



## DER KÖRPER WEISS ES NOCH- VOM FRUCHTBAREN UMGANG MIT KÖRPERERINNERUNG

MIT MATTHIAS ROTH

25. – 28. JUNI 2026 IN BUOCHS / NW

Unser Körper ist ein erstaunliches Wesen. Mal scheint er ganz sein Eigenleben zu führen, ein Fremder fast, dann wieder wirkt er wie eine Niederschrift von allem, was wir erlebt haben und was uns mitgegeben wurde.

Durch seine Filter erleben wir die Welt und wer und was wir in der Welt sind, in ihm erfahren uns als wirksam und aktiv.

Er speichert fast alles ab, was wir erleben. Das Nützliche und das Schmerzhafte scheint er gleichermaßen festzuhalten. Und plötzlich hält er uns mitunter hin, woran wir nicht mehr dachten. Nicht selten wären wir das dann gerne wieder los.

Hilfreich, zu wissen, dass noch ein anderes, viel älteres Erinnern in unserem Körper sein Zuhause hat. Aus 300.000 Jahren Menschheitsgeschichte – aus der ganzen Geschichte der Gattung Homo sapiens also – ist in seine Faser und Struktur eingeschrieben, „wie Menschsein geht“.

Dass also das Erinnern daran, „wie es richtig ist“, „wie's stimmig ist“, unendlich viele Jahre tiefer sitzt, als die vergleichsweise kurze Zeit, die seit meiner Geburt oder dem Tag meiner Zeugung – meinetwegen noch seit den Umständen, Gedanken und Gefühlen, die zu meiner Zeugung führten – vergangen ist, machen wir uns zunutze, wenn wir Schmerzhafte, das schädlich geworden ist, aus dem Körper lösen wollen.

Es geht nicht (und es geht nicht an), Körpererinnerungen einfach auszulöschen. Das würde das Geschehene unwürdigen. Wir können allerdings etwas Ursprüngliches und Heilsames daneben stellen – eine Erinnerung daran, „wie wir gemeint sind“. Dann bleibt die Würde und Anerkennung von allem, was ich erlebt habe, erhalten, während die bindende Macht, die es einmal hatte, gelöst werden kann.

Der Kurs wird sehr praktisch auf den Körper schauen; er wird erlauben, in ihn hinein zu spüren, und wenn wir unsere Hände an den eigenen und an die Körper anderer Menschen legen, werden wir das stets mit der besonderen Rücksicht auf und der gezielten Suche nach beiden Ebenen körperlicher Erinnerung tun.

Ich rechne mit tiefen Veränderungen in diesen vier Tagen – und ich wähle vier, weil dies die Zahl der Form ist.

Kurszeiten Donnerstag bis Samstag 9 bis 18 Uhr, Sonntag 9 bis 16 Uhr.

Kursort: Altes Feuerwehrhaus, Seeplatz 10, 6374 Buochs, Dach-Saal

Kurskosten: Frühbucherpreis bis 25. April 2026 Fr. 820.-, danach Fr. 880.-

Für die Teilnahme an diesem Kurs braucht es keine Voraussetzungen.

Auskünfte und Anmeldung bei:

Sonja Müller, Jin Shin Jyutsu, Seeplatz 1, 6374 Buochs,  
Tel. 079 716 72 86, [mail@sonjamueller.ch](mailto:mail@sonjamueller.ch)