Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 58 (2001)
Heft: 4: Kuren mit Moor und vielem mehr

Artikel: Haare : Spiegel unserer Seele
Autor: Kopp, Reinhold / Görner, Bernd
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557652

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Haare – Spiegel unserer Seele

Das Geheimnis schöner Haare liegt für den Friseurmeister und Psychotherapeuten Reinhold Kopp nicht allein in der Handwerkskunst, sondern noch mehr in der Harmonie von Körper, Seele und Geist. Er hat eine Theorie entwickelt, die besagt, dass es einen engen Zusammenhang zwischen innerer Verfassung und äusserem Erscheinungsbild gibt. Reinhold Kopp versucht in seiner ganzheitlichen Beratung, die Menschen zu sich selbst finden zu lassen. Bernd Görner hat ihn für die «GN» in München befragt.

GN: *Sie sind Friseur und Psychotherapeut. Wie kam es zu dieser ungewöhnlichen Kombination?*

R. Kopp: Ich bin zunächst einmal in die Fussstapfen meines Vaters getreten und habe Friseur gelernt. Ich betrieb zehn Jahre lang einen gutgehenden Friseursalon in München, habe auch selber Friseure in ganz Deutschland geschult. Ich arbeitete viel und war sehr erfolgreich. Mit 28 Jahren machte mir dann ein Freund bewusst, wie ich meinen Körper überbeanspruchte. Durch mein stressiges Leben hatte ich Rückenschmerzen, verschiedene Allergien und war ziemlich ruhelos geworden. Alles deutliche Zeichen, sein Leben zu verändern. Eine Beziehungskrise gab mir dann den letzten Anstoss, mich mit Psychologie zu beschäftigen – zunächst einmal, indem ich selber eine Therapie machte.

GN: *Hat diese Ihr Leben beeinflusst?*

R. Kopp: Ja. Sie hat mein Leben total verändert. Ich fing an, mich gesund zu ernähren, hörte auf zu rauchen und Alkohol zu trinken und begann mich in der Folge für die psychologischen Seiten meines Berufes zu interessieren. Ich hatte jahrelang beobachtet, dass viele meiner Kunden letztlich einen inneren Krieg gegen sich selbst führen. Sie hadern mit ihrer Frisur, aber eigentlich geht es ganz oft um ein seelisches Problem, das nach aussen auf die Haare geschoben wird. Ich wollte den Menschen wirklich helfen, sie nicht nur für einen Moment glücklich machen. Also änderte ich mein Leben total und machte eine Ausbildung zum Psychotherapeuten.

GN: *Hat diese Ausbildung auch Sie selbst verändert?*

R. Kopp: Ja, natürlich. Ich erholte mich zusehends und bemerkte unglaubliche Veränderungen an meinem Körper, meinem Aussehen und besonders an meinen Haaren. Je mehr ich zu mir selbst fand, desto kräftiger wurden sie. Sie glänzten wieder und meine Locken, die ich als Kind hatte, kamen zurück. So wurde mir klar, dass meine Haare starker Ausdruck meines Wohlbefindens sind, und ich begann, mich mit diesem Aspekt auseinanderzusetzen.

GN: *Was bedeuten Haare für Sie heute?*

R. Kopp: Ich beschäftige mich nur mit dem Haupthaar, das ursprünglich ja eine Schutzfunktion z.B. gegen Sonneneinstrahlung oder Kälte hatte. Heute steht ja die schmückende Funktion im Vordergrund. Die Frisur ist ein Element, mit dessen Hilfe wir uns darstellen. Aber viele Menschen wollen etwas darstellen, was sie gar nicht sind, und werden so zu Schauspielern ihrer eigenen vermeintlichen

Reinhold Kopp

geboren 1961, ist Friseur, Heilpraktiker, Psychotherapeut und Autor. Seine Praxis befindet sich in München. Erst wenige Wochen auf dem Markt ist sein Buch «Das Geheimnis schöner Haare – mehr Ausstrahlung durch innere Harmonie», Kösel-Verlag München 2001, ISBN 3-466-80126-5, sFr 27.90/DM 29.80

Identität. Und das hat immer mit Ängsten zu tun, die uns oft nicht bewusst sind. Sie halten uns davon ab, uns selbst zu leben. Sie sitzen so tief, dass nur ein grosses Mass an Ehrlichkeit mit uns selbst und viel Mut, ins Unterbewusste hinabzusteigen, eine Änderung bewirken können. Viel leichter ist da schon die Flucht und Projektion nach aussen. Die Unzufriedenheit der Menschen nimmt trotz wachsendem Wohlstand ständig zu. Verborgen sind die tiefsitzenden Gefühle von Unsicherheit, Selbstzweifeln, Glaubens- und Vertrauensverlust. Weil es uns nicht immer leicht fällt, unseren Entwicklungsweg zu sehen, projizieren wir unsere inneren Themen auf unser Aussehen und unsere Haare und versuchen dort zu verwirklichen, was nur von innen erreicht werden kann: Zufriedenheit und Fülle. Haare sind für mich ein Barometer für das körperliche und seelische Wohlbefinden.

GN: *Heisst das, dass Sie an der Frisur ablesen können, wie es einem Kunden oder einer Kundin geht?*

R. Kopp: Es geht nicht darum, über die Haare aufzuzeigen, welche Probleme versteckt sind, um über Menschen urteilen zu können oder voreilige Schlüsse zu ziehen. Aber Haare und der Umgang mit ihnen können jedem Menschen Aufschluss über seinen Zustand geben, wenn er versucht, ihre Sprache zu verstehen. Jede Krankheit oder Mangelerscheinung wird sich in den Haaren zeigen. Nach dem Knochenmark ist das Haar das stoffwechselaktivste Gewebe unseres Körpers. Alle Mineralien des Körpers lassen sich in den Haaren selbst nach hundert Jahren noch nachweisen. Unser Körper besteht ausserdem nicht nur aus einem physischen Körper. Die Kraft, die hinter der materiellen Erscheinungsform unseres Körpers wirksam ist, besteht aus einem komplexen Energiesystem, ohne das der physische Leib nicht bestehen könnte. Die Chinesen und Japaner nennen diese Energiekanäle Meridiane. Im Fernen Osten ist die Bedeutung dieses Energiesystems seit jeher bekannt und wird in der Gesundheitspflege entsprechend genutzt. Denken Sie an die Akupunktur, die mittlerweile auch bei uns im Westen Anerkennung findet. Auch unsere Kopfhaare sind in diesem Energiesystem sehr wichtig. An unserem so genannten Scheitelpunkt vereinen sich die Meridiane, die den ganzen Körper durchlaufen und bilden dort ein besonderes Energiezentrum. Die Haare sind sozusagen die Verlängerung dieser Energiebahnen. Bei gesunden, vitalen Menschen kann die Energie frei fliessen, auf allen Ebenen. Die Haarstruktur zeigt dies durch Spannkraft, Stabilität, Fülle, gesundes Wachstum und Glanz. Der Organismus des nicht gesunden Menschen ist blockiert, der Energiefluss eingeschränkt oder gehemmt, vielleicht unbewusst oder bewusst kontrolliert. Dies ist ein Leben mit angezogener Handbremse. An den Haaren ist die gehemmte Energie durch fehlende Spannkraft und Sprungkraft, durch Mangelerscheinungen wie beispielsweise Haarspliss oder Haarausfall oder fehlenden Glanz erkennbar, am Körper durch Fehlhaltungen, Muskelverspannungen, Müdigkeit und Mangel an Energie und Ausdauer.

GN: *Mit welchen Wünschen kommen die Menschen zu Ihnen?*

R. Kopp: Mit Wünschen, mit denen jeder Friseur zu tun hat: Die Menschen sind unzufrieden mit ihrem Aussehen. Die Lockigen wollen glatte Haare haben, die mit glatten Haaren wollen Locken. Die Blonden möchten ihre Haare rot färben und die Brünetten vielleicht blond. Undsoweiter. Gemeinsam ist ihnen allen, dass sie mit ihrem Ausehen unzufrieden sind und mit dem neuen Aussehen eine Veränderung verbinden. Wenn die Leute mir etwas über ihre Haare erzählen, ist das, als berichteten sie mir in einer Geheimsprache über ihr Leben. Eine Kundin beklagte sich einmal, ihre Haare hätten überhaupt keinen Stand und hingen nur noch herunter. Da hätte ich natürlich mit einem guten Schnitt einiges verbessern können. Habe ich ja auch. Aber im Grunde sagte mir die Kundin, dass es ihr in ihrem Leben an Stehvermögen mangelte. Im Gespräch kam dann heraus, dass sie kaum noch Energie hatte und sich von der Arbeit und ihrem Partner total ausgelaugt fühlte. Die meisten Menschen kommen schliesslich von selbst darauf, dass es

zwischen ihren Haaren und ihrer Lebenssituation einen Zusammenhang gibt.

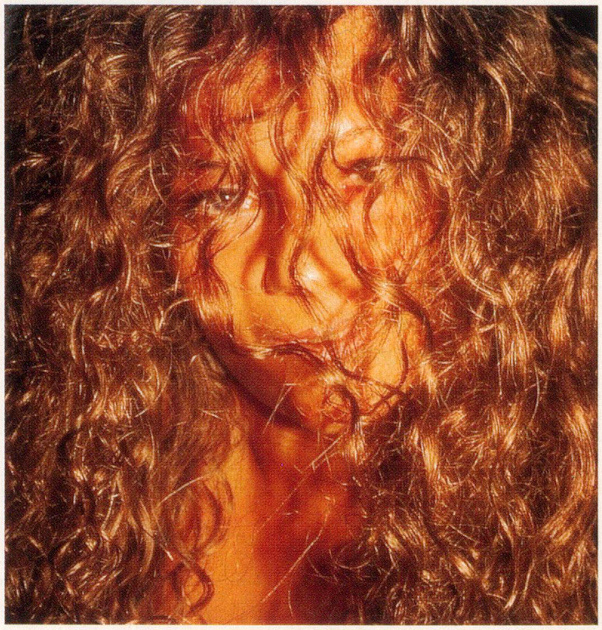
GN: *Dann fängt ja Ihre Arbeit als Therapeut an. Wie geht es dann weiter?*

R. Kopp: Ich löse grundsätzlich nicht die Probleme meiner Kunden auf dem Kopf. Ich färbe keine Haare, und Dauerwellen gibt es bei mir auch nicht, ich halte nichts von künstlichen Hilfsmitteln. Das wissen meine Kunden auch. Diejenigen, die zu mir kommen, wissen mittlerweile, was sie erwartet und sind auch bereit, sich mit sich auseinanderzusetzen. Der nächste (und grösste) Teil meiner Arbeit besteht darin, die Menschen mit meinen therapeutischen Mitteln zu sich selbst zu führen. Ich bin Heilpraktiker und habe Ausbildungen in Primärtherapie, NLP, systemischer Therapie, verschiedenen Entspannungstechniken und auch Farbberatung gemacht. Die Wünsche meiner Kunden spiegeln oft eine grosse Unzufriedenheit mit sich selbst oder ihrer Lebenssituation wider. Die Haarstruktur steht in direkter Verbindung mit unserer Persönlichkeit, und dort liegen die wahren Gründe. Es geht um Anteile von uns selbst, die wir innen und aussen nicht haben wollen. So möchte ein Mensch mit feinen, sensiblen Haaren dies nicht unbedingt offen zeigen und ist versucht, mehr Volumen vorzutäuschen als vorhanden. Umgekehrt möchte jemand mit störrischen, kräftigen Haaren dies nicht sofort preisgeben und ist versucht, sein Volumen im Zaum zu halten. So zeigt unsere Haarstruktur sehr bald auf unsere inneren Themen. Jeder von uns besitzt angeborene Möglichkeiten und Fähigkeiten und diese wollen gelebt werden. Unsere Erfüllung, unser Glück und unser Wohlbefinden hängen davon ab, ob wir sie entdecken und sie verwirklichen. Und tief im Inneren unserer Seele drängt das Wissen über sie, uns auf den Weg zu machen, uns zu realisieren. Der Weg der Selbsterfahrung bringt uns Schritt für Schritt uns selber näher. Er kann innerlich beschritten werden oder durch Resonanz mit unserer Umwelt. Welche Spiegelbilder halten uns Menschen und Situationen entgegen? Welche Lernschritte gilt es zu vollziehen? Auf diesem Weg spielen unser Haare und unser Aussehen eine grosse Rolle. Geht es doch darum, unser Qualitäten anzunehmen und sie auch nach aussen zu tragen. Die Haarstruktur ist ein Merkmal, über das wir viel über unsere Charakterzüge, Eigenschaften, Gesundheit, Intelligenz und schöpferischen Fähigkeiten erfahren können. Jeder Mensch hat genau die Haarstruktur, die zu ihm passt und sein Persönlichkeitsbild abrundet. Die Kopfhaare sind der natürliche Rahmen des Gesichtes und verleihen uns den richtigen Ausdruck. Es liegt somit an uns selbst, ob wir diesen Ausdruck haben wollen – oder ob wir eine Form wählen, die unserem Wunsch-Selbstbild entspricht. Mein Ziel ist, die Menschen dazu zu bringen, sich zu erforschen und zu erfahren, wer sie wirklich sind.

GN: *Wenn wir unsere Lebenssituation ändern, müssten sich dann ja auch unsere Haare ändern?*

Haarspliss, trockenes Haar

weisen auf Mangelerscheinungen hin, die sich auch am Hautbild und an den Nägeln zeigen. Oft kann man feststellen, dass die betroffenen Menschen sich selbst zu wenig Aufmerksamkeit schenken. Meist ist die Ernährung schlecht, sie sind permanent überfordert und gönnen sich selbst keine Ruhe.



R. Kopp: Selbstverständlich. Manchmal sogar innerhalb einer Sitzung. Ich hatte eine Kundin, die ärgerte sich über eine widerborstige Strähne, die sich nach links am Kopf aufstellte. Kein Gel, kein Föhnen half. Im Gespräch stellte sich heraus, dass sie gerade eine Therapie gemacht und vieles erkannt hatte, was in ihrer Familie nicht in Ordnung war. Sie erklärte mir, wie sie sich nun bemühte, ihre Schwester wachzurütteln. Auch sie sollte begreifen, was in der Kindheit alles schiefgelaufen war. Während wir noch sprachen, kam sie jedoch zu der Erkenntnis, dass die Hartnäckigkeit, mit der sie versuchte, ihre Schwester zu bekehren, unsinnig war. Im Grunde ging es um sie selbst. Sie hatte vieles gelernt und vieles verstanden – und das war genug. Im selben Moment wurde auch die hartnäckige Strähne, die sich immer wieder aufgestellt hatte, ganz weich und legte sich am Kopf an.

GN: *Kommen denn mehr Frauen oder gibt es auch Männer, die sich an Sie wenden?*

R. Kopp: Es sind in der Tat mehr Frauen als Männer. Frauen haben erfahrungsgemäss einen besseren Zugang zu ihrem Innenleben als Männer. Aber auch immer mehr Männer interessieren sich für die nicht-materiellen Zusammenhänge des Lebens.

GN: *Was machen Sie , wenn ein Mann mit einer Glatze zu Ihnen kommt?*

R. Kopp: Die Wissenschaft sagt ja, dass Glatzenbildung genetisch bedingt ist. Dem widerspreche ich. Verantwortlich für den männlichen Haarausfall ist eine Überproduktion des männlichen Hormons Testosteron. Für die Ursachen hat die Schulmedizin keine Erklärung. Das Muster ist immer das gleiche: Erst entstehen die sogenannten Geheimratsecken an der Stirn und am Hinterkopf wird das Haar dünner. Die Stirn und die Tonsur wachsen zusammen, und die Platte ist komplett. Übrig bleibt ein Haarkranz, der normalerweise nicht ausfällt. Die dafür verantwortliche Überproduktion des Testosterons unterliegt der Steuerung und Kontrolle des Körpersystems, einem Ungleichgewicht im Mineralstoff- und Spurenelementhaushalt. Gibt man seinem Körper über längere Zeit energiereiche Spurenelemente und Mineralstoffe wird der Haarboden wieder aufgefüllt, und das verkümmerte Haar beginnt wieder zu wachsen. Man muss die Schlacken lösen und ausleiten, die Säuren neutralisieren und den Körper remineralisieren. Ein weiterer Punkt ist der Umgang mit Männlichkeit bzw. mit Gefühlen, die oft von vergangenen Generationen übernommen wurden. Männer sind ja oft sehr leistungsorientiert

Kraftloses, stumpfes Haar

zeigt ganz deutlich unsere Haltung im Leben. Wir stehen nicht zu unseren Bedürfnissen, nehmen keine Rücksicht auf uns, lassen uns treiben und geben uns irgendwann geschlagen, finden uns mit den gegebenen Umständen ab. Kraftloses, stumpfes Haar bedingt eine kraftlose geistige Haltung und wenig mutige Einstellung zum Leben. So wie die Lebensfreude und das Stehvermögen fehlt, fehlt auch der Stand in den Haaren, so wie das Leben an uns hängt, so hängen auch die Haare an uns.

Fettiges Haar

ist weit verbreitet. Die Talgdrüsen produzieren zu viel Hauttalg, der sich auf den Haaren absetzt. Wie kommt es dazu? Was äusserlich zu einem Waschzwang führen kann, verbirgt die Angst, nicht genug zu bekommen. Oft tauchen in den Familienbildern der Betroffenen Konstellationen auf, aus denen eine Angst entstanden ist, zu kurz zu kommen.

«Elektrische» Haare

Unser eigenes Kraftwerk (Körper) läuft auf Hochtouren und hat eine hohe Spannung erreicht, die sich auf die Haare überträgt und sie «zu Berge» stehen lässt. Ruhige, ausgeglichene und gut geerdete Menschen haben keine elektrisch aufgeladene Haare, bei unruhigen, gestressten Menschen ist dagegen eine Spannung in den Haaren spürbar.

und geprägt von Ansprüchen an sich selbst wie «ein Indianer kennt keinen Schmerz» – das heisst, sie können oft ihre Gefühle nicht zulassen. In diesem Zusammenhang habe ich mit Familienaufstellungen sehr gute Erfahrungen gemacht. Ich habe selbst erlebt, dass bei Männern mit Glatze oft die männliche Linie gestört ist, manchmal über mehrere Generationen. Wenn diese Männer erfahren, wo genau sie ihre männliche Kraft nicht leben können, bewirkt dies, dass sie ein völlig anderes Leben führen, als ihre Vorfahren und damit das Generationsmuster durchbrechen. Der Stress wird weniger und sie können ihre Gefühle besser zeigen. Dann kommen auch die Haare wieder. Ich glaube nicht an das Märchen, dass Glatzenbildung vererbbar ist.

GN: *Wieso tragen eigentlich so viele Menschen den Scheitel links?*

R. Kopp: Der weit verbreitete Linksscheitel ist im Grunde ein Zeichen unserer rational orientierten Gesellschaft. Unser Gehirn ist ja geteilt in zwei Sphären: die linke emotionale und die rechte rationale. Durch den Linksscheitel schaffen wir unbewusst die Haare zur rechten Seite hin, die wir mehr betonen und die dadurch grösser erscheint.

GN: *Kinder zeigen sich ja ganz unverstellt, so, wie sie sind. Wie soll man denn mit ihren Haaren umgehen? Schneiden oder wachsen lassen?*

R. Kopp: Die ersten Haare sind noch ganz fein. Nach anderthalb Jahren sollten die Spitzen geschnitten werden, um das Wachstum der Haare zu animieren. Das zweite Haarbild bildet sich bis zum vierten Lebensjahr. Da entwickelt sich die Haarstruktur erst richtig. Und da finde ich es wichtig, dass man auf das Kind hört. Kinder wissen am besten, was für sie gut ist. Ich schneide keinem Kind die Haare nach den Wünschen der Mutter. Man sollte Kinder auf keinen Fall zwingen, sich die Haare schneiden zu lassen. Ich rate allen Eltern ihr Kind langsam an diese neue Erfahrung heranzuführen und ihm die Zeit zu geben, sich mit dieser Situation anzufreunden. Wenn nötig auch über mehrere Begegnungen an unterschiedlichen Tagen. Das Gleiche gilt übrigens auch für Untersuchungstermine beim Arzt. Ich habe bei Erwachsenen oft feststellen müssen, dass auf dem Friseurstuhl als Kind tiefe Prägungen entstanden sind.

GN: *Und was raten Sie unseren Lesern, die nicht zu Ihnen nach München kommen können, um schönes Haar zu bekommen?*

R. Kopp: Von den zwanzig Minuten, die Sie jeden Tag vor dem Spiegel stehen, zehn Minuten abzwacken, um nach innen zu schauen. Analysieren Sie Ihre negativen Einstellungen gegen sich und bringen Sie diese vielleicht zu Papier. Ich kann Ihnen versichern, dass Ihre Haare schöner werden, wenn Sie anfangen, diese zu schätzen und zu lieben, vor allen Dingen sie so annehmen, wie sie sind. Unsere Haare sind der Schlüssel zum «ich bin». • BG

Schuppen

sind Hautpartikel, die sich ablösen. Sie sind ein Anzeichen dafür, dass der Betroffene mit seinem Umfeld nicht mehr klar kommt. Die Haut ist das Organ, das uns mit der Umwelt verbindet und auch von ihr trennt. Die Energie, die vom Körper und von der Haut festgehalten wird, sucht sich ihren Weg ins Freie. Durch Reizungen und Jucken macht sie sich bemerkbar und fordert den Betroffenen auf zu kratzen und zu «schürfen».