



Interview with Guru Dev Singh

YogaRelations im Gespräch mit Guru Dev Singh. Der Meister des Sat Nam Rasayans erklärt, warum immer mehr Deutsche den Weg zum Sat Nam Rasayan finden.

Was ist Sat Nam Rasayan?

Sat Nam Rasayan ist eine traditionelle Heilkunst, die einen Aspekt des meditativen Geistes offenbart, den wir den projizierenden, meditativen Geist nennen. Es stammt aus der Tradition des Kundalini Yogas und des Sikhismus. Der Mensch hat den meditativen Geist als Möglichkeit, den man als Zustand der Nicht-Unterscheidung in tiefer innerer Stille entwickeln kann. Wenn jemand krank oder sein System intolerant wird, nennen wir das eine Tendenz. Als Heiler beobachtet man diesen Zustand in sich selbst und wie er im Bewusstsein aufsteigt, in einem Zustand der Kontemplation, in dem man nicht bewertet. Wenn du die Fähigkeit hast, diese Bedingung in deiner Kontemplation aufzulösen, beginnt ein Fließen und Heilung geschieht.



Was sind die Grundlagen von Sat Nam Rasayan?

Die Grundlage des Sat Nam Rasayan liegt in einer tiefen, aufmerksamen Meditation. In der Tradition von Yogi Bhajan, betrachtest du das Universum als ein nicht-duales Universum, in dem Schöpfer und Schöpfung nicht voneinander getrennt sind. Du gehst in einen Zustand der inneren

Stille, genannt Shuniya, und versmilzt mit diesem speziellen Bewusstseinszustand, von wo aus Du wählst, womit Du in Beziehung bist. Dieser Zustand erlaubt es Dir, Deine Getrenntheit aufzulösen und das Ereignis zu kontemplieren, in Stille zu spüren. Alles, dem Du Dich nicht widersetzt, wird sich auflösen, Du leerst den Widerstand und das durchbricht den vorherigen Zustand. Es ist eine Sache des menschlichen Bewusstseins.

Wie erkennt man ein Ungleichgewicht im anderen?

In dem Du es wahrnimmst. Es ist ein Bewusstseinsfluss und eine Empfindung.

Was ist Shuniya?

Es ist ein Zustand des aufmerksamen Geistes. Es ist ein Nullpunkt, ein Punkt der Neutralität, von dem aus geheilt wird.

Sat Nam Rasayan – ein einst geheimes Heilverfahren. Wie wurde es öffentlich zugänglich?

Die Hauptarbeit besteht darin eine geistige Landkarte zu produzieren. Von Yogi Bhajan habe ich es auf die traditionelle Weise gelernt. Man übte den Zustand von Shuniya durch Meditation und durch spezielle Fragen, die dich bewusst machten über den Fluss deines Geistes. Das erfordert einige Jahre Training, spezielle Meditationen und einen ständigen Zustand der Bewusstheit. Eines Tages hielt sich mein Zustand in Stille. Dann versetzte Yogi Bhajan sich selbst in den Zustand des Sat Nam Rasayan; sich selbst, nicht mich. Es gab keine Einweihung. Ich habe Jahre gebraucht, um herauszufinden, wie ich den meditativen, projizierenden Geist anwenden kann. Eines Tages kam Yogi Bhajan dann nach Rom und erklärte mich zum Lehrer des Sat Nam Rasayan und gab mir ein bestimmtes Mudra und ein Mantra. Seit diesem Tag, im Jahr 1981, bin ich der Lehrer des Sat Nam Rasayan. Die Tradition war bis dahin eine stille Tradition. Das heißt, dass dein Lehrer dir nie sagte, was du gerade lerntest. Es gab einen Lehrer und einen Schüler, wobei der Lehrer den Schüler wählte. In Sat Nam Rasayan entwickelst Du einen Zustand der Stabilität. Dein Feind ist das Grübeln, und wenn das Grübeln aufhört, hast du Raum.

Das ist der geheime Prozess des Sat Nam Rasayan. Es ist wie ein meditatives Feld, fast wie ein kleines Quadrat. Weil der Lehrer dich nicht einweiht, kannst du dich nur selbst einweihen und durch deine eigene Disziplin diesen Zustand in deinem Lehrer erkennen. Aber Yogi Bhajan hat die Regeln geändert und so wurde aus der einstigen stillen Weitergabe eine offene Lehre mit Worten.

Und das war nicht so einfach: Wir mussten eine logische Sprache erschaffen, um etwas zu erklären, was noch nie jemand vorher mit Worten erklärt hatte. Bis dahin wurde diese Heilkunst nur metaphorisch durch Sutras erklärt, der Prozess an sich jedoch wurde nicht erklärt, weil man ihn auch gar nicht erklären kann. Was wir dir geben können, ist eine geistige Landkarte, die wir erschaffen, um dich dort hin zu bringen. Diese Landkarte hilft dir, dieses Quadrat zu erreichen, und in diesem Zustand zu projizieren und zu heilen.

Wie weiß man, dass Heilung stattgefunden hat?

Das Heilen ist ein wahrnehmender Zustand, in dem du Widerstände lösen kannst, um die vorherige Lage zu durchbrechen. Beim Heilen übersetzt du deine Wahrnehmungen nicht. Du könntest es zwar, doch zu 90% übersetzt du sie nicht, das heißt, du deutest sie nicht mit Worten.

Warum nimmt die Anzahl der Sat Nam Rasayan Schüler zu, auch in Deutschland?

Weil erstens ein Bedürfnis vorhanden ist, und zweitens Suchende Sat Nam Rasayan als einen tollen Weg ansehen, um stabil zu werden und Feedback über ihre eigene Entwicklung zu bekommen. Da die Zahl der Suchenden im Allgemeinen ansteigt, steigt auch die Zahl der Sat

Nam Rasayan Schüler. Sat Nam Rasayan ist ein sehr intensiver, schneller Prozess. Es bedarf großer Disziplin. Jedoch ist es überhaupt nicht einschränkend, wir sind keine Sekte, die Schüler sind frei. Das einzige was wir verlangen, ist die Lehren zu respektieren. Unsere Kursteilnehmer kommen aus allen Lebensbereichen, manche sind ganz normale und manche sind sehr meditative Menschen.

Empfehlen Sie eine Kundalini Yoga Lehrer Ausbildung, bevor man Sat Nam Rasayan lernt?

Jeder der Kundalini Yoga ernsthaft betreibt, sollte Sat Nam Rasayan lernen. Sat Nam Rasayan ist ein Teil der Tradition. Jemand der Kundalini Yoga praktiziert entwickelt einen besonderen Zustand des Bewusstseins und genau dieser Raum ist die Basis der Lehren von Yogi Bhajan. Yogi Bhajan hat diesen Raum als den para-projektiven meditativen Geist definiert, der Yogi Bhajan's Bewusstseinssebene gewesen ist. Wenn du Kundalini Yoga praktizierst, versuchst du diesen Zustand nachzuvollziehen und genau das ist nicht nur das Ziel, sondern die Basis von Sat Nam Rasayan.

Was ist die Re Man Meditation?

Die Re Man Meditation ist nicht Sat Nam Rasayan. Es ist ein Shabad (ein Lied) von Guru Gobind Singh, um Samadhi zu erreichen oder was er eine goldene Aura oder goldenen Körper nannte. Vor vielen Jahren hat Yogi Bhajan mich gebeten, dies zu unterrichten. Es ist eine besondere Meditation, die erfordert 7 Tage zu sitzen. Es ist ein sehr interessanter Shabad, der den Prozess des Bewusstseins beschreibt. Wenn dieser Shabad in Gurmukhi wiederholt wird, durchläufst du genau das, wovon in dem Shabad die Rede ist. Eine Voraussetzung für diese Meditation ist allerdings, vorher ein besonderes Sadhana mitzumachen, weil es eine sehr intensive Praxis ist.

Was ist der Schlüssel zum Glück?

Glücklichsein ist ein Zustand des Gleichgewichts. Es bedeutet, nichts und niemandem Schaden zu zufügen. Damit Glücklichsein geschehen kann, sind Bewusstheit und menschliche Erfahrung notwendig.



Guru Dev Singh

Dr. Guru Dev Singh Khalsa wurde 1948 in Puebla, Mexiko geboren. Von 1981 an lernte er in traditioneller Weise die Heilkunst Sat Nam Rasayan von seinem Lehrer Yogi Bhajan. Seit 1988 ist er der Meister dieser Heilmethode und unterrichtet seitdem Schüler auf der ganzen Welt, vor allem in Amerika und Europa. Er begründete die Schule für Sat Nam Rasayan in Rom sowie die Stiftung für Sat Nam Rasayan in Amsterdam.

Zur Webseite: www.sat-nam-rasayan.de

Interview online unter: www.yogarelations.com/de/yoga-welt/interviews/guru-dev-singh.html