

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 рефлексорные 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>