

Ewald Kliegel

REFLEXOLOGIA HOLISTICĂ



*Masajul cu uleiuri esențiale și cristale
în terapia reflexogenă*



Editura For You
București

PREFAȚĂ

ABORDAREA HOLISTICĂ

Aproape toată lumea știe ce înseamnă reflexologia tălpilor sau cel puțin a auzit de ea. Poate că ai făcut deja un astfel de masaj sau te ocupi de îngrijirea și starea de bine a altora făcând acest gen de tratament.

Reflexologia, însă, acoperă un spectru mult mai larg, nu numai zona tălpilor. Există moduri de a atenua migrenele prin masarea cu ulei fin a cotului, de a normaliza diareea sau constipația cu masaje la nivelul membrelor inferioare și de a îmbunătăți funcțiile în urma unui atac cerebral cu masaj în anumite zone ale capului, uneori chiar și după câțiva ani de la declanșarea atacului cerebral. Toate acestea sunt tratamente reflexologice, doar că sunt în mare măsură necunoscute și, astfel, până acum doar puțini practicieni entuziaști au recurs la aceste posibilități.

Pe scurt, diversele sisteme reflexologice prezentate în cartea de față reprezintă hărți medicale. Ele ne permit să identificăm și să tratăm afecțiuni interne la nivel extern. În

cele douăzeci de sisteme reflexologice din corp, începând de la cap până la tălpi, organele pot fi abordate într-o varietate de moduri pentru calmarea durerii, pentru atenuarea afecțiunilor cronice, pentru legătura cu esența organelor noastre sau, pur și simplu, pentru relaxare.

Lucrarea de față este rezultatul a 40 de ani de experiență ca maseur medical, vindecător natural și conferențiar. Doresc să îți împărtășesc și ție ceea ce m-a fascinat dintotdeauna, precum și numeroasele metode de vindecare naturală. Și te invit să mă însoțești în lumea reflexologiei!

Mai întâi, permite-mi să-i mulțumesc cu toată sinceritatea echipei de la Healing Arts Press pentru ajutorul oferit în a mă exprima cu claritate în limba engleză. Le sunt profund recunoscător pentru munca grea și sprijinul lor în acest proiect.

În cartea de față, te vei familiariza cu un curcubeu de posibilități și, nu în ultimul rând, vei învăța mai multe despre tine. Strategiile pentru biruirea problemelor de zi cu zi și sfaturile despre modul în care să utilizezi aceste sisteme s-au extins de-a lungul timpului, cu atât mai mult cu cât oamenii descoperă eficacitatea reflexologiei. Fără îndoială, chiar și după atât de mult timp, încă sunt mișcat de minunatele posibilități pe care ni le rezervă pielea noastră și uneori mă gândesc că sunt cel mai mare învățăcel dintre toți.

Bucură-te împreună cu mine de miracolele reflexologiei!



CAPITOLUL 1

INTRODUCERE ÎN LUMEA REFLEXOLOGIEI

Nimic nou sub soare

Reflexologia nu este ceva nou. De fapt, se numără printre cele mai vechi metode de tratament din istoria omenirii. Ötze, omul ghețurilor descoperit în Alpii Tirolieni, ne este martor în acest sens. Pe mumia sa, veche de 5 300 de ani, se află tatuaje ce indică anumite puncte de acupunctură, confirmate de experți în domeniu.

Aceasta înseamnă că șamanii strămoșilor noștri europeni care au trăit la sfârșitul Epocii de Piatră aveau cunoștințe legate de probleme de sănătate ce echivalau cu cele ale contemporanilor lor din China și India, care practicau medicina tradițională chineză (MTC) în acea perioadă. De aici putem trage concluzia că toate culturile înalte au dezvoltat în câteva mii de ani metode de tratament extern prin intermediul pielii. Aceste cunoștințe par a fi un fenomen mondial, cu caracteristici unice în fiecare cultură.

Spre exemplu, conform legendei, cu aproximativ 6 000 de ani în urmă, misticul Huang Ti, împărat al Chinei, a dezvăluit meridianele ca sistem energetic în care poate fi reglat fluxul de energie ce trece prin corp cu ajutorul anumitor puncte de pe suprafața pielii, activate prin ace sau masajele speciale.

Medicii ayurvedici din vechime au găsit o altă metodă. Ei au descoperit ce anume contează pentru ca stațiile de transformatoare din organismul nostru să furnizeze voltajul corect în fiecare organ. Putem compara acest lucru cu un aparat simplu de bucătărie: mixerul electric. Să presupunem că am conecta mixerul la o linie de tensiune de 10 000 volți. Când pornim mixerul, explozia rezultată ne-ar spulbera casa. Pe de altă parte, să spunem că suntem mult mai precauți și conectăm mixerul la o baterie de 1,5 volți. Desigur că nu se poate întâmpla nimic, deoarece sursa de alimentare este prea mică.

Vindecătorii ayurvedici s-au bazat pe același principiu când au afirmat că oamenii înoată într-un ocean de energie precum peștele în apă, întrucât „stațiile de transformatoare“, adică chakrele, reglează alimentarea cu energie a organelor noastre și, astfel, nu avem nici prea multă, nici prea puțină.



Chakrele sunt ca niște stații de transformatoare ce reglează nivelul energiei din organele noastre

Spre deosebire de înțelepții chinezi și vedici din vechime, cultura celtică de pe continentul european nu a avut înregistrări scrise și, astfel, cunoștințele au fost transmise oral. Astfel, principalii deținători ai cunoștințelor medicale erau druzii, preoți și preotese care apar în legende ca vrăjitori sau magicieni.

Împăratul roman Tiberius (42 î.Hr. – 37 d.Hr.) și succesorii săi au cauzat dispariția druzilor prin faptul că au interzis cu strictețe practicile legate de spiritualitatea celtică, socotită păgână. În acest vid de putere, romanii și-au putut extinde imperiul fără multă rezistență, iar ultimele rămășițe din cunoștințele anticilor s-au estompat în decursul a câteva secole; majoritatea femeilor care dețineau cunoștințe au fost arse pe rugurile Inchiziției.

Cunoștințele, totuși, nu se pierd niciodată; ele revin întotdeauna într-o formă contemporană. Acest lucru este adevărat mai cu seamă în ceea ce privește realizările atemporale ale umanității. După cultura Imperiului Roman, cea europeană a încercat să-și extindă dominația asupra altor zone ale lumii. Pentru aceasta, avea nevoie de hărți, care în timp au devenit tot mai clare. Cu ajutorul lor, europenii și-au stabilit modul de explorare a celor mai recente zone rămase neexplorate, chiar până în secolul XX.

În acest mediu intelectual, au apărut invenții incredibile pentru suplimentarea cunoștințelor. Cu ajutorul tehnologiei de genul aceleia care utilizează microscopie și telescopie, abordarea empirico-științifică asupra detaliilor a dus la o evoluție imensă, permițându-ne să vedem detalii tot mai fine ale existenței materiale.

Pe la mijlocul secolului al XIX-lea, au fost descrise primele sisteme reflexologice, sub formă de hărți pe piele. La început, sistemele reflexologice ale picioarelor și mâinilor

erau utilizate independent, întrucât practicienii nu țineau cont de faptul că se află în strânsă legătură cu hărțile similare din alte părți ale corpului, precum nasul sau spatele.

Abia în jurul anului 1970 această abordare, mai mult sau mai puțin dualistă, a evoluat spre un mod mai holistic de gândire, în care s-a constatat că pot fi integrate diverse sisteme, care abordează deopotrivă corpul, mintea, emoțiile și spiritul.

O Renaștere modernă: cum a devenit totul nou

Primele descrieri sistematice moderne ale zonelor reflexologice au fost realizate de către frații americani W. și D. Griffin, care au scris în 1834 tratate despre disfuncțiile organismului și reacțiile spinale. Șaizeci de ani mai târziu, în 1893, medicul englez Henry Head descria dermatoamele, relațiile dintre segmentele coloanei vertebrale și zonele de pe piele. În același an, medicul scoțian Stephen McKenzie a descoperit sclerotoamele, relația dintre oase și segmentele coloanei vertebrale, în care segmentele coloanei au o reprezentare clară pe piele. Atât Head, cât și McKenzie au fost înnobilați pentru contribuțiile lor.

Primele scrieri privind mâinile, inclusiv câteva sfaturi legate de reflexologia mâinilor, sunt atribuite lui Philipus Meyens, a cărui carte *Chiromantia medica* [*Chiromanția medicală*] a fost publicată la Dresda, în 1670. Aceasta este considerată a fi una dintre cele mai timpurii lucrări referitoare la reflexologie.

În 1873, medicul maghiar Ignaz von Peczely atribuia diferite semne din iris organelor, în tratatul său *A szivárványhártyáról* [*Despre iris*]. Însă chiar și mai devreme, în

1724, împăratul chinez Qianlong (Dinastia Qing) a descoperit existența unui sistem în ochi.

În 1883, Rudolph Voltolini, fiziolog de origine germano-poloneză, a recunoscut că anumite zone de pe nas corespund organelor sexuale. El a conchis, în urma studiilor sale, că funcțiile organelor sexuale pot fi asociate cu anumite zone de pe nas.

Această supoziție s-a dovedit a fi corectă și, aproximativ zece ani mai târziu, Wilhelm Fliess, profesor și ginecolog german, a utilizat cu mare succes aceste zone în activitatea sa la spitalul Charité din Berlin. Prin gravarea chimică a acestor zone din membrana mucoasă nazală cu bază de cocaină, durerile și disfuncțiile legate de organele reproducătoare ale pacientelor sale au dispărut.

În anii 1950, medicul neamț Niels Krack a reușit să obțină aceleași rezultate înlocuind cocaina cu uleiuri esențiale. Din păcate, această procedură a devenit curând istorie, însă se practică și astăzi o formă de „foraj nazal“ terapeutic, în care partea interioară a nasului este masată ușor cu bețișoare de bumbac.

La începutul anilor 1900 a apărut reflexologia picioarelor, teoretizată de medicul american William Fitzgerald, care a scris în anul 1917 despre experiențele sale în cartea *Zone Therapy [Terapia pe zone]*. El a analizat masajul picioarelor practicat de nativii americani și a comparat tratamentele lor cu cunoștințele de anatomie din Occident. El a perceput un sistem referitor la picioare și l-a descris în detaliu. În 1924, medicul american Joe Shelby Riley a completat constatările lui Fitzgerald cu cartea sa *Zone Reflex [Reflexul zonei]*.