

## 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 du 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:

Nicolas Moser

E-mail : [satnamrasayanlausanne@gmail.com](mailto:satnamrasayanlausanne@gmail.com)

téléphone: +41 76 462 50 73

[www.satnamrasayan.ch](http://www.satnamrasayan.ch)



# Formation Sat Nam Rasayan

Formation Niveau 1

2025/2026 - Lausanne

## Sat Nam Rasayan

Le Sat Nam Rasayan est une technique ancestrale de méditation utilisée pour la guérison. L'instrument pour la guérison dans le Sat Nam Rasayan est un aspect de la conscience transcendante, un état sans limite qui permet au pratiquant de guérir grâce à sa capacité à ressentir et à émerger dans un certain état de conscience. Il s'agit d'une technique unique pour détendre le corps et retrouver la force vitale et de la vitalité. Le Sat Nam Rasayan est une voie simple pour atteindre l'état méditatif de Shuniya, qui permet d'accéder à la contemplation des pensées, des émotions et des sensations. Il vous donne un profond sentiment de connexion avec vous-même et avec la réalité. Il vous permet de sortir du flot des vos pensées et vous ancre profondément dans vos sensations et dans un état de calme. Le Sat Nam Rasayan est accessible à toutes et à tous. Pour l'apprendre, aucune expérience préalable ni capacité particulière ne sont requises.

### Structure du cours

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

### Emplacement

Le lieu précis du cours sera communiqué dès que possible.

### Dates des cours

08/09 novembre 2025	11/12 avril 2026	
24/25 janvier 2026	30/31 mai 2026	05/06 septembre 2026

### Frais

10 jours de formation d'instructeur CHF 1.700,- / CHF 1.500,- early bird jusqu'au 1 octobre 2025. L'atelier avec Sadhu Singh doit être réservé séparément.

## Sat Nam Rasayan

Sat Nam Rasayan is an ancient meditative healing technique. The instrument for healing in Sat Nam Rasayan is an aspect of transcendent awareness, a limitless state which enables the practitioner to heal through their ability to sense and emerge into a certain state of consciousness. It is a unique technique to relax the body and to regain vital strength and vitality. Sat Nam Rasayan is a simple way into the meditative state of Shuniya, which allows the contemplation of thoughts, feelings and sensations. It gives you a strong sense of the relationship with yourself and with reality. It allows you to go beyond thinking and it connects you deeply to your senses and into calmness. It is accessible to everyone. To learn Sat Nam Rasayan, no special abilities or previous experience is required.

### 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 or 1 weekend with Sadhu Singh.

### Location

The exact location of the training will be communicated as soon as possible.

### Course dates

08/09 November 2025	11/12 April 2026	
24/25 January 2026	30/31 May 2026	05/06 September 2026

### Cost

10 days of instructor training CHF 1.700,- / CHF 1.500,- early bird until October 1st, 2025. The workshop with Sadhu Singh is to be booked separately.