

Авторская программа Жанны Завьяловой - кандидат психологических наук (диссертация защищена в МГУ в 2000 г), клинический психолог (кафедра нейро- и патопсихологии МГУ), автор и руководитель международного проекта ICBT (с 2003 года), предпринимательница, автор ряда книг и бизнес-игр.

Цели программы:

1. Осознать свою душу и ее запросы в этой жизни. Сфокусировать внимание на персональном пути души и его реализации самым наилучшим образом
2. Увидеть что заслоняет Душе ее реализацию и освободиться от этих заслонов. Жить жизнь душой
3. Осознать роль божественного в своей жизни, наладить/улучшить персональную связь с Божественным
4. Получить знания о том, как устроен внутренний мир человека и как он влияет на нашу судьбу.
5. Получить практики сотворения своей судьбы в соответствии с замыслом души.

Тема 1: Рождение:

- 1.1. Как наше рождение влияет на всю нашу последующую жизнь
- 1.2. Четыре матрицы Станислава Грофа. Что это? Как они были открыты? Как они влияют на наше восприятие мира?
- 1.3. Если наши матрицы положительные, то как этим воспользоваться в творении своей судьбы?
- 1.4. Если некоторые наши матрицы отрицательные, то как их проработать, чтобы они не мешали нашему счастью?

Тема 2. Жизнь:

- 2.1. требования общества к нашей жизни и деятельности
- 2.2. Стереотипы, культурные коды, ограничивающие убеждения и как выйти за их пределы?
- 2.3. потребности тела, амбиции Эго и ценности Души - как все это подружить и уравновесить?
- 2.4. Мышление дуальное, плоскостное, объемное и какое- восприятие реальности создает каждое из них?
- 2.5. Наше предназначение и смысл жизни - как осознать и можно ли придумать?
- 2.6. Как и зачем ставить цели за пределами одной жизни?

3. Смерть:

- 3.1. Смерть как конец всего или как переход?
- 3.2. О вечной жизни сознания. Что там после смерти? - с точки зрения различных религий и с точки зрения исследований трансперсональной психологии
- 3.3. Нужно ли готовиться к смерти? И если да, то как?

Тема 4. Божественное

- 4.1. Структура Божественного (по индуистской традиции)
- 4.2. Божественное как исцеляющая метафора (по гештальт-психологии)
- 4.3. Высшие качества божественного. Как с ними строить отношения и какие ограничивающие убеждения закрывают от нас эти аспекты Бога
 - 4.3.1. Высшая Любовь
 - 4.3.2. Высший Учитель
 - 4.3.3. Высший Друг
 - 4.3.4. Сарва Антарьями (или Ангел-Хранитель)

Тема 5. Свобода воли и карма

- 5.1. Карма, причинно-следственные связи и условные рефлексы по Павлову - общее и отличия
- 5.2. Крийя и свобода воли
- 5.3. Рок, судьба и творчество - что нам предначертано, а что в наших руках и зависит от нас?

Тема 6. Счастье как качество жизни

- 6.1. Счастье на разных уровнях:
 - 6.1.1. нейро-физиологический
 - 6.1.2. смысловой и ценностный
 - 6.1.3. общественный
 - 6.1.4. философско-мировоззренческий
- 6.2. Как проживать и отпускать тяжелые эмоциональные состояния

Тема 7. Мозг как биологический компьютер

- 7.1. Как дрессировать мозг на поддержание ресурсных состояний
- 7.2. Какие высшие психические функции умирают со смертью мозга
- 7.3. О бессмертии души и сознания (в чем разница между ними?)

Тема 8. Персональная судьба как произведение искусства, которое мы создаем как творцы-художники.

- 8.1. Красота, эстетика судьбы
- 8.2. Роль этике в судьбе
- 8.3. Жизнь как игра и судьба как выбор игры
- 8.4. Семь типовых сценариев судьбы. Примеряем на себя.
- 8.5. 8й сценарий, где судьба - новый жанр искусства, наравне с архитектурой, скульптурой, живописью, литературой, поэзией, музыкой

Результат:

- 1. Вы вспомните истинного себя (свою бессмертную часть).
- 2. Получите культуру того, как жить жизнь душой. И это совершенно безопасно
- 3. Вы сохраните за собой свободу выбирать, что вам взять с тренинга в свою ежедневную реальность, что использовать в исключительных случаях, а что пока «отложить пол запас»
- 4. Все темы подаются не директивно, в дискуссионном формате и на уровне гипотез «Как если бы...». Принимаются или отвергаются каждым участником индивидуально на основе собственного экзистенциального опыта, получаемого в ходе данного тренинга