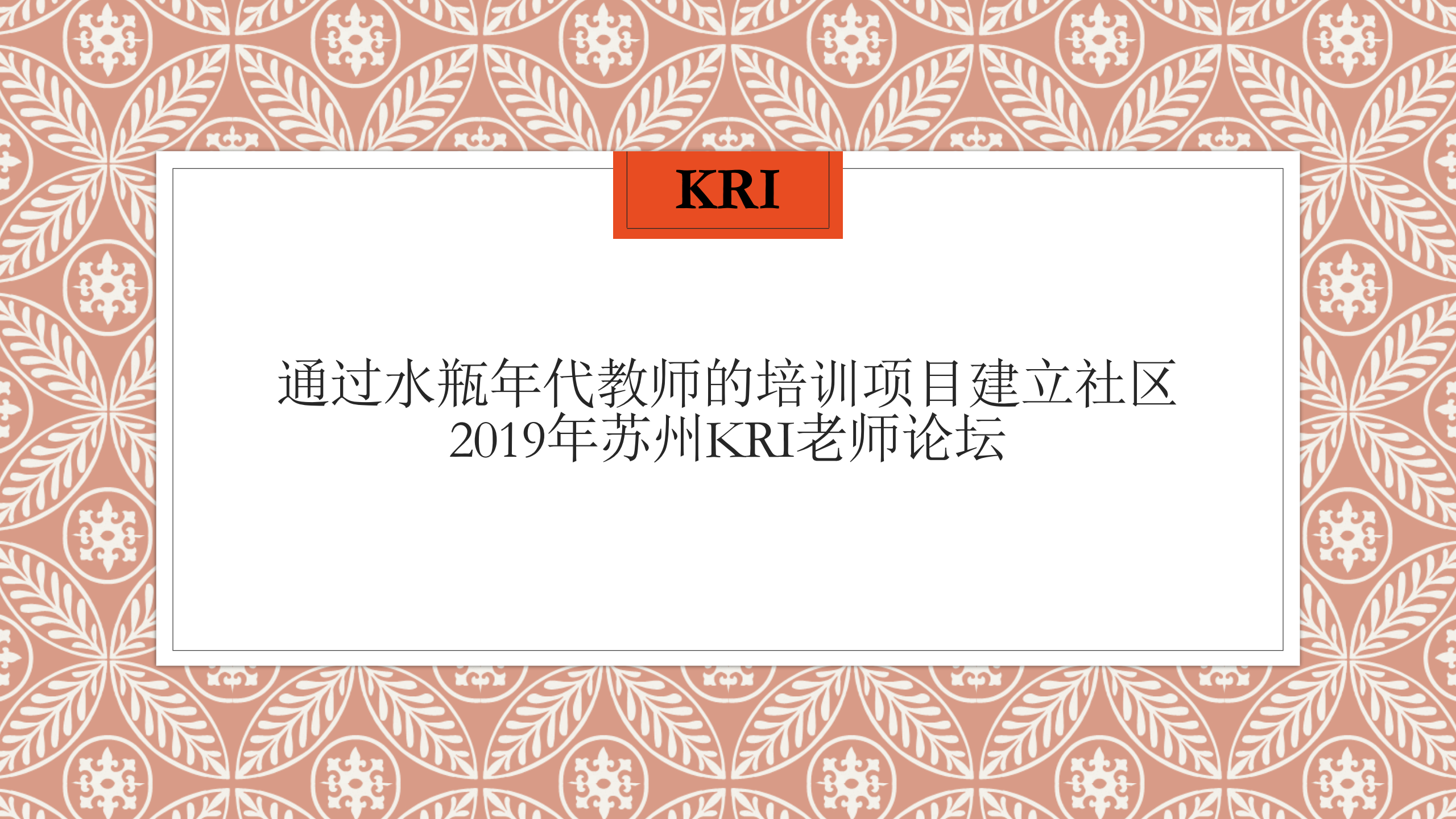




KRI

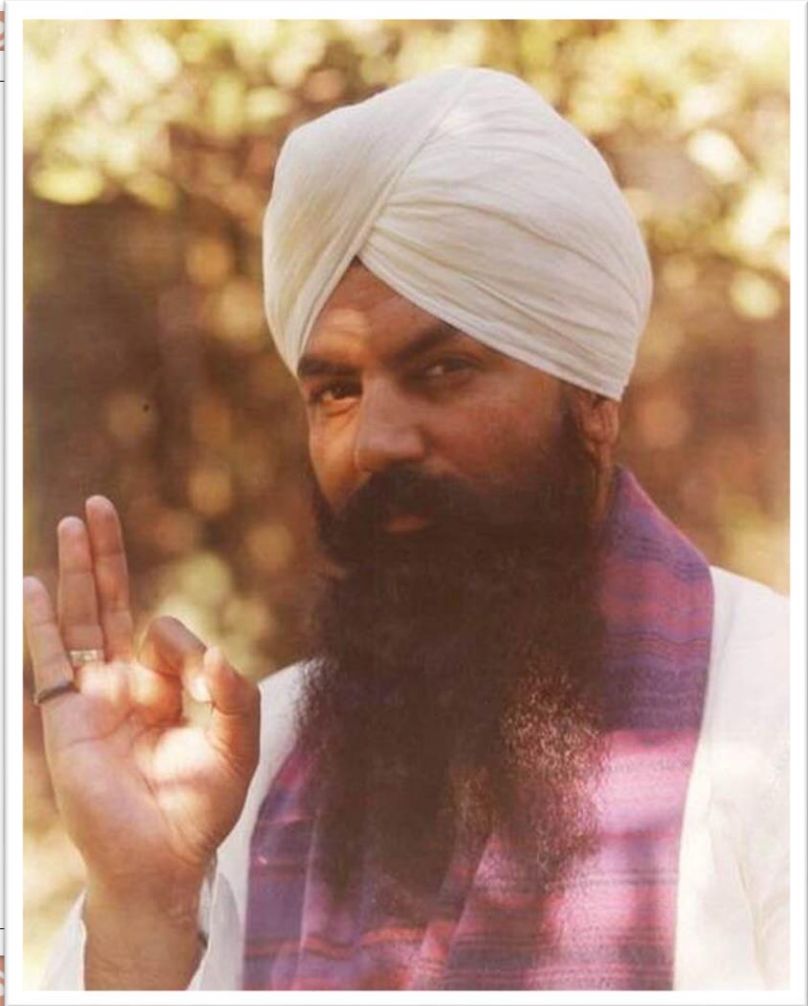
通过水瓶年代教师的培训项目建立社区
2019年苏州KRI老师论坛

KRI

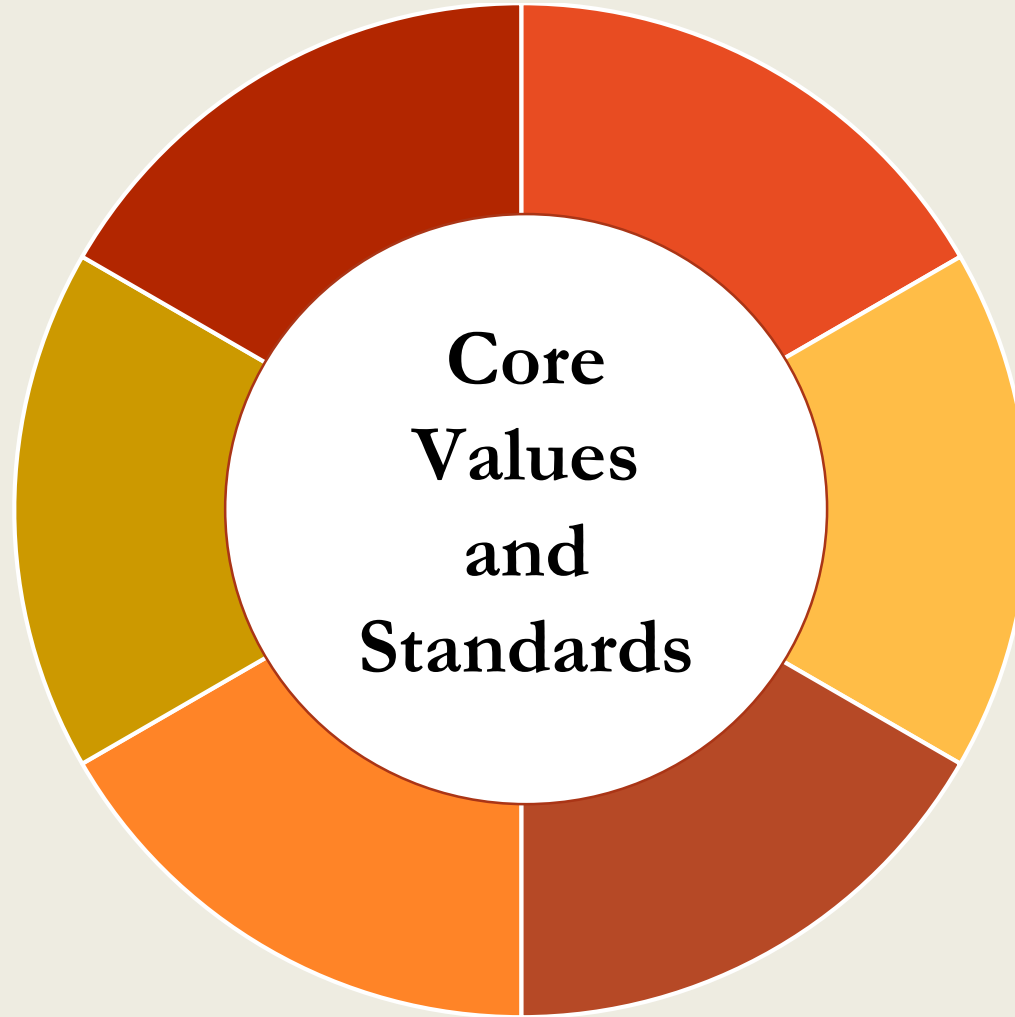
让昆达利尼瑜伽走出垫子
为世界注入爱
建立社区



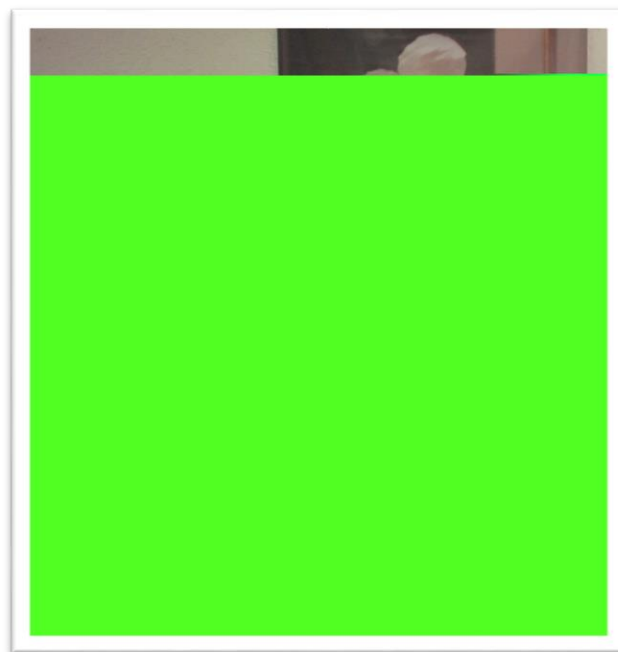
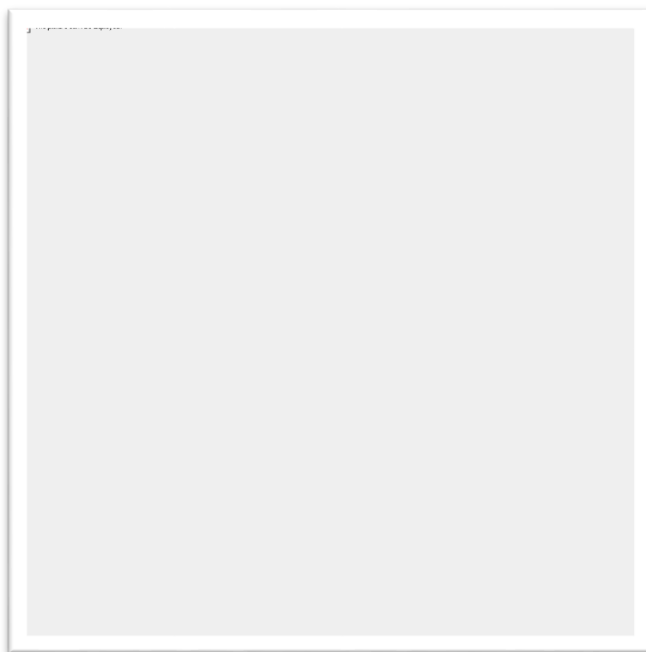
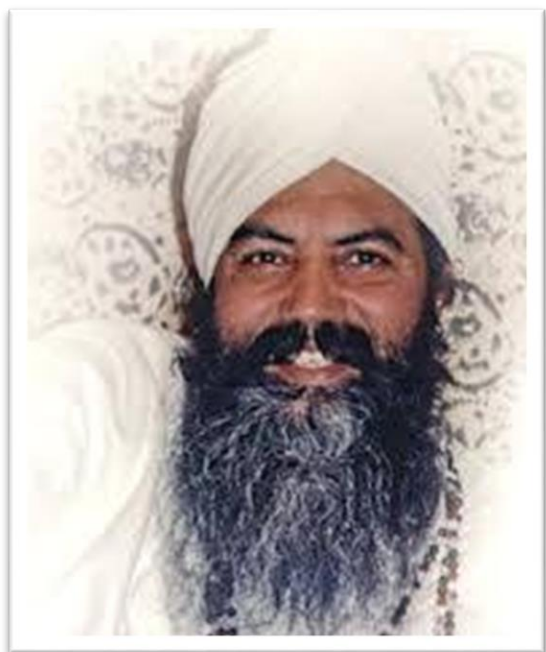
“当呼唤来临，去服务人类，那些相信爱与慈悲的人们，将为彼此活着。这是我们的祝福。” Yogi Bhan



建立社区的基础 价值核心与标准



- 价值核心与标准
- 练习昆达利尼瑜伽改变破坏性模式
- 黄金链接与昆达利尼瑜伽
- 老师的誓言
- 专业标准守则
- EPS的可塑性与透明度



培养：

昆达利尼瑜伽

真诚

真实

正直

尊重与激励

自我驱动

让众生重生

3HO的生活方式

TNT

解释这些价值

体现这些价值

在个人生活中面对二元性

ATA培训中的社区建设的面向

没有评判地聆听，去理解

组织有意义的社会活动

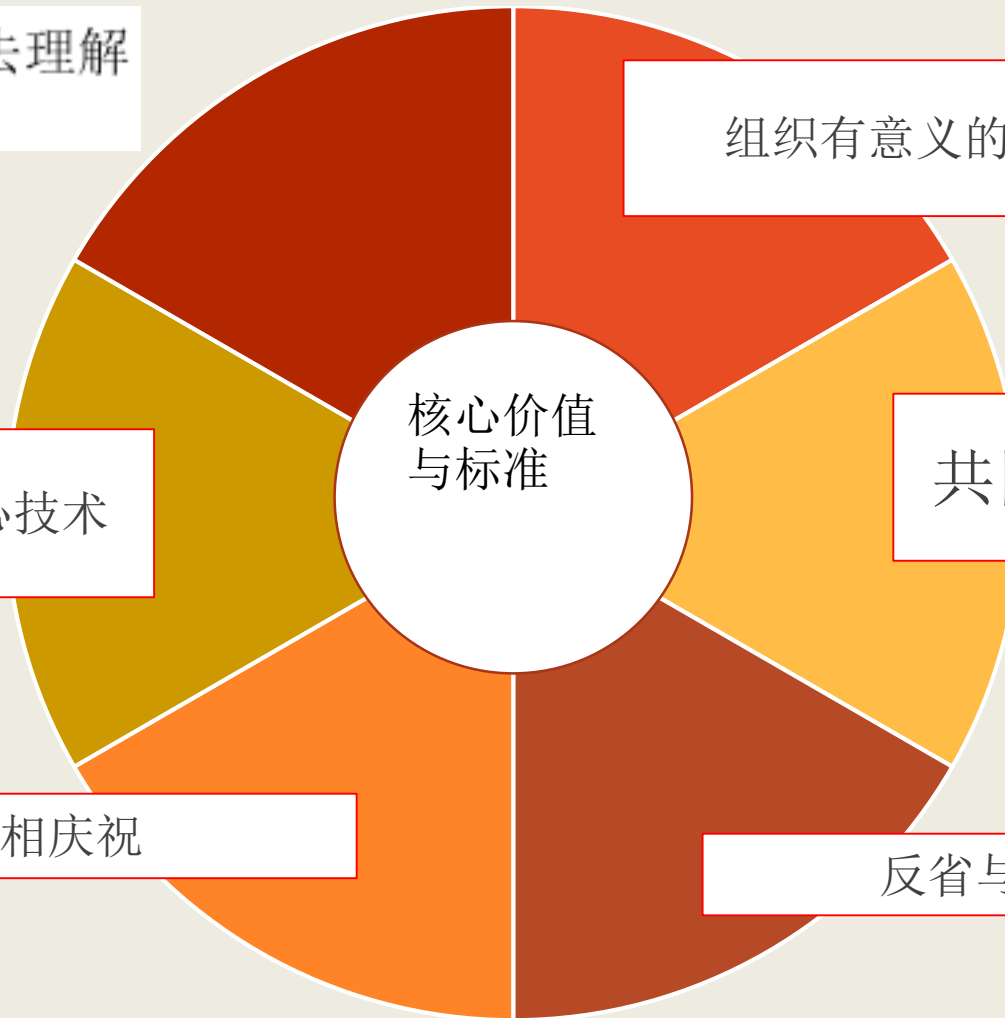
共同计划与建立愿景

反省与纠正

互相庆祝

学习教导与学习核心技术

核心价值
与标准



- 没有评判地聆听去理解;
- 积极地聆听
- 其他人就是你
- 培养团队合作
- 小组讨论与常规报到
- 舒适与安全的环境
- 通过培训与会议之间的小组链接
- 在每次会议或者特别的TNT培训前的TNT培训



培养:

原谅

慈悲

仁慈

心轮的链接

灵活性

正向的反馈

TNT

实习带领者

支持学生

教学团队的合作

团队教学

融入彼此

指导过程

组织有意义的社会活动：

- 一起下厨，煮百家饭或者进餐
- 服务计划
- 舞蹈，游戏，派对旅游
- 大自然行走，露营，气候清理
- 聚会与表彰他人
- 社交媒体的扩大服务

培养：

服务

有趣与快乐

学习瑜伽生活方式

友谊

慈悲

链接

归属感

工具：新闻邮件，微信，卡片

TNT：

TNY的合作

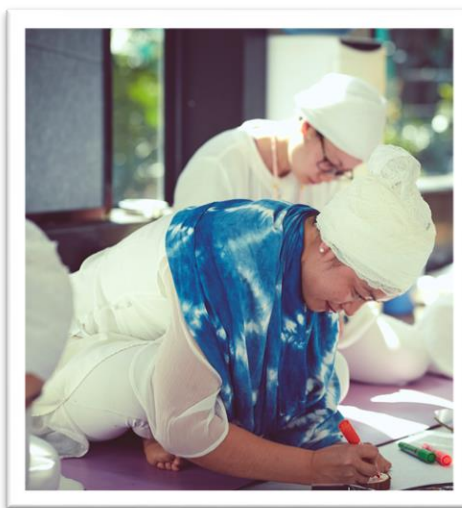
打破舒适区

引领服务项目

创建活动



- 一起计划与创立愿景：
- 鼓励积极的想法，加强投入
- 在愿景和规划中的包含性和透明度
- 积极聆听
- 团队建设
- 介绍TNT，以发展培训
- 后勤，管理，推广，建立/瓦解
- 两个同时的培训：学生与老师的发展

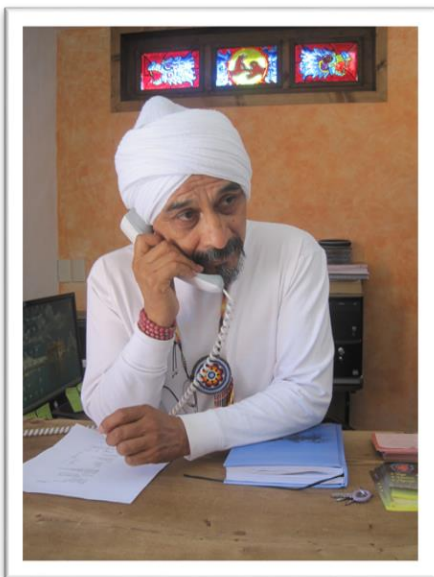


培养：
共同建立
预设未来
优势的识别
扬长避短
问题的解决
信任与转变
无须竞争的超越

TNT：
计划培训
TNT学习小组
TNT资格
转变的角色与责任

研究教导与学习核心技术:

- 运用KRI图书馆的教导
- 翻译与书的出版
- 音流, 唱诵, 冥想
- 加强: 解剖, 体式, 音乐, 艺术表达
- 建立地方活动: 研究小组, 地方性的瑜伽节



培养:

研究教导

共同学习

探索3HO/KY

TNT:

研究单位

参与一级密集

教授工作坊与新课堂
系列

KRI论坛

最好的教学练习

加强: 预算, 推广,
团体建设

反省与纠正：

- 早课
- 昆达利尼瑜伽练习，重生，特别的培训
- 意识到你对他人的影响
- 个人与教学团队的反省与纠正



培养：

仁慈

机敏

自我评估

持续的学习

适应与提升

达到目标的灵活性

TNT：

能力

团队反馈与支持

指导师支持打开潜能

指导师在shakti pad阶段的指引

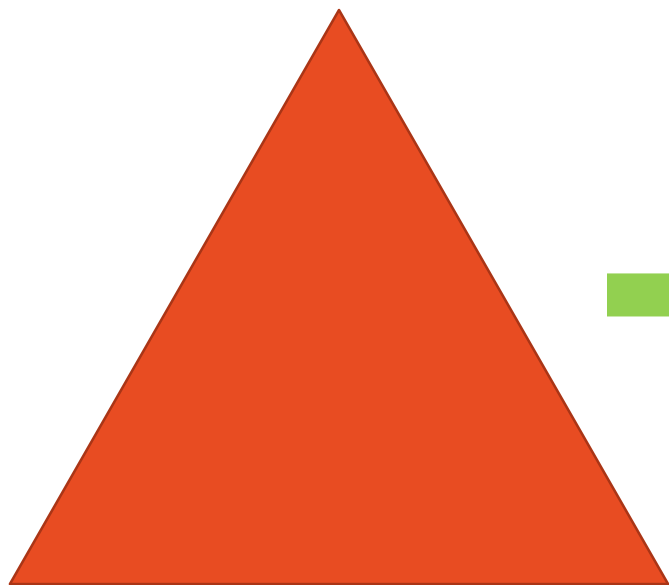


KRI

培养老师与建立领导者

2019苏州KRI培训师论坛

领导者从双鱼年代到水瓶年代的转化



年代的领导者在上面
角色：指引与掌控



水瓶年代领导者支持每一个人
角色：包容与聚焦

老师的责任是要培养出比你自
己强大十倍的学生。--Yogic
Bhajan

ATA培训支持TNT活出垫子之外的教导：

进入社区去协助
包含了学生，老师，TNT，培训师
建立领导层
培养教导与培训师的能力
TNT团队的链接
彼此慈悲
彼此包容
用行动来被知；而不只是语言
链接国际组织
扩大地方
网络与学习
持续与稳定
成为一个榜样





KRI

从个人到社群的转化

KRI 培训师论坛, 苏州 2019