

Festival Guru Ram Das - Galicia 14-19 AGOSTO. 2018

Khalsa Kaur (Chiky)

Introducción a la práctica de Sat Nam Rasayan (SNR)

Sat Nam Rasayan es un sistema tradicional de sanación yóguica cuyo único instrumento es la conciencia del sanador. Éste se entrena para desarrollar su capacidad meditativa, experimentando un estado silencioso e indiferenciado de no separación (Shuniya) en el que la relación con el proceso a sanar aparece como una modificación de su estado perceptivo. En consecuencia es también un sistema para aprender a meditar.

Permitiendo sin resistirse su experiencia de la relación esta se modifica para regresar al silencio indiferenciado. La conciencia del meditador-sanador se transforma y con ello también lo hace la relación y el proceso o sujeto a sanar.

Formándote como practicante de SNR conseguirás:

- Aprender a meditar por un camino sencillo y rápido.
- Incrementar y amplificar tus niveles de atención ante lo que sucede a través del "espacio sensible"
- Practicar la presencia plena en el ahora de manera simple.
- Desarrollar la tolerancia ante la vida y la ausencia de juicios y proposiciones sobre las cosas o los seres.

Vas a desarrollar tu capacidad sanadora aliviando el sufrimiento de los demás mediante tu mente meditativa.

Esta técnica está integrada en la **tradición del Kundalini Yoga** y está siendo transmitida por **Guru Dev Singh**, cuya gran aportación, en obediencia al encargo de **Yogi Bhajan**, ha sido diseñar un sistema que permite a cualquier persona aprenderlo sin necesidad de ser iniciada, simplemente a través de su esfuerzo y práctica personal



Biografía

Khalsa Kaur (Chiky)

Profesora de Sat Nam Rasayan autorizada por **International Sat Nam Rasayan Foundation (2004)**. Integrante del equipo de enseñanza de SNR en España que dirige **Amrit Nam Singh (Ambrosio)**, imparte las **Formaciones de Valencia y Lleida**, habiendo enseñado también en ciudades como Madrid, Barcelona, Zaragoza o Santiago.

Profesora de Kundalini Yoga titulada por la **Asociación Española de Kundalini Yoga**, ha enseñado en el **Centro Avagar de Madrid** durante 11 años.

Se ha formado (desde 1997) en estas disciplinas con

Amrit Nam Singh, siendo consecuentemente discípula de Guru Dev Singh.

Licenciada en Biología y Doctora en Fisiología por la **Universidad Complutense de Madrid**, también ha sido profesora titular en la misma universidad durante 37 años.

Actualmente reside en Valencia: agamallosnr@gmail.com www.satnam-rasayan.es