

Steve Haines  
Illustriert von Sophie Standing

# Berührung ist ziemlich strange



## Impressum

Umschlag und Satz: Heinrich Eiermann  
Übersetzung: Weronika M. Jakubowska  
Printed in Germany

Druck und Bindung: Grafisches Centrum  
Cuno GmbH & Co. KG

ISBN 978-3-8497-0401-8 (Printausgabe)

ISBN 978-3-8497-8335-8 (ePub)

Genehmigte Lizenzausgabe für  
Carl-Auer-Systeme Verlag GmbH,  
Heidelberg, 2021

Alle Rechte vorbehalten

Die Originalausgabe erschien unter dem  
Titel »Touch is Really Strange« bei  
Singing Dragon, an imprint of Jessica  
Kingsley Publishers, London, UK  
Copyright © 2021

Steve Haines (Text)

Sophie Standing (Illustration)

Bibliografische Information  
der Deutschen Nationalbibliothek: Die  
Deutsche Nationalbibliothek  
verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über  
<http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten  
Programm, unseren Autoren und zum  
Verlag finden Sie unter:

**[www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de)**

Carl-Auer Verlag GmbH Vangerowstraße  
14

69115 Heidelberg

Tel. 0 62 21-64 38 0

Fax 0 62 21-64 38 22

[info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

*„Berührung ist kein Allheilmittel, aber  
sie ist allgegenwärtig. Sie ist nicht alles,  
aber ohne sie ist alles nichts. Wer bereit  
ist, sich selbst zu-rückzunehmen und  
sich gleichzeitig ganz in die Beziehung  
einzubringen, wer Berührung als  
beheutsames Ver-netzen zweier  
Organismen versteht, kann sie als  
intim(st)e Form herr-schaftsfreier  
Kommunikation erleben. Dieses Buch  
wird Sie darin bestätigen  
und unterstützen.“*

Martin Busch

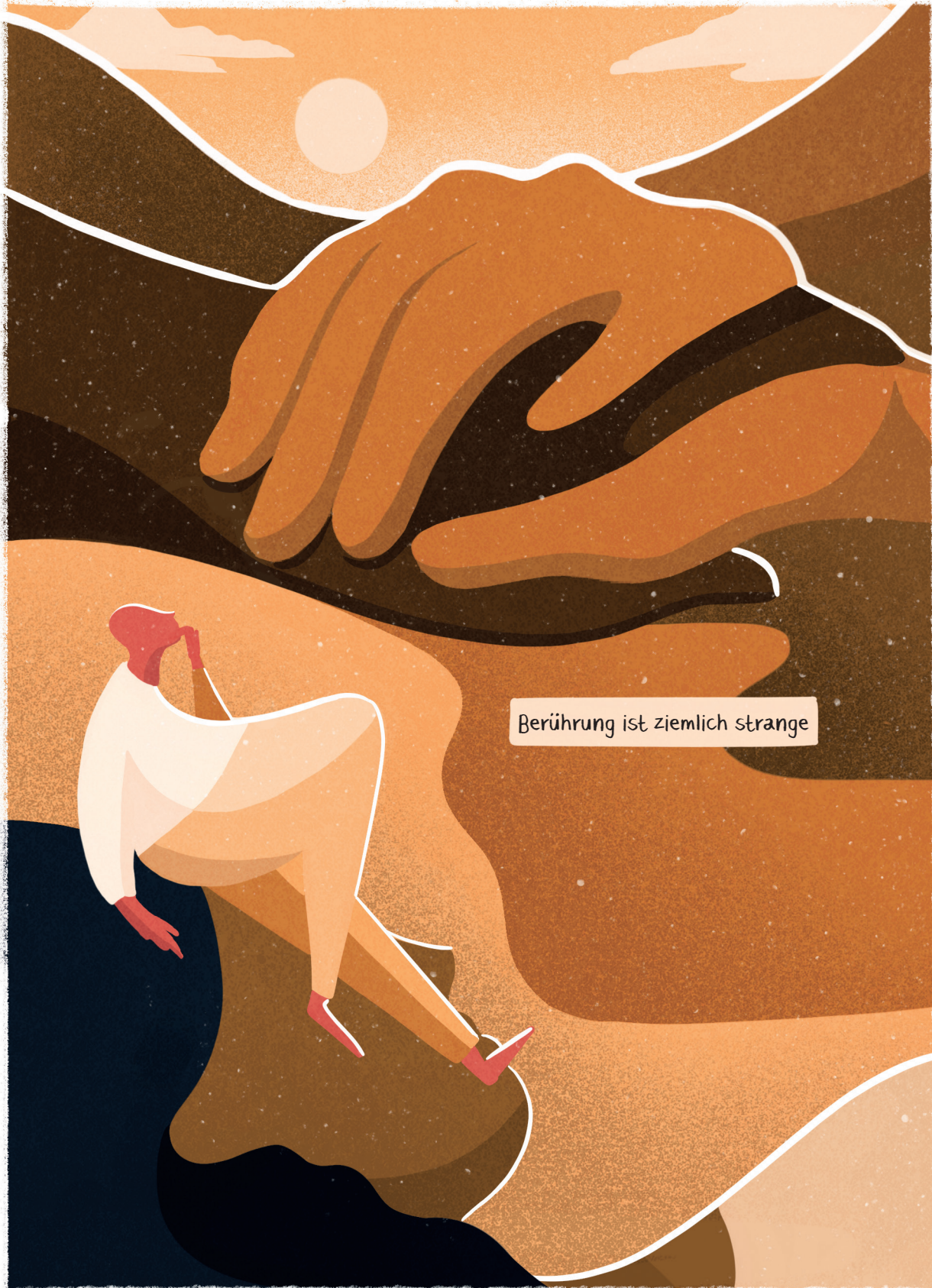
**Steve Haines** ist seit über 25 Jahren  
als Körpertherapeut tätig. Sein  
wissenschaftliches Verständnis von  
Trauma, Schmerz und Angststörungen  
hat seine Herangehensweise an die  
Heilung maßgeblich verändert und  
den Körper ins Zentrum gerückt. Er  
lebt und arbeitet in London und Genf.  
[www.bodycollege.net](http://www.bodycollege.net)

**Sophie Standing** ist Illustratorin und  
Designerin. Sie ist spezialisiert auf  
Humanwissenschaften. Ihr  
Stil verbindet digitale und von  
Hand gezeichnete Elemente, ist reich  
an Farben, Strukturen und  
metaphorischen Konzepten.  
[www.sophiestandingillustration.com](http://www.sophiestandingillustration.com)

Mit freundlicher Unterstützung der



**CHAJA**  
STIFTUNG



Berührung ist ziemlich strange

Wenn du die Augen schließt, woher weißt du dann, dass du existierst?



Kann man sich durch Berührung wirklicher fühlen?

Können Berührungen helfen, von Trauma, Angst und Schmerz zu genesen?

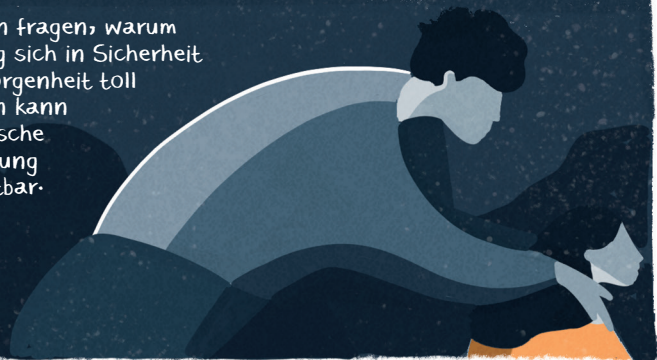


Worin liegt der Unterschied zwischen langsamer und schneller Berührung?

Antworten auf diese und ähnliche Fragen lassen uns eintauchen in die wundersame Welt der Berührungen.



Wir werden fragen, warum Berührung sich in Sicherheit und Geborgenheit toll anfühlen kann und falsche Berührung furchtbar.



Das kann helfen, Berührungen mutiger und tatkräftiger einzusetzen und so einen Paradigmenwandel zu unterstützen – für jede und jeden von uns, besonders aber für Körpertherapeutinnen und -therapeuten.



Berührung ist ein oft unterschätztes Werkzeug, das unsere Gesundheit und unser Gefühl unterstützen kann, sicher und in unserem Körper zu Hause zu sein.



Margaret Atwood (2000) verdeutlicht die Bedeutung von Berührung sehr schön, wenn sie schreibt: „Berührung kommt vor Sehen, vor Sprechen. Berührung ist die erste Sprache und die letzte, und sie sagt immer die Wahrheit.“ Der Tastsinn entwickelt sich als erster Sinn. Laut Linden (2015) wird angenommen, dass er in der achten Woche im Mutterleib zu funk-

tionieren beginnt. „Mir genügt es nicht zu lesen: Der Sand am Gestade sei süß; meine nackten Füße sollen ihn spüren. Mir taugt keinerlei Kenntnis, der kein Empfinden vorangegangen ist“ (Gide 1930). „Berührung gehört zu den grundlegendsten Elementen der menschlichen Entwicklung ... und hat eine kraftvolle Heilwirkung“ (Zur a. Nordmarken 2020).