

Ein Grundkurs in Energiearbeit

PranaVita Level 1

Kann man »Energiearbeit« erlernen, so wie Schweißen, Buchhaltung oder Fremdsprachen? Im Wifi-Kursprogramm der Wirtschaftskammer Salzburg jedenfalls fand ich unter den zahlreichen herkömmlichen Aus- und Fortbildungskursen auch die Schulung zum Prana-Practitioner angeboten. Mit dem Zertifikat kann man dann einen Gewerbeschein beantragen und als selbständiger Energetiker tätig sein. Mit nur einer vagen Vorstellung, was mich erwarten würde, schrieb ich mich kurzerhand für den Grundkurs Level 1 ein.

Erreicht wird dies durch den Einsatz der PranaVita-Grundtechniken: Atmung durch die Pranaröhre (das ist eine bestimmte Atemtechnik) während der Behandlung, Erfühlen der Lebensenergie durch Wahrnehmen der Aura, PranaVita-Aura-Reinigungstechnik und Vitalisieren durch die PranaVita-Lichttherapie. Das klingt jetzt vielleicht etwas abschreckend – ich jedenfalls glaubte kurzfristig fast, in einen Ingenieurskurs oder ein Seminar für Reinigungspersonal versetzt worden zu sein.

Ein Grundsatz von PranaVita sagt, alles findet nur im vorgestellten Bereich statt. Wo

nungsbedürftig, aber es fühlte sich gut an, und wie heißt es doch so schön: Wer heilt hat Recht.

Die zwei Tage vergingen wie im Fluge. Das eine oder andere werde ich sicher beherzigen oder in meinen Tagesablauf einbauen. Fast bedauerte ich es, den Ausbildungslehrgang nicht mit der Gruppe fortsetzen zu können, sondern nur »Schnuppergast« gewesen zu sein.



Laserfinger-Reinigung und Blackball-Technik heißen einige der Methoden der PranaVita-Aura-Reinigung

Elfriede Schöfegger, geb. 1952, hat Germanistik und Psychologie studiert und ein Trainings- und Ausbildungsjahr im *Weißer Lotus* absolviert. Sie ist Buchhändlerin, Reikilehrerin, Meditationsanleiterin, Lebens- und Sozialberaterin, Einsatzleiterin in der ambulanten Altenbetreuung und seit langem im Selbsthilfebereich engagiert.

BILDER: BURGI SEDLAK



Heilen durch Visualisation: Alles findet im vorgestellten Bereich statt

Die erste Überraschung war die Kursleiterin selbst: Burgi Sedlak. Mit Heiterkeit, sprühendem Charme und überbordender Lebenslust lebte sie vor, was sie lehrt. Mühelos schaffte sie es, die Aufmerksamkeit der 40 Teilnehmer (zu 90% Frauen) auf sich zu zentrieren. Obwohl wir eine sehr inhomogene Gruppe waren, sowohl vom Alter als auch vom Ausbildungsstand her, entstand rasch ein Zusammengehörigkeitsgefühl. Burgi präsentierte uns die umfangreiche Theorie wohlndosiert in einzelnen Bausteinen mit großem didaktischem Geschick. So blieb immer alles im »spielerischen Bereich«, und keiner war überfordert.

Ausgehend von den Prinzipien der Lebensenergie (Prana), die weltweit unter verschiedensten Namen und Techniken erforscht, gelehrt und praktiziert werden, erfuhren wir Grundlegendes über den Atem, die Chakren (Energiezentren) und den Aufbau des Energiekörpers (Auren). Kurz gesagt ist PranaVita eine energetische, berührungslose Heilkunst, die hilft, gesund zu werden und gesund zu bleiben. Sie wird in der Prävention eingesetzt oder als komplementäre, unterstützende Behandlung in Selbst-, Fremd- und Fernbehandlungen.

die Aufmerksamkeit ist, da ist die Energie; wo wir hindenken, das fühlen wir. Mich erinnerte das an Märchenerzählungen, Siebenmeilenstiefel, verzauberte Frösche, Tarnkappen oder an Science Fiction-Stories.

Im Praxisteil lernten wir u.a. die Laserfinger-Reinigung: Wir visualisierten, dass wir über unsere Fingerspitzen Laserstrahlen aussenden. Damit reinigen wir den Energiekörper des zu Behandelnden. Dann die Blackball-Technik: Wir visualisieren einen schwarzen Ball aus Licht. Dieser »Superstaubsauger« saugt schlechte und verbrauchte Energie auf. Das mag sich etwas kryptisch anhören, doch Burgi hat mich gebeten, keine ausführliche Beschreibung zu geben, »weil die Techniken leicht zu kopieren sind und wir vermeiden wollen, dass Leute sie durchführen, die zu wenig Achtsamkeit an den Tag legen oder sie nicht richtig gelernt haben.«

Soviel kann ich noch verraten: Manches klingt kurios und gewöhn-



Burgi Sedlak

Auf einem Blick

Leitung: Burgi Sedlak
Kosten: 260 € inkl. Unterrichtsmaterial
Dauer: 2 Tage
Ort: Wirtschaftsförderungsinstitut Salzburg

Voraussetzungen:
keine

Kontakt: Burgi Sedlak
 Int. Prana-Schule Austria
 Haydnstraße 26
 A-5020 Salzburg/Österreich
 Fon +43-662-88 76 44
 office@prana.at, www.prana.at

Seminarort: ☆☆☆
Organisation: ☆☆☆☆
Preiswürdigkeit: ☆☆☆
Seminarziel: ☆☆☆☆
Seminarleitung: ☆☆☆☆☆
Didaktik: ☆☆☆☆☆