ROO0904pg108_110_ED - NEV B.qxd 2004/08/06 08:34 Page 2

JOU VOETE VERTEL ALLES

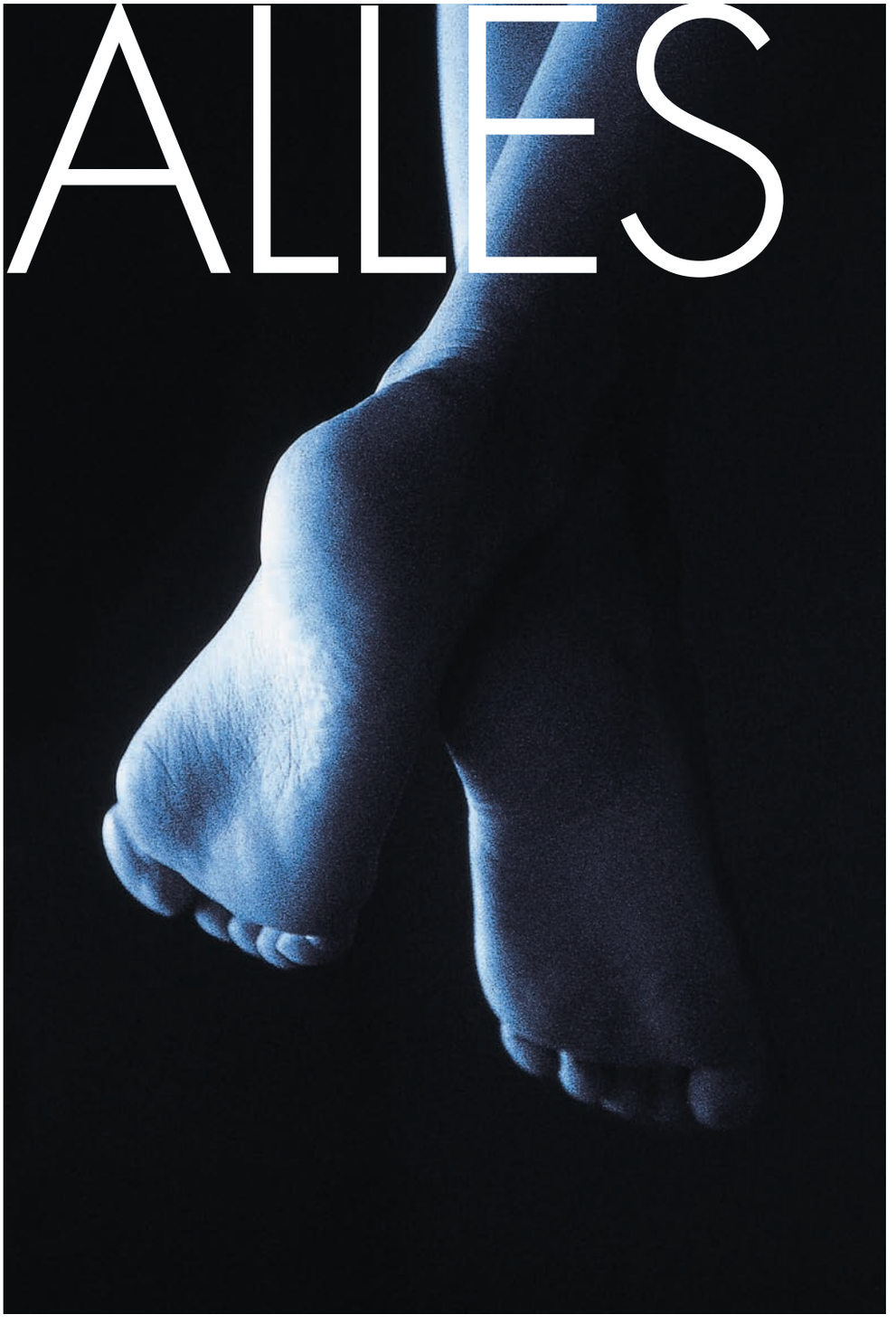
As jy glo jou oë is die vensters van jou siel, maak jy 'n fout, sê die sewe en sestigjarige Karin Lombardozzi van Riebeekvallei. Dis die vóéte wat 'n mens 'n kykie in iemand se innerlike kan gee. Daarvan behoort 'n sessie van haar Footology Therapy™, 'n nie-indringende liggaam-siel-terapie, jou te oortuig.

In 1992 het Karin 'n loopbaan in verpleegbestuur en -opleiding vir die energiemedisyneveld verruil. Een van die terapieë waarin sy veral belang gestel het, was refleksologie. Terwyl sy kliënte behandel het, het sy 'n nuwe "taal van die voete" ontdek. Deur die jare het sy dit in Footology omskep.

Refleksologie werk op die beginsel dat die voetsole die hele liggaam verteenwoordig. Sekere drukpunte is met sekere organe verbind. Voel 'n drukpunt teer of styf, dui dit op 'n wanbalans in die liggaam. Terapeute druk of masseer sulke dele om die energievloei te help herstel.

Vir Karin weerspieël die voete veel meer as iemand se gesondheid. Sy kan 'n hele emosionele en spirituele geskiedenis daarin lees. "In die bekende energiekenner, Caroline Myss, se woorde is jou biografie in jou biologie opgesluit. Dit werk so: jou emosies en gedagtepatrone beïnvloed jou organe, en die organe laat 'n energieafdruk op jou voete. Deur baie jare het ek hierdie afdrukke leer 'lees' - nie net dié wat deur onlangse emosies gelaat is nie, maar ook dié wat al baie ver kom. Vrees raak byvoorbeeld die niere, en haat die hart. Dit laat herkenbare tekens op die voete, hoewel dit van mens tot mens verskil."

'n Drang om meer oor hul emosionele, spirituele en gesondheidskwessies te wete te kom, is nie die enigste rede waarom mense 'n Footology-behandeling wil hê nie, sê Karin. "Footology lig nie net probleemkwessies uit nie. Die liggaam se eie geneeskrag word deur gesprek en sagwerkende refleksologie gestimuleer om energieblokkasies op te los. Onthou, emosionele blokkasies kan tot siekte lei.



ROO0904pg108_110_ED - NEV B.qxd 2004/08/10 03:15 Page 3

Jou voete weerspieël veel meer as net jou fisieke gesondheid. Volgens Karin Lombardozzi se helende liggaam-siel-terapie, Footology Therapy™, lê dit ook verborge emosionele en geestelike kwessies bloot. Deur Mariette Snyman

Los jy die blokkasies op, voorkom dit gesondheidsprobleme. Footology wakker ook innerlike groei aan; dis ten diepste 'n proses van bemagtiging."

Só verloop 'n sessie

Eers vul jy 'n vorm oor jou gesondheid en leefstyl in. Ná 'n lekkerruikvoetbad, gaan lê jy op 'n masseerbed. Karin hou jou voete vas en haar sagte aanraking laat jou ontspan.

"Dis wanneer die voete begin 'praat'," sê sy. "Ek kyk na kenmerke soos die kleur, lyntjies, eelte, blase, swelsels en riwwe. Die fassinerende is dat die voete deur die twee-uursessie bly verander. Dis soos 'n kunswerk wat herskep word terwyl ons praat."

Karin "vertaal" dit wat die voete wys vir haar kliënt. Die kwessies wat na vore kom, kan van gesinskwellinge tot geloofsake wees. "Ek probeer maar versigtig oordra wat ek sien; dit verg 'n fyn aanvoeling en takt, want dis meestal dinge wat mense na aan die hart lê."

En haar kliënte weet instinktief na watter kwessies sy verwys. "Die gewone reaksie is herkenning op 'n diep vlak. Ek kry selde 'n kliënt wat nie weet waaroor dit gaan nie. Ek verwonder my elke keer weer aan mense se openheid."

Karin werk intuïtief en span haar breë kennis van die liggaam-siel-verbintenis, sewe energiesentrums (chakras) en ander helingvorme in. "Nes in die sielkunde en ander terapieë, is die gedagte om 'ou' emosionele gebeure na die oppervlak te bring sodat hulle herleef en vrygelaat kan word. Hierdie proses stel kliënte dikwels voor keuses om hul gedagtepatrone of emosionele gedrag te verander. Of kliënte dit opvolg, bly hul keuse."

Ná die analise gee Karin haar kliënte sagwerkende refleksologie om enige emosionele stoornisse te help uitstryk en die liggaam tot selfheling aan te spoor. Dan laat sy hulle rus. Dit help hulle om die veranderinge te integreer en die ervaring te verwerk.

"Dit kan wees dat vuurrooi dele kalmeer het. Sekere lyntjies of swelsels het dalk verdwyn. Sulke transformasies vul my elke keer met verwondering."

Emosionele voetkaart

Karin vertel van 'n man in die tagtig wie se regterhakskeen in 'n erge toestand was toe sy hom die eerste keer gesien het. 'n Baie dik eelt het daarop ontwikkel, dit het gekraak en was al geruime tyd aan die bloei. Hy kon skaars loop en het baie pyn verduur. Niks wou verligting bring nie.

"Ons het na sy emosionele 'voetkaart' begin kyk. Pyn kan skuldgevoelens verteenwoordig, en bloeding uitputting en die verlies aan energie. Die hakskeen word met die eerste chakra verbind - onder meer met jou plek in die gesin en die groter gemeenskap.

"Nadat ek gesê het wat ek sien, het hy lank stilgebly. Toe vertel hy van sy suster in Engeland, 'n baie vroom mens wie se lewensuitkyk aansienlik van syne verskil het. Sy het hom nooit sy andersdenkendheid vergewe nie en het jare tevore alle bande met hom verbreek.

"Dit het hom gefrustreer, maar hy het nie geweet wat om te doen nie. Sou hy skryf, sou sy nie die brief lees nie. Sou hy bel, sou sy weier om met hom te praat.

"Ek kon sy woede en magteloosheid aanvoel en het gesê hy moet dit oorweeg om in elk geval 'n lang brief te skryf, al was dit net om die saak van sy hart af te kry.

"Deur die brief kon hy die herinnerings wat so lank in hom wortelgeskiet het, vrylaat. Binne vier dae het sy hakskeen genees."

Karin vertel ook van 'n sterk vrou wie se voete drie jaar lank so seer was dat sy gesukkel het om te loop. "Toe ek na haar voete kyk, sien ek 'n akute fungustoestand onder haar linkergroottoon. Die hele nael was donker.

"Ek het gesê dit klink seker vreemd, maar dit lyk asof sy alle kontak met haar Skepper verbreek het. Sy het in trane uitgebars en 'n uur lank gehuil. Tussendeur het sy vertel dat sy geskei is, daarna 'in sonde' met 'n ander man saamgeleef het en later by haar eks gaan woon het sonder om weer met hom te trou. Sy het gereken sy het soveel sonde gedoen dat God haar nooit sou vergewe nie.

"Sy is by die deur uit sonder hoop op genesing of verbetering. Ek het haar die volgende dag gebel, en sy het vertel dat sy vir die eerste keer in drie jaar sonder pyn kon loop. 'n Paar maande later het ek haar weer gesien en sy was 'n nuwe mens. Haar voete was in 'n goeie toestand en sy het opgewonde gesê sy bid drie keer per dag!"

Die meeste mense kom na haar om meer oor hulself te wete te kom, sê Karin. "Baie kom ná ses maande of 'n jaar vir 'n opvolgkonsultasie om te sien watter nuwe kwessies in hul lewe kop uitsteek. Dit bly 'n openbaring om te sien wat die voete sê."

Wat sê jou voete?

- In Footology dui die regtervoet op die verlede en die linkervoet op huidige kwessies.
- As jou tone ekstra lang "nekke" het, is jy besonder kreatief. Openinge tussen die tone beteken jy is oop vir nuwe dinge.
- As jou tone se "nekke" baie dun is, kan dit wees dat jy sukkel om diep gevoelens oor te dra. 'n Skeur in 'n "nek" wys jy is barstensvol van al die woorde wat jy terugsluk.
- 'n Onbeduidende kleintoontjie kan wys dat jy te maklik aan die eise van die gesin en gemeenskap toegee.
- Jou middelste toon stel die oor voor. 'n Eelt daarop kan beteken dat jy jou ore by wyse van spreke toedruk.
- 'n Buitengewoon benerige voetbrug dui op perfeksionisme en die behoefte om jou deurentyd te bewys.
- Die bal van jou voet stel die hartchakra voor. As dit besonder groot is, gee jy ruim van jouself. Dit kan wees dat jy in verhouding te min ontvang.

BRON: GEÏLLUSTREERDE FOOTOLOGYKAART (R40) BESKIKBAAR BY KARIN LOMBARDOZZI.

FOTO FOTOSTOCK

ROO0904pg108_110_ED - NEV B.qxd 2004/08/06 08:37 Page 4

'n Verstommende sessie

'n Gautengse vrouepastoor wat anoniem wil bly, het onlangs een van Karin Lombardozzi se Footology-kursusse bygewoon. Sy vertel van 'n merkwaardige ervaring met 'n gemeentelid:

"Sedert my eerste Footology-sessie was ek geboei. Ten spyte van 'n druk werkprogram het ek my laat inskryf vir Karin se sewe dae lange Footology-opleiding. Op die derde dag het 'n gemeentelid gebel om te sê haar man, 'n kankerlyer, het pas gesterf. Hulle het selde in die kerk gekom en ek het was nie eens seker hoe sy lyk nie. Ek het wel geweet sy is in die vyftig en kry psigiatriese hulp.

"In ons kerk waak ons drie dae lank by die liggaam voor iemand begrawe word. Deel van my werk is om die naasbestaandes hierdeur te begelei. Toe ek by die weduwee kom, het sy my na die slaapkamer geneem. Haar man se liggaam was op die bed met 'n deken toegemaak. Sy het dit opgelig en ek het verwag om sy gesig te sien - maar wat ek gesien het, was sy voete. In dertig jaar se bediening was dit die eerste keer dat ek met 'n paar voete gekonfronteer is. Midde-in die Footology-opleiding kon ek sien dis die voete van iemand wat sy lewenspad kragtig geloop het.

"Maar sy vrou was 'n ander saak. Sy was heeltemal buite haarself. Die huis was so deurmekaar dat daar nie eens plek was om te sit en praat nie.

"Ek het gevra waar sy slaap. Sedert sy siekte het sy maar in die sitkamer of by een van die kinders geslaap, het sy gesê. Sy was so ontwrig dat sy nie eens vir haar 'n slaapplek kon afbaken nie. Sy het ook weke laas behoorlik geëet. Haar eie behoeftes het nie meer saak gemaak nie.

"Gewoonlik sou ek 'n pastorale gesprek met haar wou voer, maar sy was so van stryk dat dit nie sou deug nie. Nadat gemeentelede die liggaam kom haal het, het ek haar op die bed laat lê. Ek moes haar help, maar hoe? Ek het gevra wat sy die nodigste het en sy het gesê 'n goeie nagrus. As sy net kon ontspan …

"Uit radeloosheid het ek haar van die Footology-opleiding vertel. Sy was bereid om 'n proefkonyn te wees. Ek het haar voete gevat en was verbaas om te sien in watter goeie toestand hulle was. Buiten 'n eelt op die een toon was daar nie 'n merkie nie.

"Ek het my vingers op sekere energiepunte gesit en tot my verstomming het die voete begin verander. Die middeldeel het koorswarm en sag gevoel, asof dit vol etter was. Op die hakskene en bal van die voet het ek 'n harde kors gevoel.

"Omdat die middelvoet met die ingewande verbind is, wou ek weet of sy met hardlywigheid sukkel. Chronies, het sy gesê. Ek het hardop gewonder of sy ook spook om ander lewenskwessies te verteer, en of sy pynlike ervarings eerder binnehou as om hulle vry te laat.

"Dit was asof ek 'n speld in 'n wond vol etter steek. Sy het begin praat oor dinge wat sy nog nooit met iemand gedeel het nie. As kind het sy fisieke en seksuele teistering deurgemaak en jare se skaamte en skuldgevoelens opgekrop. Ek het net geluister.

"Later het ek my hande na die bal van die voete beweeg. Dit verteenwoordig onder meer die longe. Onder die harde kors voel ek toe op die een plek 'n diep groef. Vroeër was dit nie daar nie. Dit het al duideliker geword, asof dit onder die harde deel uitkom. Ek het gevra of sy moeilik asemhaal. Haar bors voel altyd benoud en sy kry paniekaanvalle, was haar antwoord.

"Ek wou weet of sy die diep rif kon voel, en of sy weet waarvan sy haarself 'afgesny' het. Dit het nóg 'n stortvloed woorde tot gevolg gehad. Dit was ontstellend om te hoor wat sy alles deurgemaak het, maar ten minste het sy haarself toe toegelaat om te práát en te vóél. Ek is daarvan oortuig dat sy daardie dag breekpunt bereik het en in 'n psigiatriese hospitaal opgeneem sou word, was dit nie vir dié ontlading nie.

DAARDIE NAG HET SY VIR DIE EERSTE KEER IN JARE SONDER MEDIKASIE GESLAAP, EN DIE VOLGENDE DAG 'N BRIEF AAN HAAR MAN GESKRYF. SY WAS GESKOK OOR DIE WOEDE EN HAAT WAT NA VORE GEKOM HET

"Haar voete het gewys sy is kreatief. Sy wou nog altyd skilder, het sy gesê. Sy het van kleins af geteken, maar het al haar sketse weggegooi. Sy was bang ander sou daarvoor lag. Ons het besluit skilderlesse sou 'n goeie manier wees om haarself uit te druk, en ek het aanbeveel dat sy haar gevoelens in briewe aan haar man verwoord.

"Ek was onseker hoe om die sagte refleksologie te doen en het maar op gevoel gewerk. Sy het dadelik aan die slaap geraak. Twintig minute later het sy wakker geword, en gesê: 'Ek voel so lig! Dis of 'n gewig van my bors af is.'

"Daardie nag het sy vir die eerste keer in jare sonder medikasie geslaap, en die volgende dag 'n brief aan haar man geskryf. Sy was geskok oor die woede en haat wat na vore gekom het.

"Ek weet daar lê vir haar 'n lang pad voor, maar ek staan verstom oor wat daardie dag gebeur het. Geen pastorale gesprek sou dieselfde uitwerking gehad het nie. Footology het deure oopgemaak." ⌘

Karin Lombardozzi doen konsultasies in Afrikaans, Engels en Duits. Sy lei ook belangstellendes landwyd in Footology op. Vir inligting of 'n afspraak bel 083 452 6096, faks 022 461 2199 of stuur 'n e-pos na footology@worldonline.co.za