

Thierry ROBERT

RÉFLEXOLOGIE AURICULAIRE

Comment traiter soi-même
135 affections grâce
aux zones réflexes de l'oreille



Éditions
Chariot d'Or

Table des matières

INTRODUCTION	19
TECHNIQUES DE MASSAGE DE L'OREILLE	25
MISES EN GARDE	29
I. Réactions courantes	29
II. Contre-indications	30
III. Précautions.....	31
MASSAGE PROPHYLACTIQUE DE L'OREILLE	33
MÉTHODE DE MASSAGE THÉRAPEUTIQUE DE L'OREILLE	35
TRAITEMENT DES PATHOLOGIES COURANTES PAR LE MASSAGE DES ZONES RÉFLEXES DE L'OREILLE	39
Acné	40
Acouphènes, surdité	41
Agalaxie (manque de lait)	42
Aménorrhée (absence de règles).....	43

Amygdalite (inflammation	44
des amygdales)	44
Angine de poitrine	45
Anorexie, malnutrition, diarrhée infantiles	46
Arthrite et polyarthrite rhumatoïdes	47
Arythmie cardiaque	48
Asthme	49
Blennorragie, gonococcie	50
Bronchite	51
Bronchodilatation	52
Calculs urinaires	53
Cardite rhumatismale	54
Cataracte	55
Cauchemars, terreurs nocturnes	56
Chloasma (taches de grossesse).....	57
Chocs (origines diverses)	58
Cholécystite, lithiase biliaire	59
Colite aiguë	60
Colite chronique.....	61
Conjonctivite	62
Constipation	63
Coqueluche	64
Coup de chaleur	65
Diabète insipide	66

Diabète sucré	67
Diarrhée	68
Dorsalgie chronique	69
Douleurs bucco-dentaires (odontalgie)	70
Douleurs cancéreuses	71
Douleurs intercostales	72
Douleurs thoraciques	73
Drainage hormonal	74
Dysenterie bacillaire	75
Dysménorrhée	76
Eczéma	77
Entorse, contusion	78
Entorse lombaire aiguë, élongation	79
sacro-lombaire	79
Énurésie infantile (pipi au lit)	80
Épistaxis (saignement de nez)	81
Éréthisme cardiaque	82
Esthétique	83
Fatigue oculaire	84
Fibromyome utérin	85
Fièvre	86
Fractures	87
Frilosité	88
Gastrite	89
Gonarthrite (douleur du genou)	90

Goutte	91
Grippe, rhume	92
Hémorroïdes	93
Hépatite virale.....	94
Herpès	95
Hoquet	96
Hyperactivité infantile	97
Hyperhidrose (transpiration excessive)	98
Hyperlipidémie.....	99
Hypertension artérielle.....	100
Hyperthyroïdie	101
Hystérie	102
Ictère (jaunisse)	103
Impuissance	104
Infection urinaire	105
Infertilité féminine	106
Infertilité masculine	107
Inflammation pelvienne	108
Insomnie	109
Leucopénie	110
Leucorrhée profuse	111
Maladie de Parkinson	112
Maladie de Raynaud.....	113
Maladies hypotensives	114
Mal des transports.....	115

Manque d'appétit (anorexie)	116
Ménopause	117
Métrorragie	118
Migraine, céphalée	119
Myasthénie	120
Myopie, hypermétropie.....	121
Nausées, vomissements	122
Néphrite chronique.....	123
Névralgie du trijumeau.....	124
Névralgie intercostale	125
Névrodermite.....	126
Obésité	127
Odontalgie (mal de dents)	128
Orchite, épididymite.....	129
Oreillons	130
Orgelet	131
Ostéoporose	132
Otite moyenne	133
Palpitations.....	134
Paludisme	135
Pancréatite	136
Paralysie faciale.....	137
Périarthrite de l'épaule.....	138
Pharyngite chronique	139
Pneumonie	140

Pollakiurie émotionnelle	141
Prolapsus du disque intervertébral	142
Prolifération lobulaire mammaire	143
Prostatite	144
Prurit	145
Psoriasis	146
Ptôse gastrique	147
Rachitisme	148
Réactions aux perfusions et transfusions sanguines	149
Règles irrégulières	150
Rétention et incontinence urinaires	151
Rhinite, sinusite	152
Sciatique	153
Séquelles de commotion cérébrale	154
Sevrage tabagique et alcoolique	155
Somnolence postprandiale	156
Spermatorrhée (pertes séminales)	157
Spondylose cervicale	158
Stéatose hépatique	159
Stress des examens	160
Syncope	161
Syndrome de fatigue	162
Syndrome du rachis cervical	163
Syndrome prémenstruel	164

Talalgie	165
<i>Tennis-elbow</i> (épicondylite).....	166
Torticolis	167
Toux	168
Toux laryngée	169
Ulcération buccale	170
Ulcère (gastroduodéal)	171
Urticaire	172
Verrue plane	173
Zona	174
OUVRAGES DE RÉFÉRENCE	175

INTRODUCTION

Pour la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC), tous les éléments du corps sont indissociables, interdépendants et interactifs par l'intermédiaire des nerfs, des fluides corporels et des méridiens qui couvrent l'ensemble du corps et assurent la communication entre l'intérieur et l'extérieur. Chacune des parties du corps humain est ainsi en correspondance avec l'ensemble, en particulier l'oreille, qui est l'organe externe dont les contours sont les mieux délimités, et celui considéré comme le plus polyvalent. En effet, non seulement l'oreille reflète – avec la plus grande sensibilité – l'état des organes, mais elle permet également de restaurer l'état de santé de l'organisme par une action sur une zone déterminée.

Bien que l'étude de l'oreille externe remonte à des milliers d'années en Chine, il a pourtant fallu attendre le milieu du xx^e siècle pour qu'un médecin français, le docteur Paul Nogier, apporte un éclairage magistral à la question des correspondances oreille/organes, avec la « théorie du fœtus inversé » qui servira de référence autant à la découverte de nouveaux points auriculaires qu'au développement

de nouvelles approches. Des études minutieuses largement vérifiées montrent que ces correspondances se présentent, la plupart du temps, sous la forme de zones, encore souvent appelées « points » par la seule force de l'habitude.

Les informations émises par les tissus malades sont transmises à ces zones de l'oreille via les méridiens, et se traduisent par une modification locale d'aspect, un changement de couleur, l'apparition de papules, une modification de l'apparence des vaisseaux sanguins, une desquamation, etc., qui témoignent des déficiences et des excès, de la richesse et de la pauvreté du sang et de l'énergie (Qi), de l'aggravation et de l'amélioration des maladies.

La stimulation extérieure de ces zones de terminaisons nerveuses, ou de récepteurs sensoriels en relation avec chacune des parties du corps, provoque une réponse physiologique naturelle incontrôlée du corps connue sous le terme de « réflexe ». Par exemple, la douleur d'une coupure au doigt provoque, de manière réflexe, la stimulation des glandes surrénales situées au-dessus des reins, qui libèrent alors de l'adrénaline dans le sang pour atténuer la douleur. Les récepteurs sensoriels transmettent des impulsions le long des

nerfs sensitifs jusqu'aux centres nerveux, qui les analysent et envoient, par l'intermédiaire des nerfs moteurs, des informations aux organes qui vont produire un effet final en réaction à la stimulation de départ, dans le but de soulager, voire de guérir, le mal. Ces zones portent tout naturellement le nom de « zones réflexes ».

L'acquisition des règles de base de cette méthode thérapeutique, couramment appelée « réflexothérapie », permet, dès les premiers signes d'apparition d'un déséquilibre, d'harmoniser le fonctionnement du corps en stimulant les zones réflexes appropriées, et donc de soulager la maladie ou de maintenir le corps en bonne santé. La relation étroite entre l'oreille et le reste du corps détermine le large éventail des indications de ses zones réflexes dont la stimulation s'avère étonnamment efficace dans de nombreuses pathologies courantes : insomnie, migraine, hypertension, calculs biliaires, vertiges, refroidissements, gastrite, rhumatismes, herpès, entorses et douleurs diverses, troubles des règles, infertilité, énurésie, retard de développement mental, perte d'appétit, hyperactivité, myopie, rhinites aiguës et chroniques, douleurs dentaires, pharyngites, syndrome de Ménière, enrrouement, etc.

Le massage des zones réflexes de l'oreille se présente comme une méthode écologique et naturelle qui consiste à stimuler une portion déterminée de l'oreille à l'aide d'instruments comme des aiguilles, des tiges et des billes de massage, des boules magnétiques, etc., ou tout simplement avec les doigts ou un objet pointu comme le capuchon d'un stylo, pour activer la circulation du Qi et du sang dans les méridiens et rééquilibrer les vides ou les excès organiques, afin de ramener progressivement le corps à un état de santé. Chez un sujet sain, cette stimulation a pour effet de renforcer le Qi, de tonifier le corps, de prévenir l'apparition des maladies, et d'allonger la durée de vie, selon le principe des médecins chinois de l'Antiquité, qui cherchaient à prévenir plutôt que guérir.

La procédure est simple à mettre en œuvre et à maîtriser, et peut être pratiquée à tous les âges en automassage ou en massage mutuel. Elle est non traumatisante, ne nécessite pas de prise médicamenteuse, et la longue expérience de cette pratique en Chine tend à prouver qu'elle est à la fois sans danger ni effets secondaires, et d'une efficacité impressionnante pour prévenir ou guérir un grand nombre de maladies, ou tout simplement rester en bonne santé.

Expurgé des termes médicaux savants et de toute théorie complexe qui ne pourraient que rendre son utilisation fastidieuse à tout un chacun, ce livre, résolument pratique, est destiné à ceux qui souhaitent faire immédiatement l'expérience d'une méthode de guérison étonnamment efficace, simple, naturelle, sans danger et totalement gratuite.

Chaque maladie y est classée de manière alphabétique et renvoie à l'image unique d'une oreille sur laquelle les zones réflexes ont été numérotées afin de repérer facilement celles qu'il convient de stimuler pour traiter un problème spécifique.

**TRAITEMENT DES
PATHOLOGIES
COURANTES PAR LE
MASSAGE DES ZONES
RÉFLEXES DE L'OREILLE**

Acné

Massage auriculaire

1. Effectuer un massage prophylactique tel que conseillé en début d'ouvrage.
2. Stimuler 50 fois chacune des zones suivantes de la planche dépliable sur les 2 oreilles en même temps.
23 – 25 – 26 – 34 – 35 – 38 – 41 – 51 – 52 – 56.

Fréquence du massage auriculaire

Matin et soir pendant 1 mois.

Effets du massage auriculaire

Dissipe la chaleur des poumons. Stimule le drainage gastro-intestinal. Élimine les excès de sébum et les déchets métaboliques. Régularise les fonctions endocrines et les sécrétions hormonales.

Conseils

Respecter une bonne hygiène alimentaire à base de fruits et de légumes. Éviter les graisses, les sucres et les épices. Veiller au bon transit intestinal. Adopter une attitude plus optimiste. Faire de l'exercice.

Acouphènes, surdité

Massage auriculaire

1. Effectuer un massage prophylactique tel que conseillé en début d'ouvrage.
2. Stimuler 50 fois chacune des zones suivantes de la planche dépliant sur les 2 oreilles en même temps : 6 – 30 – 32 – 40 – 42 – 43 – 56 – 58 – 67.

Fréquence du massage auriculaire

Matin et soir pendant 1 mois.

Effets du massage auriculaire

Tonifie et régularise le foie. Nourrit les reins. Calme le feu.

Conseils

Exercice à pratiquer pendant 5 minutes après le massage auriculaire pour en renforcer les effets : boucher délicatement les trous des oreilles en appuyant sur les tragus avec les index, et tapoter les ongles des index avec la pointe des majeurs de manière lente et rythmée pour produire le son d'un tambour.

Agalaxie (manque de lait)

Massage auriculaire

1. Effectuer un massage prophylactique tel que conseillé en début d'ouvrage.
2. Stimuler 50 fois chacune des zones suivantes de la planche dépliant sur les 2 oreilles en même temps : 23 – 30 – 32 – 33 – 37 – 52 – 56 – 58 – 65 – 67.

Fréquence du massage auriculaire

Matin et soir pendant 1 mois.

Effets du massage auriculaire

Stimule la circulation du Qi et du sang dans la région du thorax et augmente la sécrétion de lait.

Conseils

Éviter le stress et le surmenage.

Adopter un régime alimentaire riche en protéines pour renforcer les effets du massage.

Aménorrhée (absence de règles)

Massage auriculaire

1. Effectuer un massage prophylactique tel que conseillé en début d'ouvrage.
2. Stimuler 50 fois chacune des zones suivantes de la planche dépliant sur les 2 oreilles en même temps : 19 – 30 – 32 – 33 – 38 – 40 – 41 – 42 – 43 – 52 – 57 – 61.

Fréquence du massage auriculaire

Matin et soir pendant 3 mois.

Effets du massage auriculaire

Régularise la circulation du Qi. Nourrit le sang. Draine les méridiens. Soulage le foie.

Conseils

La pratique régulière de ce massage auriculaire agit efficacement sur l'aménorrhée primaire.

Dans l'aménorrhée secondaire, il convient de traiter en priorité la maladie primaire en cause. Le massage auriculaire intervient alors en thérapie d'appoint.