

Vorwort zur 25. Auflage

Seit mehr als 50 Jahren stehen die Füße im beruflichen Mittelpunkt meines Lebens, und ich erkenne mit Dankbarkeit, dass die Reflexzonentherapie am Fuß (RZF) in den Bereichen der manuellen Therapieformen eine ausgesprochen gute Akzeptanz gefunden hat. Sie gehört inzwischen zu den bekanntesten Methoden der Komplementärmedizin und hat wohl auch ihren Teil dazu beigetragen, dass sich medizinische Wissenschaft und Erfahrungsheilkunde nicht mehr so fremd gegenüberstehen.

Es kommt mehr und mehr ins Bewusstsein der Menschen, dass die Füße nicht nur im Therapeutischen, sondern in vielen alltäglichen Lebensbereichen eine „tragende Rolle“ spielen. Diese Behandlungsart ist heutzutage, wo viele Menschen schnell den „Boden unter ihren Füßen“ verlieren, besonders zeitgemäß. Außerdem: Unsere solide Hand-Arbeit wird vielfach als notwendiges Gegengewicht zum heutigen technisierten Lebensstil empfunden. Die Menschen spüren, dass Berührung ein essenzielles Bedürfnis ist, das nicht nur im Körperlichen, sondern auch auf der emotionalen Ebene wirkt. Ein „behindertes“ Kind hat mir während einer Behandlung, bei der ich meinte, es würde nichts vom Wesen dieser Therapie verstehen, gesagt: „Ich weiß, was du tust, du pflegst meine Wurzeln.“

Die **25. Auflage** wurde um etliche wichtige Details ergänzt und verbessert:

1. Sie bringt, mit erklärenden Fotos versehen, das Thema **Formenähnlichkeiten** wesentlich ausführlicher als bisher zur Sprache. Bereits in den 1960er Jahren habe ich in den einfachen Abbildungen von FitzGerald und Ingham andeutungsweise erkannt, dass es zwischen der Form eines sitzenden Menschen und der des Fußes Ähnlichkeiten gibt. Allerdings hat es Jahre der Weiterentwicklung der Reflexzonentherapie am Fuß gebraucht, um das dahinter liegende Prinzip, das auch therapeutisch verwendbar ist, klarer zu erkennen.

Schon damals entstand daraus mein **Logo „hominis imago in pedibus“** (das Abbild des Menschen im Fuß), das sich bis heute kaum verändert hat.

2. Es ist an der Zeit, dass manche der scheinbaren Unstimmigkeiten, die Lage der Reflexzonen betreffend, eingehender beleuchtet und erklärt werden. Immerhin waren die einfacheren Darstellungen der Reflexzonen, die ich 1958 aus den Überlieferungen von William FitzGerald und Eunice Ingham übernommen habe, zunächst auch für mich die Grundlage unserer Ausbildungskurse. Aber dadurch, dass sich eine Methode weiterentwickelt, zeigt sie auch, dass sie lebendig ist und sich dem Menschen von heute anpassen kann. Deshalb ist jedoch die schlichtere Basis, aus der sie entstanden ist, nicht „falsch“.
3. Darüber hinaus habe ich, von den meisten unbemerkt, die Lage der ursprünglich übernommenen Zonen schon in früheren Auflagen immer wieder verändert und ergänzt. Obwohl in meinem 1993 im Hippokrates Verlag erschienenen „*Praktischen Lehrbuch der Reflexzonentherapie am Fuß*“ die Zonen detaillierter abgebildet und besprochen sind, möchte ich den Stil der „einfachen“ Zeichnungen in diesem Buch beibehalten. Im Wesentlichen haben sich jetzt bei vier Zonen deutliche **Veränderungen in der Lage** ergeben: Bei der Hypophyse, der Blase, dem Knie und dem Solarplexus, die ich in Text und Bild gekennzeichnet und erläutert habe.
4. Den bislang verwendeten Begriff „**Kausalreflexzonen**“ habe ich durch das m.E. zutreffendere Wort „**Hintergrundzonen**“ ersetzt. Diese Formulierung ist weniger „festlegend“ und wird seit Erscheinen des offiziellen Lehrbuches in allen meinen Veröffentlichungen (und auch bei den Übersetzungen in andere Sprachen) verwendet. Sie bezieht sich, wie auch der frühere Ausdruck, auf den möglichen Entstehungshintergrund der Symptome, mit denen unsere Patienten zur Behandlung kommen.
5. Da durch verschiedene Entwicklungen im Gesundheitswesen die Erkenntnis wächst, dass wir alle auch für unsere eigene Gesundheit verantwortlich sind, möchte ich in dieser Auflage einerseits darauf hinweisen, dass im Prinzip jeder Mensch seine und anderer Leute Füße behandeln kann, dass aber die **Unterscheidung zwischen Therapie und Pflege der Gesundheit** im Sinne einer Prävention besonders wichtig ist (Indikationen für Fachkräfte und medizinische Laien, S. 25):
 - Die Behandlung von **Kranken** wird von geschulten **Fachkräften** aus medizinisch-therapeutischen Berufen ausgeführt, wie es der Gesetzgeber vorschreibt.
 - Medizinische **Laien** können die Fußbehandlung zur **Erhaltung der Gesundheit** (heute unter dem Begriff Wohlfühlbehandlung bekannt) und zur Behandlung von **Gesunden mit kleineren Alltagsbeschwerden** einsetzen.

Die überarbeitete Version dieses Buchs wird nach wie vor den interessierten medizinischen Fachkräften als Einstieg und „Schnupperinformation“ hilfreich sein, wenn sie die Behandlung der einzelnen Zonen und deren therapeutische Zusammenhänge an ihren Patienten ausprobieren möchten.

Zugleich ist das Buch aber auch für **Privatpersonen** gedacht, die bei Akzeptanz der erwähnten Grenzen hier eine verlässliche Anleitung zur Eigenbehandlung und Vorschläge zum Gebrauch innerhalb der Familie und des Freundeskreises finden. Bei der zunehmenden Sensibilisierung der Menschen in Richtung Eigenverantwortung interessieren sich gerade in den letzten Jahren gesundheitsbewusste Menschen für diese Art von Ordnungstherapie, da sie mit den **Selbsteilkräften** arbeitet und nicht wie sonst oft üblich, lediglich Symptome erfasst und meist unterdrückt.

Ich wünsche mir, dass die Veränderungen und Verbesserungen der neuen Auflage dazu beitragen, mehr Klarheit in die Anwendung dieser wertvollen und umfassenden Behandlungsart zu bringen. Wer die Grenzen einer Methode kennt und akzeptiert, kann sich umso freier im Rahmen ihrer vielen Möglichkeiten bewegen.

Königsfeld-Burgberg,
im Sommer 2016

Hanne Marquardt