



Atualização do Treinador  
30 de março de 2020

Sat Nam Queridos professores treinadores,

Neste momento sem precedentes de convulsões e de mudanças, permanecer seguro e conectado é tão importante. Juntos podemos passar por esses tempos, fortalecer nossa conexão uns com os outros globalmente e evoluir e transformar nossas vidas e nossa cultura coletiva. Acreditamos no poder destes ensinamentos e na sua importância durante estes tempos de desafio.

Ficar seguro agora exige que a maioria de nós fique em casa, mas isso não significa que precisamos ficar isolados da nossa comunidade de instrutores, professores e alunos. Podemos nos apoiar uns aos outros através deste período.

O KRI quer apoiar esta crescente interligação entre os membros da nossa comunidade global. Para fazer isso, estamos transmitindo a meditação de cura a cada dia (veja informações e link abaixo), e esperamos que este boletim possa crescer como uma central de informações de links para outras meditações gratuitas. Por favor, envie qualquer link que possamos incluir para a [Hari Charn Kaur](#).

- **Mantendo todos os praticantes de Kundalini Yoga seguros** – O escritório EPS, liderado por Guruka Kaur, tem liderado nossos esforços institucionais para garantir que nossas comunidades estejam a salvo de comportamentos antiéticos por professores, instrutores e ministros. Esse esforço de vários anos tem dado resultados significativos. Entre eles, estruturas foram criadas para ouvir e resolver reclamações, procedimentos foram implementados para processá-las e soluções foram definidas e administradas para chegar a resoluções.

Este escritório também reconheceu que a educação foi uma parte crítica dos nossos esforços coletivos para evitar comportamentos antiéticos, abusos e intimidações. No ano passado, um comitê de ética do EPS, formado por voluntários de todo o mundo, foi formado para desenvolver uma estratégia de treinamento em assédio sexual e ética (antes das recentes alegações) que ajudaria professores, instrutores e ministros a prevenir e lidar com esses comportamentos. Este trabalho ainda está em andamento, mas um esforço conjunto está sendo feito para ter este curso pronto em poucos meses.

No entanto, dadas as recentes alegações e os apelos de muitos membros da comunidade, o EPS e o KRI reconhecem que as medidas acima mencionadas são apenas parte da solução. Ouvimos dizer que é preciso fazer mais, e em breve.

Acreditamos que este trabalho é uma prioridade porque estamos empenhados em promover uma cultura de confiança e segurança em nossas comunidades, livre de bullying, abuso, assédio e comportamento antiético.

EPS, KRI e um grupo de voluntários com experiência nessa área começaram a trabalhar juntos para melhorar nossa compreensão coletiva dessas questões, explorar como nossas instituições devem mudar para apoiar esse objetivo, educar nossas comunidades sobre essas questões e melhorar a maneira como comunicamos esses esforços para apoiar a confiança em nossas instituições.

Se você tem alguma sugestão ou comentário ou gostaria de fazer parte deste esforço e emprestar sua experiência nesta área, por favor, envie um e-mail para [Amrit Singh](#).

- **Webinars para apoiá-lo** – O KRI convida calorosamente todos os membros da Academia a participarem gratuitamente na nossa [Série de Desenvolvimento Aquariano: Desenvolvimento Profissional para Formadores de Professores](#). Por favor, saiba que você precisará entrar no Sutra (uma plataforma sem anúncios) onde hospedamos nossos webinars. Você pode ver todo o nosso [catálogo de cursos aqui](#). Você pode participar ao vivo, ou assistir às gravações. Alguns exemplos de cursos disponíveis são:
  - [Depressão Fria; Encontrar Esperança no Isolamento](#)
  - [Pedagogia: A Bela Arte de Ensinar os Alunos Adultos](#)
  - [Legado e Linhagem do Kundalini Yoga](#)
  - [Melhores Práticas para o Ensino Online](#)
  - [O que é que eu digo? LGBTQI+ Inclusão no Ensino da KY](#)
  - [Coronavírus: O que fazer!](#)
- **Explorando a Mudança Consciente** – A tomada de decisões coletivas é importante para avançar. Estamos pedindo voluntários para um pequeno grupo de trabalho para pesquisar possíveis processos inclusivos de grupo que possam ser usados para nossa tomada de decisão coletiva para seguir em frente. Após a pesquisa, as opções serão apresentadas à Academia de Formadores Aquarianos. Este grupo de trabalho não tomará nenhuma decisão. Se você tem experiência a oferecer para nós sobre o desenho de um processo de tomada de decisões mais inclusivo, por favor preencha [esse breve formulário do Google](#).
- **Meditação de Cura Global** – KRI quer apoiar esta crescente interligação entre os membros da nossa comunidade global. Lembrete: a meditação de cura global está acontecendo ao vivo, através do zoom, às 6:30 da manhã, fuso horário de verão da montanha (por exemplo, Denver, CO) todos os dias. Você pode participar [aqui](#).
- **Pesquisa sobre os efeitos do yoga e da meditação na ansiedade** – Nestes tempos incertos, a nossa prática é mais importante do que nunca. Confira [este artigo resumido](#), de uma edição anterior do boletim mensal do KRI, sobre a ciência por trás da eficácia do yoga e da meditação em lidar com a Ansiedade Generalizada.
- **Otimizando treinamentos online** – Como anunciado na atualização do treinador da semana passada, estamos permitindo que você realize online seus dias programados de aulas de treinamento de professores entre agora e 30 de junho de 2020. É muito importante que nos apoiemos uns aos outros enquanto aprendemos juntos a fazer isto da melhor maneira possível. Por favor, compartilhe o que funcionou e o que não funcionou para as suas formações de professores online [neste círculo Sutra](#).
- **Notícias importantes sobre o Festival Europeu de Yoga** – Por favor, confira [este anúncio](#) sobre o Festival Europeu de Yoga deste verão.