



# Energetische Heilmethoden –

## Gesundheit durch Energieübertragung

**Wellness war gestern – „Selfness“ ist der Trend der Zukunft. Dabei geht es um mehr Selbstbestimmung und um das Bedürfnis, den eigenen Körper in seiner Ganzheitlichkeit zu erfassen.**

**NICHT DIE KURZFRISTIGE** Erholung vom Alltag und Berufsstress steht im Vordergrund, sondern das Streben nach innerer Balance, nach körperlicher und seelischer Ausgewogenheit und nach Glück, innerer Zufriedenheit und Spiritualität. „Selfness“ kann als moderne Vorsorge für gesünderes Leben und mehr Wohlbefinden angesehen werden. Es bedeutet auch „von außen nach innen“ zu arbeiten.

### **Energetik – die innere Balance finden**

Seit Menschengedenken wird mit Lebensenergie gearbeitet. Viele alte Kulturen und Traditionen haben das Wissen um die stets vorhandene Lebensenergie in ihre kulturellen Rituale und Heilmethoden einfließen lassen. Daraus ergaben sich unterschiedliche

Bezeichnungen für den Begriff „Lebensenergie“, wie z. B. Prana (Indien), Chi (China), Ki (Japan). Aber alle meinen immer das Gleiche: die Harmonisierung des Energieflusses, die innere Ausgewogenheit oder – um es auf die heutige Zeit zu übertragen – Beruf und Privates in Einklang bringen. Geraten aber die Energiefelder des Körpers durch Stress, negative Emotionen, Krankheit bzw. Ernährung ... aus dem Gleichgewicht, so kann sich dies erheblich auf Gesundheit und persönlichen Erfolg auswirken.

### **Fixer Bestandteil unserer Gesellschaft**

Heute ist die Energetik, bestehend aus Humanenergetik, Lebensraum – Consulting und Tierenergetik, zu einem fixen Bestandteil unserer Gesellschaft geworden und nicht mehr wegzudenken. Ihrer Absicht liegt zugrunde, die Schulmedizin nicht ersetzen, sondern sinnvoll ergänzen zu wollen. Nur ein gemeinsames Miteinander kann langfristig gesehen zu mehr Gesundheit, Glück und Zufriedenheit führen. „Lebensenergie oder Prana ist die Essenz unserer Existenz. Prana ist verantwortlich für das reibungslose Funktionieren

sämtlicher Systeme im Körper.“ (Burgi Sedlak, Internationale Prana-Schule Austria, [www.prana.at](http://www.prana.at)). Die Energetik geht grundsätzlich davon aus, dass jedes Lebewesen aber auch leblose Materie Energie aussendet und ein Energiefeld besitzt. Diese feinstofflich-energetischen Ebenen bilden den Arbeitsbereich des Humanenergetikers.

### **Humanenergetiker/in – ein neues Berufsbild**

Wer von Ihnen kennt nicht den angenehmen Duft von ätherischen Ölen, die beruhigende Wirkung einer PranaVita® oder Reiki-Behandlung oder das wohltuende Gefühl einer Ayurveda-Anwendung? Humanenergetiker/innen arbeiten mit bzw. am Menschen, nehmen Blockaden und Dysbalancen im Energiefluss wahr und regenerieren diesen mittels Energieübertragung. Dieses Arbeiten ist im feinstofflichen Bereich angesiedelt. Humanenergetiker/innen sind keine Heiler, sondern arbeiten nach dem Resonanzprinzip, indem sie lediglich Impulse im Energiefeld setzen. Trotz Anwendung von unterschiedlichsten energetischen Heilmethoden verfolgen alle das gleiche Ziel:

1. Harmonisierung des Energieflusses

2. Wiederherstellung der Balance: KÖRPER – GEIST – SEELE / EMOTIONEN
3. Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte.

All diese Maßnahmen dienen der Gesundheit und Gesunderhaltung des Menschen. Jede energetische Behandlung bringt eine Ausgewogenheit auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene mit sich. Vitalität und Wohlbefinden nehmen wieder mehr Raum im Leben ein. Lebensraum – Consulter bedienen sich eines ähnlichen Prinzips. Hierbei wird mit dem Energiefluss in Räumen und Gebäuden gearbeitet.

### Energetische Heilmethoden

Wie schon vorhin erwähnt, wirken energetische Heilmethoden im feinstofflichen Bereich, deren Wirkungsweise sowohl die körperliche als auch die energetische Ausgeglichenheit zugrunde liegen. Die Zahl und Anwendungen von energetischen Heilmethoden sind groß und vielschichtig.

#### Hier ein kurzer Überblick:

##### ■ PranaVita® – Chakrenausgleich:

PranaVita® (Prana = Energiefluss / Vita = Leben) ist eine berührungslose energetische Heilkunst und besteht im Wahrnehmen der Energiefelder, um so energetische Blockaden und Energiestaus aufzuspüren. Mit der Vitalisierung des Energiekörpers werden körperliche und psychische Disharmonien wieder in Balance gebracht.

##### ■ Shiatsu – Akupressur – Meridianarbeit:

Shiatsu oder zu Deutsch „Fingerdruck“ ist eine manuelle Behandlungsmethode, wo entlang der Meridianbahnen (= Energieleitbahnen) Energiearbeit geleistet wird.

##### ■ Akupunktur – Meridianarbeit:

(acus = Nadel / punctio = das Stechen). Auch hier wird durch das Setzen von Akupunkturnadeln Energiearbeit an den Meridianbahnen ausgeübt. Diese Behandlungsmethode obliegt ausschließlich den dazu ausgebildeten Ärzten/innen.

##### ■ Kinesiologie – Touch for Health:

„Gesund durch Berühren“ – Bei dieser energetischen Behandlungsmethode handelt es sich um eine Bewegungswissenschaft, deren Grundlage der Muskeltest darstellt. Des Weiteren wird ebenfalls an den Meridianbahnen gearbeitet.

■ **Reiki:** (Rei = Geist, Seele / ki = Lebensenergie). Bei der Reiki-Behandlung erfährt der Klient/die Klientin universelle Lebensenergie durch die Methode des Handauflegens. Gleichzeitig wird der spirituelle Weg zu sich selbst unterstützt.

■ **Lomi Lomi Nui:** (Lomi = reiben, kneten / nui = groß, einzigartig). Lomi Lomi Nui

ist eine hawaiianische Körperarbeit, wobei diese Massageart sowohl Körper als auch die Seele behandelt.

■ **Ayurveda:** „Wissen vom langen Leben“ – Diese aus dem Gebiet des Himalayas stammende Diagnose- und Behandlungsmethode beschäftigt sich mit Diäten, Meditationen und dem Reinhalten von Körperöffnungen.

■ **Holistic Pulsing:** Beim „Pulsen“ versetzt man den Klienten/die Klientin in Schwingung, um den Körper tief zu entspannen. Diese ganzheitliche Körperarbeit wirkt sich auf Körper, Geist und Seele aus.

##### ■ Musik- und Klangenergetik:

Auch bei dieser Methode wird mit Schwingungen gearbeitet, allerdings mit Klangwellen. Da der menschliche Körper zu ca. 70 % aus Wasser besteht, wird der ganze Körper in ein „Klangbad“ gehüllt. Dies geschieht mittels Klangschalen, Zimbeln oder Glocken.

##### ■ Craniosacral-Balancing:

(cranium = Schädel / os sacrum = Kreuzbein). Bei dieser energetischen Anwendung, die sich aus der Osteopathie entwickelt hat, werden Hirn- und Rückenmarksflüssigkeit balanciert und korrigiert.

■ **Düfte und Aromastoffe:** Bei der Aromatherapie werden meist ätherische Öle verwendet, die – passend zusammengesetzt – das Wohlfühlgefühl sofort positiv beeinflussen.

■ **Yoga:** „Joch“ steht für anjochen, zusammenbinden, meint das Einswerden mit Körper und Seele und beinhaltet Atemübungen, systematische Körperübungen und Entspannungstechniken.

■ **Qi Gong – Tai Chi:** Diese Techniken basieren auf Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsformen, um Körper und Geist zu harmonisieren. Die Übungen bestehen aus einer genau festgesetzten Bewegungsabfolge. Dadurch wird das Qi trainiert – also das Fließen der Energie.

### Energieübertragung:

#### „Panta rhei“ – alles fließt

Die Arbeit des Energetikers dient „als Hilfestellung zur Erreichung einer körperlichen bzw. energetischen Ausgewogenheit ... mittels Anwendung gewerblich erlaubter Methoden.“ (Berufsbild Humanenergetik, Aug. 2013). Bei dieser Energieübertragung erfolgt eine ganzheitliche Harmonisierung des Menschen in seinem Energiefeld, der Aura, den Chakren (= Energiezentren), den Meridianen (= Energieleitbahnen) und den Organen. Dadurch kann die universelle Lebensenergie ungehindert fließen und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. //

## Gesund werden – gesund bleiben!

### Meine Energiemedizin für Sie

#### ■ PranaVita®

Lösen von Energieblockaden und Dysbalancen, Harmonisierung und Vitalisierung des Energieflusses, Stress Release

#### ■ PranaVita® Spezial

Intensivtherapie, Transformation auf Quantenebene

#### ■ Narbentstörung – SCL®-Methode

Manuelle und energetische Auflösung von Energieblockaden im Narbengewebe, Meridianarbeit

#### ■ Reiki-Anwendungen

(Jede Behandlung ist individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.)

*„Energie ist überall – man muss sie nur abholen“*



MAG. SABINE GERINGER

### Zur Autorin:

Mag.ª Sabine Geringer  
Humanenergetikerin, Dipl. PranaVita®  
Therapeutin,  
Expertein im Energie- & Gesundheitsmanagement

### KONTAKT



**Kraft Punkt**  
ENERGIE & GESUNDHEIT

Mag. Sabine Geringer  
10.-Oktober-Straße 4 // 3. Stock  
Zugang Obere Apotheke  
9500 Villach  
Tel.: 0650 7887123  
E-Mail: office@kraft-punkt.at  
www.kraft-punkt.at