

ZB

Liebe ZB-Freunde

Wieder neigt sich ein Jahr dem Ende zu. Und wieder war es ein erfreuliches ZB Jahr. Claudia, unsere neue Sekretärin, hat sich problemlos eingelebt und es gab wieder viele interessante Kurse. Vor allem der Residential in Gais mit Fritz war eine Bereicherung für alle Teilnehmer. ZB bleibt ZB, aber mit jedem Kurs erschliessen sich neue Tiefen und es wächst das Verständnis für Zusammenhänge. Wir freuen uns, dass wir auch im nächsten Jahr wieder viel Schönes anbieten können. Neben Fritz kommt zum ersten Mal Paul Cohen aus Neuseeland und wir sind gespannt, was er uns mitbringen wird. Paul ist ein ZBer der ersten Stunde und hat dementsprechend viel Erfahrung. Für die verbleibenden Wochen des alten Jahres und auch für das neue Jahr wünsche ich euch allen viel Freude und Erfüllung, aber auch Gelassenheit um mit den wechselnden Anforderungen des Lebens fertig zu werden.

Herzlichst - Ursula

Herbstbrief 2007

Die Kurse für 2008

ZB Core 1 (Basiskurs)

24.01. – 27.01.2008

Silvana Jacober (dt.)
Hinwil/ZH, Fr. 650.-

2./3. + 9./10. März 2008

Silvana Jacober (dt.)
Hinwil/ZH, Fr. 650.-

25. – 28. September 2008

Silvana Jacober (dt.)
Hinwil/ZH, Fr. 650.-

ZB Core 2 (Aufbaukurs)

13. – 16. März 2008

Silvana Jacober (dt./fr.)
Murten, Fr. 650.-

27. – 30. November 2008

Silvana Jacober (dt./fr.)
Hinwil/ZH, Fr. 650.-

The Tao of ZB

17. – 20. April 2008

Paul Cohen (engl./dt./fr.)
Hadlikon/ZH, Fr. 720.-

Open Forum

28. Juni – 1. Juli 2008

Fritz Smith (engl./dt./fr.)
Gais/Appenzell, Fr. 720.-

Jenseits d. Protokolls II

7. – 9. November 2008

Tim Newman (fr./dt.)
Murten, CHF 540.-

**ZB-Vertiefungstage
ZB-Auffrischungstage**

17. / 24. Mai 2008, Hinwil

À nos lecteurs francophones!

Nous vous demandons d'excuser que nous ne pouvons pas vous présenter la lettre d'automne de cette année en français.

Malheureusement nous n'avons pas pu trouver une possibilité de traduction. Cependant, nous espérons que notre communication redevienne possible en français à partir de l'année prochaine.

Traducteurs et traductrices intéressés sont priés de prendre contact avec notre secrétariat. Merci de votre compréhension.- Claudia

In eigener Sache von Silvana Jacober

Ein Tag im Monat arbeite ich in der Praxis von Anna Winzenried (Bern) wo ich ZB Behandlungen anbiete. Es können aber auch Mentoren oder Feedbacksitzungen gebucht werden.

Ich bin gerne bereit regelmässige Übungs- oder Vertiefungsgruppen zu leiten oder auch Themen-Tage/Nachmittage/Abende. Das kann auch in eurer Gegend sein, falls mehrere Personen mitmachen.

Was ist Euer Bedürfnis, welche Fragen tauchen immer wieder auf, wo gibt es immer wieder Unsicherheiten, was möchtet ihr vertiefen?

Ruft mich an oder schreibt mir ein e-mail:

043 843 00 67 / 079 795 81 53 / s.jacober@gmx.ch

Neue Daten werden laufend auf der Webseite von ZBA CH aktualisiert.

Behandlungsliege ‚Astra-Lite‘

Fritz Smith hat einen ZB-Behandlungstisch kreieren lassen, den RuthENZ hier in der Schweiz vertreibt. Der Astra-Lite ist leicht (12 kg), sehr einfach aufgestellt, dick und weich gepolstert. Kopfteil, Verlängerung und weitere Accessoires können zusätzlich bestellt werden.

Das Basismodell kostet Fr. 1'050.-, für ZB-KursteilnehmerInnen Fr. 990.-.

Bestellung/Information bei:

RuthENZ - Telefon 044 761 91 39 - Email ruth.enz@vtxmail.ch

Die ZB Association Schweiz ist seit November 2005 als Verein organisiert.

Hier nochmals die verschiedenen Mitgliedsarten:

Aktivmitglieder sind alle diplomierten Zero Balancer sowie alle Personen, die sich in der Ausbildung zum Diplom befinden.

An der GV sind sie stimmberechtigt und können ihre Meinung einbringen.

Diplomierte bezahlen eine Jahresgebühr von Fr. 120.- Darin eingeschlossen ist ein gratis Vertiefungstag pro Jahr.

Passivmitglieder sind diplomierte Zero Balancer, welche ZB nicht mehr ausüben. Sie unterstützen den Verein mit einer Jahresgebühr von Fr. 60.-.

An der GV sind sie nicht stimmberechtigt, können aber ihre Meinung einbringen.

Gönnermitglieder unterstützen den Verein mit einer Jahresgebühr von mindestens Fr. 150.-.

An der GV sind sie nicht stimmberechtigt, können aber ihre Meinung einbringen.

Weiterbildung für diplomierte ZBer

Als ZB-TherapeutIn bist du verpflichtet, alle zwei Jahre zwei Tage Weiterbildung in Zero Balancing zu absolvieren.

Der Besuch von ZB-Vertiefungstagen bzw.

Auffrischungstage zählt ebenfalls als Weiterbildung.

Bitte setz dich bei Unklarheiten oder Fragen mit dem Sekretariat in Verbindung.

Die nächste Generalversammlung der Zero Balancing Association Schweiz findet am Donnerstag, 3. April 2008 in Hinwil statt.

Allen aktiven und passiven Mitgliedern und den Gönnern der ZBA CH werden wir Anfang Februar die GV-Unterlagen zuschicken.

Selbstverständlich sind auch alle andern Personen, die sich für ZB interessieren, herzlichst an die GV eingeladen! Bitte kontaktiere das Sekretariat, damit wir dir die GV-Unterlagen zustellen können.

Wir suchen ÜbersetzerInnen!

Wer hätte Lust, gegen ein kleines Entgelt deutsche Texte auf französisch zu übersetzen oder französische auf deutsch?

Für unsere Newsletter, Frühlings- und andere Briefe Übersetzungswillige gesucht!

Ines Stöckli: IM INNERN DES ZB

Zero-Balancing Kurs vom 7.- 10. Juli 2007 in Gais

Nicht von ungefähr hiess unsere Gastherberge „Idyll“ – eingebettet im herrlichen, grünen und hügeligen Appenzellerland – fand der diesjährige ZB-Kurs mit Fritz und Aminah statt.

Diese vier Tage waren so reichhaltig, dass ich in diesem Bericht nur über die für mich berührendsten Punkte erzählen werde.

Berührend waren für mich bereits die ersten Minuten, die erste Runde des Mitteilens. Weil alle vom Herzen aus über ihre gegenwärtige Situation und ihre Anliegen sprachen, entstand sofort ein sehr offenes und liebevolles Feld im ganzen Raum.

Während des ganzen Kurses war Fritz's Absicht, das ZB-Feld (auch auf der organisatorischen Ebene) zu verstärken und uns immer mehr ins Innere des ZB's zu führen, spürbar.

Immer wieder faszinierte uns Fritz, wie zum Teil altbekannte Fulcrums mit einem neuen Fokus z.B. Öffnen des ganzen Feldes, Öffnen eines zusätzlichen Kanals (Ida, Pingala) und bewussten Handrichtungen das Energiefeld verstärkten und zu neuen Programmierungen führten. Die starke Wirkung der demonstrierten Fulcrums war unmittelbar beim Klienten sichtbar und schien im ganzen Raum zu schwingen.

Ich selbst durfte von Fritz ein solches Spezialfulcrum am Hüftgelenk erhalten: Der präzise und so kleine Zug am Bein reorganisierte den Energiefluss auf all meinen Körperebenen und war noch stundenlang spürbar.

Tief beeindruckt war ich von der Wirkung der Heilpyramide, welche wir am dritten Morgen kreierten, sowie von der Meditation der Vergebung, welche beide in vielen KursteilnehmerInnen starke (Heil) Prozesse auslösten.

Nicht unerwähnt lassen möchte ich den Samstagabend, an welchem uns Margrit und ihr Partner mit ihren Instrumenten und den melancholisch-

fröhlichen Klängen der Klezmer-Musik in eine andere Welt führten, sowie die freudvolle Diplomfeier mit unseren italienischen Freunden Eleonora, Lucia, Gianfranco und ihrem Lehrer Giorgio.

Einen speziellen Dank möchte ich auch an Silvana richten, welche mit viel Engagement und Charme diesen ersten, so sehr gelungenen Residential-Kurs organisierte und leitete.

Mit tiefer Dankbarkeit denke ich zurück an diesen ZB-Kurs, mit all dem neu Gelernten, den spannenden und liebevollen Begegnungen und ich hoffe, dass ich meine neu erweckte Begeisterung und meine klare, starke Absicht das Zero-Balancing vermehrt anzuwenden, in die Tat umsetzen kann.

Abschliessend hier Fritz's Formulierung über die

Mission des Zero-Balancings:

“Our Mission is to provide holistic body work therapy that applies each persons experience of health and vitality on all levels!“

Ines Stöckli, Zero Balancing-Therapeutin in Arni/AG

Kurse 2008

Core ZB 1 – Basiskurs Zero Balancing

**Silvana Jacober führt 3 Kurse in Hinwil durch,
vom 24. – 27. Januar 2008 / jeweils 9:30 – 17:30 (A)
am 2./3. + 9./10. März 2008 / jeweils 9:30 – 17:30 (B)
vom 25. – 28. September 2008 / jeweils 9:30 – 17:30 (C)**

Core Zero Balancing 1 vermittelt die Grundlagen des Zero Balancing. Im Core-Kurs 1 erlernst du das Zero Balancing-Protokoll sowie die Prinzipien und theoretischen Grundlagen des Zero Balancing. Du lernst, wie du mit Hilfe von Fulcrums Energie und Struktur ausgleichen kannst. Am Ende des Basiskurses bist du imstande, eine vollständige Zero Balancing-Behandlung zu geben.

Weitere Kurse finden bei Bedarf statt.

**Voraussetzung für die Teilnahme am Core ZB 1 Basiskurs:
Interesse am Erlernen des Zero Balancings.**

Der Core ZB 1 Kurs dauert 4 Tage. Kosten CHF 650.–

**Anmeldeschluss 9. Januar 2008 (A), 16. Februar 2008 (B) und
10. September 2008 (C)**

Core ZB 2 – Aufbaukurs Zero Balancing

**Silvana Jacober bietet 2 Kurse an,
vom 13. – 16. März 2008 in Murten (A)
vom 27. – 30. November 2008 in Hinwil (B)
jeweils 9:30 – 17:30**

Da alle mit dem Grundstoff vertraut sind, können wir das Material vertiefen, verfeinern und erweitern und zusätzliche Fulcrums erlernen.

.Wir werden das Protokoll durcharbeiten, diesmal mit Schwerpunkt auf die Qualität der Berührung und auf die eigene Körperhaltung während der Arbeit. Wir lernen, wie in einer Sitzung ein Rahmen gegeben wird. (Framing)

**Voraussetzung für die Teilnahme am Core ZB 2 Aufbaukurs:
Besuch eines ZB-Basiskurses/Core ZB 1. Kosten CHF 650.–
Anmeldeschluss 27. Februar 2008 (A) und 12. November 2008 (B)**

ZB-Vertiefungstag

Mit Silvana Jacober (dt./fr.) am 17. Mai 2008 in Hinwil

10 – 17 Uhr / CHF 120.-

Thema: offen, je nach Bedürfnis – Gratistag für TherapeutInnen

Anmeldeschluss: 09.05.08

ZB-Auffrischungstag

Mit Silvana Jacober (dt./fr.) am 24. Mai 2008 in Hinwil

10 – 17 Uhr / CHF 120.-

Thema: Protokoll – für alle, die wieder einsteigen möchten oder sich nicht sicher fühlen mit dem Protokoll.

Anmeldeschluss: 16.05.08

Kurse 2008 für Fortgeschrittene

„The Tao of Zero Balancing“

Paul Cohen, ZB-Lehrer aus Neuseeland, leitet diesen Kurs in Hadlikon vom 17. – 20. April 2008 (Engl./Franz./Dt.)

In „Das Tao des Zero Balancings“ werden die grundlegenden Prinzipien und die Theorie des Zero Balancings vertieft und dabei die Parallelen von Zero Balancing und der Buddhistischen Vipassana Meditation erschlossen, mit besonderer Berücksichtigung des Taoistischen Konzepts vom „Tun -Nicht tun“.

Voraussetzung für die Teilnahme an „The Tao of Zero Balancing“: ZB Core I und II

Der Kurs dauert 4 Tage. Kosten CHF 720.–

Anmeldeschluss: 25. Juni 2008

„Zero Balancing: Open Forum“

Fritz Smitz, Gründer des ZB, leitet diesen Kurs in Gais/Appenzell vom 28. Juni. – 1. Juli 2008 (Engl./Franz./Dt.)

Im ZB Kurs „OPEN FORUM“ wird auf die individuellen Bedürfnisse der Therapeuten eingegangen. Der Inhalt des Kurses ist ein Erkennen von Problemen, die Berührungen zu verfeinern, tieferes Verständnis des Umgangs mit dem Körper und der fundamentalen Konzepte zu erlangen. Für die ZBer ist eine Gelegenheit zusammen zu sein um ihre Fähigkeiten zu erneuern und zu vertiefen, und um einige Tage mit Dr. Fritz Smith zu verbringen.

Voraussetzungen: Core ZB I und II, Kosten: CHF 720.—

Anmeldeschluss: 20. Juni 2008

„Jenseits des Protokolls II“

Tim Newman, ZB-Lehrer aus England, führt diesen Fortsetzungs-Kurs zu ‚Jenseits des Protokolls‘ in Murten durch, vom 17. – 18. Nov. 2007 (Franz./Dt.)

Auch in ‚Beyond the Protocol II‘ werden wir weiter lernen, wie wir die Prinzipien des Zero Balancing an frei beweglichen Gelenken anwenden können. Anders als im ersten Teil des Kurses vom Oktober 2006 kommen dieses Mal die frei beweglichen Gelenke im Beckenbereich (Schambeinfuge), im Fuss-/Beinbereich (Fusknöchel, Knie, Verbindung Schienbein-Wadenbein) sowie auch im vorderen Brustkorb und im Schädelbereich zum Zug.

Auch die Grundprinzipien des Zero Balancing werden geübt und vertieft: u.a. Interface und Blaue Linie. Neben dem Erlernen von neuen Fulcrums vermittelt dieser Kurs, wie wir unsere Gedanken in unsere Hände bringen und wie wir während einer Behandlung neutral, aufmerksam und geerdet bleiben können.

Voraussetzung: Besuch zweier ZB-(Grund)Kurse.

Kursgebühr CHF 540.-.

Anmeldeschluss 22. Oktober 2008

„Die Heilung des Inneren Kindes“

Dr. Aminah Raheem, Gründerin der Prozessakupressur, leitet diesen Kurs in Gais/Appenzell

vom 28. Juni – 2. Juli 2008, Kursgebühr CHF 720.--.

Nähere Informationen bei Beatrice Wittwer paswitzerland@gmx.ch

Die ZB-Formel

Kurfassung der Diplomarbeit vom 9. Juli 2006 von Reto Frischknecht

Die Arbeit folgt der Idee, Zero Balancing mit einer Formel zu beschreiben. Es ist eine Reflexion auf ZB aus der Sicht der Formelwelt der Physik. Die vollständige Version kannst du runterladen unter www.refrisch.ch/angebot_downloads.html

Ein Objekt im Energiefeld

Fritz F. Smith schreibt in seinem Buch "Innere Brücken": Jedes aufrechte Objekt, egal ob belebt oder unbelebt, funktioniert wie eine Antenne oder ein Blitzableiter, der Energie aus der Umgebung bündelt.“ Je nach Objekt ist die Qualität des Energieflusses anders. Dies beschreibt er am Vergleich mit Pinien- und Apfelbäumen:

Ein Pinienwald hat eine klare und gerade Struktur und

→ einen starken Energiefluss zur Folge – es fühlt sich ruhiger und schwerer an

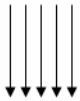
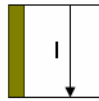
Apfelbäume sind kleiner, weniger massiv und haben wildere Äste und

→ bilden eine diffuse Energie – es fühlt sich diffuser, zufälliger, leichter, weicher an

Mit diesem Beispiel habe ich einen guten Einstiegspunkt gefunden, um mich an die ZB-Formel heranzutasten.

Wirksame Länge (l) im Energiefeld:

Energiefeld (E)

Gerichtetes Objekt (Pinie)
(z.B. Stamm der Pinie)Wirksame Länge (l)
auf die das
Energiefeld (E) wirktNicht gerichtetes Objekt
(z.B. Ast des Apfelbaumes)Wirksame Länge (l)
auf die das
Energiefeld (E) wirkt**Richtung des Energieflusses (I) im Objekt:**

Energiefeld (E)

Gerichtetes Objekt (Pinie)
(z.B. Stamm der Pinie)Energiefluss-Vektor (I)
geht in Richtung des
ObjektsNicht gerichtetes Objekt
(z.B. Ast des Apfelbaumes)Energiefluss-Vektor (I)
geht in Richtung des
Objekts

Berechnung des Energieflusses (I) in einem Objekt im Energiefeld (E):

$$I = E * G * l$$

Energiefluss (I) = Energiefeld (E) * Leitwert (G) * Länge (l)

Die Balance von Energie und Struktur

Weshalb ist eigentlich eine Balance zwischen Energie und Struktur notwendig? Nach der Formel $I = E * G * l$ können wir gleichzeitig den Energiefluss (I) und die Struktur maximieren. Wenn wir die Struktur verstärken, so erhalten wir einen höheren Leitwert (G), was wiederum den Energiefluss (I) verstärkt. Also wozu eine Balance?

Besonders interessant ist diese Betrachtungsweise in Bezug auf die Gelenke unseres Körpers. Jedes Gelenk ist wie ein Unterbruch des Knochens zu betrachten und bildet damit einen Widerstand für den Energiefluss, was den Leitwert senkt. Würden wir "Struktur" nur als Masse ohne Funktion betrachten, so wäre das Optimum erreicht, wenn die Gelenke zusammenwachsen. Struktur ist jedoch Masse **und** Funktion. Nach dem Grundgesetz des Körpers "was nicht gebraucht wird, wird eingespart", wachsen Gelenke zusammen, die nicht benutzt werden (Bsp. Kreuzbein).

Wo aber liegt das Optimum von Energie und Struktur für ein Gelenk? Dieses richtet sich nach der Funktion, für die das Gelenk bestimmt ist. Die Gelenke, die sehr wichtig sind für grosse Energieströme und grosse Stabilität, sind optimiert auf einen möglichst guten Leitwert. Der Leitwert kann verbessert werden, indem der Unterbruch möglichst klein gehalten wird (Bsp. Festgelenke) und/oder dadurch, dass die Fläche des Übergangs möglichst gross gebaut wird (Bsp. Kniegelenk).

Die Formel soll also um diesen Aspekt erweitert werden.

Die ZB-Formel

Das Optimum eines Gelenks erreichen wir dann, wenn die Funktion (Bewegung, Stabilität) ermöglicht wird, ohne den Energiefluss zu stark zu beeinträchtigen. In der Formel lässt sich dies wie folgt ausdrücken:

$$I = E * G_{\text{Optimum}} * l$$

Energiefluss (I) =
Energiefeld (E) * Leitwert_{Optimum} (G_{Optimum}) * Länge (l)

	Erläuterung
Energiefluss (I)	Stärke des Energieflusses im Objekt
Energiefeld (E)	Gerichtetes Energiefeld
Leitwert G_{Optimum} (G_{Optimum})	Beschreibt, wie gut ein Objekt die Energie leiten kann. Es ist das Optimum von möglichst hohem Leitwert bei gleichzeitiger Erfüllung der benötigten Funktion
Länge (l)	Beschreibt die Länge des Objekts, die zum Feld gerichtet ist

Das Fulcrum und die ZB-Formel

Reflexion der ZB-Formel auf das Phänomen des Fulcrums:

	Erläuterung	Reflexion aus Sicht der ZB-Formel
Halbmond-Vektor	Klares, starkes und gerichtetes Energiefeld über einen ganzen Bereich	Der Energiefluss wird grösser durch die Ausrichtung von verschiedenen Flussrichtungen auf das gerichtete Energiefeld im gesamten Bereich
Hebefulcrum	Energiefeld rund um den Referenzpunkt	Der Energiefluss wird grösser, weil die Möglichkeit geschaffen wird, dass sich die Leitfähigkeit in der Region verbessern kann
Bewegungs-fulcrum	Energiefeld rund um eine Referenzlinie	Der Energiefluss wird grösser, weil die Möglichkeit geschaffen wird, dass sich die Leitfähigkeit in der Region verbessern kann. Der Energiefluss wird grösser, weil durch die Bewegung eine Ausrichtung auf die Referenzrichtung stattfindet

Die Formel gilt für homogene Energiefelder. In inhomogenen Feldern müssen die Vektoren, also die Richtungen der einzelnen Felder, berücksichtigt werden. Mit einem Fulcrum erzeugen wir klare, homogene Felder. Somit ist die Formel in Bezug auf die Wirkung eines Fulcrums ausreichend.

Mit dem Fulcrum schaffen wir Möglichkeiten und Räume, damit der Körper sein Optimum finden kann. Das Resultat dieses Optimums finden wir in der ZB-Formel mit dem Leitwert Optimum

ZB und Öffentlichkeitsarbeit - Statusbericht

Liebe ZB-KollegInnen,

Am 26. September 2007 haben sich Markus Etzensberger, Reto Frischknecht, Silvana Jacober und Ines Stöckli zum 1. Workshop getroffen. Wir haben Ideen gesammelt zu folgenden Fragen:

1. Welche Zielgruppen möchten wir primär erreichen?
2. Mit welchen Zielgruppen erreichen wir den besten Hebeleffekt (Weiterverbreitung)?
3. Geeignete Wege, diese Zielgruppen zu erreichen
4. Möglichkeiten im Rahmen unseres Budgets
5. Welche drei Ziele gehen wir in welcher Reihenfolge an?
6. Gibt es Sofortmassnahmen?

Der 2. Workshop findet am 21. November 2007 um 19.30 Uhr bei Reto in Ottenbach statt. Im Zentrum stehen die Themen und Texte für ZB-Flyer.

Hast du grundsätzlich Interesse an einem ZB-Flyer? Wenn ja:

- a) eher mit der Möglichkeit, die eigene Adresse per Stempel aufzubringen
→ nur deine Adresse ist dann so verbreitet, aber dafür auch nur dort, wo du die Flyer verteilst) oder
- b) eher mit der Möglichkeit, dass deine Adresse in einer Liste von TherapeutInnen die mitmachen aufgedruckt wird?
→ deine Adresse hat eine grosse Verbreitung, dafür steht deine Adresse nicht mehr so prominent darauf, das Stempeln oder Kleben der Adresse entfällt)

Hast du Ideen und Gedanken zu den Fragestellungen des 1. Workshops? Und/oder hast du Interesse beim 2. Workshop mitzumachen? Melde dich bitte bei Reto (refrisch@hisppeed.ch). Im Frühlingsbrief werden wir genaueres über den Stand der Arbeiten publizieren.

Herzliche ZB-Grüsse, Ines, Markus und Reto

