



БАКУ
ВЫЕЗДНОЙ
СЕМИНАР ПРАКТИКУМ
“Трансформация. Часть I”

ведущие: МАМЕДОВ А., КИМ С.



Задавались ли Вы вопросом
“Что нужно, чтобы повысить качество своей жизни?”

Движение. Дыхание. Состояния Сознания.

Приглашаем Вас принять участие в семинаре “Трансформация. Часть I”,
который будет наполнен древними духовными практиками, лекциями,
подробными инструкциями к практикам, играми и упражнениями, тишиной,
морским бризом и свежестью травы.

В результате новых осознаний и самоанализа, Вы сможете ближе узнать
себя и пополнить ваши силы позитивным опытом и яркими
впечатлениями.

РАСПИСАНИЕ

СУБОТА

9 00

Лекция “Карма и Судьба”. Часть 1

11 00

Концентрация. Практика Чистого Ума.

12 30

Основы физических упражнений для медитативной практики.

13 30

Обед

15 00

Пранаяма. Дыхательные техники.

16 00

Энергетические упражнения.

17 00

Концентрация. Практика Чистого Ума. Часть 2.

18 00

Обсуждение опыта и ответы на вопросы.

Завершение дня. Домашнее задание.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

9 00

Пранаяма. Дыхательные техники. Часть 2.

10 00

Введение в Медитацию.

10 30

Медитация. Практика

12 00

Лекция о Мантра йоге.

13 00

Обед.

14 30

Лекция “Карма и Судьба”. Часть 2

15 30

Закрепление практики энергетических упражнений

16 00

Медитация. Практика.

16 30 – 18 00

Время для индивидуальных консультаций, обсуждение индивидуальной программы практики на 3–6 месяцев

ЧЕГО СЛЕДУЕТ ОЖИДАТЬ?

- 🍁 самые интересующие начинающих практиков темы
- 🍁 самые практические для современного человека дыхательные, энергетические, физические, медитативные техники
- 🍁 проработка практик под контролем инструктора, получение подробной обратной связи
- 🍁 ощущения внутренней тишины, легкости и умиротворения
- 🍁 множество личных открытий и откровений
- 🍁 бесед, которых никогда до этого не было и совершенно новых, уникальных, своих мыслей

ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

...Что такое развитие человека и почему оно важно?

...Как происходят процессы в нашем сознании с точки зрения тонкого тела?

...Как влиять на эти процессы?

...Как меняется жизнь после овладения контролем над этими процессами?



МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ ARLIN RESIDENCE

16 Maral Rahmazade Str., Mardakan settlement, Baku



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ участников семинара и ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

- ❖ Постарайтесь отключиться от всей связи (телефон, интернет и т.п.)
- ❖ Не покидайте места проведения семинара в течении дня
- ❖ ЗАПРЕЩАЕТСЯ употребление алкогольной и табачной продукции, кофе, любых наркотических веществ
- ❖ Семинар проводится на русском языке

**Стоимость 2х-дневного участия в семинаре
175 \$, включая:**

- ❖ Раздаточный материал (янтры, лекции и тд)
- ❖ 2 перерыва на чаепитие и перекус ежедневно
- ❖ Питание 1 раз в день - обед
- ❖ Для каждого участника по завершению семинара будет составлена своя, уникальная программа практики (всех практик изученных на семинаре) на 3-6 месяцев

В указанную стоимость не входит:

- ❖ Любые другие расходы не перечисленные в первом пункте
- ❖ Проживание
- ❖ Авиа - перелёт и виза

