

Heilen mit Lebensenergie: Pranaheilung nach Choa Kok Sui



Ein Aufsatz für Menschen, die wissen wollen, was Pranaheilung ist und die es selber vielleicht lernen möchten

Was ist eigentlich Leben? Wie ist es überhaupt möglich, dass der materielle Körper eines Lebewesens mit all seinen Zellen, Geweben und Organen zielgerichtet all seine Funktionen ausführen kann? Was steckt hinter der komplizierten Biochemie unseres Zellstoffwechsels, die in vollkommener Ordnung sinnvoll organisiert ist? Welche ursächliche Kraft ermöglicht es uns, zu sprechen, zu denken, zu fühlen, zu sehen, zu hören, zu atmen, uns zu bewegen und uns schöpferisch zu betätigen?

Die Antwort ist simpel und beweisbar: Es ist Lebensenergie, auch als Prana oder Chi bezeichnet! Alle Lebewesen wie auch wir Menschen sind durchdrungen von universeller Lebensenergie, die die Grundlage unserer lebendigen Existenz ist. Prana steuert alle Lebensprozesse in unserem Körper unserem Geist und ermöglicht sogar Selbstheilung. Spirituell geprägte Menschen meinen, Prana ist göttlichen Ursprungs. Die Quantenphysik bestätigt: Energie, Licht, unbelebte Materie sind alles eins, haben nur einen unterschiedlichen Schwingungszustand und sind daher prinzipiell ineinander umwandelbar. Körperliche Lebewesen stellen insoweit eine Synthese dar zwischen belebter und unbelebter Materie. Woher dieses Prana jedoch kommt, hat die Biologie und Medizin als Wissenschaft bis heute nicht beantwortet!

Der spirituelle Lehrer und asiatische Meisterheiler Choa Kok Sui hat weltweit in alten Menschheitskulturen und durch eigene Forschungen die energetischen Gesetze und Phänomene des Prana im und am Menschen studiert. Sein Ziel war, alles Wissen zusammenzutragen, um dieses zu Zwecken einer umfassenden Heilung von Krankheiten einzusetzen und zu lehren. Sein Credo: Ein auf allen Ebenen „heiler“, gesunder Mensch ist friedlich, glücklich und in allerbesten Symbiose mit der göttlichen Schöpfung. Und nur wenn die übergroße Mehrheit der Menschen auf unseren Planeten auf allen Ebenen heil sind (psychisch, körperlich, geistig, mental, emotional), kann so Weltfrieden erschaffen und eine positive spirituelle Evolution der Menschheit ermöglicht werden. So entwickelte er das System der Prana-Heilung, das heute weltweit von zertifizierten Lehrern unterrichtet wird sowie in seinen Büchern veröffentlicht worden ist.

Choa Kok Sui entwickelte darin wirksame Techniken, um Prana im feinstofflichen Energiesystem des Menschen zu fühlen, zu reinigen, zu lenken, zu aktivieren, zu akkumulieren und zu konzentrieren. Das Besondere im Vergleich zu anderen Energieheilweisen (z.B. Reiki, Chi Gong, Tai Chi) ist, dass bei der Prana Heilung auch farbiges Prana sowie intensive Reinigungstechniken aller Energiekörper und

Energiezentren (Chakren/sing.: Chakra) angewendet werden. Und natürlich wird hier auch Energie an die Stellen projiziert, wo Energiemangel spürbar ist. Wo Energiestau ist, wird reguliert und harmonisiert.

Obwohl nicht hellsehtige Menschen die feinstofflichen, mit Prana angefüllten Energiezentren (Chakren) und Energiekörper der Menschen nicht sehen können, so heißt das nicht, dass das Prana deswegen nicht existiert oder nicht wirksam ist: Die Ergebnisse von Prana-Anwendungen sind fühlbar, messbar, reproduzierbar und damit auch wissenschaftlich beweisbar. Es gibt wissenschaftliche Schmerzskalen bei der Erfassung der Schmerzintensität, es gibt Blutdruckwerte oder EKG's, die man mit Messgeräten erfassen kann, alle Werte eines Blutbildes oder Skalen zur Erfassung des Schweregrades von Depressionen sind Beispiele für eine mögliche wissenschaftliche Beweisführung. Je nach Erkrankungsart der Patienten können diese Werte vor und nach einer Behandlungsserie mit entsprechenden diagnostischen Messparametern erfasst werden, um die Wirksamkeit von Prana-Behandlungen nachzuweisen. Außerdem ist das Befinden des Patienten selbst auch ein wichtiger Indikator für die Wirksamkeit von Techniken der Pranaheilung.

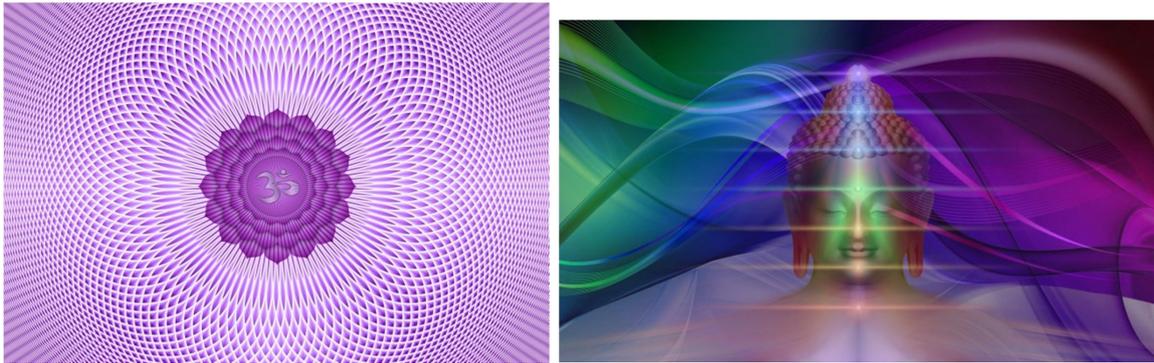
Die Energiezentren und Energiekörper



Wie aus der jahrtausendealten Ayurveda-Wissenschaft und dem Hatha-Yoga bekannt, ist unser stofflicher Körper von Energiehüllen (Auren) und Energiezentren (Chakren) durchdrungen und umgeben. Diese fungieren als zentrale Speicher und Lieferant von Lebensenergie „Prana“. Sie spiegeln dabei tagesaktuell das individuelle Wesen des Menschen auf körperlicher, mentaler, emotionaler, psychischer und spiritueller Ebenen wider: Alle unsere Gedanken, Gefühle, unser erlerntes Wissen, unsere (karmischen) Lebenserfahrungen sind in unseren Chakren gespeichert und beeinflussen bzw. „erfüllen“ deren Energieniveau qualitativ und quantitativ sehr unterschiedlich. Jedes Chakra hat spezifische Funktionen und Anbindungen zu bestimmten Organsystemen. Die Gesundheit eines Menschen auf allen Ebenen ist von der individuellen Beschaffenheit seiner Chakren und Auren (Energiekörper) abhängig.

Mit den Techniken der Pranaheilung kann man diese Auren und Chakren reinigen, harmonisieren, energetisieren und auf diese Weise spürbar die Selbstheilungskräfte des Menschen anregen. Jeder kann dies in zertifizierten Kursen erlernen.

Kopf-Energiezentren Stirn- & Ajna-Chakra



Das Ajna Chakra wird als Meister-Chakra bezeichnet und befindet sich zwischen den Augenbrauen. Wegen seiner Lage wird es auch als „drittes Auge“ bezeichnet. Das Ajna-Chakra beeinflusst das gesamte Hormonsystem, alle Haupt-Chakras und damit alle lebenswichtigen Organe unseres Körpers. Das Stirn-Chakra, in der Mitte unserer Stirn gelegen, ist das Zentrum der höheren mentalen Kräfte und des abstrakten Denkens, mit dem wir Konzepte und Prinzipien begreifen. Hier wird auch der höhere Wille gesteuert, unser Denken und Fühlen reguliert, unsere Sinne sowie unsere Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) mit Lebensenergie versorgt und reguliert. Das Ajna-Chakra beeinflusst das gesamte Hormonsystem, alle Haupt-Chakras und damit alle lebenswichtigen Organe unseres Körpers. Sind unser Ajna-Chakra und Stirn-Chakra energetisch sauber und kraftvoll gesund, so können wir

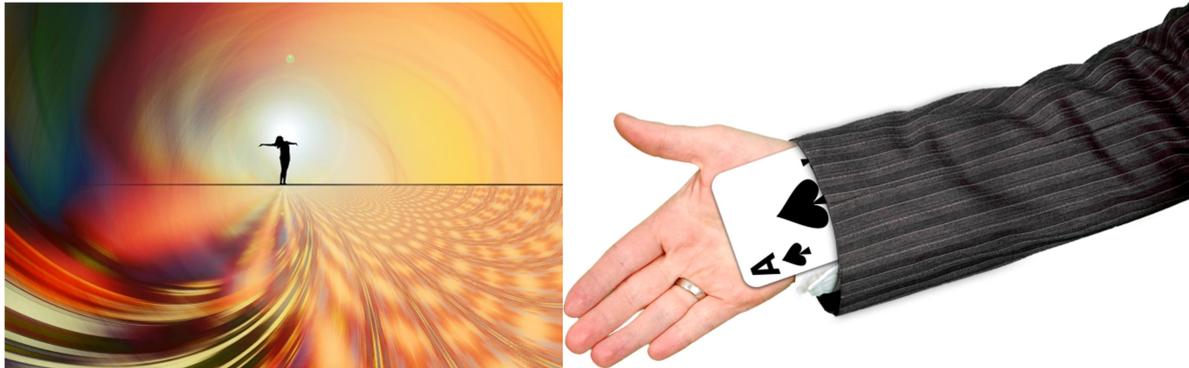
- leichter intelligente (Lebens-)Entscheidungen treffen
- unser Leben optimal organisieren
- sehr gute, erfolgreiche Führungskräfte sein
- mental, hormonell und körperlich überwiegend gesund und Stress-resilient sein
- uns besser konzentrieren und Intuitives Wissen erlangen
- leichter meditieren und entspannen
- genauer, klarer wahrnehmen durch Verfeinerung aller unser Sinne (hören, sehen, fühlen,
- Selbsterkenntnis erlangen durch innere Wahrnehmung.

Das Ajna-Chakra ist so essentiell für unsere Gesundheit auf körperlicher, mentaler, emotionaler psychischer und spiritueller Ebene, dass allein schon seine Behandlung mit Techniken der Prana Heilung enorme Fortschritte in Heilungsprozessen und der eigenen spirituellen Evolution generiert werden kann. Meine persönliche Entdeckungsreise mit Pranaheilung als Selbstanwendung beim Ajna-Chakra war ein Prozess, indem ich gefühlt immer klarer in meinen Wahrnehmungen, effektiver und wahrhaftiger in meinen alltäglichen Entscheidungen und Handlungen wurde. Mein Leben im Hier und Jetzt wurde zunehmend dadurch ein erfüllteres, glücklicheres Leben. Es scheint mir, dass ein gesundes Ajna-Chakra einen Menschen unabhängig macht von seinen Lebensumständen. Er wird wahrscheinlich eher zum Dirigent, zum Macher seiner Lebensumstände.

Das Herz-Chakra und das Gesetz des Karma

In der yogischen Wissenschaft steht das Herz-Chakra für die Verhaltens- und Gefühlsqualitäten der liebevollen Güte, Freundlichkeit, für Hingabe, Großzügigkeit, für die Fähigkeit, anderen Menschen für Ihre Verletzungen und Schädigungen am Selbst zu vergeben, sich mit ihnen zu versöhnen. Es steht für

Mitgefühl, Hilfsbereitschaft, Freude, Geduld, Toleranz und bedingungslose Liebe und auch Selbstliebe. Wenn diese Qualitäten als „Energie“ in uns vorhanden sind, geben wir spontan und bedingungslos. Mit Pranaheilung sowie mit der „Meditation über zwei Herzen“ wird das alles gefördert! Wir erkennen spontan, wer all das Gute von uns jetzt braucht und wir geben es wirklich jetzt sofort, ohne darüber nachzudenken. Wir denken und handeln völlig entspannt stets zum Wohle anderer Menschen.



Das karmische Gesetz ist, dass wir nur das empfangen können, was wir bedingungslos ständig und immer wieder hingeben, ohne ein Lohn dafür zu erwarten. Ob das „Gegebene“ Liebe, Anerkennung, materielle Dinge oder Geld sind, spielt dabei keine Rolle. Es geht um unser spontanes, freiwilliges Geben, die Hingabe. Wir geben etwas von uns an andere Menschen, ohne eine Gegenleistung zu erwarten, ohne unsere innere „Berechnung“. Wissen, Hilfe, Geld, Trost, Freundschaft, materielle Dinge, Obdach können und sollten wir anderen Menschen geben, wenn wir erkennen, dass sie das brauchen für ihr Glücklich-Sein. Tun wir das immer? Ehrlich? Das Vertrauen, welches jeder Mensch in das unbedingte Funktionieren dieses karmischen Gesetzes braucht, wird durch Pranaheilung spürbar gestärkt wie auch das spontane Handeln des Gebens und der Fürsorge für andere Menschen. **Die Folge davon wird immer sein, dass wir in relativem Wohlstand angstfrei leben und von Menschen umgeben sind, die mit uns einen liebevollen, aufrichtigen Umgang pflegen. Unser Berufs-, Freundes- und Familienkreis gestaltet sich harmonischer, friedlicher und sogar erfolgreicher.**

Die durch Techniken der Pranaheilung mögliche, allmähliche Löschung traumatischer Erfahrungen aus der biografischen Vergangenheit eines Menschenlebens ist sowohl im Solarplexus- als auch im Herz-Chakra ebenfalls von allergrößter Bedeutung. Eine Neuausrichtung der Psyche auf höhere Lebensziele wird hierdurch leichter möglich. Sie geschieht einfach spontan und wird von derjenigen Person oft als Wunder erlebt.

Meine persönlichen Erfahrungen mit der Prana Heilung sind die wichtigsten meines Lebens

Seit ich z.B. Prana-Heilung als Selbstanwendung in mein Leben regelmäßig integriert habe, erlebe ich dieses als viel bunter, erfrischender, mit viel mehr Freude, Freundschaft, Liebe und Erfolg. Mein Leben konnte ich als Erfüllung meiner Träume bewerten, also sehr viel positiver. Vorher, ohne Pranaheilung, habe ich all das Gute nicht „gesehen“. Warum? Weil ich zu viel gearbeitet habe mit dem klassischen zielorientierten „Tunnelblick“ eines Managers. Das hatte bei mir zu Depressionen und permanenter Erschöpfung geführt. Meine Verletzungen aus der Kindheit sind dank Prana-Selbtheilung vergeben, vergessen und geheilt. Ich bin jetzt kraftvoll und viel dankbarer geworden für all die kleinen und großen guten Dinge in meinem Leben. **Diese permanente Dankbarkeit und innerlich vollständige Zufriedenheit sind das beste Geschenk, was ich jemals in mir selbst erfahren**

konnte! Es ist eine Art feierliches Innehalten im ständigen Gewahrsein des Hier und Jetzt. Die wirklich wichtigen Dinge in meinem Leben kann ich jetzt besser wahrnehmen und anpacken.

Im Krankheitsfall oder in Stress-Situationen helfe ich mit Prana-Anwendungen meinen Mann, meinen Kindern und manchmal meinen angestellten Mitarbeitern. Natürlich habe ich seit 2015 unzählige viele Klienten behandelt. Mein Mann hat keine Migräne mehr. Stress in der Schule? Kein Thema. Diese Soforthilfe als Linderung und Besserung körperlicher, emotionaler und mentaler Beschwerden bei seinen Klienten selbst mitzuerleben, sind für mich als Prana-Anwenderin immer sehr erfüllende Erfahrungen gewesen.

Seit ich die Techniken der Pranaheilung an mir selbst regelmäßig anwende, bin ich gefühlt tatsächlich entspannter & gelassener geworden, habe mehr Freude im Leben. Ich kann jetzt besser Menschen und Situationen loslassen und vertraue einfach auf das, was da kommt. Dieser positive „Flow“ mit mehr Flexibilität und innerer Kraft lässt sich schwer beschreiben, dafür aber sehr gut erleben! Meine Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten sind verschwunden und ich kann wieder alles essen, was mir schmeckt. Es sind wunderbare, erfüllende Erfahrungen! Das wünsche ich jeden Menschen von ganzem Herzen: Heilung auf allen Ebenen bis hin zu einer umfassenden Gesundheit, Erfolg, Freude und viel Spiritualität.

Sylvia Trautmann, zertifizierte Yogalehrerin, Prana-Lehrerin, Apothekerin

Tel. 0351-2631624 Handy 0152-21919771

www.pranaheilung-lernen-dresden.de

Kursanmeldung:

trauti@srisai-pranayoga.de

