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

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

Band: 23 (1981)

Heft: 2: Mein Körper

Artikel: Erfahrungen mit meinem Körper

Autor: Suttner, Wolfgang

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-155989

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

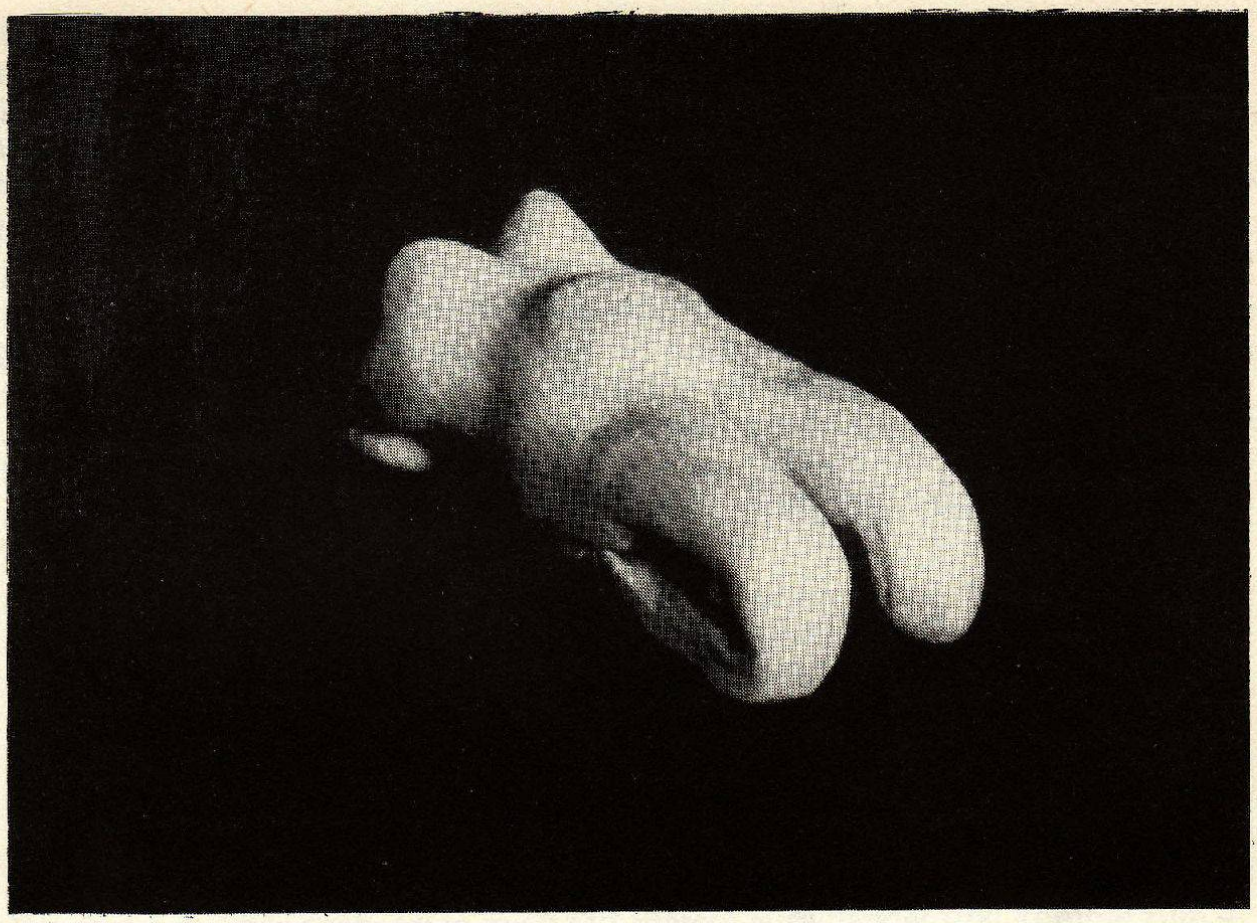
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 09.12.2025

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



Kleinplastik von Regina Personeni, 1980

Erfahrungen mit meinem Körper

1
"Was missfällt dir an deinem körper? ", fragt eine frau in die runde. Ich erschrecke. Was soll ich darauf antworten? Dass ich meinen penis zu klein finde. Dass mir jemand einmal sagte: "Du hast ein popo-gesicht."

Ich habe immer wieder ein schlechtes gefühl zu meinen achseln. Wenn ich sie lockern will, dann mache ich mir weh. Und wenn ich meine beine ganz durchstrecke, dann spannt es schmerzlich in den kniekehlen.

2
Ich laufe nackt im sand. Die wellen des meeres kommen – und meine füsse tauchen ins wasser, das an meinen beinen hochspritzt: angenehmes erschauern von unten her.
Ich verlangsame den lauf, bücke mich, spüre meinen ziemlich lockeren rücken. Merke die wärme der sonnenstrahlen auf meiner haut. Suche einen flachen stein und lasse ihn mit sicherem wurf über die beinahe glatte wasserfläche der bucht flitzen. "Ich kann was – bin geschickt", denke ich bei mir und laufe, springe weiter.

3
Ein foto von mir: zweijährig war ich damals etwa. Ich hocke da zwischen anderen kindern auf einem schemel: die achseln zusammengezogen, kopf und hals zwischen die schultern eingeklemmt, die stirn in falten, die hände zwischen die oberschenkel vergraben, völlig zusammengekauert sitze ich da. "Schon damals!", ärgere ich mich und wut kommt auf: "Was haben d i e bloss mit mir gemacht! – Wie haben die mich denn erzogen!"
Ich weiss zwar noch gut, wie mein vater uns kinder mit dem lauten spruch "Brust raus, bauch rein!" unentwegt zur geraden (sprich: militärischen) haltung erziehen wollte. Aber erreicht hat er bei mir damals das gegenteil: ich zog mich und meinen körper immer mehr zusammen und – wurde verdrückt, unehrlich, hinterlistig.
Das foto von damals zeigt's.

4
Es ist pfingsten. Ich sitze im kreis einer gestalttherapiegruppe. Ich atme tief. Lasse die luft in die gegend meiner schulterblätter: schmerz. Ich atme in die beckengegend: starke schmerzen. Ich atme, liege am boden, strecke mich ganz durch und – lautes weinen bricht aus mir heraus: einen augenblick habe ich gespürt, was alles noch in meinem körper steckt – an lust, kraft, verklemmung, unterdrückter wut und unbändiger freude.

5
Meinem körper immer weniger zwang antun – lieb, ganz lieb mit ihm umgehen lernen – ein weites feld.

Wolfgang Suttner, Albisstrasse 23, 8915 Hausen a.A.

Und trotzdem tu ich es . . .

Habe ich mich eigentlich verändert? Und was könnte der grund meiner veränderung sein?

Früher habe ich immer zu den eifrigen lesern unserer zeitschrift gehört. Gespannt wartete ich jeweils auf die neue nummer.
Tatsächlich gab es eine zeit, wo ich mich über den inhalt mit dem "gebildeten ton" eher ärgerte. Dennoch kann ich nicht sagen, dass mein stillesein im und um den "puls" herum ein resigniertes verhalten gewesen wäre.
Vielmehr empfand ich dieses als eine schöpferische pause, wofür ich euch allen dankbar bin, dass ihr mein sosein respektiert.