**План – график занятий факультета здоровья по программе**

**ОТ ДУХОВНОГО ЗДРАВИЯ К ТЕЛЕСНОМУ на 2017 год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | РУКОВОДИТЕЛЬ СВЯТОДУХОВСКОГО ЦЕНТРА иеромонах СерафимП АСТЫРЬ ФАКУЛЬТЕТА иерей Игорь |  |
| РАБОЧАЯ ГРУППА |  СОВЕТ ФАКУЛЬТЕТА. |   |
| ДАТА | ТЕМА ЗАНЯТИЯ | ВРЕМЯ И МЕСТО ЗАНЯТИЙ |
| **Февраль**В плане – поездка в Оптину Пустынь |  |  |
| **08 февраля** | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря II ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Рассмотрение и обсуждение программы работы факультетаIII ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Практические навыки поведения и помощи в экстремальных ситуациях.  | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| **15 февраля** | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыряЖертва хвалы – стяжание ходатаев перед Богом: Страстотерпец Евгений Боткин II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Возрадуемся! Одна душа дороже всей Вселенной. Цель жизни православного христианина. Смысл послушания- послушливый велик пред Богом. Старец Силуан. Епископ Павел Ивановский. Устав жизни. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияМитрополит Серафим Чичагов . Вехи жизни. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| **22 февраля** **Дыхательная гимнастика** | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря. Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 1-й заповеди.II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Устав жизни православного христианина. «От святой купели до гроба». Епископ Павел Ивановский о звании и обязанностях христианина. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияОсновы метода лечения Серафима Чичагова. Школа лечения Сергея Петровича Боткина | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| **Март** |  |  |
| 01 марта**Позвоночник - гимнастика** | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря. Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 2-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Чтение слова Божия – график. «Слова, которые говорю я вам, суть дух и жизнь. (Ин.1.63) III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. Частные вопросы лечебника Серафима Чичагова: - вещества и растения, используемые в системе. Улучшение свойств крови. |  |
| 15 мартаПриемы точечного массажа | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря. Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 3-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Жизнь православного христианина в миру. Любовь к ближним. Всех ли нужно одинаково любить? Иоанн гл.13 «…Заповедь новую даю вам, да любите друг друга… о сем разумеют все, яко мои ученицы есть, аще любовь имате между собою»  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ. Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. Частные вопросы лечебника Серафима Чичагова: - лекарства, дозы. Их влияние на кровоснабжение. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 22 мартаДыхательная гимнастика | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря.Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 4-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Семья, воспитание детей. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ. Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. Частные вопросы лечебника Серафима Чичагова: Правила приема лекарств в аллопатии и гомеопатии | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 29 мартаГимнастика для позвоночника | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыряАкафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 5-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Обязанности перед обществом и обязанности к Отечеству. Обязанности перед самим собой. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. Частные вопросы лечебника Серафима Чичагова: Об восстановлении правильного кровоснабжения. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| **Апрель** |  |  |
| 05 апреля7 дел милости внешних и внутренних | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 6-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Забота о телесном здравии – мера. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов Приготовление лекарств. Практика. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 12 апреляПрактика приготовления растворов | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыряАкафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 7-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Приготовление к смерти. Поведение во время болезни. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Главные лекарственные средства – сосна, скипидар. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
|  | **Пасха Христова 16 апреля** |  |
| 19 апреляПрактика приготовления растворов | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыряАкафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 8-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими от меня искренний совет: как найти духовника. Слово о духовном отце. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий.С. Чичагов: главные лекарственные средства Береза, Ива, Тополь. |  |
| 26 апреля В плане посадка лечебного сада | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 9-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими от меня искренний совет: как вести себя по отношению к Господу. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – главные лекарственные средства, практическое использование: Эвкалипт – Можжевельник, Туя, Дуб.  | 15.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| **Май** |  |  |
| 03 маяПрактика приготовлениярастворов | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи против 10-й заповеди. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими от меня искренний совет: как вести себя по отношению к людям. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: Вяз, Алое, Ороешник. | 15.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 10 маяПрактика приготовления | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи , истязуемые на мытарствах II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими искренний совет, как вести себя в различных жизненных обстоятельствах (в счастье, при изобилии благ мирских, в несчастье, если тебя ненавидят, когда хвалят, хулят)  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: камфорное дерево, гранатовое дерево. | 15.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 17 маяПрактика использования | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи особо-тяжкие и богопротивные. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими искренний совет, как вести себя в различных жизненных обстоятельствах: когда видишь злое, худое, при множестве мирских дел. Как организоваться. Труд и отношение к нему, распределение времени, настроение ума и сердца. Полюби простоту.  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: хвойник, ломонос, рута, душистая, лавандула, хмель. |  |
| 24 маяВ плане поездка в Белогорский монастырьПрактика использования | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи хулы на Духа Святаго. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Прими искренний совет: страсти сердца лишают благодати Божией. Пути преодоления. Послушание, его роль и смысл.  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: Подсолнечник, вереница, тысячелистник, ирис, баранья трава, ромашка. |  |
| 31 маяПрактика использования | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист и тропари 12 двунадесятых праздников. Исповедую грехи, Батюшка. Грехи вопиющие на небо об отмщении о них. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Страсти сердца: да будет воля Твоя! Чтобы жить долголетно.III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: зверобой, золотушник, сальный корень, крапива, переступень. |  |
| Июнь |   |  |
| 07 июняПрактика использования | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист и тропари 12 двунадесятых праздников. Вегетарианство и его отличие от православного постаII ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Врата к Богу: есть смирение. Советы по обретению смирения.  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: черемша, подорожник, тыква, земляная груша, очанка, петрушка, кувшинка, цикорий. |  |
| 14 июняПрактическое использования | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Псалмопение. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Чем больнее, тем целительнее. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов: Характеристика растений – лекарство и показания, практическое использование: сера, бура, кремнезем. | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
| 21 июня | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. Можно ли создать рай на земле. Кризис безбожия. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Цель подвижничества. Трезвление духовное. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов о лечении болезней: ревматизм, тиф сыпной, рожа, оспа. |  |
| 28 июня | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. На пороге вечности – думы на смертном одре. III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов о лечении болезней: грипп, свинка, брюшной тиф, дизентерия. Холера. | **15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор**16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский» |
|  |  |  |
|  | ПЕРЕРЫВ НА ЛЕТО |  |
| СЕНТЯБРЬ | I ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Лечение пособиями церкви – псалмами и молитвамиС 15 часов в Свято-Троицком соборе. При окормлении братии монастыря Акафист. II ЧАСТЬ Шаг к духовному здравию. Скрытое действие демонических сил. Наставления святителя Тихона Задонского.  III ЧАСТЬ ЗАНЯТИЯ Монастырская здравница. Опыт православияПрактика применения лечебных пособий. С. Чичагов о лечении болезней органов кровообращения, сердца, сосудов (артерий и вен) | 15.00-16.00 Свято-Троицкий Собор16.00-18.00 ДПЦ «Святодуховский»  |