



Actualización del entrenador  
8 de junio de 2020

¿No quieres leer esta nota? Mira [el video en su lugar](#), con subtítulos disponibles en varios idiomas...

Sat Naam Queridos maestros formadores,

He estado estudiando y reflexionando esta semana sobre el racismo y el privilegio de los blancos. Para mí, ha sido muy revelador ganar un poco más de comprensión acerca de cuántas cosas que doy por sentado, y que nunca he cuestionado, contribuyen realmente a mantener sistemas de acceso injustos y desiguales. Me siento inspirado, y muchos de los miembros del personal de KRI también están muy apasionados por esto, a no dejar pasar este momento de concienciación sin comprometerse a cambios duraderos. KRI buscará maneras de hacer que nuestro personal, nuestra junta directiva y nuestros entrenamientos sean más diversos y accesibles para todos. Veremos cómo la cultura que creamos como comunidad impacta en el mundo que nos rodea. ¿Cómo podemos incluir la ética, la responsabilidad del siglo XXI y el aprendizaje como un concepto fundamental, de modo que nuestra cultura de los Yoguis de Kundalini emerja como una que es conocida por nuestra presencia en la comunidad, nuestro anti-racismo, y nuestro servicio a todos? Aunque pueda ser incómodo, los animo a todos a que se eduquen más y sean más conscientes del racismo sistémico (que existe en muchos países incluso fuera de los EE.UU.), y a que hagan el trabajo interno que todos debemos hacer para contrarrestar nuestros prejuicios inconscientes.

Como saben, soy un gran creyente en el poder de nuestra conciencia de grupo. Y esta área de sesgo inconsciente, y por dar nuestra visión del mundo demasiado por sentado, apunta a una gran razón del por qué. Cuando podemos escucharnos profundamente unos a otros, cuando se puede honrar la diversidad de opiniones, esa diversidad naturalmente contrarresta el sesgo.

Esa es una de las razones por las que me estoy entusiasmando cada vez más con la Cumbre y el Foro Mundial de Entrenadores en línea el 9, 10 y 11 de julio. Se llevará a cabo en varios momentos del día, para que personas de todas las zonas horarias puedan participar. Estamos trabajando duro para tener una traducción simultánea en vivo de las sesiones para que las personas que no hablan inglés puedan participar plenamente. El registro ofrece una opción de "contribución consciente" para que las finanzas no impidan que nadie participe.

La agenda de esta reunión será determinada por los participantes, así que cualquier tema de KRI puede ser presentado y discutido por cualquier miembro de nuestra comunidad de entrenadores. Los proyectos y las prioridades que surjan de estas reuniones nos guiarán para seguir adelante. Así que espero que todos ustedes puedan unirse. Especialmente aquellos que no se han sentido escuchados o representados en el pasado - ¡ahora es su oportunidad! ¡Preséntense y sean escuchados!

Estoy deseando crear con vosotros una comunidad vibrante y fuerte que sirva al mundo a través de estas enseñanzas, sirviendo mejor juntos que por separado.

Que el Gurú Ram Das nos bendiga a todos,

- **Trabajando juntos** - La próxima Cumbre y Foro de Entrenadores el 9, 10 y 11 de julio será un lugar para que todos ustedes establezcan la agenda y co-creen el futuro de KRI. Este evento estará en línea, y tenemos un equipo trabajando para coordinar a los traductores y los materiales de traducción en varios idiomas. También tenemos una opción de precio de contribución consciente, que le permite seleccionar una cantidad que puede pagar. Si te apasiona la construcción de la comunidad, ¡únete al equipo! Envía un correo electrónico a Sat Amrit Kaur a [trainerforum@kriteachings.org](mailto:trainerforum@kriteachings.org) para participar. Inscríbete en el evento aquí: <https://na.eventscloud.com/ehome/534606>.
- **Orientación y capacitación del facilitador:** [haga clic aquí para ver la información completa](#). Para ayudar con nuestras próximas llamadas de acercamiento a la comunidad de facilitadores, les invitamos a participar en este entrenamiento ofrecido por Gurucharan Singh, Gurudev Singh y Hari Charn Kaur el martes 9 de junio de 9-11 am (Hora de la Montaña, Denver, Colorado). Zoom Link: <https://us02web.zoom.us/j/85234101545>. Esta primera orientación y entrenamiento será en inglés mientras trabajamos con los equipos para ofrecerla en otros idiomas. Para actualizaciones sobre el entrenamiento del facilitador y las llamadas regionales visite: <https://trainersupport.kundaliniresearchinstitute.org/community-dialogue/>
- **Próximos webinars** que forman parte de nuestra Serie de Desarrollo Acuático:
  - [Encarnando el Anti-Racismo: ¡Ser el Cambio!](#) - martes 9 de junio al 14 de julio, de 19:00 a 21:00 EDT (Ciudad de Nueva York). Únete a nosotros para una serie especial en vivo de 6 semanas para encarnar el anti racismo y convertirte en el cambio que quieres ver en este mundo. Esta es una recaudación de fondos por donaciones para Black Lives Matter y George Floyd Memorial Fund. Exploraremos los ciclos de opresión, la historia del racismo y descubriremos cómo y dónde podemos ayudar a nuestro mundo a sanar desde un espacio encarnado centrado en el corazón. Esta serie de 6 semanas se reúne semanalmente en vivo para yoguis, maestros, entrenadores de todas partes que quieran despertar para entender cómo usar nuestros privilegios en el servicio para terminar con el racismo.
  - [Cómo funciona el Kundalini Yoga; Nervio Vago y teoría polivagal](#) - jueves 11 de junio, 12:30-2 EDT (Nueva York). Las prácticas centradas en el corazón han informado a la humanidad durante milenios, dándoles esa paz y tranquilidad tan anhelada. La [Dra. Anne Taylor](#) explica la antigua sabiduría del Kundalini Yoga desde un enfoque científico. Lo que significa la "cuerda de afinación central" del cuerpo, y cómo el corazón es más que una bomba... ¡Ella comparte sus estudios tejidos de las culturas antiguas y la ciencia moderna para apoyar a la comunidad KY en la profundidad de cómo funciona el Kundalini Yoga! Únete a nosotros en vivo o mira la grabación después.
  - [Cómo funciona el Yoga en la recuperación de traumas; ¡los fundamentos científicos!](#) - Lunes 15 de junio 7 PM EDT (Ciudad de Nueva York). En esta charla, la Dra. Julie Staples (Guru Parkash Kaur) presenta la investigación científica que muestra cómo funciona el yoga para curar los síntomas del trauma. El trauma afecta a todo el cuerpo, afectando al sistema inmunológico, al sistema endocrino y al sistema nervioso. La Dra. Staples, autora de [Reclaiming Life After Trauma](#) (Recuperando la vida después del trauma) hablará de los últimos estudios de investigación que utilizan el yoga (incluyendo el yoga Kundalini) y la meditación para el estrés postraumático.