

# Jóga a Mindennapi Életben Egyesület

## 2017. évi beszámoló a programokról, rendezvényekről

### Általános adatok

A Jóga a mindennapi életben egyesületet 1991. február 24-én alapítottuk Szegeden. 2017-ben az egyesületünknek 38 tagja volt.

Székhelyünk: Szeged, Kálvária tér 16. Itt működik a Szegedi Jógaközpontunk. 2017. évben 2 megye 5 településén szerveztünk programokat. Egyesületünk közhasznú jogállású, melyet 5 tagú elnökség vezet. Az elnökség, a jógaoktatók és az egyesület tagjai munkájukat önkéntesként végzik, díjazást, fizetést nem kapnak.

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

E-mailek: [yoga.szeged.hu](mailto:yoga.szeged.hu) és [yoga.kecskemet.hu](mailto:yoga.kecskemet.hu)

A szegedi egyesületnek és a Kecskeméti Jógaközpontnak is van külön facebook oldala, melyeket egyenként több százan követnek.

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.

### Szegedi Jógaközpont

Fő tevékenységünk az egészségmegőrző jógatanfolyamok szervezése. Ősztől tavaszig tartunk a Jógaközpontban tanfolyamokat, illetve a nyári időszakban ingyenes, szabadtéri gyakorlatokat.

*Jógaoktatók a Szegedi Jógaközpontban: **Dr Bartha Elvira**, Rattanpuri; **Dudoghné Papp Magdolna**, Prem Prakash; **Friedrichné Nagy Ilona**, Santosha; **Imre Gabriella**, Gangotri; **Juhász Julianna**, Jaya; **Kiss Sára**, Prakashdevi; **Makra Orsolya**, Chandra Devi; **Nógrádi László István**, Nawesh, **Pálmai József**, Premanand; **Vörös Andrea**, Diwali Devi.*

*Oktatók, akik a Jógaközponton kívül tartottak foglalkozásokat: **Dr Cseuz Tamás**, Cetan Puri (Hódmezővásárhely); **Kiss-Albert István**, Krishna Puri (Szentes) **Friedrichné Nagy Ilona**, Santosha (Mélykút), MÁK (Magyar Államkincstár): **Dr Bartha Elvira**, Rattanpuri; **Dudoghné Papp Magdolna**, Prem Prakash; **Nógrádi László István**, Nawesh, **Pálmai József**, Premanand.*

*Csatlakozott oktató, aki aktív oktató és az egyesületünk tagjai: **Teszler Vendelné**, Tapaswani (Szekszárd)*

*Csatlakozott oktató, aki rendelkezett egyéni licence engedéllyel, de nem oktatott 2017-ben: **Maróti József**, Vijayapuri*

A Szegedi Jógaközpontban minden pénteken 18 órától tartottunk szatsangot, kivéve azt a néhány alkalmat, amikor más helyen voltak szemináriumok.

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

Ünnepi alkalmakból tartott **szatsangjaink** 2017 év folyamán:

Februárban Maha Shivaratrit ünnepeltük, ahová Nagylakról és Békés megyéből is jöttek jóga gyakorlók, tanítványok.

Márciusban Holi ünnepe volt.

Júliusban Guru Purnimát ( a Guru napja) ünnepeltük.

Júliusban egy alkalommal a Fűvészkertben tartottunk szatsangot, ahol megtekintettük a szegedi egyesületünk által ültetett fákat is.

Szeptemberben harmadik alkalommal a Tisza-parton az Úr Ganesha vízbemerítésének szertartását végeztük.

Októberben Diwalit, a Fény ünnepét ünnepeltük.

Hét alkalommal tartottunk **ifjúsági jóga programot**, ahol a fiatalokkal vegetáriánus ételeket készítettünk.

Április 18-án **Szvámi Gadzsanand tartott előadást** a Szegedi Jógaközpontban „Mi a jóga valójában” címmel.

Májusban harmadik alkalommal vettünk részt a **Szegedi Hídi Vásáron**. A három napos programon az érdeklődőknek bemutattuk az egyesületünk tevékenységét. Lehetett jóga gyakorolni, beszélgetünk az érdeklődőkkel, volt gyereksarok, jógakönyveket árultunk. Több száz látogatója volt a jógasátornak.

Júniusban harmadik alkalommal csatlakoztunk a világszerte megrendezett **Jóga Nemzetközi napja** programsorozathoz. Június 19-25-e között minden nap tartottunk programot. A szegedi jógaközpontban jóga gyakorlást, vegetáriánus főzőstudiót vezettünk, illetve részt vettünk a Szegedi Agórában az Indiai Nagykövetség programján. Június 21-én a Jóga Nemzetközi Napján kitelepültünk a Széchényi térre.

2017. évben 12. alkalommal szerveztük meg az ingyenes, szabadtéri jóga gyakorlást az Újszegedi Ligetben. Kilenc foglalkozást tartottunk, ahol alkalmanként 50-60 fő gyakorolt.

Több alkalommal szerveztünk telihold alkalmából meditációt.

December elején a gyerekek nagy örömeire ellátogatott a Mikulás a szegedi Jógaközpontba.

## Kecskeméti Jógaközpont

*Oktatók a Kecskeméti Jógaközpontban: **Bíró Csilla**, Narabdha;, **Csuka Zoltán**; **Kotroczó Istvánné**, Lekha Devi; **Dr Nánásiné Dr Tóth Éva**, Sanjivani,*

Az év folyamán megszűnt a Simonyi utcai bérlemény, ezért a Jógaközpont új helyre, a Wesselényi utcába költözött. A hely szűkössége miatt a jóga foglalkozásokat nem itt, hanem a Kaszap utcában tartottuk.

Nyáron a kecskeméti Gyenes téren szerveztünk négy alkalommal ingyenes, szabadtéri jóga gyakorlatokat.

Szeptember 21-én a Béke Nemzetközi Napja alkalmából a kecskeméti jógaközpont tagjai ellátogattak a Kecskeméten ültetett Békefához.

## Hódmezővásárhely

Júniusban a Jóga Nemzetközi Napja alkalmából a hódmezővásárhelyi Békefánál tartottunk egy alkalommal ingyenes, szabadtéri gyakorlatot.

Október 23-án emlék szatsagot tartottunk a Békefánál abból az alkalomból, hogy jóga iskolánk alapítója Visvaguru Mahámandelészvar Pramhansz Szvámi Mahésvaránanda két évvel korábban ültette el a fát.

## Mélykút

Mélykúton nyáron három alkalommal tartott Friedrichné Nagy Ilona ingyenes szabadtéri jóga gyakorlatot.

## Általánosságban a jógatanfolyamokról:

Több mint negyedszázados gyakorlatunk szerint a hallgatók 12 hetes jógatanfolyamokon vehetnek részt. A jógatanfolyamokon túl a hallgatók és az egyesület tagjai továbbra is igénybe vehetik a jógatanfolyam-bérletet. 2017 szeptemberében - nyolc év után-, emeltük a tanfolyami díjakat.

Voltak kis létszámú (2-5 fős) tanfolyamaink és tartottunk 30 fős foglalkozásokat is a Jógaközpontban, így minden korosztály megtalálta a számára legmegfelelőbbet.

2017-ban a Jóga a Mindennapi Életben Egyesület szervezésében 2 megyében (Bács-Kiskun és Csongrád), 5 településen (Szeged, Hódmezővásárhely, Szentés, Kecskemét és Mélykút), 7 helyszínen (Szegedi Jógaközpont, Magyar Államkincstár Szeged, Hódmezővásárhely Fontana

Egészség Központ, Szentcs Ady E.utcai Művelődési Ház, Kecskeméti Jógaközpont, Kecskemét Kaszap utca és Mélykút Fenyő Miksa könyvtár) tartottunk tanfolyamokat.

A Jóga a mindennapi életben rendszer gyakorlókönyve alapján szerveztük a tanfolyamainkat 1-7. szint között. Emellett szerveztünk gyermekjóga tanfolyamokat, ifjúsági jógaórákat és egy tanfolyamon biztosítottunk ingyenes gyakorlási lehetőséget a 65 év felettek számára

## Szemináriumok

Több alkalommal vehettünk részt a jógaiskolánk alapítója, Visvaguru Mahámandalésvar Pramhansz Svámi Mahésvaránanda által vezetett nemzetközi és országos szemináriumokon:

- februárban Vépen, Maha Shivaratri program
- júniusban és debrecenben hétvégi szeminárium
- júliusban és augusztusban Vépen nyári jógatábor
- augusztusban Strilkyben nyári jógatábor
- decemberben Vépen hétvégi szeminárium

Októberben Indiában ashram túrán járt két fő.

## Egyéb programok:

Áprilisban Nagylakon vehettünk részt Svámi Gadzsánand előadásán, majd novemberben ugyancsak Nagylakon tartott szemináriumot Mahámandalésvar Svámi Vivek Puri.

Egyesületünk 2017-ben a nemzetközi jógatábor miatt nem tudott részt venni a Szegedi Lótusz Napokon. A Szegedi Fűvészkert azonban elismerő oklevélben fejezte ki köszönetét, hogy az elmúlt tíz évben részesei voltunk e rendezvénynek.

*Összességében elmondhatjuk, hogy ezt a sok programot csak úgy tudtuk megszervezni, megvalósítani, hogy sokan, önkéntesként (karma jógiként) segítették ezt a munkát. Mindannyian hálásak vagyunk Visvaguru Mahámandalésvar Svámi Mahésvaránandának, a Jóga a mindennapi életben rendszer alapítójának, hogy elhozta Baghnán Sri Díp Maháprabhudzsí Fényét Magyarországra. Egyesületünk tevékenységével igyekszik ehhez méltóan cselekedni 2018 évben is.*

Szeged, 2018. május 18.

Dr.Cseuz Tamás

elnök