

Všem Iyengar jóga asociacím,  
Milí prezidenti, členové rady asociací, učitelé, zkoušející a členové,

během schůzky v prosinci roku 2015, se zkoušející a zástupci asociací setkali s Geetou a Prashantem. Proběhla výměna myšlenek nad tématy jako je proces zkoušení, učitelské výcviky a fungování asociací atd.

Všichni máme stejný cíl a tím je sdílení Gurudžihova učení a učení se předmětu jógy. V tomto duchu vás všechny my, Geeta a Prashant, oslovujeme, abychom předávali světlo Gurudžihova učení v čistotě kāya, vāk a manas (těla, řeči a mysli).

Následující body ozřejmí pozici RIMIY ve vztahu ke zkoušení a výcviku učitelů a musí být sdíleny se členy Vaší asociace, jak učiteli, tak studenty, aby všichni rozuměli požadavkům na studenty, certifikaci, zkoušení a učitele.

Kromě toho od nás asociace později obdrží opravené a standardizované sylaby k jednotlivým certifikačním úrovním.

1. Všem Gurudžihovým studentům, kteří se chtějí stát členy asociací, by toto mělo být umožněno. Protože je pravdou, že přijde čas, kdy starší (seniorní) členové budou v organizačních výborech nahrazeni mladšími (juniorními).
  - Junioři by měli starší kolegy respektovat a vyhledávat jejich radu, protože zkušenost a zralost jsou důležitou součástí pro zdravý růst Iyengar jógy
  - Senioři by si měli ponechat otevřenou mysl pro zvážení návrhu juniorů, protože jejich "čerstvost" přinese do rozvoje Iyengar jógy novou dimenzi

Patañdzali hovoří o viveka (schopnost rozlišovat) a my všichni jako studenti Gurudžihova bysme měli brát ohled na smyslové rozlišování a spolupracovat mezi sebou s vyrovnanou myslí. Sádkašahové jógy by měli prokázat maitri (přátelskost) ve vztahu ke každému přímého či nepřímému studentovi Gurudžihova.

2. Slovo "asociace" samo o sobě znamená organizaci lidí, kteří mají stejný zájem. Čili všichni členové asociace a všechny asociace musí mít k sobě navzájem přátelský přístup a neustálou komunikaci.

Po celém světě musí probíhat výměna znalostí předávaných Gurudžim. Proto, by měla existovat komunikace mezi asociacemi navzájem. Gurudžihova citátu "Dávání neochuzuje, lpění a bránění neobohacuje", bychom neměli pouze rozumět, ale měli bychom ho praktikovat.

Ačkoliv jsme geograficky oddělení, co se týče jógové filosofie bychom se měli považovat za jeden celek.

## O učení

1. Normálně se ásany učí podle sylabu sestaveného Gurudžim a poté jsou studenti povýšeni do vyšších úrovní. Dříve, i když pořádně nepročeti Gurudžihovy knihy, byli přijati jako seniorní studenti. Nyní máme štěstí, že máme tolik knih a článků, které Gurudži napsal; studenti by měli být podporováni v četbě těchto knih, aby se seznámili s jeho přístupem k Józe. **Takže je novou zodpovědností učitelů, aby shromáždili své studenty a vysvětlili a diskutovali o Gurudžihově psaní.**

Zde je seznam knih napsaných Gurudžim v angličtině:

- Light on Yoga
- Light on Pranayama
- Light on the Yoga Sutras of Patanjali
- Light on Ashtanga Yoga
- Yaugika Manas
- Patangala Yogasutra Paricaya
- Light on Life
- Core of the Yoga sutras
- Astadala Yogamala: The Collected Works of the Yogachariya B.K.S. Iyengar
- Concise Light on Yoga
- The Illustrated Light on Yoga
- Art of Yoga
- Tree of Yoga
- Body the Shrine, Yoga the Light
- Iyengar: His Life and Work
- Basic Guidelines of Teachers of Yoga
- YOGA: the Path to Holistic Health
- Iyengar Yoga for Beginners
- Yoga: Wisdom and Practice
- Yoga for Sports

Gurudžihovy práce by se měla přeložit do každého jazyka, kde jsou studenti. Komunita studentů se může spojit, aby pracovala tímto směrem.

2. Zdá se, že studenti jsou někdy nuceni učiteli dosáhnout finální klasické ásany kvůli certifikaci. To se potvrdilo být fyzicky škodlivé a také mentálně namáhavé. Je důležité si pamatovat, že i střední varianta ásany má terapeutickou hodnotu. Každému studentovi by měl být dopřán dostatek času pro naučení ásany a pránajámy správným způsobem - neměli by to být uspěcháno.

Jóga je přírodní věda. Pokud se lidé učí rychle, neuvědomí si překážky a mohou skončit s tím, že se zraní. Neměli bychom spěchat, abychom z každého udělali učitele. Jóga

není závod. Je to zkušenostní (prožitková) věda. Je to celoživotní proces a ne krátkodobý kurz. Proto existuje předepsaná pauza mezi jednotlivými certifikačními úrovněmi. Člověk musí dosáhnout pokročilé úrovně porozumění (učení) než sám může učit základy. Proto nespěchejte.

3. V těchto dnech chtějí lidé použít jógu jako preventivní vědu proti nemocem. Proto všichni certifikovaní učitelé (a učitelé, kteří zamýšlejí získat certifikaci v budoucnosti) by měli znát základy jógové terapie. V Gurudžiho dopise z prosince 2010 všem asociacím stojí, že všichni certifikovaní učitelé mohou pomoci zdravím studentům s běžnými problémy s mírným rizikem jako jsou problémy s koleny, zády, krkem, rameny, bolesti hlavy, vysokým tlakem, průjmem, zácpou, úzkostí a depresí. **Mentori by měli učit adaptace v praxi ásan a pránajamy pro tyto stavy ty, kteří mají v zájmu učit.**
4. Během studia by studenti měli znát názvy všech ásan v sánkrtu. Jejich význam je popsán v Light on Yoga. Také v Gurudžiho knihách se nachází index všech sánkrtských slov a jejich významů. Tím, že si je projdou se studenti seznámí se sánkrtskými slovy. **Učitelé také mohou uspořádat lekci, ve které budou vyslovovat sánkrtské výrazy.** Není zapotřebí kvůli tomu umět sánkrkt, jde spíše o seznámení s jeho zvukem. Podobně na každé další úrovni by měli být studenti seznámeni se sánkrtskými slovy z Pataňdžalioho jóga suter, protože to dozajista rozšíří jejich slovní zásobu.
5. Když studenti posílají fotografie pro seniorní pokročilé (senior intermediate) certifikace, je zřejmé, že mají potíže s pokročilými ásanami. A když mají pomoci ostatním lidem v lekci, vypadají, že neví, jak pomoci. Jejich dotek sám o sobě je špatný. Pro porozumění ásanám, pránajámě a terapii je zapotřebí správné vedení zkušeným učitelem. Často učitelé žádají o sekvenci pro své pacienty a při učení pacientů referují pouze k té zadané sekvenci, aniž by pacientovi pomáhali, učili ho či vedli (prováděli/guide). To není správná cesta. **Všichni seniorní studenti Gurudžiho viděli, jak pomáhal pacientům i ve veřejných lekcích. Jeho umění doteku bylo lehce zapomenuto a lekce jsou teď často vedeny pouze na základě vysvětlení - a to není korektní.** Kdykoliv je zapotřebí pomocné ruky, učitel by měl přijít ke studentovi či pacientovi a pomoci mu. Učitelé by měli vědět, jak pomoci a dotknout se studentů alespoň v základních pozicích.
6. Gurudži považoval za důležité seznámit školou povinné děti s Jógou. Pro tyto děti vytvořil sylaby. **Tyto jsou shrnuty v 5 svazcích s názvem Yogashastra.** Je důležité se naučit ásany v těchto knihách, aby kdykoliv nastane příležitost, někteří učitelé mohou učit ve školách. Jsou vhodné pro všechny děti z jakýchkoliv podmínek či víry. Knihy jsou k dispozici v RIMYI.
7. Ti, kteří jsou již učiteli nebo se jimi plánují stát, by měli rozvíjet svou schopnost krátkých přednášek nebo přednášek spojených s demonstrací (ukázkou) jógy, abychom lidem tlumočili esenci Gurudžiho učení.

# O certifikaci úrovně Introductory

## 1. Dostatečný čas by měl být věnován mentorování studentů, kteří se chtějí stát učiteli.

Aby se student mohl stát učitelem, musí po dlouhé období být tzv. “v učení”. Jenom proto, že někomu jdou dobře ásany neznamená, že z něho bude dobrý učitel. Je ohromný rozdíl mezi procesem učit se a učením jako takovým. V učení ostatních by nás měla vést naše osobní zkušenost. Takže pokud bychom učili ásany a pránajámu bez vlastní zkušenosti dost bychom se mýlili.

Zdá se, že se stalo módou jezdit po celém světě a organizovat učitelské kurzy (TTC). Dost často se stává, že TTC začne dříve než se vychovávají jako studenti, což vůbec není správné. Například v některých místech jsou lidé hnáni skrz TTC předtím, než se z nich mohou stát správní studenti. Ani Gurudži tímto způsobem produkoval učitele. Učitelé nemohou být produkováni mechanicky. Pokud člověk nemá vnitřní tendenci učit, nemůže být dobrý učitelem. Vnitřní tendence rozvete v průběhu času ve společnosti vhodného učitele. Gurudži vždy zdůrazňoval mentorství. Mentorství bychom měli uznávat a podporovat a přiznat mu důležitou úlohu ve vztahu k TTC programům, které často ústí v masové produkci učitelů, které ještě nemusí být zralí.

## 2. Šest let “učňovství” ve všeobecných lekcích s certifikovaný učitelem lyengar jógy je vyžadováno předtím, než se student přihlásí na první zkoušku.

Zkoušky a certifikace mají určité minimální požadavky. Kritéria vyžadují minimální počet let vzdělání s certifikovaným učitelem nebo minimální počet hodin. Hodinové kritérium bylo zavedeno pouze z důvodu existence míst, kde nebyl dostatek certifikovaným učitelů, což ztěžovalo cestování za učitelem po tolik let nebo případné přestěhování. Avšak může se stát, že toto kritérium je zneužíváno i v místech, kde je certifikovaných učitelů dostatek. To by se nemělo dít. Pro místa, kde je dostatek certifikovaných učitelů, 6 let “učňovství” ve veřejných lekcích s certifikovaným učitelem lyengar jógy je vyžadováno před tím, než se student přihlásí k první zkoušce. Toto pravidlo platí i pro kandidáty, kteří jsou již certifikovanými učiteli z jiné školy jógy.

Kandidát, který se objeví na zkoušce Introductory I & II by měl strávit minimálně:

- a. První 3 roky učením se sylabu Introductory I & a II (prakticky a teoreticky)
- b. Další 2 roky učením se sylabu Introductory I & a II (prakticky a teoreticky) a Intermediate Junior I. (prakticky a teoreticky)
- c. Další 1 rok učením se sylabu Introductory I & a II (prakticky a teoreticky) a Junior I. (prakticky a teoreticky) a Intermediate Junior II. (prakticky)

Když je tento kandidát zasvěcen do sylabů Junior I. a II., tak je zasvěcen do jejich ásan a pránajámy pouze z důvodu, aby se je začal učit. Nespěchejte na ně, aby dosáhli finální pozice. Kultivujte ve studentech radost z procesu učení spíše než dosažení konečné destinace.

3. Avšak pro ostatní země (tj. bez lokálních učitelů) bude požadováno **minimum 280 hodin**. Slovo “učení” v tomto případě znamená (návštěva lekcí s mentorem). Lekce mentora znamenají lekce v zemi studenta a návštěvy studenta v místě pobytu mentora. Kromě těchto lekcí by student v této pozici měl věnovat přinejmenším 2 hodiny vlastní praxi minimálně 5x týdně. Kromě toho, mentor musí navést studenta, jaké knihy má číst, jaké materiály shlédnout a z jakých se má učit.
4. V místech, kde nejsou žádní učitelé Iyengar jógy, ale je tam jeden či více studentů, kteří se učili Iyengar jógu od certifikovaných učitelů a přejí si pokračovat v Gurudžiho učení:
  - doporučujeme vám nás kontaktovat a dostanete vedení a vhodná kritéria, aby Gurudžiho učení mohlo dosáhnout více lidí.
5. Kandidát, který se hlásí na Introductory II zkoušku musí mít **doporučení od dvou učitelů** z regionu. Každý z těchto učitelů musí být certifikovaný učitel Iyengar jógy minimálně na úrovni Intermediate Junior I. a výše.

## O zkouškách dalších úrovní

1. Kandidát, který se hlásí na Intermediate Junior zkoušky musí mít doporučující dopis od 2 certifikovaných učitelů. Každý učitel by měl být certifikován minimálně o úroveň výš než je zkouška, na kterou se kandidát hlásí.
2. Kandidát, který se hlásí na zkoušku Intermediate Senior I a II by měl mít jednoho doporučujícího učitele s certifikací minimálně Intermediate Senior III a výš.
3. Uchazeči o Intermediate Senior III se musí přihlásit přímo v RIMYI.
4. Pro jakoukoliv zkoušku, pro kterou je důležitý doporučující učitel:
  - a. Pokud jsou vyžadováni 2 doporučující učitelé: jeden musí být mentor, se kterým student pravidelně praktikuje; druhý učitel, se kterým student praktikujeme méně často. Alespoň jeden musí být mimo uchazečovu rodinu.
  - b. Pokud je požadován 1 doporučující učitel: uchazeč musí s tímto učitelem praktikovat pravidelně.

Jakýkoliv učitel musí osobně vidět uchazečovu ásanovou a pránajámovou praxi a pozorovat uchazečovo učení.

## O výcviku učitelů

1. Tímto zdůrazňujeme, že **není povinné** absolvovat TTC, aby student mohl jít ke zkoušce. Poté co jsme se setkali s mnoha učícími a neučícími členy z jednotlivých zemí zjistili jsme, že studenti jsou vedeni k tomu věřit, že musí projít TTC, aby mohli být připuštěni ke zkouškám nebo aby si prohloubili svou znalost. Rádi bychom vyjasnili, že tomu tak není.
2. Dále jsme přišli na to, že se konají tzv. Přípravné učitelské výciky. Název sám napovídá, že kurz je určen pro ty, kteří se chtějí přihlásit do TTC. Pokud je toto motiv, který je jim představován, nezůstane jejich proces učení čistý ani učení čisté, protože nevinnost je ztracena. Ačkoliv obě strany mohou svou práci udělat čestně, nevinnost je ztracena. Člověk se může učit pouze s nevinným rozpoložením. **Takže zastavte tyto přípravné učitelské výciky.** Můžete organizovat veřejné lekce, workshopy a konference. Prosíme nevědomě nesvádějte z cesty ty, kteří aspirují na to se učit.
3. **Všechny TTC by měli být schváleny asociací.** V místech, kde není asociace, by TTC mělo být schváleno RIMYI. I když je toto výslovně uvedeno v Pune Constitution přišli jsme na řadu případů, kdy to bylo porušeno. Takže bychom to chtěli zdůraznit.
4. Pokud si student přeje zúčastnit se TTC, musí nejprve absolvovat 3 roky pravidelných veřejných lekcí jako student. Žádný člen by neměl být přijat do TTC, pokud neabsolvoval tento počet let.
5. Žádné TTC nesmí být nikde zahájeno, pokud tam neexistují vospělí praktikující s minimální 3 letou praxí pod vedením lokálních certifikovaného učitele Iyengar jógy a nebo zahraničního učitele, který pravidelně do země dojíždí vést veřejné lekce (180 hodin studia požadováno).
6. Kdekoliv existují lokální certifikovaní učitelé Iyengar jógy Intermediate Junior III. nebo vyšší, žádný zahraniční nebo hostující učitel nemůže začít TTC a nebo se v něm podílet. Pokud lokální učitel a zahraniční učitel mají koordinovat TTC, měli by zaslat společný dopis do RIMYI a vyžádat si povolení.
7. Pokud učitel, který je kvalifikovaný vést TTC se přestěhuje do jiné země (změní místo trvalého pobytu), měl/a by nejdříve vést veřejné lekce a vybudovat si vztah se studentskou komunitou. Neměl/a by spěchat začít s TTC v nové zemi, dokud se nezformuje kolem ní/něj vospělá skupina praktikujících. Pro to, aby mohl takový učitel v nové zemi začít TTC platí následující požadavky:

- Studenti v té oblasti by se měli pod vedením tohoto učitele vzdělávat minimálně 2 roky A
  - Tento nový učitel musí vést veřejné lekce minimálně po 2 roky
8. My žádáme seniorní studenty a přímé žáky Gurudžiho, aby se soustředili na budování kvality ve svém regionu. Také pokud uspořádají veřejné lekce v zahraničí, mělo by se jednat o všeobecné lekce spíše než o intesivy. Je důležité se nejdříve naučit jógu obecně. Ti, kteří navštěvují jiné země a učí tam, by měli učit veřejné lekce a ne kurzy mířené na výcvik pro učitele.

Všechny podmínky, které jsme zmínili v tomto dopise, nabydou platnosti v lednu 2020. Všechny ale podporujeme, aby procesy řídili již tímto směrem. Kdekoliv je to možné, apelujeme, aby se změny uskutečnily okamžitě.

## Naše prosba

Gurudži navštívil tolikrát tolik zemí. Pokud máte filmy natočené během jeho návštěv, což mohou být představení ásan, lekce, otázky&odpovědi nebo jakékoliv jiné nahrávky, prosíme o zaslání seznamu do RIMYI. RIMYI chce zachovat celý archiv a v závislosti na tom, co nám chybí, bychom vás požádali o kopii. Jakmile vytvoříme ucelený přehled všech nahrávek, dáme ho k dispozici všem asociacím. A pak se můžeme všichni zamyslet, jak archiv zpřístupnit komukoliv, kdo bude mít zájem.

Dlužíme sami sobě, abychom následujícím generacím předali ucelený obrázek o józe podle Gurudžiho. Nechme stranou všechny dohady, nedorozumění, zmatky a dosáhněme určité čistoty vnímání. To nás přivede na správnou cestu, aby se z nás stali “dobří sádhakové”. Vynese to naši jógovou manas na povrch, abychom přenesli jógovou samskáru k životům, které teprve přijdou. Přejeme vám jen to nejlepší na jógové cestě. Nechť vám pán Pataňdžali požehná.

Namaskar.  
S úctou,  
Geeta & Prashant

29.3.2017