



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!!



Somos **José y Ángeles**, nuestras Almas se reconocieron a edades muy tempranas y por circunstancias de la vida tuvimos el tiempo justo para ello. Tras vivir cada uno sus experiencias, de forma individual, tras casi 40 años sin saber nada el uno del otro, por fin volvimos a reencontrarnos, y en esta ocasión era para seguir el camino juntos de la mano.

En esta nueva etapa, que vivimos desde el Amor verdadero, compartimos la pasión por el sonido y la vibración.

Nos hemos formado como sonoterapeutas y transmitimos nuestro amor, unidos, a través de los instrumentos para promover el sentimiento más hermoso que existe y que es capaz de superar una vida separados para luego crecer.

Sat Nam



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 Hatha y el Vinyasa , pero cuando descubrí Kundalini, fue amor a primera vista. Sentí que ese era y es mi camino.

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

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

Sat Nam



Guru Karam Kòr de Lleida, donde vive su hija de acogida de 24 años. Es coautora del libro *No te dejes amargar la vida*, y en *Tu Salud Ginecológica con Yoga y Meditación* recoge la trayectoria de su área de trabajo como yoguini especializada en la salud de las mujeres. Instructora de Kundalini Yoga desde el año 2000, regresa a EEUU para vivir una breve temporada en el ashram madre, en Española, Nuevo Mèxico, donde sigue viajando periódicamente y manteniendo su conexión. También ha continuado con Sat Nam Rasayan desde el 2001. Y han pasado unos cuantos años ... con sus experiencias para seguir caminando por la vida actual, identificando las propias polaridades de las mentes funcionales para ir afianzando la mente neutral e intuitiva.

Recibe y sustenta la influencia de la polaridad lunar junto con el desarrollo profesional de la polaridad solar, trabajando con los instrumentos de yoga y meditación para caminar hacia la neutralidad, el camino del medio, el espacio de la mente neutral e intuitiva.

Sat Nam



Me llamo **Natàlia Gómez Vives** y mi nombre espiritual es **Dhyan Prakash**, que significa *"la que medita al amanecer"*. Nací en Barcelona hace 55 años, aunque nunca me sentí a gusto en la ciudad. Desde niña he sentido una profunda conexión con la naturaleza, y hace más de 25 años decidí mudarme al Maresme, donde encontré el entorno ideal para vivir en armonía conmigo misma.

Mi despertar espiritual comenzó hacia 1997, impulsado por diversas vivencias que me llevaron a buscar respuestas en mi interior. En 2008 descubrí el Kundalini Yoga, aunque no fue hasta el 2023 que me sumergí plenamente en mi camino espiritual, realizando la formación del Primer Nivel. Desde entonces, mi vida ha experimentado una profunda transformación, siendo mi auténtico renacer.

Actualmente estoy cursando un módulo del Segundo Nivel de Kundalini Yoga, continuando así con mi proceso de evolución personal y compromiso con esta práctica. También tengo el Primer Nivel de Reiki Usui Tibetano, que ha sido una herramienta clave en mi camino de sanación y autoconocimiento.

En la actualidad, imparto clases de Kundalini Yoga en Malgrat de Mar, compartiendo esta poderosa tecnología con otras almas en búsqueda de conexión, equilibrio y propósito.

Con amor y gratitud hacia todo lo que la vida me ha enseñado, siento el profundo deseo de compartir mis experiencias y las herramientas que me han guiado hacia la conexión con mi verdadera identidad, con mi alma y con el propósito que da sentido a mi existencia.

Wahegurú!



Mi nombre en la tierra es **Eva Marco** y mi identidad espiritual suena “**Ishwarjot Kaur**” o Luz Infinita. Desde muy pequeña sentía la necesidad de tener espacios de silencio e introspección y, sin saber muy bien lo que significaba, me iba acercando a Dios o al Cosmos. De hecho, nunca estuvo tan lejos, siempre estuvo en mí.

Me formé en Kundalini Yoga en Shunia Yoga Sagrada Familia en un entorno más que acogedor y transformador. Antes había estudiado el método Pilates y otros sistemas de trabajo corporal, pero nada es comparable a Kundalini Yoga. Mi naturaleza sensitiva y artística me llevó a conectar con algo más expansivo y realmente profundo.

Soy mamá de dos niñas y mujer que sostiene un hogar de cuatro; trabajo a tiempo reducido en una escuela infantil y dedico todo el tiempo posible a la práctica y vida consciente. Uno de mis propósitos es seguir caminando con Fe y confianza, y compartir lo aprendido con humildad y respeto, para reconocernos Luz y Amor en un mundo a veces complejo pero lleno de posibilidades.

Soy licenciada en CAFD y maestra especialista en Educación Física; autora de un manual publicado sobre actividades dirigidas, he trabajado como instructora y formadora para la FEDA, coreógrafa y bailarina en competición profesional. Por otro lado, y a lo largo del tiempo, cursé la maestría en “Usui Shiki Ryoho” (Reiki Tradicional); y actualmente, siendo instructora de Kundalini Yoga acreditada por AEKY y formada en Yoga para niños/as en el programa “Child Play Yoga”, dedico parte de mi vida a la docencia y a la espiritualidad.

Sat Nam



Mi nombre es **Judit Castellà**. Soy profesora de Kundalini Yoga desde 2013, con certificación oficial en instrucción de yoga.

Soy bióloga y estudio arte y grabado en la escuela Llotja de Barcelona desde 2021. Tengo mi propio taller de arte y yoga en Agramunt (Lleida). En Barcelona abrí hace 10 años el estudio JIO Yoga en la calle Rocafort, donde guío sesiones de yoga todos los martes y jueves. Durante el confinamiento empecé a dibujar entre las clases online y la reconexión con la naturaleza. Ahora he creado mi propio método para meditar a través de la expresión plástica, y potenciar la creatividad artística con meditación y yoga.

Sat Nam