**EESTI KUNDALINI JOOGA ÕPETAJATE ÜHING
MTÜ**

**ÜHINGU AASTAKOOSOLEK**

Toimumisaeg: 06. juuni 2020

Kestvus: kell 09:00-13:30

Asukoht: Dharamsaal (Liivalaia 11/1, Tallinn)

**Päevakava:**

05.00 – 07.30 Sadhana
07.30 – 09.00 Hommikusöök
09.00 – 11.30 Koosoleku I osa
11.30 – 12.00 teepaus
12.00 – 13.30 Koosoleku II osa

 **Koosoleku päevakord:**

1. Ühingu organisatoorsed teemad

Juhatuse liikmed: Kalli Suga (Nishan Priya Kaur), Henri Mang (Prabhudeep Singh), Kalev Veskimäe (SimranRaj Singh), Sukhdev Kaur Khalsa, Ants Närep (Mohan Seva Singh)

Juhatuse esimees: Piret Jõemägi (Jai Kartar Kaur)

Eetikakomisjoni kontaktisik: Kristel Saik (Nam Puran Kaur) - kristelsaik [@] hotmail.com

Raamatupidaja: Haide Heinlaid

Koosolekute protokollimine: Kelli Püss (Livterath Kaur)

Sissejuhatus ja tutvustusring.
Üleskutse osalema sevagruppides.
Meil on väga elujõuline ühing, palju liikmeid.

# **2019 kokkuvõte**

2019. aasta lõpuks oli ühingul liikmeid 95.

## ***Mis toimus:***

*• 40-päevane üle-Eestiline ühissadhana enne suvist pööripäeva.*Nishan Priya kastmisel ja toitmisel on see puhkenud õide.

*• Õpetajate sügislaagri korraldamine Läänemaal, Algallikal.*Väestav traditsioon, kestnud juba algusest peale.

*• Joogi Bhajani tsitaatide raamatu väljaandmine.*Võimalik veel soetada!

*• Ühingu uudiskirja väljaandmise protsessi käivitamine.*Aprilli alguses ilmus esimene uudiskiri. Hakkab ilmuma kord kvartalis, kus õpetajad saavad jagada oma teadmisi, kogemusi. Eesmärk on õpetajaid ühendada ja liita, seega fookus on õpetajatel ja see saadetakse kõikidele õpetajatele (õpetajate listi). Õpetajad võivad edastada selle ka oma õpilastele. Uudiskirja blogiartiklid on kodulehel püsivalt loetavad.
**NB! Listis on hetkel palju valesid aadresse ehk et kes pole uudiskirja saanud, siis liituge kodulehe kaudu.**

*• Ühingu logo uuendamine.*Suur tänu Prabhudeep Singh’ile selle eest! Logo on mõeldud kõigile kasutamiseks. Kui tunned, et ühing on Sinu jaoks oluline, siis lisa logo oma õpilastele saadetavate kirjade alla. Eesmärgiks on tõsta teadlikkust kundalni joogast laiemas avalikkuses, kuvandi tutvustamine ja loomine.
Hakkame looma ka uut kodulehekülge, mis oleks kaasaegsem ja sisukam – justkui meie visiitkaart. Loodetavasti edaspidi soovite julgemini suunata oma õpilasi ühingu kodulehele.
**- Kust saab logo alla laadida?** Juhend logo kasutamise kohta koos logo allalaadimis-võimalusega tuleb kodulehele sisselogimisalasse.
Ka uudiskirjas on link uue logo juurde. Võib kirjutada ka Prabhudeep Singh’ile ja ta saadab.

**Ühingu logo kui kvaliteedimärk.** Logo kasutamise tingimused tuleb kokku leppida avalike suhete grupis. **NB! Üritused, millele soovitakse lisada ühingu logo, siis tuleb see siiski juhatusega kooskõlastada** (saata juhatuse meiliaadressile).

*• Talvise pööripäeva tähistamine Tartus.*Suur tänu veelkord kõigile korraldajatele ja osalejatele!

*• Ühingu uue infovoldiku töögrupi käivitamine.*
Mohan Seva on sevagrupi juht ja siia oleks inimesi juurde vaja.

*• Perioodi jooksul on toimunud kundalini jooga õpetajate I ja II taseme koolitused, lastejooga koolitused.*

*• Hatu joogamõis alustas uue traditsiooniga - Eesti Kundalini Jooga Festival*.
Tegu pole küll ühingu algatusega, aga suure teona vajab äramärkimist kindlasti, sest see on üritus, mis koondab meie kogukonda ja on nö perepidu.

Tänavu 9.-12.07 on toimumas selleaastane festival. Kodulehel on vorm, kus saab anda end vabatahtlikuna üles. Kuni 15.06 on pikendatud ka pääsmete soetamiseks soodushinda.
Korralduslikus plaanis on muutusi, kõik õpetajad ei saa paraku kohale tulla. On ka osalejaid, kes ei saa kohale tulla. Seekord võib see olla seega rohkem Eesti pidu. Viimasel päeval teeme ka ühe ühismeditatsiooni Ra Ma Da Sa global sadhana raames.
NB! Antud sadhana raames saab ka ise globaalset kogukonda juhendada, kestab kuni augusti lõpuni. Kel huvi, siis Prabhudeep Singh jagab registreerumislinki.

# **2020. aasta tegevusplaanid:**

*• KJÕÜ uudiskirja väljaandmine kord kvartalis.*Esimene number ilmus aprilli alguses, järgmine juuni lõpus. Olete kõik teretulnud kaasa lööma, keda kõnetab!

*• Arendada edasi olemasolevate seva gruppide tegevusi* ja uute seva gruppide loomine ning töölepanek (langar; heategevuslikud joogatunnid)

*• Kundalini jooga kuvandi teadvustamine avalikus inforuumis.*
Sellega seoses uue kodulehe loomine ja võimalik, et mingil hetkel koostöö ka meedia-agentuuriga (see on veel arutlusel).
- koostöö meediapartneriga läbi persooniloo, et kõnetaks emotsionaalselt, aga sisu oleks üldine ja juurde lihtsaid harjutusi ja nippe, kuidas ennast aidata. 6 kuu jooksul 1x kuus.
Avalikku kuvandit aitavad luua:
- koduleht, mis on vaja enne korda saada, kuna kõik artiklid suunaksid kodulehele;
- õpetajate poolt logo kasutamine, mis suunaks kodulehele;
- heategevuslikud joogatunnid, langar;
- meie igapäevane käitumine – avalik kuvand algab meist igaühest

Kalli Nishan Priya (avalikud suhted): hetkel pole parim aeg selleks, et endale tähelepanu tõmmata. Oleme natuke ootel, et mis toimub rahvusvahelisel tasandil kundalini jooga kuvandiga. Üleskutse aga kaasa mõtlema ja omalt poolt panustama! Eesmärk on edastada info mõttes vähem esoteerikat, rohkem vaimset tervist puudutavat suunda. Spirituaalsus võib ajada segadusse, seega pigem hoida teemad praktilised.

*• Uute infovoldikute väljatöötamine.*Vaja oleks juurde inimesi, kes on valmis koostama teksti ja kujundust, kes sellega igapäevatöös kokku puutuvad. Vana flaier on näidisena paberkujul olemas. Tuleks luua lihtsam tekst selleks, et see kõnetaks ka neid, kes pole joogaga varem kokku puutunud. Tekstiabi pakub Jai Akaldev Kaur. **Kui on pakkuda kujundusabi, siis anna endast märku!**

*• Kundalini jooga õpetajate koolituse I taseme õpiku väljaandmine eesti keeles*.
Prabhudeep Singh: tänaseks on I leveli õpikud sisuliselt tõlgitud. Praktika raamat täiesti valmis. Teise raamatu peab aga täiesti üle vaatama. Mantra raamat on tehtav. 2019.a. lõpus ilmunud Premka raamat ajas kõik rahvusvaheliste organisatsioonide töö segamini. An Olive Branch nimeline ühing tegeleb süüdistuste läbitöötamisega. Lubatud on anda välja oma raport juuni keskpaigaks, mis küll pisut võib lükkuda (juulisse?). Tänu sellele lükkus ka meie õpiku väljaandmine, kuna vähemalt 25% õpikust läheb muutmisele.
- **Ühingu liikmetele saadetakse nimekiri peatükkidest, mis lähevad muutmisele või mis võetakse õpikust välja.** Prabhudeep Singh
- Meil on olemas ka erileping, mis võimaldab meil õpiku trükkimisega siiski edasi minna. Järgmiseks aastaks nt saab kriyade raamat olemas olema. Loodetavasti saab ka eestikeelse põhiõpiku välja anda.
- Ingliskeelse raamatu saab ka nüüd e-raamatuna kätte (vana versioon).
Nishan Prem: **Mis muutub minu kui õpetaja jaoks, kes on õppinud „vana“ raamatu järgi?**
- Sukhdev: suurem osa, mis on muutumises, on humanoloogia osa, kundalini jooga ajalugu muutub täpsemaks, kirjutatakse rohkem lahti ka kundalini jooga ja Sikh Dharma seosed.
- Jai Kartar: erinevates vanades raamatutes on päris palju vigu (seoses sellega, et need põhinevad käsitsi üles kirjutatud materjalidel), mis praegu vaadatakse üle ja täpsustatakse videote pealt. Soovitame kontrollida kriya’sid üle Library of Teaching’ust.
- Sukhdev: õpetused on ikka samad (õpetuse olemus ja puhtus), toimub täpsustamine ja värskendamine.
Jai Arvind Singh tõstatas teema terminoloogia osas ning otsustati arutelu korraldada sügislaagris. Prabhudeep Singh võtab selle enda peale.

*• Õpetajate sügislaagri korraldamine septembris Taevaskoja Puhkekeskuses.*Daya Ajeet on grupi juht, registreerumised läbi Heli Ram Rai. Korralduslik abivägi Satya Nirban Kaur ja Livterath Kaur.

*• Talvise pööripäeva tähistamine detsembris*Kus võiks toimuda? Oodatud on kõik ettepanekud!

*• Jätkuvad kundalini jooga õpetajate I ja II taseme koolitused, lastejooga koolitused; on lisandunud ka KK numeroloogia nõustajate koolitusgrupp.*

*• 40 päeva sadhanad jätkuvad, ka Zoomis.*Sukhdev: Suured tänud eestvedajatele Nishan Priya Kaur ja Nishan Prem Singh. Suurepärane ruumi ja sangati hoidmine nende aastate jooksul. Tänaseks on kutsutud liituma ka Läti, Leedu, Soome, Rootsi ja St.Peterburg, nii et vaikselt areneb see regionaalseks ettevõtmiseks.
**Noored õppivad õpetajad uurivad, et kus on kogenumad õpetajad?** Võiksime rohkem koosluua ja olla eeskujuks. See on meie sangati loodud ühisruum.

Nishan Priya: üleskutse osalema sadhanatel nii osalejana kui juhendajana.
Nishan Prem: grupisadhana on kõigi tervendamine, kõigi väestamine.
Daya Ajeet: ettepanek luua ühingu ühine Zoom-ruum, mida haldaks üks inimene, kuigi tegemist on suure tööga. Või siis teha eraldi leht, kus on kõik need lingid välja toodud.

## ***Finantsid***

Käibevarasid 2019 aasta 31.12 seisuga oli ühingul 21 037, mis oli 5456 eurot enam, kui 2018. aastal. Tulud olid kokku 9991 (sellest liikmemaksud 6 446, muud tulud 3 545); kulud 4599 ja tulem 5392. Aruandeperioodil juhatuse liikmetele tasu ei makstud.

Oluline on, et kõik korraldatavad üritused teenivad oma kulud tasa.

Reservis hoitakse 15 000 eurot raamatute trükkimiseks.
Tsitaatide raamatuid on veel laos piisavalt, jagage seda, et kulud teeniksid end tasa!
JapJi kordustrükk tuleb aasta lõpuks. Mata Santokh veab seda suunda ja soovi korral saatke palun kõik ettepanekud talle (nt helivoo ja tõlkesisu osas parandused-täiendused).

## ***Majandusaasta aruande hääletamine: oldi ühehäälselt nõus.***

## ***Juhatuse valimine – oldi ühehäälselt nõus***

Jätkavad senised juhatuse liikmed:
Sukhdev Kaur, Jai Kartar Kaur, Nishan Priya Kaur, Mohan Seva Singh, Prabhudeep Singh

Uued lisanduvad liikmed: Livterath Kaur, Daya Ajeet Kaur

Külalisena jätkab: SimranRaj Singh

## ***Sangati teemad***

### **PRAEGUSED SEVAGRUPID:**

**Ühingu liikmelisus:** Kalli Suga (Nishan Priya). Tänase päeva seisuga 98 liiget.

**Sadhanad:** Janika Metsla (Charan Kirti Kaur)

**Tõlkimine:** Laura Uibopuu (Mata Santokh Kaur), Kelli Püss (Livterath Kaur), Arina (Liv Adi), Kersti Kõrs (Amrit Atma Kaur), Eliise Peelo (Jai Akaldev Kaur), Helena Niidla, Liis Luik, Maris Albert, Mae Sotantar, Lilian Promet, Sirle Lumi, Evelin Tamla, Prabhudeep Kaur
Jai Kartar: Tõlkegrupi suurim mure on see, et kui kirjalikele materjalidele ikka leidub tõlkijaid, siis suulist tõlget saada on raske. Kuidas seda lahendada? Tean muidugi ka, et on mitmeid inimesi sangatis, kes on suulist tõlget vajadusel teinud, kuid tõlkeseva gruppi ei kuulu. **Kes soovib liituda, oled südamest teretulnud!**

**Sündmused/üritused:** Sindy Püssa (Daya Adjeet Kaur). Tulemas on õpetajate sügislaager 11-13.09 , mille ajakava peaks paika panema, maksumus, toitlustamine, peaks suhtlema Taevaskojaga. Lisandusid Satya Nirban Kaur ja Livterath Kaur.

**Trükised:** Henri Mang (Prabhudeep Singh) - L1 raamatuprojekt + Mohan Seva - flyerid. Jai Akaldev Kaur lisanud. Kujundusabi oodatud!

**Uudiskiri:** Piret Jõemägi (Jai Kartar Kaur, Sukhdev Kaur Khalsa, Kalli Suga (Nishan Priya Kaur), Kelli Püss (Livterath Kaur), Henri Mang (Prabhudeep Singh), Ants Närep (Mohan Seva Singh), Kalev Veskimäe (SimranRaj Singh), Merylin Pavel (Satya Nirban Kaur), Janika Metsla (Charan Kirti Kaur).

**Avalikud suhted:** Kalli Suga (Nishan Priya Kaur). Kundalini jooga kuvand avalikus ruumis hetkel + uus koduleht. Koduleht läheb ümbertegemisele.

**Koduleht:** Kalev Veskimäe (SimranRaj Singh), Heli Rennik (Ram Rai Kaur). Selles sevagrupis Piret Jõemägi (Jai Kartar Kaur), Kelli Püss (Livterath Kaur), Kalli Suga (Nishan Priya Kaur), Ülle Penjam (Satyadev Kaur).

**Rahvusvahelised suhted:** Henri Mang (Prabhudeep Singh), Sindy Püssa (Daya Adjeet Kaur)
Tõhustada koostööd avalike suhetega (kui on infot, mida kõigiga jagada või siis kokkuvõtted, et kuidas meil läheb – kajastada uudiskirjas).
Prabhudeep Singh suunab kodulehele CRT kirju lugema.

**Õpetajate toetusgrupp:** Margit Kurm (Taranbir Kaur), Piret Jõemägi (Jai Kartar Kaur)
Viimasel poolaastal on toimunud 3 toetusgrupi sündmust. Nagu eelnevatel aastatel oli plaan korraldada iga kohtumine erinevas KJ klubis. Kohtumisi on vedanud Jai Kartar ja Taranbir. 2020 on Kõiksus andnud ka suured teemad, mis on toonud ka arvukama osavõtu. Formaadis on ühine 11 min meditatsioon ja siis vaba vestlus, kus igaüks saab jagada oma muresid ja rõõme. Esimene kohtumine oli 21. veebruaril Urban Yoginis (5-6 osalejat). Lisaks privaatsetele küsimustele jagati infot ja tundeid seoses Joogi Bhajani juhtumiga. 27. märtsil oli kohtumine esmakordselt viiruse tõttu Zoomis (osalejaid 18) ja ka 24. aprilli kohtumine oli seal (7?). Ka 22 mail olime Zoomis, kuid ilmselt olid kõik juba Zoomist nii väsinud, et osalejaid oli 2. Kevade üks praktilisi teemasid oli, kuidas teha oma tunde e-keskkonnas, samuti kuidas end toetada grupienergia abil raskel ajal (samal ajal toimus mitmeid ühismeditatsioone nagu Ühingu Ra Ma Da Sa, e-sadhanad). Kevadised sündmused näitasid kui oluline see on, et on olemas selline kohtumise formaat ja Zoomi kasutuselevõtt võimaldab(s) kokku saada piirangutest hoolimata.

### **SEVAGRUPID LOOMISEL:**

**Langar** - Sukhdev Kaur on eestvedaja
Guru Nanak soovis toita neid, kel on toidust puudus. Traditsioon toimib gurdwara juures ja ka läbi ühingute. Kuidas meie Eestis jõuaksime abivajajateni?
Rajamaal toimuvad sel suvel sangati ja seva päevad, kus pakume ka tasuta süüa. Kas saame kuskile ka viia toitu, saab näha.

**Toidupank** – Livterath Kaur on eestvedaja, lisaks Jai Arvind Singh ja Sukhdev Kaur
Plaan on alustada pikemaajalist koostööd Headuseringi nimelise organisatsiooniga, kes aitabki Toidupanga koormust vähendada sellega, et leitakse koostöövõimalusi erinevate ettevõtete, organisatsioonide ja kogukondadega. Nähakse, et kriis saabub sügisel ja hetkel tehakse ettevalmistusi.
Soov on enne suve välja saata üleskutse KJ kogukonnale, et annetataks Toidupangale rahalisi vahendeid läbi Armastan Aidata keskkonna. Lisaks on kooskõlastusringil küsitluse vorm, kus on võimalik end piirkonniti vabatahtlikena üles anda. Sügisel on soov alustada heategevuslike kogukonnajooga tundidega (ehk osalus annetuse eest ja rahalised vahendid suunatuna otse Toidupangale).

**Heategevuslikud joogatunnid** - lähemalt räägib uus liige Jai Akaldev Kaur (Eliise Peelo).

Pakkuda joogatehnoloogiat vähekindlustatud inimestele, vangidele, noorukitele, sõltlastele. Kaardistada vajadus ja ka võimekus. 3ho kaudu on olemas kaks kontakti, kes on valmis jagama oma kogemusi ja soovitusi. Rahastuse pärast ei muretseks, on palju võimalusi projekte kirjutada. SPIN soovitab: kaardistada, kus juba selliseid tunde läbi viiakse, millised on mõju-uuringud, kui teadus on taga, siis on suurem šanss saada rahastust. Üleskutse peale inimesi siia gruppi juurde saada, lisandusid Janika Charan Kirti, Kalli Nishan Priya.

Mantrad ja muusika langari juurde. Kirtani seva grupi juhiks Shanti Ramdesh Kaur. Kõik on oodatud liituma!

**Otsustati, et heategevuse sevagrupp tuleb kokku üheks võimsaks grupiks, kuna kõik tegevused omavahel läbi põimunud.**

***Kui Sa tunned, et Sinul endal on abi vaja, siis anna kindlasti endast märku!***

## ***Ühingu kodulehel info ja andmete muutmise töötuba***

Heli näitab suurel ekraanil, kuidas ühingu kodulehel ise oma andmeid muuta (enda tutvustus, sündmuste lisamine, joogatundide info muutmine Google kalendris).

**Heli koostab juhised, kuidas sündmusi ühingu google kalendrisse lisada.
Lisada Joogatunnid-List alla juhised, kuidas kaarti kasutada.**

Reegel on, et regulaartunnid lähevad google kalendrisse ja eraldi sündmused/ koolitused/ kursused sündmuste alla. **NB! Õpetajad, pange oma sündmused kodulehele üles, sest me võtame uudiskirja vastava info just kodulehele lisatud sündmuste alt!**

## ***Töö gruppides – „Minu ühing“***

Eesmärgiks on tuua rohkem teadlikkust ühingu vajalikkusest - tihti me astume mingi organisatsiooni liikmeks endale teadvustamata, miks me seda teeme.

1. Miks ma olen ühingus? Mida ühingu liikmeks olemine mulle isiklikult annab? Meile kõigile annab?
2. Kuidas ühing saaks mind paremini toetada ehk millist toetust ma vajan ühingult?

Märksõnad: et panustada, toetada ja toetust saada, koos olla, luua; ühing annab struktuuri ja hoiab koos. Ühing annab võimaluse kohtuda mõttekaaslastega, kellel on samad arusaamad; saab ka infot ja teadmisi. Ühingus on võimalik end paremini teostada; õpetajana oleme paremini nähatavad, leitavad; koos oleme tugevamad kui üksi olles; ühised projektid on olulised ja saab paremini osa infost, mis toimub üldse kundalini jooga maailmas. ühingu liikmetele on erinevad soodustused, ka see on oluline. Ainult koos jõuame kaugele sihile kohale - nagu rändlinnud.