

RIMPELS, MARKERINGEN EN ONEFFENHEDEN OP JE GEZICHT VERTELLEN MEER OVER JE PERSOONLIJKHEID, LEEFWIJZE EN KARAKTER DAN DAT JE DENKT. EN RIMPELS KUNNEN ZELFS VERMINDEREN EN VERVAGEN DOOR ANDERS OM TE GAAN MET JE EMOTIES EN GEDACHTEN. HET GEZICHT IS EEN BLAUWDRUK VAN WIE WE ZIJN OF WIE WE WORDEN. DUIZENDEN JAREN GELEDEN WISTEN ZE DIT IN CHINA AL. ZIJ MAAKTEN ZIJ DAAR VEELVULDIG GEBRUIK VAN IN HUN DIAGNOSTIEK. HERBALIST EN ACUPUNCTURIST DEIRDRE COURTNEY IS EEN AUTORITEIT OP HET GEBIED VAN GEZICHTEN LEZEN KWAM VANUIT IERLAND NAAR AMSTERDAM VOOR EEN WORKSHOP MET VERRASSENDE 'EYEOPENERS'.

Gezichtsdiagnose

WAT RIMPELS VERTELLEN...



Bekende acteurs worden behandeld aan de hand van hun gezichten.

In het oude China was gelaatsdiagnose naast de tong- en polsdiagnose de meest gebruikelijke en belangrijke diagnosemethode. Artsen mochten buiten de extremiteiten van hun patiënten het lichaam niet aanraken. Het was zelfs zo dat de vrouwen op een ivoren beeld moesten aanwijzen waar de pijn en het ongemak in het lichaam zich bevonden. Observatie van de kleur van de huid was tevens essentieel om zicht te krijgen op de gezondheidstoestand en energie van de persoon. Veel behandelingen werden op de reflexgebieden van organen (op bijvoorbeeld de handen) gegeven. Gezichten lezen heeft een lange geschiedenis in vele culturen, ook in het westen. De Grieken, Aristoteles en Plato hebben vele geschriften geschreven over gelaatsdiagnose en in Amerika stelde president Abraham Lincoln zijn kabinet samen op basis van hun gezichten.

WAT IS ER NU ZO BOEIEND EN BELANGRIJK AAN GEZICHTEN LEZEN?

Het gezicht is je communicatiemiddel. Het eerste wat je als baby doet is het lezen van het gezicht van je moeder. Dagelijks lezen we elkaars gezichten. Wanneer iemand binnenkomt is het eerste waar je naar kijkt. Bepalend zijn de uitstraling, de ogen, de zintuigen en de emoties die de gezichten tonen. Je gezicht is je identiteit, het geeft je persoonlijkheid weer. Met je gezicht toon je je gezondheid, je sterke en zwakke kanten en je emoties. Gezichten kunnen veranderen in de loop der jaren. Je neus kan groeien, je mond kan groter en kleiner worden, zelfs je kin kan veranderen (niet alleen door het krijgen van een onderkin, maar je kin kan vooruit steken of deuken gaan vertonen). Ditzelfde geldt voor de huid. De kleur kan veranderen, de vorm, de uitstraling en de vitaliteit van je huid en rimpels kunnen komen en ook weer verdwijnen. Hoe kunnen rimpels daadwerkelijk verdwijnen en wat hebben rimpels met emoties te maken?

EEN DIEPERE KIJK OP RIMPELS

Het gezicht heeft vele expressiespiers waarmee uitdrukking wordt gegeven aan hoe iemand zich voelt. Dit kan heel bewust door je wenkbrauwen te fronsen wanneer je boos bent, maar veel expressie gebeurt ook onbewust. Langdurige irritatie en frustratie kan ook lijnen geven, bijvoorbeeld tussen de beide wenkbrauwen de fronsrimpels. Teleurstelling kan op den duur je lippen laten hangen. Langdurige emoties en expressie kunnen rimpels op den duur veroorzaken. Hoe intenser en langdurig de emoties zijn, hoe dieper de rimpels. Heel diepe rimpels geven aan dat een probleem heel diep en intens is zoals het verlies van een geliefde of een gekwetstheid op een bepaald gebied. In ieder geval kan je met je gezicht je emotie tonen. Er zijn aangeboren emoties zoals lachen en huilen, daar weet een baby goed gebruik van te maken. Daarnaast spelen cultuur, gedragscodes en opvoeding een grote rol in de wijze



Docent Deirdre Courtney, een autoriteit op het gebied van gezichtsdiagnose.

waarop je je uit. Als kind heb je veel geleerd door imitatie van je omgeving, zoals je ouders. Het gezicht reageert op signalen uit de omgeving: de stress die je ervaart, de voeding die je tot je neemt, je leefwijze en het klimaat, de omgeving waar je woont (denk aan de gebieden met een heftige milieuvervuiling). Je gezicht is een weerspiegeling van wie je bent en wat je voelt, je innerlijke wereld, en dat toon je aan de buitenzijde. Volgens Lillian Bridges (een autoriteit op het gebied van gezichten lezen in de Chinese geneeskunde en leraar van Deirdre) zijn er verschillende redenen waarom mensen rimpels krijgen. Rimpels zijn ten eerste de expressie van de intensiteit van je leven, je

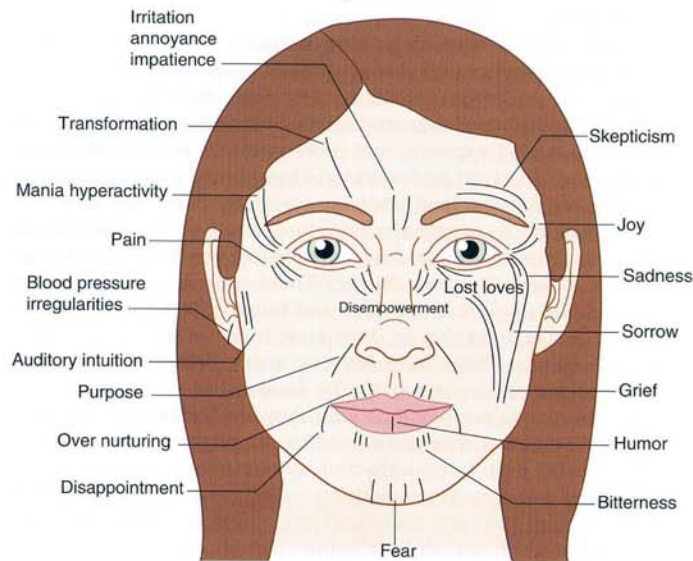


FIGURE 2-8 The Emotional Map. These lines are indications of frequently used expressions or repressed emotions. They are considered strongest when they appear without making the face that created them.

RIMPES EN JE EMOTIES

Rimpels vertellen je veel over wat zich afspeelt aan de binnenzijde van de persoon. Met behulp van een gezichtskaart toont Deirdre in de workshop de verschillende plaatsen van de rimpels met de emoties daaraan gekoppeld.

- Irritation-lijnen tussen de wenkbrauwen staan voor irritatie, frustratie en ongeduld. Dit gebied heeft te maken met de leverenergie. Bij veel mensen is dit gebied droog of rood of gevoelig.
- Skepticism-lijnen boven de wenkbrauwen hebben te maken met in het verleden teveel onzinverhalen gehoord van mensen die zaken niet naleefden maar wel verkondigden. Daardoor ben je sceptisch geworden in je denken.
- Joy/excitement-lijnen die naast de buitenste ooghoeken omhoog wijzen staan voor plezier en vrolijkheid; de zogenaamde kraaienpootjes. Deze mensen lachen veel en hebben plezier.
- Sadness-lijnen staan naast de ogen en wijzen naar beneden door verdrietig en ongelukkig zijn. Veel mensen hebben fijne lijntjes. Wanneer deze diep en lang zijn worden het echte rouwlijnen.
- Pain-lijnen lopen onder de ogen vanuit de buitenste ooghoek en hebben te maken met fysieke of emotionele pijn. Dit kan het verlies zijn van speciale vriend of een huisdier of iets anders wat je dierbaar was als sieraad. Veel mensen hebben wel hun kleine of grote verliezen in het leven. Hoe meer en hoe dieper de lijnen, hoe heftiger het verlies.
- Disempowerment-lijnen op de neusbrug staan voor het niet mondig genoeg zijn voor jezelf, niet opkomen voor jezelf. De neusbrug is tevens het reflexgebied van de rug.
- Purpose-lijnen naast de neusvleugels naar beneden wijzend, de zogenaamde nasolabiale-lijnen, geven je aan of er rust is op je pad wat je hebt gekozen. Je eigen doel volgen en doen wat je werkelijk wilt. Meerdere lijnen staan voor meerdere doelen die je volgt. Wanneer de lijnen niet heel diep zijn zegt het iets over weten wat je levenspad is en het volgen. Tevens zeggen deze lijnen iets over de functie van de darmen.
- Overnurturing-lijnen boven de bovenlip zeggen dat je teveel zorgt voor anderen en jezelf teveel wegcijfert. Teveel overgebruik van de maagenergie door teveel zorgen voor anderen. Jezelf vaak tekort doen.
- Bitterness-lijnen onder de onderlip hebben te maken met verbittering. Niet tevreden zijn met hoe het leven is gelopen.
- Auditory intuition-rimpels voor de oren hebben te maken met veel onzin gehoord hebben in je leven. Deze mensen hebben heel goed door wanneer mensen onzinverhalen en leugens vertellen. Deze lijnen hebben tevens te maken met allergieën.
- Blood pressure-lijnen lopen diagonaal in de oorlel en geven informatie over een variabele bloeddruk die eerder te hoog dan te laag is (of beiden).

plezier en verdriet in je leven en hoe je dit hebt getoond naar de buitenwereld. Maar wat maakt nu dat de ene meer rimpels heeft dan de andere? De kwaliteit van je huid is daarbij zeer belangrijk. Erfelijkheid, leeftijd en constitutie spelen daarin mee. Een dikkere, goed doorbloede huid en een vette huid zal minder snel rimpels vormen dan de droge, dunne huid. Het klimaat speelt tevens een grote rol. In Nederland is het dampig en vochtig dit in tegenstelling tot India waar de hitte veel droogte tekens, rimpels kan geven. Volgens Lillian is de zon niet de veroorzaker van rimpels zoals vaak wordt gedacht. De zon

zorgt ervoor dat de rimpels die al in aanleg aanwezig zijn meer naar de oppervlakte komen en daardoor duidelijker zichtbaar worden. Dat neemt niet weg dat je je goed moet beschermen tegen de zon en je de huid goed moet voeden en verzorgen. Tekort aan lichaamsvloeistoffen is tevens een heel belangrijke factor van uitdroging van de huid. Een ongezonde leefstijl, roken, teveel stress, te weinig beweging en ongezonde voeding zijn grote veroorzakers van huidproblemen. Je lichaam goed voeden met gezonde voedingsproducten en vloeistoffen en een goede ademhaling optimaliseren je gezondheid. Stress

voorkomen en een balans tussen werk en ontspanning zorgen ervoor dat de lichaamsvloeistoffen niet opraken en dat je lichaam niet oververhit raakt. Een ander aspect van rimpels is te veel gebruik van de expressiespiers. Overdreven gelaatsoefeningen versterken juist de lijnen en maken deze dieper. Toch zijn er mensen die weinig rimpels krijgen. Volgens Lillian zijn dit de mensen die niets voelen en daardoor weinig expressie hebben, bijvoorbeeld degenen die alleen maar met de 'aandacht in hun hoofd' zijn of degene die niet echt met de 'aandacht in hun lijf' zijn. Daarnaast degene die ver van de stress van alledag kunnen zijn en zich daarvoor afzonderen, een voorbeeld daarvan zijn de monniken in de kloosters. Zij hebben een sereen uiterlijk en vage lijnen. Gelukkig zijn en met je emoties in balans zijn heeft zijn invloed op de huid. Wanneer je je gelukkig voelt, straalt je dit uit.

TOT SLOT

Rimpels kunnen groter worden of verminderen wanneer je bezig gaat met het gevoel erachter. Dit gevoel kan jezelf testen door de expressie, de uitdrukking van de rimpel heel bewust na te doen en te voelen wat het met je doet. Trek je neus op en voel, trek je lippen samen en voel, frons je wenkbrauwen en voel de emotie die dat teweeg brengt. Wanneer je heel bewust attent bent op dat gevoel en er heel gericht mee aan de slag gaat, dan kan op den duur de rimpel die expressie geeft aan dat gevoel vervagen en zelfs verdwijnen. Inzicht in de emotie achter de rimpel is daarbij van belang. De gezichtskaart met



de rimpels en emoties daaraan gekoppeld kan degene helpen inzicht te krijgen. Daarbij is het van essentieel belang om open te kijken bij het analyseren van het gezicht en de ander niet te veroordelen. Stel vragen en vertel ze niet wat je ziet. Laat de ander het invullen. Door te vragen: 'herken je teleurstellingen in je leven' krijg je de bevestiging van de ander. Ieder mens heeft zijn eigen pakket met problemen in het leven te gaan en hanteert dit op zijn eigen wijze. Degene kan zelf bepalen wat ze wel of niet daarover wil vertellen. Als schoonheidsspecialist kan je de ander helpen hier inzicht in te krijgen en ermee aan de slag te gaan.

Geraadpleegde literatuur:

- Boek Face reading in Chinese medicine, Lillian Bridges, Churchill Livingstone Elsevier
- Workshop Face reading deel 1 en deel 2 Deirdre Courtney
- Boek gelaatkunde, Joyce van der Voort, instituut gelaatkunde