

ИСТОРИИ ЭКСПЕРТОВ

Анастасия Березная

просветительский проект
Эволюция САДХУ



**Людмила Анатольевна Семушева
Алексей Сергеевич Семушев
Серия «Истории Экспертов» –
Анастасия Березная:
Просветительский проект
«Эволюция Садху»**

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69914935
SelfPub; 2023*

Аннотация

"Истории экспертов" – серия персональных книг, посвящённых участникам проекта "Эволюция Садху. 22 эксперта". В каждой из книг не только история эксперта гвоздестояния, но и комментарии фокус-группы, анализ практик гвоздетерапии и подхода каждого мастера. Пятая книга серии – об участниках проекта "Эволюция Садху", мастерах гвоздестояния экспертного уровня. Примечание: Администрация сайта Литрес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

Содержание

Предисловие	4
Анастасия Березная, Сосновый Бор	7
Послесловие	29

**Алексей Семушев,
Людмила Семушева
Серия "Истории
Экспертов" –
Анастасия Березная:
Просветительский проект
"Эволюция Садху"**

Предисловие

Эта книга продолжает серию историй о людях, стоящих на гвоздях, о мастерах гвоздетерапии, об экспертах Садху. Она является масштабным и глубоко личным продолжением книги «Эволюция Садху».

У каждого мастера гвоздестояния свой путь на гвоздях, своя история восхождения, в этой серии книг об участниках просветительского проекта «Эволюция Садху» представлен более глубокий взгляд на то, что представляет собой гвоздестояние, на тот важный вклад в жизнь человека и челове-

ства, который приносят обычные гвозди Садху.

Что такое гвоздетерапия? Это современный взгляд, современная концепция о здоровье человека, как физическом, так и душевном. Она включает в себя элементы многих древних, и современных дисциплин и знаний: от Су-Джок до рефлексотерапии, от факирских подвигов духа из Индии до акупунктуры. Поскольку это молодая наука, в ней нет застарелых штампов и отработанных десятилетиями техник, гвоздетерапия именно сейчас переживает период развития, период расцвета.

Ещё три-четыре года назад о гвоздестоянии не было известно практически ничего, в сети была одна картинка с разноцветными ногами, где отображались проекции органов, неофиты утверждали, а кое-кто до сих пор утверждает, что на стопах человека расположено семьдесят тысяч точек-рецепторов, которые улучшают «иммунитет» и здоровье в целом, а также являются «магическим» инструментом.

Это миф, действительно, точки есть, хотя их не так много, но воздействие при гвоздестоянии основано не на дифференцированном воздействии на ту или иную локальную точку, а на площадь стоп в целом, поскольку воздействие относится не только к тем точкам, где острие гвоздя касается кожи, но и промежутков между ними, так как при соприкосновении кожи стопы и прерывистой плоскости гвоздей возникает натяжение. Говоря о «магии» гвоздей, конечно, это иллюзия. Гвоздетерапия имеет уровень энергопрактики и ра-

ботаает с духом человека, но это не культ, не секта.

Гвоздетерапия – это комплексный метод, современный и эффективный. Сейчас это направление переживает свой расцвет, знания о гвоздестоянии становятся глубже, фундаментальнее. Проводится обширная исследовательская работа, собран значительный статистический материал, например, на кафедре УралГАФК. Думается, не за горами время, когда гвоздетерапия станет общедоступной, как когда-то были распространены аппликаторы Кузнецова, ведь они находились у многих, их продавали даже в газетных киосках.

Мы придумали и создали первый в нашей стране просветительский проект о гвоздях и на гвоздях, в который вошли двадцать два практикующих гвоздестояние, ставший книгой «Эволюция Садху», продолжим наш рассказ, точнее, представляем вашему вниманию мастера гвоздетерапии Анастасию Березную.

Людмила и Алексей Семушевы

Анастасия Березная, Сосновый Бор

Эксперт Садху

Мастер Таро

Системный Расстановщик



«Гвозди помогают пробудить человека для собственной жизни, чтобы он заметил свою жизнь, чтобы перестал находиться в рутине».

Реквизиты

Vk: @anastasiabereznaya

+7-952-281-11-56

Знакомлюсь с гвоздями

Мы начинаем задумываться о жизни, о том, что с нами происходит тогда, когда всё сложно. В сложный период своей жизни я многое осознала, многое увидела совсем не так, как раньше, постепенно пришла к техникам самопознания, интересовалась различными методиками, направлениями, посещала тренинги и мастер-классы...

На одном из них увидела гвозди, простояла минуты три-четыре, поняла, что мне нравится этот инструмент, и я тоже хочу ставить людей на гвозди...

Это было больше семи лет тому назад.



Сначала были гвозди для личных практик, жизнь постепенно, хотя и достаточно быстро стабилизировалась, моё внутреннее состояние тоже.

Ставить на гвозди начала не сразу, не было понимания, как это делать, смогу ли я, поэтому пошла на обучение, отучилась в группе мастеров гвозDESTояния...

Два года назад, в две тысячи двадцатом году, решилась, и провела свою первую практику, – это была групповая практика, провели мы её совместно с другой девушкой.

Результат этой практики вдохновил, появилась удовлетворённость от того, что сделано, и сейчас я продолжаю ставить на гвозди – здесь, у себя в Сосновом Бору, и в Санкт-Петербурге.



Самое главное в практиках на гвоздях

Главное, чтобы человек был внутренне готов к практике,

не ради галочки, не ради красивого фото в соцсетях, только для личного заплыва в глубины своего бессознательного, для большой личной работы.

Работая на гвоздях, вижу возможности для комплексных программ, в том числе использую метод системных расстановок. Этот метод достаточно эффективен сам по себе, но вместе с гвоздями он приносит результат за более короткое время.

Случай из практик

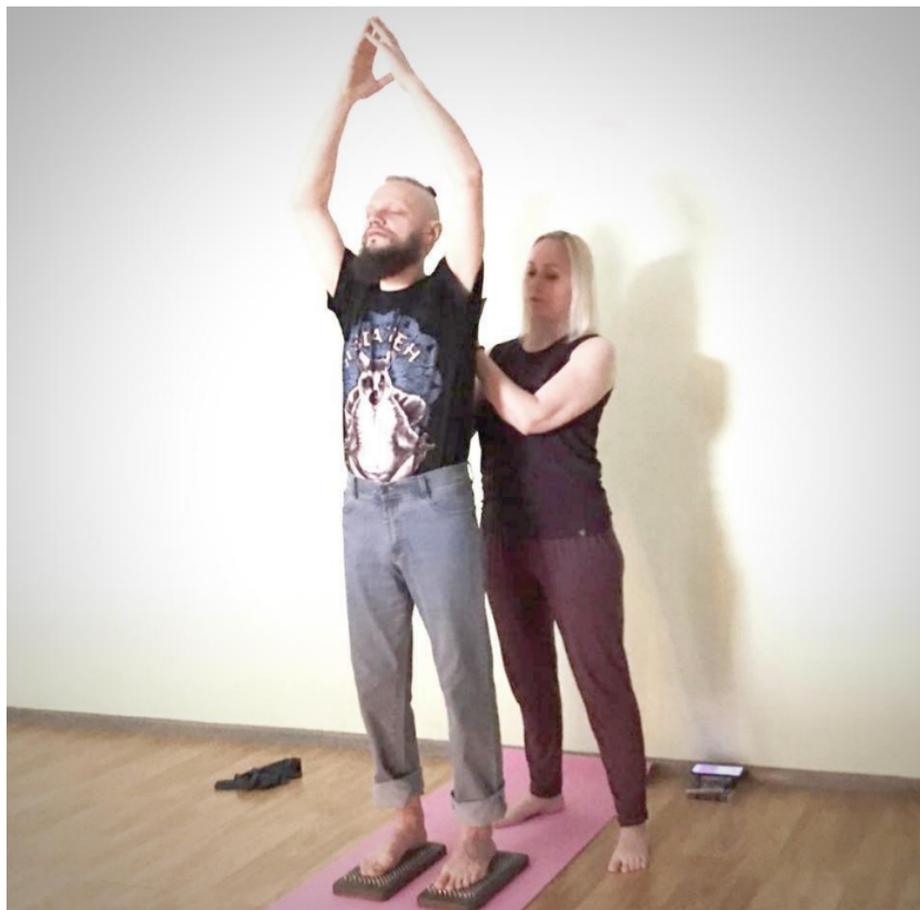
Был случай, когда на сессию пришёл молодой человек с запросом о деньгах и профессии, как известно, чаще всего эта сфера связана со взаимоотношениями по отцовской линии.

Во время практики выяснилось, что именно в этой сфере у этого молодого человека есть проблема. Он не общался с отцом много лет, хотя они живут в одном городе, более того, он даже не знал, где живёт отец...

Прошла сессия, молодой человек постоял на гвоздях, его состояние после практики выровнялось, буквально через день после встречи он дал обратную связь, рассказал, что выяснил, где живёт отец, они искренне пообщались, и оказалось, отец тоже хотел общаться.

Когда отношения родителей распадаются, ребёнок чаще всего остаётся с матерью. Тут очень высок риск падения самооценки ребёнка, более того, во многих случаях, когда семья переживает развод, ребёнок винит себя...

В дальнейшем, эта заниженная самооценка и комплекс вины перед родителями, ограничивает выросшего ребёнка, как в творчестве, в социальной реализации, так и на уровне отношений.



Что говорят?

—Здравствуйте, меня зовут Владимир, по специальности я врач анестезиолог-реаниматолог, работал в двух больницах, на двух ставках, конечно, с переработками, мало времени мог уделить семье.

В какой-то момент жизни, когда все эти внешние обстоятельства приобрели формы хронической усталости и безысходности, у меня самого начались проблемы со здоровьем.

Лечил себя таблетками, ничего не помогало, боль уходила на время, и возвращалась снова, становясь только сильнее...

И Вселенная услышала мои стенания, однажды по пути на работу, коллега рассказала мне о гвоздях Садху:

—Стояла на гвоздях с тренером, чувствую такое перерождение, проплакалась и теперь очень легко и хорошо.

Я сразу понял, что это сигнал свыше, спросил телефон тренера по гвоздестоянию, позвонил ей и узнал, что практика будет как раз завтра. Так мы познакомились с Анастасией.

Еле-еле дождался следующего дня, и побежал на эту практику, как будто за мной гонятся.

Жена меня не могла узнать, так как я даже на пляже, по песку стараюсь в тапочках ходить, а тут решил встать на гвозди.

Пришёл на практику. Кстати, я был единственным мужчиной из учеников. И сразу же началась магия, тренер Анастасия с помощью ситуационных карт помогла сформировать запрос: для чего мы это делаем, зачем нам эти «подвиги». Потом были физические упражнения под определённую му-

зыку.

Меня «накрыло» ещё в ожидании восхождения на гвозди, вы не представляете, сколько из меня вышло боли, переживаний и страданий.

Своим состоянием я даже удивил тренера, Анастасия спрашивала:

– Да кем вы работаете, Владимир?

Когда пришёл черёд вставать на гвозди, я уже чувствовал себя прекрасно, появились легкость и желание жить.

Грамотный тренер может помочь человеку еще до восхождения на гвозди, а сам момент стояния на гвоздях Анастасия сопровождает добрыми и мотивирующими словами и напоминает о запросе к Вселенной. Всё время, пока стоял, я чувствовал поддержку своего тренера Анастасии, это очень важно.

Когда сошёл с гвоздей – я был совсем другим человеком, как будто что-то переключилось во мне, и я перешёл на новый уровень бытия.

С тех пор мы приезжаем к нашему тренеру Анастасии в гости и на её занятия. Купили доски домой и стоим с женой сами и дома, и на пляже, и в лесу. С того первого занятия жизнь идет в гору...

То первое занятие с заботливым тренером Анастасией Березной я запомнил на всю жизнь, это был перекрёсток моей судьбы – в лучшую сторону.

Низкий поклон всем тренерам по гвоздестоянию за их

служение людям и Всевышнему!!!



Зачем стоять?

Причины, вследствие которых люди приходят на гвозди различны, но чаще всего люди приходят ко мне на практику с запросами по отношениям со своей второй половинкой.

Наверное, настоящая первопричина в том, что я сама пе-

режила непростую историю развода, восстановилась, и ко мне чаще идут именно за этой помощью, по аналогии.

Точка невозврата

Девушка, которая ходит на практики нечасто, но регулярно, говорит, что после практики где-то около месяца ощущает подъём сил, вдохновение, в продолжение второго месяца идет некоторый спад, а ближе к третьему месяцу, происходит возврат в то состояние, в котором она приходила на практику.

Снова приходит на практику, по новой ощущается вдохновение, подъём, словом, вся эта история состояний повторяется...

Гвозди – это честность, это полная откровенность с самим собой. Когда встаёшь на гвозди, проявляется то, что тщательно от себя скрывал.

На гвоздях проявляется наша тёмная сторона – то, что мы в себе не принимаем, боимся принять, и поэтому теряем энергию.

На самом деле, про «тёмную сторону» души – у нас появляется очень много энергии, когда мы принимаем себя такими, какие мы есть, без купюр и оговорок, учимся трансформировать разрушительные силы в себе в энергии созидания, мы становимся сильнее и гармоничнее.



Случай из практик

Однажды на практику пришла женщина. Её мужчина хотел, чтобы она изменилась – стала более спокойной, домашней, перестала быть слишком энергичной.

Но это не было её желанием, и сила внешнего влияния, влияния супруга, сковывала её волю. Возник внутренний

конфликт, когда то, что хочется, не может быть реализовано. Это привело к потере личной энергии, утрате смыслов и целей.

После практики женщина поняла, что не хочет быть спокойной, тихой, и сдержанной, хочет быть живой, энергичной, чувствующей, хочет проживать свои эмоции без оглядки: как чувствуется, так и живётся.

И ещё случай из практик

На практике была женщина, которая любила общаться с мужчинами на грани флирта, но это общение, как выяснилось, не нравилось её мужу.

Женщина решила, что нужно прекратить такой уровень общения, сама себе сказала, что хочет быть больше в семье, не позволять даже намёков на флирт.

Через короткий период она ушла в депрессию, в ней словно что-то выключили...

После практики она позволила быть этой части себя, разрешила принять себе эту свою сторону – и практически сразу энергия вернулась, снова возник интерес к жизни.



Ко мне приходят с разными запросами, бывает, что приходят на практику и говорят:
–Я хочу умереть.

Мы разговариваем, делаем расстановки, затем стоим на гвоздях, и после практики гвоздестояния они говорят, что хотят жить.

Видят цвета по-другому, воспринимают небо, облака, зелень деревьев и цветов, запах дождя и свежести – весь огромный окружающий мир, более ярким.

Они наполняются, начинают чувствовать. После гвоздей люди словно просыпаются ото сна, высвобождается уйма своей личной энергии, и они наконец начинают жить.

Полной жизнью.



О Таро

Я провела более 1000 успешных консультаций при помощи данного инструмента!

Таро – это не просто карты с картинками, это целый мир, глубокий и практически бездонный. При помощи таких карт можно разобраться с внутренними проблемами, уви-

деть свои страхи и блоки, свои сильные и слабые стороны, работать с подсознанием.

Гвозди и метод системных расстановок

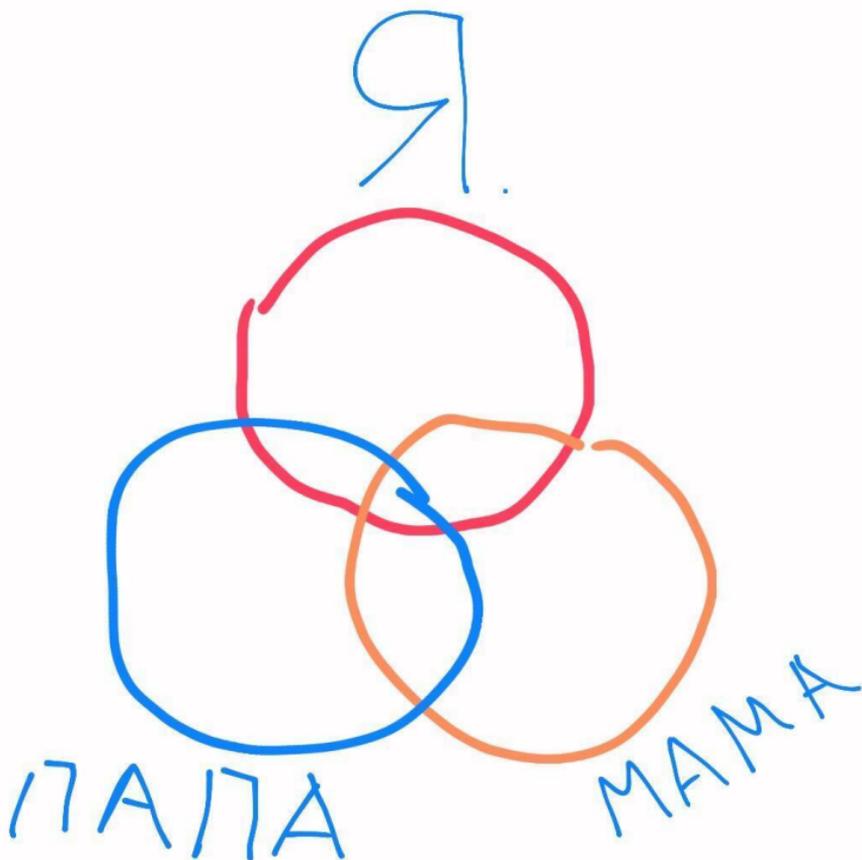
Мы приходим в мир через семью, у каждого из нас есть мама и папа.

Мы все связаны невидимыми нитями с каждым членом нашей семейной системы и больше того – с каждым предком, со всеми членами нашего большого РОДа!

Когда с одним из нас что-то происходит, все остальные РОДственники чувствуют это в глубине души!

РОДные люди могут не только помогать, но и мешать, накапливая внутрисистемную боль, обиды, страхи, слёзы, секреты, тайны, традиции, и многое другое – за долгие годы, и даже столетия.

И пока мы не согласимся с тем, что было, или пока мы не примем наших РОДителей такими, какие они есть – Мы не сможем наладить порядок в собственной жизни! Вот к этому принятию я и подвожу людей с помощью своих практик стояния на гвоздях и метода системных расстановок.



Вопрос-ответ

–Надо ли мне стоять на гвоздях?

–Если вы уже меня спросили об этом, то мой ответ – однозначно, ДА!

–Сколько необходимо стоять на гвоздях?

–Каждый человек индивидуален, и абсолютно у каждого своя скорость, вы можете простоять с первого раза 40 минут,

а можете 10 секунд, всё зависит от вас, вашей чувствительности и истинности вашего намерения – сколько бы вы не простояли, польза в этом есть, абсолютно точно!

–Что мне могут дать гвозди?

–Во-первых, это хорошее самочувствие и повышение общего тонуса организма, во-вторых, снятие блоков, страхов и ограничений в отношении вашего намерения, в-третьих, это проработка отношений с конкретным человеком – с родителями, супругами и другими людьми, в-четвёртых, это просто здорово, ведь вы обретёте потерянное чувство радости жизни.

–Могу ли я купить гвозди и сам стоять на них?

–Можете, но, скорее всего, почувствовав первый раз боль, вы просто забросите их и больше не захотите этого делать, именно поэтому, в первый раз лучше всего вставать на гвозди с опытным проводником, который покажет вам, что вы можете.



Совет эксперта

Гвоздестояние – это очень часто или даже всегда про проживание всех тех эмоций, которые блоками, или слоями, огромными каменными пластами копятя в нас в течение жизни и мешают двигаться вперёд: строить гараж или новые отношения, менять работу или вообще не работать, заниматься творчеством, общаться с нашими детьми, или родителями, или просто с теми, с кем хочется, и не общаться, с кем не хочется.

Энергия, которая высвобождается, благодаря гвоздестоянию, позволяет нам выговорить, проорать, и выплакать всё то, что мешает...

И потом приходят спокойствие, гармония, а с ними – огромная уверенность в собственных силах!

И творчество...



ВНУТРИ СЕБЯ...

Я создаю себя сама,

Уже не слушаю подсказки.
Дорога пусть и тяжела,
Но всё же жизнь бывает сказкой!

#

Лишь надо мысли поменять,
Сказать «пока» тому, что было.
Внутри себя всё покопать,
Достать наверх всё, что отжило.

#

И трудно сделать это нам,
Не многим это удаётся!
Но кто решится – тем судьба
Однажды точно улыбнётся!

Послесловие

Вы завершили чтение следующей книги «Историй Экспертов», ставших участниками просветительского проекта «Эволюция Садху».

Это не просто серия книг, это полномасштабный и продолжительный процесс обучения. Это, по сути дела, наставничество и развитие, и, конечно же, это пространство силы, пространство энергии. И да, там, и здесь, и всегда – где-то рядом есть доска Садху.

2023 год, Людмила и Алексей Семушевы, Пятигорск