Heilpraxis für Pschotherapie und psychologische Beratung
Dr. phil. Peter Kobosil
Sonnenblumenstr. 12
81377 München
Telefon: 089 571 110

Die Fachaufsätze geben Einblick in Inhalte von Vorträgen und Seminaren - und sie informieren über wichtige Lebensthemen sowie über Beratungs- und Therapiemethoden.

.

Die Haut als Spiegel unserer inneren Welt (Teil 1)

(zum besseren allgemeinen Verständnis siehe auch den Aufsatz „Psychosomatik")

Sicher ist mancher überrascht, wenn er hört, dass die Haut ein Organ ist wie etwa das Herz oder die Leber. Aber so ist es tatsächlich. Die Haut ist sogar das größte Organ überhaupt. Sie wiegt drei bis fünf Kilogramm und hat eine Oberfläche von knapp zwei Quadratmetern. Die Hülle unseres Körpers besteht aus mehreren Schichten, in denen Hautdrüsen und Haarwurzeln eingelagert sind und die von Blutgefäßen und Nervenbahnen durchzogen werden. Der Haut obliegt eine Reihe bedeutender Aufgaben, die im körperlichen Geschehen wichtig sind: Sie hilft die Körpertemperatur zu regulieren, sie lässt Haare und Nägel wachsen, sie schützt den Körper bis zu einem gewissen Grad vor chemischen und physikalischen Umwelteinflüssen und Krankheitserregern, sie scheidet Flüssigkeiten, Salze und belastende Substanzen aus und produziert das für den Kalziumstoffwechsel benötigte Vitamin D.

Vor allem aber ist die Haut ein Ausdrucks- und Kontaktorgan. So vielfältig ihre Funktionen auch sind, sie zeigen immer das Thema von Schutz und Abgrenzung einerseits und von Vermittlung zwischen innen und außen andererseits. Wir erleben die Haut als kontrollierende und schützende Schranke, aber gleichzeitig auch als Kontaktstelle zu unserer Umwelt und zu der körperlichen und seelischen Welt in unserem Inneren.

Die Haut macht organische Störungen sichtbar

Über Nervenbahnen, Blutgefäße, Sinnesorgane und Drüsenfunktionen steht die Haut mit allen inneren Körperorganen in Verbindung, so dass sich auch organische Störungen, die für uns im Verborgenen liegen, auf die Haut übertragen können und hier für uns sichtbar werden. Diese äußeren Erscheinungen durch Wissen und Erfahrung richtig zu deuten, das liegt dann an uns.

Besonders augenscheinlich ist z.B. die gelbe Haut bei Lebererkrankungen, die Blässe bei Blutkrankheiten oder die bläuliche Hautfärbung bei Herzstörungen. Magen-Darm-Störungen führen oft zu trockener Haut und übermäßiger Verhornung. Hellgelbe Flecken auf den Augenlidern können auf erhöhte Cholesterinwerte und auf Veränderungen an den Herzgefäßen hinweisen. Zuckerkrankheit geht häufig mit Juckreiz, Entzündungen der Schleimhäute und

Neigung zu Ekzemen einher. Auch Mangel an Vitaminen und Spurenelementen, zu viel Hektik, zu wenig Schlaf, Rauchen oder Alkohol- und Medikamentenmissbrauch machen sich über die Haut bemerkbar: sie ist schlecht durchblutet und wirkt fahl und schlaff.

Was immer auf der Haut geschieht - das Erscheinen einer Verfärbung, einer Schwellung oder Entzündung, das Auftreten von Abszessen oder Ekzemen, von Pickeln, von Akne in der Jugend oder altersbedingten Veränderungen – ist keine Zufälligkeit. Der Ort sowie die Art und Weise des Geschehens weisen immer, abgesehen von äußeren Reizen als Ursache, auf einen ganz bestimmten inneren Zustand oder Vorgang hin.

Über die Haut das Innere kurieren

In der chinesischen und indischen Medizin weiß man schon immer, dass die Haut außen zeigt, was im Inneren des Körpers geschieht. Man weiß aber auch, dass über Reizzonen der Haut innere Organe stimuliert bzw. harmonisiert werden können. Auf diesen Erkenntnissen beruhen die Reflexzonentherapien wie Hand- und Fußreflexzonenmassage, Behandlung durch Schröpfen, Akupunktur oder Akupressur. In jedem Teil unseres Körpers spiegelt sich das typische Grundmuster des ganzen Organismus wider. Man findet es in jeder Zelle, im Blut, in den Augen und Ohren, in den Füßen und Händen, im Gesicht und im gesamten Körperbau. Insbesondere ist es aber die Haut, an der dieses Muster in Form von Reizzonen erfassbar ist und über das die Verbindung nach innen hergestellt werden kann.

In unseren Breiten ist eine Methode nach diesem Prinzip spätestens seit der 2. Hälfte des 19. Jahrhunderts allgemein bekannt: die Wassertherapie nach Pfarrer Kneipp kennt heute jeder. Im Grunde genommen handelt es sich hier um nichts anderes als um eine sehr wirksame Reflexzonentherapie. Durch Güsse, Bäder, Wickel, Packungen oder Waschungen werden über die Haut innere Beschwerden erfasst: insbesondere Atemwegserkrankungen, Herzschwäche, Rheuma, Durchblutungsstörungen, Beschwerden im Magen-Darm-Bereich, Frauenleiden oder Labilitäten im vegetativen Nervensystem.

Über die Haut die Seele berühren

Über die Haut lassen sich ganz besonders gut auch Gefühlsinhalte übermitteln. Jeder von uns weiß, wie wohltuend die streichelnde Hand eines lieben Menschen ist. Millionen kleinster Sinnesorgane registrieren diesen Hautkontakt und führen die damit verbundenen Gefühlsbewegungen der Seele zu. Einfühlsame, zärtliche und intime Berührungen sind in jedem Alter Brücke für aufbauende und heilsame Seelenkräfte. Wie sehr vermögen sie die oft angeschlagenen Selbstheilungskräfte zu stärken und schöpferische Energien zu beleben. Natürlich bewirken gegenteilige grobe Einwirkungen und Schmerzen das Gegenteil, nämlich Spannungen, Hemmungen und Blockaden im organischen wie im seelischen Bereich.

Größte Bedeutung haben die Hautberührung und der Körperkontakt für den Werdegang des Kleinkindes. Wenn Säuglinge nicht liebkost, geherzt und auf den Arm genommen werden, bleiben sie in ihrer Entwicklung zurück, weil die seelisch-geistige Persönlichkeit dieses Wesens nicht ausreichend berührt und geweckt wird. „Wenn wir für ein verwaistes Baby medizinisch alles getan haben und es will trotzdem nicht gedeihen", erklärte der Leiter einer Kinderklinik, „so vertrauen wir es der liebevollen alten Anna an, sie schafft es fast immer".

Insbesondere Menschen, die in ihrer frühen Kindheit zu wenig zärtlichen Hautkontakt erleben durften, haben später im sozialen Verhalten Schwierigkeiten und neigen dazu, ihre seelischen Mängel über die Haut auszudrücken. Aber auch in jedem anderen Alter können seelische Ursachen entstehen, die gerade im Hautbereich ihren typischen Ausdruck finden. Im

Zusammenspiel mit einer Reihe von Umweltbelastungen und organischen Schwächen treten heute Ekzeme und Allergien in allen Variationen auf. Begriffe wie Neurodermitis, Schuppenflechte oder Nesselfieber sind uns leider allzu gut bekannt. Und typische Erkrankungen mit seelischem Hintergrund im Bereich der inneren Schleimhäute wie Bronchialasthma und Magengeschwüre sind uns nicht weniger geläufig. Die Haut reagiert also nicht nur auf innere organische Vorgänge, sie registriert auch Gefühlsbewegungen und Seelenzustände und bringt sie durch entsprechende Reaktionen für uns sichtbar zum Ausdruck.

Unsere Seele spricht zu uns über die Haut

Einige Reaktionen der Haut auf seelische Vorgänge zeigen sich so deutlich, dass sie jedem bekannt sind: Wir werden rot vor Scham und blass vor Schreck, wir schwitzen vor Angst oder Aufregung, vor Entsetzen sträuben sich die Haare oder wir bekommen eine Gänsehaut. Die Haut verrät Scham oder Schreck durch vermehrte oder verminderte Durchblutung, Angst durch Schweißbildung oder Gänsehaut. Heute ist es dank moderner Elektronik möglich, die ständigen feinen Veränderungen in der elektrischen Leitfähigkeit der Haut so zu verstärken und darzustellen, dass man sich allein mit der Haut eines Menschen „unterhalten" könnte. Jedes Thema, jede Frage beantwortet die Haut durch eine sofortige feine Veränderung in ihrem elektrischen Verhalten.

In der praktischen Medizin spielt die Haut zunehmend eine bedeutende Rolle für die Diagnose, und zwar nicht nur von Hautkrankheiten oder inneren organischen Beschwerden, sondern vor allem auch von Belastungen, Störungen und Mängeln seelischer Art. Durch typische Reaktionen hilft uns die Haut, seelische Störfelder und damit verbundene Verhaltensfehler aufzuspüren. Oft haben wir über die Tiefen unserer Seele nicht genügend Kenntnisse oder es fehlt uns an Sensibilität oder Offenheit, um mit einem gewissen Gespür der Sache selbst auf den Grund zu gehen. So schaltet sich dann eben die Haut ein und zeigt uns, was wir manchmal nicht sehen können oder freiwillig nicht sehen wollen.

Keinem von uns bleiben diese Verhaltenskorrekturen erspart, denn die Seele ist unvergänglich und auch die krankmachenden seelischen Wesenszüge können nicht einfach verdrängt oder mit dem Tod begraben werden. Sie bleiben und stören so lange, bis eine Veränderung zum Guten und Gesunden vollzogen ist. Dieses Besserwerden ist der eigentliche Sinn des Erdenlebens, auf den uns unser Schicksal immer wieder aufmerksam machen will. In vielen Fällen ist das Schicksal die körperliche Krankheit, ein Hilferuf, der von innen kommt und der zum Nachdenken und Handeln bewegen möchte. Auch die Ausführungen in diesem Beitrag sollen ein Fingerzeig in diese Richtung sein. Durch Aufzeigen von allgemeintypischen seelisch-geistigen Hintergründen einiger weitverbreiteter Hauterkrankungen sollen das Interesse und Verständnis für eigene Initiativen geweckt werden. Denn jeder muss seine ganz persönliche Situation ergründen. Bei jedem von uns sind die Umstände und Probleme etwas anders gelagert, so dass allgemeine Erfahrungen meist nicht zur Gänze übernommen werden können.

Teil 1 dieses Aufsatzes beschreibt allgemeine Zusammenhänge zwischen der Haut und unserer inneren Welt.

Teil 2 beschäftigt sich mit einigen weitverbreiteten Hautkrankheiten und ihren seelisch-geistigen Ursachen.

Dieser Artikel wurde bereits 6644 mal angesehen.