

Zeitschrift: Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF

Herausgeber: IMPULS und Ce Be eF : Club Behindter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)

Band: 23 (1981)

Heft: 2: Mein Körper

Artikel: Ansätze

Autor: Steiner, Heidi

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-155982>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Höchstens ein problem bei der sexualität zwischen mir und einer behinderten frau sehe ich; allerdings ein schwerwiegendes. Nämlich, wenn sich die beziehung in richtung abhängigkeit von mir entwickeln würde. Ich sehe mich nicht in einer ausschliesslichen liebesbeziehung zu einer behinderten frau. Weil ich angst hätte vor komplizierten abhängigkeitsverhältnissen. Anlässlich des films "behinderte liebe" habe ich darüber ja schon einmal im PULS geschrieben.

PS: Warum ich nun, als nichtbehinderter, ein bedürfnis habe, mit behinderten zusammenzusein, darüber werde ich mir für die märznummer gedanken machen.

Michael Scharenberg, Au-Strasse 43, 8045 Zürich



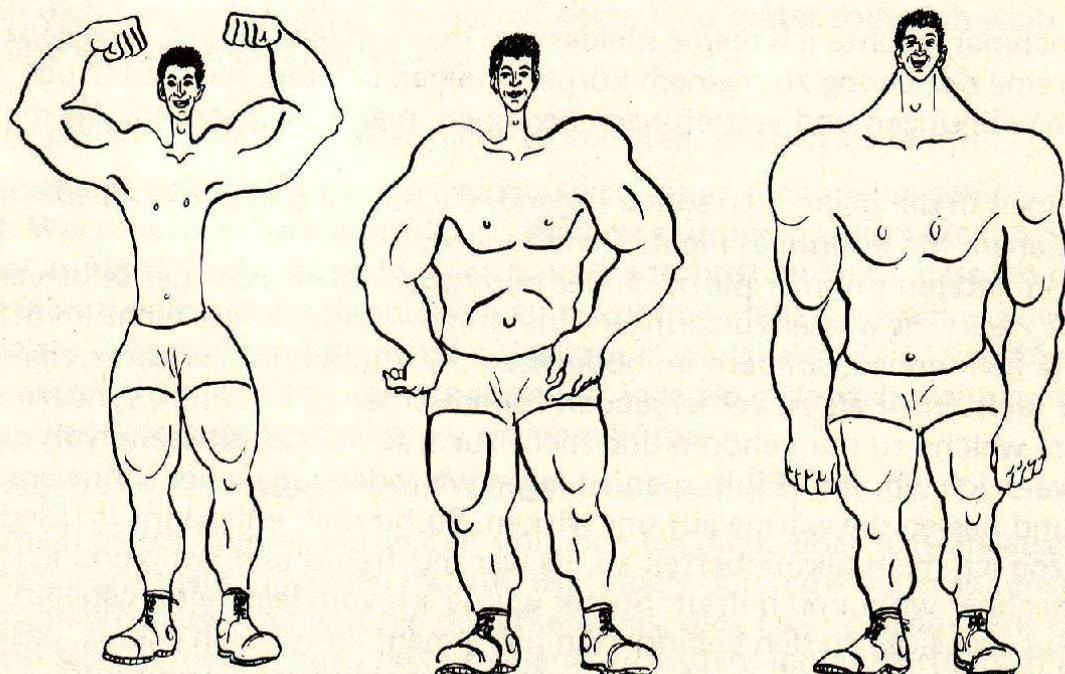
ANSÄTZE

Gestern hab ich im buch: der Papalagi, gelesen. Darin spricht der südseehäuptling Tuiavii zu seinem volk über die eindrücke, welche er von den europäern erhalten hat. (Papalagi heisst: der weisse, der fremde.)

Also schreibt Tuiavii:

"Der Papalagi ist dauernd bemüht, sein fleisch gut zu bedecken. Das fleisch ist sünde, also sagt der Papalagi. Denn sein geist ist gross nach seinem denken. Der arm, der sich zum wurf im sonnenlicht hebt, ist ein pfeil der sünde. Die brust, auf der die welle des luftnehmens wogt, ist ein gehäuse der sünde.

SUCCESSIVE BODYBUILDING



"Successive Bodybuilding" Bettina Truninger

Die glieder, auf denen die jungfrau uns ein Siva (= eingeborenentanz) schenkt, sind sündig. Und auch die glieder, welche sich berühren, um menschen zu machen zur freude der grossen erde — sind sünde.

Alles ist sünde, was fleisch ist. Es lebt ein gift in jeder sehne, ein heimtückisches, das von mensch zu mensch springt. Wer das fleisch anschaut, saugt gift ein, ist verwundet, ist ebenso schlecht und verworfen wie derjenige, welcher es zur schau gibt. Darum auch ist der körper der Papalagi von kopf bis fuss mit lenden-tüchern, matten und häuten umhüllt, so fest und so dicht, dass kein menschen-auge, kein sonnenstrahl hindurchdringt: so fest, dass sein leib bleich, weiss und müde wird, wie die blumen, die im tiefen urwald wachsen. Wenn ein jüngling ein mädchen zu seiner frau macht, weiss er nie, ob er mit ihm betrogen ist, denn er hat nie zuvor seinen leib gesehen. Auch später wird es ihn ihm selten zeigen und wenn, dann zur stunde der nacht oder dämmerung. Ein mädchen, es mag noch so schön gewachsen sein, bedeckt seinen leib, damit niemand ihn sehen kann oder freude an seinem anblick nimmt. Weil nun die leiber der frauen und mädchen so stark bedeckt sind, tragen die männer und jünglinge ein grosses verlangen, ihr fleisch zu sehen, wie dies auch natürlich ist.

Sie denken bei tag und bei nacht daran und sprechen viel von den körperperformen der frauen und mädchen und immer so, als ob das, was natürlich und schön ist, eine grosse sünde sei und nur im dunkelsten schatten geschehen dürfe. Wenn sie das fleisch offen sehen lassen würden, möchten sie ihre gedanken mehr an andere dinge geben und ihre augen würden nicht schielen, und ihr mund würde nicht lüsterne worte sagen, wenn sie einem mädchen begegnen.

Aber das fleisch ist ja sünde, ist vom Aitu (= teufel). Gibt es ein törichteres denken, liebe brüder? "

Auf der einen seite höre ich diese reden des häuptlings Tuiavii, diese einfachheit. Welch unendliche verbundenheit mit der natur müssen diese eingeborenen besitzen! Auf der anderen seite wir, die wir die letzten verbindungen zur natur, zum ursprünglichen mit gewalt durchreissen, uns einbetonieren, mit künstlichen esswaren vollstopfen und uns mit luxus jeglicher art von uns selbst ablenken.

Ja manchmal möchte ich meine kleider von meinem leib reissen, eine ganz neue, reine beziehung zu meinem körper, meinen brüsten, meinem bauch, all meinen wölbungen und vertiefungen beginnen, meine haut spüren. Wärme.

Leben.

Manchmal, in der glühenden sonne liegend, dachte ich daran, mein badekleid auszuziehen. Ich konnte es nicht. Hemmungen.

Dann, im letzten sommer plötzlich der mut, oder die einsicht der selbstverständlichkeit, nackt ins wasser zu springen, (natürlich —, oder leider nicht im öffentlichen schwimmbad, sondern im bodensee . . .). Ein schönes erlebnis, meinen körper nicht mehr als zu verbergenden fremdkörper zu erfahren, sondern als formen, welche zu mir gehören und nicht zur frau auf der titelseite von quick oder weiss ich wo. Im PEP in spanien lagen wir jeden tag an der sonne am meer und liessen die wärme auf uns wirken. So herrlich entspannt im sand liegend, zog ich mein bikinioberteil ab. Es war mir fremd und lästig und ich fühlte mich nachher wohl und befreit. Später wurde ich vom lagerleiter gebeten, dies doch aus rücksicht zu den behinderten nicht mehr zu tun. Ich glaube, dass diese einstellung weder behinderten noch nichtbehinderten weiterhilft.

Ich habe mein bikinioberteil weggelegt, weil es mich störte, weil ich auch meine brüste in dieser auflösenden wärme spüren wollte.

Wenn ich dieses bedürfnis vor behinderten unterdrücke, helfe ich mit, dieses bedürfnis auch in ihnen zu unterdrücken.

Wenn ich aber meinem bedürfnis nachgebe, kann ich vielleicht gerade dadurch einem kameraden helfen, krämpfe oder hemmungen zu lösen, kann ich vielleicht mit einem behinderten oder nichtbehinderten erleben, wie schön es ist, seinen körper nackt in der sonne zu spüren.

Heidi Steiner, im Hüsli, 8574 Illighausen (früher Hauptwil)



DAMIT MIR NICHT MEIN GANZER KÖRPER ABHANDEN KOMMT . . .

"Seien sie aufregend weiblich . . . verwöhnen sie sich mit der neuen duft-note von . . ."

Heute abend bin ich müde von des tages müh und not, und ich "dufte" bestens danach und nach schweiss und nach Jaels stinkwindeln und . . .

Ein mann fragte mich einmal, kennst du eigentlich deinen eigenen körgeruch? Du benutzt ein so starkes parfum. Natürlich kenne ich meinen geruch, antwortete ich, doch etwas betroffen und nicht ganz wahrheitsgemäss. Wie hätte ich ihn auch kennen und mögen sollen, da ich als kind oft ermahnt wurde: Wasch dich besser, Veronica, du riechst noch. Und später sollte ich weiblich wirken mit hilfe eines fremden duftes.

"Ihr gesicht braucht ihr alter nicht zu verraten, pflegen sie es mit . . ."

Mein gesicht: verrät es mein alter nicht, so verrät es auch meine gefühle, mich nicht. Wie praktisch, wie sinnvoll, . . . doch wie unsinnig. Als mädchen bin ich einmal zu tiefst erschrocken in einer frauzeitschrift zu lesen, dass ich mich nicht wundern müsse ein doppelkinn zu bekommen falls ich mein — noch nicht doppeltes — weiterhin in der hand aufstützte. Kleinigkeiten? Kleine ängste — unausgesprochene ängste — grosse ängste — jede ein gitterstab mehr zu einem käfig — jede ein zugang weniger zu meinem körper.

"Haben sie gewichtsprobleme? Essen sie sich schlank mit . . ."

Und mein bauch kommt mir in den sinn, den ich dank einer schwangerschaft erstmals nicht mehr einziehen musste, legitimiert durch die anderen umstände. Ich empfand trauer und wut bei der erkenntnis, dies 15 — 20 Jahre lang getan und am schluss nicht einmal mehr bemerkt zu haben. Ich hinderte mich mit dem baucheinziehen auch daran, tief zu atmen, meine eigene körperenergie fliessen zu lassen, zu meiner mitte zu kommen.