Japansk Cosmo Lifting — mere end en æstetisk behandling

Af Lone Sorensen



Mange tror, at Japansk Cosmo Lifting handler om ydre skønhed og naturlig lift. Det er forståeligt. Navnet lyder som en kosmetisk behandling, resultatet er synligt i ansigtet — og ja, det løfter. Huden ser bedre ud. Ansigtet ser mere udhvilet og levende ud. Det er reelt.

Men det er ikke det, metoden er bygget på.

Historien bag metoden

Jeg har arbejdet som terapeut siden 1978, og i mange år var min primære interesse sygdom — handicappede børn, neurologiske tilstande, komplekse kroniske forløb. Rynker og anti-age-behandling interesserede mig ikke særligt.

Men noget ændrede sig. Da jeg begyndte for alvor at arbejde med ansigtszone- og refleksterapi i starten af halvfemserne, lagde jeg mærke til noget konsekvent: klienter, der kom til mig med sygdomme, så anderledes ud, når de blev bedre. Huden fik farve. Øjnene strålede. Fugerne blev mindre. Det indre afspejler sig i det ydre — det var åbenlyst.

Jeg begyndte at undersøge muligheden for at udvikle en behandlingsmetode, der kombinerede det æstetiske med det terapeutiske. I sluthalvfemserne mødte jeg på en kongres i Argentina en japansk kvinde, Tanaka, der arbejdede med en selvliftteknik, som var udbredt i Japan. Hun var næsten 70 år og havde en hud, jeg aldrig har set magen til. Hun lærte mig metoden.

Men jeg vidste med det samme, at det ikke var nok. Jeg ville have noget, der behandlede kroppen indefra — hormonsystemet, blodkredsløbet, nervesystemet, lymfesystemet — og ikke blot tonede muskler og øget lymfedræning. Det tog mig et par år at udvikle det komplette koncept. Det, vi i dag kalder Japansk Cosmo Lifting, var klar ved udgangen af 1999.

Ansigtet spejler det indre

Stress, søvnmangel, hormonel ubalance, kronisk muskeltension og følelsesmæssig overbelastning viser sig i ansigtet, længe inden de registreres som egentlig sygdom. Huden mister vitalitet. Muskler bliver stive eller svage. Lymfevæsken stagnerer. Udtrykslinjer uddybes.

Tyktarmen er det organ, der har den allerstørste indflydelse på ansigtshudens tilstand. Når den ikke fungerer optimalt, opstår der karakteristiske forandringer: den naturlige fuge fra næsen mod kæbekanten bliver dybere, kinderne begynder at hænge, og der opstår rynker over overlæben. Det samme gælder resten af kroppen. Hjertet viser sig over øjenbrynene. Lungerne viser sig på kinderne. Lever og galdeblære kan give et gulgrønt skær i ansigtet og hævelse i tindingeområdet.

Ansigtet er et præcist landkort over kroppens tilstand. Det er det, vi arbejder med.



Hvad behandlingen faktisk gør

Japansk Cosmo Lifting er opbygget i to hoveddele.

De første faser handler udelukkende om at bringe kroppen i balance indefra. Vi stimulerer punkter med direkte forbindelser til centralnervesystemet, meridiansystemet, blodkredsløbet og lymfesystemet. Vi arbejder med hormonsystemet via specifikke stimuleringszoner i panden. Og vi bearbejder ansigtszonerne fra ansigtszone- og refleksterapi med en teknik, der er tilpasset lifting-formålet, men som stadig arbejder på kroppens organer og systemer.

Derefter følger de 11 japanske steps — den del, de fleste forbinder med selve lifting-behandlingen. De virker som muskelgymnastik. De øger blodgennemstrømningen til muskel- og bindevæv, toner ansigtsmusklerne og aktiverer kroppens egne regenerative processer. Det kræver et fast tryk — ikke hårdt, men fast — fordi musklerne skal arbejdes, og blodkredsløbet skal øges.

Fordi ansigtet er rigt forbundet med nervesystemet, kan stimulering her påvirke hele kroppen via neurologiske og refleksologiske forbindelser. Det er en af grundene til, at mange klienter oplever ikke blot æstetisk forbedring, men også dyb afslapning, bedre søvn og en generel fornemmelse af velvære efter behandling.

Behandlingen afsluttes med saltvand, der indeholder alle 12 livsvigtige mineraler og krystalkugler, der køler ansigtet ned og hjælper mineralerne ind i huden, bindevævet og musklerne.

Holdbare resultater kræver behandling indefra

Rynker og slap muskeltone opstår ikke tilfældigt. De har interne årsager. Hvis vi kun arbejder med musklerne og lymfen uden at rette op på de indre ubalancer, der skaber problemet, vil resultaterne aftage hurtigt. Behandling indefra er ikke en ekstra detalje — det er det, der gør resultatet holdbart.

Vil en klient have resultater, der kan sammenlignes med et kirurgisk indgreb, kræver det tre behandlinger om ugen. Det er ikke et salgstrick — det er fysiologi. Ansigtsmusklerne reagerer præcis som kroppens øvrige muskler: én træning om ugen giver minimal strukturel effekt. Et typisk forløb er 12 behandlinger, men det varierer efter udgangspunktet.

Én behandling om ugen er realistisk som vedligeholdelse — eller som wellness. Det er afspændende, regulerende og gavnligt for enhver. Men de synlige strukturelle forandringer kræver intensitet.

En anden forståelse af skønhed



Japansk Cosmo Lifting repræsenterer en anderledes tilgang til æstetik.

Ægte foryngelse handler ikke kun om at se yngre ud. Det handler om at genoprette vitalitet, blødhed, udtryk, cirkulation, balance og forbindelsen mellem ansigt, nervesystem og krop som helhed. Når vi opnår det indefra, afspejler ansigtet det. Kulør forbedres. Muskler strammer op. Fuger reduceres. Øjnene åbner sig.

Det er grunden til, at behandlingen opleves som både æstetisk og terapeutisk på samme tid — og grunden til, at den integreres naturligt i holistiske æstetiske klinikker, antistress-programmer og behandlingsforløb, hvor klientens generelle velvære er en del af målsætningen.

Jeg arbejder med kvinder og mænd fra 20 til 92 år. Min ældste klient i Barcelona er 92 og har fået behandling hver uge i flere år. Det er ikke usædvanligt. Behandlingen er blid nok til alle og præcis nok til at virke.

Med kærlighed



Lone Sorensen

P.S. Vil du arbejde med Japansk Cosmo Lifting i din egen praksis? I Japansk Cosmo Lifting gennemgår jeg basebehandlingen, løfteteknikkerne og lymfedrænagen, der tilsammen giver et naturligt ansigtsløft og bedre spændstighed.

I Krystal Lifting gennemgår jeg arbejdet med krystalske, krystalkugle og thumb stones på de punkter, der regulerer kollagen, blodcirkulation, lymfe og muskelvæv.

Har du spørgsmål til mine uddannelser, til indholdet eller til hvilke metoder der er relevante for dit arbejde — så er du meget velkommen til at booke et møde med mig direkte:

Book en gratis samtale med Lone