

Ρεφλεξολογία: Μάλαξη για διάγνωση & θεραπεία; (Ιωάννης Μηλιώνης, εκπαιδευτικός, μέλος της Π.Ε.Γ.)

Date : 26 Αυγούστου, 2020

Με τὸ ὄνομα «ρεφλεξολογία» ἔχει πολιτογραφηθεῖ μία ὑποτιθέμενη θεραπευτικὴ τεχνικὴ, κατὰ τὴν ὁποία ἐφαρμόζεται ἀπὸ τὸν «θεραπευτὴ» μὲ τὰ χέρια, πίεση στὰ πέλματα ἢ στὶς παλάμες τοῦ πελάτη καὶ κατὰ τὴν ὁποία ὑποτίθεται ὅτι ἀντιμετωπίζονται ἢ ἀκόμη καὶ προλαμβάνονται διάφορες ἀσθένειες.

Ἡ ρεφλεξολογία εἶναι ἀκόμη γνωστὴ καὶ μὲ τὰ ὀνόματα «Ἀνακλαστικὴ Ζωνοθεραπεία» καὶ «Θεραπεία τῶν Ζωνῶν». Οἱ ὀνομασίες αὐτὲς προέρχονται ἀπὸ τὴν πίστη ὅτι γιὰ κάθε μέρος τοῦ σώματος ὑπάρχουν ἀντανεκλαστικὰ σημεῖα στὰ πέλματα καὶ στὶς παλάμες, ὅποτε ἡ ἄσκηση πίεσης σὲ συγκεκριμένες περιοχὲς -στὰ πέλματα ἢ στὶς παλάμες- μπορεῖ νὰ ἔχει θεραπευτικὲς ιδιότητες στὰ ἀντίστοιχα μέρη τοῦ σώματος.

Πατέρας τῆς περὶ Ζωνῶν «Θεραπείας» θεωρεῖται ὁ ἰατρὸς Γουλιέλμος ΦιτςΤζέραλντ (William Fitzgerald, 1872-1942)¹ ὁ ὁποῖος «χαρτογράφησε» τὸ ἀνθρώπινο σῶμα ὀρίζοντας 10 κάθετες ζῶνες -5 ἀπὸ κάθε πλευρά-, ὅπου ἡ κάθε ζώνη καταλήγει σὲ ἓνα ἀπὸ τὰ δάχτυλα τῶν ποδιῶν καὶ τῶν χεριῶν. Οἱ 10 ζῶνες «χωρίζουν» καὶ τὸ κεφάλι. Ὅπως διευκρινίζει ὁ ΦιτςΤζέραλντ, τὰ ὅρια τῶν ζωνῶν δὲν εἶναι αὐστηρὰ καὶ ἀπόλυτα. Οἱ ζῶνες ἀποτελοῦν μιὰ μορφή χαρτογράφησης τοῦ σώματος καὶ ὄχι κάτι ὑπαρκτὸ ἢ νοητὸ μέσα στὸ ἀνθρώπινο σῶμα. Κατὰ τὴν θεωρία τοῦ ΦιτςΤζέραλντ ἂν ὑπάρχει πόνος σὲ κάποιο σημεῖο τοῦ σώματος, ὁ ἀσκῶν τὴ «θεραπεία», μπορεῖ νὰ παρέμβει ἀναλγητικὰ, ἀπὸ κάποιο ἄλλο ἀπομακρυσμένο σημεῖο, ἀρκεῖ καὶ τὰ δύο νὰ βρίσκονται στὴν ἴδια ζώνη. Αὐτὴ ἡ θεωρία ἀποτελεῖ τὴν ἀνακλαστικὴν παρέμβαση, ἡ ὁποία ἀποτελεῖ τὴ βάση πάνω στὴν ὁποία ἀναπτύχθηκε ἡ σύγχρονη Ρεφλεξολογία.

Τὴν δεκαετία τοῦ 1930, ἡ Ἦνες Ἴνγκαμ (Eunice Ingham, 1889-1974), μαθήτρια μαθητοῦ τοῦ ΦιτςΤζέραλντ, κατήργησε τὶς 9 ἀπὸ τὶς 10 ζῶνες Ἐνέργειας -ἐκτὸς ἀπὸ αὐτὴ στὰ πόδια- καὶ βάρφτισε τὸ ἀποτέλεσμα «ρεφλεξολογία».

Ἡ ρεφλεξολογία, λοιπόν, βασίζεται στὴν ἀτεκμηρίωτη πεποίθηση ὅτι κάθε μέρος τῶν πελμάτων εἶναι ἓνας καθρέπτης ἐνὸς ὄργανου τοῦ σώματος. Τὸ μεγάλο δάχτυλο π.χ. θεωρεῖται ὅτι ἀντιστοιχεῖ στὸ κεφάλι. Ὅπως ἡ ἱριδολογία -ἄλλη ψευδοεπιστὴμη τῆς Νέας Ἐποχῆς- χαρτογραφεῖ τὸ σῶμα πάνω στὴν ἱριδα τοῦ ματιοῦ ἢ ὁ ὠτοβελονισμὸς κάνει τὸ ἴδιο χρησιμοποιῶντας τὸ πτερύγιο τοῦ αὐτιοῦ, ἔτσι καὶ ἡ ρεφλεξολογία χαρτογραφεῖ τὸ σῶμα στὰ πέλματα, μὲ τὸ δεξιὸ πέλμα νὰ ἀντιστοιχεῖ στὸ δεξιὸ μέρος τοῦ σώματος καὶ τὸ ἀριστερὸ πέλμα στὸ ἀριστερὸ μέρος τοῦ σώματος. Ἐπειδὴ κατὰ

τὴν ψευδοεπιστημονικὴ αὐτὴ θεωρία, τὸ σῶμα ὀλόκληρο ἀντιπροσωπεύεται στὰ πέλματα, οἱ ρεφλεξολόγοι θεωροῦν τοὺς ἑαυτοὺς των ὀλισθικὸς ἰατροὺς, καὶ ὄχι μόνον ἰατροὺς τῶν ποδιῶν. Κατὰ ἀνεπιβεβαίωτους ἰσχυρισμοὺς τῶν σχετικῶν κύκλων, ὑποτίθεται ὅτι, ἀρχαῖοι Αἰγύπτιοι καὶ Κινέζοι ἀσκοῦσαν τὴ ρεφλεξολογία, ἢ ὅποια θεωρεῖται ἀρκετὰ δημοφιλῆς στὴν Εὐρώπη σήμερα.

Ἔτσι, λοιπόν, ἐφ' ὅσον κάθε ὄργανο ἢ μέρος τοῦ σώματος ἀντανεκλάται δῆθεν στὰ πέλματα καὶ στὶς παλάμες, ὁ «θεραπευτῆς» μπορεῖ νὰ διαγνώσει ἀνωμαλίες αἰσθανόμενός τις στὰ χέρια ἢ στὰ πόδια. Τὸ μασάζ ἢ ἡ ἄσκηση πίεσης σὲ κάθε περιοχὴ μπορεῖ νὰ διεγείρει δῆθεν τὴν ροὴ τῆς Ἐνέργειας, τὴν ροὴ τοῦ αἵματος, τὴν ροὴ τῶν θρεπτικῶν συστατικῶν καὶ τῶν νευρικῶν ἐρεθισμάτων στὴν ἀντίστοιχη ζώνη τοῦ σώματος κι ἔτσι μπορεῖ νὰ ἀνακουφίσει παθήσεις στὴ συγκεκριμένη ζώνη.

Εὐκόλα γίνεται κατανοητὸ ὅτι ἐφ' ὅσον ἀναφερόμεθα σὲ «ροὴ Ἐνέργειας», ἀντιμετωπίζουμε μίαν ἐνεργειακὴ, ὀλισθητικὴ, ἐναλλακτικὴ πρακτικὴ ἀπότοκο τῆς Νέας Ἐποχῆς τοῦ Ὑδροχόου, μίαν ψευδοεπιστήμη πού βασίζεται στὴν νεοεποχίτικη, ἀποκρυφιστικὴ κοσμοθεωρία ὅτι ὑπάρχει δῆθεν μιὰ παγκόσμια συμπαντικὴ Ἐνέργεια πού διαχέεται καὶ ἐμψυχώνει τὰ πάντα, τὸ σύμπαν καὶ τὸν ἄνθρωπο κι ἢ ὅποια, «λόγο κακῶν χειρισμῶν τοῦ ἀνθρώπου μπλοκάρεται» κι ἔχει ἀνάγκη «ξεμπλοκαρίσματος». Τὸ δὲ «ξεμπλοκάρισμα» μπορεῖ νὰ πραγματοποιηθεῖ στὴν περίπτωσή μας, μὲ τὴν παρέμβαση τοῦ ρεφλεξολόγου, ἀλλοῦ δὲ μὲ τὸ ὁμοιοπαθητικὸ «φάρμακο», τὶς βελόνες τοῦ βελονιστοῦ, τὰ χέρια τοῦ «θεραπευτοῦ» στὸ Ρέικι (Reiki) ἢ στὴ «Πρανικὴ Θεραπεία» (Pranic Healing) κ.ά.

Ὅσοι ἐξασκοῦν ρεφλεξολογία ἰσχυρίζονται πῶς μποροῦν νὰ θεραπεύσουν διάφορους πόνους μὲ τὸ νὰ μαλάσσουν «τὰ σωστὰ σημεῖα στὰ πέλματα». Λέγουν πῶς ἡ ρεφλεξολογία μπορεῖ νὰ θεραπεύσει ἡμικρανίες· ὅτι μπορεῖ νὰ ἐπαναφέρει τὴν ἀρμονία σὲ ὁρμονικὲς διαταραχὲς καὶ νὰ θεραπεύσει ἀναπνευστικὰ καὶ πεπτικὰ προβλήματα. Ἄν ἔχετε πρόβλημα μὲ τὴ μέση σας, λένε, ἕνα μασάζ στὸ σωστὸ σημεῖο στὸ σωστὸ πόδι, μπορεῖ νὰ ἀπαλύνει τὸν πόνο. Ἄν ὑποφέρετε ἀπὸ κυκλοφορικὰ προβλήματα ἢ ἔχετε πολὺ στρές, ἡ ρεφλεξολογία σας ὑπόσχεται ἀνακούφιση.

Ὁ ρεφλεξολόγος παίρνουν ἕνα σύντομο ἱστορικὸ τοῦ ἀσθενοῦς -κάτι συχνὸ καὶ σὲ ἄλλες «συμπληρωματικὲς», ἐνεργειακὲς, ὀλισθητικὲς, ἐναλλακτικὲς πρακτικὲς· κάτι πού ἐνισχύει ψυχολογικὰ τὸν πελάτη- καὶ μετὰ ἐξετάζει μὲ τὰ χέρια του τὸ πόδι του. Ἄν αἰσθανθεῖ ἀντίσταση σὲ κάποια περιοχὴ εἶναι πιθανὸν νὰ «διαγνώσει» πρόβλημα στὸ ἀντίστοιχο ὄργανο. Ἡ ἐπακόλουθη «θεραπεία» συνιστᾷ μαλάξεις ἰσχυρῆς πίεσης στὸ συγκεκριμένον σημεῖο, οἱ ὅποιες, κατὰ τοὺς ρεφλεξολόγους, ἀποκαθιστοῦν τὴ λειτουργία τοῦ προβληματικοῦ ὀργάνου καὶ τελικὰ βελτιώνουν τὴν ὑγεία τοῦ ἀσθενοῦς ἢ ἀποτρέπουν τὴν ἐκδήλωση νόσου.

Μιὰ τυπικὴ «συνεδρία» διαρκεῖ περίπου μισὴ ὥρα ἐνῶ ἡ θεραπεία ὀλοκληρώνεται

συνήθως σὲ δέκα ἢ περισσότερες συνεδρίες. Ἀκόμη καὶ ἂν δὲν ὑπάρχουν προβλήματα ὑγείας, πολλοὶ θεραπευτὲς συνιστοῦν τακτικὲς συνεδρίες συντήρησης γιὰ τὴν πρόληψη ἀσθενειῶν.

Ὑπάρχουν παραλλαγὲς στὴν ρεφλεξολογία καὶ διάφορα ὀνόματα γιὰ τὶς παραλλαγὲς αὐτές, μεταξὺ τῶν ὁποίων καί: Ζωνοθεραπεία (Zone Therapy), Βάκιουφλεξ (Vacuflex) καὶ Βίτα Φλέξ (Vita Flex) 2. Κάποιες πεντικιουρίστες ἀσκοῦν ἐπίσης καὶ ρεφλεξολογία, χωρὶς ἀναγκαστικὰ νὰ ὑπάρχει συσχετισμὸς μεταξὺ τῶν δύο αὐτῶν. Ὅρισμένοι ρεφλεξολόγοι ἀρνοῦνται τὸ ὅτι διαγιγνώσκουν καὶ θεραπεύουν ἀσθένειες, ἀλλὰ ἰσχυρίζονται ὅτι «ἐξισορροποῦν τὴν Ἐνέργεια» τοῦ πελάτη.

Ἡ ρεφλεξολογία συχνὰ συνδυάζεται καὶ μὲ ἄλλες «θεραπεῖες» ὅπως ἡ Πιεσοθεραπεία (Acupressure) -δηλαδὴ Βελονισμὸς χωρὶς βελόνες-, τὸ Σιάτσου (Shiatsu), ἡ Γιόγκα (Yoga), τὸ Τάϊ Τσί Τσουάν (Tai Chi Chuan) καὶ ἄλλες πρακτικὲς ποὺ σχετίζονται καὶ μὲ τὰ χέρια ἀλλὰ καὶ μὲ ἄλλα μέλη -ἢ «ζῶνες» τοῦ σώματος- ὄχι μόνο τὰ πόδια. Ἡ ρεφλεξολογία, μὲ τὴν πίστη ὅτι ὑπάρχει ἀντιστοιχία μεταξὺ εἰδικῶν σημείων πίεσης καὶ τῆς ροῆς τοῦ Τσί (Chi) -τῆς κινέζικης ὀνομασίας γιὰ τὴν «Ἐνέργεια»- στὰ διάφορα ὄργανα, προβάλλεται ὡς παραλλαγὴ τῆς Πιεσοθεραπείας. Ἡ «Θεραπεία Πολικότητας» (Polarity Therapy), μιὰ παραλλαγὴ τῆς ρεφλεξολογίας, ἀντικαθιστᾷ τὴν ἀντίθεση τῶν Γίν (Yin) καὶ Γιάνγκ (Yang) τοῦ Ταοϊσμοῦ, μὲ τὶς θετικὲς / ἀρνητικὲς φορτίσεις τῶν μερῶν τοῦ σώματος -τὸ δεξιὸ μέρος τοῦ σώματος εἶναι δῆθεν θετικὰ φορτισμένο- καὶ τὸ μασάζ ὑποτίθεται πὼς ἐπαναφέρει τὴν ἰσορροπία τῆς «Ἐνέργειας». Στὴ «Θεραπεία Πολικότητας», τὸ πέλμα εἶναι ἓνα μόνο ἀπὸ τὰ πολλὰ κομβικὰ σημεία γιὰ μασάζ.

Ἡ ρεφλεξολογία βασίζεται σὲ μιὰ ἀνυπόστατη θεωρία καὶ δὲν ἔχει ἀποδειχθεῖ ὅτι μπορεῖ νὰ ἐπηρεάσει τὴν πορεία ὁποιασδήποτε ἀσθένειας. Ὄταν ἀσκεῖται προσεκτικὰ, ἡ ρεφλεξολογία εἶναι ἓνα εἶδος μασάζ ποὺ μπορεῖ νὰ βοηθήσει τὸν ἄνθρωπο νὰ χαλαρώσει προσωρινά.

Ὅμως ἰσχυρισμοὶ περὶ διάγνωσης ἢ θεραπείας ἀπὸ λάθος ἀνθρώπους θὰ μπορούσαν νὰ ὀδηγήσουν σὲ μὴ ἔγκαιρη ἀντιμετώπιση ἱατρικοῦ προβλήματος ἐκεῖ ὅπου ἀπαιτεῖται. Ἀκόμη θὰ μπορούσε νὰ ὀδηγήσει σὲ ἄχρηστες ἱατρικὲς ἐξετάσεις κάποιου ποὺ ἀνησυχεῖ ἄσκοπα λόγω ὑποτιθέμενων εὐρημάτων τῆς ρεφλεξολογίας. Ὁ πελάτης τῆς ρεφλεξολογίας ὑποβάλλεται σὲ μιὰ δαπάνη ποὺ μπορεῖ νὰ εἶναι σημαντικὴ. Τὸ πὼς ἐπικίνδυνο, ὅμως, εἶναι ὅτι ἄτομα ποὺ πάσχουν ἀπὸ παθήσεις τῶν ὀστέων ἢ τῶν ἀρθρώσεων τῶν κάτω ἄκρων μπορεῖ νὰ ὑποστοῦν βλάβη ἀπὸ τὴ συχνὰ μεγάλη πίεση ποὺ ἀσκεῖται κατὰ τὴ διάρκεια τῆς ρεφλεξολογίας.

Ἡ ἰδέα πὼς ἡ ρεφλεξολογία μπορεῖ νὰ χρησιμοποιηθεῖ γιὰ νὰ διαγνωστοῦν προβλήματα ὑγείας ἔχει ἀποδειχθεῖ ἐσφαλμένη καὶ δὲν ὑπάρχουν πειστικὲς ἐνδείξεις ὅτι μὲ αὐτὴν ἀντιμετωπίζονται ἀποτελεσματικὰ ἀσθένειες. Ἡ ρεφλεξολογία εἶναι

δαπανηρή και δὲν προσφέρει τίποτε περισσότερο ἀπὸ ἓνα ἀπλό, χαλαρωτικό μασάζ.

Ὁλοκληρώνοντας θά πρέπει νά ἀναφέρουμε ὅτι τόσον ἡ ρεφλεξολογία, ὅσον κι ὅλες οἱ ἐνεργειακές, ὀλιστικές, ἐναλλακτικές δῆθεν θεραπείες ἔχουν χαρακτηριστεῖ ὡς **ἀσυμβίβαστες μέ τήν Ὁρθόδοξη Χριστιανική πίστη ἀπό τήν «25η Πανορθόδοξη Συνδιάσκεψη Ἐντεταλμένων Ὁρθοδόξων Ἐκκλησιῶν καί Ἱερῶν Μητροπόλεων γιά θέματα Αἱρέσεων καί Παραθρησκείας»**, πού πραγματοποιήθηκε τό 2013 στό Βόλο 3.

1 <https://quackwatch.org/related/reflex/>

2 <http://skeptdic.com/reflex.html>

3 http://www.ecclesia.gr/greek/holysynod/committees/heresies/ke_porismata1.pdf

(Πηγή: "Ὁρθόδοξος Τύπος")