

SPIRITUALITÄT

Mitgefühl mit den Menschen und der Natur

Spirituelle Menschen suchen nach zeitlosem Glück, religiöse Menschen folgen einer bestimmten Idee, wie dieses Glück für sie selbst erreichbar wäre. Dann tun sie zeitweise so, als wären sie alleine und die „da draußen“ werden als feindliche Umwelt empfunden, von der es sich abzugrenzen gelte, oder die in eine bestimmte Richtung missioniert werden müsse. Je nach Lehrgebäude. Welchen spirituellen oder religiösen Ansatz der Einzelne auch wählt, wesentlich ist das Mitgefühl für andere Menschen. Dies ergibt sich aus dem einfachen Gedanken, dass wir als Menschen Zellen des einen Menschheitskörpers sind, der gerade jetzt eine Anzahl von sieben Milliarden erreicht hat und schnell wächst.



MENSCHHEITSKÖRPER

Man kann die Summe aller Menschen als ein eigenständiges Energiefeld wahrnehmen, das mit der Erdoberfläche verbunden ist. Wir wollen dieses Energiefeld Menschheitskörper nennen. Jeder einzelne Mensch kann auch als Zelle des gesamten Menschheitskörpers gesehen werden. Und wir selbst haben auch Zellen – daher stehen wir in der Mitte, als eine Zelle des Menschheitskörpers, die selbst Zellen hat. Ca. 50.000 Milliarden Zellen in unserem Körper, die wunderbar zusammenspielen. Eine der vielen vollendeten Ausdrucksformen des Lebens in der Formenwelt der Erde. Dieses Erkenntnis ermöglicht eine neue Sichtweise: Jeder von uns als einzelne Zelle des Menschheitskörpers – umgeben von anderen Zellen – vielen Menschenzellen.

Wir haben jetzt als Menschheit eine Entwicklungsstufe erreicht, wo wir 100 Milliarden Galaxien in einem 14 Milliarden alten Raum-Zeit-Kontinuum gefunden haben, und ca. 50.000 Milliarden Zellen in jedem Menschenkörper. So wird der materielle Aspekt unseres Seins im Großen wie im Kleinen genauestens und aufwendig erforscht. Faszinierende Welten tun sich hier auf.

Trotz all dem „fressen“ sich Zellen des Menschheitskörpers immer noch gegenseitig auf. Dies sind die menschenvernichtenden Kriege, die gerade am Zunehmen sind. Sich dessen völlig gewahr zu sein, ist eine Begleiterscheinung des Verstehens, in welchem Energiesystem wir eingebettet sind, im Energiesystem der gesamten Menschheit. Vor 2400 Jahren erklärte Buddha dieses simple Verständnis als „Mitgefühl“,

vor 2000 Jahren sprach Jesus von „Nächstenliebe“.

Nun hat dieses Mitgefühl einige Aspekte, wie z.B. das Mitgefühl mit sich selbst. Innerhalb dieses Mitgefühls ergibt es sich, für sich selbst durch Entspannung und Meditation den ruhigen Zustand erfahrbar zu machen, der ohnehin jederzeit zur Verfügung steht, wenn wir auf Aufregung und eigene Wichtigkeit verzichten. Auf andere bezogen bedeutet dieses Mitgefühl auch zum Teil, zu verschiedenen Umgangsformen zwischen anderen Menschenzellen untereinander – sozusagen als stummer Zeuge – ganz klar „nein“ zu sagen. Vor allem, wenn es sich um Mord, Ausbeutung und Sklaverei handelt. Ein klares Nein gegen den Missbrauch von Menschen durch Menschen ergibt sich aus dem Mitgefühl mit dem Opfer. Diese unfriedlichen oder gar kriegerischen Denkmuster sind

für die Menschheit äußerst negativ und können durch aktive Bewusstwerdungsprozesse von immer mehr Menschen beendet werden. Wenn alle wissen, dass Krieg sinnlos ist, kann es keine Kriege mehr geben. Dies deshalb, weil in diesem Bewusstseinszustand keine Gewaltanwendung gegen seine Mitmenschen mehr möglich ist.

Damit wir uns als Einzelne von den eigenen und kollektiven Denkmustern emanzipieren können, müssen wir etwas Energie in die richtige Richtung einsetzen. Und vor allem dem entspannten Zustand den klaren Vorrang vor einem aufgeregten oder nervösen oder ängstlichen Zustand geben. Dann ist Raum da für die ruhige, innere Freude.

Dabei hilft PranaVita Stress Release: In einem Tag zu mehr Entspannung und Gelassenheit! Einfache, im Alltag anzuwendende Übungen helfen Ihnen, den Zustand von innere Ruhe und Freude zu erfahren und durch Übung zu stabilisieren.

PRANAVITA UND SPIRITUELLE ENTWICKLUNG

Viele Menschen, die sich auf einen spirituellen Pfad begeben haben, entdecken, dass es hier Methoden gibt, auch die Gesundheit des Körpers zu stärken, wie zum Beispiel die richtige Verwendung des Atems, von Mantras und Mudras oder die Techniken von PranaVita zur Befreiung des Energieflusses. PranaVita bietet selbst keinen

spirituellen Weg an. Es werden jedoch einzelne grundlegende Elemente jeder spirituellen Tradition unterrichtet, um den eigenen Geist zu beruhigen, den eigenen stillen Zustand innerer Ausgeglichenheit zu finden und die Körperenergien zu harmonisieren und zu stärken. Dies bringt den Übenden in einen Zustand erhöhter Achtsamkeit – sich selbst und der Umwelt gegenüber. In dieser erhöhten Achtsamkeit stellt sich auch eine erhöhte Sensibilität gegenüber Energiestörungen ein und mit dem PranaVita-Wissen kann der energetische Zustand einer



Situation beruhigt, gestärkt und harmonisiert werden. PranaVita ist demnach nicht nur eine hoch effiziente und leicht erlernbare Energieheil-Methode um gesund zu bleiben und gesund zu werden – es ist viel mehr ... ■

*Zur Autorin:
Burgi Sedlak brachte Prana-Healing 1993 nach Österreich und gründete hier die Internationale Prana-Schule Austria.
www.pрана.at*

Energie-Heilkunst Gesund bleiben



PranaVita

Chakras und Auren Gesund werden

PranaVita® ist eine moderne, den Bedürfnissen der heutigen Zeit angepasste Energieheilmethode, die altes Wissen aus indischen und chinesischen Traditionen mit den neuesten Erkenntnissen der heutigen Wissenschaft vereint.

Krankheit entsteht im Energiekörper - Gesundheit auch!

Durch anhaltenden Stress, Leistungsdruck, emotionale Belastung sowie schädliche Lebensgewohnheiten aber auch durch aggressive verschmutzte Energie aus unserer Umgebung können Energieblockaden entstehen. Die Lebensenergie in der Chakras und Meridianen kann nicht mehr frei fließen und die Versorgung der entsprechenden Organe, Drüsen, Körpersysteme aber auch der Psyche des Menschen ist nicht mehr gewährleistet.

Hält dieser Zustand an, kann er sich über kurz oder lang am physischen Körper oder in der Psyche als Krankheit, Beschwerden oder Schmerzen manifestieren. Die Grundgesundheit des Körpers ist aber durch das Auftauchen von Blockaden nicht verschwunden, sondern wird von der akuten Schmerzerfahrung überlagert.

Energetische Heilung bedeutet demnach, nicht die Gesundheit wieder herzustellen, sondern die vorherrschende Blockierung zu entfernen und den Energiefluss wieder in Gang zu bringen.

PranaVita® - die neue Kunst der Energieheilung.
An vielen Wifis in Österreich!
Ausgezeichnet mit dem Erwachsenenbildungs-Gütesiegel.

Bitte besuchen Sie die Webseite der INTERNATIONALEN PRANA-SCHULE AUSTRIA, BURGI SEDLAK, www.pрана.at, office@prana.at