

Das Spektrum der Medizin reicht von der grobstofflichen Geräte- und Pharmamedizin, über energetische Verfahren bis hin zu den geistigen Heilweisen. Sat Nam Rasayan ist eine Heilkunst, die mit meditativen Zuständen arbeitet und fast gänzlich ohne äußere Handlungen und Hilfsmittel auskommt. Die innere Sensitivität wird geschult, und die reine Aufmerksamkeit vermag es, dass sich der Heiler in den Patienten einführt und dessen Blockaden auflöst. Zugleich ist diese Methode erstaunlich objektivierbar und wird in einer dreijährigen Ausbildung gelehrt. Das Interview führte Ronald Engert, der sich zuvor von der Wirkung dieser Heilweise überzeugen konnte. (S. 62)

**Ronald Engert:** *In dem Seminar zu Sat Nam Rasayan, an dem ich heutigemorgen teilgenommen hatte, konnte ich sehr schnell und deutlich eine heilsame Wirkung feststellen. Was passiert in Sat Nam Rasayan?*

**Gurudev Singh:** *Sat Nam Rasayan ist eine Heilkunst, die aus der Sikh-Tradition kommt. Die Technik besteht darin, in einen spezifischen meditativen Zustand zu gehen, den mein Lehrer »meditativ-projizierenden Geist« (meditativ-projective mind) nennt. Mit Hilfe der Aufmerksamkeit (awareness) erlangt man Kontrolle über die fünf Elemente und den Fluss des Prana. Traditionellerweise wurde diese Technik in Stille unterrichtet. Der Lehrer suchte dich aus, unterwies dich in Meditation und zeigte dir den richtigen meditativen Zustand. Eines Tages führte der Lehrer dich in einen Zustand der Heilung. Wenn du ihn erkannt hast, warst du der neue Lehrer. Er tat es nur einmal. Wenn du es nicht erkannt hast, dann warst du nicht der neue Lehrer. Mein Lehrer war sehr mitfühlend, er zeigte es mir dreimal. Wir waren zwei Schüler, und mein Mitschüler war wesentlich intelligenter als ich. Dadurch hatte er aber im Unterschied zu mir eine vorgefertigte Meinung, weshalb ich es gelernt habe und er nicht. Danach wurde zehn Jahren nicht darüber gesprochen. Ich brauchte diese zehn Jahre, um die Heilkunst zu entwickeln. Yogi Bhajan gab mir verschiedene Aufgaben, aber er sprach nie darüber. Nach diesen zehn Jahren kam er einmal nach Spanien, und einer meiner Studenten heilte ihn mit dieser Technik. Kurze Zeit später in Rom teilte er mir mit: »Dieses System heißt Sat Nam Rasayan, und das ist das Mudra und das ist das Mantra. Du bist nun der neue Lehrer.« Danach begann ich, Sat Nam Rasayan zu unterrichten.*

Am Anfang hatte ich die Idee, einen einzelnen Schüler zu finden, so wie er es getan hatte. Aber er sagte, das solle ich nicht tun, ich solle ein offenes System entwickeln. Das Problem war, dass die traditionelle Methode in unserer Zeit nicht funktionierte. Deshalb benutzen wir jetzt den Wahrnehmungsprozess, um in den meditativen Zustand zu gelangen und zu lernen, wie man die Kontrolle

### **Der Zweck von Sat Nam Rasayan ist Dienst. Wir vertreten nicht das Konzept der Selbstheilung.**

über die Elemente erlangt. Die Kontrolle über die Elemente ist wie das Bewegen eines Muskels. Es ist so, wie wenn man die Hand bewegt. Du sagst nicht zu der Hand: »Los, ergreife dieses Glas.« Du gehst in Beziehung zur Hand, dann hast du eine Absicht und die Hand bewegt sich. Am Anfang hast Du vielleicht nicht das richtige Gefühl, zerbricht das Glas oder lässt es fallen, dann lernst du das richtige Gespür. Das Gleiche machen wir in Sat Nam Rasayan. Aber wie wollen wir es lehren? Niemand hat fünf oder sechs Jahre Zeit, um einem Lehrer zu folgen, der kein Wort darüber spricht, worum es geht. Wir entwickelten also ein System, das den Prozess der körperlichen Wahrnehmung benutzt, um den meditativen Zustand herbeizuführen. Zudem verwenden wir den gleichen sensitiven Prozess, um die Menschen darin zu unterrichten, wie sie diese Fähigkeit, die sie haben, kontrollieren können. Als erstes verwenden wir also den sensitiven Prozess, so wie du es heute erfahren hast, und wenn du das kannst, verwendest du das gleiche sensitive Feld, um zu lernen, wie du deine Aufmerksamkeit bewegen

kannst, was dir erlaubt, den Fluss im anderen zu kontrollieren.

Wir fingen damit vor langer Zeit an, und wir haben eine Menge Studenten. Das Gute an Sat Nam Rasayan ist, dass es sehr präzise ist. Aber es ist eine Disziplin, eine Tradition. Du wirst nicht in Sat Nam Rasayan initiiert. Wir geben dir eine Landkarte und helfen dir, diese Landkarte anzuwenden, aber Du musst dich selbst initiieren. Das erfordert Disziplin. Darin liegt grosser Reichtum. Während du deine Kapazität entwickelst, um jemanden zu helfen, musst du dich selbst entwickeln, um jemandem auf die richtige Art helfen zu können. Wir verwenden dazu vor allem Kundalini-Yoga. Aber nicht jeder benutzt Kundalini-Yoga, da viele Menschen aus vielen verschiedenen Traditionen dieses Heilsystem lernen. Manche andere Traditionen behaupten, dass diese Heilmethode aus ihrer Tradition entsprungen ist. Aber das wissen wir nicht genau. Wir

sehen eine Traditionslinie innerhalb der Sikhs, die über meinen Lehrer gekommen ist mit dieser spezifischen Qualität.

**Engert:** *Sat Nam Rasayan ist also einige Jahrhunderte alt?*

**Singh:** Das können wir nicht genau sagen. Möglicherweise ist es noch älter. Einige Vertreter der Bön-Tradition sagen, diese Methode käme von ihnen. Aber die gleichen Lehrer halten es auch für möglich, dass diese Heilweise von den



Gurudev Singh bei einer Behandlung

Shivaiten aus Kashmir kommt. Zu meinem Lehrer kam dieses System durch die Schülernachfolge. Aber in der Tradition der Sikhs macht das keinen Sinn, denn hier ist es eine der schlimmsten Dinge, die man tun kann, wenn man eine Lehre geheim hält. Die Idee von Guru Nanak war es, die Tradition für jeden zu öffnen. Das war die Bhakti-Bewegung. Sie durchbrach die Abschottung der spirituellen Traditionen und erlaubt es jedem, das Wissen zu erlangen. Mein Eindruck

**Engert:** *Es ist also sehr wichtig, dass wir es als Dienst für jemand anderen tun?*

**Singh:** Ja, *Sat Nam Rasayan* bedeutet Dienst für jemanden anderen. Man kann mit *Sat Nam Rasayan* auch Selbstheilung betreiben. Aber wir vertreten das nicht.

**Engert:** *Das Hauptziel ist also die Heilung? Oder was ist die weiterführende Idee? Ich denke, es geht noch tiefer in Richtung Spiritualität?*

**Der Gott in dir und der Gott im Stein ist exakt der gleiche Gott. Wenn man die Wirklichkeit im Lichte dieses Konzepts betrachtet, macht Sat Nam Rasayan sehr viel Sinn. Wir arbeiten immer mit unserem inneren Selbst.**

ist es, dass mein Lehrer mich damit beauftragte, die Tradition zu öffnen, denn es war ethisch korrekt, dies zu tun. Es ist sehr effizient, und wir versuchen, es auf eine menschliche Weise zu tun.

**Engert:** *Es gibt also keine formelle Einweisung?*

**Singh:** Nein. Es ist Entwicklung durch Selbstdisziplin. Wir unterrichten es nie an einen einzelnen Schüler, wir unterrichten es immer in Gruppen. Das ist der *Sangat*-Effekt der Psyche: die Gemeinschaft hilft den Leuten, sich schneller zu entwickeln. Wir haben für die Ausbildung ein Dreistufensystem entwickelt, damit die Schüler einen Anhaltspunkt haben, wo sie in dem Vorgang stehen. Das bedeutet aber nicht, dass es drei qualitativ unterschiedliche Ebenen gibt. Es gibt nur jemanden, der *Sat Nam Rasayan* lernt. Die Unterteilung hat nur formale Gründe, weil so viele Menschen *Sat Nam Rasayan* lernen, und wir wollten wissen, auf welcher Stufe sich der Einzelne befindet. Damit sie wissen, an welchem Punkt des Prozesses sie sich befinden, haben wir verschiedene Kriterien eingeführt, die die unterschiedlichen Stufen definieren. Es ist ein künstliches System, aber es funktioniert. Manchmal denkt man, das Eine oder Andere nicht zu können, und das motiviert dazu, zur nächsten Stufe zu gehen. Aber der Zweck von *Sat Nam Rasayan* ist Dienst. Wir vertreten nicht das Konzept der Selbstheilung.

**Singh:** Nein, nein. Du arbeitest an der Balance zwischen Deinem spirituellen Anteil und deinem Körper. Du erlaubst der Seele, sich zu manifestieren. Heilung ist sehr einfach: Alles ist perfekt. Du bist ein Devotee von Krishna, also weißt du, dass alles vollkommen ist. Der Wurm ist vollkommen, der Apfel ist vollkommen, und es ist vollkommen, dass der Wurm den Apfel isst. Das Problem ist, wenn du Schmerzen hast, kannst du das Leben nicht genießen. Schmerz wirkt ablenkend auf uns. Spirituell arbeitende Menschen holen dich aus dieser Ablenkung heraus. Ich sehe, du hast Schmerzen im Nacken? Du hast es verdient. Aber wenn dieser

Schmerz zwischen dir und Gottes Schöpfung steht, dann können wir nach einer »Steuerermäßigung« fragen. Du hast nur eine begrenzte Zeit zur Verfügung, in dieser Zeit solltest du so viele Erfahrungen sammeln wie möglich. Das ist das einzige Interesse der Schöpfung. Und Du als Geschöpf solltest die Schöpfung Gottes erfahren. Aber wenn du einen Schmerz im Nacken hast, was kannst du dann erfahren? Du bist auf diesen Schmerz konzentriert. Damit wird dieser Schmerz zur

Grenze deiner Erfahrung. Darum geht es bei unserer Heilung. Wir verlängern kein Leben, wir geben das nicht vor, wir kümmern uns überhaupt nicht darum. Worum wir uns wirklich bemühen, ist, dem Menschen zur Stunde seines Todes eine tiefe Erfahrung davon zu vermitteln, was wirklich geschieht. Und wenn sie am Leben sind, warum sind sie dann so abgelenkt? Darum geht es im *Sat Nam Rasayan*. Für jeden gibt es einen Test in der Schöpfung, den du nicht bestehen kannst. Das ist das Gesetz. Jeder wird diesem Test unterzogen, egal wer du bist, sogar Shiva persönlich. Du wirst ihn nicht bestehen. Das ist der Grund, warum wir beten: »Lieber Gott, bitte verschone uns vor diesem Test.« Und: »Bitte Gott, unterziehe diese Person nicht diesem Test. Lass ihn sanft durchs Leben gehen.« Das ist Heilung.

Wir fokussieren uns auf den Fluss unseres Bewusstseins. Der Schmerz in Deinem Nacken ist in meinem Bewusstsein, und ich erkenne ihn. [Gurudev Singh beauftragt eine Schülerin, meinen Hals zu ertasten, und sie findet dort eine schmerzende Stelle. Gurudev Singh löst den Widerstand in seinem Bewusstsein. Danach sind die Schmerzen fast weg.] Das ist mein Bewusstsein. Du bist irgendwo in meinem Bewusstsein. Das spüre ich als einen Widerstand, und dann löse ich diesen auf. Das ist kein Wunder, sondern eine Technik. Bei *Sat Nam Rasayan* gehst du in diesen tiefen Zustand des Bewusstseins. An diesem Punkt findest du keine



**Egal wer du bist und egal was du getan hast,  
wenn dich die Gnade berührt,  
wirst du sie nie wieder verlieren.**

Unterscheidungen mehr. Die Intelligenz, die dich bewegt, bewegt auch mich. Es ist die gleiche Intelligenz, und du kannst sie durch den meditativen projizierenden Geist erreichen. Wir tun das aber nur, um zu dienen.

**Engert:** *Es ist also auch wichtig, was Du tust? Spielst Du eine Rolle?*

**Gurudev Singh:** Ich bin nur ein Beobachter.

**Engert:** *Ich frage deshalb, weil die Frau, die mit mir gearbeitet hat, sagte, dass Du quasi der Kanal für die Heilungsenergie bist, bzw. wenn ich der Behandelnde bin, dann bin ich der Heilungskanal.*

**Gurudev Singh:** Nein, sie hat ein sehr begrenztes Verständnis. Was ist die Frage, die sich ein Fisch stellt? Wo ist das Wasser?

**Engert:** *Diese Frage stellt sich dem Fisch nicht.*

**Gurudev Singh:** Wo ist Gott? Gott ist nur im Kopf, aber nicht im Fuß? Es gibt so etwas nicht, das von da kommt und dorthin geht. Das ist eine der wichtigsten Erkenntnisse. In der Tradition der Sikhs heißt es »Kartar Purkh«. Kartar Purkh bedeutet, der Schöpfer und die Schöpfung sind nicht verschieden. Das war vielleicht das revolutionärste Konzept. Andere Traditionen unterscheiden immer zwischen dem Schöpfer und der Schöpfung. Sikh-Dharma tut das nicht. In dem Moment, wo du nicht mehr unterscheidest, verändert sich die Logik der Existenz vollständig. Du suchst Gott nicht mehr an einem bestimmten Ort. Der Gott in dir und der Gott im Stein ist exakt der gleiche Gott. Wenn man die Wirklichkeit im Lichte dieses Konzepts betrachtet, macht *Sat Nam Rasayan* sehr viel Sinn. Wir arbeiten immer mit unserem inneren Selbst.

**Engert:** *Kannst du diese Sache mit dem Bewusstsein noch etwas mehr ausführen? Ich denke, es gibt da eine Verbindung zwischen*

*dem inneren Selbst und dem Sachverhalt, dass Gott überall ist.*

**Singh:** Wenn du *Sat Nam Rasayan* praktizierst, arbeitest du nur mit deiner Aufmerksamkeit. Wenn du *Sat Nam Rasayan* richtig lernst, kommst du in einen Zustand des Nicht-Unterscheidens. Das ist ein Zustand von leichtem *Samadhi*. Du und ich erscheinen für mein Bewusstsein, als ob wir nicht verschieden seien. Es gibt keinen Unterschied mehr (nur noch im physischen Körper). Du siehst, wie der Geist arbeitet und wie sich der Geist manifestiert.

**Engert:** *Es gibt also keine Verschiedenheit mehr?*

**Singh:** Nein, aber die Frage ist, wie es deinem Bewusstsein erscheint. Wir können natürlich die Behauptung aufstellen, alles ist eins. Die Frage ist aber, ob du es auch auf diese Weise erfährst. Wenn ich *Sat Nam Rasayan* übe und praktiziere, kann ich beschreiben, wie dein Geist funktioniert. Aber es ist nicht wichtig, ob



Gurudev Singh

ich es beschreiben kann oder nicht, wichtig ist, dass ich es erfahren kann. Wenn ich ihn erfahren kann, kann ich die Tendenz abschwächen, die dich ablenkt.

**Engert:** *Ja, es hat mich sehr beeindruckt, dass Du direkt mit der Erfahrung arbeitest, ohne lange intellektuelle Reden zu führen.*

**Singh:** Klar, warum sollten wir Zeit verlieren? Guru Nanak sagt: »*Sachai soch*



Gruppenmeditation

*na hovai je sobhi lakh var. Chupai chup na hovai je lai raba liv taar.*» Das bedeutet: »Denken, Denken, Denken bring dich nicht zu der Wahrheit.« Und das schlimmste Problem ist, wenn jemand eine Aussage macht, die zwar sehr interessant klingt, aber keine Wirkung zeigt. All diese Kriege zwischen den Religionen sind Kriege von Aussagen und Behauptungen. Die Juden, die Christen und die Muslime essen Brot auf dieselbe Weise.

**Engert:** Was bedeutet der Name »Sat Nam Rasayan«, und woher kommt dieser Ausdruck?

**Singh:** Die Begriffe kommen aus dem Sanskrit. *Rasayan* bedeutet so viel wie »die Alchemie der Existenz«. *Rasayan* bedeutet auch Sonnengott. *Sat Nam* heißt »der Name der Wahrheit«. Da ist die Balance des Sonnenflusses durch den Namen der Wahrheit.

**Engert:** Zum Abschluss möchte ich noch etwas über Gott erfahren. Wer ist für dich Gott? In welcher Beziehung steht Sat Nam Rasayan zu Gott?

**Singh:** Mein Lehrer pflegte zu sagen, der einzige Gott, den ich je gefunden habe, befindet sich im englischen Wörterbuch. Der Gott, den du nicht erfahren kannst, existiert nicht. Hast du eine bildliche Vorstellung von Gott?

**Engert:** Ja.

**Singh:** Falsch. Das gibt es nicht. Das Einzige, was du tun musst, ist diesen Körper und diesen Spirit in Balance zu bringen. Es geht darum, dass deine Seele sich manifestiert und du sie erfährst. Deine Identität und die Identität des Höchsten sind nicht verschieden. Wenn du dieses Verständnis nicht hast, dann ist ein Bild zwischen dir und Gott. Das ist die sehr interessante Position von Mutter Amma. Ich kenne sie nicht. Aber ich sehe, dass sie jeden in die Erfahrung führt. Ich denke, sie spricht eigentlich nur, um den Gepflogenheiten und der Etikette gerecht zu werden. Sie umarmt jeden und sie macht jeden »high«, damit er eine Erfahrung haben kann. Ich stimme damit nicht überein. In unserer Tradition muss jeder sein Grab selbst schaufeln. Aber ich



respektiere natürlich ihre Tradition. Diese Erfahrung erreichen wir durch eine Art von Alchemie im System und durch die Gnade. Ein Teil kommt von uns, ein Teil kommt von Gott.

**Engert:** Die Gnade kommt also von Gott? Ohne Gnade können wir das Ziel nicht erreichen? Es wäre zu schwierig?

**Singh:** Ja. Das ist vielleicht eines der größten menschlichen Leiden. Egal wie groß dein Ego ist, wenn du die Gnade nicht hast, hat es keine Bedeutung. Du bist ein großer Yogi und machst Übungen 40 Stunden am Tag, aber wenn die Gnade nicht da ist, ist sie nicht da.

**Engert:** Da klingt die Vorstellung an, die ich von Gott habe. Auf der einen Seite ist Gott mit mir identisch und ich mit ihm. Auf der anderen Seite jedoch ist er auch etwas anderes als ich, jemand, der mir etwas geben kann, eben die Gnade. Denn wir sind alle ewige Personen.

**Singh:** Oh nein, in dieser Dimension gibt es das nicht. Alles ist im Gleichgewicht. Es ist nicht so, dass der eine hier und der andere dort ist, in einem räumlich-physikalischen Sinn. Du machst Übungen (G.S. macht Feueratem vor), und dann in einem Moment passiert es, das ist die

Alchemie. Mein Lehrer sagte: »Egal wer du bist und egal was du getan hast, wenn dich die Gnade berührt, wirst du sie nie wieder verlieren.« ☺

#### Nähere Information:

Sat Nam Rasayan Büro Dtl.  
c/o Schuldt  
Lastropsweg 33  
20255 Hamburg  
Tel 040 - 4309 7919  
www.sat-nam-rasayan.de  
info@sat-nam-rasayan.de

#### Artikel zum Thema in früheren Ausgaben:

TV 16: Satya Singh: Der Ring des Werdens. Die Entwicklungsstadien der Seele  
TV 24: Verona Gerasch: Wie heilt der Geist? Geistheilung  
TV 25: Monica Meggendorfer: Innere Welten. Der Weg des Sant Mat  
TV 28: Shiv Charan Singh: Die Sprache der Zahlen. Numerologie des Karam Kriya