

Kosmetik – kritisch betrachtet

Nicht alles hilft, was in der Werbung glänzt

Lieber jung und frisch als faltig

Foto: JGG

Unsummen geben vor allem Damen, aber zunehmend auch Herren für Cremes, Fluids und Milchen aus, ohne dass diese über die Produkte und ihre Bestandteile im Detail Bescheid wissen.

Die Kosmetik ist eine der am stärksten wachsenden Branchen, mit jährlich zweistelligen Steigerungsraten.

Laut EU-Richtlinien müssen Kosmetika eine genaue Inhaltsangabe aufweisen. Dennoch gehen die Hersteller sehr großzügig damit um. Denn wer gibt schon gern bekannt, dass er bedenkliche Chemikalien und Mineralöle in seiner Kosmetik verarbeitet hat oder schlicht und einfach aus Kostengründen so gut wie keine Wirkstoffe einsetzt. Mineralöle sind die durch Destillation aus Braunkohle, Steinkohle, Torf, Holz, Erdöl und gegebenenfalls auch anderen mineralischen Rohstoffen hergestellten Öle.

Einige Hersteller deklarieren inzwischen ihre Kosmetik. Doch selbst hier fördert man Haarsträubendes zutage. Jeder Häuselbauer besteht heute auf möglichst formaldehydfreie Möbel, während die Kosmetik im Badezimmer diese Anforderung kaum erfüllt. Wer weiß schon, dass sich unter dem gängigen Konservierungsmittel Imidazolidinyl Urea ein hochkarätiger Formaldehydabspalter verbirgt? Nur wer zu Naturkos-

metik greift – und der Anteil derer nimmt zum Glück zu – muss sich darüber keine Gedanken machen.

Was braucht die Haut wirklich?

Der ideale Emulsionstyp sind Wasser-in-Öl-Erzeugnisse. Erwiesenermaßen sind Fettercremes die wahren Feuchtigkeitsspender. Doch natürliche Öle sind teuer, Wasser ist billig. Was liegt daher näher, als dass die Kosmetikindustrie wasserreiche Feuchtigkeitscremes propagiert?

„Unlauterer Wettbewerb“

Kosmetikhersteller arbeiten mit unrealistischen Werbeversprechen, fast könnte man sagen mit unlauteren Methoden, wenn sie den Pflegeerfolg von Produkten („68 Prozent weniger Faltentiefe in acht Tagen“) mit Prozentangaben messen. Es ist technisch unmöglich, Faltentiefe, Straffheit etc. so zu messen. Streng genommen würde da vieles unter den Begriff „unlauterer Wettbewerb“ fallen.

Doch gegenseitige Klagen bleiben aus. Nicht zuletzt deshalb, weil man die Kunden nicht darauf aufmerksam machen und verunsichern will.

Öl-Katastrophe im Badezimmer

Die Kosmetikindustrie bedient sich „wahrer Chemiebomben“. Das Öl-Unglück im Golf von Mexiko erregt logischerweise weltweit großes Aufsehen. Während über die Millionen Liter Mineralöl, die durch Kosmetik (in erster Linie Reinigungsprodukte) weltweit in die Umwelt gelangen, kaum kritisch berichtet wird.

Der Einsatz von reinem Formaldehyd ist in der Kosmetik inzwischen verboten. Verwendet werden nun so genannte Formaldehydabspalter. Chemisch gesehen handelt es sich dann nicht mehr um eiweißverändertes, extrem allergisierendes Formaldehyd, aber die Wirkung ist ähnlich. Diese Substanzen sind für die menschliche Haut extrem problematisch und machen diese alt.

Eine wirksame Strategie

Billige Rohstoffe werden als Wundermittel angepriesen, teure werden schlechtgemacht (Wasser, Bioalkohol). Wobei Bioalkohol einer der wertvollsten Rohstoffe der Kosmetik ist, denn kaum ein anderer ermöglicht die Desinfektion und Konservierung auf so sanfte Weise.

Doch der Alkohol (landläufig in der Kosmetik auch als Weingeist bezeichnet) hat einen entscheidenden Nachteil: Er ist aus fiskalischen Gründen teuer. Was lag da für die Kosmetikindustrie näher, als Gesichtswasser „alkoholfrei“ anzupreisen.

Ähnliches trifft auf den billigsten Wirkstoff zu: Wasser. 80 bis 95%ige Wassercrèmes sind heute keine Seltenheit mehr. Die „hydratisierende“ Wirkung der Produkte wird beworben, obwohl jeder Dermatologe bestätigt, dass ein Zuviel an Wasser (bzw. an Öl-in-Wasser-Emulsionen) die Haut sogar austrocknet. ❖

Garantiert Geld sparen

- Elektronik aller Art: Digicams, Flat-TV, Kaffeemaschinen, Rasierer, Handy ohne Bindung, Bügeleisen, Mikrowelle usw.
- zu Internetpreisen unter Groß- und Fachhandel
- Bestellungen über unsere Homepage
- Abholung in der Karlauerstraße 1 – Tel. 0316/76 37 92
- Kauf auch ohne Vorbestellung in der Schmiedgasse 11 – Tel. 0316/83 91 81
- Österreichweiter Versand

www.grazcamera.at



grazcamera.at electronics

Ich gebe zu, ich hatte gelegentlich mit einem ausgeprägten Fluchtreflex zu kämpfen: Um Gottes willen, nichts wie weg hier – wollte mir mein gut erzogenes, gesellschaftlich genormtes Überich harsch befehlen... Trotzdem, ich bin geblieben – und ich habe es nicht bereut.

Von Karin Klug

Das Tantra Schnupperseminar. Für Einsteiger und Anfänger. So wie mich. Schon mal was gehört von Tantra? Wenig? So wie ich. Was geistert da an Vorstellungen durch den Kopf – seltsame Techniken und Verrenkungen, die der gesteigerten sexuellen Ekstase dienen sollen, die kein normaler Mensch braucht, Gruppenorgien, exhibitionistische Selbstbefriedigung, ausgeflippte Selbst-Sinn-Suche usw. – die Palette der wüsten Phantasien ist lang. Vor allem jener, die sich noch nie damit befasst haben.

Ich hatte mir vorgenommen, mich darauf einzulassen. Freunde, die schon geschnuppert hatten und allesamt begeistert waren – das hat Spuren hinterlassen bei mir. Der Schnuppertag in Graz kam gerade recht. Anmelden, hingehen, ausprobieren. Schlimmstenfalls geh ich halt wieder... Jaja, die Ängste und Zweifel.

Ich bin geblieben.

Und habe mir am Ende des Tages so viel Neues und Anregendes, so viel Energie und Berührtsein, Momente der Nähe mitgenommen. Und das wichtigste: das Wissen um meinen Mut. Meine Stärke. Ich habe mich getraut. Ich habe mich eingelassen und ich habe losgelassen – und es war gut. Es war gut, sich anderen zeigen zu können, trotz aller Angst, zu erleben, dass auch andere Menschen mit Ängsten und Unsicherheiten kämpfen – supercool ist niemand. Nur der vielleicht, der sich zeigen kann, der seine Grenzen überwindet.

Was ist passiert an diesem Tag?

Es ist Sonntag, früher Vormittag. Im Seminarzentrum trudeln Menschen ein. Einige sitzen schon in der Küche beisammen, trinken Tee, plaudern. Ich kenne niemanden. Ist mir auch recht so. Lieber ein bisschen anonym – dann gibt's weniger Zeugen. Jaja, die Unsicherheit macht sich im Bauch bereits stark. Ein verstohlener Rundumblick: wer ist alles da? Kenne

TANTRARAAA...

Keine Rede von Selbstbefriedigung und Gruppenorgien, aber Einlassen und Loslassen – JA!



Es gibt so vieles zu entdecken in den Augen der anderen.

ich womöglich doch jemanden? Wie viele Männer, wie viele Frauen sind es? Wie alt? Wie gekleidet? Und vor allem: Passe ich dazu? Es sind Männer und Frauen jeden Alters. Locker, bunt, bequem gekleidet. Alle schauen normal aus. Vom Manager bis zur Krankenschwester, von der Physiotherapeutin zum Computerfachmann, vom Spitzensportler zur Biologin, vom Weltenreisenden zum Paar mit acht Kindern – wie ich später erfahre. Keine armen Irren, Sexbessenen oder sonstwie Gestörten. Trotzdem: Den abwegigen Gedanken, dass ich mit diesen fremden Menschen in intime Vertrautheit gehen könnte an diesem Tag, den verdränge ich gleich wieder. Zu angsterregend.

Also Lächeln ins Gesicht und so tun, als wär alles bestens. Ein Seminar wie jedes andere auch. Nichts Besonderes. Im großen Seminarraum sucht sich jeder, jede ein Plätzchen. Matten liegen herum und Sitzkissen, wir haben Decken mitgebracht – ehe wir uns versehen, hat der Tag begonnen. Die beiden Kursleiter reden nicht lange herum, wir beginnen gleich mit einer Meditationsübung in Bewegung. Irgendwas mit Herzchakra. Wie üblich mein erster Gedanke: Ich mag nicht.

Was soll das?

Und doch: In den fließenden gleichförmigen Bewegungen lösen sie sich allmählich auf, diese widerständischen Gedanken, sie zerrinnen einfach, irgendwann bin ich nur mehr Bewegung. Arm vor, Arm zurück, Schritt zur Seite, Schritt zurück – die Musik trägt mich und lässt meine Ängste und Gedanken davon treiben. Ich fühle

mich tatsächlich erfrischt, gestärkt, zentriert nach dieser Übung. Ja, das war gut. Dann geht's schon weiter mit verschiedenen Übungen – durch den Raum gehen, sich selbst wahrnehmen, den anderen wahrnehmen, kleine Begrüßung, leichtes Berühren. Mit der Hand, den Fingerspitzen. Vorsichtig. Achtsam. Ohne dass viel erklärt werden muss – wie achtsam fremde Menschen doch miteinander umgehen können. Ich staune.

Das schafft Intimität

Immerwieder kommen neue Anregungen von unseren Kursleitern. Meine Ängste schwappen gelegentlich hoch, mein Fluchtreflex taucht hin und wieder noch auf – hartnäckig ist der. Und ebenso lass ich mich immer wieder drauf ein – ein gutes Gefühl! Ich habe mich überwunden, ich begegne anderen Menschen, sehe in ihre Augen, lasse in mich sehen. – kein verschämtes Abwenden, kein Verbergen, so tun als ob – das funktioniert hier nicht. Ich sehe in große tiefe Augen, kleine verhangene, strahlende, warme, sinnliche, kecke Augen, es gibt so vieles zu entdecken in diesen Augen der anderen. Alle sind sie offen und bereit sich zu zeigen. Ein unbeschreibliches

Gefühl. Das macht Nähe. Das schafft Intimität. In Windeseile. Es hat nichts zu tun mit irgendwelchen Pornophantasien. Das ist tatsächliche Begegnung. Tiefer und intensiver als es in so manchen langjährigen Beziehungen der Fall ist. Wann habe ich meinen Partner je so lange so intensiv in die Augen gesehen, mich gezeigt und ihn wahrgenommen – aus der Tiefe meines Menschseins. Abseits von Eitelkeiten und Überheblichkeiten, von Oberflächlichkeiten und ohne ein fertiges Bild vom anderen parat zu haben, in das er gefälligst reinzupassen hat?

Kaum jemand nicht berührt

Mittags fallen wir beim Italiener ein, Pizza und Pasta, Rotwein und Cappuccino – ein genussvolles Essen für einen genussvollen Tag.

Weiter geht's am Nachmittag bis in den Abend hinein. Wir tanzen. Wir spielen. Wir liegen auf unseren Decken, atmen, schaukeln mit dem Becken und sind so ganz hier und in diesem Moment. Der Alltag ist weit, weit weg, keine störenden Gedanken an Arbeit, Arzttermine oder Einkaufslisten. Wir alle sind hier, miteinander, geborgen, in geschütztem Raum. Wir alle haben unsere Ängste und Zweifel – und wir alle kämpfen dagegen an. Wir wollen uns so zeigen wie wir sind, ohne Angst und ohne Scham, einander berühren, einander wahrnehmen.

Einige von uns haben schon das eine oder andere Tantraseminar besucht, für die meisten ist es das erste Mal. Kaum jemand, der nicht berührt ist. In der Abschlussrunde fallen Worte wie Dankbarkeit, Fülle, Frieden, Lebenslust, Liebe – und das sind sicher keine leeren Floskeln.

Ich werde wiederkommen. Gerne.

Infos unter: www.tantra.at oder www.namaste.at ❖

gösta
pong ratz Handelsges.m.b.H.
COMPUTER
www.goesta.at