

-Samayoga är en levande yogastil utan färdiga former. Kemin mellan lärarens kunskap och erfarenhet och deltagarnas uttalade behov och önskemål skapar klasserna

-Det är en blandning av asanas, andningsövningar, hjärtöppnande mantran och meditation.

-Vanliga vägar till yogautbildning är att gå den ettåriga yogalärarytbildningen inom samayoga, där Sky Akasha Chaitanya är huvudlärare.

-Samayoga erbjuder en utbildning som ger tekniskt kunnande, egen erfarenhet av yogans effekter och inspiration att föra en logisk livsstil.

-Det är stort fokus på att hitta en bekvämlighet med sig själv precis som man är, och från det avslappnade hjärtat låter man yogaläraren ta över och den logiska visdomen kan flöda.

-Man försöker inte stöpa de blivande lärarna i en form, utan hjälper dem att hitta sin egen passion till yogan och sin egen inre yogalärare.

-Kvalitet ligger i kunskap, intuition och genuinitet. Efter avslutad utbildning får man ett diplom och är berättigad till Yoga Alliance-certifiering.

- Det viktigaste är dock att man certifierar sig själv, att man litar på att man har något värdefullt att förmedla. Man delar det som har välsignat en själv. Det viktigaste inom Samayoga är att man är yogi i hjärtat, inte att man har ett papper på avslutad utbildning.

