

Sat Nam Rasayan

Das Fließen der Seele. Dagmar Ilsen



Alles was ich weiß, weiß ich, weil ich es fühle. Ich fühle mich nur in Beziehung zu etwas.

Welche Bedeutung Beziehung für uns hat lässt sich aus diesen zwei kleinen Lehrsätzen des Sat Nam Rasayan, einer meditativen Heiltechnik leicht herauslesen. Ohne Beziehung zu etwas oder jemandem wären wir nicht in der Lage uns als etwas oder jemand wahrzunehmen. Nur durch die Unterscheidung zwischen ich und du/es wird deutlich, wer wir sind. Nur durch die Beziehung wird Leben bewusst und erfahrbar. Wir müssen also aus dem Zustand der Nondualität hineingeboren werden in diese Welt der Dualität um bewusst werden zu können.

Auf dieser Grundlage der Erfahrbarkeit des Seins im Bewusstsein kann Heilung, Ganzwerdung und damit Nondualität die Vereinbarkeit von Sein und Nichtsein entstehen.

Heilung hat viele Facetten, die weit über das Maß der körperlichen Heilung hinausgeht. Heilung geschieht als ganzheitlicher Prozess auf der Erfahrbarkeit von Beziehung. Leben erfordert Verbindung. Durch die Verbindung zweier Wesen entsteht neues Leben. Durch die Verbindung der Nabelschnur zwischen Mutter und Kind wird Leben genährt. Durch die emotionale Verbindung zwischen Mutter und Kind entsteht der Wille, dieses Leben nach der Geburt zu erhalten und stark zu machen für den Weg durch all die Irrungen und Wirrungen der menschlichen Existenz. Viele Verbindungen, Beziehungen entwickeln sich im Laufe dieses Lebens und hinterlassen ihren ganz charakteristischen Abdruck in uns. Manchmal ist dieser Abdruck so stark, dass er unser ganzes emotionales, mentales und körperliches Gleichgewicht aus der Balance bringt und wir einer Heilung bedürfen.

Aus meiner Sicht kann diese Heilung nur in uns, in unserem eignen Bewusstsein entstehen. Unser Bewusstsein setzt sich aus verschiedenen Aspekten zusammen. Vereinfacht kann man sicher sagen, aus dem körperlichen, dem emotionalen und dem mentalen Bewusstsein. Nur wenn all diese Komponenten miteinander in Verbindung bleiben, sich aufeinander beziehen und miteinander kommunizieren, kann das ganze System Mensch auf der funktionellen Ebene gesund bleiben.

Manchmal brauchen wir dabei Unterstützung. Dazu gibt es mittlerweile vielfältige Wege vom Arzt über den Heilpraktiker bis zum Heiler. Mir ist bewusst, dass viele Menschen den Begriff des Heilers vermessen finden oder gar an Wunderheiler wie Jesus denken. Der Begriff des Heilers spricht viele unserer unterbewussten Ebenen an und kann schon dadurch einige Dinge in uns wieder in Bewegung bringen. Ein Heiler arbeitet immer auf einer ganzheitlichen Ebene. Er betrachtet den Menschen als Ganzes und verlässt sich auf seine durch Erfahrung gewonnenen Erkenntnisse.

Der Sat Nam Rasayan Heiler geht dabei noch einen Schritt weiter, in dem er sagt: „Alles was ich weiß, weiß ich, weil ich es fühle und ich fühle es nur, indem ich mich mit meinem Klienten in Beziehung setze.“ Dazu sitzt der Heiler neben dem Klienten und betrachtet und kontempliert die Beziehung zum Klienten in einem Zustand vorurteilsfreien Gewahrseins. Dieser meditative Zustand wird Shunia genannt und beschreibt einen inneren Raum der tiefen Stille, in dem alles geschehen und betrachtet werden darf. Der Klient erlebt dabei in der Regel eine tiefe Entspannung, die die selbstregulierenden Kräfte des Systems stärkt und in Gang bringt.

Sat Nam Rasayan zu lernen ist eine große Bereicherung für unser tägliches Leben, da es uns erlaubt, immer mehr in eine vorurteilsfreie Betrachtung der Welt, der Menschen und unseres Selbst zu kommen. Wenn wir in der Beziehung mit uns selbst vorurteilsfreier werden, so werden wir auch unserer Umwelt immer häufiger aus dieser Einstellung heraus begegnen und mehr Toleranz für die Bedürfnisse des Einzelnen aufbringen. Toleranz ist die einzige Möglichkeit eines friedvollen Miteinanders auf einem stark bevölkertem Planeten wie die Erde es nunmal ist.

Für mich persönlich ist Sat Nam Rasayan, das man übersetzt auch „das Fließen der Seele“ nennen könnte, nicht nur eine Heiltechnik, sondern eine innere Lebenseinstellung geworden. Damit möchte ich in keiner Weise zum Ausdruck bringen, dass ich das Leben besser oder schlechter meistere als meine Mitmenschen oder dass ich vollkommen vorurteilsfrei durch die Welt gehe. Der Unterschied besteht darin,

dass es mir immer öfter bewusst wird. Ich bin nicht mehr das Opfer meiner eigenen Erinnerungen, sondern ich bin häufig in der Lage, die Dinge so zu fühlen oder zu sehen, wie sie sich jetzt in diesem Moment tatsächlich gestalten.

Als Heiler bedeutet Sat Nam Rasayan für mich, dass ich still werde und mein Klient einen weiten Raum erfährt in dem er heilen kann. Sat Nam Rasayan setzt in der Erfahrung des Klienten einen Impuls, der einen Prozess der Heilung in Gang bringt. Es ist ein Prozess, der sich vollkommen im Einklang mit der Kapazität des Klienten entwickelt und in seinem eigenen Tempo folgt. Sat Nam Rasayan ist ein Heilprozess der in der Stille beginnt, sich in der Stille vollzieht und im besten Fall in die Stille führt. Wenn der Mensch still wird, bewegt sich der Kosmos für ihn.

Wie kraftvoll die Stille sein kann, ist für mich auch nach Jahren der Erfahrung im Sat Nam Rasayan immer wieder sehr bewegend. Wenn die Menschen nach einer Behandlung die Augen öffnen, ist es immer so, als ob man einem Neugeborenen in die Augen schaut, ein staunender und völlig unschuldiger Blick, der mich jedes Mal tief berührt.

Als Begleiterin der Sat Nam Rasayan Ausbildung ist es für mich Inspiration und Motivation mitzuerleben, wie sehr ein Mensch durch die Stille und die Erfahrung von Meditation und Kontemplation zur Quelle zurückfindet und sich aus sich selbst heraus weiter entwickelt. Es bedarf keiner Lehrsätze oder großer Philosophien, sondern einzig und allein der Wahrheit unseres Herzens, unserer Seele, um verbunden mit dem Sein durch das Leben zu gehen. Ich wünsche mir, dass sich die Erfahrung der Stille ausbreitet und wir mit Sat Nam Rasayan noch viele Seelen zum Fließen bringen. Darin besteht meine Verbindung zur Welt, die ich mit der mir größtmöglichen Verbindlichkeit lebe. In diesem Sinne wünsche ich uns allen eine stille Weihnachtszeit und einen weiten Raum der Erfahrung für das Jahr 2014.

Infos zum Ausbildungsbeginn unter www.sat-nam.de

Dagmar Ilsen. Kundaliniforum

Im Rehwinkel 12. 33161 Hövelhof
Tel. 05257- 6671 Mobil 0152 54 023 662
Ilsen-Schnell@online.de www.kundalini-forum.de
Sat Nam Rasayan und Kundalini Yoga
Organisation: Schule für Yoga und Heilung, Sven Butz