



Mi nombre es Montse Muñoz, **Siri Raj Kaur**. Soy de Madrid donde me formé, hace 11 años, en Avagar con Andrea Märtens y Ambrosio Espinosa. Cuando finalicé la formación sentí la llamada de mi alma y dejé un trabajo estable y fijo para venir a Barcelona y dedicarme a dar clases de yoga hace ya casi 10 años.

Actualmente doy clases de Kundalini yoga, meditación, Hatha y Yoga Restaurativo. Mis clases están enfocadas al crecimiento personal y elevación de la consciencia, apoyándome en la neurociencia, inteligencia y educación emocionales.

Tal como dice mi nombre, siento que mi camino de alma es elevar mi consciencia para elevar la consciencia de los demás.



**Sara Ravi Har Simran**, nacida en Madrid con una fuerte conexión con la Costa Mediterránea. Gracias a una importante depresión en mi adolescencia que me llevó a estar en una planta de psiquiatría, conocí y experimenté la influencia de la respiración en nuestro estado mental y emocional. Desde entonces he investigado, estudiado y practicado diferentes senderos y técnicas de Meditación.

Gracias a la llegada por sorpresa de mi hija, con la gran oportunidad y desafío de formar una familia monoparental, se me abrió el Camino del Yoga, que comencé a compartir con mi bebé y en proyectos educativos alternativos.

Desde hace más de 15 años sigo estudiando, formando y practicando Yoga y Meditación (Anusara Yoga, Vipassana, Educación Transpersonal, Kundalini Yoga, Masaje, Yóguico) para seguir atenta y presente en mis procesos y poder compartir herramientas que a mí me ayudaron a ver la oportunidad de transformación y superación en los momentos más oscuros de mi historia, y a seguir agradeciendo a cada desafío por darme la oportunidad de seguir puliendo y mejorando como Ser Humano.

En mis clases y propuestas abordamos el reconocimiento y la reconciliación entre luces y sombras, capacidades y limitaciones, con aceptación y gratitud para permitir que emanen las cualidades del corazón, que se exprese nuestro Ser, la energía original y universal que somos y de la que formamos parte.

OM MANI PADME HUM

La Joya está en el Loto

¡¡La sabiduría surge y necesita del lodo, cual flor de Loto que nace en aguas estancadas!!



Me llamo **Lilawanti Khatnani (Mujer Indira)**, hija de Siri Gobind Kaur, gran mujer y maestra de Kundalini yoga, pionera en Barcelona. Soy yogui terapeuta experta en gestión emocional, empoderamiento y relaciones conscientes. Estoy especializada en acompañar a las personas en sus noches oscuras del alma, con el objetivo de sanar, perdonar, resignificar, liberarse y evolucionar hacia la vida que merecen vivir.

Me declaro una loca apasionada del autoconocimiento, el yoga, el movimiento consciente y el comportamiento humano. Mi propósito en esta vida es ser quién estoy destinada a ser, esa niña-mujer inquieta, rebelde e inconformista, que sacude vuestras almas y despierta vuestras consciencias adormecidas.

Desde bien pequeñita he trabajado en Shunia Yoga Sagrada Familia, empapándome de todos los conocimientos de los grandes maestros. Allí me formé como maestra de Kundalini Yoga, Embarazo Consciente, Sanación Meditativa, Shakti Dance y Childplay Yoga, entre otras disciplinas. En el Institut Gestalt, de la mano de Vicens Olivé y su hija, descubrí mi otra pasión el acompañamiento terapéutico.

Desde hace dos años que creé mi marca personal, decidí fusionar todas mis herramientas y conocimientos, para poder poder crear espacios sagrados donde encontrarnos, compartir, crecer, evolucionar y expandirnos. Actualmente soy una emprendedora rebelde, que ha decidido alzar su voz y salir al mundo a brillar.

"Cuando una mujer despierta desde el amor, todo su entorno cambia"



Me llamo Ángeles Quiñones Ferrer, **Gopal Seva Kaur**, nací en Sabadell (Barcelona) y gracias a situaciones que se han ido presentando en mi vida, hace unos años pasé de desempeñar funciones como Técnico superior en Administración y finanzas, para lo que había estudiado, a dedicar mi vida al cuidado de las personas y la sanación.

Cada experiencia ha sido crucial para redirigir el camino hacia mi interior, formándome durante éste, como maestra-terapeuta Reiki Usui, Sanadora con los Médicos del Cielo, Numerología Tántrica, Geometría Sagrada, sanación con arquetipos, conocimiento del Diseño Humano y por fin, Instructora de Kundalini Yoga, que me llevó a la formación profesional de Gong y vibración sonora, mi gran pasión.

En la actualidad sigo con talleres y formaciones constantes para reciclarme y seguir aprendiendo, con el objetivo de expandir amor y conciencia.



Soy Elena Canal Mosella, **Mantra Harpreet Kaur**, nací en Solsona (Lleida), donde vivo, mis dos hijos Ares e Isar son los motores de mi fuerza para seguir siempre adelante. Trabajé durante 30 años como Técnica Administrativa, compaginando con otros empleos como el de camarera para llegar donde estoy ahora.

A raíz de varias situaciones empecé a formarme como Terapeuta y Maestra de Reiki Usui, Sanación arquetipos Colin Bloy, Aura Soma - Terapia del alma y lenguaje del color.

Mi gran salto de crecimiento fue con la formación de Instructora de Yoga Kundalini de la mano de Siri Vedya (Omana Yoga Studio) con lo que cambié y hoy forma parte de mi estilo de vida. Seguí con el módulo de Comunicación Consciente Yoga Kundalini nivel II en Omana, con Siri Vedya y Gurudass Kaur Khalsa. No dejo de formarme en lo que más me apasiona, terminando Numerología Tántrica y empezando Terapia del sonido con gong (Vikrampal).

Actualmente a nivel profesional compagino la atención a las personas como Técnica de Curas Auxiliar Enfermería, con impartir clases de Kundalini Yoga y terapeuta.

Lo más importante es seguir mi camino (siendo fiel a mi esencia), mis hijos y la gente que me rodea.

“Si tú cambias, todo cambia ... todo está dentro de ti”



Mi nombre es **Carmina**. Conocía y practicaba otros estilos de yoga como el de Hatha y el de Vinyasa cuando descubrí Kundalini Yoga. Cuando lo descubrí, fue amor a primera vista. Sentí que ese era y es mi camino.

Me formé como instructora en Shunia Yoga Sagrada Familia, mi segundo hogar.

Me confieso enamorada de la Sadhana como auto-practica. Mi afán por seguir este sendero me impulsa a seguir formándome para hacer llegar la disciplina del Kundalini Yoga a cuantas más almas mejor.



Me llamo Natalia Palanca, **Natvi Kaur**. Me declaro profundamente enamorada de mi hijo Víctor y mi esposo Álex. A quienes les agradezco quien soy hoy. Nacida en Barcelona, he tenido la fortuna de residir en países y ciudades con culturas diversas. Cada una de ellas me han enseñado a entender que el verdadero hogar reside dentro de uno mismo. Me licencié en Psicología Clínica en la Universidad de Barcelona. Estoy certificada en Coaching por CTI, y Practitioner en PNL por Institut Gestalt.

Practico Kundalini Yoga desde hace más de 20 años. Cada maestro ha forjado en mí una pasión por esta práctica. Y el universo ha puesto el sendero perfecto para que esta pasión se convirtiera en mi vocación. Instructora certificada de Kundalini Yoga Nivel 1 (300 horas, reconocido por KRI y AEKY), Terapeuta de Sonido (40 horas, Instituto Español Sonoterapia) y formada en Numerología Tántrica y Sat Nam Rasayan.

En la actualidad compagino mi familia, la psicología, el coaching con impartir clases de kundalini yoga.

“Si quieres dominar algo, enséñalo. Sumérgete en tu Ser”