

Zásady životního stylu pro učitele kundaliní jógy dle Yogi Bhajana

Tyto zásady nemají etický charakter. Učení kundaliní jógy zůstává zachováno, jak bylo předáno. Nemohou být umenšeny ani kompromitovány rozhodnutími, které ve svém životě nebo ve své praxi udělá některý z učitelů.

Cílem praktikování kundaliní jógy, stejně jako u ostatních jógových tradic, je transcendence omezeného vnímání sama sebe jako ego a otevření plného lidského potenciálu každého jedince. K tomu ještě navíc učení kundaliní jógy obsahuje mnoho zásad životního stylu. Není to učení o tom, co je správně a co je špatně. Tyto zásady vycházejí z dlouhodobých zkušeností a pozorování toho, jaká rozhodnutí a chování povedou k podpoře našeho fyzického, mentálního a duševního zdraví.

V jogínských učeních je jasné, jakým praktikám je důležité se vyhnout pro zachování duchovního růstu a jogínské praxe. Ohledně těchto zásad má každý člověk právo udělat vlastní rozhodnutí. **KRI ani EPS nereguluje tato rozhodnutí mimo prostředí kundaliní jógy.** V rámci mise KRI zajistit integritu a správnost učení pro budoucí generace se od učitelů a trenérů očekává a vyzývají se k tomu, aby prezentovali učení o životním stylu v modelu výuky tak, jak bylo učení předáno. Bez ohledu na jejich osobní rozhodnutí o životním stylu.

Životní styl v učení kundaliní jógy zahrnuje (ale není omezen na) následující:

- Závazek denní duchovní praxe, která obsahuje kundaliní jógu a meditaci.
- Závazek stálého zlepšování profesionálních vědomostí a dovedností.
- Dodržování lakto-vegetariánské diety.
- Nechat vlasy přirozeně růst.
- Při vedení lekcí být oblečen do bílého oblečení z přírodních vláken.
- Učit kundaliní jógu s pokrývkou hlavy, bílé barvy a z přírodních materiálů.
- Zdržet se užívání tabáku, alkoholu, drog a léků, které nejsou předepsány lékařem.
- Podporovat 3HO globální komunitu přijímáním rozmanitosti, ochotou spolupracovat a jednat ve prospěch všech.

Pokud se učitel rozhodne některý nebo všechny tyto body nepraktikovat, nejedná se o etickou chybu a nepodléhá Podání stížnosti dle etického kodexu a zásad chování. **Dodržování těchto zásad je nejlepší pro zachování frekvence učitele kundaliní jógy.**