

vom 23.12.2015, 15:44 Uhr

## Gesundheit

# Wenn die Lebensenergie ins Stocken gerät

Von Alexandra Grass

Viele Kulturen pflegen "Qi" und Co. in ihrem Körper, um Gesundheit zu erhalten oder Krankheit zu beseitigen. Jede auf verschiedene Art und Weise.

Wien. Der Glaube versetzt bekanntlich Berge. Und gerade in der Weihnachtszeit besinnen sich viele Menschen auf ihren Glauben, ob auf den an einen Gott, an sich selbst oder andere mögliche Kräfte, ist von Mensch zu Mensch verschieden. Aber auch während des Jahres schöpfen Menschen immer wieder aufs Neue Kraft - und das nicht nur aus dem Glauben. So hat nämlich die Arbeit mit unserer Lebensenergie in den letzten Jahren in der westlichen Gesundheitsbranche immer mehr Einzug genommen, um die Tücken des Alltags bewältigen zu können.

Die Beschäftigung mit Lebensenergie ist dabei nichts Neues. Sie ist in vielen Kulturen bekannt und wird mit verschiedenen Namen bezeichnet: "Qi" in China, "Ki" in Japan, "Mana" in Polynesien, "Pneuma" in Griechenland, "Ruah" im Hebräischen und "Prana" in Indien.

Um diese Lebensenergie, die nach den jeweiligen Lehren unsere Organe durchströmt und unsere Körperoberfläche überzieht, am Fließen zu halten, werden in den verschiedenen Kulturkreisen die unterschiedlichsten Techniken gepflegt. In der Traditionellen Chinesischen Medizin sind es etwa die Akupunktur und die Bewegungstechnik Qi Gong, die die Leitbahnen des Körpers durchgängig halten soll. Dabei stehen etwa die Aktivierung der Akupunkturpunkte, die auf den Energieleitbahnen des Körpers (Meridianen) liegen, und Atemtechnik im Vordergrund. Aber auch das aus Indien stammende Yoga soll den Fluss des "Prana" im Körper fördern und damit positive Effekte für die physische und psychische Gesundheit bringen.

Eine vielfach skeptisch betrachtete Herangehensweise findet man im sogenannten "Pranic-Healing" - eine kontaktlose Methode, um Energieblockaden im Körper aufzuspüren und zu beseitigen. Ein



**Bei der Prana-Energiearbeit wird kontaktlos gearbeitet.**

© Corbis

sogenannter "Pranamangel" beziehungsweise "Pranastau" lasse sich in der Aura, jenes Energiefeld, das einen Menschen umgibt, erspüren, erklärt Claudia Dieckmann vom Institut für Energiearbeit. Die Grundtechnik bestehe darin, kranke Energie zu entfernen und den Körper mit "frischem Prana" aufzufüllen.

Was unglaublich klingt, scheint dennoch Effekte zu erzielen, die auch messbar seien. So seien die Einflüsse, die Prana-Energiearbeit offenbar auf den Körper auswirkt, nicht nur mittels Elektroenzephalographie (EEG), sondern auch in der Messung der Herzratenvariabilität - den Veränderungen des zeitlichen Abstandes zwischen zwei Herzschlägen - nachweisbar.

Dieckmann betont im Gespräch mit der "Wiener Zeitung", dass es im Zuge einer Anwendung nicht grundsätzlich um die Heilung geht, sondern um die Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte. Die Nutzung und Intensivierung dieser Selbstheilungskräfte stellt im Übrigen auch für schulmedizinische Anwendungen einen wichtigen Aspekt dar.

Schon seit 20 Jahren unterstützt Dieckmann als Energetikerin und auch Ausbilderin Menschen im Heilungsprozess - erfolgreich, wie sie sagt, um gesundheitliche Störungen rasch zu lindern und Regeneration anzukurbeln. Sie weiß auch von zahlreichen Anwendungen in Krankenhäusern zu berichten, wo immer wieder medizinisches Personal mit einer entsprechenden Schulung an den Patienten im wahrsten Sinne des Wortes Hand anlegen. Einsatzgebiete sind sowohl physische als auch psychische Leiden.

In den Kreisen der Skeptiker spricht man von esoterischem Humbug und Placeboeffekt. Fakt ist, dass sich Anwendungen dieser Art immer größerer Beliebtheit erfreuen - sei es aus Glauben oder Aberglauben. Im Sinne der Gesundwerdung und Gesunderhaltung gibt es mittlerweile auch ein reichhaltiges Spektrum an Angeboten - selbstverständlich auch unlautere, die es auzumisten gilt. Letzten Endes muss aber jeder für sich selbst den passenden Weg finden.

URL: [http://www.wienerzeitung.at/themen\\_channel/wissen/mensch/792580\\_Wenn-die-Lebensenergie-ins-Stocken-geraet.html](http://www.wienerzeitung.at/themen_channel/wissen/mensch/792580_Wenn-die-Lebensenergie-ins-Stocken-geraet.html)

© 2015 Wiener Zeitung