

Historique de la Réflexologie

La réflexologie, originaire d'Égypte, vit le jour 2500 ans avant Jésus Christ; elle existe donc depuis plus de 5000 ans. La fresque du tombeau d'Ankhmahor à Saqqara en Égypte le démontre bien. Il y a des hiéroglyphes qui représentent des Égyptiens qui se massent les pieds et les mains.



À cette même époque, les Chinois pratiquaient une forme de thérapie par pression qui ressemblait au principe d'acupuncture.

Plus près de nous, la réflexologie débuta par la théorie des zones réflexes, en 1834, lorsque le Suédois Pehr Henrich Ling constata une correspondance entre le corps et un problème d'un organe, c'est-à-dire que la douleur d'un organe particulier se retrouvait ailleurs sur le corps.

En 1893, le neurologue anglais Henry Head, accompagné de ses étudiants, trouva des zones réflexes utiles pour les anesthésies.

La théorie des zones fut également connue par Dr William Fitzgerald, oto-rhino-laryngologiste du Connecticut. En 1902, il eut connaissance de cette théorie et décida de poursuivre ses recherches sur ce sujet, pour le faire connaître en 1913.

En 1916, le Dr Edwin Bowers vint appuyer le Dr Fitzgerald en publiant un article dévoilant que le corps humain est divisé en dix zones. En 1917, le Dr Fitzgerald publia un livre intitulé « Zone Therapy or Relieving Pain at Home » (la thérapie des zones ou enrayer la douleur chez soi).

Par la suite, le Dr Joe Shelby Riley s'intéressa à la thérapie des zones, élaborée par le Dr Fitzgerald, mais il n'entama pas d'études dans ce domaine.

Par contre, il appuya une physiothérapeute du nom d'Eunice Ingham qui s'y consacra activement. Le Dr Fitzgerald se pencha surtout sur l'étude des mains, mais pour Eunice Ingham, une autre partie du corps très sensible, méritait d'être explorée : les pieds. Avec l'accord et l'appui du Dr Riley, Eunice Ingham s'engagea dans l'étude de la réflexologie des pieds au début des années trente. À l'aide de ses recherches et de ses expériences, elle dressa une carte des zones des pieds en relation avec les organes du corps humain.

En 1938, Eunice Ingham publia un livre intitulé « Stories the Feet can Tell » (ce que les pieds peuvent raconter grâce à la réflexologie). Cet écrit contribua à faire connaître les bienfaits de la réflexologie, fut suivi d'un second livre, publié en 1951 : « Stories the Feet have Told » (ce que les Pieds ont raconté grâce à la réflexologie). Le National Institute of Reflexology, créé en 1940 aux États-Unis, vise à protéger l'enseignement de la réflexologie d'Eunice Ingham sur la réflexologie dans le monde entier. En décembre 1974, Mme Ingham a transcendé à l'âge de 85 ans et son neveu Dwight C. Byers poursuivit son œuvre.



Au Québec, Mme Madeleine Turgeon a fait découvrir au public la réflexologie de 1980 à 2015. Son enseignement et ses recherches l'ont amené à publier des livres à ce sujet. Elle a voyagé à travers le monde pour parler de réflexologie et pour apprendre davantage sur ce sujet.

Par ailleurs, il existe aussi un autre type d'enseignement de la réflexologie au Québec, qui est prôné par l'Institut québécois de Réflexologie intégrale (IQRI). L'IQRI a été fondé en 1992 par Pierre David. Danielle Dionne a par la suite pris la relève de cet institut. Selon l'IQRI, la base des zones réflexes sur les pieds est sensiblement les mêmes que la réflexologie contemporaine, sauf que le massage est très différent et il s'effectue sur les pieds, les bras, les mains, les oreilles, les clavicules et le dos lors d'une séance.

La réflexologie est de plus en plus connue et recherchée, mais il reste encore un grand travail à faire pour lui redonner ses lettres de noblesse et la faire reconnaître à sa juste valeur. On retrouve présentement la réflexologie dans certains hôpitaux, spécialement pour les personnes recevant des traitements de chimiothérapie, ou qui sont en soins palliatifs.

Bienvenue dans le domaine de la santé par la réflexologie!