

# Sat Nam Rasayan

## Heilkunst der Toleranz

**W**erden mit Sat Nam Rasayan nur Krankheiten behandelt?

„Wir nehmen ‚Krankheit‘ anders wahr als Ärzte“, sagt Sat Nam Rasayan Meister Guru Dev Singh. „Für uns ist Krankheit ein Prozeß von Intoleranz im System. Und mit Sat Nam Rasayan helfen wir der Person durch das meditative Bewußtsein die Tendenz von Intoleranz zu brechen, die sie in der Position der Intoleranz hält. So kann man alles Mögliche behandeln!“

Wie funktioniert das? Guru Dev Singh: „Sat Nam Rasayan ist ein Bewußtseinszustand, den wir ‚meditatives projizierendes Bewußtsein‘ nennen. Wenn du in diesem Bewußtsein oder Raum bist, und wenn du dort stabil bist, dann wird jede Absicht, die in diesem Raum geschieht, sich auf die eine oder andere Art manifestieren.“ So kontrolliert er während seiner Behandlungen den Fluß im Pranakörper und das Zusammenspiel der Elemente. Im meditativen Raum, auch ‚Sacred Space‘, setzt er sich geistig in Beziehung zu dem, was er behandeln möchte, spürt wie er darauf reagiert, und nimmt sich selbst in Beziehung dazu wahr. Er fühlt, wie sein eigenes System reagiert. Dann verändert er die Beziehung zum

TEXT + INTERVIEW ■  
DORIT WERNER

PHOTOS ■  
HANKA SCHULDT

Heilungsgegenstand, indem er die Absicht zu heilen in den Sacred Space bringt. Und das verändert dann die Krankheit, den Zustand, die Intoleranz. Es ist zugegebenermaßen etwas ungewohnt, Toleranz als eine Art Stabilität des Systems mit sich selbst zu definieren, Krankheit als eine Art Intoleranz im System anzusehen. Guru Dev: „Hauptziel von Sat Nam Rasayan ist, die Struktur des Klienten, sein System in seinen Zustand natürlicher Toleranz zu bringen. Im meditativen Bewußtsein nehmen wir Beziehung auf zu einem Ereignis und finden genau die Widerstandspunkte, die den Intoleranzzustand aufrecht erhalten. Indem wir den Widerstand reduzieren, erhöhen wir die Toleranz, was schließlich die (unangenehme) Tendenz im System bricht. Wir glauben nicht an Krankheit, sondern daran, daß das System auf Intoleranz reagiert.“

Sat Nam Rasayan ist eine sehr tief gehende Heilkunst und kann Bereiche berühren, die für andere Techniken schwer zugänglich sind. Denn in die-

**D**ie Möglichkeit, sich wohl zu fühlen ist ein jedem Menschen angeborenes Geschenk Gottes. Wenn Krankheiten, Blockaden, Schmerz, Mißerfolg dieses Wohlgefühl stören, versuchen wir es wieder herzustellen. Und hier kommt Sat Nam Rasayan ins Spiel - die „Tiefenentspannung im Heiligen Namen, Tiefenentspannung im Namen der Wahrheit“.

sem meditativen Raum besteht keine Begrenzung durch Linearität, der Heilprozeß wird in Zeit und Raum anders wahrgenommen.

„Eine Klientin vertrat zum Beispiel kein Getreide, weil sie als Baby zu früh damit gefüttert worden war, bevor ihr Verdauungssystem vollständig entwickelt war“, erzählt Guru Dev. „So hatte sie nach und nach eine Intoleranz gegen Getreide entwickelt. Mit Sat Nam Rasayan sah ich, wie sich die steuernde Intelligenz im Verdauungssystem verhielt und wo der Widerstandspunkt war. Nach der Behandlung konnte sie eine größere Spannbreite an Nahrung verdauen. Ein anderer Klient hatte ein großes Ungleichgewicht zwischen der rechten und linken Körperhälfte, was vom Hals her kam. Anstatt seinen physischen Körper zu behandeln, arbeitete ich an der Balance zwischen der linken und rechten Gehirnhälfte. Hinterher nahm er seine Seiten besser wahr und konnte deshalb besser mit seinem physischen Problem umgehen.“

Sat Nam Rasayan ist ein universelles Heilsystem. Viele Heil-

# Heilen

A group of people, mostly women, are shown in a meditative state. They have their eyes closed and hands clasped in a prayer position. The lighting is warm and soft, creating a serene atmosphere. The background is slightly blurred, focusing attention on the individuals in the foreground.

»Im meditativen Raum (Sacred Space) setzt man sich geistig in Beziehung zu dem, was man behandeln möchte, spürt wie man darauf reagiert, und nimmt sich selbst in Beziehung dazu wahr. Man fühlt, wie sein eigenes System reagiert. Dann verändert man die Beziehung zum Heilungsgegenstand, indem man die Absicht zu heilen in den »Sacred Space« bringt. Und das verändert dann die Krankheit, den Zustand, die Intoleranz.«



Sat Nam Rasayan Meister Guru Dev Singh

»Sie kommen mit allem Möglichen! Viele mit dem, was die Ärzte ‚unheilbare Krankheit‘ nennen. Sie wollen ihre Achtsamkeit erhöhen und besser mit ihrem emotionalen Schmerz umgehen können.«

## Interview

# Die Wieder- verzauberung der Welt

**Dorit Werner:** *Yogi Bhajan beschreibt den gegenwärtigen Zustand der Welt als einen Übergangszustand; scheint Dir die Welt verändert, wenn Du morgens aufwachst?*

**Guru Dev Singh:** Die Welt sieht ständig anders aus. Meine stärkste Empfindung ist, daß diese Veränderungen große Verwirrung und Depressionen erzeugen, und daß sich die Systeme diesen Veränderun-

gen nicht so schnell anpassen können. Einige Leute sind so verwirrt. Man muß jederzeit auf alles vorbereitet sein. Die Leute flippen ohne irgendeinen besonderen Grund einfach aus. Das kommt daher, daß sie versuchen, ein bestimmtes Image von sich, mit der dazugehörigen mentalen Struktur, aufrechtzuerhalten. Unter Streß können sie diesen Zustand nicht halten und geben

Fortsetzung von Seite 22

praktiker oder Heiler anderer Systeme benutzen es als zweite oder erweiternde Technik; auch Ärztinnen und Ärzte praktizieren Sat Nam Rasayan, weil es das Potential erhöht, den Patienten und seine Struktur zu heilen. Einen gemeinsamen Nenner von Problemen, Themen und Arten des Unwohlseins gibt es dabei nicht. Guru Dev: „Sie kommen mit allem Möglichen! Viele mit dem, was die Ärzte ‚unheilbare Krankheit‘ nennen. Sie wollen ihre Achtsamkeit erhöhen und besser mit ihrem emotionalen Schmerz umgehen können.“

Sat Nam Rasayan ist eine traditionelle indische Heilkunst, der genaue Ursprung unbekannt. Guru Dev: „Diese spezielle Heilkunst kommt aus der noch sehr jungen spirituellen Tradition der Sikhs, die erst seit 500 Jahren besteht. Die Sikhs haben Sat Nam Rasayan allerdings nicht erfunden, die Tradition ist nur durch sie hindurchgegangen. Der Archetyp für diesen speziellen Bewußtseinszustand ist Guru Ram Das, der vierte Guru der Sikhs, der sein meditatives Bewußtsein entwickelt hatte.“

Früher wurde Sat Nam Rasayan ohne Worte von einem Lehrer an einen Schüler weitergegeben. Er folgte dem Lehrer, der ihn auf eine indirekte Art in den Sacred Space führte. So lernte es auch der heutige Meister Guru Dev Singh von seinem Lehrer Yogi Bhajan: „Das hat mehrere Jahre gedauert. Als ich es gemeistert hatte, kam Yogi Bhajan eines Tages zu mir und sagte, daß nun ich der Lehrer sei. Allerdings sollte ich meinen Unterricht an die Erfordernisse dieser Zeit, des beginnenden Wassermannzeitalters, anpassen und offen unterrichten, so daß es jeder lernen, verstehen und praktizieren kann.“ Heute gibt es ungefähr 8000 Sat Nam Rasayan Schüler, Lehrer und Heiler auf der ganzen Welt.

Und wozu dienen sie? „Um Schmerz zu reduzieren! Schmerz und Leiden sind doch nur Ablenkungen, sind Elemente von Intoleranz. Sie machen das Leben kurz und scheußlich, puh! Und sie reduzieren die Fähigkeit, Erfahrungen zu machen...“ - Einschließlich der eines natürlichen, angenehmen Wohlgefühls... ■

auf. Das Ausflippen ist aber nicht weiter dramatisch, es ist einfach ein Ausflippen.

**DW:** *Wie begegnest Du diesen Veränderungen?*

**GDS:** Ich brauche meine ganze Aufmerksamkeit, damit meine Meditation und mein Sadhana (regelmäßige Disziplin, Anm. d. Red.) gut für mich arbeiten und ich ganz klar bin. Wenn ich mich morgens nicht so klar fühle, muß ich etwas tun, um es zu ändern. Wir können einfach das Risiko nicht auf uns nehmen, daß unser Space, unsere Wahrnehmung, nicht klar genug sind. Wir Menschen müssen erkennen, daß wir uns in dieser besonderen Zeit in einer schwierigen Situation befinden. Diese Zeit hat die Tendenz, Konflikte und

Verwirrung zu erzeugen. Für spirituelle Menschen bedeutet das, daß wir unseren Zustand von Klarheit aufrechterhalten und uns unserer Absichten bewußt sein müssen.

**DW:** *Was bedeutet für Dich Wieder-Verzauberung der Welt?*

**GDS:** Die Wieder-Verzauberung der Welt hat damit zu tun, das wir die Wahrnehmung der Welt verändern. Es ist einzig eine Frage der Wahrnehmung. Seit 2000 Jahren war es unsere Absicht, Erleuchtung zu finden, aber im Wassermannzeitalter sind wir bereits erleuchtet. Wir müssen es nur noch erfahren. Wenn Du nach Wissen suchst, brauchst Du nur Deine Fingerspitzen zu pressen, wo sich alles Wissen befindet,

oder die rechte Maustaste Deines Computers. Vielleicht brauchst Du 20 Jahre um all die Information zu lesen, aber das Vorhandensein der Information ist nicht das Problem. Das Problem ist vielmehr, dieses Wissen auch zu erfahren und damit zu leben.

Das Interessante an dieser Zeit ist, die Lehren, die uns all die Jahre durch die verschiedenen Lehrer und vor allem durch Yogi Bhajan vermittelt wurden, anzuwenden. Auf eine gewisse Art und Weise sind all diese Lehren für diesen Moment bestimmt gewesen. Alle unsere Erwartungen, die wir seit den 50er Jahren bis heute in diese Lehren gesteckt haben, ergeben in diesem Moment einen Sinn. Die Psyche

ist so zerbrechlich, daß man diese spirituellen Praktiken gebrauchen muß, um sie zusammenzuhalten.

**DW:** *In dem populären New Age Roman „Die Prophezeiungen von Celestine“ heißt es, wenn wir weitergehen, können wir die vierte Dimension, die Entmaterialisierung erreichen - Unsichtbarkeit zu Lebzeiten. Glaubst Du, daß dies auch Teil des Prozesses ist?*

**GDS:** (lacht) Hier stellt sich die Frage, ob es das ist, wonach wir suchen. Für mich versteht sich Spiritualität als die Möglichkeit, Erfahrungen zu machen. Das bedeutet, wie bewußt kannst Du sein?, nichts weiter. Gott ist Gott, er hat keine Probleme. Was immer man an guten und schlechten





»Seit 2000 Jahren war es unsere Absicht, Erleuchtung zu finden, aber im Wassermannzeitalter sind wir bereits erleuchtet. Wir müssen es nur noch erfahren.«

Taten vollbringt, man wird ihn dadurch nicht erhöhen oder erniedrigen. Erst, wenn man im Leben genug Bewußtsein entwickelt hat, kann man beginnen in die vierte Dimension einzutreten und glaubwürdig zu sein. Es ist aber in jedem Fall ein guter Roman.

**DW:** *Siehst Du einen Unterschied zwischen der Magie, wie sie im Mittelalter gebraucht wurde, und der Wieder-Verzauberung, von der wir heute sprechen?*

**GDS:** Wir betreiben keine Magie. Wieder ist das Problem: was wollen wir erreichen. Angenommen, Du bist ein Alchemist und du willst Gold herstellen, was ein sehr kostbares Gut ist und Dir viel Komfort einbringen kann. Oder Du stellst Gold her, weil es Deinen Bewußtseinszustand

wiedergibt. Früher haben sie nämlich herausgefunden, daß man in einem bestimmten Zustand von Meditation ein Bewußtsein erreicht, das transzendent ist und mit dem man bis zu einem gewissen Grade die Realität beeinflussen kann. Und dann hat jemand begonnen, dies dazu zu benutzen ein Bewußtsein zu entwickeln, das von Mitgefühl getragen ist. Dann hat wieder jemand herausgefunden, daß man damit Macht über andere gewinnen kann, was wiederum ökonomischen Wohlstand bedeutete. Und es sieht so aus, als ob Macht und Komfort gewonnen hätten (lacht). Dies geschah auch in Indien, wo einige Leute diese Fähigkeit hatten und dazu gebrauchten, ganze Städte zu gewinnen, Macht auszuüben,

Besitz anzuhäufen und das Ego zu befriedigen. Das war in der Zeit von Guru Nanak, dessen Sohn Baba Sri Chand sich zur Aufgabe gesetzt hatte, diese Zustände zu beenden. So lange er lebte, konnte niemand mehr Magie ausüben. Er lebte 120 Jahre, weil 120 Jahre notwendig sind, um eine ganze Generation von Magiern auszulöschen.

Solche Magie macht keinen Sinn. Wenn Du Deine Fähigkeit zur Transzendenz dazu nutzt, Dein eigenes und das Bewußtsein aller anderen zu erweitern, dann ist das die echte Magie.

**DW:** *Denkst Du, daß Frauen den heutigen Übergangszustand besser bewältigen können?*

**GDS:** Nein, Frauen sind lediglich widerstandsfähiger. Sie

können mehr Streß aushalten und haben eine besondere Fähigkeit für das meditative Bewußtsein. Doch in dieser Zeit müssen auch sie an sich arbeiten. Das Problem bei Frauen ist, daß, wenn sie emotional werden, sie diesen besonderen Zustand verlieren. Das Problem der Männer ist: wenn sie ihre Intuition nicht entwickeln, haben sie überhaupt keine Chance.

*Guru Dev Singh, ursprünglich mexikanischer Schamane, seit 1976 Schüler von Yogi Bhajan, seit 1989 Sat Nam Rasayan Meister. Im November 2001 ist ihm von der Medizinischen Fakultät der Open International University, Colombo, die Ehrendoktorwürde für besondere Leistungen im Bereich natürlicher Heilverfahren verliehen worden. Guru Dev Singh lebt in Rom und unterrichtet weltweit.*

### Mehr Info

Am 1./2. März 2003 findet in Hamburg ein Intensivwochenende mit Guru Dev Singh statt. Anmeldung und Information bei Sat Want Kaur: tel.: 0173/ 61 04 33 66

Weitere Infos über Guru Dev Singh und Sat Nam Rasayan-Schulen gibt es bei Sat Want Kaur:

Tel.: 0173 61 04 33 66,

Internet: [www.sat-nam-rasayan.de](http://www.sat-nam-rasayan.de)