

מה מלמדות אותנו כפות רגלינו

אם יש איבר בגוף שדרכו ניתן לאבחן ברמה מדוייקת- הן כפות הרגליים. כולנו נחשפנו לסוגים שונים של אבחונים, בכל מיני מקומות מיוחדים בגוף, אך כפות הרגליים הן אכן הבסיס להכל.

למה ?

משקל גופנו והיציבה מונחים על כפות הרגליים והן נושאות אותנו לכל מקום. לכן, כל שינוי ביציבה, או לחילופין, כל כאב בגוף משפיע על מאזן הלחץ בכפות הרגליים.

דוגמא נפוצה היא כאב גב תחתון- כאשר מופיע כאב בגב התחתון היציבה משתנה, הגוף מוטה קדימה, או לאחד הצדדים והוא מחפש את התנוחה שבה הכאב ייפחת. בכך משתנה מאזן הלחץ על כפות הרגליים. יש, לצורך העניין, יותר לחץ על אחת הרגליים והסימנים מתחילים להיווצר בכפות הרגליים.

לפיכך, אם אדם "סוחב" עימו כאב של 10 שנים, גם הסימנים בכפות הרגליים יהיו בהתאם. עם הזמן אל כאב הגב התחתון מתווספים עוד כאבים חדשים כתוצאה משינוי ביציבה, כגון- כאבי כתפיים וצוואר מהטיית הגוף, היכולים גם להקרין לכאבי ראש. ובסופו של דבר, נוצר כדור שלג, המכיל בתוכו- כאב גב תחתון, כתפיים וצוואר וכאבי ראש והכדור רק יילך ויגדל ויתווספו עוד ועוד כאבים ומחלות, אם לא תתקבל החלטה לעצור את כדור השלג ולטפל בתופעות הקיימות. אך כמו בטבע, אם כדור השלג לא ייעצר, הוא יכול להפוך להיות הרסני.

כל הכאבים האלו מסומנים בכפות הרגליים ובאמצעות האבחון ניתן לראות את מקומות הכאב ע"י סימני חוסר האיזון, איך המאובחן מתמודד עם הכאב ואיך הוא "הולך" את חייו.

יש כאלו הבוחרים לשכב כל היום במיטה ולא לעשות כלום, יש כאלו המסתובבים עם תיק תרופות ומנסים את כל המגוון ויש את אלו הממשיכים לתפקד עם הכאב כאילו כלום לא קרה ומתכחשים לכאב.

לכל אחת מדרכי ההתמודדות יש השלכות והסקת מסקנות המשפיעות על התנהלותו ובחירותיו בעתיד. אשר גם את אותן דרכי התמודדות ניתן לראות בכפות הרגליים.

למרות שהכאב בא לידי ביטוי בהיבט הפיזי, מאחוריו מסתתר היבט רגשי- נפשי, שהוא בעצם הבסיס לקיומו של הכאב.

תסכול עמוק, תחושת תקיעות, חוסר סיפוק, ייאוש, כעס, לחץ, עצב ועוד רבות הן התחושות המביאות לדיכאון, כאבים כרוניים, מחלות ועוד.

לכן, באמצעות האבחון בהיבט הפיזי, מאותרים סימני חוסר האיזון והוותק של התופעות/ כאבים שעליהם מעידים הסימנים- מה קדם למה? מה הבסיס עליו התפתח הכל? איך הופר האיזון בגוף והעמיק את הפער למימוש הפוטנציאל הבסיסי, האישי והאינדיבידואלי של כל אחד מאיתנו. ובאמצעות האבחון בהיבט הרגשי- נפשי מאותרים דפוסי התנהגות שליליים ותבניות חשיבה מוטעות המנהלות אותנו, את הבחירות וההחלטות שלנו ומהוות בסיס לחוסר איזון, כאבים ומחלות בגוף.

"אנשים מאוזנים"- הם תופעה שלא קיימת, בעיני. אך עם זאת, דרך מקום של חוסר איזון, ניתן לנצל את הכאב כהזדמנות לעבור שיעורים להגשמה עצמית ומימוש הפוטנציאל הבסיסי שלנו. לימוד דרך החוויות הפחות נעימות מביא אותנו למקום של בריאות וחיוניות.

עינת גולדמן, רפלקסולוגית, מטפלת ברפואה משלימה ומדריכת ויניאסה יוגה. מפתחת שיטת "מודעות הגוף" - התומכת במטופל לממש את פוטנציאל הבסיס שלו, בכל תחומי חייו, בכל שלב בו הוא נמצא בחיים, ובכל גיל.

שיטת "מודעות הגוף" משלבת: אבחון כף רגל, רפלקסולוגיה, שיטת גרינברג, עיסוי רפואי ושוודי, כוסות רוח, נרות הופי, תטא הילינג, דמיון מודרך, התמקדות ונשימות.

לפרטים נוספים: עינת גולדמן- מודעות הגוף

www.einatgoldman.com , 050-7767065, 077-7670086