

Fodlæsning

*Fødder har deres eget sprog!
Skævheder, hård hud osv.
fortæller mere end du tror
om dig og dit liv.*

af Anne Scardarella,
fodlæser

Nogle bærer følelserne udenpå tøjet, nogle mener, at øjnene er sjælens vinduer, men jeg foretrækker fødder. Jeg er fodlæser. Jeg ser på dine fødders farver, linjer, mangler og harmoniske træk for at fortælle dig alt om din personlighed og om, hvordan du har levet og lever dit liv.

Fra vorter, ligtorne og hård hud til neglelak - alt afslører noget om dig. Du tænker måske kun på dine fødder, når det bliver sommer, eller når skoene giver vabler, men for mig giver de indsigt i dine ægte følelser og din karakter. Ja, dine fødder kan tale.

Fodlæsning er sjovt, da vi alle elsker at høre lidt om os selv, men det kan også bruges som et meget effektivt selvudviklingsværktøj, der kan hjælpe dig til at indse og håndtere følelsesmæssige problemer, så du kan gå videre i livet med tillid.

Hvis der er et område i dit liv, du kæmper med, vil det manifestere sig i dine fødder. Det kan være en stor overraskelse at høre en komplet fremmed fortælle dig om din korte lunte, dine arbejdsvanskeligheder eller familiestridigheder.

Du ved det udmærket godt, også selvom du ikke er parat til at indrømme det. Men når du bliver opmærksom på situationer og tendenser, kan det forhåbentlig så frøet til et nyt skridt i den rigtige retning.

Jeg er også zoneterapeut. De to metoder fungerer rigtig godt sammen og hjælper mig til en dybere forståelse af mine klienter. Zoneterapi håndterer den fysiske ubalance, mens fodlæsning hjælper til at forstå den følelse, der forårsagede ubalancen.

Fødderne bærer os gennem hele livet, og vi ænsrer dem knapt nok. Men vi udtrykker vores følelser igennem dem: Når vi er vrede, stamper vi, er vi deprimerede, slæber vi fødderne efter os, og når vi er glade, træder vi let. Det handler ikke bare om dine sko. Og i øvrigt:

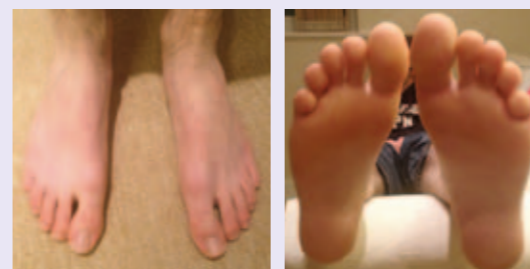
Hvis du går i sko, der generer, fortæller det mig straks meget om din karakter.

Fortid og nutid - ikke fremtid

Fodlæsning kan spores tilbage til oldtidens Kina og Indien. Det kinesiske meridian-system kortlægger energierne forløb gennem fødderne og kroppen. I Indien forbindes man marma-punkterne på fødderne til personligheden.

Der er mange kulturelle

- Fodlæsning kan være et redskab til selvudvikling, siger den engelske zoneterapeut Anne Scardarella.



Sådan fotograferer du dine fødder til en fodlæsning.

Prøv en fodlæsning

Anne Scardarella tilbyder også fodlæsning via fotos. Du skal tage to billeder, tæt på og med god belysning: 1) Sid på en stol med fodsålerne i gulvet, fødderne let adskilte. 2) Læg dig på fx en sofa og få en ven til at tage et billede af dine fodsåler.

Læs på www.feetreading.co.uk, hvordan du sender billederne og betaler.

referencer til fødder: Grækerne mente, at en lang andentå indikerer en god forplantningsevne; i vedaerne omtales fødderne som "handlingens organer", og nogle nomadestammer er i stand til at identificere, hvem der har sat hvilke fodaftryk i sandet.

Fodlæsning beskæftiger sig med fortiden og nutiden. Jeg forudsiger ikke lottogevinster, kærestes, berømmelse eller rigdom, men jeg kan give dig indsigt i dit indre selv.

Det synlige og det skjulte

Når jeg ser på en fod, aflæser jeg oversiden først. Den viser det, vi er parate til at dele med verden, og hvad vi gerne vil have andre til at tro om os. Under foden, et sted som ingen normalt ser, afsløres det, hvad der virkelig foregår, og hvad vi holder for os selv.

Nogle gange ser jeg på oversiden af en fod og siger ét, og så, når jeg ser undersiden, kommer der en helt anden historie frem. Fodlæsning når ind til hjertet af vores sjæl.

Knyster, hård hud, skæve tæer, eller hvad skavanken

end er, fortæller meget, og placeringen på foden relaterer til et bestemt område af livet.

Således fx med knysterne: Hvis du har en knyst, og storetåen læner sig over mod de andre tæer, betyder det, at du gør for meget for andre og ikke nok for dig selv. Jo større vinkel, storetåen danner, jo mere udtalt er det.

Hård hud repræsenterer beskyttelse. Det ses ofte under tå nr. to på fodballen, hvilket betyder, at du holder



emotioner tilbage og ikke i tilstrækkelig grad giver udtryk for, hvad du reelt føler.

Fødder ændrer sig. Ikke fra den ene dag til den anden, men hvis du tager dig af

"Hvis du tager dig af problemet eller følelsen, vil fødderne ændre sig over tid."

problemet eller følelsen, vil de ændre sig over tid.

Tænk på en babys fødder. De er bløde og smidige, tæerne strækker og bøjer sig frit. Spoler du tiden nogle år frem, kan selv femårige have vorter, ligtorne og stive tæer, der viser, hvordan de har

måttet tilpasse sig deres nære omgivelser.

Fødder er en passion for mig. Da jeg var lille, gav min mor mig ofte lidt småpenge for at massere hendes fødder. Men dengang var zoneterapi og holistisk tænkning ikke almindeligt, så jeg blev uddannet indenfor administration og marketing.

Mange år senere uddannede jeg mig i holistiske terapier, hvor jeg endelig "fandt mine fødder". Jeg er fascineret af, hvorfor folks fødder er så forskellige, og af sammenhængen mellem, hvordan vi håndterer vores følelser og vores fødder. Og af hvordan det, der sker i vores liv, afspejles i fødderne.

Anna Scardarella, England, er fodlæser, zoneterapeut og reiki-healer. Henv.: www.feetreading.co.uk, tlf. +44 7770 511 275.

Hvad afslører disse fødder?

Storetåen læner sig over mod de andre tæer, det tyder på en tendens til at gøre meget for andre. Personen skal sørge for tid til sig selv, kunne sige "nej" og ikke tage andres problemer på sig som sine egne.

Tæernes hår er tegn på sensitivitet, som personen gemmer bag humor og snakkesalighed.

4. tå på højre fod krummer over mod 3. tå. Det fortæller om en hang til at omgive sig med ting, der rummer minder. Krumningen af 4. tå på venstre fod viser, at personen er mere tryk blandt bekendte end mellem fremmede.

Begge lilletæer viser en forkærlighed for naturen og de simple ting i livet - en smuk solnedgang eller at kaste med snebolde. Disse tæer afslører også en rebel, der tør gå imod konventionen.

2. tå på begge fødder løfter sig lidt fra gulvet. Personen her er ikke sikker på sine mål i livet. Føddernes og tæernes rødme indikerer også en vis utryghed, måske vrede.

Der kunne siges meget mere - og husk, at fodsålerne nogle gange fortæller en helt anden historie!

Generelt gælder: Storetåen repræsenterer tanker, 2. tå følelser, 3. tå daglig beskæftigelse, 4. tå privatliv, og lilletåen fortæller om dét at gå fremad.