Transformations - Training

Wir können uns fragen, wozu eigentlich ein Transformationsprozeß Training? Mir gehts doch gut!

Transformation „bedeutet“ Verwandlung. Eine Wandlung vom niederen Selbst in das höhere Selbst. Von den vitalen, niederen Kräften, den Triebkräften in die höheren geistigen Zentren. Die meisten Menschen halten sich auf in den unteren Vergnügungszentren, führen ein Leben der Sinne, im Bereich des Überlebenskampfs, der Triebhaftigkeit, der Nahrungsaufnahme , der Sexualität und dem Willen zum Überleben.

Diese genannten Zentren halten den Menschen gefesselt in einer Welt der dominierenden Sinneseinflüsse, ein vorwiegend triebgesteuertes Leben mit den vitallen Kräften.

In der Hinwendung zum Hören bekommt der Mensch die inneren Impulse, um sich neu auszurichten, einer Neuwerdung im Prozess der Verfeinerung der Sinne, um seine niederen Kräfte zur wahren Natur hin zu lenken. In seiner wahren Natur erlebt sich der Mensch hin zur geistigen Ebene mit Verantwortung gegenüber allen Wesen, tiefer Menschlichkeit, Güte, Vertrauen, Weisheit und letztendlich göttlicher Bestimmung in der lebendigen allesumfassenden Liebe.

Oft dienen „Schicksalsschläge“, große Verluste, Krankheit und schweres Leid dazu, den Menschen zur inneren Umkehr zu bewegen, wieder dem inneren Ruf des Herzens zu folgen und seinen wahren Dienst in der Welt aufzunehmen.

In der Vollendung des Lebens geht es dann nicht mehr um ein bequemeres, sinnengesteuertes Dasein in der Welt, sondern um die Reinheit im Herzen, Eine Loslösung von den triebhaften Kräften hin zur Menschlichkeit.

Von der Entfremdung zur Erkenntnis im Sein.

Diese Ebenen erinnern uns an unsere wahre göttliche Natur, die uns mit all dem Wissen über die Wirklichkeit und die geistigen Gesetze instruiert und intuitiv erkennbar wird. Der Ausspruch: „der Mensch leidet darunter, dass er nicht leidet“, macht uns zunehmender empfänglich für die

Dimensionen eines Leidgeschehens in der Welt der Gebundenheit an die Phänomene, Erscheinungen und Emotionen und den daraus resultierenden Anhänglichkeiten und Abhängigkeiten.

In der Konfrontation mit diesen leidvollen Erfahrungen bekennt sich der Mensch in einer Art der Neuausrichtung zu einer Verwandlung hin zur Leid-Überwindung in einem Prozess der Transformation.

Diese Dimension erhebt den Menschen über das Leid in die Grenzenlosigkeit des Seins, in seiner wahren Natur und der Botschaft der Freiheit und Glückseligkeit.

Die Einladung zum Transformations Training dient dazu, das Leben in seiner Größeren Dimension zu würdigen und wieder zum wahren Leben zurückzukehren.

Viele Menschen können noch nicht erkennen, dass sie ein vornehmlich, leidenschaftlich gebundenes Leben führen und sind noch nicht bereit, sich in der Neufindung vom Meer des Leidens zu entfernen und die Verfeinerung in den Sinnen auszustreben.

Es gehört zu diesen Vollzug sich ganz mit seiner Aufmerksamkeit und Konzentration auf diese höhere Dimensionen einzulassen. Der Grund, weshalb nur sehr wenige Menschen bereit sind sich diesem Pfad der Wahrheitsfindung anzuvertrauen liegt darin begründet, dass die Lebensflucht die äußeren Fluchtbewegungen in die Welt dominieren und das zurück zu sich selbst deshalb verhindert wird. Sie verweilen lieber in relativen Glücksmomenten. Viele Schüler verlassen auch wiedervorzeitig den inneren weg Komma weil sie dieser Dimension der Selbstdisziplin nicht gewachsen sind.

<u>Nun beschreibe ich die 5 Module mit den Themen.</u>

Schwerpunkte:

Das Vordergründige Ziel dieser Trainingsmodule ist, deutlich zu spüren was du für das große Leben zu leisten hast. Einen Dienst an der Schöpfung. Durch Charakterbildung und Entfaltung der Tugenden wird das kleine Ego zugunsten der Selbstverwirklichung überwunden.

Hier geht es nicht mehr um einen ideologisch-konzipiertes Sozialsystem, sondern um eine tiefe geistige Feineinstellung um der wahren Quelle in der eigenen Tiefe zu begegnen. Das steht über allem formulierten

Glaubenssätzen und kann als lebendige Wahrheit im täglichen Leben realisiert werden. Dahinter wirkt das kosmische Gesetz im Einklang mit der Verbindung von Himmel und Erde und deren Versöhnung.

Modul 1 Die Intuition des Zen Wegs

Es ist die nutzbringende Wirkung des Sitzens in der Stille dem Zazen der Haltung des Buddhas, die uns friedlich und ruhig sein lässt mit der Verbindung zur Einfachheit und inneren Einheit.

Durch diese Praxis wird das menschliche Wesen wieder an die Wurzel seiner wahren Freiheit geführt. Die Haltung, die Atmung und das geistige Bewußtsein in einer Einheit verwirklicht durch die unsichtbare Kraft Ku in das zurückkehren zur Quelle völlig frei.

Zazan üben heißt, der kosmischen Ordnung folgen. Unbewusst, natürlich und automatisch. Wenn man so mit der Praxis verbunden ist, gibt es keine Trennung und keine Dualität mehr. Man wird Eins mit Buddha.

Modul 2 Aryurveda Psychologie und 3 Heilungsprozesse

In der ayurvedischen Psychologie als Wissenschaft haben wir eine energetische Herangehensweise mit dem Hauptfokus auf die Zusammenwirkung von Yoga und Ayurveda, als der ältesten Medizin. Dabei werden der Geist und die Emotionen ausbalanciert in Verbindung mit den 3 Bioenergien Vata-Pita-Kapha.

Die destruktiven emotionallen Komponenten, die körperliche Krankheitsauslöser werden analysiert und mittels Mantras-Meditation und spirituellen Therapien umgewandelt.

So können wir uns schrittweise annähren an das beobachtende Bewußtsein. Die stürmischen Wellen des Geistes werden so befriedet und die Ursachen der Leiden werden beseitigt. Alle wollen Glückseligkeit, doch wir suchen Sie in vergänglichen Dingen. So geraten wir in Schwierigkeiten, weil wir das Glück in der Vergänglichkeit suchen. Transformation geht aus vom Stadium des Seins, in der Stille, in der Kraft, der Ruhe. In dieser inneren Kraft kann Heilung aufblühen. Wenn der Geist ruhig und konzentriert ist, kann er sich transformieren.

Die Stadien des Leidens heißen Klesas.

1. Unwissenheit
2. Angst- allein in einer friedlichen Welt
3. Wünsche
4. Anhaftung am Leben

Yoga und Ayurverda versteht es diesen Prozeß umzudrehen und die Abhängigkeiten von den Sachen loszulassen an denen wir fälschlicherweise Klammern. Die komplexen Therapien führen so vom Wissen zur inneren Weisheit durch Erfahrung. So arbeitet man mit dem Geist, um die Rückverbindung zum größeren Bewusstsein zu finden.

Modul 3 Wirksamkeit der Asanas und ihr Einsatz in der Pathologie

Asanas sind präzise, statische Haltungen, die sowohl auf der körperlichen wie auch auf der geistigen Ebene wirken. Sie lösen im Körper, als auch im Energiesystem tiefgreifende Verwandlungen aus. Auf körperlicher Ebene dienen die Asanas dem optimalen Ablauf der natürliche - physiologischen Vorgängen im Körper-, um für optimale Gesundheit zu sorgen.

Asanas entwickeln auch das Energiesystem, durch Absorption von Prana, Stärken die Drüsen und damit den Ausscheidung von Hormonen, harmonisieren das Nervensystem, das physische und das spirituelle Herz und Sorgen für eine maximale Entlastung der Wirbelsäule und Gelenke.

Durch traumatische - Negativerfahrungen und geistig - emotionale Gifte wird das Nervengewebe, die Knochen und das Bewußtsein (Vata) kontaminiert, so dass sich die psychischen Gifte durch ihr tiefes Eindringen in den Gewebeschichten festsetzen und Pathologie auslösen können.

Unsere Zielgerichtete Asana Arbeit bewirkt, dass diese psychischen Spannungen aus dem Körper und im Geist heraus gelöst werden. Wodurch Koherenz und eine höheres Energielevel entstehen.

Dadurch verbinden wir uns wieder mit der natürlichen Quelle der Lebenskraft und kosmischen Ordnung. Es gibt verschiedene Ebenen von Krankheitsgeschehen, die durch präzise Übungsphasen mit Yoga-Asanas positiv beeinflusst werden können.

Sowohl strukturelle Probleme, als auch chronische Krankheiten sprechen gut auf Yoga an. Durch die Yoga-Asanas können wir die Energie wieder nach innen lenken und uns so erneuern und verjüngen.

Modul 4 Das Geheimnis der Kampfkünste

Der wahre Sinn der Kampfkunst ist ein Begreifen mit dem ganzen Körper, Kopf, Herz und allen Sinnen zugleich.

Es gibt die absolute Konzentration und Bewegung, sonst nichts. Auf dieser Erkenntnis über Gedanken und Bewegungen beruhen alle Formen der Meditation, von der Zen-Praxis bis hinzu den Kampfkünste.

Alle enden mit der Silbe „Do“ was ich auf dem Pfad der Selbst-Verwirklichung bezieht. In der geistigen Lehre der Kampfkünste werden die gelehrten Fähigkeiten nicht um ihrer Selbstwillen, oder um zu gewinnen eingeübt, sondern als Mittel zur Erkenntnis und zur Weiterentwicklung. I

n den dynamischen oder sanften Übungsformen befreien wir unseren Körper vom Kopf. So wird alles, was wir tun zu einer dynamischen Meditation und wir sind frei von ewigem Geplapper unsere Gedanken. Oft geraten wir in leidvolle Zustände der psychischen Lähmung, in der wir uns über den Sinn, Leben und Tod beschäftigen. Wie düster es um uns herum auch sein mag, welchen Schmerz wir auch empfinden mögen, so wird unsere konstante Praxis uns von der dunklen Nacht zum neuen Sonnenaufgang führen.

Wahre Kampfkunst ist Friedensarbeit. Kein Krieg, keine Waffen. Wahre Helden werden nicht auf dem Schlachtfeld geboren! Die wichtigsten Ziele bleiben die Beherrschung der Technik in Verbindung mit der Charakterbildung.

Modul 5 Anti-Agin-Programm

Der Begriff Anti Aging auch Alters-Hemmung ist eine Bezeichnung für Maßnahmen, die das Ziel verfolgen,das biologische Alter des Menschen hinauszuzögern, die Lebensqualität im Alter auf möglichst langem auf hohem Niveau zu erhalten und das Leben insgesamt zu verlängern.

In diesem Programm setzen wir vier hoch effiziente Heilungmodule in den Mittelpunkt unseresr Alltagsroutine.

I. Yoga im Alter, der ayurvedische Yoga der 5 Elemente in einem fördernden, aufbauenden Zyklus und die Zuordnung zur Akupunktur Lehre.
II. Gesunde und vitale Kost für den alternden Mensch und Immunisierung die den Körper gesund erhält. Langlebigkeit, Körperkraft und Glanz erzeugt.
III. Türkische Essenzen zur Regeneration. Ayurvedische und Europäische Heilpflanzendrogen als Tonikum. Gelee Royal, Ginseng, 10 ayurvedische Monopräparate.
IV. Moxubution (brenntherapie mit Beifuß) an den Akkupunkturpunkten.
V. Stille, als Nahrung für die Seele, jenseits der Grenzen des „Ichs“

Modul 6 SELF DEFENSE - psychiser Selbstschutz und menschliche Auren

Psychischer Selbstschutz ist die Wissenschaft und die Kunst sich vor psychischem Angriff zu schützen. Durch eine schützende, ernergetische Hülle festigen wir unser höheres Bewusstsein im inneren Wesen, damit keine fremden, beunruhigenden Elemente eindringen können.

Die menschliche Aura und der Mechanismus des psychischen Selbstschutzen.

Einer der wertvollen Schritte sich selbst zu schützen, ist es, deine Auren stark, kompakt und dicht zu machen, was eine Beeinflussung von außen und ein Eindringen von „Fremdenergien“ schwierig macht.

Diese wertvolle Technik nennt man „Closing the aura“- Schließung der Aura.

- Die Chakra – Energiezentren und deren psychischen Funktion.
- Einfluss von Gedanken und Gefühle
- Das Gesetz des Karma
- Edelstein-Therapie