

ORIENTAÇÕES SOBRE ESTILO DE VIDA PARA PROFESSORES DE KUNDALINI IOGA COMO ENSINADO POR YOGI BHAJAN

Essas orientações não são éticas por natureza. Os ensinamentos de Kundalini Ioga permanecem como foram transmitidos. Eles não estão diminuídos ou comprometidos pelas escolhas que qualquer Professor, como indivíduo, tenha feito em sua vida ou prática.

O objetivo da prática do Kundalini Ioga, assim como o de outras tradições do ioga, é o de transcender a limitação do ego e o de destravar o potencial humano completo de cada indivíduo. Direcionado para essa finalidade, o corpo de ensinamentos do Kundalini Ioga inclui muitas orientações sobre estilo de vida. Mais do que ensinamentos morais certos ou errados, essas orientações são baseadas na grande experiência e observação do que escolhas e comportamentos promoverão ou não no nosso bem estar.

Os ensinamentos do ioga são claros sobre evitar práticas que deprecie o crescimento espiritual de alguém e a própria prática do ioga. Toda pessoa tem o direito de fazer suas próprias escolhas no que diz respeito a essas orientações. **Nem o Kri nem o EPS regula essas escolhas feitas fora do ambiente do Kundalini Ioga.** Como parte da missão do KRI, para assegurar a integridade e a exatidão dos Ensinamentos para as futuras gerações, espera-se que os professores e treinadores sejam encorajados a apresentar o ensinamento do estilo de vida, em uma escolha de modelo informado de como ensinar, e com uma ênfase clara nos Ensinamentos como foram transmitidos originalmente, sem considerar suas escolhas pessoais sobre estilo de vida.

Os ensinamentos do estilo de vida do Kundalini Ioga incluem (mas não estão limitados ao) seguinte:

- Compromisso com uma prática espiritual diária que inclua Kundalini Ioga e meditação.
- Compromisso com o melhoramento contínuo do conhecimento e habilidades profissionais próprias.
- Manter uma dieta lacto-vegetariana.
- Manter os cabelos com o comprimento natural.
- Usar o branco apropriado, com roupas de fibra natural, enquanto ensinar.

- Ensinar Kundalini loga com todo o topo da cabeça coberto de branco, com uma cobertura de cabeça feita de fibra natural.
- Abster-se do uso de tabaco, álcool e/ou drogas não prescritas.
- Apoiar a Comunidade Global da 3HO, abraçando a diversidade, desejando colaborar, e agindo em benefício de todos.

A escolha do Professor de não praticar alguns ou todos os ensinamentos do estilo de vida acima, NÃO é uma falha ética e não está sujeita aos Procedimentos de Reclamação contidos na Política do Código de Ética & Conduta.

Essas orientações são as melhores práticas para manter a frequência de um Professor de Kundalini loga.