

EESTI KUNDALINI JOOGA ÕPETAJATE ÜHING



Kogukond on uue ajastu tempel. Iga kogukonda kuuluv hing on kivike selle templi seinas. Igaüks on võrdselt oluline ning igaühel on oma roll. Kogukondlik elu- ja mõtteviis nõuab teadlikkust ja pühendumist. Eesti kundalini jooga kogukonda (sangatisse) kuuluvad paljud varasemad ja praegused kundalini jooga õpetuste praktiseerijad, nii õpilased kui õpetajad ja nende perekonnad. Meie kogukond on oluliselt laiem kui ühing ise.

2009. a loodud Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühing on selle kogukonna selgroog, mis hoiab õpetusi autentsena ning oma liikmed ja kogukonna ühtsena teel. Nii nagu linnud lendavad kaugele lõunamaale koos, parvedena ja mitte üksi, nii liigume ka meie läbi elumere aja ja ruumi koos lõpmatuse suunas. Linnuparve juhivad vaheldumisi erinevad linnud, et keegi ära ei väsiks, igaüks jaksaks, oleks hoitud ja kohale jõuaksid kõik. Nii toimib ka kogukond ja ühing. Me kõik panustame, et kanda ja hoida teisi ning samas oleme ise teiste poolt kantud ja hoitud.

Ühing koondab kokku kundalini jooga õpetajad, kes on õpetajakoolitused läbinud erinevatel aastatel ja erinevates kohtades. Seeläbi laieneb juba õpetajakoolitusel tekkinud ühtse grupienergia vägi ja ulatus veelgi. Ühiseid õpetusi järgides ja väärtusi hoides saame olla üksteisele toeks, koos luua, areneda ja teadlikkuses kasvada.

Ühing aitab hoida **joondatust kundalini jooga õpetustega**, mis on meie alustala ja pidepunkt. Ühised 40-päevased sadhanad, pööripäevade tähistamised, õpetajate sügislaager, vestlusringid, ühismeditatsioonid ning toetusgrupid on avatud kõigile. Õpetuste eheduse ja kättesaadavuse tagamiseks oleme välja andnud eestikeelse Japji, Joogi Bhajani tsitaatide raamatu, töös on Level 1 Õpetajakoolituse õpiku tõlkimine eesti keelde. Väga suure panuse annavad õpetuste hoidmisse ühingusse kuuluvad õpetajakoolituste korraldajad.

Ühingu üks eesmärkidest on ka laiema **kogukonna toetamine läbi tervislike eluviiside edendamise** ning kogukonna abivajajate toetamise. Viimastel aastatel on hoogsalt üle Eestimaa tuuritama hakanud meie suvine Joogabuss ning oleme osalemas Tallinna Vanalinnapäevadel. Meie liikmed jagavad joogatarkust koolides, erinevatel sündmustel ja joogatundides. Pikemas vaates ootab sündimist ka Langari (kogukonna köök) projekt, mis pakub tasuta toitlustamist abivajajatele. Uued heategevuslikud algatused on väga teretulnud.

Ühisüritused kaasavad ka pereliikmed ning on meie ühingus juba pikaajaline traditsioon. Suvisele ja talvisele pööripäevale eelnevad 40-päevased sadhanad ühendavad ja ülendavad ning lõpevad kirkastava koosloomisega pööripäevaüritusel. Õpetajate sügislaager pakub hariva, arendava ja südamlilikult kokkuhoidva alguse uuele hooajale. Lisaks veel talvapäevi, ühismeditatsioone. Iga-

aastane kevadine ühingu üldkoosolek toob meid kokku, et tänulikkuses meenutada eelmise aasta koosloomisi ja seada sihte alanud aastaks.

Laiemale üldsusele aitab infot jagada meie **koduleht** (www.kundaliniyoga.ee) ja erinevad sotsiaalmeedia lehed. Koduleht koondab olulise info kundalini jooga õpetustest ning annab võimaluse ka kõigil ühingu liikmetel tutvustada ennast ja jagada infot oma tundide, sündmuste kohta õpilastele ja uutele huvilistele. See on võimalus õpetajatekonna alguses pühenduda õpetamisele ja vähem panustada aega ja ressursse isikliku kodulehe loomisele. Sinu nähtavus ja kuuluvus ühingusse suurendavad ka Sinu usaldusväärstust õpetajana.

Kuuludes oma mõtte- ja hingekaaslaste ringi saad alati teistelt nõu küsida vestlusgrupis (FB), kogemusi jagada ja kuulata toetugruppides või muul viisil ühendudes. Ühingus toimuvaga ja teiste õpetajate põnevate sündmustega aitavad Sind kursis hoida meie infokirjad.

Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu liikmena saad Sa kuuluma ka **rahvusvaheliselt tunnustatud kundalini jooga õpetajate ühendusse IKYTA** (International Kundalini Yoga Teachers Association, www.ikyta.org). Meie ühingu liikmed saavad osa kõigist IKYTA liikmetele pakutavatest sündmustest, koolitustest, soodustustest (lingid lõpus). Lisaks saad võimaluse tutvustada ennast ja oma erialasid rahvusvahelisel IKYTA õpetajate veebilehel. Ühendudes teiste riikide kundalini jooga õpetajatega ja praktiseerijatega konverentsidel, festivalidel, ühismeditatsioonidel koged sügavat ühtekuuluvuse tunnet ja koosloomise väge. Teadlikkus avardub, südamed avanevad ja inspiratsioon kannab uutesse kõrgustesse.

Ühingu kogu kirjeldatud mitmekülgne tegevus toimub ja on olnud jätkustuutlik tänu paljude liikmete poolt panustatud sevale. **Seva tähendab isetut teenimist**. Teiste teenimist ilma igasuguse huvita ise midagi vastu saada. Seva on teadlikult valitud suhtumine. See on tervendav ja puhastab meid alateadlikest mustritest, ka neist mida me isegi ei teadnud seal olevat. Seva on neutraalse meele väljendus ja tuleb südamest. Seeläbi teenime jumalikku valgust kõiges ja kõigis ning kogeme iseenda tõelist olemust. Joogi Bhajan on öelnud, et füüsiliselt ja mentaalsest saad puhastuda tehes sadhanat, vaimseks puhastumiseks ülenda teisi läbi seva. Ilma selle toiduta Sinu vaimne hing sureb.

Ühingus on mitmeid võimalusi sevagruppidega ühinemiseks ning seeläbi ülendada teisi ja ise olla ülendatud. Saad panustada sadhana ja sündmuste korraldamisse, tõlkimisse, liikmete heaolusse, kodulehe loomisse, rahvusvahelistesse suhetesse, kommunikatsiooni ühingu sees ja väljaspool. Samuti on kõik uued valdkonnad oodatud tärkama.

Ühingusse kuulumise eelised:

Usaldusväärsus: oled õpetusi ühendava organisatsiooni liige nii kohalikul kui rahvusvahelisel tasandil. Kohalikku ühingusse kuuludes saad ka rahvusvahelise kundalini jooga õpetajaid ühendava organisatsiooni IKYTA (International Kundalini Yoga Teachers Association) liikmeks.

Nähtavus: saad tutvustada ennast ja jagada oma tundide ning sündmuste infot ühingu kodulehel ning läbi ühingu liikmete võrgustiku. Samuti saad lisada oma kontaktid rahvusvahelisele IKYTA õpetajate veebilehele. Isikliku kodulehe loomine võib olla ajamahukas ning samuti seotud täiendavate kaasnevate püsikuludega (domeen ja veebimajutus).

Kaasatus: saad olla kaasatud ja panustada kundalini jooga õpetuste jagamisse laiemale üldsusele korraldatavatel üritustel (Joogabuss, Tallinna Vanalinnapäevad) ja aeg-ajalt ka rahvusvahelistel üritustel.

Kuuluvus: saad vajadusel küsida nõu ja jagada kogemusi teiste liikmetega vestlusgrupis (FB), toetusgrupis või muul viisil ühendudes.

Toetus: ühing toetab (soodsam tasu) oma liikmete osalemist ühingu poolt korraldatavatel sündmustel (pööripäevaüritused, sügislaager).

Eneseareng:

- Kundalini Research Institute (KRI) veebipõhises õpikeskkonnas sooduskoodiga soodustus -10%. Õpikeskkonnas saad ligipääsu erinevatele rahvusvahelistele koolitustele, loengutele ja üritustele nii reaalajas kui järelvaatamisega: <https://kundaliniresearchinstitute.org/en/e-learning-center/>

- IKYTA soodustused rahvusvahelistel üritustel, koolitustel <https://www.ikyta.org/training-discounts>

Seva: läbi isetu teenimise saad kiirendada ja toetada oma vaimset arengut.

IKYTA soodustused poodides (nt www.satnam.eu 10-20%): <https://www.ikyta.org/training-discounts>

Üheskoos ülendume!

Lingid:

Koduleht: www.kundaliniyoga.ee

IKYTA: www.ikyta.org

FB grupp: [KY õpetajate sangat](#)

FB grupp: [Sadhanad Eestis](#)

FB leht: [Kundalini jooga Eestis](#)