

L'histoire ancienne de la réflexologie plantaire

La pratique de la réflexologie plantaire apparaît dans des cultures très diverses à travers l'histoire. Nous allons parcourir l'époque d'avant Jésus Christ pour découvrir que l'une des traces les plus anciennes nous vient d'Égypte. Ce sont Ed et Ellen Case, de Los Angeles, qui ont les premiers, en 1979, découvert un indice concret de la pratique de la réflexologie, sur le tombeau d'Ankhemahor, datant de 2330 av. J.-C.

EN ÉGYPTES

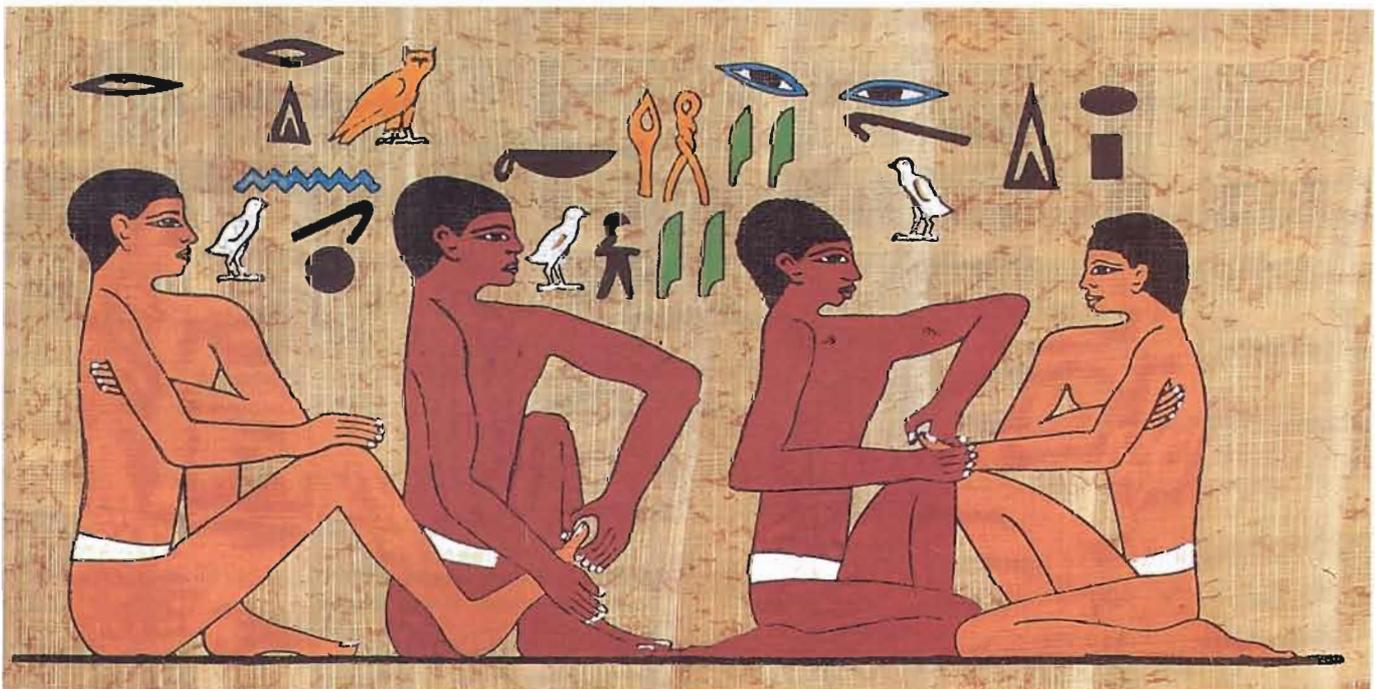
Dans l'Égypte ancienne, sur les tombeaux, on gravait les connaissances et les activités des défunts, qu'ils soient médecins, architectes, ingénieurs, astrologues, scribes... Sur le sarcophage d'Ankhemahor, dans la ville de Saqqarah, étaient représentées des scènes de soins dentaires, d'accouchements, d'embaumements, de pharmacologie et... de réflexologie ! La figure ci-dessous montre la reproduction d'une gravure figurant sur le tombeau d'Ankhemahor, personnage tenant une haute fonction auprès du roi.

La réflexologie plantaire libère les facultés d'auto-guérison du corps. Elle est basée sur le principe suivant : le pied est la représentation miniaturisée du corps humain, à chaque "point-réflexe" correspondent un organe, une glande ou une partie spécifique du corps.

Une technique particulière de massage sur ces "points-réflexes" permet de localiser les tensions et de rétablir un équilibre énergétique dans les parties du corps correspondantes.

La réflexologie active la circulation sanguine et lymphatique, mobilise les déchets, stimule les émonctoires et favorise l'homéostasie.

Le corps retrouve ainsi, de manière naturelle, équilibre et harmonie.



Reproduction d'une partie du tombeau d'Ankhemahor, Saqqarah, 2330 av. J.-C., connu sous le nom «la tombe des physiciens».

Le prestige qui entourait le corps médical égyptien de l'antiquité était si grand qu'il irradiait tout autour du pays, et non seulement des rois de Perse et de Syrie avaient recours aux spécialistes de la vallée du Nil, mais les Grecs les admiraient, formant une sorte de gloire légendaire autour de leurs pratiques médicales. Les peintures et gravures égyptiennes témoignent d'opérations chirurgicales, d'observations anatomiques et de traitements médicaux.

La civilisation avancée et les personnages de connaissance venaient de la Haute-Égypte (actuellement le sud de l'Égypte), où les cheveux frisés et la peau foncée étaient prisés. Sur la scène reproduite, on remarque que les personnages à la peau foncée et aux cheveux frisés à l'africaine sont les pratiquants. Selon elAwany¹, ils sont apparemment venus de la Haute-Égypte pour traiter les gens de la Basse-Égypte (région méditerranéenne au nord) au teint plus clair. D'après l'institut de papyrus au Caire, les hiéroglyphes signifient : "Ne me fais pas mal", ce à quoi le praticien répond : "Je ferai en sorte que tu me remercies".

On pense que les scènes gravées sur les sarcophages avaient non seulement pour but d'honorer le personnage mais également de le protéger après sa mort. Les illustrations devaient servir de guide à l'âme afin qu'elle puisse se réincarner dans un corps approprié.

EN CHINE

D'après Rwo Shur², une forme de réflexologie a pris naissance il y a 4000 ans sous l'Empereur Hwang dans le cadre de la pratique de l'acupuncture et de la moxibustion. Maître Yo-Mo Kuan confirme ces faits³ et précise que ce diagnostic du pied s'intitulait "Kwang Tsu Fa", dérivé de "Zu Hsin Tao".

Il paraît que le fameux livre de médecine chinoise, le "Nei Ching", attribué à Huang Ti (ou l'Empereur Jaune), que l'on situe entre 1000 à 400 ans avant notre ère, relate également des passages sur la réflexologie.

Sous la dynastie de l'Empereur Shi Huangdi Qin (221-206 av. J.-C.), beaucoup de livres furent interdits, afin de promouvoir l'obéissance et d'effacer la connaissance du passé. La pratique de la réflexologie a été alors fortement restreinte et presque oubliée.

On en retrouve malgré tout une trace lors de la période Han (206 av. J.-C.-220 ap. J.-C.) avec un médecin Hwa Tuo qui aurait appelé son travail "Hua Tus Mi Ji" ou "Le tao du centre du pied"³. Plus tard, pendant la dynastie Tang (618-907 ap. J.-C.), un moine japonais nommé Tai Tien Chiu Shao⁴ aurait étudié, avec d'autres, la pratique de la réflexologie avant de l'introduire au Japon.



Editorial

Enfin est né en France, ce Septembre 1996, le premier journal sur la réflexologie. Nous espérons qu'il tissera un lien entre les réflexologues, au service de l'échange et du partage et qu'il inspirera également d'autres personnes, avec de nouvelles informations, des conseils pratiques, des réponses à leurs questions et bien d'autres choses...

Le lancement de ce journal est une aventure, possible grâce à la collaboration de plusieurs personnes. Nous sommes une petite équipe de réflexologues, prête à s'agrandir, et à recevoir vos suggestions. Nous aspirons d'une part à une plus grande communication entre réflexologues, d'autre part à une meilleure connaissance de cette pratique chez le public.

Nous serions heureux de recevoir vos questions, vos témoignages, vos découvertes, vos idées... et nous vous remercions de nous lire ! Pour cette première, nous vous proposons un peu d'histoire sur la réflexologie... On peut voir, peut-être avec surprise, qu'elle est appliquée depuis des millénaires pour soulager et soigner les maux de tous les jours.

Avec ce journal, nous espérons modestement perpétuer le travail de nos ancêtres...

Mireille Meunier

Direction : Centre de Réflexologie - 37, rue du Couédic 75014 Paris, F.
Titre du journal : Elodie Magnus
Rédacteurs : Mireille Meunier, Elodie Magnus, Betsy Shands
Courrier des lecteurs : Mireille Meunier
Publicité : Nelman 2, rue royale 78000 Versailles
Conception : Philippe Sonnevillie
Impression : Le Révérend
Journal bi-annuel, «Le Point Réflexe» est envoyé suite à l'adhésion au "Centre de Réflexologie" d'un montant de 90,-fr pour l'année 1996-97.

EN ASIE

Les pieds de Bouddha

Originaire du nord-est de l'Inde, le bouddhisme se répand, environ 500 ap. J.-C. en Chine, au Japon, en Corée, au Vietnam et au Tibet. L'empreinte du pied de Bouddha est gravée dans une roche à Kusinara (Chine), et également au monastère de Teintai près de Beijing (Chine).

Comme vous pouvez le voir sur la figure 1, chaque petite case contient des images représentant des arbres, des animaux, des parasols, des demi-dieux ou des dieux... Ces images symbolisent les différentes qualités du Bouddha, tels que "l'élégance du cygne", "l'héroïsme du taureau", "la majesté du lion", "la sagesse de l'éléphant", "l'immortalité du serpent", etc⁵. Les parasols sont un signe de puissance royale, ils accordent protection, joie et bonheur.

Le Bouddha peut être reconnu, dit-on, car il porte sur son corps les "trente deux signes majeurs et les quatre vingt signes mineurs". Parmi les signes majeurs, on peut lire : "il a les orteils longs et le talon large, son cou-de-pied est saillant"⁶ !

Les orteils correspondent à la tête, lieu de l'intelligence et de la plupart de nos organes sensoriels, tels que l'ouïe, la vue, l'odorat, le goût, etc. Nous percevons le monde extérieur grâce à ces subtiles constructions. "Avoir les orteils longs" peut faire allusion à une bonne capacité à percevoir l'environnement, semblables à dix petites antennes, ainsi qu'à un déploiement de la conscience!

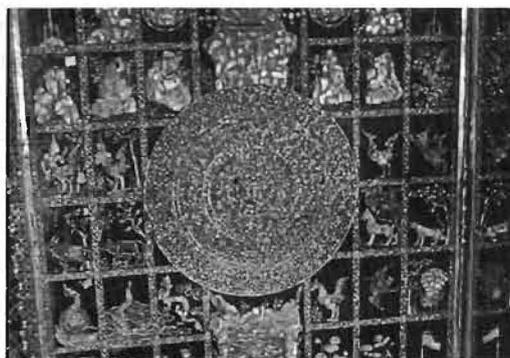
Le talon correspond au bassin, qui représente le processus de "donner forme", d'incarner, comme par exemple, le fœtus se développant dans le ventre. Un "talon large" symbolise une bonne assise, la stabilité et la capacité de concrétiser des idées⁷. "Le



Fig. 1. Empreinte de pied du Bouddha, Cambodge.



Pieds du Bouddha avec 108 signes spéciaux, Bangkok



Détail de la photo précédente.

cou-de-pied saillant" symbolise la volonté, similairement au pied creux.

L'Inde nous offre les pieds de Vishnu

Dans la tradition hindoue, les pieds de Vishnu sont richement garnis de symboles. Les débuts de l'hindouisme datent de 1500 av. J.-C., et reposent sur les textes védiques qui sont reconnus comme étant les plus anciens du monde, provenant des temps préhistoriques. Dans l'hindouisme, la trinité se compose de : Brahma, le créateur, Vishnu, le préservateur et Siva, le destructeur ou le purificateur.

Comme l'explique Ajit Mookerjee⁸, les signes sur les pieds de Vishnu (fig. 2 page suivante) symbolisent l'unité de l'univers, ainsi que les différents aspects de l'ultime Un. La préservation de l'univers est représentée par Vishnu, qui, par analogie, conserve également l'harmonie au sein du corps (le corps étant un microcosme).

Des symboles à la réflexologie

Ces représentations de pieds, que ce soit Bouddha ou Vishnu, sont actuellement plus connues pour leurs valeurs religieuses et spirituelles, alors qu'à cette époque, l'art, la science et la spiritualité formaient un tout indissociable. La notion du divin ne s'arrêtait pas à la religion mais imprégnait tous les autres domaines, que ce soit la philosophie, l'astronomie, les mœurs culturelles ou la médecine.

A cette époque, on ne considérait pas la santé uniquement comme un corps asymptotique, mais l'harmonie psychique et spirituelle étaient tout aussi

déterminante, sinon plus. Cela expliquerait la raison pour laquelle on ne trouve pas de localisation d'organes sur les pieds mais plutôt des symboles, rejoignant ce qu'on appelle de nos jours "la médecine de l'âme".

Selon Henri Artari, podologue-kinésithérapeute, ces informations ont été dissimulées car, de tous temps, le pouvoir a été lié à la connaissance. Il est probable que les médecins de l'époque ont utilisé des langages codés pour déguiser et cacher cette connaissance.

Prenons l'exemple des pieds de Vishnu (fig. 2). D'après H. Artari, on trouve sur le talon, qui correspond aux zones réflexes des organes situés dans le bassin, des symboles liés à la longévité, à la fertilité et à la virilité. La "Amritakumbha" en sanskrit (pied sur notre droite) est un vase destiné à recueillir l'élixir d'immortalité; à côté, les empreintes du sabot de la vache "Gopada", symbolisent la fertilité (comme dans la tradition grecque). Sur le pied à notre gauche, l'arbre "Kalpavrksa" correspond à l'arbre de vie, la lance "Danda" est le symbole phallique par excellence.

Pour les philosophes...

Les représentations des différentes qualités des êtres divins, que ce soit



Fig. 2. «Vishnu Padas» ou «Les pieds de Vishnu», Rajasthan, Inde.



Pieds de Vishnu marqués des symboles de l'univers, Kangra.

Vishnu ou Bouddha, sont toujours illustrées sur les pieds. On peut ainsi deviner que les pieds sont comme la concentration d'une dimension bien plus grande.

Nous connaissons les citations "ce qui est en bas est comme ce qui est en haut" et "l'homme est à l'image de Dieu". Dans le cas où Dieu correspond à un ordre cosmique, le corps serait alors une représentation miniaturisée de cet ordre, suivant le principe "le macrocosme tel que le microcosme". Les pieds seraient, à un échelon plus bas, une projection encore plus dense de ce macrocosme, tel

que nous le montre ces anciennes peintures, gravures et gouaches.

MAIS CE N'EST PAS TOUT...

En Amérique du nord, les indiens des tribus Cherokee témoignent de leur pratique de la réflexologie plantaire. Christine Issel s'y est rendue. L'indienne, Jenny Wallace, de la "Blue Bridge Mountain" affirme que : "Nos pieds marchent sur la terre et grâce à cela notre esprit est relié à l'univers." C'est de son grand-père qu'elle a appris la réflexologie.

Cependant, nous vous réservons ces interviews passionnantes pour un prochain numéro, dans le cadre de l'histoire plus moderne de la réflexologie, et nous vous disons à bientôt !

Mireille Meunier

Heilpraktikerin, auteur de "Le Livre de la Réflexologie Plantaire"

En Inde, la plus grande bénédiction est de toucher les pieds d'un maître, et non les mains ou le visage! Aussi, les "padukas" (sandales) ont une importance capitale dans la vénération des Dieux, car ils contiennent l'empreinte de leurs pieds. On dirait que les pieds concrétisent le savoir ou la grandeur d'une personne ou d'un Dieu, ce qui peut nous laisser, nous occidentaux, un peu perplexes... Mais c'est bien ce que représentent également les teintures des pieds de Vishnu et les multiples gravures des pieds de Bouddha.

1 "Reflexology : Art, Science and History" de C. Issel, p.8 - 2 "Reflexology : Art, Science and History" de C. Issel, p.20 - 3 "Vos pieds font votre santé" de maître Yo-Mo Kuan, p.18 - 4 "Reflexology : Art, Science and History" de C. Issel, p. 17 - 5 "Le roi détenteur de la roue solaire" de I. Armelin, p.15 - 6 "Le roi détenteur de la roue solaire" de I. Armelin, p.13 - 7 "Le livre de la réflexologie plantaire", de M. Meunier, ch. 9 - 8 "Le roi détenteur de la roue solaire" de I. Armelin, p.12.

LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE REJOINT «LE MONDE SCIENTIFIQUE»



D'après les informations de Dwight C. Byers

Bien que la réflexologie plantaire soit connue depuis des millénaires, elle est toujours considérée comme empirique. Mais ceci commence à changer; de plus en plus d'études scientifiques démontrent son efficacité.

Dwight Byers, neveu de Eunice Ingham et directeur de l'Institut International de Réflexologie aux U.S.A., nous a parlé de recherches faites en réflexologie plantaire.

En Suisse :

Une étude a démontré que la réflexologie est tout aussi efficace pour traiter les maux de tête et les migraines que les médicaments, l'avantage étant que la réflexologie n'entraîne pas d'effets secondaires. (*Lafuente et al.*). (1)

Une deuxième étude portait sur la réflexologie appliquée à la suite d'interventions gynécologiques. Le groupe traité par la réflexologie avait besoin de moins de médicaments pour stimuler le tonus de la vessie que le groupe témoin. La miction s'est trouvée améliorée ainsi que l'élimination des selles et la relaxation post opératoire. (*Eichelberger et al.*). (1)

Au Danemark :

Le gouvernement a consacré un budget de 540 000 F pour lancer une étude sur l'efficacité de la réflexologie.

En Chine :

Aujourd'hui, la réflexologie est reconnue officiellement par le gouvernement en tant que pratique médicale. Un grand nombre de médecins et de professeurs pratiquent la réflexologie, certains appliquant la méthode à plein temps comme spécialité médicale. Dans certains hôpitaux, les infirmières, sous la direction du médecin, sont responsables des traitements de réflexologie. Parmi les pathologies traitées avec succès on trouve le diabète, l'asthme et l'hypertension.

Une étude, venant d'un hôpital chinois, portait sur 32 cas de patients souffrant de diabète gras. Les patients étaient divisés au hasard en deux groupes. Le premier groupe a reçu uniquement des traitements de médecine allopathique occidentale. Le deuxième groupé a reçu le même traitement avec de la réflexologie en plus.

Au bout de 20 jours de traitement, les niveaux de glucose et d'hyperplaquettose dans le sang à jeun avaient beaucoup baissé dans le groupe traité avec la réflexologie, tandis qu'aucun changement n'a été observé dans le groupe traité uniquement avec des médicaments. Ces résultats suggèrent que la réflexologie peut s'avérer efficace dans le traitement

du diabète gras en association avec des médicaments. (2)

En Angleterre :

L'hôpital orthopédique Le Prince de Galles à affirmé que des patients traités par la réflexologie pendant leur séjour ont pu rentrer chez eux quelques jours plus tôt que ceux n'ayant pas reçu de réflexologie. Ceci démontre l'intérêt que peut avoir la réflexologie après des interventions chirurgicales (concernant les genoux et les hanches).

Aux États-Unis :

Un article édité dans un numéro récent de «Obstetrics & Gynecology» nous parle d'une étude faite sur des femmes souffrant de syndromes prémenstruelles. Elles étaient divisées en trois groupes et l'étude s'est faite sur une période de 8 semaines.

Le premier groupe recevait de la réflexologie sur les points associés aux symptômes de tensions prémenstruelles - les ovaires, l'utérus, l'hypophyse, les surrénales, les reins et le système nerveux.

Le deuxième groupe : seules des zones réflexes générales ont été stimulées, sans lien direct avec le syndrome.

Le troisième groupe ne recevait pas de réflexologie.

Dans le premier groupe de femmes on a constaté une baisse de 46% des symptômes physiques et psychologiques. Dans le deuxième groupe, il y a eu 19% de baisse, alors que dans le troisième groupe (groupe témoin), aucun changement n'est apparu.

Ceci n'est qu'un aperçu de ce qui se passe dans le monde de la recherche et nous espérons vous apporter d'autres exemples dans les prochains numéros.

*Elodie Magnus,
diplômée du «International Institute of Reflexology»*

(1) A. Kesselring, *Schweizerische Medizinische Wochenschrift - Supplementum*, 62:88-93, 1994.

(2) (*Treating type II diabetes mellitus with foot reflexotherapy*) - Wang, XM, *First Teaching Hospital, Beijing Medical University. Chung Kuo Chung Hsi I Chieh Ho Tsa Chih (Chine)*, septembre 1993, 13 (9) P. 536-8

Quand j'ai entendu parler de la réflexologie pour la première fois, je trouvais cette approche intéressante pour soulager des problèmes de santé, mais je suis restée tout de même sceptique. L'idée semblait trop simpliste. De plus, tant que je ne l'avais pas essayée, la réflexologie restait, pour moi, une belle théorie.

Sans trop y croire, j'ai commencé à masser les pieds de personnes de mon entourage. Ma première constatation fut qu'elles se sont toutes senties nettement plus détendues après la séance, avec la sensation d'avoir des pieds plus légers. L'effet du traitement était bénéfique, même si pendant la séance la personne ressentait parfois des douleurs très prononcées en certains endroits.

Ce qui m'a vraiment convaincue de l'efficacité de cette méthode fut les «petits cas» réglés en une séance. Ainsi, une amie passant chez moi m'avise qu'elle souffrait de constipation depuis quelques jours. Je n'avais que cinq minutes à lui consacrer. J'ai travaillé directement les réflexes du colon sur les deux pieds et je lui ai proposé de reprendre le traitement plus tard.



«SIMPLE MAIS EFFICACE»

Deux heures après je suis revenue pour apprendre qu'elle venait de tout évacuer.

Un autre jour une personne est venue me voir avant de suivre un stage. Son mari, grand malade, l'accompagnait. Il se plaignait principalement de son dos. Pour illustrer rapidement le travail du réflexologue à sa femme, j'ai pris la main du mari et je lui ai montré comment travailler les réflexes de la colonne vertébrale, en opérant sur une seule main, et ceci seulement pendant quelques minutes.

Le lendemain, cette dame m'a appelé en catastrophe en me demandant ce que j'avais fait à son mari. Son mal de dos avait empiré. Je lui ai expliqué que les symptômes s'aggravent parfois, mais

provisoirement, après la mise en route d'un traitement et je l'ai rassurée en lui précisant que c'était bon signe et qu'elle n'avait qu'à continuer à travailler ces mêmes réflexes sur les deux mains de son mari, comme je le lui avais montré. Trois jours plus tard, ce grand malade n'avait plus mal au dos. Sa femme est venue en formation et exerce maintenant en tant que réflexologue.

J'ai vu le cas d'une jeune fille soulagée d'une crise d'asthme par la réflexologie. J'ai vu des cas de sinusites passer en une séance, des douleurs de sciatique ou de lombaires s'estomper ou disparaître après quelques séances. J'ai pu remettre mon coccyx en place en travaillant les réflexes correspondants sur mes mains. Bien sûr, on ne peut pas toujours tout régler en une ou quelques séances. Mais cette méthode m'a enthousiasmé par son efficacité à régler des «petits maux».

Voilà pourquoi je suis aujourd'hui tout à fait convaincue de l'efficacité de la réflexologie. Et ce qui me paraissait simpliste au départ m'épate justement parce que c'est simplement efficace.

Betsy Shands
Directrice de l'Institut International
de Réflexologie

S E M I N A I R E S

Si vous désirez apprendre, améliorer ou parfaire vos connaissances avec des réflexologues professionnels, nous vous suggérons de prendre contact avec :

**Le Centre de Réflexologie
Mireille Meunier
37, rue du Couédic 75014 Paris
Tél. : (1) 45 38 66 11, et à partir du
18/10/96 faire le 01 45 38 66 11**

**L'Institut International de Réflexologie
Betsy Shands
2, place du Midi
38480 Pont de Beauvoisin
Tél. : (16) 76 32 81 98**





Mr J.-P. Haiçaguerre,
réflexologue énergétique

- **Mary, 28 ans** est enceinte de 7 mois et se plaint de douleurs dorsales. Elle souffre également de pyrosis (brûlures le long de l'œsophage) pour lequel elle prend des médicaments. Les zones réflexes de la colonne vertébrale et du bassin se sont montrées douloureuses et curieusement également celles au niveau des orteils, ce qui correspond à la cavité crânienne.

Après trois séances, elle a arrêté de prendre des médicaments pour le pyrosis. Les douleurs dorsales ont complètement disparu. Pendant toute la durée des séances, le fœtus s'arrêtait de

bouger et reprenait ses mouvements sitôt la séance terminée.

- **Florence, 24 ans**, souffre de règles très douloureuses. Les zones réflexes génitales, du bassin et de la colonne vertébrale se dévoilent les plus douloureuses. Elle reçoit 2 séances par semaine pendant 2 mois. Elle arrive maintenant à ne plus s'arrêter de travailler et à ne plus prendre d'antalgiques pendant ses jours de règles.

- **Madame N.T., 35 ans**, souffre de lombalgie et de constipation. A la première séance, la plupart des zones réflexes sont plus ou moins douloureuses, ainsi qu'à la deuxième. A la troisième, elle m'annonce qu'elle va à la selle tous les jours alors qu'avant elle n'y allait qu'une fois tous les 6 ou 7 jours. Je la traite pendant 2 mois à raison de 2 séances par semaine, et elle n'a plus de problème de constipation.

Questions - Réponses

Question de la part d'une réflexologue en Belgique, Madame D.C.:

Comment traiter une personne par la réflexologie plantaire si celle-ci a subi une opération orthopédique ou un accident ayant entraîné une déformation plus ou moins importante aux pieds?

M.Meunier : Vous demandez si des séquelles ou des déformations sont une contre-indication à un traitement. Tout dépend de l'intensité de la douleur. Si la douleur est aiguë et brûlante, il vaut mieux utiliser les zones réflexes des mains. Par contre, un pied endommagé peut entraîner des congestions, d'où s'ensuivent des douleurs, qui sont plus sourdes. Dans ce cas, la réflexologie plantaire peut améliorer la circulation,

détendre les muscles et ainsi soulager l'inconfort. Néanmoins, la manipulation devra être douce.

Question de la part d'une réflexologue en Belgique, Madame N.D. :

J'ai un problème que je n'arrive pas à résoudre : un monsieur de 43 ans souffrant de migraines. Il a déjà eu pas mal de traitement pour les sinus, chirurgie et autres. Aux premières séances, les zones suivantes étaient douloureuses : sinus, citerne de Pecquet, reins, surrénales, estomac, côlon transverse, intestin grêle, vésicule biliaire, ganglions du cou et de la nuque, apophyse mastoïde. Aucun problème de constipation chez lui ni de digestion. Il ne prend que des anti-douleurs lors des migraines.

A la 11^{ème} séance, le 21/9, il ne reste plus que les zones uro-génitales et aussi du chiasme optique, de l'oreille et des sinus qui sont douloureuses. Le 29, il me téléphone et me dit que rien n'a changé, qu'il fait une grosse migraine comme d'habitude.

J'ai pensé qu'il s'agissait d'un dysfonctionnement des organes uro-génitaux. Je suppose qu'il y a quelque chose qui n'a pas fonctionné ou que j'ai oublié. Je

vous demande donc dans ce cas, que faut-il faire? Bien sûr, j'ai des patients très contents et cela à 99%.

Une équipe de réflexologues de différentes traditions sont là pour répondre à vos questions : Envoyez-les au journal !

M.Meunier : Merci de votre longue lettre. Il est difficile pour moi de pouvoir vous conseiller sur ce monsieur qui souffre de migraine. Il est vrai que la Guérison est entre nos mains, dans le sens où nous pouvons l'inviter par les pratiques naturelles et un mode de vie. Mais en définitive, elle ne nous appartient pas, et j'ai toujours trouvé qu'elle contient quelque chose de mystérieux. La Guérison a de multiples couches, et peut-être ce monsieur a-t-il besoin de comprendre un aspect dans sa vie avant que la migraine ne se sente inutile et le quitte.

Si les zones uro-génitales sont douloureuses, vous pouvez chercher en direction de l'émotion de la peur, ou de l'appréhension. Peut-être cette émotion prend trop de place dans son être. Depuis quand a-t-il des migraines? Que s'est-il passé à ce moment là? A-t-il eu des symptômes au niveau uro-génital? Là aussi, que s'est-il passé?

J'espère que mes modestes réflexions peuvent vous aider et je vous souhaite une bonne continuation.

Si vous désirez recevoir des séances de réflexologie sur Paris, contactez Elodie Magnus 22, rue de la Montagne Ste Geneviève - 75005 Paris Tél.: 46 33 16 62, à partir du 18/10/96, faire le 01 46 33 16 62

Recevez Le ● Réflexe

Adhérez à l'association en envoyant
un chèque de 90,-fr pour l'année 1996-97 au :

Centre de Réflexologie
37, rue du Couédic - 75014 Paris,

en mentionnant votre nom et adresse, comment vous
avez eu connaissance de ce journal et si vous avez déjà
reçu le 1^{er} numéro.

Cette adhésion vous permet de recevoir les 2 numéros de l'année
scolaire et de participer aux séminaires organisés par le Centre de
Réflexologie.

(ce journal ne peut pas être vendu à l'unité)

**DANS LES PROCHAINS
NUMÉROS :**

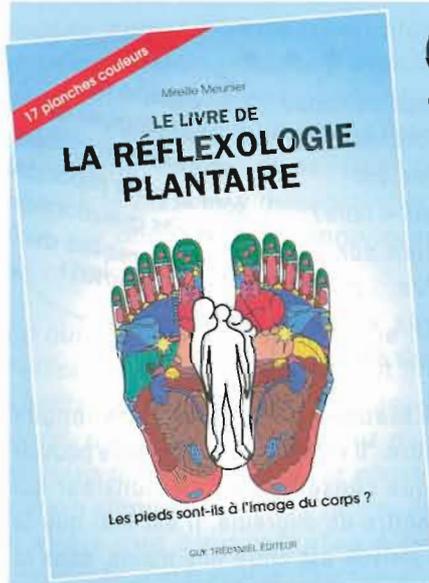
● LA BIOGRAPHIE DE
EUNICE INGHAM

● LES DIFFÉRENTES MÉTHODES
DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

● L'HISTOIRE MODERNE
DE LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

● LA RÉFLEXOLOGIE ET
LES PROBLÈMES THYROÏDIENS

● QUE VEULENT DIRE
LES LIGNES
DU PIED



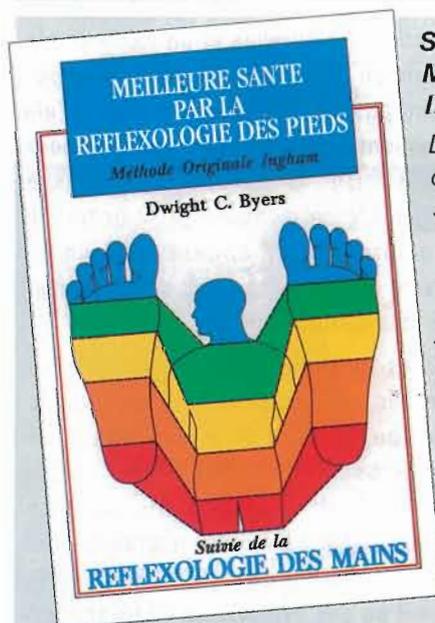
Ce livre est le fruit d'une réflexion qui dépasse la simple analogie entre le pied et les zones réflexes. Les 17 planches couleurs, précises et détaillées, seront utiles au praticien, au réflexologue, et à tous ceux qui recherchent des méthodes thérapeutiques efficaces. L'approche des 5 éléments et de l'aspect yin-yang permet au lecteur l'étude du bilan énergétique, ainsi que de mieux orienter le traitement lors de sa pratique. Un livre pratique et concret.

Mireille Meunier étudie la médecine naturelle au Collège Allemand d'Etudes Holistiques à Berlin. En 1987, elle crée, puis dirige un cabinet de médecine naturelle. En 1993, elle s'installe en France et donne des conférences et des séminaires sur la réflexologie plantaire.

Vendu dans toutes les librairies spécialisées, à la FNAC, vous pouvez également vous le procurer en envoyant un chèque de 140,-fr. + 20,-fr. de frais de port, soit au total 160,-fr, au :

Centre de Réflexologie - 37, rue du Couédic - 75014 Paris

140,-fr, 208 p., 17 planches couleurs



Se soigner par les pieds Méthode originale Ingham-Byers

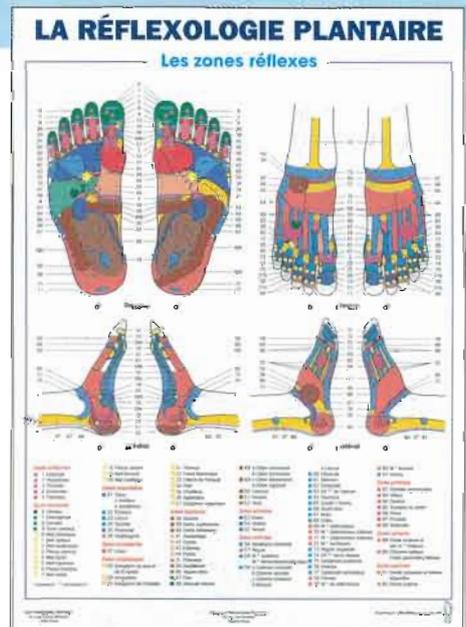
Dwight C. Byers, spécialiste mondial de la réflexologie, décrit dans son dernier ouvrage : "Meilleure Santé par la Réflexologie des Pieds" la méthode de traitement particulièrement efficace qu'il enseigne et utilise depuis plus de 30 ans pour répondre à la plupart des troubles de santé.

Ce guide pratique de 226 pages, 146 illustrations, facile à consulter, est excellent pour la précision des manipulations. Pratique et simple, il est conseillé à tous ceux qui veulent commencer à pratiquer !

Vendu par correspondance, vous pouvez le recevoir en envoyant un chèque de 199,-fr (183,-fr + 16,-fr de port) à :

NELMAN Sarl, 2 rue royale 78000 Versailles.

Si vous désirez d'autres renseignements, n'hésitez pas à nous écrire.



▲ **Planche des zones réflexes** en podoréflexologie de Mireille Meunier, format 600 x 840 mm, à paraître prochainement aux Éditions Trédaniel, Tél.: (1) 46 36 41 05 ou à commander au Centre de Réflexologie - 37, rue du Couédic - 75014 Paris