

Komjáti Zsuzsanna



Még 2007-ben, egy akkor még véletlennek tűnő utazás során jutottam el Indiába - szerelem volt első látásra! Ekkortól kezdem el foglalkozni a védikus kultúrával, majd rövidesen találkoztam a bhakti-jógával is. A Bhaktivedanta Hittudományi Főiskolán vaisnava teológusként szereztem diplomát, majd a filozófia tanulmányozása után egy kicsit a testi egészség irányába fordultam. Gyógymasszőri tanulmányaimat követően a korábban még túl unalmasnak vélt ásana-gyakorlás is egyre vonzóbbá vált, így a Sarasvati Alapítvány 1 éves tradicionális jógaoktatói képzése által lettem jógaoktató. A tudásszomj tovább fokozódott a jóga irányába, így a BHF vaisnava jógamester szakát is elvégeztem és a jógaoktatói továbbképzésen is részt vettem.

2018 óta pedig már én is jóga gyakorlatokat oktatok a Főiskolán, a Bhaktivedanta Jógastúdió irányításában pedig szakmai vezetőként veszek részt.

Magyar Jógaoktatók Szövetségének 2015 óta aktív tagjaként és Minősített Jógaoktatóként tevékenykedem, 2019 óta pedig már alelnökként is azon fáradozom, hogy a jógát hiteles forrásból, szakértő kezekből sajátíthassák el az érdeklődők.

Már a jógával való első találkozáskor nyilvánvaló volt számomra, hogy igazán nagy kincsre leltem, és továbbgondolva egyértelművé vált az is, hogy kötelességem másoknak is továbbadni ezt az értéket. Jógaoktatóként minél több embernek kell megadnunk az esélyt, hogy kapcsolódjon a jógához - éppen azon a szinten és olyan formában, ahogyan csak tud. A jóga ösvényét járni a folyamatos fejlődés csodálatos útja - örülök, hogy egy szakaszon én is elkísérhetlek!