Автор: Doberman
07.08.2020 00:00 - Обновлено 09.05.2022 06:46



В ПАРКЕ | 09:00-10:00 | Медитация | На Гвоздях | Доска Садху | Meditation on Nails | Sadhu Board | Центр медитации и отдыха СемиЗнание
в ВК https://vk.com/sadhuboardmeditation
на САЙТЕ https://semiznanie.ru/practice/meditaciya-gvozdi

Ведущий: Андрей Шаронов https://vk.com/dobermanzen
Ассистент:
ОТЗЫВЫ ЧИТАЕМ И ПИШЕМ ЗДЕСЬ: https://vk.com/topic-170941431_39113914
СТАТЬИ ПРО ГВОЗДИ ПРО МЕДИТАЦИЮ НА ДОСКЕ САДХУ:
в ВК https://vk.com/@sadhuboardmeditation
на САЙТЕ https://semiznanie.ru/practice/meditaciya-gvozdi
ДОСКА САДХУ В ИНТЕРНЕТ МАГАЗИНЕ СЕМИЗНАНИЕ http://shop.semiznanie.ru/doski-sadhy
ДАТА И ВРЕМЯ ОЗВУЧИВАЮТСЯ ОТДЕЛЬНО
НАБОР ГРУППЫ
АДРЕС: Г.МОСКВА | Измайловский Парк, м.Измайловская, Первый вагон из центра, Из стеклянных дверей направо, в парк. **ВСЕХ ЖДЁМ ЗА 15 МИНУТ ДО НАЧАЛА ПРАКТИКИ**
?КОВРИКИ БЕРИТЕ СВОИ!!!!
СТОИМОСТЬ:
В ПАРКЕ | 500 р
В СТУДИИ:
ОДНОРАЗОВОЕ ПОСЕЩЕНИЕ ПРАКТИКИ | 1000 р.
АБОНЕМЕНТ:
5 ЗАНЯТИЙ | 4 000 р.

Автор: Doberman
07.08.2020 00:00 - Обновлено 09.05.2022 06:46

10 ЗАНЯТИЙ | 6 000 р.
ЗАПИСЬ!!! ЗАПИСЬ!!! ЗАПИСЬ!!!
ЗВОНИТЕ, ПИШИТЕ, ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ
Центр медитации и отдыха СемиЗнание
+74997034523, +79857173103
Подтверждение записи переводим на
Карта Сбербанка 4276 3801 4872 2155
Андрей Алексеевич Ш
Чек присылаем по вацап +79857173103
Сообщение | Название Практики | Дата



В начале вспоминаем как дышать животом, про энергетический центр Хара, и уже после этого на гвозди.
Три подсказки:
Наблюдение,
Расслабление,
Без определений.
Глубокая медитативная практика для самопознания - доска с гвоздями (доска Садху, доска для практикующих йогу, тантру и другие направления и течения медитаций и традиций)
Стояние (лежание) на гвоздях это мощная многофункциональная практика. Эффект её воздействия распространяется не только на физический уровень, а также на тонкие (метафизические) тела человека. Иными словами - укрепляются и развиваются тело, душа и дух практикующего.
Польза от практики стояния и лежания на гвоздях:
Укрепляется здоровье и иммунитет, воздействуя на рефлекторные точки стопы или спины (глубокий массаж), стимулируя и балансируя общее состояние внутренних органов и организма в целом. Практика иглоукалывания воздействует аналогично. В современной медицине используются различные аппликаторы (аппликатор Кузнецова, Ляпко и т.д).
Центр медитации и отдыха СемиЗнание: +74997034523, +79857173103, semiznanie@mail.ru
Центр медитации и отдыха СемиЗнание в соц.сетях:

Автор: Doberman
07.08.2020 00:00 - Обновлено 09.05.2022 06:46

в ВК: https://vk.com/club48949268
в ФБ: https://www.facebook.com/semiznanie
в Инста: @semiznanie
ПОДПИСАТЬСЯ НА РАССЫЛКУ: https://vk.com/app5898182_-48949268#s=141691
Наши каналы в месенджерах:
в whatsapp: https://chat.whatsapp.com/DkCFDmKVFmH7CGEW1tUXca
в telegram: t.me/semiznanie
В этих каналах мы напоминаем о наших практиках, медитациях, семинарах, сатсангах и.т.д.
Новости и Анонсы Центра медитации и отдыха СемиЗнание.
Размещают сообщения только Админы, без болтовни и левого спама.
Когда люди выходят из наших каналов, мы без обид и без плевков в спину, вышел, так вышел
Наш интернет магазин "СемиЗнание"- товары для духовного и физического здоровья: http://shop.semiznanie.ru
ДОСКА САДХУ В ИНТЕРНЕТ МАГАЗИНЕ СЕМИЗНАНИЕ http://shop.semiznanie.ru/doski-sadhy