

Beautiful Life

SPIRITUELLES MAGAZIN FÜR INNEREN UND ÄUSSEREN REICHTUM

Reichtum

...was »reich sein« bedeutet
und wie man dazu kommt

Heilsteine-Trends

Von Wendestein bis
Edelstein-Wellness

Prana und Reiki

Zwei asiatische
Methoden im Vergleich

Dr. Masaru Emoto

Ikigai – der Lebenssinn

5-Stern-Thermenhotels

Eine alte Tradition
kommt neu in Mode



Die Renaissance der Thermen

Rüdiger Dahlke

Serotonin – der Stoff,
aus dem das Glück ist

Für mehr
Bewusstsein



Die universelle Lebensenergie ist Ursprung allen Lebens – ohne sie gibt es keine lebende Materie, so die Theorie hinter Reiki und Prana. Genau diese Lebensenergie kann uns zu Höchstformen unseres Selbst antreiben.

Was passiert in bestimmten Lebensphasen, in welchen man von Zahn-, Kopfschmerzen oder gar von ernsteren Erkrankungen geplagt wird? Wo ist da die universelle Lebensenergie? Die Menschheit versucht seit Tausenden von Jahren, diesem Phänomen auf den Grund zu gehen.

Die ersten schriftlichen Aufzeichnungen über das Wissen um die Lebensenergie finden sich in den alten indischen Veden. Viele östliche Heilsysteme und asiatische Lebenskulturen, die mit Chakras, Kanälen, Winden und Meridianen arbeiten, gründen sich darauf.

Aus diesen uralten Weisheiten haben sich Reiki und die Prana-Heilung entwickelt, zwei wunderbare Techniken, die zum Wohle der gesamtheitlichen Heilung von Körper, Geist und Seele entstanden.

Schon bei geringen Anzeichen einer physischen, psychischen oder mentalen Disharmonie können hiermit schnelle Verbesserungen herbeigeführt werden. Keine der beiden Methoden versucht einen Arztbesuch zu ersetzen, sie wollen lediglich den energetischen Heilungsaspekt ergänzen.

Wie tanken Sie neue Energie, wenn Sie sich müde und ausgelaugt fühlen? Nehmen Sie ein entspannendes Bad und hören gute Musik bei Kerzenschein? Machen Sie Sport oder lassen Sie sich bei einem erfrischenden Spaziergang von der Natur bezaubern? Oder aber gönnen Sie sich vielleicht sogar eine der immer stärker frequentierten Angebote alternativer Heilmethoden wie beispielsweise Reiki oder eine Prana-Behandlung?

Ganz gleich wie Sie sich neu aufladen, all diese Entspannungsmöglichkeiten oder Heilmethoden, die oberflächlich gesehen grundverschieden sind, dienen, wenn man sie näher betrachtet, einzig und allein dem Wiederaufladen des Energiehaushaltes. So individuell die Ansichten jedes einzelnen Anwenders auch sein mögen, im Grunde versucht jeder Mensch, die universelle Lebensenergie wieder zum optimalen Fließen zu bringen.

Dieser optimale Fluss der universellen Lebensenergie ist der Schlüssel in beiden – ursprünglich aus asiatischen Kulturen entwickelten – energetischen Heilmethoden.

Ist dieser Fluss blockiert – Auslöser dafür können verschiedenste Ursachen sein – Stress, aufgestaute Emotionen, negative Gedanken, Umweltbedingungen, Traumata ... –, kann das zu körperlichem, seelischem und mentalem Unwohlsein führen, was mitunter sogar Krankheiten auslösen kann.

Grundsätzlich ist unser Körper – ein Wunder der Natur – bemüht, sich selbst des Problems anzunehmen und es zu heilen. Reiki und Prana unterstützen durch Lösung energetischer Disharmonien diesen Prozess.

Im japanischen Namen »Reiki« (gesprochen Re:ki) verbirgt sich das Wesentliche: Rei – universell, Ki – Kraft, Lebensenergie.

In der Reiki-Tradition stellt sich der Anwender durch gezieltes Handauflegen, aber auch durch Fernbehandlungen (welche auch in der Pranahheilung praktiziert werden) als Kanal dieser lebendigen Energie zur Verfügung. Reiki fließt dadurch automatisch an die Stellen, wo es benötigt wird.

Wunder sind fantastische Ereignisse, die sich verborgene Gesetze der Natur zunutze machen, von denen die meisten Menschen nichts mehr wissen. Wunder brechen nicht die Naturgesetze, sondern sie beruhen auf ihnen.

Master Choa Kok Sui

Spürbar ist dieses Phänomen an den enorm heißen Händen des Praktizierenden, speziell bei Energieblockaden. Soweit man der Überlieferung Glauben schenken kann, erlernte Mikao Usui (1865-1926), der Begründer des Reiki, schon in seiner frühesten Jugend die Tradition des Kiko, welche aus Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen besteht.

Durch diese Übungen werden die Energien des Körpers bewusst gestärkt und durch Handauflegen weitergegeben, was oftmals zu einer körperlichen Erschöpfung führte, da hier die eigenen Energien verwendet wurden.

Jahrelang studierte Dr. Usui unzählige Schriften über weltweit angewandte, gesamtheitliche Heilkünste und entdeckte Formeln, Symbole und Beschreibungen für energetisches Heilen. Einige Jahre vor seinem Tod erreichte er als Mönch bei einer 21-



Energieübertragung mit Reiki (2)

tägigen Meditation den Zustand des Satori – eine Art Erleuchtung. Er nahm eine Energie wahr, die als Licht durch sein Scheitel-Chakra einströmte und ihn erfüllte, eine Energie, die nicht aus ihm heraus-, sondern durch ihn hindurchströmte und um vieles stärker war als alles zuvor mühsam durch Übungen erlangtes Wissen.

Seither wird Reiki von Lehrer zu Schüler durch Initiation und mündliche Überlieferung weitergegeben. Der Schüler lernt in drei unterschiedlichen Graden die Kunst des Reiki kennen. Besonders wichtig – eigentlich das »Geheimnis« dieser japanischen Heilpraktik – sind hierbei die Einweihungen, auch Einstimmungen genannt, die in jedem der drei Grade vollzogen werden.

In dieser Tradition reinigt und erweitert der Reiki-Lehrer den Energiekanal des Schülers, um somit schnellere Heilungserfolge zu erzielen.

Im Vergleich zu Reiki bedient sich die Pranaheilung des Prana, welches in der hinduistischen und buddhistischen Lehre als Leben beziehungsweise Lebenskraft angesehen wird und mit dem japanischen »Ki« von Reiki (oder Chi, Mana, Orgon – wie es in anderen Traditionen genannt wird) gleichzusetzen ist.

Lebensenergie oder Prana umgibt uns ständig, überall und ist für jeden verfügbar. Wir können diese Energiepartikel in der Luft sogar mit freiem Auge wahrnehmen – besonders an strahlend schönen Sonnentagen, wenn die Luft intensiv damit angereichert ist.

Verdichtete Lichterscheinungen können an sehr energiereichen Plätzen wie Kraftorten oder manchmal in der Nähe von Menschen nicht nur beobachtet, sondern manchmal sogar fotografiert werden!

Wir nehmen Lebensenergie durch die Luft, über das Sonnenlicht, aus der Erde aber auch über unsere Nahrung auf. Das bedeutet, dass wir nicht nur darauf achten sollten, welche und wie viele Vitamine oder Mineralstoffe in den Lebensmitteln enthalten sind, sondern ob deren Lebensenergie noch in hohem Maß erhalten ist.



Robert Babisk jun. / Pixelio

Reiki wird von Lehrer zu Schüler weitergegeben.

Bei einer Prana-Behandlung ist die Annäherungsweise etwas anders als bei Reiki – das Ziel ist das gleiche. Hier finden, anders als bei Reiki, keine Einweihungen statt, die Menschen erlernen, wie sie durch bestimmte kraftvolle Atemtechniken und Bewusstseinsarbeit (Entwicklung des Herzchakras) diese immer vorhandene Lebensenergie vermehrt aufnehmen und an andere Menschen weiterleiten können.

Zuerst tastet der Pranaheiler, ohne den Körper zu berühren, das Energiefeld mit seinen Händen ab: Es werden die Ausstrahlungen der feinstofflichen Körper – auch Aura genannt – erfühlt, ebenso der energetische Zustand der Chakren, feine Energiewirbel im bioplasmatischen Körper, die für die Gesundheit des

physischen Körpers wesentlich verantwortlich sind.

Dies dient dem Auffinden und Entfernen kranker, blockierender Energie, bevor sie sich im physischen Körper manifestiert hat. Krankheit entsteht im Energiekörper – der physische Körper ist nur das letzte Glied einer langen Kette! Dann wird der Körper von diesen stagnierenden Energien gereinigt und mit frischem Prana versorgt. Diesen Vorgang nennt man Vitalisieren oder Energetisieren.

Durch das Übertragen von frischem Prana kann der Körper nun seiner ursprünglichen Intelligenz

wieder besser folgen und die Selbstheilungskräfte freisetzen, die für eine nachhaltige Gesundheit des physischen und der feinstofflichen Körper nötig sind.

Heute gibt es verschiedenste energetische Heilsysteme, die speziell mit dem Wissen um Prana arbeiten: Prana-Heilung nach Osho, die Shivananda-Schule, Pranic Healing nach Choa Kok Sui oder PranaVita und viele andere mehr.

In ihrer Wirkungsweise sind Reiki und Prana-Heilung für den Laien nicht zu unterscheiden. Beide Techniken verfolgen dasselbe Ziel, nämlich Körper, Geist und Seele durch Harmonisierung des Energiesystems in Einklang zu bringen.

Das Energiesystem sehen wir grundsätzlich als Aura, die in Schichten aufgebaut ist, und Energiezentren – die Chakren. Diese werden als wirbelnde Trichter in den feinstofflichen Kör-



Energieübertragung mit Prana

pern beschrieben. Bei lang anhaltender Fehlfunktion dieser Energiezentren können physische und psychische Probleme auftreten.

Unterschiede finden sich in der Behandlungstechnik. Bei der Methode des Prana-Heilens wird das Energiesystem vorbereitet – man spricht von der so genannten »Reinigung«. Die Energetisierung erfolgt mit Farb-Pranas über die Hände ohne jeglichen Körperkontakt.

Reiki hingegen benutzt eigene Techniken des Handauflegens und zusätzlich Symbole, die aber hauptsächlich bei Fernbehandlungen angewendet werden. Womit wieder eine Gemeinsamkeit gefunden ist: diese wird von beiden Methoden als Alternative zur persönlichen Sitzung bei dringend anstehenden Problemen angeboten.

Mittlerweile setzen auch schon Mediziner diese Methoden in Spitälern auf der ganzen Welt vorbeugend, postoperativ oder pflegend ein. Besonders erfreulich ist, dass man sie – durch Aufnahme ins Programm – auch in den berühmten »Leading Hotels Of The World« genießen kann. Auch wenn man der Wirkung von Reiki oder Prana-Heilung keinen Glauben schenken mag, ist der Entspannungszustand nach einer Sitzung eine äußerst angenehme Nebenerscheinung.

Die Erfahrungsberichte nach Reiki- und Prana-Behandlungen sind sehr ähnlich. Viele Menschen, die schon in den Genuss dieser beiden Alternativen kamen, schwärmten nicht nur von einem herrlichen Entspannungsgefühl nach jeder Sitzung, sondern auch von sofortiger Schmerzlinderung bei akuten körperlichen Problemen wird berichtet.

Ofimals verspüren die Empfänger frischer Lebensenergie ein großes Verlangen; diese Methoden selbst zu erlernen. Reiki und Prana-Heilung sind von jedem Menschen leicht erlernbare und auszuführende Techniken, und es ist enorm sinnvoll, sie ins Alltagsleben einzubauen. Aber ganz gleich, ob Sie an sich arbeiten lassen oder selbst diese Künste praktizieren – sobald Sie sich auf eine der beiden Heilmethoden einlassen, wird sich Ihr Leben grundlegend verändern. In welcher Weise auch immer, das liegt – wie alles in Ihrem Leben – in Ihrer eigenen Verantwortung.

 *Susanne Hinterkärner*

Tipps zum Thema

Prana: www.prana.at

Reiki: Reiki-Schule, Tel.: +49 (0)178/3923239



Mit Liebe zum Leben

Der DGH informiert zu Möglichkeiten und Grenzen geistiger Heilweisen über Aus- und Weiterbildungen und vermittelt (gegen Einsendung von zwei Briefmarken à 1,45 Euro) HeilerInnen in Wohnortnähe.

Vormerken:

7. Kongress Geistiges Heilen

vom 3. bis 5. Oktober 2008 in Rotenburg a. d. Fulda

mit dem Thementag am Sa, 4.10.

„Schulmedizin & geistiges Heilen –
 Möglichkeiten und Erfahrungen
 der Zusammenarbeit“

Vorverkauf ab 1. Mai



DGH-Geschäftsstelle · Steigerweg 55 · D-69115 Heidelberg
 Tel. 06221/16 96 06 · info@dgh-ev.de · www.dgh-ev.de



Musik für die Sinne Vol. 5

Unsere neue Kennlern-CD mit über 70 Minuten Musik. Diese CD beinhaltet Ausschnitte aus 40 verschiedenen CDs, die harmonisch zusammengestellt sind und ohne Pause ineinander übergehen. Die CD-Verpackung ist ein 8-seitiger hochwertiger Falzkarton. Gegen Zusendung von 1,45 € in Briefmarken (aus dem Ausland 5 € bar) senden wir Ihnen diese einzigartige limitierte CD frei Haus zu. Ausgabe 2007/2008. Stichwort: *Beautiful Life*.

Besuchen Sie unseren Online-Shop!
 — über 5.000 CDs/DVDs:

www.SILENZIO.it

Mehr Information & Kontakt

Institut für Energiearbeit
Mag. Claudia Dieckmann & Team
Kaisergartengasse 1A/3, 1030 Wien
Telefon +43 1 408 54 55
Mobil +43 664 336 11 76
Mail office@energie-institut.com
Web energie-institut.com

Pressespiegel Stand per 15. August 2015