

# Völlig schwerelos

(S. 128 bis 137)

*Übers Floating befreite sich John Lennon von seiner Heroinsucht. Dazu soll er mit erhöhten Bewusstseinswahrnehmungen belohnt worden sein. Dem Schwebebad wohnen noch weitere Kräfte inne.*

Für eine Stunde dem Alltag entschweben, mitten im feierabendlichen Treiben beim Röschibachplatz in Zürich-Wipkingen? Ein geheimnisvoller, entspannungsreicher Luxus! Selbst am heissesten Tag des Jahres. Dann ist der Übergang fließend: von 35 Grad Aussentemperatur ins 35 Grad warme Wasser.

Es riecht nach Salz und Meer beim Eingang. Die weisse Zone erinnert an einen antiken Tempel. Dabei war das Float-Center früher ein Kino. Eigentlich bleibt es weiter eines: Eine Reise zum Toten Meer oder ins Universum? In der Vorstellung ist alles möglich, auch gleichzeitig.

Der Rezeptionist führt zu einer Einzelkabine. Violette Spots akzentuieren die Höhle in Steintönen. Nach der obligaten Dusche steige ich in die Wanne mit reinstem Salzwasser. Dieses leitet sogleich an die Oberfläche. Ich schwebe bereits, tatsächlich, 30 Zentimeter über dem Wannenboden! Die spezifische Dichte des Wassers ist durch Magnesiumsulfat, ein Bittersalz, erhöht: 1000 Liter Wasser bei 650 Kilo Magnesiumsulfat. Kein Ton durchbricht die Stille. Nur der eigene Herzschlag ist dumpf wahrnehmbar. Aufs diffuse Licht kann auch gleich verzichtet werden. Ich dimme auf Weltalldunkel. Einzig der Notfallknopf leuchtet noch dezent. Testen? Weshalb auch! Erstaunlich, wie schnell man Vertrauen fasst.

Dabei könnten Zweifel auftauchen. Es ist zwar kein Schwebetank mit Deckel, der Klaustrophobie auslösen könnte, sondern ein offenes Schwebebecken von 1,5 auf 2,5 Metern. Ich lote kurz die Distanzen aus. Doch eigentlich sind sie mir vollkommen egal. Mit ausgestreckten Armen liege ich da. Ein paar Alltagsgedanken spuken durchs Bewusstsein. Einfach weiterziehen lassen, suggeriere ich mir. Tatsächlich werden es weniger und weniger. Selbst die Bedenken, dass hier schon jemand anderer gelegen

ist, den ich nicht kennen möchte – einfach weg.

Das gesättigte Salzwasser reinigt sich wie von selbst. Dazu durchläuft es nach jedem Floating-Gang eine Dreifachfilterung: mechanisch über ein Zirkulationssystem, chemisch über Wasserstoffperoxid, gefolgt von einem UV-Filter, versicherte der Float-Betreiber. Im toten Meer gebe es auch keine Lebewesen. In der Zürcher Wanne liegt ein menschliches: Ich glaube schon fast zu sein. Der symmetrische Körper bringt sich von Natur aus in die richtige Position, liegt da zwischen Wasser- und Luftraum. Keine Gravitationskraft wirkt auf Wirbelsäule, Knochen, Gelenke. Das Gesicht bleibt an der Oberfläche, sichert die Atmung. Die Erkenntnis lässt die Nackenzone vollends entspannen. Laptop-, Smartphone- und andere Bildschirme sind in weiter Ferne. Waldbrände, Gletscherschmelze, Russland-Ukraine-Krieg? Die plagenden Themen der Zeit beginnen zu ruhen. Der eine und andere innere Konflikt? Scheint sich ebenfalls in Magnesiumsulfat aufzulösen.

Der Bewusstseinszustand wird mit Frequenzbändern gemessen. Nach zehn bis zwanzig Minuten gelangen viele in eine Tiefenentspannung: also von einem Wachbewusstsein mit Betawellen (13 bis 30 Herz) in eine leichte Trance mit Alphawellen (12,5 bis 7,5 Herz) oder tieferen Trance mit Thetawellen (7,5 bis 3,5 Herz). Danach beginnen Deltawellen, die man bei Tiefschlaf erreicht.  
(...)