



**PRANA** Germany e.V.

## **Prana ist Yoga - die Verbindung zur göttlichen Quelle.**

Der Begriff „Prana“ ist im Yoga sehr geläufig, bezeichnet er doch unter anderem den Atem, dem im Yoga soviel Aufmerksamkeit gilt. Man könnte fast sagen, Prana *ist* Yoga, denn viele betrachten den Atem als die Verbindung zur göttlichen Quelle. Weitere Bedeutungen von Prana sind „Lebenskraft“ oder „Seele“ (im vitalistischen Sinne) – aus oben genannter Sicht könnte man sie als mit dem Atem identisch annehmen. Oftmals wird Prana auch mit dem chinesischen „Chi“ gleichgesetzt, das ebenfalls die kosmische Lebensenergie bezeichnet. Im Yoga wird Prana bewusst wahrgenommen und durch den physischen wie auch die feinstofflichen Körper gelenkt. Der energetisierende Fluss von Prana ist auch Grundlage der Heilmethode „Pranic Healing“ (Prana Heilung), die der philippinische Heiler, Ingenieur und Geschäftsmann Choa Kok Sui erforschte, systematisierte und bekannt machte. Die heute in über 30 Ländern praktizierte Heilmethode kommt ganz ohne körperliche Berührung aus: Behandelt wird der feinstoffliche Energiekörper, auch als Aura bekannt. Kommt es zu Stauungen von Prana, zu Blockaden, die z.B. durch Stress, falsche Ernährung etc. ausgelöst werden, entsteht ein Ungleichgewicht im Energiesystem. Dieses macht sich in der Aura bemerkbar und kann behoben werden, indem man Prana wieder ins Fließen bringt. Auch können Prana-„Lücken“ in der Aura aufgefüllt werden. Um die Stauungen oder Lücken zu entdecken, muss der Prana-Heiler die Aura zunächst abtasten, um die betroffenen Stellen zu erfühlen. Dann kann er Prana zum Ausgleich dorthin leiten.

Prana Heilung, so heißt es, stärkt die physische, mentale und emotionale Gesundheit, wirkt also auf allen Ebenen. Durch die Anregung der Selbstheilungskräfte wird der Körper in der Auseinandersetzung mit bestehenden Krankheiten unterstützt und präventiv vor Beschwerden geschützt. Gleichzeitig soll auch die spirituelle Entwicklung gefördert werden. So wird z.B. eine Vertiefung von Intuition, Mitgefühl und Friedfertigkeit als häufiger Effekt von Prana-Heilung genannt. Über 20 Jahre hat Choa Kok Sui in Zusammenarbeit mit Ärzten, Heilern und Hellsichtigen geforscht, um eine klare und an Lernende gut zu vermittelnde Technik des Prana-Heilens zu entwickeln. Nach seinen Aussagen kann jeder die Methode erlernen, der die Bereitschaft hat, sich als Kanal für die Lebensenergie zu öffnen, und ein Mindestmaß an Konzentration und Ausdauer mitbringt.