



## Soneterapiens historie og tanker i tiden

Soneterapiens nyere historie startet i Amerika.

I årene 1913 til 1920 foreleste Dr. Fitzgerald i Washington DC for studenter ved Riley School of Chiropractic. Her ble soneterapien utviklet av legene: William H. Fitzgerald, Dr. Edwin F. Bowers og Dr. George Starr White. Boken *Zone therapy or relieving pain at home*, skrevet av Dr William Fitzgerald og Edwin F. Bowers, ble utgitt i 1917. Boken ligger åpen for alle digitalt på nettet (California digital library).

Soneterapien som brukes i Norge og ellers i verden har sitt utspring i Dr. William Fitzgerald og Dr Edwin F. Bowers. Alt i tittelen til boken blir leseren gjort oppmerksom på at man selv må ta ansvar for egen helse. Det står skrevet innledningsvis i bo-

ken: *Tusener av liv går årlig tapt på grunn av sykdommer som kunne ha blitt forhindret. Millioner av dollar blir kastet bort på medisiner, leger og begravelserbyråer. Mye av dette kunne vært forhindret med bruk av riktig kunnskap om helse og hygiene.*

Soneterapien har dermed sitt utspring fra det etablerte helsevesen. Utvilsomt vekket boken både forskrekkelse og forargelse innenfor legestanden. Ballen var kastet, og den skulle rulle videre over hele Amerika og Europa.

Gründerne bak soneterapien fikk helt klart en større innflytelse på verdens folkehelse enn det de kunne forestille seg. Boken skapte noe nytt i samfunnet.

### Eunice Ingham

ble født i South Dakota i 1889 hvor hun jobbet som fysioterapeut på et sykehus. Her ble hun kjent med Dr. Fitzgerald og hans behandlingsform. I 1930-årene utviklet Eunice Ingham sine teorier om behandling med fotsoneterapi. Hun tilbrakte mange timer med å utforske klienters føtter og oppdaget punkter som hun satte i sammenheng med anatomen til menneskekroppen. Eunice Ingham tegnet kart over områdene på føttene i forbindelse med oppdagelsene hun gjorde. Hun ble så overbevist av fordelene med denne behandlingsformen at hun skrev flere bøker.

I 1938 utga hun sin første bok *Stories the Feet Can Tell*, som solgte

bra. Hun ble berømt og reiste verden rundt og holdt seminarer. Hun skrev også boken *Stories the Feet Have Told* (1951)

Eunice Ingham ble 85 år. Hun døde i 1974.

### Lis Andersen

I 1974 utkom boken *Soneterapi* i Norge. Den var skrevet av en dansk fysioterapeut og forfatter Lis Andersen. Denne boken åpnet en ny verden for flere gryende soneterapeuter i Norge. Hun var født i København 15. januar 1918 og døde 4. oktober 2001, 83 år gammel.

Boken til Lis var antagelig en av de første bøker på det norske markedet om soneterapi. Den ble utgitt på norsk av Dreyer forlag i 1974. På dansk heter den: *Håndbog i zoneterapi*.

Når jeg går inn på danske databaser og leser om henne, ser jeg at hun som forfatter har utgitt ca. 50 bøker. Hennes far Knud Andersen var også forfatter. I hennes forfatterskap har hun skrevet bøker om temaer som selvutvikling, helbredelse ved tro, alternativ medisin, kosthold og helse, venepumpeterapi og reiseskildringer. Via tilfeldigheter fikk Lis Andersen kontakt med behandlere som hadde vært på kurs hos Ingham da hun var i Tyskland. Lis fikk behandling hos disse terapeutene og på bakgrunn av dette og studier av tilgjengelig litteratur, utarbeidet hun sitt eget system.

### Hanne Marquardt

Tysk grundighet og sans for detaljer.

Med bakgrunn i sykepleierutdanning i England og utdanning som statseksaminert massør og åndedrettsterapeut, tok hun i 1960 eksamen som heilpraktiker. I Tyskland er det klare regler som sier at diagnose og behandling kun kan utøves av leger eller heilpraktikere.

Hanne Marquardt leste bøkene til Ingham og etter 9 års jobbing med soneterapi fikk hun i 1967 muligheten til å møte Eunice Ingham som

da var 80 år. Etter dette møtet kom hun til den konklusjon at hun ville gi kurser i denne metoden. I 1981 desentraliserte hun skolen og opprettet flere skoler i og utenfor Tyskland. Hanne var i Bergen for noen år siden og hadde workshop.

I 1975 utkom hennes første bok *Reflekszonearbeid am Fuß*, oversatt til 8 andre språk. I følgende år ble det opprettet skoler i Tyskland, Spania, Sveits, Armenia og Tsjekia. Lærere fra skolen møtes to ganger i året for å utveksle erfaringer.

I bøkene hennes har sonepunktene hele tiden referanser til skjelettet. Dette gir leseren en større mulighet til å lære forfatterens metode nøyaktig.

I 1972 besøkte president Nixon Kina. Før 1972 var Kina et lukket land, men besøket til Nixon åpnet opp for landets kultur. Utenlandske fjernsynsstasjoner viste bilder hvor akupunktur ble brukt som behandling. Vesten fikk nå del i kulturarven fra Kina, blant annet akupunkturlæren med de fem elementers lov. Vi fikk nye begreper som yin/yang, meridianer etc. Dette førte til en ny form for sykdomsforståelse som kom i tillegg til den anatomiske forståelsen som var arven fra den amerikanske og europeiske soneterapien.

### Per Lauborg, dansk forfatter og soneterapeut

TKZ<sup>®</sup> *Zoneterapibogen* (Tradisjonel Kinesisk Zoneterapi) er en refleksterapi, som i sin grunnform går ut på å trykkpåvirke bestemte områder på føttene, som gir en normaliserende effekt i syke organer og kroppsdeler. Per Lauborg og hans kone Solvejg skrev blant annet *Zoneterapibogen*. Boken er en kombinasjon av soneterapi, akupunktur og meridianlære. Soneterapipunktene er grove, men han tilfører nytenking ved å koble kinesisk meridianlære inn i behandlingene. Per Lauborg døde ca. år 2000.

Per Lauborg skrev også: *Øreakupunkturbogen, grundbog i kinesisk*

*øreakupunktur og Akupunkturbogen 1 og 2.*

### Charles Ersdal

Ersdalmetoden ble utviklet av nordmannen Charles Ersdal (1939–95). Han ble 56 år. Ersdal var opprinnelig skipsbygger, men måtte slutte på grunn av sykdom. Ved hjelp av soneterapi ble han etter hvert symptomfri, noe som vekket hans interesse for alternativ medisin. Ersdal utdannet seg til naturlege rundt 1970 og forsket på soneterapi resten av sitt liv. Hans mangeårige arbeid med å systematisere og nedtegne fotens zoner/signal/eciwosystemer, gjør at fotsoneterapien i dag er løftet opp på et høyere naturmedisinsk nivå.

### Det nordiske refleksologien

Karl Axel Lind ble født i Nord-Sverige i 1946 og utdannet ble elektroingeniør i 1972. Han har alltid vært interessert i alternativ medisin og ble kjent med soneterapi i 1975. Hans daværende lærer oppmuntret ham til å søke mer kunnskap om metoden. I 1986 startet Karl Axel Lind sin egen skole Kairon: Karl Axel Institutt for Refleksologi og Naturmedisin. Karl Axel Lind døde 66 år gammel.

Den nordiske refleksologien er en *ny terapiform* som er bygget opp gjennom Karl Aksel Linds tanker og teorier. Teori og kurshefter har bare blitt utgitt til elever som har gått på skoler og kurs.

I 2017 blir soneterapien, slik vi kjenner den i dag, 100 år. Her ligger kunnskap som er utviklet av mange ulike terapeuter; leger, fysioterapeuter og soneterapeuter. Gjennom soneterapiens utvikling frem til i dag, har det vært en felles pionerånd til å dele kunnskap med hverandre. En positiv fagutvikling trenger faglig forankring i fortidens kunnskap samt evne til fornying av faget. Fagbøker, fagartikler og faglig oppdateringskurs er viktige brikker i denne sammenheng.

*terje.horpestad@lyse.net*