

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: Und trotzdem tu ich es
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-155990>

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: 25.02.2026

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

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 beckenegend: 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.

Eben komme ich von meiner physiotherapie zurück. Ich mache dabei die erfahrung, dass mir diese wöchentliche behandlung recht gut tut. Dies schliesst natürlich daheim das tägliche training des durchbewegens nicht aus.

Warum tu ich das?

Ganz einfach deshalb, um meine ohnehin stark eingeschränkte mobilität instandzuhalten. Mit dieser bewussten absicht aber versuche ich niemals einen selbstzweck zu erfüllen, sondern es geht mir in erster linie darum, die andern, konkret ist es heute meine mutter, mit meinem dauernden auf hilfe-angewiesen-sein nicht mehr als nötig zu belasten.

Ein weiteres elixir ist für mich die pille zur regulierung meines zuckerkonsums. Allerdings macht es nicht die pille allein, sondern ich bin sehr darauf angewiesen, beim essen konsequent und auf normal gesüsste speisen radikal zu verzichten. Zwar habe ich auch damit keine garantie, dass mich diese krankheit von kommenden nebenerscheinungen verschont.

Oder was nützt mir die aussage einer befreundeten person, dass ich schöne hände hätte? Früher konnten diese hände mühelos von morgens bis abends mühelos auf meiner schreibmaschine mühelos tippen. Heute werde ich viel schneller müde und zudem wird ein brief nur noch im zeitlupentempo fertig. Muss ich mit der zeit doch jenen ärztlichen trost ernstnehmen, die vielen briefschulden einfach zu vergessen und nur soviel zu tun, was mir möglich ist. Und dennoch: der vers im psalm 139 – "ich danke dir, dass du mich so wunderbar geschaffen hast" – geht mir nicht mehr aus dem sinn.

Ich denke darüber nach, setze mich mit diesem auseinander und komme zum schluss: Christus wolle mich so. Weiter heisst es in diesem psalm: "Als ich im dunkeln geformt wurde, kunstvoll gewirkt in den tiefen der erde, waren dir meine glieder nicht verborgen. Deine Augen sahen, wie ich entstand; in deinem buch war schon alles verzeichnet – meine tage waren schon gebildet, als noch keiner von ihnen da war."

Dadurch wird mir von neuem die glaubende zuversicht geschenkt dass j e d e r mensch, ob körperlich behindert oder nichtbehindert, ein kunstwerk unseres schöpfer gottes sind. Wir alle sind in seiner hand und was er schlussendlich aus jedem einzelnen von uns machen will, soll nicht unsere Sorge sein.

Wesentlich ist, dass er sein begonnenes kunstwerk an uns vollendet. Darauf vertraue ich felsenfest und bin mit frohen grüssen eure

Martha Anderhub, Hengstweid 13, 6280 Hochdorf

*Der körper verbindet uns als brüder und schwestern auf dieser welt,
wir sitzen alle im selben boot (=körper).*

Johannes Frischknecht, Fehraltorf