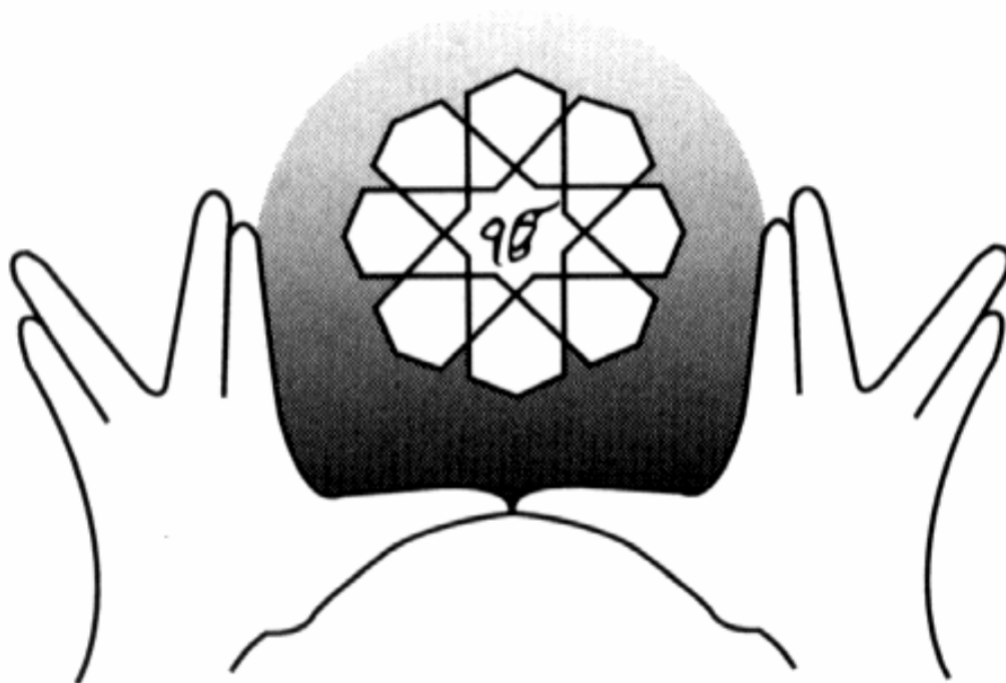


Utbilda dig till Sat Nam Rasayan Healer

Utbildning steg 1, start april 2009



SAT NAM RASAYAN - DEN YOGISKA HEALINGTEKNIKEN

Den yogiska healingtekniken Sat Nam Rasayan är ett effektivt redskap för att läka emotionella, fysiska och själsliga obalanser. Sat Nam Rasayan lärdes traditionellt ut i tystnad från mästare till elev men sedan slutet av 1980-talet lärs denna teknik ut helt öppet för alla som är intresserade. Mästaren i Sat Nam Rasayan, Guru Dev Singh, reser världen över och har grundat "The School of Sat Nam Rasayan". Från våren 2006 finns nu steg 1 i Sverige.

SAT NAM RASAYAN FÖR ALLA

SNR lär dig:

- kraftfulla redskap för att hela andra.
- att skapa en känsla av lugn och tillfredsställelse i ditt liv.
- ett enkelt sätt att närma dig meditationen.
- att möta känslor & tankar utan att låta dem styra dig

SAT NAM RASAYAN FÖR KUNDALINIYOGALÄRAREN

Den yogiska healingtekniken SNR spelar enligt mästaren Yogi Bhajan en central roll i kundaliniyogan. Med hjälp av SNR utvecklade Yogi Bhajan förmågan att använda Kundaliniyoga som ett redskap för helande. Genom att använda SNR, visste han exakt vilken kriya som på bästa sätt skulle hjälpa och stödja hans elever. Sat Nam Rasayan,

- hjälper dig som lärare att vara mer medveten i din lärarroll,
- lär dig en djup förståelse för hur Kundaliniyogans olika krias påverkar kroppen, sinnet och själen,
- ger dig en konkret förståelse av yogiska meditationer,
- ger dig styrkan att kunna förstå och möta upp dina elevers behov i yogaklassen,
- lär dig att hjälpa dina studenter att lösa sina problem och blockeringar med hjälp av enskilda healingsessioner,
- lär dig att fördjupa dina elevers avslappning under den långa vilan i yogaklassen,
- lär dig att förstå den healingförmåga som Yogi Bhajan och andra yogamästare använt sig av genom tiderna,
- lär dig förmågan att undervisa rätt kriya till rätt klass eftersom du får en djupare förståelse för dina elevers behov.

UTBILDNINGENS INNEHÅLL

Genom ett antal olika steg kommer du att lära dig att vara stabil och sann i din kontakt med en annan människa. Du kommer att få en djupare kontakt med och förståelse av ditt neutrala sinne. Dessa teman kommer att gås igenom under utbildningen:

1. *Open the space.* Du lär dig att öppna "spacet" samt att hålla det.
2. *Equalize.* Du lär dig att låta alla förnimmelser få ha samma dignitet. Att allt är lika viktigt.
3. *Resistance.* Du lär dig att identifiera motstånden.
4. *Resolve resistance.* Du lär dig att lösa upp och släppa igenom motstånden.
5. *Individualize.* Du lär dig att ta in ett specifikt område eller "problem".
6. *To be able to feel a couple of resistances, 4-5.* Du lär dig att känna flera motstånd samtidigt.
7. *Multiple individualize: 2 events at the same time.* Du lär dig att arbeta med och lösa upp flera områden eller "problem" samtidigt.

DATUM 2009

Utbildningen bedrivs på två orter i Sverige, i Stockholm och i Umeå. Båda utbildningarna hålls dagtid.

I STOCKHOLM

27+28 april

9+10 juni

21+22 september

23+24 november

I UMEÅ

Datum meddelas senare.

LÄRARE

Annika Waldenström och Viveka Pasquier.

PLATS

Centralt i Stockholm. Lokal meddelas senare. Centralt i Umeå på Maya Yogacenter.

KOSTNAD

10 500 kr. (inklusive moms). Kostnad för diplomering av Guru Dev Singh tillkommer (ca 1000 kr.).

BEHÖRIGHET

Alla är varmt välkomna oavsett tidigare erfarenhet av Sat Nam Rasayan.

ANMÄLAN

Görs till Akal Center på e-post akalcenter@gmail.com eller telefon 08-6602454. Du har en säkrad plats genom att sätta in 500 kr i anmälningsavgift på Akals plusgironummer: 9214708-1 Waldenström.