

Qui suis-je ?

*Gian Dasprem Singh, votre instructeur de Kundalini Yoga
à Paris*

➤ *Comment j'en suis venu au Kundalini Yoga*

J'ai découvert le yoga il y a une quinzaine d'années à l'occasion d'un déplacement professionnel de longue durée dans la région de Grenoble. Je me souviens encore de la sensation de paix et d'harmonie qui m'avait envahi tout au long du cours et de la présence incroyable du professeur...C'était **en 1990** et cette expérience m'a profondément marqué.

Quelques années ont passé et devenu expert en politiques publiques, j'ai décidé, parallèlement à mon activité principale, de développer progressivement des compétences dans le domaine du développement personnel.

Mon objectif premier était d'acquérir des connaissances dans un cadre global d'aide et de soutien à la personne, sur les plans physique, mental, psychologique et spirituel.

Je me suis alors formé à diverses disciplines et outils **dès les années 2000** tout en pratiquant le Hatha Yoga car ce qui m'intéressait, c'était de les « rassembler » afin de les mettre au service des « **chercheurs de vérité** ».

Aujourd'hui, parvenu à maturité, j'ai envie de permettre à celles et ceux qui en ont le désir, **d'accoucher d'eux - même**, de **s'éveiller** et de **prendre en main les rênes de leur destinée...**

Je suis devenu en quelque sorte **un « maieuticien », un accoucheur d'Ames...**

➤ *Les formations que j'ai suivies*

Je crois profondément aux innombrables bienfaits du travail sur Soi à partir **des « Sciences et Arts de l'Etre »** auxquelles j'ai été formées et je suis très enthousiaste et particulièrement heureux de transmettre les enseignements que j'ai reçus, avec Fidélité et Joie.

Ainsi j'ai suivi les enseignements suivants dans le but d'approfondir une approche globale de l'Etre humain, dans ses dimensions physique, émotionnel, mental et spirituel :

- ✓ **Hatha Yoga** de 2006 à 2015 en tant qu'élève de Nathalie LHEUREUX ;
- ✓ **Tarot des archétypes** et biopsycho-synergie avec Bernard CHAUMIEL ;
- ✓ **Yoga du Son** avec Patrick TORRE et l'Institut des Arts de la Voix ;
- ✓ **Référentiel de naissance et tarot de Marseille** avec Barbara ELIA et Georges COLLEUIL ;

- ✓ **Bases de la Communication non violente (CNV)** avec l'ANCNV (association nationale pour la Communication non violente);
- ✓ **Astrologie** avec Christophe MADRONA ;
- ✓ **Tantra** avec Diane BELLEGO et Patrick FERRER ;
- ✓ **Kundalini Yoga** à l'Ecole de Kundalini Yoga de Paris avec Guruhans KAUR, Anterje et Ram Singh ;
- ✓ **Yoga du Rire** à l'Institut français du Yoga du Rire avec Fabrice LOIZEAU

➤ *Ma formation d'Instructeur de Kundalini Yoga*

Après quatre années de pratique de Kundalini Yoga avec Vania SEMKOVA puis Isabelle SILVAGNOLI, j'ai décidé de m'engager sur « **la Voie de l'Enseignant** » et d'entamer une formation de professeur de Kundalini Yoga. Elle se déroule sur 4 à 5 ans et est sanctionnée par des certifications à chaque niveau.

J'ai ainsi obtenu **la certification d'instructeur de Kundalini Yoga (niveau I) par le Kundalini Research Institute (KRI) en novembre 2018** et suis actuellement en cours de certification pour le niveau II avec l'école IKSARANDHIAN de Kirpal Singh et Ishwara Kaur.

➤ *Ce que j'aime transmettre en Kundalini Yoga*

Je sais d'expérience combien **la pratique régulière et l'engagement personnel** sont importants pour espérer recueillir tous les fruits de la discipline, propre à la pratique du yoga.

- **Le travail collectif** en « sangat » et le soutien apporté aux uns et aux autres ;
- **L'engouement** pour le kundalini yoga ;
- **La Joie de l'éveil** du Corps, de l'Esprit et de l'Ame ;
- **La libération et le surcroît d'Energie vitale** que procure la pratique consciente ;

➤ *Le nom spirituel en Kundalini Yoga*

Un nom spirituel est une vibration et un outil qui aident à élever notre énergie grâce au pouvoir du **Naad** (union du Son) et de sa signification. C'est notre **identité spirituelle, notre âme**. Il nous met au défi de vivre dans notre conscience la plus élevée. Faire le choix de recevoir un nom spirituel, c'est faire un pas en avant pour laisser les anciens schémas derrière soi et se connecter plus profondément à notre Moi infini.

La signification de mon nom spirituel : **Gian** signifie « Sagesse spirituelle », **Das** signifie « Serviteur », **Prem** « Amour divin » et **Singh** signifie « Lion » (chez

les sikhs, tous les hommes sont des lions et les femmes des Kaur, c'est-à-dire des Princesses).

Gian Dasprem Singh est le Lion courageux qui fait l'expérience de l'Amour divin et de la sagesse universelle et qui se met au service des Autres avec sa conscience la plus élevée et du plus profond de son Coeur