Livslinjen – når ryglinjen på foden også fortæller om klientens historie

Af Lone Sorensen



De fleste klienter kommer med et fysisk problem. Ondt i lænden, en stiv nakke, en skulder, der ikke vil. Mange af dem har prøvet flere behandlinger, og smerterne kommer igen. Når jeg analyserer deres ryglinje på fødderne, finder jeg ofte ikke kun fysiske spændinger. Jeg finder også spor af noget, de har været igennem.

I Neuro fodzoneterapi – Praxis Vertebralis arbejder vi med rygsøjlens refleksområder på fødderne. Den samme ryglinje, som vi bruger til at analysere og behandle den fysiske krop,

bruger vi også til at analysere det, jeg kalder den emotionelle rygsøjle. I tibetansk medicin taler man om en livslinje: en måde at aflæse, hvornår i livet en belastning er opstået.

Fysiske og følelsesmæssige depoter

Når vi analyserer den fysiske krop – muskler, organer og væv – arbejder vi med et relativt fast tryk. Depoterne ligger i bindevævet under huden, og man skal ned i vævet for at mærke dem. Det gælder både på ryglinjen og på zonerne under fødderne.

Når vi analyserer den emotionelle linje, er trykket helt anderledes. Det er meget let. Man fører tommelfingeren langs ryglinjen med korte, bløde strøg og koncentrerer sig om at mærke noget, der minder om en lille boble eller en vandblære i det yderste hudlag. Trykker man hårdere til, forsvinder fornemmelsen. Det er sådan, man skelner: et fysisk depot mærker man, når man trykker til, et følelsesmæssigt depot mærker man kun med det helt lette tryk.

Det kræver øvelse. Men når vi holder kurser, hvor vi er sammen i samme lokale, er det sjældent, at en elev ikke kan mærke det allerede første gang.

Livslinjen – sådan regner man alderen ud

Når jeg har analyseret hele ryglinjen – halshvirvlerne, brysthvirvlerne og lændehvirvlerne – på begge fødder, beslutter jeg, hvor det største følelsesmæssige depot ligger. Ud fra placeringen kan man regne sig frem til, hvor gammel klienten var, da belastningen opstod.

Hos alle over 15 år er fordelingen den samme i to af afsnittene. Lændehvirvlerne svarer til de første 10 år af livet. Halshvirvlerne svarer til de seneste 5 år, fra i dag og 5 år tilbage. Korsbenet regnes ikke med i livslinjen, fordi det i tibetansk medicin hører til fostertiden.

Brysthvirvlerne svarer til årene derimellem, og dem kender vi først, når vi kender klientens alder. Er klienten 63 år, trækker vi de 10 år i lænden og de 5 år i nakken fra, og der er 48 år tilbage at fordele over brysthvirvlerne. Midt på brysthvirvlerne svarer så til 24 år efter de første 10, altså omkring 34-årsalderen.

Er klienten 45 år, er der 30 år at fordele over brysthvirvlerne. Finder jeg det største følelsesmæssige depot mellem 6. og 7. brysthvirvel, svarer det til omkring 15 år efter de første 10, altså en oplevelse omkring 25-årsalderen.

Det lyder mere kompliceret, end det er. Med øvelse kan man blive meget præcis.

Begge fødder er hele mennesket

Et følelsesmæssigt depot sidder sjældent det samme sted på højre og venstre fod. Derfor analyserer vi altid begge fødder, og vi afbalancerer altid på begge fødder, også når klienten kun har ondt i den ene side.

Hvilken fod depotet viser sig på, hænger efter min erfaring sammen med, hvilken hjernehalvdel klienten reagerer mest med. Reagerer man mest med den højre, kreative og emotionelle hjernehalvdel, viser depotet sig ofte på venstre fod, fordi forbindelserne krydser. Det kan ændre sig gennem livet.

Jeg ser altid de to fødder som ét samlet billede af kroppen og det mentale. Det er det hele menneske, vi skal finde det største depot i.

Den emotionelle afbalancering

Selve afbalanceringen er enkel. Vi holder på det største depot under foden, som vi altid gør, og lægger samtidig tommelfingeren på det sted på ryglinjen, hvor vi har fundet det følelsesmæssige depot. Forskellen er trykket. Ved den fysiske afbalancering trykker vi til. Ved den emotionelle afbalancering holder vi næsten bare. Vi kalder det et 5-grams tryk. Vi holder i 40 sekunder, på begge fødder.

Alt, hvad der har med følelser at gøre, gør jeg meget blødt.

Hvornår tager man den emotionelle linje med?

Ikke altid. Kommer der en fodboldspiller med en sportsskade, begynder jeg ikke at analysere følelser. Ved en akut smertebehandling går jeg direkte til det fysiske og tager måske den emotionelle linje med senere.

Men når et problem er kronisk og bliver ved med at komme igen, kigger jeg også på den emotionelle rygsøjle. Jeg har mange gange set, at iskiassmerter vender tilbage i perioder, hvor der sker noget i et menneskes liv, som det ikke kan styre. Min egen far var et eksempel. Når der skete noget, der bragte ham ud af fatning, lå han i sengen med iskias. Et gammelt følelsesmæssigt depot, der dukker op ved 3. lændehvirvel og forstyrrer nerven, der går ud der.

Jeg vurderer det i hvert enkelt tilfælde. Jeg vurderer også, om jeg vil tale med klienten om det. Nogle mennesker er åbne for at tale om de ting, andre synes, det lyder underligt. Det fornemmer man.

En model, ikke en diagnose

Livslinjen er en model fra den tibetanske tradition, som jeg har arbejdet med i mange år. Den er et redskab til at strukturere analysen og forstå, hvor kroppen kan bære på en gammel belastning. Den er ikke en diagnose, og den erstatter ikke psykologisk eller medicinsk hjælp. Det, jeg beskriver her, er kliniske erfaringer og ikke dokumenterede behandlingseffekter.

Men den giver terapeuten noget værdifuldt: en måde at se klientens fysiske problem i sammenhæng med det liv, klienten har levet. Og den minder os om, at begge fødder tilsammen er det hele menneske.

Med kærlighed



Lone Sorensen

P.S. Vil du lære at analysere både den fysiske og den emotionelle ryglinje på fødderne? I mit onlinekursus Neuro fodzoneterapi – Praxis Vertebralis gennemgår jeg depotgraderne, ryglinjens fire trin, segmentanalysen og den emotionelle afbalancering. Er du ny i metoden, er min uddannelse i Ansigtszone- og Refleksterapi fundamentet.

Har du spørgsmål til mine uddannelser, til indholdet eller til, hvilke metoder der er relevante for dit arbejde, er du meget velkommen til at booke en gratis samtale med mig direkte.