



Harmonie těla, mysli a duše

PATANDŽALIOHO JÓGASÚTRY II.

CESTA OD TEORIE PŘES PRAXI K POZNÁNÍ

Víkend 1. – 3. 5. 2026, Maháprabhudíp ášram ve Střílkách



Programem vás provedou

Martin Tetera Nirandžanpurí

20 let žil v Indii v jógovém centru Óm ášram, kde se z první ruky setkával s jógovou filozofií i praxí v každodenním 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.

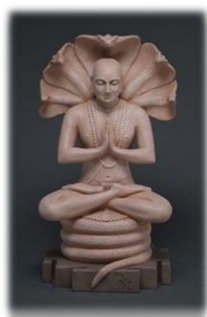


Milí přátelé,

rádi bychom vás pozvali na další víkendový seminář věnovaný studiu **Pataňjaliho Yoga Sūter**.

Nejprve si stručně připomeneme nosné myšlenky první kapitoly. Hlavní náplní semináře však bude **druhá kapitola – Sādhana Pāda**, tedy část Jóga sūter, která je zaměřena více prakticky a systematicky rozvíjí cestu vnitřní proměny.

Budeme se věnovat těmto oblastem:



- **kriyā-jóga** a její tři pilíře: **tapas, svādhya, īśvara-praṇidhāna**
- **kleśe** – pět základních kořenů utrpení: **avidyā, asmitā, rāga, dveṣa, abhiniveśa**
- vztah mezi **karmou, saṃskārami a utrpením**
- jak Pataňjali vysvětluje mechanismus připoutanosti a osvobození

- význam rozlišujícího poznání (**viveka-khyāti**)
- výklad **aṣṭāṅga jógy** – osmidílné cesty jógy: **yama, niyama, āsana, prāṇāyāma, pratyāhāra, dhāraṇā, dhyāna, samādhi**
- praktický význam těchto **principů** pro každodenní život i meditaci

CENA: 3 690 Kč

Cena zahrnuje ubytování ve dvoulůžkových pokojích s koupelnou, 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

11:00	příjezd, registrace, ubytování
12:30	oběd
14:00	přivítání, jóganidra, přednáška
18:00	večeře
19:30	satsang

SOBOTA

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

NEDĚLE

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, nejpozději do 24.4. 2026. Storno poplatky při zrušení své účasti méně než týden před akcí jsou ve výši celkové ceny za ubytování.

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.