

# Hans Höting

## Schönheit pflegen und bewahren

Leseprobe

[Schönheit pflegen und bewahren](#)

von [Hans Höting](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b7288>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH  
Blumenplatz 2  
D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Fax +49 7626 9749 709  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



# 前言

## Schönheit – Ein Vorwort

Es geht in diesem Praxisbuch nicht nur um die Kunde zur Schönheit, sondern um mehr. Es geht um Schönheitskunst auf allen drei Ebenen des Körpers und in diesem Sinne um drei Aspekte der Schönheitstherapie.

Erstens werden Techniken der Schönheitskunst der Klassischen Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) vorgestellt, die in der Praxisarbeit sofort angewendet werden können.

Therapeuten (und hiermit sind immer auch Kosmetiker gemeint) mit Grundwissen in Chinesischer Medizin können sich ins Gesamtkonzept von Grundtechnik bis zu Professionellen Techniken dieses Praxisbuchs einarbeiten. Grundtechniken der Chinesischen Medizin sind jedoch von jedem schon von Beginn an anwendbar und mit Naturheilkunde und Hightechmethoden zu verbinden. Auch haben sie zusätzlich die Möglichkeit, Tipps zur Schönheitspflege weiterzugeben, die in diesem Praxisbuch für die Selbstbehandlung vermittelt werden.

Zweitens macht das Praxisbuch deutlich, dass äußere Schönheit immer Widerspiegelung innerer Schönheit ist. Schönheitstherapie darf deshalb nicht auf Hautkosmetik beschränkt bleiben und benötigt Unterstützung durch medizinische Betreuung.

Die Haut ist ein Teil der Gesamtheit „Körper“. Sie ist die rezeptive Grenzfläche zwischen innen und außen, das größte Sinnesorgan und Mittler zwischen Leib, Seele und Geist. Deshalb muss Schönheitskunde über Kosmetik, Dekoration, Vitalisierung und Regeneration der Haut hinausgehen. Nur die Haut zu therapieren wäre ein auf Symptomatisches reduziertes Vorgehen. Es würde den „Körper als Gesamtheit“ und damit die innere Schönheit vernachlässigen. Begreifen wir es lieber anders herum, so wie es ein chinesisches Sprichwort ausdrückt:

*Erst wenn sich die Haut des Bauches  
wölbt und spannt, erscheint sie den Augen,  
nicht aber der Ungeist darunter,  
der nur die Zunge zwingt, sich zu laben,  
den Bauch dann, sich zu mästen,  
damit er sich wölbt, die Haut zu spannen.*

Schönheits„Kunst“ hat „Augen“. Diese „Kunst“ nimmt über die Haut hinaus den „Hintergrund des Bauches“ und damit psychoneuroimmunologische Zusammenhänge wahr, die für die innere Schönheit von Interesse und für die äußere Schönheit zwingend von Bedeutung sind. Daher schließt die „Kunst“ zur Kosmetik medizinische, dermatologische, psychospirituelle Therapie auf allen drei Ebenen mit ein, wie ja auch Schönheit nur vollkommen sein kann, wenn sie sich auf Leib, Seele und Geist gründet. „Kunst“ therapiert über „Herz, Bauch, Zunge, Haut hinweg“. Es geht eben nicht lediglich darum, durch Kenntnisse die Oberfläche hübsch zu machen.

Schönheitskunst erschließt den Quell reifer Schönheit aus der Tiefe heraus und aufgrund einer inneren Ordnung. Dies vertieft, erweitert und festigt Therapieerfolge nachhaltig.

In Malerei reicht auch die Haut allein nicht aus, um den Körper „schön in Szene zu setzen“. Erst Haltung, Gestik, Gesichtsausdruck, Proportionalität, Plastizität und die Harmonie der Körperformen in der Bildszene scharfen zusammen das Fluidum, über das dem Betrachter Schönheit vermittelt werden kann.

Die Schönheitskunst sieht in der Haut das größte Sinnesorgan, das sowohl empfangen als auch ausdrücken kann: Die Haut ist ein sinnhaftes Spiegelbild aller Körperfunktionen, des inneren Erlebens, aller Eindrücke von außen. Die Haut zeigt die innere Ordnung oder Unordnung des Körpers. Im Grundsystem Pischingers ist sie aber auch Widerspiegelung von Harmonie oder Disharmonie im äußeren, den Menschen umgebenden Umfeld. Wie sonst könnte die Haut kribbeln, könnten die Haare zu Berge stehen, wie sonst könnten Hauterkrankungen so zunehmen? Wie will man Meister der Schönheit sein, wenn man dies nicht beachtet?

Für die Schönheitskunst ist die Haut Bindeglied, Synthese, Organ der Körpersprache, Medium des Aufnehmens, Abgebens, Träger der Sinnhaftigkeit lebender Wesen, Reflektor der Seele und des Geistes, des körperlichen Allgemeinzustands, zu dem die Psychoneuroimmunologie viel zu sagen hat. Haben wir also Achtung vor dem, was wir täglich so „oberflächlich“ der Haut antun, wie wir uns verhalten und uns oder andere betrachten. Warten wir nicht, bis uns, im Sinne des chinesischen Sprichworts „die Bauchdecke“ mahnt.

Drittens hat sich aus unserer langjährigen Praxis ergeben, dass sich die Methoden Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) vorteilhaft mit Behandlungsverfahren unserer Naturheilkunde und der Hightech-Medizin verbinden lassen. Mit drei Behandlungssystemen können für Probleme in größerer Tiefe Behandlungsmöglichkeiten gefunden werden, als es einzelne Therapiesysteme für sich allein ermöglichen könnten. Zusätzlich bieten die drei Therapien im Verbund erfahrenen Therapeuten mehr Perspektiven und ein breiteres Betätigungsfeld.

„Schönheit“ als Praxisbuch wurde für alle geschrieben, die ganzheitlich an theoretisch, praktisch, geschichtlich und empirisch begründeten medizinischen Techniken interessiert sind und dazu den kulturellen Hintergrund, Kunst, Tradition, Religion und Volkswissen erfahren möchten.

Dieses Praxisbuch regt dazu an, nicht nur die hierin beschriebenen Techniken nachzuvollziehen, sondern sich auch eigene Wege zur Schönheitspflege zu erschließen. Schönheit, Kreativität, die eigene Identität und der Mut zu eigenen Ideen sollen sich gegenseitig befruchten. Schönheits-therapie fordert deswegen sowohl bewusste, spirituelle als auch intuitive Aufgeschlossenheit, kreative, visionäre, phantasievolle Lebendigkeit, weil sie alle Bestandteil jeder Schönheitskunst sind. Die Inhalte dieses Buches sollen helfen, das umzusetzen, was der Volksmund sagt:

*„Nicht jeder kann schön sein, aber jeder kann schöner werden, wer sich aus Herz und Seele zum Schönsein entschließt.“*

Sollten Sie Rückfragen hierzu haben, stehe ich Ihnen dafür gerne zur Verfügung. Für Rückfragen an die Koautoren finden Sie Kontaktanschriften am Schluss des Buches bzw. leite ich diese auch gern an die Koautorin weiter.

Hans Höting  
Nösslerstr. 3  
28359 Bremen  
Tel. 0049 421 82 03 95  
Fax 0049 421 2434742  
(über 24 Stunden)  
Mobil 0171 47 37 562

Naturheilpraxis Hans Höting  
Praxis natürlich für Schönheit und Naturheilkunst  
Hans Höting, Heilpraktiker  
Twiedelftsweg 13  
28279 Bremen  
Tel. 0049 421 82 56 77  
Fax 0049 421 825677  
E-Mail: [praxis-hoeting@gmx.de](mailto:praxis-hoeting@gmx.de)  
Internet: <http://www.top-hoeting.de>

Mein Dank als Autor gilt der Koautorin, den Koautoren und allen, die mich zusätzlich mit Rat und Hilfe für „Schönheit“ unterstützten!

**Herrn Knop** danke ich für die Beratung und Unterstützung im Textbeitrag zur Elektromedizin und damit zum AmpliMed-Gerät. Dieser Themenbereich als Ergänzung zur Schönheits-therapie konnte so seiner Bedeutung entsprechend angemessen beschrieben werden.

**Herr Dr. Karl** Adamek bereicherte mit seinem Textbeitrag über Meridiansingen und Sintala-Qigong aus der Sicht Chinesischer Medizin und Lebensphilosophie, mit seinen Aussagen über Schönheit und Schönheitstherapie, zu „Altern“ und Lebensperspektiven den Inhalt dieses Praxisbuches. Sein Beitrag zeigt, dass eine Gemeinschaft unterschiedlicher Autoren die Thematik eines Buches hinsichtlich der Vielfalt und der Perspektiven erweitern kann.

**Frau Dr. Petra Gotthardt** und ich haben als Koautoren vor über zwei Jahrzehnten das erste Praxisbuch „Facelifting Chinesisch“ herausgebracht, zu dem „Schönheit“ nun der Nachfolger wurde. Ein Teil ihrer Beiträge aus „Schönheit“ ist heute in gleicher Weise aktuell. Sie und auch ihre Widmung wurden gerne in das neue Buch übernommen.

**Herr Herbert Milas**, Heilpraktiker, hat einen interessanten Beitrag über Ismakogie als grimassenfreie Gesichtsgymnastik zur „Schönheit“ beigesteuert. Weitestgehend unbekannt in der Schönheitstherapie, vom Ansatz her aber mit Bezug zur Chinesischen Medizin, und zudem von einer Kosmetikerin entwickelt, hat die Ismakogie somit schon aus dieser Sicht einen Bezug zur Thematik dieses Buches.

**Herr Dr. Rainer Bartosch** unterstützte mit seinem Beitrag über das Detox-Elektrolytbad die Aussagen dieses Buches über die medizinisch-physikalische Therapie. Ausleitung, Entgiftung, Zellregeneration und Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes über das Detox-Elektrolytbad sind besonders wertvoll zur Regulation des Grundsystems nach Pischinger und dienen der inneren Ordnung des Körpers und der Schönheit.

**Herr Frank Wedlich** konnte mit seiner praktischen Erfahrung diese Aussagen dankenswerter Weise noch ergänzen.



Hans Höting  
Schönheit pflegen und bewahren  
mit Hilfe alternativer Medizin und  
moderner Methoden

352 Seiten, kart.  
erschienen 2009



Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)