

## 1sz. melléklet

# Jóga a Mindennapi Életben Egyesület

## 2021. évi beszámolója a programokról, rendezvényekről

**Bevezetés:** Az előző évben kezdődött pandémiás helyzet 2021-ben is meghatározta az egyesületünk tevékenységét. Új megoldásokat kellett keresnünk a hallgatók megszólítására, a szatszangokra és a tanfolyamok szervezésére.

### Általános adatok

A Jóga a mindennapi életben egyesületet 30 évvel ezelőtt, 1991. február 24-én alapítottuk Szegeden. A tagság létszáma 2021. évben 38 fő volt.

Szegeden a Kálvária tér 16. szám alatt van az egyesület bejegyzett székhelye. Itt működik a Szegedi Jógaközpont. Egyesületünk közhasznú jogállású, melyet 5 tagú elnökség vezet. Az elnökség mandátuma 2025. május 16-ig szól. Az elnökség, a jógaoktatók és az egyesület tagjai munkájukat önkéntesként végzik, díjazásban, természetbeni juttatásban nem részesülnek.

Honlap: [www.jogaszeged.hu](http://www.jogaszeged.hu)

E-mailek: [info@jogaszeged.hu](mailto:info@jogaszeged.hu) és [yoga.szeged.hu](mailto:yoga.szeged.hu).

Egyesületünk külön Facebook oldalt üzemeltet.

- A szegedi FB oldalunkat jelenleg 1248 fő követi (egy év alatt +100 követő)
- Az egyesület instagram oldalát 133 fő követi.

Az egyesületünk az alábbi ingatlan tulajdonnal rendelkezik:

- \* Szeged, Kálvária tér 16. II. emelet – Jógaközpontunk székhelye
- \* Szeged, Vasas Szent Péter u. 14/B szám alatt. garázs

Egyesületünk tagja a Nemzetközi **Sri Deep Madhavananda Ashram Társaságnak**, a Jóga a mindennapi életben rendszer nemzetközi szervezetének, valamint a MOJU-nak, a **Magyar Országos Jóga Uniónak**.

Fő tevékenységünk továbbra is a Jóga a mindennapi életben rendszer képviselése és népszerűsítése a dél-magyarországi régióban, ahol egészségmegőrző jógatanfolyamokat és kulturális programokat szervezünk..

### Jógatanfolyamok

A 2021-es év a korlátozó intézkedések folytatásával kezdődött, amit május hónapban oldottak fel. Ebből következően az év elején nem tudtunk személyes tanfolyamokat szervezni. Az előző évben FB-on tartottunk zárt csoportban online jógafoglalkozásokat. Ezen a szinten 2021. évben tovább lépett az egyesület. Új laptopot, mobiltelefont, állványokat vásároltunk és hetente kétszer online jógaórát

közvetítettünk. Minden alkalommal három fő vett részt a közvetítésekben: egy operatőr, egy gyakorló és egy jógaoktató.

Az online foglalkozások a tavaszi időszakban ingyenesek voltak.

Május végétől egy kezdő és egy középhaladó személyes jelenléti nyári tanfolyamot szerveztünk a Jógaközpontban. Ősszel "visszaállt" a rend, azaz újra személyes tanfolyamokat szerveztünk Szegeden, Tiszaszigeten, Hódmezővásárhelyen és Szentesen. Megmaradt a hétfői online jógananfolyam, melyen ősztől csak tanfolyami díj fizetésével lehetett részt venni. Az online tanfolyamok létjogosultságát mutatja, hogy több mint húsz résztvevő volt és néhány jóga a mindennapi életben rendszer szerint gyakorló külföldről is regisztrált a tanfolyamra.

### **Jógananfolyamok helyszínei:**

- Hódmezővásárhely
  - Fontana Egészség Központ (szeptembertől- decemberig)
- Tiszasziget
  - Faluház (májustól-decemberig)
- Szeged
  - Jógaközpont (májustól- decemberig))
  - Újszegedi Erzsébet Liget (június-július folyamán mindössze 5 alkalommal tartottunk ingyenes szabadtéri jóga foglalkozást)
- Szentes
  - Ady Endre Művelődési Ház

Nyáron és ősztel a Jógaközpont tanfolyamain előzetes regisztrációval és létszám korlátozással vehettek részt a gyakorlók.. Egy-egy foglalkozáson a résztvevők létszámát 15 főben maximáltuk.

A Szegedi Jógaközpont az egyesületünk tulajdona, míg Szentesen, Hódmezővásárhelyen helyiséget bérelünk a gyakorlásokhoz. Tiszaszigeten a Faluházban tartottuk tanfolyamot. A Faluház vezetésével történt előzetes megállapodás alapján az egyesületünket mentesítették a bérleti díj fizetése alól. Ennek az volt a magyarázata, hogy a jóga foglalkozásokat a falu lakóinak tartottuk és így kedvezményes díjat tudtunk részükre megállapítani.

A nyári szabadtéri jóga gyakorláshoz az Újszegedi Erzsébet Ligetben területfoglalási díjat fizettünk.

**A Jóga a mindennapi életben egyesület aktív jógaoktatói és jógaoktató asszisztensei 2021-ben:**

Oktató neve	Oktató spirituális neve	mióta oktat	jógaoktató/ asszisztens/ csatlakozott oktató	2021-ban hol oktatott
<b>Dr. Bartha Elvira</b>	Rattanpuri	2010	asszisztens	Jógaközpont személyes+online, Tiszasziget
<b>Dr. Cseuz Tamás</b>	Cetan Puri	2003	jógaoktató (2008.)	Hódmezővásárhely +online
<b>Dr. Imre Gabriella</b>	Gangotri	2014	asszisztens	Jógaközpont, személyes+online
<b>Dudogné Papp Magdolna</b>	Prem Prakash	1992	jógaoktató (1996)	Jógaközpont online, Tiszasziget
<b>Friedrichné Nagy Ilona</b>	Santosha	1988	jógaoktató (1993)	Jógaközpont online
<b>Kiss-Albert István</b>	Krishnapuri	1996	jógaoktató (1996)	Szentes
<b>Kiss Sára</b>	Prakashdevi	2012	jógaoktató (2013)	Jógaközpont online, Tiszasziget
<b>Kovács Kornélia</b>	Pushpadevi	2021	asszisztens	Jógaközpont online
<b>Makra Orsolya</b>	Chandra Devi	2012	jógaoktató (2013)	Jógaközpont személyes + online
<b>Maróti József</b>	Vijaya Puri	2007	csatlakozott jógaoktató (2007)	jelenleg inakív
<b>Nógrádi László</b>	Nawesh	1993	Jógaoktató (1996)	Jógaközpont személyes + online, Tiszasziget
<b>Pálmai József</b>	Premanand	1990	Jógaoktató (1993)	Jógaközpont online
<b>Teszler Vendelné</b>	Tapaswani	2004	csatlakozott jógaoktató	Szekszárd
<b>Vörös Andrea</b>	Diwali Devi	1997	asszisztens	Jógaközpont személyes + online

Hosszú idő után a Jóga a mindennapi életben rendszer országos központja újra szervezett jógaoktatói képzést. Ezen az egyesület tagjai közül hárman vesznek részt: Dr. Bartha Elvira, Dr. Imre Gabriella és Kovács Kornélia.

**Szatszangok:**

A járvány miatt foganatosított korlátozó intézkedések a heti rendszerességgel szervezett szatszangok 1993 óta megszokott rendjét is átalakították. Januártól májusig szombatoként online tartottunk szatszangokat, péntekenként az Országos Központ online szatszangján, vasárnap az érdi, vagy a debreceni jógaközpont szatszangján

lehetett részt venni. Május végétől bevezettük az ún. „hibrid szatszangok” szervezését, ami azt jelentette, hogy személyesen, vagy online lehetett jelen lenni. Néhány alkalommal később visszatértünk a személyes szatszangokra de őszől újra hibrid szatszangokat tartottunk.

Egész évben minden reggel és este fohászt énekeltünk a Jógaközpontban.

### **Egyéb, nem rendszeres programok:**

Telihold alkalmából szerveztünk ingyenes meditációkat (online és hibrid).

Júniusban hetedik alkalommal csatlakoztunk a világszerte megrendezett **Jóga Nemzetközi Napja** programsorozathoz. Tartottunk egy személyes és egy online napot.

Az Újszegedi Erzsébet Ligetben 16. éve szervezzük a nyári szabadtéri Jógafoglalkozásokat. Ezen a nyáron öt foglalkozást szerveztünk, melyen átlagosan 30 fő gyakorolt.

Augusztusban újra részt vettünk a **Lótusz Napokon**, az Újszegedi Fűvészkertben. A két napos programon az érdeklődőket információs sátrunknál tájékoztattuk egyesületünk programjairól.

A pandémia ellenére a „Jóga mindennapi életben rendszer” alapítója Visvaguru Mahámandalésvár Paramhansz Szvámi Mahésvaránanda magyarországi körútján szeptember hónapra ellátogatott Szegedre is. Az elmúlt 43 év alatt ez volt a tizenhétedik látogatása városunkban. Szeptember 19-én a Kossuth Zsuzsanna Szakközépiskola tornatermében tartott előadást, melyen közel kétszáz fő vett részt Magyarországról és Szerbiából. Másnap Tápén a Heller Ödön Művelődési Házban tartott előadást, ahol az érdeklődők száma félszáz körül volt.. E helynek az a különlegessége számunkra, hogy Visvaguru Ji 1978-as szegedi látogatása alkalmával is ezen a helyen tartott előadást.

Sajnálatos módon a pandémia miatt 2021-ben elmaradtak a vépi szemináriumok. Jógaiskolánk alapítója, Visvaguru Mahámandalésvár Paramhasnsz Szvámi Mahésvaránanda nyáron Strilkyben, Csehországban tartott jógatábort, ahová lehetőségünk volt eljutni a pandémiás szabályok betartása mellett.

*Összességében elmondhatjuk, hogy 2021. évben a pandémia ellenére a programjainkat csak úgy tudtuk megszervezni, megvalósítani, hogy sokan, önkéntesként (karma jógiként) segítették ezt a munkát. Mindannyian hálásak vagyunk Visvaguru Mahámandalésvár Paramhansz Szvámi Mahésvaránanda Ji-nak a Jóga a mindennapi életben rendszer alapítójának, hogy elhozta Bhagwan Sri Deep Narayan Mahaprabhu Ji Fényét Magyarországra. Egyesületünk tevékenységével igyekszik ehhez méltóan cselekedni 2022-ben is.*

Szeged, 2022. május 20.

Dr. Cseuz Tamás

elnök