



Harmonie těla, mysli a duše

PATAŇDŽALIHO YOGA SŮTRY I–II

CESTA OD TEORIE PŘES PRAXI K POZNÁNÍ

Pá – Po 14. – 17. 11. 2025, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Programem vás provedou

Martin Tetera Nirandžanpuri

20 let žil v Indii v jógovém centru Óm ášram, kde se z první ruky setkával s jógovou filozofií i praxí v každodenném životě a studoval starobylá písma v jejich původním jazyce

Milan Sudický Vivékpuri

Fyzioterapeut a cvičitel systému Jóga v denním životě, zaměřuje se na rehabilitační provedení jógových cviků pro vybalancování těla a zklidnění mysli



❁ Srdečně vás zveme na bohatý program ❁

Co je realita, purusha a prakti? Co je satvický život? Pojdme prozkoumat odpovědi prostřednictvím Patandžaliho ástangajógy.

❁ Program:

- Filozofie Sāṃkhji a období řšího Pataňdžaliho
- Účel jógy, pět druhů vṛtti, praxe (abhyāsa) a odpoutanost (vairāgya), mantra Om a princip Išvary
- Překážky na cestě jógy, rozvoj kontempace a klidu mysli, různé typy samādhi a stav vnitřního sjednocení.
- Pět kleš jako příčiny utrpení, karma, rozlišení puruši a prakti, odstranění nevědomosti a zrod poznání.
- Výsledky a účinky dokonalé praxe vedoucí k očištění a osvobození.

CENA: 3 950 Kč

Cena zahrnuje ubytování na 3 noci, vegetariánskou stravu a program. Přihláška je platná až po uhrazení ceny.

Přihlašování přes www.joga.cz/strilky



Sdružení Jóga v denním životě | Zámecká 202, Střílky | T 420 733 686 008 | E programy@yoga.cz
www.joga.cz/strilky/ | F Maháprabhudíp ášram ve Střílkách, www.facebook.com/AshramStrilky

RÁMCOVÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM

PÁTEK

16:00	příjezd, registrace, ubytování
18:00	večeře
19:30	přivítání, povídání, zpívání, satsang

SOBOTA - NEDĚLE

6:30	áratí
6:50	ranní cvičení
8:30	snídaně
10:00	program – přednáška
12:30	oběd
14:00	procházka / jóganidra, cvičení
16:00	program – přednáška
18:00	večeře
19:30	satsang

PONDĚLÍ

6:30	áratí
6:50	ranní cvičení
8:30	snídaně
9:30	program – přednáška
12:00	oběd a rozloučení



PROSÍM RESPEKTUJTE PRINCIPY ÁŠRAMU

- celý objekt je nekuřácký
- do areálu prosím nevnášejte zbraně, alkohol, drogy, maso či vejce, a to v jakékoliv podobě
- respektujte prosím trvalé obyvatele zámku a jejich soukromí

DALŠÍ INFORMACE

UBYTOVÁNÍ:

Ubytování ve více lůžkových pokojích na zámku se společným sociálním zařízením. Ženy a muži jsou ubytováni odděleně.

CO SI VZÍT S SEBOU:

Doporučujeme vzít si s sebou karimatku nebo podložku na cvičení, pohodlné a volné oblečení na cvičení a přezůvky.

JAK SE PŘIHLÁSIT:

On-line přihlášení: na www.joga.cz/seminar

Po provedení registrace vyplníte on-line přihlášku. Přihláška je platná až po zaplacení. Pokud platíte později než dva dny před začátkem semináře, vezměte si prosím s sebou výpis z elektronického bankovníctví, abychom předešli případným nedorozuměním.

PLATBA:

Na základě automaticky vygenerovaných informací zaslaných na vaši e-mailovou adresu.