

足部反射健康法を学んで

私は、実は日中リフレクソロジー協会のプロコースを受講する前に、若石のプロコースを3年前に卒業し、若石の直営店でも1年半程働いた経験があります。

多くの人の足に触れて、疑問がたくさん生まれた来ました。習った手技が正しいのか？反射区の場所は正しいのか？どこどこの反射区が悪いという自分の判断は正しいのか？

指や肩を痛める仲間が多い。良い対策はないのか？

思い切って、足部反射健康法を学んで見ることにしました。

新たに学んだことで、色々な発見がありました。

以前、私は甲状腺反射区の揉み方が、苦手でした。どうしても、若石で習った揉み方では力が入らないのです。これは、長年の悩みで

した。改めて勉強してその揉み方は、弱い揉み方であることを知りました。「若石は強揉み」と教えられました。自分でもそう信じて疑わなかつた私にとつては、驚きました。

「世の中には足の揉み方はたくさんあるが、元は一つでそれを広めた人達の好みによって、人々少しづつ変化してきたのではないか」と思います。

そして、今回教えて頂いた手技と以前に学んだ手技を使い分ければ、指や肩を痛める事もないと思います。

しかし、今までの悩みが全て解決した訳でもありません。また新たな問題も出てきました。反射区の位置が微妙に違う場合があることです。（若石の中でも人によって違う場合があります）問題はその全てがその人の無数の経験によるもので、実際にそれなりに効果があることです。私は、まだまだ経験不足なので、数多くの人の足に触れて結論を出すしかないのかなと思います。

単に、足についての知識を高めるだけでなく、
体全体について、食生活について、まだまだ
たくさんのこと勉強しなければならないと言
うことを見ました。

今回、足部反射健康法を学んだ事は、勉強の
終わりではなく、新たなスタートだと思いま
す。

足を揉むことで、人の健康に貢献したいと
言う気持ちを新たにしました。