Cvičenia vedú:

Danica Ondrušová

Od r.1993 certifikovaná učiteľka jogy SAJ, cvičiteľka Jogovej spoločnosti
Absolventka metodického školenia Iyengarovej jogy (1993)

Absolventka trojročného integrálneho štúdia v Západnej Európe u H.Grilla (1999-2002) - ucelené školenie
Štúdium pokračuje naďalej štúdiom ásan, nových spôsobov vedenia cvičení a pravidelným školením duchovného vnímania - u Heinza Grilla.

Ivo Ondruš

Absolvent trojročného integrálneho štúdia v Západnej Európe u H.Grilla (1999-2002) - ucelené školenie

Štúdium pokračuje naďalej štúdiom ásan, nových spôsobov vedenia cvičení a pravidelným školením duchovného vnímania - u Heinza Grilla.

Obaja sme absolvovali trojročnú Školu angelológie Emila Páleša - vedy o synchronicite a periodicite sociálnych a prírodných javov (2005-2007).

Duchovné školenie pod názvom Iniciačné školenie sme obaja absolvovali ako celok v r. 1999-2002. Potom nasledovalo (do marca 2020) 18 rokov pravidelných intenzívnych certifikovaných školení. Momentálne sme v dištančnom spojení a pokračujeme v meditačnej sociálnej práci.

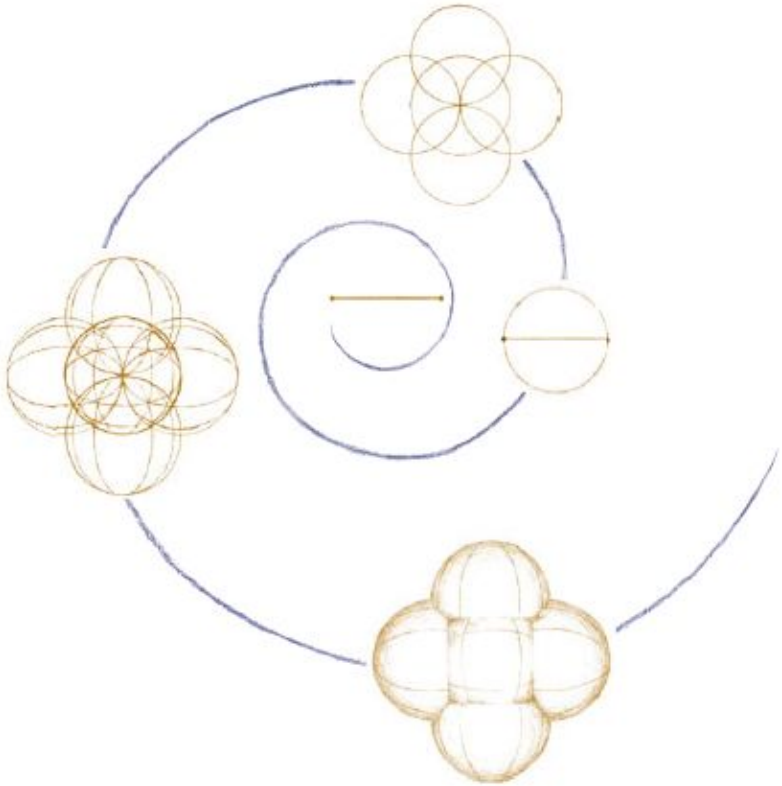
Pred rokom 1993 sme sa zoznamovali s jogou prostredníctvom štúdia kníh Květoslava Minaříka, Eduarda Tomáša, Míly Tomášovej a iných.

V roku 1993 sme sa po prvýkrát zoznámili prostredníctvom Janka Karasa s európskou jogou Heinza Grilla a na jeho podnety aj s antropozofiou Rudolfa Steinera. Od tých čias čerpáme predovšetkým z inšpiratívnych prameňov Heinza Grilla. Knihy Rudolfa Steinera a ďalších antropozofických autorov, ktoré Heinz Grill odporúča, nám neprestajne pomáhajú dotvárať si obrazy a porozumenie o človeku, o vesmíre, o fyzickom aj duchovnom svete.

Našim úmyslom je šíriť jogu, ktorá je súčasná a obsahovo vhodná pre ľudí strednej Európy.

Nechceme Vás učiť a vnucovať Vám náš obraz sveta a človeka, chceme vo Vás podnietiť sily a schopnosti, ktorými si Vy sami vytvoríte pravdivý obraz o sebe a o svete.

Ide nám o zakladanie miest lásky a mieru, na ktorých môže Kristus pôsobiť ako učiteľ. Preto Joga Narajana nie je školou v tradičnom zmysle, ale je to štúdio, kde neexistujú v skutočnosti funkcie učiteľa a žiaka. Stretávame sa ako seberovní partneri a spolupútnici v rytmickom spolupôsobení. Našou úlohou je odborné vedenie spoločných stretnutí, kde spoločne cvičíme, študujeme, meditujeme ...



[duševno-duchovného vývoja](#) [vzťah tujeľa a žaxa v rámci](#)