

სავარჯიშო 2.3. – ცხოვრების ფილოსოფია

საგანმანათლებლო მიზანი:

მოსწავლეები აცნობიერებენ, რომ ღირებულებებს პრაქტიკული მნიშვნელობა აქვთ.

რესურსები:

პოსტერზე ან დაფაზე დატანილი ცხოვრების სხვადასხვა სტილის ჩამონათვალი.

მსვლელობა

1. მოსწავლეები აფასებენ თითოეულ „ცხოვრების სტილს“ შემდეგი სკალის მიხედვით:

- 7 – ძალიან მომეწონა
- 6 – მომეწონა
- 5 – საკმაოდ მომეწონა
- 4 – არა მაქვს გარკვეული დამოკიდებულება
- 3 – არ დამაინტერესა
- 2 – არ მომეწონა
- 1 – საერთოდ არ მომეწონა.

2. მასწავლებელი სთხოვს მოსწავლეებს, შეუდარონ საკუთარი შეფასებები ერთმანეთის შეფასებებს წყვილებში ან სამ-ოთხკაციან ჯგუფებში.

გაგრძელება

მოსწავლეები თავად აღწერენ ცხოვრების იდეალურ სტილს (ისინი უნდა მოერიდონ საკუთარი ამჟამინდელი ცხოვრების სტილის აღწერას). არკვევენ, რა წინააღმდეგობები იჩენს თავს მათ მიერ აღწერილ ცხოვრების იდეალურ სტილსა და მათ მიერვე არჩეულ ღირებულებებს შორის.

მასალა

(იხ. შემდეგ გვერდზე)

ცხოვრების სხვადასხვა სტილი

1. ცხოვრებაში საჭიროა შემდეგი: თავდაჭერილობა, ინტელექტი, უკიდურესობებში ჩავარდნისგან თავშეკავება, მეგობრობა, თვითკონტროლი, დისციპლინა, წინდახედულობა, კარგი მანერები და გარკვეული ტრადიციებისადმი პატივისცემა.
2. ცხოვრებაში მთავარია ინდივიდუალური და ინტელექტუალური თავისუფლება; მატერიალური და ფიზიკური სამყაროსადმი გულგრილი დამოკიდებულება უნდა გქონდეს.
3. ცხოვრებაში მნიშვნელოვანია მძაფრი ემოციები, სიყვარული, ერთგულება, საკუთარი ინტერესებისა და ვნებების კონტროლი, სხვებისადმი გულღია დამოკიდებულება. თავდაჯერებულობას, ძალაუფლებისადმი ლტოლვას და ეგოტიზმს/თავზე გადაჭარბებულ წარმოდგენას/ არ უნდა ენდო და დაემორჩილო.
4. დატკბე ცხოვრებით, გაცილებით უფრო მნიშვნელოვანია, ვიდრე ეცადო, შეცვალო მსოფლიო: უარი ვთქვათ ეთიკაზე, დისციპლინასა და თავგანწირვაზე; ადამიანებთან ურთიერთობა საჭიროა, მაგრამ დროდადრო უნდა განმარტოვდე
5. აუცილებელია, შენი წრე გყავდეს და ადამიანებთან დაახლოვდე დამეგობრების განზრახვით. ცხოვრებაში მნიშვნელოვანია ადამიანებთან ურთიერთობა და მოქმედება, ასევე მნიშვნელოვანია, უარი თქვა საკუთარ ფიქრებთან განმარტობასა და განდეგილობაზე, მატერიალურ ინტერესებზე. დადებითი ემოციების გაცემა და სიხარულის სხვებთან ერთად გაზიარება არის საუკეთესო, რაც შეიძლება ცხოვრებისგან მიიღო.
6. ადამიანი უნდა იყოს აქტიური და არ გაურბოდეს არანაირ ფიზიკურ დატვირთვას, მუდმივად იკვლევდეს სამყაროს, სადაც ის ცხოვრობს, ეძებდეს ფიზიკურ შეგრძნებებს, უპირატესობას ანიჭებდეს მუშაობას, არ მიეცეს ფიქრსა და ოცნებებს, არ უნდა იზრუნოს კომფორტზე და არ უნდა იყოს თვითკმაყოფილი.
7. დღეები ერთმანეთს მისდევს, მაგრამ ყოველი მათგანი განსხვავებულია. ცხოვრების არსი ცვალებადობასა და ცვლილებებთან შეგუებაში მდგომარეობს. ყველა ადამიანი უნდა ცდილობდეს, არ გამოაკლდეს მნიშვნელოვან მოვლენებს და არ დარჩეს მათ მიღმა; და, რაც ყველაზე მნიშვნელოვანია, არ უნდა დაემონოს იდეებს.
8. ცხოვრებაში მნიშვნელოვანია მარტივი სიამოვნების ფორმები: კომფორტი, მეგობრობა, დასვენება, ჯანმრთელობა; უარი უნდა ვთქვათ მძაფრ, კომპლექსურ სიამოვნებებზე, უნდა გამოირიცხოს ამბიციაც და ფანატიზმი.
9. მთავარია, მზად იყო და შეგეძლოს თავისუფლად მიიღო სიამოვნებაც და წარმატებაც, რომელიც თავისთავად მოვა შენს ცხოვრებაში, დაელოდე!
10. აუცილებელია, ფლობდე კონტროლს საკუთარ თავზე, იყო ფხიზლად, უნდა გესმოდეს, რომ სამყარო ძლიერია და ადამიანის შესაძლებლობებს საზღვარი აქვს. უნდა იყო გულუხვი, მაგრამ არა უტოპისტი/მეოცნებე, იცხოვრე ღირსეულად და აკონტროლე საკუთარი თავი.
11. მედიტაცია აუცილებელია. სამყარო უსაზღვრო და აგრესიულია. სულიერება არის ცხოვრების არსი და მასთან ახლოსაც ვერ მოვა ამაო და მტკივნეული მატერიალური სამყარო, რომელზეც უარი უნდა ვთქვათ.
12. მოქმედება, მიზნების განხორციელება, გამოწვევების მიღება, შექმნა, შენება: ჩვენი სხეული, ხელები, კუნთები - ეს არის ჩვენი ცხოვრება. უარი უნდა ვთქვათ კეთილგონიერებაზე, კომფორტზე და რელაქსაციაზე.
13. ადამიანი შექმნილია მორჩილებისთვის. სხვებს უნდა გამოადგე, რათა პიროვნებად ჩამოყალიბდე. მიანდე თავი სამყაროს; იყავი თავმდაბალი, პრინციპების ერთგული, კეთილსინდისიერი, დამყოლი, ხათრიანი. მიიღე ის, რაც გეძლევა, სიკეთე თესე.