

Satsang und Psychotherapie

Ein Vergleich

Auf der Suche nach Heilung, Erfüllung und Glück bieten Spiritualität und Psychotherapie verschiedene Wege. Beide Seiten betrachten einander jedoch oft mit Skepsis. Diese Arbeit erforscht ebenjenes Spannungsfeld in diesem Grenzbereich. Stellvertretend für die spirituelle Seite steht hier „Satsang“, eine Ausrichtung innerer Selbsterforschung, die ihre Wurzeln in der indischen Philosophie des Advaita-Vedanta hat. Seit 20 Jahren bieten auch westliche „Satsang-Lehrer“ erfahrungsorientierte Einführungen an.

Mit halb-strukturierten Interviews werden acht „doppelte Experten“ ausführlich zum Thema befragt. Alle acht gehören zum Kreis im Westen etablierter Satsang-Lehrer. Sie verfügen ebenso alle über Erfahrungen mit Psychotherapie. Einige haben selber Synthesen

spiritueller und psychotherapeutischer Arbeit entwickelt, zwei davon werden im Ausblick vorgestellt. - Der Hintergrundteil gibt einen einführenden Überblick über die wichtigsten Begriffe und Richtungen beider Bereiche.

Dieses Buch richtet sich an Forscher und Praktizierende beider Richtungen sowie an interessierte Laien. Es arbeitet Vorurteile beider Seiten ab und zeigt Möglichkeiten zu wechselseitiger Inspiration auf.

* Interviews mit:

Gangaji	Eli Jaxon-Bear	Mira	Om C. Parkin
Isaac Shapiro	Samarpan	Yod Udo Kolitscher	Torsten Brügge

erschienen im VDM Verlag Dr. Müller ISBN: 978-3-8364-2649-7 für 59,00 Euro
demnächst voraussichtlich auch als e-book beim Diplomica Verlag eventuell günstiger

Leseprobe

vom Ende des Interviews mit Gangaji (Satsang-Lehrerin und Autorin) ...

...

was wirkt in psychologischer Wissenschaft?

Würdest Du sagen, daß es in der Psychologie als Wissenschaft ebenso eine Bereitswilligkeit geben muß, alles zu erleben, wie bei Psychotherapeuten, die Menschen durch deren Erfahrungen begleiten?

Ja, für gute Psychologen, gute Therapeuten schon... Das heißt nicht, daß sie verrückt **sein** müßten (lacht). Aber die Bereitswilligkeit, die Verrücktheit oder den Wahnsinn zu erleben, muß da sein.

Auch, um sie zu erforschen?

Ja. Es muß diese Ebene von experimenteller Neugier da sein. Das würde ich mir wünschen, wenn ich zu einem Psychotherapeuten ginge, weißt du?

Und dann muß die Psychologie als Wissenschaft die Grundlage sein für Theorien, die darauf aufbauen oder das erforschen?

Ja, weil es eine andere Art von Wissenschaft ist, eine Wissenschaft des menschlichen Mind. Daher ist es ganz anders, ich meine, ich vermute, wir können Teile des menschlichen Mind ins Labor bringen, und können so etwas über seine Biochemie und seine Physiologie lernen, und daraus sind großartige Arzneien entstanden. Aber wenn Du von der eigentlichen psychotherapeutischen Erforschung sprichst, bist Du Dein eigenes Labor, denn da hast Du ja den menschlichen Mind (lacht)

... Satsang und wissenschaftlich-psychologische Forschung

(...)Ich spreche zu den Leuten, und wende sie einfach auf sich selbst zurück. Denn das ist es, was unter wissenschaftlich orientierten Menschen allgemein übersehen wird bei ihrem Abstand oder ihrer Abspaltung von dem, was in ihrem eigenen Leben passiert.

Würdest Du sagen, das wäre in etwa das, was die wissenschaftliche Welt von Satsang lernen könnte?

Daß der sachliche Abstand, den man in der wissenschaftlichen Welt oft findet, tatsächlich eine verstandesmäßige Imitation von Losgelöstheit ist, um sich in Sicherheit zu halten. So gibt es eine gute Gelegenheit, die Tiefe des eigenen Minds zu erforschen; und die Losgelöstheit, die dann darin erscheint, ist die Bereitswilligkeit, mehr zu sehen und mehr zu entdecken. Das ist die wahre Losgelöstheit...

Das war es eigentlich, was mich bewogen hat, diese ganze Diplomarbeit überhaupt anzufangen. Es war mein Interesse herauszufinden, inwiefern diese psychologische Forschung nützlich und von Bedeutung sein kann, wenn ich doch im Satsang sehe, daß ich so glücklich bin, ohne den Mind zu gebrauchen.

(lacht) Richtig. Dann muß der Mind Dem zu Diensten sein. Also muß immer die Bereitswilligkeit da sein innezuhalten. Und ebenso muß immer die Bereitswilligkeit vorhanden sein zu sehen, daß es etwas Größeres als das Bekannte gibt. (...) Wenn also die Gedanken anhalten oder wenn die Bereitswilligkeit da ist, Gedanken aufhören zu lassen und einfach nur Raum da sein zu lassen, nichts zu wissen, immer dann ist das Wissen, das folgt, tiefer und klarer. Und durch die Bereitswilligkeit, wieder anzuhalten und nichts zu wissen, wird der Mind trainiert, ein Diener des Bewußtseins zu sein. (...) Weil der Mind wirklich verfeinert wird, und es einen kreativen Ausbruch gibt, und die schönsten, ungläublichsten Gedanken da sind. Und dennoch muß die Bereitswilligkeit da sein, innezuhalten. Das, was nicht Denken ist, das Potential oder die Weite, hat immer den Vorrang. So daß die Nebenwirkungen kommen können, wie sie kommen, aber nicht zum Wesentlichen erhoben werden. Auf die Weise werden sie trocken gewrungen.

...



Padma Wolff, Diplom Psychologin, seit 1995 Erforschung von Satsang und transpersonaler Psychologie. Ausbildung in LeelaTherapy bei Eli Jaxon-Bear. 2003 bis 2006 Therapeutin und Ausbilderin der „Leela School“. Leitung von Enneagramm-Seminaren. Seit 2007 Beratungstätigkeit in eigener Praxis (www.praxis-für-meditation-und-selbsterforschung.de)

Gangaji am Ende des Interviews mit ihr: ... Großartig, es macht Spaß.... Weil Du wirklich präsent dabei warst. Weißt du, es war frisch und echt. Ich weiß jetzt gar nicht mehr, was eigentlich die Fragen waren. Es ist wie wenn die Fragen nur ein Weg waren, um uns zu diesem Raum zu führen von einfach..., meine Güte, ... was für eine Kraft dieses Mysteriums! Und in der Wissenschaft wird oft versucht, dies zu bändigen. *Ja! Es sogar zu vermeiden, nicht wahr?*
Ja. Das stimmt, es zu vermeiden, weil es nicht zu bändigen ist. (lacht). Es ist zu groß. *Tatsächlich bemerkte ich gerade, daß es für mich wahrscheinlich gerade andersherum ist, daß ich diese wissenschaftliche Arbeit als einen Vorwand benutze, um mehr und mehr von dieser Präsenz zu bekommen.*
(lacht) Großartig, das ist gut, ein großes Glück, diese wissenschaftliche Forschung. *Ja, dann kann alles benutzt werden, nicht?*
Alles, egal was. Alles wird dann benutzt, weil alles ein Weg ist, mehr Davon zu sehen.

Das Buch kann auch bestellt werden bei der Praxis für Meditation & Selbsterforschung, MarthaStr. 50, 20259 Hamburg, Tel. 040 - 55775577 oder padma@sevaa.de