

Eluviisi suunised Joogi Bhajani õpetustel põhineva kundalini jooga® õpetajatele

Siin antud suunised ei ole eetilise iseloomuga. Kundalini jooga õpetused jäävad endiselt samasuguseks, nagu neid meile edasi anti. Valikud, mida õpetajad oma elus ja praktikas teevad, ei püsenda ega ohusta õpetusi.

Kundalini jooga nagu ka teistel joogatraditsioonide praktiseerimise eesmärk on ületada ego piirangud ja päästa valla iga inimese tõeline inimlik potentsiaal. Selle eesmärgi saavutamiseks on kundalini jooga õpetuste kogus ka palju eluviisi suuniseid. Tegu ei ole moraalsete hinnangutega, mis kirjutavad ette õige ja vale, vaid pigem põhinevad need pikaajalisel kogemusel ja vaatlusel selle kohta, millised valikud ja käitumisviisid toetavad või kahjustavad meie füüsilist, mentaalset ja vaimset heaolu.

Joogaõpetustes soovitatakse selgesõnaliselt hoiduda tegevustest, mis mõjuvad kahjulikult inimese vaimsele arengule ja joogapraktikale. Igal inimesel on õigus teha suunistes kirjeldatud küsimustes ise oma valikud. **Ei KRI ega EPS reguleeri antud küsimusi väljaspool kundalini joogaga seotud keskkonda.** KRI missioon on tagada kundalini jooga õpetuste terviklikkus ja täpsus tulevate põlvkondade jaoks ning seetõttu eeldatakse ja soovitatakse, et õpetajad ja koolitajad, olgu nende isiklik eluviis milline tahes, annaksid eluviisi puudutavaid õpetusi edasi viisil, mis ühest küljest teavitab õpilasi, ent jätab neile siiski vaba valiku, rõhutades samas selgelt õpetuste säilimist oma algsel kujul.

Kundalini jooga eluviisi õpetused sisaldavad järgmiseid soovitusi (nimekiri ei ole lõplik):

- igapäevane vaimne praktika, mis sisaldab kundalini joogat ja meditatsiooni;
- enda kui õpetaja teadmiste ja oskuste pidev arendamine;
- piimataimetoitlus;
- loomulikku pikkusesse kasvanud juuksed;
- sobilike valgete naturaalsest kangast rõivaste kandmine kundalini jooga õpetamise ajal;
- pea katmine valge naturaalsest kangast peakattega kundalini jooga õpetamise ajal;
- tubakast, alkoholist ja/või uimastitest hoidumine;
- 3HO kogukonna toetamine läbi mitmekesisuse väärtustamise, koostöövalmiduse ja kõigi hüvanguks käitumise.

Kui õpetaja otsustab, et ei taha mõningaid või kõiki ülaltoodud eluviisi õpetusi järgida, EI kujuta see endast eetilist rikkumist ning sellel juhul ei algatata eetikakoodeksi ja käitumisjuhiste alusel kaebusmenetlust. **Suunised on parimad praktikad, mis aitavad hoida kundalini jooga õpetaja sagedust.**