

# МИЦИАР Аииллиисс

## СЛОУЛЛИНГ, 21 день

### *типовая программа*

(заезд в воскресенье)

#### **нулевой день (воскресенье)**

трансфер из из Ялты/Симферополя, поселение  
беседа-знакомство  
вводная лекция о песенных медитациях + песенная медитация

#### **1-ый день (понедельник)**

Блок 1.1. коллективный труд  
Блок 1.2. песенная медитация у костра или в шатре  
Блок 1.3. лекция "Айфааровский образ жизни", часть 1  
Блок 1.4. семинар "Основы Медитации. Медитация на Коды + практика"

#### **2-ой день (вторник)**

Блок 2.1. коллоквиум "Ииссиидиология"  
Блок 2.2. лекция "Аксиоматика Ииссиидиологии", часть 1  
Блок 2.3. семинар "ПУИН", часть 1  
Блок 2.4. лекция "Айфааровский образ жизни", часть 2  
Блок 2.5. медитация-релаксация

#### **3-ий день (среда)**

Блок 3.1. коллективный труд  
Блок 3.2. песенная медитация у костра или в шатре  
Блок 3.3. лекция "Структура личности", часть 1  
Блок 3.4. семинар "Айфааровский самоанализ", часть 1  
Блок 3.5. медитация-релаксация

#### **4-ый день (четверг)**

Блок 4.1. медитация  
Блок 4.2. лекция "Аксиоматика Ииссиидиологии", часть 2  
Блок 4.3. практика "Работа с негативными состояниями через ассоц. образы"  
Блок 4.4. семинар "ПУИН", часть 2  
Блок 4.5. лекция "Структура личности", часть 2  
Блок 4.6. песенный вечер  
Блок 4.7. вечерний самоанализ

ТИПОВАЯ 21-ДНЕВНАЯ ПРОГРАММА

## 5-ый день (пятница)

- Блок 5.1. коллективный труд
- Блок 5.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 5.3. практика "Диалог с самим собой"
- Блок 5.4. визуализация "Качественный Образ Себя"

## 6-ой день (суббота)

- Блок 6.1. медитация
- Блок 6.2. субботник
- Блок 6.3. субботний обед и выступления
- Блок 6.4. итоги недели
- Блок 6.5. баня, отдых, общение

## 7-ой день (воскресенье)

- Блок 7.1. день отдыха, совместный досуг, поездки, выезды на море

## 8-ой день (понедельник)

- Блок 1.1. коллективный труд
- Блок 1.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 1.3. семинар "ИнтАльт-модель", часть 1
- Блок 1.4. лекция "Аксиоматика Иисиидиологии", часть 3
- Блок 1.5. медитация-релаксация

## 9-ый день (вторник)

- Блок 2.1. коллоквиум "Иисиидиология"
- Блок 2.2. семинар "Работа с целями и образом Себя", часть 1
- Блок 2.3. семинар "ПУИН", часть 3
- Блок 2.4. лекция "Структура личности", часть 3
- Блок 2.5. медитация на Код

## 10-ый день (среда)

- Блок 3.1. коллективный труд
- Блок 3.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 3.3. лекция "Аксиоматика Иисиидиологии", часть 4
- Блок 3.4. вечерний самоанализ
- Блок 3.5. медитация-релаксация

## 11-ый день (четверг)

- Блок 4.1. медитация
- Блок 4.2. лекция "Аксиоматика Иисиидиологии", часть 5
- Блок 4.3. практика "Работа с целями и образом Себя", часть 2
- Блок 4.4. семинар "ИнтАльт-модель", часть 2
- Блок 4.5. песенный вечер
- Блок 4.6. медитация-релаксация

ТИПОВАЯ 21-ДНЕВНАЯ ПРОГРАММА

## **12-ый день (пятница)**

- Блок 5.1. коллективный труд
- Блок 5.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 5.3. практика "Семь шляп мышления"
- Блок 5.4. семинар "Вспомогательные механизмы перефокусировок"

## **13-ый день (суббота)**

- Блок 6.1. субботник
- Блок 6.2. субботний обед и выступления
- Блок 6.3. итоги недели
- Блок 6.4. баня, отдых, общение

## **14-ый день (воскресенье)**

- Блок 7.1. день отдыха, совместный досуг, поездки, выезды на море
- Блок 7.2. практика "Аналитический просмотр и разбор фильма"

## **15-ый день (понедельник)**

- Блок 1.1. коллективный труд
- Блок 1.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 1.3. лекция "Аксиоматика Иисиидиологии", часть 6
- Блок 1.4. семинар "ПУИН", часть 4
- Блок 1.5. медитация-релаксация

## **16-ый день (вторник)**

- Блок 2.1. коллоквиум Иисиидиология
- Блок 2.2. практика "Работа с целями и образом Себя", часть 3
- Блок 2.3. семинар "ИнтАльт-модель", часть 3
- Блок 2.4. семинар "ПУИН", часть 5
- Блок 2.5. медитация-релаксация

## **17-ый день (среда)**

- Блок 3.1. коллективный труд
- Блок 3.2. песенная медитация у костра или в шатре
- Блок 3.3. лекция "ЦНС, Мозг"
- Блок 3.4. семинар "ПУИН", часть 6
- Блок 3.5. вечерний самоанализ
- Блок 3.6. медитация-релаксация

## **18-ый день (четверг)**

- Блок 4.1. семинар "ИнтАльт-модель", часть 3
- Блок 4.2. лекция "Аксиоматика Иисиидиологии", часть 7
- Блок 4.3. практика "Работа с целями и образом Себя", часть 4
- Блок 4.4. лекция "ДНК, гормоны"
- Блок 4.5. песенный вечер
- Блок 4.6. визуализация "Качественный Образ Себя"

ТИПОВАЯ 21-ДНЕВНАЯ ПРОГРАММА

## **19-ый день (пятница)**

Блок 5.1. коллективный труд

Блок 5.2. песенная медитация у костра или в шатре

Блок 5.3. ИТОГИ слоуллинга

Блок 5.4. подготовка к празднику, репетиции, отдых, общение

## **20-ый день (суббота)**

Блок 6.1. субботник

Блок 6.2. праздничный обед и выступления

Блок 6.3. баня, отдых, общение

## **21-ый день (воскресенье)**

Блок 7.1. день отъезда, совместный досуг, выезды на море

Блок 7.2. трансфер в Ялту/Симферополь

ТИПОВАЯ 21-ДНЕВНАЯ ПРОГРАММА