



## KOMMENTAR

Bernd Martinschitz

## Dünndarm und der betreffende Meridian

Das Yang des Feuers ist der Dünndarm. Die Dünndarmenergie ist als eine sehr starke und trennende Energie zu verstehen. Während das Herz für das Weiche und Emotionale im Menschen steht, steht das Yang im Element Feuer für Abwehr und Unterscheidung. So wie es im Körper die Nährstoffe von den Abfällen trennt, so trennt es im Geistigen das Reine vom Unreinen.

Eine gesunde Dünndarmenergie zeigt sich also, wenn man Erlebtes verarbeiten kann und die eigenen Wünsche erkennt. Was wiederum ermöglicht, die eigenen Grenzen zu wahren, ohne sich innerlich zurückziehen zu müssen. Ist die Dünndarmenergie aber blockiert, verliert die Wahrnehmung an Schärfe. Man ist anderen Menschen gegenüber unnahbar und desinteressiert. Es fällt auch schwer, Geschehnisse in das Leben zu integrieren. Im Körper können sich Nackensteife und Schulterprobleme manifestieren, auch Mineralstoffdefizite entstehen, weil der Körper nur noch schwer erkennt, was nötig und was unnötig ist.

Hilfreich gegen die angeführten Beschwerden können sich Kräuter wie Passionsblume und Baldrian und Heilsteine wie der Karneol und der Feuerachat erweisen. Mit ihrer Anwendung wird die Dünndarmenergie ausgeglichen.

In der nächsten Ausgabe der Sonntagsbeilage der *Kärntner Tageszeitung*, der „Auszeit“, lernen wir zwei weitere Meridiane kennen, die ebenfalls dem Element Feuer zugeordnet sind.

Bernd Martinschitz arbeitet in selbständiger Praxis als Shiatsu-Praktiker und Lehrer für Yoga und Meditation.

Mehr zu unserem heutigen Thema erfahren Sie auf der Homepage der *Kärntner Tageszeitung* unter [www.ktz.at](http://www.ktz.at).

@ b.martinschitz@gmx.at

# Energie lässt Aura erstrahlen

Die Aura ist der natürliche Schutzschirm des Menschen. Weist sie Stauungen oder Schäden auf, ist womöglich unsere Gesundheit gefährdet. Vorbeugen ist besser als Schmerz. Mit Pranic Healing unterstützt man die Selbstheilung.

Als Andrea T. zum ersten Mal in meine Praxis kam, war ihr Gesicht schmerzverzerrt“, erinnert sich Ilse Schindler, „Pranic Healing“-Anwenderin aus Villach. Seit Wochen machte ihr ein Fersensporn das Gehen zur Qual. Weder entzündungshemmende Medikamente noch physikalische Therapien brachten eine Erleichterung. Die Veränderung an der Sehne war im Röntgenbild zu sehen, ihr Arzt riet zu einer Operation. Ilse Schindler reinigte die Aura ihrer Patientin, ließ Energie zufließen, regte somit



Pranic-Healing-Expertin Ilse Schindler.

die Selbstheilungskräfte an. „Bereits nach der ersten Anwendung war ich schmerzfrei“, erzählt Andrea T. begeistert. „Eine zweite Sitzung war nicht notwendig. Ich kann wieder normal gehen.“ Durch Reinigung und Energieisierung der betroffenen Körperteile stellt sich sofort eine deutliche Linderung der Schmerzen ein“, so Schindler.

## Die Aura als Schutzschild

Das Wort Prana kommt aus dem Sanskrit und heißt so viel wie Lebensenergie. Die Anwendung des „Pranic Healing“ beruht auf dem

Wissen, dass der menschliche Körper aus zwei Teilen besteht: dem sichtbaren physischen Leib und einem unsichtbaren Energiekörper, Aura genannt. Dieses für viele Menschen unsichtbare Energiefeld durchdringt unseren Körper und wirkt bis zu zwölf Zentimeter ins Innere. Es stellt ein feinstoffliches Immunsystem dar, das in der Lage ist, Krankheiten von uns abzusichern. Durch Stress und unausgewogene Lebensweise kann dieser Schutzmantel dünner werden. Dann sind auch der Invasion von Keimen die Türen geöffnet. Erspürt der „Pranic Healing“-Anwender Energiestauungen beziehungsweise

Mangelscheinungen, reinigt er die Aura und füllt sie mit frischer Energie, um damit die biochemischen Prozesse der Regeneration zu beschleunigen.

## Die Anwendung

Mit wischenden Handbewegungen – ohne den Körper des Klienten zu berühren – wird die verbrauchte Energie herausgenommen, undichte Stellen geschlossen, Stauungen geglättet. Die Energieübertragung ist der wichtigste Punkt – denn woher hätte der kranke, geschwächte Körper von sich aus die Kraft, die Selbstregeneration einzuleiten? Er braucht dazu den Treibstoff des Lebens – das Prana.

## „Wissenschaftler der Energie“ hinterlässt 20 Jahre Erfahrung

Der im März 2007 verstorbene Master Choa Kok Sui ist der Begründer des modernen „Pranic Healing“. Er wurde weltweit als der „Wissenschaftler der Energie“ genannt und hat mehr als 20 Bücher hinterlassen. In mehr als 100 Ländern der Welt wird sein Wissen unterrichtet, um den Leidenden zu helfen.

## Erlernen des Heilens

Seit frühester Kindheit hat er sich mit paranormalen Phänomenen beschäftigt und die ehemals geheimen Heilweisen asiatischer, europäischer und amerikanischer Schamanen erlernt. In mehr als 20-jähriger Forschungsarbeit ist es ihm gelungen, das „Pranic Hea-

ling“ zu entwickeln. Die Methode ersetzt keinesfalls die Schulmedizin, was den Anwendern sehr wichtig ist. In seinen Büchern ist unter anderem folgendes Zitat zu lesen: „Ich bin kein Hellseher, wurde auch nicht mit der Fähigkeit zu heilen geboren. Wenn ich lernen konnte zu heilen, können Sie es auch.“



Begründer Master Choa Kok Sui.

## Körperübung – Dehnung des Dünndarmmeridians

Der Dünndarmmeridian verläuft entlang der Elle über den Ellbogen und über das hintere Schultergelenk. Über den Nacken und den Hals mündet der Meridian im Gesicht, genauer im Bereich des mittleren Ohres. Durch die korrekte Ausführung dieser energetischen Körperübung wird Nacken- und Schulterproblemen vorgebeugt. Die Hals- und Lendenwirbelsäule wird mobilisiert, gleichzeitig die

Adduktoren gedehnt. Dort, wo früher Anspannung und Abwehr waren, können im emotionalen Bereich Entspannung und Annehmen entstehen.

■ Setze dich auf den Boden und leg die Fußsohlen aneinander. Halte die Hände um die Fußzehen und ziehe beide Füße so weit wie möglich zum Körper hin. Dann bewege ganz langsam den Kopf und die Ellbogen in die Richtung der Füße. Die Deh-

nungsbewegung wird ganz natürlich dort angehalten, wo der Körper seine Grenze erreicht – Schmerzen sollen keine entstehen. Erzwingen nichts, denn eine angestrengte Dehnung führt nicht zur Entspannung. Diese Regel gilt natürlich für alle Dehnungsübungen. Wir atmen erneut ganz entspannt in tiefen Zügen ein und aus und versuchen wieder den Energiefluss entlang des Meridians zu erfahren.



KK (2)



„ Durch das Pranic Healing verspürt man eine sofortige Schmerzlinderung.“  
Ilse Schindler

Der Pranic-Healing-Anwender löst, ohne Berührungen, mit seiner Energie die Blockaden im kranken Körper und regt somit die Selbstheilung an.

## Therapeuten, Auszug

**Ilse Schindler**, Völkendorfer Straße 11, 9500 Villach, Mobiltelefon 0650/7077407.

**Ferid Pjanic**, „Institut für angewandtes Prana Healing“, Bioenergetikzentrum, Villacher Straße Nr. 127, 9020 Klagenfurt, Mobiltelefon 0664/3200680.

**Dr. Wolfgang Bonholzer**, „Institut für angewandtes Prana Healing“, Bioenergetikzentrum, Villacher Str. 127, 9020 Klagenfurt, Mobiltelefon 0676/4239588.

## Weitere Informationen:

Institut für Energiearbeit, Mag. Claudia Dieckmann & Team „Pranic Healing“ in Österreich & CEE, Schopenhauerstraße 52, 1180 Wien, Tel./Fax 01/4085455, Mobil 0664/3361176, Homepage: [www.energie-institut.com](http://www.energie-institut.com)

KK/gerald@zebedin.at (2)