

Yoga och En kurs i mirakel

Detta är för dem som dras till den andliga aspekten av Avita Yoga...

Jeff Bailey har utformat Avita Yoga och han gör nu Ekims lektioner och yoga tillsammans med Lisa Cutcheon.

Jag, Pia Toremar, har översatt delar av texten från hans hemsida. Jag har deltagit via Zoom på några av hans lektioner. Ekim är en viktig del av hans liv.

Den nya spellistan på YouTube heter **Avita Yoga och En kurs i mirakler**. De är korta videoklasser som motsvarar arbetsbokslektionerna i EKIM.

Yoga betyder "att gå med". Och att gå med är att läka eftersom det för oss bortom den begränsade idén om ett separat själv.

Vi läker med och genom andra! Inte nödvändigtvis i form men i sinne. Du kan titta på, lyssna eller öva på de enkla formerna med oss när jag delar med mig av läsningarna och de milda kommentarerna. Vi följde vägledningen och började spontant. Och så verkade flödet av yoga och innehåll förbättras allt eftersom vi gjorde framsteg.

För Lori och mig har The Course varit vår guide och på många sätt hörnstenen i vårt äktenskap under de senaste 30 åren. Ibland tyckte vi inte om det och förstod det inte, men ändå litade vi på att en upplevelse skulle komma och göra slut på vårt tvivel. Vi är tacksamma för de många lärare som vill hjälpa till att förtydliga och inspirera.

Icke-dualistiska läror Liksom många andra har jag lärt känna Kursen som den västerländska versionen av Advaita Vedanta, ett uråldrigt österländskt tankesystem som kan översättas till "inte två". Med andra ord är det en övning som leder till den sanning som vi delar som en Kärlek. Målet är praktiskt och direkt: Att känna till källan till

lycka. För att finna den måste vi se inåt och rensa de inre hindren för lycka, vilket resulterar i praktisk vägledning från en källa som alltid har vårt bästa i åtanke. Det krävs tillit, men det är vad förtroende är till för.

Övning lönade sig, och den inre Voice for Love kom fram hösten 2010. Det inspirerade till mycket material, bland annat min bok om Yoga Sutras: The Yoga Mind. Den guidade mig och Lori genom Yoga Loft och utvecklingen av Avita Yoga. Kursen har hjälpt Lori och mig genom svåra tider och helt förändrat hur vi ser på varandra och världen omkring oss.

Jag hoppas att detta kastar ljus över "mitt arbete". Det går sällan ett ögonblick under de tusentals klasser jag har undervisat och praktiserat där Kärlekens Närvaro inte vägleder mig på vägen. Jag känner mig evigt välsignad över att få dela detta arbete på så många nivåer med så många villiga och underbara människor som du.

Tack för att du läste. Jag uppskattar ert stöd. Vi är i den här tillsammans.....

Med kärlek, Jeff Bailey



Jeff Bailey

Founder

w. AvitaYogaOnline.com

e. info@avitaonline.com

