen. Darum habe ich sie mit einem Pinsel bestreichen was, wenn man nicht schnell genug war, zu unregelmässigen Ergebnissen führen konnte. Dafür habe ich diesen Effekt dann bei einigen Bildern bewusst eingesetzt. Nach diesem Arbeitsschritt habe ich bei den meisten Bildern noch mal mit Farbe darauf gemalt, um wirklich einen fließenden Übergang zwischen Malerei und Fotografie herzustellen und um auf die Veränderung durch das Foto auf dem Bild zu reagieren.

## Fotoemulsion auf Holz

Bei diesen Arbeiten habe ich, was den Prozess in der Dunkelkammer betrifft, sehr ähnlich gearbeitet wie bei den Bildern auf Leinwand. Allerdings habe ich mich dazu entschlossen nicht vorher und auch nicht danach aufs Holz zu malen, sondern wirklich nur die natürliche Struktur des Holzes in einen Dialog mit der Fotografie zusetzen. Direkt nach dem Entwickeln dieser Arbeiten konnte man das Foto einwandfrei darauf sehen. Beim Trocknen sind die Bilder ein wenig blasser geworden als hätte sich ein Teil in die Holzfasern eingesogen. Weil auch hier das Thema der Grenze des menschlichen Körpers sehr präsent war, war diese ein willkommener Effekt.







## Fotoemulsion auf Karton

In einer Versuchsreihe wollte ich mit demselben Prozess wie zuvor beschreiben Fotos auf bemalten Karton bringen. Kurz nach dem Entwickeln waren diese auch sehr gut auf dem Karton sichtbar. Je besser dieser allerdings getrocknet ist, desto mehr ist das Foto verschwunden und es blieb nur die, zu Beginn aufgetragene, Farbe übrig. Für weitere Versuche mit Karton wäre an dieser Stelle wichtig es das nächste Mal mit einer dickeren Schicht Gelatine zu versuchen oder eine noch bessere, nicht saugende oder weich werdende Schutzschicht aufzubringen.

## Kalender

Relativ kurzfristig haben Ylvie Reihnauer, eine Studienkollegin und liebe Freundin, beschlossen, dass wir innerhalb der Projektzeit einen Kalender für das folgende Jahr gemeinsam gestalten. Die Idee für diese gemeinsame Arbeit war so schnell gefällt und in unseren Köpfen schien sie genauso schnell umsetzbar zu sein. Wie es sich herausstellen sollte, nahm es in der Praxis doch einiges mehr Zeit in Anspruch. Wir sind durch die gesamten Bilder des letzten Jahres durchgegangen und haben eine erste Zusammenstellung von möglichen Bildern gemacht. Dann haben wir die, infrage kommenden Bilder, fotografiert und bearbeitet. Um Kosten zu sparen, entschlossen wir uns das gesamte Layout des Kalenders selbst zu machen. Also nicht über eine der Anbieter zu gehen, bei welchen man mit entsprechenden Programmen relativ einfach per Drag-and-drop seine Fotoprodukte selbst gestalten kann, sondern bei einem Anbieter, bei welchem man eine InDesign Datei



einreichen musste. Für den ein oder anderen unter euch mag das ein Leichtes sein, für uns war das, zu diesem Zeitpunkt, absolutes Neuland, dessen Eroberung einige Tage in Anspruch genommen hat. Während des gesamten Prozesses sind wir unserer finalen Auswahl der Bilder und deren Reihenfolge. Welches Bild bei welchem Monat zu sehen sein wird, immer näher gekommen. Danach folgte unzähliges kontrollieren der Abstände, des Textes und der Richtigkeit der Daten, bis wir endlich meinten eine druckfertige Datei zu haben. Eine Herausforderung wartete aber noch auf uns. Die Druckdatei mit den richtigen Daten und Angaben an die Druckerei zu schicken. Dabei müssen Sachen beachtet werden, wie die Verwendung des richtigen Farbraums. Auflösung, Format, Beschnitt und Sicherheitsabstand. Das war der erste Teil der Arbeit. Nun ging es darum, den Kalender auch an die Frau und den Mann zu bringen. Auch diese Arbeit bleibt nicht zu unterschätzen. Läden finden, welche den Kalender verkaufen, Mailings und eine Menge Korrespondenzen mit Kunden und dann der finale Moment, den Kalender liebevoll verpacken und zur Post bringen. Der gesamte Prozess war eine sehr lehrreiche Erfahrung. Ein kleiner Einblick in das Berufsleben nach der Studienzeit. Eine kleine Ahnung davon, wie viel Arbeit neben dem eigentlichen künstlerischen Prozess noch anfällt und erledigt werden will. Eine Erfahrung, für welche ich dankbar bin, dass ich sie mitnehmen darf.



## Kunst in schwierigen Zeiten

Um über Kunst in schwierigen Zeiten zu reden, kommt man kaum darum, sich zuerst zu fragen, was Kunst in einfachen Zeiten bedeutet.

Was Kunst im Allgemeinen überhaupt bedeutet. Es gibt unzählige Ideen davon, was Kunst ist, was es soll und was es nicht soll.

Für mich ist Kunst bewusstes Gestalten, ohne damit einen Zweck erfüllen zu wollen und das Paradoxe daran ist, dass genau eben gerade deshalb, weil es keinen Zweck erfüllt, die Kunst die Möglichkeit hat unglaublich viel zu bewirken.



Diese Wirkung erlebe ich in vielen Momenten als unterschätzt und habe sie selbst schon zur Genüge getan.

Gerade in Zeiten von Krisen scheint die Kunst eine überraschend starke Wirkung zu zeigen. Dies schlussfolgere ich daraus, dass man beispielsweise in Zeiten von Krieg unglaublich viele Ressourcen dafür verwendet hat Kunst zu verbieten, zu vernichten, Kunst zu beschützen und diese zu erstellen.

Kunst kann das letzte Zeichen von Freiheit sein, auf das man noch zählen kann. Eine Möglichkeit auszubrechen, Geschichte aufzuzeichnen, Zukunftsideen auszusprechen und zu verbreiten, Hoffnung zu geben.

Auch während der Zeit der Coronakrise, insbesondere der Zeit des Lockdowns und der Zeit der strengen Einschränkungen habe ich Kunst als sehr stark erlebt. Viele Künstler haben sich zusammengetan und gemeinsam Menschen miteinander verbunden, ihnen Hoffnung gegeben, und kritisch hinterfragt was, zu wichtigen Diskussionen geführt hat. In der Zeit unserer aktuellen Krise erlebe ich Kunst auch stärker als zuvor im erweiterten Sinne, also ganz nach dem erweiterten Kunstbegriff, welchen Joseph Beuys geprägt hat.

Bei mir selbst, muss ich sagen, war es eine starke Tal- und Bergfahrt. Ich hatte Phasen, in welchen es mir schwerfiel, in die Tat zu kommen. Zeitweise überrumpelten mich die vielen Nachrichten und alles schien so viel grösser zu sein als ich selbst und meine Arbeit. So viel grössere, dass ich stark infrage stellte, was ich eigentlich mache.

Dann habe ich aber auch die Erfahrung machen dürfen, wie wichtig Wut und wie wunderbar es ist während dieses Gefühls die Kunst als Outlet zu haben.

Ich erinnere mich an einen Abend ganz besonders. Wir waren in der Schule und die Nachrichten überrollten sich. Es wurde erneut der Präsenzunterricht an der Schule untersagt. In jedem von uns brodelte es an unterschiedlichsten Gefühlen. Bei mir war es an diesem Abend Wut.

Ich hatte noch zwei grosse Leinwände übrig, welche ich auf dem Boden ausbreitete und zusammen mit Ylvia Reihnauer liessen wir auf der Leinwand unseren Gefühlen freien Lauf.

Es war ein wunderbares Erlebnis, denn in dieser Form wurde Wut, ein Gefühl was wir viel zu oft nicht erlauben und als schlecht ansehen, zu etwas Gutem, zu einer Energie welche Berge versetzen könnte.

## Abschliessende Gedanken

Es war ein Projekt voller Höhen und Tiefen. In der Arbeit so wie auch auf die aktuelle Weltlage bezogen. In dieser Zeit ist mir aber noch mal ganz bewusst geworden, wie vieles sich von der Aussenwelt (Weltgeschehen), aber auch der Innenwelt (meinem Innern) schlussendlich in den Arbeiten widerspiegelt.

Ich durfte viele Erfahrungen aus dieser Zeit mitnehmen. Einer Zeit, welche von Aussen voller Unsicherheit, Angst, Einsamkeit, Wut, Verlust geprägt ist und dadurch mehr Reichtum in unserem Innern und in unseren Taten verlangt.

Ich durfte noch mal neu erleben, was Kunst eigentlich ist und was es bewirken kann.



## Quellen:

[https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/verdauung/alle-paar-jahre-erneuert-sich-der-koerper-der-sieben-jahres-mythos-sie-sind-viel-juenger-als-sie-glauben\\_id\\_5238290.html](https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/verdauung/alle-paar-jahre-erneuert-sich-der-koerper-der-sieben-jahres-mythos-sie-sind-viel-juenger-als-sie-glauben_id_5238290.html)