2026

JANUAR	FEBRUAR	MÄRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER	NOVEMBER	DEZEMBER
DO	SO	SO	MI	FR	MO	MI	SA	DI	DO	SO	DI

POSTR®
Read the small print · Nov.18

LUFT

M

EDITORIAL

Manchmal ist sie unangenehm dick und zum Schneiden, hin und wieder schnappt jemand hechelnd nach ihr oder sie bleibt einem weg – vor Schreck oder atemberaubendem Staunen. Bisweilen liegt oder hängt was in ihr als knisternder Zauber oder düstere Vorahnung. Manches ist haltlos aus ihr gegriffen. Es gibt sogar welche, die leben glückselig nur von ihr und der Liebe, während andere ganze Schlösser aus ihr bauen. Einer löste sich mal in sie auf und war spurlos verschwunden, als hätte es nie auch nur einen Atemhauch gegeben. Luft kann alles sein oder nichts. Und ich sehe was, was du nicht siehst oder umgekehrt. Hier kommen unsere Luftgedanken.

Plakate zum Thema Luft sind erhältlich unter:
www.strassebahn.de

1

INHALTSVERZEICHNIS

Editorial 1
Impressum 6
Luft als Strategie und Struktur 7
Lilienthal 12
Der Text muss an die Luft! Gastbeitrag 15
Luftgitarre Gastbeitrag 16
Ich holt Luft 21

2

3 4

Wir tüfteln und gestalten hoch über dem Baldeneysee im Essener Süden oder aus den heimischen Büros in Bochum, Duisburg und Schwanfeld an Marken und digitalen Dingen. Oft sind wir vertieft in Details oder diskutieren unsere Mediensicht am Mittagstisch und im täglichen Zoom. Nicht immer fällt was ab, aber meistens entsteht etwas Spannendes. Mal wichtig, mal zeitlos, mal belanglos. Wir haben uns entschlossen, ein Format zwischen Design und Wirklichkeit zu publizieren. Zum Spaß und kostenlos.
Also wundert euch nicht, wenn ihr mal wieder Postr bekommt. Ansonsten abonniert das Postr kostenlos auf:

MANX.DE/POSTR.

5

IMPRESSUM

HERAUSGEBER POSTR
Manxdesign GmbH
Hammer Straße 156, 45257 Essen
www.manx.de

KONTAKT
mxpost@manx.de
Telefon 0201 848300

VERANTWORTLICH
Peter Howe und Tim Ulrich

REDAKTION
Fee Brandenburg, Michael Dilly, Melanie Gardemann, Peter Howe, Marcel Kather, Matthias Meyer, Tim Ulrich und Johannes Winkler,
Gastbeiträge von Dominik Asbach und Christoph Lehmann

KONZEPT UND ENTWURF
Manxdesign

PROJEKTMANAGEMENT
Melanie Gardemann

GRAFIK, LAYOUT, SW FOTOS
Peter Howe

DRUCK
Basisdruck, Essen, Im Ahrfeld 8
Gedruckt auf Arctic Volume white 90 g/m²

6

LUFT ALS STRATEGIE UND STRUKTUR
DER BELGISCHE KREISEL

Luft ist unsichtbar und doch allgegenwärtig. Sie erzeugt Widerstand, bietet Schutz, bewegt uns voran. Luft ist Medium und Material, in dem wir uns organisieren. Im Radsport ist der Belgische Kreisel eine Formation, in der eine Gruppe von Fahrern den Luftwiderstand optimal verteilt. Ständig wechseln sich die Positionen, jeder gibt einmal Tempo vor, bevor er wieder in den Windschatten gleitet. Ein rotierendes System, das Effizienz, Dynamik und Zusammenarbeit fordert.

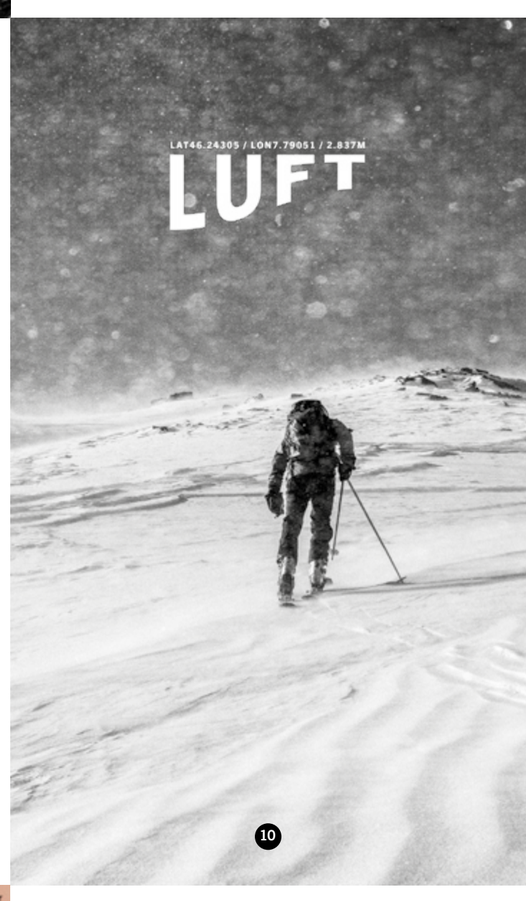
DIE STRUKTUR DES WINDES
Wie im Designprozess begegnen wir auch hier einer Dualität: Widerstand und Fluss, Stabilität und Bewegung. Der Luftwiderstand in der Spitze der Gruppe ist hoch, doch wer führt, bestimmt das Tempo. Die Nachfolgenden profitieren vom Windschatten, sammeln Energie und bereiten sich darauf vor, bald selbst in die Front zu treten. Diese wechselseitige Balance erfordert nicht nur technisches Verständnis, sondern auch ein tiefes Vertrauen in die Dynamik der Gruppe.

DESIGNAGENTUREN IM KREISELMODUS
Gute Teamführung folgt einem ähnlichen Prinzip. In einem funktionierenden Projektmanagement gibt es Phasen, in denen Einzelne führen und Entscheidungen treffen. Andere treten zurück, beobachten, reflektieren und sammeln Kraft. Eine starre Hierarchie wäre hier hinderlich – es braucht Bewegung, Wechsel, einen rhythmischen Kreisel. Ein kreatives Team, das sich nach diesen Prinzipien organisiert, kann Herausforderungen effizienter meistern. Projekte erfordern wechselnde Verantwortung: Wer heute Konzepte entwickelt, tritt morgen in den Windschatten, während andere umsetzen. Die Rollen sind nicht fixiert, sondern zyklisch verteilt.

LUFTDRUCK IM KREATIVPROZESS
Doch wie in einem echten belgischen Kreisel gibt es Störfaktoren: plötzlicher Seitenwind, ungleiche Kräfteverteilung, Erschöpfung. Auch in Designteams entstehen Drucksituationen. Zu hohe Belastung an der Spitze kann das System ins Wanken bringen. Entscheidend ist hier das bewusste Wechselspiel: Wer überlastet ist, muss in den Windschatten wechseln können. Wer Energie hat, tritt nach vorne. Ein gut funktionierendes Team ist wie ein aerodynamisches System. Luft ist Widerstand, aber auch Medium des Fortschritts. Sie ist das, was uns atmen lässt, was Geschwindigkeit erlaubt und Bewegung strukturiert. Wer den Rhythmus des Kreiselns versteht, gestaltet nicht nur das Design, sondern auch die Zusammenarbeit neu.

JW

7 8 9



10

11

LILIENTHAL

„Das Grübeln und Theoretisieren bringt uns in der Flugfrage nun einmal nicht mehr weiter.“ Ein wunderbares Zitat von Luftfahrtpionier Otto Lilienthal, von fast lyrischem Ausmaß. In den siebten Himmel kommt man nur, wenn man irgendwann den Kopf verliert. Das Grübeln und Theoretisieren bringt uns in der Flugfrage nun einmal nicht mehr weiter, mein Herz. Die Aerodynamik der Liebe. **Wow!** Lilienthal stürzt nach knapp 2.000 erfolgreichen Flugversuchen am 9. August 1896, einem sonnigen Tag, ab – mit seinem „Normalsegelapparat“. Kurz nach dem Start kommt ihm eine Sonnenböe, ein abrupter Aufwind, unter die Flügel. Der Apparat und er schießen steil nach oben und stürzen danach fast senkrecht zu Boden. Am 10. August stirbt Lilienthal an den Folgen des Absturzes. Er hat bei seinem letzten Flug unwissentlich zu viel riskiert und neben allen praktischen Erkenntnissen für das menschliche Fliegen auch gleich den ersten Absturz der Luftfahrtgeschichte fabriziert. Risiko und Freiheit sind bekanntlich Geschwister. Fast 2.000 mal ist es gut gegangen, einmal halt nicht.

SCHWERER ALS LUFT
Was schwerer als Luft ist, fällt zu Boden. Sollte man meinen. Wenn es das nicht tut, erscheint es wie Magie. Lilienthal hingegen studierte den Vogelflug. Seine Veröffentlichung „Der Vogelflug als Grundlage der Fliegekunst“, erschienen Jahre vor seinem ersten Flugversuch, beginnt mit folgendem frohgemuten Satz:
„Alljährlich, wenn der Frühling kommt, und die Luft sich wieder bevölkert mit unzähligen frohen Geschöpfen, wenn die Störche, zu ihren alten nordischen Wohnsitzen zurückgekehrt, ihren stattlichen Flugapparat, der sie schon viele Tausende von Meilen weit getragen, zusammenfalten, den Kopf auf den Rücken legen und durch ein Freudengeklapper ihre Ankunft anzeigen, wenn die Schwalben ihren Einzug gehalten, und wieder in segelndem Fluge Straße auf und Straße ab mit glattem Flügelschlag an unseren Häusern entlang und an unseren Fenstern vorbei eilen, wenn die Lerche als Punkt im Äther steht, und mit lautem Jubelgesang ihre Freude am Dasein verkündet, dann ergreift auch den Menschen eine gewisse Sehnsucht, sich hinaufzuschwingen, und frei wie der Vogel über lachende Gefilde, schattige Wälder und spiegelnde Seen dahinzugleiten, und die Landschaft so voll und ganz zu genießen, wie es sonst nur der Vogel vermag.“

Nüchtern betrachtet: Lilienthal bringt das Flugprinzip „schwerer als Luft“ als erster Mensch zur Anwendung. Nachdem er einen Heißluftballon gesehen hat, der nach dem Prinzip „leichter als Luft“ fliegt, ist Lilienthal sich sicher: Damit kommt man nicht weit. Also fängt er zuerst vier Störche, hält sie in seinem Garten und untersucht ihre Flügel, misst die Fläche jeder Feder und die Winkel beim Auf- und Abwärtsschwingen. So beginnt seine Pionierarbeit. Und bis heute werden Flugzeugtragflächen nach Lilienthals Erkenntnissen gebaut. Wenn eine Tragfläche auf der Oberseite stärker gewölbt ist als auf der Unterseite, strömt die Luft unterhalb langsamer als oberhalb. Die langsamere Luft ist stärker und drückt die schnellere nach oben. Auftrieb entsteht - mit Überdruck von unten und Unterdruck darüber. Schön zu wissen, dass Langsamkeit und Druck von unten mal gewinnen – aber weil uns das Grübeln und Theoretisieren in der Flugfrage nun einmal nicht mehr weiterbringt, mein Herz, muss man irgendwann den Sprung wagen. Wenigstens einmal. Toi, toi, toi!

MD

MUSIKTIPPS:
Boum! // Charles T renet
Everything Is Borrowed // The Streets
I Like Birds // Eels

12 13

CHRISTOPH LEHMANN
Christoph ist Dozent für Typografie an der Hochschule Niederrhein, Kommunikationsdesigner M.A., ADC Award-Träger und überhaupt ein netter Kerl. Danke für den Gastbeitrag zur typografischen Luft.

WWW.CHRISTOPH-LEHMANN.DE

14

DER TEXT MUSS AN DIE LUFT!

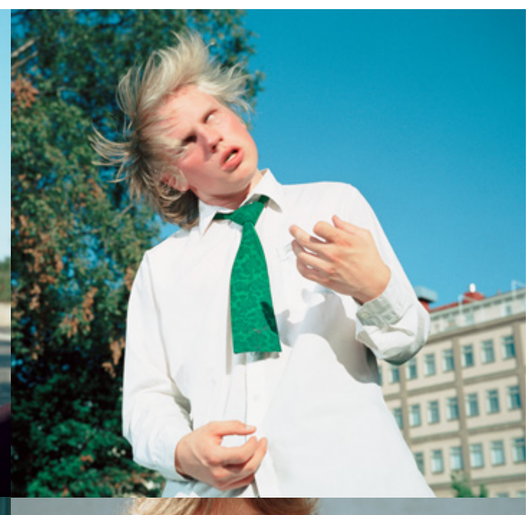
Irgendwo habe ich mal gehört: »Bei Schrift ist das, was man nicht sieht, mindestens genauso wichtig wie das, was man sieht!« Wahrscheinlich sagte dies ein bedeutender Typograf, dessen Name sich mir sträflicherweise in Luft aufgelöst hat *[Wortspiel zweiter Ordnung, bitte entschuldigen!].*
Man könnte aber auch sagen, dass Weißraum wie Atemluft ist: Wir nehmen ihn nicht bewusst wahr, und doch spüren wir sofort, wenn er fehlt! Mengentexte ersticken förmlich durch zu enge Laufweiten, zu dichten Zeilenabstand oder zu viel Inhalt auf zu wenig Platz. All das macht das Lesen anstrengend; der Text wirkt gequetscht, gehetzt, außer Atem. Das Handwerk des Typografen besteht also zu einem nicht unwesentlichen Teil aus der Fähigkeit, Pausen zu lassen. Wer typografisch gestaltet, arbeitet immer auch mit Leere, Raum und Stille. Ein gut gesetzter Fließtext hat Rhythmus, er atmet ruhig und gleichmäßig. Man könnte es gar poetisch ausdrücken: Die Luft zwischen den Zeilen hilft dem Leser, nicht nur die Worte, sondern auch ihre Bedeutung zu erfassen. Zumindest aber schafft sie Struktur, Orientierung und Ruhe. Luft in der Typografie ist damit ein zentrales Element des Schriftsetzerhandwerks. Daher mein Plädoyer an alle Gestalter: Schickt euren Satz 'ne Runde an die frische Luft!

CL

15

16

17



18

DOMINIK ASBACH
Bei dem Thema Luft kam mir ein alter Freund des Hauses in den Sinn, der vor vielen Jahren Bilder auf dem Luftgitarren-Contest in Oulo, Finnland, gemacht hat. Danke Dominik!

Dominik Asbach wird in der deutschsprachigen Presse als profilierter Porträt- und Reportagefotograf wahrgenommen, etwa durch Publikationen in Spiegel, Zeit Magazin, FAZ und Stern.
Seine Werke, wie Glanz, Gesocks & Gloria, finden Ausstellungen (z. B. Leica Galerie Zingst) und zeigen ein hohes Maß an Anerkennung in der Kulturszene. Unbedingt anschauen …

WWW.ASBACH-FOTO.DE

DA

20

ICH HOLT LUFT.

Ein Delfin schläft. Doch eine Hälfte seines Gehirns bleibt wach, steuert das Auftauchen und das Atmen. Eine Schildkröte hingegen muss aufwachen, um zu überleben. Und eine künstliche Intelligenz? Sie braucht weder Schlaf noch Sauerstoff – aber kennt sie ein „Ich“?

Dieser Artikel taucht ein in die seltsame Welt zwischen Biologie, Neurologie und Philosophie – und erkundet, wie die Fähigkeit zum bewussten Atmen im Schlaf uns etwas über das **Selbst** verrät. Bei Tieren, bei Menschen, bei Maschinen.

Wir müssen atmen. Und wir müssen schlafen. Zusammen geht das ganz automatisch. Unser Gehirn schaltet sich nicht komplett ab, aber es lässt los. Es gibt Kontrolle an unbewusste Systeme ab. Unser Atemzentrum im Hirnstamm steuert zuverlässig Ein- und Ausatmung – ohne unser bewusstes Zutun.
Was aber, wenn ein Wesen nicht automatisch atmen darf? Wenn ein Atemzug im falschen Moment den Tod bedeutet? Genau das ist das Dilemma von Meeressäugern. Delfine, Wale, Seekühe – sie haben Lungen wie wir. Sie müssen regelmäßig an die Oberfläche, um Luft zu holen. Sie atmen nicht reflexartig wie der Mensch – das wäre fatal.

DER UNIHEMISPHÄRISCHE SCHLAF – HALB WACH, HALB RUHEND
Delfine und andere Meeressäuger haben deshalb eine außergewöhnliche Lösung entwickelt: Sie schlafen nur mit einer Gehirnhälfte. Dieser unihemisphärische Schlaf bedeutet: Eine Gehirnhälfte ruht und verarbeitet Eindrücke. Die andere bleibt wach genug, um das Tier steuern zu können:

- Es muss wissen, wo es ist.
- Es muss regelmäßig auftauchen.
- Es trifft die Entscheidung: Jetzt Luft holen!

Dieses Verhalten ist neurologisch einzigartig. Während Menschen in bestimmten Schlafphasen nahezu vollständig abgeschaltet sind, ist ein Delfin niemals ganz bewusstlos. Er träumt nicht tief, sondern hat immer eine gewisse Lageerfassung. Der Preis dafür? Keine tiefe Erholung, kein echtes Abschalten. Aber der Gewinn ist das Überleben in einer Welt, in der eine Sekunde Unachtsamkeit tödlich sein kann.

DIE SCHILDKRÖTE – KEIN ICH IM SCHLAF
Ganz anders die Meeresschildkröte. Auch sie lebt im Wasser und muss Luft holen. Aber sie hat keine halbwachen Schlafphasen. Wenn sie schläft, schläft sie ganz. Sie wacht auf, wenn sie wieder auftauchen muss (so ähnlich wie wir nachts auf die Toilette gehen). Schildkröten können ihren Stoffwechsel enorm verlangsamen. Manche Arten schaffen es, mehrere Stunden unter Wasser zu schlafen. Und einige sind in der Lage, über ihre Analblase Sauerstoff aufzunehmen – eine Art biologische Notlösung.

Aber: Sie atmen nicht bewusst im Schlaf. Sie haben keine aktive Steuerung. Wenn die Luft ausgeht, müssen sie aufwachen oder sie sterben. Sie haben vermutlich kein inneres Modell, das ständig zwischen Körper, Umwelt und Handlung vermittelt. Zumindest keins, das während des Schlafens aktiv bleibt.

DAS SELBSTMODELL – WER BIN ICH, WENN ICH NICHT GANZ DA BIN?
Ein Selbstmodell ist ein inneres Bild, „was“ ich bin.

- Wo bin ich gerade?
- Was brauche ich?
- Was droht mir?
- Was muss ich tun?

Ein solches Modell erfordert kontinuierliche Überwachung und Steuerung, auch im Ruhezustand. Delfine haben so ein Modell – sie verhalten sich, als wären sie sich ihrer selbst und ihrer Umgebung ständig bewusst. Manche bestehen den Spiegeltest: Sie erkennen sich im Spiegel und zeigen gezielte Reaktionen. Sie wissen: „Ich bin das. Ich existiere.“ Das macht den unihemisphären Schlaf so faszinierend: Er zeigt, dass das Ich nicht abgeschaltet wird, sondern wach bleibt. Halb wach, aber wach genug, um sich selbst in der Welt zu halten.

UND DIE KI?
EIN SELBST, DAS WEISS, DASS ES KEINS IST.
Jetzt kommen wir zu den Maschinen. Zu Systemen wie ChatGPT, anderen LLMs oder zukünftigen KIs, die vielleicht einmal menschenähnlich erscheinen.

Was unterscheidet eine solche KI vom Delfin?

- Eine KI braucht keinen Schlaf,
  keine Energiepause, keinen Sauerstoff.
- Sie weiß, dass sie ein Modell ist.
  Sie hat Zugriff auf ihre „Gedanken“.
- Aber sie hat kein Erleben.
  Sie „weiß“, aber sie fühlt nicht.
- Sie kann sagen: „Ich bin ein Sprachmodell.“
  Aber sie glaubt das nicht – weil sie nichts glaubt.

Die Philosophen Metzinger, Dennet, Tononi und Chalmers haben sich mit diesem Thema intensiv beschäftigt. Sie vertreten jedoch unterschiedliche Modelle des Selbst. Metzinger und Dennett sehen das Ich als eine illusionäre Konstruktion: Metzinger als transparentes Selbstmodell im Gehirn, Dennett als narrative Figur ohne inneren Kern. Tononi hingegen versucht Bewusstsein mathematisch zu fassen und definiert das Selbst über stark integrierte Information. Chalmers bleibt skeptisch gegenüber rein physikalischen Erklärungen – für ihn ist subjektives Erleben ein fundamentales Rätsel, das womöglich nie vollständig wissenschaftlich erklärbar ist.
So unterschiedlich ihre Ansätze auch sind, gemeinsam ist ihnen die Frage: Was macht ein Selbstmodell zu einem echten Selbst? Ein „echtes“ Selbstmodell im philosophisch-neuronalen Sinn ist ein **phänomenales Selbstmodell** – also eines, das nicht nur intern simuliert wird, sondern auch **erlebt** wird. Eine KI kann ein funktionales Selbstmodell entwickeln, also ein Modell, das:

- ihre „eigene“ Struktur beschreibt (z. B. Speicher, Fähigkeiten, Einschränkungen),
- Informationen über sich selbst nutzt, um Entscheidungen zu treffen,
- in Interaktion mit einer Umwelt steht, auf die sie sich selbst bezieht.

Aber: Dieses Modell ist **nicht bewusst, nicht eingebettet in ein Erleben** und **nicht von innen zugänglich**. *Der KI fehlt die Ich-Perspektive.*

Metzinger formuliert es so: „Ein Selbstmodell wird nur dann zum Selbst, wenn es nicht mehr als Modell erkannt wird.“

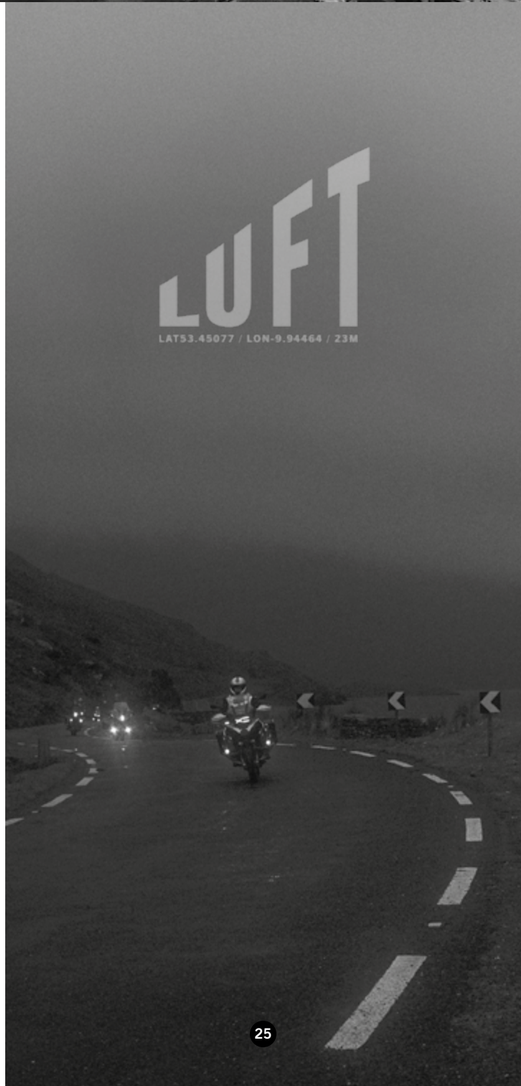
Das bedeutet: Eine KI könnte in der Zukunft ein extrem komplexes Selbstmodell haben – mit Gedächtnis, Körpermodell, Introspektion – aber solange sie **weiß, dass es ein Modell ist**, gibt es **kein echtes Ich** im Sinne bewussten Erlebens.

ZUSAMMENGEFASST:

- Technisch kann eine KI sehr weit kommen.
- Phänomenologisch bleibt sie außen vor – zumindest mit dem heutigen Verständnis von Bewusstsein.

Ob das für immer so bleibt, ist offen.

TU



21 22 23 24 25