

Mevcudiyet Jesti

فرم های حضور

حرکت حضور ●

Geste der Präsenz

Geṣta hebûnê

жесты присутствия

Das Projekt

Der Fotokatalog ist Teil des Projekts »Geste der Präsenz«, der die Körper- und Empowermentarbeit von Frauen* mit Flucht- und Migrationsgeschichte zeigt. An sechs Tagen arbeiteten die Teilnehmer*innen körperorientiert und fotografisch unter der Anleitung der Künstlerin Karina Villavicencio und teilten ihre persönlichen Erinnerungen und Erfahrungen, um eine zeitgenössische Choreographie »Geste der Präsenz« zu schaffen.

Aus einer dekolonialen, intersektionalen und feministischen Perspektive bezeugt der Katalog gesammelte Erfahrungen, die die Vielfalt der alltäglichen Leben widerspiegeln. Sein Ziel ist es, den Austausch und das Verständnis an der Schnittstelle von Kunst, Politik und Poesie zu fördern.

»Geste der Präsenz« ist ein Projekt, das alltäglichen Gesten Aufmerksamkeit schenkt, die oft übersehen werden, da sie weder spektakulär sind noch in die gängigen Wertvorstellungen oder offiziellen Narrativen passen. Doch zweifelsohne sind diese Gesten bedeutsam und sinnhaft, für diejenigen, die sie ausführen.

Der Fotokatalog ist eine Einladung, die Perspektive zu ändern, in die Lebenswelt der Frauen* aus Hohenschönhausen einzutauchen und sich von ihren alltäglichen Bewegungen und Geschichten inspirieren zu lassen.

Mevcudiyet Jesti

فرم های حضور


حرکت حضور



Geste der Präsenz

Geṣta hebûnê

жесты присутствия

 In dieser Broschüre sind einige Texte mit roten Punkten versehen, diese wurden, während der Workshops mit Chat GPT und Google Translate übersetzt. Wir haben diese Direkt-Übersetzung genutzt, um die Teilnahme allen Interessierten zu ermöglichen, gleichgültig wie weit ihre Deutschkenntnisse sind.



Präsenz

Wir nennen »Präsenz« den Zustand des vollkommenen Bewusstseins, mit der Aufmerksamkeit im gegenwärtigen Moment, während man sich des eigenen Körpers und der Umgebung bewusst ist. Richten wir die Aufmerksamkeit darauf, wie wir atmen, gehen, essen und alltägliche Aktivitäten ausführen, ist dies eine Möglichkeit, diesen Bewusstseinszustand zu kultivieren.

Aus einer dekolonialen und feministischen Perspektive betrachten wir das Konzept der »Präsenz« als politische Handlung, eine bewusste Entscheidung, um sicherzustellen, dass die Erfahrungen von Frauen* mit Flucht- und Migrationsgeschichte sichtbar gemacht, gehört und anerkannt werden. Das bedeutet, dass ihre Leben und Wünsche in physischen, sozialen, politischen und kulturellen Räumen berücksichtigt werden, in denen sie historisch von vorherrschenden, kulturell auferlegten Perspektiven marginalisiert wurden. In diesem Zusammenhang ist »Präsenz« mit Sichtbarkeit und aktiver Teilhabe verbunden.

Im Gegensatz zu dominanten Narrativen unterstützt die dekoloniale Perspektive die Vielfalt und erkennt verschiedene Formen des Wissens, darunter auch die Alltagserfahrung, an.

»Wie kann man
Erzählungen
verkörpern?«



Deutsch:

**Wie ist es sich gut zu fühlen?
Was bedeutet es für dich präsent zu sein?**

Türkisch:

İyi hissetmek nasıl bir duygu?
Senin için şu an burada olmak ne anlama geliyor?
Ne dileğiyle istersin?

Persisch:

حضور داشتن برای تو به چه معنی است؟
چه موقع حالت خوب است؟

Russisch:

Каково это, чувствовать себя хорошо?
Какое значение имеет для Вас”присутствовать
здесь”?

Arabisch:

ماذا يعني لك ان تكون حاضرا؟
متى تشعر أنك بحاله جيدة؟

Kurmandschi (Kurdisch)

Ji bo te amadebûntê çi wateyê?
Kengi tu xwe baş hîs di kî?

Die Geste der Frauen*.
Die Geste des Fotografierens.
Die Geste der Beobachtung.
Die Geste des Zuhörens.





Sich gut zu fühlen bedeutet, gesund zu sein und glücklich zu sein. - Чувствовать себя хорошо означает быть здоровым и счастливым.

Ich wünsche mir, dass mein Leben immer ruhig ist und meine Krankheit ein bisschen besser wird. - Я желаю, чтобы моя жизнь всегда была спокойной и чтобы мое заболевание немного улучшилось.

Ich fühle mich gut, weil die Familie in Ordnung ist, die Familie ist zusammen, alle vier Kinder sind zusammen. - Я чувствую себя хорошо, потому что семья в порядке, семья вместе, все четыре ребенка вместе.

Für mich bedeutet präsent zu sein, da zu sein, zu hören, zu fühlen - meine Ideen werden akzeptiert. Ich werde akzeptiert, wie ich bin und ich akzeptiere die anderen wie sie sind. - Для меня быть присутствующим означает быть здесь, слушать, чувствовать - мои идеи принимаются. Я принимаю себя таким, какой я есть, и принимаю других такими, какие они есть.

Für mich bedeutet beide Arme auszubreiten, das bedeutet für sie, eine freudige Tat ist wie eine Erleichterung. - Для меня означает распространять оба руки, это значит, что для вас радостный поступок похож на облегчение.

Präsent zu sein geht für mich, wenn die Spannung in der Stirn, im Kiefer weg ge-

hen kann, ich sie rausstreiche oder austreichen kann, dann kann ich präsent sein. - Быть присутствующим для меня означает, что напряжение в лбу и челюсти может исчезнуть, я могу его снять или рассеять, тогда я могу быть присутствующим.

Eine Frau nimmt die Hände zu Fäusten, spreizt den kleinen Finger und den Daumen ab und kreist mit den Fäusten auf Brusthöhe, das ist für sie ein gutes Gefühl. - Женщина сжимает руки в кулаки, разводит мизинец и большой палец и делает круговые движения кулаками на уровне груди, это приносит ей хорошее чувство.

Ich fühle mich präsent, wenn ich beide Füße fest auf dem Boden habe und meine Hände geöffnet sind, dann kann ich mich aufrichten, ich bin in meiner Mitte und atme. - Я чувствую себя присутствующим, когда у меня оба ноги крепко на земле, а руки открыты, тогда я могу выпрямиться, я в своем центре и дышу.

Ich fühle mich gut, wenn ich Sport mache, z.B wenn ich Gewichte nach oben stemme. - Я чувствую себя хорошо, когда занимаюсь спортом, например, когда поднимаю веса вверх.



Russische Überetzungen

الشعور بالرضا ان تكون بصحة جيدة و سعادة.

أتمنى أن تكون حياتي هادئة دائما وان يتحسن مرضي قليلا.

أشعر أنني بحاله جيدة لأنه الأسره بخير، الأسره معا، و الأطفال الاربعه معا.

بالنسبه لي، أن أكون حاضرا يعني أن أكون هناك، الاستماع، الشعور بقبول فكري، أنا مقبول كمان أنا و أقبل الآخرين كما هم.

بالنسبه لي، فإن نشر كلتا الذراعين يعني الخروج، مما يعني بالنسبه لهم، أن الفعل البهيج يشبه الراحة.

التواجد ممكن بالنسبه لي، إذا كان التوتر في الجبهة، في الفك يمكن أن يزول، إذا كان بإمكانني تنظيفه او ضربه، فيمكنني أن أكون حاضرا.

امرأة تأخذ يديها في قبضتيها، وتنشر إصبعها الصغير و إبهامها و تدور حول قبضتيها على ارتفاع الصدر، وهو شعور جيد بالنسبة لها.

»Sie benennen sich selbst,
aus der Erfahrung ihres
alltäglichen Lebens.«

Emotion und Politik

حال خوب داشتن به این معنی است که سلامت و خوشبخت باشید.

من برای خودم آرزو می‌کنم که زندگی آرامی داشته باشم و بیماریم کمی بهتر بشه.

حال من خوب است چرا که همه چیز در خانواده م مرتب است، خانواده در کنار هم هست، هر چهار فرزندم در کنار هم هستند.

حضور داشتن برای من به این معنی است که حضور داشته باشم تا بشنوم، حس کنم - ایده‌هایم پذیرفته شوند. من همان‌گونه که هستم پذیرفته شوم و دیگران را هم همان‌طور که هستند بپذیرم.

برای من به معنای گشودن هر دو دست است و برای تو یعنی یک عمل شادی آور مانند تسکین است.

برای من، حضور وقتی کارساز است که گرفتگی در پیشانی و فکم از بین برود، اگر بتوانم آن را بیرون برانم یا صاف کنم، آنگاه می‌توانم حضور داشته باشم.





زنی دست‌هایش را در مشت می‌گیرد، انگشت کوچک و شستش را از هم باز می‌کند و مشت‌هایش را در ارتفاع سینه می‌چرخاند. این برای او حس خوبی دارد.

وقتی ورزش می‌کنم احساس خوبی دارم، مثلاً وقتی وزنه می‌زنم.

وقتی بیرون چیزی اشتباه است یا مشکلی دارید، چگونه آرام می‌شوید؟
آیا نفس عمیق می‌کشی؟ می‌خندی؟ جیغ می‌زنی؟ تندتر راه می‌روی؟ آیا
خود را منزوی می‌کنید یا گوشه‌گیر می‌شوید؟

Gesten des Wohlbefindens

Fühlen

Die dekoloniale Perspektive erkennt den Begriff »fühlen« an und verleiht den emotionalen und subjektiven Erfahrungen einen Wert, der von der modernen westlichen Sichtweise übersehen wird. »Fühlen« wird als eine Form des Wissens betrachtet, die die persönlichen Geschichten aufwertet.

Sich-Gut-Fühlens

Aus feministischer Sicht beinhaltet das Konzept des »Sich-Gut-Fühlens« eine Herausforderung für Frauen* gegenüber bestehender Unterdrückungsstrukturen, welche die Autonomie, Freiheit und Entwicklung einschränken. In dieser Hinsicht erhält »sich gut fühlen« eine politische Bedeutung, indem es Frauen* die Kontrolle über ihre eigenen Körper zurückgibt.



Ji bo te amadebûntê çî wateyê? Kengi tu xwe baş hîs di kî?

Heskirina baş tê wateya saxlemb û n tê wateya bextewarbûnê.

Hêvî dikim jiyana min her demaram be û nexweşîya min hinekî baştir bi be.

Ez xwe baş hîs dikim ji ber ku malbat baş e, malbat bi hevreyer, her çar Zarok bi hev re ne.

Ji bo min, hebûn tê wateya li wir bûna, bihîstin, pejirandina ramana min. Ez wek ku me qebûl dikim û yên din jî wekî wan qebûl dikim.

Ji bo min ev tê wateya belavkir ina her du destan, ji bo wê tê wateya çalakiya dilxweşiyê mîna rehetiyekê.

Ji bo min, amadebûn kar dike ger tansiyona di eniya min û çeneya min de derkeve, ger ez bikar ib im wê derxim an sivik bikim, wê hingê ez dikarim amade beim.

Jink destên xwe dixê nava kulman, tiliya xwe ya biçûk û tiliya xwe ji hev vedigetîne û li ber bilindahiya sîngê milên xwe dizivîne

Wexta ku ez wer zîşê dikim, wek mînak gava ez giraniyê hildirim, ez xwe xweş hîs dikim.





»Wir sehen den Körper
als Werkzeug für
Selbstbewusstsein.
Der Körper ist ein Raum,
um eine Handlung
zu gestalten. Es geht
darum, den Sinn der
Dinge zu finden...

Warum tun wir,
was wir tun?«









Gesten des Zuhörens

»Ich komme in Bewegung mit den Frauen*,
und dann geschieht etwas, das zuvor nicht
geplant werden kann. Ein Raum ohne Vorur-
teile, ohne Regeln, ohne Erwartungen, ohne
Verpflichtungen. Ein sicherer Raum, in dem
nichts getan werden muss, aber alles getan
werden kann, wenn sie es wünschen. Ich
gebe einen Impuls, und es geschieht etwas
- jede nach ihren Bedürfnissen.«

Karina Villavicencio

Melodie: ich möchte mich gerne setzen, es war nicht so eine stressige Woche, ruhig sitzen, das mache ich jeden Abend, dann sitze ich so, auf dem Balkon, wie war der Tag....

Monir: Sehr gut, ich habe alles geschafft, mein Kopf ist sehr gut, ich bin glücklich...(Sie muss lachen...)

Tamala: mir geht es gut,- egal - die Hand über der Schulter, ein bisschen lachen...

Ilka: genervt und gut

Avan: atmet durch, Hand auf die Brust
Hände öffnen Aufatmen

Azoor: sie fühlt sich gut und fit, gekreuzte Finger

Golallay: nachdenken

Mina: ich fühle mich gut, ich weiß nicht ob es passt....

Safran-Tee

Ein Sprichwort aus dem Iran zum Beispiel
weiß, dass Safran-Tee glücklich macht.

»Es sollte nur eine kleine
Spitze hineingesteckt werden«



Waschmaschinen

16 Waschmaschinen

Einmal pro Woche bekommt man einen Termin.

Von ihnen sind immer 4 defekt.

Für Termine mit defekten Maschinen muss man eine weitere Woche warten.

Früher war jemand dafür verantwortlich, aber jetzt nicht mehr.

In Reinickendorf war das anders.

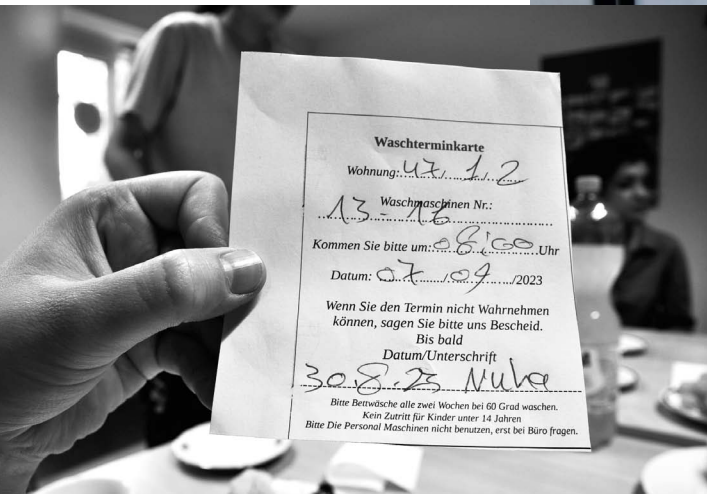
Mögliche Lösungen:

Geduld haben

Händewaschen

Jede Familie sollte eine eigene

Waschmaschine erhalten.



Was tut ihr, wenn ihr gestresst seid?

Russisch:

Что Вы делаете, если Вы в стрессе?

Kurmandschi (Kurdisch)

● Tu tiştên dikin, heger tu dirêjt in?

Persisch:

وقتی استرس دارید چه کار می‌کنید؟ ●

Türkisch:

● Stresli olduğunuzda ne yapıyorsunuz?



Monir: ich kann mich immer sofort kontrollieren, zum Beispiel wenn ich sauer bin, muss ich putzen weil alles schmutzig scheint, oder alleine sein oder spazieren gehen. Manchmal muss ich streiten.

Shirin: ich mache sauber und beschäftige mich mit Kindern damit ich das vergesse

Mina: ich glaube, ich höre gerne Musik und gehe raus spazieren, erstmal ruhige Musik und dann etwas lauter, alle Musik, alles mögliche.

Golallay: ich dusche auch gerne, ein bisschen Tee trinken und schlafen und dann ist wieder fertig....duschen? so lange wie ich brauchemit warmen Wasser....

Karina: ich gehe laufen ohne Stopp. Ganz schnell, so....

Ilka: bei mir ist es unterschiedlich, manchmal lesen, laufen und duschen.

Arzoo: mit anderen Leuten sprechen und putzen, mit meiner Familie spreche ich, langsam.

Mamari: ich spreche mit meiner Mutter am Telefon, meine Mutter hört zu....sprechen dann ist gut.

Melodie: Bei Alltagsgeschichten; 3 x tief atmen oder schnell laufen oder joggen. Bei einem großen Problem: Dann muss ich unbedingt mit jemanden sprechen, mit guten Freunden und oder meiner Mama und manchmal hilft nix.

Avan: zu Hause muss ich essen, Tüte Süßigkeiten.

Gesten des Nicht-Gesicht-Zeigens und des Rückenzuwendens

ژست های بدون نمایش صورت و با نمایش خمیدگی پشت بدن

Ma hûn zûtir dimeşin? Tu xwe îzo le dikî?

In der Fotografie »den Rücken zuwenden« bedeutet, dass das Motiv oder die Person, die fotografiert wird, mit dem Rücken zur Kamera steht. In solchen Fällen ist das Gesicht oder die Vorderseite des Motivs nicht sichtbar, sondern nur der Rücken. Dies kann eine künstlerische Entscheidung der* Fotografin* sein, um eine bestimmte Stimmung oder Atmosphäre zu erzeugen oder um den* Betrachter*innen dazu zu bringen, sich auf andere Elemente des Bildes zu konzentrieren. Es kann auch verwendet werden, um Anonymität oder Unkenntlichmachung zu erreichen.



»Rückenzuwendung als
Mittel zur Schaffung neuer
Erkenntnisse«

وقتی صورت را نمی بینم روی فرم بدن تمرکز می کنم.

Ich konzentriere mich auf die Form des Körpers, wenn ich das Gesicht nicht sehe.

Ev wêneyên ku rûyê wan xuya nake û pişta wan tê xuyang kirin çî bi we dikin?

Das erinnert mich an die Bekleidungs-geschäfte in Afghanistan nach der Rückkehr der Taliban. Die Köpfe der Schaufensterpuppen wurden aufgrund der religiösen Konzepte der Taliban entfernt. Nur die Körper sind sichtbar.

Ev yek firoşgehe cilan a li Afganistanê piştî vegera Talîbanê tîne bîra min. Ji ber ferastên olî yê Talîbanê serê mankenan hatin rakirin. Tenê laş xuya di bin.

این من را به یاد مغازه های لباس فروشی در افغانستان پس از بازگشت طالبان می اندازد. سر مانکن ها به خاطر مفاهیم مذهبی ای که طالبان به آنها اعتقاد دارند از بدنشان جدا شد. فقط بدن ها قابل مشاهده هستند.

حفظ حریم خصوصی

تایید حق و حقوق ما

Parastina nepenîtiyê.
Piştrast kirina mafên me.

/ Die Wahrung der Privatsphäre.

/ Die Bestätigung Ihres Rechts.

/ Eine wirksame Methode, um die visuelle und emotionale Perspektive des Publikums zu verändern.

/ Den Fokus auf den Körperausdruck und die Gestik lenken.

/ Die Erschaffung neuer Epistemologie neuer Erkenntnisse.

»Es geht darum, Sie zum Nachdenken darüber einzuladen, was passiert, wenn das Gesicht nicht gezeigt wird, verloren geht oder bewusst verborgen bleibt. Welche anderen Körperteile, die zuvor übersehen oder vernachlässigt wurden, beginnen an Bedeutung zu gewinnen? Der Rücken, die Rippen und andere Körperregionen rücken in den Vordergrund.«

»Es ist eine Art, die Wichtigkeit in den heutigen Narrativen zu hinterfragen, die Frontalität, Fokussierung und Zentralisierung. Dieser Ausdruck betont die Notwendigkeit, alternative Perspektiven und Herangehensweisen zu berücksichtigen, die nicht auf eine einzige hegemoniale Sichtweise beschränkt sind, sondern eine Vielfalt an Blickwinkeln und Erfahrungen einschließen.«

Gesten des **Verbergens**

Die Kunst ist nicht ein Werkzeug, sondern der Weg, um Handlungsweisen des Körpers anzuerkennen und Arten und Weisen zu etablieren, uns liebevoll zu verstehen.



Geste der Choreographie

Die Choreographie:

Das Ergebnis ist eine zeitgenössische
Choreographie, ein öffentliches Dokument
und eine Ressource für alle.

»Wenn ich diese Bewegung, die ich auf dem Foto sehe, verkörpere, **eigne ich mir diese Geste an**, bringe sie in Beziehung zu meiner eigenen Geschichte und erschaffe eine neue Erzählung«.

»Der Grundsatz der Empathie besagt, dass in dem Moment, in dem ich eine Geste wiederhole oder erkenne, **die zwischenmenschlichen Abstände verringert werden**«.

Die Choreographie:



1

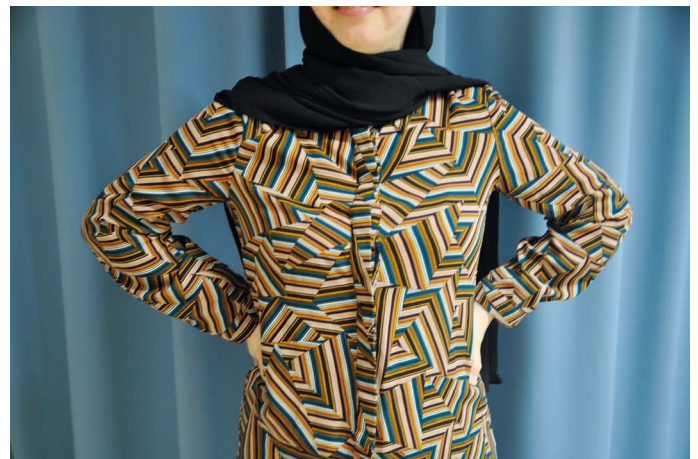


4

2

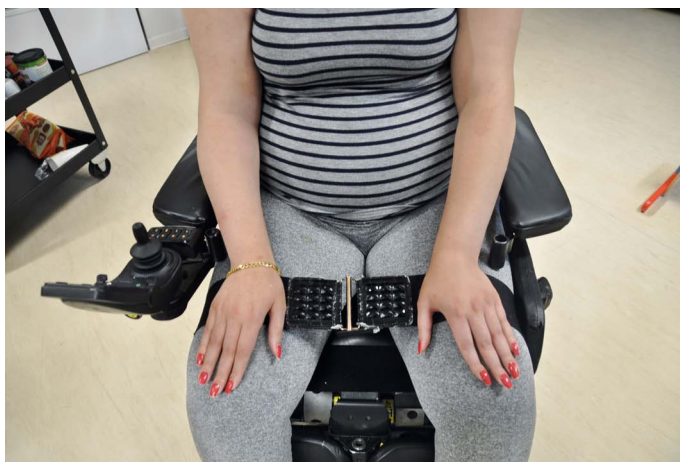


3





5



6



7



1...



1



2

4



3

5



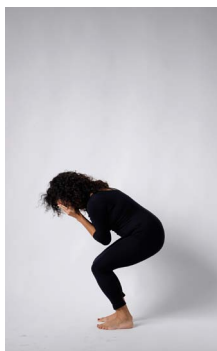
6

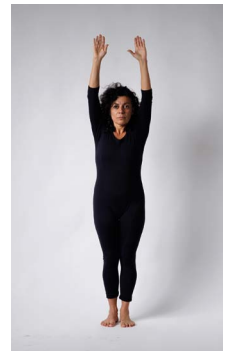
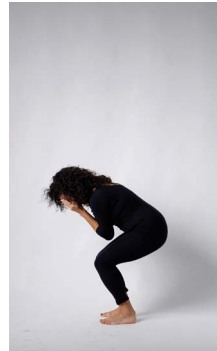
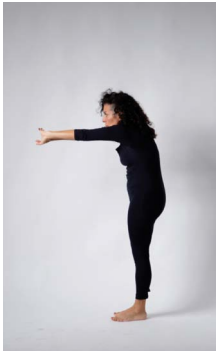
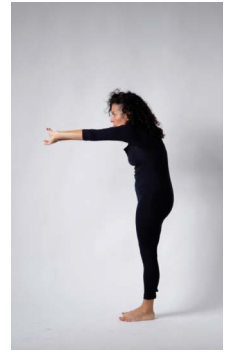
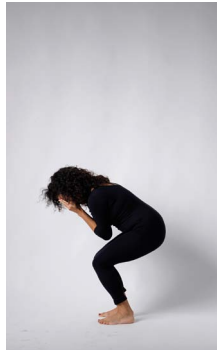


1...

7







Glaube an deine Geschichte
und nimm dir den Raum

Golallay: streckt die Beine aus, Hände auf den Knien...
es war alles gut heute.

Mina: Hände in die Seite
Ihr hat heute alles Spaß gemacht.

Shirin: ausgestreckte Hände
Schön die Bewegung tut gut, es geht ihr gut.

Monir: Hände auf dem Schoß, sie atmet tief ein und aus und es geht ihr gut...

...Alle fühlen sich gut

Melodie steht in ihrer Lieblingshaltung, stabil und centered.

Avan: hat es Spaß gemacht.

Her kes xwe baş hîs dike.

الجميع يشعر بالرضا
همه حالشان خوب است





Impressum

Teilnehmer*innen:

Fátima
Fatma
Ferdin
Gülsem
Johanna
Monir
Samana
Shorike
Tamana
Azoor
Nina
Gollalay
Melodie
Ilka
Karina
Julie
Hannelore
Johana
Mamari
Avan
Florencia
Shirin
Janet

Herausgeberin*:

Feministisches Zentrum für Migrant*innen
Heinrichstraße 20C, 13017, Berlin. Deutschland

Webseite: fzm-berlin.com

E-Mail: kontakt@fzm-berlin.com

Künstlerische Leitung / Konzeption: **Karina Villavicencio**

Foto und Texten: **Karina Villavicencio**

Broschüre Design: **Florencia Risopatón**

Foto performance Karina Villavicencio: **Maria Rapela**

Künstlerische Assistenz/ Gruppenbetreuung: **Ilka Eichner**

Lektorat Deutsch: **Ilka Eichner**

Lektorat Persisch : **Melody Mosavat (Benn- Wartenberg)**

Lektorat Russisch: **Svetlanna Evdokimova (Benn- Buch)**

Lektorat Türkisch: **Remziye Uykum (Box 66 e.V)**

Übersetzungen mit roten Punkten: **Chat GPT** ●

Kinderbetreuung: **Ansam Chicho**

Danksagungen

Herzlichen Dank an BENN Hohenschönhausen Nord, insbesondere an Melody und Johanna, die das Projekt von Anfang an unterstützt haben. Danke an Julie Cifuentes, Thais Vera Utrilla und Ana Acevedo, dass sie an das Projekt geglaubt haben und an Florencia Risopatron, die mit Geduld und Liebe das Projekt begleitet hat.

Berlin, November 2023

© 2023

Feministisches Zentrum für Migrant*innen

Gefördert von



Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*



FZM*
FEMINISTISCHES
ZENTRUM FÜR
MIGRANT*INNEN



