

# 水瓶座训练师更新



## 训练员更新

2020年3月30日

### 亲爱的培训老师们

在这个前所未有的动荡和变革的时代，保持安全和保持联系是如此重要。我们可以一起走过这个时代，在全球范围内加强彼此之间的联系，发展和改变我们的生活和集体文化。我们相信这些教义的力量及其在这些挑战时期的重要性。

现在要保持安全，就需要我们大多数人呆在家里，但这并不意味着我们需要与我们的培训师、教师和学生群体隔离开来。我们可以相互支持，共同度过这些时期。

KRI希望支持我们全球社区成员之间日益增长的相互联系。为此，我们每天都会举办疗愈冥想活动（请看下面的信息和链接），我们希望这个公告可以作为一个免费冥想链接的交流平台。请将任何链接发送给[Hari Charn Kaur](#)。

- **确保所有昆達利尼瑜伽修行者的安全** - 由Guruka Kaur領導的EPS辦公室，一直帶領著我們的制度性努力，確保我們的社區不受教師、訓練員和修行者的不道德行為影響。这项多年来的努力已经取得了显著的成果。其中，建立了听取和解决投诉的机构，实施了处理投诉的程序，并确定和实施了补救措施，以达成解决方案。  
该办公室还认识到，教育是我们防止不道德行为、虐待和欺凌的集体努力的重要组成部分。去年，我们成立了一个由来自世界各地的志愿者组成的EPS道德文化委员会，以制定一个性骚扰和道德培训战略（在最近的指控之前），这将帮助教师、培训员和牧师们预防和解决这些行为。这项工作仍在进行中，但正在共同努力，争取在几个月内完成这一课程。

然而，鉴于最近的指控和许多社区成员的呼吁，EPS和KRI认识到上述措施只是解决方案的一部分。我们听说还需要做更多的工作，而且要尽快完成。

我们认为这项工作是一项优先事项，因为我们致力于在我们的社区中培养一种信任和安全文化，使其没有欺凌、虐待、骚扰和不道德的行为。

EPS、KRI和一群在这一领域有经验的志愿者已经开始共同努力，以提高我们对这些问题的集体理解，探索我们的机构必须如何改变以支持这一目标，教育我们的社区了解这些问题，并改善我们的沟通方式，以支持对机构的信任。

如果您有任何建议或意见，或希望参与到这项工作中来，并在这方面提供您的专业知识，请发邮件给[Amrit Singh](#)。

- **支持您的网络研讨会** - KRI热诚邀请所有学院成员免费参加我们的“[水师发展系列](#)”。教师培训师的专业发展系列课程。请注意，您需要登录Sutra（一个免费广告平台），我们在这里举办网络研讨会。你可以在这里看到[我们的整个课程目录](#)。你可以现场参加，或观看录音。以下是一些可用课程的例子。
  - [寒冷的抑郁症：在孤独中寻找希望](#)。
  - [教学法。成人学习者的教学艺术](#)
  - [昆达利尼瑜伽的传承与传承](#)
  - [在线教学的最佳实践](#)
  - [我说什么？LGBTQI+在KY教学中的包容性](#)
  - [冠状病毒。该怎么做！](#)
- **探索有意识的改变**—集体决策对推进工作的开展非常重要。我们正在寻求一个小型工作小组的志愿者，研究可能的包容性团体流程，以促进我们的集体决策向前推进。研究结束后，我们将向水师培训师学院提交方案。这个工作小组不会做任何决定。如果你有专业知识，可以为我们设计一个水瓶座的包容性决策过程，请填写这个非常[简短的谷歌表格](#)。
- **全球愈合冥想**—KRI希望支持我们全球社区成员之间日益增长的相互联系。提醒—全球治疗冥想是在每天上午6:30（例如：科罗拉多州丹佛市）的山地夏令时，全球治疗冥想会在现场进行。您可以[在这里加入](#)。
- **研究瑜伽和冥想对焦虑的影响**—在这个不确定的时代，我们的练习比以往任何时候都更重要。请看[这篇摘要文章](#)，来自KRI的月报，关于瑜伽和冥想在处理广泛性焦虑方面的功效的科学研究。
- **优化在线培训** - 正如上周的培训师更新中宣布的那样，我们允许您从现在开始至2020年6月30日期间在网上举行教师培训课程。在我们共同学习如何以最好的方式来做这件事的时候，相互支持是非常重要的。请大家在本经圈分享一下自己的在线老师培训中，有哪些是成功的，[哪些是失败的](#)。

- 关于欧洲瑜伽节的重要消息---请看今夏[欧洲](#)瑜伽节的相关公告

翻译：[www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (免费版)