

SOMMAIRE de cette rubrique :

Définition – Principes fondamentaux – Déroulement d'une séance – Durée et périodicité.

Définition.

Les plus anciennes traces de la Podo-réflexologie remonte à 2330 avant JC en **Egypte**.

En Chine, il y a 4000 ans sous l'Empereur Hwang, on pratique cette discipline dans le cadre de l'Acupuncture et de la Moxibustion.

Un peu plus tard, de 1000 à 400 ans avant notre ère, nous retrouvons des passages sur la Réflexologie Plantaire dans le classique de Médecine Interne de Huang Ti (l'Empereur Jaune), livre dédié à la Médecine Chinoise.

La Podo-réflexologie est une médecine douce, de plus en plus utilisée pour apaiser les tensions.

Les bienfaits de ce massage du pied et de la voûte plantaire sont nombreux :

- Il dynamise l'organisme,
- Harmonise les fonctions vitales,
- Libère le stress et les tensions nerveuses,
- Soulage les tensions du dos et autres douleurs,
- Améliore la circulation sanguine,
- Apporte détente et relaxation profonde,
- Active le système lymphatique
- Décontracte les muscles.

Le bien-être apporté est aussi psychique grâce à la décontraction mentale et à l'évacuation des émotions négatives.

Principes fondamentaux.

Notre corps est représenté dans sa totalité sous nos pieds. La partie gauche sous le pied gauche et la partie droite sous le pied droit. C'est que l'on appelle des '**zones réflexes**'.

Sur le pied nous trouvons aussi bon nombre de points de digitopuncture, appelés '**points réflexes**', qui agissent sur les reins, le foie, la rate, l'estomac et la vésicule biliaire.

La Podo-réflexologie chinoise est destinée à apaiser les tensions et rétablir l'équilibre énergétique dans le corps.

Elle permet d'éviter la prescription de traitements médicamenteux pour certaines pathologies.

Il est possible d'agir sur les différents organes et de rééquilibrer le flux d'énergie qui traverse le corps en stimulant certaines zones réflexes ou points réflexes.

Elle libère les facultés d'auto-régulation du corps. Elle se base sur le fait que le pied, qui compte 7200 terminaisons nerveuses, est la représentation miniaturisée du corps Humain.

A chaque zone réflexe correspond un organe, une glande ou une partie spécifique du corps.

Des pressions rythmées appliquées sur ces zones réflexes permettent de localiser les tensions et de rétablir l'équilibre dans les parties du corps correspondantes.

Déroulement d'une séance.

Avant toute séance, **un diagnostic énergétique** doit être réalisé afin de prendre en compte les maux au quotidien du patient et ses attentes.

Suivra **une palpation** minutieuse des pieds afin de ressentir les anomalies, la qualité de la peau, les zones dures et sensibles. **L'observation** des pieds complètera afin de constater les déformations éventuelles.

Le Praticien pourra alors analyser toutes les informations reçues, perçues afin de mettre en place le protocole de soins correspondant aux besoins du patient.

- Un premier massage des pieds sera réalisé afin de détendre les zones tendues et sensibles.
- Un massage sur les zones réflexes, en fonction de l'étude préliminaire et des besoins du patient, suivra de façon à relancer le flux sanguin ou le flux énergétique, qui agira sur tel zone anatomique du corps, tel organe ou tel système.
- L'action sur les points réflexes (digitopuncture) permettra de stimuler un organe.
- Un massage de relaxation terminera cette séance.
- Il sera possible de compléter avec de la litho thérapie et du REIKI si besoin.
- De même le patient pourra être orienté sur de la phytothérapie en fonction de ses besoins ; être guidé en diététique énergétique chinoise.
- Nos connaissances en Bio Energie nous permettent d'utiliser l'antenne de LECHER avant de commencer la séance afin de contrôler les différents axes et champs électromagnétiques du corps, de constater la valeur de la qualité mentale et émotionnelle, d'effacer les mémoires cellulaires.

Durée et périodicité.

Hors diagnostic énergétique (30 bonnes minutes), une séance dure en moyenne 40 minutes.

Il faut compter au moins quatre séances pour qu'il y ait une harmonisation de l'esprit et du corps (cela varie en fonction des sujets).

La périodicité peut aller de 15 jours à 1 mois.

