

# Il perfetto Insegnante

(Sola Kalyan Sumpuran)

## **I 16 aspetti della perfezione dell'Insegnante di Kundalini Yoga**

1. Mai l'Insegnante aggiungerà opinioni personali o esperienza personale agli insegnamenti. Insegnerà solo con l'esempio.
2. Più crescete come Insegnante, più umili dovete essere.
3. Un Insegnante dovrebbe servire i propri studenti, così che essi possano divenire dieci volte più forti di lui, perché ogni studente è un Insegnante di domani.
4. Un Insegnante dovrebbe essere estremamente gentile, premuroso, compassionevole e indulgente.
5. Come Insegnante dovrete sempre spingere, provocare, confrontare ed elevare all'eccellenza i vostri studenti.
6. Come Insegnante dovete continuamente immaginare, visualizzare, credere, espandere in tutte le direzioni, collegarvi con tutto, meditare, praticare e proiettare che siete "ANG SANG WAHE GURU" (il Divino è in ogni parte di noi) e che l'energia di GURU RAM DAS fluisce attraverso di voi.
7. Come Insegnante sarete sempre in CHERDI KALA (spirito elevato) e connessi al vostro sé più alto, mai attaccati a tumulti emotivi. Contate le vostre benedizioni, non le vostre sciagure. Siate sempre aggraziati. Risplendete e crescete.
8. Come Insegnante sarete continuamente promossi verso la divinità e l'infinito che è l'essenza della vostra esistenza. Voi non siete un essere umano nato per la ricerca spirituale, voi siete uno spirito, un ATMA (anima), nato per una esperienza umana. La vostra purezza e pietà come ATMA va sempre sostenuta, protetta, esaltata, proiettata come priorità su tutto e tenuta costantemente d'occhio mentalmente, fisicamente e spiritualmente.
9. Come Insegnante ascoltate e obbedite a tutti i giusti insegnamenti. Se leggete qualcosa, la saprete. Se scrivete qualcosa, la sperimenterete. Se insegnate qualcosa, la

perfezionerete. È la perfezione del vostro distribuire che vi porta grazia come Insegnante. Il vostro successo come Insegnante non sta in ciò che sapete, ma in ciò che i vostri studenti ricevono. Un Insegnante è misurato dalla crescita, dignità ed eccellenza degli studenti. Se trovate qualche talento, nutritelo, insegnategli, esaltatelo al meglio della vostra abilità e divinità.

10. Come Insegnante non relazionatevi all'ego e alle politiche. Relazionatevi sempre allo spirito, anima ed essenza della persona. Relazionatevi sempre all'intelligenza, al talento e consapevolezza della persona. Relazionatevi sempre ai modi e metodi e mentalità della persona. I pensieri puri sono la via alla conoscenza universale e vi renderanno buoni, beati e belli.

11. Dio e il Guru vi hanno benedetto con il KARMA (reazioni alle azioni passate). Come Insegnante dovete offrire voi stessi nel DHARMA (stile di vita divino) per onorare il dono di Dio della vita. Non create mai una spaccatura tra voi e il vostro ATMA.

12. Gli abiti bianchi rendono un Insegnante Divino e immagine della luce. Il colore bianco rappresenta i sette colori. Il cotone è il fiore della terra. E' buono per la vostra psiche, per la vostra energia, per il vostro sistema nervoso. Il vostro modo di vestire dovrebbe essere santo e rendervi aggraziatamente luminosi. Dovreste sembrare un saggio e un principe di pace e divinità. Un Insegnante è un Principe di Alta Divinità.

13. Proprio come un seme deve seccare per diventare un albero e dare frutti, gli Insegnanti che non diventano perfetti studenti non diventano perfetti Maestri.

14. Lo Spirito Universale che fa ruotare la terra si può prendere cura di tutti i vostri problemi. Come Insegnante dovete apprendere fiducia e fede. Considerate ogni respiro della vita come un dono. Lottate per un respirare consapevole, facendo un respiro al minuto.

15. Lo stendardo dell'Insegnante è: Risiedo in Dio. Il suo simbolo araldico: Confido in Dio in me. Il suo legame morale: Servo nel nome di Dio. Il suo motto: Pace della mente e pace nel mondo materiale.

16. L'Insegnante ha bisogno di affidarsi al NAM, l'identità Donatrice di Dio. Senza NAM non potete avere la purezza del sé e la grazia della proiezione divina per avere mae-

stria su tutti gli elementi. Senza impegno non c'è carattere. Senza carattere non c'è dignità. Senza dignità non c'è divinità. Senza divinità non c'è grazia. Senza grazia non potete sacrificarvi o servire gli altri. La vostra compassione e presenza non funzioneranno e non potete essere felici. Ricordate una volta per tutte: la felicità è vostro diritto di nascita, ed è sempre giusto essere felici. Quindi siate felici, siate sani e siate santi. Noi siamo tutti santi perché noi tutti abbiamo nove buchi. Aggiungendo due braccia e due gambe fa tredici. Voi siete nati col tredici, vivrete col tredici, morirete col tredici. Tredici (1 e 3) fa quattro – coppa di preghiera. La preghiera è il vostro potere, la vostra protezione e ciò che provvede ai vostri bisogni.

### **Definizione di Yogi**

Lo Yogi non è condizionato dalle polarità opposte della vita. Lo Yogi non viene colpito né dalla lode né dall'insulto. Non dalla ricchezza, e non dalla povertà. Non dalla salute, e non dalla malattia. Neppure dalla vita, e neppure dalla morte. Il volere di Dio è il volere dello Yogi. Egli cede il proprio volere personale al volere di Dio. Quando KUNDALINI, la forza primordiale del PRANA (energia vitale), penetra e prevale attraverso i chakra, lo yogi rimane stabile alle ineguaglianze del KARMA e percorre l'equa via del DHARMA. Il Raj Yogi è un saggio e un re di fronte a tutte le tentazioni, situazioni, eventi e ambienti. Coloro che meditano su GURU RAM DAS sono benedetti con miracoli per essere regalmente saggi attraverso tutte le epoche.

*Yogi Bhajan*

*14 settembre 1995 – Amburgo*