



FASZINATION ZIRBELDRÜSE

Gesund mit PranaVita

Unser menschliche Körper ist ein Wunderwerk und ein großes Geschenk des Lebens. Neben allen Körpersystemen spielt unser Drüsensystem eine wichtige Rolle. Hier fasziniert besonders die Zirbeldrüse (Epiphyse), im Zentrum des Gehirns. Sie hat die Form eines Pinienzapfens und ist außerordentlich wichtig für unsere körperliche, geistige und auch spirituelle Gesundheit.

Die Zirbeldrüse hat sich im Laufe der Evolution stark zurückgebildet. Sie ist von ihrer ursprünglichen Größe von ca. 3 cm auf wenige Millimeter geschrumpft. Wenn Lebensenergie (Prana) durch die Netzhaut unserer Augen eintritt, wird sie weiter zur Zirbeldrüse geleitet. Tagsüber, wenn es hell ist, produziert die Zirbeldrüse Serotonin, ein Glückshormon, und nachts wandelt sie das am Tage gebildete Serotonin in Melatonin um. Das Melatonin hat viele verschiedene Aufgaben: u.a. steuert es den Schlaf-Wach-Rhythmus, es ist wichtig im sexuellen Reifungsprozess und wird gerne bei Jetlag, Schlafstörungen und Anti-aging-Kuren verabreicht.

UNSERE ANTENNE?

In verschiedenen Weisheits-Traditionen kommt der Zirbeldrüse eine besondere Bedeutung zu. Sie

ist verbunden mit spirituellem Bewusstsein und der Wahrnehmung von nicht-physischer Realität. In vielen Kulturen steht sie auch für ewiges Leben, als Kommunikations-Antenne mit dem Kosmos, und spielt eine wichtige Rolle bei Träumen oder Astralreisen. Von wissenschaftlicher Seite weiß man heute sehr genau, weshalb uns die Zirbeldrüse das Eintauchen in höhere Dimensionen des Bewusstseins ermöglicht. Weil sie neben den Hormonen Serotonin und Melatonin noch DMT (Dimethyltryptamin) absondert. Dieser Botenstoff wird „Bewusstseins-Molekül“ genannt und während Zuständen erhöhten spirituellen Bewusstseins, wie Geburt, Tod, Nahtod-Erfahrungen, außerkörperlichen Erfahrungen usw. in großen Mengen von der Zirbeldrüse produziert. Pflanzen mit DMT werden auch in schamanischen Zeremonien, wie z.B. in Ayahuasca-Zeremonie, verwendet. Dies führt zu einer ausgeprägten Veränderung des visuellen Erlebens.

DIE FEINDE DER ZIRBELDRÜSE

Fluorid stellt für die Zirbeldrüse eine besondere Gefahr dar, denn es sammelt sich in ihrem Gewebe an und lässt sie verhärten. Auch haben Koffein, Tabak, Alkohol und raffinierter Zucker sowie Stress, Strahlungs-

felder von uns umgebenden Mobiltelefonen und Internet-Netzwerken, Aluminium und Schwermetalle eine zerstörerische Wirkung auf diese wichtige Drüse. Böse Zungen behaupten nun, dass Fluorid in unsere Wasserversorgung eingebracht wurde, mit dem Ziel, spirituelles Erwachen zu unterdrücken. Durch die öffentliche „Fütterung“ mit Fluorid von Geburt an versuchen gewisse „Organisationen“, unser biologisches Portal zu spiritueller Wahrnehmung auf chemischem Weg zu trüben.

PranaVita hilft, um unsere Zirbeldrüse energetisch voll und ganz zu unterstützen und gesund zu halten!

Wichtig ist auch, die genannten Gefahren weitgehend zu meiden und Giftstoffe und Schwermetalle aus dem Körper auszuleiten, z.B. mit Zeolith, Bentonit, der Chlorella-Alge oder anderen Mitteln. Singen, der Aufenthalt in der Sonne und eine tägliche Meditationspraxis tun der Zirbeldrüse gut. Dunkelheit auch!

KEINE ANGST VOR DER DUNKELHEIT

Die Sonne ist wichtig für die Produktion von Serotonin, die Dunkelheit ist wichtig für die Produktion von Melatonin. Allerdings schläft kaum jemand mehr in einem

absolut dunklen Raum. Irgendwo leuchtet immer ein Licht, sei es vom Radiowecker oder einem anderen technischen Gerät. Aber für die Zirbeldrüse und für unsere gute Gesamt-Gesundheit wäre es äußerst wichtig, zumindest eine Stunde pro Tag in vollkommener Dunkelheit zu verbringen.

Alles Leben entsteht in der Dunkelheit. Im feuchten dunklen Schlamm der Mutter Erde gedeihen die Samen einer Pflanze. Im dunklen sicheren Raum der Gebärmutter unserer Mutter haben wir uns zu einem lebensfähigen Menschen entwickelt und uns dem Urvertrauen hingegeben. Sich bewusst in der Dunkelheit aufzuhalten ist oft wie ein Zurückgehen in diese Erfahrung: tiefer Ruhe, Innenkehr, Beobachtung der mentalen Prozesse...

Und wenn man fähig ist, dabei loszulassen und seine Ängste zu überwinden, dann hört man auch auf, im Außen zu projizieren, weil kein Außen mehr existiert. Eine fruchtbringende Auseinandersetzung mit sich selbst beginnt. Aus diesem Grund sind Dunkelretreats oder Dunkelyoga wichtige Praktiken, die es in fast jeder spirituellen Tradition gibt. ■

Gesund mit PranaVita
www.pрана.at



PranaVita

Ein Herzensweg zur Gesundheit und Lebensfreude

Herzlich willkommen in der Internat.

Prana-Schule, Burgi Sedlak

Ihrem anerkannten Bildungs-Institut

PranaVita ist leicht zu erlernen, sehr
effizient und kultfrei.

Für sich selbst und andere anwendbar.

**25 Jahre Internationale Prana-
Schule Austria: www.prana.at**