

Τὸ Σύνδρομο
τῆς
«Νέας Ἐποχῆς»...



...καὶ ἡ Ἐλπίδα
τῆς
Ὁρθοδοξίας μας

*«Λάμπας ἐν τῇ Αἰγύπτῳ φωτισμὸν ἀληθείας, ἐδίωξας τοῦ ψεύδους τὸ σκότος·
τὰ γὰρ εἶδωλα ταύτης Σωτήρ, μὴ ἐνέγκατὰ Σου τὴν ἰσχὺν πέπτωκεν...»*

■ Ψευδοεπιστήμη τῆς «Νέας Ἐποχῆς»

Ρεφλεξολογία Μάλαξη γιὰ διάγνωση καὶ θεραπεία;*

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

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

Πατέρας τῆς περὶ Ζωνῶν «Θεραπείας» θεωρεῖται ὁ ἰατρὸς Γουλιέλμος ΦιτςΤζέραλντ (William FitzGerald, 1872-1942)¹, ὁ ὁποῖος «χαρτογράφησε» τὸ ἀνθρώπινο σῶμα ὀρίζοντας 10 κάθετες ζῶνες –5 ἀπὸ κάθε πλευρά–, ὅπου ἡ κάθε ζώνη καταλήγει σὲ ἓνα ἀπὸ τὰ δάχτυλα τῶν ποδιῶν καὶ τῶν χεριῶν. Οἱ 10 ζῶνες «χωρίζουν» καὶ τὸ κεφάλι.



Ὅπως διευκρινίζει ὁ ΦιτςΤζέραλντ, τὰ ὅρια τῶν ζωνῶν δὲν εἶναι ἀυστηρὰ καὶ ἀπόλυτα. Οἱ ζῶνες ἀποτελοῦν μιὰ μορφή χαρτογράφησης τοῦ σώματος καὶ ὄχι κάτι ὑπαρκτὸ ἢ νοητὸ μέσα στὸ ἀνθρώπινο σῶμα.

Κατὰ τὴν θεωρία τοῦ ΦιτςΤζέραλντ, ἂν ὑπάρχει πόνος σὲ

κάποιο σημείο του σώματος, ό ασκων την «θεραπεία», μπορεί να παρέμβει αναλγητικά, από κάποιο άλλο απομακρυσμένο σημείο, αρκεί και τὰ δύο να βρίσκονται στην ίδια ζώνη. Αυτή ή θεωρία αποτελεί την ανακλαστική παρέμβαση, ή οποία αποτελεί την βάση πάνω στην οποία αναπτύχθηκε ή σύγχρονη **Ρεφλεξολογία**.

Τήν δεκαετία του 1930, ή Ήνες Ίνγκαμ (Eunice Ingham, 1889-1974), μαθήτρια μαθητού του Φιτς Τζέραλντ, κατήργησε τις 9 από τις 10 ζώνες Ήνέργειας –έκτός από αυτή στα πόδια– και βάφτισε τὸ ἀποτέλεσμα «**ρεφλεξολογία**».

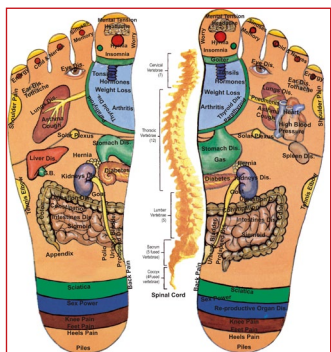


* * *

Η ρεφλεξολογία, λοιπόν, βασίζεται στην ατεκμηρίωτη πεποίθηση ότι κάθε μέρος των πελμάτων είναι ένας καθρέπτης ενός ὄργάνου του σώματος. Τὸ μεγάλο δάχτυλο π.χ. θεωρεῖται ὅτι ἀντιστοιχεί στο κεφάλι. Ὅπως ή **ιριδολογία** –άλλη ψευδοεπιστήμη τῆς Νέας Ἐποχῆς– χαρτογραφεί τὸ σῶμα πάνω στην ίριδα του ματιού ή ὁ **ώτοβελονισμός** κάνει τὸ ἴδιο χρησιμοποιώντας τὸ πτερύγιο του αὐτιού, ἔτσι και ή **ρεφλεξολογία** χαρτογραφεί τὸ σῶμα στα πέλματα, με τὸ δεξί πέλμα να ἀντιστοιχεί στο δεξί μέρος του σώματος και τὸ ἀριστερό πέλμα στο ἀριστερό μέρος του σώματος.

Ἐπειδὴ κατά την ψευδοεπιστημονική αὐτή θεωρία, τὸ σῶμα ὁλόκληρο ἀντιπροσωπεύεται στα πέλματα, οἱ **ρεφλεξολόγοι** θεωροῦν τὸς ἑαυτοῦς των ὀλιστικὸς ἰατροῦς, και ὄχι μόνον ἰατροῦς τῶν ποδιῶν. Κατὰ ἀνεπιβεβαίωτους ἰσχυρισμοὺς τῶν σχετικῶν κύκλων, ὑποτίθεται ὅτι, ἀρχαῖοι Αἰγύπτιοι και Κινέζοι ἀσκοῦσαν τὴν **ρεφλεξολογία**, ή οποία θεωρεῖται ἀρκετὰ δημοφιλῆς στην Εὐρώπη σήμερα.

Ἔτσι, λοιπόν, ἐφ' ὅσον κάθε ὄργανο ή μέρος του σώματος



ἀντανακλάται δῆθεν στα πέλματα και στις παλάμες, ὁ «θεραπευτής» μπορεί να διαγνώσει ἀνωμαλίες αισθανόμενος τις στα χέρια ή στα πόδια. Τὸ μασάζ ή ή ἄσκηση πίεσης σὲ κάθε περιοχὴ μπορεί να διεγείρει δῆθεν τὴν ροή τῆς Ἐνέργειας, τὴν ροή του αἵματος, τὴν ροή τῶν θρεπτικῶν συστατικῶν και τῶν νευρικῶν ἐρεθισμάτων

στήν αντίστοιχη ζώνη τοῦ σώματος κι ἔτσι μπορεῖ νὰ ἀνακουφίσει παθήσεις στήν συγκεκριμένη ζώνη.

* * *

Εὐκολα γίνεται κατανοητό, ὅτι ἐφ' ὅσον ἀναφερόμεθα σὲ «ροή Ἐνέργειας», ἀντιμετωπίζουμε μία ἐνεργειακή, ὀλιστική, ἐναλλακτική πρακτική ἀπότοκο τῆς **Νέας Ἐποχῆς τοῦ Ὑδροχόου**, μία ψευδοεπιστήμη πού βασιζέται στήν νεοεποχίτικη, ἀποκρουφιστική κοσμοθεωρία, ὅτι ὑπάρχει δῆθεν μιὰ παγκόσμια συμπαντική Ἐνέργεια πού διαχέεται καὶ ἐμψυχώνει τὰ πάντα, τὸ σύμπαν καὶ τὸν ἄνθρωπο καὶ ἡ ὁποία, «λόγο κακῶν χειρισμῶν τοῦ ἀνθρώπου μπλοκάρεται» καὶ ἔχει ἀνάγκη «ξεμπλοκαρίσματος». **Τὸ** δὲ «ξεμπλοκαρίσμα» μπορεῖ νὰ πραγματοποιηθεῖ στήν περίπτωσή μας, μὲ τὴν παρέμβαση τοῦ **ρεφλεξολόγου**, ἀλλοῦ δὲ μὲ τὸ ὁμοιοπαθητικὸ «φάρμακο», τὶς **βελόνες τοῦ βελονιστοῦ**, τὰ **χέρια τοῦ «θεραπευτοῦ»** στὸ **Ρέϊκι (Reiki)** ἢ στὴ «**Πρανική Θεραπεία**» (Pranic Healing) κ.ἀ.

Ὅσοι ἐξασκοῦν **ρεφλεξολογία** ἰσχυρίζονται πὼς μποροῦν νὰ θεραπεύσουν διάφορους πόνους μὲ τὸ νὰ μαλάσσουν «τὰ σωστὰ σημεῖα στὰ πέλματα». **Λ**έγουν πὼς ἡ **ρεφλεξολογία** μπορεῖ νὰ θεραπεύσει ἡμικρανίες· ὅτι μπορεῖ νὰ ἐπιφέρει τὴν ἀρμονία σὲ ὁρμονικὲς διαταραχὲς καὶ νὰ θεραπεύσει ἀναπνευστικὰ καὶ πεπτικὰ προβλήματα. **Ἄ**ν ἔχετε πρόβλημα μὲ τὴν μέση σας, λένε, ἔνα μασάζ στὸ σωστὸ σημεῖο στὸ σωστὸ πόδι, μπορεῖ νὰ ἀπαλύνει τὸν πόνο. **Ἄ**ν ὑποφέρετε ἀπὸ κυκλοφοριακὰ προβλήματα ἢ ἔχετε πολὺ στρές, ἡ **ρεφλεξολογία** σᾶς ὑπόσχεται ἀνακούφιση.

* * *

Ὁ **ρεφλεξολόγος** παίρνει ἕνα σύντομο ἱστορικὸ τοῦ ἀσθενοῦς –κάτι συχνὸ καὶ σὲ ἄλλες «συμπληρωματικές», ἐνεργειακές, ὀλιστικές, ἐναλλακτικὲς πρακτικὲς· κάτι πού ἐνισχύει ψυχολογικὰ τὸν πελάτη– καὶ μετὰ ἐξετάζει μὲ τὰ χέρια του τὸ πόδι του. **Ἄ**ν αἰσθανθεῖ ἀντίσταση σὲ κάποια περιοχὴ εἶναι πιθανὸν νὰ «διαγνώσει» πρόβλημα στὸ ἀντίστοιχο ὄργανο. **Ἡ** ἐπακόλουθη «θεραπεία» συνιστᾷ μαλάξεις ἰσχυρῆς πίεσης στὸ συγκεκριμένο σημεῖο, οἱ ὁποῖες, κατὰ τοὺς **ρεφλεξολόγους**, ἀποκαθιστοῦν τὴν λειτουργία τοῦ προβληματικοῦ ὄργανου καὶ τελικὰ βελτιώνουν τὴν ὑγεία τοῦ ἀσθενοῦς ἢ ἀποτρέπουν τὴν ἐκδήλωση νόσου.



Μιά τυπική «συνεδρία» διαρκεί περίπου μισή ώρα ενώ η θεραπεία ολοκληρώνεται συνήθως σε δέκα ή περισσότερες συνεδρίες. **Α**κόμη και αν δεν υπάρχουν προβλήματα υγείας, πολλοί θεραπευτές συνιστούν τακτικές συνεδρίες συντήρησης για την πρόληψη ασθενειών.

* * *

Υπάρχουν παραλλαγές στην **ρεφλεξολογία** και διάφορα ονόματα για τις παραλλαγές αυτές, μεταξύ των οποίων και: Ζωνοθεραπεία (Zone Therapy), Βάκιουφλεξ (Vacuflex) και Βίτα Φλέξ (Vita Flex)². **Κ**άποιες πεντικιουρίστες [που περιποιούνται τα νύχια των ποδιών] ασκούν επίσης και **ρεφλεξολογία**, χωρίς αναγκαστικά να υπάρχει συσχετισμός μεταξύ των δύο αυτών. **Ο**ρισμένοι **ρεφλεξολόγοι** αρνούνται το ότι διαγιγνώσκουν και θεραπεύουν ασθενείες, αλλά ισχυρίζονται ότι «έξισορροπούν την Ένέργεια» του πελάτη.

Η **ρεφλεξολογία** συχνά συνδυάζεται και με άλλες «θεραπείες» όπως ή **Πιεσοθεραπεία** (Acupressure) –δηλαδή **Βελονισμός** χωρίς βελόνες–, το **Σιάτσου** (Shiatsu), ή **Γιόγκα** (Yoga), το **Τάϊ Τσι Τσουάν** (Tai Chi Chuan) και άλλες πρακτικές που σχετίζονται και με τα χέρια, αλλά και με άλλα μέλη –ή «ζώνες» του σώματος–· όχι μόνο τα πόδια.

Η **ρεφλεξολογία**, με την πίστη ότι υπάρχει αντιστοιχία μεταξύ ειδικών σημείων πίεσης και της ροής του Τσι (Chi) –της κινέζικης ονομασίας για την «Ένέργεια»– στα διάφορα όργανα, προβάλλεται ως παραλλαγή της **Πιεσοθεραπείας**. **Η** «**Θεραπεία Πολικότητας**» (Polarity Therapy), μιὰ παραλλαγή της **ρεφλεξολογίας**, αντικαθιστά την αντίθεση των Γιν (Yin) και Γιάνγκ (Yang) του Ταοϊσμού, με τις θετικές / αρνητικές φορτίσεις των μερών του σώματος –το δεξί μέρος του σώματος είναι δηθεν θετικά φορτισμένο– και το μασάζ υποτίθεται πως επαναφέρει την ισορροπία της «Ένέργειας». **Σ**την «**Θεραπεία Πολικότητας**», το πέλμα είναι ένα μόνο από τα πολλά κομβικά σημεία για μασάζ.

* * *

Η **ρεφλεξολογία** βασίζεται σε μία ανυπόστατη θεωρία και δεν έχει αποδειχθεί ότι μπορεί να επηρεάσει την πορεία οποιασδήποτε ασθενείας. **Ο**ταν ασκείται προσεκτικά, ή **ρεφλεξολογία** είναι ένα είδος μασάζ που μπορεί





να βοηθήσει τὸν ἄνθρωπο νὰ χαλαρώσει προσωρινά.

Ὅμως ἰσχυρισμοὶ περὶ διάγνωσης ἢ θεραπείας ἀπὸ λάθος ἀνθρώπους θὰ μπορούσαν νὰ ὀδηγήσουν σὲ μὴ ἔγκαιρη ἀντιμετώπιση ἰατρικοῦ προβλήματος ἐκεῖ ὅπου ἀπαιτεῖται. Ἀκόμη θὰ μπορούσε νὰ ὀδηγήσει σὲ ἄχρηστες ἰατρικὲς ἐξετάσεις κάποιου πὺ ἀνησυχεῖ ἄσκοπα λόγω ὑποτιθέμενων εὐρημάτων τῆς ρεφλεξολογίας. Ὁ πελάτης τῆς **ρεφλεξολογίας** υποβάλλεται σὲ μιὰ δαπάνη πὺ μπορεί νὰ εἶναι σημαντική. Τὸ πιὸ ἐπικίνδυνο, ὅμως, εἶναι ὅτι ἄτομα πὺ πάσχουν ἀπὸ παθήσεις τῶν ὀστέων ἢ τῶν ἀρθρώσεων τῶν κάτω ἄκρων μπορεί νὰ ὑποστοῦν βλάβη ἀπὸ τὴν συχνὰ μεγάλη πίεση πὺ ἀσκεῖται κατὰ τὴ διάρκεια τῆς **ρεφλεξολογίας**.

Ἡ ἰδέα πὺς ἡ **ρεφλεξολογία** μπορεί νὰ χρησιμοποιηθεῖ γιὰ νὰ διαγνωστοῦν προβλήματα ὑγείας ἔχει ἀποδειχθεῖ ἐσφαλμένη καὶ δὲν ὑπάρχουν πειστικὲς ἐνδείξεις ὅτι μὲ αὐτὴν ἀντιμετωπίζονται ἀποτελεσματικὰ ἀσθένειες. Ἡ **ρεφλεξολογία** εἶναι δαπανηρὴ καὶ δὲν προσφέρει τίποτε περισσότερο ἀπὸ ἓνα ἀπλό, χαλαρωτικὸ μασάζ.

* * *

Ὁλοκληρώνοντας θὰ πρέπει νὰ ἀναφέρουμε ὅτι τόσο ἡ **ρεφλεξολογία**, ὅσον καὶ ὅλες οἱ ἐνεργειακὲς, ὀλιστικὲς, ἐναλλακτικὲς δῆθεν θεραπείες ἔχουν χαρακτηριστεῖ ὡς **ἀσυμβίβαστες μὲ τὴν Ὁρθόδοξη Χριστιανικὴ Πίστη** ἀπὸ τὴν «25ῃ Πανορθόδοξη Συνδιάσκεψη Ἐντεταλμένων Ὁρθόδοξων Ἐκκλησιῶν καὶ Ἱερῶν Μητροπόλεων γιὰ θέματα Αἰρέσεων καὶ Παραθρησκείας», πὺ πραγματοποιήθηκε τὸ 2013 στὸ Βόλο³.

□

(*) Βλ. <https://www.impantokratoros.gr/2120A40A.el.aspx>. • Ἐπιμέλ. ἡμετ.

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

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

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