

THE INTERNATIONAL SIVANANDA YOGA VEDANTA CENTRES

Founder: Swami Vishnu-devananda, since 1957

HEADQUARTERS: 8th Ave., Val Morin, Quebec, JOT 2 RO, Canada, Tel. (001) (819) 322 32 26, Fax 322 58 76,
e-mail: HQ@sivananda.org, www.sivananda.org

Information and advice at the SIVANANDA YOGA VEDANTA CENTRE:
Schmiljanstr.24, 12161 Berlin, Tel. +49 (0) 30/85 99 97 98, Fax +49 (0) 30/85 99 97 97, e-mail: Berlin@sivananda.net



Jogos mokytojų kursų dalyvio anketa (Lenkija, 2010 m. rugpjūčio 28 – rugsėjo 26 d.)

Application for Yoga Teachers Training Course, Poland, 29 August – 27 September 2009

Formularz zgłoszeniowy. Kurs dla nauczycieli jogi.

Анкета участника(цы) Курсов подготовки учителей йоги.

Arrival date _____ **Departure date** _____
Atvykimo data/Data przyjazdu/Дата прибытия Išvykimo data/Data wyjazdu/Дата отъезда

Name _____
Vardas, pavardė/Imię i nazwisko/Фамилия, имя, отчество

Street, Nr. _____
Gatvė, Nr./Ulica, nr, mieszkanie/№ дома, название улицы

Postal code, City _____ **Country** _____
Pašto kodas, miestas/Kod pocztowy, miasto/Почтовый индекс, город Šalis/ Kraj/Страна

Telephone (work) _____ **Telephone (home)** _____
Telefonas (darbo)/Tel. służbowy/Служебный телефон Telefonas (namų)/Tel.domowy/Домашний телефон

Mobil _____ **Fax** _____ **E-mail** _____
Мобильный телефон Факс адрес эл. почты

Marital Status _____ **Age** _____ **Children** _____ **Sex (M/F)** _____
Šeimyninė padėtis/Stan cywilny/Семейное положение Amžius/Wiek/Возраст Vaikai/Dzieci/Дети Lytis/Płeć(K/M)/Пол

Education and Skills _____ **Occupation** _____
Išsilavinimas ir įgūdžiai/Wykształcenie/Образование и навыки Profesija arba užsiėmimas/ Zawód /Профессия или род занятий

Languages _____
Kokias kalbas mokate/Znajomość języków/Какими языками владеете?

Illnesses _____ **Prescribed medication** _____
Kokiomis ligomis sergate/Choroby/Наличие болезней (перечислить) Kokius vaistus vartojate/Przyjmowane leki/Какие лекарства предписаны

Contact in case of emergency _____
Kam pranešti nelaimės atveju/W razie wypadku powiadomić/С кем можно связаться в случае крайней необходимости

Address _____ **Postal code, City** _____
Adresas/Adres/№ дома, название улицы Pašto kodas, miestas/Kod pocztowy, Miasto/Почт. индекс, город

Country _____ **Telephone** _____
Šalis/Kraj/Страна Telefonas/Telefon/Телефон

Relationship _____
Giminystės ryšys/Stopień pokrewieństwa/Какое к Вам имеет отношение

Length of time practicing Yoga _____
Kiek laiko praktikuojate jogą/Jak długo praktykuje Pan/i jogę/Сколько времени занимаетесь Йогой

How did you hear from us? _____
Kaip apie mus sužinojote?/Jak Pan/i dowiedział/a się o nas?/ Как узнали о нас?

Member of a SYVC, which? _____
Kokio Sivananda jogos centro nariu esate?/Czy jest Pan/i członkiem SYVC. Którego?/Членом какова Центра Йоги Шивананды являетесь?

Reasons for wanting to attend course? _____
Kodėl norite dalyvauti kursuose?/Dlaczego chce Pan/i uczestniczyć w kursie?/С какой целью хотите пройти курсы?

Uniform Size: Small Medium Large Xlarge **Knowledge of English:** good moderate little none
Uniformos dydis: Mažas Vidutinis Didelis Labai didelis Anglų kalbą moku: gerai vidutiniškai šiek tiek nemoku
Rozmiar stroju: S M L XL Znajomość jęz. Angielskiego: dobra średnia podstawowa brak
Размер униформы: Маленький Средний Большой Очень Большой Знаю английский: хорошо средне плохо не знаю

Preferred accomodation (see brochure) _____
Pageidaučiau įsikurti (žr. lankstinuką)/Zakwaterowanie (zobacz broszura informacyjna)/Предпочитаю размещение (см. буклет)

PLEASE SIGN RULES ON REVERSE

Prašome pasirašyti, kad susipažinote su kitoje lapo pusėje esančiomis taisyklėmis/Proszę podpisac się pod regulaminem na odwrocie/Подпишите, пожалуйста, под правилами на обратной стороне

Photo
nuotrauka
Фото
Zdjęcie

Bendrosios Jogos mokytojų kursų taisyklės

Siekiant palaikyti švarią bei tyrą atmosferą labai svarbu laikytis ašrame galiojančių taisyklių ir dienotvarkės.

1. Dalyvavimas visuose užsiėmimuose, paskaitose, rytinėse ir vakarinėse meditacijose kursų dalyviams privalomas. Jeigu dėl kokių nors priežasčių negalite dalyvauti užsiėmime arba meditacijoje, privalote pateikti kurso vadovui raštišką pasiaiškinimą. Už dažną užsiėmimų praleidimą dalyvis gali būti iš kursų pašalintas.
2. Ašramo taisyklės griežtai draudžia vartoti alkoholį, tabaką, mėsą, žuvis, kiaušinius, juodąją arbatą bei kavą. Kursų metu mes neturime galimybės tiekti maistą pagal asmeninės dietos poreikius – visi dalyviai maitinami jogos ir ajurvedos principus atitinkančiais valgiais.
3. Ašramas – tai ne klubas ir ne pasilinksminimų vieta. Jūsų elgesys – privatus ir viešas – turi palaikyti dvasinę ašramo atmosferą. Nešvaistykite savo pranos (gyvybinės energijos) bevaisei veiklai.
4. Jeigu norite išvykti iš ašramo teritorijos (išskyrus trumpas išvykas į gyvenvietę), ypač nakties metu, privalote gauti kursų vadovo leidimą.
5. Karma joga – nesavanaudiška tarnystė – neatsiejama mokytojų kursų dalis. Tai praktinis metodas, padedantis atsikratyti egoizmo ir savanaudiškumo. Iš kiekvieno dalyvio tikimasi, kad jis kasdien mažiausiai valandą skirs karma jogai.
6. Maudymasis nuogiems neleistinas. Pirtimi naudotis taip pat galima tik su maudymosi kostiumais.
7. Nuo 22.30 val. ašrame įsigalioja tylos metas.
8. Meditacijų salėse ir šventyklose galiojančios elgesio taisyklės: šiose vietose turi būti palaikoma ypač tyra ir švari atmosfera. Eidami į jas nusiplaukite bent rankas, pėdas ir veidą. Jokiu būdu nereikalingų kalbų ar plepėjimo. Šios vietos skirtos tik meditavimui ir maldoms.
9. Ašramo teritorijoje neleidžiama klausytis trankios muzikos (roko ir pan.). Čia gali skambėti tik tyra muzika.
10. Kategoriškai draudžiami narkotikai – ne tik jų vartojimas, bet ir įsigijimas ar dalinimasis jais ne tik ašramo viduje, bet ir už jo ribų. Jeigu jums taps žinomi narkotikų vartojimo, laikymo ar dalinimo atvejai, privalote nedelsiant apie juos pranešti kursų vadovybei. Narkotikai yra žalingi astraliniam kūnui, todėl draudžiami visiems, pasukusiems jogos keliu.
11. Siekiant išvengti gaisrų, ašramo teritorijoje žvakes ir smilkalus leidžiama deginti tik meditacijų salėje ir šventykloje. Jokio laužų kūrenimo ašramo teritorijoje!
12. Jei turite problemų, susijusių su sveikata, registruojantis prašome apie jas pranešti.
13. Šivananda jogos organizacija tikisi, jog kursų metu susilaikysite nuo bet kokios su lytiniu potraukiu susijusios elgsenos.

Ką pasiimti su savimi:

Knygas: Swami Vishnudevananda, „The Complete Illustrated Book of Yoga“ arba lietuvių kalba: „Išsami iliustruota jogos knyga“; „Joga. Nauja knyga“. „The Bhagavad Gita“ su Svamio Šivanandos komentarais ir/arba „Bhagavadgita“ lietuvių kalba, „Vaga“, 1999. Jas galima įsigyti Šivananda jogos centruose. Vilnonį apklotą, jogos asanų kilimėlį, meditavimo pagalvėlę, šiltų ir patogių drabužių, šlepetes, patogią avalynę vaikščiojimui, maudymosi kostiumą. Apmokėjimo už kursus kvitus, blokną užrašams, rankšluosčių, asmens higienos reikmenis.

Egzaminas ir kursų baigimo pažymėjimas

Kursų pabaigoje laikomas kelių valandų trukmės jogos teorijos ir praktikos egzaminas. Jeigu išlaikysite egzaminą, jums bus įteiktas kursų baigimo pažymėjimas, įgalinantis jus mokyti jogos.

Informuojame

Sivananda Yoga Vedanta Centre Europos organizacija siekia prisidėti prie sąmoningumo, kupino atjautos pasaulio sukūrimo. Šią misiją vykdomė kurdami saugią, šventą aplinką. Mes skatiname dvasingumą, etišką elgseną, pagarbą, pasitikėjimą ir atsivėmimą. Todėl esame atsakingi už saugios ir šventos erdvės palaikymą, – erdvės, kurioje būtų galima įgyti gilesnės vidinės patirties pagal Svamio Šivanandos ir mūsų mokytojo bei guru, Svamio Vishnudevanandos, mokymą.

Todėl visiems Šivananda joga Vedanta centrų Europoje tarnautojams neleistini jokie seksualinio pobūdžio pastabos ar gestai, bereikalingas ar užgaulus kitų asmenų lytėjimas. Lygiai taip pat tikimasi, kad jūs susilaikysite nuo panašaus elgesio tarnautojų, mokinių ar svečių atžvilgiu.

Jeigu nepaisant *Sivananda Yoga Vedanta Centre* Europos organizacijos pastangų jums visgi atrodo, jog patiriate seksualinį pašalinių žmonių, tarnautojų, svečių ar kurio nors svamio priekabiavimą, apie tai privalote nedelsdami pranešti vienam iš joga ačharjų, kad būtų galima nedelsiant ištaisyti susidariusią padėtį. Nusiskundimai ačharjams nebus paviešinti ir įtariamajam pažeidėjui ar bet kuriai trečiajam šaliai be nukentėjusiojo sutikimo nebus atskleista jo tapatybė.

Apmokėjimo terminai:

Užpildytą anketą siųskite adresu: Sivananda Yoga Vedanta Center, Schmiljanstr. 24, 12161, Berlin, Germany. Registracija galios, jeigu sumokėsite 300 eurų arba 1036 litų avanso. Likusi suma turi būti sumokėta prieš keturias savaites iki kursų pradžios. Pinigus prašome pervesti į sąskaitą banke Berlyne: Sivananda Yoga Zentrum Berlin, Deutsche Bank Berlin IBAN: DE 43 1007 0024 0830 0204 02. BIC: DEUTDE33HAN30. Rheinstrasse 45, 12161 Berlin

Atsisakius dalyvauti kursuose iki jų pradžios, išduodamas čekis, atitinkantis visą kursų kainą, atskaičiavus 50 € administravimo mokestį. **Atsisakius dalyvauti kursų metu**, išduodamas čekis lygus visai kursų kainai, atskaičiavus mokestį už kursuose praleistas dienas ir 50 € admin. mokestį. **Pasitraukus iš kursų**: norint, kad čekis įsigaliojotų, prieš išvykstant iš apmokymo vietos, privaloma grąžinti vadovėlį ir uniformą (2 kelnes ir 2 marškinėlius). Čekis išduodamas kursams pasibaigus, per 2–4 savaites. Kursų pravedimo vietoje jis neišduodamas. Jo negalima perduoti kitiems asmenims, čekis galioja tik asmeniui, kurio pavardė nurodyta čekyje. Čekis galioja vienerius metus, jį galima panaudoti bet kuriam Šivananda jogos centre ar ašrame. Įsidėmėkite: čekio negalima panaudoti, išsigyjant pirkinius jogos parduotuvėse. Taip pat Reithe (Austrijoje) juo negalima apsimokėti už kambarį ir maitinimą.

Mokestyje už kursus įskaičiuota: administracinės išlaidos, užsiėmimai, maitinimas, jogos mokytojo uniforma (2 vnt.) ir jogos mokytojo vadovėlis. Kelionės išlaidos, įskaitant ir pristatymą iš oro uosto ar gel. stoties, į mokestį neįeina. Kainos nurodytos eurais ir nepriklauso nuo JAV dolerio kurso svyravimo. Rekomenduojama kursų laikotarpiui apsidrausti sveikata.

Skambučiai telefonu:

Jums galės paskambinti. Tinkamiausias laikas: 10.00–10.45 val., 13.00–13.45 val. ir 18.00–18.45 val. Kitu laiku vyksta užsiėmimai. Mokymo ir atostogų centro „Lesnik“ tel.: ++4859-81-44-635

Prašome patvirtinti tai savo parašu:

Aš, Šivananda organizacijos Jogos mokytojų kursų dalyvis, patvirtinu, kad perskaičiau Šivananda jogos vedantos organizacijos taisykles ir sutinku jų laikytis bei įsipareigoju dalyvauti visoje kursų veikloje. Esu visiškai atsakingas už save ir už asmeninę nuosavybę, taip pat ir už savo sprendimą dalyvauti visoje kursų veikloje. Nuoširdžiai sieksiu Savasties pažinimo, sekdamas Svamio Šivanandos jogos mokymu. Aš aiškiai suvokiu, kad už aukščiau išvardintų taisyklių nesilaikymą galiu būti iš kursų pašalintas. Mokestis už kursus man nebus grąžintas jokiais aplinkybėmis. Taip pat patvirtinu, kad nelaikysiu Šivananda jogos vedantos organizacijos atsakinga už bet kokius sužeidimus ar pakenkimus, atsiradusius dėl mano dalyvavimo kursų veikloje.

Data **Parašas**

(Už nesulaukusius 18 metų amžiaus asmenis pasirašo tėvai)