

Auf unserer Webseite benennen wir diesen Vorgang YogaPsychologie.ch, denn ob physischer, feinstofflicher oder sozialer Körper: Die Heilung mit dem Heilstrom ist der Vorgang, mit dem Krankheiten, Ängste, schlechte Angewohnheiten, Korruption, Illusion, usw. mit der Kraft der hellen Seite der Macht gewaschen werden können. **Aber um die Gesetze des spirituellen Heilstroms zu verstehen und physisch zu erfahren, müssen wir aufwachen und radikal umkehren!** Es bedarf einer grundlegenden Änderung unseres Weltbildes, unserer Einstellung, Handlung, Sprache, Ausrichtung und Informations-Quellen: Information führt zur Transformation und das in beide Richtungen! Informationen welche nicht zur positiven, heilenden und schützenden Transformation führen sind nutzlos und irreführend. Deshalb: Kein Ratsch und Tratsch! **„Jetzt, wo du die menschliche Lebensform erhalten hast, ist es an der Zeit nach der absoluten Wahrheit zu fragen!“** (Vedanta Sutra). Wenn wir wahrhaft weise werden wollen, dann befassen wir uns nicht mit dem Bösen (Tama Guna in Filmen, Fernsehen, Ratsch und Tratsch), sondern sprechen und verbreiten das Gute. Das Gute vertreibt das Böse auf dieselbe Weise wie Licht die Dunkelheit vertreibt. Das Licht selber wirft keinen Schatten. **Und das was ans Licht kommt wird selber zu einer reflektierenden Lichtquelle.** Nach Gandhi ist Weisheit der Dienst an der Wahrheit – mit andern Worten: Die altruistische (helfende, selbstlose) Handlung. Es ist die Erkenntnis, das wir dieselbe spirituelle Substanz mit allen anderen Lebewesen teilen, mit der wir diesen Weg der Transformation enthusiastisch beschreiten können. **Das Anstreben des göttlichen Guten in der helfenden Handlung ist ein Grundprinzip unserer spirituellen Evolution.** Wenn wir unsere rechte Hand verletzen, kommt die linke Hand sofort zu Hilfe, weil beide Hände zu uns, zur gleichen Einheit gehören. Auf diese Weise werden wir die Menschen und Mitlebewesen mit der Kraft der allumfassenden Liebe wahrnehmen und uns selber mit dem stärkenden universellen, göttlichen Heilstrom verbinden. Wenn wir diesen Zusammenhang einmal verstanden haben, dann wird man sein Leben immer mehr danach ausrichten. **Die Wurzeln des Christentums, des Hinduismus, des konfuzianischen Taoismus und auch die von vielen anderen Religionen sind eigentlich nichts anderes als das** – aber oft sind sie durch institutionalisierten blinden Glauben, durch Unmengen von Ritualen und zentralistischen Administrationen verwässert worden. Dennoch; Gandhi, Bruno Gröning, Mary Baker Eddy und viele andere Heilige haben uns einen gangbaren Pfad aufgezeigt: **Gandhi's Non-Violence ist positiv ausgedrückt: Allumfassende Liebe** und so sind die Lehren Jesus Kristus und die Lehre Krishnas in der Bhagavad Gita beide ein Bollwerk gegen die Krankheit des seelenlosen, unpersönlichen materialistischen Monismus, denn: „Das Bewusstsein des geistigen Menschen und seine Individualität sind die Widerspiegelungen Gottes!“ (Mary Baker Eddy) – **Lebende Liebe braucht Individualität und freier Wille!**

Alles Gute, viel Inspiration und Heilstrom! Spiritualität ist ein Forschungsauftrag des Herzens! Mehr Informationen auf www.premyoga.org und für mehr Erfahrungen praktischer Natur, Meditationskreise und Fernhilfen:

Kontakt: chrisATpremyoga.org

Phone: 0041 (0) 79 954 80 77

4



Das Yoga des heiligen Geistes

Die Kraft der hellen Seite der Macht!

PremYoga, die Yoga-Psychologie für das Yoga des Heilstroms wurde extrahiert aus der **Bhagavad-Gita und der zeitlosen Karmainstruktion der drei Gunas** (Prem = allumfassende Liebe, Yoga = die Verbindung mit dem göttlichen Selbst).

Das reine Gute ist das ewig Bestehende und die Kraft der hellen Seite der Macht. Dieses ewige Gute (Sattva) erleben wir als heiliger Geist, Heilstrom, Intuition, Tao oder universelle Lebenskraft. **Die Anwendung der Yogapsychologie sollte eigentlich für jede Person möglich sein,** unabhängig vom kulturellen oder religiösen Hintergrund, da die drei Gunas ihren Ursprung in den drei Erscheinungsweisen (oder Phasen) der materiellen Natur haben: **Entstehen, Bestehen und Vergehen,** und somit in den drei psychologischen Grundfaktoren: **Erschaffen** (Raja-Guna), **Erhalten** (Sattva-Guna), und **Zerstören** (Tama-Guna). Wir Menschen sind die kreativen Erschaffenden, die mit ihrem freien Willen ihren karmischen Freiheitsradius erweitern können, indem wir zerstörerisches abgeben und das reine Gute (Vishudda Sattva) annehmen. **Das führt dann zu den sieben Gaben des heiligen Geistes:**

1. Die Gabe der Glaubenskraft ist das Einstellen und das Spüren des Heilstroms im und am eigenen Körper. Dieser Zustand führt zu den folgenden Gaben: **2. Die Gabe der Unterscheidung** und des Erkennens, Trennens und Abgebens von Allem, was uns belastet und was nicht zu uns gehört. Wir sollen Erfahrung darin gewinnen, in unserem eigenen Leben zu unterscheiden, was zu mehr Liebe, mehr Hingabe an das Gute und zum grösseren Dienst an den Menschen führt und was nicht. **3. Die Gabe der Kraftaufnahme** ist das Aufladen der inneren Batterie mit dem Heilstrom **4. Die Gabe des Krankheiten-Heilens** ist das Wegwaschen des Schlechten und Belastenden mit der Energie des liebevollen Guten des Heilstroms. **5. Die Gabe des Wunderwirkens** (Bittens, Visualisierens), dazu gehört neben den Einwirkungen auf die Materie, auch z.B. die finanzielle Hilfe mittels dem Heilstrom und vieles mehr. **6. Die Gabe der Vermittlung** von Erkenntnis und Weisheit ist die Ausschenkung des Heilstroms in Form von Liebe: „Wissen informiert und überzeugt und Liebe transformiert und erhebt!“ **7. Die Gabe des prophetisches Redens** ist das, unter dem Einfluss des Heilstroms, geistige Fragen stellen und Antworten bekommen: „Der Heilstrom ist Allmacht und Allwissen!“ **Die neun Früchte des Heilstrom sind:** 1. Liebe, 2. Freude, 3. Friede, 4. Geduld, 5. Freundlichkeit, 6. Güte, 7. Treue, 8. Sanftmut, 9. Selbstbeherrschung.

Es gibt natürlich zu alledem noch so viel mehr zu sagen (kontaktieren Sie uns). **Die zehn PremYoga-Hilfen auf der nächsten Seite sollen weiter helfen ...**

1. Abgeben ist der erste Schritt. Echte Heiterkeit, d.h. das Loslassen von allem Negativen (in Gedanken und Sprache) ist eine **Voraussetzung für die Aufnahme des Heilstroms**. Wiederholtes mentales Abgeben von aller Negativität, d.h. von allem was uns belastet (z.B. auch Ängste, Schuldgefühle, negative Gewohnheiten, usw.) wird zum Vorgang der Befreiung. Eines unserer Mantras dazu wäre: „**JETZT darf ich alles abgeben, was nicht zu mir gehört!**“ Nur mit leeren Händen können wir es empfangen. So wie das Absolute sind auch die Seelen von jedem Lebewesen, auf ihrer ursprünglichen, reinen Ebene ewige, allwissende und glückselige, liebende Individuen (Sat, Cit, Ananda). D.h. das Abgeben des Negativen ist unser spirituelles Geburtsrecht!

2. Sich auf das Gute und Schöne fokussieren / einstellen. Ich interessiere mich für und vertraue auf das Gute, denn „**Gott ist gut, von Gott kommt nur das Gute und das Gute kommt nur von Gott**“ (Sattva). Die negative indirekte Erweiterung des Absoluten, existiert nur in der temporären materiellen Welt z.B. als die Zerstörung, als Bösartigkeit und Gewalttätigkeit. **Die destruktive Energie ist ein notwendiger Gegenpol zum ewigen Guten**, damit der freie Wille (der karmische Radius des freien Willens) in unserer Schule des Lebens erst ermöglicht wird. Nur so ist echte Liebe überhaupt möglich. Negativität ist eine indirekte, materielle Energie, die wir abgeben, damit wir uns dem Guten zuwenden können. Die sogenannte Gottesfurcht (oder auch die Urschuld) ist ein Widerspruch in sich selbst, denn der ursprüngliche und persönliche Aspekt des Absoluten (Gott) ist immer all-gut und gewaltlos. Dieses Gute ist immer zu finden, wenn wir uns darauf einstellen und unser Bewusstsein darauf richten.

3. Regelmässig den Heilstrom aufnehmen und die Wahrheit am eigenen Körper erfahren und spüren. Dazu sitzt der Hilfesuchende mit nach oben geöffneten Händen (die sich nicht berühren) und die Arme und die Beine sind nicht verschränkt, um das Fliessen des Heilstroms nicht zu unterbinden. Wir öffnen uns und wir erfahren so den Heilstrom mit dem „in-den-Körper-hören“. Gedanken an etwas Schönes, Göttliches sind förderlich (Sorgen / Krankheitsgedanken sind hinderlich). Unser Körper ist ein wertzuschätzendes Werkzeug und Geschenk Gottes, das wir brauchen, um diesen Heilstrom aufzunehmen. Die Heilwellen sind IMMER um uns, und wir können sie jederzeit absorbieren, wenn wir sie anerkennen, uns auf sie einstellen und unsere „Batterie“ mit ihnen aufladen. Das ist die reinigende Dusche des Guten – Der Heilstrom heilt physisch, psychisch uns spirituell: „Es gibt kein unheilbar!“ (Bruno Gröning)

4. Persönlich werden. Wissen, dass der interaktive Aspekt des Absoluten uns immer zuhört und immer auf unsere Interaktivität wartet. Wenn das Absolute absolut sein soll, dann muss es neben dem unpersönlichen Aspekt auch einen persönlichen, liebenden Aspekt haben. **Unsere Lebenskraft in Form von Heilstrom kommt nicht vom unpersönlichen, sondern vom persönlichen helfenden, liebenden Aspekt.** „Beten ist Bitten und Denken ist Danken“ für vollkommene körperliche, geistige und spirituelle Gesundheit und das Gute.

5. Reinheit ist die Kraft! In jedem Menschen das Göttliche, die Reflektion der potentiellen Heilkraft Gottes sehen ... auch in uns! Es gibt keinen bösen oder kranken Personen, auch wenn das Böse z.B. die Krankheit durch eine oder bei einer Person agieren mag. Für die Heilung separieren wir die beiden im Geist. **Dann, wenn wir alle Vorurteile und unsere falschen Identifikationen abgegeben haben** werden wir zu einem sattvischen d.h. starken, liebenden, transparenten und widerstandslosen Medium für den Heilstrom: „**Es bin nicht ich der heilt – es ist der göttliche Heilstrom der heilt!**“ (Bruno Gröning)

6. An das Gute in uns selber glauben und Selbstvertrauen entwickeln! Wir bauen Selbstvertrauen mit Erfolgsberichten auf, denn nichts ist unheilbar d.h. alle Krankheiten, schlechte Angewohnheiten, astrologische Charts und falsche Identifikationen mit karmischen Reaktionen und Ursachen sind heilbar.

7. An "Regelungen" glauben. Alle Heilungs-Schmerzen, -Depressionen sind von nun an Teil des Heilungsprozesses. Wir setzen alle abgegebenen Belastungen mental und sprachlich in die Vergangenheit: „Wer klagt – verzagt!“

8. Spirituelle Achtsamkeit ... Den spirituellen, heilenden und transformierenden 6. Sinn trainieren d.h. die spirituelle Verbindung immer wieder einstellen, aufbauen und erneuern, die Dusche des Guten empfangen, unter ihr die göttliche Führung annehmen, ihr Fragen stellen und so die Orientierung erlangen.

9. Wahrhaftigkeit, grösstmögliche Gewaltlosigkeit d.h. universelle allumfassende Liebe (sattvischer Lebensstil) gegenüber Menschen, Tieren Pflanzen und uns in Handlung, Geist und Worten: „Gott ist Wahrheit und die Wahrheit ist Gott!“ (Gandhi). **Wir orientieren uns an der zeitlosen, natürlichen und universellen Skala der Ethik der drei Gunas, welche z.B. in der Bhagavad Gita beschrieben wird**, und welche uns zur Wahrhaftigkeit und allumfassenden Liebe führt. Gandhi war sich dieser universellen Skala der Ethik bewusst, welche in der altindischen Literatur beschrieben wird: **Alle Menschen und Lebewesen sind Teil eines universellen Ganzen** und wir müssen uns ständig daran erinnern, dass wir Mitglieder der ein- und derselben Familie, unserer spirituellen Familie aller Lebewesen sind. Nach Gandhi ist die Gewaltlosigkeit „die grösste Kraft der Welt.“ Es ist das Gesetz des Lebens: „Die ganze Gesellschaft wird durch Gewaltlosigkeit zusammengehalten, sowie die Erde durch Gravitation in ihrer Bahn gehalten wird“. **Gewaltlosigkeit positiv ausgedrückt ist Liebe.** Allumfassende Liebe ist das Prinzip des Verbindens (Yoga). Sie gibt uns Entschlossenheit und einen höheren Geschmack, der viel stärker ist, als der Genuss von materiellen Objekten (inklusive Drogen etc.). Allumfassende Liebe und der **alles durchdringende Geist der Wahrheit** gehen miteinander Hand in Hand. **Liebe bedeutet Fürsorge, bedeutet Handeln**, wo kein helfendes Handeln vorhanden ist – da waltet auch keine Liebe! Allumfassende Liebe wird erlangt durch das Verbreiten der Allumfassenden Liebe (Weitersagen ...).

10. Nichtmechanische Mantra-Meditation (Kontaktieren Sie uns dazu ...)