

Alles eine Frage der Energie

PranaVita - Eine neue Heilkunst in Österreich

von Michael Labiner

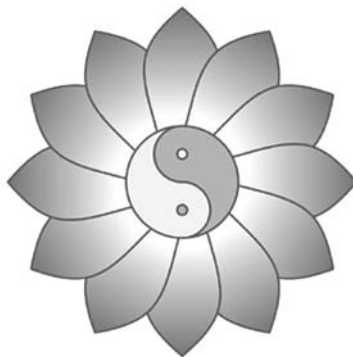
*Die einen nennen es Chi, die anderen Ka, Orgon oder eben Prana -
doch alle großen Weisheitslehren meinen dasselbe:
die Universale Lebensenergie, die uns ständig umgibt.*

*Kommt es zu Engpässen in der Versorgung mit dieser Energie, werden wir krank.
Deshalb hat Burgi Sedlak bereits 1993 das fernöstliche Wissen um Prana-Healing nach
Österreich gebracht. Jetzt geht die Leiterin der Internationalen Prana-Schule Austria einen
entscheidenden Schritt weiter und bietet eine ganzheitliche Body-Prana-Mind-Therapie an.*

Wir nehmen Lebensenergie durch die Luft, aus der Erde und von der Sonne, aber auch über unsere Nahrung auf. Nur wenn diese Energie frei und ungehindert im Körper zirkuliert, können Zellen, Gewebe und Organe reibungslos funktionieren. Energieverschmutzungen, Blockaden, schlechte Ernährung, Stress oder negative Gedankmuster führen zu Störungen, die sich irgendwann als Krankheiten manifestieren. Dem lässt sich mit Energiearbeit vorbeugen. Doch bei der Konzeption von PranaVita stand nicht allein der gerade heute so wichtige Gedanke der Prävention im Vordergrund: Im Rahmen einer neuen Zusammenarbeit mit der PranaVita GmbH bietet die *Internationale Prana-Schule Austria* diese leicht zu erlernenden Heilmethode an, mit der sich viele Maßnahmen der modernen Medizin und von komplementären Heilsystemen ideal ergänzen lassen.

Die energetische Anatomie

Nachdem sich Burgi Sedlak von ihrem langjährigen Lehrer Choa Kok Sui getrennt hatte, wurde Selbstermächtigung für sie auch in der energetischen



Körperarbeit zum zentralen Thema. Als Basis für freudvollen und angstfreien Umgang mit der Lebensenergie dient bei PranaVita das Herzzentrum. Es kommen u. a. Atemtechniken, Körperübungen, Methoden der Psychohygiene sowie Licht und Klang zum Einsatz, um die Energiedurchlässigkeit gezielt zu erhöhen. Denn Bewusstwerdung der eigenen Energien, des eigenen Körpers und der Gedanken stärkt die Selbstverantwortung und aktiviert die Selbstheilungskräfte.

Um Energieheilung nachvollziehen zu können, muss man sich über die „energetische Anatomie“ des Menschen klar werden. In der feinstofflichen Betrachtung

verfügt der Mensch neben seinem physischen Körper noch über vier weitere Körper, die als Aura wahrgenommen werden können: Ätherkörper, Astralkörper, Mentalkörper und spiritueller Körper. Krankheit entsteht normalerweise in einem oder mehreren der feinstofflichen Körper, zeigt sich in Form eines blockierten Energieflusses zwischen den sieben Chakren (deren Aufgabe es ist, die ihnen zugeordneten Organe mit Lebensenergie zu versorgen) und manifestiert sich erst relativ spät im physischen Körper. PranaVita als Reinigungs- und Vitalisierungstechnik befreit die Energiebahnen von Blockaden - idealerweise noch bevor Beschwerden wahrgenommen werden, aber ebenso, wenn bereits welche bestehen.

Durch Stressmanagement zur Lebensqualität

Erfolge verzeichnet PranaVita beispielsweise als unterstützende Maßnahme in der Schmerztherapie, bei Bluthochdruck, psychosomatischen Magenbeschwerden oder ADS (Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom).

„Nach ca. 10 Sitzungen dachten wir, wir haben ein anderes Kind“, berichtet etwa die dankbare Mutter des viereinhalbjährigen Basti, dessen Hyperaktivität zur schweren Belastungsprobe für Familie und Kindergarten geworden war. Aber auch als komplementäre Hilfe zur Selbsthilfe sind die Techniken von PranaVita bestens geeignet, beinhalten sie doch ein „Energetisches Stressmanagement“. Wenn sich nämlich durch Stressbelastung die Energien in den Chakren bis hin zur Stagnation verdichten, sind Burnout-Syndrom, chronische Müdigkeit oder Erschöpfung die Folge. Wohlbefinden, Einsatzfreude, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität hängen also entscheidend vom Energiehaushalt ab. Gut, wenn man eine Methode zur Hand hat, mit der sich blockierte Energien effizient freisetzen und verbrauchte Energien rasch regenerieren lassen. Die *Internationale Prana-Schule Austria* hat es sich unter der Leitung von Burgi Sedlak zur Aufgabe gemacht, mit PranaVita eine solche Methode in Österreich sowie auch im Ausland zu unterrichten. Neben öffentlichen Seminaren sind individuelle Möglichkeiten der Kursorganisation für Krankenpflegeschulen, Pflegeheime, Rehazentren oder Hospitäler im Angebot.

PranaVita Seminare

Die Grundtechniken von PranaVita lassen sich bereits in einem zweitägigen Seminar erlernen: Vitalisierung, Stabilisierung und Harmonisierung des Körpers inklusive Selbstheilung und Fernanwendung. Wer tiefer in die Materie einsteigen möchte, lernt im Aufbaukurs Techniken zur energetischen Unterstützung bei chronischen oder ernsthaften Unausgewogenheiten. Die Anwendung spezieller Farben und Töne wird thematisiert, wie man Informationen an die Zellen überträgt und deren natürliche Intelligenz reaktiviert. Dazu kommt Lehrstoff, wie das energetische Reinigen von Räumen und Gegenständen, Schutztechniken, Bewusstseinsübungen für den Alltag und hilfreiche



Affirmationen. Im dritten Level geht es um Unterstützung bei mentalen und emotionalen Problemen, von Stimmungsschwankungen über Depression bis hin zur Demenz. Auch der Umgang mit Suchtverhalten oder Fremdenergien erfordert das Vorwissen der Aufbau-seminare. Wer schließlich „Zertifizierter PranaVita Practitioner“ werden möchte, wird in der Berufsausbildung zusätzlich mit Rechtsgrundlagen und Unternehmensführung vertraut gemacht.

„Wo sich Altes auflöst, entsteht Platz für Neues“, sagt Burgi Sedlak mit Blick auf den Abschied von ihrem Lehrmeister Chao Kok Sui und den Neuanfang mit der berührungslosen Energie-Therapie PranaVita.

Offeneres, moderneres Prana-Healing - Heilkunst, die sowohl prophylaktisch, als auch im Akutfall angewendet werden kann. Eine auf liebevollem Mitgefühl basierende Methode, welche die orthodoxe Schulmedizin nicht ersetzen kann und will. Kein Modetrend, sondern eine wirkungsvolle Energiearbeit, die auch andere Heilsysteme sinnvoll ergänzt!

infos

Burgi Sedlak

...arbeitet seit 20 Jahren mit energetischen Körpertherapien. Sie ist ausgebildet in Musiktherapie und diversen Meditationstechniken, unterrichtet Reiki, gründete Österreichs erste Schule für traditionelle Thai-Massage und war als Lehrerin an der internationalen Shiatsu-Schule Austria in Graz sowie als Regenerationstherapeutin tätig.



Ob bei ihrer langjährigen Heilarbeit mit peruanischen Schamanen oder der Gründung der Internationalen Prana-Schule Austria im Jahr 1993 - im Mittelpunkt ihres Lebens stand und steht die Liebe zu den Menschen.

Kontakt & Infos:

Internationale Prana-Schule Austria
Burgi Sedlak
A-5020 Salzburg, Haydnstraße 26
Tel: 0662 - 88 76 44 Fax: Dw. -15
E-mail: burgi.sedlak@prana.at
Internet: www.prana.at
www.burgisedlak.at