

Talpunkon a testünk - a reflexológia belső szervei problémákra is hatásos lehet

2016. október 03., 08:00 szerző: **Bokros Judit** fotós: **Molnár Artúr**

Székesfehérvár – A talp reflexpontjainak masszírozása egyrészt kellemes, másrészt bizonyos egészségügyi problémák is enyhíthetők általa. Az ősi módszerrel modern korunkban is érdemes élni.

A talpreflexológia eredete évezredekre nyúlik vissza, s nem igazán köthető egy helyhez. Nagy Gábor természetgyógyász, reflexológus tudomása szerint legalábbis a világ legkülönbözőbb pontjain éltek ezzel a kezeléssel. Például: Egyiptomban, Észak-Amerikában, Kínában, Indiában egyaránt találtak arra utaló jeleket, leleteket, hogy már az ókorban végeztek talpmasszírozást. Használtak különböző technikákat – például pálccával nyomkodták a talpat –, s ezek napjainkra is jellemzőek.

Egyáltalán, a mai reflexológiás talpmasszázs erre az ősidők óta fennmaradt tudásra épít, az első konkrét talptérképeket azonban a 20. század során készítették. A fehérvári Nagy Gábor is e térképeket használja, amelyeken minden szervnek külön pontja van. A reflexológiás kezelés során a természetgyógyász végzettségű reflexológus ezeket a pontokat, zónákat ingerli a fogásokkal. Ebben lehet tehát a nagy különbség egy egyszerű talpmasszázshoz képest, amikor nem célzott nyomásgyakorlás történik. A reflexológus azonban tudatosan ingerli a megfelelő zónákat, hogy hatást fejtsen ki egy-egy távolabbi szervre.



*A talp reflexzónás masszázsa állapotfelméréssel, bemelegítéssel kezdődik
(Fotó: Molnár Artúr)*

Nade mi bizonyítja, hogy valóban hatásos lehet egy ilyen kezelés, tényleg kapcsolatban vannak-e a talp bizonyos pontjai bizonyos szervekkel? A tapasztalat – válaszolja Nagy Gábor. Vannak annyira érzékeny emberek, akik valóban érzik a veséjüket, ha a masszőr a vesézónát ingerli. Vagy, egy epegőrcs enyhíthető például az epe pontjának megfelelő nyomásával. A két talpon a pontok úgy helyezkednek el, ahogy a szervek a testünkben. Tehát, ahogy a máj jobb oldalon van, úgy a reflexzónája is a jobb talpon található. Ám, a fejnél más a helyzet: a bal szem pontját például a jobb talpon kell keresni.

Az első kezelés mindig kikérdezéssel, az egészségi állapot felméréssel kezdődik, majd jön a masszázs a két talp bemelegítésével, átmozgatásával. Már ehhez is legalább 20 fogás áll rendelkezésre. Azután következik a zónák átmasszírozása, amely több mint egy órát is igénybe vehet. A kiválasztó szervrendszert, a nyirokrendszert minden alkalommal át szokás masszírozni. Végül pedig következik a levezetés – tudom meg Nagy Gábortól, aki elsősorban a következő, belső szervei problémákra ajánlja a reflexológiás talpmasszázszt: emésztési és nőgyógyászati problémák, de a nátha, megfázás tünetei is enyhíthetők. Még a kismamák is masszírozhatók, kellő körültekintéssel, meghatározott időszakban.

Előfordulhat, hogy a kezelés fájdalommal jár, hiszen a problémás szerv, reflexzóna így is jelez. Ám nem cél, hogy fájjon a masszázs, bár van olyan iskola, irányzat, ahol a minél erőteljesebb nyomást tanítják, akár kanállal. Fontos tudni, hogy – más természetgyógyászati ághoz hasonlóan – a reflexológia komplementer medicina, tehát kiegészítő kezelés. A beteg az orvostól kapott diagnózis alapján kérhet segítséget, illetve, a reflexológus felhívhatja az illető figyelmét arra, ha valami eltérést tapasztal a talpon bizonyos szervnél.

Gábornál fordult már elő, hogy valakinél komoly tüdőproblémát észlelt, amit az orvosi vizsgálat igazolt. Máskor kalciumhiányra hívta föl egy kezeltje figyelmét. Természetesen, a szervezet jó állapotának fenntartása, immunerősítés céljából is lehet reflexológiás talpmasszázsra járni, hiszen segítheti az egészség megőrzését.

Bokros Judit

-
- [székesfehérvár](#)
- [életmód tanácsadó](#)

feol fmfh.hu
Tetszik az oldal 40 ezer kedvelés

55 ismerősöd kedveli.



**A
KOMB**

