

Instructeurs de cours

Sadhu Singh vit au Mexique et à Vienne et pratique le yoga et la méditation depuis le début des années 1970. Pendant toutes ces années, il fut un disciple de Guru Dev Singh et celui-ci lui demanda de prendre la responsabilité de la tradition Sat Nam Rasayan.

Kathrin Ohnsorge, PhD pratique le Sat Nam Rasayan depuis plus de 25 ans et donne des formations Sat Nam Rasayan et des ateliers de Kundalini Yoga en Europe. Elle se consacre particulièrement au Sat Nam Rasayan dans l'accompagnement des mourants.

Information:

Daniela Har Hari Kaur Campanella
E-mail : contact@danielacampanella.com
téléphone: +41 79 870 70 10
www.satnamrasayan.ch



Formation Sat Nam Rasayan

Formation Niveau 1
2024/2025 - Gland

Sat Nam Rasayan

Sat Nam Rasayan est l'art de guérison méditatif du Kundalini Yoga. Il utilise la conscience et le silence intérieur pour guérir. L'état méditatif de Sat Nam Rasayan permet de résoudre les schémas de douleur, de stress profond et de conditions physiques. En prêtant attention à vos propres processus intérieurs et au flux de sensations, vous apprenez à amener votre esprit à prendre conscience du moment présent et à demeurer dans ce silence intérieur. A partir de là, vous apprendrez à vous contempler dans la relation et à détendre profondément l'autre. De cette façon, les forces d'auto-guérison peuvent se revitaliser. Sat Nam Rasayan cultive un état méditatif de tolérance et de compassion et apporte vitalité et conscience à votre propre processus intérieur.

Structure du cours

Au premier niveau, vous apprendrez les bases du Sat Nam Rasayan. Il se compose de 12 jours : 10 jours avec l'instructeur certifié Kathrin Ohnsorge et 2 jours/1 week-end avec Sadhu Singh.

Emplacement

Chemin de la Crétaux 4, 1er étage, 1196 Gland, Switzerland

Dates des cours

30 novembre/1er décembre 2024; 11/12 janvier 2025; 22/23 mars 2025; 24/25 mai 2025; 12/13 juillet 2025.

Les cours de Sadhu Singh seront annoncés séparément.

Frais

10 jours de formation d'instructeur CHF 1.700,- / CHF 1.500,- early bird jusqu'au 3 septembre 2024. L'atelier avec Sadhu Singh doit être réservé séparément. Attestation de fin de formation CHF 60.-

Sat Nam Rasayan

Sat Nam Rasayan is the meditative healing art of Kundalini Yoga. It uses consciousness and inner silence for healing. The meditative state of Sat Nam Rasayan allows to resolve patterns of pain, deep seated stress and physical conditions. Through attention to your own inner processes and the flow of sensations you learn how to bring your mind to the awareness of the present moment and to dwell in that inner silence. Relating from there, you will learn to contemplate yourself in the relation and deeply relax another person. In this way the self-healing forces can revitalize. Sat Nam Rasayan cultivates a meditative state of tolerance and compassion and brings vitality and awareness of your own inner process.

Course structure

In the first level you will learn the basics of Sat Nam Rasayan. It consists of 12 days: 10 days with the certified instructor Kathrin Ohnsorge and 2 days/1 weekend with Sadhu Singh.

Location

Chemin de la Crétaux 4, 1er étage, 1196 Gland, Switzerland

Course dates

30 Nov/01 December 2024; 11/12 January 2025; 22/23 March 2025; 24/25 may 2025; 12/13 July 2025.

The courses of Sadhu Singh will be announced separately.

Costs

10 days of instructor training CHF 1.700,- / CHF 1.500,- early bird until September 3rd, 2024. The workshop with Sadhu Singh has to be booked separately. Certificate at the end of the training CHF 60.-