



Milan Polášek (11.9.1934 – 5.1.2021) strávil svoje detské roky na vidieku. Počas normalizačného procesu prišiel k joge. Od tých čias sa joga venoval nepretržite. Keďže ju pochopil ako dokonale prepracovaný systém sebazdokonaľovania, a sebavýchovy sebazpoznáním, veľa času trávil cvičením. Neskôr keď pracoval na STU v Bratislave, veľa času venoval písaniu a prekladom rôznych jogových kníh. Jeho domácnosť bola usporiadaná na fotenie ásán a písanie publikácií, čo bolo predmetom jeho prednostného záujmu. Následne publikoval množstvo článkov a kníh. Podieľal sa aj na výchove cvičiteľov jogy (vtedy jogového cvičenia) v rámci RTVŠ a po r. 1989 aj v rámci JS a SAJ.

Milan Polášek bol povolaním strojný inžinier. V tomto odbore celú svoju prax strávil vo výskume a vývoji. S pribúdajúcimi rokmi čoraz nástojčivejšie vnímal zaostávanie životného štýlu ľudí a duchovného pokroku za skutočnými potrebami. Organizoval množstvo kurzov a besied. Bol dlho cvičiteľom a lektorom Slovenskej asociácie jogy a bol jedným z dvoch cvičiteľov jogy I. triedy na Slovensku. Bol pri zakladaní SAJ spolu s ostatnými jogovými organizáciami na Slovensku. Po zrieknutí sa lektorstva v rámci SAJ založil webovú platformu www.satjajoga.org, na ktorej môžete nájsť množstvo jeho článkov a publikácií.

Milan bol jedným z cvičiteľov, ktorí vykonali veľmi veľa pre rozvoj jogy na Slovensku. Pozemský život opustil v pokoji po viacerých ťažkých zdravotných komplikáciách.