

Anamaya, RaMa Escuela Kundalini Yoga & Kundalini Research Institute presentan:

El Maestro Acuariano Formación de Maestros de Kundalini Yoga, Nivel 1

Septiembre 2014 -Junio 2015

Monterrey, NL

• BASADO EN LAS ENSEÑANZAS DE YOGI BHAJAN •



“Si quieres aprender algo, léelo. Si quieres entender algo, escríbelo.
Si quieres dominar algo, enséñalo”

Yogi Bhajan





Escuela Kundalini Yoga: Escuela de Vida

La escuela de Anamaya trae a Monterrey, Nuevo León programa de Formación de Maestros de Kundalini Yoga "El Maestro Acuarioano" Nivel 1, creado y avalado por el Kundalini Research Institute (EUA), es un entrenamiento internacional que se imparte en mas de 46 países.

Esta Formación esta dirigida a todas las personas que quieren desarrollar su excelencia y que quieren aprender, a través de la practica de Kundalini Yoga y Meditación, a establecer una relación auténtica con su espíritu.

Nuestra escuela es un lugar para aquellos que quieren experimentar la totalidad de su ser y trabajar en ellos mismos para llegar a ser seres humanos conscientes, compasivos y exitosos, en su vida personal y profesional.

Al formarte como maestro de Kundalini Yoga aprendes a ser un estudiante de la vida, para así poder disfrutarla y compartirla gozosamente.

"Ser un Maestro de Kundalini Yoga va mas allá de solamente enseñar ejercicios y posturas. Ser un Maestro implica descubrir y pulir todas las facetas de tu Ser para que tus talentos y tu excelencia puedan brillar y estar al servicio de los demás"

Yogi Bhajan



Temario:

- **Kriyas & meditaciones en kundalini yoga:**
La practica, la teoría y los beneficios de las posturas, series y meditaciones de Kundalini Yoga.
- **Respiración & pranayama:**
La respiración como fuente de salud física, mental y emocional.
- **La mente:**
Sus capacidades, sus limites y aprender a desarrollar una mente neutral.
- **Filosofía yógica y los orígenes de kundalini yoga:**
La experiencia, el auto descubrimiento y la realidad del alma como pilares del conocimiento humano desde la perspectiva oriental.
- **El rol y la consciencia de un maestro de kundalini yoga:**
Las características y facetas de un Maestro de Kundalini Yoga, las técnicas y estrategias para enseñar a diferentes tipos de personas y saber crear currícula para clases y talleres.
- **Anatomía yógica e occidental:**
Los diferentes sistemas energéticos del cuerpo desde la perspectiva yógica (chakras, diez cuerpos, meridianos) y los principales sistemas de anatomía occidental para entender como la yoga los beneficia.
- **Sonido sagrado y mantras:**
La ciencia del sonido como fuente de elevación y sanación.
- **Humanología:**
Técnicas y enseñanzas holísticas para llevar un estilo de vida armonioso y sano. Incluye enseñanzas para las mujeres y los hombres, relaciones de pareja y más.
- **Nutrición yógica:**
La comida como herramienta para vivir sano y fuerte y prevenir enfermedades.
- **Sadhana:**
Aprende a establecer una práctica personal diaria de yoga y meditación.
- **Aprende a enseñar kundalini yoga:**
Experiencia práctica de impartir clases con retroalimentación y guía personalizada.



*“No hay nada afuera de ti,
simplemente aprende a ser T^ú”*

Yogi Bhajan

Estructura del Curso:

- El curso completo es de 220 horas: 180 horas de clase y 40 horas de trabajo independiente.
- La Formación se lleva a cabo a lo largo de 10 fines de semana de septiembre a junio: 7 fines de semana (sábado y domingo) y 3 intensivos de 3 días (viernes a domingo).
- El tercer intensivo* ("Cherdi Kala") es en junio en un lugar de retiros cerca de Toluca, en donde se reúnen todos los alumnos de nuestras formaciones, con mas de 100 personas cada año. ¡Es una experiencia increíble de crecimiento y elevación!
- Durante el curso hay tareas, lecturas y meditaciones para apoyarte a profundizar tu practica de yoga y meditación y tu crecimiento personal.
- Cada alumno tendrá la oportunidad de enseñar 2 prácticas supervisadas a lo largo de los 10 meses del curso.
- El grupo de alumnos se dividirá en grupitos de estudio para apoyar la integración de los conocimientos y el proceso personal de cada uno.



¿Qué incluye el curso?

- Diez fines de semana del curso
- 2 manuales de la Formación "El Maestro Acuario"
- El libro "Master's Touch" escrito por Yogi Bhajan
- El libro "Japji: La canción del Alma"
- Carpeta del alumno con material adicional
- *Las comidas durante las sesiones de la formación
- Certificación reconocida internacionalmente por KRI
- Membresía de un año en IKYTA México (Asociación Mexicana de Maestros de Kundalini Yoga)

Nuestra Formación de Maestros de Kundalini Yoga, Nivel 1 es certificada internacionalmente por KRI (*Kundalini Research Institute, EUA*), IKYTA (la asociación internacional de maestros de Kundalini Yoga) y está afiliada a *3HO International (Healthy, Happy, Holy Organization)*, la organización dedicada a difundir las enseñanzas y el estilo de vida de Kundalini Yoga en todo el mundo gracias a su estatus de ONG de las Naciones Unidas.



Capacitadores:



Tarn Taran Kaur: Dos años después de que Tarn Taran Kaur y su esposo conocieran a Yogi Bhajan, en 1972 se mudaron a Ámsterdam y más tarde a Hamburgo donde empezaron la compañía de YOGI TEA Europa y abrieron el primer centro de Kundalini Yoga en Alemania. Desde entonces ha dedicado su vida a inspirar a la gente a vivir una vida feliz y balanceada basándose en la tecnología de Kundalini Yoga. Tarn Taran Kaur también ofrece cursos en todo el mundo acerca de la sabiduría yógica de las mujeres. (USA-UE: www.kundaliniwomen.org).



Gurujodha Singh: Empezó su práctica de yoga a los 19 años mientras estudiaba Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales en Londres. Desde entonces Gurujodha se ha dedicado a estudiar con algunos de los mejores maestros espirituales de nuestra era para seguir creciendo como maestro y ser humano. Hoy en día Gurujodha vive en México, es un capacitador de Kundalini Yoga y es el creador de "AMRIT", la primera barra nutritiva sin azúcar en México. Gurujodha también es músico y sacó su primer disco, 'Kirpa', en abril 2012. Su pasión es compartir con los demás el potencial infinito que la vida nos ofrece para vivir plenamente y libremente.



Prabhu Atma Kaur



Kalyan Kaur



Jap Singh



Guru Nam Kaur

Fechas de los 10 módulos:

27 y 28 septiembre de 2014

18 y 19 octubre

21, 22 y 23 noviembre

6 y 7 diciembre

17 y 18 enero de 2015

20,21 y 22 febrero

21 y 22 marzo

18 y 19 abril

2 y 3 mayo

12, 13 y 14 Junio (Retiro en Tonalli, Toluca)

Horario:

En los módulos de 2 días, el horario es sábado de 08:00 a 18.30 hrs y el domingo de 04:00 a 18.30 hrs.

En los módulos de 3 días, el horario es viernes de 08:00 a 18.30 hrs. y sábado y domingo de 04:00 a 18.30 hrs.

Lugar:

Anamaya Centro de Bienestar Integral A.C.

Sendero Sur 2900 Loc. 33, Balcones del Mirador

Monterrey, NL | Tel. (81) 8103.9094

www.anamaya.com.mx

¿Cómo me inscribo?

Para inscribirte envía un correo a:
ramaformaciones@gmail.com

Si tienes preguntas o requieres mas información,
contáctanos a nuestros teléfonos:
Tel: (55) 6379.2046 | (81) 8103.9094

Inversión:

A. \$28,000:

- \$3,000: Inscripción para apartar tu lugar**

- Pagos en mensualidades de \$2,500 por mes por 10 meses de septiembre a junio.

B. \$27,000: ¡Descuento por pronto pago!

Si te inscribes antes del 30 de julio 2014.

- \$3,000: Inscripción para apartar tu lugar

- Pagos en mensualidades de \$2,400 por mes por 10 meses de septiembre a junio.

C. \$25,000: Precio especial para: Estudiantes de tiempo completo menores de 25 años; Adultos mayores de 65 años; Alumnos foráneos; Parejas casadas; Si pagas en una sola exhibición antes del inicio del curso.

- \$3,000: Inscripción para apartar tu lugar

- Pagos en mensualidades de \$2,200 por mes por 10 meses de septiembre a junio.

*La estancia en el último intensivo en Tonalli Toluca tiene un costo adicional de \$2,600, esto incluye todas las comidas y los 3 días de estancia.

**La inscripción no es reembolsable.

¡Ven a uno de nuestros propedéuticos!

www.escuelakundaliniyoga.com



*“Que el eterno sol te ilumine, que el amor te rodee,
y que la luz pura interior, guíe tu camino.”*

Esperamos tener el gusto de conocerte pronto. Sat Nam.
www.escuelakundaliniyoga.com

