

9

Εναρμόνιση

[ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ / ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ / ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2009] [ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ]



8^η

Ημερίδα Ρεφλεξολογίας

Κυριακή 08 Φεβρουαρίου 2009

Esperia Palace hotel



Σπουδές με αντίκρισμα στον χώρο της υγείας

ΓΙΑ ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ
ΠΤΥΧΙΟ ΣΤΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ
με εξειδίκευση στη Ρεφλεξολογία
τον Ηλεκτροβελονισμό (χωρίς βελόνες)
τη Συμβουλευτική Αυτοβελτίωση



ΑΠΟ ΤΟ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΜΕΝΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΤΙΤΟΥ ΜΑΙΟΡΕΣΚΟΥ



ΚΥΡΙΑΚΙΔΕΣ STUDIES

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ

Απόκτησε, για πρώτη φορά στην Ελλάδα, πτυχίο στη νοσηλευτική με εξειδίκευση στη ρεφλεξολογία, τον ηλεκτροβελονισμό (χωρίς βελόνες), τη συμβουλευτική αυτοβελτίωση από το αναγνωρισμένο Πανεπιστήμιο του Βουκουρεστίου Titu Maiorescu. Σπούδασε σήμερα στα **ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ** και γίνε ο επιτυχημένος επαγγελματίας του αύριο. Διάλεξε μια από δέκα πρωτοποριακές ειδικότητες που εγγυώνται καταξίωση και επιτυχία στον χώρο της υγείας. Η μεγάλη επαγγελματική και εκπαιδευτική εμπειρία των καθηγητών μας είναι εγγύηση, τόσο για την άριστη εκπαίδευση όσο και για την άμεση επαγγελματική σου αποκατάσταση.

Κάνε τα όνειρά σου πραγματικότητα μέσα από εκπαίδευση υψηλού επιπέδου σε ένα σύγχρονο περιβάλλον.

10 ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΕΣ

•Νοσηλευτική •Ρεφλεξολογία •Ηλεκτροβελονισμός (χωρίς βελόνες) •Συμβουλευτική αυτοβελτίωση •Βελονισμός
•Φυσικοπαθητική •Φυσικοπαθητική (μόνο για ιατρούς) •Συμβουλευτική ψυχολογία •Ψυχολογία •Συνθετική ολιστική μάλαξη

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

•Human Resources Psychology
•Communication and Social Influence Techniques

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗ

Κεντρικό κτίριο: Ιτέας 14, Αργυρούπολη, Τ.Κ. 16452, ΤΗΛ.: 210-9955236, 210-9951653, FAX: 210-9955360

Παράρτημα: Ηροδότου 33, Μαρούσι (Ηλεκτρικός Σταθμός ΚΑΤ), Τ.Κ. 15122, ΤΗΛ.: 210-6147860, 210-6147861, 210-6147864, 210-6147866, FAX: 210-6147862

Email: info@kyriakides-studies.gr, www.kyriakides-studies.gr

Εναρμόνιση

ΤΡΙΜΙΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ
ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
ΣΩΜΑΤΕΙΟΥ ΕΛΛΗΝΩΝ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ

Δεκέμβριος / Ιανουάριος / Φεβρουάριος 2009

Τεύχος 07

Σπαθάρη 2,
114 76 Πολύγωνο, Αθήνα
τηλ. 210 6424818
fax: 210 6451532
www.reflexology.gr
e-mail: info@reflexology.gr

Εκδότης

Σπύρος Δημητράκουλας
e-mail: spirosreflex@in.gr

Σχεδιασμός

Αλέξανδρος Ριζάς
τηλ.: 213 0154577 κιν.: 6942 533083
e-mail: alxrzs@yahoo.gr

Οι απόψεις που εκφράζονται
είναι των συντακτών των κειμένων
και όχι απαραίτητα του ΣΕΡ

Για να προμηθευτείτε
προηγούμενα τεύχη,
παρακαλούμε επικοινωνήστε
με τη γραμματεία του ΣΕΡ
ή με τον Σπύρο Δημητράκουλα

περιεχόμενα

04. editorial
05. Ιατροί προτείνουν Ρεφλεξολογία και Βότανα
06. Τα νέα του Δ.Σ.
08. 1^η συνάντηση Ρεφλεξολόγων με σκοπό την ίδρυση σχολής για άτομα με προβλήματα όρασης
10. Τί συμβαίνει κατά τη διάρκεια μιας Ρεφλεξολογικής συνεδρίας;
12. Οσφυοίσχιαλγία: Ρεφλεξολογική αντιμετώπιση ασθενούς μετά από συνεδρίες φυσικοθεραπείας
14. Εισαγωγή στην τρισδιάστατη Ρεφλεξολογία
16. Συγκριτική μελέτη μεταξύ Αρχαίας Ελληνικής & Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής
21. Η χαμένη τέχνη της ακρόασης
22. Η σχέση Εγκεφάλου - Εντέρου
24. 1^ο Διεθνές Συμπόσιο Ρεφλεξολογίας και Καρκίνου
26. Η Αγάπη είναι ο δρόμος
27. Σωματοτοπικές σχέσεις μεταξύ της κινητικής περιοχής του εγκεφάλου και των ανακλαστικών περιοχών στη Ρεφλεξολογία
28. SAT GURU CHARAN

Πάμε πάλι σχολείο?

Αγαπητοί φίλοι και συνάδελφοι,
ευχόμαστε Καλή Χροιά με Υγεία και Ευημερία.

Τα συλλυπητήρια μας εκφράζουμε στην οικογένεια του αδικοχαμένου Αλέξανδρου και την συμπαράστασή μας στις οικογένειες των εμπλεκόμενων αστυνομικών που οπωσδήποτε κάθε άλλο παρά ευχάριστες στιγμές πρέπει και αυτοί να βιώνουν. Τα πρόσφατα γεγονότα ξεκίνησαν από ένα παιδί, ένα μαθητή και στη συνέχεια έλαβαν δράση (μεταξύ άλλων) άλλοι μαθητές. Αναμφίβολα κάτι δεν πάει καθόλου καλά και αυτό προκύπτει από το γεγονός ότι σε μία περίοδο όπου ο δυτικός κόσμος έχει κατακλυστεί από υλικά αγαθά και τροφή (έστω κακής ποιότητας), είναι αγχωμένος, δυστυχιμένος και νοσεί. Οι νέοι οι οποίοι πρόκειται να μας κληρονομήσουν, εκδηλώνουν με τον τρόπο τους τη δυσαρέσκεια τους για τον κόσμο που ετοιμαζόμαστε να τους παραδώσουμε. Στην Αγγλία κάποιοι σκέφτηκαν να επιστρατεύσουν την Ρεφλεξολογία για να κατευνάσουν την “άτακτη” συμπεριφορά των νέων, μάλλον θα καταφέρουν να τους ξεκουράσουν και να τους αναζωογονήσουν για να συνεχίσουν να μην προσαρμόζονται σε οτιδήποτε ψεύτικο και ανούσιο. Εμείς προτείνουμε να δοκιμάσουν αυτοί οι λίγοι, που ορίζουν τις τύχες των πολλών, Ρεφλεξολογία μήπως και δούνε τα πράγματα διαφορετικά!

Οι ανήσυχοι μαθητές οι οποίοι δημιουργούν φασαρία στην τάξη πρόκειται να υποβληθούν σε τέτοια τιμωρία, που θα κάνουν τα πόδια τους να τρέμουν!

Θα ζητηθεί από τους μαθητές από εδώ και στο εξής να αφαιρέσουν τις κάλτσες τους πριν το μάθημα για να τους **δοθεί** Ρεφλεξολογία η οποία έχει σχεδιαστεί για να ελέγξει την άτακτη - απειθαρχη συμπεριφορά τους.

Η φιλανθρωπική επιτροπή του Λαμβπέθ (Lambeth) στο Νότιο Λονδίνο θα επενδύσει £90,000 του χρόνου στέλνοντας Ρεφλεξολόγους σε σχολεία ώστε να εξασκήσουν την κατευναστική τέχνη τους. Η ομάδα Ρεφλεξολόγων προέρχεται από μία εταιρεία γνωστή ως Μπουμπούκι - Ομπρέλα (Bud-Umbrella), και θα εργαστούν επαγγελματίες Ρεφλεξολόγοι σε 60 Δημοτικά και 14 Γυμνάσια σχολεία προσφέροντας Ρεφλεξολογία σε άτακτα παιδιά ηλικίας έως 13 ετών. Η συγκεκριμένη εταιρεία συνεργάζεται επίσης και με το κοινωφελές εκπαιδευτικό ίδρυμα του Sir John Cass. Η εταιρεία διοικείται μέσα από ένα διαμέρισμα στο Brixton και στην ιστοσελίδα της εταιρείας διαβάζουμε ισχυρισμούς ότι η Ρεφλεξολογία μπορεί να απελευθερώσει ενεργειακά μπλοκαρίσματα, μπορεί να κατευνάσει την επιθετική συμπεριφορά, να βελτιώσει τις ικανότητες ακρόασης, συγκέντρωσης και προσοχής και να ανακουφίζει από άγχος, ένταση, πονοκεφάλους και προβλήματα των ιγμορείων.

Φυσικά υπάρχουν ειδικοί που αναφέρουν ότι υπάρχουν ελάχιστα τεκμηριωμένα στοιχεία τα οποία μπορούν να υποστηρίξουν ότι μία τέτοια παρέμβαση μπορεί να βελτιώσει την συμπεριφορά των νέων.

Ο κ. Tory MP John Penrose της Weston-super-Mare δεν εντυπωσιάζεται. “Η ιδέα ότι η μάλαξη των ποδιών θα χαροποιήσει τους ταραξίες είναι γελοία. Οι έμπειροι δάσκαλοι έχουν αρκετούς άλλους τρόπους να αντιμετωπίζουν τους μαθητές με απροσάρμοστη συμπεριφορά και οι θωπείες στα πόδια δεν συμπεριλαμβάνονται σε αυτές. Η αντιμετώπιση της κακής συμπεριφοράς δεν θα πρέπει να μοιάζει με επιβράβευση της, η πειθαρχία πρέπει να επανέλθει πάλι στα σχολεία.”

Ο κ. Mark Wallace, εκπρόσωπος του σωματείου φορολογουμένων λέει χαρακτηριστικά: “Πως είναι δυνατόν να επιτύχει το εκπαιδευτικό σύστημα όταν δίνονται τέτοιες πολυτέλειες στα άτακτα παιδιά και τίποτα απολύτως σε εκείνα που προσπαθούν πολύ και αποδίδουν καλά? Καθώς όλοι πασχίζουν στην οικονομική κρίση που διανύουμε, είναι παράλογο να επενδύουμε χρήματα σε ένα τέτοιο σχέδιο.”

Ο κ. Paul McGlone πρόεδρος της φιλανθρωπικής επιτροπής Λαμβπέθ είπε ότι “Είναι σωστό να προσφέρουμε αυτή την εναλλακτική θεραπεία και πολύ σημαντικό να αντιμετωπίσουμε τα προβλήματα συμπεριφοράς των νέων, δεν πρέπει να απολογούμαστε για την χρήση διαφορετικών και καινοτόμων ιδεών. Πάντα υπάρχει η πιθανότητα τα παιδιά να ωφεληθούν από την προσοχή που θα τους δοθεί με την Ρεφλεξολογία, αναγνωρίζουμε ωστόσο ότι δεν υπάρχει τρόπος να καταλάβουμε εάν υπάρξει βελτίωση ή όχι επειδή, δεν υπάρχει ομάδα ελέγχου. Μόλις επενδύσαμε 2 εκατομμύρια λίρες σε παραδοσιακές και καινοτόμες υπηρεσίες για τους νέους οι οποίες στοχεύουν στην αντιμετώπιση της αντικοινωνικής τους συμπεριφοράς. Μάλιστα παρατηρείται μια αύξηση της τάξεως του 50% στην προσέλευση στο μάθημα και 60% μείωση στην αποβολή από το μάθημα των νέων που συμμετέχουν στο πρόγραμμα.”

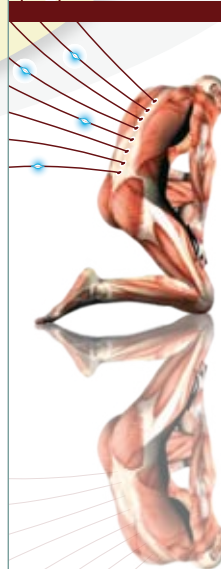
Πρέπει να αντιμετωπίσουμε στην ρίζα τις αιτίες των συμπεριφοριστικών προβλημάτων των νέων – “Η πρόληψη είναι καλύτερη από την θεραπεία.”

Πηγές:

<http://www.guardian.co.uk/education/2008/nov/03reflexology-feet-behaviour-schools>

<http://www.dailymail.co.uk/news/article-1082549/Unruly-school-pupils-punished-foot-massage.html>

Σπύρος Δημητράκουλας, Ρεφλεξολόγος,
www.spiros-reflexologia.blogspot.com



ο **ΝΕΟΣ** κύκλος των 3 επιπέδων

στη **Νεύρο-Ρεφλεξολογία &**

Manual Neurotherapy

ΜΝΤ
Νευρο - Αντανακλαστική Σωματική Θεραπεία

Ξεκινάει **8 - 10** Μαΐου

ομιλία **13** Μαρτίου

δηλώστε συμμετοχή



της **Ολιστικής** Αντιμετώπισης της Ψυχικής και Σωματικής **Υγείας**
Κέντρο Προσωπικής Ανάπτυξης & Θεραπείας

Νικ. Ουρανού 2, Λυκαβηττός, Αθήνα Τ.Κ. 114 71

Τηλ. 210-3620490, 3620020

www.diodosnet.gr, e-mail: diodos@otenet.gr

Ιατροί προτείνουν Ρεφλεξολογία και βότανα

Οι γιατροί στο Dursley πρόκειται να προσφέρουν δωρεάν συνεδρίες συμπληρωματικών θεραπειών σε ασθενείς σε ένα πρωτοπόρο πειραματικό σχέδιο για την πόλη του Gloucestershire. Οι γιατροί στο **May Lane surgery** ενδιαφέρονται να ανακαλύψουν εάν τα βότανα, το μασάζ, η αλλαγή της διατροφής ή η Ρεφλεξολογία και το Ρέικι μπορούν να είναι ευεργετικά για τους ασθενείς στους οποίους οι ορθόδοξες ιατρικές περιθάλψεις δεν έχουν λειτουργήσει. Η Δρ Kathy Curtis-Hayward, ένας συνεργάτης στο May Lane surgery, είπε: "Ως λειτουργήματα, εξετάζουμε συνεχώς τρόπους να ενθαρρύνουμε τους ανθρώπους να έχουν περισσότερο έλεγχο της υγείας τους, και να γνωρίζουν το πώς μπορούν καλύτερα να βοηθούν τον εαυτό τους. "Αυτό θα είναι ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον πειραματικό σχέδιο." Πρόσθεσε: "Θα συνεργαστούμε στενά με την Ali Marstone, μια ειδικός στις φυσικές θεραπείες, και θα ρωτά επιλεγμένους ασθενείς εάν θα ενδιαφέρονταν για να δοκιμάσουν μια διαφορετική διαδρομή για καλύτερη υγεία. "Φυσικά δεν θα το προτείναμε σε κανέναν με σοβαρό πρόβλημα που φυσιολογικά θα αντιμετωπιζόταν επιτυχώς με την ορθόδοξη ιατρική. Αλλά υπάρχουν πολλά προβλήματα όπως το έκζεμα, ημικρανία και η χρόνια κόπωση για τις οποίες παραδεχόμαστε ότι δεν υπάρχει καμία στιγμιαία θεραπεία. Η δοκιμή των εναλλακτικών/συμπληρωματικών θεραπειών θα μπορούσε να είναι μια λύση." Οι ασθενείς που συμφωνούν να δοκιμάσουν την εναλλακτική διαδρομή θα έχουν τρεις συνεδρίες 1 ώρας με την θεραπεύτρια Ali Marstone, μια εν ενεργεία Ρεφλεξολόγος, Αρωματοθεραπεύτρια και master στην βοτανοθεραπεία.

Έχει ασκήσει τη συμπληρωματική θεραπεία για πάνω από 10 έτη και τώρα είναι η πρώτη φορά που έχει συμμετάσχει σε ένα σχέδιο με το Εθνικό Σύστημα Υγείας "Είμαι ενθουσιασμένη για αυτή την προσπάθεια επειδή πιστεύω ότι αυτό είναι ένα ριζοσπαστικό σχέδιο," είπε η κα Marstone. "Οι άνθρωποι μπορεί να είναι πολύ δύσπιστοι για τις συμπληρωματικές θεραπείες, αλλά τους λέω δώστε τους μια δοκιμή, έχετε ανοικτό μυαλό και αφήστε να δούμε τι μπορούν να κάνουν." "Συνδυάζω τις θεραπείες και εξετάζω όλο το πακέτο και τον συνολικό τρόπο ζωής των ανθρώπων. Είναι σημαντικό να δουλεύουν αυτές οι μεθοδολογίες συνδυαστικά με την κλασική Ιατρική, δεν αποτελούν εναλλακτική της κλασικής Ιατρικής." Ο Δρ Curtis-Hayward πρόσθεσε: "Εάν οι θεραπείες είναι επιτυχείς, οι ασθενείς μπορούν έπειτα να επιλέξουν να συνεχίσουν με τις εναλλακτικές προσεγγίσεις στο μέλλον, αναλαμβάνοντας παράλληλα περισσότερο έλεγχο της υγείας τους."

Αναδημοσιεύεται από:

http://www.gazetteseries.co.uk/search/2179522.Doctors_to_prescribe_reflexology_and_herbal_remedies/



η ΔΙΟΔΟΣ

σε αποκλειστική συνεργασία με το

International ART Institute (Αγγλία)

προσφέρει στην Ελλάδα τη

Μεταπτυχιακή Εκπαίδευση Ρεφλεξολόγων

ART Reflexology

Advanced Reflexology Techniques

Γνωρίστε τη μοναδική αυτή μέθοδο στα

2ήμερα Εκπαιδευτικά Σεμινάρια

28 - 29 Μαρτίου

με την **Hagar Basis**

στην εκπαίδευση συμμετέχει και ο

Antony Porter, ιδρυτής της μεθόδου και

πρώην Διευθυντής του Διεθνούς Ινστιτούτου Ρεφλεξολογίας



Κέντρο Προσωπικής Ανάπτυξης & Θεραπείας

Νικ. Ουρανού 2, Λυκαβηττός, Αθήνα Τ.Κ. 114 71

Τηλ. 210-3620490, 3620020

www.diodosnet.gr, e-mail: diodos@otenet.gr



[Τα νέα του Δ.Σ.]

Αγαπητοί και εκλεκτοί συνάδελφοι,

Χρόνια Πολλά και Καλή Χρονιά,

Είναι γεγονός ότι η νέα χρονιά θα είναι σίγουρα καλή, όταν η ψυχή μας και ο νους μας είναι γεμάτα από θετικές και δημιουργικές σκέψεις και αισθήματα πίστης και αγάπης!!

Είναι αλήθεια ότι η όταν η σκέψη μας και τα συναισθήματά μας αναπτύσσονται θετικά, είναι επόμενο ότι θα αναπτυχθούν και οι ανάλογες καταστάσεις έτσι ώστε να υλοποιηθούν όλα αυτά που σκεφτόμαστε. Πιστεύω ότι όλοι εμείς οι συνάδελφοι με θετική προσπάθεια και θετικότητα θα καταφέρουμε και θα έχουμε όχι απλά μια καλή χρονιά αλλά θα θέσουμε και τις βάσεις, ώστε όλες οι χρονιές μας να είναι γεμάτες ευτυχία, υγεία και επιτυχίες!

Ήδη ξεκινάμε την χρονιά μας με την ημερίδα μας, μία σημαντική εκδήλωση που θα έχει ως θέμα την Κινέζικη ιατρική σε σχέση με την Ρεφλεξολογία και την ολιστική αντιμετώπιση. Στην ημερίδα εκτός από την κοπή της πίτας μας θα έχουμε και θέματα προς συζήτηση όπως για παράδειγμα τα σχετικά δρώμενα στον κόσμο (έρεινες, σεμινάρια κλπ).

Σημαντικό γεγονός θα είναι επίσης η παρουσία δύο επίσημων καλεσμένων μας:

Πρώτος είναι ο κος Χάρης Τιγγινάκας, Διευθυντής Φυσικοθεραπευτικού τμήματος του Αγ. Σάββα, τον οποίο θα ανακηρύξουμε και επίτιμο μέλος του Σωματίου μας. Δεύτερος είναι ο κος Ευάγγελος Αυγουλάς, Πρόεδρος του Συλλόγου των Τυφλών, ο οποίος επιθυμεί να συνεργαστεί μαζί μας ως προς την εκπαίδευση των τυφλών στη Ρεφλεξολογία, έτσι ώστε να αξιοποιηθούν τα ιδιαίτερα χαρίσματα και οι ικανότητές τους.

Σας επισημαίνουμε ότι στην ημερίδα θα δείξουμε και πρακτικές εφαρμογές τεχνικών και μεθόδων έτσι ώστε να δείξουμε τόσο στη θεωρία όσο και στην πράξη την κινέζικη ιατρική αλλά και ότι σας έχουμε υποσχεθεί.

Όλο και περισσότερο προχωράμε ως προς την τυπική κατοχύρωση και εξέλιξη του επαγγέλματος μας και γενικότερα την βελτίωση του σωματίου μας, πάντα μέσα από την βοήθεια και την συμβολή σας.

Το ΔΣ και το Επαγγελματικό και Επιστημονικό Σωματείο είναι πάντα δίπλα σας για οποιοδήποτε πρόβλημα και ανάγκη σας. Οποιαδήποτε στιγμή μπορείτε να συζητήσετε την όποια δυσκολία και να ζητήσετε την βοήθειά μας

Σας ευχόμαστε να είστε πάντα καλά, να έχετε χρόνια πολλά και καλά με ολιστική αγάπη, υγεία και ευτυχία.

Εκ μέρους του ΔΣ

Ο Πρόεδρος, Δρ. Μιχάλης Κυριακίδης

πρόσκληση

Αγαπητοί συνάδελφοι,

Το Σωματείο Ελλήνων Ρεφλεξολόγων με ιδιαίτερη χαρά σας προσκαλεί στην **8^η Ημερίδα Ρεφλεξολογίας** και στην κοπή της πίτας, που θα γίνει την **Κυριακή 08 Φεβρουαρίου 2009**, στο ξενοδοχείο **Esperia Palace hotel**, Σταδίου 22, Αθήνα. Το θέμα της Ημερίδας είναι **«Η θεωρία των μεσημβρινών στην εφαρμογή της Ρεφλεξολογίας»**.

09:30	Προσέλευση.
10:00-10:05	Χαιρετισμός (Κυριακίδης Μιχαήλ – Πρόεδρος Σ.Ε.Ρ).
10:05-10:40	Δημητράκουλα Σπ. : «Ρεφλεξολογία και Καρκίνος. Οι τελευταίες εξελίξεις από το παγκόσμιο συνέδριο στο Ισραήλ».
10:40-11:20	Τηλικίδης Αλέξανδρος : «Οι μεσημβρινοί του Ιπποκράτους».
11:20-11:50	Σαμαρά Σοφία : «Yin –Yang και 5 στοιχεία. Από την θεωρία στο βίωμα».
11:50-12:20	Πολυακταρίδης Ιωαν. : «Η τεχνική των ροών στην εφαρμογή της ρεφλεξολογίας».
12:20-13:00	Διάλειμμα
13:00-13:30	Κυριακίδης Μιχάλης : «Πρακτική εφαρμογή των μεσημβρινών στην Ρεφλεξολογία και ιδιαίτερα στα πέλματα στις ζώνες και στις αρθρώσεις».
13:30	Κοπή της πίτας / Κλήρωση δώρων / Πάνελ για ερμηνείες, ανάλυση και επεξηγήσεις.

Ώρα προσέλευσης : 09:30 / Ώρα έναρξης : 10:00 / Ώρα λήξης : 15:00. Κατά τη διάρκεια της Ημερίδας θα γίνει η κοπή της πίτας και θα προσφερθεί cocktail. - Τιμή συμμετοχής 20 €

Με εκτίμηση,

το Δ.Σ. και η επιτροπή οργάνωσης εκδηλώσεων του Σ.Ε.Ρ.

Λόγω του περιορισμένου αριθμού των προσκλήσεων, παρακαλούμε να τις προμηθευτείτε έγκαιρα από το γραφείο του Σωματίου: Σπαθάρη 2, Πολύγωνο, 210-6424818 (κάθε Δευτέρα 16:00 – 19:00, Τρίτη, Τετάρτη & Πέμπτη 10:00 – 14:00). Από τη Θεραπευτική : Ομήρου 71, Ν. Σύμρνη (καθημερινά 13:00 – 17:00).

νέο
πρόγραμμα

Advanced

Manual & Manipulative Therapy

Για πρώτη φορά στην Ελλάδα
από τη ΔΙΟΔΟ
το εκπαιδευτικό πρόγραμμα και
οι κορυφαιοί καθηγητές



του ευρωπαϊκού εκπαιδευτικού οργανισμού
**European Academy of Manual &
Manipulative Therapy**



Σπουδάστε τώρα μια ολιστική σύνθεση
θεωρίας και προηγμένων τεχνικών
Manual Therapy και των πλέον
σύγχρονων μεθόδων θεραπευτικής με τα χέρια



Μια ευρωπαϊκή
**εκπαίδευση
υψηλών
προδιαγραφών**
στη χώρα μας!



Διδάσκουν

οι κάτωθι
Οστεοπαθητικοί,
Χειροπράκτες &
Manual Therapists

- Adams Bob, B.Sc. (Ost-Med.)
- Adams Jason, D.O.
- Βιτάλης Παναγιώτης, D.O.
- Banke Cecilia, D.C.
- Eaton Bert, B. Sc. (Ost-Med.)
- Fischer Martin
- Garfield Jason, D.C.
- Klink Martin, P.T. - M.T., M.M.T.
- Παπαδημητράκης
Αντώνης, PT - OMT, HT
- Redding Larry, B.Sc. (Ost-Med.)

- ✓ Ζετής φοίτηση με ευέλικτο ωράριο
- ✓ 5 αυτοτελή επίπεδα σπουδών
- ✓ χορήγηση διπλώματος ανά επίπεδο από την
European Academy of Manual &
Manipulative Therapy

Έναρξη σπουδών: **6 Μαρτίου '09**

Εισαγωγική παρουσίαση: **6 Φεβρουαρίου '09**

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε:
Ορθοπεδικούς, Φυσικοθεραπευτές

Επαγγελματίες με εμπειρία στη θεραπευτική μάλαξη
(προϋπόθεση η προηγούμενη παρακολούθηση
προπαρασκευαστικού σταδίου **με άμεση έναρξη**).

Σε νέους σπουδαστές
(προϋπόθεση η παρακολούθηση προπαρασκευαστικής εκπαίδευσης)

 **Δίοδος** για τη γνώση

της **Ολιστικής** Αντιμετώπισης της Ψυχικής & Σωματικής **Υγείας**

Νικηφόρου Ουρανού 2, Λυκαβηττός - Αθήνα
τηλ. 210 3620020, τηλ. / fax: 210 3620490

e-mail: diodos@otenet.gr / www.diodosnet.gr



**Το παραπάνω πρόγραμμα είναι ένα από τα 35 Προγράμματα Σπουδών
υψηλών προδιαγραφών που προσφέρει η Δίοδος.**

ΠΡΩΤΗ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΩΝ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΙΔΡΥΣΗ ΣΧΟΛΗΣ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΟΡΑΣΗΣ



Στις 19/11/2008 έγινε η πρώτη συνάντηση Ρεφλεξολόγων με 2 αντιπροσώπους της Επιτροπής Νεολαίας του Πανελληνίου Συνδέσμου Τυφλών, κ. Δημήτρης Σηφάκης και Βαγγέλης Αυγουλάς ο οποίος μου έστειλε το κείμενο που θα διαβάσετε.

Από την δική μας πλευρά βρεθήκαμε στο Εργαστήριο Ελευθέρων Σπουδών της Λιάνας Καλαντζή, που θα μας στεγάσει, KEY LEARNING DIPLOMA, οι ακόλουθοι Ρεφλεξολόγοι:

Σπύρος Δημητράκουλας, Ντίνα Ζιάγκου, Μαρία Παπαναγιώτου, Στεφανία Νικολοπούλου, Λιάνα Καλαντζή και Αλεξάνδρα Κολοβού

Μετά από τις συστάσεις και το βιογραφικό μας, έγινε συζήτηση 2 ωρών η οποία γράφτηκε σε κασέτα. Ο Βαγγέλης Αυγουλάς (φοιτητής Νομικής) μας περιέγραψε τις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν οι τυφλοί στα μαθήματά τους διότι δεν υπάρχει υλικό σε σύστημα «braille» και επιπλέον τα προβλήματα στην καθημερινότητά τους και σε νομικά ζητήματα. Ο Δημήτρης Σηφάκης φοιτητής φυσιοθεραπείας, μας εξήγησε πως και αυτός μάθαινε χωρίς χάρτες και γραπτό υλικό σε σύστημα «braille».

Εγώ είχα ήδη ετοιμάσει 2 πέλματα από ξύλο ανάγλυφα με διαφορετική ύλη που συμβόλιζε κάθε όργανο και είχε διαφορετική αφή. Έτσι όπως πρέπει να είναι οι χάρτες των τυφλών. Σήμερα έχω φτιάξει από πηλό και το επάνω μέρος του πέλματος και τα πλαινά σημεία. Όλα αυτά ήταν αρκετά δύσκολα να φτιαχτούν αλλά επειδή έχω σπουδάσει στη Σχολή Καλών Τεχνών, μου ήταν ευχάριστα και διασκεδαστικά να κατασκευαστούν, διότι έγιναν με πολύ αγάπη. Τι θα γίνει όταν χρειαστούμε περισσότερους χάρτες σαν και αυτούς, δεν ξέρω! Πάντως έγινε η αρχή.

Ο Βαγγέλης Αυγουλάς μου έστειλε το κείμενο που ακολουθεί και πρέπει να μελετηθεί με πολύ προσοχή από το Δ.Σ. ώστε να συνεχίσουμε αυτό το σημαντικό έργο σωστά και με τους όρους που μας θέτουν. Θα είμαστε πρωτοπόροι, τουλάχιστον στην Ευρώπη και όλα πρέπει να λειτουργήσουν σωστά και άψογα.

Συμφωνία για την ίδρυση και λειτουργία της πρώτης επίσημης Σχολής ρεφλεξολόγων με προβλήματα όρασης στην Ελλάδα:

Στις 19/10/08 παρευρέθηκαν στη συνάντηση εκπροσωπώντας την Επιτροπή Νεολαίας του Πανελληνίου Συνδέσμου Τυφλών ο Αναπληρωτής Γραμματέας της κ. Δημήτρης Σηφάκης και το μέλος της Επιτροπής κ. Βαγγέλης Αυγουλάς ο οποίος δραστηριοποιείται σε επίσημες οργανώσεις τυφλών και σε διεθνές επίπεδο.

Από πλευράς μας δόθηκαν συγχαρητήρια στους εμπνευστές και εθελοντές - συμμετέχοντες σε αυτήν τη φιλόδοξη και δημιουργική προσπάθεια και η συνάντηση έκλεισε με την υπόσχεση όλων να δουλέψουμε αργά αλλά σταθερά, ώστε αυτό που στις χώρες της Ανατολής θεωρείται απλά καθημερινότητα, το να υπάρχουν δηλαδή καταρτισμένοι τυφλοί επαγγελματίες ρεφλεξολόγοι κορυφαίοι στο είδος τους, να περάσει ως πραγματικότητα και στις συνειδήσεις της ελληνικής πολιτείας και των πολιτών της χώρας μας.

Ιδιαίτερα θετική εντύπωση έκανε στους εκπροσώπους του Πανελληνίου Συνδέσμου Τυφλών το πολύ προσβάσιμο από πλευράς μέσων μεταφοράς και λειτουργικό μέρος που έχει επιλεγεί ως τη Σχολή επί της Λεωφόρου Συγγρού, που θα στεγάσει τις δυναμικές προσπάθειες όλων για την υλοποίηση του καινοτόμου αυτού στόχου.

Οι κύριοι Αυγουλάς και Σηφάκης, κατά τη διάρκεια της συνάντησης επισήμαναν τα εξής όσον αφορά τους άξονες όπου πρέπει να κινηθούμε και τα προβλήματα που πρέπει να αντιμετωπίσουμε και τα οποία έγιναν ομοφώνως αποδεκτά από τους παρευρισκόμενους:

- Το διδακτικό και εποπτικό υλικό που θα χρησιμοποιηθεί κατά τη διάρκεια των μαθημάτων και αυτό που έχει αρχίσει ήδη να κατασκευάζεται, π.χ. τα πέλματα των ποδιών, θα πρέπει να είναι σε απτική μορφή (=ανάγλυφο) και ευκρινές αφού θα απευθύνεται σε άτομα με απώλεια όρασης. Μόλις συγκεντρωθούν όλα τα εποπτικά μέσα και πριν ξεκινήσουν τα μαθήματα στη Ρεφλεξολογία, αυτά θα ελεγχθούν για την καταλληλότητά τους όσον αφορά την επιστημονική πλευρά απ' τους ρεφλεξολόγους και από μέλη και εργαζομένους του Πανελληνίου Συνδέσμου Τυφλών για τη χρηστικότητά τους.

- Θα πρέπει ίσως να γίνουν κάποιες αγορές σε εκπαιδευτικό υλικό ή υλικοτεχνική υποδομή και εξοπλισμό, (π.χ. σκελετοί του ανθρώπινου σώματος, μαγνητόφωνο με κασέτες ή άλλο σύστημα ηχογράφησης της διδασκαλίας κ.λπ.), για τις οποίες είναι απαραίτητη η αναζήτηση πόρων. Σε καμία περίπτωση όμως οι χρηματοδοτήσεις δε θα παραπέμψουν σε φιλανθρωπικού χαρακτήρα κινήσεις που θα προσβάλλουν την αξιοπρέπεια των ατόμων με προβλήματα όρασης, ή την θέληση των συνεργατών-ιδρυτών της πρώτης επίσημης Σχολής για ρεφλεξολόγους με απώλεια όρασης στην Ελλάδα.

- Θα πρέπει να γίνουν οι απαραίτητες κινήσεις, π.χ. ενημέρωση και εξασφάλιση γραπτής συγκατάθεσης των συγγραφέων ή διαχειριστών των πνευματικών δικαιωμάτων των διδακτικών βιβλίων και σημειώσεων που θα χρησιμοποιηθούν από τη

Σχολή, ώστε η χρήση αυτή από εκπαιδευτές και μαθητές στο πλαίσιο των μαθημάτων, της μελέτης και των εξετάσεων, να μη θεωρηθεί παραβίαση της πνευματικής ιδιοκτησίας άρα παράνομη πράξη, αφού όλα τα γραπτά εκπαιδευτικά κείμενα που θα χρειαστούν, θα πρέπει να ηχογραφηθούν, να δοθούν σε ηλεκτρονική μορφή ή να μεταγραφούν στη γραφή Braille (=ο ανάγλυφος τρόπος γραφής και ανάγνωσης των τυφλών) ή να μεγενθυθούν.

- Θα πρέπει να ελεγχθούν όλα τα νομοθετικά κείμενα του ελληνικού κράτους όπως ισχύουν σήμερα και τα οποία διέπουν κάθε τομέα της εκπαιδευτικής και επαγγελματικής δράσης και ζωής των ρεφλεξολόγων, ώστε να διαπιστωθεί ότι δεν εμποδίζουν με οποιονδήποτε τρόπο και ακόμη και για την ανάλυση, τις καινούριες πλέον ανάγκες για εκπαίδευση και εργασία τυφλών ως ρεφλεξολόγων στη χώρα μας.

- Για κάθε οικονομική απαίτηση που ενδεχομένως χρειαστεί να προβάλλει η Σχολή, γνώμονας θα είναι πάντα η κάλυψη των σχετικών με την ύπαρξη, τη διατήρηση και τη λειτουργία της παροντικών αναγκών που κάθε φορά θα προκύπτουν. Κάθε άμεση ή και έμμεση κερδοσκοπική κίνηση σε βάρος των εκπαιδευόμενων με προβλήματα όρασης, ή των οικογενειών τους, ή τρίτων προσώπων, σωματείων, οργανισμών ή άλλων φορέων που τυχόν θα ενισχύουν οικονομικά το όλο έργο, αντιβαίνει για το παρόν και το μέλλον στη βούληση όλων όσων συνεργάζονται

για την ίδρυση της Σχολής, άρα και στον σκοπό αυτής.

- Σε μόνιμη βάση, εξ αρχής και στο μέλλον, ενεργοί συνεργάτες της Σχολής με συναποφασιστική συμμετοχή θα είναι ο Πανελλήνιος Σύνδεσμος Τυφλών και κατ' επέκταση η Εθνική Ομοσπονδία Τυφλών ως μοναδικοί, επίσημα αναγνωρισμένοι φορείς-κοινωνικοί εταίροι της πολιτείας σε θέματα τυφλότητας, δεδομένου ότι η Σχολή συστήνεται και θα λειτουργεί με κύριο στόχο την πλήρη και αντικειμενική κατάρτιση ανέργων με προβλήματα όρασης -και ιδιαίτερα των νέων- στην επιστήμη της Ρεφλεξολογίας, όπως και την προετοιμασία αυτών για την ισότιμη ένταξη τους στην αγορά εργασίας.

- Καθοριστική στις προσπάθειες μας, κρίθηκε από όλους η συμπαράσταση και η πρακτική συμβολή του Σωματείου Ελλήνων Ρεφλεξολόγων, του παρόντος περιοδικού και εθελοντών αναγνωστών του. 15/11/2008

Θέλω να ευχαριστήσω τον Σπύρο Δημητράκουλα για την συμπαράστασή του και τις συμβουλές του. Επίσης ένα θερμό ευχαριστώ στην Λιάνα που τόσο θετικά και ευχάριστα μας προσέφερε τον χώρο στην Σχολή της. Δεν ξεχνώ και τις άλλες κυρίες, Ρεφλεξολόγους, που προσφέρθηκαν να βοηθήσουν.

Ευχαριστώ,
Αλεξάνδρα Κολοβού

Το Εργαστήριο Ρυθμιστικής Ιατρικής
διοργανώνει ανοιχτές ομιλίες / εκπαιδευτικά σεμινάρια με θέμα

Βιοσυντονισμός

Βασικές αρχές και εφαρμογές

Εισηγήτρια: **Κασσάνδρα Μουγιάκου** Ιατρός Παθολόγος,
αντιπρόσωπος του Γερμανικού Ινστιτούτου Ρυθμιστικής Ιατρικής,
υπεύθυνη της εκπαίδευσης στην Ελλάδα

ΑΜΕΣΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ
από το
ΠΡΩΤΟ ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ!



BICOM® 2000



The Number 1 in Bioresonance

ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ & ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
τηλ.: 210 6427 527, κιν.: 699 6427 527

Λ. Μεσσογαίων 259, Ν. Ψυχικό
e-mail: info@bicom2000.gr www.bicom2000.gr

Τι συμβαίνει

κατά την διάρκεια μίας Ρεφλεξολογικής συνεδρίας.



Αγαπητοί φίλοι και αναγνώστες της Εναρμόνισης,

Γράφω αυτό το άρθρο για την Ρεφλεξολογία κατόπιν παραγγελίας του εκδότη της Εναρμόνισης Σπύρου Δημητράκου. Ο Σπύρος έχει μεταμορφώσει το περιοδικό των Ρεφλεξολόγων και του έχει προσδώσει αξιοπιστία και ενδιαφέρον. Επειδή λοιπόν η καλή και αποτελεσματική δουλειά πρέπει να επαινείται, εκφράζω τα συγχαρητήρια μου στον Σπύρο για την Εναρμόνιση και ανταποκρίνομαι στην επιθυμία του με την παράθεση των πιο κάτω σκέψεων.

Κατά την λεγόμενη Ρεφλεξολογική συνεδρία συμβαίνει μια πολύ ενδιαφέρουσα σύζευξη ενέργειας ανάμεσα στον θεραπευτή και τον θεραπευόμενο. Εκείνο λοιπόν που συμβαίνει είναι ότι ο θεραπευτής αγγίζει με τα άνω άκρα τα κάτω άκρα του θεραπευόμενου. Ας δούμε τι εκφράζουν τα άνω άκρα του θεραπευτή: Σύμφωνα με την παραδοσιακή κινέζικη ιατρική σκέψη, τα άνω άκρα εκφράζουν κάτι από το Ουράνιο, το yang τμήμα της ανθρωπίνης φύσης. Τα άνω άκρα αποτελούν προεκτάσεις του θώρακα και η κίνηση τους συνδέεται με τον θώρακα και τα όργανα που περιέχονται μέσα σε αυτόν, δηλαδή την Καρδιά και τους Πνεύμονες. Η Καρδιά συνδέεται με το στοιχείο της φωτιάς, το οποίο ουσιαστικά κατανέμει διαμέσου του αίματος (αρτηριακού αίματος) σε όλο το σώμα και έτσι το θερμαίνει. Από την άλλη στον θώρακα βρίσκονται και οι Πνεύμονες οι οποίοι φιλοξενούν τον αέρα του σώματος, τον οποίο πάλι διαμέσου του αίματος κατανέμουν σε όλο το σώμα και έτσι το κινούν.

Ο συνδυασμός της φωτιάς της Καρδιάς με τον αέρα των Πνευμόνων είναι υπεύθυνα για την θέρμανση και κίνηση όλου του σώματος. Τα χέρια, τα άνω άκρα ως προεκτάσεις του θώρακα εκφράζουν την ενέργεια της Καρδιάς και των Πνευμόνων, δηλαδή του ανέμου και της φωτιάς και για αυτό θεωρούμε ότι εκφράζουν κάτι Ουράνιο, τείνοντας ούτως ή άλλως προς τον ουρανό (yang).

Τα κάτω άκρα, τα πόδια, εκφράζουν κάτι από το Γήινο, το Yin τμήμα της ανθρωπίνης φύσης. Τα πόδια αποτελούν προεκτάσεις της κοιλιάς και ως τέτοια, συνδέονται περισσότερο με τα στοιχεία της γης και του νερού, τα οποία η κοιλιά φιλοξενεί υπό μορφή της τροφής. Ούτως ή άλλως τα πόδια μας φέρνουν σε απευθείας επαφή με την ίδια την Γη. Ενώ τα χέρια τείνουν προς τον Ουρανό, τα πόδια τείνουν προς την Γη.

Έχουμε λοιπόν μια ενεργειακή σύζευξη κατά την οποία το Yang του θεραπευτή, τα χέρια, ενώνεται με το Yin του θεραπευόμενου, τα πόδια.

Από μόνη της αυτή η σύζευξη εμπεριέχει μέσα της μια συμπαντική αρμονία. Είναι μια ένωση του Yin με το Yang και κάθε τέτοια ένωση, σε οποιοδήποτε επίπεδο, εμπεριέχει κάτι από το κάλλος και την αρμονία της φύσης. Η Ρεφλεξολογική συνεδρία λοιπόν ως εκ της φύσεως αρμονική, διαθέτει όλες τις προϋποθέσεις για να είναι ευεργετική τόσο για τον θεραπευτή, όσο και για τον πελάτη. Αυτή καθ' αυτή η ένωση των αντιθέτων, χεριών με πόδια, μιμούμενη την φυσική τάξη του σύμπαντος, επιτρέπει την ομαλή διακίνηση ενέργειας από τον ένα πόλο, τον θεραπευτή στον άλλο πόλο τον θεραπευόμενο, αλλά και το αντίθετο. Η Yin Yang σύνδεση χεριών – ποδιών λειτουργεί ως κλειδί που ανοίγει μια πύλη επικοινωνίας και κίνησης μεταξύ των δύο. Το γεγονός αυτό, θα μπορούσα να θεωρήσω ως βασική αιτία των εντυπωσιακών και πολλές φορές απροσδόκητων θεραπευτικών και χαλαρωτικών επιτευγμάτων της Ρεφλεξολογίας.

Η Yin Yang σύζευξη ποδιών και χεριών.

Η σύζευξη όμως ανάμεσα στα χέρια του θεραπευτή και στα πόδια του θεραπευόμενου, έχει και πολλές άλλες σημαντικές πλευρές. Ας πάρουμε πρώτα τον θεραπευόμενο.

Όλοι μας σήμερα ζούμε σε μια διαρκή κατάσταση έντασης και κίνησης. Αυτά συσσωρεύουν σε καθημερινή βάση, φωτιά και αέρα μέσα στο σώμα, τα οποία όταν το σώμα αδυνατεί να απορροφήσει μπορούν να δημιουργήσουν παθολογικές διεργασίες. Με την Ρεφλεξολογία των πελμάτων, η φωτιά και ο αέρας που συσσωρεύονται μέσα στο σώμα από τον σύγχρονο τρόπο ζωής, διοχετεύονται στο Yin κομμάτι, στα πόδια δηλαδή. Μ' αυτό τον τρόπο μετασηματίζονται από κάτι δυνητικά βλαπτικό (αν παραμείνει η φωτιά και ο αέρας στο πάνω τμήμα του σώματος θα βλάψει, είτε προκαλώντας πονοκέφαλο ή ταχυκαρδία, κλπ) σε κάτι ωφέλιμο αφού οδηγούνται στο Yin μέσω της μάλαξης των πελμάτων και αφού ενωθούν με το Yin η ισορροπία επανέρχεται. Η Ρεφλεξολογική συνεδρία λοιπόν προσφέρει κάτι τόσο σημαντικό για τον σύγχρονο άνθρωπο, την γείωση της φωτιάς.

Τι πραγματικά προσφέρει η Ρεφλεξολογική συνεδρία στον ίδιο θεραπευτή; Αν η Ρεφλεξολογική συνεδρία προσφέρει στον θεραπευόμενο χαλάρωση και θεραπεία, εξ' ίσου σημαντικά είναι και τα οφέλη που εισπράττει ο ίδιος ο θεραπευτής.

Κατ' αρχάς η Ρεφλεξολογική συνεδρία, όπως άλλωστε και όλες οι μορφές μάλαξης που ασκούνται με τα χέρια, κινούν και ξεμπλοκάρουν την ενέργεια του θώρακα. Η κίνηση και το ξεμπλο-

κάρισμα αφορούν τόσο την Καρδιά, όσο και τους Πνεύμονες του θεραπευτή. Εκείνο βέβαια το οποίο ωφελείται περισσότερο είναι η Καρδιά, γιατί ούτως ή άλλως η προσφορά θεραπευτικού έργου, ανοίγει την ενέργεια της Καρδιάς αυτού που το προσφέρει. Η κίνηση αυτή είναι δεδομένη όταν παράγεται θεραπευτικό έργο, ανεξάρτητα από το αν ο θεραπευτής έχει ανοικτή Καρδιά ή όχι. Η ίδια η προσφορά θεραπευτικού έργου θα ανοίξει και θα ξεμπλοκάρει την ενέργεια της Καρδιάς, ακόμα και του πιο σκληρόκαρδου θεραπευτή, γιατί τέτοια είναι η φύση της κίνησης όταν ένας άνθρωπος, άσχετα από το αν γνωρίζει ή δεν γνωρίζει, επιδιώκει να προσφέρει θεραπεία σε έναν συνάνθρωπό του.

Από την μια λοιπόν, έχουμε ένα άνοιγμα στην Καρδιά του θεραπευτή, το οποίο όμως συμβαίνει ούτως ή άλλως όταν κάποιος επιδιώκει να προσφέρει θεραπεία, ειδικά όταν το κάνει με τα χέρια. Το σπουδαίο όμως με την ρεφλεξολογία ως προς τις ευεργετικές επιδράσεις στον ίδιο τον θεραπευτή είναι το εξής:

Κατά την άσκηση των τεχνών της θεραπείας, ειδικά στην αρχή, όταν ο θεραπευτής αρχίζει να βλέπει τους ανθρώπους να ωφελούνται από την ενέργεια του, υπάρχει ένας σοβαρός κίνδυνος: να πάρουν τα μυαλά του αέρα. Ο σοβαρότατος κίνδυνος της αλαζονείας και υπεροψίας, ο οποίος είναι ισχυρότατο δηλητήριο για οποιονδήποτε θεραπευτή, καθιστώντας τον ανενεργό και τελικά επικίνδυνο.

Ο κίνδυνος της αλαζονείας ελλοχεύει στην άσκηση όλων των θεραπευτικών τεχνών, ειδικά όμως στην περίπτωση της Ρεφλεξολογίας περιορίζεται λόγω της εφαρμογής μάλαξης στα πόδια του θεραπευόμενου. Το σκύψιμο του θεραπευτή, που εφαρμόζει την μάλαξη στο πέλμα, καλλιεργεί την ταπεινότητα που είναι η σημαντικότερη των αρετών που πρέπει να διαθέτει ένας θεραπευτής. Η ταπεινότητα είναι αντίδοτο του δηλητηρίου της αλαζονείας και είναι βασική προϋπόθεση για να εφαρμόσει κανείς θεραπεία που να μην βλάπτει τον θεραπευόμενο και να είναι και αποτελεσματική.

Η καλλιέργεια της ταπεινότητας με την κίνηση προς την Γη και το πέλμα του θεραπευόμενου, είναι ίσως το πιο ευγενές αποτύπωμα που αφήνει στην ψυχή του Ρεφλεξολόγου η άσκηση της τέχνης του.

Κλείνοντας την αναφορά μου αυτή στα θέματα της ρεφλεξολογίας, θα ήθελα να επισημάνω ένα πρακτικό ζήτημα. Όλοι εμείς που βρισκόμαστε στον αυτοαποκαλούμενο εναλλακτικό χώρο και εφαρμόζουμε τις λεγόμενες εναλλακτικές θεραπευτικές τέχνες, οφείλουμε να καταλάβουμε ότι οι θεραπευτικές τέχνες που εξασκούμε δεν έχουν ριζώσει στην ελληνική κοινωνία. Να

μεν είναι καλές, χαλαρώνουν, δεν βλάπτουν, θεραπεύουν ακόμα, αλλά παρ' όλα αυτά η συντριπτική πλειοψηφία των Ελλήνων τις αγνοεί ή τις θεωρεί προνόμιο μιας μικρής μειοψηφίας ιδιόρρυθμων και περιθωριακών. Για να μην εξαφανιστούν με το πρώτο φύσημα του αέρα, για να ριζώσουν στην ελληνική κοινωνία, πρέπει πρώτα και κύρια να μπορεί να ζήσει κανείς από την άσκησή τους. Μόνο αν προκύψουν επαγγελματίες που βιοπορίζονται μέσα από την άσκηση των θεραπευτικών τεχνών, αυτές θα ριζώσουν στον τόπο μας, αλλιώς θα ξεχαστούν όπως όλες οι μόδες. Στην περίπτωση της Ρεφλεξολογίας για να αποκτήσει κανείς εμπειρία και να μπορεί να προσφέρει μια αξιοπρεπή Ρεφλεξολογική συνεδρία χρειάζονται ώρες πρακτικής και δουλειάς σε πέλματα ανθρώπων. Πως όμως να αποκτήσει ένας νέος Ρεφλεξολόγος ώρες εμπειρίας που θα τον καταστήσουν επαρκή, όταν με το που τελειώνει την σχολή (την όποια σχολή) ζητάει να αμειφθεί με 40 ή 50 ευρώ για μια ώρα;

Πιστεύω ότι αυτό το κοστολόγιο των Ρεφλεξολόγων πρέπει να κατέβει για να αποκτηθεί η εμπειρία της Ρεφλεξολογίας τόσο από τους θεραπευτές όσο και από τον Έλληνα πολίτη ο οποίος την έχει ιδιαίτερη ανάγκη. Ο νέος Ρεφλεξολόγος πρέπει να αποδεχτεί ότι στην αρχή της επαγγελματικής του πορείας η αμοιβή του θα είναι ισχνή. Προσωπικά πιστεύω ότι 20 ευρώ την ώρα είναι μια αξιοπρεπέστατη αμοιβή και για τον ασθενή και για τον νέο Ρεφλεξολόγο. Έτσι μόνο θα αποκτηθεί πολύτιμη εμπειρία, ασκώντας την τέχνη και όχι περιμένοντας παχυλές αμοιβές.

Αλέξανδρος Τηλικίδης
Φυσιάτρος, Βελονιστής, Βοτανοθεραπευτής.
Υπεύθυνος σπουδών της Ακαδημίας Αρχαίας Ελληνικής & Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής.

Επικοινωνία: info@akadimia.gr
Πληροφορίες: www.akadimia.gr

Ευχαριστώ πολύ ΔΑΣΚΑΛΕ που τήρησες την υπόσχεση σου και έγραψες αυτό το υπέροχο κείμενο.

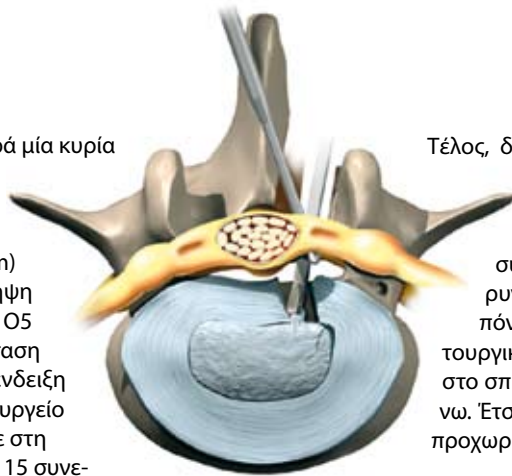
ΟΣΦΥΟΪΣΧΙΑΛΓΙΑ

Ρεφλεξολογική αντιμετώπιση ασθενούς μετά από συνεδρίες φυσικοθεραπείας.

Το περιστατικό που θα περιγράψω αφορά μία κυρία 48 ετών με αρκετά μεγάλη επαγγελματική δραστηριότητα. Παρουσίαζε μία οπισθοπλάγια προβολή του μεσοσπονδύλιου δίσκου σε πολύ μεγάλο βαθμό (5cm) με έντονα πιεστικά φαινόμενα μετά από λήψη MRI. Η περιοχή της προβολής ήταν μεταξύ Ο5 – Ι1. Μετά από την MRI και την κλινική εξέταση από ορθοπεδικό χειρουργό, είχαμε σαφή ένδειξη χειρουργείου. Ο φόβος όμως για ένα χειρουργείο πάνω στη σπονδυλική στήλη, μας οδήγησε στη λύση της συντηρητικής αγωγής. Μετά από 15 συνεδρίες φυσικοθεραπείας τα αποτελέσματα δεν ήταν τα επιθυμητά, αφού η ποιότητα της ζωής της κυρίας δεν ήταν η αναμενόμενη και το άλγος στην περιοχή της οσφυϊκής μοίρας και του ισχίου συνεχιζόταν παρόλη την πολύ μικρή βελτίωση. Έπειτα από μία συζήτηση με τον ιατρό της ασθενούς, αποφασίσαμε από κοινού, να της εφαρμόσω από εκείνη τη στιγμή συνεδρίες ρεφλεξολογίας.

Η συχνότητα των συνεδριών ήταν τρεις φορές την εβδομάδα και τα αντανάκλαστα σημεία που δούλεψα ήταν τα εξής: Στη περιοχή του αφτιού, και μετά από τις τεχνικές χαλάρωσης, δούλεψα την περιοχή του κεφαλιού, ενδορφίνες, ηλιακό πλέγμα, σείν μείν, όλη τη σπονδυλική στήλη και την περιοχή του ισχίου. Στο πέλμα, και μετά από πολύ καλές τεχνικές χαλάρωσης, ξεκινήσαμε να δουλεύουμε το ηλιακό πλέγμα για τη φλεγμονή, τον πόνο, την ένταση και το άγχος, αφού μιλάμε για μία κυρία αρκετά δραστήρια στην επαγγελματική της ζωή. Την υπόφυση για το οίδημα και τη διέγερση των επινεφριδίων. Τα επινεφρίδια για τη φλεγμονή και τη διέγερση του ανοσοποιητικού συστήματος. Τους νεφρούς για την αποφυγή της αυτοθεραπευτικής αντίδρασης. Τον υποθάλαμο για τον έλεγχο της λειτουργίας του νευρομυϊκού συστήματος. Την περιοχή της Ο.Μ.Σ.Σ. και νευρικά και μυϊκά ως super παθογόνο σημείο. Το ισχιακό νεύρο ως super παθογόνο σημείο. Γενικά όλη τη Σ.Σ. αφού ως αλυσίδα επηρεάζεται σε όλα τα επίπεδα της. Την περιοχή των ραχιαίων μυών και τον οπίσθιων μηριαίων αφού εκεί παρουσιάζεται ο μυϊκός σπασμός που προκαλεί το μπλοκ στο νεύρο.

Στο άνω άκρο τα Α.σ. που δούλεψαμε μετά από τεχνικές χαλάρωσης ήταν τα super παθογόνα της Ο.Μ.Σ.Σ. και του ισχιακού νεύρου.



Τέλος, δούλεψαμε το σύστοιχο σημείο του ισχιακού νεύρου στο άνω άκρο και την αντιστοιχία κορμού για την Ο.Μ.Σ.Σ.

Με αυτό το πλάνο δούλεψαμε τις πρώτες 10 συνεδρίες. Τα αποτελέσματα ήταν πολύ ενθαρρυντικά. Σε αρκετά μεγάλο βαθμό ελαττώθηκε ο πόνος. Η κυρία είχε αρχίσει να είναι πολύ πιο λειτουργική αφού οδηγούσε και έκανε κάποιες δουλειές στο σπίτι. Έπρεπε όμως να δώσουμε το κάτι παραπάνω. Έτσι αποφασίστηκε να προσθέσουμε και κάποιες προχωρημένες τεχνικές.

Αυτές ήταν:

- Μακροζωνορεφλεξολογία στο άνω και στο κάτω άκρο.
- Διαμπερής αντανάκλαστική επικοινωνία της ζώνης.
- Αντανάκλαστική επικοινωνία των αρθρώσεων (ισχίο – γόνατο).
- Αμφοτερόπλευρη επικοινωνία των ζωνών.
- Μικροχειροπρακτική με ταυτόχρονη εφαρμογή κινησιοθεραπείας.

Συμπερασματικά, μετά από 24 συνεδρίες, τα αποτελέσματα ήταν πέραν του δέοντος ικανοποιητικά και τα οφέλη που αποκομίστηκαν πολύπλευρα. Είχαμε μία πλήρη κι επαρκή αντιμετώπιση του προβλήματος η οποία μέσα από τη συστηματική και μεθοδική προσέγγισή του δημιούργησε στην ασθενή ένα αίσθημα εμπιστοσύνης τόσο απέναντι στη ρεφλεξολογία ως εναλλακτική μορφή θεραπείας όσο και στις τεχνικές της που αυτή εφαρμόζει, συμβάλλοντας με αυτό τον τρόπο στη διάδοσή της στον ιατρικό χώρο. Δεν σας κρύβω ότι σχεδόν σε όλα τα περιστατικά που κάνω φυσικοθεραπεία με το συγκεκριμένο ιατρό εφαρμόζω πλέον και τη ρεφλεξολογία. Εδώ πρέπει να σημειώσουμε ότι το ανατομικό πρόβλημα της κήλης παραμένει. Η ιδιαίτερη προσοχή της ασθενούς, η συντήρηση και η σωστή ενδυνάμωση της περιοχής πιστεύω πως μπορεί να αποτρέψει από καταστάσεις χειρουργείου.

ΚΩΝ/ΝΟΣ Δ. ΛΩΛΗΣ
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ-ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΟΣ
Μέλος του συλλόγου Ελλήνων Ρεφλεξολόγων.

ΨΗΦΙΑΚΗ ΣΥΣΚΕΥΗ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΟΖΟΝΤΟΣ **ΟΖΟΝΙΖΕΡ 6Α2**

400 mg/h



ΟΖΟΝΟΠΟΙΕΙ ΤΟ ΝΕΡΟ

- ◆ Εξουδετερώνει το χλώριο, τα βαρέα μέταλλα, τις βιομηχανικές τοξικές ουσίες και τις οργανικές ακαθαρσίες από το πόσιμο νερό.
- ◆ Βοηθά στην αντιμετώπιση των φλεγμονών
- ◆ Βελτιώνει το μεταβολισμό
- ◆ Ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα
- ◆ Έχει αναλγητική δράση
- ◆ Περιποιείται το πρόσωπο και το δέρμα
- ◆ Βοηθά στην αποφυγή δερματικών παθήσεων



ΟΖΟΝΟΠΟΙΕΙ ΤΟΝ ΑΕΡΑ

- ◆ Καταστρέφει το μικρόβιο της ΓΡΙΠΗΣ στον αέρα και τα εκατομμύρια μικρόβια του κλιματιστικού
- ◆ Εξαφανίζει τη μυρωδιά του καπνού (τσιγάρο) και της κουζίνας (τηγάνισμα).
- ◆ Βοηθά στην αποφυγή δερματικών παθήσεων
- ◆ Αφαιρεί βλαβερά αέρια



Vita + MΕΡ

... στην υγείά σας !!!

**ΑΠΟΛΥΤΑ ΦΥΣΙΚΗ
ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΗ ΔΡΑΣΗ
50 ΦΟΡΕΣ ΙΣΧΥΡΟΤΕΡΗ
ΑΠΟ ΤΟΥ ΧΛΩΡΙΟΥ**



ΑΠΟΛΥΜΑΙΝΕΙ ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

- ◆ Αποσυνθέτει (εξαφανίζει) τα φυτοφάρμακα από τα φρούτα και τα λαχανικά, που βλάπτουν ιδιαίτερα την υγεία των παιδιών μας
- ◆ Διατηρεί για περισσότερο χρόνο τα νωπά τρόφιμα στο ψυγείο



ΕΞΟΥΔΕΤΕΡΩΝΕΙ ΜΙΚΡΟΒΙΑ ΚΑΙ ΒΑΚΤΗΡΙΔΙΑ

- ◆ Απολυμαίνει μπουκάλια, παιδικά παιχνίδια, τρόφιμα
- ◆ Σκοτώνει τα βακτήρια στη στοματική κοιλότητα
- ◆ Εξουδετερώνει τα μικρόβια και τη μούχλα στο Μπάνιο
- ◆ Εξυγιάνει τα χαλιά και τα στρώματα από τα ακάρεα KANTITA

Ε.ΥΤ. Διαφημιστική τηλ. 210 9736668

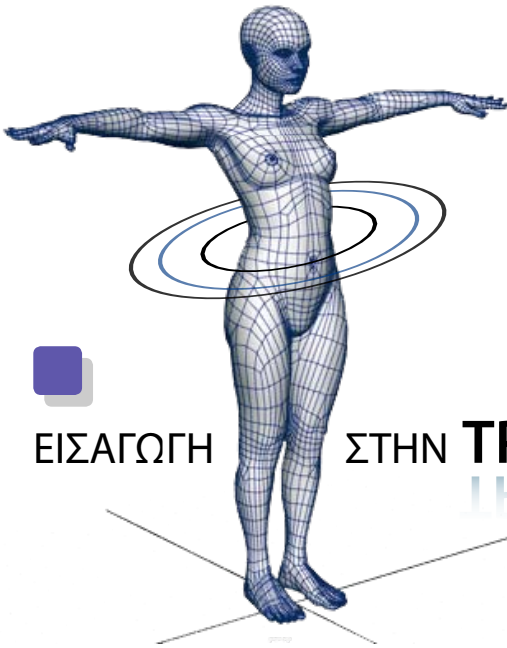


VITA ΜΕΡ

**ΤΗΛΕΦΩΝΕΙΣΤΕ ΤΩΡΑ
210 9416 962**

**ΕΙΔΙΚΗ
ΠΡΟΣΦΟΡΑ:
220 €**

Λεωφ. Αμφιθέας 116 τηλ.: 210.9416962 fax: 210.9416201
www.vitamep.com info@vitamep.com



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΣΤΗΝ ΤΡΙΣΔΙΑΣΤΑΤΗ (3D) ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑ

Από τον Νορβηγό Nils Leidal

Στην ικανοποίηση της περιέργειας επιστημονικής μας σε ότι έχει να κάνει με νέες-διαφορετικές Ρεφλεξολογικές προσεγγίσεις ανακαλύψαμε την ΤΡΙΣΔΙΑΣΤΑΤΗ (3D) ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑ η οποία προέρχεται από τις Σκανδιναβικές χώρες. Κατόπιν παράκλησις ο κ. Λείνταλ μας έγραψε τα ακόλουθα και σας τα δημοσιεύουμε προς ικανοποίηση της δικής σας περιέργειας. Τον ευχαριστούμε πολύ.

Ο Χαινρίχ Χέλμπεργκ είναι Σουηδός ρεφλεξολόγος και ομοιοπαθητικός από το 1980. Στο διάστημα αυτό επανεκτίμησε και προβληματίστηκε σχετικά με τον καθιερωμένο τρόπο προσέγγισης της απεικόνισης του σώματος στο πέλμα. Κατά τα πρώτα χρόνια της εργασίας του με την ρεφλεξολογία ήρθε αντιμέτωπος με προβλήματα που αντιμετωπίζει η πλειονότητα των ρεφλεξολόγων σχετικά με το καθιερωμένο σύστημα που λειτουργεί σε διπλή διάσταση. Οι πρώτοι προβληματισμοί παρουσιάστηκαν όταν ασθενείς του με συγκεκριμένα προβλήματα, προς έκπληξη του, δεν ένιωθαν πόνο στην αντανακλώμενη ζώνη του ποδιού.

Ως γνωστών η θεωρία της ρεφλεξολογίας στηρίζεται στην αρχή ότι υπάρχουν δέκα κάθετες ζώνες που διατρέχουν το σώμα. Όταν βάλει κανείς τα πέλματα δίπλα – δίπλα (άποψη διπλής διάστασης) η ζώνη των μεγάλων δακτύλων αντανακλά την κεντρική ζώνη του σώματος, και αυτή των μικρών δακτύλων την έξω πλάγια ζώνη.

Η συγκεκριμένη αρχή εκφράζει την παραδοσιακή αντίληψη του ανθρώπου στον βελονισμό και στην πολική θεραπεία (polarity therapy). Απλά το να εφαρμόσει πίεση κανείς σε μια ορισμένη περιοχή θα δημιουργήσει ένα είδος ερεθίσματος και ίσως να δώσει μια Ρεφλεξολογική επίδραση. Αλλά το τέντωμα ή το τσίμπημα της ίδιας περιοχής ίσως να έχει επιπτώσεις σε άλλα στρώματα ιστού ή ακόμα και ενός άλλου οργάνου στην ίδια περιοχή. Χρησιμοποιούμε τα χέρια και τα δάχτυλα με πολλούς διαφορετικούς τρόπους ώστε να φθάσουν όσο το δυνατόν σε περισσότερα στρώματα ιστού. Δεν υπάρχει κανένα κενό διάστημα στην ενεργειακή δομή του ποδιού, και κάθε στρώμα έχει την ειδική ανταπόκριση του στο σώμα. Στη φυσιολογική αναπτυξιακή δομή του ανθρώπινου σώματος, η ίδια αρχή χρησιμοποιείται στη δόμηση ενός ποδιού, ενός χεριού ή ολόκληρου του σώματος. Αυτό σημαίνει, όταν εργαζόμαστε με την ανακλαστική θεραπεία ζώνης, ότι στην περίπτωση ενός κοινού τραυματισμού ή ενός βλαμμένου συνδέσμου δεν θα βρούμε την ανακλαστική ζώνη για την άρθρωση στα μαλακά μέρη του ποδιού αλλά στο σκελετικό σύστημα του ποδιού. Μπορούμε να το ονομάσουμε αυτό, **νόμο της ομοιότητας**. Ο μαλακός ιστός, όπως τα όργανα και οι μυς θα

αντιπροσωπευθούν Ρεφλεξολογικά στο μαλακό ιστό του ποδιού, οι αρθρώσεις θα αντιπροσωπευθούν στις αρθρώσεις, οστά στα οστά, και τα λοιπά.

Κοιτώντας κάποιον παραδοσιακό χάρτη Ρεφλεξολογίας διαβάζουμε που είναι τα σημεία των οργάνων αλλά δεν μας λένε ποσό εν τω βαθύ η πόσο επιφανειακά είναι τα σημεία. Π.χ. το Α.Σ του νεφρού ασκώντας πίεση το διεγείρουμε άλλα δεν είναι πιθανόν να επηρεάσουμε τα επινεφρίδια πιο πολύ από τα ίδια τα νεφρά και εάν ναι, πιο σημείο είναι επιφανειακό και πιο βρίσκεται πιο εν τω βαθύ. Αυτό είναι το είδος ερώτησης που ρωτάμε όταν εργαζόμαστε με τον τρισδιάστατο τρόπο, και πιστεύουμε ότι έχουμε μερικές από τις απαντήσεις.

Καθώς τοποθετούμε τα πόδια μαζί με τέτοιο τρόπο που το πέλμα ακουμπά το πέλμα, μια όψη εμβρύου δημιουργείται. Το γαστροεντερικό κομμάτι εδώ είναι η ενδότατη ζώνη που ακολουθείται από τις ζώνες σκελετού και δέρματος. Σε αυτήν την υπόθεση, η Ρεφλεξολογία είναι αποτελεσματικότερη και έχει προ πάντων περισσότερο νόημα. Ο ώμος, το μπράτσο και το χέρι είναι τα πιο πλευρικά μέρη του σώματος σε ένα άτομο που στέκεται όρθιο, και έχουν τεθεί αντίστοιχα στην πλευρική (έξω) πλευρά του ποδιού στα παραδοσιακά διαγράμματα της Ρεφλεξολογίας ποδιών. Αλλά εάν βάλουμε τα πόδια ή τις παλάμες απέναντι, η πιο πλευρική ζώνη θα είναι το τρίτο δάκτυλο. Τα περισσότερα προβλήματα με τον ώμο έχουν επιπτώσεις σε περισσότερες περιοχές από την ίδια την άρθρωση και μπορούν να περιλάβουν μια μεγάλη περιοχή από τη σπονδυλική στήλη, την ωμοπλάτη έως έξω την ίδια την άρθρωση. Πρακτικά επομένως θα συμπεριληφθούν και οι τέσσερις πιο πλευρικές αρθρώσεις όπου τα μετατάρσια συναντούν τις φαλαγγες.

Η 3D Ρεφλεξολογία στηρίζεται στην αρχή ότι η αντανακλαστική δομή του ποδιού στηρίζεται σε ένα αρχικό- εξελισσόμενο εμβρυακό στάδιο, πλήρες στην δομή του οπού αποκαλύπτονται τα διάφορα επίπεδα του ιστού με λεπτομέρεια από τον πεπτικό σωλήνα έως την επιφάνεια του δέρματος. Συγκρίνετε το με τη διαγνωστική μέθοδο της ιριδολογίας όπου παρατηρούνται τα αντανακλώμενα όργανα στα δακτυλίδια από την κόρη του οφθαλμού έως τον σκληρό χιτώνα του οφθαλμού.

Τοποθετώντας λοιπόν τα πέλματα κατά τέτοιο τρόπο όπου πέλμα ακουμπά με πέλμα μία εμβρυϊκή εικόνα δημιουργείται όπου ο πεπτικός σωλήνας βρίσκεται στην εσωτερική ζώνη ακολουθούμενη από τους μυς, σκελετό, και δέρμα. Σε αυτήν την υπόθεση,



η Ρεφλεξολογία είναι αποτελεσματικότερη και έχει προ πάντων περισσότερο νόημα.

Ο ώμος, βραχειών και άκρα χείρα είναι τα πιο πλάγια μέρη του σώματος, στην παραδοσιακή Ρεφλεξολογία τοποθετούνται στην πλάγια ζώνη. Εάν ενώσουμε όμως τα άκρα παλάμη με παλάμη και πέλμα με πέλμα, τότε το πιο πλάγιο τμήμα είναι αυτό της τρίτης ζώνης, (τρίτο δάκτυλο). Η πλειονότητα των προβλημάτων των ώμων επηρεάζει όχι μόνο την άρθρωση άλλα και μία ευρύτερη περιοχή από την ΣΣ την ωμοπλάτη και την ίδια την άρθρωση. Στην Ρεφλεξολογική εφαρμογή λοιπόν θα συμπεριληφθούν οι πρώτη, δεύτερη, και τρίτη ζώνη. Στην περίπτωση της ΣΣ στην κλασική ρεφλεξολογία δουλεύουμε την εσωτερική επιφάνεια του πέλματος αντιμετωπίζοντας την ωστόσο τόσο λεπτή όσο λεπτό είναι και το πάχος ενός φύλλου χαρτιού ενώ στην πραγματικότητα καταλαμβάνει πολύ περισσότερο χώρο.

Λογικά και αντανakλαστικά πρέπει να εργαστούμε πιο πλάγια για να καλύψουμε όλα τα μέρη της ΣΣ. Οπότε δουλεύουμε ανάμεσα στο 1^ο και 2^ο δάκτυλο για εγκλωβισμένα νεύρα του αυχένα και μεταξύ 1^{ου} και 2^{ου} μεταταρσίου για τα εγκλωβισμένα νευρά του θώρακα. Η σπονδυλική στήλη αντιπροσωπεύει επίσης την ιστορία μας ως ανθρώπινα όντα και καταχωρεί πολλές μνήμες και συγκινήσεις, έτσι οι αποδέκτες μας βιώνουν συχνά τη συναισθηματική αποφόρτιση κατά και μετά από την συνεδρία.

Συχνά ρωτιέμαι εάν έχει έρθει ο χρόνος να εγκαταλειφθεί το καθιερωμένο ανακλαστικό σύστημα θεραπείας ζωνών. Η απάντηση είναι ένα απόλυτο όχι. Ακριβώς όπως στον κόσμο της αντίληψης του παιδιού, δεν υπάρχει σωστό ή λάθος το ίδιο ισχύει και εδώ. Αυτή η συμβολή στην Ρεφλεξολογία είναι περισσότερο για την προσθήκη μιας άλλης διάστασης και όχι κατάρνησης κάτι από το παραδοσιακό σύστημα. Λαμβάνοντας υπόψη τη θεωρία ECWOW (τεύχος 6 σελ.20) που αναπτύχθηκε από τους Κινέζους, έχουμε ένα άπειρο αριθμό μικροσυστημάτων που περικλείονται παραδείγματος χάριν στο πόδι. Αυτό σημαίνει ότι μπορούμε να έχουμε επιδράσεις σε οποιοδήποτε μέρος του σώματος σετ όποια από τις πολυάριθμες περιοχές του ποδιού.

Η πιο εντυπωσιακή διαφορά στην 3Δ ρεφλεξολογία αφορά τις ζώνες του κρανίου.

Οι ζώνες αυτές αντανakλώνται στις ονυχοφόρες φάλαγγες χεριών – ποδιών τα οποία συμπτωματικά είναι πλούσια εφοδιασμένα με αιμάτωση και νευρικό ιστό!

Ο διεγκφαλος (υποθάλαμος, θάλαμος, μεταθάλαμος και επι-

θάλαμος) και η υπόφυση τοποθετούνται στο 3^ο δάκτυλο και η επίφυση ως έχει στο 1^ο. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι αυτό μιας νοσοκόμας η οποία εργαζόμενη με ασθενείς διαγνωσμένη με καρκίνο στην υπόφυση παρατήρησε φυσιολογική αντίδραση στις πιέσεις στο 1^ο δάκτυλο ωστόσο ακουμπώντας το 3^ο ο πόνος ήταν πολύ πιο έντονος σε σημείο που δεν της επέτρεπαν να το ακουμπά.

Τέλος, θα επιθυμούσα να αναφέρω μερικά σημεία σχετικά με τις τεχνικές των χεριών. Στην τρισδιάστατη Ρεφλεξολογία χρησιμοποιούμε μια τεχνική στην οποία η κοινή τεχνική αντιστρέφεται, δηλ. τα 4 δάχτυλα χρησιμοποιούνται και ο αντίχειρας υποστηρίζει. Το πλεονέκτημα αυτής της τεχνικής είναι ότι ο θεράπων κερδίζει μια πιο στερεά επαφή με το πόδι που εργάζεται, καθώς επίσης γίνεται πιο δεκτό από τον ασθενή. Αυτή η ιδιαίτερη τεχνική χεριών είναι βασισμένη στο νόμο του Arndt – Schultz, ο οποίος λέει ότι μία πίεση μικρότερης έντασης (ελαφριά πίεση) ωφελεί/υποστηρίζει την εσωτερική δύναμη ζωής του ανθρώπου και ότι το αντίθετο ισχύει για την ισχυρή-άλγεινη πίεση (σκληρή πίεση), η οποία εμποδίζει την ζωτική ενέργεια ζωής. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μια παρόμοια ορολογία στην έκφραση της έντασης και δύναμης στην τεχνική χεριών όπως κάνουμε στο Ομοιοπαθητικό σύστημα στο οποίο αλλάζουμε τη δύναμη μέσω της διάλυσης. Η χρησιμοποίηση μιας τεχνικής που εφαρμόζει τη σκληρή πίεση στο σημείο του ορίου που ο ασθενής μπορεί να υπομείνει δημιουργεί μια φυσιολογική και όργανο-προσανατολισμένη επίδραση. Κάνεις θα μπορούσε να πει ότι προσπαθούμε να ανεβάσουμε το όργανο από την υπολειτουργία του. Αφ' ετέρου, χρησιμοποιώντας μια ελαφριά πίεση που περιλαμβάνει να εργαστούμε εν μέρει με το περιβάλλον ενεργειακό πεδίο του ποδιού, ασκεί θεραπευτική επίδραση. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι μέσω αυτής της τεχνικής κανείς συνδέεται με τα ελλοχεύοντα συναισθηματικά και διανοητικά στρώματα.

Μετάφραση : Σπύρος Δημητράκουλας, Ρεφλεξολόγος
spirosreflex@in.gr
<http://spiros-reflexologia.blogspot.com/>

ΣΥΓΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ

ΜΕΤΑΞΥ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Προ ημερών πέρασα από την ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ. Πήγα για δουλειά του περι-οδικού αλλά επί την ευκαιρία θύμισα του Αλέξανδρου ότι μου υπο-σχέθηκε να γράψει και αυτός άρθρο για την ΕΝΑΡΜΟΝΙΣΗ. Συζητώ-ντας με την Σοφία έφυγα με το ακόλουθο κείμενο το οποίο και θα συμπεριλάβω στο επόμενο τεύχος του Σεπτεμβρίου.

A. ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η συγκριτική μελέτη μεταξύ Αρχαίας Ελληνικής και Παραδοσι-ακής Κινέζικης Ιατρικής έχει βασιστεί σε κείμενα του Ιπποκρά-τη (μετάφραση του Γεωργίου Κ. Πουρναρόπουλου, εκδόσεις ΜΑΡΤΙΝΟΣ) και του Γαληνού (εκδ. Οδ. Χατζόπουλος) από τη μια πλευρά. Από την πλευρά της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής έχει βασιστεί στην Διεθνή βιβλιογραφία (βλέπε βιβλιογραφία στο τέλος του άρθρου).

B. ΘΕΩΡΙΑ YIN – YANG

Την πρώτη αναφορά στη θεωρία YIN – YANG τη συναντάμε στο ΙΤΣΙΝΓ (βιβλίο των Αλλαγών). «Ο κόσμος συντίθεται από την ακραία πολικότητα. Αυτή είναι που γεννά τις δύο αρχές YIN – YANG (liang yi)».

Στο βιβλίο του Κίτρινου Αυτοκράτορα (Νέι Κινγκ, Σο Ουεν, Λινγ Σου) που είναι το βιβλίο πάνω στο οποίο στηρίζεται η Παραδο-σιακή Κινέζικη Ιατρική, η θεωρία YIN – YANG αποτελεί τη βάση για την κατανόηση της φυσιολογίας και της παθολογίας του ανθρώπινου σώματος.

Στο βιβλίο του Ιπποκράτη «Περί διαίτης», το πρώτο όπου κατά τη γνώμη μου εκτίθενται οι βασικές φιλοσοφικές αρχές της Αρχαίας Ελληνικής Ιατρικής, στη σελίδα 37 του τρίτου τόμου, στην 3η παράγραφο, αναφέρεται: «Όλα τα ζώα και ο ίδιος ο άνθρωπος αποτελούνται από δύο στοιχεία, διάφορα κατά τη δύναμη, αλλά σύμφωνα κατά τη χρήση, το ύδωρ λέγεται και το πυρ. Αυτά τα δύο ενωμένα επαρκούν μεταξύ τους και για όλα τα άλλα, μα το ένα χωρίς το άλλο δεν επαρκεί ούτε για τον εαυτό του, ούτε για κανέναν άλλο. Η δύναμη του καθενός είναι αυτή: Το πυρ μπορεί πάντοτε να κινήσει τα πάντα, το ύδωρ πάντοτε να θρέψει τα πάντα. Καθένα με τη σειρά του δαμάζει και δα-μάζεται σε κάθε άκρη, από δω και από κει όπου είναι δυνατό να φτάσει. Κανένα δεν μπορεί να κυριαρχήσει απόλυτα για τον ακόλουθο λόγο: Το πυρ, όταν φτάσει στην άκρη του ύδατος, του λείπει η τροφή κι έτσι επιστρέφει προς το σημείο που μπορεί να

του δώσει τροφή. Το ύδωρ όταν φτάσει στην άκρη του πυρός χάνει την κίνησή του, σταματάει και όταν σταματήσει δεν έχει δύναμη πια, μα αναλίσκεται για να θρέψει το πυρ που έρχεται. Για το λόγο αυτό κανένα από αυτά τα στοιχεία δεν μπορεί να κυ-ριαρχήσει απόλυτα. Εάν κυριαρχούσε ποτέ το ένα από τα δύο, οποιοδήποτε και αν κυριαρχούσε, κανένα από τα πράγματα που υπάρχουν σήμερα δεν θα ήταν όπως είναι ακριβώς τώρα. Αλλά μένοντας έτσι, θα είναι τα ίδια πάντοτε και δεν θα λείψει ούτε το ένα ούτε το άλλο, ούτε και τα δύο ταυτόχρονα. Έτσι λοιπόν το πυρ και το ύδωρ, όπως είπα επαρκούν πάντοτε σε όλα, τόσο για το μέγιστο, όσο και για το ελάχιστο».

ΘΕΩΡΙΑ ΤΩΝ 5 ΚΙΝΗΣΕΩΝ (WU XING) & ΘΕΩΡΙΑ ΤΩΝ 4 ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ

Η ανάλυση της βαθύτερης ποιότητας των αριθμών αποτελεί κοινό στοιχείο μεταξύ των δύο Ιατρικών συστημάτων. Οι τρεις πρώτοι αριθμοί (1,2,3) εκφράζουν το σχέδιο δόμησης του κόσμου. Το 4 είναι ο πρώτος αριθμός μέσα από τον οποίο οι τρεις πρώτες δυνάμεις (1,2,3) διατάσσονται ώστε να υλοποιή-σουν τον κόσμο.

Οι Κινέζοι αποδίδουν στον αριθμό 4, την ποιότητα των 4 πρω-ταρχικών συμπαντικών δυνάμεων.

Η δύναμη YUEN η οποία εκφράζει την τάση της ανάπτυξης, την υλική έκφραση της δημιουργίας έτσι όπως εκδηλώνεται από τη διεργασία της άνθισης και της βλάστησης κατά τη διάρκεια της Άνοιξης.

Η δύναμη της κορύφωσης HENG η οποία εκφράζει την τάση της ανάπτυξης στην υπέρτατη εκδήλωσή της, έτσι όπως αυτή εκδη-λώνεται από την διεργασία της καρποφορίας κατά τη διάρκεια του Καλοκαιριού.

Η δύναμη της συγκέντρωσης ή της συρρίκνωσης LI, η οποία εκφράζει την πρώτη καθοδική κίνηση και επιστροφή πίσω στη μάνα γη έτσι όπως αυτή εκδηλώνεται από τη διεργασία της πτώσης των καρπών κατά τη διάρκεια του Φθινοπώρου.

Τέλος η δύναμη της εσωτερίκευσης ZHI, η οποία εκφράζει την τάση της εσωτερίκευσης, την κορύφωση της καθοδικότητας, έτσι όπως αυτή εκδηλώνεται από την ηρεμία και αδράνεια των φυτών κατά τη διάρκεια του Χειμώνα.

Η θεωρία των 5 κινήσεων (WU XING) στηρίζεται στην έκφραση των 4 προηγούμενων δυνάμεων στη γήινη πραγματικότητα. Το κέντρο πια αυτής της εκφρασμένης δυναμικής είναι ο αριθμός 5 ο οποίος περιγράφει τις 4 προηγούμενες συμπαντικές δυνάμεις έτσι όπως υλοποιούνται στην γήινη πραγματικότητα.



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

ΤΟΜΕΑΣ Συμβουλευτική & Θεραπείες Stress

Έμπειροι καθηγητές
με άριστη επιστημονική κατάρτιση
Κύρος βεβαίωσης σπουδών

Συμβουλευτική Ψυχο-Σωματικής Υγείας

Στην Συμβουλευτική Ψυχο-Σωματικής Υγείας επιχειρείται μια πολύπλευρη και πολυδιάστατη προσέγγιση της ψυχοσωματικής υπόστασης της υγείας. Απλά και μεθοδικά, αποκαλύπτεται η διαδικασία της επίδρασης του ψυχικού παράγοντα στις οργανικές λειτουργίες του σώματος αλλά και αντίστροφα. Η προσέγγιση που ακολουθείται δεν είναι συμπτωματολογική αλλά αναζητά τις βαθύτερες αιτίες. Το σύμπτωμα ή η διαταραχή για τα οποία ο πελάτης παραπονείται - και εφόσον αποκλεισθεί ιατρικής ή οργανική τους παθογένεια - αντιμετωπίζονται ως σωματοποιημένα προβλήματα ασυνείδητων ψυχικών τραυμάτων ή / και βαθύτερων ενεργειακών μπλοκαρισμάτων, τα οποία στο παρόν τροφοδοτούνται από το ανεξέλεγκτο στρες της καθημερινότητας του πελάτη. Οι ψυχοσωματικές διαταραχές θεωρούνται ως η έκφραση της εσωτερικής ανισορροπίας και ως ένδειξη προβληματικών, δυσλειτουργικών περιοχών στη ζωή του ατόμου (σχέσεις, εργασία κ.λ.π.) και επιπλέον ως ο σύνδεσμος για τον εντοπισμό του αφανούς αιτίου της ασθένειας.

Οι εκπαιδευτικές ενότητες του προγράμματος «Συμβουλευτική Ψυχο-Σωματικής Υγείας» είναι σχεδιασμένες να διδάσκονται αυτόνομα. Έτσι είναι δυνατή η μερική παρακολούθηση κάποιων μαθημάτων τα οποία απαρτίζουν τα παρακάτω ανεξάρτητα Εκπαιδευτικά Προγράμματα συντομότερης διάρκειας για την Θεραπεία του Στρες.

- Σύμβουλος ΑντιStress & Ευεξίας
- Holistic Relaxation & Stress Management
- ΑντιStress & Breath BodyWork

ΔΙΔΑΣΚΟΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

Θεωρίες Συμβουλευτικής

- Εισαγωγή στις Θεωρίες Συμβουλευτικής
- Ανθρωπιστικές Θεωρίες Συμβουλευτικής
- Ψυχοδυναμικοί Μηχανισμοί Άμυνας
- Συμβουλευτική & Ψυχοπαθολογία

Εισαγωγή στη Συμβουλευτική Πρακτική

- Δεξιότητες Επικοινωνίας & Συμβουλευτικής
- Ο Ρόλος του Συμβούλου & η Θεραπευτική Σχέση

Εξειδίκευση στη Ψυχο-Σωματική Συμβουλευτική

- Συμβουλευτική Διαχείρισης Stress
- Συμβουλευτική Αντιμετώπισης Ψυχο-Σωματικών Διαταραχών (Ασθένειες & Συμπτώματα)
- Μεθοδολογία της Θεραπείας Gestalt
- Σωματική Αυτό-Επίγνωση & Σωματικοί Εσωτερικοί Διάλογοι
- Προσωπικός Χώρος, Όρια και Ψυχο-Ενεργειακή Λειτουργία στην Ψυχο-Σωματική

Θεραπευτική Μέθοδος ΑντιStress & Breath BodyWork

- Θεραπευτική Αναπνευστική Εργασία: Ενδυνάμωση, Βασικές Θεραπευτικές Αρχές & Εφαρμογές
- Ενεργοποίηση - Αφύπνιση Σώματος & Αναπνοής
- Re-Positioning Process & Energy Work (Διαδικασία Αναδόμησης)
- Παλμο-Δονητικό BodyWork
- Άλλα Ειδικά Θέματα Εκπαίδευσης ΑντιStress

Ιατρικά Μαθήματα:

- Εισαγωγή στην Ανατομία & στην Φυσιολογία
- Νευρο-Ψυχολογία, Συμπεριφορά και Στρες
- Φυσιο-παθολογία & Γενικές Αρχές Παθολογίας

Ενάρξεις:
14 - 15 Φεβρουαρίου

Στην Αρχαία Ελληνική Ιατρική δεν υπάρχει αναφορά στο 5. Ο Γαληνός επηρεασμένος από τον Ηράκλειτο στο βιβλίο του «Περί των καθ' Ιπποκράτην στοιχείων» αναφέρει: «Όσοι λοιπόν υποστηρίζουν ότι κάποιο από τα σύνθετα σώματα δημιουργείται από φωτιά, αέρα νερό και γη λένε πιθανά πράγματα...» Οι Αρχαίοι Έλληνες με κύριο εκφραστή τον Ηράκλειτο υποστηρίζουν ότι όλα τα υλικά πράγματα στον κόσμο που αντιλαμβανόμαστε εμπεριέχουν τα 4 στοιχεία φωτιά, αέρα νερό και γη. Τα 4 αυτά στοιχεία αντιστοιχούν στις 4 πρωταρχικές δυνάμεις των Κινέζων. YUEN (αέρας), HENG (φωτιά), LI (γη), ZHI (νερό). Στην Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική η θεωρία των τεσσάρων πρωταρχικών δυνάμεων ή πέντε κινήσεων (WU XING) έχει δύο βασικά χαρακτηριστικά: Το πρώτο είναι ότι όλα τα φαινόμενα έχουν σε διάφορους βαθμούς αντίστοιχες ποιότητες με τις 4 πρωταρχικές δυνάμεις και έτσι όλα μπορούν να ταξινομηθούν με βάση αυτό το χαρακτηριστικό. Π.χ. YUEN – τάση ανάπτυξης – επέκταση – αέρας – Άνοιξη – Ήπαρ – δημιουργικότητα – πράσινο κ.λ.π. Το δεύτερο είναι ότι μεταξύ των 4 αυτών δυνάμεων υπάρχουν εσωτερικές συνδέσεις που έχουν έναν δημιουργικό (Yang) ή ελεγκτικό (Yin) χαρακτήρα. Και σ' αυτά τα δύο στοιχεία η Αρχαία Ελληνική Ιατρική ακολουθεί την Κινέζικη. Εκείνος που περιγράφει τις εσωτερικές συνδέσεις μεταξύ των 4 στοιχείων είναι ο Ηράκλειτος στο απόσπασμα 76. «Η φωτιά ζει με τον θάνατο της γης και ο αέρας με το θάνατο της φωτιάς, το νερό ζει με το θάνατο του αέρα και η γη με το θάνατο του νερού»

Γ. ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΕΣ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΟΡΓΑΝΩΝ

1. ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΗΠΑΤΟΣ. Το Ήπαρ στην Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική είναι το όργανο το οποίο εκφράζει μέσα στο σώμα την πρωταρχική δύναμη Yuen, η οποία σχετίζεται με την τάση επέκτασης και ανάπτυξης του ατόμου. Στην Αρχαία Ελληνική Ιατρική η λέξη Ήπαρ παράγεται από τη λέξη Έπαρ το οποίο με τη σειρά του προέρχεται από το επαίρομαι. Το επαίρομαι ως ρήμα, εκφράζει την τάση του ατόμου για την κατάληψη περισσότερου χώρου, δηλαδή την τάση για ανάπτυξη και επέκταση.

2. ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ. Στην Κινέζικη Ιατρική η Καρδιά είναι ο αυτοκράτορας και σ' αυτήν φιλοξενείται το Shen (Πνεύμα ή η ψυχή του ατόμου). Η Καρδιά σχετίζεται με την πρωταρχική δύναμη HENG (φωτιά). Στον Γαληνό (Γαληνός 5η παράγραφος, σελ. 328 κατά τον Χρυσίππο) «...η Καρδιά κατά τινα κράτησιν και κυρείαν, από του εν' αυτή είναι το κυριεύον και κρατούν της ψυχής μέρος.» Αντιστοιχίες υπάρχουν και με τα λοιπά όργανα μεταξύ των δύο Ιατρικών.

Δ. ΘΕΩΡΙΑ ΜΕΣΗΜΒΡΙΝΩΝ ΚΑΙ ΚΛΑΔΩΝ

Στην Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική οι μεσημβρινοί και οι κλάδοι παίζουν κυρίαρχο ρόλο, τόσο στην κατανόηση λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος, όσο και στη θεραπεία. Στο κεφ. 27 του Σο Ουεν αναφέρεται: «Με τον ίδιο τρόπο που στον ουρανό υπάρχουν έναστρες κινήσεις και στη γη ποτάμια, στο ανθρώπινο σώμα, κατ' αντιστοιχία, υπάρχουν μεσημβρινοί (Yang) και αγγεία (Yin).

Ο Ιπποκράτης στο «ΠΕΡΙ ΦΥΣΙΟΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥ» (μετάφραση Γεωργίου Κ. Πουρναρόπουλου, εκδόσεις ΜΑΡΤΙΝΟΣ, Τόμος Γ', σελ.233, παράγραφος 11) αναφέρει: « Οι μεγαλύτερες φλέβες έχουν την ακόλουθη διάταξη:Υπάρχουν 4 ζεύγη στο σώμα. Το ένα απ' αυτά τα ζεύγη, έχοντας αφετηρία το πίσω μέρος της κεφαλής, περνάει από τον τράχηλο, διατρέχει από πίσω τη ράχη και φθάνει από τη δεξιά και αριστερή πλευρά, στα ισχία και τα σκέλη. Έπειτα, περνώντας από τις κνήμες, καταλήγει στα εξωτερικά σφυρά και τους άκρους πόδες. Πρέπει λοιπόν να κάνουμε τις αφαιμάξεις για τους πόνους της ράχης και των ισχύων στο εξωτερικό μέρος των ιγνύων και των σφυρών. Οι φλέβες του δεύτερου ζεύγους που λέγονται σφαγιτίδες, φθάνουν από την κεφαλή, πλησίον των ώτων, περνούν από τον τράχηλο, διατρέχουν τη ράχη από τη μια πλευρά και την άλλη και κατευθύνονται κατά μήκος της οσφυϊκής χώρας στους όρχεις και τους μηρούς. Έπειτα από το εσωτερικό μέρος των ιγνύων και τις κνήμες, στα έσω σφυρά και τους άκρους πόδες. Πρέπει λοιπόν, στους πόνους της μέσης και των όρχεων να κάνουμε τις αφαιμάξεις από την εσωτερική πλευρά των ιγνύων και των σφυρών. Το τρίτο ζεύγος των φλεβών, από τους κροτάφους κατευθύνεται, περνώντας από τον τράχηλο, προς τις ωμοπλάτες. Έπειτα φέρεται προς τον πνεύμονα και φθάνει, η φλέβα της δεξιάς πλευράς στα αριστερά και η φλέβα της αριστερής πλευράς στα δεξιά, ενώ εκείνη της δεξιάς πλευράς κατευθύνεται από τον πνεύμονα στον μαστό, τη σπλήνα και το νεφρό κι εκείνη της αριστερής πλευράς κατευθύνεται από τον πνεύμονα προς τον μαστό δεξιά, το συκώτι και το νεφρό. Η κατάληξη και των δύο φλεβών αυτών είναι ο δακτύλιος. Το τέταρτο μέρος κατευθύνεται από το εμπρόσθιο μέρος της κεφαλής και των ματιών, κάτω από τον αυχένα και τις κλείδες, έπειτα από το επάνω μέρος, περνώντας από τους βραχιόνες προς την πτυχή του αγκώνα. Ύστερα, περνώντας από τα αντιβράχια, προς τους καρπούς και τα δάχτυλα, έπειτα από τα δάχτυλα ανεβαίνει προς τις παλάμες των χεριών και τα αντιβράχια στις πτυχές των αγκώνων, από το κάτω μέρος των βραχιόνων προς τις μασχάλες και από το επάνω μέρος των πλευρών η μια φλέβα φθάνει στη σπλήνα και η άλλη στο συκώτι, ενώ και οι δύο καταλήγουν, περνώντας από την κοιλιά, στα γεννητικά όργανα. Αυτή είναι η διακλάδωση των μεγάλων φλεβών. Υπάρχουν επίσης στο σώμα πάμπολλες και ποικιλόμορφες φλέβες, με αφετηρία την κοιλιά, που μεταφέρουν την τροφή στον οργανισμό...» Εδώ αξίζει να γίνει ένα σχόλιο για να κατανοήσουμε το λόγο για τον οποίο η σύγχρονη Ιατρική έχει απομακρυνθεί τόσο από τις Ιπποκρατικές αρχές, αν και χωρίς να το αποδέχεται ή να το γνωρίζει, στηρίζεται σ' αυτές. Η μετάφραση του Γ. Πουρναρόπουλου είναι κατά κοινή

γνώμη η αρτιότερη από τις υπάρχουσες μεταφράσεις. Παρ' όλα αυτά, σ' αυτή την παράγραφο, όπου ο Ιπποκράτης μιλά για κάποιους άγνωστους σε εμάς μεσημβρινούς, αρκετά παρόμοιους όμως με αυτούς της Κινέζικης Ιατρικής, χρησιμοποιεί τον όρο φλέβες. Ο όρος φλέβες εδώ δεν χρησιμοποιείται για να περιγράψει τις γνωστές μας φλέβες, αλλά κάποια κανάλια ενέργειας που γνώριζε και χρησιμοποιούσε ο Ιπποκράτης. Παρ' όλα αυτά ο Γεώργιος Πουρναρόπουλος, μη γνωρίζοντας για τη θεωρία των μεσημβρινών περιγράφει αυτό το τόσο σημαντικό κεφάλαιο με τον τίτλο: «Συγκεχυμένη άποψη του Ιπποκράτη περί φλεβών». Αναρωτιέμαι πόσοι αναγνώστες των Ιπποκρατικών κειμένων του Γ. Πουρναρόπουλου απαξίωσαν να διαβάσουν αυτήν την τόσο σημαντική παράγραφο από τον άστοχο χαρακτηρισμό αυτό. Κάπως έτσι στην πορεία του χρόνου ποδοπατήθηκε και λεηλατήθηκε η Αρχαία Ελληνική γνώση, όχι μόνο από τους φανατικούς εχθρούς της, αλλά και από τους ένθερμους υποστηρικτές της.

Ε. ΑΡΧΕΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Στην Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική χρησιμοποιείται η ετεροπαθητική ως βασική αρχή θεραπείας. Το κρύο αντιμετωπίζεται με ζέστη και η ζέστη με κρύο. Ο Ιπποκράτης στο πολύ σημαντικό βιβλίο του «ΠΕΡΙ ΦΥΣΩΝ», στην 1η παράγραφο αναφέρει ξεκάθαρα: «Τα αντίθετα είναι τα ιάματα των αντιθέτων (τα εναντία των εναντίων εστίν ιήματα) γιατί η ιατρική είναι πρόσθεση και αφαίρεση: αφαίρεση σε κάτι που πλεονάζει και πρόσθεση σε κάτι που λείπει και όποιος κάνει τούτο με άριστο τρόπο είναι άριστος γιατρός, όποιος όμως είναι απομακρυσμένος πολύ από αυτή την αντίληψη, έχει απομακρυνθεί πολύ και από την ιατρική τέχνη».

ΣΤ. ΜΕΘΟΔΟΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Στα δύο Ιατρικά συστήματα η διατροφή και τα βότανα παίζουν τον κυρίαρχο θεραπευτικό ρόλο (βλέπε εργασία Αλ. Τηλικίδη). Ο Ιπποκράτης όμως δεν αρκείται σε αυτά. Σε κάποια σημεία των προηγούμενων καναλιών που αναπτύξαμε (βλ. περί μεσημβρινών) εφαρμόζει και τεχνικές παρόμοιες του βελονισμού (συγκεκριμένα: καυτηριασμό, αφαίμαξη, τρύπημα με βελόνα και αφαίρεση αίματος):

«ΠΕΡΙ ΦΥΣΙΟΣ ΑΝΘΡΩΠΟΥ», παράγραφος 11: «Πρέπει λοιπόν οι αφαιμάξεις να γίνονται σύμφωνα με αυτές τις προϋποθέσεις, μα πρέπει να φροντίζει κανείς ώστε να γίνονται αυτές όσο το δυνατόν μακρύτερα από το μέρος όπου παρουσιάζονται οι πόνοι, όπου συσσωρεύεται το αίμα. Πρέπει λοιπόν να κάνουμε τις αφαιμάξεις για τους πόνους της ράχης και των ισχύων στο εξωτερικό μέρος των ιγνύων και των σφυρών».

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗΝ

Ανατολική Ιατρική

σε συνεργασία με:



**Παραδοσιακή κινέζικη
ιατρική**

Βελονισμός

**Ηλεκτροβελονισμός
χωρίς βελόνες**

**Κινέζικη
βοτανοθεραπεία**

**Διατροφή στην
παραδοσιακή κινέζικη
θεραπευτική**

**Κινέζικη μάλαξη
(Tuina)**

Shiatsu

Holistic Thai massage



NATURAL HEALTH SCIENCE®

Όμιλος Σχολών Εναλλακτικών Επιστημών

ΚΤΙΡΙΟ 1: Πανδρόσου 31, Παλαιό Φάληρο -

τηλ.: 210.9837344, 210.9849276, φαξ: 210.9849057

ΚΤΙΡΙΟ 2: Λεωφ. Αμφιθέας 78 και Ανδρομάχης 8, Π. Φάληρο -

τηλ.: 210.9814502, φαξ: 210.9812991

ΚΤΙΡΙΟ 3: Χατζηαντωνίου 14 & Δ. Ράλλη, Μαρούσι -

τηλ.: 210.8028179, φαξ: 210.8028779

www.nhs.gr - info@nhs.gr

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Όλα τα προηγούμενα στοιχεία που κατά τη γνώμη μου εδραιώνουν με τον πιο αναντίρρητο τρόπο την ομοιότητα μεταξύ των δύο ιατρικών συστημάτων, αποτελούν μερικά από τα χιλιάδες σημεία συνάντησης. Όσο κανείς εμβαθύνει είτε προς τον ένα, είτε προς τον άλλο πόλο, ανακαλύπτει συνεχώς καινούργια, εδραιώνοντας την πεποίθηση της ταυτότητας μεταξύ τους. Η «ΑΚΑΔΗΜΙΑ Αρχαίας Ελληνικής & Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής» ιδρύεται ακριβώς πάνω στο θεμέλιο άξονα που δημιουργεί αυτή η ταυτότητα και έρχεται να εμβαθύνει, μέσα από συνεχή μελέτη και να διευρύνει ακόμα περισσότερο την ένωση. Ποια είναι όμως η σημασία αυτού του εγχειρήματος; Η Π.Κ.Ι. σήμερα αποτελεί τον κυρίαρχο πόλο συμπλήρωσης – αντίθεσης (Yin – Yang) της σύγχρονης Ιατρικής. Σ' όλο τον κόσμο και ιδιαίτερα στον Δυτικό κόσμο, η Π.Κ.Ι. μέσα από τις θεραπευτικές της πρακτικές (βελονισμός κ.λ.π.) αποκτά όλο και μεγαλύτερη επιφάνεια και αναγνώριση. Αν και εφόσον η πιθανότητα της ταυτότητας μεταξύ των δύο Ιατρικών συστημάτων ισχύει, τότε η θεωρία της Αρχαίας Ελληνικής Ιατρικής μπορεί να διαδεχθεί, αλλά και να ερμηνεύσει καλύτερα, μια και είναι πιο κοντά στο δυτικό Νου, την θεωρία της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής. Αυτό πρόκειται να δώσει πνοή αναγέννησης στην κατά τ' άλλα ξεχασμένη Αρχαία Ελληνική Ιατρική και ταυτόχρονα να επαναφέρει να κατέχει στην παγκόσμια άσκηση της Ιατρικής στο σημερινό κόσμο.

Βιβλιογραφία:

1. Ιπποκράτους Άπαντα τα Κείμενα, Εκδόσεις ΜΑΡΤΙΝΟΣ, επιμέλεια Γ.Κ. Πουρναρόπουλος (Καθηγητής Ιστορίας Ιατρικής, Πανεπιστήμιο Αθηνών)
2. Γαληνού Άπαντα τα Κείμενα, Εκδόσεις Οδυσσεάς Χατζόπουλος.
3. «Ηράκλειτος». Συγγραφέας Κώστας Αξελός.
4. Τα κείμενα του Κίτρινου Αυτοκράτορα: (NEI KINΓK, ΣΟ ΟΥΕΝ), μετάφραση Φιλήμονας Ρώσσης.
5. «Η βασική Θεωρία της Παραδοσιακής Κινέζικης Ιατρικής». Συγγραφέας Αλέξανδρος Τηλικίδης.
6. "The foundations of Traditional Chinese Medicine". Συγγραφέας Giovanni Maciocia.
7. "The Web that has no weaver". Συγγραφέας Ted Kaptchuk.
8. «Συγκριτική μελέτη* μεταξύ της Αρχαίας Ελληνικής και της Κινέζικης Βοτανοθεραπείας». Συγγραφείς: Αλέξανδρος Τηλικίδης, Μαυράκη Μάγια, Ελευθερία Μαντζώρου, Παπαδογιάννη Εύα, Λαδάς Ανδρέας, Ιάσοντας Δανίκας, Παναγίδου Άλκηστις, Ειρήνη Σαρρή. Η εργασία αυτή ανακοινώθηκε στο 2ο Μεσογειακό Συνέδριο Βοτανοθεραπείας, υπό την Αιγίδα της Φαρμακευτικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών.

*Στην εργασία αυτή γίνεται μελέτη και σύγκριση της ιατρικής βοτανολογίας του Διοσκουρίδη (γνωστής με τίτλο «Περί Ύλης Ιατρικής», μεταφρασμένης στα νέα Ελληνικά από τις εκδόσεις Οδυσσεάς Χατζόπουλος) και της Ιατρικής βοτανολογίας που χρησιμοποιούν οι κινέζοι. Το «Περί Ύλης Ιατρικής» του Διοσκουρίδη (1ος αι. μ.Χ.) αποτελεί το πρώτο γραπτό κείμενο που ανα-

λύει θεραπευτικές δράσεις βοτάνων (με τον όρο αυτό εννοούμε προϊόντα φυτικής αλλά και ζωικής προέλευσης) στο Δυτικό κόσμο. Πάνω σ' αυτό το κείμενο καθώς και στην περιρρέουσα προφορική γνώση στηρίχτηκε και εξακολουθεί να στηρίζεται η άσκηση της βοτανοθεραπείας, αλλά και της σύγχρονης βιοχημικής ιατρικής στον Δυτικό κόσμο. Ακριβώς την ίδια χρονική περίοδο (1ος μ.Χ. αι.) γράφεται στην Κίνα ένα αντίστοιχο με το «Περί Ύλης Ιατρικής» το οποίο καταγράφει θεραπευτικές δράσεις βοτάνων και ονομάζεται «SHEN NON GAN BEN CAO» (ο Κανόνας του Θεϊκού Καλλιεργητή). Το κείμενο αυτό δεν μπορέσαμε να το βρούμε σε Αγγλική μετάφραση γι' αυτό χρησιμοποιήσαμε το "Materia Medica" της ιατρικής σχολής της Σαγκάης (σε αγγλική μετάφραση) που θεωρείται ως η πιο αξιόπιστη σύγχρονη έκδοσή του «SHEN NON GAN BEN CAO». Σκοπός της εργασίας είναι να διερευνήσει την πιθανότητα ύπαρξης κοινών στοιχείων, μεταξύ των δύο βοτανοθεραπευτικών συστημάτων. Μέσα από την πορεία της συγκριτικής μελέτης διαπιστώθηκαν τα εξής:

Μεταξύ των δύο προσεγγίσεων υπάρχει ένα κοινό στοιχείο το οποίο είναι θεμελιώδους σημασίας: Το εκάστοτε βότανο αναλύεται σε δύο επίπεδα: Το πρώτο επίπεδο είναι αυτό της ανάλυσης της φυσιολογίας του βότανου, με βάση τους όρους: θερμό, ψυχρό, υγρό, ξηρό, στυπτικό, δριμύ και γεύσεις (πικρό, γλυκό, αλμυρό, ξινό) κ.α. Ανάλυση η οποία συναντιέται και στα δύο συγγράμματα ανεξάρτητα από το αν συμφωνούν στα επιμέρους βότανα ως προς αυτές τις ιδιότητες). Το επίπεδο αυτό μπορεί να θεωρηθεί ως το αντίστοιχο της σημερινής βιοχημικής ανάλυσης βοτάνων. Το δεύτερο επίπεδο είναι αυτό της ανάλυσης των θεραπευτικών ιδιοτήτων των βοτάνων που έχει να κάνει με τη περιγραφή συγκεκριμένων δράσεων σε διάφορες περιοχές και όργανα του ανθρώπινου σώματος, με όρους, όπως: Υπακτικό, διουρητικό, τονωτικό, μαλακτικό, αφροδισιακό, επουλωτικό, εμετικό, χολαγωγό, φλεγματογωγό, αιματογωγό, κ.α.. και η ανάλυση αυτή συναντιέται και στα δύο βοτανοθεραπευτικά συστήματα, ανεξάρτητα από το αν συμφωνούν σε επιμέρους βότανα.

Ο Διοσκουρίδης περιγράφει περίπου 950 βότανα (φυτικά, ζωικά ή ορυκτά) προϊόντα. Οι κινέζοι στο «SHEN NON GAN BEN CAO» περίπου 365. Παρά τις δυσκολίες που συναντήσαμε σχετικά με την ονοματολογία, διαπιστώσαμε ότι αρκετές δεκάδες από αυτά είναι κοινά.

Ανάμεσα στα κοινά βότανα υπάρχουν: α. Κάποια στα οποία αποδίδονται διαφορετικές ιδιότητες ως προς τη φύση ή ως προς τη θεραπευτική τους δράση, από τον Διοσκουρίδη και από τους κινέζους. β. Κάποια στα οποία εμφανίζονται κοινά στοιχεία αλλά και διαφορές. γ. Κάποια στα οποία συναντάμε, αν όχι απόλυτη, τουλάχιστον παρόμοια αντίληψη, τόσο όσον αφορά στη φυσιολογία (ενεργειακή φύση) άλλα και στη θεραπευτική δράση. Μέσα απ' αυτή τη συγκριτική μελέτη καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι μεταξύ των δύο βοτανοθεραπευτικών συστημάτων, παρά τη γεωγραφικά απόσταση, υπάρχουν πολλά περισσότερα κοινά, παρά διαφορετικά στοιχεία. Σήμερα στο Δυτικό κόσμο υπάρχει αφύπνιση σχετικά με τη χρήση βοτάνων για θεραπευτικούς λόγους. Η αφύπνιση αυτή, σε μεγάλο βαθμό σχετίζεται με την εξάπλωση ανατολίτικων θεραπευτικών προτύπων, ανάμεσα στα οποία κυρίαρχο ρόλο παίζουν τα κινέζικα βότανα. Από τη στιγμή που μεταξύ των δύο θεραπευτικών συστημάτων υπάρχει μάλλον σύγκλιση, παρά απόκλιση, θα πρέπει να εξετάσουμε το ενδεχόμενο αντικατάστασης των κινέζικων (όλων ή μερικών) με ελληνικά ή Μεσογειακά βότανα.

Αλέξανδρος Τηλικίδης,
Υπεύθυνος Εκπαίδευσης ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

Η χαμένη τέχνη της ακρόασης

Πολλές από τις συγκρούσεις στη ζωή μας, τόσο στις προσωπικές μας σχέσεις όσο και στις επαγγελματικές προκαλούνται από μια απλή αλλά δυσάρεστη αλήθεια: δεν ακούμε ο ένας τον άλλον! Η ακρόαση είναι τόσο βασική, που τη θεωρούμε δεδομένη. Δυστυχώς, όμως, οι περισσότεροι από εμάς πιστεύουμε πως είμαστε καλύτεροι δέκτες από ότι στην πραγματικότητα. Τι φταίει, τι βοηθάει?

Για να ακούσεις καλά, είναι αναγκαίο να αφήσεις κατά μέρος οτιδήποτε έχεις στο μυαλό σου, έτσι ώστε να μπορέσεις να ακούσεις αυτό που σκέφτεται ο άλλος. **Η προσποιητή προσοχή δεν είναι αποτελεσματική.**

Μια στάση κατανόησης δεν προϋποθέτει να γνωρίζεις τις σκέψεις και τα αισθήματα ενός ατόμου. Προϋποθέτει την ανοιχτή διάθεση να ακούσεις και να ανακαλύψεις.

Η ακρόαση είναι η τέχνη με την οποία χρησιμοποιούμε την ενσυναίσθηση, για να γεφυρώσουμε το χάσμα ανάμεσα μας. Η παθητική προσοχή δεν είναι αποτελεσματική. Η πράξη της ακρόασης απαιτεί τη βύθιση του Εγώ και την ανάδυση του άλλου.

Αν και οι θεραπευτές είναι λιγότερο πιθανό από το μέσο άτομο να διακόψουν για να διαφωνήσουν, μερικοί προσπαθούν με τόσο άγχος να θεωρηθούν συμπάσχοντες που προσφέρουν συναισθηματισμό αντί για συμπάρασταση. «Α, ναι», λένε με τα μάτια, «εγώ καταλαβαίνω πως αισθάνεσαι.» Συμπονετική ή όχι, η συγκαταβατική καλοσύνη από ένα προστατευτικό άτομο δεν ταυτίζεται με την ακρόαση. Ο επιφανειακά ευαίσθητος θεραπευτής δε χρειάζεται να ακούσει, γιατί ξέρει ήδη τι θέλει να πει: «Α, ναι, εγώ καταλαβαίνω». Η ακρόαση είναι μια επίπονη αλλά σιωπηλή δραστηριότητα.

Μια ανταπόκριση ενσυναίσθησης είναι συγκρατημένη, κατά μεγάλο μέρος σιωπηλή. Ακολουθεί και δεν προηγείται, ενθαρρύνει τον ομιλητή να εισχωρήσει βαθύτερα στη δική του εμπειρία. Δεν μπορούμε να ανεχτούμε στους άλλους αυτό που δεν μπορούμε να ανεχτούμε στον εαυτό μας. Αντιδρούμε περισσότερο σε πράγματα για τα οποία μυστικά κατηγορούμε τον εαυτό μας.

Η αποτελεσματική ακρόαση απαιτεί *προσοχή, εκτίμηση και επιβεβαίωση*. Ξεκινάτε την διαδικασία συντονίζοντας τον εαυτό σας με το άλλο άτομο, δίνοντας προσοχή σε αυτό που έχει να πει. Κλείστε την τηλεόραση, αφήστε την εφημερίδα, ζητήστε από τα παιδιά να παίξουν στο άλλο δωμάτιο, κλείστε την πόρτα του γραφείου σας. Κοιτάξτε το συνομιλητή σας στα μάτια και συγκεντρωθείτε σε αυτό που προσπαθεί να σας πει. Οι καλοί ακροατές δεν κολακεύουν, δεν προκαλούν ούτε διακόπτουν. Αναστέλλουν

το Εγώ και ακούν. Ο καλός ακροατής δεν είναι ένας παθητικός δέκτης αλλά ενεργός, ανοιχτός, συντονισμένος και ερευνητικός. Ακρόαση με ανταπόκριση σημαίνει να ακούτε τον άλλο μέχρι τέλους και μετά να του λέτε τι καταλάβατε από όσα σας είπε. Εάν το κάνετε σωστά, ο ομιλητής θα νιώθει ευγνώμων που τον κατανοήσατε. Εάν δεν έχετε καταλάβει ακριβώς αυτό που ήθελε να πει, η ανατροφοδότηση σας θα του δώσει άλλη μία ευκαιρία να σας εξηγήσει.

Μη λέτε σε θυμωμένους ανθρώπους να ηρεμήσουν. Κάνοντας το αυτό το μόνο που καταφέρνετε είναι να νιώθουν ότι τους αρνείστε το δικαίωμα να αναστατώνονται. Οι άνθρωποι νιώθουν καλύτερα όταν μοιράζονται τα προβλήματα. Η ακρόαση είναι ο τρόπος που τους βοηθάμε να ηρεμήσουν και ο τρόπος που χτίζουμε πιο στενές σχέσεις.

Εάν ξέρετε ότι κάποιος ενοχλείτε όταν του δίνετε συμβουλές, ρωτήστε τον πριν το κάνετε: «Θα ήθελες κάποια συμβουλή ή θα προτιμούσες απλώς να ακούσω;»

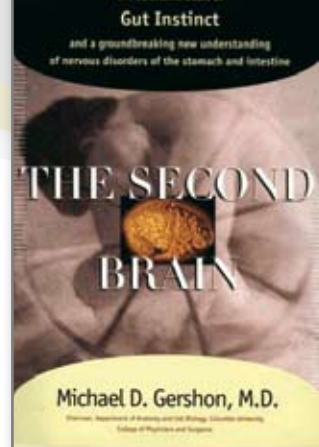
Εάν θέλουμε την αλήθεια από τον σύντροφο μας, πρέπει να τον κάνουμε να νιώσει ασφαλής να μας την πει. Μόνο ο κοινός χρόνος προσφέρει σε κάθε ζεύγος μέσα στην οικογένεια την ευκαιρία να μιλήσει και την ελευθερία να ακούσει.

Υπάρχουν πράγματα που δεν έχουν θέση σε μία φιλία και η κριτική είναι ένα από αυτά. Αν αισθάνεσαι ότι πρέπει να προσφέρεις κριτική ή συμβουλή, είναι καλή ιδέα πρώτα να ρωτήσεις τον φίλο σου αν θέλει να την ακούσει.

Δεν αλλάζεις τις σχέσεις προσπαθώντας να ελέγξεις τη συμπεριφορά άλλων ανθρώπων, παρά μόνο αλλάζοντας τη στάση σου σε σχέση με αυτούς.

Κάθε φορά που δείχνετε προθυμία να ακούσετε με την ελάχιστη διάθεση αμυντικότητας, κριτικής ή ανυπομονησίας, προσφέρετε το δώρο της κατανόησης και κερδίζετε το δικαίωμα να σας το ανταποδώσουν.

Ευχαριστούμε τις Εκδόσεις Κέδρος για την άδεια αναδημοσίευσης αποσπασμάτων από το βιβλίο του Μάικλ Νίκολς Ph.D., καθηγητή Ψυχολογίας, Η χαμένη τέχνη της ακρόασης και την πρωτοετή φοιτήτρια Ρεφλεξολογίας στο NHS, Παρί Δεσύπρη για την επιλογή και επιμέλεια των αποσπασμάτων.



Η σχέση Εγκεφάλου-Εντέρου

Η Εναρμόνιση καιρό τώρα είχε στόχο να παρουσιάσει τα ευρήματα του Αμερικανού Δρ. Γκερσεν σχετικά με τον εντερικό εγκέφαλο, τις επιπτώσεις (σωματικές και ψυχολογικές), από την διαταραγμένη λειτουργία του πεπτικού σωλήνα και συγκεκριμένα την μειωμένη έκκριση σεροτονίνης, αλλά και τον όποιο θετικό ρόλο με τον οποίο μπορεί να συμβάλει η Ρεφλεξολογία.

Ευχαριστούμε τον ΕΛ.Ι.ΓΑΣΤ. για την άδεια αναδημοσίευσης άρθρων από την ιστοσελίδα και το περιοδικό τους, ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΟΛΟΓΙΑΣ & ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ (ΕΛ.Ι.ΓΑΣΤ.) Πατριάρχου Ιωακείμ 30 - 32, 106 75 Αθήνα. Τηλ./Fax : 210 7231332, e-mail : info@eligast.gr, URL : www.eligast.gr. Επίσης τον Φυσιοθεραπευτή, Νεύρο-Ρεφλεξολόγο κ. Νίκο Πάουλο (Βέλγιο) για τις σκέψεις του επί του θέματος.

Εντερικός εγκέφαλος

Όλοι έχουμε αισθανθεί το έντονο σφίξιμο στην κοιλιά μας πριν από κάποια δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση ή έντονο stress, απόρροια του γεγονότος ότι το έντερο μας είναι στενά συνδεδεμένο με τον εγκέφαλο και επηρεάζεται από αυτόν.

Στο παρελθόν οι επιστήμονες πίστευαν ότι το μυαλό και το σώμα ήταν δυο ξεχωριστές λειτουργικές οντότητες. Διατυπώθηκε η άποψη ότι τα συμπτώματα από το έντερο, χωρίς κανένα εύρημα οργανικής νόσου, ήταν καθαρό δημιούργημα του 'μυαλού' των ασθενών. Σήμερα η άποψη αυτή έχει καταρρεύσει. Υπάρχουν πολύπλοκες συνδέσεις ανάμεσα στα δύο συστήματα, τόσο στενές που η μεταβολή στο ένα επηρεάζει άμεσα και το άλλο. Για αυτό το λόγο θεωρούνται πλέον ως μια οντότητα και αναφέρονται με το όνομα ο άξονας εγκέφαλου-εντέρου.

Ο δεύτερος εγκέφαλος και η επικοινωνία του.

Η πληροφορία ότι το έντερο περιέχει τόσα νευρικά κύτταρα όσα και ο νωτιαίος μυελός ίσως προκαλέσει έκπληξη σε αρκετό κόσμο. Τα νευρικά αυτά κύτταρα εκτείνονται στον οισοφάγο, το στομάχι, το λεπτό και παχύ έντερο και είναι γνωστά ως εντερικό νευρικό σύστημα (ΕΝΣ). Μπορούμε να τα φανταστούμε σαν ένα «μικρό δεύτερο εγκέφαλο», ένα τοπικό δίκτυο που έχει αποθηκευμένες πληροφορίες για διαφορετικές μορφές εντερικής συμπεριφοράς, ένα μικροϋπολογιστή με τα δικά του ανεξάρτητα προγράμματα. Ο εγκέφαλος αντίθετα θα μπορούσε να θεωρηθεί υπέρ-υπολογιστής, με ότι αυτό συνεπάγεται από πλευράς δυνατοτήτων, ο οποίος λαμβάνει δεδομένα και στέλνει εντολές-απαντήσεις στον εντερικό μικροϋπολογιστή. Η επικοινωνία αυτή είναι αμφίδρομη και σημαντικό ρόλο σε αυτή παίζει το πνευμονογαστρικό νεύρο. Ο εγκέφαλος απελευθερώνει χημικές ουσίες που ονομάζονται νευροδιαβιβαστές (ακετυλοχολίνη και αδρεναλίνη), για να δώσει οδηγίες στο στομάχι (κινητικές πληροφορίες) για το πότε να απελευθερώσει οξύ, πότε να ανακατώσει τις τροφές και

πότε να ξεκουραστεί. Με παρόμοια διαδικασία ελέγχεται και η κίνηση του εντέρου. Η κίνηση αυτή από το κέντρο προς την περιφέρεια αποτελεί μόνο το 10% της όλης μεταφοράς πληροφοριών και είναι γνωστή και κατανοητή στο μεγαλύτερο τμήμα της από τους επιστήμονες σήμερα.

Το έντερο από την άλλη πλευρά στέλνει ηλεκτρικά ερεθίσματα στον εγκέφαλο και δημιουργεί αισθήματα όπως η πείνα, ο κορεσμός, ο πόνος, η τάση για εμετό, η εντερική δυσφορία και πιθανώς η θλίψη και η χαρά. Τα ερεθίσματα από την περιφέρεια προς το κέντρο είναι αισθητικά, αποτελούν το 90% της όλης μεταφοράς πληροφοριών και σε σημαντικό βαθμό η φύση τους δεν είναι επαρκώς γνωστή στους ερευνητές.

Το έντερο όμως έχει και τη δυνατότητα της ανεξάρτητης λειτουργίας από το εγκέφαλο. Είναι το μόνο τμήμα του οργανισμού που οι αντανακλαστικές συμπεριφορές δεν απαιτούν συμμετοχή του εγκέφαλου και του νωτιαίου μυελού. Αν κόψουμε όλες τις συνδέσεις του εντέρου με το κέντρο, αυτό θα εξακολουθήσει να εκκρίνει υγρά για την πέψη των τροφών και να κάνει περισταλτικές κινήσεις έστω και σε μικρότερο βαθμό.

Λειτουργικές διαταραχές

Τα ερεθίσματα που κυκλοφορούν μεταξύ εντέρου και εγκέφαλου είναι πολύ εύκολο να αλλοιωθούν σε καταστάσεις stress. Έτσι, ο εγκέφαλος είναι δυνατόν να αντιληφθεί κάποιο κίνδυνο υπαρκτό ή ανύπαρκτο και να αντιδράσει προκαλώντας την έκκριση των χημικών ερεθισμάτων (αδρεναλίνη...). Σε συχνές περιόδους stress, κατάθλιψης και υπερβολικού άγχους μπορεί να εκκριθεί ανεξέλεγκτο ποσό χημικών μεταβιβαστών, που θα προκαλέσει διαταραχές στο πεπτικό σύστημα. Τα κύτταρα του στομάχου και του εντέρου λοιπόν μπορεί να γίνουν πιο ευαίσθητα στον πόνο, με αποτέλεσμα η φυσιολογική κινητικότητα να γίνει ανυπόφορη και βασανιστική. Επιπρόσθετα ερεθίσματα θα σταλούν από το έντερο στον εγκέφαλο και θα προκαλέσουν διακοπή της έντονης κινητικότητας, προκαλώντας έτσι επεισόδια δυσκοιλιότητας και διάρροιας.

Η στενή αυτή συσχέτιση-αλληλεπίδραση εγκέφαλου και εντέρου προκαλεί διαταραχές στον πεπτικό σωλήνα που ονομάζονται λειτουργικές.

Αυτό σημαίνει ότι υπάρχει συμπτωματολογία και διαταραχή στην εντερική λειτουργία που δε σχετίζεται με κάποιο εμφανές και δυνάμενο να διαγνωσθεί φυσικό πρόβλημα. Σημαντική και συχνή λειτουργική διαταραχή αποτελεί το ευερέθιστο έντερο, που παρουσιάζεται με επεισόδια πόνων στην κοιλιά, φουσκώματος και επεισοδίων δυσκοιλιότητας που εναλλάσσονται με διάρροια.

Η συναισθηματική καταπόνηση από μόνη της δεν προκαλεί ευερέθιστο έντερο (η ακριβής φύση της διαταραχής παραμένει άγνωστη), επιδεινώνει όμως τα συμπτώματα. Συναισθηματικά έντονα καταστάσεις, όπως τα διαζύγια, δικαστικές περιπέτειες,

προβλήματα στη δουλειά ή ασθένειες αποτελούν συνήθεις αιτίες έντονων επεισοδίων ευερέθιστου εντέρου.

Άλλη σημαντική οντότητα είναι η λειτουργική δυσπεψία. Οι ασθενείς που υποφέρουν από αυτήν αισθάνονται τον έντονο πόνο του πεπτικού έλκους, χωρίς όμως να έχουν έλκος. Αιτία θεωρείται η πιθανή αλλοίωση σημάτων που κινούνται μεταξύ εγκεφάλου-εντέρου. Η συναισθηματική καταπόνηση έχει και εδώ σαν αποτέλεσμα την επιδείνωση των συμπτωμάτων, σε μικρότερο όμως βαθμό σε σχέση με το ευερέθιστο έντερο.

Θα μπορούσαμε να ομαδοποιήσουμε την αιτιολογία των λειτουργικών διαταραχών στις εξής κατηγορίες:

- Αντίδραση του εντέρου σε παράγοντες-πυροδοτές. Οι λοιμώδεις παράγοντες ή η λήψη πολύ λιπαρών τροφών πυροδοτεί επεισόδια κοιλιακού πόνου και διάρροιας. Ασθενείς με ευερέθιστο έντερο είναι πολύ πιο ευαίσθητοι σε τέτοια ερεθίσματα.
- Διαταραχές κινητικότητας –σπασμός. Διαταραχές επικοινωνίας μεταξύ εγκεφάλου και εντέρου καταλήγουν σε προβλήματα του περισταλτισμού. Αποτέλεσμα τα κωλικοειδή κοιλιακά άλγη και οι εναλλαγές δυσκοιλιότητας-διάρροιας.
- Αυξημένη ευαισθησία του εντέρου. Αποτέλεσμα η ενισχυμένη και πιθανά πλασματική αντίληψη για το τι πραγματικά συμβαίνει στο έντερο. Φυσιολογικά ερεθίσματα, όπως η δίοδος τροφής και η παραγωγή αερίων στο έντερο, μπορεί να γίνουν επώδυνα και βασανιστικά για τον ασθενή.
- Έντονη ψυχολογική επιβάρυνση. Αποτέλεσμα να δίνεται μεγαλύτερη σημασία σε συμπτώματα και να προκαλείται εντονότερη ανησυχία από αυτά.

Ποια είναι η αντιμετώπιση των ασθενών με λειτουργικές διαταραχές;

Τι λοιπόν μπορούμε να κάνουμε για τις λειτουργικές διαταραχές; Το μόνο σίγουρο είναι ότι δεν πρέπει ο ασθενής να υπομένει σιωπηλά και υπομονετικά τα συμπτώματα του.

Δυστυχώς οι μελέτες για τα αποτελέσματα της χορήγησης των φαρμάκων σε λειτουργικές διαταραχές δεν δείχνουν ενθαρρυντικά αποτελέσματα. Τα αποτελέσματα των ψυχοθεραπευτικών μεθόδων δείχνουν πολύ μικρό όφελος. Η έρευνα είναι πραγματικά δύσκολη, γιατί πρέπει να απαντηθούν πολλές ερωτήσεις με πολλές παραμέτρους η κάθε μία. Πρόσφατα βρέθηκε ότι ασθενείς με ευερέθιστο έντερο έχουν ελαττωμένη έκφραση ενός μεταφορέα της σεροτονίνης στον εντερικό βλεννογόνο, με αποτέλεσμα η δράση της σεροτονίνης να μην είναι η σωστή και η επίδρασή της στο έντερο υπερβολική. Απαιτούνται πολλές μελέτες για να απαντηθούν τα πολλαπλά ερωτήματα που έχει θέσει η μέχρι τώρα έρευνα. Πάντως η προηγούμενη μελέτη δείχνει ότι ο ένοχος για το ευερέθιστο έντερο είναι το ίδιο το έντερο και όχι ο εγκέφαλος.

Η μελλοντική έρευνα θα βοηθήσει στην καλύτερη κατανόηση του άξονα εγκεφάλου-εντέρου και σίγουρα στην καλύτερη αντιμετώπιση των ασθενών με λειτουργικές εντερικές διαταραχές. Μέχρι τότε Relax!!

ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΞΟΥΡΓΙΑΣ

Ο Β. Ξουργιάς είναι Γαστρεντερολόγος Επιμελητής στο Τζάνειο Νοσοκομείο Πειραιά.

Παίρνω την σκυτάλη από τον σεβαστό κ. Ξουργιά από το τέλος,Relax, και συνεχίζω.

● Έρευνες για την Ρεφλεξολογία ΠΑΝΤΑ συμπεραίνουν μεταξύ άλλων ότι βοηθάει στην χαλάρωση (Relax) των αποδεκτών της. 75%-85% των ασθενειών σχετίζονται με το άγχος αναφέρει η ιατρική επιστημονική κοινότητα. Η Ρεφλεξολογία είναι αποτελεσματική απέναντι στο αίσθημα του άγχους, λένε πάλι οι ίδιοι!

● Στις 14 Οκτ. 2008 δημοσιεύτηκαν τα αποτελέσματα από έρευνα με λειτουργικό μαγνητικό τομογράφο όπου κατά την εφαρμογή Ρεφλεξολογίας άκρου πόδα στις ζώνες αυτιού, ώμου και εντέρων παρατηρήθηκε ενεργοποίηση των αντίστοιχων σωματοισθητηριακών περιοχών στον εγκέφαλο.

Somatotopical relationships between cortical activity and reflex areas in reflexology: A functional magnetic resonance imaging study. Nakamaru T, Miura N, Fukushima A, Kawashima R PMID: 18938220 [PubMed - as supplied by publisher]

● Για τους μη μυημένους (αναγνώστες) όλη η καμάρα του ποδιού (μετατάρσια – ταρσός) εμπεριέχει τις ζώνες του πεπτικού σωλήνα. Ζητήστε από τον/την σύντροφο σας να σας μαλάξει απαλά και ανακουφιστικά τα πέλματα εστιάζοντας στις καμάρες των ποδιών. Εναλλακτικά μπορείτε να το κάνετε μόνοι σας περπατώντας ξυπόλυτοι, ή μαλάζοντας την καμάρα με βοηθήματα όπως μπαλάκια του τένις ή του γκολφ, ή με foot roller. Μία παγκοσμίως μεγάλη Ρεφλεξολόγος η **κα Ίνγκα Ντούγκανς**, προτείνει στο βιβλίο της, *Reflexology, the 5 elements and their 12 meridians*, “Μετά από μία δύσκολη μέρα, μουλιάστε και πλύνετε τα πόδια σας σε μία λεκάνη με ζεστό νερό πριν κοιμηθείτε. Καθώς ανακουφίζονται τα πόδια και ηρεμούν τα νεύρα στα πέλματα, ανακλαστικά θα μεταφερθεί αυτό το αίσθημα επηρεάζοντας και δυναμώνοντας το ηλιακό πλέγμα.” Το ηλιακό πλέγμα ανήκει στο συμπαθητικό νευρικό σύστημα, εννεурώνει συμπαθητικά τα όργανα του πεπτικού σωλήνα. Η ένταση, η κούραση και το άγχος επηρεάζουν αρνητικά το ηλιακό πλέγμα κατά επέκταση θα επηρεαστούν αρνητικά και τα όργανα του πεπτικού σωλήνα.

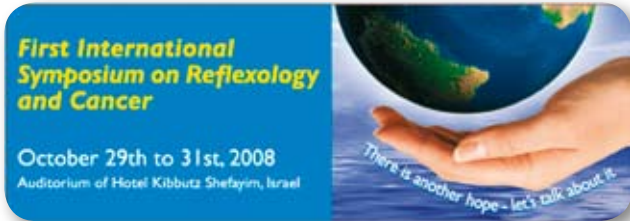
● Για τους Ρεφλεξολόγους, εκτός από τον πεπτικό σωλήνα προτείνουμε να δώσετε έμφαση στο αυτόνομο νευρικό σύστημα (ΣΣ, 2^η ζώνη ραχιαία και 1^η πελματιαία). Το πνευμονογαστρικό νεύρο προέρχεται από το εγκεφαλικό στέλεχος, οπότε έσω 1^η ζώνη, ονχοφόρο φάλαγγα. Ροές κατεβάσματα σε όλο το πέλμα.

● Πολλές φορές παρουσιάζεται αύπνια λόγω της μειωμένης παραγωγής σεροτονίνης από τον πεπτικό σωλήνα. Η σεροτονίνη μετασχηματίζεται σε μελατονίνη. Εργαζόμαστε όπως προηγουμένως εστιάζοντας στις ανακλαστικές ζώνες του λεπτού εντέρου.

Σπύρος Δημητράκουλας, Ρεφλεξολόγος



1^ο Διεθνές Συμπόσιο Ρεφλεξολογίας και Καρκίνου



Ρεφλεξολόγοι από 16 χώρες συμμετείχαν στο ISRAC 2008, το οποίο και έγινε 29-31 Οκτώβριου 2008. Το Σωματείο Ελλήνων Ρεφλεξολόγων εκπροσωπήθηκε από τον Ρεφλεξολόγο Σπύρο Δημητράκουλα ο οποίος και κατέγραψε όλες τις ομιλίες και εργαστήρια που έγιναν για να ενημερωθούν τα μέλη του ΣΕΡ. Τα κυριότερα πορίσματα που προέκυψαν από τις ομιλίες των Ρεφλεξολόγων και Ιατρών που μίλησαν είναι:

- Η Ρεφλεξολογία είναι μια ασφαλής και χρήσιμη συμπληρωματική μέθοδος στην μείωση του άγχους και προσφέρει συναισθηματική υποστήριξη στην θεραπεία ογκολογικού ασθενή.
- Υπάρχει ανάγκη εξειδικευμένης εκπαίδευσης Ρεφλεξολόγων για την θεραπεία ογκολογικών ασθενών σε σχέση με τον τύπο του καρκίνου, φάρμακα, αντενδείξεις, παρενέργειες της ραδιοθεραπείας, χημειοθεραπείας, μεταμοσχεύσεις μυελού των οστών κλπ., δοσολογία και σχετικές ογκολογικές ορολογίες.
- Απαιτείται ένα ελάχιστο βασικής εκπαίδευσης για τους συμπληρωματικούς θεραπευτές.
- Ανάγκη περαιτέρω ερευνών.

Οι ομιλίες που ξεχώρισαν ήταν των :

Δρ. Μαρτίνε-Φόρε Άλντερσον, Γαλλία Ομοιοπαθητικός, Οστεοπαθητικός, Βοτανοθεραπευτής, Κρανιοιερή Ρεφλεξολογία.

Πρώτα συμπεράσματα και στοιχεία από ερευνητικό πρόγραμμα Ρεφλεξολογίας σε ογκολογικούς ασθενείς σε 5 νοσοκομεία στις χώρες Αγγλία, Γαλλία, ΗΠΑ, Ισλανδία και Αυστραλία.

Δρ. Μπιμπιάνα Μπαράσκο, MD, PhD Ισπανία Παιδίατρος Χειρουργός και Ρεφλεξολόγος. Η φροντίδα παιδιών και εφήβων ογκολογικών ασθενών στο περιβάλλον του νοσοκομείου Sant Joan de Deu, Βαρκελώνη, Ισπανία.

Σουζάν Μπέρνσον, SRN/Ρεφλεξολόγος, Μεμόριαλ Σλόν-Κέττερινγκ Ογκολογικό Κέντρο, Νέα Υόρκη, ΗΠΑ. Η εφαρμογή της Ρεφλεξολογίας σε ένα ολοκληρωμένο Ογκολογικό κέντρο. Διαχείριση συμπτωμάτων και αντενδείξεις.

Εντουίνα Χόντσκιβσον, Αγγλία, Νοσοκόμα/Ρεφλεξολόγος κλινική αναπληρώτρια Α΄ των συμπληρωματικών θεραπειών στο Κρίστου Ογκολογικό Νοσοκομείο του Μάντσεστερ. Προσεγγίζοντας τις ανάγκες του ασθενή: προσαρμογή, αλλαγή και ασφάλεια κατά την ογκολογική διαδρομή, χειρουργείο, χημειοθεραπεία και ραδιοθεραπεία.

Μπέρυλ Κρέιν, Αγγλία, πρόεδρος του ICR Διεθνές Συμβουλίου Ρεφλεξολόγων. Αποτελεσματική Ρεφλεξολογία στην Ογκολογία. Η παρουσίαση της εστίασε στο πως η Ρεφλεξολογία υποστηρίζει θετικά το φυσικό αμυντικό σύστημα του σώματος. Τόνισε ότι η Ρεφλεξολογία δεν χρησιμοποιείται στην αντιμετώπιση κανενός καρκίνου, ο σκοπός είναι η εξισορρόπηση των ανισορροπιών του σώματος, η διέγερση της ζωτικής δύναμης και η δημιουργία ενός χαλαρωτικού περιβάλλοντος παράλληλα ή ως ακόλουθο στις ορθόδοξες μεθόδους θεραπείας.

Δρ. Ντορίτ Γκάμους, MD, PhD, Sheba Medical Center, Ιδρυτικό μέλος (Πρόεδρος) της Ισραηλινής Κοινότητας για την Συμπληρωματική Ιατρική, Πρόεδρος της επιτροπής για την ένταξη της Συμπληρωματικής Ιατρικής στην αποκατάσταση. Υπουργείο Υγείας Ισραήλ. Ερευνώντας την Ρεφλεξολογία, ο Δρ. Γκάμους μίλησε για την μεθοδική προσέγγιση στην έρευνα της Ρεφλεξολογίας, ουσιαστική υποδομή για τέτοιες έρευνες, σχεδιασμός πλάσμπο και αξιολόγηση των αποτελεσμάτων.

Λείλα Έρικσεν, Διευθύντρια ερευνών για το FDZ, Δανίας. Μίλησε για τις έρευνες οι οποίες βρίσκονται σε εξέλιξη και για το έργο Cancerbarn όπου παιδιά με καρκίνο προσφέρουν Ρεφλεξολογία στους γονείς τους.

Αγγελέτ Ντορ, Ισραήλ, Ρεφλεξολόγος, Ανθοιάματα Μπαχ. Η συνδυαστική προσέγγιση των Συμπληρωματικών Θεραπειών για Ογκολογικούς ασθενείς. Αναφορά από την διετή εμπειρία της στο Davidon Centre of complementary Medicine in Oncology. Μίλησε για το πώς η θεραπεία ασθενών με νεοπλασίες συμπεριλαμβάνει τον αγώνα και τη σύγκρουση με τις φυσιολογικές επιδράσεις και την συναισθηματική – πνευματική υποστήριξη. Η Ρεφλεξολογία βοηθά με αισθήματα όπως: οδύνη, άγχος, υποψία και ανισορροπία.

Δρ. Άλεξ Κανέβσκυ, μίλησε με λεπτομέρεια για την δομή ενός νεοπλασματικού κυττάρου, το DNA του και τον παράγοντα ανάπτυξης. Μίλησε για την θετική επίδραση συμπληρωματικών θεραπειών όπως Τσι Κονγκ, διατροφή και διαλογισμό.

Ρούτι Σπρίγκερ, Ισραήλ, Ρεφλεξολόγος, Η Ρεφλεξολογία ως παρηγορητική, υποστηρικτική φροντίδα σε παιδιά, Υποστηρίζοντας και Ηρεμώντας. Η ομιλία βασίστηκε στην πολυετή εμπειρία της στο Αιματολογικό-Ογκολογικό τμήμα Παίδων στο νοσοκομείο Tel Hashomer (Sheba). Τόνισε την ανάγκη εξειδικευμένης επιμόρφωσης Ρεφλεξολόγων για τον Καρκίνο, της επιδράσεις στους ασθενείς, ορολογίες και ιατρικό πρωτόκολλο. Έθηκε προς τους Ρεφλεξολόγους το ερώτημα εάν οι ίδιοι είναι έτοιμοι να αντιμετωπίσουν ασθενείς στο τελευταίο στάδιο και αν έχουν την ταπεινότητα να κατανοήσουν ότι δεν μπορούν να θεραπεύσουν.

Λυν Μπουθ, Αγγλία, μίλησε για την εξέλιξη της μεθόδου VRT, και τον ρόλο της στο παρηγορητικό στάδιο. Μίλησε για το πώς μπορεί η Ρεφλεξολογία να διεγείρει το ανοσοποιητικό σύστημα και να μειώσει τις παρενέργειες από κάποιες αλλοπαθητικές αγωγές της Ογκολογίας.

Μαουρίτσιο (Μόσε) Κρούσικ, Ισραήλ, Ουρουγουάη, Πρόεδρος του Israeli forum of reflexology. Μίλησε για το πώς πρέπει να εισαχθεί η Ρεφλεξολογία στο σύστημα υγείας σεβόμενοι τις αρχές της και όχι να τροποποιηθεί ώστε εξυπηρετεί το ιατρικό σύστημα.

Δρ. Οφέρ Κασπί, MD, PhD, Israel. Προκλήσεις για την Συνδυαστική Ιατρική, θέματα που πρέπει να λάβουμε υπόψη μας. Εστίασε στις προκλήσεις για την μελλοντική εφαρμογή συνδυαστικής ιατρικής. Η ανάγκη καθορισμού της γνώσης, των ικανοτήτων και δεξιοτήτων τα οποία θα οδηγήσουν σε καταρτισμένους και ικανούς θεραπευτές. Πως θα κριθούν οι ικανοί? Τόνισε ότι ιστορικά οι συμπληρωματικοί θεραπευτές μόνοι τους δημιούργησαν τους κανόνες τους. Επίσης ότι και με σημαντικό αριθμό ερευνών με θετικά αποτελέσματα δεν θα αλλάξουν και οι πεποιθήσεις των ανθρώπων! Ο Δρ. Οφέρ Κασπί ειδικεύεται στην παθολογία και συνδυαστική ιατρική. Είναι διευθυντής συνδυαστικής ιατρικής στο Rabin medical centre και διευθυντής της Συμπληρωματικής Ιατρικής μονάδας στο Daviḏon Hospital. Προϊστάται στην ειδική επιτροπή του υπουργείου υγείας Ισραήλ για την αναγνώριση των ΣΕΘ και ο διευθυντής σπουδών του μαθήματος Συνδυαστικής Ιατρικής στο πανεπιστήμιο του Τελ-Αβίβ.

Τα θέματα αυτά θα παρουσιαστούν στην ερχόμενη ημερίδα του Σωματίου Ελλήνων Ρεφλεξολόγων στις 8 Φεβρουαρίου 2009 στο ξενοδοχείο Εσπέρια.

Πληροφορίες για τα προηγούμενα αλλά και για τα πρακτικά του ISRAC μπορεί να έχει πρόσβαση κανείς επικοινωνώντας με το ΣΕΡ στο τηλέφωνο 210 6424818 ή με τον Ρεφλεξολόγο Σπύρο Δημητράκουλα στο 6936 163 040.

Αξίζει να αναφερθεί εδώ ότι διεξήχθη η **8^η ΗΜΕΡΙΔΑ ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΟΓΚΟΛΟΓΙΑ** στις 8 Νοεμβρίου η οποία και φιλοξενήθηκε στο νοσοκομείο Άγιος Σάββας (το μεγαλύτερο Ογκολογικό νοσοκομείο της χώρας) με θέμα την "Ογκο-

λογική Αποκατάσταση". Το σημαντικό είναι ότι για πρώτη φορά με τον πλέον επίσημο τρόπο έγινε συζήτηση για την συμμετοχή των εναλλακτικών θεραπειών στην αποκατάσταση των ασθενών. Εναλλακτικές μέθοδοι όπως Ομοιοπαθητική και (Νεύρο)-Ρεφλεξολογία παρουσιάστηκαν ως ασφαλής και βάσιμες προς περαιτέρω διερεύνηση στην αποκατάσταση των ασθενών.

Συγχαρητήρια στον Πρόεδρο της Οργανωτικής Επιτροπής και Προϊστάμενο του Τμήματος Φυσικοθεραπείας του Νοσοκομείου «Ο Άγιος Σάββας» κ. Χαράλαμπο Γ. Τγγινάκα, Φυσικοθεραπευτής.

NicoPal®
Αποκλειστικοί δικαιούχοι
οι εξ' ιδιογράφου διαθήκης
κληρονόμοι

ORIGINAL

G. GHIOVA'S SYSTEM II

Καπνίζετε!
Προστατέψτε την υγεία σας,
το περιβάλλον και τους γύρω σας!
Γνωρίστε το οικολογικό
σύστημα **NicoPal**

Σύστημα απομάκρυνσης των βλαβερών ουσιών από τα τσιγάρα, λειτούργει με την ενέργεια ενός φυτικού υγρού.

Φιλικό προς το περιβάλλον!

- Δεν αλλοιώνει το άρωμα και τη γεύση του καπνού
- Φιλτράρει / αφαιρεί τις βλαβερές ουσίες από τα τσιγάρα
- Εξασφαλίζει υγιεινό περιβάλλον στους ενεργητικούς και παθητικούς καπνιστές
- Μοναδικό σύστημα διεθνώς πατενταρισμένο - NO PCT WO-96/31255 του διεθνούς φήμης εφευρέτη Γεωργίου Γκιόλβα

Για παραγγελίες της αυθεντικής συσκευής **NicoPal** επικοινωνήστε στο:
τηλ./fax.: (0030) 210 20 25 508
e-mail: info@nico-pal.com
Δροσίνη 1 - Αθήνα 11141
www.nico-pal.com

■ Η Αγάπη είναι ο δρόμος

Φεύγοντας το 2008, άφησε αρκετά προβλήματα που πρέπει να επιλυθούν, μήπως κάθε έτος όμως δεν αφήνει πίσω του προβλήματα?

Μία φίλη της Ρεφλεξολογίας, η κα Χάρις Μπαραδάκη μέσα από το βιβλίο της «Η Αγάπη είναι ο δρόμος» αναλύει τους πέντε συμπαντικούς νόμους για την Αγάπη και την Ευτυχία. Την ευχαριστούμε για την ευγενική αδεία να αναδημοσιεύσουμε αποσπάσματα από το βιβλίο της, (εγχειρίδιο ανθρώπινης λειτουργίας, το λέμε εμείς!). Η κα Μπαραδάκη είναι κάτοχος Master Φιλοσοφίας της Φιλοσοφικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών.

Το βιβλίο είναι εκδόσεων Δίοδος, τηλέφωνο : 210 3826510

Η σκέψη είναι ενέργεια.

Ο νους μας, όταν λειτουργεί, δημιουργεί σκέψεις. Αυτές έχουν μια δυναμική δημιουργίας υλικής πραγματικότητας. Έχουν ενέργεια. Τη νοητική ενέργεια. Αυτή ρυθμίζει ή απορυθμίζει την ενέργεια των κυττάρων μας, με αποτέλεσμα την υγεία ή την αρρώστια τους. Αρρωστημένες, νοσηρές, αρνητικές σκέψεις για μας, ή τους άλλους, γεμάτες θυμό, μίσος και πίκρα, είναι υπεύθυνες για τη διαταραχή στην αρμονική κίνηση της ενέργειας των κυττάρων μας. Με αποτέλεσμα να είναι ευάλωτα στα μικρόβια, την κόπωση, τις αρρώστιες, ή τα ατυχήματα. Όταν είμαστε ευτυχισμένοι, δεν αρρωσταίνουμε. Δεν κουραζόμαστε. Αλλά όταν νιώθουμε δυστυχείς ή πληγωμένοι ή προδομένοι, τότε μας συμβαίνουν διάφορα «τυχαία» ατυχήματα ή αρρώστιες.

Το σώμα μας υπακούει σε Ο,ΤΙ σκεφτόμαστε. Η εμφάνιση του, η έκφραση του, η στάση του, είναι καθρέφτης των σκέψεων μας. «Είμαστε ακριβώς οι σκέψεις που έχουμε κάνει για μας ή για τους άλλους αφότου γεννηθήκαμε μέχρι σήμερα». Είμαστε οι σκέψεις μας. Αν θέλουμε να μάθουμε πως σκεφτόμασταν χτες, κοιτάμε το πρόσωπο μας σήμερα. Αν θέλουμε να ξέρουμε πως θα μοιάζει το πρόσωπο και το σώμα αύριο, να παρατηρήσουμε τις σκέψεις μας σήμερα.

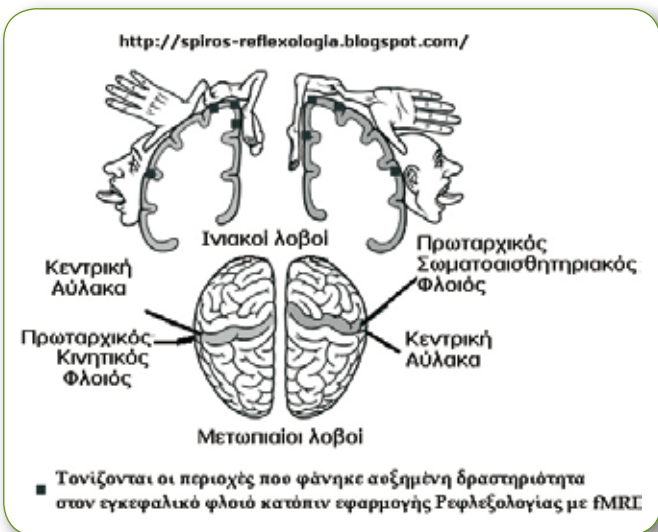
Ο τρόπος που σκεφτόμαστε είναι μία συνήθεια. Όπως όλες οι συνήθειες, την πήραμε και αυτή όταν είμαστε παιδιά. Είναι μία παι-

δική συνήθεια να σκεφτόμαστε θετικά ή αρνητικά για μας ή τους άλλους, ακριβώς όπως συνήθιζαν να σκέφτονται οι άνθρωποι που μας μεγάλωσαν. Αν μεγαλώσαμε δίπλα σε θετικούς ανθρώπους, γεμάτους θετικές σκέψεις και ειρηνικά συναισθήματα για τους άλλους, αποκτήσαμε την συνήθεια να συγχωρούμε εύκολα, να έχουμε μακροθυμία και αγάπη. Να είμαστε γεμάτοι συνεχώς με θετική ενέργεια και μέσα από αυτή επικοινωνούμε με τους άλλους.

Ο εστιασμός

Οι σκέψεις μας έχουν δυναμική δημιουργίας υλικής πραγματικότητας. Οτιδήποτε δημιουργούμε, πρώτα το σκεφτόμαστε. Έτσι οι σκέψεις μας φορτίζουν με δύναμη οτιδήποτε θέλουμε και αυτό πραγματοποιείται. Ο εστιασμός της σκέψης μας, σε κάποιο θέμα, το φορτίζει με ενέργεια. Το δυναμώνει. Για αυτό έχει σημασία που εστιάζουμε τη σκέψη μας. Αν σκεφτόμαστε συνέχεια αυτά που μας λείπουν, οι ελλείψεις μας μεγαλώνουν. Αν τα προβλήματα και τα ελαττώματα κάποιου μονοπωλούν τη σκέψη μας, τότε δίνουμε δύναμη σε αυτά τα προβλήματα και σε αυτά τα ελαττώματα. Πρέπει να ελέγχουμε τον εστιασμό μας. Να βρίσκουμε τα θετικά σε όλες τις καταστάσεις, σε όλα τα πράγματα και να σκεφτόμαστε αυτά και την καλύτερη αξιοποίηση τους. Τότε με «μαγικό» τρόπο, τα θετικά στοιχεία αυξάνουν. Όταν αυξάνει το θετικό, μοιραία το αρνητικό μειώνεται. Αυτό δεν θέλουμε? Αν όμως το μυαλό μας κολλήσει στα μειονεκτήματα κάποιου και τα σκεφτόμαστε συνέχεια, αυτά δυναμώνουν, κυριαρχούν πάνω στην προσωπικότητα του και είναι ανυποχώρητα. Κάνουμε δηλαδή αυτό ακριβώς που δεν θέλουμε. Δίνουμε ζωή και δύναμη σε αυτό που προσπαθούμε με χίλιους τρόπους να μειώσουμε. Το προσπαθούμε όμως με λάθος τρόπο. Από άγνοια των νόμων που το δίδουν.

Σωματοτοπικές σχέσεις μεταξύ της κινητικής περιοχής του εγκεφάλου και των ανακλαστικών περιοχών στην Ρεφλεξολογία: Μία μελέτη με την χρήση λειτουργικής μαγνητικής απεικόνισης (fMRI).



Nakamaru T, Miura N, Fukushima A, Kawashima R.

Tohoku University School of Medicine, Sendai, Japan; Department of Functional Brain Imaging, Institute of Development, Aging and Cancer (IDAC), Tohoku University, Sendai, Japan.

Εξετάσαμε την σωματοτοπική σχέση (somatotopical - ο σχετιζόμενος με ειδικές περιοχές του σώματος, περιγράφει την οργάνωση της κινητικής περιοχής του εγκεφάλου και τον έλεγχο των κινήσεων διαφόρων περιοχών του σώματος, που επικεντρώνονται σε συγκεκριμένες περιοχές του φλοιού.) μεταξύ δραστηριότητας σε περιοχές του φλοιού και αισθητηριακό ερεθισμό ανακλαστικών περιοχών χρησιμοποιώντας απεικόνιση με λειτουργικό μαγνητικό τομογράφο. Τρεις ανακλαστικές περιοχές στο αριστερό πόδι, οι οποίες σχετίζονται με το μάτι, ώμο, και λεπτό έντερο διεγέρθηκαν κατά το πείραμα. Στατιστική ανάλυση έδειξε ότι Ρεφλεξολογική διέγερση των ανακλαστικών περιοχών που ανταποκρίνονται στο

μάτι, ώμο, και λεπτό έντερο ενεργοποίησαν όχι μόνον τις σωματοαισθητηριακές περιοχές που ανταποκρίνονται στο πόδι αλλά και τις περιοχές όπου ανταποκρίνονται το μάτι, ώμος και λεπτό έντερο ή διπλανές περιοχές σώματος σε αυτά. Οπότε, τα ευρήματα δείχνουν ότι Ρεφλεξολογικός ερεθισμός επιφέρει μία σωματοαισθητηριακή δραστηριότητα η οποία ανταποκρίνεται στην ερεθισμένη ανακλαστική περιοχή και ότι μία προσέγγιση μέσω νεύρο-απεικόνισης μπορεί να χρησιμοποιηθεί ώστε να εξεταστεί η βάση της Ρεφλεξολογικής επίδρασης.

Πηγή: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18938220>

ΚΡΕΒΑΤΙΑ

Μαισάζ Ξύλινα

Πολλά Μοντέλα

*Χειροποίητα
Τα πιο αξιόπιστα της αγοράς*

Γερμανικής Κατασκευής

Πτυσσόμενα

Μεταβλητού Ύψους

Βάρος 12 kg

3 Χρόνια Εγγύηση

Από 280 €

ΚΑΡΕΚΛΕΣ

On Site

Διάφορα Μοντέλα

Πτυσσόμενες

Πλήρως Ρυθμιζόμενες

Από 290 €

Τηλ Παραγγελιών: 2310-950159 & ΚΙΝ: 6945 703890

SAT GURU CHARAN

Του Hari Simran Sighn Khalsa, μετάφραση Claudia Rossini, επιμέλεια Anastasia Kulenko



Το **Sat Guru Charan** είναι ένα είδος ρεφλεξολογίας όπου ο ασκούμενος προσφέρει μια πολυδιάστατη θεραπεία ενώ βρίσκεται σε κατάσταση διαλογισμού.

Guru σημαίνει από το σκοτάδι (GU) στο φως (RU) και αναφέρετε στην πορεία της συνείδησης το ασκούμενου. Αυτή η πορεία πραγματοποιείται σταδιακά μέσω του διαλογισμού, της αφομοιώσεως θεωρητικών γνώσεων, όπως και μέσω της σχέσης με τον δάσκαλο και με τους δέκτες της θεραπείας.

Sat σημαίνει αλήθεια και αναφέρετε στο Guru, είναι το βασικό του στοιχείο, που μας κάνει να προχωράμε στο μονοπάτι της αλήθειας. Sat Guru είναι το Σύνολο, η Ένωση, το Όλον. Για να το αντιληφθείς είναι αναγκαίο να ανοίξεις το μυαλό, την οπτική σου. Αυτό είναι δύσκολο, γιατί για να ανοίξεις το νου σου και να

το συνδέσεις με μια ευρύτερη όψη της ύπαρξης, χρειάζεται να αντιμετωπίσεις τους περιορισμούς που σου βάζουν ο ίδιος ο νους και οι συνθήκες που έχουν μια αντικειμενική δυσκολία.

Charan είναι όρος που μας δείχνει ποιες ποιότητες χρειάζεται να αναπτύξει ένας άνθρωπος που θέλει να βγει από τη μιζέρια ενός επαναληπτικού νου, για να αποκτήσει έναν νου καθαρό, ήρεμο και δημιουργικό. Charan είναι η κίνηση «φέρνω τα χέρια μου προς τα πόδια ενός άλλου ανθρώπου». Την ώρα που το κάνουμε ανακαλύπτουμε μέσα μας μια ταπεινοσύνη, μια συμπόνια, οι οποίες είναι η προϋπόθεση για την πράξη αυτή και μας αποκαλύπτουν μια διαφορετική όψη της Ύπαρξης. Οποίος κάνει αυτή τη κίνηση αναζωογονείται στο πνεύμα, στο σώμα και στο νου.



Sat Guru Charan
Σεμινάριο Ρεφλεξολογίας
(Level – 1)

Με τον *Hari Simran Sighn Khalsa*

Μάρτης - Ιούνιος 2009

Για εγγραφές και πληροφορίες επικοινωνήστε: 6979280386, 2117102125





Αυτή η μέθοδος ρεφλεξολογίας βασίζεται στις αρχαίες διδασκαλίες, γνώσεις, πρακτικές διαλογισμού τις Kundalini Yoga. Η λέξη Kundalini προέρχεται από τη λέξη Kundal που σημαίνει «μπούκλα από τα μαλλιά αγαπημένου». Το ξέπλεγμα αυτής της «μπούκλας» αποτελεί ταυτόχρονα και την αφύπνιση της Kundalini, του ενεργειακού δυναμικού που ενυπάρχει στον κάθε άνθρωπο.

Η Kundalini Yoga είναι η ανώτατη τεχνογνωσία του ανθρώπινου οργανισμού και της ύπαρξης του, λειτουργεί μέσω νευρικού και ενδοκρινικού συστήματος για να ξυπνήσει η επίγνωση του ατόμου και να οδηγηθεί στον πραγματικό εαυτό του. Το 1969 ο Yogi Bhajan (διάδοχος του White Tantra Yoga, ηγέτης των Σιχ στο Δυτικό ημισφαίριο) αποφάσισε να σπάσει τη μυστικότητα αυτής της πανάρχαιας παράδοσης και από τότε η Kundalini Yoga διαδόθηκε σε όλο το πλανήτη.

Στα 36 χρόνια διδασκαλίας ο Yogi Bhajan έχει αφήσει δύο χάρτες που χρησιμοποιούνται στο Sat Guru Charan. Ο διαλογισμός συνδυάζεται με την γνώση δημιουργώντας ένα σημείο παρατήρησης και ενατένισης που διευρύνει την συνείδηση του θεραπευτή. Ο θεραπευτής αναπτύσσει την ικανότητα του να εξελίσει την προσοχή του και κρατώντας μια στάση και πρόθεση φροντίδας και συμπόνιας δίνει την αρχή στην ίαση και την μεταμόρφωση, δημιουργεί μια καινούργια ισορροπία. Ο Hari Simran Singh Khalsa, μαθητής του Yogi Bhajan από το 1979, μελέτησε και εφάρμοσε στη πράξη τη κληρονομιά του Δάσκαλου του και ίδρυσε τη σχολή ρεφλεξολογίας Sat Guru Charan.

Οι τεχνικές εφαρμόζονται κυρίως στα πόδια, στα χέρια και στο κεφάλι, όπου υπάρχουν ανακλαστικά τα οποία αντιστοιχούν στα εσωτερικά όργανα, αδένες, σπονδυλική στήλη, στα μέλη του σώματος, αλλά και στα σημεία της ενεργειακής ανατομίας, με αποτέλεσμα να διαλύονται τα ενεργειακά μπλοκαρίσματα και η αρμονία να αποκαθιστάται σε όλα τα συστήματα του σώματος, στη ψυχολογία και στο νου.

Ο θεραπευτής Sat Guru Charan χρειάζεται να ξέρει να μπαίνει σε διαλογιστική διαδικασία, να κατέχει τεχνικές γνώσεις των σημείων διέγερσης του ποδιού, να αναπτύσσει τις ανθρώπινες αξίες, να αποκτά συνείδηση των αισθήσεων και αντιλήψεων του και εμπλουτισμένος με όλα αυτά να ζει την αίσθηση του Ιερού. Ο μαθητευόμενος θεραπευτής κάνει ένα θαυμάσιο ταξίδι μέσα στον εαυτό του. Ανακαλύπτει μια καινούργια σχέση με τα Σύνολο και έτσι του φανερώνετε ένα καινούργιο νόημα του βίου.

Ο μαθητευόμενος μπαίνει σε μια πορεία προσωπικής μεταμόρφωσης και ωρίμανσης η οποία θα τον οδηγήσει στην νέα Πραγματικότητα που θα του δώσει σταθερότητα και γαλήνη που θα του επιτρέψουν να πλησιάσει το άλλο άτομο ως θεραπευτής.

Η έναρξη των κύκλων σεμιναρίων SAT GURU CHARAN γίνεται στις **28.02.2009** στο «**Surya Bali**» Εθνάρχου Μακαρίου 113^Α Αργυρούπολη. Διάρκεια 50 ώρες.

Χορήγηση διπλώματος κατόπιν εξετάσεων.

Πληροφορίες - 6979280386, 2117102125, 2109914741

Εκπαίδευση στην Βοτανοθεραπεία

Είναι ο πιο φυσικός τρόπος συμπληρωματικής αγωγής σήμερα. Η ιστορία της ξεκινά πριν από την ιατρική του γνωστού πολιτισμού και πριν την εμφάνιση του ανθρώπινου είδους. (Όλα τα ζώα έχουν τη γνώση και χρησιμοποιούν τα βότανα για θεραπευτικούς σκοπούς). Από την εμφάνισή του ο άνθρωπος γνώριζε και χρησιμοποιούσε τα βότανα από ένστικτο. Αυτή η γνώση διατηρήθηκε και μεταδόθηκε από γενιά σε γενιά για εκατομμύρια χρόνια και χρησιμοποιήθηκε από τους γιατρούς της αρχαιότητας, Χείρωνά Κένταυρο, Ασκληπιό, Ιπποκράτη, Γαληνό και καταγράφηκε τον 1ο αι. μ.Χ., από τον Διοσκουρίδη.



NATURAL HEALTH SCIENCE®
Όμιλος Σχολών Εναλλακτικών Επιστημών

ΚΤΙΠΙΟ 1: Πανδρόσου 31, Παλαιό Φάληρο -
τηλ.: 210.9837344, 210.9849276, φαξ: 210.9849057

ΚΤΙΠΙΟ 2: Λεωφ. Αμφιθέας 78 και Ανδρομάχης 8, Π. Φάληρο -
τηλ.: 210.9814502, φαξ: 210.9812991

ΚΤΙΠΙΟ 3: Χατζηαντωνίου 14 & Δ. Ράλλη, Μαρούσι -
τηλ.: 210.8028179, φαξ: 210.8028779

www.nhs.gr - info@nhs.gr

ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΤΙΚΟ ΛΟΥΤΡΟ ΠΟΔΙΩΝ

IASIS PS

DETOX FOOT SPA

με ζώνη από
καρβουνάκια μπαμπού

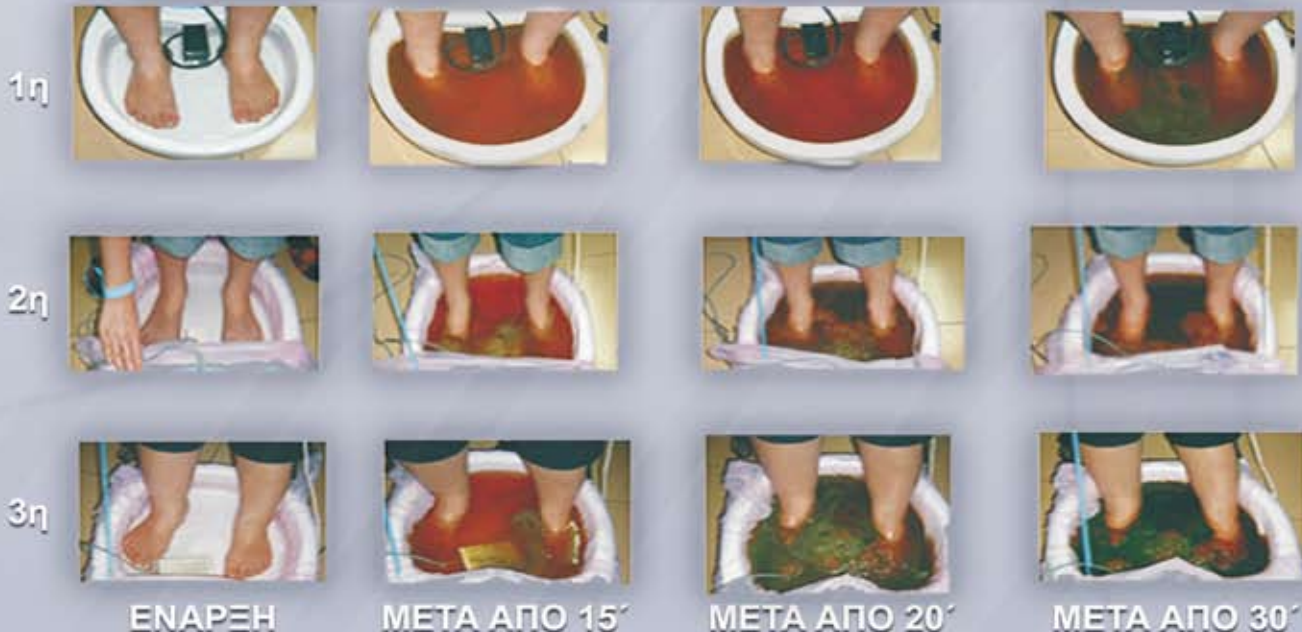


ΠΡΟΣΦΟΡΑ
590 Ευρώ

για...να 'στε
πάντα καλά

Είναι μια φυσική, αποτελεσματική και ασφαλής διαδικασία αποτοξίνωσης, η μόνη διέξοδος χωρίς χάπια, δίαιτες κλπ, προκειμένου να απαλλαγούμε από τα επικίνδυνα και άχρηστα υλικά που συσσωρεύει ο οργανισμός μας. Γιατί η προσπάθεια του οργανισμού μας να αντιμετωπίσει τις επιπτώσεις των τοξινών μειώνει δραστικά τη λειτουργικότητά του.

Απόδειξη τριών διαφορετικών αποτοξινωτικών διαδικασιών



Μετά από αρκετές έρευνες διαπιστώθηκε ότι τα παραπάνω χρώματα κατά τη διάρκεια της αποτοξίνωσης ωφείλονται σε προβλήματα τοξινών σε συγκεκριμένα ζωτικά όργανα.

Το πράσινο (ουροποιητικό σύστημα - νεφρά)

Το πορτοκαλί (αρθρώσεις)

Το καφέ (συκώτι)

Το μαύρο (πνεύμονες) κλπ.

**Vita
+MEP**

Λεωφόρος Αμφιθέας 116
Τηλ. 210 9416962 Fax 210 9416201
info@vitamep.com
www.vitamep.com

Εργαστήριο Ελευθέρων Σπουδών



Key Learning Diploma

Τώρα πια
η γνώση
έχει όνομα

ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ

www.kld.gr

Αισθητική

- **Αισθητική Προσώπου / Σώματος**
Λέπτυνση, υγεία και ευεξία
- **Επαγγελματικό Μακιγιάζ**
Η τέχνη του μακιγιάζ και τα μυστικά του
- **Ονυχοπλαστική – Τεχνητά Νύχια**
Επαγγελματικός καλλωπισμός των άκρων
- **Μανικιούρ – Πεντικιούρ**
Η αισθητική των άκρων
- **Θεραπίες SPA**

Σεμινάρια - Ταχύρυθμα Τμήματα

Φυσικές Ολιστικές Επιστήμες

- **Ρεφλεξολογία**
Η πανάρχαια ολιστική μέθοδος αυτοθεραπείας
- **Αρωματοθεραπεία**
Η δύναμη των αιθέριων ελαίων
- **Συμβουλευτική Ολιστική Διατροφολογία**
Η τροφή είναι το φάρμακό σου
- **Σιάτσου**
Δακτυλοπίεση παραδοσιακής Ανατολικής Ιατρικής
- **Ανθοιάματα του Μπαχ**
Θεραπεία με αποστάγματα λουλουδιών
- **Αγιουρβεδική Μάλαξη**
Μάλαξη βάσει της αρχαίας Ινδικής Ιατρικής
- **Ταυλανδέζικη Μάλαξη**
Συνδυασμός παθητικής γιόγκα και μαλάξης
- **Εναλλακτική Κινησιοθεραπεία**
Μέθοδος ορθοστατικής για θεραπεία μυοσκελετικών παθήσεων
- **Συμβουλευτική Ψυχολογία**
Αποκατάσταση της ψυχικής υγείας μέσα από την εξέλιξη της αυτογνωσίας
- **Rejuvance**
Φυσικό λίφτινγκ προσώπου
- **Λεμφική Μάλαξη**
Αποτοξίνωση και θεραπεία

Εργαστήριο Ελευθέρων Σπουδών Φυσικών Συμπληρωματικών Θεραπειών
Συγγρού 16, 1ος όροφος (Στάση Μακρυγιάννη, 50 μέτρα από μετρό Ακρόπολη)
Τηλ.: 210 92 40 390, Fax: 210 92 40 391 - Email: kldcollege@yahoo.gr

I. Ενότητα: ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ

- ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ & ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΤΟΥ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ (από το αρχαίο κείμενο)
- ΑΝΑΛΥΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΤΟΥ ΙΠΠΟΚΡΑΤΗ & ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΙΝΕΖΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ

Πρόγραμμα
Σπουδών

2008-2009

II. Ενότητα: ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ

- ΔΙΕΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗΝ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ

VIII. Ενότητα: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΛΑΞΗΣ

- SHIATSU

II. Ενότητα: ΒΑΣΙΚΟΣ ΚΟΡΜΟΣ

- Η ΒΑΣΙΚΗ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ
- ΙΑΤΡΙΚΑ
- ΔΙΑΓΝΩΣΗ

III. Ενότητα: ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

- ΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

IV. Ενότητα: ΔΙΑΤΡΟΦΗ

- ΔΙΑΤΡΟΦΗ

V. Ενότητα: ΒΟΤΑΝΑ - ΑΙΘ. ΕΛΑΙΑ - ΙΑΜΑΤΑ

- ΜΥΗΣΗ ΣΤΗΝ ΤΕΧΝΗ ΤΗΣ ΒΟΤΑΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗ & ΔΥΤΙΚΗ ΒΟΤΑΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΑΡΩΜΑΘΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΑΡΩΜΑΘΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΓΝΩΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΑ ΦΥΤΑ ΚΑΙ ΤΙΣ ΦΥΣΙΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΥΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ ΤΟΥΣ
- ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΗ ΣΥΛΛΟΓΗ ΒΟΤΑΝΩΝ ΘΕΩΡΙΑ ΚΑΙ ΠΡΑΞΗ

VI. Ενότητα: ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

- ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΤΗΣ ΜΕΛΙΣΣΑΣ
- ΜΕΛΙΣΣΟΒΕΛΟΝΙΣΜΟΣ

- ΡΕΦΛΕΞΟΛΟΓΙΑ
- ΤΗΑΙ MASSAGE
- ΤΗΑΙ FOOT MASSAGE
- ΤΗΑΙ YOGA MASSAGE
- CREATIVE HEALING
- ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΗ ΜΑΛΑΞΗ

IX. Ενότητα: ΤΟΚΕΤΟΣ

- ΕΠΑΝΑΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΥ ΜΑΙΕΥΤΙΚΟΥ ΕΡΓΟΥ ΜΕ ΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΦΥΣΗ

X. Ενότητα: ΟΥΡΑΝΙΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

- I CHING
- ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΕΣ
- FENG SHUI

XI. Ενότητα: ΓΛΩΣΣΑ: ΚΙΝΕΖΙΚΑ

- ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΚΙΝΕΖΙΚΗ ΓΛΩΣΣΑ

XII. Ενότητα: ΔΙΕΘΝΕΙΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ

- ΚΥΚΛΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗ CHONG QIANGWEI
- ΚΥΚΛΟΣ ΣΠΟΥΔΩΝ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗ ΒΑΙ XINGHUA
- ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΟΙΒΕΤΑΝΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ



Τα Νέα...

Επισκεφθείτε την ανανεωμένη ιστοσελίδα μας και κάνετε την εγγραφή σας για να σας αποστέλλουμε newsletter με όλα τα νέα μας. Βρείτε επίσης χρήσιμους συνδέσμους και πληροφορίες για την δομή των σπουδών και την επικρατούσα κατάσταση στον Εναλλακτικό χώρο!

Νέα μαθήματα που ξεκινούν στην Ακαδημία τον Ιανουάριο, 2009:

- **20 Ιανουαρίου** έναρξη του μαθήματος «Βελονισμός – Μοξαθεραπεία»
- **17 & 18 Ιανουαρίου** έναρξη του μαθήματος "Θεραπευτικές δράσεις των προϊόντων της μέλισσας - Μελισσοβελονισμός»
- **24 & 25 Ιανουαρίου** έναρξη 2^{ου} κύκλου μαθημάτων στο «Παραδοσιακό Ταϊλανδικό μασάζ».

...Και τα σταθερά

Πάντα διεξάγονται με **ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΕΙΣΟΔΟ**, οι «Αναλύσεις κειμένων του Ιπποκράτη και η σύνδεσή τους με την Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική». Μια ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα προσέγγιση, που εξετάζει την φύση των πραγμάτων μέσα από συγκριτική μελέτη της Αρχαίας Ελληνικής & Παραδοσιακής Κινέζικης ιατρικής. Από τον Αλέξανδρο Τηλικίδη, υπεύθυνο σπουδών της σχολής.

της ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ

Επόμενες συναντήσεις:

Σάββατο, **17/1/2009**, **7/3/2009**, **11/4/2009** & ώρα 10:30 – 13:30



ΑΚΑΔΗΜΙΑ

ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ
ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

www.akadimia.gr

Για πληροφορίες απευθυνθείτε: ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΑΡΧΑΙΑΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ & ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΚΙΝΕΖΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ, , e-mail: info@akadimia.gr

•Κεντρικό: Σωκράτους 24, Κηφισιά 145 61, τηλ.:2108010111, 210 8010680, fax: 210 8088382

•Παράρτημα: Αμφικτύονος 12 και Παυλοπούλου, Θησείο 118 51, τηλ.: 210 3421088