



500 mg



АЛЬМАНАХ ГВОЗДЕТЕРАПИИ

— 9 противопоказаний —



Перед применением
Проконсультируйтесь с гвоздотерапевтом

Людмила и Алексей Семушевы



**Алексей Семушев
Людмила Семушева**

Альманах Гвоздетерапии: 9 противопоказаний к практикам

<https://litres.ru/74315139>

SelfPub; 2026

Аннотация

Почему практика на гвоздях подходит не всем? И какие противопоказания существуют помимо медицинских?

В этом выпуске Людмила и Алексей Семушевы рассматривают девять состояний и установок, которые могут мешать практике: от неготовности менять свою жизнь, зависти и неспособности доводить начатое до конца до нарушения границ, нечестности и отсутствия ответственности со стороны мастера.

Реальные наблюдения авторов помогают взглянуть на гвоздетерапию осознанно — как на практику, требующую ответственности, честности и уважения к себе и другим.

Важно: информация носит ознакомительный характер и не заменяет консультацию врача. Перед практикой необходимо проконсультироваться со специалистом. ЛитРес не несёт ответственности за последствия применения информации, содержащейся в книге.

Алексей Семушев, Людмила Семушева Альманах Гвоздетерапии: 9 противопоказаний к практикам

Предисловие

Гвоздетерапия — это не просто стояние на доске с гвоздями. Это встреча с самим собой, которая либо меняет всё, либо оставляет тебя наедине с иллюзией, что ты что-то сделал.

Смысл гвоздепрактик в том, что они не лечат — они проявляют. Гвозди не убирают боль, они показывают, откуда она взялась. Они не дарят здоровье, они заставляют тело вспомнить, что здоровье — это норма. Они не улучшают характер, они вытаскивают наружу всё, что ты прятал: страхи, обиды, зависть, лень, гордыню. И в этом их главная сила и главная опасность.

Когда человек впервые встаёт на доску Садху, он ожидает, что его «пригвоздят» — и станет легче. Но гвозди работают иначе. Они усиливают то, что есть. Если внутри — пустота, они покажут пустоту. Если внутри — злость, они разожгут её. Если внутри — желание меняться, они дадут энергию для

этого. Гвозди — это не волшебная палочка, а зеркало. И если ты не готов смотреться в это зеркало честно, лучше не вставай.

Мы, Людмила и Алексей Семушевы, провели множество садху-сессий. Видели людей, которые после первой практики становились свободными, и тех, кто после десятой разочаровывался и уходил в обиду. Не потому, что гвозди плохие. А потому, что они — не для всех. Точнее, точно не для тех, кто ищет лёгких путей.

Этот альманах — не про технику. Технику мы описывали в других книгах. Этот выпуск альманаха — про препятствия, которые возникают внутри человека до того, как он ступит на доску. Это противопоказания, о которых молчат в рекламных буклетах. Их не найти в медицинских списках. Они — в голове, в сердце, в привычках. И если хотя бы один из этих пунктов про вас — отложите доску. Сначала разберитесь с собой. Иначе гвозди не помогут, а только навредят. И вам, и тем, кто будет рядом.

В этом выпуске мы разобрали девять таких состояний. Каждое — как красный флаг. Если вы узнали себя — не спешите с практикой. Подумайте. Может быть, вам сначала нужно пройти другой путь. А если вы мастер, этот альманах поможет вам распознавать таких клиентов и не брать на себя чужой груз, который вы не сможете понести.

Гвозди — это серьёзно. Относитесь к ним серьёзно. И тогда они ответят тем же.

Вы читаете свежий (свежайший) альманах гвоздетерапии - выпуск первого в России периодического издания, посвящённому примерам из гвоздепрактик.

Противопоказания к практикам гвоздетерапии

Прежде чем ступить на доску Садху, каждый должен задать себе один вопрос: а точно ли мне можно? Не в смысле «достаточно ли я смелый» или «хватит ли силы воли». Вопрос в другом: не навредит ли это моему здоровью — физическому и психическому?

Гвоздетерапия — практика мощная. Но мощь эта работает в обе стороны. Если у вас есть противопоказания, гвозди не помогут, а усугубят. И чем дольше вы будете это игнорировать, тем серьёзнее будут последствия.

Медицинские противопоказания: когда гвозди — под запретом

Начнём с того, что гвоздетерапия официально не является медицинской процедурой в России, во многих других странах мира. Это — практика. Оздоровительная, духовная, психологическая, телесная — называйте как хотите. На стопах действительно есть множество нервных окончаний и рефлексогенных зон, проекций внутренних органов. Гвозди могут на них воздействовать. Но это не лечение. Это стимуляция. И она подходит далеко не всем.

Категорически нельзя вставать на гвозди при следующих состояниях:

1. Сердечно-сосудистые заболевания. Гипертония, ане-

вризмы, недавние инфаркты или инсульты (менее шести месяцев назад), сердечная недостаточность. Когда человек встаёт на гвозди, организм воспринимает это как угрозу. Активируется стрессовая система, выбрасываются адреналин и кортизол, повышается давление, учащается пульс. Для здорового человека это — тренировка. Для сердца с проблемами — риск.

2.Беременность и период кормления грудью. Гвозди могут спровоцировать повышение тонуса матки. Реакция организма на практику непредсказуема, а рисковать в этот период нельзя.

3.Онкологические заболевания. Стимуляция кровотока и обменных процессов может ускорить рост опухолей или метастазирование. Это не теория — это реальный риск.

4.Эпилепсия и психические заболевания. Сильный болевой стресс может спровоцировать приступ. Особенно это касается шизофрении, суицидальных синдромов, аутизма.

5.Нарушения целостности кожи на стопах. Ранки, трещины, высыпания, грибок, бородавки — всё это открытые ворота для инфекции. Гвозди не стерильны, даже если их обрабатывают. А если на стопе есть повреждение, давление гвоздя может его усугубить.

6.Тяжёлые формы варикозного расширения вен и тромбоз. Ускорение кровотока при застойных явлениях и тромбах — прямая дорога к осложнениям.

7.Сахарный диабет тяжёлой степени, особенно с диабетическими

ческой нейропатией. Нарушение чувствительности в ногах означает, что человек может не почувствовать травму. А заживает у диабетиков всё плохо.

8. Недавно перенесённые операции (до года). Ускорение циркуляции жидкостей может спровоцировать кровотечение в зоне операции.

9. Острые воспалительные процессы, лихорадка, любые интоксикации. Организм и так борется. Добавлять ему стресс — неразумно.

10. Приём сильнодействующих лекарств. Особенно если это психотропные препараты или средства, влияющие на сердечно-сосудистую систему.

11. Критические дни у женщин. Не потому, что «это грязно». А потому, что организм в этот период ослаблен, болевой порог изменён, реакция на стресс может быть непредсказуемой.

12. И, разумеется, алкогольное или наркотическое опьянение — даже не обсуждается.

А что говорит наука?

Скажем прямо: официальных доказательств эффективности гвоздетерапии в формате рандомизированных клинических исследований в Европе нет. Сама практика вообще никогда не изучалась серьёзно. То, что есть — это либо наблюдения, либо данные смежных областей: иглорефлексотерапии, акупунктуры, теории стресса Ганса Селье.

Но отсутствие доказательств не значит отсутствие эффек-

та. Это значит, что эффект не подтверждён научно. И каждый, кто встаёт на гвозди, делает это на свой страх и риск.

Именно поэтому Китай давно и уверенно превзошёл страны Европы и США по продолжительности жизни. Там эти техники применяются уже не одно тысячелетие. И даже не два...

Однако, мы всегда говорим: перед практикой проконсультируйтесь с врачом. Это не формальность. Это необходимость.

Важный момент. В России гвоздетерапия не является медицинской услугой. Она не включена ни в один перечень медицинских специальностей, не регулируется Минздравом, не имеет лицензий и сертификатов государственного образца.

Гвоздетерапевт — это не врач. Он не ставит диагнозов, не назначает лечения, не несёт ответственности за ваше здоровье так, как её несёт врач. Он — проводник. Наставник. Мастер. Но не доктор.

Если вы хотите официальной, признанной государством практики воздействия на точки — вам не сюда. В России есть физиотерапия, рефлексотерапия, иглоукалывание. Это — медицина. Там работают врачи. Там есть лицензии, стандарты, протоколы.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.