



Ansigtslæsning

Det fortæller dit ansigt om dig

Linjerne i ansigtet viser, om du er ægte glad, om du har gennemgået en livskrise, og om du gør for meget for andre fremfor dig selv. Det mener i hvert fald ansigtslæseren, som her giver et lynkursus i at læse dit ansigt – og andres.

AF JULIE KRAASE BRANDT. FOTO: UNSPASH ILLUSTRATIONER: KATRINE IDA OLSSON OG SHUTTERSTOCK
FRA BOGEN 'ANSIGTSLÆSNING – ENKLE TEKNIKKER TIL AT FORSTÅ ANSIGTETS SPROG' AF FATTIMA LOREEN

Linjerne i ansigtet viser, hvem du er

Det lyder næsten for godt til at være sandt – måske endda for meget for nogen – at vores rynker er et unikt værktøj til at forstå sig selv bedre for slet ikke at snakke om, at vi igennem vores følelser faktisk kan påvirke udviklingen af linjerne i ansigtet! For at forstå, hvordan mine (indrømmet, lidt irriterende) to lodrette linjer imellem mine bryn og linjerne på tværs over panden kan fortælle mig vigtig viden om mig selv, er jeg nødt til at forstå, hvad ansigtslæsning er. Jeg ringer ansigtslæser og forfatter til bogen 'Ansigtslæsning – enkle teknikker til at forstå ansigtets sprog' Fattima Loreen op fra hjemmekontoret en sen eftermiddag i november.

Er ansigtslæsning det nye horoskop?

Hvad er ansigtslæsning, og kan det sammenlignes med andet, man kender i forvejen, vil jeg vide;
– Kinesisk ansigtslæsning kan sammenlignes med en blanding af astrologi og psykologi – en blanding af noget praktisk, holistisk og spirituelt, hvor hele formålet er, at du som menneske bliver bedre i stand til at forstå dig selv og dine traumer for at kunne give slip og leve det liv, der gør dig glad, forklarer Fattima Loreen.
Ansigtslæsning er en del af traditionel kinesisk medicin. Metoden er diagnostisk og terapeutisk og stammer

oprindeligt fra Ming-dynastiet, hvor det var vigtigt, at kejserens elskerinder var sunde – indefra og ud. Dengang rørte og mærkede lægerne ikke på kvinderne, så derfor udviklede lægerne andre teknikker til at aflæse kroppens sundhedstilstande. Ved at betragte og analysere deres ansigter kunne lægerne aflæse de indre organers tilstand og dermed få meget at vide om kvindernes velbefindende mentalt og fysisk. Det, vi også kender fra i dag, med for eksempel organernes zoner i ansigtet.

– På samme måde, som når man går til psykolog eller for eksempel læser sit horoskop for at få en form for retning enten i livet eller for dagen, så bruges ansigtslæsning også til at give retning. Læsningen er en hjælp til at forstå sig selv bedre, fordi man bekræftes i den, man er, hvad man kan lide, og hvad man er god til, forklarer Fattima og uddyber; – Når man kender sig selv, er man bedre i stand til at strukturere sit liv og gøre mere af det, der nærer en.

– Mange mennesker bruger ansigtslæsning i forbindelse med store skift i deres liv, for eksempel når de overvejer at gå selvstændigt, eller til at blive klogere på, om de er i det rette parforhold.

Det lyder positivt at kunne blive klogere på sig selv igennem sine linjer, om end stadig lidt alternativt. Hvordan fungerer det i praksis? >

FUN FACT

Udover den kinesiske ansigtslæsning findes der også andre former for ansigtsanalyse f.eks. psykologen Paul Ekman's koncept Facial Emotional Analysis. Han har undervist FBI, CIA og lufthavns personale i at lære at aflæse ansigter og ansigtsmimik for at kunne spotte f.eks. smuglere og terrorister. Hovedpersonen i tv-serien "Lie to Me" er bygget over Paul Ekman.

Ansigtslæsningens ABC

– Til en ansigtslæsning sidder man over for hinanden som hos en psykolog (også via Zoom, som er blevet meget populært under corona, fortæller Fattima Loreen under vores old school telefonsamtale). Læsningen består af to dele; at ansigtslæseren mærker dig som menneske, din energi, og hvad du har brug for, på samme måde som når man i alle andre menneskelige fag ser og mærker, om en person er stresset, virker fraværende eller fuld af energi. Den anden del er den tekniske del, hvor man kigger på dine træk og linjer, og ud fra dem snakker man om, hvordan du kan bruge dem til at forstå dig selv og den vej, der er rigtig for dig, forklarer Fattima Loreen. Jeg vil gerne vide, om der er noget generelt, man kan kigge efter hos andre – en hurtigt måde at aflæse dem på;

– Når man vil læse et andet menneske – eller sig selv – er det en god idé først at se på, hvilke træk der stikker ud. Hvilke træk prøver at sige noget til mig? Har du for eksempel store øjne og en lillebitte mund, har du tydelige linjer imellem brynene eller markante kindben? De træk, som byder sig til, har noget at sige om det menneske, enten at de gerne vil tale om det, eller at de bruger det meget i deres liv.

Det afslører knoglerne i ansigtet

– Noget af det mest hands-on at kigge efter er, hvor der er meget knogle i ansigtet. Det er nemlig der, du har din power.

Høje kindben: – Kindbenene er ansigtets skuldre. Det er et sted, der viser ansvar, og at du kan tage fat. Har du høje kindben, betyder det, at du er bossy, og bossy er positivt, for det betyder, at du kan tage ansvar og give ansvar fra dig. Du er handlekraftig.

Næsen: – Hvis næsens knogler er fremtrædende, indikerer det, at du er arbejdsom. Det er ikke nødvendigvis, fordi du vil tjene penge, det handler i langt højere grad om, at du vil kæmpe for noget, og det kan være alt fra bæredygtighed til politik.



Bliv klogere på dine ansigtstræk, linjer og form. 'Ansigtslæsning – enkle teknikker til at forstå ansigtets sprog' af Fattima Loreen, Muusmann, 300 kr. Se mere på @loreen_institute.

Spids hage: – Er stædighed. Du giver ikke så let op, og derfor får du tit det, du gerne vil have.

Høj pande: – Du er tænksom. Det er den kraft, du har. Du har dybde, og du kan godt lide dybere tanker. Tænk på filosoffer og opfindere, den energi har du. Har du en høj pande og tindinger, bruger du meget tankevirksomhed, du grubler og tænker og har en indadvendt energi.

Botox & ansigtslæsning?

En ting er ens knogler, men hvordan analyserer man ens linjer? Og hvad med botox eller kosmetiske operationer i den sammenhæng?

– Jeg kan som regel se, hvor mine klienter har fået botox, men ellers spørger jeg. Det samme gælder, hvis jeg kan se ar fra for eksempel kosmetiske operationer. Botox kan kamuflere linjerne, men ved at se, hvor de har fået lagt botox eller fillers ind, kan jeg få en forståelse af, hvad det er, de gerne vil 'fjerne', og dermed de følelser, de føler ofte. – For eksempel er en lodret linje imellem brynene skabt af at undertrykke sin vrede, og to lodrette linjer imellem brynene handler om irritation, frustration og utålmodighed. Har en klient fået fyldt de rynker, vil jeg spørge ind til, hvordan de lever – for lidt søvn, for travlt, for mange forventninger til og fra mennesker i et moderne liv? Det er alt sammen noget, der skaber irritation. Så botox kamuflerer ikke mennesket og det, han eller hun har oplevet, når vi taler ansigtslæsning, forklarer Fattima Loreen. ■

Det afslører dine linjer i ansigtet

Ifølge ansigtslæseren får vi vores linjer i ansigtet af at føle de samme følelser ofte – vores ansigtsmimik lægger sig i de samme folder så at sige. – Man kan altså tale om, at rynker og linjer kan blive mindre tydelige, når man får bevidsthed over følelsen bag og slipper den. Når du ikke aktiverer følelsen, trænes rynken heller ikke dybere.

Særligt disse syv linjer oplever mange:



GLÆDESLINJER

Linjerne går opad fra den yderste øjenkrog.

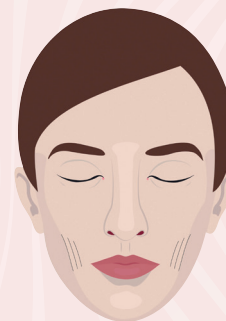
– De kommer af ægte glæde, af at have det godt! De fortæller også, at man tit griner. Det er smukt, når man smiler med øjnene, og de viser, at man lever et godt liv.



TRANSFORMATIONS LINJER

Går fra øjenbrynet og op mod hårgrænsen.

– De viser sig efter et traume eller livskrise og symboliserer, at man er kommet igennem dem, og at man er kommet godt ud på den anden side, klogere og stærkere og med en dyb indsigt i sig selv.



STRESSLINJER

Linjer på nedre kind, eller hvis man er hul der.

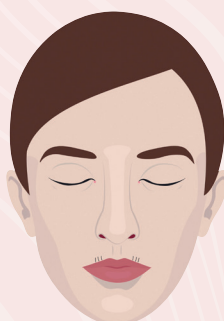
Det handler om lungerne og er tegn på stress og dårligt selvværd. Man arbejder meget – måske for meget – og tager sig ikke tiden til at nyde. Det sker, når vi glemmer at trække vejret. Prøv åndedræsteknikker og at gøre mere af de ting, du nyder.



FORMÅLSLINJERNE

Linjerne, der går fra næsestøjene og ned til mundvigene.

– De viser, hvordan du ser noget positivt. Når du smiler og er tilfreds, vil du smile et indre smil, og det er det, linjerne kommer af. De viser også, at du er tryk i det, du gør, og at det føles godt. Jo mere man gør det, jo mere lander man i sig selv og i følelsen af 'jeg er i orden'. Linjerne symboliserer, at man kender sig selv og kæmper og arbejder for noget, der er større og vigtigere end en selv, og det er sundt for egoet.



OVERNÆRENDE LINJER

Lodrette små linjer fra overlæben og op langs huden, der bryder læbekanten.

– De har intet med rygning at gøre, man får dem, når man giver og gør mere for andre, end hvad der er godt for en selv – overnærende. De viser, at man skal gøre mere for sig selv. Al slags forkælelse, som man synes er dejligt, kan vende udviklingen for de linjer. Fra ansigtsbehandlinger til gåture og lange bade.



LINJER I PANDEN

Ved chok løfter man panden op mod hårgrænsen, løfter øjenbrynene og spiller øjnene op. Har man linjer her, har man haft svære år i 20'erne. Man har oplevet og lært meget.

Går linjerne hele vejen tværs over panden, har man forstået det, man lærte.

– Er linjerne mere i brudstykker eller kun ude i siderne, har man ikke helt forstået læringen heri endnu.