

# WAS IST ZERO BALANCING

Von David Lauterstein

Die gemeinsame Basis der modernen Körpertherapie und der Energiearbeit bildet den vermutlich fruchtbarsten Boden des gesamten Körper/Geist Reiches. Fast alle Studien über Traumata weisen darauf hin, dass Heilung mehr als nur physisches Flicken bedeutet. Es müssen auch die mit dem Trauma verbundenen emotionalen, mentalen oder spirituellen Störungen behoben werden. Die gemeinsame Ebene zwischen strukturellen und energetischen Ansätzen ist jedoch schwierig auszuloten. Die herkömmliche Medizin weiss meistens nichts zu sagen bezüglich der Energieflüsse. Enttäuschenderweise verlässt sich die Energiearbeit ihrerseits allzu oft auf nicht überprüfte Glaubenssysteme statt auf handfeste physische Begebenheiten. Man kann mit dieser mystisch verschleierte Begabung sympathisieren, so wie Ida Rolf, die auf die Frage, warum sie mit dem Bindegewebe, mit den Faszien arbeite, antwortete: «weil ich diese mit meinen Händen fassen kann».

Daher ist die grosse Frage der ganzheitlichen Körperarbeit: Wie kann ein Therapeut mit seinen Händen sowohl die Energie wie auch die physische Struktur eines Menschen ansprechen? Wie können Körpertherapeuten präzise arbeiten und gleichzeitig die physischen und energetischen Aspekte ihrer Klienten ausgleichen? Heute wird diese Frage durch die wohl revolutionärste Entwicklung der Körperarbeit innerhalb der letzten 25 Jahren, dem Zero Balancing (kurz ZB) angegangen. Zero Balancing wurde in den frühen 70er Jahren vom Arzt, Akupunkteur, Rolfer und Osteopathen Dr. Fritz Smith entwickelt. Es liefert Antworten und wirft auf der Suche nach dem heiligen Gral der Körperarbeit, dem gemeinsamen Ansatz zur Körper/Geistheilung auch neue und faszinierende Fragen auf. Die Theorie des Zero Balancings versöhnt die rigorosen Ansprüche westlicher Wissenschaft mit der kosmologischen Strahlung östlicher Gesundheitsmodelle. Wegen seines praxisbezogenen Aufbaus ist ZB ein leicht erlernbarer, sanfter Weg zur Erhaltung und Förderung des Wohlbefindens. Tausenden Berichten gemäss ist seine therapeutische Wirkung so durchgreifend, dass es fast spiritueller Metaphern bedarf um sie zu beschreiben. Für Masseur, Körpertherapeuten, Bewegungstherapeuten, Akupunkteure, Psychotherapeuten und andere im medizinischen Bereich tätige Leute kann ZB einen praktischen Zugang zu beiden Seiten der Gleichung von Körper und Energie liefern.

## DAS ENERGETISCH-STRUKTURELLE MODEL VON ZERO BALANCING

Der modernen Physik zufolge kann ein gegebenes Phänomen, sei es ein Atom, Quark oder eine Galaxie sowohl als Teilchen als auch als Energie betrachtet werden. Wir können z.B. eine Meereswoge als Ding, als Struktur oder, durch eine Änderung der Perspektive, als durch das Wasser fliessende Bewegung oder Energie wahrnehmen. Energie und Materie wechseln sich in einem kosmischen Tanz von Form und Kraft gegenseitig ab. Buckminster Fuller, der Visionär und Architekt erinnert uns daran, dass selbst Gott «sowohl als Verb wie auch als Substantiv» betrachtet werden kann. Im ZB wird besondere Bedeutung auf das «Interface» gelegt wo sich Energie und Struktur berühren. Man denke dabei an den Ort wo der Wind auf das Segel eines Bootes trifft, in der Politik an den Augenblick, in welchem eine beliebte «Bewegung» zur Änderung der Regierungsform führt. ZB pflegt eine grosse Sensibilität für das Interface zwischen Struktur und Energie von Therapeut und Klient.

Die Energie bewegt sich im menschlichen Körper wie die grossen Strömungen der Ozeane in komplexer Weise und doch auf allgemein definierbaren Pfaden. Im ZB ist es wichtig zu wissen dass die körperliche Substanz welche die dichteste Materie aufweist - unser Skelettsystem - als diejenige betrachtet wird, die auch die stärkste Energie transportiert. Genau so wie das dickere 220 Volt Kabel mehr «Saft» liefert, als die dünnere 110 Volt Leitung. Um mit dieser Energie in Verbindung zu kommen, kontaktiert der ZB Therapeut das Skelettsystem, durch das die Gravitationskräfte, die unsere aufrechte Position innerhalb des Gravitationsfeldes sicher stellen, geleitet werden. Dieses System absorbiert und leitet auch ebenfalls

die täglich einwirkenden grossen Kräfte wie Muskelkontraktionen, Druck, Schwung etc. Bezeichnenderweise liegt das Skelett am tiefsten im Körper, tiefer als die willkürlichen Muskelschichten. Wir können einen Muskel bewusst anspannen, doch die Knochen bleiben ausserhalb unserer bewussten Wahrnehmung und Kontrolle. Daher vermitteln die Knochen das subjektive Gefühl der Endgültigkeit. «Ich fühle es in meinen Knochen», «Es ging mir durch Mark und Bein», «bis auf die Knochen durchgefroren», sind Zeugnisse unserer Erfahrung dass die Knochen den tiefsten Aspekt unseres Wesens beherbergen. Im ZB wird davon ausgegangen dass das Skelettsystem das dichteste und tiefste energetische Gebiet darstellt, dessen Funktion es ist, uns mit der Natur zu verbinden. Diese wird als wesentlicher Teil von uns selbst erfahren aber nicht als willentlicher und bewusster Ausdruck unseres Selbst. Die Skelettenergie hat mehr mit dem Leben das wir mit der Erde teilen zu tun, als mit dem Leben, das wir durch unsere Bemühungen erschaffen. Sie ist Teil der erhaltenden Form. Im östlichen Denken wird sie mit «Ahnenergie», «Kundalini», «Shushumna, Ida und Pingala» bezeichnet und verläuft in drei vertikalen Bahnen durch uns hindurch. Es sind der grosse Zentral- oder Universalfloss durch Schädel, Wirbelsäule, Becken, Beine und Füsse, der zweite Vertikalfloss durch Schultern und Querfortsätze der Wirbel (der sich im Becken wieder mit dem grossen Zentralkanal verbindet) und der dritte Vertikalfloss, der durch den Schultergürtel in die Arme und Hände abzweigt. Indem der ZB-Therapeut die Verbindungen dieser fundamentalen Energieflüsse mit dem Skelettsystem reorganisiert, kann er auf tiefgreifende, klare und kraftvolle Art gleichzeitig Energie und Struktur beeinflussen.

Der zweite energetische Bereich verläuft gemäss ZB in bestimmten Bahnen durch den ganzen Körper. Diese werden als innere Energieflüsse bezeichnet. Sie erlauben uns als individuelle Egos oder Ökosysteme zu funktionieren. Der tiefste Bereich dieser Domäne wird durch die Auswirkungen unserer willkürlichen Bewegungen auf die durch das Skelett fliessende Energie erschaffen. Während wir gehen und uns bewegen beschreiben wir Kurven und Spiralen, die sich überall in Form einer Art dreidimensionalen 8 auflösen. Die dynamische Energie der Bewegungskonfiguration in Form einer 8 nährt uns und hilft uns, als Individuen integriert zu bleiben. Das weiche Gewebe bewohnt die mittlere Ebene des inneren Energieflusses. Diese Ebene entspricht den Meridianen der traditionellen chinesischen Medizin und den Muskeln, Nerven, dem Blut, den Organen etc. der westlichen Anatomie. Die Funktion dieser Schicht ist es, die Energie eines Menschen auf die Erfüllung der nutritiven, mentalen, emotionalen und spirituellen Bedürfnisse zu lenken. Die letzte, oberflächlichste Ebene der inneren Energieflüsse ist das in der chinesischen Medizin beschriebene «Wei Chi». Das Wei Chi, ein grobes und undifferenziertes Energiefeld liegt direkt unter der Haut und hat die Funktion selektiv gewisse, uns von der Welt zugetragene Schwingungen und physische Anforderungen abzuwehren oder zu absorbieren. Ist dieses Energiefeld zu schwach, können unsere Grenzen durch schädliche Einflüsse klimatischer, physischer oder psychischer Natur verletzt werden. Normalerweise bewahrt das Wei Chi eine elastische Oberflächenspannung, die uns erlaubt, gesunde und flexible Grenzen aufrecht zu erhalten.

Im Unterschied zum grossen Zentralfluss und den inneren Energieflüssen identifiziert ZB diesen dritten Energiebereich als das eher diffuse «Hintergrundfeld». Dieses Feld hat keine eigene Form, es durchdringt den gesamten Körper und den ihn umgebenden Raum. Das Hintergrundfeld kann als Vibrationsmuster oder als Hintergrundmusik des Körpers verstanden werden. Es kann therapeutisch relevant werden, da akute oder chronische Beschwerden sich diesem Feld einprägen können und dadurch seine natürliche Vibration und Fähigkeit zur freien Anpassung an die Anforderungen des Lebens vermindern. Normalerweise erlaubt uns das Hintergrundenergiefeld mit der sich ewig verändernden Natur des Alltags mit zu fließen.

Zusammenfassend gibt es also laut dem ZB-Energiemodell drei grundlegende Energiesphären im menschlichen Körper:

- Den universellen Lebensfluss, der vertikal durch das Skelettsystem fliesst und uns mit der Lebensenergie verbindet, respektive uns an sie anschliesst.
- Die inneren Energieflüsse auf drei Ebenen: die Figur der 8, die innerhalb des Skelettsystems durch Gehen und andere alltägliche Bewegungen aktiviert wird; die mittlere Ebene des weichen Gewebes und der Meridiane durch die wir unsere Individualität manifestieren und die oberflächliche Ebene des Wei Chi, durch die wir die Integrität unserer Grenzen bewahren.
- Das Hintergrundenergiefeld, das den Raum im und um den Körper herum durchdringt – das Vibrationsmuster des täglichen Lebens.

## PRAXIS DES ZERO BALANCING

Das im ZB entwickelte Werkzeug zur Beeinflussung dieser energetischen und strukturellen Domänen ist das Fulcrum. Gemäss dem American Heritage Dictionary bedeutet Fulcrum «eine Position, ein Element oder Mittel durch, um oder mittels welchem Vitalkräfte bewegt werden». Das Fulcrum erlaubt dem Therapeuten, dass seine Energie und Struktur mit der Energie und Struktur des Klienten in Kontakt kommt, «interferiert». Zusätzlich zu diesem strukturell/energetischen Interface werden dem Fulcrum mindestens zwei weitere Dimensionen gegeben. Dadurch entsteht eine komplizierte geometrische Form, die den Zustand des Klienten beeinflussen kann. Der Therapeut wird z.B. die Gewebespannung aufnehmen, dann Zug und Drehung in das Gelenk geben. Oder er hält sanft Kopf und Nacken und hebt sie mit einem anmutigen Bogen nach oben. Oder er kontaktiert eine Rippe und drückt sanft in sie hinein und fasst damit zwei oder mehrere Kraftvektoren zusammen.

Ist diese komplexe Berührung aufgebaut, wird sie in Position gehalten. Unter Beachtung des Ausspruchs von Dr. Fritz Smith, «dass eine Person nie nicht reagieren kann», kann festgestellt werden, dass ein solches gehaltenes Fulcrum oft eine tiefgreifende Reaktion im Wesen des Klienten bewirkt. Das Aufrechterhalten dieses Raumes ist verwandt mit den stillen Formen der Meditation. Während bei Feldenkrais von «Bewusstsein durch Bewegung» gesprochen wird, kann Zero Balancing als «Transformation durch Stille» bezeichnet werden.

Diese Fulcrums werden in spezieller Reihenfolge an Festgelenken und Zonen energetischer Bedeutung wie Zwischenrippen, Zwischenwirbel, Illiosakral- und Fusswurzelgelenke angewandt. Diese werden mit spezifischen Fulcrums angesprochen um das strukturelle Gleichgewicht und die energetische Funktion des gesamten Systems zu optimieren. Die spezielle Natur dieser Gelenke, im ZB «Fest- oder Halbfestgelenke» genannt, liegt darin, dass sie in erster Linie am vertikalen Ausrichten, Absorbieren und Leiten von Kraft und Energie durch den Körper und weniger an der Fortbewegung beteiligt sind. Diese Gelenke haben einen beschränkten Bewegungsradius. Die Fusswurzelknochen z.B. – Sprungbein, Fersenbein, Kahnbein, Würfelbein und Keilbein – sind in Ihrer Beweglichkeit zueinander beschränkt. Bezeichnenderweise gibt es keine Muskeln die sie miteinander verbindet. Nur beschränkt mit willkürlicher Bewegungsfreiheit ausgestattet und kaum bewusst wahrnehmbar (da ihnen die propriozeptive Eingabe der Muskeln fehlt), werden die meisten Dysfunktionen dieser Gelenke unbewusst bleiben und, falls sie in irgend einer Weise wahrgenommen werden, eher als generelles Unwohlsein, Druck oder Instabilität erfahren. Da diese Gelenke solch eine wesentliche Rolle für die strukturelle Integrität und die Energieübermittlung spielen, ist es aufregend zu sehen, wie schon eine kleine Veränderung zu verstärkten Konsequenzen für das gesamte Wesen führen. Wie die Chaostheorie kürzlich gezeigt hat, können, wenn jemand die Struktur und Dynamik eines Systems kennt, kleine, gut gezielte Eingriffe einen tiefgreifenden, System verändernden Einfluss haben.

Wie kann ein Zero Balancer das Auftreten dieser weitreichenden Veränderungen bemerken? Wie erkennt man Energie- und Strukturänderungen auf der Knochenebene? Dazu wurde im ZB ein Satz spezifischer Beobachtungswerkzeuge entwickelt. Bei Anwendung der Fulcrums wurde beobachtet dass die Klienten periodisch in einen «Arbeitszustand» geraten, in welchem die Körper/Geisteinheit während oder nach einer Gleichgewichts- oder Vibrationsverschiebung reagiert, sich reorganisiert oder neu integriert. Die beobachtbaren Aspekte dieses Arbeitszustandes nennt man «Arbeitssignale». Diese Indikatoren helfen dem Therapeuten das Fulcrum bezüglich Zeitpunkt, Position und Qualität zu verfeinern. Sie erlauben ihm während der Sitzung mit der Tiefe und Qualität des inneren Prozesses seines Klienten in Berührung zu bleiben und ihm zu folgen. Zwei der grösseren Arbeitssignale sind, schnelles Lidflattern und der Arbeits-Atemzyklus, der mit einer flachen Atmung beginnt und nach einem tiefen Einatmen wieder zur Normalatmung zurück kehrt. Andere Signale sind: wechselnder Gesichtsausdruck, Vitalität der Stimme, Bauchgeräusche, Schlucken und plötzliche, unwillkürliche Bewegungen. Indem man lernt, diese Signale zu beobachten und zu verstehen, kann viel Ratearbeit aus der Energiearbeit ausgeklammert werden. Therapeuten müssen sich nicht auf Intuition oder Wunschdenken verlassen um wahrzunehmen wie der Klient reagiert.

Eine ZB Behandlung dauert normalerweise 30 bis 40 Minuten und wird am bekleideten Körper ausgeführt. Nach einem kurzen Orientierungsgespräch prüft der Therapeut Rippen, Schultern und den unteren

Rücken um zum voraus einige Informationen zu bekommen und um das Interface herzustellen. Dann legt sich der Klient auf den Rücken. Der Therapeut beginnt dann in einem gemächlicheren Tempo die Festgelenke und das Gewebe des unteren Rückens, der Hüften und Füsse, mit einer Vielzahl von bestimmten prüfenden Bewegungen und Fulcrums auszugleichen. Nachdem er sorgfältig auf Arbeits- und Erschöpfungssignale geachtet hat, führt der Therapeut die Behandlung des Oberkörpers durch. Er prüft und gleicht zuerst die Rippen und den Nacken aus, dann den Trapeziusmuskel, die Schultergelenke und das Schulterblatt und schliesst die Arbeit am Oberkörper falls nötig, mit besonderer Aufmerksamkeit auf die Region des oberen Halsdreiecks sowie einigen Feineinstellungen mittels «Integrationsfulcrum» ab. Er kehrt zum Unterkörper zurück und bringt einige weitere Integrationsfulcrums an, dann löst er sich, nach einem längeren, integrierenden Fulcrum vom Klienten, der sich noch einige Augenblicke in die neue Erfahrung eingewöhnt.

ZB wird eher als eine Reihe hoch stehender Fertigkeiten gelehrt denn als ausschliessliche Methode. Die Einsichten und Fähigkeiten, die durch ZB angeregt werden, bereichern jede andere Therapieform. Die meisten, die ZB lernen, können es frei in ihre Massagetherapie, Körper- oder Bewegungsarbeit, Beratertätigkeit, Akupunktur oder ärztliche Praxis eingliedern.

## **DIE THERAPEUTISCHE WIRKUNG VON ZERO BALANCING**

Bei der Beschreibung der therapeutischen Wirkung von ZB ist es wichtig, sich vor Augen zu halten, dass jeder Klient einzigartig und daher in seiner Reaktion unvorhersehbar ist. Dr. Smith empfiehlt seinen Studenten, nicht zu versuchen, jemanden eine gewisse Erfahrung machen zu lassen indem er sagt: «hisse eine Flagge und schau wer salutiert». Ich erinnere mich besonders an seine Antwort, die er einem Studenten auf wiederholte Fragen bezüglich der Absicht der verschiedenen Fulcrums gab: «Ich arbeite nicht mit Absichten, ich arbeite mit meinen Fingern». Trotzdem ist es sicher vernünftig zu fragen: «Was sind einige der üblichen Aussichten, Reaktionen und therapeutische Vorzüge von ZB»?

Weil das gute Funktionieren des Skelettsystems eine der tragenden Säulen des ZB ist, und das Skelett auch wörtlich die unter Muskeln und Faszien liegende Säule des Körpers ist, werden Schmerzen und Dysfunktionen des Gewebes durch ZB oft gelindert. Kopf- Nacken- und Schulterschmerzen, Dysfunktionen des unteren Rückens sowie viele andere physische Symptome können durch die Anwendung der verschiedenen Fulcrums ausgezeichnet beeinflusst werden. Durch die Beachtung der Festgelenke wird auch die Ausrichtung des Skeletts verbessert. Klienten berichten davon, neu aufgerichtet zu sein und von einer stärkeren Beziehung ihres Körpers zur Gravitation. Das Gefühl grösser und leichter zu sein, mit flüssigerem Ablauf der alltäglichen Bewegungen sind häufige Rückmeldungen. Was schwierig zu beweisen ist, aber stark gehofft wird ist, dass ZB durch sein harmonisches Ausgleichen der tiefsten Körperstrukturen und Energieebenen zu einer Besserung von Krankheiten und degenerativen Körperprozessen führt.

Anhaltende oder akute psychologische Traumata können auf das Hintergrundfeld einwirken, die inneren Energieflüsse behindern oder destabilisieren und schlussendlich, die vertikalen Energieflüsse beeinträchtigen. Durch das Betonen der Fulcrums auf die, für das Individuum entscheidenden, energetischen und strukturellen Schlüsselstellen hilft ZB die Psyche zu harmonisieren. Klienten berichten von einer inneren Ruhe und einer Verminderung unnötiger Ängste. Während die alten Stressmuster in den verschiedenen energetischen Ebenen vermindert werden, erlebt der ZB Klient eine emotionale Lösung. Dabei wird häufig von einer Rückkehr der Hoffnung und der Kraft berichtet. Dies stammt vermutlich von den nachhaltigen Erfahrungen innerhalb des Arbeitszustandes. Diese Unterstützung in einem Zustand erweiterten Bewusstseins erlaubt dem Klienten eine weitere, flexiblere Perspektive der Probleme zu gewinnen, die im Alltag unüberwindlich und überwältigend erscheinen.

Für viele Therapeuten und Klienten ist der faszinierendste und revolutionärste Aspekt von ZB dessen spirituelle Wirkung. Faszinierend, weil es gleichzeitig aufregend und, aufgrund unserer materialistischen Kultur und Erziehung schwer zu glauben ist, das Hände direkt den Geist eines Menschen berühren, ihn halten, stärken oder ausgleichen können. In unserer heutigen Kultur bemühen sich viele Leute um eine harmonische, stärkende Lebensweise. Es gibt einen Hunger nach Klarheit und Verbundenheit. ZB ist insofern revolutionär, als es eine bedeutende, körperlich fühlbare Verstärkung dieser Erfahrungsebene

ermöglicht. Es verhilft zu dringend benötigten Erfahrungen eines Lebens voll Harmonie, Klarheit und Verbundenheit. Theorie und Praxis von ZB können hier einige wesentliche Beiträge leisten zum Verlangen und Bedürfnis unseres Zeitalters nach Weisheit.

Die Energieebene auf die ZB meistens fokussiert, wird als tief in uns aber nicht als Ego erfahren. Sie hat mehr mit dem «vitalen Elan», der vitalen Energie oder dem Geist zu tun, der uns erfüllt und unser Leben ermöglicht. Mit ZB wurde entdeckt, dass diese Ebene über das Skelettsystem und vor allem über die Fest- und Halbfestgelenke erreicht werden kann. Da dadurch ein anatomischer Sitz des Geistes identifiziert werden konnte, wird das geistige Monopol, das die Religionen auf spirituelle Erfahrungen erhob auf fruchtbare Weise herausgefordert. Der Geist wird, dieser Sichtweise zufolge, durch eine aufgeklärte Einstellung gegenüber der Anatomie direkt greifbar, ohne dass man dazu einem speziellen Glaubenssystem angehören muss. Dadurch kann sich die Demokratisierung des spirituellen Erlebens ausweiten, was in unserem Zeitalter wesentlich ist, wenn wir uns von Ego bestimmten Lebensstilen und einer Politik der Desintegration fortentwickeln wollen.

Freiheit ist ein Wort das ich nicht mehr oft gehört habe, seit den 60er Jahren diese äusserst inspirierende Zeit, in der, wie in einem Lied gesungen wurde, viele Leute mit Geist und viel Herz von einer höheren Ebene der Menschheitsintegration sprachen. Vielleicht wurde der Begriff «Freiheit» ungebräuchlich, weil uns die tieferen Techniken fehlten um sie zu erreichen. Während meines ersten Kurses bemerkte ich zu Dr. Smith: «Dies ist wirklich die Wissenschaft von Samadhi!»! Samadhi bedeutet: Aufklärung oder Freiheit von Illusionen. ZB befreit das Hintergrundfeld von vergangenen Schwingungen, die über ihre Zeit der Nützlichkeit hinaus darin herumhängen. Es befreit die inneren Energieflüsse von vergangenen und gegenwärtigen Stressfaktoren, die unnötigerweise unser Leben beeinträchtigen. Es gleicht das Skelettsystem aus und befreit folglich den Kern, die Quellenergie des Lebens. Diese Arbeit fördert das Bewusstsein, dass die Quelle unseres Glücks nicht etwa in der (in jedem Falle unmöglichen!) Befriedigung unseres Egos liegt, sondern in der Wertschätzung und Ehrung dieses Lebens, das wir alle auf dieser Erde teilen und seiner Neuerschaffung auf immer höheren Ebenen struktureller und energetischer Integrität. ZB stellt mit seinem Energiemodell, durch die Einfachheit der Anwendung und Weitergabe und wegen seiner kraftvollen therapeutischen Wirksamkeit, ein qualitativer Schritt in diesem integrativen Prozess dar.

Deshalb: Willkommen in diesem glücklichen Moment der wachsenden Wissenschaft des Samadhi! Und: Willkommen Körperarbeit im 21sten Jahrhundert! Und zum Schluss: Willkommen Zero Balancing, das uns allen helfen kann, diesen Traum und Ausdruck zu neuer Substanz und neuer Kraft zu verwirklichen. Endlich frei!

*Dr. Fritz Frederic Smith wurde 1929 in Ohio geboren und wuchs innerhalb der manipulativen Tradition auf. Sein Vater war mit 93 Jahren der älteste praktizierende Chiropraktiker in den USA. Als junger Mann zog Fritz nach Kalifornien, wo er 1955 den Dokortitel in Osteopathie, 1961 denjenigen in Medizin erlangte. Er praktizierte als allgemeiner Arzt von 1957 bis 1972. In den 60er und 70er Jahren studierte er auf persönlicher und klinischer Suche nach einem tieferen Verständnis von Krankheit und Gesundheit, Yoga, Meditation und östliche Philosophie und wurde diplomierter Rolfer und lizenziertes Akupunkteur. Er erweiterte sein Akupunkteurstudium bis 1979 bei J.R. Worsley am Chinese College of Acupuncture in*

*England. Zero Balancing entstand während dieses Studiums und wurde auch von den intensiven Erfahrungen mit Swami Muktananda beeinflusst. 1975 vollendete er seine Doktorarbeit für Dr. Worsley in welcher er nach dem Licht suchte, das östliche und westliche Ansätze nützlich bescheinigen könnte. Zu dieser Zeit gelang ihm eine kraftvolle theoretische und praktische Synthese seiner Studien und seiner klinischen und persönlichen Erfahrungen. Seit dieser Zeit lehrt er das Zero Balancing, dessen Namen vom Ausruf einer Klientin die sich am Ende einer Sitzung «balanced to zero» erklärte. 1990 diplomierte er einige seiner Langzeitstudenten zu ZB Lehrern. Mit der Veröffentlichung seines Buches «Inner Bridges, A Guide to Energy Movement und Body Structure» (Humanic Press) begann Zero Balancing ein grösseres Publikum anzuziehen. Dr. Smith, der sich aus seiner Arztpraxis zurückgezogen hatte, widmete sich nun ganz dem Entwickeln und Lehren von Zero Balancing und weiteren transformierenden auf Energiearbeit basierenden Workshops.*

*David Lauterstein ist Autor des Buches «Putting the Soul back in the Body», a manual of imaginative Anatomy for Massage Therapists und redaktioneller Berater der Zeitschrift «Massage Therapy Journal». Er kann unter folgender Adresse erreicht werden: The Lauterstein Conway Massage School 4701 B Burnet Road Austin TX 78756 (512) 374-9222 <http://www.tlcschool.com>*

Zero Balancing Association (Schweiz)  
c/o Reto Frischknecht  
Unterer Lätten 7  
CH-8913 Ottenbach

[www.zerobalancing.ch](http://www.zerobalancing.ch)