

## Медитации и энергетические практики.



Санкт-Петербург, Россия

Многие медитационные техники предполагают сидение в неподвижности и тишине. Но в нашем теле из-за беспокойства ума накоплено очень много стресса, поэтому использование пассивных техник становится для нас затруднительным. Для того, чтобы обрести покой, нам необходимо избавиться от напряжений.

Активные медитации были научно разработаны, чтобы дать нам возможность сознательно выражать себя, работать с подавленными чувствами и эмоциями, научиться хитростям рассмотрения по новому нашего набора привычек, дать нам возможность более легко получить опыт тишины медитации.

Занятия в группе, которые дают возможность

- разгрузить тело, освободиться от блоков и зажимов
- высвободить подавленную энергию
- пробудить творчество
- научиться радоваться и наслаждаться
- выйти за пределы ума (его концепций и программ)
- освободить себя от влияния коллективного бессознательного
- вернуться к своему внутреннему источнику
- выразить все то, что я никогда не позволялось выразить
- выбросить мусор прошлого отягощающего опыта
- соприкоснуться с более глубокими слоями своего внутреннего мира, для того, чтобы обрести гармонию с окружающим миром и с собой
- простым и мощным способом отбросить бессмыслицу и стать свободным от обусловленностей

Медитация — это не просто индийский метод, не просто техника. Ей невозможно научиться. Она — это рост: рост, возникающий из всего вашего бытия, она может прийти к вам только через полное преображение, через изменение. Медитация — это духовное цветение.

---

Цена: **700 руб.**

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: --

**Дьяченко Лариса Аркадьевна**

**8-911-295-7423**

**м. Горьковская**

---