



Golden Temple Academy



FORMADORES
40 AÑOS A TU SERVICIO



CURSO ONLINE
COMODIDAD DESDE CASA



COMUNIDAD
EN LOS 5 CONTINENTES

**Teachers Training
Kundalini Yoga**
with Kartar & Devi

Online & Live

LEVEL ONE

CASA KUNDALINI YOGA

Aprende a Practicar y Enseñar

Imaginate a ti mismo/a iniciando un cambio de vida más saludable, haciendo aquello que disfrutas y ayudando a los demás en su avance personal y espiritual.

"He venido a capacitar maestros, no para reunir estudiantes"

Yogui Bhajan

Golden Temple Academy es garantía de autenticidad sin artificios ni complejos. La Tradición y la tecnología moderna en equilibrio.

Su fundador Maestro Kartar estudió directamente de los pioneros de Kundalini Yoga en España y Maestría con el propio Yogui Bhajan. Sus cuarenta años de práctica e investigación avalan una transmisión honesta y efectiva.

Con su esposa Devi Dayal forman un tándem profesional y potente. Sus viajes a la India les permitieron acceder a conocimientos poco conocidos al público general.

Escribe de Nuevo Tu Destino

Un programa diseñado para darte un conocimiento referencial que te guíe a encontrar las respuestas que anhela tu corazón en tu propia experiencia.

Aprende la Ciencia y Arte de la Realización Humana, el método más eficaz para hombres y mujeres de familia es el Kundalini Yoga.

Supérate a ti mismo. Confronta los límites auto impuestos. Toca tu alma. Ten la experiencia de la más alta conciencia. Adquiere la seguridad y confianza para construir una vida más pacífica y creativa. Practica y enseña correctamente.

"La humanidad es mi familia"

Gurú Nanak

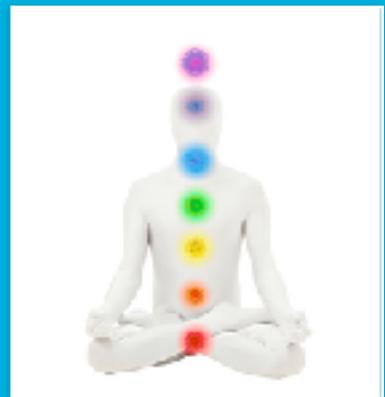
Abrazar un estilo de vida yóguico es unirte a millones de personas en el mundo que han decidido una vida más consciente.

Kundalini Yoga

El Kundalini Yoga busca el despertar de la Conciencia Divina en el ser Humano a través de la activación de la energía Kundalini. Esta energía es la energía creativa del alma en el ser humano y se encuentra "dormida" en la base de la columna. Mediante las prácticas del Kundalini Yoga "despertamos" esta energía y está sube a lo largo de la columna activando los centros energéticos conocidos como chacras.

"La Felicidad es tu derecho de nacimiento"

Yogui Bhajan



Kundalini Yoga es uno de los yogas superiores, realmente eficaz, un shakti yoga que despierta tu fuerza interna.

Te abres una conciencia superior en ti para superar todas las otras deficiencias.

Salud, felicidad y espiritualidad vivencias que provienen del equilibrio, escuchar la inteligencia intuitiva.

El Curso

Curso Online compuesto de 153 horas de clases online en vivo o presenciales más lecciones con vídeos pre-grabados, lecturas, cuestionarios y evaluaciones que te permitirán avanzar hasta 220 horas y completar los requisitos de certificación. Dispones de una tutoría por chat con los tutores.

Puedes hacer el curso para tu desarrollo personal y/o para la certificación internacional de Instructor de Kundalini Yoga por Kundalini Research Institute, USA.



Online: Organización Internacional por **Casa Kundalini Yoga, San José. USA.**

- **Clases PRESENCIALES o EN VIVO ONLINE:**

Once fines de semana presenciales con retransmisión online en vivo, grabaciones disponibles posteriormente.

Sábado de 17:00 a 21:00 / Domingo 10:00 a 13:00 (hora de España)

Consultar aquí otras zonas horarias: <https://www.datosmundial.com/zonas-horarias/conversor.php>

Los asistentes de la franja horaria americana harán las clases del Domingo a la misma hora en diferido coordinado por nuestro Instructor Colaborador Enrique Pedroza.

Si no puedes asistir en vivo dispones de la grabación en nuestra academia online..

- **Acceso a la Academia Online.**

Acceso a la nuestra plataforma online donde ver los vídeos grabados de todos los capítulos de este curso con las tareas en casa a completar. Dispones de clases grabadas de cursos anteriores.

- **Tutoría:**

Chat de grupo para avisos, preguntas y respuestas.

- **Clases online regulares (requisito certificación) de mantenimiento:**

Recomendamos prácticas matinales online con Kartar ([ver aquí](#)).

- **Requisitos de certificación** (ver más abajo):

Se requiere Intensivo de Meditación Kundalini Yoga organizado por nuestra Academia. También se puede sustituir con un día de Tantra Yoga Blanco.

Calendario 2023 - 2024

25-26 NOV	18-19 MAY	*La fecha del INTENSIVO DE MEDITACIÓN/ RENACIMIENTO se avisa durante el curso.	certificación es hasta el 31 de Octubre del 2024.
16-17 DIC	15-16 JUN,		
20-21 ENE 2024	20-21 JUL	El plazo de matriculación para completar y entregar todos los requisitos de	
17-18 FEB	21-22 SEP		
16-17 MAR	10-11 AGO		
20-21 ABR			

Certificaciones

Golden Temple Academy liderada por Maestro Kartar tiene un compromiso con la Enseñanza más original transmitida por nuestro Maestro Yogui Bhajan, enraizada en la tradición tántrica de la dharma sij.

La auto-iniciación es un capítulo de nuestra Enseñanza. Consideramos que el estudiante que no encuentra en su mundo interior la realización del Ser no hay certificación o iniciación que lo valide. Los Maestros de la India no eran diplomados por sus Gurús. En la tradición clásica védica eran graduados por iniciaciones y *dikshas*. En la tradición sij se evitaron el exceso de rituales y el Kundalini Yoga descarta las iniciaciones.

El alumno puede optar a las siguientes certificaciones/ diplomas:

- Estudiante oyente para profundización, desarrollo y terapia personal (no apto para la enseñanza). Expedido por Golden Temple Academy y firmada por su Director Maestro Kartar.
- Instructor de Kundalini Yoga (nivel 1) expedido por Kundalini Research Institute (KRI) con sede en Estados Unidos (ver requisitos y coste extra).

"Cuando Chitr y Gupt, los contadores conscientes y subconscientes, pasen tus cuentas ¿Quién te examinará entonces?"

- Guru Ram Das

-

"Como maestro, tú no eres responsable de un estudiante solamente aquí y ahora, mañana o ayer. Es una relación de ahora hacia el Infinito y más allá. Nadie se vuelve el estudiante de nadie sin la Voluntad directa de Dios. Punto. Especialmente, en Kundalini Yoga, nosotros ni siquiera iniciamos a un estudiante. Nunca lo hemos hecho, nunca lo haremos. Y quienquiera que lo haga tendrá la furia de Dios. Tú nunca inicias. Nunca, jamás. Si una persona es tan torpe, tan idiota, que él o ella no se puedan iniciar a ellos mismos, ellos no son dignos de ser iniciados. Ese es el proceso. El estudiante tiene que ir a ti".

- Yogui Bhajan

-

"Las costumbres y cultura occidental se enmarca en un paradigma radicalmente diferente al del Camino del Yoga original de la Antigua India. Por eso, podemos entender se haya intentado ubicar en un sistema educativo alternativo o incluso en el deporte.

La Verdad del Yoga es mostrar tu verdadero rostro a la Consciencia Infinita, en un servicio sincero y honesto a los otros. El carácter, calibre y excelencia obtenidos es una cosa entre tu y tú Corazón sincero y transparente donde yace íntimamente el Maestro.

Los estudiantes con un anhelo de aprender la Enseñanza de una manera más académica y aproximada al original, deben estar dispuestos a gradualmente desprenderse de maneras de pensar y actuar pasadas, no alineadas con el estilo de vida sano, feliz y espiritual.

- Maestro Kartar



Para formarse como profesor de yoga, primero es importante ser un buen practicante.

Sadhana es la disciplina del yogui. La práctica matinal se considera muy importante para el desarrollo del estudiante. Se practican mantras, series de ejercicios y meditación.

Para conectar íntimamente con cada postura, ejercicio y la Enseñanza, es importante mantener la práctica diaria de yoga.

Requisitos

Se recomienda leer detenidamente.

Requisitos previos curso

Haber atendido al menos 20 clases de KY

Requisitos certificación KRI (durante el curso):

- Asistir íntegramente a las clases lectivas (ausencia justificada 20%) .
- Asistir al menos a 5 Sadhanas matinales acuarianas (durante el curso se programarán).
- Crear dos proyectos, uno de diez clases para principiantes y otra de cinco clases especializadas.
- Completar 40 días de sadhana personal.
- Atender clases las regulares de mantenimiento. Recomendamos prácticas matinales online con Kartar ([ver aquí](#))
- Atender un día intensivo de meditación. Puedes optar por el Tantra Yoga Blanco presencial o por nuestro One-Day Meditation.
- Representar apropiadamente y firmar el Código de Ética.
- Enseñar satisfactoriamente una clase con estudiantes -aprobar examen practicum-.
- Aprobar examen teórico.
- Evaluación satisfactoria del Lead Trainer/Mentor.
- Pagar íntegramente las cuotas correspondientes.
- Seva o servicio desinteresado para la Asociación (mínimo 7 horas)
- Completar Curso en Academia Online.



Plan de Estudios

Proporcionando las bases fundamentales de la práctica, la psicología y la pedagogía necesarias para la enseñanza del yoga.

En los cursos de formación se espera que los alumnos:

- Tengan una práctica regular. Propia y tomando clases online.
- Dispongan de tiempo para hacer los trabajos del curso.
- Asistan a todas las sesiones del curso y tutoría.
- Se preparen para los exámenes finales.

Práctica regular

Para formarse como profesor de yoga, **primero es importante ser un buen practicante.**

Después de cada clase, el alumno necesita trabajar en los ejercicios que se abordaron durante las sesiones. Así como incorporar las técnicas y prepararse para las siguientes clases.

Para conectar íntimamente con cada postura, ejercicio y la Enseñanza, es importante mantener la práctica diaria de yoga.

Es esencial para avanzar en la práctica y la pedagogía, que los alumnos asistan a las clases regulares y tutorías online.

Tareas

Los profesores asignarán tareas para completar en casa y que están contenidas en la Academia Online.

Además de practicar, se debe estudiar, ver y seguir las instrucciones de las grabaciones, los videos, los cuestionarios, además de preparar los resúmenes escritos.

Para obtener los máximos beneficios del curso, es importante dedicar un tiempo, posiblemente con un par de horas a la semana cubrirías los mínimos.

Tutorías

Compartir y empatizar con los compañeros es vital. Los alumnos pueden compartir sus opiniones sobre sus habilidades de enseñanza.

Los estudiantes de la formación también aprenden a verbalizar todo lo que aprenden, así como, formular preguntas.

Tendrás un chat de apoyo constantemente.

Asistencia

GTA es valorada a nivel internacionalmente por los altos estándares a los que ellos se someten sus alumnos. A los estudiantes que no asistan el 80% de las clases en vivo, no se les podrá emitir el diploma.

Preparación del examen

Los exámenes finales equivalen a una revisión de todo el curso. Su principal objetivo es un repaso total del curso y que los estudiantes se den cuenta de lo mucho que ya saben.

A los alumnos descuidados les resultará muy difícil aprobar los exámenes finales, pero los estudiantes dedicados que se aplican pasan con certeza.

Prácticas

La signatura Practicum le damos relevancia en este programa, saber practicar y enseñar técnicamente correcto es esencial. A partir de la mitad del curso, si el tutor lo permite, ya podrías empezar tus prácticas de instrucción al exterior.

Pedagogía

"Si quieres aprender algo, lee acerca de ello. Si quieres comprender algo, escribe acerca de ello. Si quieres dominar algo, enséñalo"

Yogui Bhajan

Nuestra pedagogía exclusiva es fruto de muchos años de experiencia de nuestro Director Maestro Kartar, portador de la luz de su Maestro Yogui Bhajan y por la Gracia de su Gurú Ram Das.

"La transmisión de la Enseñanza debe ser en la Cadena Dorada que menciona y advierte la Tradición.

Sabedores de los cambios del mundo y las capacidades de cada persona. La modernidad exige una adaptación del lenguaje a la modernidad, sin perder el mensaje original y su esencia.

Algunas escuelas han elegido, por elección de sus líderes, una propuesta secular eliminando en más o menos medida las formas tradicionales dhármicas o religiosas. Otras una línea más seglar, respetando la tradición sin asumir las formas y atuendos. Y otras la vía más religiosa. Tres maneras de expresión con sus propias causas alejadas o próximas al origen, o fin de todo yoga.

Nuestra Academia se basa en la práctica y servicio humilde de aquello que nos fue entregado por el Maestro, por encima de nuestras propias limitaciones.

Transmitir el conocimiento, los términos de una enseñanza secreta que sirvan al estudiante como referencia para encontrar sus propias respuestas."

Kartar

Escrituras /Bibliografía

Todos los métodos del Yoga y cursos académicos tienen su propia selección de escrituras clásicas y modernas.

El Kundalini Yoga, tal como se conoce y practica hoy en día en sus diferentes versiones, es gracias a Yogui Bhajan que desveló a occidente una práctica secreta.

Sus numerosas clases y conferencias en 50 años de misión configuran una Librería de Enseñanzas, una gran parte fue transcrita al inglés y ha servido de fuente a editoriales.

Aún siendo un yoga tántrico enlazado en la mística de la dharma sij tiene sus raíces profundas en el conocimiento védico.

Nuestra Academia fiel a sus raíces, mentores y maestros basa su método en las siguientes obras:

- Jap ji Sahib Guru Nanak
- Bhagavad Gita
- Yoga Sutras Pantanjali
- Maestro Acuariano
- Toque del Maestro



TEMARIO

Fundamentos

1. **KRIYA**
 - I. Series de ejercicios del Kundalini Yoga.
 - II. Elementos de la práctica: Ásana, Bhandas, Mantra, Pranayam, Mudras...
2. **Practicum:**
 - I. Práctica integral
 - II. Cómo enseñar correctamente
3. **Sadhana, Aradhana y Prabhupatti**
4. **Yoga: Historia & Literatura Clásica**
 - I. Orígenes & Tipos de yoga
 - II. Principales hitos
 - III. Yoga sutras
 - IV. Yogui Bhajan
 - V. Sikh Dharma
5. **Estilo de Vida**
 - I. Consejos y rutinas
 - II. Dieta
 - III. Gatka (parte 1)
6. **Naad. Yoga del sonido**
 - I. Los mantras
 - II. Gurubani: Japji Sahib
 - III. Shabad Guru. Kirtan
7. **Mente & Meditación**
 - I. Las tres mentes
 - II. Tipos de meditación
8. **Filosofía & Psicología yóguica**
 - I. Los pads
 - II. Términos de referencia
 - III. Tantra de la pareja Parte 1
9. **¿Que es el Maestro?**
10. **Profesionalidad**

Profesorado

El equipo docente está dirigido por Kartar Singh Khalsa, Formador Líder y Maestro licenciado por KRI,

El equipo lo compone la Formadora Asociada Devi Dayal Kaur. El Formador Interno y Coordinador Enrique Pedroza, además de posibles invitados.

Los profesores impartirán las diversas asignaturas siguiendo un programa estipulado y estructurado previamente.

El tutor asistente, será una persona de referencia y una figura de apoyo al grupo a la que se podrá dirigir siempre y cuando sea necesario.

Son profesores competentes con integridad, respeto y una profunda comprensión de la tradición del yoga y su lugar actual hoy en día.

Profesores



Maestro Kartar - Mentor & Lead Trainer

Estudiante directo de Yogui Bhajan con más de 40 años de experiencia. Certificación Kundalini Research Institute como Mentor y Lead Trainer.

[ver curriculum completo](#)



Devi Dayal - Formadora Asociada

Profesora con más de 25 años en las enseñanzas de la antigua India. Casi 15 años de matrimonio con Kartar. Desde entonces han viajado juntos enseñando, aprendiendo, sirviendo a la comunidad y al planeta ésta hermosa ciencia. Certificación KRI



Enrique Pedroza - Formador Interno

“Sé con total claridad que la fuente más sagrada que el ser humano puede experimentar en cualquier plana dimensional, es el amor propio mediante el reconocimiento de su ser interno, de su potencial infinito y de su energía dormida”



Este curso te enseñará

- Repaso técnico de todas las Posturas
- La meditación avanzada
- Cómo hablar en público
- Cómo preparar y enseñar clases
- Cómo cantar los mantras
- La Respiración, los *bhandas* y las posturas
- La relación ética estudiante-maestro
- Entrenamiento para gestionar las emociones
- La filosofía para saber vivir y morir
- El camino del yoga: Historia del origen y su literatura.
- Psicología de la Iluminación
- Desarrollo del ser auto-sensorial
- Cómo vivir en la Era de Acuario

por qué apuntarse con nosotros

Algunas razones para apuntarse con nosotros

- Somos profesores en continuo aprendizaje aún con una extensa experiencia. ¡Repetimos cada año! desde hace muchos.
- Hemos depurado una pedagogía más próxima a nuestros tiempos. Más respetuosa y amable.
- Una clara explicación de los términos de referencia a una mística esotérica muy profunda.
- Una tutoría continuada durante el curso.
- Un grupo de sadhana acompañándote.
- Aprendiendo y practicando a salvo desde casa.
- Una dinámica de grupo periódica.
- Un Formador Líder con más de cuarenta años de experiencia.
- Un curso esencialmente práctico donde aplicar el conocimiento en la vida diaria.
- Kundalini Experience: una profunda experiencia trascendente de ti mismo.
- Espacios divertidos de alegría, música, danza y risas.

¿Este curso es para mí?

Estudiantes y profesores de todas las tradiciones son bienvenidos. Quizás hayas sentido la llamada de tu corazón en forma de anhelo espiritual. No te acaba de satisfacer un mundo absolutamente materialista y egoísta. El curso lo puedes hacer para profundizar o para ser Profesor de Kundalini Yoga.

No tengo experiencia en Kundalini Yoga ¿Puedo apuntarme?

Si puedes. Revisa y cumple con los requisitos previos al curso y los requisitos en el curso para obtener nuestra Diplomatura avalada por Maestro Kartar y la prestigiosa Golden Temple Academy.

¿Qué nos diferencia de otros cursos y escuelas?

La experiencia de ser pioneros del Kundalini Yoga en España. Nuestro Formador Líder con más de cuarenta años de experiencia en ésta disciplina enseñando más de un 50% de las horas lectivas, ser discípulo de Yogui Bhajan con quien estudió maestría directamente. Pedagogía exclusiva fruto de la experiencia y la Gracia espiritual hace de éste Curso algo único en el mundo.

¿Practicas un estilo diferente de yoga?

Este curso ampliará tu visión de lo que comprendes sobre el yoga, un yoga tántrico que era secreto hasta hace relativamente poco. Abrirá nuevas avenidas de energía y puertas de percepción en tu vida. Eso sí, recomendamos no hagas estudios comparativos hasta finalizar y dominar éste método. En cualquier caso puede ser un buen complemento.

COSTES

Contado: 1.895€ (matricula gratis). Antes 31 Octubre.

Aplazado:

matricula: 255€ / 11 mensualidades de 180€

Promociones:

Inscripciones antes del 31 de octubre:

matricula: 255 / 11 mensualidades de 165€

*Incluye manuales digitales (manuales impresos disponibles en la tienda).

Las cuotas no incluyen:

- Los gastos de certificación KRI (diploma)*.
- Membresía que no sea Asociación Templo Dorado.
- Curso Intensivo ONE-Day Meditation/Renacimiento/Tantra Yoga Blanco*.
- Libros recomendados que no sean los manuales digitales.
- Clase regulares de mantenimiento.

La cuota incluye:

- Todas las clases y tutorías por chat.
- Acceso a la Academia Online Golden Temple.
- La membresía a la Asociación Golden Temple.
- Certificación Golden Temple Academy & Maestro Kartar.
- Programa de Estudios con derecho a Certificación KRI.
- Manuales del curso Aquarian Teacher impresos.

* Coste de la gestión de certificación KRI es 175€.

* El curso Intensivo de Meditación/Renacimiento requerido para la certificación cuesta aproximadamente 165€ para instructores en formación. No incluye dietas.

¿Cómo registrarse?

1. Solicita entrevista de admisión a organización.
2. Realice pago **en este enlace**.
3. Rellena **este formulario**

Consultas a CASA KUNDALINI YOGA. Bay Area | Tel: 408.398.6240 |
Email: casakundaliniyoga@gmail.com