

Zeitschrift: Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung
Herausgeber: Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz) [1986-1992]; Anorma : Selbsthilfe für die Rechte Behinderter (Schweiz) [ab 1993]
Band: 29 (1987)
Heft: 2: Leiden

Artikel: Stummer Schmerz im Entwicklungsprozess
Autor: Gisi, Agnes
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-157480>

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: 02.02.2026

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

Stummer Schmerz im Entwicklungsprozess

von Agnes Gisi

Obwohl ich es ausserordentlich schwierig finde und es immer wieder hinausschob, versuche ich mich nun spontan zu äussern, was mir Leid, Schmerz und Trauer bedeuten. Dabei fällt mir auf, dass seelischer Schmerz meistens von mir schlimmer empfunden wird als körperlicher Schmerz.

Mein an sich wenig schmerzender Körper löst teilweise tiefe innere Wunden und Trauer in mir aus.

Ich bin muskelkrank und körperlich völlig auf Hilfe von Drittpersonen angewiesen. Mein an sich wenig schmerzender Körper löst teilweise tiefe innere Wunden und Trauer in mir aus.

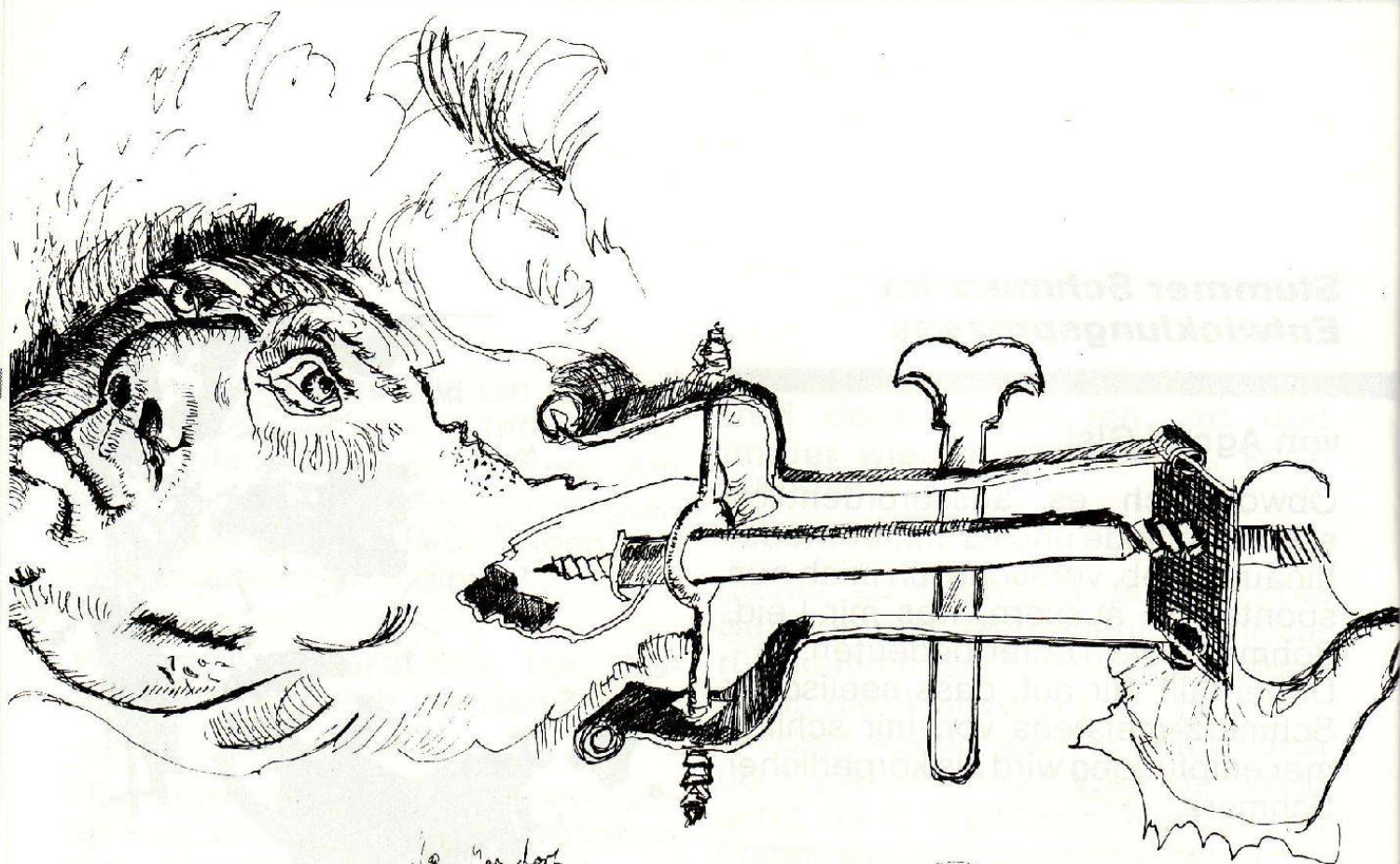
Ich verspüre einen unerhört starken Drang nach Unabhängigkeit, die ich nicht leben kann. Es ist mir manchmal, als ob es mich zerreißen müsste, vor allem, da sich mit meiner zunehmenden Muskelschwäche die Diskrepanz zwischen meinem Kopf der unabhängig leben will, und meinem realistischen schwachen Körper ständig steigert.

Ich kann dann sehr traurig sein, ohne dies jedoch meine Umgebung



spüren zu lassen. Ich sage dies nicht mit Stolz für innere Stärke, sondern eher teils mit Schmerz, meine Ohnmacht zu spüren, weil ich diese Diskrepanz nicht mitteilen kann / mag / darf, sondern in mich hineinstopfe. Kann ich mich einer mir nahestehenden Person mitteilen und echte Anteilnahme erfahren, fühle ich mich freier und wieder aufnahmefähiger im Leben – meiner Umwelt – gegenüber. Bleibe ich allein damit, besteht

Bleibe ich allein mit meinem Schmerz, besteht die Gefahr von Isolation und Wegrücken von der Realität in eine Traumwelt.



Herzendorf
Feldhüter Handarzt (518)
April 2.1.1985

Hausarzt

Gefahr von Isolation und Wegrücken von der Realität in eine Traumwelt. Obwohl ich mich gedanklich zwar gerne hie und da in eine Traumwelt zurückziehe, lebe ich oft und sehr gerne auch einen anderen möglichen Weg, mit meiner Diskrepanz, d.h. mit innerem Schmerz umzugehen: Ich vertiefe mich in klassische Musik, vor allem in Violinstücke. Ich spielte selber so lange Geige, bis ich sie aufgrund meiner Muskelkrankheit nicht mehr halten konnte. Ich vertraute ihr all meinen Schmerz, aber auch Schönes an. Nun kann ich nicht mehr selber Geige spielen, sondern ihr «nur» noch zuhören.

Auch das war / ist ein grosser Schmerz und Verlust für mich, doch ich lerne, dass das aktive Zuhören mir auch sehr tiefe innere Bereicherungen bringen kann.

So fühle ich mich in einem dauernden Prozess, Schmerz weder zu verdrängen, noch einfach zu kompensieren, sondern ihm eine echte Alternative zu bieten und die Bereicherung im Heute zu leben, ohne Belastung von gestern und morgen. Wie erwähnt, dieser Prozess ist sicher nicht einfach, doch nach meinen reiflichen Überlegungen lohnenswert.