

# PRANAVITA®

## Body – Prana - Mind – Therapie



**PranaVita ist eine neue, den Bedürfnissen der heutigen Zeit angepasste Methode der Energiearbeit – berührungslos, sanft und effizient. Sie soll die Schulmedizin sinnvoll ergänzen um Heilung zu beschleunigen und zu vertiefen.**

Um die gesunden Lebensfunktionen des menschlichen Körpers aufrecht zu erhalten, ist es nötig, dass der Körper ausreichend mit Lebensenergie versorgt wird.

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

Wir nehmen Lebensenergie durch die Luft, aus der Erde aber auch über unsere Nahrung auf.

Der deutschen Biophysiker Fritz Albert Popp hat Prana mit bestimmten Geräten sichtbar gemacht und somit nachgewiesen, dass alles Lebendige von einem Energiefeld umgeben ist.

### Krankheit beginnt im Energiefeld

**Um Energieheilung nachvollziehen zu können, müssen wir uns mit einigen Fragen über die „energetische Anatomie“ des Menschen beschäftigen.**

Lebensenergie zirkuliert im Körper und ist im Wesentlichen verantwortlich für das reibungslose Funktionieren der Zellen, des Gewebes, der Organe und sämtlicher Systeme.

Alles Lebendige ist umgeben und durchdrungen von Energiefeldern, die sozusagen das ätherische Doppel des physischen Körpers darstellen. Nichts, was am physischen Körper passiert, bleibt ohne Auswirkung im feinstofflichen Körper des Menschen.

Umgekehrt, können Energieverschmutzungen, Verdichtungen von kranker blockierender Energie, Stressenergie, negative Gedankenformen usw., wenn sie längere Zeit in der Aura bestehen bleiben, zu Beschwerden und Erkrankung am physischen Körper führen.

Krankheit entsteht im Energiekörper – der physische Körper ist nur das letzte Glied einer langen Kette!

Der präventive Zugang von PranaVita besteht im Wahrnehmen der Aura und der Chakren mit allen Sinnen und im rechtzeitigen Auffinden und Entfernen kranker, blockierender Energie, oftmals noch bevor sie sich am physischen Körper manifestiert hat!

Das Gleiche gilt natürlich auch, oder besonders dann, wenn bereits Beschwerden bestehen.

Die blockierten Energiezentren und –bahnen sind nach der Reinigungstechnik von Prana Vita wieder frei und aufnahmebereit.

Durch liebevolles Übertragen von frischem Prana durch den PranaVita Therapeuten kann der Körper nun seiner eigenen Intelligenz wieder folgen und die Selbstheilungskräfte freisetzen, die für eine nachhaltige Gesundheit des physischen und feinstofflichen Körpers nötig sind.

### PranaVita – eine energetische Farb – Licht Therapie

Prana, der indische Begriff für Lebensenergie, bedeutet auch Licht. Prana ist der Energie des weißen Lichtes, das in alle Spektralfarben aufgespalten werden kann, gleichzusetzen. In der Prana Vita Therapie werden alle sichtbaren und unsichtbaren Farben des Spektrums eingesetzt – so vielfältig wie in einem Regenbogen.

Licht oder Regenbogenprana ist ein machtvolles Instrument, um die Selbstheilung des Körpers zu unterstützen: es kann über die Haut, die Augen, die Atmung aufgenommen werden. Feinstofflich wird Farbe aus dem weißen Licht über die Energiezentren, die Chakren, absorbiert.

In der Farbheilung, die bereits vor tausenden von Jahren von vielen Kulturen angewendet wurde, wie z.B. von den Ägyptern, oder auch im alten China, wo bereits vor 2000 Jahren im „Nei Ching“, den ältesten bekannten Texten der Chinesischen Medizin über Anwendung von Farbe zur Heilung berichtet wird.. Paracelsus, der als einer der größten Ärzte und Heiler seiner Zeit erachtet wird, hat Farben zusammen mit Musik und Kräutern eingesetzt.

Unsere Ausbildungen werden zu einem großen Teil von TherapeutInnen und Pflegenden besucht, die damit der Nachfrage von PatientInnen nach komplementären Wegen zu schulmedizinischen Behandlungen gerecht werden. Burgi Sedlak, Leiterin der Internationalen Pranaschule Austria, freut sich ganz besonders über die Offenheit der Pflegeverantwortlichen gegenüber ganzheitliche Energieheilung und den Wunsch, PatientInnen über die Schulmedizin hinaus energetisch zu betreuen und zu unterstützen.

## **Wundmanagement**

Chronische Wunden stellen eine besondere Belastung für die PatientInnen und eine Herausforderung für das Gesundheitssystem dar.

Vielfach eingesetzte komplementäre Methoden wie Laserbehandlungen, Honigverbände oder Sauerstoff bieten bereits eine erweiterte Möglichkeit, chronische Wunden zu behandeln.

Aus der Sicht von PranaVita, steht noch eine weitere Annäherung an das „Ganzheitliche Wundmanagement“ zur Verfügung.

### **Energetische Reinigung und Vitalisierung**

Bakterien stellen ein Risiko für die PatientInnen und eine Verzögerung des Heilungsprozesses dar; mit gezielten Reinigungstechniken werden kranke, stagnierende Energieblockaden aufgelöst und eliminiert, somit können die, mittels anschließender Vitalisierung übertragenen Prana – Farbschwingungen gezielt den Wundbereich zur Selbstheilung anregen.

### **PranaVita unterstützt den Menschen in seiner Gesamtheit**

Bei der Tagung der schweizerischen und österreichischen Gesellschaft für Wundbehandlung in Bregenz wurde unter anderem der Einfluss der Psychologie auf chronische Wunden diskutiert. (Jahrestagung für ganzheitliche Wundbehandlung 1.-2. Juni, Festspielhaus Bregenz).

Faktoren wie Stress und psychische Belastungen können den Wundheilungsprozess wesentlich beeinträchtigen.

Durch das Reinigen, Harmonisieren und Übertragen von Lebensenergie entsteht eine biochemische Reaktion im Körper, durch die die Genesung auch auf der psychischen Ebene beschleunigt werden kann.

Gesundheit ist mehr als nur die Abwesenheit von Krankheitssymptomen. Gesundheit hängt von unserer Lebenseinstellung, unserem Verhalten, unserem Denken ab.

Eine positive Lebenseinstellung fördert Gesundheit und Wohlbefinden.

Der Bereich der Emotionen wurde beinahe gleichzeitig zum Forschungsgebiet einiger namhafter WissenschaftlerInnen.

In ihrem Buch „Moleküle der Gefühle“ beschreibt Dr. Candace Pert, eine namhafte Pharmakologin, die Zusammenhänge zwischen Emotionen und Zellinformation durch Neuropeptide. Emotionen entstehen nicht nur als Reaktion des Körpers auf Umweltinformationen, sondern können auch als „Gefühlsmoleküle“ vom Gehirn erzeugt werden und das System damit überlagern. Das bedeutet, dass unsere Psyche die Fähigkeit hat, unseren Körper gesunden zu lassen, aber auch, ihn krank zu machen.

Ein Teil der PranaVita - Therapie ist es, den Bewusstwerdungsprozess zu unterstützen, sowie alte, krankmachende Denkmuster und destruktive Gedankenformen in der Aura wahrzunehmen und sie aus den Energiefeldern und Zentren zu eliminieren. Bei der Vitalisierung wird die Information von Gesundheit und Heilung mittels besonders wirksamen Prana- Farb - Kombinationen im Zellgedächtnis installiert.

### **Gesunde Haut ist im Wesentlichen von einem gesunden Stoffwechsel abhängig**

Stress kann als krankmachende Energie bestimmte Chakren ganz besonders das Solarplexuschakra, in seiner vitalen Funktion einschränken. Dies bedeutet, dass dieses Energiezentrum seiner Aufgabe, die Verdauungsorgane mit Prana zu versorgen, nicht mehr vollständig nachkommt, was den Stoffwechsel und die Ausscheidung negativ beeinflussen kann...

### **Eigenverantwortung der Patienten**

sowie deren enge Zusammenarbeit mit den Pflegenden ist ein weiterer Baustein zur erfolgreichen Wundheilung: PranaVita Energieatmung z.B., ist ein Teil der Selbstheilung, bei der Sauerstoff und Prana aufgenommen und im gesamten Körper verteilt werden, so dass jede Zelle mit der zur Wiederherstellung von Gesundheit notwendigen Lebensenergie versorgt wird.

Der Energiehaushalt wird auch über die Ernährung gesteuert – nicht nur Vitamine und Mineralstoffe sollen unsere Essgewohnheiten leiten, wichtig ist, wie viel Lebensenergie in unserer Nahrung enthalten ist. Frische Lebensmittel, im besten Fall aus biologischem Anbau, stellen ein wertvolles Potenzial dieser Energie dar.

**Eine kürzere Heildauer durch die Unterstützung mit PranaVita bedeutet kürzere Spitalsaufenthalte und entlastet das Gesundheitsbudget. Reduziertes Infektionsrisiko und schnellere Rehabilitation sind besonders bei älteren Menschen Vorteile, die die Lebensqualität entscheidend verbessern und Folgeerkrankungen reduzieren.**

## Weitere Möglichkeiten der Symbiose von Medizin & PranaVita

### **Schmerzmanagement (Schmerzambulanz)**

In einer Studie am LKH Klagenfurt wurde von Frau Susanne Springer, Leiterin des PV Centers Klagenfurt, belegt, dass die Anwendung von Prana in der Schmerztherapie äußerst wirksam ist und den Medikamentenverbrauch senkt.

### **Geburt**

Prana Vita während der Entbindung angewendet, kann die Geburt erleichtern und das Kaiserschnittisiko verringern, sowie traumatische Situationen für Mutter oder Kind energetisch harmonisieren.

### **Sportverletzungen, Chirurgie, Rehabilitation**

In der Praxis hat sich gezeigt, dass nach Unfällen oder Verletzungen oft in wenigen PranaVita Sitzungen Besserung erzielt wird – das bedeutet, dass die Regenerationskraft angehoben wird und dadurch Reha-Maßnahmen verkürzt werden können!

### **Für Menschen in Heil- und Pflegeberufen**

Oft sind gerade Menschen, die im Pflegebereich tätig sind, voller Enthusiasmus und Freude darüber, PatientInnen helfen zu können, sie stecken ihre Ziele oft sehr hoch und verausgaben sich dabei energetisch und körperlich. Als Hilfe zur Selbsthilfe sind die Techniken von PranaVita sehr gut 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.

### **Stressmanagement, Burnout-Vorsorge und Persönlichkeitsentwicklung**

Die Arbeitssituation von Menschen in Heil- und Pflegeberufen verlangt auf Grund hoher Belastung in der Arbeitswelt, Überforderung und Zeitdruck, sowie oftmals fehlende Reflexionsmöglichkeiten, nach besonderen Methoden der Stressbewältigung.

Die PranaVita Therapie ist nicht nur eine effiziente Methode der Energieheilung, sondern auch eine Wegbegleitung in Richtung seelischer Gesundheit, gefestigter Persönlichkeit und gestärktem Selbstvertrauen. Mit Selbstheilungstechniken, Übungen und Meditationen werden tiefe Entspannung, Ausgeglichenheit und Stärkung der Persönlichkeit erreicht.

1975 beschrieb Dr. Herbert Benson von der Harvard Medical School in seiner Studie über die „Entspannungsreaktion“ die Auswirkung von Meditation auf den physischen Körper: Entspannungsreaktion ist ein Zustand tief empfundener Ruhe, der einhergeht mit verringertem Blutdruck, reduzierter Muskelanspannung, niedrigerer Herzfrequenz, tieferer und langsamerer Atmung sowie einer erhöhten Stickstoffmonoxid – Ausschüttung (Gegenmittel zu Stresshormonen). 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.

## Institutsbezogene Lösungsansätze - Ergänzungen im Berufsalltag des Pflegepersonals



Internationale  
**Prana-Schule**  
**A u s t r i a**

Burgi Sedlak  
Haydnstraße 26  
5020 Salzburg

[www.prana.at](http://www.prana.at)

Die Internationale Prana-Schule Austria unter der Leitung von Burgi Sedlak bietet neben Seminaren in Österreich, Deutschland, Holland und der Schweiz, sowie Ausbildungslehrgängen im WIFI auch Instituten wie Krankenpflegeschulen, Pflegeheimen, Rehasentren und Spitälern die Möglichkeit der internen, individuellen Kursorganisation an.

**Berufsbegleitende Fortbildungskurse** für MitarbeiterInnen, in denen sowohl die PranaVita Therapie unterrichtet wird, als auch Methoden zur Psychohygiene, Stress – Release Techniken, gezielte Atem- und Körperübungen und Meditationen gezeigt und praktiziert werden.

**Vorsorge durch Energetische Behandlungen:** Wenn einige MitarbeiterInnen zum PranaVita-Therapeuten ausgebildet wurden, kann ein Spitals- oder Institutsinternes „Burnout Vorsorge Netz“ betrieben werden.

## PranaVita Philosophie

Eines der Ziele von PranaVita ist es, Menschen in stressbelasteten Berufen sowohl vorsorglich als auch im Akutfall (Burnout, chron. Müdigkeitssyndrom, Erschöpfung, physische und psychische Überforderungen) zu unterstützen und energetische Maßnahmen zur Stabilisierung und Harmonisierung der Gesundheit bereit zu stellen.

Im Körper entsteht mehr Wohlbefinden und Ganzheit und die Gesundheit und Lebensqualität steigt. Leistungsfähigkeit und Einsatzfreude kehren mit der Anhebung der eigenen Lebensenergie und Aktivierung der Selbstheilungskräfte wieder zurück!

## Lehrinhalte der PranaVita Seminare

### **Level I**

In diesem 2-Tages-Seminar erlernen Sie die PranaVita Grundtechniken zur Reinigung, Vitalisierung und Harmonisierung des menschlichen Körpers. Diese Techniken sind ideal zur Prävention, Gesunderhaltung und Energiesteigerung inkl. Selbstheilung und Fernanwendung.

Dadurch werden die natürliche Intelligenz des Körpers und seine Selbstheilungskräfte aktiviert und verstärkt.

### **Level II**

Verwendung von Farben und Tönen, um Informationen von Gesundheit und Vitalität in die Zellen des Körpers zu übertragen und deren natürliche Intelligenz zu ganzheitlichem Wohlbefinden zu reaktivieren. Anwendung spezieller Farben für die Vitalisierung, Techniken zur energetischen Unterstützung bei chronischen oder ernsthaften Unausgewogenheiten. Weiters: Drüsen und Nervengeflechte, Stress-Release, Energetisches Reinigen von Räumen und Gegenständen, Energetische Schutztechniken, Bewusstseins-Übungen für den Alltag, Affirmationen und anderes mehr.

### **Level III**

Eine Erweiterung für alle, die sich mit der energetischen Unterstützung von mentalen und emotionalen Unausgewogenheiten auseinandersetzen wollen, wie Stimmungswechsel, Depressionen, Demenz etc. Themen: Wie Chakren und Psyche sich gegenseitig beeinflussen, Psychologische Hintergründe von Krankheit, Gedankenformen, Gedankenkontrolle und Schutz, Reinigen und Vitalisieren der Energien bei Suchtverhalten, Fremdenergien; Erkennen und Auflösung, Wahrnehmung des inneren Körpers.

**Zur Berufsausbildung zum „Zertifizierten PranaVita-TherapeutIn“ sind folgende Kurse im Curriculum der Internationalen Pranaschule Austria enthalten:**

**PV I, II, III, Intensivtraining I, II, III, Anatomie, Rechtsgrundlagen und Unternehmensführung, 2 Intensivwochenenden/Zertifizierung, Abschlussprüfung mit Diplom.**

**Information über die Autorin: GABRIELE HORVAT** unterrichtet an der Internationalen Pranaschule Austria. Sedlak, leitet das Prana Vita Center Niederösterreich und wendet die PranaVita Therapie in ihrer Praxis für Energetische Regulation in Karlstetten, NÖ an.