

O. Z. Spoločnosť
Slovensko - indického priateľstva
www.slovindia.sk

VÝROČNÁ SPRÁVA 2017



O nás

Sme občianske združenie, ktoré pozoruje a hľadá riešenia páľčivých problémov dneška z dvoch uhlov pohľadu. Z východného, spojeného s Indickým subkontinentom a silným zreteľom na spirituálnu dimenziu človeka, spoločnosti a svetu vôbec. A západného, racionálneho s redukcionistickým prístupom k psychickým javom, spoločnosti a svetu vôbec. Je náročné nájsť styčné plochy oboch pohľadov a premostiť oba regióny. Presadzujeme v praxi starý etický princíp „ahimsa“ – nenásilie, neublížovanie živým tvorom. Bez ohľadu na čas, únavu, finančné ocenenie, či nedocenenie, nehľadiac na politické a náboženské presvedčenie sa venujeme tým, ktorí to najviac potrebujú – deťom, mládeži, ženám, matkám, zdravotne postihnutým, sociálne slabým, znevýhodneným, minoritám, azylantom, prisťahovalcom. Pripravujeme aktivity, ktoré nás spájajú a robia svet lepším.

Z histórie

Nadväzujeme na čs. a európske tradície sprístupňovania múdrosti indických mysliteľov našim občanom, a takto premostujeme západné a východné myslenie. Výchova k holizmu, k zmene myslenia a návykov, k nadhľadu je zlatou niťou spájajúcou všetky naše aktivity. Naše občianske združenie, ktorého materská organizácia Spoločnosť Slovensko-indická joga védanta bola založená v decembri 1989 a zaregistrovaná na MV SR v marci 1990 a 13.5.1997 transformovaná na Občianske združenie Spoločnosť Slovensko-indického priateľstva. Po rozpade Československa nadväzujeme na tradíciu Indického združenia pri Orientálnom ústave založeného r. 1934 v Prahe prof. V. Lesným, ktorý bol osobným priateľom politikov ako Mahátma Gándhi, J. Nehru či Rabindranátha Thákura, nositeľa Nobelovej ceny za literatúru. Prof. V. Lesný premostil východné myslenie so západným najmä svojím prekladom Bhagavadgíty – biblie jogínov a má veľkú zásluhu na rozvoji československo-indického priateľstva. Pomohol mnohým odborníkom vycestovať na Východ, čerpať poznanie z tejto dodnes živej starovekej studnice múdrosti. Aj vďaka úsiliu našich členov sa stalo jogové cvičenie súčasťou rehabilitácie a kúpeľníctva a preniklo do každodenného života ľudí. O. Z. Spoločnosť Slovensko - indického priateľstva je stálym partnerom Indického veľvyslanectva na Slovensku.

OBČIANSKE ZDRUŽENIE
SPOLOČNOSŤ SLOVENSKO – INDICKÉHO PRIATEĽSTVA
WINTEROVA 3 , PIEŠŤANY
IČO:31118194
www.slovindia.sk

3.ROČNÍK, INDICKÉ BÁJKY OČAMI SLOVENSKÝCH DETÍ

24. február 2017 - 1. jún 2017, dve vekové kategórie: 3 – 6 rokov; 6 – 11 rokov



Súťažné bájky:

Slony a myši

V paláci vedľa hlbokého jazera žila skupina myší.

Jedného dňa išlo stádo slonov k jazeru a udupalo stovky domovov, kde myšky bývali.

Myši boli z toho nešťastia utrápené.

Vodca myší navrhol: „Mali by sme poprosiť slony o láskavosť.“

Myši teda požiadali vodcu slonieho stáda: „Tvoje stádo rozdupalo náš domov cestou k jazeru a zničilo stovky myších obydlí. Prosíme ťa, vyber si inú cestu k jazeru.“

Vodca slonov súhlasil.

Jedného dňa kráľ prikázal pochytať všetky slony. Pasce boli rozložené po celom lese.

Všetky slony okrem jedného sa do pasce chytali. Slon, ktorému sa podarilo pasci

uniknúť, sa rozhodol poprosiť o pomoc vodcu myší. Všetky myši sa ponáhľali na

pomoc. Prehrýzli svojimi ostrými zubami hrubé laná, ktorými boli slony zviazané,

a tak ich všetky oslobodili. **Láskavosť sa vždy niekoľkonásobne vráti.**



Vietor a mesiac

Lev a tiger žili spolu ako priatelia. Neďaleko nich žil mních.

Jedného dňa tiger vrazil: „Chlad prichádza, keď mesiac ubúda zo splnu do novu.“

Lev odpovedal: „Ty si hlúpy, chlad predsa prichádza, keď mesiac narastá z novu do splnu.“

Rozhodli sa nájsť správnu odpoveď u mnícha.

Mních im vysvetlil: „Chladno môže byť v každej fáze mesiaca, či už keď mesiac prechádza z novu do splnu alebo späť zo splnu do novu. Nie je to mesiac, ktorý prináša chlad zo západu, zo severu alebo z východu, ale vietor. A preto máte pravdu obaja.“

A ďalej riekol: „Najdôležitejšie je žiť bez konfliktov a zostať svorne pospolu.“

A odvtedy obaja, lev i tiger, žijú šťastne spolu ako priatelia.

Počasié prichádza a odchádza, ale priateľstvo pretrváva.



Slon Ladždžalu

Bol raz jeden vznešený kráľ a ten mal hanblivého slona.

Volal sa Ladždžalu, čo znamená – „Hanblivý tvor“.

Jednej noci počul zlodějov, ako sa zhovárali:

„Zloděj musí poraziť každého. Nemôže byť súcitný k nikomu.“

Ako tak Ladždžalu počúval ich kruté slová, pomyslel si:

„Títo muži prišli, aby ma niečo naučili. Musím sa držať ich rád.“

Na druhý deň chytil svojho ošetrovateľa chobotom a vyhodil ho do vzduchu.

Ladždžova povaha sa zmenila. Jedného dňa ustarostený kráľ počul hovoriť kňaza:

„Dobrá spoločnosť môže napraviť zlé správanie.“

Kráľ teda požiadal mudrcov a kňazov, aby vyučovali Ladždžalu.

Svätí muži Ladždžalovi povedali: „Nemali by sme nikdy nikomu ubližovať.“

Ladždžalu usúdil, že by mal nasledovať pokyny svojich učiteľov a jeho správanie sa zmenilo na dobré.



2017

Indické bajky
očami slovenských detí.
3.ročník



O.Z. Spoločnosť
Slovensko-máďarského priateľstva
Wittnerova 3, Prieštany
www.oz-hetfok.sk

KREŠŤANSTVO V INDIÍ

Výstava fotografií Kresťanstvo v Indii, od indického autora Benoy K Behla.

Piešťany

KSC Fontána, Beethovenova 1

15.2.2017 o 17.00 h.

Bánovce n/B

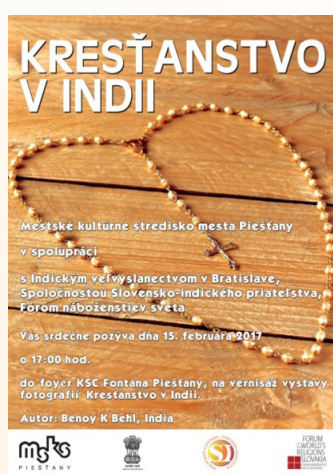
Centrum voľného času, A.Kmeťa 530/8, Bánovce n/B

15.5.2017 o 13.30h.

Banská Bystrica

Historická radnica, 7.8.2017 o 14.00 h.

...a ďalšie mestá **Žilina, Vrbové, Bratislava.**



Reportáž BTV

Indická Goa – Rím Východu

Ako zistili členovia *Spoločnosti Slovensko-indického priateľstva* (SSIP) so sídlom v Piešťanoch, ktorí od svojho vzniku v marci 1990 realizujú na Slovensku (i v bývalom Československu) celý rad aktivít zameraných na spájanie ľudí rôznych vekových kategórií, národností, kultúr, tradícií, vierovyznaní, **je potrebné naučiť sa vidieť udalosti, javy v širšom kontexte**. Ide o holistický prístup k riešeniu páľčivých problémov dneška – kam patrí extrémizmus, nacionalizmus, vízia Európy v budúcnosti, narastajúca kriminalita a násilné činy.

Aj preto súčasťou zaujímavého podujatia spojeného s výstavou *Kresťanstvo v Indii*, ktoré sa zorganizovalo v dňoch 15. mája – 17. mája 2017 v Bánovciach n/Bebravou v Centre voľného času s mestom Bánovce n/B, Fórum náboženstiev sveta – Slovensko, pod záštitou indického veľvyslanca Param Jit Manna bola aj beseda so študentmi gymnázia, priamo na gymnáziu, ktorú viedol Mário Nicolini, z Fóra náboženstiev sveta – Slovensko za účasti J. Draveckého, bývalého veľvyslanca Slovenska vo Vatikáne a A. Galovičovej, predsedníčky SSIP a SAPN (Slovenskej siete proti chudobe). Extrémizmus a populizmus, nacionalizmus a násilie na jednej strane – kresťanstvo, nenásilné riešenie problémov dneška, šírené aj indickým vodcom **Mahátma Gándhím**, či najväčším kresťanským misionárom sv. Františkom Xaverským. Beseda bola interaktívna, študenti mali možnosť zapojiť sa, odpovedať na otázky, klásť otázky. Využili sa hodiny dejepisu a občianskej výchovy.

Dnes už je potrebné zachytiť, že v celých dejinách ľudstva boli múdre riešenia a žili svetovo uznávaní myslitelia, medzi ktorých patrí aj **sv. František Xaverský**. Viac sa mohli študenti o Ríme Východu – **Goa** dozvedieť aj z dokumentárneho filmu, ktorý vyrobila SSIP počas ich cesty do Goy. Všetkých zaujalo, že telo sv. Františka Xaverského sa nerozkladá ako to býva bežne pri úmrtí. Naopak, návrat tela sv. Františka Xaverského, ktorý zomrel na čínskom ostrove, do Indie, kde je dodnes uložené v katedrále Jezuliatka v Goa, spôsobil mnohé zázraky. Aj preto bol sv. František Xaverský spolu so sv. Ignáčom z Loyoly, zakladateľom Rádu jezuitov, vyhlásený za svätca.



JEDEN SVET – JEDNA LUDSKÁ RODINA



Spoločnosť Slovensko-indického priateľstva od svojho vzniku realizuje celý rad aktivít zameraných na spájanie ľudí rôznych vekových kategórií, národností, kultúr, tradícií, vierovyznaní. Snaží sa tiež o to, aby pochopili múdrosť našich pra-predkov, že je potrebné podporovať **monantropizmus** – jednu ľudskú rodinu. Tieto myšlienky hlásajú i moderní myslitelia ako napríklad rakúsky psychiater **Viktor Frankl**, ktorý prežil koncentračný tábor. Aj esperantisti. Tak ako vznikol monoteizmus – viera v jedného spoločného Boha, je potrebné docieľiť **monantropizmus**. Vyššiu kvalitu nášho života.

Deti sa naučili indický pozdrav **namasté**, zatancovali si spolu s organizátorom Ivanom Malekom zo „Slovindie“ na motívy rozprávky o malom Ganéškovi so sloňou hlavou. Zistili, že cviky z telesnej výchovy, vznikli v Indii, kde indickí jogíni objavili milióny rôznych pohybov a polôh. Väčšinu z nich vieme zaujať počas nášho života od kojeneckého veku až po smrť, ale odvíjajú sa aj od toho, ako sa pohybujú a oddychujú zvieratká, napríklad kobra, či lev.

Deti z rôznych tried kládli množstvo zvedavých otázok, tých z 1.stupňa zaujímalo viac, prečo sú indické zvieratká vymalované, prečo Indovia nejedia kravy a iné zvieratká. Ako sa vozia Indovia, akým jazykom hovoria, aké sú indické školy a zvyky.

Staršie deti sa dozvedeli o indickej zástave, o objavoch Indov, napríklad i to, že Indovia objavili nulu, o rieke Gange, ako sa obliekajú ľudia v Indii, prečo nosia muži turban a ako sa viaže, alebo prečo si ženy maľujú červenú bodku na stred čela.

ETIKOTERAPIA, 12. ČASŤ

O tom ako žiť naplnený, zmysluplný, zdravý, šťastný život s etikoterapiou nám rozpovedal Mgr. Vladimír Červenák

Etikoterapia ako sebazoznávacia metóda, ktorá je archeológiou duše. (Jama a nijama v dennej praxi)

8. máj 2017 od 17.00 - 20.00

ĀJURVEDA

10-11.6.2017

Āyurveda je najstarší systém medicíny na svete overený vyše 5 tisícročnou tradíciou. Na prednáške sme sa dozvedeli základné princípy udržiavania zdravia a filozofiu dlhého a kvalitného života.



Prednášal Tribhanga Dása (SK), v Indii vyštudovaný, áyurvedsky lekár praktikuje tradičnú diagnostiku podľa tepu, jazyka, očí, tváre fyziognómie, moču a marmových bodov. V rámci zdravotnej diagnostiky je určenie telesného typu (konštitúcie) a nerovnováhy troch dóš, predpis áyurvédskych liekov z Indie, nastavenie životosprávy a terapií a diéta.

Kurz varenia: Liečba stravou – pozostáva z jedálnička, použitia tradičných surovín a korenín, prípravy chutného a zdravého jedla.

Kedy: sobota 10.6.2017 (nedeľa 11.6.2017)



Dhanvantari, otec ájurvedy.

PRIPRAVILI SME



Milí priatelia, sympatizanti, priaznivci Indie, pripravili sme pre Vás reportáže ľudí so svojimi zážitkami z ciest po Indii. Názov projektu je MY INDIA / MOJA INDIA sledujte nás na facebooku. Prezentačné videá si môžete pozrieť na našej „Youtube stanici“ pod názvom Slovindia.

MEDZINÁRODNÝ DEŇ JOGY 3.ROČNÍK

V amfiteátri sa v sobotu 24. júna zišli desiatky cvičencov jogy, aby oslávili cvičením 3. ročník Medzinárodného dňa jogy. V roku 2014 takmer jednomyselne schválilo VZ OSN vrátane Slovenska, na podnet indického premiéra Shri Narendra Modiho. A tak sa 21. jún stal Medzinárodným dňom jogy. Na Slovensku sa popri 26-ich mestách prihlásili k cvičeniu aj Piešťany. Joga tu má tradíciu a s ňou úzko súvisiaca naturopatia, liečba prírodnými prostriedkami, slnkom, minerálnou vodou, bahnom a ďalšími liečivými látkami.

Indické veľvyslanectvo na Slovensku
Vás pozýva na
MEDZINÁRODNÝ DEŇ JOGY
International Day of Yoga
Yoga for Harmony & Peace
3. ročník
Amfiteáter v mestskom parku, Piešťany
(pri Dome umenia)
Sobota 24. júna 2017 v čase 09:00-12:40
a 13:00-16:20 v Ganesha Clube, Winterova 1
Prineste si pohodlné oblečenie a podložku. V prípade
nepriaznivého počasia sa stretneme na Winterovej 3.
www.DenJogy.sk
Spoluorganizátori podujatia: Spoločnosť Slovensko-indického priateľstva, Spoločnosť joga v dennom živote,
Jogové spoločnosť, Om Chanting, Daršana - ajurvédské masážne centrum





21.6.2017, KNIHA JOGA VČERA, DNES A ZAJTRA

Indický veľvyslanec Param Jit Mann, na úvod počas osláv v Bratislave, v nedeľu 25. júna 2017 začal modlitbou : „Nech kráčaš v harmónii, nech rozprávaš v jednote s činmi, nech je tvoja myseľ pokojná ako na začiatku, nech sa božské prejavuje v tvojom posvätnom úsilí.“

Anna Galovičová z Piešťan, priekopníčka jogy na Slovensku, v tento deň počas osláv v Bratislave krsťala svoju knižku Joga – včera, dnes a zajtra. Túto 300 stránkovú knihu so 139 farebnými fotografiami pokrstil popredný slovenský hokejista Dominik Graňák. kultúrny program popretkávaný hrou na sitár, spevom a hudbou, doplnila indická kuchyňa počas recepcie. Ako konštatoval pán veľvyslanec: „Pani Galovičovú poznám od svojho priletu na Slovensku. Už tri roky spolupracujeme na rôznych projektoch. Je to žena, ktorá jogu žije. Nie je to iba jej hobby, ani zamestnanie.“



Pochopila som, ako mnohí ľudia na Západe, že joga nie je mŕtvym učením starovekej Indie, ani módnou vlnou, ktorú o 2-3 roky vystrieda iná, ale živé učenie aktuálne aj pre dnešného uponáhľaného človeka v ére vedecko-technického pokroku, kedy človek lieta do vesmíru, kráča po Mesiaci.



Žijem v známom kúpeľnom meste Piešťany a myšlienka o joge mi nedala spať. Zavádzaniu jogy do slovenského kúpeľníctva predchádzali prvé kurzy jogy pre lekárov, rehabilitačných pracovníkov, ktoré som v piešťanských kúpeľoch rozbehla a úspešne viedla, neskôr aj s pacientmi. Jogové cvičenie pomohlo pacientom s rôznymi diagnózami, čo sme overili aj výskumne. V jadre ide o systém cvičení, ktoré na seba nadväzuje. Ásany – telesné cvičenia, pránajama – dýchacie cvičenia, joga-nidra (hlboká relaxácia), koncentračné a meditačné cvičenia ruka v ruke s duševnou hygienou a dodržiavaním etických princípov boli rozvíjané a overované, vylepšované a dopĺňované tisícročia.

V minulom storočí sa ukázalo, že joga je štruktúrované učenie. Aj omrvinky z nej, osvojené a praktizované nižšie stupne, pomôžu mnohým ľuďom udržať si a znovu získať zdravie. Zatiaľ sa vedci, experti z radov akademikov, lekárov, psychológov, pedagogicko-výchovných pracovníkov, filozofov, sociálnych a prírodných vedcov venovali výskumu jednotlivých zložiek jogového cvičenia a jogového učenia, napr. nemecký psychiater Schultz počas svojho dvojročného pobytu v Indii preštudoval hlbokú relaxáciu (joganidra = jogový spánok) a vytvoril Autogénny tréning (AT) rozšírený po celom svete. Preto sa v tejto vonkajšej podobe, „obale“ jogové cvičenie lepšie pochopilo a rozšírilo aj medzi veriacimi rôznych náboženstiev sveta aj medzi neveriacimi, ateistami. Ako sa vyjadril neskôr psychiater Schultz: *„verí, že sa nájde odborník, ktorý bude pokračovať v bádani jogy a vylúpne z nej racionálne jadro.“*

Život napísal aj môj príbeh. Ako 17-ročná som sa oboznámila s rôznymi druhmi jogy, indickou aj tibetskou v prvom jogovom centre v bývalom Československu v Jílovom u Prahy, ktoré vybudovali **Eduard a Míla Tomášovi**. Rozhodla som sa pokračovať vo vysokoškolskom štúdiu v Prahe a uchádzala som sa o prijatie na Filozofickej fakulte Karlovej univerzity – katedre psychológie. Mojmým triednym učiteľom sa stal PhDr. Eduard Urban, spoluzakladateľ psychoterapie v Československu, neskôr po páde totalitného režimu aj spoluzakladateľ Psychológie náboženstva. Usmernil ma, aby som sa bádaniu jogy, ktorú nazval **„vrcholom“**, venovala po celý život.

R. 2009 som úspešne obhájila na Katedre psychológie Filozofickej fakulty Karlovej univerzity v Prahe rigoróznou prácu **Štúdia Aplikácia jogy v dennom živote pre duševný rozvoj človeka (Study Application of Yoga in Daily Life for the Psychic Development of the Human)**. Na tomto podklade vznikla táto publikácia.

Keďže je toho veľmi veľa za pol storočia, s čím by som sa s vami, milí čitatelia a priatelia, kolegyne a kolegovia, chcela podeliť, rozhodla som sa ponechať vo výklade „**kus Indie**“ a vysvetliť základné pojmy a princípy aj formou príbehov, ako to učia indickí jogíni. Podobne ako sa podarilo Schultzemu priblížiť jogu západnému človeku a naučiť záujemcov i pacientov **autogénny tréning**, a takto pomohol mnohým ľuďom vyliečiť sa, rozvíjať sa, vcítiť sa do druhých, ponúkame učiteľom, pedagogicko-výchovným a kultúrnym pracovníkom, lekárom a rehabilitačným pracovníčkam, sociálnym vedcom, odborníkom i verejnosti jogu ako praktický nástroj ozdravenia a skvalitnenia nášho života.

Ďakujem indickému veľvyslancovi Param Jit Mannovi za jeho príkladný prístup a akcieschopnosť pri premostení Indie a Slovenska, za jeho nápad vydať túto publikáciu, ľudskú podporu i za finančnú podporu Indickej ambasáde v Bratislave. Takto môžem čitateľov zoznámiť s jogou ako vnútornou cestou, cestou vedomia, ktorú cvičenec začne chápať a nastupuje po **obrátení** dovnútra, prekonaní žiadosti po vonkajšom zmyslovom potešení, materiálnych veciach. Ide o vnútornú premenu, prekonanie konzumného spôsobu života. Súčasťou je ozdraviť stravovacie návyky, pravidelný pohyb, disciplína, dobročinnosť, viera.

Aj preto 177 členských štátov OSN vrátane Slovenska schválilo r. 2014 **Medzinárodný deň jogy – 21. jún** a Rezolúciu 69/131, ktorá nadväzuje na UNGA Rezolúciu z januára 2012 a znovu potvrdzuje právo každého na **získanie a udržanie najvyššieho štandardu fyzického a duševného zdravia**. A zdôrazňuje nutnosť posilniť zdravý životný štýl, žiť v harmónii s ostatnými, v mierovom súžití. Je to krok vpred aj vďaka interkultúrnemu učeniu a vytvoreniu priestoru pre šírenie etických princípov, vzájomnú spätosť a spoluprácu, medzináboženský dialóg, aby sa vytvorili v spoločnosti priaznivé podmienky pre mentálno-spirituálny rozvoj človeka.

Zároveň ďakujem indickým rišiom za jogové učenie, ako aj všetkým svätcom známym i neznámym, ktorí ovplyvnili a formovali dnešných jogínov v Indii, v zahraničí i u nás. Ďalej ďakujem predstaviteľom jogových a budhistických spoločností na Slovensku za ich vytrvalosť, celoživotné vzdelávanie v joge, v meditácií, kultúrne a spoločenské aktivity a úsilie pri šírení jogy u nás.

Vďaka patrí aj všetkým členom a sympatizantom Spoločnosti Slovensko-indického priateľstva za mnohoročnú nezištnú prácu pri budovaní mostu medzi Slovenskom a Indiou, prekonávaní prekážok spojených so strachom, že joga je hinduizmus, možno „trójsky kôň“ šírenia hinduizmu. A samozrejme všetkým občanom, ktorí kráčajú po moste medzi Slovenskom a Indiou a dokazujú, že môžeme pestovať priateľské vzťahy medzi národmi a kultúrami. Veď o tom je tradičná vedecká joga.

Anna Galovičová

KRST KNIHY



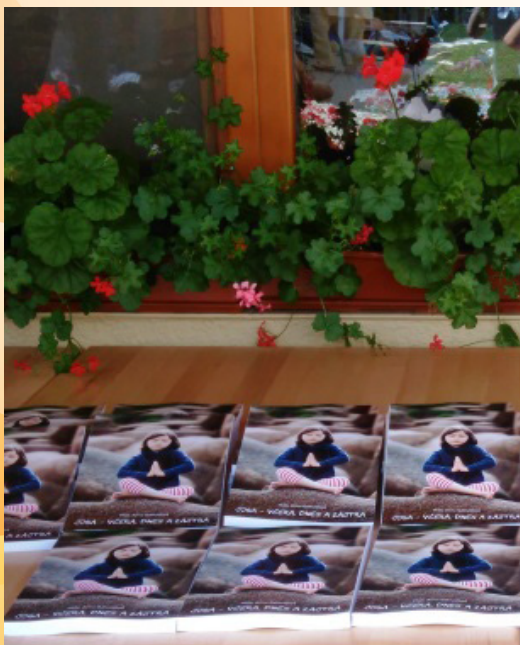
do Hotela Bonus Resort v Devínskej Novej Vsi
na krst knihy PhDr. Anky Galovičovej
Joga – včera, dnes a zajtra
knihu príde pokrstiť náš priateľ, Dominik Graňák



Nedeľa 25. júna o 16h., Devínska Nová Ves, Hotel Bonus Resort

Joga – včera, dnes a zajtra

Krst prebiehal v deň osláv Medzinárodného dňa jogy a knihu prišiel pokrstiť náš priateľ, hokejista Dominik Graňák.



VEČER INDICKEJ HUDBY (INDIA PLNÁ FARIEB)

13.7.2017 o 18h.




Hudobný pavilón, Piešťany

O.Z. Spoločnosť Slovensko - indického priateľstva
v spolupráci s Mestským kultúrnym strediskom
mesta Piešťany
Pod záštitou Indického veľvyslanectva na Slovensku
Vás pozývajú na

večer indickej hudby

Shri Azeem Ahmed Alvi
talentovaný mladý sitarista súčasnej
generácie

13.7.2017 o 18h.
Hudobný pavilón,
Piešťany
VSTUP VOLNÝ

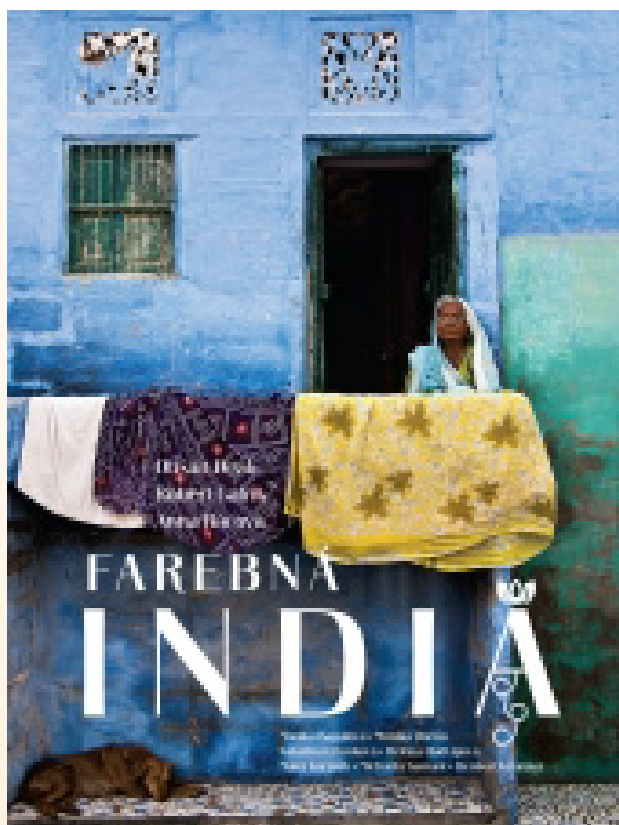


KNIHA O INDII

Milí priatelia, dávame Vám do pozornosti novú knihu o Indii: **Farebná India**

Dušan Deák, Róbert Gáfrik, Anna Rácová a kol.

India žije závatným množstvom farieb, zvukov, vôní a chutí. Indické mestá, festivaly a jedlá priťahujú všetky zmysly. India láka svojím kultúrnym bohatstvom, etnickou rôznorodosťou a živými tradíciami. Kniha, ktorú držíte v rukách, predstavuje jej bohatú geografiu a históriu, rozmanitosť jazykov, kultúr a náboženstiev, krásu indickej literatúry, tradície indického myslenia, vedy a umenia či pestrosť indickej kuchyne. India – jedna z najľudnatejších krajín sveta, blízka i vzdialená, starodávna i moderná - taká, akú ju ešte nepoznáte.



KURZ INDICKEJ KUCHYNE

O.Z. Spoločnosť Slovensko – indického priateľstva

a O.Z. Aksen – aktívny senior

v spolupráci s Indickým veľvyslanectvom v Bratislave

pre Vás pripravili kurz Indickej kuchyne. Kulinárskemu umeniu nás bude učiť pani Anju Narang z Indie, ktorá si pre nás pripravila nasledovné dobroty:

Veg Birjani- indické rizoto veľmi chutné, jednoduché a lahodné

Pakora - mix zelenina - trocha ako fašírka - rýchle chutné, chrumkavé

Halva - sladkosť

Zeleninové „Biryani“ - recept

Koľkokrát sme si mysleli, že ryža je požehnaním? Používame ju na posvätné účely, ale môžeme z nej pripraviť aj rýchle pulao alebo khichdi, keď máme hlad! Jedná sa o jedno zrnko, ktoré je takmer na 98 percent stráviteľné. V Indii poznáme basmati, Patna alebo hnedú ryžu, ale k dispozícii je tiež talianska ryža a lepkavá ryža, ktorá je populárna v čínskej kuchyni.

Čas prípravy: 30-40 minút

Čas varenia: 41-50 minút

Porcie: 4

Úroveň: náročná

Chuť: pikantná

Ingrediencie - Zeleninové „Biryani“ :

Basmati ryža - 1 1/2 šálky

Zemiaky - 2 veľké

Mrkva- 3 stredné

Zelené fazoľové struky - 5-6 kusov

Karfiol - 1/4 malý

Soľ na dochutenie

Šafran (Kesar) - 4-5 kusov (vlákna)

Mlieko - 2 polievkové lyžice

Cibuľa (nakrájaná na tenké plátky) - 4 veľké kusy

Olej na vyprážanie

Jogurt 1/2

Biryani masala - 3 polievkové lyžice (**kúpíte v <http://exotickepotraviny.sk/>)**

Zázvorová pasta - 1 1/2 čajovej lyžičky

Cesnaková pasta - 1 1/2 čajovej lyžičky

Rasca - indická (celá) - 1 čajová lyžička

Bobkový list - 3-4 kusy

Garam masala - 1 čajová lyžička

Ghee (Ghí) - 4 polievkové lyžice

Čerstvé mäťové listy nasekané - 2 polievkové lyžice

Čerstvé koriandrové listy nasekané - 2 polievkové lyžice

Mandle biele krájané - 10 kusov

Hrozienka - 2 polievkové lyžice

Pšeničná múka na cesto (podľa potreby)

Halva

Hrubá krupica - 1 šálka

Cukor (hnedý) - 3/4 šálky

Maslo - 125 g

Voda - 3 šálky

Mandle - 2 polievkové lyžice

Elachi (kardamom) - 4-5 kusov

kokosový prášok(strúhaný) - 1 polievková lyžica



SPOLOČNÉ PREKROČENIE ČIARY CHUDOBY NA PODUJATÍ V SOCIÁLNO M CENTRE OÁZA-NÁDEJ PRE NOVÝ ŽIVOT, KTORÉ VEDIE OTEC PETER GOMBITA



5-6.10.2017, KOŠICE, ZÁHRADA BERNÁTOVCE

SVIATOK SVETLA, SVIATOK DIWALI

Milí priatelia,

temnota symbolizuje nevedomosť a svetlo predstavuje poznanie. Rozsvietenie svetla symbolizuje zničenie všetkých negatívnych síl (zla, násilia, žiadostivosti, hnevu, závidi, chtivosti, strachu, nespravodlivosti, utrpenia, atď.) cez poznanie.

Aj my sme si pripomenuli sviatok svetla - Diwali 21. októbra.

Spoločne sme rozsvietili symbolicky 108 sviečok. A akosi spontánne sa odvtedy stretáme v sobotu..., že by sa tých 108 sviečok „hlásilo o slovo, o svetlo, ktoré chcú v nás rozsvietiť silou poznania, spolupatričnosti, radosti...?“

Legendu o princovi Rámovi (pre malých aj veľkých), ktorá je úzko spätá so sviatkom Diwali sme si pozreli 28.10.2017.



A pokračujeme tvorivými dielňami, cvičeniami ďalej... a postupne nás pribúda. Pridala sa i teta Katka, ktorá pre nás pripravuje vždy dárku zaujímavú "tvorivku". Chcete vedieť aká bude? Ozvite sa nám na tel. číslo 0908 481 898, alebo mailom: slovindia@slovindia.sk



MEDITÁCIA A ZDRAVÝ ŽIVOTNÝ ŠTÝL

Spoznajte skryté tajomstvá života a pretransformujeme naše intelektuálne vedomosti na pochopenie a vedomú obnovujúcu silu. Zhovárali sme sa o teórii duchovnosti a venovali čas zahĺbeniu sa do tichosti nášho vnútra.

FILMOVÝ FESTIVAL EUROTOUR 2017, PIEŠŤANY



Festivalu sme sa zúčastnili s dvoma dokumentárnymi filmami z Indie vlastnej tvorby. Sv. František Xaverský a Moja India.

ĎAKUJEME ZA SPOLUPRÁCU

Indickému veľvyslanectvu v Bratislave, zároveň aj za finančnú podporu.

Mestu Piešťany

Mestskej knižnici mesta Piešťany

Mestskému kultúrnemu stredisku mesta Piešťany

OZ JESKO, L. Mikuláš

Zdeňkovi Hladíkovi, (ČR)

AB Copy, Senec

OZ Fórum náboženstiev sveta

Gymnázium Vrbové

CVČ Holíč

Ashoka, Indická reštaurácia, Bratislava

Exotické potraviny, Namaste India, Bratislava

Katarína Bajzíkova (Tvorivé dielne pre deti)

Kontaktné údaje:

CSOB: 4002466240/7500

Údaje potrebné pri poukázaní 2% z Vašich daní pre neziskové organizácie:

Názov: Občianske združenie Spoločnosť Slovensko – indického priateľstva

Právna forma: Občianske združenie

Sídlo: Winterova 3, 921 01 Piešťany

IČO: 31118194

Úprimná vďaka všetkým pomocníkom, darcom, sympatizantom.

Za celý tím spolupracovníkov:

PhDr. Anka Galovičová, predsedníčka združenia