

## Na UTW rozmawiali o refleksologii

Data publikacji: 10.05.2019 14:58

W czwartek (09.05.2019) na Sali konferencyjnej Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie odbył się kolejny wykład plenarny cieszyńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Tym razem zaproszony gość — Wioletta Szojda — opowiedziała o refleksologii.



fot. JŚ

W czwartek (09.05.2019) na Sali konferencyjnej Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie odbył się kolejny wykład plenarny cieszyńskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Tym razem zaproszony gość — Wioletta Szojda — opowiedziała o refleksologii.

Refleksologia to działania, które pomagają ludziom usprawnić ciało. Nie jest to lekarstwo, ale jej zadaniem jest wyrównywanie pracy wszystkich narządów, gruczołów i części ciała. Jak wskazywała prowadząca spotkanie, jest to nauka i sztuka, która potrafi przełożyć się na niezwykle skuteczną formę terapii. Skupia się na całościowym obrazie organizmu, a nie tylko na konkretnym schorzeniu. Jej zadaniem jest m.in. stymulowanie i uaktywnianie organizmu do działania oraz oczyszczanie ciała z toksyn. - **Nasze stopy odpowiadają całemu naszemu ciału. Jeżeli my na dzisiejszym spotkaniu bardziej spojrzymy na swoje stopy, to mogę państwu pokazać w bardzo prosty sposób, co stopy mogą wam powiedzieć o sobie, nawet jeżeli nie jesteście refleksologiami. Popatrzcie na swoje stopy i pomyślcie, przypomnijcie sobie, jak wyglądają. Pomyślcie, czy na przykład tutaj, pod palcem, od strony podeszwowej nie macie takiego dużego odcisku. Niektórzy mają haluks, a niektórzy mają tutaj taki duży odcisk. Dla refleksologa jest to informacja, że jest problem z kręgosłupem w odcinku szyjnym** — tłumaczyła Wioletta Szojda.

Refleksologia jest w stanie działać przeciwbólowo i wspomagająco. Nie jest lekarstwem, a refleksolog nie jest lekarzem. Jednak tym sposobem można znacznie wspomóc terapię.

JŚ