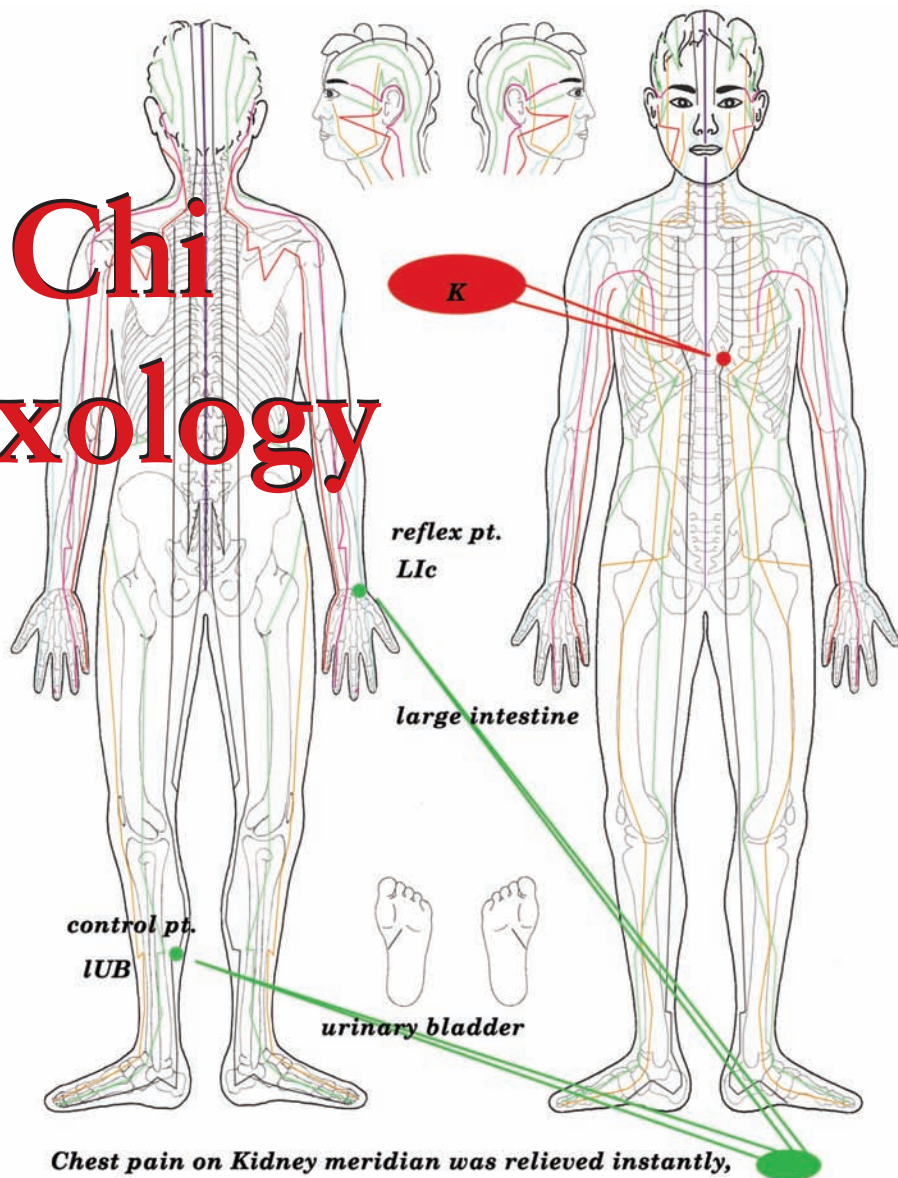


Thai Chi Reflexology



***Chest pain on Kidney meridian was relieved instantly,
after Lic and IUB were pressed and held simultaneously.***

Greetings From RAC



Some years ago, there was a TV series and each episode usually ended with, or included the words, “I love it when a plan comes together.” We can all relate to that and to the pleasure that derives from the successful outcome of planning.

Right now at RAC we are beginning to feel the first elements of pleasure as plans that have been in the works for many, many years begin to come to fruition and the signs are that the initial momentum we are experiencing will gather more and more speed.

I am referring to that long thorny question of health insurance coverage for Reflexology treatments. There has, until now, been little acceptance of Reflexology as a modality that insurance companies will cover and, whilst there were some exceptions, there was little or nothing that our members could rely on. For many that meant much less business than they needed.

At RAC we have worked tirelessly to change the minds of insurance companies including sending personal letters to each and every Board member of the major companies. It was a journey that seemed to have no end. Each avenue we explored seemed to lead to the same result – namely statements from the insurance companies that before they would include Reflexology in their coverage they needed to be aware of a demand for it.

Members and their clients, encouraged by the RAC head office, have increasingly bombarded insurance companies and corporate HR departments with demands to include our modality. This has been and will, indeed, continue to be a true TEAM RAC effort and the value of that concept is now being proved.

Suddenly – or so it seems – at least two of the major insurance companies have begun calling RAC to check on whether this or that therapist is a bona fide RAC member. More importantly and significantly, we are being asked whether this or that member has the RCRT designation. That has become the criterion for the decision by the insurance companies to reimburse or not and, with that, we see the beginning of a trend that, we believe, will lead to more and more insurance companies offering Reflexology coverage. Of course, your clients need to have it on their policies so there is still work to do but we can all feel proud that our combined efforts are starting to be vindicated. When the RCRT programme was first introduced there was a lot of opposition to it even though it was definitely a member driven initiative.

Many left RAC in protest but the wheel has turned full circle and past members will have to rejoin if they want to take advantage of this plan coming together. Those of you who have remained loyal will reap the rewards. From one group of TEAM RAC members to many others we offer a heartfelt THANK YOU. ❖

Table Of Contents / Table des matières

Tai Chi Reflexology <i>By: Chin Hua Chu</i>	4
La Réflexologie Tai-Chi <i>Par: Chin Hua Chu</i>	8
Book Review: Spiritual Reflexology: Spiritual Gifts of the Body <i>Review by France Trudeau</i>	12
Upcoming Events / Événements Suivants	15

Acceuil de l'ARC



Il y a quelques années, je regardais une série télévisée et chaque épisode se terminait habituellement avec une formule du genre : « J'aime bien quand on met en place un plan ». Nous pouvons tous comprendre ce sentiment et le plaisir que l'on éprouve lorsque notre plan connaît du succès.

L'ARC commence à ressentir les premiers effets du plaisir à mesure que les plans que nous avons mis en place il y a plusieurs années commencent à porter leurs fruits. D'ailleurs, ces premiers moments exaltants sont signe d'un avenir tout aussi excitant.

Je me réfère à la question épineuse qui se pose depuis longtemps concernant le remboursement des traitements de réflexologie par les régimes d'assurance-maladie. Jusqu'à maintenant, la réflexologie était une pratique très peu remboursée par les compagnies d'assurances et, quoiqu'il y ait quelques exceptions, nos membres ne pouvaient compter que sur très peu, voire sur rien, ce qui signifiait pour plusieurs, des affaires plus que difficiles.

À l'ARC, nous avons travaillé sans relâche à changer la mentalité des compagnies d'assurances en envoyant, entre autres, des lettres personnelles adressées à chacun des membres du conseil d'administration des principales compagnies. Cette odysée nous a semblé interminable. Chaque voie que nous emprunions semblait mener aux mêmes résultats, à savoir que toutes les compagnies d'assurances nous répondaient qu'avant qu'elles puissent inclure la réflexologie dans leur plan de protection, elles devaient prendre conscience de la demande pour un tel traitement.

Les membres et leurs clients, encouragés par le siège social de l'ARC, ont bombardé avec de plus en plus d'ardeur les compagnies d'assurances et les grands services des ressources humaines de demandes pour inclure ce service. L'importance de ce concept ayant maintenant fait ses preuves, l'ARC considère que vous avez fait un véritable travail d'ÉQUIPE.

Soudain, il nous semble à tout le moins, au moins deux des principales compagnies d'assurances ont commencé à téléphoner à l'ARC pour vérifier si tel ou tel thérapeute est un membre en règle de l'ARC. Qui plus est, on nous demande si tel ou tel membre détient le titre de TARC. Cet agrément est devenu le critère décisif pour que les compagnies d'assurances remboursent ou non et nous y voyons le début d'une tendance qui, selon nous, incitera de plus en plus de compagnies d'assurances à offrir la réflexologie dans leur plan de protection. Bien entendu, vos clients doivent bénéficier d'un régime qui l'offre, nous avons donc encore beaucoup de travail à accomplir, mais nous pouvons tous être fiers que les efforts que nous avons déployés ensemble commencent à avoir des effets. Lorsque le programme de TARC a d'abord été introduit, nous avons fait face à beaucoup d'opposition, même s'il était indéniablement une initiative encouragée par les membres.

De nombreuses personnes ont quitté l'ARC en signe de protestation, mais la donne a changé et les anciens membres devront à nouveau adhérer s'ils veulent profiter des privilèges qu'apporte l'adhésion à l'ARC. Ceux et celles qui nous sont restés fidèles en récolteront les avantages. Nous tenons donc à remercier chaleureusement tous les membres de l'ARC pour un travail d'équipe extraordinaire. ❖

TAI CHI REFLEXOLOGY

Author: Chin Hwa Chu, DRAC., MSc, was born in China in 1948 and raised in Hong Kong and Taiwan before moving to the United States where he received a Masters in Chemical Engineering before emigrating to Canada in 1976. In the early '90s Chin began to seek alternatives to traditional medicine, both to assist his mother after she suffered a stroke and to help deal with his own illnesses. Since that time Chin has been operating a successful reflexology and acupuncture practice in Winnipeg, Manitoba. He dedicates much of his time to the research of reflexology and has written numerous training manuals on topics such as meridian studies, ear reflexology, advanced reflexology, and Chinese Gua Sha. He is currently working on completing a Tai Chi Reflexology manual and starting a new manual on eye reflexology. Chin Hwa Chu can be contacted at TaiChiReflexology@gmail.com.

INTRODUCTION:

Most reflexologists study reflexology for years using the same basic concepts learned when beginning to practice. Tai Chi Reflexology is a new approach that uses the wisdom of traditional eastern techniques but opens the mind to new ideas and concepts in order to further enhance the practice of reflexology.

During the RAC 2010 Conference the author demonstrated how Tai Chi Reflexology can relieve lower back pain in just one minute by using different reflexes with different people. At the end of the seminar, he also worked with a reflexologist from Saskatchewan to relieve a headache she had had for hours that day. In the course of the author's research there have been numerous cases where pain was relieved in only a few seconds.¹⁻⁴ This offers a great opportunity to expand the practice of, and thinking behind, reflexology.

The Cause & Relief of Pain

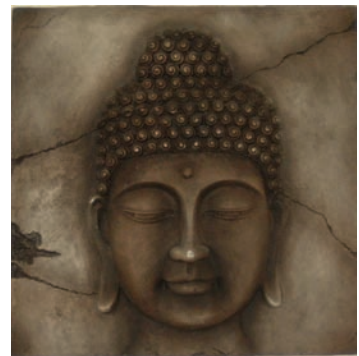
Traditional Chinese Medicine (TCM) is based on the theory that congestion of energy (or lack of circulation of chi and blood) causes pain.

Based on this it is assumed that decongestion is the answer. In order to decrease this congestion, a new balanced state (or reservoir) must be created in the pain region by creating an exit for the congested energy to move toward. Some argue that, even after creating this new state, the pain may return – but the author believes that this happens when an insufficient exit was provided.⁴

Many different modalities are used to ease pain. Whether through the use of drugs, exercise, massage, reflexology, acupuncture, or any other method, the goal is the same – to move or disperse the congested energy of one area so that it may flow freely. When we do this, the pain dissolves, or exits, in to a pool of free flowing energy that is referred to as the reservoir.

If this pool of free flowing energy is not large enough it may be easily influenced (or dominated) by the energy outside of the

INDIAN HEAD MESSAGE COURSE



*Through the Canadian
Centre of Indian Head Massage*

*Classes are available and
ongoing throughout Canada*

RAC Approved for 9.5 CEUs

Please contact
Debbie Boehlen
at 905-714-0298
or visit website at
www.indianheadmassagecanada.com
for workshop dates

TAI CHI REFLEXOLOGY (cont.)

reservoir and so the larger the reservoir, the longer the relief. When the energy outside of the reservoir is not free flowing, as is the energy within the reservoir, it will create an imbalance of energy that causes the pain to return. Theoretically, if a reservoir can be created that is as large as the entire body then the individual will never suffer from anything.

Formula for Successful Pain Relief

When a patient complains of pain a reflexologist will typically analyze the problem area and use the appropriate reflexes to treat the patient. To take it a step further, others will see the energy meridian that leads to the congestion (that is causing the pain) and then locate the reflex on that meridian as well as considering alternative reflexes as there are often more than one reflex for a single congested area. In order to effectively remove the pain it is important to know two things:

1. All of the reflexes related to the congested area; and
2. the appropriate meridians that relate to the congestion.

Basic reflexology information provides very little explanation about how and why the reflexes correspond with specific parts of the body which can make it difficult to produce consistent results. The author sought to deal with this frustration by studying many books, conducting case study research, and eventually developing Tai Chi Reflexology.

The Concept of Tai Chi Reflexology

The concept of Tai Chi originated over 7,000 years ago in the Yellow River area of China. It incorporates the Chinese concept of yin and yang (the elements of the universe). It is believed that through the interaction of yin and yang everything occurs.^{6,7,8}

Yin and yang are: ^{6,7,8}

- within each other;
- opposing forces, but also embracing one another;
- interchangeable, yet inseparable;
- constantly moving; and
- exist in everything (such as time, matter, situations, and even our own behaviours).

In the human body blood and chi represent yin and yang and are distributed throughout the body. This was key in the author's discovery of the first basis of Tai Chi reflexology. Instead of five horizontal zones taught in basic reflexology, study of the yin and yang distribution shows more than 70 horizontal zones throughout the body – all of which repeat several times as they are reflexes for each other. The second basis of Tai Chi reflexology comes from the 26 meridians and the Five Element theory,^{7,8} that

MY REFLEXOLOGY SUPPLY STORE

BOOKS, DVD,
FOOT, HAND or EAR
CHARTS (4 sizes),
EAR & FOOT MODELS,
RECLINING CHAIRS,
AND much more....

VISIT:

www.pacificreflexology.com

OR CALL

1(800)688-9748

TAI CHI REFLEXOLOGY (cont.)

explain the relationships between meridians. Using the combinations carefully, 26 vertical zones are established and each zone is influenced by the others in a unique way, according to the conditions and health of the body. Tai Chi reflexology converts the body into an 800 point grid and each point is actually a reflex of the 200 other points. In other words, for any one given pain, there are 200 reflexes that can be found and used to provide pain relief.

The final step in successful Tai Chi Reflexology is to select the proper reflexes on the responsible meridians.

It has been the author's experience that Tai Chi Reflexology has the following results:

- providing faster relief with a higher success rate and fewer treatments;
- allowing for the customization of treatment plans for each client and condition while always having a back-up plan;
- providing relief of many different areas that may be caused by the same origin
- providing a reasonable explanation and expectation of our work;¹⁻⁴ and
- help explain differences in the way we practice basic reflexology. (i.e. Why do some reflexologists use the right toe for headaches on the right side and some use the left? Why do ankle reflexes relieve shoulder pain? What is the relationship between the shoulder and hip or the knee and elbow?).^{9,10,11}

CONCLUSION

While the author continues his research, including his current work to categorize over 18 types of pain and discomfort and cross reference them with over 400 different treatment patterns, Tai Chi Reflexology offers opportunities in pain relief that were not as readily available in traditional reflexology.

Diagram 1

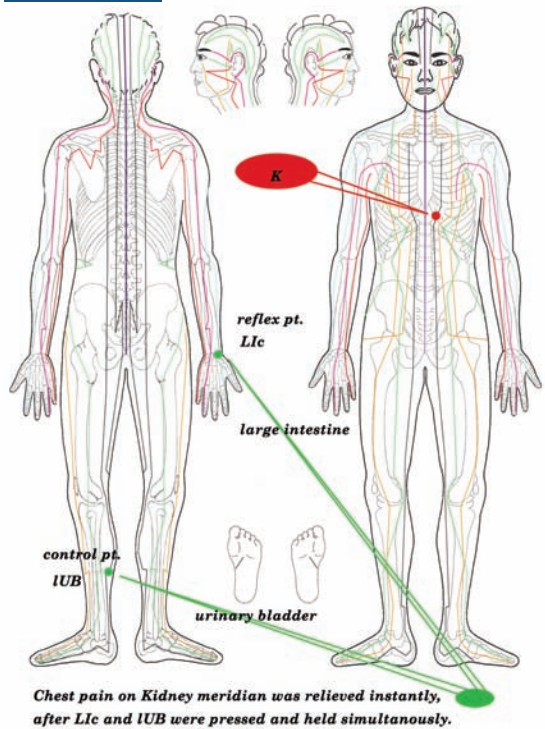
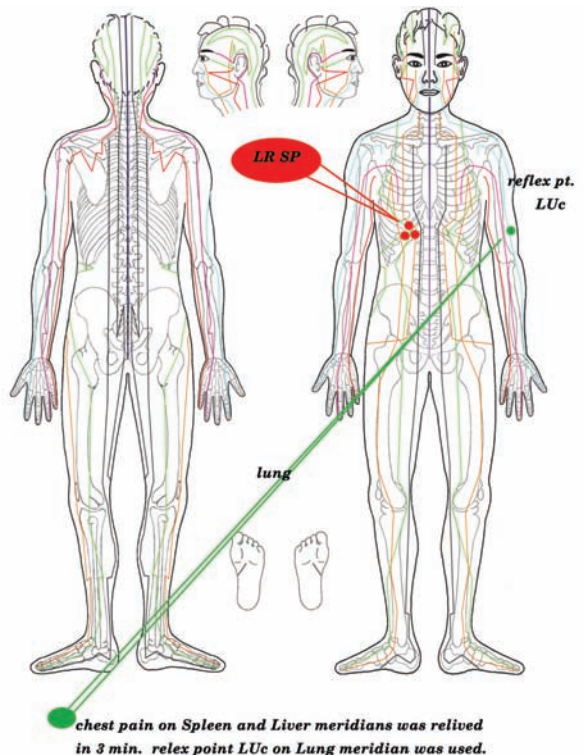


Diagram 2



TAI CHI REFLEXOLOGY (cont.)

Diagram 3

- Multiple pain relieved with one reflex

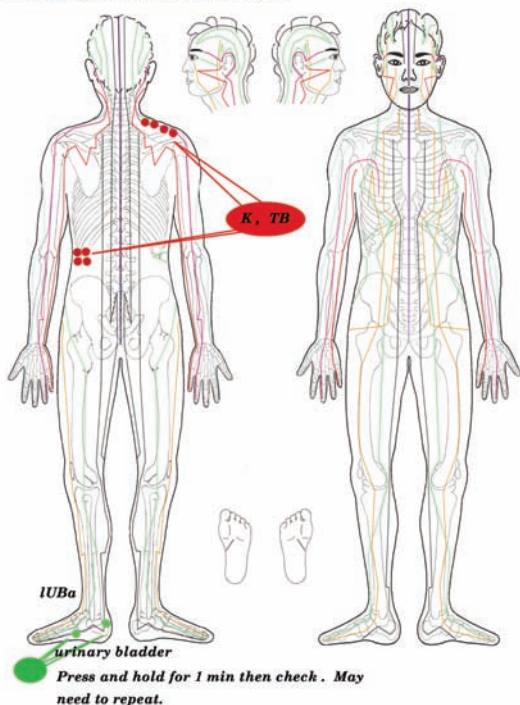
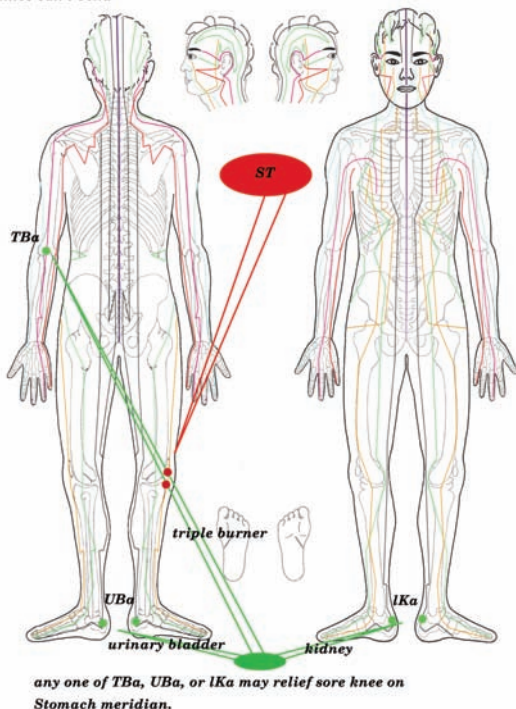


Diagram 4

*multiple solutions for one pain.
knee can't bend*



REFERENCES:

1. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg : Self published manual. Pg CH17RFF (instant relief).
2. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Self-published manual. Pg CH16aRFF (3 min relief).
3. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Self-published manual. Pg LB5RFF (same reflexes for multiple pain of the same origin).
4. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Self-published manual. Pg KN12RFF Pg KN12RFF (multiple solutions for one pain).
5. Kao, S.C. Dr. (2006). Revolution in Pain Relief. Taipei : Uian Sui Publishing Co. Page 128.
6. Lau, J.J (2005). First lesson of "I-Qing. Taipei : Uian Shen Publishing Co. Page 23.
7. Nanking TCM University (2007) Interpretation of "LING XUE". Taipei: Van Kuang Book Co. Pages 78-109.
8. Mong, K.T. (2007). Mathematics of Yin-Yang and Five Phases and its Application in TCM. Beijing : Science Publishing Co. Pages 1-9.
9. Lee, S.M. Dr. (1992). How to Practice Foot Reflexology Effectively. Taipei : Van Jing Ser Publishing Co. Pages 32-33.
10. Masafret, Heidi, Lee, P.L. (1992). Translation Copy of "Good Health for the Future". Taichung : Kuang Che Publishing Co. Pages 119, 137.
11. Reflexology Association of Canada (2001). Foot Reflexology Manual. Winnipeg : Canada. Pages 2-7.

LA RÉFLEXOLOGIE TAI-CHI

Author: Chin Hwa Chu, docteur en acupuncture, M. Sc., est né en Chine en 1948 et a grandi à Hong Kong et à Taïwan avant de partir aux États-Unis où il a obtenu une maîtrise en génie chimique. C'est en 1976, qu'il a émigré au Canada. Au début des années 90, Chin a commencé à rechercher des solutions de rechange à la médecine traditionnelle, à la fois pour aider sa mère après que cette dernière ait été victime d'un AVC et pour aider à gérer ses propres affections. Depuis cette époque, Chin dirige un cabinet de réflexologie et d'acupuncture qui connaît beaucoup de succès à Winnipeg, au Manitoba. Il consacre une grande partie de son temps à la recherche sur la réflexologie et a écrit de nombreux manuels de formation sur différents sujets, tels l'étude des méridiens, la réflexologie des oreilles, la réflexologie de niveau avancé et le gua sha chinois. Il travaille actuellement sur un manuel de réflexologie tai-chi et a entrepris un nouveau manuel sur la réflexologie des yeux. On peut communiquer avec Chin Hwa Chu à l'adresse : TaiChiReflexology@gmail.com.

INTRODUCTION :

La plupart des réflexologues étudient la réflexologie durant des années en utilisant les mêmes principes de base appris lorsqu'ils ont commencé à pratiquer. La réflexologie tai-chi est une nouvelle approche qui exploite la sagesse des techniques traditionnelles occidentales en ouvrant l'esprit sur de nouvelles idées et de nouveaux principes afin d'améliorer encore davantage la pratique de la réflexologie.

Lors de la conférence 2010 de l'ARC, l'auteur a fait la démonstration de la façon dont la réflexologie tai-chi peut soulager en seulement une minute les douleurs lombaires en exerçant une pression sur les différents points réflexes du patient. À la fin du séminaire, il a également travaillé avec une réflexologue de la Saskatchewan pour l'aider à soulager un mal de tête dont elle souffrait depuis des heures cette journée-là. Au cours des recherches effectuées par l'auteur, il y a eu de nombreux cas où la douleur s'est dissipée en seulement quelques secondes.¹⁻⁴ Ces méthodes offrent une occasion idéale de développer la pratique de la réflexologie et d'en avoir une autre perspective.

Les causes et le soulagement de la douleur

La médecine traditionnelle chinoise repose sur la théorie que la congestion d'énergie (ou le manque de circulation du chi et du sang) cause la douleur. En se basant sur cette théorie, on assume que la décongestion est la réponse, et afin de réduire cette congestion, on doit créer un nouvel état équilibré (ou réservoir) dans la région où se trouve la douleur en donnant à l'énergie congestionnée une porte de sortie. Selon certains, même après avoir créé ce nouvel état, la douleur peut revenir, mais l'auteur croit cependant que cela se produit si la porte de sortie créée était insuffisante.⁴

De nombreux moyens différents sont utilisés pour soulager la douleur. Que ce soit à l'aide de médicaments, de l'exercice, de massages, de la réflexologie, de l'acupuncture ou de toute autre méthode, l'objectif reste le même : de déplacer ou de disperser l'énergie congestionnée d'une région pour qu'elle circule plus librement. Ce

CONFERENCE LAYAWAY PLAN

In recognition of the financial pressures that can sometimes make Conference attendance more difficult, RAC is continuing its *Conference Layaway Plan*.

RAC members can make monthly deposits, in amounts of \$10 or more, in to a layaway account from now until 2012 registration closes. The total amount saved will then be applied to the registration fee with any balance being returned to the member in order to help cover hotel and travel costs.

Start saving now and take the pressure off!
Save a minimum of \$15 per month with the Layaway Plan and be entered in a special draw for free Conference attendance!!!

Contact Member Services
at 1-877-722-3338 or
memberservices@reflexolog.org
for details and a sign up form.
The sign up form is also available at
www.reflexolog.org.

See you in Toronto,
November 8 to 11, 2012!

LA RÉFLEXOLOGIE TAI-CHI (cont.)

faisant, la douleur se dissipe ou se retire dans un bassin où l'énergie circule librement et qu'on appelle un réservoir.

Si ce bassin où l'énergie circule librement n'est pas assez grand, l'énergie qui s'y trouve pourrait être plus facilement influencée (ou dominée) par l'énergie qui se trouve à l'extérieur du réservoir, donc plus le réservoir est grand, plus le soulagement durera longtemps. Lorsque l'énergie à l'extérieur du réservoir ne circule pas librement, comme l'énergie à l'intérieur du réservoir, il y aura un déséquilibre d'énergies qui engendrera un retour de la douleur. Théoriquement, si l'on pouvait créer un réservoir aussi grand que le corps humain, alors la personne ne souffrirait jamais de rien.

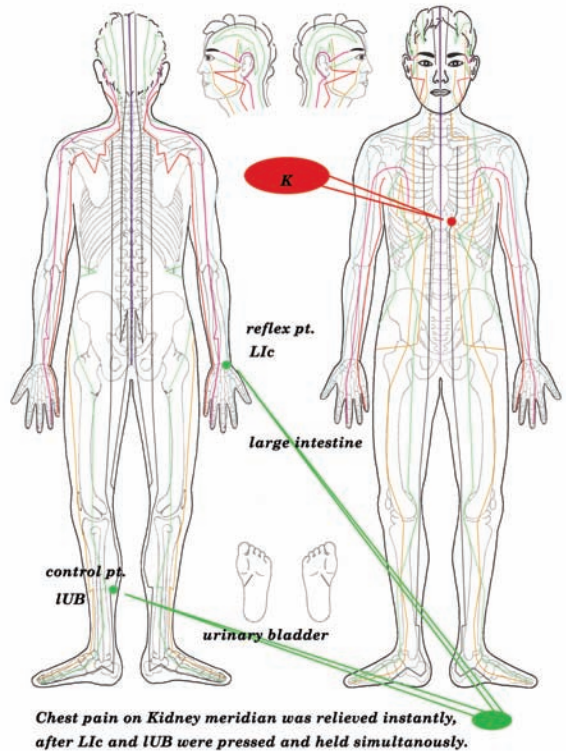
Formule pour un soulagement efficace de la douleur

Lorsqu'un patient se plaint de douleurs, le réflexologue analysera habituellement la zone problématique et se servira des points réflexes appropriés pour traiter le patient. Pour aller un peu plus loin, d'autres détermineront le méridien d'énergie qui mène à la congestion (causes de la douleur) et localiseront ensuite le point réflexe sur ce méridien tout en envisageant des points réflexes de rechange, étant donné qu'il existe souvent plus d'un point réflexe pour une seule zone congestionnée. Afin de supprimer efficacement la douleur, il est important de connaître deux choses :

1. Tous les points réflexes liés à la zone congestionnée; et
2. Les méridiens appropriés qui se réfèrent à la congestion.

L'information de base sur la réflexologie fournit très peu d'explications sur la façon et sur la raison pour lesquelles les points réflexes correspondent à des parties déterminées du corps, ce qui rend difficile le travail des réflexologues à produire des résultats constants. L'auteur a cherché à aborder cette frustration en étudiant de nombreux livres, en menant des recherches d'études de cas et, finalement, en développant la réflexologie tai-chi.

Diagram 1



Les principes de la réflexologie tai-chi

Les principes du tai-chi remontent à plus de 7 000 ans et proviennent de la région du fleuve Jaune en Chine. Ils réunissent les principes chinois du Yin et du Yang (les éléments de l'univers). On croit que tout survient par l'interaction du Yin et du Yang. 6,7,8

Le Yin et le Yang sont : 6,7,8

- l'un à l'intérieur de l'autre;
- des forces opposées, mais qui s'embrassent l'une l'autre;
- interchangeables, mais inséparables;
- constamment en mouvement; et
- qui existent dans tout (comme le temps, la matière, les situations et même nos propres comportements).

LA RÉFLEXOLOGIE TAI-CHI (cont.)

Dans le corps humain, le sang et le chi représentent le Yin et le Yang et ils sont distribués à travers le corps. Ce principe a joué un rôle majeur dans la découverte du premier fondement de la réflexologie tai-chi de l'auteur. Plutôt que les cinq zones horizontales enseignées en réflexologie de base, l'étude de la distribution du Yin et du Yang révèle plus de 70 zones horizontales à travers le corps. Ces dernières reviennent toutes de nombreuses fois étant donné que l'une et l'autre constituent des points réflexes. Le deuxième fondement de la réflexologie tai-chi repose sur les 26 méridiens et la théorie des cinq éléments, ^{7,8} qui expliquent les liens entre les méridiens. En utilisant soigneusement les combinaisons, on peut déterminer 26 zones verticales, chaque zone étant influencée par les autres de façon unique, selon l'état et la santé du corps. La réflexologie tai-chi convertit le corps en un tableau de 800 points, chaque point étant en fait un point

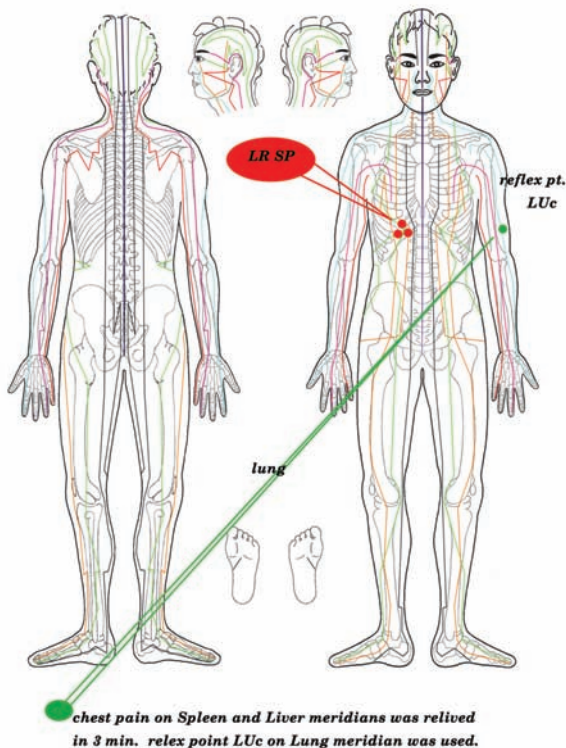
réflexe des 200 autres points. En d'autres termes, pour chaque douleur donnée, on peut trouver 200 points réflexes et les utiliser pour soulager la douleur.

L'étape finale pour pratiquer avec succès la réflexologie tai-chi est de sélectionner les points réflexes adéquats sur les méridiens en cause.

D'après l'expérience de l'auteur avec la réflexologie tai-chi, cette dernière permet :

- d'offrir un soulagement rapide ayant un taux de succès plus élevé en moins de traitements;
- de personnaliser les plans de traitement en fonction de l'état de chaque client tout en ayant toujours un plan de rechange;
- d'offrir du soulagement à plusieurs zones différentes où la douleur pourrait être causée par la même origine;
- de fournir des explications et d'avoir des attentes raisonnables quant à notre travail^{1,4} ; et
- d'aider à expliquer les différences dans la façon dont nous pratiquons la réflexologie de base. (p. ex. : Pourquoi certains réflexologues utilisent-ils l'orteil droit pour les maux de tête du côté droit tandis que d'autres utilisent l'orteil gauche? Pourquoi les points réflexes de la cheville soulagent-ils les douleurs à l'épaule? Quel est le lien entre l'épaule et la hanche ou le genou et le coude?) ^{9,10,11}

Diagram 2



CONCLUSION

Bien que l'auteur continue ses recherches, notamment son étude en cours pour classer par catégories plus de 18 types de douleurs et malaises et pour les recouper avec plus de 400 modèles de traitement différents, la réflexologie tai-chi offre des possibilités pour soulager la douleur qui n'étaient auparavant pas aussi aisément disponibles dans la réflexologie traditionnelle.

LA RÉFLEXOLOGIE TAI-CHI (cont.)

Diagram 3

- Multiple pain relieved with one reflex

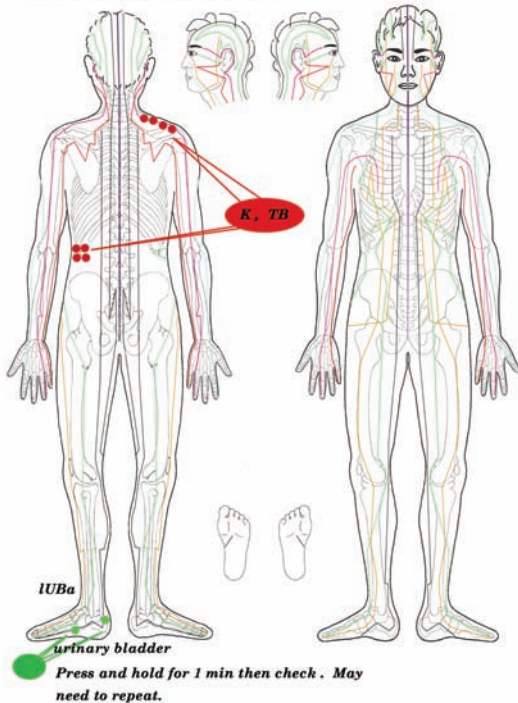
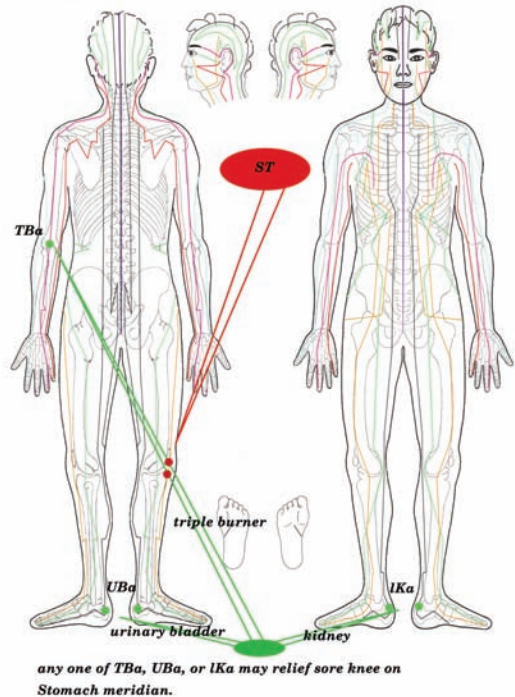


Diagram 4

multiple solutions for one pain.
knee can't bend



RÉFÉRENCES :

1. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg : Manuel publié à compte d'auteur. Pg CH17RFF (instant relief).
2. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Manuel publié à compte d'auteur. Pg CH16aRFF (3 min relief).
3. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Manuel publié à compte d'auteur. Pg LB5RFF (same reflexes for multiple pain of the same origin).
4. Chu, Chin Hwa (2011). Pain Patterns & Solutions of Tai Chi Reflexology. Winnipeg: Manuel publié à compte d'auteur. Pg KN12RFF Pg KN12RFF (multiple solutions for one pain).
5. Kao, S.C. Dr. (2006). Revolution in Pain Relief. Taipei : Uian Sui Publishing Co. Page 128.

6. Lau, J.J (2005). First lesson of "I-Qing. Taipei : Uian Shen Publishing Co. Page 23.
7. Nanking TCM University (2007) Interpretation of "LING XUE". Taipei: Van Kuang Book Co. Pages 78-109.
8. Mong, K.T. (2007). Mathematics of Yin-Yang and Five Phases and its Application in TCM. Beijing : Science Publishing Co. Pages 1-9.
9. Lee, S.M. Dr. (1992). How to Practice Foot Reflexology Effectively. Taipei : Van Jing Ser Publishing Co. Pages 32-33.
10. Masafret, Heidi, Lee, P.L. (1992). Translation Copy of "Good Health for the Future". Taichung : Kuang Che Publishing Co. Pages 119, 137.
11. Reflexology Association of Canada (2001) . Foot Reflexology Manual. Winnipeg : Canada. Pages 2-7.

SPIRITUAL REFLEXOLOGY: Spiritual Gifts of the Body

Author: *Deborah Ardell Hill, CTT*

ISBN #: 0-9672068-0-4, published
in 1999, list price CAD\$14.95

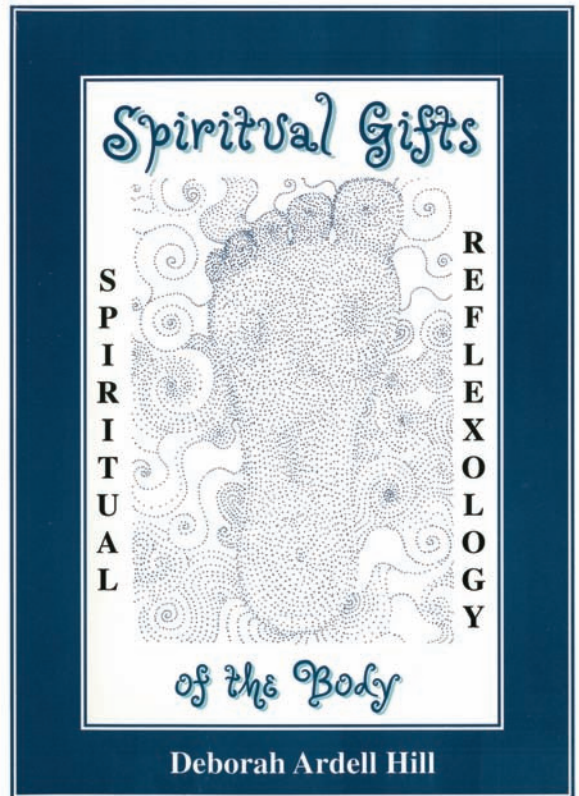
SUMMARY:

This book focuses mainly on an additional aspect to practicing Reflexology beyond just working with the body and its reflexes. The author focuses on each reflex and organ and its spiritual connection. The author also expands on the relationship between an organ and the spiritual aspect of an individual by discussing its physiological, biological, mental and emotional aspects.

The book focuses on what else can be offered through Reflexology besides addressing the physical concerns of the body. The questions raised at one of the author's workshops, in Tucson, AZ, in the fall of 1997, created the focus of the book.

PROFESSIONAL CONTEXT:

Deborah Ardell Hill conveys her method of spiritual reflexology in a very simple way and through a basic treatment of reflexology. As the reader follows the story of her experiences they discover that the author studied the works of Eunice Ingham, Mildred Carter and Hanne Marquardt to name just a few. The trained reflexologist will also recognize relaxation and techniques learned in the basic foot reflexology course, such as the caterpillar and the hook techniques. The author discusses the form, shape, texture, and colour of reflexes; the intention and attention necessary in the practice of



bodywork modalities; and, most especially, the vibration and frequency connections (based on the belief that everything has a specific vibrational signature or frequency and by tuning in to the vibration of the reflexes the practitioner can help the client's body tune in to their spirituality). To quote the author on the matter of intention: "Spiritual reflexology is about experiencing a life motivated by love rather than one driven by fear.". This book really brings home the individual responsibility that every bodywork practitioner ought to have.

The author adds depth to the basic methods of reflexology by going into the physical, mental, emotional and spiritual aspects of the reflexes. A full body sequence basic method is included in the book along with an 'increase vibration sequence' counterpart. The author includes a definition of reflexes and their respective spiritual gifts –describing the physical, mental, emotional, energetic and spiritual aspects of the reflexes. The book

Book Review (cont.)

also covers the 7 main chakras of the body along with their colour and spiritual essence. Chinese medicine is also an integral part of the author's teachings and so the book includes the yin and yang nature of many organs. Some of the charts included in the book are the muscles and bones of the feet (sole, dorsum, lateral and medial) and a colour page of the reflexes on the hands and feet.

WRITING STYLE:

The author's writing style is straight-forward, to the point, simple and very factual. The point-form approach, used on several occasions in the book, helped clarify the author's statements. The definition section is in alphabetical order which made it a very accessible reference.

MY THOUGHTS:

I met Deborah Ardell Hill when I took the 'Stone Soul Connection' reflexology course (the original course by Mary Nelson) in October 2001. My personal impression was that Deborah had a deep sense of who she was, demonstrated compassion and knowledge in her practice of reflexology, and was a skilled teacher. While 2001 seems like aeons ago I find myself regularly referring to this book for clarification, inspiration and to find a different approach to a specific situation. I believe this book to be an absolute 'must' for anyone who wants to expand, and bring more depth to, their skills as a professional reflexologist or bodywork practitioner. Isn't it natural that as spiritual beings (having a physical experience), we would want to explore and recognize that basic aspect of our nature in every facet of our physical lives: the spiritual gifts of our body? This book is written simply, has a logical flow, and is full of wisdom. I enjoyed reading it.

The Reviewer's Personal Quality Rating is 5 (on a scale of 0 to 5 with 0 being bad and 5 being great)

2011 RAC Workshops with Karen Ball

WWW.REFLEXOLOG.ORG

Advanced Thai Reflexology

Vancouver	August 26
Regina	September 12
Toronto	September 16
Halifax	September 23

Plantar Fasciitis: Prevention & Protocol

Vancouver	August 27 & 28
Regina	September 10 & 11
Toronto	September 17 & 18
Halifax	September 24 & 25

1-day **Thai** course is from 9am to 6pm.

\$165 if registered by July 15th
(*\$200 after July 15th*).

2-day **Plantar Fasciitis** course is from
9am to 5pm on both days.

\$290 if registered by July 15th
(*\$325 after July 15th*).

Register for both courses at the same
time, and before July 15th, to
receive a discounted rate of **\$365**
(*\$400 after July 15th*).

Rates quoted are for RAC members in
good standing. GST/HST will be
added to workshop fees.



Insurance for Alternative Health Care Practitioners

Even if you do nothing wrong, you can still be sued.

Why take a chance? Protect yourself.

- **Professional & General Liability**
- **Coverage for working out of your home**
- **Optional Office Contents Policy** • **Multiple modalities**
- **Abuse coverage** • **Canada-wide coverage** • **Online applications**

Insuring alternative health care practitioners for over 15 years...



**Lackner
McLennan**
INSURANCE LTD.

www.lmicanada.com

423 King St. N.
Waterloo, ON N2J 2Z5

For a no-obligation consultation and quote,

Please contact **Gail Smith**

Tel: 1-800-265-2625 Ext. 405 Fax: 519-579-1151

Email: gsmith@lmicanada.com

Special rates
for
RAC members

www.rmtinsurance.com

This journal is the official publication of the Reflexology Association of Canada (RAC). The views and opinions expressed in this journal are the authors' and do not necessarily reflect those of the association or its Board of Directors. The articles are not intended to replace the advice of a doctor. Readers should consult a health care professional.

Advertisements are solely for the information of readers and are not endorsed by the association. No part of this journal may be reproduced without the express consent of the association.

DISCLAIMER

Cette revue est la publication officielle de l'Association canadienne de Réflexologie (ACR). Les opinions présentées n'engagent que leurs auteurs et ne sont pas nécessairement celles de l'ACR ou les membres de direction. Les articles ne remplacent pas les conseils d'un professionnel de la santé.

Les annonces classées sont à titre d'information seulement et ne sont pas endossées par l'ACR. Toute reproduction de ce journal doit être autorisée par l'ACR.



Upcoming Events / Événements suivants

2011 RAC AGM /
L'AGA de l'ACR 2011

Calgary

October 21, 2011

International Council of Reflexologists

Portugal

September 16 to 19, 2011

<http://www.icr-reflexology.org>

Reflexology Association of America

Orlando, FL, USA

May 4 to 6, 2012

www.reflexology-usa.org

2012 RAC Conference and AGM /
La conférence de l'ACR et l'AGA

Toronto

November 8 to 11, 2012

www.reflexolog.org

International Congress on
Complementary Medicine Research

Chengdu, China

May 7 to 9, 2011

<http://eng.2011iscmr.org>

www.reflexolog.org

September 18-25, 2011 is World Reflexology Week!
La semaine mondiale de la réflexologie est du 18 au 25 septembre 2011!

For information, and to find out how you can support
this important initiative, visit:

Pour plus d'information et comment supporter cette initiative, visitez:

www.icr-reflexology.org



An Initiative of ICR

RAC Courses & Workshops Cours et Ateliers présentés par l'ACR

FURTHER DETAILS TO BE ANNOUNCED AT WWW.REFLEXOLOG.ORG

Connecting Through Reflexology - Dwight Byers: Calgary October 22 & 23

Advanced Thai Reflexology - Karen Ball (*see page 13 for details*)

Plantar Fasciitis - Karen Ball (*see page 13 for details*)

Focusing on Research - Leila Eriksen

Paediatric Reflexology - Amy Kreydin (July 2011)

Ayurveda Aromatherapy - Farida Irani. Vancouver: October 21 / Montreal: October 28

Padabhyang – Farida Irani. Vancouver: October 22 & 23 / Montreal: October 29 & 30

RAC is also planning a series of Wellness Weekends to promote Reflexology and complementary medicine to a wider public. If are interested in participating as a practitioner please contact Sherri Gunn Wilkins at sherri.gunn@reflexolog.org.

TEAM RAC

Board of Directors / Membres du Conseil

Chair / Présidente

Daisanne Summersfield (MB)

Past Chair / Ancienne Présidente

Karen McNeill (BC)

Treasurer / Trésorier

Lise Kunzi (AB)

Secretary / Secrétaire

Almerinda Takahashi (ON)

Directors / Directeurs

Margaret Peterman (ON)

Batya Piness (ON)

STAFF / PERSONNEL

Chapter Development Manager /

Gérante au développement des chapitres

Sherri Gunn Wilkins

Administrators / Administratrices

Karin Finkel

Penny Rossiter

Financial Controller / Contrôleuse

Judy Carey

FOR ALL ENQUIRIES CONTACT / POUR TOUTES DEMANDES CONTACTEZ

Reflexology Association of Canada
l'Association Canadienne de Réflexologie

Tel: 204.477.4909 • 877.722.3338

Fax: 204.477.4955

member_services@reflexolog.org

PEER REVIEW PANEL / GROUPE CONTRÔLÉ PAR LES PAIRS

Chair / Présidente

France Trudeau

Committee / Comité

Dawn May

Michelle Walton

Mabel Woods

Canadian Journal of Reflexology is published every two months by Clockwork Communications Inc. on behalf of Reflexology Association of Canada (RAC).

La Revue canadienne de réflexologie est publié aux deux mois par Clockwork Communications Inc. pour l'Association Canadienne de Réflexologie (ACR).

Non-Member Subscription

Electronic: \$15 per year plus GST

By Mail: \$30 per year plus GST

Single Issue Purchases

Electronic: \$4 plus GST

By Mail: \$8 plus GST

For subscriptions contact
memberservices@reflexolog.org
or 204.477.4909.

ISSN 1913-1704

Editor / Rédactrice

Deborah Murphy

Art Director / Responsable de l'art

Sherri Keenan

Translation / Traduction

Jocelyne Demers-Owoka

For advertising rates or editorial guidelines
Pour les tarifs ou les guide éditorial

Clockwork Communications Inc.

Tel: 902.442.3882 • Fax: 1.888.330.2116

info@ClockworkCanada.com

www.ClockworkCanada.com

