



Code d'Excellence



de 3HO International Kundalini Yoga Teachers Association (IKYTA)
& Kundalini Research Institute (KRI)

PO Box 1560, Santa Cruz, New Mexico 87567 USA • ikytaadmin@3ho.org • IKYTA: www.ikyta.org • KRI: www.KRITeachings.org

Représentés en France par la Fédération Française de Kundalini Yoga (FFKY)

Château Anand - Puygirault 86260 Saint-Pierre-de-Maillé FRANCE • www.ffky.fr • ffky.secretariat@gmail.com

En tant qu'Enseignants, nous nous engageons à vivre dans notre conscience la plus élevée. Nous menons notre existence dans un esprit d'intégrité. Dans le *Serment des Enseignants*, la *Définition d'un Yogi*, et les *Seize Facettes de la Perfection d'un Enseignant de Kundalini Yoga*, Yogi Bhajan nous donne les principes à suivre sur ce chemin de conscience ; leur pratique quotidienne nous soutiendra en tant qu'Enseignants de Kundalini Yoga.

Le Serment des Enseignants

- « Je ne suis pas une femme » (pliez le doigt de Mercure)
- « Je ne suis pas un homme » (pliez le doigt du Soleil)
- « Je ne suis pas une personne » (pliez le doigt de Saturne)
- « Je ne suis pas moi-même » (pliez le doigt de Jupiter)
- « Je suis un Enseignant » (le pouce reste tendu)

La Définition d'un Yogi

Le Yogi n'est pas affecté par les polarités opposées de la vie - ni par l'éloge ou la calomnie, ni par la richesse ou la pauvreté, ni par la santé ou la maladie, ni par la vie ou la mort. La volonté de Dieu est la volonté du Yogi.

Il/elle soumet sa volonté personnelle à celle de Dieu. Lorsque la Kundalini, la force originelle du *Prāna* (l'énergie de la vie) pénètre les *chakras* et y règne, le Yogi n'est pas soumis à la loi du *Karma*, mais il marche sur la voie du *Dharma*.

Le Raj Yogi est un sage et un roi face à toutes les tentations, toutes les situations, tous les événements et en toutes circonstances. Ceux qui méditent sur *Gūrū Rām Dās* sont bénis du miracle d'être des sages et des rois à travers les âges.

Yogi Bhajan, septembre 1995

Les Seize Facettes de la Perfection d'un Enseignant de Kundalini Yoga

Solā Kalyān Sampūran Yogi Bhajan, septembre 1995

1. Un Enseignant ne modifie jamais les enseignements en fonction de son opinion personnelle. Enseignez par l'exemple.
2. Plus vous vous élevez en tant qu'Enseignant, plus vous devez être humble.
3. L'Enseignant sert toujours les élèves de sorte qu'ils deviennent dix fois plus forts que lui, car chaque élève est un Enseignant de demain.
4. Un Enseignant doit être extrêmement bienveillant, attentionné, plein de compassion et d'indulgence.
5. En tant qu'Enseignant, vous devez toujours piquer, provoquer, confronter et élever vos élèves vers l'excellence.
6. En tant qu'Enseignant, vous devez constamment imaginer, visualiser, croire, développer dans toutes les directions, relier à tout, méditer, mettre en pratique et projeter que vous êtes *Ang Sang Wāhe Gurū* (« Avec chaque membre, chaque partie de moi, j'appartiens au Divin. »), et que l'énergie de *Gurū Rām Dās* circule en vous.
7. En tant qu'Enseignant, soyez toujours dans l'état de *Chardī Kalā* (l'esprit élevé), connecté à votre soi le plus élevé, et jamais sous l'emprise de l'émotion. Comptez vos bénédictions, et non vos malheurs. Soyez toujours gracieux. Rayonnez et grandissez.
8. En tant qu'Enseignant, vous vous élèverez en permanence vers le Divin et l'Infini qui sont l'essence de votre existence. Vous n'êtes pas un être humain né pour une quête spirituelle ; vous êtes un esprit, une *Ātmā* (âme), née pour une expérience humaine. En tant qu'*Ātmā*, votre pureté et votre piété sont toujours entretenues, protégées, exaltées et projetées avant toute autre chose, et gardées en perspective physiquement, mentalement et spirituellement.
9. En tant qu'Enseignant, écoutez et obéissez à tout enseignement authentique. Lisez une chose et vous la connaîtrez ; écrivez une chose et vous la comprendrez ; enseignez une chose et vous la maîtriserez. En tant qu'Enseignant, c'est la perfection de votre transmission qui vous donne la grâce. Votre succès ne consiste pas en ce que vous savez, mais en ce que l'élève reçoit. L'Enseignant se mesure par la croissance, la dignité et l'excellence de l'élève. Si vous découvrez un talent, nourrissez-le, guidez-le, exaltez-le par le meilleur de vos capacités et de votre divinité.
10. En tant qu'Enseignant, ne vous préoccupez pas d'égo ou de politique. Reliez-vous toujours à l'esprit, à l'âme et à l'essence de chaque personne. Adressez-vous toujours à son intelligence, à son talent et à sa conscience.

Adressez-vous toujours aux manières de chacun, à sa façon d'être et à sa mentalité. Les pensées pures sont la voie qui mène la connaissance universelle, et elles vous rendront prospère, heureux et plein de beauté.

11. Dieu et le Gurū vous ont bénis par le *Karma* (loi de cause à effet). En tant qu'Enseignant, vous devez vous offrir au *Dharma* (vivre dans la droiture) afin d'honorer le don divin de la vie. Ne provoquez jamais de séparation ni d'éloignement entre votre *Ātmā*, votre âme, et vous.

12. Un Enseignant porte des vêtements en coton blanc lorsque qu'il enseigne. En tant qu'Enseignant, cela vous confère une apparence divine et vous fait représenter la lumière. Le blanc représente les sept couleurs. Le coton est la fleur de la Terre. C'est bon pour votre psyché, votre énergie et votre système nerveux. Votre façon de vous habiller devrait être sainte et irradier la grâce. Vous devriez ressembler à un sage et à un prince ou une princesse de la paix et du divin. Un Enseignant est *PhD* : « Prince ou Princesse de Haute Divinité⁽¹⁾ ».

13. Tout comme la graine doit sécher pour devenir un arbre qui porte des fruits, les Enseignants qui ne deviennent pas de parfaits élèves, ne deviennent pas des maîtres parfaits.

14. L'Esprit Universel qui fait tourner la Terre peut se charger de tous vos problèmes. En tant qu'Enseignant, vous devez apprendre la confiance et la foi. Considérez chaque souffle de vie comme un don. Efforcez-vous de respirer consciemment, au rythme d'une respiration par minute.

15. La bannière d'un Enseignant est : « En Dieu, je demeure ». Le blason d'un Enseignant est : « En Dieu, j'ai confiance ». L'honneur d'un Enseignant est : « Au nom de Dieu, je sers ». La devise d'un Enseignant est : « Paix au mental et paix dans le monde matériel ».

16. Un Enseignant doit s'engager envers le *Nām*, l'identité divine.

Sans le *Nām*, vous ne pouvez pas obtenir la purification du soi, ni la projection de la grâce divine pour maîtriser les éléments.

Sans engagement, point de caractère.

Sans caractère, point de dignité.

Sans dignité, point de divinité.

Sans divinité, point de grâce.

Sans grâce, vous ne pouvez pas vous sacrifier ou servir autrui. Votre compassion et votre présence n'agiront pas, et vous ne pourrez pas être heureux.

Souvenez-vous, une fois pour toutes, que le bonheur est votre droit de naissance, et qu'il est toujours juste d'être heureux. Alors, soyez heureux, soyez en bonne santé et soyez saints.

Nous sommes tous saints, car nous possédons tous neuf orifices⁽²⁾. Ajoutez-y deux bras et deux jambes et cela fait treize. Vous êtes nés avec treize, vous vivrez avec treize, vous mourrez avec treize. Treize (soit trois et un), cela fait quatre : la Coupe de la Prière. La prière est votre force, votre protection et votre pourvoyeur. *Sat Nām*.

©1995 Teachings of Yogi Bhajan

Code d'éthique et standards professionnels d'un Enseignant de Kundalini Yoga

Relation enseignant-élève

Il en va de la responsabilité de l'Enseignant de maintenir une relation professionnelle avec les élèves et avec les autres Enseignants. Un Enseignant reconnaît que la relation enseignant-élève peut être déséquilibrée en termes de pouvoir, même lorsque l'élève n'étudie plus avec l'Enseignant.

1. Un Enseignant reconnaît la confiance implicite placée en lui du fait du pouvoir particulier de la relation enseignant-élève. Un Enseignant évite avec un élève toute relation qui soit susceptible d'exploiter ce dernier de quelque façon que ce soit. Cela signifie qu'il (ou elle) n'utilise pas cette relation à des fins personnelles.

2. Toute forme de relation sexuelle avec des élèves est contraire à l'éthique, même si l'élève invite ou consent à un tel comportement. Le comportement sexuel inclut, sans s'y limiter, toute forme de séduction implicite ou explicite par le langage, les gestes et les actes.

3. Toute forme d'engagement financier auprès d'un élève est découragée et peut faire l'objet d'un examen disciplinaire. Cela inclut, sans s'y limiter, les prêts, les cadeaux et les relations d'affaires. Le paiement pour les services d'enseignement est accepté. Si vous avez une

question à ce sujet, contactez la direction exécutive d'IKYTA.

4. Les points mentionnés ci-dessus sont valables tant que l'Enseignant est dans une relation enseignant-élève, et pour au moins six mois après que l'élève cesse de suivre des cours ou formations auprès de cet Enseignant.

5. Un Enseignant ne doit pas harceler, injurier verbalement ou physiquement, ou faire pression sur les élèves ou anciens élèves.

6. Un Enseignant se montre sensible aux valeurs morales, sociales et religieuses des élèves, ainsi qu'à leurs orientations sexuelles, et évite d'imposer ses croyances personnelles aux autres.

7. Un Enseignant ne doit pas recommander à un élève d'aller à l'encontre des recommandations de son professionnel de santé.

8. Un Enseignant réalise qu'il est le véhicule des enseignements, jamais leur source. Un Enseignant de Kundalini Yoga n'initie pas de disciples.

9. Un Enseignant s'efforce de construire la relation de l'élève avec les enseignements et avec son âme, plutôt qu'avec une personnalité.

10. Si un Enseignant est dans l'incapacité de poursuivre sa relation avec un élève, l'Enseignant, à la demande de l'élève, connectera ce dernier à d'autres enseignants ou sources d'enseignements appropriées au sein de la communauté internationale de 3HO.

11. Un Enseignant traite toute communication avec les élèves dans une confidentialité respectueuse et appropriée.

Structure d'un cours

1. Un Enseignant enseigne les *kriya* (incluant postures, *mantra*, méditations ou séries d'exercices) tels qu'ils ont été enseignés par Yogi Bhajan, à ceci près qu'il peut réduire la durée des postures ou proposer des variantes afin, lorsque cela est nécessaire, de pallier les limitations physiques de certains élèves.

2. Un Enseignant ne crée pas de *kriya* (postures, *mantra*, méditations ou séries d'exercices) ; il ne rajoute pas d'enseignements ou de pratiques provenant d'autres écoles à un *kriya* de Kundalini Yoga tel qu'il a été enseigné par Yogi Bhajan.

3. Un Enseignant reconnaît qu'il fait partie de la Chaîne d'Or des Enseignants et commence chaque classe en chantant le mantra *Ong Namō Gurū Dev Namō* au moins trois fois, et la termine avec la chanson *Long Time Sun*.

4. Un Enseignant est responsable du maintien de l'intégrité et du caractère sacré des enseignements du Kundalini Yoga.

5. Un Enseignant n'exagère pas ou ne trompe pas sur les bienfaits du Kundalini Yoga.

6. Pendant le cours, l'Enseignant porte des vêtements appropriés, décents, propres et blancs. Se couvrir la tête est particulièrement recommandé.

7. Un Enseignant respecte la loi yogique « Quiconque vient les mains vides repartira les mains vides » en invitant les élèves à faire un don.

Communications et publicité

Les directives suivantes sont destinées à préserver la qualité des enseignements et à maintenir l'Enseignant en conformité avec les directives légales visant à présenter de façon appropriée nos services en tant qu'Enseignants.

1. Un Enseignant indique avec exactitude ses qualifications professionnelles et ses diplômes ainsi que ses affiliations et/ou toutes les organisations qui le parrainent.

2. Les annonces et les brochures publicitaires destinées à la promotion de cours ou de stages basés sur les enseignements de Yogi Bhajan doivent représenter ceux-ci avec exactitude et avec grâce.

3. Un Enseignant se représente lui-même, et présente IKYTA, KRI, 3HO et Yogi Bhajan de façon sincère et fidèle dans toute communication publique. Les supports promotionnels doivent suivre les directives sur la publicité élaborées par ces organismes, afin de refléter fidèlement leurs missions.

Communauté des Enseignants

1. Un Enseignant soutient les autres Enseignants dans leurs activités en faisant appel à la communication consciente, afin d'éviter d'attribuer à leurs efforts toute négativité ou toute attribution erronée.

2. Un Enseignant parle et agit respectueusement à l'égard des autres Enseignants de Kundalini Yoga, de même qu'à l'égard d'enseignants d'autres traditions yogiques (et méthodes thérapeutiques).

3. Un Enseignant ne sollicite pas volontairement les élèves d'un autre Enseignant.

4. Un Enseignant contribue à l'unité de la communauté internationale de 3HO par son acceptation de la diversité, par sa volonté de collaboration et par son engagement à agir pour le bien de tous.

5. Un Enseignant agit en tant que membre actif de toutes les organisations dédiées à l'enseignement, qu'elles soient nationales (lorsqu'elles existent) ou internationales (3HO, IKYTA et KRI). Il agit en tant que représentant des règles professionnelles et éthiques édictées par ces organisations.

6. Chaque Enseignant cultive l'intégrité éthique de notre culture d'Enseignants en étant vigilant : ayant connaissance qu'un Enseignant est impliqué dans ce qui semble être un manquement possible à ces règles, il pourra apporter une aide directe ou faire appel à l'organisme approprié.

7. En toute circonstance, le comportement d'un Enseignant représente la pureté et l'intégrité que Yogi Bhajan a enseignées.

8. En toute circonstance, un Enseignant honore la lignée de la Chaîne d'Or et des enseignements avec respect et révérence.

9. Un Enseignant mis en cause ou reconnu coupable par une cour civile, correctionnelle ou pénale, dans des affaires de mœurs, de tromperie ou d'actes criminels pourra faire l'objet d'un examen disciplinaire.

10. Tout Enseignant dont les actes sont contraires aux intérêts de 3HO, d'IKYTA, de KRI, de Yogi Bhajan ou des entités qui soutiennent leurs services, et tout ce qui implique un non-respect de la responsabilité financière ou des malversations financières pourra faire l'objet d'un examen disciplinaire par le Comité d'Éthique et de Standards Professionnels de 3HO.

Compétences professionnelles

1. Un Enseignant s'engage, de façon régulière et quotidienne, dans une pratique incluant le Kundalini Yoga et la méditation, tels qu'ils ont été enseignés par Yogi Bhajan, et il maintient cette pratique.

2. Un Enseignant s'engage à améliorer en permanence ses connaissances et ses compétences professionnelles. Il/elle remplit les exigences nécessaires en termes de formations telles que développées et présentées par IKYTA et KRI (et par les associations nationales, le cas échéant).

3. Un Enseignant s'abstient de consommer ou d'être sous la dépendance de l'alcool, du tabac ou de la drogue. Un Enseignant n'autorise pas l'usage de l'alcool, du tabac ou de la drogue durant les cours, stages et événements.

4. Selon la tradition yogique, un Enseignant observe un régime végétarien. Un Enseignant fait en sorte que les

plats servis à l'occasion des cours, stages et événements soient végétariens.

5. Un Enseignant mène ses activités d'enseignement, et gère leur comptabilité, selon les lois et les statuts en vigueur.

(1) Il s'agit d'un jeu de mot faisant référence au sigle *PhD*, littéralement « docteur en philosophie » qui est, dans le système universitaire anglo-saxon, l'intitulé le plus courant d'un diplôme de doctorat, et qui suit souvent le nom du titulaire. Yogi Bhajan, lui-même titulaire d'un tel diplôme, aimait donner à ce sigle le sens de « Prince ou Princesse de Haute Divinité ».

(2) Il s'agit là d'un jeu de mots anglais entre *holy* (« saint, béni, sacré ») et *hole* (« trou, orifice ») pour désigner les orifices naturels du corps humain).



Le but de ce Code est d'aider les Enseignants, à partir de leur conscience la plus pure, à servir et à protéger les élèves, les communautés et les organisations. Si un Enseignant est en violation du présent Code, il ou elle peut faire l'objet d'un examen par *3HO IKYTA KRI Ethics and Professional Standards Committee*. Toute violation substantielles du présent Code (y compris la modification des enseignements, des actes qui peuvent être nuisibles aux élèves, ou l'utilisation ou l'abus de substances) peut entraîner des mesures disciplinaires, y compris l'interdiction de représenter 3HO IKYTA, KRI et le Kundalini Yoga selon l'enseignement de Yogi Bhajan®, à quelque titre que ce soit en tant qu'Enseignant de Kundalini Yoga, voire le retrait de la licence KRI de formateur d'enseignants et l'exclusion permanente d'IKYTA (et d'associations nationales). **En signant ce Code d'éthique et standards professionnels, je comprends et j'accepte le fait que toute décision finale impliquant une suspension ou résiliation sera rendue publique.**

Un Enseignant a la responsabilité de se tenir en conformité avec le Code le plus récent tel qu'il figure sur ikyta.org.

Je soussigné accepte de vivre et d'enseigner en conformité avec le Code d'éthique et standards professionnels de l'Enseignant de Kundalini Yoga ci-dessus.

Nom légal et nom spirituel:

Date:

Signature: