

## О духовном росте

«Кора» много работает над тем, чтобы сформировать круг «своих» людей. Такие люди присоединяются к студии во время разных специальных событий. Например, в этом году 8 марта в «Коре» провели девичник: барышни встретились рано утром, на вели красоту и отправились на пробежку по городу, а затем вернулись в студию, позанимались йогой и устроили себе вегетарианский обед. Уже несколько лет «Кора» организует йога-туры, выезды в выходные на природу, проводит летом занятия в парках и скверах Перми.

Мы попросили Ирину сформулировать свою миссию, для чего она занимается йога-студией. «Для меня очень важно повышать качество жизни людей, помогать им, — объясняет она. — Я не ставлю себе высоких целей, духовный рост и прочее — личное дело каждого. Мы помогаем сделать первый шаг в эту сторону. Например, приходит в студию человек, начинает заниматься, и у него перестаёт болеть спина, он меньше нервничает и, возможно, задумывается о чём-то большем — как ему сделать свою жизнь лучше. Мы на занятиях не говорим много о философии йоги, но люди интересуются, для этого у нас есть специальные лекции. У нас нет глобальной цели спасти всех. Каждый ответствен за себя, мы можем дать импульс».

Конечно, есть у девушек и глобальные планы по развитию студии. Пока эти планы звучат как мечты, но Ирина и Лена работают над тем, чтобы приблизить их к реальности. «Я мечтаю иметь в собственности помещение, открыть свою серьёзную школу преподавателей, чтобы мы могли обучать педагогов по йоге, конкурентоспособных на уровне школ Москвы и Санкт-Петербурга, чтобы именно ради них ехали в наши йога-туры, — говорит Ирина. — Есть мечта создать свой аюрведический центр, чтобы люди могли получать здесь знания и качественно, осознанно подходить к жизни как к дару, учиться дорожить тем, что ты есть, и быть за это в ответе». **К**

