



**6 - 8 января 2018г.**

в Москве

**МУРШИД СААДИ**

проведёт семинар

## ***Дыхание Света***

***Наука о дыхании как основа мистицизма***

Мы все дышим, и все более или менее осознаём, что дыхание есть основа нашей жизни. Несмотря на это, на «духовном пути» нас зачастую привлекают более умозрительные практики: нам кажется, что чем интереснее практика нашему уму, тем большего прогресса мы можем достичь с её помощью в нашей духовной жизни. Однако именно учение о дыхании является основой мистицизма человечества всех времён и традиций.

Почему это так? Как разные виды дыхания влияют на наше здоровье, наши взаимоотношения и наш успех в жизни? Помогает ли то, как мы дышим, нашему движению к реализации?

В программе семинара - медитативные походы, Танцы Всеобщего Мира и практики из разных духовных традиций, включая дзэн и суфизм, а также суфийское учение о дыхании.

**Время проведения семинара** (предварительная информация): суббота 6 января - с 16.00 до 19.30, регистрация с 15.00

Воскресенье 7 января – с 11.00 до 20.00 (с перерывом на обед ~14.00-15.00)

Понедельник 8 января – с 11.00 до 16.00 (с перерывом на обед ~13.00-14.00)

**Место проведения семинара**: будет объявлено позже, узнавайте у Каримы

**Стоимость**: 4000р., для иногородних - 3000р. Отдельно суббота - 2000р., воскресенье - 2500р., понедельник - 2000р.

**Запись и информация**: Анастасия (Карима) **8903-185-0804**, [karimasas@rambler.ru](mailto:karimasas@rambler.ru)