

Саюшкина Аида (10.05.1983г.р.)

Духовное имя: **Anantjeet Kaur**

Практикую йогу с 2009 г.

Образование в йоге:

- Школа подготовки учителей Кундалини йоги «Амрит Нам Саровар» (1 уровень - 2014, 2 уровень – май 2016).

- Child play yoga с Гурудас Каур.

- Обучающий курс по методике преподавания йоги детям (2-15 лет) от школы Special Yoga (Великобритания) с Джо Мэньюзл.

Кундалини йогу начала преподавать с 2013 г.

Специализация: йога для начинающих, йога для женщин, йога в офисе, детская игровая йога.



О себе:

У каждого человека свой путь в поисках смысла жизни и процветания. Мой путь начался в 2005 году с астрологии. Именно тогда начали приходить ответы на самые важные вопросы в моей жизни « Кто я?», «Где я?», «Для чего я?» «Куда я?» и я впервые прикоснулась к чему- то неизведанному, таинственному и очень глубокому.

Затем появилась Кундалини йога, которая изначально была чем-то большим, чем просто физическая практика. Именно она позволила увидеть свою жизнь, события, отношения в истинном масштабе, определить их истинное значение и понять, что действительно представляет ценность, а что кажется ценностью лишь относительной. Поначалу йога позволила решить многие вопросы со здоровьем, позже йога стала дорогой духовного развития. В 2014 году сертифицирована как учитель йоги международных программ подготовки учителей Кундалини Йоги (KRI) в школе Карта Сингха (Франция) «Амрит Нам Саровар» (уровень 1).

Были разные тренинги, семинары, встречи с замечательными людьми, которые привнесли многое в мою жизнь. После знакомства с практикой Рейки стали раскрываться способности, которые раньше казались мне недоступными и слишком удивительными. Вселенная каждый раз откликалась и поддерживала меня на моем пути, подтверждая то, что я на верном пути. Знакомство с Вианой Стайбл (США) - основательницей метода Тета-Хилинг и прохождение инструкторского тренинга по Тета -Хилингу окончательно развеяло мои сомнения в истинности моего пути.

Регулярная духовная практика привнесла в мою жизнь новые краски, открылись новые грани творчества, возможностей, пришло осознание и искреннее желание идти по пути служения людям и всему живому. Осознанность помогала видеть в проблемах - уроки и опыт, а в людях, причинивших боль – учителей, любые переживания и стрессы становились началом чего-то нового и интересного.

Возможность помогать людям, развиваясь самому является настоящим счастьем и удивительным опытом. Это бесконечный удивительный процесс, несущий в мир добро и свет. Помогать людям исцеляться на всех уровнях, совершенствоваться, раскрывать свои таланты и способности, идти по жизни в любви, радости и изобилии – что может быть лучше?

Я благодарна всем людям, Мастерам, ставшими для меня Учителями, которые помогли мне расширить сознание и научили видеть мир во всем великолепии и красоте, а также осознать, что настоящее Счастье – это когда ты помогаешь обрести его людям.

Сейчас я просто живу и вижу, что Жизнь складывается, как мозаика - всему свое время и место. Самое главное – желание сделать первый шаг к себе настоящему.