

Die Beseitigung nutzloser Tätigkeiten im Leben wird selten als Heilungstherapie gesehen. Wenn die Menschen sich selbst beobachten, können sie leicht einen wesentlichen Anteil an Worten und Handlungen finden, auf den sie besser verzichtet hätten. Durch solche Handlungen wird Energie verschwendet, die ansonsten erhalten worden wäre und die man für nützliche Handlungen hätte verwenden können. Der Bewusstseinsfunke strahlt besser und ermöglicht hilfreiche Lösungen, wenn man alles weglassen würde, was man besser sein ließe. Wir sollten unser Herz dazu erziehen, durch Handlungen Bewusstsein zu erlangen. Dies sollten wir als Gesetz betrachten. Es ist bedauernswert und sogar unerträglich, dass sich der Mensch unter den schmutzig trüben Wellen des Genusslebens und der Unwissenheit wie ein Grashalm biegt. Irgendwo muss in diesem Zusammenhang an Abhilfemaßnahmen gedacht werden, um den rapiden Anstieg von Krankheiten umzukehren. „Was gestern nicht ausgelebt werden konnte, sollte heute bewusst entfernt werden“, sagt ein Meister der Weisheit. Wir müssen uns selbst beobachten und dementsprechend formen, so dass wir das tun und sprechen, was wesentlich ist. Wenn wir uns darum bemühen, werden uns sogar nur noch Gedanken in Bezug auf wesentliche Dinge kommen. Dies ist das Gebot der Stunde.

Durch solches Handeln wird das Herz erleichtert. Wenn das Herz entspannt und frei von Unruhe ist, kann es zur Erhebung beitragen. Ein freudiges Herz erzeugt Heilungsenergien, die Krankheiten verhindern bzw. heilen.

Der Yoga spricht von Tapas, das bedeutet feurige Aufmerksamkeit bei allen Gedanken, Worten und Handlungen. Dies erfordert, dass die Schüler ihre dreifache Tätigkeit des Denkens, Sprechens und Handelns täglich prüfen und nochmals überprüfen. Die strengen Anweisungen im Yoga fordern, dass man sich auf Handlungen guten Willens ausrichtet, kreative Gedanken in Zusammenhang mit solchen Handlungen guten Willens entwickelt und nur spricht, um zu heilen, aber nicht um zu verletzen oder Schaden zuzufügen. Durch diese Disziplin schirmt sich der Mensch vor negativen Energien ab und übermittelt außerdem positive Energien in seine Umgebung. Auf diese Weise wandeln die Anweisungen des Yoga den Menschen, der sie befolgt, in einen Heiler um, während er gleichzeitig auch selbst geheilt wird.

Der Heiler heilt und auch er selbst wird durch diese okkulte Therapie geheilt.