



[Семинар медитация Небесный Огонь](#) . [Центр медитации и отдыха СемиЗнание](#).

Каждый ВТОРНИК

с 19-00 до 21-00

Ведущие: [Андрей Шаронов](#)

Ассистент: [Антон Кондратьев](#)

ЗАПИСЬ ОБЯЗАТЕЛЬНА

По традиции нашего [Центра СемиЗнание](#) и из понимания тантры, йоги, тибета, дао, дзен, мы соединили несколько практик в единый практикум и название пришло ["Небесный Огонь"](#).

"Пусть йогин поднимает Кундалини, спящую в адхара-лотосе, с помощью апана-вайю. Это — шакти-чалана, подательница всех сил.

Она продлевает жизнь и излечивает все болезни. Змея Кундалини поднимается практикой этой мудры. Тот, кто практикует шакти-чалана в соответствии с инструкциями, достигает виграха-сиддхи и побеждает страх смерти. Тот, кто практикует эту мудру всего две секунды, но со старанием, тот близок к успеху. Даже с помощью одной из мудр можно стать сиддхом (достигшим успеха)".

«Шива Самхита» (4.53 — 58)

"14. Помести свою осознанность в свой позвоночник

Размести все свое внимание в тонком, как нить лотоса, нерве, расположенном в центре позвоночного столба. В таком состоянии будешь трансформирована."

Вигьяна Бхайрава Тантра

В современном мире, существует множество стилей и направлений самопознания и саморазвития, делающие акценты на разных аспектах- физическое здоровье, работа с энергией, раскрытие чакр и т.п. И все они по-своему правы, т.к. предназначены для разных сегментов занимающихся.

В классических текстах говорится, что все перечисленное не самоцель, а всего лишь этапы развития. Основная же цель- это подготовка физического тела к внутренним практикам. Подготовка идет на трех уровнях: физическом – здоровье внутренних органов, суставов и связок, укрепление мышц, раскрепощение тела; энергетическом – за счет асан и аскезы меняется энергия, скопившаяся в теле, очищаются энергетические каналы, аура становится более чистой и стабильной; и конечно духовный уровень – за счет того, что мы постоянно прикладываем усилия к себе и своей энергии, наше сознание поднимается на более высокий уровень, наше восприятие становится более тонким, и мы начинаем интересоваться познанием себя изнутри и своим внутренним миром.

Шаг за шагом мы идем к себе. Обучаясь различным техникам, мы лишь прокладываем путь домой и к своему высшему началу. Порой эта дорога не так легка, как хотелось бы.

Поэтому в начале пути, важно знать, что во время первого месяца практики, могут возникнуть различные побочные эффекты. В момент, когда происходят какие-то изменения в организме, начинается очистка каналов и идет процесс восстановления баланса всей системы вы сможете очистить свое физическое, эмоциональное и ментальное тело, что, в последствии, наполнит вас блаженством, и вы сможете в полной мере насладиться гармонией внешнего и внутреннего мира, осознав истинный смысл природы вещей.

Через практику очищаются наши внутренние органы секрети, мочеполовая и выделительная система, а также направляет энергию вверх. Также осознанно практикуя человек «очищает» причины-следствия. Поэтому его ежедневная практика просто полезна.

Через практику практикующий продлевает молодость организма, противодействуя появлению морщин и седых волос. Через техники расслабить тело и ум и стимулируют пранические способности человека.

Упражнение в первую очередь стимулирует гипофиз и шишковидную железу, таким образом, влияя на всю эндокринную систему, происходит контроль гормональных выделений и замедляется процесс разложения в организме сложных органических веществ.

Процесс старения если не прекращается, то уж точно замедляется.

Понятие кундалини является основой тантры и йоги. Слово тантра состоит из двух слогов: тан — «расширяться, распространяться» и тра — «освободить». Тантра представляет собой процесс расширения сознания и высвобождения энергии — это старейшая из наук, известных человеку. Она практиковалась — и сейчас практикуется — даже безграмотными, так называемыми «нецивилизованными», племенами.

Кундалини, присущая каждому индивидууму сила. Нужно заметить, что ничего общего с современными представлениями тантра не имеет.

каждое живое существо имеет центральную ось и центр равновесия, созданные силой внутренней энергии. Без кундалини шакти и без праны не может быть сознания и не может быть жизни. (Хатха Йога Прадипика).

Открытие и очищение чакр и нади (энергетических каналов). И сегодня ориентированные на йогу люди говорят об активизации чакр и о подъеме кундалини с целью проникновения в более глубокие слои ума, тела и духа. Необходимо сделать дополнение, что не столько важно открыть чакру, сколько очистить ее от энергетических загрязнений, которые в ней присутствуют. Так же нужно очистить и все нади иду, пингалу и сушумну.

Очистка чакр и нади, связана с тем, что если не устранены загрязнения в них, то практику очень трудно какое либо реальное переживание. А даже если, что-то и получится, то это будет не очень позитивный опыт в силу тех негативных энергий, которые пока присутствуют в энергоструктуре человека

Более того, компетентные люди говорят о серьезных проблемах со здоровьем, которые могут возникнуть, при попытке поднять кундалини. При этом не только на энергетическом, а и на физическом уровне. Одним из ключевых аспектов очищения нади и чакр, прежде всего является нравственность человека.

Если у человека все еще сильно его «эго» - значит он еще не утвердился в практике этически-нравственных основ. Когда эго сильно, человек еще, не имеет четкого направления или цели в жизни. Он не знает, как использовать те огромные количества

Автор: Doberman

02.06.2019 00:00 - Обновлено 13.09.2019 07:21

энергий, которые вырабатываются внутри него, и он не понимает, что с ним происходит. При пробуждении кундалини и поднятии энергии вверх, оба полушария мозга и дремлющие его участки становятся активными, восприятие становится независимым от органов чувств, возникают более глубокие состояния сознания, и затем возникает тонкое космическое переживание. Когда индивидуальное сознание превзойдено и существует только космическое переживание, исчезает восприятие индивидуальности. Смерть — это переживание индивидуального ума и тела. Если сознание является универсальным, вселенским, то индивидуальные тело и ум подобны одной из миллионов крошечных клеток единого тела. Когда умирает или рождается отдельная клетка тела, то вам совсем не кажется, что вы умерли или что вы родились. Однако если ваше сознание ограничено именно этой клеткой, тогда вы каждую минуту переживаете смерть и рождение. Когда ваше сознание существует в теле как в едином целом, вы не ощущаете этого процесса мгновенных смертей и рождений.

Этот опыт станет краеугольным камнем мировоззрения, а жизнь станет источником блаженства и мудрости. Практика — лишь ступень на этом пути.

Когда:

Каждый ВТОРНИК, с 19-00 до 21-00

Ведущие: Андрей Шаронов, <https://vk.com/dobermanzen>

Ассистент: Антон Кондратьев, <https://vk.com/luckikondratos>

Стоимость: 1000 рублей

ЗАПИСЬ ОБЯЗАТЕЛЬНА

Запись: [Центр медитации и отдыха "СемиЗнание"](#) : +74997034523, +79857173103, semiznanie@mail.ru

С собой: коврики, одежду для занятий практиками, вода в непроливахках(в бутылочках или в походных кружках)

ПОДПИСАТЬСЯ НА РАССЫЛКУ: https://vk.com/app5898182_-48949268#s=141691

Наш интернет магазин "СемиЗнание"- товары для духовного и физического здоровья: <http://shop.semiznanie.ru>

Центр медитации и отдыха СемиЗнание в соц.сетях:

в ВК: <https://vk.com/club48949268>

в ФБ: <https://www.facebook.com/semiznanie>

в Инста: @semiznanie

[#йогамосква](#) [#тантрамосква](#) [#тантра](#) [#йога](#) [#тантрарф](#) [#медитациярф](#) [#небесныйогонь](#) [#кундалини](#)
[#сушимна](#)
[#медитация](#)
[#семизнание](#)