

# Der Satsang-Kreis

„Das ist die Lösung von psychologischen Problemen. Wir brauchen dazu keine Hilfe. Was von uns verlangt wird, ist nicht mehr als unsere Stille.“

*Steven Harrison*

*Gewidmet der Wahrheit, der Eigenverantwortung und der wahren Natur  
Deiner Selbst.*

*Ich bin bereit mich mitzuteilen.*

Satsangkreise sind eine private Initiative. Jedermann und jede Frau ist willkommen daran teilzunehmen. Im Satsangkreis geht es darum, daß Du einen respektvollen Raum dafür bekommst, Dich mitzuteilen. Einen Raum, in dem Du Dir selber begegnen kannst. Einen Raum, in dem Du Dich als nicht mehr getrennt von anderen erfährst.

Die Teilnehmer in diesem Kreis wissen um das Geheimnis von Wahrheit: alle Mitteilungen, die Du in diesem Kreis an Dich selber richtest, helfen Dir, Dich zu befreien. In Wahrheit sein bedeutet, mit dem zu sein, was ist. Egal was es ist, hier ist ein Raum in dem Du damit sein kannst. Und in dem Du Dir das erlaubst, geschieht ein Wunder. Du wirst erfahren, daß Du all das nicht bist. Egal was es ist, was Dich beschäftigt, egal welche Freude oder welches Leiden Du gerade erfährst, all das bist Du nicht. Indem Du es mitteilst, geschieht eine Wandlung. Du erkennst, daß Du frei bist. Freiheit und Glückseligkeit sind deine wahre Natur.

Grundlage des Satsangkreises ist Stille. Stille ist der Nährboden und die Quelle für das Zusammensein in Wahrheit. Diese Stille besagt, daß Du schon ein Buddha bist. Ob Du daran glaubst oder nicht, Du bist bereits erwacht. Bewusstsein ist dein permanenter und unausweichlicher Zustand. Es mag sein, daß Du in irgendwelche Bewußtseinsinhalte verstrickt bist. Die Satsangkreise bieten Dir die Möglichkeit, diese Inhalte mitzuteilen. Indem Du sie mitteilst, entlastest Du sie von deinem Bewußtsein. Du kehrst zurück zu dem, was Du bist: reines, ungetrübtes und schuldloses Bewusstsein.

## *!Einladung*

Du trägst die Sehnsucht in Dir nach Freiheit. Du bist mutig genug, dieser Sehnsucht zu einem Ausdruck zu verhelfen. Du weißt, daß Du die Wahl hast entweder frei zu werden oder deine Bindungen beizubehalten. Du kommst in den Kreis aus Eigenverantwortung und Respekt vor Dir selber und anderen.

*! Wir laden Dich ein, in unserem Kreis mit uns gemeinsam von der Stille deiner wahren Natur zu kosten*

*!*

*! Wenn Du offen und ehrlich bist, bietet Dir dieser Kreis eine kostbare Möglichkeit für eine sanfte und anhaltende Transformation. Wir weisen darauf hin, daß es keine Erwartungen von unserer Seite aus an deine Person gibt. Wir bitten Dich, daß auch Du dazu bereit bist mit keinerlei Erwartungen in den Kreis einzutreten; weder Erwartungen an Dich, noch an den Satsangkreis. Es gibt keine Garantie für eine*

Transformation Deiner selbst. Es gibt nur das Angebot dazu. Wenn Du es annehmen willst, dann nur im Verständnis darüber, daß Du offen bist für alles, was sich zeigt.

Wenn der folgende Satz auf Dich zutrifft, laden wir Dich herzlich ein weiterzulesen:  
*Ich bin bereit in den Spiegel meiner Selbst zu schauen. Ich bin bereit Verantwortung für mich und der Begegnung mit mir selber zu übernehmen. Ich komme aus freien Stücken, aus eigenem Antrieb, ohne Urteile und ohne Erwartungen. Ich bin bereit dem zu begegnen was sich zeigt.*

Wir danken Dir für deine Offenheit...

## I Der Satsangkreis

Der Satsangkreis ist ein einfaches Instrument, um persönliches und spirituelles Wachstum zu seiner Erfüllung zu verhelfen. Er ist entstanden als eine Konsequenz, die sich aus der Lehre des Ramana Maharshi ergibt: Nur Du selbst bist real. 100%ige Eigenverantwortung ist der Schlüssel für deine Freiheit. Niemand und nichts ist für dein Leiden verantwortlich. Wenn Du frei sein willst, dann schau nach innen und erkenne wer Du bist.

Es gibt keinerlei kommerzielle Interessen und auch keine übergeordnete Organisation für die Satsangkreise. Sie sind in keinerlei geschäftliche Strukturen einbezogen und es gibt niemand, der aus ihnen einen Profit abschöpfen würde.

### Was ist ein Satsang-Kreis

Ein Satsangkreis ist eine Gruppe von Frauen und Männern die sich regelmäßig treffen, um in Wahrheit zusammen zu sein. Die gemeinsame Intention ist: sich selbst und anderen zu helfen frei zu sein. Gemeinsam teilt man die Stille und man teilt die Worte, die sich aus dieser Stille heraus ergeben. Es gibt keine thematischen oder inhaltlichen Beschränkungen. Alles ist willkommen. Nichts muß ausgegrenzt werden. Ja es ist geradezu eines der grundlegendsten Mysterien der Satsangkreise, daß ihre Offenheit tatsächlich grenzenlos ist. Alles kann darin aufgenommen werden und im Spiegel des Bewußtseins auftauchen, um von der Stille umschlossen zu werden und wieder darin zu versinken. Jeder Mann oder jede Frau, der oder die glaubt, daß es etwas gebe, was man nicht mitteilen kann, berührt seine eigenen Grenzen. Diese zu berühren, darum geht es. Alles darf sein und wird im Licht von Satsang als eine vergängliche Erscheinung erkannt. Nichts wird bewertet oder kritisiert (auch nicht die Illusion, daß da Grenzen sind.)

### Wie funktioniert ein Satsang Kreis?

Satsangkreise funktionieren aufgrund von Akzeptanz und Respekt. Akzeptanz besagt, daß es kein Urteil gibt. Alles darf sein. Alles ist eingeladen und nichts muß ausgegrenzt werden.

Respekt bedeutet: Respekt vor der Stille zu empfinden. Die Stille ist Maßstab und Orientierungspunkt für die Gruppe. Wenn das, was eingeladen ist, versucht den Raum zu besetzen oder zu manipulieren, ist es die Stille zu der man wieder zurückkehrt. Respekt vor der Stille bedeutet, daß man nicht den Erscheinungen glauben schenkt, sondern nur den Urgrund dessen woraus alles entsteht: der Stille.

### Wie sieht das praktisch aus?

Was immer aus der Meditation emporsteigt, sollte Raum bekommen um mitgeteilt werden zu können. Diese Mitteilungen geschehen in Eigenverantwortung und

Selbstrespekt. Man stellt diese Mitteilungen einfach in den Raum. Man drückt sie nicht aus, um irgendetwas zu erreichen. Es muß keine Antwort oder ein Feed-back auf eine Mitteilung erfolgen. Aber es gibt auch keine Regel, die besagt, daß es kein Feed-back geben darf.

- | Das Verantwortungsvollste im Satsangkreis ist der Mut zu authentischen Mitteilungen. Wenn diese Mitteilung einer Klärung bedarf, wird es die Gruppe schon merken. Es werden Impulse aus der Stille auftauchen, die ein Feed-back ermöglichen.

#### | Wie kann eine so einfache Idee funktionieren?

- | Es gibt einen essenziellen Grund für das Funktionieren des Satsangkreises. Er liegt in dem Bedürfnis nach Berührung. Jeder trägt eine tiefe Sehnsucht in sich, in seiner Seele berührt zu werden. Oft leben wir in Situationen, wo eine Berührung in Wahrheit nicht möglich zu sein scheint. Aus unserer Vergangenheit tragen wir oft Wunden mit uns herum, die ein Stillen dieser Sehnsucht nicht zulassen wollen.

- | Satsangkreise bieten auf ganz einfache Weise einen geschützten und sensiblen Raum, um Berührung zu erfahren. Hier werden wir von uns selbst berührt. Wir dachten, wir seien Bettler und würden irgendetwas von außen brauchen. Im Satsangkreis machst Du die Erfahrung, daß Du bereits ein König bist. Die Berührung Durch Dich selber ist Dir so nah wie nichts anderes. Sie ist Dir näher als nah! Aber manchmal braucht es einen Spiegel im Außen, um zu erkennen, daß es nicht die anderen sind, die Dich berühren, sondern immer nur Du selber.

*| Aus diesem Grunde bedarf es einer Bereitschaft von Dir, Dich zur Gruppe zu bekennen. Du richtest dieses Bekenntnis an niemanden im Außen.*

*Unausgesprochen gestehst Du es Dir selber ein. Niemand wird von deinem Bekenntnis wissen, aber in deiner Erscheinung wird auf subtile Art etwas auftauchen, daß sich wie selbstverständlich übermittelt. Du wirst früher oder später ohne erkennbare Zeichen erkannt werden, als zugehörig zu Satsang (Zusammensein in Wahrheit).*

### | **Satsang-Bruderschaft und Satsang-Schwesterschaft**

- | Die Männer und Frauen, denen Du im Satsangkreis begegnen wirst, sind ganz gewöhnliche Menschen. Und doch liegt in der Begegnung mit Ihnen etwas außergewöhnliches. Sie sind deine neue Familie. Sei Dir darüber bewußt, daß die Gegenwärtigkeit der Stille Dich von dem Albtraum der Vergangenheit befreien kann. Sei Dir darüber bewußt, daß der Satsangkreis die Kraft hat, Dich von den ständigen Projektionen in die Zukunft zu befreien. Stille ist ein Phänomen der Gegenwart. Hier begegnest Du nur Dir selber. Aber Du begegnest Dir selber auch in vielen anderen Formen im Außen. Deine Brüder und Schwestern sind nichts anderes wie verschiedene Gesichter deiner Selbst. Wenn Du deinen Mitmenschen in diesem Sinn begegnest, ist die Begegnung automatisch liebevoll und sanft. Es kann geschehen, daß Du Dich wegen der Erfahrungen, die Du im Satsangkreis machst, stärker zu Menschen hingezogen fühlst, in denen Du die gleiche sanfte Qualität wahrnimmst, wie in Dir selber.

- | Der Rest passiert von ganz alleine. Wenn Du es nur zulassen kannst.

- | Wenn Du aus irgendwelchen Gründen den Kreis verlassen willst, so bist Du jederzeit willkommen das zu tun. Du bist niemandem Rechenschaft schuldig. Dein Austritt ist eine Angelegenheit, die Du mit Dir allein abmachen kannst. Falls Du Dir darüber im unklaren bist, magst Du Dich vielleicht an die Gruppe wenden und in dieser Angelegenheit um Rat fragen.

| Wenn Du den authentischen Impuls hast, Dich zu verabschieden, so wird die Gruppe Dich sicher darin unterstützen. Du kannst dazu eine Erklärung abgeben, aber das mußt Du nicht tun. Es ist genauso gut möglich, daß Du Dich verabschiedest ohne Angabe von Gründen. Ich bin sicher, daß die Gruppe Dir mit all ihrer Liebe und all ihrem Respekt nur gutes für Deinen weiteren Weg wünschen wird.

| Wie trete ich in den Kreis ein?

| Die Einladung zum Satsangkreis erfolgt privat. Wenn Du dies jetzt gerade liest, dann gibt es jemanden in deinem Leben, der Dich achtet und der Dir vertraut. Diese Einladung kannst Du ruhig als Kompliment auffassen. Du hast Dich vermutlich schon mit spirituellen Erscheinungsformen irgendwelcher Art auseinandergesetzt. Vielleicht hast Du einen spirituellen Lehrer oder bist über die Psychotherapie, Körperarbeit oder anderen Angeboten aus dem New-Age mit Satsang in Berührung gekommen. Aber all das muß nicht sein. Es gibt keine Vorbedingung um in einen Satsangkreis aufgenommen zu werden.

| *I Durch deinen Eintritt vergrößerst Du den Kreis. Das ist gut so und es ist auch gleichzeitig Teil des Gesamtkonzeptes. Das Wachstum des Satsangkreises beruht auf der Liebe zum Teilen. Es tut gut zu verstehen, was hier eigentlich geteilt wird: Du teilst das Buddhadarma. Du teilst nichts geringeres als das Verständnis über die wahre Natur aller Menschen. Meditiere darüber wenn Du magst.*

|  
|  
| **Wie der Kreis rund wird**  
|

| Was geschieht mit dem Kreis, wenn er wächst?

| Er wird sich irgendwann teilen. Wenn der Raum, indem der Kreis sich trifft, an die Grenzen seiner Aufnahmefähigkeit kommt und kein größerer Raum gefunden wird, dann ist es Zeit, daß sich ein neuer Kreis bildet. Es kann auch geschehen, daß die Gruppe das Gefühl hat, daß sie sich nicht mehr vergrößern will, obwohl noch Platz vorhanden ist. Die Gruppe sollte gemeinsam in die Stille hineinfühlen, um herauszubekommen was sich stimmig anfühlt und welche Entscheidung gefällt werden muß. Laßt euch Zeit für solche Entscheidungen. Geht davon aus, daß die Antwort schon vorhanden ist. Sie muß nur erspürt werden.

| Es gibt eine natürliche Fluktuation im Satsangkreis. Einige Leute kommen und andere gehen wieder. Es gehört zum gesunden Wachstum eines Satsangkreises, daß man diese Prozesse  
| geschehen läßt. Ein stabiler Kern wird sich erst nach einiger Zeit  
| herauskristallisieren. Man weiß nie im voraus, bei wem welche Prozesse in Gang  
| gesetzt werden. Eine Satsanggruppe ist ein Lebewesen, das sein Eigenleben führt. Alles was man tun kann, ist, die Stille selber zu nähren und zu schützen. Der Rest  
| geschieht von allein.

| Jeder Mann und jede Frau kann jederzeit einen neuen Satsangkreis gründen. Es gehört nur ein wenig Mut und Vertrauen dazu. Wenn Du Fragen hast, unsicher bist oder glaubst Hilfe zu brauchen, kannst Du Dich an einen schon bestehenden Satsangkreis wenden.

| Die unsichere Phase

| Der Satsangkreis findet ohne die körperliche Präsenz eines Lehrers oder Gurus statt. Sie sind Ausdruck der Gruppe nach Wahrheit in Eigenverantwortung. Ohne die natürliche Autorität eines Erwachten entsteht Unsicherheit. Der denkende Geist wird sich bei einigen Teilnehmern mit dem Argument melden, daß so etwas nicht gut gehen kann. Am Anfang eines Satsangkreises steht deshalb oft eine Lektion in Vertrauen. Wer sich auf diese Herausforderung einläßt, auf den wartet ein großes

Geschenk. Es ist die Erfahrung, daß Unsicherheit dein Freund ist und nicht dein Feind, wie es Dir vielleicht beigebracht worden ist. Unsicherheit darf nicht nur sein, sondern es ist der Schlüssel zum Gelingen des Satsangkreises. Unsicherheit macht Dich offen für das, was sich zeigen will. Alle Ideen und Vorstellungen kommen aus der Vergangenheit. Satsangkreise sind die Begegnung mit der Wirklichkeit, weil sie aus der Stille heraus entstehen und nicht aus Ideen und Vorstellungen.

#### Die sichere Phase

Es ist ein gutes Gefühl wenn der Satsangkreis langsam in seine eigene Kraft und Stärke hineinwächst. Dazu gehört die Erfahrung von Autorität. Es gibt zwei Arten von Autorität. Die eine hat einen Grund für ihre Kraft: das kann Wissen oder Ansehen, Reichtum, Schönheit oder Selbstbewußtsein sein. Die Autorität, um die es im Satsangkreis geht, ist aber eine andere. Es ist die Autorität der Buddhas. Sie ist grundlos. Sie will nichts. Sie geschieht von alleine. Sie ist sanft. Sie kommt auf leisen Sohlen zu Dir. Du mußt hinhören auf die Stille. Die Stille flüstert Dir die Wahrheit zu. Wenn Du darauf hörst und diesem Impuls folgst, entsteht eine natürliche Autorität. Es ist nicht deine Autorität. Du bekommst sie nur dann geschenkt, wenn Du Dir selber aus dem Weg gehst.

Aber auch Gefahren lauern. Sicherheit ist eine Fallgrube, in die man mit Sicherheit auch hineinfallen wird. Das ist nicht schlimm. Aber es ist gut, es zu merken. Lass Dir etwas einfallen, wenn Gewöhnung eintritt.

### **I Wie der Kreis gehalten wird**

#### Die äußere Form des Satsangkreises

Satsangkreise sind frei fließende Phänomene. Ihre Schönheit erschließt sich Dir in Hingabe.

Sie sind keine Orte der Regel, Abmachungen oder fixierten Vorstellungen. Sie sind Orte der Hingabe an das, was ist und was sich unverhoffter Weise zeigen will. Damit sich diese scheue und sensible Form der Wirklichkeit allerdings zeigen kann, gibt es ein Minimum an Struktur. Man sitzt im Kreis auf Stühlen oder auf Meditationskissen. Es ist gut pünktlich anzufangen.

#### Die Leitung des Satsangkreises

Wenn Du einen Satsangkreis ins Leben gerufen hast, übernimmst Du als erstes die Position mit einer leitenden Funktion. Diese Position behältst Du für die ersten drei Treffen. Danach bietest Du diese Position in der Gruppe an, damit auch andere die Möglichkeit haben, in die Verantwortung zu gehen. Findet sich niemand bereit dazu, behältst Du die Position. Biete sie aber bei jedem Treffen erneut an, solange bis sich jemand findet. Erzähle von deinen Erfahrungen, die Du in dieser Position machst und ermutige andere dazu, sie auch zu machen. Die Position ist ein Kraftplatz, der Dich in Kontakt mit wertvollen Einsichten bringt. Diese Position einzunehmen, ist ein Geschenk der Existenz.

Ließ diesen Text ein paar Stunden, bevor das Treffen stattfindet. Nehme ihn in Dich auf. Wenn Du den Text gelesen hast, denk nicht drüber nach. Vergiss ihn ganz einfach.

#### Die Aufgaben der Leitung

- I Du richtest den Raum für das Treffen her. Vielleicht kaufst Du ein paar Blumen oder eine Rose, die Du in die Mitte stellst. Du schaffst eine möglichst klare und unpersönliche Atmosphäre.
- I Nehme Dich selber als Diener war, das wird Dir helfen in richtigen Kontakt mit Deiner Position zu kommen.
- I Du eröffnest den Kreis mit den Worten, die sich Dir aus der Stille heraus zeigen und begrüßt die Teilnehmer.
- I Du legst gemeinsam mit den Teilnehmer/innen die Abstände für die weiteren Treffen fest.
- I Du kannst dann auch die Teilnehmer auffordern, Bilder ihrer Lehrer oder Gurus mitzubringen, um sie in der Mitte des Raumes aufzustellen. Auch Symbole für das göttliche innere Kind (Photos, Kuschtiere) sind willkommen.
- I Du sprichst die Unkosten an und bittest vielleicht um eine Spende.
- I Du magst vielleicht zur Einstimmung etwas von Dir und deinem Herzenswunsch erzählen und wie es zu diesem Satsangkreis gekommen ist. Vielleicht zeigt sich Dir aber auch das Bedürfnis direkt in die Stille zu gehen. Du kannst auch ein kleines Gedicht oder eine Passage aus einem Buch (Advaitaliteratur) vorlesen, daß Dich zu dem Thema berührt hat.
- I Mit einem Zeichen leitest Du die Meditation ein. Du bleibst so lange in Stille, bis Du merkst, daß der Zeitpunkt gekommen ist mit dem gleichen Zeichen die stille Phase wieder zu beenden. Laß deine Gedanken ruhig rattern; irgendetwas an der Atmosphäre sättigt sich und Du wirst wissen, wann Du die Stille Phase beenden mußt.
- I Du eröffnest die zweite Phase des Satsangkreises indem Du die Teilnehmer bittest, den Raum für Mitteilungen zu nutzen.
- I Am Ende des Treffens schließt Du den Kreis mit einem erneuten Zeichen. Du bedankst Dich in der Runde für Satsang – für das Zusammensein in Wahrheit.
- I Es ist ratsam, Telephonnummern oder Email-Adressen auszutauschen. Der Initiator des Satsangkreises mag dabei als Sammelstelle fungieren.
- I Vielleicht lädst Du deine neue Familie noch zu einem Tee oder einem kleinen Snack ein. Hier ist Raum für lockeren Austausch.

*Diese Struktur ist nicht verbindlich. Es ist nur eine Empfehlung. Letztlich bist Du frei in der Gestaltung des Ablaufs. Es empfiehlt sich aber, alles so einfach wie möglich zu halten und auf alles Beiwerk zu verzichten.*

#### Die Rolle der Leitung

Niemand ist der Boss oder der Guru im Satsangkreis. Die schlichte und liebevolle Position einer Leitung hat nichts damit zu tun, daß Du die gesamte Verantwortung für das Treffen auf Deinen Schultern trägst. Jeder im Kreis kommt aus Eigenverantwortung für sich und die Stille. Trotzdem ist es gut, daß es eine Person im Kreis gibt, die die Verantwortung für die Übersichtlichkeit behält. Jemand der auf die Qualität im Raum achtet. Manchmal müssen Prozesse in Gang gesetzt werden und manchmal müssen sie auch abgebrochen werden. Der Position der Leitung wohnt eine natürliche Autorität inne. Mache davon Gebrauch, wann immer Du das Gefühl hast, daß die Stille geschützt, die Wahrheit gefördert oder Zurückhaltung aufgegeben werden sollte.

*Satsangkreise arbeiten auf mysteriöse Weise. Sie entstehen durch Dich – sie sind aber nicht von Dir. Du kannst nichts verkehrt machen. Selbst Fehler verwandeln sich in Gaben. Akzeptiere alles was durch Dich geschehen will. Denn letztlich bist Du sowieso nicht der Handelnde. Du glaubst es nur. Aber in Wirklichkeit geschieht alles von ganz alleine. Wenn jemand unzufrieden mit der Leitung ist, oder glaubt es anders besser zu machen, so lade ihn freundlich dazu ein, die Leitung für das nächste Treffen zu übernehmen.*

## Die Kommunikation im Satsangkreis

Hab keine Angst davor, die Worte aus der sensibelsten und schutzlosesten Ecke Deines Herzens hervorkommen zu lassen. Deine Stimme mag vielleicht unsicher, leise und kleinlaut sein. Sei stolz auf deine Verletzlichkeit, sie ist der beste Weg, um in die Wirklichkeit von Satsang einzukehren. Die Götter werden mit Dir sein.

### Worte aus der Stille

Stille kann von verschiedenen Leuten als unangenehm oder bedrohlich empfunden werden. Stille bringt uns in Kontakt mit verdrängten Inhalten die wir nicht fühlen wollen. Es ist gut, die Gruppe damit zu konfrontieren und nicht gleich die Stille abubrechen, wenn sie schwer wird. Die Phase, in der Mitteilungen gemacht werden können, entsteht aus der Stille und dem, was sich in der Stille dem Einzelnen gezeigt hat. Das können schöne Empfindungen über deine wahre Natur sein. Es können aber auch Alltagsprobleme sein, die Dich daran hindern tiefer zu gehen. Was immer sich zeigt, ist es wert ausgedrückt zu werden. Es gibt kein Urteil darüber.

Satsangkreise schließen nichts aus. Auch dem Gegner der Stille wird Respekt entgegengebracht: Der Geist/Mind bekommt in der Phase der Mitteilungen Gelegenheit sich zu zeigen. Keine Angst, die Stille umfängt auch ihn. Denn letztlich stört er die Stille nicht wirklich. Richtig verstanden, vertieft er sie sogar nur noch. Es sind lediglich die Anhaftungen an unsere Gedanken und unsere Konzepte, die ihn zu einem Gegner der Stille machen.

### Antworten aus der Stille

Die vielleicht wichtigste Aufgabe der Leiterposition besteht darin, ein Auge darauf zu werfen, daß sich der Geist im Satsangtreffen nicht verselbständigt. Man mag dem denkenden Geist lange Leine lassen. Aber nur um klarer erkennen zu können worin er sich eigentlich verstrickt hat. Wird die Atmosphäre zu zäh und ermüdend oder zu aggressiv und zu laut, dann unterbricht die Leitung die wörtliche Kommunikation und bittet die Runde wieder zurück in die Stille zu kommen.

Es ist gut, Antworten nicht zu schnell zu geben. Es geht im Satsangkreis nicht darum, daß sich von Kopf zu Kopf unterhalten wird. Der Kopf wird bei einer Antwort dazu eingesetzt, die Intuition und das Mitgefühl sprechen zu lassen.

Viele Mitteilungen enthalten eine versteckte Botschaft, die erspürt werden muß. Derjenige, der eine Mitteilung gemacht hat, weiß oft selber nichts von dem Hintergrund aus der sie tatsächlich stammt. Hier ist es Aufgabe der Gruppe, den denkenden Geist in seiner Scheinheiligkeit zu enttarnen.

*Aber Vorsicht! Unterschätze niemals deinen Gegner. Er hält sechs Milliarden Sklaven gefangen. Wenn sich die Identifikation mit dem Geist zeigt – sei auf alles gefasst. Er kämpft im Satsangkreis um sein Überleben. Lasse Dich niemals auf einen Kampf mit ihm ein. Er wird alles versuchen um Dich in einen Kampf zu verstricken. Wenn Du anfängst mit ihm zu kämpfen, hast Du schon verloren. Gib ihm Raum sich zu zeigen. Sei mitfühlend, notfalls auch streng mit ihm. Die Tatsache, daß der Geist sich im Satsang zeigt ist schon Heilung genug.*

## Problemzonen in der Kommunikation

Der denkende Geist ist sehr erfinderisch, wenn es darum geht sich zu verstellen. Selten zeigt er sich in seiner wahren Form, legt die Karten auf den Tisch und sagt frei heraus was er wirklich im Schilde führt.

### Das Kaffeekränzchen

Kaffeeklatschatmosphäre, damit ist der latente Mißbrauch gemeint, der stattfindet, wenn Satsangtreffen verharmlost werden. Der Geist zeigt sich hier im Selbstverständnis eines lockeren Austausches von Gleichgesinnten. Meistens entsteht er dann, wenn der Mut zu authentischen Selbstmitteilungen fehlt und jemand damit reagiert, daß es ihm ähnlich ergangen sei, u.s.w., u.s.f..

Die Atmosphäre wird leichtfüßig, Spaß kommt auf. Gewöhnlich reicht hier der Hinweis auf die Stille, um die Aufmerksamkeit wieder zurück auf das Wesentliche zu lenken.

### Die Therapiestunde

Die andere Problemzone, die der therapeutischen Situation, ist etwas tückischer. Satsang ist im Westen nun mal nicht mehr ganz von Therapie zu trennen. Doch ist es gut, sich immer wieder daran zu erinnern, daß beides letztlich nichts miteinander zu tun hat. Wenn das Energieniveau langsam aber stetig sinkt und die Atmosphäre zäh wird, kommt der Punkt, wo eine verantwortliche Person die therapeutische Situation abbrechen sollte. Auch die emotionale Version von Therapie (Encounter - häufig von Osho-Schülern gepflegt) wird auf Dauer einem Zusammensein in Wahrheit nicht wirklich gerecht. Denn Emotionen können vom Geist ebenfalls dazu benutzt werden Authentizität vorzutäuschen. Wirkliche Berührung aber findet eher in der Stille des Herzens statt.

Das heißt natürlich nicht, daß therapeutisches Wissen keine Anwendung finden sollte. Nichts muß ausgegrenzt werden. Alles darf sein. Und im Vertrauen auf die Stille *kann* auch tatsächlich alles sein. Doch genau hier liegt der heiße Punkt dessen, was wir Satsangtreffen nennen. Vertrauen in die Stille ist unangenehm. Es bedeutet, hilflos zu sein. Man sitzt da und weiß nicht wie es weiter geht. Man hat Angst, daß jetzt alles schief geht. Die Stille wird bedrückend. In Raum fängt es an zu brummen; Satsang entfaltet sich. Alle warten auf eine Lösung. Der eigene Kopf will nichts sehnlicher, als seine vorgefertigten Antworten ausspucken. Doch all das trifft es nicht. Die wirkliche Antwort ist die, die jeder weiß, weil sie im Herzen schlummert. Doch das Herz ist ein bisschen scheu und braucht ein wenig Zeit, um sich zu Wort zu melden.

*Satsangtreffen gelingen nicht, weil wir wissen wie so etwas zu machen sei, sondern weil wir es nicht wissen.*

Zerbricht ein Kreis, dann solltest Du Dir keine Vorwürfe machen. Bleibe eine gewisse Zeit ohne einen neuen Satsankreis ins Leben zu rufen und schau erst einmal was sich in Dir zeigt. Vielleicht bittest Du einen Satsangkreis, der für Dich erreichbar ist, Dich für eine Zeitlang beisitzen zu lassen. Dann, wenn Du das Gefühl hast, es hat sich etwas getan, startest Du wieder einen neuen Kreis.

## **Satsang ohne Meister**

Satsangkreise sind Ausdruck einer Gemeinschaft nach Wahrheit in Eigenverantwortung. Doch es wäre ein fatales Mißverständnis zu glauben, sie würden den Lehrer oder Guru überflüssig machen. Satsangkreise sind eine Vertiefung oder eine Vorbereitung für die Begegnung mit dem Meister. Es ist entscheidend für Dich, welche Reife Du dem Meister entgegenbringst, wenn Du ihm begegnest. Im Satsangkreis findest Du ein Übungsfeld, um Dich auf die letztendliche Begegnung mit dem Meister bereit zu machen. Egal wann und in welcher Form Du dem Lehrer begegnest - durch eine Person, eine Krankheit, einen Unfall oder durch den Tod - es ist gut, vorbereitet zu sein.

Es kann passieren, daß im Satsangkreis Prozesse für Dich ausgelöst werden oder sich Türen öffnen, die Dir neu sind. Teile Deine inneren Erfahrungen mit der Gruppe. Und wenn Du das Gefühl hast, daß etwas in Dir ausgelöst wurde, wofür Du einen spirituellen Meister brauchst, dann wende Dich an einen Guru in Deiner Nähe.

Satsangkreise schließen eine Lücke auf dem Weg zu deiner Realisation. Es kann nicht nur die Aufgabe der spirituellen Meister sein, Dich aus Deinem Schlaf zu reißen. Von unserer Seite, die wir unsere Erleuchtung noch nicht als dauerhaft erfahren haben, von unserer Seite kann auch etwas geschehen. Hier findest Du ein gutes Instrument dazu.

Gautama der Buddha prophezeite vor 2500 Jahren daß er als „Meytrea“ wiederkommen würde. „Meytrea“ heißt - der Freund. Damit ist gemeint, daß es eine neue spirituelle Ära geben wird, in der der Meister nicht mehr als autoritäre Person auftreten wird, sondern als Freund. Diese Freundschaft mit erwachten Menschen aus unserer Mitte findet zur Zeit überall statt. Sie ist ein Geschenk des Vertrauens, das besagt, daß uns die Meister für reif genug halten, diese Nähe zu Ihnen nicht mißzuverstehen oder zu mißbrauchen.  
Ich hoffe, wir zeigen uns dieser Gnade als würdig.

Danke für Satsang.

**Ausdrücklich ohne** © , Köln den 23.07.2001

|

### **Anhang**

Du hast jetzt alle Informationen die Du brauchst um einen Satsangkreis zu starten. Lade Deine Freunde und Bekannten ein, um mit ihnen in den geschützten Raum von Satsang einzutauchen. Freue Dich auf die Begegnung mit Deinem wahren Selbst.

Wenn Du den Impuls hast zu helfen die Satsangkreise zu verbreiten, dann folge diesem Impuls. Inseriere für Deinen eigenen Kreis, damit die Leute zu Dir finden, die zu Dir finden sollen.

Schicke dieses Konzept an Deine Freunde in anderen Städten oder teile ihnen die Internett-Adresse mit: [www.satsangkreis.de](http://www.satsangkreis.de) (deutsche Version)

Wenn Du einen Satsangkreis gegründet hast, dann schick bitte eine Email oder eine Nachricht an Jaya (siehe unten) mit deiner Adresse. Dein Kreis wird dann im Internet aufgelistet, damit er für andere Kreise oder Einzelpersonen erreichbar ist.

**Edit Andreas: Ihr könnt Infos über neue Satsangkreise ab sofort unter der Adresse im Kalender eintragen, im neuen Forum ankündigen oder per E-Mail an mich schicken, siehe weiter unten...**

Fragen, Feedbacks, Ideen oder Presse zu diesem Konzept könnt ihr richten an.....(siehe unten)  
Frische Kopien sind unter gleicher Adresse anzufordern.  
Erfahrungsberichte sind von jedem willkommen. Eine Auswahl davon könnt ihr unter dem Inernet-link „Berichte“ durchlesen.

●Jaya  
D-50672 Köln

**Edit Andreas:** Zu dem Zeitpunkt, an dem ich dieses Dokument wiederveröffentlicht habe (Juli 2007), waren die Webseite und die Emailadresse von [satsangkreis.de](http://satsangkreis.de) nicht erreichbar. Schon 2004, als ich das erste Mal in

Kontakt mit dem Konzept des Satsangkreises kam, bekam ich unter der angegebenen Email-Adresse keine Antwort. Ab heute stelle ich den Text in Form dieses PDFs wieder zur Verfügung.

Update 20. Juli 2007: Ich habe die frei gewordene Adresse [satsangkreis.de](http://satsangkreis.de) neu registriert und baue dort mit den mir vorliegenden Infos ein neues Angebot dazu auf, um neue Impulse zur Bildung von Freien Satsangkreisen ohne Meister zu geben. Über den Originaltext von der alten Seite kann das gesamte Konzept erfasst und - bei Interesse - umgesetzt werden. Auf dieser Seite gibt es die Möglichkeit, über den Kalender Termine für Gruppen anzukündigen. Im Forum können eigene Kreise vorgestellt, Fragen geklärt und Erfahrungen mit den Kreisen oder mit Satsang im Allgemeinen diskutiert werden.

Aktuelle Infos und Download des PDFs dazu unter: <http://open-mindwork.org/satsangkreis>

bzw. wieder unter <http://www.satsangkreis.de>

Mit freundlichen Grüßen! Andreas Giesen

*Mögen alle Wesen Befreiung erlangen.  
Geschrieben in Liebe und Anerkennung an Sagra, die durch Mitgefühl alleine, den ersten Satsangkreis ins Leben rief.*