

Einführung

Die grundlegende Theorie dieses Werkes, wie sie auf den nächsten Seiten erläutert wird, basiert auf den Meinungen praktizierender Ärzte, die unter Anwendung dieser besonderen Art von Reflextherapie beachtenswerte Resultate erzielten.

Sollte jemand, egal ob Arzt oder Laie, nach dem sorgfältigen Studium und der Anwendung dieser Methode jegliche Vorschläge in der Art einer Erklärung anzubieten haben, würde ich mich freuen, von diesen zu hören. Wie bei jeder neuen Entwicklung, muss ihre Wirksamkeit zweifelnden Skeptikern gegenüber als richtig bewiesen werden, bevor sie als Tatsache anerkannt wird.

Viele der Leser werden sich erinnern, wie man sich noch vor nicht allzu langer Zeit den Röntgenstrahlen gegenüber verhielt, als die Welt zum ersten Mal auf sie aufmerksam gemacht wurde. Heutzutage jedoch werden sie als eine äußerst wertvolle Bereicherung im medizinischen Bereich angesehen. Aus Dr. John C. Hemmeters Werk, „Master Minds in Medicine“, erfahren wir, dass das intellektuelle Europa erst gegen Ende des 16. Jahrhunderts bereit war, die Entdeckung der Blutkreislaufs zu akzeptieren. Dr. Michael Servetus hat den Samen gesät, Dr. Columbo hat ihn bewässert und Dr. William Harvey musste die beschwerliche Arbeit der Ernte erledigen. Das Wissen um den Blutkreislauf verdanken wir ihm, der, nur mit einem Vergrößerungsglas ausgestattet, trotz schwerster Kritik so Großes geleistet hat.

Geschichten, die die Füße erzählen

Ich habe meinem Werk den ungewöhnlichen Namen „Geschichten, die die Füße erzählen“ gegeben, weil ich der Meinung bin, dass man durch die Fußreflexologie viele interessante Geschichten erfahren kann.

Durch das sorgfältige Studium und Anwendung der auf den folgenden Seiten und Illustrationen beschriebenen Methode kann man viele versteckte Geheimnisse von Schwachpunkten, die hier und da vorhanden sind und sich noch nicht in einem schweren Grad manifestiert haben, entdecken.

Vielleicht ist es eine träge Leber, die für die Schwierigkeiten im Verdauungstrakt verantwortlich ist, und Stauung auslöst. Können die Füße uns die Geschichte erzählen und uns helfen, die Ursache der Stauung zu finden?

Wir wollen sehen, ob die Nervenenden, die im rechten Fuß auf die Leber reflektieren, sehr empfindlich sind. Falls dies der Fall ist, wissen wir, dass ein kristallines Gebilde den Blutfluss zur Leber behindert und die Funktion einschränkt. Sobald wir daran arbeiten, geben wir der Natur die Chance, diese nutzlose Materie wegzuschwemmen und die normale Zirkulation an den betreffenden Stellen wieder herzustellen.

Sie können leicht erkennen, wie wichtig es ist, die chemische Balance in unserem Blutstrom im Gleichgewicht und frei von kristallinen Ablagerungen zu halten, damit die Füße keine schaurigen Geschichten erzählen müssen. Wir wissen alle, was mit einem Gartenschlauch passiert, der durch Sand oder Kiesel verstopft ist. Von unserem Körper erwarten wir jedoch, dass er trotz Stauungen in den empfindlichen Nervenenden perfekt funktioniert.

Wir vergessen, dass unser Körper ungefähr 35 km Röhrenmaterial enthält. Jeder Zentimeter dieses Röhrenmaterials wird durch Kontraktion und Entspannung in Tätigkeit gehalten, die völlig von der Muskelaktion des Einzelnen abhängt. So können wir die Vorteile einer Therapieform oder Übung, die die Blutzirkulation anregt und die Muskelfunktion stärkt, leicht erkennen.

Egal welcher Heilmethode Sie momentan folgen, behalten Sie dieses Buch bei der Hand und versuchen Sie, durch diese einfache Methode die gewünschten Resultate durch einen Reflex (durch Manipulation) an den Nervenenden der Fußsohlen zu erzielen, wo andere erfolglos blieben.

Um die Ergebnisse, die erzielt wurden, zu manifestieren, werden in diesem Buch einige Krankheitsberichte vorgestellt, die keinesfalls übertrieben oder überzogen sind. Ich bin über den Erfolg, den ich bei meiner Arbeit als Physiotherapeutin selbst erlebe, begeistert.

Mit den besten Wünschen für jeden, der bereit ist, den Versuch zu wagen, werde ich auf den nächsten Seiten – so gut ich kann – die genaue Reflexmethode, die bei der Behandlung verschiedener Beschwerden angewandt wird, erklären.

Bitte machen Sie nicht den Fehler, dass Sie der Methode wegen ihrer Einfachheit nicht viel Bedeutung beimessen. Ich bin nicht in der Lage, das Warum und Weshalb zu erklären. Ich bitte Sie nur, sie auszuprobieren. Es ist mein aufrichtiger Wunsch, dass jeder mit dieser Arbeit erfolgreich wird.

Perfekte Gesundheit, perfekte Füße

Sobald wir die Muskeln in unserem Körper erschlaffen lassen, gibt auch das Muskelgewebe in unseren Füßen nach. Die Körperstruktur schrumpft und einer oder mehrere der 26 Knochen in jedem Fuß verschieben sich und üben übermäßigen Druck auf einige Nervenenden aus. Dies führt dazu, dass ein gewisser Teil der normalen Nerven- und Blutversorgung an den Fußsohlen eingeschränkt wird. Wenn ein Teil des Blutstroms gehemmt wird, verlangsamt sich die Durchblutung. Durch die Verlangsamung der Durchblutung bilden sich chemische Ablagerungen oder Abfallstoffe in und um die verschobenen Gelenke.

Solange dieser Zustand in den Füßen vorherrscht, lautet die Diagnose Senkfuß. Bleibt der Zustand länger bestehen, entstehen Schwierigkeiten an anderen Stellen im Körper. Falls diese Verengung in den Nervenenden oder Reflexen, die zu den Nieren führen, liegt, werden wir feststellen, dass die Nieren unzureichend mit Blut versorgt werden. Dies wiederum beeinträchtigt das angemessene Zusammenziehen und Entspannen, das notwendig ist, damit die Nieren ihren Teil leisten können, um die Harnsäure aus dem Körper auszuschcheiden. Je mehr dieser Ablagerungen sich gebildet haben, desto länger müssen wir an den Reflexen arbeiten, um diese aufzulösen, damit die Natur diese Abfallstoffe wegschwemmen kann. Dies stellt die normale Durchblutung des betreffenden Organs wieder her.

Es gibt noch eine weitere Ursache für die Bildung von Abfallstoffen oder kristallinen Formationen in den Nervenenden, wogleich die Ausbildung jedes Knochens und Muskels im Fuß scheinbar normal ist. Eventuell wurde eine Organschwäche geerbt oder auf andere Weise erhalten. Die normale Muskeltätigkeit dieses Organs ist eingeschränkt und seine Funktion des Spanns und Entspanns ist gestört. Der Blutkreislauf ist also nicht stark genug, um die Nervenenden frei und rein zu halten.

Ein verschobener Rückenwirbel, egal an welcher Stelle der Wirbelsäule, unterbindet sicherlich die normale Durchblutung und beeinträchtigt das Spannen und Entspannen des Körperteils, dessen Blutzufuhr von diesem besonderen Nerv abhängig ist.

Wo dies der Fall ist, finden wir die entsprechende Stelle in den Reflexen der Wirbelsäule, wie in *Abbildung 1_5* gezeigt, sehr empfindlich. Durch Anwendung der Druckmassage an den Reflexen, die zu diesem Wirbel führen, helfen wir dem Körper mit Sicherheit, was auch immer in Unordnung geraten ist, selbst zu heilen. Beim Betrachten einer Abbildung des Nervensystems erkennen wir, wie wichtig die Blutversorgung für die Wirbelsäule ist. Selbst der kleinste unnötige Druck an einer Stelle der Wirbelsäule beeinträchtigt das Zusammenziehen und Entspannen, das notwendig ist, um die Nervenenden der Füße zu dem betreffenden Teil im Körper frei von kristallinen Ablagerungen zu halten.

Unser Körper besteht zu 60 Prozent aus Flüssigkeit. Wie wichtig ist es doch, dass diese Flüssigkeit in gesundem Zustand, und nicht von giftiger Säure überlastet, durch das Gewebe fließt.

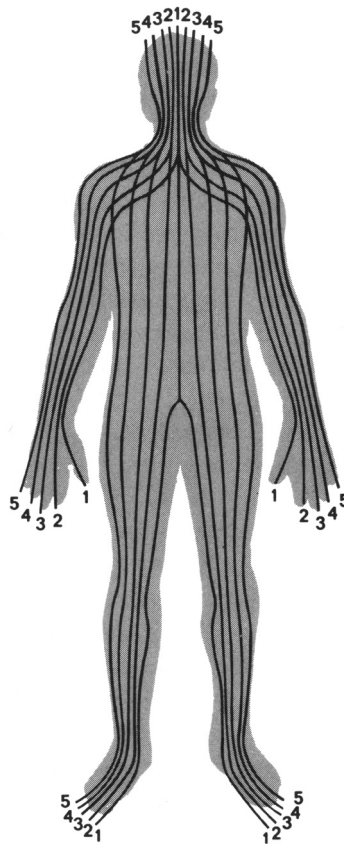


Abbildung 1_1: Körperzonen

Der Querschnitt zeigt anschaulich die Zonen des Körpers.

Da wir zehn Finger und zehn Zehen haben, können wir auch von zehn Zonen in den Gliedmaßen und allen Teilen des Körpers ausgehen.

Zonentherapie

Wenn Sie mit der chinesischen Methode der Zonentherapie arbeiten und mit festem Druck des Daumens die Reflexe der Füße untersuchen, werden Sie bald die Stelle der Störung finden, die das Warnsignal aussendet. Ihre Patienten werden erstaunt sein, wenn Sie diese schmerzhaften Stellen an ihren Füßen finden, derer sie sich nicht bewusst waren, da sie bisher keinerlei Beschwerden in den Füßen hatten.

Dann hören wir Leute sagen: „Oh, meine Füße schmerzen, ich bin ganz krank“. Sie schenken jedoch der Tatsache wenig Beachtung, dass diese Schmerzen oder Störungen, die zeitweise gefühlt werden, eine Warnung für ein neues Leiden hier oder dort sein kann, das sich bisher noch in keinem anderen Körperteil geäußert hat.

Ein Hühnerauge hier, eine Schwielle dort

Ein Schuh nach dem anderen wird anprobiert. Einer drückt hier, der andere da. Verschiedene Orthopäden werden aufgesucht, die viele kleinere Fußleiden, mit denen sich die Menschheit herumplagt, wissenschaftlich zu kurieren versuchen. Die Beschwerden bleiben jedoch bestehen, ein Hühnerauge hier, eine Schwielle dort, und die natürliche Durchblutung bleibt eingeschränkt. Kein Gedanke wird jedoch daran verschwendet, dass dieser übermäßige Druck auf wichtige Nervenenden zu einer Verletzung eines Organs, das von dieser Quelle der Nervenenergie abhängt, führen kann.

Für dieses Werk, das das Ergebnis meines Studiums der Zonentherapie ist, habe ich von Dr. J. S. Riley die Genehmigung bekommen, seine Abbildung der Zonenmarkierungen zu benutzen, damit Sie sich die zehn Körperzonen besser vorstellen und finden können.

Die zehn Zonen

Da wir zehn Finger und zehn Zehen haben, ist unser ganzer Organismus in zehn Zonen aufgeteilt. Bei der Betrachtung von *Abbildung 1_1* können Sie leicht erkennen, was wir mit den zehn Zonen unseres Körpers meinen.

Jede Linie ist durch die Mitte der entsprechenden Zonen gezeichnet, und die gesamte Zone beinhaltet alle Körperteile und Organe, durch die die entsprechende Zonenlinie läuft. Die rechte und linke Seite des Körpers sind gleich und jede Zone läuft von vorne nach hinten oder von hinten nach vorne durch den Körper. Dies trifft auch für die Beine und Arme, sowie die Füße und Hände zu.