

LA PODORÉFLEXOLOGIE ET LE MÉTIER DE PODORÉFLEXOLOGUE

1. La podoréflexologie

1.1. Quoi? -- Définition et épistémologie

La podoréflexologie est une **réflexologie**, une des plus efficaces, une des plus précises, de loin la plus connue, sous le nom impropre de "réflexologie plantaire", et la plus pratiquée. Nous pourrions aussi la dénommer "réflexologie podale" ou "réflexologie des pieds". En effet, il existe aussi une réflexologie des mains, dite improprement "palmaire", que l'on pourrait aussi appeler "chiroréflexologie". Il existe aussi la réflexologie du visage ou faciale, celle des oreilles ou auriculothérapie, du nez ou réflexologie endonasale ou sympathicothérapie, de la langue, etc. L'acupuncture est une réflexologie plus globale puisqu'elle s'exerce sur toute la surface de la peau du corps, à la différence des précédentes.

C'est, à tout le moins, une **technique thérapeutique**, pour ceux qui ne veulent pas y voir une discipline à part entière. Dans la réalité des faits, **une approche holistique de l'être humain** sous-tend la théorie des réflexologies en général et de la podoréflexologie en particulier.

"Le concept selon lequel un organisme est un système cybernétique, doté de contrôle automatique, est présent en biologie. Le concept holistique - théorie selon laquelle les facteurs déterminants en biologie sont des tous irréductibles - doit son succès essentiellement à l'existence de mécanismes de contrôle et de régulation opérant au niveau moléculaire qui déterminent développement et comportement. La caractéristique de tels systèmes à tous les niveaux de l'analyse - du niveau moléculaire jusqu'au niveau de l'organisme entier - n'est rien d'autre qu'une sorte de cybernétique sophistiquée. (...) A chaque niveau successif d'organisation, des qualités émergent ; or ces dernières ne peuvent être anticipées par les composants et elles confèrent une dimension supplémentaire à chaque niveau hiérarchique dans le monde biologique" (Encyclopaedia Britannica, Macropaedia, Volume 12, Philosophy of Nature, page 874, 15ème édition).

Appliqué à la podoréflexologie, ce concept implique que le pied, certes extrémité du membre inférieur permettant la motricité, d'un point de vue anatomique et mécanique ô combien pertinent, va se trouver "doté" de **qualités émergentes à d'autres niveaux hiérarchiques d'analyse** :

- C'est la partie du corps la plus éloignée de la conscience - avec toutes les implications **psychosomatiques** que cela suggère ;
- Au niveau **neuro-linguistique**, il suffit de penser - et de réfléchir - à toutes les expressions françaises et étrangères qui évoquent les pieds pour admettre qu'ils représentent bien plus pour les humains que la partie terminale de nos membres inférieurs ;
- Au niveau **histologique**, ces deux extrémités renferment les 4 tissus constitutifs du corps : tissus épithéliaux, musculaires, conjonctifs et nerveux, avec toutes les connexions tissulaires que cela peut impliquer ;
- Au niveau **physiologique**, presque tous les systèmes et appareils y sont représentés : le pied contient, comme le corps, des os avec leurs articulations, des muscles avec leurs tendons, des nerfs, des vaisseaux sanguins et lymphatiques ; certes il y manque les glandes endocrines, mais leurs hormones circulent dans le sang qui descend jusque dans les pieds et en repart ; il y manque aussi l'appareil respiratoire mais le sang qui arrive aux pieds par les artères apporte l'oxygène pulmonaire et les veines du pied renvoient le dioxyde de carbone ; quant au digestif, il n'est pas du tout représenté sauf par les nutriments qui circulent dans le sang eux aussi ; en contrepartie, les "zones réflexes" représentant l'appareil digestif sont très détaillées, principalement dans la voûte plantaire - d'où le nom de "réflexologie plantaire", car l'appareil digestif est sans nul doute l'appareil le mieux représenté en podoréflexologie ; on peut en dire autant de l'appareil uro-génital physiologiquement absent des pieds mais très "favorisé" en zones réflexes et en sudation.
- Au niveau **morphologique et analogique**, on ne peut s'empêcher de constater le parallélisme frappant entre les os du pied et la structure osseuse générale du corps ; il suffit d'imaginer l'individu "assis dans ses pieds" et se regardant comme dans un miroir : orteils représentant le segment tête-cou, le métatarsien représentant le thorax, la voûte plantaire l'abdomen et le talon le bassin.

Tous ces niveaux permettent d'entrevoir les liens holistiques entre les pieds et le corps qu'ils "représentent". *"Il n'y a dans l'économie qu'un but, tout le corps y participe : c'est une sympathie universelle. Tout est subordonné à tout le corps, tout l'est aussi à chaque partie"* (Oeuvres d'Hippocrate, traduction de Gardeil, chez Delahaye, 1855, volume 1, p.104).

Tout le discours hippocratique soutient une approche holistique de la médecine ; or la médecine dite occidentale a relégué cette dimension aux oubliettes, parce qu'elle n'est pas en harmonie avec les présupposés philosophiques mécanistes et matérialistes : *"Dit simplement, les mécanistes considèrent les organismes comme des machines subtiles : le tout est égal à la somme des parties (...) Selon eux, les organismes ne sont rien de plus que des systèmes physiques compliqués ; c'est une position réductionniste, qui consiste à dire que les principes biologiques peuvent être réduits à des lois physiques et chimiques."* (Encyclopaedia Britannica, Macropaedia, volume 12, page 873, Philosophy of Nature, 15ème édition.)

1.2. Comment ? -- Son fonctionnement et la recherche

Le fonctionnement de la podoréflexologie s'articule autour de **4 principes fondamentaux**.

Tout d'abord, les deux pieds constituent une unité : ils représentent chacun la moitié homolatérale du corps.

Chaque moitié du corps se trouve être "projetée" longitudinalement sur le pied correspondant en 5 grandes zones ou rayons correspondant chacun(e) à un orteil et à son prolongement longitudinal sur le pied. Cela fait donc 10 zones pour les 2 pieds et tout le corps. Toutes les parties du corps d'une même zone se trouvent donc être projetées dans la zone correspondante du pied et de l'orteil. C'est la projection longitudinale.

Cette projection longitudinale est "élargie" par une projection horizontale :

tête-cou <-> orteils
thorax <-> métatarsien
abdomen <-> voûte plantaire
bassin <-> talon

Le corps occupe 3 dimensions, les pieds aussi ; il y a donc une troisième projection "sagittale", en profondeur, dans les reliefs et creux du pied et dans ses parties médiales et latérales, d'où l'imperfection de l'appellation de réflexologie "plantaire", insuffisante et partielle.

Une quatrième dimension existe : elle sera, selon le cas, tissulaire, morphologique ou analogique. Les os du corps se projettent sur les os du pied, les articulations du corps sur les articulations du pied, les muscles sur les muscles, etc.

Le pied est donc "miniaturisé" dans les deux pieds, ce qui permet d'accéder à toutes les parties du corps, par voie "réflexe". Par différentes techniques de digitopression sur ces zones réflexes, il est possible d'agir sur les tissus et organes concernés. Certaines de ces zones peuvent s'avérer être douloureuses à la pression ; ou encore, le tissu palpé contient des indurations ou "incrustations". Toutes ces constatations ont un sens en podoréflexologie. Il faut donc de **solides connaissances en anatomie, physiologie et pathologie** pour pratiquer une podoréflexologie vraiment professionnelle, telle que le recommande les instances européennes de réflexologie.

Le processus de la projection "réflexe" n'est pas encore scientifiquement connu et reconnu. Il est probable que l'on ne trouvera jamais de lien nerveux direct, dans le système nerveux volontaire sensori-moteur, entre le foie et la partie supérieure droite de la voûte plantaire du pied droit, par exemple... La connexion est d'une autre nature que mécanique. Elle pourrait, en revanche, se faire, peut-être, par **voie indirecte neuro-végétative via le système nerveux central**.

Frandsen, réflexologue danois a publié "Why does Reflexology work? - Is the explanation found in the embryo?". Ce chercheur considère que **l'embryon contient l'information de l'organisme entier** (cf les cellules souches). L'homme n'a certes pas gardé la capacité à se régénérer à partir d'une de ses parties, comme la salamandre peut faire repousser sa queue par exemple. Néanmoins il aurait gardé l'aptitude à se guérir holistiquement depuis l'époque embryonnaire. Ainsi **chaque partie détient l'information du tout et peut contribuer à l'homéostasie du tout. Cette théorie explique le principe de la somatotopie** (soma = corps + topos = lieu => projection du corps sur les pieds), d'une part, mais aussi le principe de la réflexologie en général, qu'elle soit des pieds, des mains, des oreilles, du nez, du visage, etc. Cette théorie va dans le sens des dernières découvertes biologiques sur les cellules souches.

1.3. Où et quand ? Histoire de la podoréflexologie

Il se répète beaucoup "d'histoires" sur la podoréflexologie... Bien peu d'informations fiables en vérité.

Il est cependant probable que, d'un point de vue historique, la podoréflexologie tire son origine de pratiques empiriques extrême-orientales, chinoises ou tibétaines, quasi-chamaniques, comme la médecine de l'Antiquité avant Hippocrate du reste...

Quant à la podoréflexologie "occidentale", elle est apparue aux Etats-Unis, sous la plume d'**Eunice Ingham**, disciple du **Dr Riley**, lui-même disciple du **Dr Fitzgerald**. Ce dernier avait découvert les 10 zones longitudinales ; Riley y ajouta une projection horizontale et la localisation de certains organes. Riley était un médecin éclectique, ostéopathe et chiropracteur. Eunice Ingham continua les travaux de Riley, en multipliant les études de cas. **Elle ne s'est jamais inspirée de la médecine traditionnelle chinoise ni de sa démarche "énergétique". Son concept de "réflexe" venait directement des réflexes de la médecine ostéopathique d'une part, et de la théorie des zones de Fitzgerald d'autre part. Nous sommes dans les années 1930.** Elle développera une véritable stratégie "missionnaire" pour faire connaître la podoréflexologie dans tous les Etats-Unis, tout d'abord dans les milieux ostéopathiques et naturopathiques américains, puis vers un plus large public non professionnel.

Après la guerre, la podoréflexologie traverse l'Atlantique, puis la Manche et se diversifie dans un certain nombre de "courants", plus ou moins complémentaires. Des efforts sont faits au niveau international pour une reconnaissance de cette discipline en tant que telle.

2. Le métier de podoréflexologue

2.1. Reflexology in Europe Network (R.i.E.N.)

C'est un corps professionnel de fédérations et d'écoles de Réflexologie dans toute l'Europe. Ils s'unissent afin de développer la profession à travers des critères communs européens. R.i.E.N. promeut la recherche et les partenariats avec les services de santé pour la reconnaissance de la réflexologie comme une **médecine complémentaire**. Les instances européennes classent la réflexologie dans la catégorie des médecines complémentaires, comme l'ostéopathie, l'acupuncture, l'homéopathie, etc. R.i.E.N. est une association à but non lucratif.

2.2. Régulation du métier de podoréflexologue

En Europe, il y a différentes approches de la régulation des médecines complémentaires.

Au Danemark, par exemple, pays leader en ce qui concerne le développement de la podoréflexologie, il existe un registre de praticiens. Ils sont qualifiés par un certain niveau de formation, sont assurés professionnellement, et reçoivent des honoraires de la part des mutuelles publiques

Au Royaume-Uni, il existe un système de régulation volontaire, sous le Conseil des soins naturels et complémentaires (Complementary and Natural Healthcare Council). C'est la garantie d'une formation correcte et d'une assurance professionnelle.

2.3. Formation au métier de podoréflexologue

Il n'y a aucune protection du titre de podoréflexologue en Europe, ce qui signifie qu'il peut y avoir des niveaux de formation insuffisants. Cependant, R.i.E.N. et les fédérations et écoles impliquées développent des standards de formation et d'enseignement pour toute l'Europe. Le public se doit toutefois de garder sa vigilance, car beaucoup reste encore à faire dans ce domaine.

2.4. Déontologie

Il importe que cette profession naissante se démarque bien de tout le fatras qui accompagne parfois les démarches holistiques de santé. Sous ce mauvais prétexte, on trouve parfois associées à la podoréflexologie des pratiques qui relèvent de la **parapsychologie ou de l'occultisme**. Il s'agit pourtant de deux démarches différentes, voire antagonistes : **le podoréflexologue n'exerce aucun pouvoir sur son client**, car il ne fait que stimuler ses facultés d'autoguérison ; **l'occultiste utilise ou prétend utiliser "ses énergies" à des fins "thérapeutiques"** ; **il exerce donc un pouvoir ou prétend le faire en vue de "guérir"** son client. Le podoréflexologue qui pratique ce genre d'amalgame ne mérite pas d'exercer ce beau métier ; c'est un thaumaturge : "Les gens qui font de la magie et qui prétendent posséder un savoir supérieur ne cherchent qu'à tromper les hommes par leurs discours et leurs artifices" (Oeuvres d'Hippocrate, traduction de Gardeil, chez Delahaye, 1855, volume 2, p.3)

Il est donc important que les Fédérations qui travaillent à la régulation de cette profession ainsi que les écoles d'enseignement appliquent ce principe déontologique avec rigueur.

Ronald GRAVE

Si vous souhaitez recevoir les Lettres de l'Association CREER parce que les approches holistiques en général et les réflexologies en particulier vous intéressent, n'hésitez pas à vous abonner ... ce service vous est offert sans réserve ni obligation d'aucune sorte ! Vous recevrez les publications de notre association directement dans votre boîte e-mail.