



by
Bianca Belck
Eike Buff

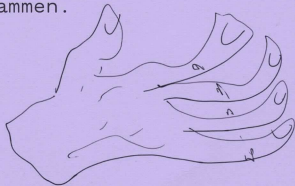
handbuch

a handbook

dolcefarniente

Wenn wir in der großen, weiten Welt spazieren, fühlt es sich an als würden wir Zeit vertreiben. In der kapitalistischen Produktionsweise heißt es „Zeit ist Geld“. Dabei heißt in unserem zerstörerischen System produktiv zu sein, nichts anderes als dieses zu verewigen. In einer gesellschaftlichen Ordnung, in der wir uns alle als Entrepreneure unserer selbst verstehen, ist es nicht verwunderlich, dass Hilfe - die keine Gegenleistung erwartet - als vergoltene Zeit gilt.

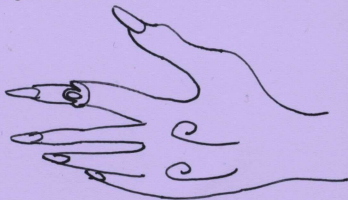
Wir aber glauben, dass alle was davon haben, wenn wir einander eine helfende Hand leihen. Wir verstehen Hilfe als Chance allen Widrigkeiten zum Trotz ein solidarisches Miteinander - egal ob Tier, Pflanze oder Pilz - zu ermöglichen. In diesem Sinne stellen wir diese Anleitungen zum Helfen, Geholfen werden und Danken zur Verfügung. Und wenn alles vorüber ist, dann haben wir noch Zeit für frohes Dolcefarniente alle zusammen.



dolcefarniente

When we wander around our great, wide world, it feels like we are but killing time. In the capitalist mode of production we are told "time is money". Yet being productive in our destructive system means nothing short of perpetuating it. In a social order in which we all see ourselves as entrepreneurs of ourselves, it's no surprise that help - which expects nothing in return - is seen as a waste of time.

We however believe that everyone benefits from lending each other a helping hand. To us, help presents the opportunity to work together in solidarity against all odds - whether animal, plant or fungi. In this spirit, we provide these instructions for helping, being helped and thanking. And when it's all done and over, we shall still have time for some quality dolcefarniente together.



helfen



helping



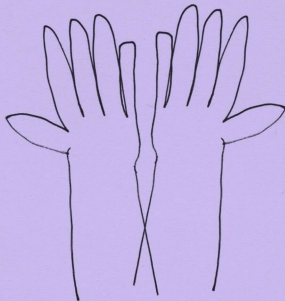
Beobachte wie Wesen
um dich herum sich
gegenseitig helfen.
Schreibe dazu ein Haiku.

Observe how beings
around you help each
other. Write a haiku
about it.

2.

Lade jemand auf ein
Getränk ein. Erwarte keine
Gegenleistung.

Treat someone to a drink.
Don't expect anything in
return.



3.

Frage jemanden wie es
ihm*ihr geht.
Mache ihm*ihr Mut.



Ask someone how they are
doing. Cheer them up.

4.

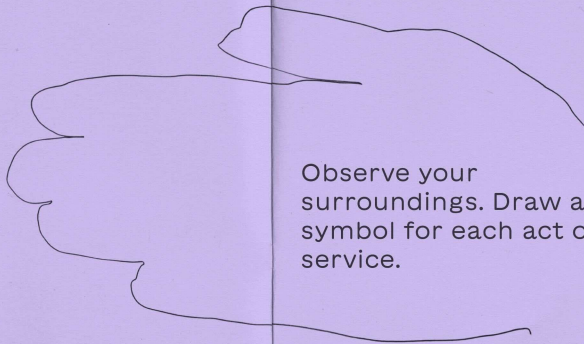
Führe eine Strichliste
darüber, wie oft du keine
Zeit hast zu helfen.

Keep a tally of how often
you have no time to help.



5

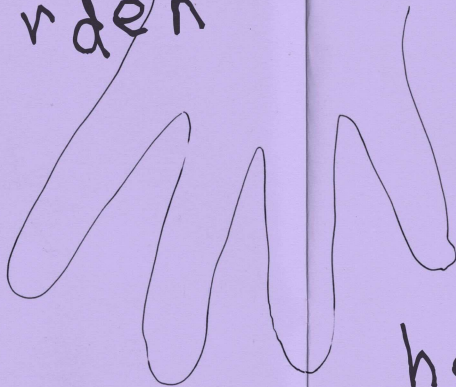
Beobachte deine
Umgebung. Zeichne für
jeden Akt des Helfens ein
Symbol.



Observe your
surroundings. Draw a
symbol for each act of
service.

geholfen

werden



being
helped



Das nächste Mal wenn
dir jemand Hilfe anbietet,
nimm es ohne Zweifel an.
Bleib offen für das objektiv
unerwartete.

The next time someone
offers you help, accept it
without hesitation. Stay
open to the objectively
unexpected.

7.

Frage nach Hilfe in
einer alltäglichen,
jedoch ungewöhnlichen
Angelegenheit (z. B.
Zähneputzen).

Ask for help with an
everyday but unusual task
(e.g. brushing your teeth).





Überlege dir wofür/wie du dir Hilfe wünschst. Schreibe es auf einen Zettel und verstecke es an einem geteilten Ort.

Think about what/how you would like to be helped. Write it on a piece of paper and hide it in a shared space.



Lass dir bei etwas helfen,
was du selber sehr gerne
tust.

Ask for help with
something that you really
enjoy doing.

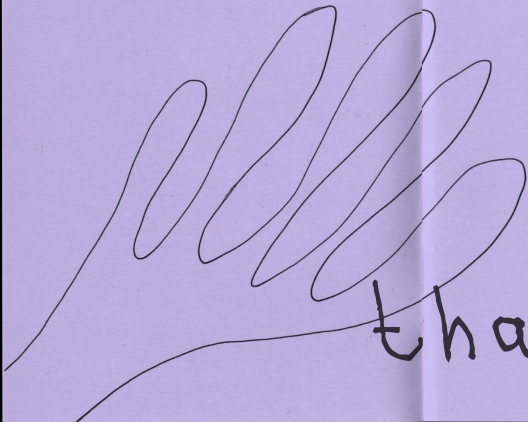




Say "help" until it loses its meaning. Assign a new meaning to the word.

Sag „Hilfe“ so lange bis es an Bedeutung verliert. Verleihe dem Wort eine neue Bedeutung.

danken

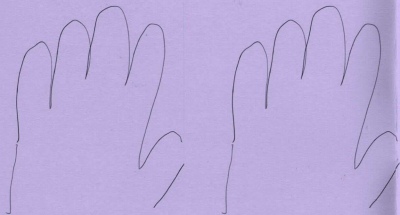


thanking



Bedanke dich ohne Danke
zu sagen.

Thank someone without
saying thank you.



12.

Write a ludicrously long acknowledgment to everyone and everything that made your day possible (e.g. the water supply, the woolly sheep, your gut flora, etc).

Schreibe eine lächerlich lange Danksagung an alle und alles, was dir den heutigen Tag ermöglicht haben (z. B. die Wasserversorgung, den Wollschafen, deine Darmflora, etc).



Überlege dir einen besonderen Handschlag, um dein Dank zu zeigen.

Come up with a special handshake to show your gratitude.



14

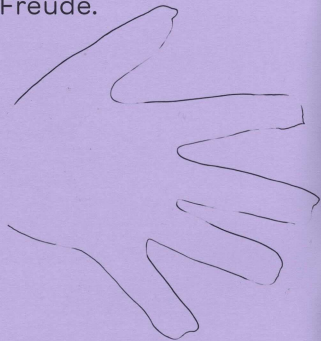
Schreibe eine kurze
Nachricht und hinterlasse
sie an einem geheimen Ort
(z.B. in einem Buch).



Write a short message and
leave it in a secret place
(e.g. inside a book).

15.

Wenn dir geholfen wurde,
mach einen Purzelbaum
vor Freude.



If you have been helped,
tumble in joy.



16.

Wer hat dir in den letzten zwei Wochen geholfen deine Laune hochzuhalten? Gib ihn*ihr eine Umarmung.

Who has helped you staying upbeat over the past two weeks? Give them a hug.



lae cherlich lange Danksagung

Wir wollen uns 1000x bedanken bei Anna, Katka, Daniel, Johan und Louis für ihre allzeitgute Laune, die uns so Mut gemacht hat; Divleena, Kalin und Miriam für ihre Unterstützung beim Baumsurfscheibe sägen; Esther, Hanna und Mohar fürs Frühstrück vor- und nachbereiten; Dominik für das mega leckere Montags- und Dienstagessen; den Jungbäuer*innen für das leckere Beisammensein; Christoph & Ramona fürs Vertrauen; Anne für ihren süßlichderben Humor und Akzent; Esther fürs großartig-zuverlässige shuttlen und koordinieren; ihrer Mum für Leckereien; Miriam U. und Juliane fürs Mitdenken und -sorgen; Vitaly

fürs Mitschneiden; Klaus für die Talgeschichten; Miriam J. dafür, dass sie uns Klaus vorgestellt hat und generell den Überblick behalten hat; Pepi und Renate für ihre Extrem-Gastfreundschaft; allen Artists für den Austausch, das Beisammensein und auch die gelösten Konflikte; Andreas für sein ermutigendes Feedback; den Fliegen dafür, dass sie erst an den letzten drei Tagen nervig wurden; Walter Prem als Grundlage unzähliger und abendfüllender Spekulationen; dem Verkehrsamt Lechtal für die humorvolle Verkehrsführung im Bsclabertal; den heiligen Wiesen, den Flüssen, Wäldern, Bergen, Wolken und dem Nebel, dem Bsclabertal; allen Beitragenden des medienfrische Festivalprogramms.

ludicrously long acknowledgements

A 1000 thanks to Anna, Katka, Daniel, Johan and Louis for keeping up the good mood and encouraging us at all times; Divleena, Kalin and Miriam U. for their support in sawing the woodsurfing surf-disc; Esther, Hanna and Mohar for preparing and following up the breakfast; Dominik for the delicious Monday and Tuesday lunches; the young farmers for the lovely gathering; Christoph & Ramona for their trust; Anne for her adorable humour and accent; Esther for her great and reliable shuttling and coordination; her mum for treats; Miriam U. and Juliane for thinking along and caring; Vitaly for recording; Klaus for the valley

tales; Miriam J. for introducing us to Klaus and generally staying on top of things; Pepi and Renate for their exceptional hospitality; all the artists for sharing, hanging out and solving conflicts; Andreas for his encouraging feedback; the flies for only becoming annoying on the last three days; Walter Prem as the basis for countless and evening-long speculations; the Lechtal traffic office for the humorous traffic management in the Bsclabertal; the sacred meadows, the rivers, forests, mountains, clouds and the mists, the Bsclabertal; all contributors to the medienfrische festival line-up.

impvessum

medienfrische

LEERE ZEIT

07. - 22.06.2024

Bschlabertal, AT

medienfrische.com

Autoren

authors

Bianca Beck & Eike Buff

Illustrationen

illustrations

Anna, Anne, Alex, Bianca, Daria,
Dominik, Eike, Finn, Johan, Louis,
Jonas, Kalin, Kaya, Maila, Mohar,
Miriam J., Miriam U., Esther, Hanna,
Heyse, Lan, Lina, Julliane, Katja, RGM,
Divleena, Vitaly, Yue

Schrift

type

Kiddo. Distributed by
notyourtype.nl.

GT Maru by Thierry Blancpain.
Distributed by grillitype.com.