

Марина Таргакова



Биография: мастер Образовательного проекта Психология третьего тысячелетия, специалист по семейным взаимоотношениям, руководитель филиала Проекта в Центральной Азии, президент медицинской корпорации Брант. Действительный Член Международной Академии Авторских Научных Открытий и Изобретений. Является практикующим психотерапевтом, НЛП - Мастером, специалистом по семейной, детской психотерапии, гештальт-терапевтом, специалистом по коучингу.

John Friend



John Friend (родился 30 мая 1959 г.) является американский учитель йоги и создатель Anusara Йоги.

Друг впервые узнал о йоге в возрасте 8 лет в Янгстауне, штат Огайо, когда его мать, Энн Друг, читал ему истории йогов со скрытым знанием и сверхъестественными силами. В возрасте 13, он начал изучать философию йоги с Бхагавадгиты и Упанишад, а также начал практику асан, следуя книге Интегральная Хатха-йога Свами Сатчидананда в.

В возрасте 17 лет, Друг начал регулярную практику медитации сидя с суфийской группы, а также членов Теософского общества. В возрасте 19 лет он переехал в Хьюстон, штат Техас, где он изучал различные стили хатха-йоги, включая Ананда Йога, Шивананда Йога и ЗНО Йоги Бхаджан в. Кроме того, он начал преподавать йогу неполный рабочий день во время работы в качестве финансового аналитика.

В 1984 г. Друг начал практиковать Йога первичной серии Аштанга Виньяса и, в 1986 году, оставил свою работу аналитик, чтобы преподавать йогу полный рабочий день. В 1987 году закончил Друг к средней серии во время учебы с основателем Аштанга К. Паттабхи Джойса в Калифорнии, где он также учился с учителем Айенгар Йога Джудит Lasater. В том же году, Друг посетил Йога Айенгара конвенции в Бостоне, где он встретил В.К.С. Айенгар, после чего Friend сосредоточил свои исследования и практику в основном в Айенгар-йоги. В период с 1990 по 1995 год, Джон заработал Вводные и младший средние учебные сертификаты Айенгара и также входил в состав совета директоров для Айенгар Йога Национальной ассоциации перед отъездом в 1997 году, чтобы основать Anusara Йоги.

Воронин Александр



Инструктор йоги в городе Полтава

Йогу начал практиковать с 2002 года.

В качестве инструктора группы йоги веду с 2006 года. С 2010 года провожу занятия в группах в г. Полтава.

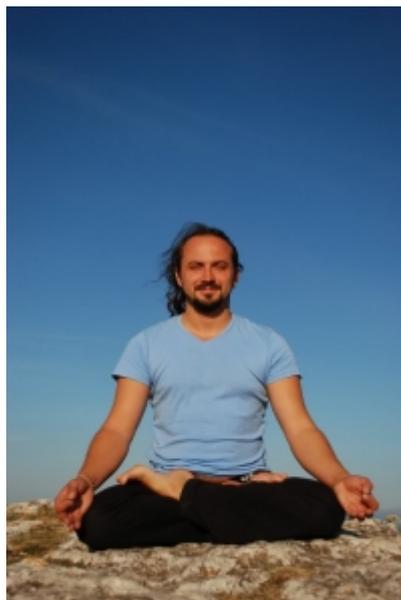
Высшее юридическое образование получил в г. Харьков. За это время полюбил Харьков и остался здесь жить и работать. Уже около десяти лет преподаю в ВУЗах города.

В 2013 году получил диплом психолога закончив Полтавский национальный педагогический университет им. В.Г. Короленко.

Принимаю участи в проведении тренингов и семинаров по различным аспектам йоги и эзотерики: «Эзотерика духовного развития», «Открытие чакральной системы» и др. Участвовал в различных фестивалях: «ТАВАЛЕ» - г. Харьков, "FreeHumanFest" – Каменец-Подольский.

Люблю путешествовать. Наверное потому, что именно в путешествии гармонично сплетаются приключение, отдых и обучение. Посетил Индию, Малый Тибет, Израиль.

Александр Таишев



Александр Таишев (Шамбо) — один из ведущих специалистов по Хатха Йоге на территории России и СНГ. Сертифицирован Международной Федерацией Йоги. Опыт практики йоги - более 20 лет. Один из основателей Черниговской Линии Хатха Йоги. Автор методики «ЧАКРА САДХАНА». Создатель проекта: «Предельные асаны».

Автор информационно-практических семинаров «Внутренние аспекты практики йоги» по главным направлениям Хатха йоги: асана, шаткарма, пранаяма, мантра и медитативные практики, основанные на классических принципах поэтапного воздействия на тело, энергетическую систему и сознание.

За последние 15 лет провел более 200 обучающих семинаров по теории и практике йоги начального и инструкторского уровней на территории России и Украины. Организатор и руководитель йога туров в разных странах мира: Израиль, Таиланд, Камбоджа, Египет, Турция, Индия и пр.

Последние несколько лет изучает и практикует крия йогу в традиции реализованного мастера йоги Шри Девраха Бабаджи. Обучается у известного Мастера Йоги Гуруджи Дэв Даса Махараджа (Индия). Полученная от Гуруджи информация о «внутренних» аспектах йоги оказала большое влияние на личную практику Александра и подачу информации на семинарах и мастер классах.

Роман Рокотел



Директор Клуба Аштанга йоги, тренер-методист Рома Рокотёл – многократный призёр международных соревнований по спортивной йоге и постоянный участник международных конференций, является официальным представителем IYF в Украине с 2001 года. Дипломирован Национальным Университетом Физкультуры и Спорта Украины.

Татьяна Пивень



Татьяна Пивень – основатель (совместно с Женей Танковским) Киевской Йога Студии, практикует йогу с 1999 года, преподает с 2000, чемпионка мира по йога-спорту (Португалия, 2003), сертифицированный преподаватель международного уровня, с 2008 года живет в г. Катманду (Непал), возле Великой Ступы – Бодха, и учится в Kathmandu University при монастыре Каньинг Шедруб Линг (настоятель – Чоки Нима Ринпоче) – изучает тибетский язык и буддийскую философию. Проводит йога-семинары и Непале, Турции, разных странах... и, конечно же, в родном Киеве!

Любомирская Ольга



Интерес к йоге у меня возник в 1987 году. Осваивала отдельные упражнения хатха-йоги под руководством своих родителей, прочитывала всю ту скудную информацию, что была доступна в то время. В 1994 году, в возрасте 22 лет, начала планомерно и регулярно практиковать по книге Гиты Айенгар из-за ухудшения здоровья после рождения сына. Через год нашла своего первого преподавателя йоги. Им был Виталий Павлович Апостолов, преподнесивший йогу в рамках «Школы здоровья» при «Академии йога Гуру Ар Сантема». Я очень благодарна моему первому инструктору за все те полезные знания и умения, что я почерпнула за годы обучения у него. Однако затем по плану занятий этой организации я попала к самому основателю этой «Академии» Г.Г. Стаценко, где я поняла, что нас уведут все дальше от традиционной йоги. Снова начались поиски. Года два я стабильно практиковала первый уровень Аштанга-виньяса йоги у Игоря Викторовича Медведева. Но и здесь возникла неудовлетворенность – на этот раз исключительно физкультурной направленностью. В 2000 году на семинаре в «Крымском институте физкультуры на основе практической йоги» у Лилии Ивановны Музыченко получила диплом «мастера йоги», и наказ начинать преподавание. Практика преподавания дала новый импульс моему развитию в йоге.

В 2001 году познакомилась с Андреем Витальевичем Лаппой, благодаря общению с которым появилось новое, более четкое понимание целей в йоге, интенсифицировалась практика как асан, так и других аспектов йоги. Дальнейшие годы тесного сотрудничества с А. Лаппой, регулярные поездки на его занятия в Киев, организация его семинаров в Москве и участие в них были неизменным источником энтузиазма в практике и духовном поиске.

В 2002 году совместно с коллегами был задуман первый в России профильный журнал «Йога», на протяжении нескольких последующих лет, я являлась членом

редколлегии, автором статей в этом журнале, а так же участником второй и третьей Международных конференций журнала «Йога» в Крыму.

В ноябре 2003 года мне посчастливилось впервые попасть в Индию, брать уроки у Бал Мукунд Сингха. В ту же поездку мне удалось впервые увидеть священный город Варанаси. В следующую поездку в Индию я обрела в Варанаси своего Гуру, получив при дикше духовное имя Анандамайя Бхайрави. Гуруджи Вагиш Шастри является реализованным тантрическим Мастером, кроме того, он – профессор санскрита, автор огромного количества книг, преподает мнемонический санскрит, а так же кундалини-йогу. Но моя практика происходит в первую очередь в русле Индийской Тантры и Кашмирского Шиваизма.

Кроме того, я счастлива получать наставления и шактипат у уникальных Учителей – Свами Шанкарананды Гири (крийя йога линии Бабаджи), Свами Муктананды (тантрическая школа Шри Видья), Свами Шивамурти Сарасвати (Греческий ашрам Бихарской Школы йоги)

Медицинское образование и обширный опыт в разных направлениях йоги позволяют мне работать в йога-терапевтическом направлении с отдельными учениками и с группами, а так же успешно заниматься с беременными женщинами, вплоть до самых родов.

Кроме ведения общих классов по хатха-йоге разного уровня, я регулярно провожу спецкурсы для опытных практикующих по пранаяме, йоге с партнером, джняна-йоге (санскрит/мантры).

Постоянно контактирую с мастерами йоги из других стран.

Имею опыт проведения тематических выездных семинаров (Подмосковье, Алтай, Молдова, Индия, Египет, Черногория) на которых преподаю асаны, пранаямы, медитативные техники, йога-нидру, парные практики, а так же провожу теоретические занятия по истории и философии йоги.

На данный момент: интенсивно практикую техники, данные Гуру, постоянно повышаю свой профессиональный уровень, участвуя в семинарах широко известных в нашей стране и за рубежом мастеров йоги: Андрея Лаппы, Рейнхарда Гамментхаллера, Файека Бириа, Габриэллы Джубилияро, Доминика Корриглиано, Кали Рэй и многих других.

Дэвид Свенсон



Для многих практиков Аштанга йоги Дэвид Свенсон – легенда. Его видео – одни из лучших материалов по освоению Аштанга Виньяса Йоги для людей любого уровня подготовленности. На этих видео – серьезный молодой человек, методично и пошагово раскрывающий основные принципы практики. Именно это и ожидаешь увидеть при личной встрече – серьезность, методичность, структурированность и некую закрытую сухость в общении, свойственную серьезным и солидным практикам йоги.

Но меня ожидал сюрприз! Дэвид Свенсон оказался совершенно другим человеком, или Человеком, или даже Человечищем, если это не прозвучит оскорбительно)). Уникальное чувство юмора, с которым Дэвид относится к практике, к вопросам на серьезные философские темы и к жизни, удивительная искренность и самоотдача просто покоряют учеников. Причем самоотдача полная и бескорыстная, когда Дэвид отвечает на каждый вопрос, даже в свое свободное время и после долгого дня ведения занятий. Как преподаватель Дэвид следит за тем, чтобы ни один ученик не остался без внимания, без ответа, без совета. Это его стиль жизни и стиль преподавания одной из сложнейших систем йоги – максимальное упрощение, снятие «избыточной важности», и наполнение смехом и легкостью, чтобы ученик осознал главное в йоге – получать удовольствие от каждой асаны, вдоха, каждого момента. И только тогда человек сможет заниматься практикой 50-60 или 100 лет и получать максимальную пользу от занятий.

Дэвид часто цитирует слова своего друга и талантливого преподавателя йоги Дэвида Уильямса: «В молодости я слышал, что йога помогает людям становиться старше и мудрее. Но я посмотрел вокруг, и увидел, что люди становятся только

старее и слабее. И тогда я поехал в Индию, как детектив, с целью найти самую древнюю и классическую систему йоги. И нашел Аштанга йогу, и я решил практиковать эту йогу в течение следующих 50-60 лет и посмотреть, что произойдет». Дэвид Свенсон считает, что именно так нужно практиковать йогу – давать ей время раскрыться.

Но для Дэвида важна не только практика на коврике, не только асаны и пранаямы, он считает что: «Асаны и пранаямы - это удобрение, которым мы насыщаем почву – наш внутренний мир. Но это только удобрение и культивирование, а важны так же семена, которые мы в эту почву поместим. Если в удобренную плодородную почву посадить Эго – вырастет огромное Эго, если же в эту почву посадить правильные семена – доброту, сострадание, любовь, эти качества так же вырастут до невероятных размеров». Поэтому каждым своим поступком, словом и занятием Дэвид показывает пример правильного и осознанного подхода к йоге, и особенно к ее внутренним аспектам, к фундаменту, который формируется принципами Ямы и Ниямы в йоге.

Все внимание на занятии Дэвид уделяет ученикам, удерживая Поток, учитель сам не показывает асаны, а только занимается отстройкой учеников. Вспоминая своего глубоко уважаемого учителя Шри Паттабхи Джойса, Дэвид говорит: «Гуруджи никогда не демонстрировал асаны. И не говорил «вот так я кладу ногу за голову», он говорил «Вот так я кладу твою ногу тебе за голову!» и параллельно это делал!»

Дэвид Свенсон не говорит о религии, не принуждает учеников даже к пению традиционных мантр в начале и в конце занятия. Как преподаватель, он все объясняет, но ни к чему не принуждает. Он показывает путь, которым следует сам, и только личным примером, любовью к практике и к жизни, взаимоотношением с друзьями и коллегами Дэвид Свенсон вдохновляет всех учеников и даже практиков других систем йоги.

И это по-настоящему ценно – встретить учителя, который не говорит о самоистязании, самоограничении и о том, что практика подходит только избранным, или о том, что его система йоги единственно правильная и эффективная. Но вместо этого советует практиковать так, чтобы это приносило нам радость, внутреннее спокойствие и гармонию, помогало в общении с людьми и социальной деятельности. Дэвид говорит: «Йогин – это не тот, кто может заложить ногу за голову, а тот, кто приходя в любое место, делает это место чуточку лучше, просто своим присутствием в нем». И именно к этому хочется стремиться – своей практикой сделать окружающий мир чуточку лучше и светлее.

Шандор Ремете



Шандор Ремете родился в Венрии в 1943 году. Путь йоги был предопределен ему с рождения — европейец по происхождению, он имел удачу родиться в семье, где и отец и мать практиковали йогу. Азам в йоге — технике выполнения асан, пранаям и бандх Шандора с шести лет обучал отец. В семнадцать лет вместе с родителями Шандор переехал в Австралию, где увлекся восточными боевыми искусствами — японской технике владения мечом кэндзюцу и китайскому шаолиньцюань. Это сочетание йоги и науки управления внутренней энергией, легли в основу стиля практики, который Шандор Ремете выработал для себя, и который он преподает сегодня по всему миру.

Серьезная и целенаправленная практика йоги началась в его жизни в 25 лет. Вернувшись с войны во Вьетнаме, отставной солдат случайно наткнулся на «Йога Дипику» Айенгара и решил возобновить занятия, заброшенные на время службы в армии. Через некоторое время, узнав, что автор этого замечательного пособия жив и до сих пор обучает людей, он немедленно отправился в институт Айенгара и долгое время обучался в Пуне под его руководством. Однако со временем, почерпнув у знаменитого Учителя все, что казалось возможным, Шандор начал двигаться в йоге самостоятельно. Он обучался Аштанга Вьянса йоге у последователей Паттабхи Джойса, учился у мастеров аюрведы, системы мармастаана, натья йоги и цигун, танцоров бараттанатья и каттакали. Впитывая новые и новые техники, он нанизал их на основу, полученную еще в детстве и создал собственный стиль практики, который назвал Shadow Yoga или Йога Теней.

Шандор Ремете известен как эксцентричный учитель йоги, обладающий потрясающей силой и гибкостью, пронзающим насквозь взглядом и заражающий своим энтузиазмом. На своих занятиях и семинарах он учит людей практиковать йогу для очищения ума от скопления привычек и комплексов — теней. Это высвобождает огромное количество творческой энергии, искусству управления которой также учит Shadow Yoga.

Демонстрируя свой подход к практике йоги, Шандор Ремете выходит на подиум без коврика, надев специальную обувь на липкой подошве: «Вот мой коврик, дающий мне 360 градусов свободы на полу», — отвечает он на удивленные взгляды учеников.

Обучая йоге, мастер-укротитель теней настаивает, чтобы ученики осваивали священное писание, но не как мистическую литературу, а как пособие для практики. Его занятия начинаются с кругообразного разогрева основных центров тела — вращений головой, ногами, тазом.

Кладова Катерина Владимировна



Дипломированный психолог, преподаватель психологии. Сертифицированный гипнолог международной категории. Ассоциированный член Русского Психоаналитического Общества. Действительный член Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ЕАР). Сертифицированный преподаватель хатха-йоги и йоги для беременных.

Профессиональные интересы и направления работы: преподавание йоги — 14 лет, психологическое консультирование — 6 лет, практика по работе с беременными женщинами — 7 лет (в том числе 2 года официального стажа в клубе беременных мам «Стихиаль», Москва), индивидуальные и групповые йога-практики, йога-терапия, танцевально-двигательная психотерапия, экзистенциальная терапия, комплексные программы для беременных, психологическая помощь по широкому спектру вопросов.

Якименко Лена



Инструктор по йоге для беременных, хатха-йоге.

Елена о себе и занятиях: "К осознанному подходу к жизни судьба привела меня в раннем детстве. Мы с родителями проходили многочисленные семинары по уникальной системе «Целительства и овладению скрытых ресурсов организма» в школе Владимира Холошни. Первое знакомство с йогой произошло в подростковом возрасте (в 12 лет), на базе черниговского Центра Гуманитарных Технологий «АХАЛАР» и черниговской линии Хатха-йоги Сергея Сидорцова. Затем было множество учителей и направлений, но йога всегда шла рядом со мной, постепенно становясь частью моей повседневной жизни. Благодаря регулярным занятиям мне удалось подготовить тело к легкой беременности и естественным родам, а после быстро вернуться в форму (отдельное спасибо Юлии Кучеренко, мастеру йоги для беременных). С 2003 года являюсь постоянным участником Клуба молодых долгожителей «РАДУГА ЖИЗНИ». В 2009 окончила Университет «КПИ», Издательско-Полиграфический факультет, получив две специальности: Журналистика, Редактирование и издательское дело. С 2010 г. начала проводить групповые и индивидуальные занятия по Хатха-йоге, а также йоги для беременных.

На своих занятиях:

- следую принципам травмобезопасной отстройки тела в асанах;
- уделяю внимание гармоничному взаимодействию напряжения с расслаблением;
- развиваю индивидуальный подход к группе;
- практикую различные дыхательные техники (пранаямы), дополняя их визуализациями;

в медитациях особое внимание уделяю женскому пространству, качествам мужской и женской энергии. Делюсь навыками энергетических упражнений для гармонизации ауры.

на занятиях с беременными даю комплекс упражнений, направленный на: укрепление мышц спины и позвоночника; расслабление и раскрытие тазобедренных суставов; на предотвращение послеродовых растяжек; выравнивание гормонального и эмоционального фона. В практике с беременными обязательно уделяю внимание дыхательным приемам расслабления, даю специальные упражнения для облегчения родов, делюсь навыками общения с малышом.

Для меня йога – не самоцель и не физкультура, а возможность заново изучить и ощутить свое тело, успокоить ум и эмоции, смотреть на мир просто и с интересом, быть естественней и женственней, качественно жить в молодом и здоровом теле, любить и принимать себя и мир вокруг."

Анна Терентьева

Анна закончила институт физической культуры на базе педагогической психологии, по образованию она ЛФК-инструктор, педагог-психолог.

Имеет сертификат: курс для начинающих "Основы йоги, отстройка асан", проводила занятия начального уровня.

Обучалась у учителей из России и Индии, прошла обучение с учителем Prashanth Vkumar из Индии.

С 2010 года преподаёт Шри-йогу, сочетающую в себе основные классические стили йоги.

Вела занятия Шри-йогой с детьми и взрослыми в йога-клубе "Аватар".

С 2013 года ведёт занятия "Искусство женской йоги с элементами интимной гимнастики".

Обучалась в международной академии женских искусств, а также проходила тренинг "Вумбилдинг".

Проводит тренинг "Магия цвета для женщин", а также семидневный курс по чакрам — теория и практика для женщин.

Анна, ведущая женских практик с 2010 года.

Ведёт женскую йогу, программа Relax, волновую гимнастику, медитацию Дакини, а также индивидуальные встречи по запросу.

Проводит практические семинары:

"Исполнение желаний".

"Восемь шагов к себе" — семинар по чакрам.

Медитации, массажные техники, сохраняющие энергии.

Читать далее: Анна Терентьева (Москва) — тренер — отзывы, контакты, расписание тренингов. Самопознание.ру

Видгоф Инна



Впервые попробовала заниматься йогой в 2001 году чисто из спортивного интереса и из него же продолжала пару лет заниматься самостоятельно по очень наглядной книге «Йога для детей, родителей и преподавателей». Потом закончила институт, устала от преподавательской деятельности (я дипломированный преподаватель английского языка), поучаствовала в нескольких интересных проектах, поработала переводчицей на съемках голливудского фильма и в 22 года чувствовала себя выжатой как лимон... Любимый когда-то фитнес становился скушен, нервное напряжение не проходило, я решила всерьез заняться йогой для успокоения души и случайно нашла в интернете аштанга-йога центр.

Душа в результате успокоилась, но до этого была практика в аштанга центре, много личной практики, много лет работы на тренингах по системе Ошо, куда мне, опять же случайно, посчастливилось попасть в качестве переводчицы, участие в семинарах Михаила Баранова, Андрея Лаппы, Сергея Агапкина. В 2007 году начала преподавать хатха-йогу сначала в паре школах танцев, потом в клубе Путь Йоги, потом попала в только открывшуюся тогда Прану. В 2009 году закончила курс для преподавателей Праны по методике Анатолия Зенченко. Также с 2009 года являюсь ведущей канала Живи Тв. Я благодарна всем своим учителям йоги: инструкторам аштанга центра, преподавателям Праны, а также всем учителям в тренингах и семинарах которых мне довелось участвовать за вклад, который они внесли в мое развитие и вдохновение, которое они мне подарили.

Мои занятия достаточно динамичны и активны, но находится время и для отдыха. Помимо классических последовательностей асан и связок-виньяс в занятие включены разогревающие пранаямы, суставная гимнастика, упражнения на растяжку. Особое внимание уделено мягкому вытягиванию, улучшению подвижности суставов, раскрепощению зажатых участков тела, обретению качества текучести и внутренней легкости. Практика йоги способна в перспективе сделать нас по-настоящему осознанными и чуткими, для этого достаточно просто начать прислушиваться к своему телу, ведь оно –самое близкое, что у нас есть.

Елена Чупрова



Елена Чупрова сертифицированный инструктор по йоге для беременных и йоге женского здоровья, бейби-йоге и бейби-массажу, ха-тха йоге, специалист по йогатерапии, инструктор по лечебной физической культуре, тренер методики «ТРИМ» (тренинг интимных мышц тазового дна).

Опыт преподавания йоги — с 2008 года. Проводит групповые занятия по йоге, лекции по женской йоге и по подготовке к родам, составляет индивидуальные программы по йогатерапии, подготовке к зачатию, восстановлению после родов и т.д. Проходила обучение на сертифицированном курсе по универсальной йоге у Андрея Лаппы, закончила курс по программе «Йогатерапия» в Институте традиционных систем оздоровления, обучалась на курсе «Перинатальная йога: беременность, роды и послеродовый период» и на семинаре «ТРИМ» в Институте йогатерапии, прошла обучение в центре Birthlith по Перинатальной йоге (Джейн Колинс) и Well Woman Yoga (Франсуаза Фридман), Бейби-массаж и Бейби-йоге (Лиз Дохерти), также обучалась на семинарах Умы Динсмор-Тули "Йогатерапия для поддержки фертильности и менструального здоровья", "Йогатерапия для женщин" (Йони Шакти Йога). Дополнительно посещала различные семинары по динамическим практикам в йоге (сукшма-вьяяме), по дыхательным техникам (пранаяме) и медитации, аюрведе, восточной психологии, астропсихологии, голосовым практикам. Проходила обучение по тайскому йога-массажу.

Татьяна Бородаенко



Занимается йогой Айенгара с 1990. Является преподавателем йоги Айенгара с 1994 г. Имеет международный сертификат Senior I. Основатель, руководитель и ведущий преподаватель Йога центра. Регулярно проходит обучение в Индии в г. Пуна в институте Йоги Айенгара им. Рамамами.

Имеет огромный опыт работы: в "Планета Фитнес", консульствах Канады, Финляндии, Швейцарии, в школах, институтах, специализированной школе для детей, больных ДЦП; на кафедре медицины Большого Государственного Университета, проводя занятия по йоге для будущих врачей-остеопатов. Занималась с больными, перенесшими инфаркт, инсульт, туберкулез и другие серьезные заболевания.

Со студенческих лет увлекалась восточной философией. В йогу привело плохое здоровье. После рождения двоих детей здоровье стало катастрофически ухудшаться. Появились серьезные проблемы в системах организма: сердечно-сосудистой; в органах пищеварения (панкреатит, язва 12-перстной кишки); в гинекологии (эндометриоз); опорно-двигательном аппарате (хронический остеомиелит). Последний год, до встречи с йогой, провела на больничной койке. Пять лет самозабвенных занятий йогой по 3-6 часов в день укрепили здоровье, ушли все болезни. Йога стала главным занятием в жизни.

Имеет три высших образования: ЛИСИ – инженер-строитель, СПбГУ им. Герцена – факультет психологии, Университет Культуры и Искусств – факультет эстрадно-джазового пения. Имеет двоих сыновей.

Надя Андреева



Надя Андреева – сертифицированный специалист по аюрведе (European Institute of Vedic Studies), функциональному питанию (институт функциональной медицины под руководством Лиз Липски, PhD), опытный сертифицированный велнесс коуч (Wellcoaches)

Окончив магистратуру по психологии в New York University, Надя столкнулась с выбором: продолжать идти по проторённой бороздке карьеры или искать себя в мире самореализации и целостного здоровья. После многих лет IMG_5819-435.jpgучебы и одновременной работы, при постоянном стрессе и жизни в мегаполисе, уже в 22 Надя оказалась в очень нездоровом теле. Плохо работающее пищеварение с постоянным вздутием и запорами, поликистоз яичников, и экзема/псориаз заставили Надю переоценить свою жизнь и понимание целостного многоуровневого здоровья.

Последние 8 лет Надя посвятила себя изучению человеческого тела и ума, чтобы помочь женщинам по всему миру создать гармоничное внутреннее состояние, высокую жизненную энергию, здоровое пищеварение и сбалансированные гормоны. Надя является автором популярной программы по йоге «С йогой по жизни» и йога марафона 10x10. Надя также регулярно проводит сезонные детокс программы совместно с Yoga Journal Russia который проходят десятки тысяч участников.

Посредством практики осознанности, древней мудрости аюрведы и позитивной психологии Надя помогает восстанавливать связь со своим телом, жить в гармонии со своими желаниями изменять вредные пищевые привычки.

Надя Андреева, основатель блога “Шпинат и Йога” и автор бестселлера “Счастливым животик: руководство для женщин о том, как всегда чувствовать себя

живой, лёгкой и уравновешенной” (Happy Belly: Woman’s Guide to Feeling Vibrant, Light, and Balanced).

Надя является экспертом по питанию и пишет статьи для крупных журналов и интернет порталов, включая журнал Лиза, Women’s Health, Cosmopolitan, Marie Claire, Yoga Journal, Pilates Journal

Берн, Эрик Леннард



Эрик Лэннард Берн (англ. Eric Lennard Berne, наст. имя: Леонард Бернстайн, 10 мая 1910, Монреаль, Канада — 15 июля 1970) — американский психолог и психиатр. Известен прежде всего как разработчик транзакционного анализа и сценарного анализа. Развивая идеи психоанализа, общей теории и метода лечения нервных и психических заболеваний, Берн сосредоточил внимание на «транзакциях» (от англ. trans- — приставки, обозначающей движение от чего-то к чему-либо, и англ. action — «действие»), лежащих в основе межличностных отношений. Некоторые виды транзакций, имеющие в себе скрытую цель, он называет играми. Берн рассматривает три эго-состояния: Взрослый, Родитель и Ребёнок (которые не являются фрейдовскими Я, Супер-Я и Оно). Вступая в контакт с окружающей средой, человек, по мнению Берна, всегда находится в одном из этих состояний.

Транзакционный анализ Эрика Берна представляет собой разработанную систему, в основании которой лежит представление о сознании человека как композиции трёх состояний «Я»:

Родитель;
Взрослый;
Ребенок.

Согласно Э. Берну, все эти три состояния личности формируются в процессе контакта ребенка с родителями, он получает от них образы и пример поведения, принимает сценарий, пути его реализации, получает антисценарий. Потребность в получении сценария заложена генетически и имеет общую природу с коллективным бессознательным (К. Юнг). Ребенок ощущает потребность в упорядочивании времени и ищет у взрослых пути удовлетворения этой потребности. Самый простейший процесс общения — это обмен одной транзакцией, он происходит по схеме: «Стимул» собеседника № 1 вызывает «реакцию» собеседника № 2, который, в свою очередь, направляет «стимул» собеседнику № 1, — то есть, почти всегда «стимул» одного становится толчком для «реакции» второго собеседника. Дальнейшее развитие разговора зависит от

текущего состояния личности, используемого в транзакциях, а также их комбинациях.

Наталья Маевская

Мастер Хатха-йоги
Основатель школы "YOGA OF KINGS" ("Королевская йога")
Создатель курса для подготовки профессиональных преподавателей Йоги "YOGA OF KINGS".
Основатель авторского стиля Йоги.
17 лет личной практики, 11 лет преподавательской деятельности.

В своей практике использует идеально выстроенные последовательности по своей энергетической наполненности и физической нагрузке. Проводит занятия разной степени сложности, как для начинающих, так и для опытных практиков.

Занятия обычно состоят из разминочной части, основной и шавасаны. Направлены они на различные группы мышц. Статичные позы (асаны) чередуются с динамическими последовательностями и пранаямами.

Основным для Натальи является — работа с Энергиями. Каждое действие — это Крия — полное осознание и присутствие здесь и сейчас. Шавасана сопровождается игрой на различных этнических инструментах, которые призваны воздействовать на Энергетические центры, гармонизировать Энергопотоки и исцелять.

Наталья Маевская является прекрасным специалистом по "Йоге с партнёром", создателем уникальных последовательностей, позволяющих максимально полно проработать физическое и энергетические тела и вывести сознание на новый уровень восприятия. Эти последовательности совмещают в себе Тантрические техники, техники тайского йога-массажа и Цигун.

Проводит индивидуальную работу по следующим направлениям:

Йога с нуля — комплекс, специально разработанный для новичков с мягким введением в практику. Доступен каждому!

Парная йога:

Позволяет получить значимые результаты в довольно короткие сроки.

Является методом развития коммуникационных способностей, умения чувствовать и понимать других людей и эффективно взаимодействовать с ними.

Сложившимся парам — помогает вернуть романтику и глубину телесной близости и выводит их на новый уровень взаимопонимания.

Звукорезонансный массаж Тибетскими чашами — это отличное антистрессовое средство. Тибетские чаши используют для комплексного воздействия, которое даёт потрясающий общеоздоровительный эффект. Они не лечат, они напоминают органу его естественный звук: каждый орган звучит в определённом диапазоне, и чаша, как камертон, позволяет "правильно" настроить его, восстановить гармоничное функционирование. Во время процедуры орган "ловит" свою составляющую, то есть резонирует со своим звуком. Он "вспоминает" свой

естественный звук и настраивается на свою частоту, в результате начинают происходить благоприятные изменения и на физическом уровне. В идеале тело звучит как слаженный хор. Замечено, что чаша удивительным образом обостряет и расширяет способности человека, в частности, интуицию и восприимчивость. Занятия с чашами позволяют обрести гармонию с миром, лучше узнать себя и окружающих.

Медитации, направленные на понимание самой сути медитации, успокоение ума, и дальше, в зависимости от целей и задач клиента.

На физическом уровне снимаются различные:

- Спазмы;
- Мышечные блоки;
- Воспалительные состояния;
- Улучшают защитные силы организма.

Кроме того, есть труднодоступные места, где качественно провести массаж бывает непросто. Скажем, при воздействии на позвоночник, звук поющих чаш производит мягкий вибромассаж межпозвонковых дисков. Происходит вибрация, движение, снимаются отёки, восстанавливается микроциркуляция и питание тканей. Вибрационная терапия хороша для расслабления мышц воротниковой, шейной зоны, помогает при остеохондрозе.

Читать далее: Наталья Маевская (Новосибирск) — тренер — отзывы, видео, расписание тренингов. Самопознание.ру

Анатолий Зенченко



Анатолий Зенченко - профессиональный преподаватель Хатха Йоги, Официальный представитель International Yoga Federation "World Union of Yoga" в Украине. Он с десяти лет занимался боевыми искусствами. Занятия карате плавно сменились йогической практикой. Мощным толчком к развитию был семинар А.Сидерского. Дальнейшая, самостоятельная практика вылилась в преподавание Йоги. Уровень владения асаной, демонстрируемый Анатолием, был настолько высок, что даже выпускники эстрадно-цирковых училищ вряд ли могли составить ему конкуренцию.

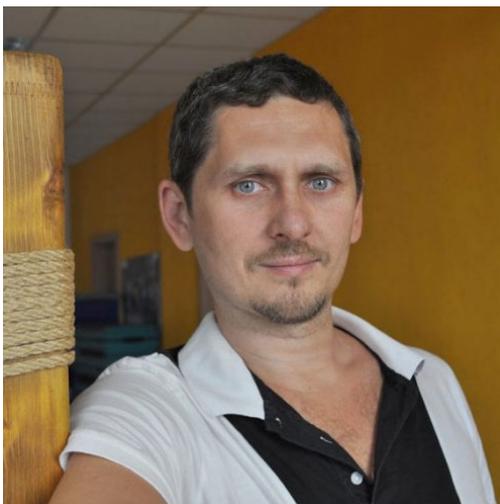
Параллельно А.Зенченко работал над книгой, в соавторстве с С.Сидорцовым и М.Ясочкой, которая была опубликована издательством "Ника центр" в 1998 г. под названием "Йога восьми кругов (сетовый тренинг)". Постепенно преподавание Йоги стало основным занятием его жизни. В настоящее время Анатолий преподает в Киеве, проводит семинары в Крыму, Москве, Питере и других городах Украины и России и Зарубежья, выпускает видеоматериалы по Йоге.

В сентябре 2001 на Чемпионате Мира по Артистич Йоге и Олимпик Йоге в Аргентине, он занял: 4 место на Чемпионате Мира по Артистич Йоге, 2 место на Чемпионате Европы по Артистич Йоге, 3 место на Интерконтинентальном чемпионате по Олимпик Йоге.

В сентябре 2002 года в Рио-де-Жанейро, Бразилия он стал Чемпионом Мира в Артистич йоге и Бронзовым призером Кубка Мира в Олимпик йоге.

В июле 2003 года в Португалии он снова стал Чемпионом Мира в Артистич йоге.

Александр Ерохин



Основное направление занятий — классическая хатха йога и його терапия в варианте оздоровительной практики.

Образование: dsc_0061d

- психолог (диплом с отличием, 1996)
- маркетолог (магистр, 2001)

Опыт ведения тренировок:

йога и медитация различного уровня, с 23 лет,
боевые единоборства — как тренер и инструктор, с 21 года,
бизнес-тренинги в том числе корпоративные, с 32 лет.

Занятия йогой с 16 лет. Сейчас в возрасте 46 лет, это составляет более 30 лет постоянных практик. Опыт преподавания йоги 18 лет, в том числе проведения йога семинаров различного формата. Практика персональных занятий с клиентами.

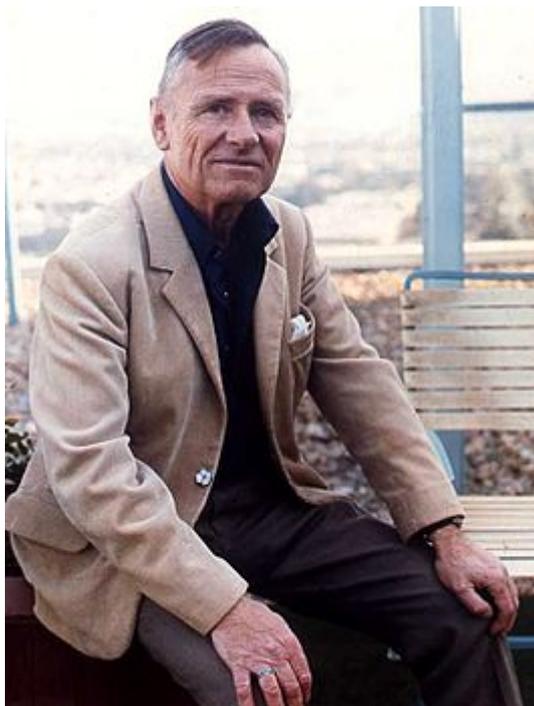
Занятия йога-терапии направлены на решение главных проблем городских жителей. Прежде всего, эффективное лечение и оздоровление позвоночника, суставов, снятие стресса, общая тонизация организма.

vin-chun-11 Реальные навыки и достижения, получаемые людьми в результате занятий: как в общих, так и в персональных тренировках – снятие физических проблем и более за 1-2 занятия, практически полное восстановление работоспособности человека в течении 1-3 месяца. Это работает при любых начальных состояниях здоровья и диагнозах, включая якобы «неизлечимые» позвоночные грыжи и сколиоз.

Нагрузка на тренировке в основном ниже средней. А эффективно составленный комплекс асан йоги, как статических, так и динамических, с необходимыми акцентами на проблемных зонах тела, позволяет получать такой результат.

В зависимости от уровня практикующего асаны дифференцированы – выполняются в разных уровнях сложности, что позволяет и новичкам, и «профи» получать наилучший эффект вместе, в одной группе. Исправления ошибок и объяснения техники краткие и ясные. Занятия для большего комфорта и гармонизации ритма движений идут под музыку.

Ишервуд Кристофер



Кристофер Уильям Брэдшоу Ишервуд (англ. Christopher William Bradshaw Isherwood, 26 августа 1904, Хай-Лейн, Великобритания — 4 января 1986, Санта-Моника США) — англо-американский писатель.

Ишервуд родился в семье английского офицера, погибшего в Первую мировую войну. В 1928—1929 годах обучался медицине в Кембридже, но, проучившись всего шесть месяцев, покинул Великобританию, чтобы провести несколько недель в компании своего друга Одена в Берлине. С 1928 года начал публиковать свои произведения. Основная тема рассказов Ишервуда того периода — критика британского снобизма. Его первые романы «Все – конспираторы» (1928) и «В память» (1932) также затрагивают проблемы «потерянного поколения».

В 1930-33 годах работал учителем английского языка в Германии. В 1932 году Кристофер влюбился в немецкого юношу Хайнца Недермайера. После прихода к власти Гитлера покинул Германию. Воспоминания о Германии легли в основу самого известного произведения писателя — романа «Прощай, Берлин», на основе которого был снят фильм «Кабаре».

В 1938 году Кристофер поехал в Китай вместе с Оденом, затем в 1939 году отправился в Америку, где работал сценаристом на студии. В 1946 году писатель получил гражданство США, где прожил до конца своих дней.

В 40-х годах Кристофер познакомился с учением Веданты и стал его активным проповедником. Выбор его во многом был определен тем, что его гуру Свами Прабхавананда относился к гомосексуальным наклонностям писателя без негативизма. В 1965 году Ишервуд написал беллетризованную биографию Рамакришны — «Рамакришна и его ученики».

В День святого Валентина 1953 года Ишервуд, которому тогда было 48 лет, среди своих приятелей на пляже в Санта-Монике встретил 18-летнего художника-портретиста Дона Бакарди и влюбился в него. Хотя все друзья Ишервуда были шокированы разницей в возрасте, существующей между любовниками, их отношения оказались на редкость стабильными и долговременными: они прожили вместе 33 года, вплоть до самой смерти писателя.

В 1970-х годах писатель превратился в видного международного борца за признание прав сексуального меньшинства, одним из первых открыто заявив о своей гомосексуальности.

Скончался в 1986 году от рака предстательной железы. Его тело было передано Медицинской школе Калифорнийского университета.

Исаева Н.В.



Исаева Наталия Васильевна (17.09.1954, Кишенёв) — специалист по истории философии, истории религии, индийской культуре и эстетике; переводчик; доктор философских наук, ведущий научный сотрудник.

В 1976 закончила философский факультет МГУ, в 1979 — аспирантуру Института востоковедения РАН. В 1981 защитила кандидатскую диссертацию на тему «Концепция индивидуальной души (джива) в Комментариях Шанкары на „Брахма-сутры“ Бадараяны», в 1998 — докторскую диссертацию: «От ранней веданты к кашмирскому шиваизму: Гаудапада, Бхартрихари, Абхинавагупта».

С 1980 работала в Отделе истории и культуры Древнего Востока Института Востоковедения РАН; в настоящее время — ведущий научный сотрудник. Помимо преподавания в Москве, выступала с лекциями по индийской философии (в основном, по традиции веданты) в университетах США, Великобритании, Канады и других стран.

В 1993–1994 — научный сотрудник (Spalding Visiting Fellow) в Вульфсон Колледж, Оксфорд, Великобритания.

Исаева перевела с датского (совм. с С.А. Исаевым) книгу Серена Кьеркегора «Страх и трепет».

Субба Роу, Таллапраджада



Таллапраджада Субба Роу (англ. Tallapragada Subba Row; 6 июля 1856 — 24 июня 1890) — теософ, оккультист, член Теософского Общества, юрист.

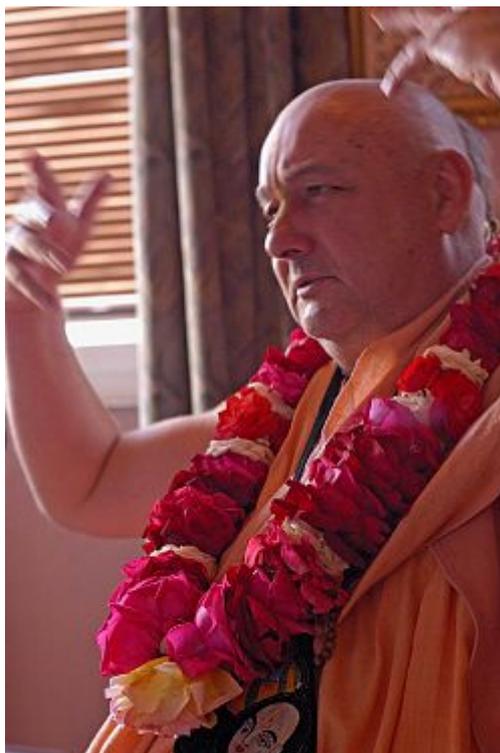
«Он обладал всесторонней эрудицией и знаниями по эзотерической философии и практике и был одним из самых выдающихся индусских членов Теософского Общества в его первые годы».

Таллапраджада Субба Роу родился 6 июля 1856 года в Какинаде в округе Годавари. Он принадлежал к уважаемой семье: его дед, а также дядя с материнской стороны занимали ответственные административные должности. Ещё будучи младенцем, он остался без отца и воспитывался дядей.

В 1872 году Субба Роу поступил в Мадрасский колледж, который окончил с отличием в 1876 году, получив степень бакалавра искусств. Ему была предложена должность архивариуса Верховного Суда штата Барода (ныне Гуджарат), которую он занимал около года, после чего вернулся в Мадрас, где сдал экзамен на бакалавра права. В 1880 году он был принят на должность адвоката Верховного Суда.

Основатели Теософского Общества Е. П. Блаватская и Г. С. Олкотт издавали журнал «The Theosophist», в котором публиковались статьи об оккультизме и различных религиях и философиях мира. Субба Роу вступил в переписку с ними и предложил для публикации несколько ценных статей, имеющих отношение к индусской религии и философии. 25 апреля 1882 года он присоединился к Теософскому Обществу. Блаватская написала о нём позднее так: «Мы не знаем большего авторитета в Индии в области эзотерической стороны философии адвайты».

Сухотра Свами



Сухотра Свामी (Suhotra Svāmī IAST, англ. Suhotra Swami; домонашеское имя — Сухотра Дас(а), Suhotra Dāsa IAST, англ. Suhotra Das; имя при рождении — Роджер Терренс Кроули, англ. Roger Terrence Crowley; 11 декабря 1950, Холиоук, Массачусетс, США — 8 апреля 2007, Маяпур, округ Надия, Западная Бенгалия, Индия) — индуистский кришнаитский писатель, философ и гуру; один из духовных лидеров Международного общества сознания Кришны (ИСККОН); автор ряда книг на тему вайшнавской философии и веданты.

В середине 1990-х годов Сухотра Свами занялся литературной деятельностью, написав шесть книг и ряд статей на тему вайшнавизма и философии веданты. Его последняя книга *Vedanta Psychology* была опубликована всего за несколько недель до его смерти. Книги Сухотры Свами переведены и изданы на многих языках мира, в том числе и на русском.

В книге *Apasampradayas: Deviant Vaisnava Sects*, Сухотра Свами описал различные апасампрадаи, или секты, отколовшиеся от традиции гаудия-вайшнавизма в период между Чайтаньей (1486—1534) и Бхактивинодой Тхакурром (1838—1914). В этой книге, Сухотра Свами также объяснил, как Бхактивинода проповедовал против них.

Книгу Сухотры Свами *Substance and Shadow: The Vedic Method of Knowledge* (1996) религиовед Фрэнк Моралес отнёс к числу работ, «прямо или косвенно освещающих содержание философской мысли Дживы Госвами» (одного из величайших гаудия-вайшнавских богословов).

Эдел Дебора



Дебора Эдел (Deborah Adele) — автор книги «Яма и Нияма».

Имеет степени магистра в области гуманитарных наук, а также в области теологии и религии. Она опытный дипломированный преподаватель йоги. У нее имеются сертификаты преподавателя кундалини-йоги, хатха-йоги, лечебной йоги и медитации, также владеет навыками гешальт-терапевта преподавателя «Искусства быть лидером».

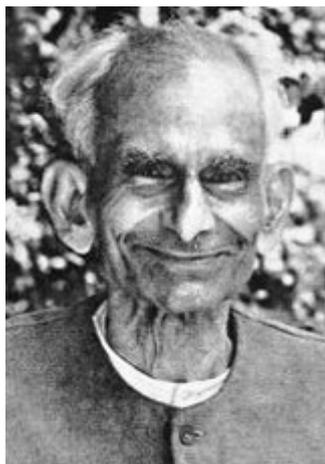
Глубинные знания философии йоги и бизнеса, накопленные ею за 14 лет, позволили ей создать ныне процветающий центр йоги «Yoga North». Она пишет, преподает, консультирует и практикует йогу. В течение трех лет Дебора работала консультантом ряда фирм в Боулдере, штат Колорадо, где сочетала идею развития тела и дыхания с развитием организационных навыков с целью повысить уровень управления в разных фирмах по всей стране. В газете Duluth News Tribune она вела колонку, посвященную здоровью и благополучию, выпустила два компакт-диска Искусство релаксации и Практика медитации.

Дебора владеет компанией «Adele & Associates» цель которой состоит в том, чтобы повысить степень ясности, продуктивности и эффективности функционирования как систем, так и отдельных людей.

Кроме занятий бизнесом и йогой, Дебора совершила несколько путешествий в Индию с целью обучения и исследования. По ее мнению очень важно задавать себе вопрос: «Что это значит — быть человеком?».

Дебора живет в Дулуте с мужем Дугом, лютеранским священником, с которым они часто ведут посвященные духовности беседы. У нее двое сыновей и четверо внуков.

Таймни Икбал Кишен



Д-р Икбал Кишен Таймни (Iqbal Kishen Taimni, 1898–1978) — профессором химии Аллахабадского университета в Индии.

Занимался исследовательской и преподавательской деятельностью, его многочисленные статьи публиковались в специальных научных изданиях ряда стран. Кроме того, он был видным членом Теософского Общества и какое-то время входил в состав его Генерального Совета.

На протяжении многих лет д-р Таймни был духовным главой Эзотерической Секции ТО со штаб-квартирой в Адьяре и негласно путешествовал по миру, обучая множество учеников. Его перу принадлежит несколько книг, ставших ныне классическими, в числе которых «Наука Йоги», «Самовоспитание в свете оккультизма», «Человек, Бог и Вселенная».

За вклад в развитие теософской литературы он был награжден Золотой Медалью Субба Роу.

Ленда Д.А.

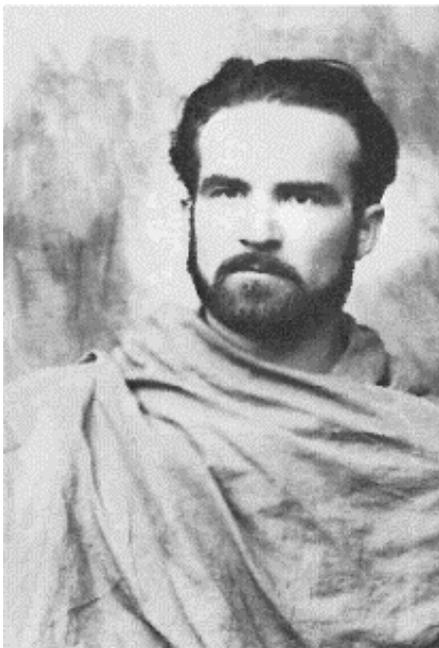


Ленда Дмитрий Александрович - имеет диплом магистра экономической кибернетики Днепровского Национального Университета.

По профессии - инвестиционный аналитик. Йогу практикует в течение 15 лет. Начав с оздоравливающих практик хатха-йоги, со временем начал практиковать высшие стадии йоги - медитативные упражнения.

Сфера интересов - информационный метаболизм живых организмов.

Элиаде Мирча

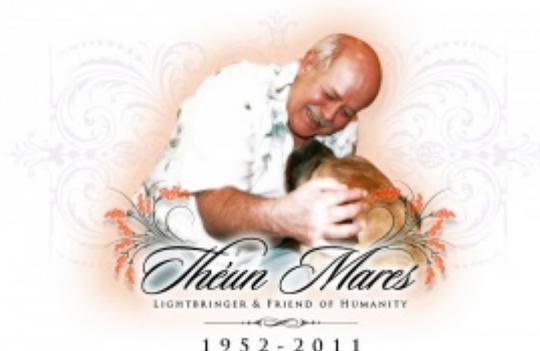


Мирча Элиаде (рум. Mircea Eliade; 13 марта 1907, Бухарест, Королевство Румыния — 22 апреля 1986, Чикаго, США) — румынский, американский и французский философ, философ культуры, религиовед, историк религий, этнограф и писатель. Получил всемирную известность как исследователь мифологии, «религиозного символизма, ритуалов, магии и оккультизма, шаманизма, древней техники экстаза, мифов, архаического сознания и способа мышления».

Профессор Чикагского университета с 1957 года, гражданин США с 1966 года. Автор более 30 научных, литературных и философских трудов, переведённых на 18 языков мира. Свободно владел десятью языками (румынским, французским, немецким, итальянским, английским, ивритом, фарси, санскритом, пали, бенгали).

Из его работ по истории религии наиболее ценными являются труды, посвященные шаманизму, йоге, космогоническим мифам. Также исследовал переход от мифологического описания мира к историческому.

Теун Марез



Теун Марез (Théun Mares) (4 июля 1952 г. — 5 сентября 2011 г.) — писатель. Один из хранителей учения толтеков, которое он передавал всем желающим в своих книгах, а также на личных семинарах.

Родился в Зимбабве 4 июля 1952 г.

В 1977 году, сделав годичный перерыв в учебе в университете, Теун посещает Европу и Северную Америку. Вернувшись в Кейптаун, Теун возвращается к учебе и получает образование в области искусств. После окончания университета и до 1992 года работает в сфере образования. С 1992 г. — 2011 г. — занимается просветительской и наставнической деятельностью, пишет книги, посвященные учению толтеков, проводит семинары. В 2007 году Теун переезжает из ЮАР в Словакию, поселок Тајов близ Банска-Быстрицы. В 2009 году переезжает в Чили, Мантагуа. Умер 5 сентября 2011 г. в своем доме в Чили.

В своей деятельности Теун преследует две цели: во-первых, стремится пробудить понимание того, что смысл жизни заключается в эволюции осознания, во-вторых, показывает как, используя простые, но мощные техники, личный опыт, осуществить изменения своей жизни, выходящие за пределы нынешнего понимания. В 1994 году Теун собирает группу учеников и приступает к написанию серии книг, в которых подробно описывает различные аспекты учения. В 1999 году Теун пришел к необходимости радикально изменить подход по разъяснению учения. К книгам добавились личные тренинги-семинары. Они проходят в США, Великобритании, Южной Африке, а затем в Испании, в монастыре Монсеррат. В 2000-х Теун Марез прибавляет к своему титулу брендовое наименование: Lightbringer & Friend of Humanity (англ. Носитель света и Друг человечества). Достигнув своей цели по созданию группы, Теун провел в сентябре 2007 года последний семинар в монастыре Монсеррат в Испании, после чего вместе с группой учеников приступил к созданию нового уникального[нет источника] интерактивного обучающего сайта «Наследие толтеков» (The Toltec Legacy). В 2007 году в поселке Тајов близ Банска-Быстрицы в Словакии Теун покупает маленький отель и переделывает его в дом. Дом получает имя Firdale Brook. В нем размещается Семья Теуна: 10 учеников, которые долгое время работали с ним близко (но они не являются «группой нагаля»). В Firdale Brook Теун ведет

прием тех, кто приезжает к нему с вопросами. В феврале 2009 начинает свою работу сайт «Наследие толтеков», через который Теун дает наставления (guidance) подписчикам, отвечает на их вопросы. В 2009 году Теун переезжает в Чили, Мантагуа и практически полностью переключается на работу с лазерной технологией в медицине. Проводит консультации в области использования лазера в лечении болезней, отвечает на вопросы о причинах возникновения болезней, объясняет, как и что надо изменять в себе, чтобы выздороветь, и чем лазерная технология сможет помочь. Тогда же он приступает к написанию книги «Здоровье и единство жизни в 21 столетии» (еще не издана).

Раманатха Гири



Раманатха Гири (1978 г.р.), монашестве с 2000 года, принял пурна-санньясу в ордене Джуна Акхара. Имеет 4 ступень монашеского обучения. Длительное время исполнял обязанности управляющего ашрама монашеской сангхи в России.

С 2010 г. по благословению своего учителя махамандалешвара Свами Вишнудеванада Гири проводит семинары, вебинары, а также групповые ритриты в городах Европы и России.

Раманатха провел один год в уединенном затворе, а также множество ритритов от 3 дней до 3 месяцев. Специализируется на искусстве пребывания в естественном состоянии через практику медитации и созерцания, сидя и в движении, а также на йоге сновидений. Автор книг: «Ритрит в традиции сиддхов», «Йога сновидений в традиции сиддхов». В своем служении, по благословению гуру, также много уделяет внимания вопросам межконфессионального диалога между представителями разных религий. Под его руководством с 2011 по 2013 годы было проведено несколько межконфессиональных встреч и круглых столов в разных городах России.

Ратнер С.Г.



Сергей Ратнер - экстрасенс, биоэнергетик, целитель, финалист реалити-шоу «Коах - Сила» (аналог «Битвы экстрасенсов» в Израиле).

Битва экстрасенсов «Коах» (в переводе с иврита - «Сила») состоялась в 2007 году на израильском телевидении. Сергей Ратнер - единственный русский среди ста участников проекта, а также самый молодой экстрасенс среди победителей. Его уникальный дар был передан ему отцом, Григорием Ратнером, известным в Израиле биоэнергетиком, покинувшим наш физический мир. После ухода отца Сергей возглавил его центр духовного развития. На сегодняшний день Центр «Секреты Силы» работает более 15 лет в Израиле и более 5 лет в Москве.

В феврале 2010 года в России вышла в свет первая книга Сергея Ратнера под названием «Секреты биоэнергетики».

Жикаренцев Владимир



Жикаренцев Владимир Васильевич родился в Астрахани 26 июня 1953 в семье военного. До 17 лет жил в Баку, потом поступил в Ленинграде в институт. Всегда интересовался Востоком, духовными книгами, энергетикой. Армия и инженерская деятельность в течение последующих двенадцати лет после окончания института не только не изменили его мировоззрений, но даже помогли им еще больше оформиться, углубиться и превратиться в то, что называется профессиональным интересом.

Закончил курс обучения дзенской медитации под руководством настоятеля дзенобуддийского монастыря в Сан-Франциско Реба Андерсона. После учебы продолжил заниматься самостоятельно. Ведет собственные семинары, автор ряда книг.

Ван Лисбет Андрэ



Андрэ ван Лисбет (Van Lysebeth Andre) – известный автор и учитель йоги.

Переломным моментом в его жизни стал 1987 год, когда он стал учиться на международных курсах преподавания Шивананда йоги. Это обучение оказало огромное воздействие на его мозг, и во время возвращения с курсов Андрэ уже точно знал, что его основной профессией станет профессия учителя йоги.

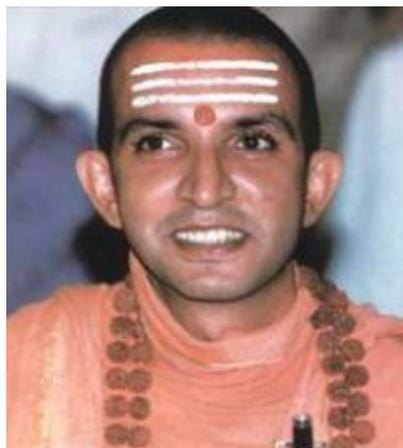
Очень важной для Андрэ ван Лисбета стала его встреча с гуру Швами Визну, основателем и руководителем Международного центра Шивананда йоги.

Позднее Андрэ стал также заниматься различными видами карма йоги и стал преподавать ее в Калифорнии, Нью-Йорке, на Багамах, в Канаде и Индии.

В середине 2001 года он основал «Адваита Йога Ашрама» и веб-сайт этой организации. Первый филиал открылся в Калвер Сити, штат Калифорния.

Помимо преподавания йоги и веданты в Южной Калифорнии Андрэ ван Лисбет путешествует по США и всему миру для проведения совещаний и семинаров.

Ниранджанананда Свами Сарасвати



Свами Ниранджанананда Сарасвати родился в 1960 г. в Раджнандгаоне, в Мадхья Прадеш.

В четырехлетнем возрасте он поступил в Бихарскую Школу Йоги, и в возрасте 10 лет был посвящен в Дашнами Санньясу. С 1971 г. он путешествовал за границей и в последующие 11 лет посетил многие страны.

В 1983 г. он был отозван в Индию и назначен Ректором Бихарской Школы Йоги. В течение следующих 11 лет он руководил развитием организаций Ганга Даршан, Шивананда Матх и Фонда Исследований Йоги. В 1990 г. он был инициирован как Парамахамса, а в 1993 г. стал официальным преемником Свами Сатьянанды.

Под его руководством в 1994 г. была основана организация Бихар Йога Бхарати. Он написал более 20 книг, и руководит национальными и международными программами йоги.

Анна Кузнецова



Тренер-4 сертифицированный по методике Y23

Йога в моей жизни появилась еще в 1998г., когда со своей мамой – Ириной Воронцовой я в-первые попала на семинар Андрея Сидерского . В начале был лишь интерес к необычным замысловатым формам йоги, которые мы пытались осваивать по касетам Андрея. Затем был ряд семинаров в Кацивели, так называемых мастер-тусовок, на этих мероприятиях еще не было осознания важности получаемой информации, оно пришло позже...

В возрасте 18 лет встал вопрос о реализации себя в жизни, вопрос о том, что я могу дать миру. Этот вопрос был для меня настолько острым, что наверное вся моя энергия тогда сосредоточилась на поиске ответа на него... В этот период произошло очень интересное переломное событие в моей жизни – я пошла в поход на восхождение на Эльбрус. Событие было переломным, т.к. с ним пришло много ответов, внутри что-то кардинально поменялось, вернее даже поменялось Осознание себя и всего что вокруг. С тех пор появилась уверенность, что я на правильном пути, что все будет как должно быть, нужно только немного терпения...

Всегда думала, что мое предназначение – танцы, для меня это самый необыкновенный вид искусства. Серьезные проблемы со здоровьем, которые я заработала в 2007г. в результате активных занятий танцами и привели меня к полному и бесповоротному углублению в йогу. Хотя я и занималась йогой начиная с 1998г., теперь же в этом процессе появилось осознание, и все больше и больше йога стала превращаться для меня из простой гимнастики в реальную йогу, в контроль и осознанность. А вместе с этим и жизнь вокруг меня, вернее осознание этой жизни кардинально поменялось.

Для тех кто приходит на занятия сразу сообщаю – возможно ВСЕ!!!, любое «немогу» — у нас в голове, на самом деле каждый способен и должен самостоятельно управлять своей жизнью, а начинать нужно с тела, ведь это

проще всего. А дальше, если все правильно делать – все само собой выстроится.

По образованию Анна – магистр психологии, но по специальности никогда не работала, говорит, что самая эффективная психотерапия – это жесткая работа на коврике – сразу все проблемы куда-то исчезают, появляется тишина, спокойствие и взгляд на все со стороны.

Преподавателем Анна стала в 2007г. и сразу по системе Сидерского, пока что более целостного и разумного метода не встречала.

Шифферс Мария



Мария Шифферс - старший преподаватель йоги. Познакомилась с йогой Айенгара в 1989 году в Москве, на семинаре с Фаеком Бириа. Преподает с 1994 года.

Преподает на курсе подготовки учителей. Для совершенствования личной практики и преподавания посещает семинары с разными учителями нашей школы в России и за границей, ездит в Институт Йоги RIMYI в г. Пуна (Индия).

Занималась у БКС Айенгара, Гиты Айенгар, Прашанта Айенгара, Фаека Бириа, Пачи Лизарди, Лоис Штейнберг, Корины Бириа, Бобби Фульц, Патрисии Уолден, Маноусо Маноса, Джона Шумахера. Немного училась у отца, Евгения Шифферса, и сенсея Виктора Николаевича Моршанкина.

Посетила несколько мастер-классов с учителями других традиций - Фабио Андрико, Ричардом

Мира Мехта



Родилась: 31 декабря 1954 г. (62 года)