

Liebe ZB Freunde

Hier kommt wie jedes Jahr der herbstliche Rundbrief. Es gab viel Schönes in diesem Sommer.

Das Highlight war wie immer der Kurs mit Fritz in den neuen Räumlichkeiten der Schule für klassische Naturheilkunde. Fritz verfeinert und vertieft die ZB-Arbeit von Jahr zu Jahr, und es war für alle von uns sehr lehrreich.

Ich führte den ersten TherapeutInnentag durch, nachdem ich immer wieder auf Weiterbildung nur für diplomierte ZBer angesprochen wurde. Wir erarbeiteten das neue Schock-Protokoll von Fritz. – In Amerika und England finden neue Lehrer-ausbildungslehrgänge statt. Aus der Schweiz hat sich Silvana Jacober angemeldet. Ich wünsche ihr ganz viel Glück und Erfolg. Ich freue mich ganz besonders, über kurz oder lang Verstärkung zu bekommen.

Neu übernimmt auch Eva-Maria Pally das ZB-Sekretariat. Da ich mit dem Computer oft auf Kriegsfuss stehe, ist es eine grosse Entlastung für mich, jemand Kompetenter zur Seite zu haben. Alle Anfragen betreffend Daten, Adressen, Kursanmeldungen etc. gehen nun an Eva-Maria.

Ich wünsche Euch eine schöne Zeit

Eure

Ursula Baumann

Die Kurse für 2003

Core 1 und 2

20. - 23. Februar 2003

Ursula Baumann (dt.)
Zürich, Fr. 620.--

21./22. März, 25./26. April

Ursula Baumann (dt.)
Münsingen, BE, Fr. 620.--
(25./26. April kann noch
diskutiert werden)

1. - 5. Mai 2003

Tim Newman (fr.)
Murten, Fr. 750.--

Just the right amount

9./10. Mai 2003

Tim Newman (engl./dt.)
Bern, Fr. 340.--

,Open Forum‘

10. - 13. Juli 2003

Fritz Smith (engl./dt./fr.)
Zürich, Fr. 680.--

Alchemy of Touch

9. - 12. Oktober 2003

Tim Newman (engl./dt.)
Zürich, Fr. 680.--

Supervisionstage

2. April 2003

24. September 2003

Ursula Baumann (dt.)
Zürich, Fr. 100.-

TherapeutInnentag

25. September 2003

Ursula Baumann (dt.)
Zürich, Fr. 100.--

Zero Balancing ist wirklich etwas Wunderbares!

Auf die vier Fortbildungstage vom 27.-30. Juni 2002 mit Fritz Smith freute ich mich sehr. Gleichzeitig war ich aber auch ein wenig unsicher, ob ich mit meinem Grundkurs mithalten könne. Meine Zweifel waren alle umsonst.

In Zürich traf ich wirklich ein tolles Team an. Auch Fritz lernte ich als einen ganz wunderbaren Menschen kennen. Von seiner Art, wie er mit uns gesprochen hat und wie er arbeitete, bin ich sehr begeistert. Ich bin froh, dass ich Fritz kennen lernen durfte.

Für mich waren diese vier Tage sehr abwechslungs- und lehrreich. Das Gelernte konnte ich vertiefen und bekam auch noch einige neue Techniken und Fulcrum gezeigt.

Auch was Ursula in diesen vier Tage mit der Übersetzung vom Englisch ins Deutsch geleistet hat, sollte man nicht vergessen.

Der Höhepunkt von diesem Kurs war für mich schon am zweiten Tag, als ich von Fritz eine ganze Behandlung bekam.

Das war für mich ein sehr eindrückliches Erlebnis. Einerseits ein wenig beängstigend über die plötzlich nicht mehr so kontrollierbaren Gefühle, andererseits war es wunderbar und entspannend.

Ich bin froh, dass ich diesen Kurs besucht habe und so viele tolle Menschen kennenlernen durfte.

Zero Balancing ist wirklich etwas Wunderbares!

Sandra Niklaus

Kurs von Fritz: ‚Open Forum‘ vom 10. - 13. Juli 2003, Zürich

Voraussetzung für diesen Kurs ist der Besuch von Core 1. – Der Kurs ‚Open Forum‘ besteht aus den neusten Entwicklungen im ZB und einem ganz neuen Programm, das Fritz im Mai 2003 zum ersten Mal in den USA durchführen wird: ‚ZB and the Nature of Happiness‘ (ZB und das Wesen des Glücks).

Der Kurs wird an das ZB-Diplom angerechnet.

Lettre ZB en français

Notre lettre ZB existe aussi en français.

Tu as reçu la version allemande, mais tu préférerais la version française?

Dis-le-nous! On s'en occupera.

ACHTUNG

Das Sekretariat ist vom 12. Dezember bis
15. Januar nicht geöffnet.

Bitte wendet Euch während
dieser Zeit an Ursula oder an Silvana.

Korrektur Supervisionstage

Der 2. Supervisionstag findet am 24. September 03 statt und nicht am 29. September, wie im Kursprogramm der Schule für Körpertherapie vermerkt.

ZB-Sekretariat

Alle Anfragen betreffend Daten,
Adressen, Kursanmeldungen:

Eva-Maria Pally
Bläsistr. 7
8049 Zürich
Tel.: 01 340 01 66
Mail: info@zerobalancing.ch

Hast Du eine Idee?

Hast Du eine Idee, eine Anregung, Input, Kritik oder hast Du etwas Spezielles mit ZB erlebt?

Möchtest Du einen Beitrag für den nächsten ZB-Newsletter schreiben?

Melde Dich! Wir freuen uns, von Dir zu hören!

Bestellungen

ZB-Broschüre, Bücher, Kassetten:

Silvana Jacober
Brandstr. 17
8340 Hinwil
Tel.: 01 937 48 35

Vortrag

ZB – Eine innere Brücke
zwischen Körper und Geist

Eva-Maria Pally
Phönix, Raum für Wandlung
18. Februar 2003
Bahnhofstr. 17, 5610 Wohlen
Eintritt: Fr. 20.-

Zero Balancing – a natural path to the spirit

Mit Fritz Smith in Gaunts House, Südengland

Meine Reise zum ZB-Kurs in England war bedingt durch eine Terminüberschneidung mit meiner Osteopathieausbildung und dem gleichzeitig stattfindenden Kurs von Fritz in Zürich.

Vom Inhalt des Kurses möchte ich wenig berichten, ich glaube, er entsprach dem Kurs von Fritz hier in Zürich Ende Juni. Da Fritz aber intuitiv und feinfühlig auf die Bedürfnisse jedes Teilnehmers eingeht, bekommt jeder Kurs seinen eigenen Charakter – und wie ich gehört habe, war auch der Kurs hier in der Schweiz sehr schön und speziell.

Mein erster Kontakt war mit Zanna Heighton, die das Büro der ZB-Association UK leitet. Ich bekam die Kursunterlagen geschickt, mit einem sehr schön gestalteten Infoblatt, später dann die Teilnehmerliste und Informationen zur Anreise nach Gaunts.

Der Kurs in England ist residential und findet schon seit vielen Jahren in einem wunderschönen, alten, schlossähnlichen Gebäude statt, umgeben von Wiesen und alten Bäumen, es gibt einen Teich und sogar einen Swimmingpool.

Das Team dort verwöhnte uns mit leckerem vegetarischem Essen – zum Glück war die Mittagspause lange genug, dass es zu einem Spaziergang oder einem kurzen Schlaf reichte!

Die Anreise verlief gut, vom Flughafen Gatwick gibt es einen direkten Zug nach Bournemouth, und dort wurde ich von einer anderen Teilnehmerin abgeholt.

Angekommen in Gaunts dann eine herzliche Begrüssung, James aus Zürich war bereits dort, Tim Newman kannte ich und Joe Church, der im vergangenen Jahr in Zürich dabei war. Insgesamt waren wir etwa 50 TeilnehmerInnen, dazu sieben ZB-LehrerInnen als Assistenten. Gleichzeitig mit Fritz gab Aminah auch einen Kurs in Prozessakupressur, diese Gruppe war jedoch kleiner.

Wir trafen uns zu einer ersten Runde im Vortragsraum, bei der sich jede kurz vorstellen und sagen konnte, was sie von diesem Kurs mitnehmen wollte (da die Frauen leicht in der Überzahl waren, verwende ich zur Abwechslung die weibliche Form).

Fritz machte sich Notizen, und ich hatte den Eindruck, dass er im Verlauf des Kurses beim Arbeiten mit den Teilnehmerinnen auch darauf einging, was jede zu Beginn gesagt hatte.

Wir hatten zwei Räume für die praktische Arbeit zur Verfügung, betreut von mehreren LehrerInnen, die sich aber auch hinlegten und anschliessend Feedback gaben und Verbesserungsvorschläge zeigten. Der Kontakt mit den anderen Teilnehmerinnen war von Anfang an sehr herzlich und unkompliziert, es gab keine „Grüppchen“, die nur unter sich blieben, und ich habe es sehr genossen, so viele Austauschmöglichkeiten zu haben mit ZB-Praktizierenden und -Lernenden, ebenso wie Feedback von verschiedenen Lehrern zu bekommen. Jeder hat seinen eigenen Stil und „Touch“ .

Wirklich inspirierend – und damit meine ich den wahren Sinn des Wortes spirit, nicht den Alkohol, den wir abends in der gemütlichen Bar genossen haben, war nicht nur Fritz' Unterricht, sondern auch das Abendprogramm.

So trafen sich diejenigen, die im Zertifikatsprogramm sind, mit den Lehrern und Fritz am zweiten Abend, einige Lehrer sprachen davon, was ZB für sie bedeutet und weshalb sie manchmal auch sehr streng sind(!), gleichzeitig gab es aber auch viel Ermutigung und schliesslich für jeden einzelnen ein „Durchhalten- und Dranbleiben-Fulcrum“ von Fritz mit auf den Weg.

Ich habe dabei für mich stark empfunden, wie es mich aus dem Kopf in meine Mitte holte, tief im Solarplexus etwas berührte und mich mit dem Wort Trust (Vertrauen) erfüllte. Fritz hatte wieder einmal den richtigen Punkt getroffen.

Ein Grund, weshalb ich immer noch nicht das Zertifikat gemacht habe, ist nämlich, dass ich immer wieder zweifle, es gut genug und richtig zu machen, vor allem, wenn ich bei einer grossen oder schweren Person ein Hüftfulcrum mache. Aber selbst darauf hat dieser Kurs eine Antwort gegeben.

Es gab auch einen Partyabend, für den wir die Abendgarderobe und die Tanzschuhe mitbringen sollten. Ein kleines Team hatte in aller Heimlichkeit den Saal dekoriert, es gab ein special dinner, anschliessend trafen wir uns in einem Nebengebäude zum Tanz mit einer Live-Band und viel Gelächter bei den Einlagen. – Die EngländerInnen sind nicht nur gut im ZB, sondern verstehen es auch, Feste zu feiern.

Für mich persönlich berührend war der Ablauf und die Gestaltung der Zertifizierungsfeier. Es war sehr festlich, jede bekam von ihrem Lehrer ein Geschenk, von Fritz die Urkunde und von uns allen viel Applaus und Anerkennung für die geleistete Arbeit – und dann natürlich noch das ganz spezielle Fulcrum von Fritz zur Einweihung, wie ein Empowerment (Ermächtigung) im tibetischen Buddhismus.

Mir hat die Professionalität in der Organisation und im Verlauf des Kurses gut gefallen, die Qualität des ZBs (wie es unterrichtet und praktiziert wird) hat mich beeindruckt.

Mit dazu beigetragen haben die ungezwungene Atmosphäre und Energie des Ortes, der herzliche Umgang miteinander und die Bereitschaft jedes Teilnehmers, sich einzulassen und zu öffnen für das Geschenk, das ZB für uns bereithält. Wie ich es auch von früheren Kursen in der Schweiz kenne, ermöglicht Fritz in dem geschützten Raum der Pyramide tiefgehende Prozesse und Heilung.

Da war es natürlich ein grosser Vorteil, dass wir alle während des Kurses auch dort wohnten, es gab keine Ablenkung durch familiäre und berufliche Pflichten, kein Hetzen aufs Tram oder zum Zug, sondern vor allem viel persönlicher Austausch und Begegnung.

In meinem Uebermut nach einem Glas Guinness (man hatte mir gesagt, dies sei sehr gesund für Frauen, ein Stärkungsmittel sozusagen)

habe ich einige der ZB-Kolleginnen zu einem Review-Day in die Schweiz eingeladen – so nennen sie die Supervisionstage dort – ganz im Sinne eines europäischen ZB-Austauschs. Vor wenigen Tagen wurde ich in einem Telefonat noch einmal daran erinnert, dass sie auch ganz bestimmt kommen wollen – nicht nur wegen der guten Schweizer Schokolade.

ZB-er sind irgendwie besondere Menschen, und wer weiss, vielleicht belebt es unsere „ZB-Szene“ hier in der Schweiz, wenn wir uns mit Kolleginnen aus England treffen?

Abschliessend kann ich sagen, dass der Kurs für mich eine Erfahrung war, die ich nicht missen möchte.

Das heisst jetzt nicht, dass jeder zum nächsten Kurs nach England sollte. Ich halte es für sehr wichtig, dass weiterhin Kurse mit Fritz hier in der Schweiz angeboten werden und auch stattfinden. Dies tun sie nur, wenn genügend viele teilnehmen werden. Wir wissen alle nicht, wie lange Fritz noch bei so guter Gesundheit ist, dass er weite Reisen unternehmen kann. – Wir dürfen auch nicht ausser Acht lassen, dass ZB eine Methode ist, die dynamisch ist, d.h. sie entwickelt sich weiter. Wo der Energiefluss vertikalisiert wird und in Uebereinstimmung (Resonanz) kommt mit der Energie des Universums, gibt es zwangsläufig Veränderung.

In den wenigen Jahren, seit ich ZB lerne, beobachte ich bei Fritz die Tendenz, immer weniger zu tun. Nicht, indem er Fulcrums weglässt, sondern dass er sie anders macht. Gerade deshalb ist es so wichtig, die Chance beim Schopf zu packen, wenn er hierher kommt und wir von ihm lernen können – ganz ungeachtet dessen, dass wir Ursula Baumann als Lehrerin hier haben und mit Tim Newman ein weiterer sehr guter Lehrer regelmässig in die Schweiz kommt.

Dies als ein kleiner Aufruf an die, die vor längerer Zeit ZB gelernt haben und schon lange keinen Kurs mehr gemacht haben (ja, ich weiss, Gründe gibt es immer, warum es jetzt gerade, dieses Jahr,... nicht geht. Und es ist ja auch nicht ganz billig. Aber es ist es wert). Vielleicht hängt es einfach davon ab, was wir wollen?

Ella Combé

ERFAHRUNGSBERICHT

ZB Supervision für TherapeutInnen vom 3.9.02

Zum ersten Mal hat dieses Jahr eine Supervision für ZB-Therapeuten stattgefunden. Leider gab es nur wenige Anmeldungen, mit Ursula zusammen waren wir nur vier Personen.

In diesem etwas intimen Rahmen fand das Treffen bei Ursula zu Hause statt.

Wir erzählten uns zuerst, wo wir im Moment stehen und welche Anliegen wir für das Treffen mitgebracht haben. Es stellte sich bald heraus, dass wir alle die Spezialfulcrums repetieren wollten. Ursula zeigte sie alle noch einmal, und im gegenseitigen Austausch überprüften wir unsere Arbeitsweise.

Wie immer bei diesen Treffen zeigte Ursula etwas Neues. Fritz und die Therapeuten in den USA hatten, ausgelöst durch den Terroranschlag vom 11.9.01, ein spezielles Post-Trauma Protokoll konzipiert. Es ist ein Kurz-ZB, welches den Fokus auf Unterstützung, Geborgenheit, Aufgehobensein und Stabilität hat. Dieses Protokoll hat uns alle sehr überzeugt.

Ich habe wieder viel gelernt. Ich möchte mich an dieser Stelle auch noch einmal bei Ursula für die Gastfreundschaft bedanken.

Nächstes Jahr findet wieder ein solches Treffen statt. Ob dann die Anmeldungen zahlreicher sein werden? Ich kann die Teilnahme nur empfehlen.

Karin Ebner

Du bist, wer du bist. Du kannst nur du sein.

Eine buddhistische Geschichte

Ein König ging durch seinen Garten und sah viele verdorrte und sterbende Bäume, Büsche und Blumen. Entsetzt fragte er, was da vor sich ginge.

Eine Eiche antwortete, dass sie sterbe, weil sie nicht so hoch werden könne wie die Tanne. Als er sich zur Tanne wandte, sah er sie umfallen, weil sie keine Trauben tragen konnte wie der Rebstock. Und der Rebstock verdorrte, weil er nicht blühen konnte wie eine Rose.

Dann fand er am Rande eines Beetes eine Margerite, blühend und frisch wie eh und je. Erstaunt fragte er sie, wie sie dies schaffe, und sie antwortete: ‚Als du mich pflanztest, nahm ich an, dass du eine Margerite haben wolltest. Hättest du eine Eiche gewollt, hättest du eine gepflanzt oder eine Rebe oder eine Rose, wenn du dies gewünscht hättest. Ich bin eine Margerite und kann nur dies sein, also gebe ich mein bestes, eine Margerite zu sein.‘

* * *

Du bist hier, weil du gebraucht wirst, so wie du bist. Du erfüllst etwas Essenzielles. Warum solltest du sein wie Buddha? Hätte er noch einen Buddha gewünscht oder noch einen Christus, hätte er sie geschaffen.

Stattdessen hat er dich erschaffen. Ihre Arbeit ist getan. Nun bist du hier, um deinen Anteil zu leisten. Denk an den Respekt, den das Universum dir entgegen bringt. Schau dich an. Du kannst nur du sein, nie jemand anderer. Du kannst dich darüber freuen und blühen oder du kannst verdorren, weil du es ablehnst.