



CREATIVE CHANGE
WORKS

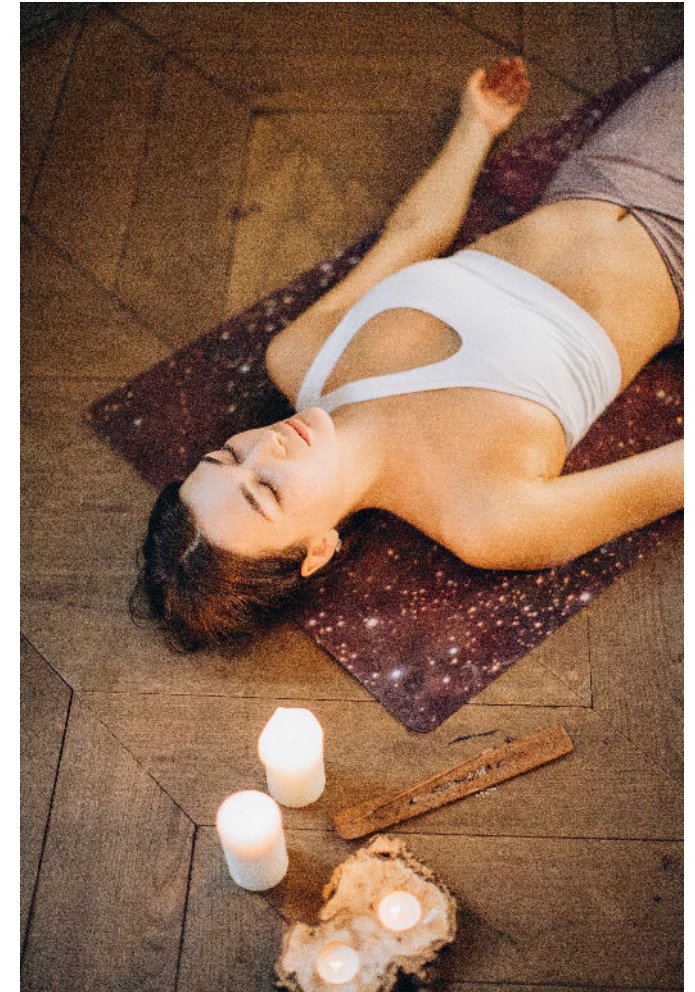
ReShape Flow
—
Haut

FÜHL DICH WOHL IN DEINER HAUT!

Unsere Haut ist etwas sehr essentielles für unser gesamtes Wohlbefinden und darüber hinaus noch für vieles, vieles mehr!

Funktionen der Haut sind:

- Schutz
- Temperaturregulierung
- Feuchtigkeitsregulierung
- Sinnesorgan



WEITERE FUNKTIONEN DER HAUT AUS ENERGETISCHER SICHT

Weitere Funktionen die mit der Haut aus energetischer Sicht im Zusammenhang stehen sind:

- Kontakt
- Abgrenzung
- Fühlfähigkeit
- Verbindung und Verbundenheit



HAUT – VIEL MEHR ALS OFFENSICHTLICH

Wir wollen in diesem Teil von ReShape Haut ganzheitlich betrachten. In dem Kontext legen wir auch die Fokus auf „innere Haut“ bzw. „Häute“.

Denn auch in unserem Körper existieren diese mit nahezu den selben Funktionen wie unsere „äußere Haut“.

Eine „Innere Haut“ ist das Bindegewebe durchzieht unseren gesamten Körper und umgibt alle Körperstrukturen- wirklich alle. Es sind unseres Faszien.

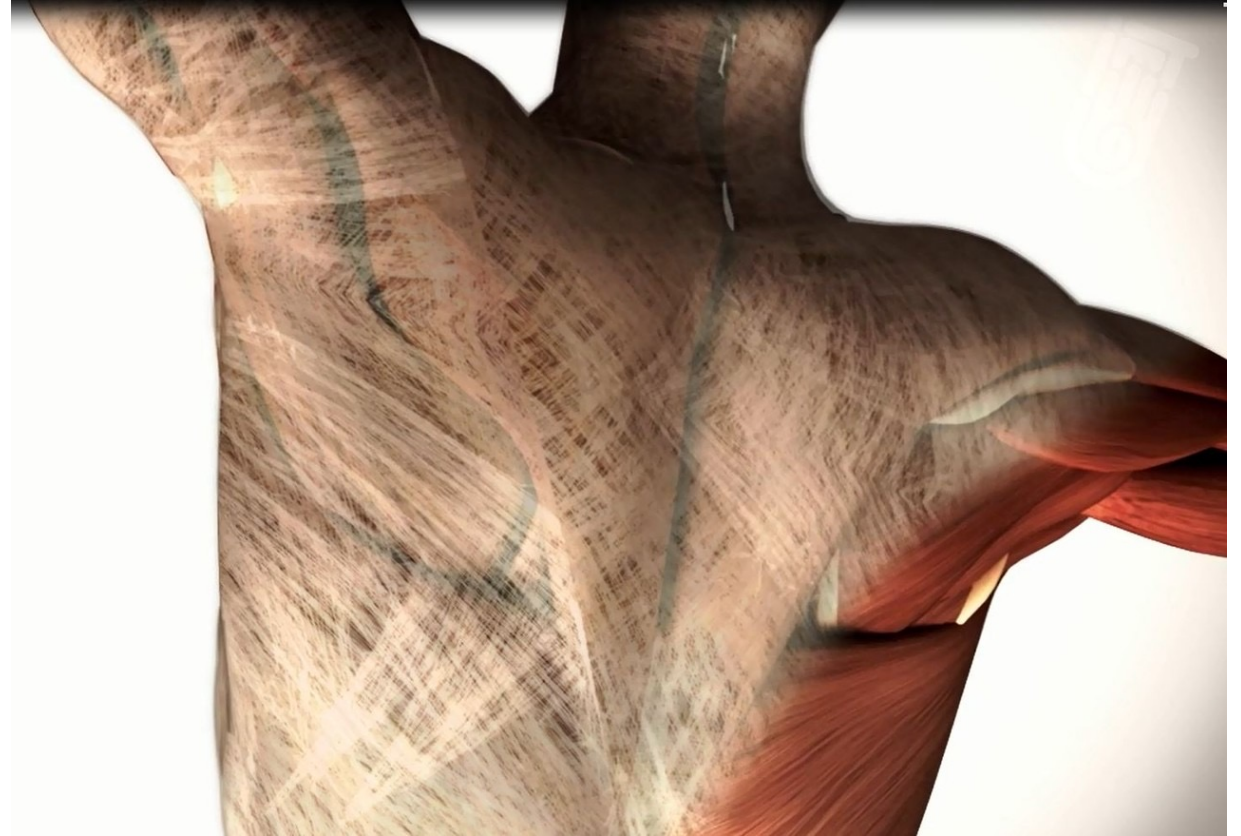


AUFGABEN DER FASZIEN

Auch die Faszien **formen, strukturieren und stabilisieren** unseren Körper – wie unsere äußere Haut.

Auch die Faszien **schützen** unseren Körper, in dem sie sich verfestigen, wenn von außen schädigende Einwirkungen (Schläge, Stöße, Überdehnung, Filterung von von außen eintretende großmolekulare Störstoffe, uvm.).

Sie bilden wie unsere äußere Haut ein riesiges **Sinnesorgan** und ermöglichen unsere Innenwahrnehmung. Uns in unserem Körper „zusammenhängend“ zu fühlen ist durch die Verbindung aller Körperbereiche durch unsere Faszien möglich.



Einen interessanten Artikel mit mehr Details zu den Faszien findest du hier <https://www.liebscher-bracht.com/therapie/grundlagen/faszien/>

WEITERE HÄUTE

Hautstrukturen des Auges:

Unsere Augen sind aus verschiedenen Hautschichten aufgebaut. Auch hier sind die Aufgaben wie bei der Haut grundsätzlich. Die verschiedenen Hautstrukturen übernehmen dabei unterschiedliche Schwerpunkte in detaillierterer Form.



WEITERE HÄUTE

Schleimhäute

Schleimhäute kleiden alle inneren Hohlräume unseres Körpers aus. Sie haben ebenso

- Verbindende
- Schützende
- Abgrenzende
- Sensorische (vor allem, wenn etwas nicht in Einklang ist)

Funktionen.

Sie sind zu finden in den Atemorganen, Magen-Darm-Trakt, Urinaltrakt und in den Geschlechtsorganen.

TO DO TEIL 1: GRUNDKLÄRUNG

Die Haut ist von der Grundenergie ein Thema des 2. Chakras.

- Nimm aus dieser Perspektive wahr, welche Energiemuster sich grundsätzlich zur Haut (äußerlich/ innerlich) zeigen und bearbeite diese.
- Überprüfe dabei auch inwieweit zu den Grundfunktionen der Haut
 - Schutz
 - Regulierung von Austausch
 - Wahrnehmung
 - Abgrenzung

Energiestrukturen vorhanden sind, die negativ wirken und transformiere diese.

- Werde dir in den kommenden 3 Wochen bewusster, inwieweit du unterstützend mit deiner Haut (äußerlich/ innerlich) umgehst. Prüfe dies z.B. in Verbindung mit deiner Hautpflege, im Kontext deiner Nahrungsaufnahme, Wasserversorgung. Wir gehen auf diese Punkte im Zuge der weiteren Wochen noch näher darauf ein.