

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ,
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ
ЦЕНТР «БӨБЕК»**

САМОПОЗНАНИЕ

**УЧЕБНИК ДЛЯ 11 КЛАССОВ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ**

*Рекомендовано Министерством образования и науки
Республики Казахстан*

**Алматы
2020**

УДК 373.167.1
ББК 87.77я72
С 17

*Автор Программы нравственно-духовного
образования «Самопознание»
С. А. Назарбаева*

С17 Самопознание: Учебник для 11 кл. общеобразоват. шк. /
Г. А. Омарова, А. К. Рысбаева, Е. М. Лосева, А. Б. Сапарбаева. –
Алматы: ННПООЦ «Бөбек», 2020. – 172 с., ил.

ISBN 978–601–7960–48–3

Учебник для 11 классов общеобразовательных школ разработан на основе учебной программы обновленного содержания образования.

В учебнике излагается материал о смысле и значении для человека важнейших нравственно-духовных понятий.

УДК 373.167.1
ББК 87.77я72

ISBN 978–601–7960–48–3

© ННПООЦ «Бөбек», 2020

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ



МУДРЫЕ МЫСЛИ



ЧИТАЕМ И РАЗМЫШЛЯЕМ



УЧЕБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ



ЗАДАНИЯ



**ВОПРОСЫ И СИТУАЦИИ
ДЛЯ РАЗМЫШЛЕНИЯ И БЕСЕДЫ**



ТВОРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ



ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

Дорогие друзья!

Вы уже знаете, что предмет «Самопознание» отличается от остальных дисциплин школьного курса. На уроках самопознания мы познаем себя, то, что делает нас разными, индивидуальными и неповторимыми. Но самое главное – мы познаем то, что нас объединяет, независимо от возраста, цвета кожи, национальности. Это **вечные общечеловеческие ценности**, данные от природы каждому человеку.

Эти ценности, как зернышко, посаженное в землю, живут в сердце каждого человека. Для того чтобы зернышко превратилось в прекрасное растение, за ним необходимо ухаживать, поливать и выпалывать сорняки. Точно также необходимо ухаживать за своим сердцем, т. е. сохранять его в любви, очищать от сорняков гнева, обиды, зависти. Только тогда мы сможем раскрыть весь свой творческий потенциал и прожить достойную и счастливую жизнь.

Действительно, мы часто ищем любовь, понимание, сострадание, счастье во внешнем мире, забывая, что все в природе развивается «изнутри – наружу», от мысли – к действию, от изменений в себе – к изменениям в мире. Поэтому, создавая этот учебник с любовью, мы преследовали одну цель: вдохновить вас, дорогие друзья, через высказывания известных людей, рассказы, притчи, научно-популярные статьи, стихи, песни и творческие задания на поиск внутреннего источника любви, истины и красоты в вашем сердце.

Как писала автор Программы нравственно-духовного образования «Самопознание» **С. А. Назарбаева**: «Я убеждена, что поиск этой дороги к роднику с хрустальным источником духовности – задача из задач для каждого». Открыв внутренний источник духовности, вы сможете проявить свой лидерский потенциал через реализацию проекта «Становление истинного лидера».

Истинное лидерство – это, прежде всего, *результат самопознания, саморазвития и непрерывной внутренней работы над своим характером*. Вы сможете найти применение своим способностям и талантам в организации реального дела, которое принесет пользу обществу и конкретным людям.

Проект состоит из четырех этапов, которые соответствуют четырем разделам учебника. Каждый этап проектной деятельности переключается с изучаемыми темами. Значит, все, что вы откроете для себя на уроках самопознания, может помочь в осуществлении проекта.

Все, что вы будете делать по проекту: планы, материалы, ваши впечатления и мысли, отражайте в *Дневнике проекта*, который дан в *Тетради ученика*, размещенной на интернет-портале www.ozin-ozitani.kz, в разделе «Школьникам», в рубрике «Электронная библиотека».

Желаем вам успехов на пути самопознания!

НА ПУТИ ПОЗНАНИЯ



ПРОЕКТ «СТАНОВЛЕНИЕ ИСТИННОГО ЛИДЕРА»

ЭТАП I



90% лидерства определяется нашим характером.

Из исследований Стэнфордского университета

Дорогие ребята! В этом году вам предстоит выполнить проект, посвященный изучению жизнедеятельности истинных лидеров человечества, а также развитию в себе качеств истинного лидера.

Вопросы развития лидерских качеств очень актуальны в современном мире. Хорошо известно, что каждый из нас в той или иной ситуации берет на свои плечи роль и ответственность лидера. Так происходит в семьях, где роль лидера берут на себя отец и мать, в школах, где роль лидеров играют учителя и администрация школы. Лидеры есть в вузах, детских садах, на коммерческих предприятиях и государственной службе, на фабриках и заводах, в городах и селах, в медицинских и военных учреждениях, в авиации и на железных дорогах и т. д. Лидерами являются старосты учебных групп, капитаны спортивных команд, руководители предприятий, организаций и др. Во всех областях нашей жизни существует огромная потребность в истинных лидерах.

Также в любой спонтанно возникающей, нестандартной ситуации (стихийные бедствия, катастрофы, аварии, военные конфликты и т. п.) появляется потребность в тех, кто может взять на себя ответственность, успокоить и организовать людей.

Вопрос только в том, какими ценностями и идеалами следует руководствоваться лидеру? Очевидно, что от его личностных качеств зависят безопасность, а иногда и жизнь, будущее тех, кто идет за ним. Если лидер достойный и добродетельный человек, то он способствует установлению единства, гармонии и счастья в обществе.

Но часто лидерство понимается поверхностно и рассматривается как умение быть первым и успешным во всем. Поэтому важно понять:

- какими средствами (достойными или недостойными, честными или бесчестными) люди стремятся добиться успеха и лидерства в той или иной сфере деятельности;
- какие мотивы движут людьми, стремящимися к лидерству: эгоистические или альтруистические, и каков будет результат такого лидерства для общества в целом;
- всегда ли действия того, кто идет впереди, несут истинное благо тем, кто идет за ним.

Истинный лидер должен быть честным, уважительно относиться к людям, обладать способностью наладить отношения в коллективе, создать вокруг себя теплую, дружественную атмосферу. С таким человеком хочется находиться рядом, общаться, вместе учиться, трудиться, потому



что он полон новых идей, которыми зажигает всех, от него исходят лучики позитива, тепла, доброты.

Истинный лидер никогда не скажет: «Мы не можем ничем вам помочь!» Он всегда рассмотрит сложившуюся ситуацию и, исходя из конкретных условий, примет достойное решение. Благородные и отзывчивые люди нужны обществу, они всегда воодушевляют и придают уверенность в достижении поставленных целей.

Каждый из вас может стать истинным лидером: служить людям, быть честным, проявлять благородные и достойные качества, расти духовно, нести ответственность не только за качество своей жизни, но и за безопасность, мир и счастье всех людей на Земле.

Что для этого надо делать? Секреты истинного лидерства раскроются вам в процессе реализации данного проекта.

Успеха и удачи вам!

Первый этап проектной деятельности связан с вопросами, которые касаются вашей теоретической подготовки. Задания, которые вы найдете в учебнике, помогут расширить ваши знания по вопросам лидерства, изучить биографии истинных лидеров, вдохновиться их опытом.

Также на первом этапе вы проанализируете уровень развития ваших лидерских качеств и составите программу самосовершенствования на год. На этом этапе каждый из вас будет работать индивидуально.

Задание 1. Ответьте в Тетради ученика на вопросы.

- Что, по-вашему, означает понятие *лидер*?
- Чем отличаются понятия *лидер* и *истинный лидер*?
- Кто лично для вас является примером истинного лидера?

Задание 2. Самооценка развития качеств истинного лидера в начале проекта. Заполните таблицу 1 в Тетради ученика. Поразмышляйте, какие составляющие потенциала истинного лидера развиты у вас сильнее всего. Какие качества вам надо развивать?

Задание 3. Выпишите имена истинных лидеров, которые вас особенно вдохновляют, о жизни и творчестве которых вам хотелось бы узнать подробнее. Укажите выходные данные книг о жизни и деятельности истинных лидеров, которые вы планируете прочитать. Составьте краткую аннотацию к книге, выделив те качества истинного лидера, которые вас вдохновляют. В Тетради ученика заполните таблицу 2.

Задание 4. Составьте свою программу нравственного самосовершенствования, используя рекомендации Бенджамина Франклина, данные в Тетради ученика (урок 7–8, задание 2).

Раздел I. НА ПУТИ ПОЗНАНИЯ

1–2. ЖИЗНЬ – ИСТОЧНИК ПОЗНАНИЯ



*Сама жизнь не что иное, как сотворение души,
которым человек обязан себе.*

Альбер Камю



Слово седьмое

Из книги «Слова назидания»

Абай Кунанбаев

Ребенок рождается на свет, наследуя два начала. Первое из них требует еды, питья и сна. Это – потребность плоти, без этого тело не может служить пристанищем для души, не будет расти и крепнуть. Другое – потребность души, тяга к познаниям. Младенец тянется к ярким вещам, берет их в рот, пробует на вкус, прикладывает к щеке. Встрепенется, услышав звуки дудки или свирели. Подросши, бежит на лай собаки, на голоса животных, на смех и плач людей, теряет покой, спрашивая обо всем, что видят глаза и слышат уши: «Что это? Зачем это? Почему он так делает?» – это уже потребность души, желание все видеть, все слышать, всему учиться.

Не раскрыв для себя видимых и невидимых тайн Вселенной, не объяснив всего себе, человеку не стать Человеком. И бытие души такого человека тогда ничем не разнится от бытия иной твари.

Изначально Бог отличил человека от животного тем, что наделил его душой. Почему мы, повзрослев и поумнев, не ищем и не находим удовлетворения тому любопытству, что в детстве заставляло нас забывать о еде и сне? Почему мы не избираем путь тех, кто ищет знаний?

Нам бы неустанно ширить круг своих интересов, множить знания, которые питают наши души. Нам бы понять, что блага души несравненно выше телесных, и подчинить плотские потребности велению души. Но нет, не стали мы делать этого.

...Душа правила нами только в детстве. Повзрослев и окрепнув, мы не позволили ей повелевать собой, подчинили душу телу, на все окружающее смотрим глазами, но не разумом, не доверяемся порывам души. Довольствуясь внешним видом того, что охватывает взор, не пытаемся проникнуть во внутренние тайны, полагая, что ничего не теряем от этого незнания.

Нам бы неустанно ширить круг своих интересов, множить знания, которые питают наши души.

...Нет ни искры в груди, ни веры в душе. Чем отличаемся мы от животного, если видим только глазами? В детстве мы были лучше. Тогда мы были человеческими детьми – стремились узнать как можно больше. Сейчас мы хуже скота. Животное не знает ничего, но и не стремится ни к чему.



Мы не знаем ничего, но готовы спорить до хрипоты; отстаивая свою тему, стремимся свое невежество выдать за знания.



1. Какие два начала, по мнению Абая, наследует каждый ребенок, рождаясь на свет?
2. В чем состоят потребности души человека?
3. Какие знания питают нашу душу?
4. Как вы понимаете слова Абая: «Нам бы понять, что блага души несравненно выше телесных, и подчинить плотские потребности велению души. Но нет, не стали мы делать этого?»
5. Встречали ли вы в жизни людей, которые не подчинили душу телу, а живут по велению души? Расскажите о них.
6. А вы прислушиваетесь к своей душе?



Задание 1. Прочитайте отрывок из книги Сары Алпыскызы Назарбаевой «Этика жизни» и поразмышляйте над ним.

Подумайте, какие общие идеи выражены в данном отрывке и в «Слове седьмом» А. Кунанбаева.

...О главных целях обучения. Что это такое – человеческие ценности? Истина, праведность, мир, любовь и ненасилие. Эти ценности заложены в человеке изначально, от его рождения. Они ему естественно присущи, они у него в крови. Истинное обучение человеческим ценностям означает, что эти принципы применяются на практике, в жизни каждого дня.

Задание 2. Выберите одну из ценностей и дайте ее определение. Обсудите в группе, как вы применяете на практике эту ценность, и подготовьте сценку, в которой данная ценность будет проявлена.



Человечество вошло в третье тысячелетие с ясным представлением об опасности интеллекта, не обремененного нравственными критериями. Приобретая все большую сумму знаний, но все меньше задумываясь о духовном, о добре и зле, о любви и милосердии, человек не может чувствовать себя счастливым.

Поэтому сегодня необходимо гармоничное развитие двух аспектов образования – **интеллектуального** (образования для ума) и **нравственно-духовного** (образования для сердца).

Интеллектуальное образование необходимо, чтобы ориентироваться в современной жизни, успешно

Нравственно-духовное образование – это выявление того, что заложено в сердце человека. Любовь, истина, праведное поведение, внутренний покой и ненасилие исходят только из сердца.



реализоваться в социуме. Нравственно-духовное образование необходимо, чтобы познать себя, услышать свое сердце, понять сокровенные желания души, укрепить свой дух, обрести истинное счастье. Интеллектуальное образование поможет обеспечить нас средствами для жизни, а нравственно-духовное – обрести смысл и цель жизни.

Интеллектуальное образование касается внешнего мира, поэтому его содержание и природа меняются с течением времени. Но ценности, связанные с сердцем, вечны. Как бы ни менялся мир с ростом скоростей и появлением новых технологий, люди по-прежнему хотят любить и быть любимыми, жаждут справедливости и восхищаются красотой и благородством. Поэтому нравственно-духовное образование основывается на вечных ценностях и наделяет мудростью, идущей из сердца.

Очень важно не разъединять эти два вида образования, а объединить их. Как два крыла необходимы птице, чтобы взлететь, так и современному человеку необходимо получить оба аспекта образования: интеллектуальное и нравственно-духовное. Они должны слиться в одну прекрасную гармонию, в которой лейтмотивом будет звучать мелодия сердца.



Завет бытия

Константин Бальмонт

Я спросил у свободного ветра,
Что мне сделать, чтоб быть молодым.
Мне ответил играющий ветер:
«Будь воздушным, как ветер, как дым!»

Я спросил у могучего моря,
В чем великий завет бытия.
Мне ответило звучное море:
«Будь всегда полнозвучным, как я!»

Я спросил у высокого солнца,
Как мне вспыхнуть светлее зари.
Ничего не ответило солнце,
Но душа услышала: «Гори!»





Всеобщий язык

Отрывок из книги «Алхимик»

Пауло Коэльо

Караван двигался на восток. Выходили рано поутру, останавливались на привал, когда солнце достигало зенита, и, переждав пик зноя, снова трогались в путь.

Сантьяго мало разговаривал с Англичанином – тот по большей части не отрывался от книги. Юноша молча разглядывал многочисленных спутников. Теперь они не походили на тех, какими были перед началом пути. Тогда царил суета: крики, детский плач и ржание коней сливались с возбужденными голосами купцов и проводников. А здесь, в пустыне, безмолвие нарушали лишь посвист вечного ветра да скрип песка под ногами животных. Даже проводники хранили молчание.

– Я много раз пересекал эти пески, – сказал как-то ночью один погонщик другому. – Но пустыня так велика и необозрима, что и сам поневоле почувствуешь себя песчинкой. А песчинка нема и безгласна.



Сантьяго понял, о чем говорил погонщик, хотя в пустыне был впервые. Он и сам, глядя на море или на огонь, часами мог не произносить ни слова, ни о чем не думая и как бы растворяясь в безмерной силе стихий.

А ветер здесь не стихал ни на миг, и Сантьяго вспомнил, как ощутил его силу, стоя на башне в Тарифе. Этот же ветер, должно быть, лишь слегка ерошил шерсть его овец, бродивших по пастбищам Андалусии в поисках корма и воды. «Теперь они уже не мои, – думал он без особой грусти. – Забыли меня, наверное, привыкли к новому пастуху. Ну и ладно. Овцы, как и каждый, кто странствует с места на место, знают, что разлуки неизбежны».

Тут ему вспомнилась дочь суконщика – должно быть, она уже вышла замуж. За кого? Может, за продавца кукурузы? Или за пастуха, который



тоже умеет читать и рассказывать невероятные истории – Сантьяго не один такой. То, что он почему-то был в этом уверен, произвело на юношу сильное впечатление: может, и он овладел Всеобщим языком и знает теперь настоящее и прошлое всех на свете? *Предчувствие – так называла этот дар его мать. Теперь он понимал, что это – быстрое погружение души во вселенский поток жизни, в котором судьбы всех людей связаны между собой. Нам дано знать все, ибо все уже записано...*

Один только Англичанин ничего, казалось, не замечал, уткнувшись в очередную книгу. Сантьяго в первые дни пути тоже пытался читать. Однако потом понял, что куда интересней смотреть по сторонам и слушать шум ветра. Он научился понимать своего верблюда, привязался к нему, а потом и вовсе выбросил книгу – лишняя тяжесть. Впрочем, он по-прежнему был уверен, что стоит лишь открыть книгу, в ней всякий раз найдется что-нибудь интересное.

Мало-помалу он сдружился с Погонщиком, державшимся рядом с ним. Вечерами, когда останавливались на привал и разводили костры, Сантьяго рассказывал ему всякие истории из своей пастушеской жизни. А однажды Погонщик начал говорить о себе.

– Я жил в деревушке неподалеку от Эль-Кайрума. Был у меня дом и сад, были дети, и так я до самой смерти жил бы припеваючи... Я всем был доволен.

Но однажды задрожала земля, и Нил вышел из берегов. Чужая, казалось, беда коснулась теперь и меня. Соседи опасались, как бы разлив не смыл их оливковые деревья, жена тревожилась за детей. Я с ужасом смотрел, как погибает все нажитое. Земля после того перестала родить – мне пришлось добывать пропитание другим способом. Так я сделался погонщиком верблюдов. Тогда и открылся мне смысл слов Аллаха: не надо бояться неведомого, ибо каждый способен обрести то, чего хочет, получить то, в чем нуждается. Все мы боимся утратить то, что имеем, будь то наши посевы или сама жизнь. Но страх этот проходит, стоит лишь понять, что и наша судьба, и история мира пишутся одной рукой.

Иногда встречались два каравана. И не было еще случая, чтобы у одних путников не нашлось того, в чем нуждались другие. Словно и впрямь все на свете было написано одной рукой.

Иногда встречались два каравана. И не было еще случая, чтобы у одних путников не нашлось того, в чем нуждались другие. Словно и впрямь все на свете было написано одной рукой.

Погонщики рассказывали друг другу о пыльных бурях и, сев в кружок у костра, делились наблюдениями над повадками пустыни. Бывало, что к огню приходили и таинственные бедуины, до тонкостей знавшие путь, которым следовал караван. Они предупреждали, где нужно опасаться напа-



дения разбойников и диких племен, а потом исчезали так же молча, как появлялись, словно растворяясь во тьме.

В один из таких вечеров Погонщик подошел к костру, у которого сидели Сантьяго и Англичанин.

– Слух идет о войне между племенами, – сообщил он.

Наступила пауза, и Сантьяго почувствовал, как в воздухе в самом деле повисла тревога. Еще раз он убедился, что понимает беззвучный Всеобщий язык. Молчание нарушил Англичанин, осведомившийся, насколько это может быть опасно для каравана.

– Когда вошел в пустыню, назад пути нет, – ответил Погонщик. – Значит, надо только идти вперед...

– Зря ты не хочешь обращать внимание на то, что происходит с караваном, – сказал Сантьяго Англичанину. – Присмотрись: как бы ни петлял, он неуклонно движется к цели.

– А ты зря не читаешь о том, что такое мир и что происходит в мире, – отвечал тот. – Книги в этом смысле подобны караванам...

Как-то ночью Англичанину не спалось. Он позвал Сантьяго, и они стали прогуливаться вокруг стоянки. Светила полная луна, и Сантьяго решил рассказать ему всю свою историю. Англичанину особенно понравилась та ее часть, которая касалась успехов, достигнутых магазином хрустальной посуды после того, как там стал работать юноша.

– Вот что движет Вселенной, – сказал он. – В алхимии это называется Душа Мира. Когда чего-нибудь желаешь всей душой, то приобщаешься к Душе Мира. А в ней заключена огромная сила.

И добавил, что это свойство не одних только людей: душа есть у всего на свете, будь то камень, растение, животное или даже мысль.

– Все, что ни есть на Земле, постоянно изменяется, потому что и сама Земля – живая и тоже обладает душой. Все мы – часть этой души, поэтому сами не отдаем себе отчета во всем том, что она постоянно делает нам во благо. Но ты, когда работал в лавке, должен был понять, что даже хрусталь способствовал твоему успеху.

Сантьяго слушал молча, поглядывая то на луну, то на белый песок.

– Я видел, как идет караван через пустыню, – сказал он наконец. – Он говорит с ней на одном языке, потому-то она и оставляет ему путь открытым. Пустыня проверит и испытает каждый его шаг, и только если убедится, что он в безупречном созвучии с нею, пропустит к оазису. А тот, кто может быть сколь угодно отважен, но не владеет этим языком, погибнет в первый же день пути.

Теперь оба глядели на луну.



– Это и есть магия знаков, – продолжал Сантьяго. – Я вижу, как проводники читают знаки пустыни, – это душа каравана говорит с душой пустыни.

После долгого молчания подал, наконец, голос и Англичанин:

– Да, похоже, мне стоит присмотреться к каравану.

– А мне – прочесть твои книги, – отвечал юноша.

Странные это были книги. Речь в них шла о ртути и соли, царях и драконах, но Сантьяго, как ни старался, ничего не понимал. И все же одна мысль, повторявшаяся во всех книгах, до него дошла: все на свете – разные проявления одного и того же...

Больше всего заинтересовала Сантьяго книга, рассказывающая о знаменитых алхимиках. То были люди, посвятившие всю свою жизнь очистке металлов в лабораториях: они верили, что если в продолжение многих и многих лет обрабатывать какой-нибудь металл, он в конце концов потеряет все свойства, присущие ему одному, и взамен обретет Душу Мира. И ученые тогда смогут постичь смысл любой вещи, существующей на Земле, ибо Душа Мира и есть тот язык, на котором все они говорят между собой.

– А разве недостаточно просто изучать людей и знаки, чтобы овладеть этим языком? – осведомился Сантьяго.

– Как ты любишь все упрощать! – раздраженно ответил Англичанин. – Алхимия – наука серьезная. Она требует, чтобы каждый шаг совершался в полном соответствии с тем, чему учат мудрецы.

Алхимики годами сидят в своих лабораториях, следя, как очищается металл. Они так часто и так подолгу глядят на огонь, что мало-помалу освобождаются от всякой мирской суетности и в один прекрасный день замечают, что, очищая металл, очистились и сами.

Тут Сантьяго вспомнил торговца хрусталем, который говорил, что, когда моешь стаканы, то и сам освобождаешь душу от мусора. Юноша все больше убеждался в том, что алхимии можно научиться и в повседневной жизни...

Однако когда Сантьяго попытался по книгам уяснить, что же такое Великое Творение, то зашел в тупик: кроме уймы диковинных рисунков, там была сплошная тарабарщина.

– А когда были написаны эти книги?

– Много веков назад.

– Ну вот, тогда ведь еще не было типографского станка. Но что тогда, что сейчас – все

равно алхимией способен овладеть далеко не каждый. Почему же это написано таким таинственным языком и рисунки такие загадочные?

Тут Сантьяго вспомнил торговца хрусталем, который говорил, что, когда моешь стаканы, то и сам освобождаешь душу от мусора. Юноша все больше убеждался в том, что алхимии можно научиться и в повседневной жизни...



Англичанин ничего не ответил. Лишь потом, помолчав немного, сказал, что уже несколько дней внимательно присматривается к каравану, но ничего нового не заметил. Вот только о войне между племенами поговаривать стали все чаще.

Через несколько дней Сантьяго вернул Англичанину его книги...

«Он слишком примитивен, чтобы понять это», – подумал Англичанин. Затем собрал свои книги и вновь засунул их в чемоданы, навьюченные на верблюда.

– Тогда изучай свой караван, – сказал он. – Мне от него было так же мало проку, как тебе от моих книг...

И Сантьяго снова принялся внимать безмолвию пустыни и смотреть, как вздымают песок ноги верблюдов.

«У каждого свой способ учиться, – подумал он. – Ему не подходит мой, а мне – его. Но оба мы ищем свой путь, и за одно это я не могу не уважать его».



1. Как вы думаете, действительно ли судьбы всех людей связаны между собой?
2. Почему данный отрывок назван «Всеобщий язык»? Слышали ли вы когда-нибудь беззвучный Всеобщий язык?
3. Что изучает древняя наука алхимия? Найдите определение понятия *алхимия*.
4. Почему Сантьяго полагал, что алхимии можно научиться в повседневной жизни?
5. Что значит *искать свой путь*? Почему те люди, которые ищут свой путь, достойны уважения?



Задание 3. Поразмышляйте о своем пути. Понаблюдайте за знаками на нем. Напишите небольшое эссе-размышление «Мой путь».

Задание 4. Прочитайте полностью произведение П. Коэльо «Алхимик». Подготовьте сообщение о биографии писателя. Что общего в жизни автора и героя его произведения Сантьяго?



Мир – это великая школа. Люди, знакомые и незнакомые, встречи и расставания, ситуации, неожиданные и привычные, – все обучает нас в школе жизни. Дождь, солнце, горы, животные, ветер, деревья – тоже наши великие учителя. Как говорили древние мудрецы: «Никто тебе не друг, никто тебе не враг, но каждый тебе – учитель».

Какие же предметы мы изучаем в школе жизни? Конечно, важнейшим в этой школе будет предмет «Самопознание» и тесно связанные с ним «Са-



мосовершенствование», «Наука совести», «Наука построения добрых взаимоотношений», «Уроки любви» и др. А оценки нам выставляет сама жизнь.

Как можно узнать, какие оценки мы получаем? Если внутреннее ощущение гармонии, счастья и любви увеличивается и не зависит от переменчивых внешних обстоятельств, то мы отличники в школе жизни. Если наоборот, внутри увеличивается ощущение дисгармонии, уменьшается переживание счастья и любви, даже если внешне человек выглядит очень успешным, то это значит, что уроки жизни он не постигает.

Для того чтобы хорошо учиться в школе жизни, очень важно развивать **позитивное мышление**, которое позволяет нам осознавать смысл происходящего. Действительно, если все взаимосвязано и внешние события отражают внутренний мир человека, тогда любое «нежелательное» событие в жизни несет скрытое позитивное послание и бесценный обучающий урок. Поэтому если происходит событие, которое нам не нравится, то следует подумать о том, что позитивно в данной ситуации, в чем смысл происходящего и каков обучающий урок. «Все, что ни происходит, – все к лучшему», – говорили древние мудрецы.

Также в школе жизни нам следует развивать **различающее мышление**, которое подразумевает способность к различению между истинным и ложным, между вечными ценностями и временными с предпочтением истинного и вечного. Различающее мышление позволит нам избежать многих ошибок в жизни, научит прислушиваться к тихому голосу совести и будет способствовать развитию интуитивного мышления.

Интуитивное мышление, или интуиция, позволяет принимать правильные решения, предчувствовать развитие ситуации, создавать что-то принципиально новое в науке и искусстве. Многие величайшие научные открытия делались не во время напряженного обдумывания или сложных расчетов, а в те минуты, когда ум человека успокаивался и становился пустым. В этот момент пробуждается интуиция, которая помогает обнаружить истину в науке, искусстве, любой профессиональной деятельности, а также в личной жизни.

Знаменитый психолог А. Маслоу подчеркивал, что для того чтобы наиболее полно реализовать в жизни, одним из важнейших является умение «слушать себя»: *«Внутренний голос, способность прислушиваться к глубинному, его реакции, прислушиваться к тому, что происходит внутри, помогает нам в обнаружении своей идентичности».*

Всякий раз, когда не получается найти решение какой-либо проблемы, важно научиться отключить голоса внешнего мира и немного побыть во внутренней тишине, послушать себя.



Обсудите с одноклассниками, что вы открыли в себе при изучении данной темы.

Нарисуйте плакат, отражающий ваше понимание изученной темы «Жизнь – источник познания».



Серезка ольховая

Слова Е. Евтушенко
Музыка Е. Крылатова

Уронит ли ветер в ладони серезку ольховую,
Начнет ли кукушка сквозь дым поездов куковать,
Задумаюсь вновь и, как нанятый, жизнь истолковываю,
И вновь прихожу к невозможности истолковать.

Припев:

Серезка ольховая, легкая, будто пуховая,
Но сдунешь ее – все окажется в мире не так.
И видимо, жизнь не такая уж вещь пустяковая,
Когда в ней ничто не похоже на просто пустяк.

Серезка ольховая выше любого пророчества.
Тот станет другим, кто тихонько ее разломил.
Пусть нам не дано изменить все немедля, как хочется,
Когда изменяемся мы – изменяется мир.

Припев

Яснеет душа, переменами неозлобимая.
Друзей, не понявших и даже предавших, прости.
Прости и пойми, если даже разлюбит любимая,
Серезкой ольховой с ладони ее отпусти.

Припев

3–4. В ПОИСКЕ ИДЕАЛА



*В ком господствуют чувства любви и справедливости,
тот – мудрец, тот – учен.*

Абай Кунанбаев



Аль-Фараби

Абу Насыр Мухаммед аль-Фараби родился в 870 г. в семье воина из племени кыпчак, в местности Фараб (ныне Отырар, Южный Казахстан), там, где река Арыс впадает в Сырдарью. С юности он увлекся наукой, посещал библиотеки, переписывал трактаты. Он изучил арабский, персидский, латинский языки и санскрит.

Аль-Фараби сочетал в себе дар поэта и ученого, математика, медика, философа и музыканта. Им написаны 160 трактатов по самым разным отраслям знаний. Его труды оказали влияние на Ибн Сину, Ибн Баджу, Ибн Рушда, а также на философию и науку средневековой Западной Европы.

Как великий мыслитель и гуманист, аль-Фараби внес огромный вклад в осуществление культурного диалога между античной древностью и арабоязычным средневековьем. Аль-Фараби – автор комментариев к сочинениям Аристотеля и Платона. Его называли «Вторым Учителем» после Аристотеля.

Основной идеей учения аль-Фараби явился тезис о едином первоначале всего бытия и всякого отдельного существования. Идея *изначального единства мира*, или первопричина, приобретает особое значение, *всеобщее* рассматривается как *единое*. Это позволило мыслителю установить связь между различными культурными традициями.

Аль-Фараби всю жизнь мечтал об идеальном городе, в котором все люди будут счастливы. Он глубоко верил в то, что возможно создать такой город. В «Социально-этических трактатах» аль-Фараби раскрыл идеал общественного устройства, где люди объединены и действуют совместно в целях достижения счастья.

Но что такое счастье, и всегда ли люди правильно понимают, в чем именно их счастье? Прежде всего, великий мыслитель говорит о том, что



Абу Насыр Мухаммед аль-Фараби



во всем необходима мера. Даже хорошее качество характера человека, проявленное чрезмерно, может привести к страданию. Например, чрезмерная смелость приводит к безрассудству, чрезмерная щедрость – к расточительности, чрезмерная общительность – к болтливости и т. д.

Аль-Фараби, исследуя природу человека, замечает, что ему присущи *три вида воли*:

- воля к исполнению желаний, исходящих из пяти органов чувств (еда, сон, чувственные удовольствия и т. д.);
- воля к исполнению желаний, исходящих из воображения (власть, социальный статус, деньги, материальные блага и др.);
- воля к исполнению желаний, исходящих из *высшего разума*, размышления (желание развивать добродетели, самосовершенствоваться,

Если человек медлит с развитием высшего разума, то он стремится к тому, что приятно временно. Такой человек, достигнув желаемого, через некоторое время разочаровывается и начинает искать новый объект желания.

создавать добро, служить бескорыстно обществу и др.). Высший разум происходит от бытия первопричины.

Первый вид воли необходим человеку для того, чтобы выжить, и здесь самое главное – знать во всем дозволенную меру, ибо излишек еды, сна, удовольствий пагубно воздействует на тело и сознание человека.

Второй вид воли аль-Фараби назвал волей к исполнению желаний, исходящих из воображения. То есть человек может вообразить себе образ счастья и устремиться к нему. Например, молодой человек может вообразить, что как только он станет богатым, то он станет счастливым. Тогда его воля к счастью проявляется как воля к достижению богатства. Цель стать богатым сама по себе не плоха, но достигнув богатства, реализовав свою цель, очень часто человек понимает, что счастья так и не достиг, он разочаровывается и начинает искать другой объект желания.

Возникает вопрос: может счастья вообще невозможно достичь? Аль-Фараби утверждает, что счастья достичь можно, но только через развитие высшего разума и связанного с ним третьего вида воли. Только это поможет человеку отличить реальное счастье от воображаемого, временного удовольствия. Аль-Фараби утверждает, что **истинное счастье** – это абсолютное благо, и природу счастья может познать только высший разум.

Третий вид воли присущ исключительно человеку и является его истинным свободным выбором. Но не каждый человек развивает этот вид воли. Есть люди, в которых развиты только два первых вида воли. Такие люди, по мнению аль-Фараби, не реализовали полностью свою человеческую природу, так как первые два вида воли имеют место и в животном. Животные тоже проявляют волю к добыче пищи, воды, завоеванию и защите



территории. Но они не могут проявлять волю к самосовершенствованию, развитию, бескорыстному служению и т. д. *Развитие третьего вида воли отличает человека от животного.*

У человека должны быть гармонично развиты все три вида воли с приоритетом третьей. Аль-Фараби писал: «Если человек наделен всеми тремя видами воли, тогда он может найти истинное счастье, поскольку он обладает способностью различать добро и зло». Такой человек может сам обрести истинное счастье и помочь другим стать счастливыми. Он может стать правителем добродетельного города, о котором мечтал аль-Фараби, города, в котором живут счастливые люди.

Как истинный Учитель человечества, аль-Фараби не только писал об основополагающем значении вечных духовно-нравственных ценностей, но и сам жил в соответствии с этими ценностями. Философ, ученый, знаток многих языков, он жил очень просто, помогал бедным людям: лечил их, трудился на полях с кетменем в руках. Как географ, он много путешествовал.

Аль-Фараби не был привязан ни к почестям, ни к богатству. Он познал истинное счастье в творчестве, благочестии и служении человечеству.



1. Какие три вида воли различал аль-Фараби?
2. Как мыслитель понимал счастье?
3. Почему только человек, наделенный тремя видами воли, может обрести счастье?
4. Что происходит с человеком, который медлит с развитием третьего вида воли?
5. Назовите людей из вашего окружения, которые могли бы стать правителями добродетельного города. Обоснуйте свой выбор.



Задание 1. Определите, что из приведенных ситуаций даст переживание истинного счастья, а что будет временным удовольствием, принимаемым за счастье.

Выиграть миллион долларов; найти свое призвание; получить высший балл по ЕНТ; избавиться от плохой привычки; выиграть конкурс красоты; помочь одинокой бабушке из соседнего подъезда; научиться прощать и освободить душу от обид; получить высокооплачиваемую работу; научиться видеть красоту каждого мгновения жизни; самореализоваться; поддержать того, кто отчаялся; получить в подарок вещь, о которой давно мечтал; воспитать в себе благородные качества характера.

Задание 2. Закончите фразу «Для меня истинное счастье – это...»



Задание 3. Обсудите в группах вопрос, какими качествами должен обладать истинный лидер (правитель добродетельного города) в свете учения аль-Фараби.

Задание 4. Создайте образ добродетельного города. Представьте свою работу классу.



Великие мыслители всегда стремились к идеалу, пытались постичь, каков же совершенный человек и как достичь этого идеала.

В своем труде «Педагогика» знаменитый казахский писатель, публицист, педагог Магжан Жумабаев писал: «Какими бы разными ни были проявления души, их можно сгруппировать в три класса, которые Абай определил как разум, волю и сердце. Между ними существует прочная связь. И поскольку в своей деятельности человек непременно руководствуется ими троими, то воспитание *разума, сердца и воли* следует в равной степени считать задачей воспитания».

В то же время Абай подчеркивал, что разуму и воле следует объединиться и во всем повиноваться сердцу. А сердце – это символ любви. Любовь – основа единства. Она связывает все общечеловеческие ценности между собой, как нить, на которую нанизаны прекрасные жемчужины ценностей.

Любовь в мыслях и словах – истина

Любовь в поступках – праведное поведение

Любовь в чувствах – внутренний покой

Любовь в миропонимании – ненасилие

Действительно, только если наши мысли будут наполнены любовью, они станут истиной. Когда мы вкладываем любовь в то, что мы делаем, это становится праведным поведением. Когда любовь проявляется в наших эмоциях и чувствах, то мы счастливы и пребываем в состоянии внутреннего покоя и гармонии.

Обычно наши чувства резко меняются: иногда мы находимся на вершине счастья, а иногда погружаемся в депрессию, уныние и тоску. Но если в наших чувствах присутствует любовь, то мы твердо знаем, что все, что происходит с нами, – это именно то, что необходимо для нашего дальнейшего роста. Тогда в нашей душе царят умиротворенность и покой.

Когда мы осознаем, что только любовь поддерживает жизнь во всей Вселенной, находится в каждом живом существе, мы приходим к такому идеалу, как ненасилие. *Ненасилие – это высшее проявление любви.*

Значение слова *любовь* претерпело много изменений, но в современной научной литературе оно обретает особый смысл. Например, физики приходят к выводу, что любовь – это не просто эмоция, желание или привя-



занность. *Любовь* – это мощная энергия, которая способна преобразовать окружающий мир, это энергия, рождающая и поддерживающая жизнь.

Ученый-физик, педагог Арт-Онг Джумсаи описывает опыты, показывающие, как влияют на растения мысли и чувства людей. Если, поливая растения, человек думает об обидах, проблемах, злится, то растения растут медленно, иногда даже начинают увядать. Если же мысли и чувства человека полны любви и позитива, то растения начинают бурно расти и цвести, даже если не пришло биологическое время для их цветения.

Многочисленные исследования физиков, биологов, медиков, психологов подтверждают чудодейственное влияние энергии любви на все сферы человеческой жизни. Все живые существа в этом мире, все растения, животные и, конечно же, люди, их жизнь поддерживаются энергией любви. Недостаток энергии любви приводит к душевным и физическим расстройствам.

Человек является проводником энергии любви подобно тому, как металл является проводником электрической энергии. Многие проблемы во взаимоотношениях людей связаны с недостатком энергии любви.

Таким образом, можно сказать, что чем больше энергии любви человек проявляет в своих мыслях, словах и делах, тем ближе он к идеалу.

Воссоединение с энергией любви необходимо во всех областях жизни: социальной, экономической, политической, культурной, семейной. *Если каждый человек будет с любовью выполнять свои обязанности, то все общество приблизится к идеалу, станет добродетельным городом, о котором писал аль-Фараби.*



Чайка по имени Джонатан Ливингстон

Отрывок

Ричард Бах

Истинному Джонатану –

Чайке, живущей в каждом из нас.

Было утро, и новое солнце золотом разлилось по испещренной рябью поверхности моря.

Рыбацкая лодка в миле от берега. И зов над водой – это сигнал к завтраку. Большой сбор. Снова и снова раздавался он в воздухе, пока, наконец, тысячи чаек не слетелись в толпу. И каждая из птиц хитростью и силой пыталась урвать кусок пожирнее. Наступил еще один день – полный забот и суеты.

Но Чайки по имени Джонатан Ливингстон не было в толпе. Он тренировался вдали от остальных, один, высоко над лодкой и берегом. Поднявшись на 100 футов в небо, он опустил перепончатые лапки, поднял клюв и на-



пряженно выгнул крылья, придав им форму жесткой, болезненно изогнутой кривой. Такая форма крыльев должна была, по его мнению, до предела замедлить полет. И Джонатан скользил все медленнее и медленнее. Свист ветра в ушах сменился едва слышным шепотом, и океан застыл внизу неподвижно. Прищурившись в чудовищном сосредоточении, Джонатан задержал дыхание. Еще... на один... единственный... дюйм... круче... эту... кривую... Перья его дрогнули, спутались, он окончательно потерял скорость, опрокинулся и рухнул вниз.

Вам, должно быть, известно – с чайками такое не случается никогда. Чайка не может остановиться в полете, потерять скорость. Это – позор, это – бесчестье.

Однако Чайка Джонатан Ливингстон не ощущал стыда. Он снова вытянул крылья в жесткую дрожащую кривую – медленнее, медленнее и – опять неудача. И снова, и снова... Ведь он не был обычной птицей. Большинство чаек не утруждает себя изучением чего-то большего, чем элементарные основы полета. Отлететь от берега на кормежку и вернуться – этого вполне достаточно. Ведь для большинства имеет значение не полет, а только лишь еда. Но для Чайки по имени Джонатан Ливингстон важен был полет. А еда – это так... Потому что больше всего на свете Джонатан любил летать.

Ведь для большинства имеет значение не полет, а только лишь еда. Но для Чайки по имени Джонатан Ливингстон важен был полет. А еда – это так... Потому что больше всего на свете Джонатан любил летать.

Такой подход к жизни, как обнаружил Джонатан, отнюдь не прибавляет популярности в стае. Даже родители его были обескуражены тем, что он проводил день за днем в одиночестве, экспериментируя и сотни раз повторяя низкие планирующие спуски.

Он, например, не знал, почему, но когда высота полета составляла менее половины размаха его крыльев, он мог держаться в воздухе над водой гораздо дольше и с меньшими усилиями. Джонатан никогда не заканчивал планирующий спуск обычным образом – с размаху плюхаясь брюхом на воду, предварительно растопырив лапы. Вместо этого он выполнял длинное плоское скольжение, едва касаясь поверхности воды вытянутыми вдоль тела лапами. Когда он начал практиковать скольжение с приземлением на песчаном берегу, каждый раз с прижатыми лапками все дальше и дальше въезжая на песок, его родители перепугались не на шутку.

– Но почему, Джон, почему? – спрашивала мать. – Почему так трудно быть таким же, как все? Низко летают пеликаны. И альбатросы. Вот пусть они и планируют себе над водой! Но ты же – чайка! И почему ты совсем не ешь? Взгляни на себя, сынок, – кости да перья!



– Ну и пусть кости да перья. Но я совсем неплохо себя чувствую, мама. Просто мне интересно, что я могу в воздухе, а чего – не могу. Я просто хочу знать.

– Послушай-ка, Джонатан, – вовсе не сердитым тоном говорил ему отец. – Скоро зима, и судов на море поубавится. А рыба, которая обычно живет у поверхности, уйдет вглубь. Так что уж если тебе настолько необходимо что-нибудь изучать, изучай способы добычи пропитания. А твои летные эксперименты – оно, конечно, замечательно, однако, сам понимаешь, планирующим спуском сыт не будешь. Ты летаешь для того, чтобы есть. И не стоит об этом забывать.

Джонатан послушно кивнул. И в течение нескольких дней пытался сделать так, чтобы поведение его не отличалось от поведения всех остальных чаек. Причем пытался честно, по-настоящему принимая участие в игре и возне, которые устраивала стая в борьбе за рыбы потроха и корки хлеба вокруг рыбацких судов и причалов. Но выработать в себе серьезное ко всему этому отношение Джонатану так и не удалось.

– Нелепость какая-то, – размышлял он, намеренно роняя завоеванную в тяжелой борьбе добычу.

Старая голодная чайка, которая гналась за Джонатаном, подхватила брошенный кусок.

Джонатан подумал: «Все это время я мог бы потратить на изучение полета. Ведь еще столько всего предстоит узнать!»

И потому вскоре Чайка Джонатан снова оказался в море – он учился в одиночестве, голодный и счастливый.

На этот раз объектом исследования была скорость, и за неделю практики Джонатан узнал о скорости полета больше, чем самая быстрая чайка постигает за всю жизнь...

...Остаток своих дней Чайка Джонатан Ливингстон провел в одиночестве, однако отнюдь не в Дальних Скалах, ибо он улетел гораздо дальше. И единственным, что несколько угнетало его, было не одиночество, но отказ остальных чаек поверить в славу полета, их ожидавшую. *Они отказались открыть глаза и увидеть!*

С каждым днем знание, которым обладал Джонатан, росло. Он обнаружил, что благодаря скоростному пику может добывать редкую и очень вкусную рыбу, ходившую стаями на глубине десяти футов. Теперь он не был больше привязан к таким, казалось бы, жизненно необходимым вещам, как рыболовецкие суда и размокшие корки заплесневелого хлеба. Он также научился спать на лету, не сбиваясь с курса. Это позволило ему использовать дующий с берега ночной бриз, от заката до восхода преодолевая расстояние в сотню миль.



Тот же принцип внутреннего контроля Джонатан применял и для полетов сквозь густой морской туман, постепенно поднимаясь над которым, он достигал сияющего неба... В то самое время, когда все без исключения остальные чайки сидели на земле, и уделом их были только дождь и промозглая мгла. А на высотных ветрах Джонатан залетал далеко вглубь материка, где обитали сухопутные насекомые – подлинное лакомство.

Серая скука, и страх, и злоба – вот причины того, что жизнь столь коротка. Осознав это, Джонатан избавил свои мысли от скуки, страха и злобы и жил очень долго, и был по-настоящему счастлив.

В одиночестве наслаждался он плодами того, что некогда намеревался подарить всей стае. Он научился летать и не сожалел о той цене, которую ему пришлось заплатить...

...И они пришли, вечером, и нашли его. Он парил один в покое столь любимого им неба. Две чайки появились рядом с ним и летели крыло к крылу по обе стороны от него. Чистотой своей подобные свету звезды, они мягко сияли во тьме ночного неба, и добротой было исполнено их сияние. Но изумительнее всего было мастерство их полета – расстояние между концами их крыльев и концами крыльев Джонатана при любом движении неизменно оставалось ровно один дюйм.

Серая скука, и страх, и злоба – вот причины того, что жизнь столь коротка. Осознав это, Джонатан избавил свои мысли от скуки, страха и злобы и жил очень долго, и был по-настоящему счастлив...

Не говоря ни слова, Джонатан подверг их проверке – испытанию, которого не смогла бы выдержать ни одна чайка. Он спирально изогнул крылья, сбросив скорость до величины, всего на единственную милю в час превышающей порог срыва. Две сияющие птицы сделали то же самое. Положение их по отношению к Джонатану не изменилось при этом ни на йоту. Искусством медленного полета они явно владели в совершенстве.

Джонатан сложил крылья, перевернулся и упал в пике, развив скорость 190 миль в час. Они спикировали вместе с ним, и форма их устремленных вниз тел была абсолютно безупречна.

И наконец, не сбавляя скорости, он вертикально зашел на широкую мертвую петлю. С улыбкой они проделали маневр вместе с ним.

Тогда он вернулся в режим горизонтального полета. Некоторое время помолчав, он произнес:

– Прекрасно. И кто же вы такие?

– Мы – из твоей стаи, Джонатан. Мы – твои братья, и мы пришли за тобой. Пора подниматься выше. Пора возвращаться домой.

– Но у меня нет дома. И стаи – тоже нет. Ведь я – изгнанник. И кроме того, сейчас мы парим на самом верхнем уровне Великого Ветра Гор. И я



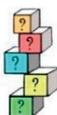
не думаю, что смогу заставить свое старое тело подняться выше, чем на две-три сотни футов.

– *Сможешь, ибо ты обрел знание. Одна школа закончена, пришла пора начинать следующую.*

И осознание, в течение всей жизни бывшее для Чайки Джонатана далекой путеводной звездой, ярко вспыхнуло в тот же миг. Они были правы. Он может подняться гораздо выше, и время возвращаться домой *действительно* пришло.

Он в последний раз окинул взглядом земное небо и саму Землю – дивный серебристый мир, на которой столь многому научился, а потом сказал: «Я готов».

И они втроем – Чайка Джонатан Ливингстон и две сияющие, подобно звездам, птицы – устремились ввысь, чтобы раствориться в совершенстве небесной темноты.



1. Чем Чайка Джонатан Ливингстон отличался от своих собратьев?
2. Что было самым важным для всех членов стаи?
3. Что было самым важным для Джонатана?
4. Достиг ли герой повести-притчи свой идеал? Поясните ответ.
5. Был ли Джонатан успешен с точки зрения стаи? Почему?
6. Почему стая не захотела «поверить в славу полета»?
7. Был ли Джонатан счастлив? Обоснуйте ответ.
8. Продолжил ли он свой путь к идеальному полету?
9. Есть ли предел на пути совершенствования? Аргументируйте свою точку зрения.



Задание 5. Подумайте, что является для вас полетом в вашей жизни. В чем вам хочется совершенствоваться и достичь идеала? Выполните рисунок на тему «Полет моей жизни».



Задание 6. Прочитайте произведение Р. Баха «Чайка по имени Джонатан Ливингстон». Каков был дальнейший путь героя к идеальному полету?

Задание 7. Подготовьте сообщение о биографии Р. Баха. Что общего в жизни писателя и героя его произведения Чайки по имени Джонатан Ливингстон?



Обсудите в группах принцип единства в многообразии на примере понятия *идеал*. Рассмотрите это понятие в самопознании, литературе, математике, физике, биологии, географии, информатике и других школьных дисциплинах.

Нарисуйте плакат, отражающий результаты обсуждения.



Песня о волшебнике

Слова Ю. Мориц
Музыка С. Никитина

Сапожник починяет нам ботинки,
А плотник – табуретку и крыльцо,
Но только у волшебника в починке
Светлеет ваше сердце и лицо!

Припев:

Какая тонкая работа –
Счастливым сделать хоть кого-то,
Цветок удачи принести,
От одиночества спасти,
А самому потом тихонечко уйти...

Волшебник – это сказочная личность,
И сказочно он скромн, господа.
В нем сказочно отсутствует двуличность,
И выгод он не ищет никогда.

Припев

Язык чужой обиды и печали
Волшебник изучает с детских лет.
Его вселять надежды обучали –
И это основной его предмет!

Припев

5–6. ЧЕЛОВЕК – ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ

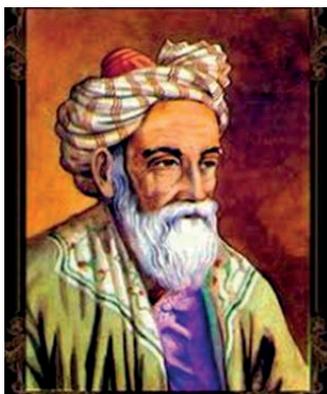


Я удивляюсь человеческому Разуму... Но не открытию им Америки или закона всемирного тяготения, а умению делать добро, умению быть справедливым, умению страдать за чужое горе, ибо не первое делает человека Человеком и Вечным, а второе.

Ильяс Есенберлин



Омар Хайям



Омар Хайям Нишапури

Омар Хайям Нишапури – персидский философ, математик, астроном и поэт. Внес вклад в алгебру построением классификации кубических уравнений и их решением с помощью конических сечений, а также известен созданием самого точного из ныне используемых календарей.

Образ великого поэта Востока овеян легендами, а биография полна тайн и загадок.

Древний Восток знал Омара Хайяма в первую очередь как выдающегося ученого: математика, физика, астронома, философа. В современном мире он более известен как поэт, создатель оригинальных философско-лирических четверостиший – мудрых, полных юмора, лукавства и дерзости. Эти четверостишия называются *рубаи*.

Рубаи – одна из самых сложных жанровых форм таджикско-персидской поэзии. Объем рубаи – четыре строки, три из которых (редко четыре) рифмуются между собой.

Хайям – непревзойденный мастер этого жанра. Его рубаи поражают меткостью наблюдений, глубиной постижения мира и души человека, яркостью образов и изяществом ритмики.

<https://biography-life.ru/science/>



Задание 1. Прочитайте рубаи Омара Хайяма. Выберите одно, наиболее понравившееся, и выучите его наизусть. Объясните, почему именно это стихотворение вы выбрали.

Задание 2. Обратите внимание, что в рубаи рифмуются первая, вторая и четвертая строки. Попробуйте написать свое стихотворение в этом стиле. Можете выразить в нем мудрость, которую вы постигли в своей жизни.



В одно окно смотрели двое.
Один увидел дождь и грязь.
Другой – листья зеленой вяза, весну и небо голубое.
В одно окно смотрели двое...

«Ад и рай – в небесах», – утверждают ханжи.
Я, в себя заглянув, убедился во лжи:
Ад и рай – не круги во дворце мироздания.
Ад и рай – это две половинки души.

Чем ниже человек душой,
Тем выше задирает нос.
Он носом тянется туда,
Куда душою не дорос.

Все, что видим мы, – видимость только одна.
Далеко от поверхности мира до дна.
Полагай несущественным явное в мире,
Ибо тайная сущность вещей не видна.

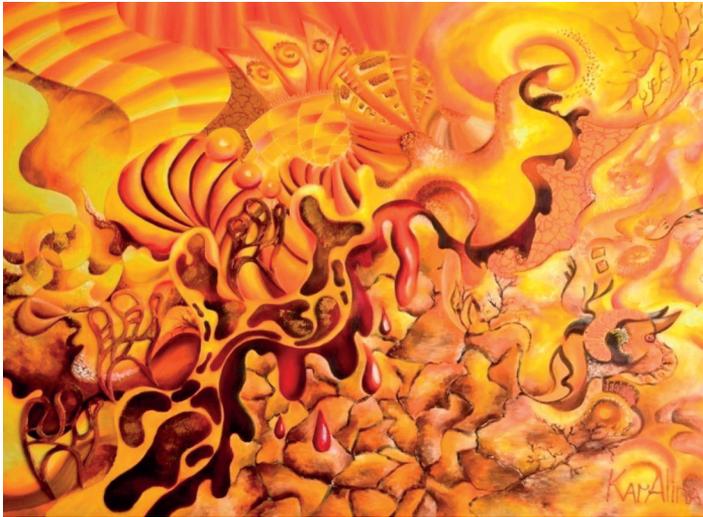
Ты скажешь: эта жизнь – одно мгновенье.
Ее цени, в ней черпай вдохновенье.
Как проведешь ее, так и пройдет.
Не забывай: она – твоё творенье.

Чтоб мудро жизнь прожить, знать надобно немало.
Два важных правила запомни для начала:
Ты лучше голодай, чем что попало есть,
И лучше будь один, чем вместе с кем попало.

Мы – источник веселья и скорби рудник.
Мы – вместилище скверны и чистый родник.
Человек, словно в зеркале мир, многолик.
Он ничтожен – и он же безмерно велик!

Как часто, в жизни ошибаясь, теряем тех, кем дорожим.
Чужим понравиться стараясь, порой от ближнего бежим.
Возносим тех, кто нас не стоит, а самых верных предаем.
Кто нас так любит, обижаем, и сами извинений ждем.

Не делай зла – вернется бумерангом.
Не плюй в колодец – будешь воду пить.
Не оскорбляй того, кто ниже рангом,
А вдруг придется что-нибудь просить.



Не предавай друзей – их не заменишь,
И не теряй любимых – не вернешь.
Не лги себе – со временем проверишь,
Что этой ложью сам себя ты предаешь.

Не завидуй тому, кто силен и богат,
За рассветом всегда наступает закат.
С этой жизнью короткою, равною вдоху,
Обращайся как с данной тебе напрокат.

Кто понял жизнь, тот больше не спешит,
Смакует каждый миг и наблюдает,
Как спит ребенок, молится старик,
Как дождь идет и как снежинка тает.

Ветер жизни иногда свиреп,
В целом жизнь, однако, хороша.
И не страшно, когда черный хлеб.
Страшно, когда черная душа.

Не верь тому, кто говорит красиво, –
В его словах всегда игра.
Поверь тому, кто молчаливо
Творит красивые дела.

Один не разберет, чем пахнут розы,
Другой из горьких трав добудет мед...
Кому-то мелочь дашь, навек запомнит,
Кому-то жизнь отдашь, а он и не поймет...



Каждый человек обладает совестью или способностью отличать добро от зла, и именно это делает человека венцом творения. Но не каждый стремится использовать и развивать этот великий дар, данный нам природой.

Многие люди в благоприятных условиях применяют этот дар и поступают согласно голосу совести. Но в некоторых жизненных ситуациях,



одолеваемые сознанием вины, страхом или сильным желанием, действуют прямо противоположно тому, что велит совесть, оказываясь затем лицом к лицу с последствиями. При этом в глубине души каждый человек осознает, что в конце концов правда восторжествует. Поэтому тот, кто не живет в ладу со своей совестью, не может чувствовать себя счастливым. Не зря говорят: «Совесть замучила», «Совесть спать спокойно не дает» и т. д.

Иногда кажется, что всегда жить по совести невозможно – слишком много несправедливости в мире. Но если мы внимательно посмотрим вокруг, то всегда найдем людей, живущих по совести. Таких людей в народе называют «соль земли», или говорят: «На таких людях земля держится». Часто они очень скромны и незаметны, но без них наша жизнь была бы лишена своего истинного смысла.

И если мы внимательней приглядимся к таким людям, то заметим, что, несмотря на все трудности, они живут, ощущая и излучая внутренний свет, гармонию и счастье. Например, великий педагог Ян Амос Коменский подчеркивал: «Чистая совесть – непрерывный пир». А римский император Марк Аврелий писал: «Приставляя одно доброе дело к другому так плотно, чтобы между ними не оставалось ни малейшего промежутка, – вот что я называю наслаждаться».

Для понимания того, что значит для человека совесть, важно рассмотреть ее противоположность – бесчестие. Абай Кунанбаев выделяет два вида бесчестия: приспособленчество (пысықтық) и невежество (надандық).

Приспособленец может быть умен, воспитан, находчив, может хорошо знать и уметь пользоваться законами государства и общества, но ради выгоды и корысти готов переступить через совесть, дружбу, любовь. Невежда, так же как приспособленец, не прислушивается к голосу совести. Более того, не владеет даже элементарными знаниями, а ради удовлетворения своих желаний готов на все.

Конечно, желание быть богатым и уметь зарабатывать деньги само по себе не плохо. Но зачастую на пути расчета и корысти есть опасность, как говорит казахстанский философ, историк, писатель Гарифолла Есим, потерять «духовную драгоценность – совесть».



Задание 3. Обсудите в группах вопросы.

- Как я понимаю, что такое *совесть*?
- Прислушиваюсь ли я к голосу совести?
- Почему людей, живущих по совести, называют «соль земли» и говорят, что «на них земля держится»?
- Как вы думаете, почему люди, живущие по совести, несмотря на все трудности, живут, ощущая и излучая внутренний свет, гармонию и счастье?

- Кто такие приспособленцы и невежды, о которых писал А. Кунанбаев? Прислушиваются ли они к голосу совести? Смогут ли достичь в жизни внутреннего счастья и гармонии?
- Как вы думаете, почему Г. Есим назвал совесть *духовной драгоценностью*? Почему так опасно ее потерять?

Задание 4. Нарисуйте плакат на тему «Духовная драгоценность – совесть».



Зинаида Туснолобова – женщина-легенда

Война навсегда изменила ее участников и сделала удивительные истории реальными.

Зинаида Туснолобова родилась 23 ноября 1920 г. на хуторе Шевцово-Евфросиньевской волости. Затем вместе с родителями оказалась в Сибири, в городе Ленинск-Кузнецкий Кемеровской области. Здесь окончила школу, работала лаборантом.

Когда началась война, Зинаида пошла на курсы медсестер. В 1942-м попала на фронт. За 8 месяцев вынесла на себе с поля боя 123 раненых солдата.

В одном из боев в феврале 1943-го помощь молодой медсестры потребовалась командиру. Но тут ранило и ее саму, пули перебили обе ноги. К раненой девушке подошел немецкий солдат. Ударил ногой в живот, бил прикладом по лицу, голове. Но, к счастью, почему-то не выстрелил, и Зинаида осталась жива...

Нашли Зину через сутки разведчики. Снег вокруг был красным от крови и замерзшим. Медсестру из него вырезали ножом. На руках и ногах началась гангрена, и врачи их ампутировали. Девушка пережила множество операций.

Так в 22 года Зинаида осталась без рук и ног. Другой бы умер от отчаяния или попал в интернат для инвалидов. А она заставила судьбу работать на себя. Заново училась ходить, писать – жить...

Зинаида не стала жаловаться на несправедливую судьбу, не мучила себя мыслями о тревожном будущем, она хотела только одного – служить Родине, что-то делать для победы. И она нашла способ продолжить воевать – стала воевать словом.





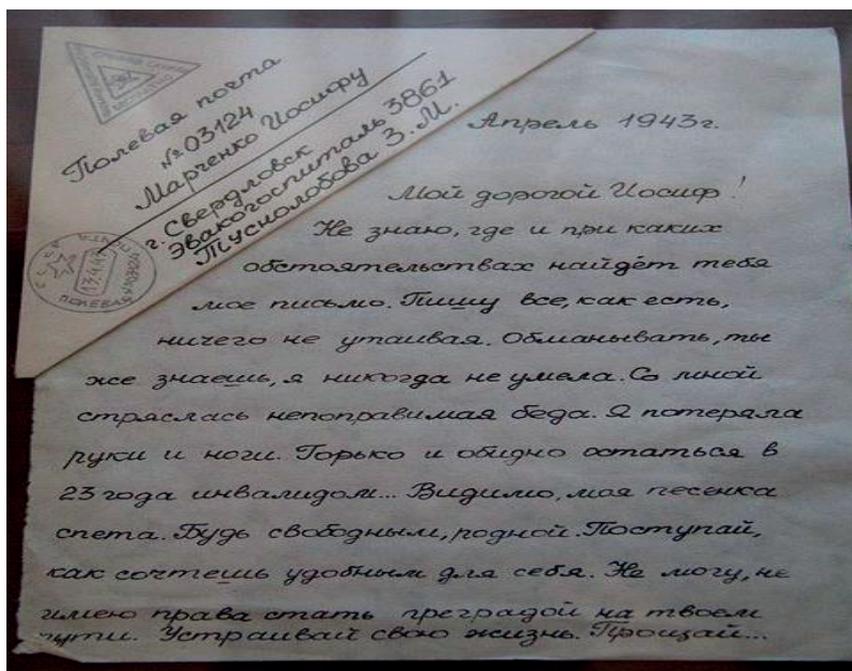
Зина писала статьи в газеты, выступала перед заводскими рабочими, солдатами – призывала делать все возможное для победы. Бойцы, слушая пламенные речи девушки без рук и ног, плакали и клялись сражаться до последней капли крови за Родину и за нее – юную, но не сдающуюся. В бой шли танки, летели самолеты с надписью «За Зину Туснолобову!»

Таким образом, молодая героиня осталась в строю, вдохновляя на подвиги других...

До войны у Зины был жених – молодой красавец Иосиф Марченко. На фронте он командовал ротой, в минуты редкого отдыха постоянно думая о своей невесте Зине. Уже полгода он не получал от нее никаких вестей. Последнее письмо пришло зимой с Воронежского фронта. Зина писала, что здорова, тоже воюет и сильно скучает по нему. С тех пор Иосиф много раз писал ей, но ответа так и не было... В часы затишья между боями его мучили вопросы: «Где она? Что с ней? Жива ли?»



Наконец, в июле 1943 г. Марченко получил долгожданный треугольник и с нетерпением развернул его... Стоявшие рядом боевые товарищи увидели, как он вдруг сильно побледнел. Иосиф протянул им листок со страшной вестью – письмо от Зины, написанное рукой медсестры Свердловского госпиталя...





На следующий день Иосиф отправил невесте письмо, в котором писал, что никогда не бросит любимую...

Они поженились, и Зинаида родила четверых детей, из которых выжили только двое: сын Владимир и дочка Нина.

Из воспоминаний Владимира: «Про начало их любви я ничего не могу рассказать. А вот как они относились друг к другу в зрелом возрасте, хорошо помню. Отец трогательно о маме заботился: увидит первый цветок или ягоду – ей несет. Помогал по дому, занимался огородом, садом, держал хозяйство: поросенка, кур, кроликов. Думаю, мама всегда чувствовала себя любимой.

Я не замечал, что мама инвалид. Не обращал внимания ни на ее увечье, ни на шрамы. Маму же любят не за красоту. Кстати, она могла нас с сестрой и нянчить, взять на руки, как любая женщина. Много она могла. Правая рука была ампутирована выше локтя, и на остаток руки она зубами надевала резиновую манжетку с авторучкой. Так и вела свою обширную переписку.

На левой руке московский хирург Николай Соколов разделил лучевые кости и обшил их кожей. Вышло два пальца. Мама могла брать ими вещи, причесываться, умываться и т. д. Протезы для ног Соколов сделал эксклюзивные. Долго их изобретал. Правда, их хватало на четыре-пять лет, потом надо было ездить в Москву менять. По дому мама могла передвигаться сидя. А если куда-то нужно было ехать или идти, отец надевал ей протезы...

Мама и отец были заядлыми грибниками. Грибов собирали столько, что сушили их картофельными мешками. Потом отправляли родственникам и друзьям в разные города посылки с дарами леса. Гостинцы получал и хирург Соколов.

Даже нитку вдеть в иголку мама научилась. Шила, штопала. Могла на протезах нагнуться и помыть пол. Топила печку. Вести хозяйство помогала бабушка Татьяна Николаевна – мамина мама. Мы с сестрой тоже не оставались в стороне: картошку почистить, постирать. Помогали и соседи – мы с ними жили одной семьей. Много, само собой, лежало на отце.

Но в основном мама справлялась по дому сама. Рано вставала, приводила себя в порядок и принималась за работу...»

Зинаида Михайловна не только справлялась со всей домашней работой, но и несла большую общественную нагрузку. Начиналось лето – и в доме сменяли друг друга делегации. Из Сибири, Украины, из самых разных уголков Союза... За день могли побывать три группы. А письма приходили пачками! На них не смогли бы ответить и пять человек. Письма можно было отправлять без точного адреса. Просто: Беларусь, Зинаиде Тусноловой-Марченко. Она была членом горкома партии и депутатом горсовета.



Иосиф и Зинаида с детьми Владимиром и Ниной

та. Народ к ней шел и шел. Зинаида Михайловна помогала найти жилье, устроить ребенка в детсад, достать лекарства, организовать доставку дров... Постоянно выступала в военных частях, школах, на предприятиях.

Из воспоминаний Владимира: «Несмотря на то, что мама была известным на всю страну человеком, а отец – директором артели «Пищевик», жили мы всегда скромно. Телевизор я впервые увидел в 8 классе. У отца и матери я учился трудолюбию, жизнелюбию, честности.

Кстати, я мог не пойти в армию, так как оба родителя инвалиды. Но мать настояла. Повестка мне пришла в ракетные войска. После армии я стал более ответственным человеком.

Она была мудрой матерью. И я ей за это очень благодарен».

В 1987 г. Витебский облисполком утвердил Премию имени Зинаиды Тусноловой-Марченко. Ею награждают лучших многодетных матерей региона. Лауреатами премии за эти годы стали 372 жительницы Придвинья. Торжественная церемония награждения проходит ежегодно накануне Дня матери 14 октября.

Умерла Зинаида Михайловна Туснолова-Марченко в 59 лет – 20 мая 1980 г. Похоронена на Лютеранском кладбище в Полоцке. Она почетный гражданин этого города.

*Фото из семейного архива
[www. https://topwar.ru](http://www.https://topwar.ru)*



1. Что больше всего тронуло ваше сердце в истории Зинаиды Тусноловой?
2. Как вы думаете, что помогло Зине не сломаться и не упасть духом после того, как она стала инвалидом?
3. Что могло произойти с Зиной, если бы в момент трагедии она думала только о себе, о своем горе, а не о том, как помочь Родине?

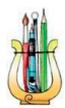


4. Какими качествами характера обладала Зинаида Михайловна?
5. Что укрепляет дух человека: эгоизм и желание спасти себя или жертвенность и желание помочь другим? Эгоизм или бескорыстие делает людей сильными?
6. Чему научила вас история жизни Зинаиды Гусноловой?



Задание 5. Знаете ли вы подобные истории жизни людей, проявивших великое мужество и самопожертвование? Возможно, в вашей семье или среди ваших знакомых есть такие люди. Найдите истории героизма и жертвенности людей и расскажите их в классе.

Напишите эссе на тему «Герой духа». Проанализируйте, какие качества характера помогли людям стать героями духа.



Наш современник педагог-гуманист Шалва Александрович Амонашвили говорит, что каждому человеку нужно стремиться быть героем духа. Как вы думаете, трудно ли это? Какие качества характера нужны для этого? Обсудите эти вопросы в группе.

Нарисуйте плакат на тему «Почему бы нам не прожить жизнь героями духа?»



Мы часто восхищаемся храбрыми людьми. Но что такое *храбрость*? Если человек храбр, он не дрогнет, столкнувшись с опасностью, трудностью или болью. Но не только это. Храбрость – нечто большее, чем стойкость под огнем противника. Она проявляется в любых испытаниях. Исследователи различают моральную и физическую храбрость, храбрость при отсутствии страха и при его наличии.

Храбрый человек способен обуздать эмоции, не позволить страху завладеть собой, не пуститься в бегство, не прятать голову в песок, когда грозит опасность. Одним словом, храбрость – не в отсутствии страха, а в умении его преодолеть.

На протяжении веков понятие храбрости эволюционировало. Если раньше оно означало в первую очередь отвагу на войне, на поле брани (физическую храбрость), то теперь оно означает и моральное, психологическое мужество.

Моральное мужество – это способность выполнять свой долг, несмотря на грозящие опасности или неприятности. Жизнь и судьба Зинаиды Гусноловой – это пример морального мужества.

Психологическое мужество позволяет с достоинством, хладнокровно и даже с юмором переносить серьезные испытания или тяжелую болезнь.



Я люблю тебя, жизнь

Слова К. Ваншенкина
Музыка Э. Колмановского

Я люблю тебя, жизнь,
Что само по себе и не ново.
Я люблю тебя, жизнь,
Я люблю тебя снова и снова.

Вот уж окна зажглись...
Я шагаю с работы устало.
Я люблю тебя, жизнь,
И хочу, чтобы лучше ты стала.

Мне немало дано –
Ширь земли и равнина морская.
Мне известна давно
Бескорыстная дружба мужская.

В звоне каждого дня
Как я счастлив, что нет мне покоя!
Есть любовь у меня.
Жизнь, ты знаешь, что это такое.

Как поют соловьи,
Полумрак, поцелуй на рассвете
И вершина любви –
Это чудо великое – дети.

Вновь мы с ними пройдем
Детство, юность, вокзалы, причалы...
Будут внуки потом –
Все опять повторится сначала.

Ах, как годы летят...
Мы грустим, седину замечая.
Жизнь, ты помнишь солдат,
Что погибли, тебя защищая?

Так ликуй и вершись
В трубных звуках весеннего гимна.
Я люблю тебя, жизнь,
И надеюсь, что это взаимно.

7–8. НАЙТИ СЕБЯ



*Человек, который не может найти
удовлетворение в своей личности,
будет впустую искать его где-то еще.*

Франсуа де Ларошфуко



Путь самосовершенствования Бенджамина Франклина

По книге Б. Франклина «Моя автобиография»

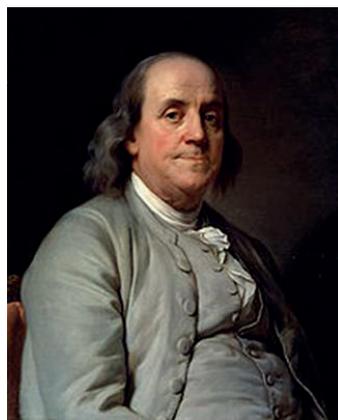
Бенджамин Франклин (17 января 1706 – 17 апреля 1790) вошел в историю как политический деятель, изобретатель, ученый, дипломат, писатель, бизнесмен, издатель и журналист, а также чрезвычайно влиятельный человек, чей авторитет признавали и к кому с великим почтением относились как самые известные богачи того времени, так и короли с президентами.

Как ученый, Франклин исследовал природу электричества, создал громоотвод и конденсаторную батарею, ввел в физику обозначение электрической полярности «+» и «-», выдвинул концепцию электродвигателя, придумал бифокальные очки, изучал ширину, глубину течения Гольфстрим, которому сам дал название.

Как политик, Франклин был единственным, кто скрепил своей подписью все три важнейших исторических документа, ставших основой образования Соединенных Штатов Америки. Это первый американец, избранный иностранным членом Российской академии наук. Он изображен на купюре 100 долларов, а его роль как политика была настолько значительной, что его часто ошибочно считают американским президентом. Когда он умер, на похороны собрались около 20 000 человек.

Поистине впечатляющий список, достойный нескольких жизней самых талантливых людей! Любой человек, занимающийся самосовершенствованием, просто обязан познакомиться с жизнью Бенджамина Франклина.

Бенджамин родился в Бостоне в семье многодетного мыловара. Бен (так его называли близкие) был 15-м ребенком, после него родились еще двое ребятшек. В 8 лет его отправили в школу, но проучиться мальчик смог лишь 2 года – у отца не нашлось денег на учебу. 10-летний Бен помогал отцу на мыловарне, но изнурительный труд не отбил тягу к знаниям. Днем



Бенджамин Франклин



он плавил воск для свечей и варил мыло, а вечером запоем читал. Покупать книги отец не мог, поэтому мальчик брал их на время у друзей и знакомых.

Затем отец отправил подростка к старшему сыну, открывшему к тому времени типографию. 12-летний Франклин трудился подмастерьем, увлекся типографским делом и сочинительством баллад. Позже он скопил деньги на билет и сбежал в Филадельфию, где устроился в типографию. Молодого и толкового мастера заметили и отправили в Лондон, поручив закупить станки и открыть в Филадельфии типографию. Британская пресса так понравилась Франклину, что спустя десяток лет он стал издателем собственных газеты и альманаха. Издания печатались в собственной типографии Бенджамина и приносили доход. Обеспечив безбедное существование семье, Франклин сконцентрировал силы на науке и политике.

Франклин был уверен в нескольких вещах. Во-первых, в том, что жизнь должна иметь достойную цель. Во-вторых, если есть достойная цель и для вас это не пустой звук, то у вас должен быть план ее достижения. Генеральный план жизни. Этот генеральный план должен конкретизироваться в большие планы на несколько лет, большие планы – в конкретные годовые планы, годовые – в планы месячные, последние – в планы на неделю и на день.

Франклин постоянно трудился над совершенствованием своего характера. Однажды ему в руки попали «Воспоминания о Сократе» Ксенофонта. В этом произведении описывается уникальный сократовский метод познания и убеждения. Он заключается в том, чтобы ничего не доказывать, а только задавать вопросы. Если оппонент неправ, то при помощи правильно заданных вопросов можно в два счета показать всю его несостоятельность. Если же собеседник прав, тогда ты тоже не остаешься в убытке, так как узнаешь что-то новое.

Будучи увлеченным такой методикой дискуссий, Бенджамин достиг выдающихся результатов в ней, так как постоянно практиковался. Это приносило ему много побед в спорах с более старшими и авторитетными собеседниками. Однако через несколько лет он решил полностью отказаться от этого метода, так как решил, что данная система дискуссии, особенно его победы, рождали в нем некоторую долю самоуверенности и гордыни.

Тут сразу же вспоминается афоризм о том, что можно быть скромным, не будучи мудрым, но нельзя быть мудрым, не будучи скромным. Вместо самоуверенных фраз типа «несомненно», «разумеется», «вне всяких сомнений» и т. п. Франклин стал употреблять крайне сдержанные и тактичные обороты речи: «Мне кажется, что...», «В силу определенных обстоятельств я считаю...», «Если я не ошибаюсь, то...», «Вероятно вы правы, но если посмотреть с другой стороны...» и т. д. Именно такая вежливо дипломатичная манера выразиться во многом сыграла решающую роль в самых



сложных ситуациях его жизни. Люди подсознательно становятся на твою сторону, если ты не слепо, с пеной у рта доказываешь свою точку зрения, но спокойно высказываешь ее в виде идеи к размышлению. По утверждению самого Бенджамина, этот принцип общения с людьми стал важнейшим фактором того, что с его мнением так рано стали считаться почтенные граждане.

Вот несколько самых ценных уроков, которые мы можем вынести из жизни Бенджамина Франклина. Они пригодятся каждому из нас.

Программа нравственного самосовершенствования

В возрасте 22 лет Франклин замыслил смелый и трудный план достижения морального совершенства. Вот как он сам писал об этом: «Для этой цели я выработал следующий метод. Я обозначил 13-ю именами все те добродетели, которые казались мне в то время необходимыми и желательными, связав с каждым именем краткое наставление, которое полностью выражало объем каждого понятия.

1. *Воздержание* – есть не до пресыщения.
2. *Молчание* – говорить только то, что может принести пользу мне или другому; избегать пустых разговоров.
3. *Порядок* – держать все свои вещи на их местах; для каждого занятия иметь свое время.
4. *Решительность* – решаться выполнять то, что должно сделать; неукоснительно выполнять то, что решено.
5. *Бережливость* – тратить деньги только на то, что приносит благо мне или другим, т. е. ничего не расточать.
6. *Трудолюбие* – не терять времени попусту; быть всегда занятым чем-либо полезным; отказываться от всех ненужных действий.
7. *Искренность* – не причинять вредного обмана, иметь чистые и справедливые мысли; в разговоре также придерживаться этого правила.
8. *Справедливость* – не причинять никому вреда; не допускать несправедливостей и совершать добрые дела, которые входят в число твоих обязанностей.
9. *Умеренность* – избегать крайностей; сдерживать, насколько ты считаешь это уместным, чувство обиды от несправедливостей.
10. *Чистота* – не допускать телесной нечистоты; соблюдать опрятность в одежде и в жилище.
11. *Спокойствие* – не волноваться по пустякам и по поводу обычных или неизбежных случаев.
12. *Целомудрие* – будь целомудрен в мыслях, управляй своими инстинктами.
13. *Скромность* – подражай святым и Сократу».



Впечатляющий список добродетелей, не так ли? Но Франклин на этом не остановился. Он разработал систему, которая помогла ему сделать эти добродетели частью своей повседневной жизни. В ее основе был 13-недельный план, который помогал ему оставаться сосредоточенным на том, что важно сейчас. Так как главной целью Франклина было сделать эти добродетели привычными, он решил на каждую из них выделять одну неделю. И лишь по истечении этого времени переходить к следующей добродетели. Ежедневная борьба – постоянно оставаться сосредоточенным на том, что действительно важно. Как и многим из нас, Бенджамину было очень сложно сосредоточиться.

Чтобы оставаться сосредоточенным, Франклин завел записную книжку из 13 страниц – по одной на каждую добродетель. Каждую страницу он разлиновал так, что получилось 7 столбцов (7 дней недели). Затем он провел 13 горизонтальных линий (13 добродетелей).

Франклин знал, что не сможет овладеть всеми 13-ю добродетелями сразу, поэтому он решил посвящать каждой из них по одной неделе. Он считал, что если будет фокусироваться на одной добродетели, то она быстро войдет в привычку. После этого он планировал переходить к другой добродетели, на следующей неделе – к следующей и т. д., пока не овладеет всеми.

В первую неделю основное внимание Франклина было сосредоточено на одной добродетели, другие оставались на волю случая. Он только отмечал каждый вечер черным кружком промахи, сделанные им в течение дня. Таким образом, он мог работать над собой и делать каждый день все меньше и меньше ошибок, становясь лучше с каждым годом.

Бенджамин Франклин писал в своей биографии: «Я хотел бы, чтобы мои потомки знали, что именно этому маленькому изобретению, с Божьего благословения, обязан их предок постоянным счастьем своей жизни вплоть до настоящего времени, когда он пишет эти строки в возрасте 79 лет».

План на день

Франклин знал, как это важно – делать правильные вещи в нужное время. Чтобы в этом преуспеть, он всегда четко планировал свой день. Это позволило ему делать упор на то, что является действительно важным.

FORM OF THE PAGES.

TEMPERANCE.

Eat not to dullness: drink not to elevation.

	Sun.	M.	T.	W.	Th.	F.	S.
Tem.							
Sil.	*	*		*		*	
Ord.	*	*	*		*	*	*
Res.		*				*	
Fru.		*				*	
Ind.			*				
Sinc.							
Jus.							
Mod.							
Clea.							
Tran.							
Chas.							
Hum.							

Страница из записной книжки Б. Франклина с 13-недельным планом



Идеальный распорядок дня, также внесенный в маленький «Дневник добродетели», выглядел следующим образом.

	Часы	
Утро Вопрос: «Что хорошего сделаю сегодня?»	5	Подняться, умыться и обратиться к Всемогущему Господу! Определить дела и принять решения на день. Завтрак
	6	
	7	
	8	Работа
	9	
	10	
	11	
Полдень	12	Читать или просматривать отчеты
	1	Обед
Вторая половина дня	2	Работа
	3	
	4	
	5	
Вечер Вопрос: «Что хорошего сделал сегодня?»	6	Положить все вещи на свои места
	7	Музыка или развлечения. Или беседа
	8	Подвести итоги дня
	9	
Ночь	10–5	Сон

Если человек планирует каждый свой день, то он может сосредоточиться на том, что действительно важно для него. И делать правильные вещи в нужное время. Такое расписание поможет распланировать весь свой день, и вы будете уверены, что ничего не забудете и все успеете.

«Рано ложиться и рано вставать – вот что делает человека здоровым, богатым и умным». Бенджамин Франклин

Франклин вставал каждый день в 5 часов утра для того, чтобы определить свои планы на день. Каждое утро он задавал себе один и тот же вопрос: «Что я должен сделать сегодня?» Он просыпался, планировал свой день, завтракал и к 8 утра уже был готов приступить к делам.

Такова была его ежедневная утренняя привычка. Во многом, возможно, рутинная. Но она имела очень важное значение, потому что благодаря этой привычке у Франклина было на 3 часа времени больше, чем у остальных.

То, чем вы занимаетесь с того момента, как проснулись, и до того момента, как начали работать, имеет большое значение. От этого может зависеть исход всего вашего дня.

Конец дня – это время, когда вы можете оценить все, что сделали за сегодня. Вы можете заметить свой прогресс и похвалить себя за успехи или, наоборот, понять, что вам еще предстоит хорошо поработать, чтобы достигнуть намеченной цели.



Франклин каждый вечер спрашивал себя: «Что хорошего я сделал за сегодня?» Это являлось важным шагом на пути к его цели.

Жизнь Бенджамина Франклина – яркий пример того, как можно и нужно воспитывать свой характер, чтобы достигать высоких и благородных целей.

<https://www.psychologos.ru>



1. Что в истории жизни Бенджамина Франклина вас наиболее впечатлило и запомнилось?
2. Какие качества характера Франклина вам особенно понравились? Почему?
3. Как вы думаете, почему важно как можно раньше ставить жизненные цели? Определили ли вы свои?
4. Нужно ли планировать свой день? Планируете ли его вы?
5. Насколько важно, на ваш взгляд, иметь свою программу самосовершенствования? Есть ли у вас такая программа?
6. Был ли Бенджамин Франклин счастливым человеком? Аргументируйте ответ.
7. Есть ли общее в понимании счастья у аль-Фараби и Бенджамина Франклина? Что именно?



Задание 1. Прочитайте изречения, которые называют «жемчужинами мудрости». Какой темой они объединены? Выучите наизусть понравившееся изречение.

*Я буду управлять своей жизнью и мыслями так, словно весь мир видит первое и слышит второе. **Сенека***

*Если встретил хорошего человека – учись у него, если встретил плохого – изучай себя. **Конфуций***

*Будьте внимательны к своим мыслям – они начало поступков. **Лао Цзы***

*Думай хорошо, и мысли созреют в добрые поступки. **Л. Толстой***

Весь мир – это зеркало, в котором каждый видит свое отражение.

Восточная мудрость

Задание 2. Подготовьте презентацию о людях, которые, совершенствуя себя, меняли свою жизнь и жизнь других людей к лучшему. Можно рассказать как об известных людях, так и о ваших близких, друзьях и знакомых.

Задание 3. В группах придумайте и разыграйте сценку, в которой отразится ваше понимание ценности *праведное поведение*.



Проявляя вечные ценности души, человек может найти себя, познать свою вечную духовную природу.

Есть *ценности вечные и временные*. Временные ценности меняются с течением жизни человека и выстраиваются в определенную иерархию. В течение жизни одни ценности находятся на первом месте, другие занимают последние места, потом происходит смена значимости ценностей.

Известно, что на пересмотр системы жизненных ценностей могут повлиять различные факторы. К примеру, неизлечимая тяжелая болезнь, утрата жилища и имущества, смерть близкого человека и т. п. Конечно, значительное влияние на человека оказывает и система общепринятых в социуме ценностей, заставляя даже зрелых людей менять свои жизненные кредо. Огромное влияние на человека могут оказывать ценностные установки авторитетной личности. Следовательно, индивидуальный комплекс ценностей человека не остается неизменным, он претерпевает большие изменения из-за влияния разных ситуаций на протяжении всей жизни.

Но есть *вечные, абсолютные общечеловеческие ценности*. Это ценности, не изменяющиеся во времени и значимые не для какого-то ограниченного круга людей, а имеющие значение для всего человечества. *Они остаются неизменными и вечными на протяжении всей истории как фундаментальные основания духовной культуры человечества*. Они заложены в сердце каждого человека от рождения, едины для всех людей, не зависят от национальности, расы, среды обитания и неизменны во времени.

Абсолютные общечеловеческие ценности имеют глубокий внутренний смысл и предстают не просто в качестве внешних моральных правил, а как объекты внутреннего опыта, т. е. в их основе оказывается *совесть* человека как воплощение *истины, праведного поведения, внутреннего покоя, любви, ненасилия*.

Пять общечеловеческих ценностей неразделимы, взаимосвязаны, взаимозависимы и, проникая друг в друга, создают *единую основу духовности человека и его культуры*. *Общечеловеческие ценности – это та сила, которая задает направление развитию человека, делает его жизнь полной, приносит переживание счастья и способствует полному раскрытию его потенциала*.

Истина – это то, что остается неизменным, основополагающий жизненный принцип; духовное начало, единая суть, присущая всему мирозданию. Человек, стремящийся к истине, учится видеть единство в многообразии, осознавать взаимосвязь всех процессов на Земле: личностных, социальных, природных и т. д.

Душа каждого человека обладает общечеловеческими ценностями. Душа полна любви, покоя, знает истину, радуется праведному поведению и не приемлет насилия.



Праведное поведение – это поведение, соответствующее долгу и обязательствам, поступки, созвучные внутреннему голосу совести.

Любовь – чистая, бескорыстная и безусловная любовь, энергия, созидаящая и поддерживающая жизнь.

Внутренний покой – это совершенное умиротворение ума, переживание истинной духовной природы человека.

Ненасилие – это значит не причинять вреда никому, ни мыслью, ни словом, ни делом.

Проявляясь в поведении человека как качества характера, общечеловеческие ценности создают основу благородного характера человека.

Для того чтобы найти себя, определить свое место в жизни, очень важно практиковать общечеловеческую ценность *праведное поведение*.

Праведное поведение – это поступки, исходящие от внутреннего голоса совести. Оно рождается в сердце, а затем выражается в форме слов и поступков. Такие поступки, где нет места личным интересам, ожиданию похвал и выгод, открывают человеку путь к источнику внутреннего покоя и радости. Человек, способный видеть красоту, высоко ценить простые вещи и относиться к людям с любовью и добротой, живет в состоянии удовлетворенности, покоя и обладает жизненной энергией. Поэтому **праведное поведение** – это основа процветания человечества, нерушимая истина во все времена.

Если праведное поведение «ослабевает» и перестает управлять человеческой жизнью, весь мир погружается в отчаяние и страх, и его сотрясает дисгармония отношений. Праведное поведение – это свет жизни, рассеивающий тьму внутреннюю и внешнюю, дарующий покой и счастье; внутренняя культура поведения человека, смыслом которой является процветание всех окружающих. У каждого из нас есть свои обязанности, свой долг, например, долг сына, дочери, внука, брата, сестры, ученика, друга, учителя, родителя и т. д. Суть праведного поведения заключается в том, чтобы все свои обязанности и свой долг мы выполняли на совесть, с любовью.

Главный принцип праведного поведения – знать и выполнять законы природы, общества и государства.



Слово тридцать второе Из книги «Слова назидания»

Абай Кунанбаев

Тем, кто стремится усвоить науку, необходимо знать условия, без которых невозможно достичь цели.

Во-первых, обретая знания, не ставь себе задачи получить через них какую-нибудь выгоду. Чтобы заняться наукой, прежде всего, нужно полюбить



ее, иметь стремление к ней. Если ты ценишь знания как высшее благо, каждое открытие новых истин принесет твоей душе покой и удовлетворение. Крепко запоминай то, что ново для тебя, тогда появится стремление к поискам, любовь к науке, память хорошо усвоит и запечатлеет в себе то, что ты видел и слышал.

Если же мысли твои заняты другим, а науку ты ищешь из жажды накопительства, твое отношение к знаниям будет таким же, как отношение мачехи к пасынку. Когда душа и мысли поистине благосклонны к науке, она и сама становится благосклонной – легко дается. С половинчатой благосклонностью она и воспринимается половинчато.

Во-вторых, изучая науку, ставь перед собой ясные и благородные цели, не стремись приобрести знания для того, чтобы иметь возможность спорить с другими. В разумных пределах споры помогают обрести твердость в убеждении, но чрезмерное увлечение ими только портит человека. Потому что охотники до словесной перебранки чаще всего затевают споры не для выяснения истины, а чтоб блеснуть знаниями, одержать верх над другими. Такие споры рождают зависть, они не прибавляют человечности, не служат науке, напротив – сбивают людей с толку. Это – занятие смутьянов. Тот, кто сбивает с праведного пути сотни людей, не стоит мизинца того, кто возвратил на путь истины хотя бы одного человека!

Да, споры – один из путей науки. Но тот, кто втягивается в них, рискует стать самодовольным спесивцем, завистливым сплетником. Такому человеку в спорах не чужды и ложь, и злословие, и брань, унижающие человеческое достоинство.

В-третьих, если ты добился истины, не отступай от нее даже под страхом смерти. Если твои знания не способны убедить тебя, не думай, что кто-то другой оценит их. Если ты сам не ценишь своих знаний, как ждать признания других?

В-четвертых, существуют два орудия, способствующие приумножению знаний. Одно из них – мулахаза¹, другое – мухафаза². Эти способности должны находиться в непрестанном совершенствовании. Не усилив их в себе, не умножить знаний.

В-пятых, в Слове девятнадцатом сказано о четырех губительных недостатках ума, среди них тот, что называется беспечностью, праздностью ума. Душа моя, заклинаю, остерегайся этого зла! Оно губительно и для Бога, и для человека, и для разума, и для чести. Оно – враг всему! Но там, где жива совесть, этому недостатку нет места.

¹ *Мулахаза (араб.)* – тонкое искусство ведения полемики.

² *Мухафаза (араб.)* – твердость в отстаивании своих позиций.



В-шестых, сосуд, хранящий ум и знания, – характер человека. Воспитывай свой характер! Предавшись зависти, легкомудрию, то и дело попадая под влияние чужих речей и сиюминутных увлечений, можешь утратить твердость характера.

Не будет пользы от учения, если нет надежного хранилища для знаний!

Для того чтобы достигнуть намеченной цели и быть верным своему долгу, в характере человека должны быть постоянство, решимость, сильная воля, способные сберечь трезвость рассудка и чистоту совести. Все должно служить делу разума и чести.



1. Какое условие постижения науки Абай назвал первым? Почему?
2. Что является вторым условием постижения науки? В чем его смысл?
3. Чем, по мнению мыслителя, опасны споры?
4. Каково третье условие постижения науки?
5. Как вы поняли четвертое условие постижения науки?
6. Каков основной губительный недостаток ума?
7. В чем заключается шестое условие постижения науки?



Задание 4. Кратко запишите в Тетради ученика шесть условий постижения науки, указанных А. Кунанбаевым. Оцените по ним ваше отношение к учебе. Около каждого условия поставьте цифру от 0 до 10, показывающую уровень вашего соответствия данному условию.

Задание 5. Прочитайте «Слово пятнадцатое» А. Кунанбаева и определите, в чем состоит разница между умным и глупым человеком, с точки зрения Абая.



Составьте свою программу самосовершенствования по рекомендациям Бенджамина Франклина в Тетради ученика (задание 2). Для этого осуществите шаги, описанные в задании, и заполните таблицы.

1. Определение цели (таблица 1)
2. Определение прошлых успехов и достижений (таблица 2)
3. Совершенствование каждый день (таблица 3)

Через месяц оцените результаты. Проанализируйте, что получилось, а что нет, что помогло, а что помешало вам реализовать программу. Подкорректируйте программу и через месяц снова оцените результаты.



Из поэмы «Благодатное знание»

Юсуф Баласагуни

Жизнь – это ценность, данная на срок.
Добро содеял и добро извлек.
Вставай, верши добро, пока ты в силе.
Не забывай – нам всем лежать в могиле.

Нам только имя навсегда дается.
Уходим мы, но имя остается.
Что ожидает нас – позор иль слава?
При жизни сделать выбор – наше право.

Прав был мудрец, сказав нам в назиданье,
Что не бывает зла без наказания.
Не делай зла, в подлунном мире сущий,
Кто б ни был ты – бедняк иль власть имущий!

Чтоб конь не шел неведомо куда,
Необходима крепкая узда.
Чтобы дурные сдерживать желанья,
Узда необходима в виде знанья.

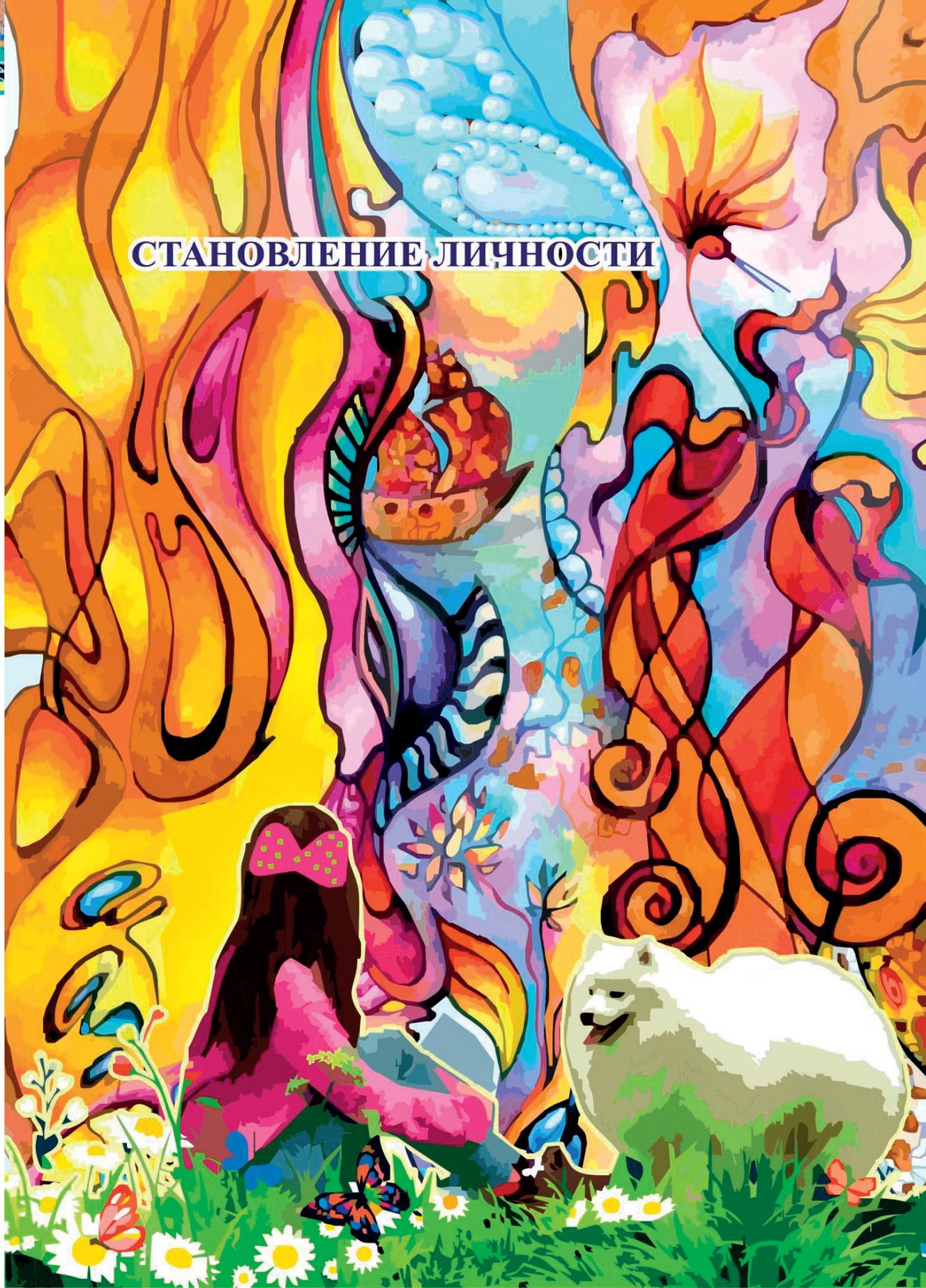
На воле табуны пасутся в поле,
И только конь любимый на приколе.
Всегда чем более себя мы ценим,
Тем меньше воли мы даем влеченьям.

Еще скажу я: прав ты иль неправ,
Не молви слова, гнев не обуздав.
Чтобы потом, когда уж сделал дело,
Раскаянье тобой не овладело.

Один порок, поверь, вселится в нас
И открывает дверь другим сейчас.
Серьезней всех других наверняка
Такой изъян, как лживость языка.

Не думай, как бы ни был ты велик,
Что ты всего достиг и все постиг.
Лишь разумом и знаньем обладая,
Ты будешь нужен людям, как вода живая.

СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ



ПРОЕКТ «СТАНОВЛЕНИЕ ИСТИННОГО ЛИДЕРА»

ЭТАП II



*Лидерство заключается не в решении вопросов,
а в развитии людей.
Ведь это так просто – быть лидером.
Это значит помогать людям
как можно полнее раскрыть все свои таланты
и способности по мере продвижения
к достойной и высокой цели.*

Робин Шарма

Второй этап. На втором этапе вы включаетесь в непосредственную подготовительную работу по реализации проекта. Этот этап деятельности осуществляется в группе, что будет способствовать развитию коммуникативных качеств. Вам необходимо объединиться в мини-группы по несколько человек и после обстоятельного обсуждения принять обоснованное решение о проекте, который вы будете выполнять. Каждая группа должна будет часто собираться и вместе обсуждать свой проект.

На данном этапе все задания выполняются коллективно, но результаты общих обсуждений каждый записывает в свою индивидуальную Тетрадь ученика.

Задание 1. Участие в проектной деятельности дает возможность каждому максимально раскрыть свои лидерские способности. Прежде чем приступить к составлению плана реализации проекта, обсудите и сформулируйте *цель* и *задачи* проекта. В первую очередь, надо продумать цель проектной деятельности, которая должна отражать ваше желание помочь родному городу или селу, поселку, сделать жизнь людей лучше.

Затем следует сформулировать более конкретные задачи, которые следует решить, чтобы реализовать вашу основную цель.

Придумайте название вашего проекта. Его можно условно озаглавить через указание направления вашей деятельности.

- Ветеран живет рядом.
- Забота о братьях наших меньших.
- Помогите родному городу.
- Тепло сердец.

Возможно, вы предложите другие варианты цели, которую надо достичь (помощь в классе, школе, микрорайоне, селе или городе).

Выполните соответствующее задание в Тетради ученика.



Задание 2. Составьте план реализации проекта и задания для всех участников вашей группы. Выберите ответственных за выполнение групповых заданий.

Обсудите детали и время выполнения каждого задания, необходимые ресурсы, место проведения основного мероприятия вашего проекта и др.

Заполните таблицу в Тетради ученика.

План проектной деятельности

Задания, которые надо выполнить	Дата выполнения задания	Ответственные за выполнение задания

Задание 3. Второй этап выполнения проекта потребует от вас активизации *поисково-информационной деятельности*. Необходимо быть максимально информированными для достижения поставленной цели и решения задач проекта. Источники информации могут быть самыми разными: книги, материалы СМИ и интернета, теле- и радиопередачи и др.

Уточните, какого рода информация вам нужна. Где ее можно найти? Возможно, вам помогут конкретные люди. Надо с ними встретиться, подготовиться к беседе, задать четкие вопросы.

Определите основные источники получения информации.

При выполнении этого задания вам помогут такие качества и способности, как сосредоточенность, внимательность, логическое мышление, умение анализировать, применять знания на практике, налаживать контакты, задавать вопросы, создавать в беседе доверительную атмосферу и т. д.

Задание 4. Проанализируйте свою деятельность по реализации проекта и ответьте на вопросы.

- Какие обязанности закреплены за вами в проектной деятельности?
- Что вы уже сделали?
- С какими трудностями вы столкнулись и как с ними справились?
- Что еще предстоит сделать?
- Какие лидерские качества развиваются в ходе выполнения заданий по проекту на втором этапе?

Раздел II. СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

9–10. ПРАВСТВЕННЫЕ ОСНОВЫ ЛИЧНОСТИ



*Нравственность – основа всех
человеческих ценностей.*

Альберт Эйнштейн



Жил-был прораб

Притча

Жил-был прораб. Всю жизнь он строил дома, но стал стар и решил уйти на пенсию.

– Я увольняюсь, – сказал он работодателю. – Ухожу на пенсию. Буду со старушкой внуков нянчить.

Хозяину было жалко расставаться с этим человеком, и он попросил его:

– Слушай, а давай так – построй последний дом, и проводим тебя на пенсию. С хорошей премией!

Прораб согласился. Согласно новому проекту, ему надо было построить дом для маленькой семьи. И началось: согласования, поиски материалов, проверки...

Прораб торопился, потому что уже видел себя на пенсии. Чего-то не доделывал, что-то упрощал, покупал дешевые материалы, так как их можно было быстрее доставить...

Он чувствовал, что делает не лучшую свою работу, но оправдывал себя тем, что это конец его карьеры.

По завершении стройки он вызвал хозяина. Тот осмотрел дом и сказал:

– Знаешь, а ведь это твой дом! Возьми ключи и вселяйся. Все документы уже оформлены. Это тебе подарок от фирмы за долголетнюю работу.

Что испытал прораб, было известно только ему одному! Он стоял красный от стыда, а все вокруг хлопали в ладоши, поздравляли его с новосельем и думали, что он краснеет от застенчивости. А он краснел от стыда за собственную небрежность. Он сознавал, что все ошибки и недочеты стали теперь его проблемами, и он должен будет жить в том единственном доме, который построил плохо. А все вокруг думали, что он смущен дорогим подарком...

Иногда мы все подобны этому прорабу – строим наши жизни так же, как он строил дом перед уходом на пенсию. Мы не прилагаем особых усилий, считая, что результаты этой конкретной стройки не так уж важны и что строим не для себя, а для других. Зачем стараться?



Но позже осознаем, что живем в доме, который построили сами. Ведь все, что мы делаем сегодня, будет иметь свои последствия завтра, и то, что мы делаем для других, в конечном итоге, делаем для самих себя.

Уже сегодня мы строим дом, в который вселимся завтра...

<http://pritchi.ru>



1. Что чувствовал прораб во время строительства последнего дома перед уходом на пенсию?
2. Какое оправдание он нашел тому, что делал не лучшую свою работу?
3. Что испытал прораб, когда узнал, что в том единственном плохо построенном доме должен жить сам?
4. В чем смысл фразы «*Все, что мы делаем, имеет значение*»?
5. Приведите примеры из своей жизни, когда вы делали порученную вам работу тщательно, на совесть, не думая о награде, погрузившись в момент «здесь и сейчас». Расскажите, какие чувства вы при этом испытывали.



Задание 1. Прочитайте высказывания известных людей. На их основе сделайте вывод в виде двух-трех тезисов.

*Прежде чем воспитывать людей, воспитай себя. **Б. Алтынсарин***

*Человеческие чувства часто сильнее возбуждаются или смягчаются примерами, чем словами. **П. Абеляр***

*Высший поступок – поставить другого впереди себя. **У. Блейк***

Тысячи слов оставляют меньший след, чем память об одном поступке.

Г. Ибсен

*Всякий сумеет следовать по проторенной дорожке, проложенной отцами. Если ты в силах, ищи свои пути. **М. Ауэзов***

Задание 2. В Тетради ученика составьте кластер на тему «Качества человека, который бескорыстно служит человечеству».

Задание 3. Прочитайте отрывок из книги «Мотивация и личность» основателя гуманистической психологии Абрахама Маслоу (1908–1970).

Напишите эссе-размышление на тему «Миссия человека».



Служение

Из книги «Мотивация и личность»

Абрахам Маслоу

Мы выявили еще одну особенность исследованных нами людей. Я говорю о присущей им сосредоточенности на проблемах внешнего порядка. Если попытаться найти название этой особенности, то я бы предложил назвать ее *служением* в противоположность эгоцентрическим тенденциям.

В отличие от неуверенных, тревожных людей с их склонностью к постоянному самоанализу и самокопанию, этих людей мало беспокоят личные проблемы, они не слишком склонны размышлять о себе. Почти у каждого из них есть призвание и дело, которым они служат, которым они посвящают себя без остатка. Почти каждый из них озабочен какой-то важной проблемой, решение которой требует от него всех сил и энергии. Это не обязательно любимое занятие, не обязательно дело, которого человек желал, или занятия, к которым он стремился. Это может быть дело, которым он чувствует себя обязанным заниматься.

Именно поэтому я говорю о служении, о жизненной миссии, а не просто о «любимом» деле. Эти люди, как правило, не озабочены проблемами личного, эгоистического характера. Они в большинстве своем думают о благе других людей: всего человечества, своих сограждан или же о благе близких и дорогих им людей.

За небольшим исключением практически у всех наших испытуемых мы отметили одну характерную особенность. Эти люди склонны к размышлениям об основополагающих проблемах человеческого бытия, они задаются теми вечными, фундаментальными вопросами, которые мы называем *философскими* или *нравственными*. Можно сказать, что они живут в глобальной системе координат. В частном они умеют видеть общее, и никакие, даже самые яркие частные проявления не скроют от них общей картины.

В основе их системы координат или системы ценностей никогда не лежит местечковый патриотизм. Как правило, в ней отражен опыт всей истории человечества, она отвечает не ситуационным запросам, не социальному заказу, а требованиям эпохи. Одним словом, эти люди в каком-то смысле, несомненно, философы, хотя их философия не обязательно наукообразна. Иногда это то, что можно назвать житейской философией.

Именно поэтому я говорю о служении, о жизненной миссии, а не просто о «любимом» деле. Эти люди, как правило, не озабочены проблемами личного, эгоистического характера, они в большинстве своем думают о благе других людей...

Разумеется, такая установка сказывается практически на всех аспектах их жизни. Так, например, один из главных симптомов, с которого мы на-



чинали изучение целостного синдрома самоактуализации и который был обозначен нами как широта (или немелочность), несомненно, является проявлением этой более общей характеристики. Способность вознестись над обыденностью, умение отрешиться от частных, расширить горизонты восприятия, посмотреть на вещи в перспективе, *sub specie aeternitatis*¹ имеет огромное социальное значение.

По-видимому, именно этой способностью объясняется умиротворенность, свойственная самоактуализированным людям, их умение сохранять спокойствие, не тревожиться по пустякам – свойства, которые облегчают жизнь не только им самим, но и окружающим их людям.



Про искренность

Виктор Слетов

Всегда ли искренность полезна?
Во всем ли искренность нужна?
Ну, да! Наверное – конечно,
Ведь в ней душа отражена!

Через нее приходит счастье
В больную душу в час ненастья.
Скитаясь в поисках любви,
Ее на помощь призови!

Но всякий ли ее оценит,
Ведь иногда сей горек плод.
Ведь без нее бывает проще
Прожить в тени и без забот.

Да, но как больно ошибаться
И мухой с паутиной драться,
Коль угодишь в обмана сеть
Среди коварного лукавства.

Но где ее святая искра?
Пробьется. Надобно суметь
Росток ее, что к солнцу рвется,
Не растоптать, а разуть.

Блажен лишь тот, кому судьбой
Дано большое в жизни счастье –
Уменье быть самим собой,
Какими б ни были ненастья.



И дольше века длится день...

Предисловие к роману

Чингиз Айтматов

Общеизвестно: трудолюбие – одно из неперенных мерил достоинства человека. В этом смысле Едигей Жангельдин, Буранный Едигей, так еще называют его знающие люди, поистине настоящий труженик. Он один из тех, на которых, как говорится, земля держится... Именно поэтому для меня было важно, обращаясь к проблемам, затронутым в романе, увидеть мир через его судьбу – фронтовика, железнодорожного рабочего... В столкновении вечного и текущего в жизни человек-труженик интересен и ва-

¹ *Sub specie aeternitatis* – крылатое латинское выражение, которое означает «с точки зрения вечности».



жен настолько, насколько он личность, насколько богат его духовный мир, насколько сконцентрировано в нем его время. Вот я и пытался поставить Буранного Едигея в центр современного мне миропорядка, в центр волнующих меня проблем.

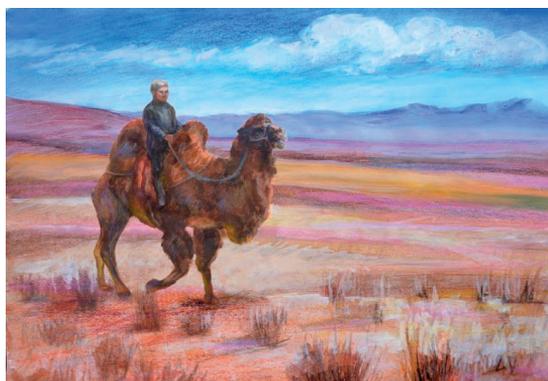
Буранный Едигей не только труженик от природы и по роду занятий. Он человек трудолюбивой души. Человек трудолюбивой души будет задавать себе вопросы, на которые у других всегда есть готовый ответ, поэтому они лениво делают какое-то дело, даже когда делают его хорошо, и живут, только потребляя. Людей же трудолюбивой души будто соединяет некое братство – они всегда способны отличить один другого и понять, а если не понять, то задуматься. Наше время дает им столько пищи для размышлений, как никакого не давало никогда. Цепочка человеческой памяти уже тянется с Земли в космос...

В условиях сегодняшнего дня, когда не просто появляются технические возможности для стабильного выхода в космос, но когда экономические и экологические нужды человечества властно требуют осуществления этой возможности, разжигание розни между народами, растрачивание материальных ресурсов и мозговой энергии на гонку вооружений есть самое чудовищное из преступлений против человека...

Если человечество не научится жить в мире, оно погибнет.

Если человечество не научится жить в мире, оно погибнет.

Атмосфера недоверия, настороженности, конфронтации есть одна из самых опасных угроз спокойной и счастливой жизни человечества.



Люди могут быть терпимы друг к другу, но они не могут мыслить одинаково, оставаясь при этом людьми, сохраняя свои человеческие качества...

Человек без памяти прошлого, поставленный перед необходимостью заново определить свое место в мире, человек, лишенный исторического опыта своего народа и других народов, оказывается вне исторической перспективы и способен жить только сегодняшним днем...



Разумеется, события, связанные с описаниями контактов с внеземной цивилизацией, и все то, что происходит по этой причине, не имеют под собой решительно никакой реальной почвы. Нигде на свете не существуют в действительности сарозекские и невадские космодромы. Два различных мира – две различные системы взяты здесь мною вне исторической реальности, совершенно условно, как правило игры. Вся «космологическая» история вымышлена мной с одной лишь целью – заострить в парадоксальной, гиперболизированной форме ситуацию, чреватую потенциальными опасностями для людей на Земле.

Страшный парадокс этого мира: в Древней Греции прекращались войны на время Олимпийских игр, а сегодня Олимпиада стала для некоторых стран поводом для «холодной войны»...

Вот я и хочу, чтобы сарозекские метафоры моего романа напомнили еще раз трудящемуся человеку о его ответственности за судьбу нашей Земли...



1. Как вы понимаете выражение *человек трудолюбивой души*?
2. Какие вопросы задает себе человек трудолюбивой души?
3. Встречали ли вы таких людей? Расскажите о них.
4. Согласны ли вы с автором, что, если человечество не научится жить в мире, оно погибнет? Аргументируйте ответ.
5. Чувствуете ли вы себя ответственным за судьбу человечества и планеты? В чем это выражается?
6. Что можете сделать лично вы для улучшения жизни людей? Поделитесь своими идеями.



Задание 4. Подготовьте сообщение о жизни и творчестве Ч. Айтматова. Подумайте, как произведения писателя помогают нам осознать общечеловеческие ценности как нравственную опору бытия.

Задание 5. Прочитайте высказывание немецкого философа Иммануила Канта.

Две вещи наполняют душу всегда новым и все более сильным удивлением и благоговением – это звездное небо надо мной и нравственный закон во мне.

Ответьте на вопросы.

- В каждом ли человеке есть нравственный закон?
- Нравственный закон находится внутри человека или это нечто внешнее, идущее от законов общества?
- Почему философ сравнивает нравственный закон внутри человека со звездным небом над головой?



Подготовьте для публикации на интернет-портале «Самопознание» (<http://www.ozin-ozit-tanu.kz>) эссе на тему «Нравственный закон внутри человека».



Каждый человек имеет свои нравственные ориентиры в жизни. Что это значит? Это значит, что каждый из нас строит свою жизнь в соответствии с правилами, принципами, которые являются для него основополагающими.

Но есть главные нравственные принципы всего человечества, которые основаны на общечеловеческих ценностях: говорить правду, поступать по совести, стараться в любой жизненной ситуации сохранять внутренний покой, позитивно мыслить, уметь бескорыстно заботиться о людях, животных – всех, кто в этом нуждается, уметь любить и никогда никому не вредить. **Нравственное поведение** – это поведение, соответствующее голосу совести.

Существует много людей, которые дают полезные советы о нравственности, образовании, ответственности, долге, порядке и т. д. Но сами они далеко не всегда соблюдают то, чему охотно поучают других людей. Часто люди умеют лишь говорить, а не делать.

Слова, лишённые своего конкретного воплощения в жизни, – вот болезнь, поразившая сегодня мир. Современный мир страдает от неприкрытой лжи, лицемерия, безнравственности. Справедливость, гуманизм и милосердие затуманены материальными потребностями, губительными привычками, погоней за модой, соблюдением условностей и т. д.

Человек становится частью толпы. Его уединение полностью нарушено, он не может глубоко погрузиться в себя и осознать свою истинную духовную природу.

Вся беда в том, что человек ищет покой везде, кроме того места, где это состояние пребывает и где оно достижимо, т. е. в своем сердце. И пока мы не заглянем внутрь себя и не попытаемся понять, кто мы есть на самом деле и почему беспокойство овладело нами изнутри, мы будем метаться в погоне за исполнением желаний в тщетной надежде обрести желанный покой.

Истинное местопребывание покоя – это чистое человеческое сердце. Покой как характеристика высшего духовного начала в человеке осознается каждым из нас и проявляется в нашей жизни как невозмутимость, удовлетворенность, внутренняя радость, непривязанность и т. д.

Каждому человеку следует понимать важность воспитания хорошего характера и укреплять свою волю к совершенствованию. Если он будет идти по жизни разумно и осмотрительно, он может продемонстрировать истину утверждения: *«Истинная природа человека – любовь и покой».*



Поверь в себя

Софья Омарова

Угасает в руке свеча,
Только в сердце еще любовь.
Для нее ты живешь сейчас,
Возрождаясь из пепла вновь!

Научись смотреть вдаль,
Подними глаза ввысь.
Ты поймешь, внутри есть рай,
Осознаешь свою жизнь!

– Научусь смотреть вдаль,
Подниму глаза ввысь.
Я пойму, внутри есть рай,
Осознаю свою жизнь!

В полуночной мгле луна,
Звезды шепчут об одном –
Что взойдет и моя звезда
И осветит весь мир добром!

Будешь верить в себя всегда,
Станешь радовать всех вокруг.
В твоём сердце живет свет,
И весь мир для тебя друг!

– Буду верить в себя всегда,
Стану радовать всех вокруг.
В моем сердце живет свет,
И весь мир для меня друг!

Растаются, когда ложь,
Засыпают, когда тьма.
Если в сердце живет любовь,
Значит, боль навсегда ушла!

Просто ты поверь в себя!
Просто сердце свое открой!
Подними глаза в небеса,
Ощути мир и покой!

11–12. ВОСПИТАНИЕ ХАРАКТЕРА



*Посеешь мысль – пожнешь действие.
Посеешь действие – пожнешь наклонность.
Посеешь наклонность – пожнешь привычку.
Посеешь привычку – пожнешь характер.
Посеешь характер – пожнешь судьбу.*

Восточная мудрость



Бауыржан Оспанов

Отрывок

Аскарбек Кусаинов

В 1991 г. Казахстан стал независимым государством. С тех пор прошло почти 30 лет. С исторической точки зрения, это не так уж и много. Но если смотреть с точки зрения жизни отдельного человека, то это достаточно большой временной отрезок...

За этот период в нашей стране произошло много изменений.

Исполнилась многовековая мечта народа – обретение независимости. Это вдохновило наших граждан, подняло их боевой дух, воодушевило общественность. Многие в результате этого подъема начали с большим энтузиазмом трудиться в области экономики, в промышленности, социальной сфере, бизнесе... Эти люди не считались ни со временем, ни со сложностями быта, связывая все свои лучшие ожидания с завтрашним днем, с будущим.

В это время Бауыржан Кенесбекулы Оспанов только что окончил институт, был еще молодым человеком – ему не было еще и 25 лет. Он стоял перед выбором жизненного пути, размышляя, с чего следует начинать, как добиться поставленных высоких целей и задач. Его занимали мысли о родителях, родственниках, об улучшении условий жизни народа, о будущем нации. Заставили глубоко задуматься и слова великого Абая:

Будь разборчив в пути своем.

Если ты талантлив – гордись.

И надежным кирпичом

В стену строящуюся ложись.

Бауыржан был моим студентом. Я слышал, что он достиг больших успехов в бизнесе, стал известным меценатом. Но я не видел результатов его трудов и многого о нем не знал...

На одной из наших встреч речь зашла о современном воспитании подрастающего поколения. Бауыржан тогда рассказал о том, что он проводит большую работу в этом направлении, и попросил съездить в его родной аул



Жыланды, в соседний Лепсы, ознакомиться с мероприятиями, проводимыми там, поговорить с учителями.

Я побывал в тех местах, увидел результаты его деятельности, встречался с аульчанами, учителями, поговорил с детьми из школы-интерната. И после того, как узнал об их жизни, настроении, решил взяться за ручку, чтобы донести до людей то, как обстоит положение дел в нашей глубинке...

Все, что довелось увидеть в той поездке, разговор, состоявшийся с Бауыржаном, не забывались. Чтобы сделать столько хорошего для родной земли, для земляков, надо, чтобы человек обладал особыми духовными и человеческими качествами. А они, как известно, складываются не за один день. Эти качества передаются ребенку, в первую очередь, в семье, ведь он берет пример с родителей и взрослеет, впитывая в себя семейные ценности...

У казахов есть крылатые слова: «Тот, кто видел воспитание отца, обстругивает стрелы. Тот, кто видел воспитание матери, кроит полушубок». Кенесбек агай и Батиха апай – люди, рано осознавшие мудрость этих слов и заложившие их в основу воспитания своих детей...

Мечта Бауыржана Кенесбекулы – на базе аульной школы открыть лицей, где по углубленной программе изучали бы физику, математику, информатику, знали бы русский и иностранный языки. А для этого надо прежде всего улучшить материальную базу.

Здание школы давно обветшало, потому что долгие годы не было капитального ремонта. В первую очередь Бауыржан взялся за ремонт и расширение здания. Затем построили актовый и спортивный залы, перекрыли крышу.

Бауыржан, понимая, что качественные знания могут дать только профессионалы с высоким уровнем подготовки, а для приглашения таковых необходимы соответствующие условия, на свои деньги возвел в ауле 12 домов для учителей. В построенные по современным образцам дома провели холодную и горячую воду, установили ванны, купили всю необходимую для повседневной жизни мебель...

Идеи Бауыржана, связанные с повышением качества образования, успешно реализуются, претворяются в жизнь.

При поддержке Бауыржана Кенесбекулы в 2014 г. впервые была проведена районная школьная олимпиада по математике и физике «Олимпиада Жыланды», а на следующий год была организована областная «Олимпиада Жыланды». Чтобы провести мероприятия на высоком уровне, были приглашены опытные учителя Республиканской физико-математической специализированной школы имени О. Жаутикова. Учащиеся-победители и их учителя были награждены ценными подарками и призами.



Бауыржан всемерно поддерживает интересные начинания коллектива школы, ежегодно финансирует организацию летнего лагеря учебы и отдыха, предназначенного для совершенствования языковой подготовки, на базе средней школы-лицея «Жыланды» совместно с Назарбаев Университетом.

В школе проводятся открытые воспитательные часы с участием родителей и детей, конференции, интересные встречи, дебаты, дни открытых дверей. Все проводимые мероприятия имеют цель повысить результативность воспитательной работы, направленной на духовно-нравственное совершенствование подрастающего поколения.

Для проведения культурного досуга земляков был построен Дворец культуры и спорта, оснащенный современным оборудованием, на работу которого постоянно выделяются значительные средства.

Бауыржан Кенесбекулы, хорошо знающий, что будущее ребенка напрямую зависит от воспитания, полученного в детстве, принял участие в строительстве большого детского сада, выделил средства для создания капитальной материальной базы.

В течение 20 лет он оказывает материальную помощь многодетным семьям, сиротам, вдовам. Помогает больным аульчанам, выделяя деньги на их лечение, оздоровление. В канун Нового года дарит подарки всем детям.

Бауыржан – человек, который никогда не курил, не употреблял алкоголь. После того как он создал в ауле условия для занятий спортом, молодежь стала отказываться от вредных привычек.

Когда я был в ауле, зашел в магазины и удивился – в продаже не было алкоголя. Оказывается, люди поддержали почин Бауыржана, и продажа алкогольных напитков была полностью запрещена...

В ауле держат специальных дояров, чтобы каждый день снабжать аульчан бесплатным кумысом. Уделяется большое внимание работам по улучшению породы лошадей, коров, овец на основе современных методик.

За что бы ни брался Бауыржан, он всегда сначала все тщательно изучает, исследует, применяя самые современные методы и приемы, внося уникальные новшества.

Бауыржан Кенесбекулы – гражданин, патриот, заботящийся о сегодняшнем дне и будущем своего народа. И мы, его земляки, гордимся им и его славными делами.



1. Как характеризуют Бауыржана Кенесбекулы его жизнь и деятельность?
2. Можно ли сказать, что этот человек нашел себя? Почему?
3. Какие чувства испытывал автор статьи, узнав о деятельности своего бывшего студента?



4. Какие общечеловеческие ценности проявились в характере Бауыржана?
5. Встречали ли вы таких людей в своей жизни? Расскажите о них.
6. Есть ли у вас желание служить своей стране? Что бы вы мечтали сделать для своих сограждан?



Задание 1. Прочитайте и проанализируйте цитаты, выделив в них мысль об общечеловеческих ценностях. Поделитесь своим мнением с одноклассниками.

Не красота вызывает любовь, а любовь заставляет нас видеть красоту.

Л. Толстой

Чем спокойнее и уравновешеннее человек, тем мощнее его потенциал и тем большим будет его успех в добрых и достойных делах. Невозмутимость разума – одно из величайших сокровищ мудрости.

А. Джеймс

Чем человек умнее и добрее, тем больше он замечает добра в людях.

Ю. Баласагуни

Уважай всякого человека, как самого себя, и поступай с ним, как ты желаешь, чтобы поступали с тобой.

Б. Паскаль

Умение прощать – свойство сильных. Слабые не прощают.

М. Ганди

Задание 2. Напишите в Тетради ученика эссе на тему «Что я мечтаю сделать для Казахстана».



Руководствуясь в повседневной жизни общечеловеческими ценностями, человек воспитывает благородный характер. *Благородный характер проявляется в единстве мыслей, слов и дел.*

А недостаток гармонии между мыслями, словами и делами ведет человека к самообману и развивает в нем лицемерие.

Следует развивать необходимую силу воли, чтобы достичь единства между мыслями, словами и делами. Чем чаще мы будем правильно поступать, тем раньше и быстрее эти благие привычки «врастут» в наше сознание. Если мы утвердим себя в таком поведении, то поступать достойным образом нам уже не составит труда.

Достойным лидером может стать только тот человек, у которого мысли, слова и дела неразлучны друг с другом. Разве может управлять другими тот, кто не в состоянии справиться с самим собой?

Ученые Стэнфордского университета пришли к выводу, что **«90% лидерства определяется нашим характером».**



Таким образом, *сильный и благородный характер – это общее условие для лидерства в любой сфере деятельности, и он составляет 90% нашего потенциала*. Если в качестве остающихся 10% добавим знания в избранной нами сфере деятельности, то мы станем в ней лидерами.

Но свой характер человек развивает сам, следовательно, и свою способность быть лидером он создает сам. Таким образом, ответ на вопрос, каждый ли человек способен стать лидером, однозначен: «Да, если приложит соответствующие усилия по совершенствованию своего характера».

Канадский писатель индийского происхождения, известный специалист по мотивации, лидерству и развитию личности Робин Шарма писал: *«Лидерство – это целая философия жизни*. Замечательным лидером может быть не только руководитель компании или менеджер, им может быть и заботливый учитель, и увлеченный исследователь, и нежная мать. *Но при этом все начинается с характера. С самодисциплины, помогающей управлять собой и познавать себя»*.

В каждом человеке есть лидерский потенциал, и от самого человека зависит, будет он его развивать или нет.

Важно помнить, что лидерство, лишённое добродетели, принесет обществу вред, а не пользу. Успешность, основанная на эгоизме и безнравственности, правильнее назвать провалом и жизненной неудачей.

Процесс лидерства можно описать четырьмя глаголами: *быть, делать, видеть, говорить*.

Быть – это мысли, опыт, способности, качества и знания – иными словами все, что представляет характер личности. Быть – это источник лидерства.

Делать – это стиль лидерства, основанный на личном примере. Делать – знаменует лучший стиль лидерства, когда за собой ведут силой собственного примера и на практике воплощают то, что проповедают.

Видеть – видеть реальную картину четко, до мелочей, видеть перспективу и возможные последствия тех или иных решений.

Говорить – просто и ясно, от сердца, мягко и с любовью, искренне и не очень много. Слишком много говорящий руководитель утомляет, лишает слушателей энергии и попусту тратит драгоценное время.

Видеть и говорить – это функции, инструменты и техники лидерства. Когда есть основа лидерства, то инструменты и техника нарабатываются с опытом, постепенно совершенствуются и оттачиваются.

Задание 3. Подготовьте небольшую презентацию о жизни и деятельности одного из ваших близких людей – человека, обладающего благородным характером.





Жанибек Шакшак

Взрослые частенько шептались между собой: «Вот увидишь, выйдет толк из Жанибека. Быть ему настоящим батыром. Достойный защитник растет! Или бием-краснобаем будет, ибо все это есть в его благородной крови. Тьфу, тьфу! Как бы не сглазить ненароком». И в этих словах была доля истины.

Родился Жанибек в 1693 г. Он был сыном Кошкара – одного из шести сыновей Шакшака. На первый взгляд он ничем не выделялся среди своих сверстников. Как и все мальчишки, ловко укрощал строптивых коней, умело подковывывал их. Не было равных ему в борьбе. Интересовался народными преданиями, легендами, мифами, сочинял стихи.

Но прадед Шакшак предсказал в благословении великую судьбу своему правнуку, проникательно предначертал его будущую плодотворную деятельность на благо своего народа. По наказу прадеда Жанибек с ранних лет воспитывался в лучших традициях династии, все члены которой были прославленными биями и батырами.

В 14-летнем возрасте Жанибек получил благословение от 100-летних старцев и мудрецов трех жузов: «Если хочешь стать

бием, то помогай бедным; в бою жестоком крепко держи свое знамя, не роняй его; с другом щедро делись своей добычей – не потеряешь его; совета спрашивай не у тысячной толпы, а у одного, но мудрого. Если надумал взяться за оружие, то в руки бери ружье. Оно защитит тебя в случае нападения врага, обеспечит едой во время голода, если устанешь, сможешь опереться на него. Женщину люби в молодости. В молодости жигит – царь, а девушка – царица. Иначе пожалеешь в старости.

Чтобы удача сопутствовала тебе! Чтобы врагу никогда не быть ровень с тобой! Чтобы уважением людей пользовался ты! Чтобы птица счастья села на плечи твои, сынок!»

Эти слова возымели свое действие. Они, как путеводная звезда, освещали жизненный путь Жанибека, ибо он всегда помнил и чтит эти назидания и мудрые советы.

Получив благословение, Жанибек Шакшак (так звали его в честь прадеда) направился в Каракумы, чтобы принять участие в большом курултае. Все чаще приходили вести, что враги напали на какой-то род, разграбили



Жанибек Шакшак



и разорили аулы. Ситуация осложнялась тем, что казахи стали делиться на жузы и роды, хотя всем было ясно, что такое обособление ни к чему хорошему не приведет.

Прибыв на место, 15-летний Жанибек узнал, что именно эти обстоятельства и стали причиной созыва ханом Тауке представительного курултая. Главная цель курултая – объединить в одно целое силы разрозненных казахских жузов и родов. Среди собравшихся Жанибек впервые увидел известных казахских батыров Богенбая и Кабанбая, которые призывали народ объединиться под одним знаменем и стать стеной против врага. Курултай сыграл свою историческую роль: он дал понять людям, что великая сила народа в единстве, и сплотил его на борьбу с джунгарскими захватчиками.

По возвращении с курултая Жанибек навсегда распрощался с детством. Он запомнил грозный клич, призывающий к сплочению, защите чести и достоинства казахского народа. Жанибек стал готовиться к сражениям с врагом, оттачивая и совершенствуя свои познания в боевом искусстве. Вскоре до него дошли слухи, что джунгары внезапно напали на казахские аулы.

Батыр Кабанбай Каракерей собирает под свои знамена войска представителей трех казахских жузов, чтобы дать достойный отпор джунгарам.

Жанибек сразу же добровольно присоединился к войску. Здесь он прошел свое первое испытание, сразившись в поединке с джунгарским богатырем. Одолев противника, он надел на себя его боевые доспехи и поднял воинов на битву.

Получив боевое крещение и два года проведя в седле, Жанибек окреп и возмужал в смертельных битвах, стал настоящим батыром. В походах его сопровождала небольшая, но отважная дружина. Жанибек батыр считал, что для того, чтобы побеждать врага, нужны выучка, дисциплина и координация действий в бою. Он решил создать собственное ополчение и добиться в нем этих необходимых качеств.

В 1724 г. ополчение Жанибека батыра вызывало сильное беспокойство джунгар, поскольку кавалерийские сотни ополченцев появлялись в самых неожиданных местах и молниеносно исчезали, нанося ощутимый урон живой силе противника.

В 1727 г. ополчение Жанибека батыра удостоилось высоких похвал, прозвучавших из уст Абулхаир хана, батыров Кабанбая и Богенбая, осуществлявших главное командование казахскими войсками в сражении при Буланты, где джунгары потерпели поражение. В 1729 г. в знаменитом Аныракайском сражении, сыгравшем большую роль в деморализации захватчиков и подавлении их боевого духа, полностью развернулся стратегический военный талант Жанибека батыра.



Умелая рекогносцировка летучих специальных отрядов, созданных им, точные донесения его разведчиков, блестящее знание местности позволили Жанибеку непосредственно участвовать в составлении плана операции на военном совете при хане Аублхаире, который был избран главнокомандующим объединенных казахских войск. Жанибеку было поручено командование левым флангом объединенных ополчений. В этом бою противник потерпел сокрушительное поражение.

Характерно, что ополчение Жанибека батыра с момента создания в 1724 г. на протяжении четверти века непрерывных боев с противником ни разу не потерпело поражения, поскольку его предводитель неуклонно следовал принципу: «Победа малой ценой или временное отступление». Он никогда не ввязывался в бой, не взвесив предварительно все «за» и «против». Заранее предусматривал возможности для своевременного отступления, чтобы, совершив неожиданный маневр, вновь обрушиться на противника как снег на голову. О том, что Жанибек батыр был выдающимся военным стратегом, говорит тот факт, что практически половина северных территорий Казахстана была освобождена именно его ополчением.

Неизменной чертой характера Жанибека было то, что он всегда, везде и перед всеми держался как равный, независимо от того, находился ли он среди ханов и султанов, биев и батыров или среди рядовых воинов и пастухов. Всем своим обликом и манерой поведения он ярко демонстрировал убежденность в том, что человеку не мешает присутствие высокого чувства самоуважения и достоинства. А если дела и подвиги его, совершенные на благо Отечества, признаны общенародно, то человек имеет право на те же почести и внимание, которые традиционно оказываются ханам и султанам.

Магжан Жумабаев очень точно охарактеризовал сложившийся в народной памяти образ Жанибека Шакшакулы: *«Всегда быть первым среди равных в кругу героев легендарных...»*

Спустя несколько лет после Аныракайской битвы Жанибек батыр в сопровождении верных сарбазов отправился в Каратау, чтобы встретиться с Толе би и поговорить о судьбе народа. Вспоминая историю казахов, анализируя успехи и неудачи, они пытались найти тот единственно верный путь, который помог бы преодолеть трудности и улучшить жизнь народа. И Толе би, и Жанибек батыр, мудрые и глубоко мыслящие люди, понимали, что для победы над врагом недостаточно одной силы. Необходимы согласие и единство. Необходим и надежный покровитель. Таким защитником может стать соседнее Русское государство.

В 1739 г. Жанибек батыр написал письмо в Управление внешних дел царской России. Он просил разрешения на переселение казахов на берега Жайыка, налаживания свободных торговых отношений с жителями близлежащих русских городов.



7 августа 1740 г. группа казахских биев, возглавляемая Жанибеком, встретилась с начальником Оренбургской комиссии генерал-лейтенантом, князем В. А. Урусовым. Жанибек батыр и князь Василий Урусов обсудили вопросы о налаживании торговли с Казахской степью, о безопасности караванных путей и покровительстве России.

С 20 августа по 7 сентября в местечке Тасоткол недалеко от Орска состоялась представительная встреча с участием Оренбургского генерал-губернатора И. И. Неплюева. На этой встрече Неплюев известил ее участников о том, что батыр Жанибек первым среди казахов удостоен почетного звания «Тархан».

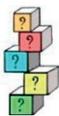
Спустя некоторое время Жанибек был включен в число послов, направляемых в Джунгарию (посольство Миллера). На этот раз он приложил все силы для освобождения из плена султана Абылая.

Последние годы жизни Жанибек батыр полностью посвятил обустройству территории, которую занимает современная Костанайская область, и настолько преуспел в этом деле, что все роды-общины, которые он наделил земельной собственностью, остались искренне довольными.

Жанибек батыр, вобравший в себя все положительные качества своего народа, проживший жизнь, полную подвигов, истинный сын Степи, умер в Торгае весной 1752 г. на 59-м году жизни. Его любимый сын Акпамбет доставил тело батыра из Торгая в Туркестан и похоронил отца под сенью купола Мавзолея Хожи Ахмета Ясауи.

Вся жизнь Жанибека Шакшака, ставшего щитом для казахов и разящей палицей для джунгар, от рождения до последних дней прошла в нелегкой борьбе. И потомки батыра оказались достойными славного имени своего отца, неуклонно следуя традициям своих предков.

<http://www.tarih.spring.kz/ru/history>



1. Какое благословение дали старцы и мудрецы трех жузов юному Жанибеку?
2. Как повлияло на Жанибека участие в историческом курултае?
3. Какими качествами обладал Жанибек батыр как воин?
4. В чем была особенность его отряда?
5. Каковы были результаты встречи Толе би и Жанибека батыра?
6. Какова историческая роль Жанибека Шакшака?
7. Какими качествами характера обладал легендарный батыр?
8. Какие качества Жанибека вы бы хотели в себе воспитать?
9. Какова роль примера Жанибека батыра для современной молодежи Казахстана?



Задание 4. Прочитайте высказывания. Какие из них вам ближе? Почему? Придумайте свое высказывание о воспитании характера.

*Мир достаточно велик, чтобы удовлетворить нужды любого человека, но слишком мал, чтобы удовлетворить людскую жадность. **М. Ганди***

*Все наше достоинство – в способности мыслить. Только мысль возносит нас, а не пространство и время, в котором мы ничто. Постараемся же мыслить достойно – в этом основа нравственности. **Б. Паскаль***

*В этом мире богатыми нас делает не то, что мы получаем, а то, что мы отдаем. **Г. Бичер***

*Самое важное – это навести порядок в душе. Соблюдаем три «не»: не жалуемся, не обвиняем, не оправдываемся. **Дж. Шоу***



Выберите одного из достойных лидеров прошлого или настоящего, широко или мало известного, но обладающего благородным характером. Разыграйте сценку из его жизни.

Задание 5. Прочитайте стихотворение Абая Кунанбаева. Почему важно держать в единстве ум, сердце и волю? Каким будет характер человека, достигшего такого единства?

Определите ключевую идею стихотворения. Выучите его наизусть.



Абай Кунанбаев

Наш холоден ум наподобие льда.
Горячее сердце согреет всегда.
Разумность и такт, прозорливость терпенья
В нас воли рождает тугая узда.

Держа в триединстве ум, сердце и волю,
Ты к цельности редкой придешь без труда.
Но взяты поврозь, они будут ущербны –
Не славят явлений, где много вреда.

Живу неспособный смеяться и плакать,
Лишь с сердцем мятущимся, с коим – беда.
Ум, сердце и воля – ничто друг без друга,
А знанье их суть пронесет сквозь года.

13–14. ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА



*Судите о своем здоровье по тому,
как вы радуетесь утру и весне.*

Генри Дэвид Торо



Здоровье души – залог счастливой жизни

Аршагуль Рысбаева

Каждый человек в течение жизни должен заботиться не только о физическом здоровье, но и о духовном. Как поддерживать физическое здоровье, мы знаем: ежедневно делать утреннюю гимнастику, часто ходить пешком, посещать спортивные секции, фитнес-клубы, больше двигаться, как можно чаще находиться на свежем воздухе и т. д.

В воспитательной системе Древней Греции большое значение придавалось физическому развитию мальчиков – будущих воинов: они должны были быстро бегать, плавать, скакать на коне, владеть копьем, стрелять из лука и др., т. е. развивать и совершенствовать свое тело.

Но перед юношами также ставились задачи, выполнение которых укрепляло их духовное здоровье. Они должны были уметь читать стихи, петь, музицировать, владеть ораторским искусством. Также в молодых людях воспитывались благородные качества: честность, великодушие, целеустремленность, стойкость духа, самоотверженность и т. д. Таким образом, они обогащали свой духовный мир, наполняли его высокими идеалами. Это придавало им уверенность в себе, вдохновляло на ратные дела, способствовало возникновению положительных эмоций и корректированию отрицательных.

Древнегреческие философы сформулировали идеал гармонично развитого человека. Платон писал, что если человек занимается только своим физическим развитием, то он становится жестоким, грубым и диким: «Душа его, если бы в ней и была какая любознательность, не наслаждалась ни учением, ни исследованием какого-либо предмета. Не занимаясь ни словом, ни музыкой, душа становится слабой, глухой и слепой, потому что она не возбуждается, не питается и не очищает свои чувства».

В фольклоре казахского народа заслуживает внимания пословица «Сегіз қырлы, бір сырлы», которая отражает необходимость быть разносторонне развитым человеком, и не только физически, но и духовно.

Многие люди не придают значения духовному здоровью. Считают, что главное – это здоровье тела. А как же душа? Она ведь тоже требует ухода. На это люди находят разные причины: нет времени, заняты учебой, работой, семьей и т. п.



Вне сомнения, надо трудиться, чтобы зарабатывать деньги на питание, одежду, отдых и др. Но человек создан так, что ему нужна и духовная пища. Что это такое? Это то, от чего на душе у человека становится радостно и спокойно. Положительные эмоции, светлые чувства человеку доставляют позитивные мысли, добрые слова, чтение интересных книг, посещение музеев, выставок, просмотр высокохудожественных спектаклей и фильмов и многое другое. То есть, удовлетворяя потребности своей души, человек способствует укреплению своего духовного здоровья.

Стремление к духовному здоровью определяется и признанием в кругу сверстников, теплом и любовью окружающих людей, гармонией тела и души.

Физическое и духовное здоровье составляют единое целое, определяющееся сочетанием внешних достоинств с внутренними, духовно-нравственными качествами. Страх, гнев, зависть, жадность, обида, неумение прощать и т. д. сказываются в целом на здоровье человека.

Почувствовав внутреннюю пустоту, человек понимает, что неудовлетворенность души приводит к плохому настроению, нежеланию что-либо делать и, как следствие, к потере интереса к жизни. Находясь в таком состоянии, человек говорит: «Такое впечатление, будто я потерял опору. Я упал духом».

Американский психофизиолог Уолтер Брэдфорд Кеннон предложил обозначить устойчивость физиологических процессов в организме человека термином *гомеостазис* (от древнегреческих слов *homoios* – «одинаковый» и *stasis* – «состояние»), т. е. «способность сохранять постоянство».

А ученый, врач-эндокринолог Ганс Селье написал книгу «Стресс без дистресса», в которой отметил: «Слово *гомеостазис* можно перевести как «сила устойчивости»... Что означает постоянство внутренней среды? Все, что находится внутри меня, под моей кожей, – это моя внутренняя среда. Собственно ткань кожи тоже относится к ней. Другими словами, моя внутренняя среда – это я сам или, во всяком случае, та среда, в которой живут мои клетки. Чтобы поддерживать нормальную жизнедеятельность, ничто внутри меня не должно сильно отклоняться от нормы. Если это случится, я заболею или даже умру».

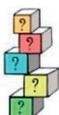
Селье предлагает так называемый «кодекс поведения», или «кодекс нравственности», в котором определяются смысл жизни и принципы, которыми должен руководствоваться человек, чтобы реализовать свой духовный потенциал, «выразить свое «Я» и достичь таким образом глобальной жизненной цели».

Каждый человек должен ежедневно заботиться о своем внутреннем мире, обогащая его позитивными мыслями, добрыми пожеланиями, слу-



шанием приятной музыки, чтением литературы, а также развивать способность сопереживать, сочувствовать, помогать всем, кто нуждается в поддержке и помощи.

Духовное здоровье – показатель состояния души человека, его внутреннего мира, и зависит оно всецело только от нас самих.



1. Как следует поддерживать физическое здоровье? Что вы делаете для этого?
2. Вспомните уроки истории древнего мира. Какая система воспитания существовала в Древней Греции?
3. Какие качества отличают человека, который заботится о своем духовном здоровье?
4. Как вы понимаете смысл фразы «Целостность человека определяется единством физического и духовного здоровья»?
5. Как вы заботитесь об укреплении своего духовного здоровья?



Задание 1. Напишите пять хороших качеств вашего одноклассника и передайте ему листок, предложив написать пять ваших хороших качеств. Сравните написанное. Совпадают ли ваши представления друг о друге? К каким выводам вы пришли?

Задание 2. Прочитайте условие игры. Примите в ней участие.

Игра «Найди то, что нас объединяет». Участники игры садятся в круг на стулья. Ведущий стоит в центре круга. Он называет детали одежды или внешнего вида участников и предлагает им поменяться местами. Например: «Меняются местами те, кто одет в брюки». После того как участники поменялись местами, ведущий старается занять пустой стул. Тот, кто остался без стула, называет другую деталь одежды или внешности. Затем следует перейти к положительным личностным особенностям участников. Например: «Меняются местами те, кто любит читать (ходить в кино, театр, заниматься спортом и др.)» или «Меняются местами те, кто не боится говорить правду (всегда вежлив, тактичен, готов помочь и др.)» и т. д.



Духовное здоровье и внутренний покой человека тесно связаны между собой. Обретение внутреннего покоя – это основное желание каждого человека, каждой семьи, каждой страны и всего человечества в целом.

Но слово «покой» понимается по-разному. Многим людям кажется, что они обретут покой и удовлетворенность, когда исполнится какое-то силь-



ное желание, владеющее ими. Но это не истинный покой, а лишь короткий промежуток между одним желанием и другим.

Часто мы ищем покой во внешнем мире: в вещах, материальном благополучии, признании, известности, поездках на курорты и т. п. Но покой потерян во внутреннем мире человека. Там его и надо искать.

Покой – это состояние внутреннего равновесия и удовлетворенности, не зависящее от внешних обстоятельств. Отсутствие покоя, беспокойство, тревоги и волнения связаны с нашими мыслями и чувствами. Ум человека – это поле битвы, где хорошее и плохое, истинное и ложное соревнуются в превосходстве. Мысли, подобно радиоволнам, наполняют атмосферу, присутствуют повсюду и являются очень могущественными.

Каждое утро мы приводим в порядок свое тело. Так же следует каждое утро приводить в порядок и свои мысли. Как Маленький принц в повести Антуана де Сент-Экзюпери каждое утро приводил в порядок свою планету и очищал ее от сорняков, так и нам следует каждое утро очищать свой ум от негативных мыслей и учиться мыслить позитивно. Тогда мы сумеем ощутить внутренний покой, который не будет зависеть от переменчивых внешних обстоятельств.

Внутренний покой – это основа крепкого физического и душевного здоровья человека. Ум должен всегда оставаться чистым, ясным и спокойным. Не сожалейте о прошлом, будьте решительны в достижении благородных целей, не страшась препятствий на пути!

Задание 3. Посмотрите художественный фильм «Поллианна» по одноименному роману Элинор Портер и мультфильм «Внутренний покой» из серии «Кунг-фу Панда».

На основе просмотренных фильмов и своего личного опыта запишите в Тетради ученика свои рекомендации о том, как развивать позитивное мышление и сохранять внутренний покой.



Терентий Травник

Душе необходим покой.
Душа покоем вызревает.
Кто не общался с тишиной,
Тот о душе своей не знает.





Лешка, который не вилял хвостом

Николай Веревошкин

Рос я замкнуто, друзей у меня не было. Всех их заменил Лешка...

Много лет спустя, когда я стал достаточно взрослым, на ум пришла нелепая на первый взгляд мысль: Лешка не только был моим другом, он, потомок волка, был моим воспитателем.

Характер человека в определенном возрасте формируется не только под влиянием тех людей, кому по долгу службы или родственных связей предписано его формировать. Его создают и ветер, несущий соломенные стрелы, и осенние кусты боярышника, обильно обрызганные кровью ягод, и светлые струи переката на маленькой реке, и грозовые дни, полные тяжелых туч и озонной свежести, и запах полыни, и первый снег, и зимняя сказка ледяного узора на твоём окне, и дощатые заборы, и кучи мусора – все оставляет в восковой душе подростка свои отпечатки. Предутренним молочным туманом затягиваются со временем далекие события детства. Но чистые собачьи глаза – глаза преданного друга – я буду помнить всегда...

У Лешки был прекрасный характер. Это был гордый, спокойный пес, в каждом движении которого чувствовалось природное достоинство, сила и естественность. Никогда и никому не позволял он обижать себя и своих друзей. Да, он обладал чувством собственного достоинства, той мудростью, которая позволяет в самых тяжелых ситуациях оставаться самим собой. И если он дрался, то всегда с противником, равным ему по силе или сильнее его. Я ни разу не видел, чтобы он обидел слабого. Разумеется, я не считаю кошек.

Мне далеко до Лешки. Но как бы там ни было, с тех пор как мы встретились с ним, я никогда и не перед кем не вилял хвостом...



1. Кто и что может влиять на формирование характера человека?
2. Почему автор считает, что у пса Лешки был прекрасный характер? Согласны ли вы с ним?
3. Как вы понимаете слова «я никогда и не перед кем не вилял хвостом»?
4. В каких случаях про человека говорят, что он обладает чувством собственного достоинства? Есть ли в вашем окружении такие люди? Расскажите о них.
5. К какой общечеловеческой ценности можно отнести качество внутреннее достоинство? Аргументируйте ответ.



Здоровье – необходимое условие полноценной жизнедеятельности человека, его успеха во всех сферах. Наше тело – мощный генератор жизненной энергии.

Ключевое правило использования физического тела – это *практика ограничения и умеренности*. Излишества в еде, сне, удовольствиях приводят к потере ясности ума и проблемам со здоровьем.

Существуют две основные причины большинства заболеваний – это *неправильный образ действий и неправильный образ мыслей*.

Выдающийся врач, ученый Николай Амосов заметил: «Чтобы быть здоровым, нужна сила характера... Нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их ничем нельзя...»

Часто в современном мире люди жалуются на нехватку жизненной энергии. Появился даже такой медицинский термин «синдром хронической усталости». Поэтому очень важно знать, какие действия приводят к потере энергии, а какие, наоборот, способствуют ее накоплению.

Мы теряем энергию, когда:

- испытываем уныние, недовольство собой и своей судьбой;
- сожалеем о прошлом и боимся будущего;
- ставим и преследуем эгоистические цели;
- обижаемся;
- позволяем нашему уму бесконтрольно блуждать;
- переедаем, едим в спешке и на ходу;
- ведем пустые разговоры;
- неправильно дышим;
- слишком много спим;
- проявляем алчность и жадность.

Мы накапливаем энергию, когда:

- переживаем бескорыстную любовь;*
- бескорыстно кому-то помогаем;*
- занимаемся любимым делом, творчеством;*
- прощаем и принимаем;*
- соблюдаем диету;*
- принимаем водные процедуры;*
- выполняем дыхательные упражнения;*
- находимся в тишине ума;*
- гуляем, созерцаем природу;*
- смеемся, радуемся, улыбаемся от души.*



Задание 4. В Тетради ученика, где указаны общечеловеческие ценности (истина, любовь, праведное поведение, внутренний покой, ненасилие), запишите качества, соответствующие каждой ценности, которые следует развивать, чтобы сохранять физическое и духовное здоровье.

Задание 5. Напишите сценарий сценки на тему «Как обрести духовное здоровье». Предложите разыграть сценку по вашему сценарию своим одноклассникам.



Нарисуйте то, что вам хочется, не обсуждая тему и план рисунка. Сравните свою работу с рисунками одноклассников и обсудите с ними внутренние ощущения, чувства и эмоции.



Андрей Дементьев

Никогда ни о чем не жалейте вдогонку,
Если то, что случилось, нельзя изменить.
Как записку из прошлого, грусть свою скомкав,
С этим прошлым порвите непрочную нить.

Никогда не жалейте о том, что случилось,
Иль о том, что случиться не может уже.
Лишь бы озеро вашей души не мутилось,
Да надежды, как птицы, парили в душе.

Не жалейте своей доброты и участия,
Если даже за все вам – усмешка в ответ.
Кто-то в гении выбился, кто-то в начальство...
Не жалейте, что вам не досталось их бед.

Никогда, никогда ни о чем не жалейте!
Поздно начали вы или рано ушли.
Кто-то пусть гениально играет на флейте,
Но ведь песни берет он из вашей души.

Никогда, никогда ни о чем не жалейте!
Ни потерянных дней, ни сгоревшей любви.
Пусть другой гениально играет на флейте,
Но еще гениальнее слушали вы.



15–16. В СТРЕМЛЕНИИ К САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ



Высочайшая возможная стадия нравственной культуры – когда мы понимаем, что способны контролировать свои мысли.

Чарльз Дарвин



Жизнь ради людей

Ее называли Мать Тереза. Она действительно стала матерью для многих никому не нужных детей: младенцев из мусорных ящиков, маленьких инвалидов и сирот...

Невысокая, худощавая, улыбчивая старушка. Проницательный взгляд, подвижное лицо, грубые, непропорционально большие натруженные крестьянские руки. В ее присутствии собеседники ощущали себя осмысленной частью творения – она лучезарно и умно смотрела в лицо мира, смотрела людям в глаза, извиняясь, что вынуждена спешить. Она радостно делала то, что оказалось за пределами человеческих интересов: говорила никому не нужному, ничем не примечательному нищему, увечному, больному, беспомощному: «Ты не один!»

В 18 лет она покинула теплый, уютный родительский дом, чтобы стать монахиней, и вступила в ирландский миссионерский орден Лоретских сестер.

16 августа 1948 г. Мать Тереза, добившаяся разрешения Рима стать вольной монахиней-миссионеркой, переодевшись в купленное на рынке дешевое сари белого цвета с голубой каймой, покинула сестринскую обитель. С пятью рупиями в кармане она исчезла в трущобах Калькутты.

В середине минувшего столетия Калькутта могла повергнуть в ужас любого европейца. По словам Матери Терезы, величайший грех человека – это не ненависть, а равнодушие к своим беспомощным братьям.

Позже она вспоминала: «В монастыре я жила, не ведая трудностей. Никогда





и ни в чем я не испытывала нужды. И вот все изменилось. Я спала, где приходилось: на полу в трущобах, где по углам скреблись мыши; я ела то, что ели мои подопечные, и только тогда, когда было что поесть... Моим призванием было служение самым убогим...» Она взяла на себя самую страшную, пожалуй, миссию – помогать умирающим уходить в мир иной.

В один из сентябрьских дней 1948 г. сестра Тереза стала свидетельницей ужасной, но вполне обычной для Калькутты истории. К воротам городской больницы сын привез на тачке умирающую мать. Тело несчастной покрывали жуткие стружья, она не могла двигаться. Лепра – недуг страшный, ее жертвы обречены на смерть в полном одиночестве, так как родственники стараются избавиться от прокаженного.

В больницу женщину не взяли, и сын оставил ее умирать на улице, прямо на залитой помоями мостовой. Умиравшая была объедена крысами и муравьями, но еще жива. Этот полутруп никто не хотел принимать даже в самую скромную больницу. К чему? Несчастной уже не можешь, а дожидаться, пока она умрет, слишком дорого, да и лучше лечить других, которые пребывают не в столь плачевном состоянии...

И все же сестра Тереза попыталась помочь: вымыла нищенку, ласково поговорила с ней. «Эта женщина умерла с улыбкой», – рассказывала она потом.

Так было положено начало Дому для умирающих бедняков. Мать Тереза попросила муниципалитет выделить ей место, куда можно было бы свозить умирающих. Каждый, даже самый последний, уродливый, мало похожий на разумное существо бедняга был принят в этом доме.

Каждое утро Мать Тереза начинала с нескольких часов молитвы. Она не могла выйти к людям, не очистив предварительно свою душу от личных амбиций и людской злобы, что наслаивалась в атмосфере. Зато, когда она со своими верными сестрами появлялась на улице, радость сочилась из их глаз и изливалась на лица людей.

То, что начиналось с 12 сестер милосердия, сейчас насчитывает 300 000 сотрудников, которые трудятся в 80 странах мира, управляя там детскими домами, клиниками для лечения СПИДа, лепрозориями...

Жизнь этих добровольцев – это чудеса терпения и выносливости. Их собственность – сари, сандалии и тощий матрас. Их жизнь – это бесконечный гимн любви.

В 1979 г. Матери Терезе была присуждена Нобелевская премия мира «За деятельность в помощь страждущему человеку». Средства, которые должны были быть потрачены на банкет, она попросила передать «моим людям». Так она называла страдающих.

На церемонии вручения премии Мать Тереза произнесла: «Я выбрала бедность бедных. Но я благодарна за возможность получить Нобелевскую



премию во имя голодных, раздетых, бездомных, калек, слепых, прокаженных – всех тех людей, которые чувствуют себя нежеланными, нелюбимыми, забытыми. Людей, которые в обществе стали бременем и отвержены всеми».

У одного журналиста, наблюдавшего ежедневную помощь Матери Терезы и сестер ее ордена Милосердия прокаженным, больным и умирающим, вырвалось: «Я бы не сделал этого и за миллион долларов!» «За миллион и я бы не сделала, – ответила мать Тереза. – Только бесплатно! Из любви!»

Известный офтальмолог, доктор Упадия писал о своих незабываемых встречах с Матерью Терезой: «В Калькутте меня направили в госпиталь для прокаженных. Здесь я увидел больных людей, до которых никто никогда не дотрагивался. Там была Мать Тереза, которая разговаривала с больными, держала их за руки.

У одной маленькой девочки была язва на руке, из которой сочился гной. Мать Тереза стала своим платьем вытирать гной. Я воскликнул:

– Мать, что вы делаете?! У меня есть перчатки. Вы же можете заразиться!

Она посмотрела на меня и сказала:

– Если ваш ребенок будет истекать кровью, будете ли вы искать перчатки? Если в каждом ребенке вы будете видеть своего, то не станете бояться заразиться. Вы должны помогать от глубины своего сердца.

Потом Мать Тереза пошла с этими больными в столовую и стала есть вместе с ними. Она все еще держала руку девочки одной рукой, а другой ела сама. Она никогда не думала, что может заразиться проказой. Мать Тереза многому меня научила».

Ей открывались двери и хижин, и дворцов. Именной указатель в любой биографии Матери Терезы озадачит самыми невозможными сочетаниями. Она могла не спать много суток подряд и всегда улыбаться. Могла зайти в посольство Ирана и оставить записку аятолле (духовному лидеру мусульман) с просьбой срочно ей позвонить, чтобы обсудить проблему заложников; забыть медаль лауреата Нобелевской премии мира где-то в гардеробе королевского дворца. Эта скромная, незаметная женщина говорила с королями и нищими, выступала перед многочисленными аудиториями.

В 1997 г. Мать Тереза была награждена высшей наградой США – Золотой медалью Конгресса.

Эта удивительная женщина не искала славы, а выполняла свой долг. А все остальное – премии, ордена, речи, признание – было лишь орнаментом, внешней оболочкой, за которой скрывалась неустанная и невидимая работа души.

Мать Терезу, которая всегда много работала, странствуя по всему миру, однажды все-таки настигла смертельная болезнь. Сердце перестало поспевать за своей хозяйкой...

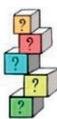


Она отошла в вечность 5 сентября 1997 г. в возрасте 87 лет. Провожать ее в последний путь вышли полтора миллиона человек, среди которых были видные политические и религиозные деятели, а также те, кому Мать Тереза посвятила всю свою жизнь: сироты, прокаженные и бездомные...

Эта маленькая, вся в морщинах сестричка из Калькутты стала для людей сокровищем, потому что излучала чистую бескорыстную любовь – единственное спасение для мира.

Сестра Тереза говорила: «Я никогда не воображала, что могу изменить мир. Я всего лишь стремилась быть каплей чистой воды, в которой могла бы отражаться любовь. Разве этого мало?!»

http://ru.wikipedia.org/wiki/Мать_Тереза



1. Как протекала жизнь Матери Терезы?
2. За что она получила Нобелевскую премию мира?
3. В чем Мать Тереза видела смысл своей жизни?
4. Как проявляется бескорыстная любовь в мыслях, поступках, миропонимании?
5. Были ли в вашей жизни случаи проявления бескорыстной заботы о людях, животных, природе и др.? Приведите примеры.



Задание 1. Найдите в литературе, СМИ, интернете информацию о наших современниках, которые посвятили свою жизнь служению людям. Напишите о них в Тетради ученика.

Желающие могут подготовить презентацию и выступить с ней на следующем уроке.

Задание 2. Напишите сценарий сценки «Помоги ближнему». Обратите внимание на слова и жесты участников.

Отразите в сценарии свой опыт помощи людям, оказавшимся в сложных жизненных ситуациях.



Галина Погадаева

До того как я сама познала
Мир, в который в гости мы пришли,
Не жила я, а существовала,
Просто проживая дни свои.

И однажды ото сна очнулась,
Широко открыв свои глаза.



Я любовь и счастье испытала,
Истину постигла я сполна.

Мать Тереза – женщина земная,
Но с любовью вечною в душе,
Скромная и чистая, святая,
Заглянула прямо в душу мне.

Жизнь свою я всю пересмотрела,
Поняла ошибки все мои.
А душа моя любила и болела,
Свет впуская в тайники свои.

Мать Тереза всех людей любила,
Дав пример живущим на Земле.
Вечен дух. А тело? – Тело тленно,
И не стоит угождать себе.

Надо жить любя, заботиться о людях
И дарить им свет в своей душе.
Все, что делаешь, когда-нибудь забудут,
Это нужно вечному в тебе.

Матери Терезе в благодарность,
Выполняя миссию свою,
Практикую ценности как данность,
Знание детям через сердце я несу.



Сказка о художнике и Волне. Айвазовский

Галина Ветрова

Жила-была Волна. Ей очень нравилось жить в огромном Море. На рассвете она становилась розовой и нежилась в теплых лучах Солнца, а в лунные ночи подставляла свою спинку под холодные серебряные лучи. В штормовые дни она была такой же темно-серой, как и низкие тучи, и на голове у нее появлялась шапка белой сердитой пены.

Но больше всего ей нравилось теплым летом плескаться у самого берега, ворошить разноцветные камешки, играть с рыбками или щекотать за ножку маленького кудрявого мальчика. Он не боялся ее и готов был играть



с нею почти в любую погоду. А иногда он брал скрипку, и она в его руках пела такие красивые и печальные мелодии, что Волна затихала и, слушая его, чуть слышно плескалась у берега. Он смотрел на нее как-то особенно, и Волне хотелось быть для него еще более красивой, чем прежде.

Мальчик был армянином, и его называли то Ованесом, то Ваней, потому что в городе Феодосии, где он жил, было много и русских, и армян, и греков.

– Я нарисую тебя! – сказал однажды мальчик.

– Попробуй! – засмеялась Волна, качая своей головой в маленькой пенной шапочке. Она-то знала, что это невозможно. Сколько художников пытались уже сделать это! Но едва они успевали прикоснуться кистью к холсту, как Волна меняла свой облик и цвет, становилась другой. А у мальчика не было даже красок. И рисовал он углем на беленой стене. Волна слышала издали, как сердито ругали его за это.

А потом мальчик куда-то пропал. Тихо подползая к берегу и слушая разговоры людей на берегу, Волна узнала, что Ваня уехал далеко-далеко на север, в Петербург, учиться на художника. Ей захотелось посмотреть на этот город. И она тоже отправилась в долгое путешествие...

Петербург оказался огромным городом. Большие каменные здания стояли по берегам, закованным в гранитные набережные, так что Волна стала маленькой и серой, как все.

Она плескалась у ступенек, которые поднимались к Академии художеств, смотрела на древнейших каменных сфинксов, привезенных из Египта, удивлялась белым ночам, когда все видно, как днем...

Волна часто видела своего друга, который теперь стал совсем взрослым, и теперь его все звали только Иваном или даже Иваном Константиновичем. И он узнал ее и часто-часто стоял на берегу, наблюдая за нею.

Но Волне было тесно в каменных берегах, ей хотелось опять выйти на морской простор. Она обрадовалась, когда услышала, что Иван отправляется в путешествие, и решила сопровождать его. Волна еще не знала, что



путешествий будет очень много. Но даже если бы и знала, это не испугало бы ее – она не могла устать или состариться...

Иван Айвазовский плыл через моря и океаны на больших судах с парусами, а Волна следовала за ним – они уже не могли жить друг без друга. На многих морях, реках и даже океанах любовался на Волну художник.

– Я нарисую тебя! – говорил он.

– Попробуй! – смеялась Волна.

Она по-прежнему была уверена, что ее, такую изменчивую, такую живую, нельзя показать на неподвижной картине. Она гордилась этим, и все-таки ей было немножко грустно.

– Где же твои кисти и краски? – насмешливо журчала Волна.

– Сейчас они мне не нужны, – отвечал художник. – Мне надо хорошенько запомнить тебя, а потом в мастерской я закрою глаза и вновь увижу тебя, и сумею изобразить на картине...

И вот Волна все чаще стала слышать, как восхищаются люди Иваном Айвазовским. Они говорили, что он самый лучший маринист¹ и никто так, как он, не умеет изобразить море в лунную ночь или на рассвете. Она поняла, что маринист – это художник, который умеет писать море.

Больше всего говорили о картине «Девятый вал». Волна знала, что это означает. Во время штормов в разных морях она часто слышала, что люди считают волны и почему-то думают, что девятая – самая страшная и сильная. Наконец она тоже увидела эту огромную картину. И даже затихла, остановилась на несколько минут – так она была удивлена.

В центре картины, в бушующем море художник изобразил обломок громадной мачты, за которую цеплялись несколько людей. Это все, что осталось от большого и казавшегося таким прочным корабля. Наверное, всю ночь его носило посреди безбрежного моря. И вот, наконец, наступил рассвет. Встает Солнце, хотя его почти не видно сквозь водяную пыль. Вместе с Солнцем и теплом появилась надежда на то, что буря вскоре утихнет. Но это только надежда... Над головами крошечных людей поднимается новый девятый вал – огромная волна...

И Волна... узнала в ней себя. На картине она была такая же могучая, просвечивающая на Солнце зеленым и голубым цветом, с капельками брызг и хлопьями пены, такая же красивая и... живая!

– Ну хорошо, – сказала Волна художнику. – Ты кое-чему научился, я не спорю. Но почему все время яркие краски, закаты, рассветы да лунные ночи? В нарядной одежде любой покажется красавцем. А ты попробуй написать меня просто, без всяких украшений. Эта задача будет потруднее.

¹ *Маринист* – художник-пейзажист, рисующий марины – морские виды.



– Да, – отвечал художник. – Ты права. И я научусь этому.

К этому времени Айвазовский опять переехал в Феодосию. Волна видела, как он построил дом, как в своей большой мастерской с огромными окнами писал все новые и новые картины. Бывало даже, что на большую картину ему требовался всего лишь один день.

И вот однажды он пришел на берег и сказал:

– Мне кажется, я сумел. Посмотри. Я назвал эту картину «Черное море».

Долго смотрела на себя Волна. Вот она, рядом со своими подругами, мерно поднимается, и художник сумел показать, как бездонна ее глубина. Ничего, кроме моря и неба. Нет ярких красок. Но есть настоящая красота. И торжественность.

– Да, ты сумел... – тихо прошелестела Волна. – Спасибо тебе.

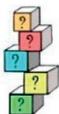
И она благодарно провела своей мокрой ладонью по его ногам.

А потом Иван Айвазовский перестал приходить на берег. И Волна загрустила без своего художника. Люди на берегу говорили между собой, будто он умер. Они говорили еще, что он был очень добрым человеком, что помогал многим людям, особенно тем, кто хотел стать художником. И что он написал за свою жизнь шесть тысяч картин. Волна не знала, сколько это – шесть тысяч, но понимала, что очень много, потому что все повторяли это с большим удивлением.

Но спустя еще много-много дней все изменилось. Опять осветились огни его дома и мастерской, и каждый день множество людей приходили туда и надолго оставались в доме. Потом они шли на берег, и Волна слышала, как люди, с улыбкой наблюдая за ней, говорили друг другу, как замечательно Айвазовский сумел передать ее красоту. И Волне было приятно...

Они говорили еще, что он был очень добрым человеком, что помогал многим людям, особенно тем, кто хотел стать художником.

И сам художник однажды опять появился перед своим домом и больше уже не уходил. Он сидел на высоком постаменте, держа в руке кисть и глядя в море. Его бронзовое лицо улыбалось, и Волне казалось, что он, как и прежде, разговаривает с ней...



1. Что помогло мальчику нарисовать то, что до него никому не удавалось?
2. Почему люди восхищались и восхищаются до сих пор творчеством Ивана Айвазовского?
3. Какие черты характера особенно выделяли люди в личности великого художника?



4. В чем человек может проявить свое творчество?
5. Чем увлекаетесь вы? Расскажите об этом.



Задание 3. Прочитайте текст и поделитесь своим мнением о том, почему завет матери «Будь добрым для мира» Кеннон считал священным.

Мэтры. Уолтер Кеннон

Сергей Степанов

Уолтер Бредфорд Кеннон признавался, что с возрастом среди его увлечений, не имевших прямого отношения к профессиональным занятиям, главным становилось чтение биографий. Быть может, это сыграло известную роль в том, что он наряду с научными трудами оставил нам сведения о собственной жизни и деятельности в произведении автобиографического жанра «Путь исследователя». Это знаменательный документ, запечатлевший особенности самосознания человека науки XX в., когда коренным образом изменились отношения между обществом и «людьми лаборатории», когда занятия наукой превратились в массовую профессию.

Хотя книга «Путь исследователя» и насыщена автобиографической информацией, Кеннон предпринял попытку написать не столько автопортрет, сколько обобщенный портрет научного работника, нарисовать определенный социальный тип. В предисловии к книге Кеннон напоминает об известной концепции своего учителя по Гарварду У. Джемса о социальном «Я».

Это «Я» складывается на основе представлений человека о том, как он выглядит в глазах тех групп людей, мнение которых для него небезразлично. Поскольку подобных групп (в дальнейшем их стали называть *референтными*) может быть несколько, то по их числу у каждого человека складывается несколько социальных «Я».

Эта мысль побудила Кеннона говорить о «научном Я» как особом социально-психологическом образовании, которое формируется у человека, когда он вступает в мир науки. «Путь исследователя» и есть прежде всего книга о социально-научном «Я». Кеннон писал: «Биография представляет специальный интерес, так как раскрывает влияния, от которых зависит жизнь людей, рассказывает, как они справлялись со своими проблемами».

Под каким же влиянием и с какими проблемами справился на своем пути выдающийся ученый?

Отец Кеннона работал на железной дороге. Это был угрюмый человек, постоянно испытывавший неудовлетворенность из-за тех материальных



затруднений, которые не позволили ему преуспеть в качестве фермера или врача. Интерес к сельскому хозяйству и медицине побуждал его выписывать книги и журналы по этим вопросам.

Сам факт упоминания об этом в автобиографии свидетельствует, что эта литература не прошла мимо внимания мальчика. Незаурядные способности отца сказались и в том, что он, как и его брат-инженер, занимался изобретательством, конструировал различные технические приспособления. Иногда он работал в присутствии маленького Уолтера, для которого самым светлым воспоминанием детства остались минуты, когда отец учил его с помощью столярных инструментов мастерить игрушки (готовые игрушки мальчику не покупали, изготавливать их он должен был сам). И хотя Кеннон прославился впоследствии не техническими, а научными достижениями, выработанное в детстве умение делать все собственными руками оказалось очень полезным.

Описывая особое состояние инсайта – творческого озарения – и отмечая, что оно может возникнуть даже во сне, Кеннон на склоне лет вспоминал, что уже в детстве, пытаясь наладить сложную игрушку, он нередко во сне догадывался, как это сделать.

Если отец был суровым человеком, впадавшим порой в глубокую депрессию, то мать отличалась мягкостью характера и нежностью. Когда Уолтеру было 10 лет, она скончалась от пневмонии, напутствуя его словами: «Будь добрым для мира».

Этот завет матери, подчеркивал Кеннон, стал для него на всю жизнь священным...



Задание 4. Составьте кластер на тему «Что надо делать в стремлении к самосовершенствованию?» После окончания работы поделитесь своим мнением по этому поводу.

Задание 5. Создайте коллаж на тему «Мои жизненные перспективы». Отрадите в нем связь основных (ключевых) событий своей жизни (семья, школа, увлечения и т. д.).



Составьте перечень действий человека, необходимых для саморазвития, самовоспитания и самосовершенствования.

Подумайте, какие из этих действий являются основополагающими в процессе самосовершенствования.



Процесс личностного роста – это очень важное понятие, которое имеет отношение к каждому человеку. Каждый из нас должен стремиться к самосовершенствованию, развитию в себе качеств и способностей, которые заложены в нем природой.

На протяжении всей своей жизни человек растет и развивается. Вопрос: а как он это делает? Все по-разному. Но если человек задумал не просто «прожигать» жизнь, а жить и одновременно расти (не только физически, но и духовно), то он развивает свои наилучшие качества. Такой человек ставит перед собой определенные цели, и все, что он испытает на пути достижения этой цели, будет способствовать его личностному росту. Ведь преодолевая трудности, он становится мудрее и сильнее; помогая слабым, становится заботливее и добрее; попадая в чрезвычайную ситуацию, ищет способы выхода из нее; решая сложные жизненные проблемы, приобретает выносливость, ответственность и решительность.

Перспективы личностного роста зависят от целеустремленности человека, его желания стать лучше, силы воли, чтобы ежедневно трудиться над собой, изменяя себя.

Умение анализировать свои поступки, вести здоровый образ жизни, планировать будущее, намечать перспективы личностного роста во многом зависит от единства интеллектуального и духовно-нравственного потенциала личности.

Для человека, наделенного развитыми интеллектуальными и нравственными качествами, открываются широкие перспективы личностного роста. Такой человек всегда найдет себе дело по душе, и в той среде, где он будет находиться, у него всегда будет много друзей, единомышленников, стремящихся к тому, чтобы мир стал чище, светлее и добрее.



Просто верь в меня!

Слова и музыка А. Шаплина

Завтра новый день.
Солнце, разбуди меня!
Я поднимусь до небес,
Чтоб никто не смог достать.

Но если я буду в беде,
Знаю – ты будешь ждать меня!
Я облечу весь мир
И вернусь назад.



Привет:

Я полечу прямо с Земли
И до небес.
Знаю, там точно кто-то есть –
Кто-то такой же,
Как и я.

Я полечу прямо с Земли
И до небес.
Знаю, там точно кто-то есть –
Кто-то такой же,
Как и я.
Ты просто верь в меня!

Да, моя душа,
Я прошу тебя, лети!
Пусть люди слышат меня
И во всех концах Земли!

Но если я буду в беде,
Знаю – ты будешь ждать меня.
Я облечу весь мир
И вернусь назад.

Привет



ЖИЗНЬ В ОБЩЕСТВЕ



ПРОЕКТ «СТАНОВЛЕНИЕ ИСТИННОГО ЛИДЕРА»

ЭТАП III



*Небо и земля устойчивы, потому что они не эгоистичны
и существуют в интересах всего творения.
Мудрый лидер, зная это, держит свой эгоизм под контролем
и, делая так, становится еще более эффективным.*

Лао Цзы

Третий этап. Закончена подготовительная работа по реализации проекта. Вы уже многое сделали и в процессе подготовки развили свои лидерские качества. Впереди воплощение на практике ваших идей по улучшению жизни людей.

Практическая реализация проекта потребует от вас умения работать в команде, терпения, дисциплинированности, готовности к взаимопомощи и других важных качеств.

Для участия в проекте вы можете пригласить учащихся других классов, друзей, учителей, родителей. Постарайтесь на деле проявить свои качества истинного лидера, стать для всех примером.

Для того чтобы лучше подготовиться к реализации проекта, выполните следующие задания.

Задание 1. В Тетради ученика выполните задание по *самоанализу своего участия в проекте*, продолжая фразы.

- Я умею принимать ответственность за себя и свои действия, так как ...
- Я уважаю всех, с кем взаимодействую. И если есть люди, с которыми мне трудно наладить взаимоотношения, то ...
- Я способен разрешать конфликты ...
- Я умею говорить четко и кратко. Для этого я ...
- Я хороший организатор. У меня получается это ...
- Я всегда в позитиве, так как ...
- Я уверен в себе и могу позвать за собой ...
- Я добрый ...
- Я честный ...
- Я еще работаю над такими качествами, как ...
- Мне надо избавиться от таких качеств, как ...
- Мне надо обратить внимание на ...



Задание 2. Приведенные ниже утверждения помогут улучшить деятельность проектной группы, так как по ходу выполнения проекта, возможно, потребуется корректирование деятельности, поиск ответов на возникшие вопросы, разрешение сложной ситуации и др.

Необходимо каждому скорректировать свою деятельность так, чтобы исправить что-то в проекте или преодолеть трудности, возникшие на пути достижения цели.

Выберите и обведите кружочком ответы *да* или *нет* рядом с утверждениями.

- ✓ Мои действия соответствуют целям и действиям команды: *да нет*
- ✓ Я стараюсь всегда поддерживать участников проекта: *да нет*
- ✓ Я понимаю, что ответственность за результаты проекта лежит на всех участниках, в том числе и на мне: *да нет*
- ✓ Я сделаю все, что от меня зависит, чтобы разногласия не переросли в конфликт: *да нет*
- ✓ Я умею слушать собеседника, внимателен и тактичен в общении: *да нет*
- ✓ Я за совместное принятие решений: *да нет*
- ✓ Я за свободное выражение мыслей: *да нет*
- ✓ Я учитываю индивидуальные особенности участников проекта: *да нет*
- ✓ Я предпочитаю гуманный стиль общения: *да нет*

Задание 3. В работе над проектом вам предстоит общаться с разными людьми. Вы должны будете точно, четко и ясно формулировать и выражать свои мысли.

Как истинный лидер, сформулируйте и запишите в Тетради ученика свои предложения и рекомендации по совершенствованию проекта.

Задание 4. Вот, наконец, настал долгожданный момент, к которому вы вместе двигались шаг за шагом, раскрывая свой лидерский потенциал.

Реализуйте разработанный вами и вашей командой проект!

Задание 5. В Тетради ученика опишите свои впечатления, эмоции и чувства, которые возникли у вас во время совместной работы над проектом.

Проанализируйте, что получилось, а над чем еще надо поработать. Отметьте, какие качества проявились у вас и ваших одноклассников, как изменились ваши взаимоотношения в процессе реализации проекта.

Раздел III. ЖИЗНЬ В ОБЩЕСТВЕ

17–18. СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ ЛИЧНОСТИ



Благодарю соль, дающую вкус еде; благодарю девушку, соединяющую между собой народ.

Казахская поговорка



Домалак ана – символ материнства

Домалак ана (Нурила) – одна из легендарных матерей казахского народа, жена прославленного батыра Байдибека Карашаулы, прародительница родов Семиречья.

У казахов Домалак ана почитается как символ материнства.

Однажды Байдибек би отправился в Туркестан посетить мазар Хожи Ахмета Ясауи. На ночлег он остановился у смотрителя мазара Шайхы Мизамбека. Миловидная дочь хозяина приглянулась Байдибеку не только внешностью, но и учтивыми манерами, острым умом.

Эта встреча закончилась тем, что отец Байдибека Караша поставил третью юрту, женив своего сына в третий раз.

Нурила, хотя и была хрупкого телосложения, но энергичной и легкой в движениях. По одной из версий, ее имя происходит от персидского дихнат – мама, святая мать, которое впоследствии трансформировалось в Домалак ана. По другим сведениям, Домалак ана (буквально «круглая мать») в народе прозвали из-за маленького роста.

Домалак ана обладала даром пророчества. Свое самое известное предсказание она сделала своему мужу Байдибеку, когда у него украли табун лошадей. Но он не послушался ее и погнался за похитителями. Та роковая схватка оказалась смертельной: погибли шесть сыновей Байдибека...

Домалак ана вошла в память народа как скромная, любящая мать, излучавшая свою любовь на всех детей. Народ очень любил и уважал ее, она славилась глубокой мудростью, чистой душой и святостью. Она помогала разрешать спорные ситуации, примиряла враждующих, объединяя народ в борьбе против захватчиков.

Известен случай, когда Домалак ана победила в словесном поединке Бухар хана и отстояла для своего рода удобно расположенные земли под стойбища.

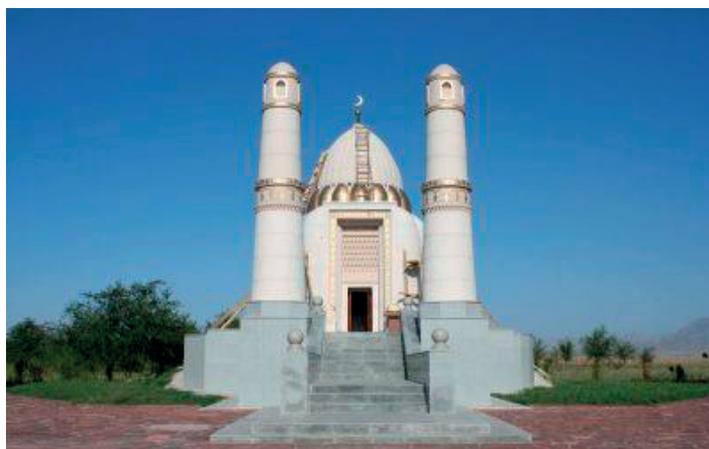


Домалак ана

Домалак ана вошла в память народа как скромная, любящая мать, излучавшая свою любовь на всех детей.



Предания рассказывают, что Домалак ана посоветовала своему сыну Тлеуберды, которого в народе звали Жарыкшак, передать свое дело Дулату – самому сметливому и находчивому внуку. Жарыкшак так и сделал. Внуки Албан и Суан обиделись на решение отца и откочевали на юго-восток. А Домалак ана благословила Дулата, и его род стал многочисленным. Позже Албан одумался и вернулся, попросив у бабушки прощение. Она простила его. Но Суан так и не вернулся...



Мавзолей Домалак ана

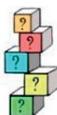
Предания гласят, что перед смертью Домалак ана сказала близким: «Не трудитесь хоронить меня около Байдибека. Приведите белого верблюда, погрузите на него мои останки и идите вслед за ним. Где верблюд опустится на колени, там мне и суждено будет покоиться».

Так и сделали. Позже внук Домалак ана Дулат пригласил мастера из Бухары Абдулла Шери, который соорудил над могилой Домалак ана четырехъярусный купольный мавзолей. В течение последующих веков его несколько раз реставрировали.

В наше время Мавзолей Домалак ана является памятником архитектуры и объектом исторического наследия. Почтить память легендарной матери приезжают тысячи людей.

Домалак ана стала для казахов символом материнства и продолжения рода.

*IQAP.KZ – онлайн-журнал
о духовно-нравственном наследии Великой Степи*



1. За что народ любил и уважал Домалак ана?
2. Какую роль сыграла эта женщина в жизни своего народа?
3. Какими качествами обладала Домалак ана?
4. Почему ее до сих пор почитают?



5. Какие истории из жизни Домалак ана вам известны?
6. Встречали ли вы в своей жизни таких людей? Приведите примеры.



Задание 1. Используя литературу, материалы СМИ, интернет-ресурсы и другие источники информации, подготовьте презентацию о Домалак ана и других великих женщинах Казахской Степи.

Что отличает женщин прошлого и нашего времени? Что их объединяет?

Задание 2. Прочитайте притчу. Расскажите, как вы поняли ее смысл.

Быть женщиной

Одна женщина жаловалась Мудрецу на судьбу.

– Ты сама за нее в ответе, – сказал Мудрец.

– Но разве я отвечаю за то, что родилась женщиной?

– Быть женщиной – это не судьба. Это твое предназначение. А твоя судьба зависит от того, как ты им распорядишься.

<http://pritchi.ru>

Задание 3. Напишите эссе-размышление на тему «Какова моя роль в жизни».



Каждый человек играет несколько социальных ролей в обществе. Например, он может быть главой семьи, начальником предприятия и членом футбольного клуба. Также он является гражданином своей страны, защитником Отечества и т. д. Играя ту или иную роль, человек должен придерживаться определенных социальных норм и правил, соответствующих данной роли.

Но у всех нас есть одна общая роль, которую нам следует сыграть безупречно и пронести сквозь все роли. Это роль и обязанность быть Человеком!

В чем же состоит главная роль человека, смысл его жизни? В самой жизни. В реализации своих возможностей, в личном совершенствовании, в получении радости и удовольствия от служения другим людям. Смысл жизни также в ее познании, полноте и осознанности, любви и гармонии, счастье и радости.

Истинное счастье приходит к тем, кто умеет благодарить жизнь за те маленькие радости, которые она дарит каждому. Счастлив тот, кто развил в себе благодарное отношение к жизни, т. е. научился высоко ценить маленькие чудеса, встречающиеся на нашем жизненном пути.

Не стремитесь достичь счастья. Лучше отдайте все свои силы на службу людям. Старайтесь улучшить их жизнь – и вы обретете счастье. Лев Николаевич Толстой писал: *«Постарайся усвоить то, что подсказывает тебе человеческая мудрость, ум и сердце: смысл жизни состоит в служении*



той силе, что послала тебя в этот мир. Только так можно обрести радость жизни».

Особой социальной ролью для каждой женщины является роль матери и жены, а для мужчины – отца и мужа. От того как мы сыграем эти важнейшие в нашей жизни роли, во многом зависит наше будущее и, более того, будущее мира. Ведь именно в семьях формируется подрастающее поколение, которое и является будущим мира.

Предназначение женщины как матери состоит в том, чтобы быть заботливой и любящей матерью, передавать детям моральные ценности, а также создавать теплую и позитивную атмосферу в доме, хранить мир, покой и гармонию в семье.

Женщина может стать хорошим адвокатом, врачом, инженером. Но не менее важно стать хорошей матерью, так как эту социальную роль никто лучше нее не выполнит.

Женщина как жена должна вдохновлять мужа на новые достижения, поддерживать его в трудные минуты.

Роль отца в социуме также очень велика. Отец является опорой и защитой для всех членов семьи. Он олицетворяет собой мудрость, долг, порядок и ответственность. Любовь и поддержка отца делает детей уверенными в себе.

Женщина – внутренняя энергия семьи. Она открывает ребенку красоту его внутреннего мира через любовь, покой и веру.

Мужчина – внешняя энергия семьи. Он вводит ребенка во внешний мир и обучает его истине, долгу и праведному поведению.

Социальные роли, которые мы исполняем в своей жизни, будь то роль отца, матери, сына, дочери, брата, сестры, друга и т. д., ***являются основой человеческих взаимоотношений, общества, в котором мы живем.***



Константин Бальмонт

Женщина – с нами, когда мы рождаемся.
Женщина – с нами в последний наш час.
Женщина – знамя, когда мы сражаемся.
Женщина – радость раскрывшихся глаз.

Первая наша влюбленность и счастье,
В лучшем стремлении – первый привет.
В битве за право – огонь соучастия.
Женщина – музыка. Женщина – свет.





Отец

Козыкорнеш Есенберлин



Ильяс Есенберлин

Отец... Сейчас для меня это что-то очень далекое, но вместе с тем очень близкое и родное. Прошло уже очень много лет, и образ его, кажется, стирается в моей памяти. Но в то же время главное в нем я чувствую еще более отчетливо. Его мягкий и тихий голос, теплые и нежные руки...

Человек небольшого роста с большой головой и белыми-белыми волосами, черными глубокими глазами. Вот может все, что зрительно осталось от его образа во мне. Но я постоянно чувствую тепло его рук, тепло его души. Помню его бесконечное терпение и любовь ко мне – неразумному молодому человеку.

Ларошфуко хорошо сказал, что «молодость – это горячка ума». Это точно про меня. Отцы и дети – извечный конфликт. И мы с отцом вначале почти не понимали друг друга. Моя душа искала приключений и удовольствий, а его мудрость и степенность фактически были мне непонятны и где-то раздражали. Я внутренне чувствовал его любовь ко мне, но мировоззрение было разным.

Потом лишь, позже, когда я набил себе шишек и жизнь стала показывать свое настоящее лицо, я все больше и больше стал его понимать. В молодости это было естественное чувство, что он мой отец, который дал мне жизнь, а затем все больше и больше стали проявляться любовь и понимание человека огромной внутренней силы. Познание отца, его ума и сердца, от непонимания к сильной настоящей любви и восхищению его духовным миром, силой характера пришло как-то незаметно, сквозь годы.

Вспоминая его сейчас, я слышу наши длинные последние разговоры о жизни, его и моей, о смысле бытия. Вспоминая вехи жизни отца, передо мной, словно река, проплывает его трудная и сложная жизнь со своими разливами и водопадами. Его река благополучно приплыла к своему океану, он не променял свою жизнь на мелочи и суету. Он сделал главное, и это мы видим сейчас в его книгах...

Жизнь отца начиналась очень трудно. В возрасте девяти лет он остался без родителей, без крыши над головой и без куска хлеба, прячась и живя под мостом вместе с другими сиротами. Его, фактически умирающего от холода и голода, подобрали во время коммунистического рейда и определили в детский дом.

После учебы и воспитания в детском доме отец поступил учиться на рабфак, а после его успешного окончания еще совсем в молодом возрасте был направлен работать заместителем председателя райисполкома в Карсакпай. Это были тяжелые годы, когда голод и смерть были обычным явлением.



нием. Отец не любил вспоминать и рассказывать об этом периоде жизни. Видимо, это была глубокая и незаживающая рана в его сердце, которая не давала ему покоя всю жизнь...

Перед войной отец поступает, а в 1940 г. заканчивает Алма-Атинский горно-металлургический институт (впоследствии ставший политехническим) по специальности «горный инженер».

Не успел он толком поработать по специальности, как началась война. В первые же дни отца мобилизуют на фронт, там же он вступает в партию.

Отец не променял свою жизнь на мелочи и суету...

К концу 1943 г., будучи в звании капитана, отец был тяжело ранен и после годичного пребывания в госпитале вернулся в Алма-Ату.

В 1944 г. он знакомится со своей будущей женой, моей мамой Дилярой Джусупбековой – дочерью «врага народа», расстрелянного в 1937 г. Отец матери Хамза Джусупбеков был известным партийным деятелем, писателем, соратником Сакена Сейфуллина. Он первый перевел на казахский язык роман Н. Островского «Как закалялась сталь».

Так отец вспоминал о встрече со своей первой и единственной любовью в жизни. Однажды в оперном театре он случайно встречается девушку необычайной красоты. Девушка так его очаровала, что он сразу подошел и познакомился. Ее звали Диляра. Многие с ней познакомились, но, узнав, чья она дочь, быстро уходили. И чтобы долго не тянуть, она сразу сказала об этом Ильяссу. Но он не отступил: «Я вас полюбил с первого взгляда, а чья вы дочь, не имеет значения». Диляра очень удивилась. Вскоре они поженились...



Ильяс и Диляра Есенберлины

В этом выборе отца, мне кажется, началась новая точка отсчета всей его жизни. Он выбрал любовь. Это стало главным в его жизни. Именно с тех пор, когда отец выбрал любовь, когда он пренебрег партийной дисциплиной и карьерой, его начинают преследовать и унижать. Сначала отстраняют от работы в ЦК и переводят в Госкомитет по радиовещанию, позже в Казгосфилармонию, затем два года он был без работы.

В 1950 г. против отца возбуждают уголовное дело, связанное, якобы, с растратой денежных средств на Декаде литературы и искусства, проходившей в Москве. Хотя всем окружающим были вполне понятны подлинные мотивы следствия, ему дают десять лет с правом переписки и отправляют на верную смерть – строительство Каракумского канала. Зной, голод, болезни и невыносимый труд на этой стройке косили людей, как траву...



Отца спасло то, что он был горным инженером и вел ответственный участок – взрывные работы. До сих пор у нас дома сохранились выписки о постоянном перевыполнении им планов и норм выработки.

После смерти Сталина в 1953 г. отца освобождают, реабилитируют, и они с матерью едут работать в Семипалатинскую область на рудники. И уже там он понимает, что совершенно не может жить без литературного творчества. Он был готов работать хоть кем, лишь бы писать и творить. Тем более что еще во время войны он написал несколько поэтических произведений, и некоторые из них, поэмы и стихи, были впервые опубликованы в 1945 г.

Отец с семьей приезжает в Алма-Ату и устраивается на должность рядового редактора в издательство художественной литературы. Там же он начинает писать первые книги в прозе, в том числе свой первый жизнеутверждающий роман «Песня о человеке».

В отце постоянно зрела идея написания исторического романа, шел непрерывный процесс накопления и обработки исторического материала. Он посещал многочисленные архивы в разных городах страны, внимательно и кропотливо изучал первоисточники. И уже в 1965 г. в творческом порыве, буквально за три месяца, отец пишет первую книгу «Кахар» своей знаменитой трилогии «Кочевники», которая с большими трудностями была издана в 1967 г.

Надо сказать, что в те времена историческая тема всегда находилась под контролем партийных органов, так как история была составной частью коммунистической идеологии. Поэтому книгу, как и автора, стали «пытать» на различных партийных заседаниях. В те времена появились и первые завистники, и противники книги.

Но несмотря на это, отец все же дописывает остальные части трилогии и издает вначале журнальный вариант, а затем уже и всю книгу под общим названием «Кочевники».

Осознавая необходимость исторического просвещения молодежи, отец добивался, чтобы его роман «Кочевники» был включен в учебную программу школ как произведение для дополнительного чтения. В общем-то он Ленинскую премию рассматривал как средство для продвижения книги, популяризации исторической правды. Он хотел, чтобы казахи побольше узнали о себе и о своей истории.

Надо сказать, что отец много писал и на современные темы, ощущая тесную связь между прошлым и настоящим. У нас часто были разговоры о Магжане Жумабаеве, о его значении как литератора и общественного деятеля. Это также касается и многих других наших известных сограждан, которых он знал лично, знал их семьи, восхищался их жизнями и судьбой, творческим вкладом.

Работал отец очень много – по 12 часов в сутки. Его удивительная работоспособность позволила ему написать большое количество объемных книг, 40 сценариев к фильмам, столько же пьес, отредактировать огромное



количество книг. Отец очень любил и знал казахский фольклор, с удовольствием читал мировую литературную классику. Он с огромной любовью рисовал, особенно лошадей, считая их самыми грациозными существами на Земле...

Отец сыграл огромную роль в моей жизни. И если говорить более точно, по сей день его образ во мне. Он был мне не просто отцом, а одновременно учителем и другом. Отец всегда находил время поговорить со мной. Это была необъяснимая тесная духовная связь.

Он был мне не просто отцом, а одновременно учителем и другом.

Я воспринимал его всем своим сердцем, даже если мы просто молча сидели рядом.

У него было обостренное чувство справедливости, и он всегда меня учил: что бы ни происходило в твоей жизни, ты всегда должен поступать справедливо. Мы часто беседовали с ним на самые разнообразные темы: о политике, мировой и русской литературе, в целом о жизни. И при этом он всегда старался направить мой взгляд на все эти вещи через призму высокой морали и порядочности. Тем самым он помогал мне выстраивать мое мировоззрение.

По характеру отец был очень жизнелюбивым и оптимистичным человеком. Его отличали доброта и мягкость. Но за мягкостью скрывался характер с твердостью стали, и отсюда – огромное терпение и работоспособность. В общении с людьми он не повышал голоса, говорил мягко, редко говорил с кем-то на повышенных тонах.

Я всегда чувствовал, что у отца постоянно болело сердце за свой народ, он его не жалел, а по-настоящему любил. Это я видел и ощущал...

В последний день его жизни я принес к нему в больницу только что изданный пятитомник его произведений. Он этому очень обрадовался.

Мы надеялись на его выздоровление, но... 5 октября 1983 г. он умер от разрыва сердца...

Трудно передать словами, что я, моя мать и мои сестры пережили тогда. Но сейчас, по прошествии времени, я по-прежнему ощущаю тепло его рук, его любовь. Хотя кое-что уже стирается из памяти. Но во многом я понимаю его теперь все больше и больше.

Прошло уже много лет, как его нет с нами. Но образ его не меркнет в моей памяти, и сердце с каждым днем заполняется все больше уверенностью о нашей радостной встрече в новом мире...



1. С каким чувством сын вспоминает об отце?
2. Какой смысл несет в себе фраза «...не променял жизнь на мелочи и суету»? Поясните ответ.
3. Какую жизнь прожил Ильяс Есенберлин?
4. Какими качествами характера обладал писатель? Что помогло ему преодолеть жизненные трудности?



5. Какую роль сыграл этот человек в жизни своей семьи и своего народа?
6. Что вы знаете о деятельности и творчестве Ильяса Есенберлина?
7. Какие его произведения вы читали? Поделитесь своими впечатлениями.



Задание 4. Современный человек – человек, берущий свое начало из прошлого и несущий новое в будущее. Человек, который будет строить будущее нашего мира.

Подготовьте презентацию о современных людях, которые меняют мир к лучшему.

Ты ведь человек...

Нелли Эфрон

В жестокий двадцать первый век,
Во время зависти и мести
Запомни: ты же человек!
Ты не теряй ни капли чести.

Как жаль, что современный мир
Лишь правит завистью и злобой.
Утерян верный ориентир,
О человечности ни слова.

Когда услышишь грубый смех,
Жестокость, низость – не сломайся.
Запомни: ты ведь человек!
Так человеком оставайся!

Задание 5. Напишите мини-сочинение на тему «Какие социальные роли я исполняю в своей жизни».



Обсудите с одноклассниками, что нового вы узнали при изучении темы. Создайте коллаж «Кто я, и что я могу сделать для человечества».



Песня о хороших людях

*Слова Е. Долматовского
Музыка М. Фрадкина*

Если город далекий полюбишь,
Ты найдешь там друзей без труда –
Есть повсюду хорошие люди,
Где есть небо, земля и вода.

Мы пока что, конечно, не знаем,
Как там Марс или, скажем, Луна,
Но родная планета земная
Для хороших людей создана.

Даже там, где не водится счастье,
Где неправда надежды сильней,
Встретишь души, раскрытые настежь,
Встретишь честных и верных друзей.

Но родная планета земная
Для хороших людей создана.
Есть повсюду хорошие люди,
Где есть небо, земля и вода.

19–20. СЕМЬЯ – ИСТОЧНИК ДУХОВНОСТИ



Семья, живущая в гармонии, будет процветать во всем.

Китайская пословица



Притча про счастливую семью

К Мудрецу пришел за советом молодой мужчина.

– Скажи, в чем секрет твоего знания? Ты счастлив. Тебя уважают, к тебе идут люди, чтобы научиться делать свою жизнь лучше. Я много учусь. А на меня сыплются неприятности.

В ответ Мудрец улыбнулся и позвал свою жену. Через пару минут зашла красивая женщина. Глаза ее сияли. И тогда мудрец попросил:

– Любимая, у нас сегодня гость. Иди, поставь тесто для пирогов.

Женщина удалилась на кухню. Вскоре она вернулась в комнату и обратилась к мужу:

– Тесто готово, любимый муж мой.

На что Мудрец сказал:

– А теперь добавь в тесто орехи, сухофрукты и мед.

Жена спросила:

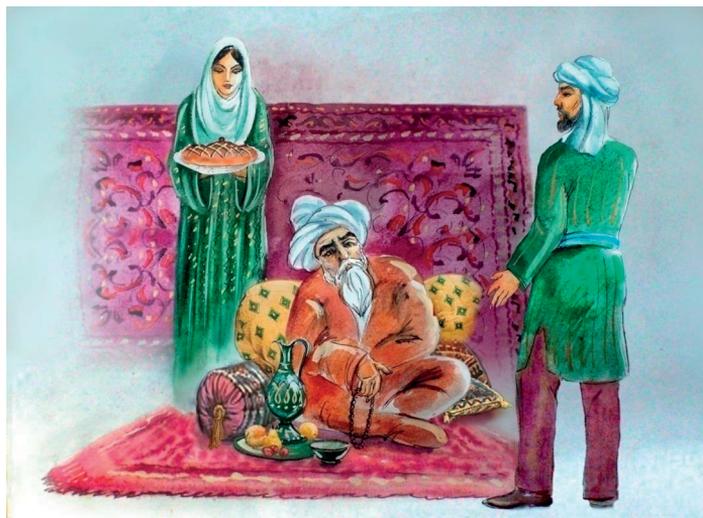
– Те, что я оставляла для пирога на годовщину нашей свадьбы?

– Те самые, – ответил Мудрец.

И женщина беспрекословно согласилась. Вскоре она принесла поднос с ароматным пирогом.

Но Мудрец не спешил угощать гостя. Он сказал:

– Дорогая, я вижу, как ты старалась, но отнеси этот пирог нищим.





Женщина улыбнулась и вышла из комнаты. Изумленный гость воскликнул:

– Жаль пирога!

На что Мудрец сказал:

– Ты спрашивал, как стать мудрым? Попроси свою жену испечь пирог.

Домой мужчина летел как на крыльях. Но там его ждало разочарование. Его молодая жена болтала с подругами. Но мужчина решил выполнить совет Мудреца.

– Любимая моя, – начал он ласково, – я хочу, чтобы ты сделала тесто.

Жена недовольно заявила:

– Я занята. Дома есть еда.

Но мужчина не унимался. С ворчанием женщина проводила подруг и отправилась готовить. Вскоре она вернулась и сказала:

– Тесто готово. Но я решила сделать печенье, а не пирог.

Через час жена вынесла блюдо с печеньями. И тогда, набрав в грудь побольше воздуха, мужчина выпалил:

– Дорогая, я ценю твой труд. Но ты не могла бы отдать это печенье нищим?

– Еще чего! – воскликнула жена. – Нашелся такой заботливый! Только продукты переводить!

Теперь жена каждый день пилила бедного мужа, упоминая про этот случай. Тогда он снова побежал в дом Мудреца.

Моя любимая жена – источник счастья...

– Ты обманул меня! Я следовал твоему совету. Но стало еще хуже. Дома невыносимо.

Мудрец усадил гостя и сказал:

– Ты спрашивал меня, как я стал таким мудрым и счастливым. Теперь ты видишь, что моя любимая жена – источник счастья. Ты больше времени тратишь на ругань и борьбу с любимой женщиной, чем на учебу. Есть тут мудрость?

– Мне бросить жену и найти другую? – спросил молодой человек.

Мудрец нахмурился:

– Ты ищешь легкий способ. Это неверно. Тебе и твоей жене нужно учиться уважать и любить друг друга. Иди домой и сделай свою жену счастливой. А до этого о мудрости и не думай.

Тебе и твоей жене нужно учиться уважать и любить друг друга. Иди домой и сделай свою жену счастливой.

– Я и так все для нее делаю, – не унимался мужчина.

– А счастлива ли она? – спросил Мудрец. – Вы выбрали друг друга, чтобы научиться любить. А вместо этого ты читаешь книги и позабыл заботиться о жене, а она обсуждает тебя с подругами.



Огорченный и разочарованный пошел мужчина домой. По пути ему встретился торговец виноградом. Мужчину озарило: такой виноград он носил жене, когда они познакомились. Жена так любила его. А он не помнил, когда в последний раз угощал ее.

Мужчина купил немного винограда. Но порадовать жену он так и не смог: она спала. На ее лице были следы слез. Он решил не будить ее. Поставил на столик чашу с виноградом...

Проснулся он от нежных поцелуев. Жена обнимала и целовала его...

Дальше повседневные заботы захватили их обоих. Но теперь они учились быть внимательными друг к другу. Мужчина не прикасался к книгам. Он помнил, что нужно восстановить мир дома. Жена тоже изменилась: стала ухаживать за собой, была ласкова и нежна с супругом и не засиживалась у подруг...

Через какое-то время в дом к ним кто-то постучался. Хозяин открыл дверь. Перед ним стоял парень. Глаза его были печальны, плечи сгорблены. Под мышкой он держал книги.

– Помоги мне, мудрый человек, – попросил он. – Друг направил меня к тебе. Он сказал, ты знаешь, как быть счастливым. Я изучаю труды великих мудрецов. Но жизнь моя не меняется. А жена становится все злее.

Выслушав парня, хозяин дома улыбнулся:

– Проходи, желанный гость. Моя жена как раз собралась готовить ужин...

www.mudryecitaty.ru



1. Какой совет дал Мудрец молодому человеку?
2. Почему у молодой пары возникло еще больше недопонимания?
3. Какую мудрость взаимоотношений смог постигнуть молодой человек?
4. В чем секрет счастливой семьи?
5. Как вы понимаете выражение Л. Н. Толстого: «Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая семья несчастлива по-своему»?



Задание 1. Завершите предложения.

- *Для меня семья – это ...*
- *Семья учит меня ...*
- *Чтобы семья была счастлива, члены семьи должны обладать такими качествами, как ...*
- *Если в семье возник конфликт, необходимо ...*

Задание 2. Что, по вашему мнению, является главным для счастья в семье?

Составьте кодекс счастливой семьи.



Задание 3. Прочитайте притчу. Найдите в ней слова, которые раскрывают путь к счастью.

В чем, по вашему мнению, заключается самый главный секрет любви? Разыграйте по притче сценку.

Притча об отношении к матери

Одному юноше не везло в любви. Все как-то попадались ему девушки «не те». Одних он считал некрасивыми, других – глупыми, третьих – сварливыми. Устав от поисков идеала, юноша решил обратиться за мудрым советом к старейшине племени.

Внимательно выслушав молодого человека, старец молвил:

– Вижу, что беда твоя велика. Но скажи мне, как ты относишься к своей матери?

Юноша был очень удивлен.

– При чем же здесь моя матушка? Ну, не знаю... Она часто вызывает во мне раздражение: своими глупыми вопросами, назойливой заботой, жалобами и просьбами. Но могу сказать, что я люблю ее.

Старец помолчал, покачал головой и продолжил беседу:

– Что ж, я открою тебе самый главный секрет любви. Счастье есть, и оно кроется в твоём драгоценном сердце. И семечко твоего благополучия в любви посадил очень важный в твоей жизни человек. Твоя мама. И как ты относишься к ней, так и будешь относиться ко всем женщинам.

Ведь мама – это первая любовь, которая приняла тебя в свои заботливые объятия. Это твой первый образ женщины. Будешь любить и почитать свою маму – научишься ценить и уважать всех женщин.

И тогда ты увидишь, что однажды понравившаяся тебе девушка ответит на твоё внимание ласковым взором, нежной улыбкой и мудрыми речами. Ты не будешь предубежден против женщин. Ты увидишь их истинными...

Наше отношение к родителям – мерило нашего счастья.

Юноша с благодарностью поклонился мудрому старцу.

Отправившись в обратный путь, он услышал за своей спиной:

– Да, и не забудь: ищи для жизни ту девушку, которая будет любить и чтить своего отца!

www.reshto.net



Семья

Артур Гарипов

Семья – как много в этом слове
Любви, заботы, доброты.
В ее незыблемой основе –
Исток рождения мечты.



Семья – как много в этом смысле,
Родства, надежды, красоты.
В семье нет места серым мыслям
Среди добра и теплоты.



Мудрая жена Притча

Жила обычная с виду крестьянская семья. Муж и жена. И занимались они тем, что выращивали яблоки в своем саду, а по осени продавали их. Тем и жили.

Случилось так в один год, что урожай крестьянин не собрал, не успел, потому как заболел. Много яблок сгнило.

Что же делать? Если не продать урожай, то семья не выживет. Крестьянин собрал все гнилые яблоки в телегу и поехал на рынок продавать, что есть. Благословила его любящая жена и сказала, что все будет хорошо. С тем крестьянин и поехал.

И вот по дороге встречается ему купец. И видит, что едет крестьянин по дороге на рынок, а его телега полна гнилых яблок. Подивился купец и говорит:

– Что же ты, неразумный, делаешь? Везешь на рынок гнилые яблоки. У тебя же их никто не купит!

– Да знаю, купец, – отвечает крестьянин. – Только вот делать нечего – продать надо, а то погибнем мы с женой.

Благословила его любящая жена и сказала, что все будет хорошо.

– Да-а-а, вот попадет тебе от жены, когда ты ни с чем с рынка вернешься. С потрохами съест!

– О, купец, за это не беспокойся. Жена у меня золотая. Она меня любим любит и принимает.

– А вот такого не бывает, мужик! – отвечает купец.

– Еще как бывает! Золотая у меня жена!

Тогда купец предложил поспорить:

– Вот давай, мужик, поспорим. Сейчас мы возвращаемся к тебе домой и говорим, что яблоки гнилые и их никто не купил, и что жить зимой будет не на что. Если твоя жена действительно такая, как ты говоришь, то ты выиграл – я тебе отдам вот этот кошель с золотом, не на одну зиму хватит. А если окажется, что ты лжешь, и твоя жена учинит тебе скандал, то я выиграл и заберу твою лошадь с телегой. По рукам?

– По рукам!



И вот вернулись они к крестьянину домой. С порога расстроенный муж говорит жене:

– Жена, беда! Не продал яблоки! Плохо зимой будет!

– Что ты, милый? О чем ты говоришь?! Ты вернулся, и то хорошо. Да еще и гость с тобой. То-то радость! Проходите, устали, поди, с дороги и проголодались? Сейчас умыться подам и на стол накрою. Отдохнете и покусаете.

И вот она быстренько несет кувшин с водой, полотенце подает, за стол сажает.

Дивится купец, но про себя думает, что это цирк при постороннем. Думает: «Побуду здесь подольше, она обязательно сорвется!»

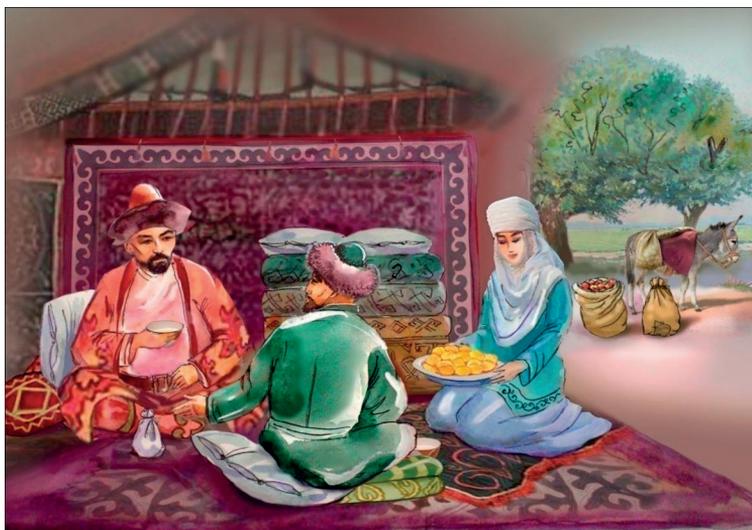
И вот сидят они за столом. Жена крестьянина за ними ухаживает, вся светится от радости. А купец время от времени все разговор переводит на непроданный урожай, да как они зиму жить будут.

А жена крестьянина все время ему отвечает:

– Все устроится как-нибудь, проживем! Сейчас главное, чтобы мужу и гостю хорошо было.

Дивится купец еще больше.

Долго они так сидели. В конце концов, купец понял, что проиграл спор.



Достал он свой кошель и говорит:

– Да, многое я повидал на этом свете, но таких золотых жен, как у тебя, не видел. Прав ты был. Вот твои деньги, и живите счастливо!

С тем и откланялся...

www.mudrostmira.ru



1. О чем поспорил крестьянин с купцом?
2. Почему крестьянин выиграл спор?
3. Какими качествами обладала жена крестьянина?
4. В чем заключается истинное служение в семье?
5. Напишите кодекс праведного поведения жены, мужа.



Задание 4. Используя литературу и интернет-ресурсы, найдите и презентуйте информацию о том, как научиться практиковать любовь и служение в семье.

Задание 5. Разыграйте сценки по данным ситуациям. Какой темой они объединены?

- Произошел конфликт между членами семьи.
- Семья готовится к приезду гостей.
- Бабушку положили в больницу.
- Кто-то из членов семьи затрудняется в решении проблемы.
- Младший брат не хочет идти в школу.

Задание 6. Всем известно, что каждый человек является учителем для другого. Народная мудрость гласит: «Если встретил хорошего человека – учись у него, если встретил плохого – изучай себя».

В Тетради ученика составьте кластер на тему «Чему меня учит каждый член моей семьи, и чему я учусь у них».



Служение в семье – это главное, к чему надо стремиться. Цель служения – подчинение своих желаний и передача окружающим радостной и благотворной энергии.

***Бескорыстное служение** – это фундамент семейной жизни, на котором строится счастье и процветание семьи.*

Самое главное, чему мы учимся в семье, – это **единство**.

Важно достигнуть единства и гармонии в семье, стремиться, чтобы в доме были лад и взаимопонимание.

*Основа семейной жизни – **любовь**. Свет чистой энергии любви ярко сияет в каждом человеке.*

Для равных взаимоотношений в семье важно понимать друг друга, находить компромиссы, избегать конфликтов.

В хорошей семье царят:

- любовь, понимание и единство;
- ответственность друг за друга, выполнение своего долга перед всеми членами семьи и обществом;

- мир, радость, покой и гармония;
- нравственные и семейные ценности.



Подумайте, что является фундаментом гармоничной жизни в семье.
Поделитесь своими мыслями с одноклассниками.
Изобразите на плакате результаты обсуждения.



Крыша дома твоего

*Слова М. Пляцковского
Музыка Ю. Антонова*

Мы все спешим за чудесами,
Но нет чудесней ничего,
Чем та земля под небесами,
Где крыша дома твоего.

Вмиг огорчения любые
Исчезнут все до одного,
Лишь вспомнишь звезды голубые
Над крышей дома своего.

И если вдруг тебе взгрустнется,
То грусть не значит ничего,
Когда ты знаешь, что под солнцем
Есть крыша дома твоего.

Мир полон радости и счастья,
Но край родной милей всего...
И так прекрасно возвращаться
Под крышу дома своего!

21–22. ИСКУССТВО ЖИТЬ СРЕДИ ЛЮДЕЙ



*Смелей шагай по тропе: тропа выведет на дорогу,
а дорога приведет к людям.*

Туркменская пословица



Щедрость Притча

Один бедняк однажды встретил шейха и спросил у него:

- Почему я так беден?
- Потому что ты не практикуешь щедрость.
- Но как же мне практиковать щедрость, ведь мне нечего отдать другим?
- У тебя есть пять объектов, с помощью которых ты мог бы практиковать щедрость. Но ты этого не делаешь.
- Пожалуйста, расскажите мне, что это за пять объектов.

– Своим лицом ты можешь дарить улыбки другим, но ты этого не делаешь. Своими глазами ты можешь смотреть на других взглядом любви и заботы, но ты этого не делаешь. Своим ртом ты можешь произносить что-то хорошее для других, но ты этого не делаешь. Своим сердцем ты можешь желать счастья другим, но ты этого не делаешь. И своим телом ты можешь делать что-то хорошее для других, но ты этого не делаешь.

Ты богат настолько, насколько себе позволяешь.



www.pritchi.ru



1. О какой щедрости говорит шейх?
2. Что значат слова: «Ты богат настолько, насколько себе позволяешь»?
3. В чем смысл фразы: «Лучшие вещи в жизни бесплатные: объятия, улыбки, друзья, поцелуи, семья, сон, любовь, смех и хорошие воспоминания»? Поясните ответ.
4. Что является основой взаимоотношений между людьми?
5. Что, по-вашему, означает понятие «щедрость»?



Задание 1. Прочитайте высказывание Федора Михайловича Достоевского.

Удивительно, что может сделать один луч солнца с душой человека!



Расскажите историю из жизни или притчу, соответствующие данному высказыванию.

Задание 2. Прочитайте первые из «37 важнейших уроков жизни, которые стоит усвоить как можно быстрее» известного психолога Доны Глускин из США.

Каких из перечисленных уроков вы придерживаетесь в своей жизни? Почему?

Запишите понравившиеся вам высказывания в Тетради ученика.

Урок 1. Благодарите свою жизнь за все. Большинство людей даже не задумываются над тем, насколько важно быть благодарным. Некоторые благодарят свою жизнь за успех и приятные моменты жизни, а другие и вовсе воспринимают их как должное.

Дон уверена, что жизнь сама по себе является ценнейшим даром свыше, поэтому человек должен благодарить ее как за хорошее, так и за плохое. Ведь хорошее приносит нам радость, а плохое позволяет сделать правильные выводы и не допускать повторных ошибок.

Урок 2. Счастье находится внутри тебя. Мы очень часто ищем людей, которые одобрили бы наши поступки и поощрили их, а в случае неудачи смогли бы утешить. Это все хорошо, да только далеко не всегда рядом оказываются такие люди. Истинное счастье и любовь человека находятся внутри него самого, поэтому очень важно заглянуть в свою душу и найти их. Это так просто!

Урок 3. Измените свое восприятие ситуации – и вы измените свою жизнь. Когда вам кажется, что страх, боль и обида никогда не утихнут, постарайтесь просто посмотреть на ситуацию под другим углом. Вы сами удивитесь тому, насколько проще и гармоничнее станет ваша жизнь.

Урок 4. Невозможно осчастливить всех на свете. Если вы любите человека – признайтесь ему в этом. Лучше пойти на риск и быть непонятым, чем всю жизнь страдать от неразделенной любви и мучиться неизвестностью. Но не притворяйтесь тем, кем вы не являетесь в реальной жизни. Если человек испытывает к вам привязанность, а с вашей стороны любви нет – не издевайтесь над ним, скажите все прямо.

Урок 5. Не забывайте о таком свойстве мира, как отзеркаливание. Если вас что-либо раздражает в человеке, прежде всего обратите внимание на себя. Правда жизни такова – то, что мы любим в других, является зеркальным отражением того, что мы любим в самом себе.

Урок 6. Все люди, появившиеся в нашей жизни, появились в ней не случайно. Они преподают нам уроки жизни, будучи верными или, напро-



тив, предавая нас. И только от самого человека зависит, делать правильные выводы из урока или нет.

Урок 7. Верьте в свой успех. Важно осознавать, что в самые трудные моменты вашей жизни Вселенная поможет вам преодолеть все неприятности. Найдутся люди, которые окажут вам поддержку.

Жизнь никогда не дает человеку больше испытаний, чем он способен выдержать.

<http://www.therapy.by/articles>



Умейте прощать. В первую очередь это нужно вам, а не тем, кто вас обидел. Прощая, вы обретаете покой и свободу, которые заслуживаете. Прощайте легко и быстро.

Пусть ваша душа поет! Будьте настоящими. На Земле нет никого такого же, как вы. Будьте искренними, живите и дышите полной грудью, двигаясь к намеченным целям.

Окружайте себя людьми, которые вас любят и поддерживают. И сами любите и поддерживайте их. Жизнь слишком коротка для чего-то меньшего.

Кружитесь по жизни в свободном танце. Если у вас есть большая мечта, следуйте за ней со всей страстью. Но нежно и на определенном расстоянии, чтобы быть достаточно гибким и подвижным, подстраиваясь под меняющийся ритм жизни.

Как можно чаще говорите и показывайте близким, как вы их любите. Этого не бывает слишком много. Ваше время, присутствие рядом, любовь и искренняя забота о них – самый лучший подарок.

Живите настоящим. Это единственное, что у нас сейчас есть. Учитесь на ошибках прошлого и наслаждайтесь приятными воспоминаниями, но не цепляйтесь за них и не позволяйте им вас преследовать. Мечтайте о будущем, но без фанатизма и одержимости. Любите настоящее.

Жизнь – это череда взлетов и падений. Чтобы раскрыть весь свой потенциал, нам необходимо и то и другое. Просто держитесь покрепче и наслаждайтесь поездкой!

www.socratify.net



Задание 3. Прочитайте высказывания. Определите ключевую мысль каждого из них.

Умный многому сумеет научиться у врага. Аристофан

Никогда не оказывай услуг, о которых не просят. О. Бальзак

Я никогда не иду туда, куда идут все. Г. Бальтасар

Я не знаю иных признаков превосходства, кроме доброты. Л. Бетховен



Три вещи

Павел Купчинский

Три вещи не вернуть никак обратно:
Слова, возможность, времена...
И никогда не вспыхнет многократно
Однажды ночью темной павшая звезда.

Три вещи, что не следует терять:
Спокойствие, надежду, свою честь...
Стараясь чаще ближнего понять,
Его приняв таким, какой он есть.

Три вещи в жизни наиболее ценны:
Доверие, любовь и убеждение.
Лишь за собой признание вины
Привносит в душу просветление.

Три вещи в жизни очень непрочны:
Удача, власть, большое состояние.
Они, имея резкий поворот судьбы,
Даются нам, как в наказание.

Три вещи, что определяют человека суть:
Труд, честность, жизни достижения.
Пусть труден и нелегок этот путь,
Но это – жизнь, а жизнь – движение.

Три вещи разрушают ум и плоть:
Гордыня, злость, вино без меры...
Кто смог в себе себя перебороть,
Увидит в том все признаки химеры.

Три вещи почему-то тяжело сказать:
Люблю тебя, прости меня и помоги.
А может, просто перестали понимать
Друг друга мы, как давние враги?



Как Иван Иванович помирился с Иваном Никифоровичем

Павел Артемьев

Один мой приятель, талантливый инженер, длительное время враждовал со своим начальником. Оба были достаточно незаурядными личностями, и ни тот ни другой не желал уступать сопернику. Инженер знал себе цену и был уверен, что с работы его ни за что не выгонят. Сознавал это и начальник, а потому пикировки следовали одна за другой, все более раскаляя противников.

Инженер отпуская по адресу начальника шуточки и издевки, второй придирался к малейшим пустякам, лишал премиальных, норовил отправить в невыгодные командировки.

Я был в курсе этой затянувшейся войны, но долгое время надеялся, что все прекратится само собой.

Увы, сама собой вражда не прекращалась...

Однажды у начальника сильно заболела супруга. Разузнав подробнее о болезни женщины, я настоятельно посоветовал своему приятелю отнести начальнику лекарство, которое мне удалось достать. По счастью, приятель не стал упрячиться и взял у меня лекарство. Я надеялся на добрый результат, однако случившееся превзошло все ожидания...

Приятель позвонил на следующий же день. По его голосу чувствовалось, что он потрясен.

Не найдя в себе сил отдать лекарство напрямую, он улучил момент и уже перед концом рабочего дня оставил лекарство на столе начальника с короткой запиской и пожеланием здоровья супруге. В этот же вечер начальник приехал к нему домой поговорить, и вчерашние враги быстро поняли, что враждовать им было совершенно не из-за чего.

Стоит добавить, что супруга начальника в скором времени поправилась. Смею предположить, что помогло не столько лекарство, сколько изменившаяся атмосфера в доме, во многом зависевшая от настроения супруга.

... Помогло не столько лекарство, сколько изменившаяся атмосфера в доме, во многом зависевшая от настроения супруга.

По признанию самого начальника, поступок моего приятеля его попросту обезоружил. Взрачиваемая месяцами и годами злость рассыпалась в прах под воздействием одной записки и крохотного флакончика. В итоге выиграла даже не двое, а четверо, включая супругу начальника и меня, поскольку мне тоже было приятно, что я поучаствовал в столь добром предприятии.

А теперь представьте, что кто-нибудь из противоборствующей пары выжил другого из фирмы. Кто бы победил в этом случае? Да никто. Ни я, ни они сами не назвали бы это настоящей победой, сохранив о случившемся самые тяжелые воспоминания.



Частенько мы не отваживаемся на первый добрый шаг, стесняясь его или считая недостаточно эффективным. Но это абсолютное заблуждение.

Учитесь мысленной режиссуре и пытайтесь меняться с вашими оппонентами местами.

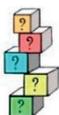
Вообразите, например, что злейший ваш недруг однажды проявляет раскаяние, извиняется перед вами и преподносит неожиданный подарок. Картинка не простая, но все-таки возможная, и, представив ее, проанализируйте вашу собственную реакцию на случившееся. Согласитесь, если в поступке оппонента не будет наблюдаться сарказма или высокомерия, в 99 случаях из 100 вы по достоинству оцените этот жест, ощутив ответную признательность.

Другое дело, что мало кто из реальных недругов решается на столь чудесные поступки, и, разумеется, это нас уязвляет. Они злы и глупы, полагаем мы. Вот если бы они первые сделали шаг навстречу, тогда и мы бы ответили. Но это всего лишь оправдание, поскольку, таким образом, к разряду «злых и глупых» мы автоматически причисляем и себя.

Если вы понимаете всю несуразность вражды, то не совершайте ответные выпады, не мстите, отвечая злом на зло и таким образом умножая его. Совершите усилие над собой и проявите инициативу, чтобы прекратить «боевые действия»...

Первым всегда уступает более мудрый и сильный.

Помните, первым всегда уступает более мудрый и сильный. И ничто не мешает нам претендовать на подобное звание.



1. Почему не складывались отношения Ивана Иваныча с Иваном Никифоровичем?
2. Как произошло примирение героев?
3. Как прекращение «боевых действий» повлияло на них и близких им людей?
4. Согласны ли вы с утверждением: «Первым всегда уступает более мудрый и сильный»? Аргументируйте ответ.
5. Какие качества нужно развивать человеку, чтобы иметь смелость сделать первый шаг во взаимоотношениях с окружающими?
6. Случались ли в вашей жизни ситуации, когда вам удалось наладить отношения с человеком, с которым у вас не было взаимопонимания? Приведите примеры.



Задание 4. Прочитайте четверостишие из дневника учителя. Попробуйте сочинить короткое стихотворение о взаимоотношениях между людьми.

Мы часто в мирной жизни, как в бою,
Бессмысленно резки в своих решениях,



И, утверждая правоту свою,
Теряем мы душевность отношений.



Напишите пост для социальной сети в виде интересной истории на тему «Весь мир – это зеркало, которое отражает меня». Дополните пост фотографиями и видеороликами.

*Все в мире является энергией.
Энергия лежит в основе всего.
Если вы настроитесь на энергетическую частоту
той реальности, которую хотите создать для себя,
то вы получите именно то,
на что настроена ваша частота.
Это не философия. Это физика.*

Альберт Эйнштейн



Уметь общаться, поддерживать со всеми ровные, добрые отношения, получать удовольствие от встреч с другими людьми – это действительно большое искусство.

Начинать постигать его нужно как можно раньше. Ведь с самого рождения ты находишься среди людей: мама, папа, бабушка и дедушка, сестры и братья, потом воспитатель, учитель, друзья, школьные приятели. Ты никогда не был в полном одиночестве. Главное – всегда относись к людям так, как ты хочешь, чтобы они относились к тебе.

Нужно работать над собой – избавляться от недостатков, умножать достоинства. Это весьма непросто, но если ты поставишь перед собой цель стать лучше, то непременно ее достигнешь.

Опыт человеческих взаимоотношений наиболее важен. Каждый человек – это имеющая полную свободу индивидуальная вселенная с огромным внутренним миром. Поэтому каждому из нас необходимо понять важность построения добрых, уважительных, дружеских отношений и любви со всеми встретившимися нам людьми.

Отношения между людьми образуют широчайший спектр – от отношений в семье до взаимоотношений государств. Наука, производство, финансы, политика и все другие сферы жизни зависят от отношений между людьми. Но не только. Также важны отношения человека с природой. Пришло время глубже присмотреться к природе и Земле. Жизнь в согласии с природой требует принятия того, что все окружающее нас является живым и разумным!

Жива и разумна наша планета. Живы и разумны водоемы, горы, лесные массивы и, конечно же, животный мир...

А. Некрасов. Взлет начинается с падения



Мы в этой жизни

Слова и музыка Т. Снежиной

Мы в этой жизни только гости,
Немного погостим
И станем уходить,
Кто раньше, кто позднеей.

Все поначалу было просто,
Чем дальше, тем трудней.
И жизнь летит быстреей,
И мы бежим за ней.

Как свеча, горяча,
Стекает стружкой воска
Тихо жизнь моя,
И нет пути назад.

Никогда не клянись,
Не обещаю, что проживешь,
Как надо, жизнь.
Взгляни судьбе в глаза.

Мы в жизнь приходим по закону
Всевластвующей судьбы.
На смену тем, кто был,
И тем, кто не успел.

Все будет, как угодно Богу.
И, может, я спою
Все то, что до меня
Ушедший не допел.

Два пути не пройти,
И от судьбы, как ни старайся,
Не уйти,
И жизнь возьмет свое.

А назад не смотри,
Не вспоминай свои ошибки
На пути.
Иди, и все пройдет.

Нам в жизни так бывает больно...
Израженной душой
Стремимся к небесам,
Ища спасенье там.

И можно быть судьбой довольным,
Но так и не понять,
Что есть ты на Земле,
Отдавшись небесам.

А душа улетит и все забудет.
Ну а Бог ей все простит.
Была душа легка.

Просто так надо жить,
Чтоб неустанно
Радость и любовь дарить
Всем тем, кто здесь в гостях.



23–24. МИР И СОГЛАСИЕ В ОБЩЕСТВЕ



*Никто не вечен в мире – все уйдет...
Но вечно имя доброе живет!*

Саади Ширази



Туюк Су
Отрывок

Герольд Бельгер

Кто только не обитал в этом ауле! Уж больно удачно расположился он на перекрестке древних дорог, в зеленой долине меж бурых крутобоких холмов, неподалеку от водохранилища, заполнявшегося весной талой и паводковой водой, вокруг которого раскинулись и тянулись до горизонта кукурузные, хлопковые, луковые и виноградные поля.

Край солнечный, земля – благодать. Воткни в нее рукоять камчи – зазеленеет, ветки распустит, листьями зашуршит. Только поливай да убереги от проказливых и прожорливых коз...

В давнюю пору, еще до зарождения колхозов и после, возле неказистых, плоскокрыших саманушек ставили юрты, на привязи держали дойных кобылиц, неподалеку, у склона холмов, паслись отары. И над аулом висел кизячный дымок, и пахло паленой овчиной, перебродившим кумысом и айраном.

Проживал здесь большей частью мусульманский люд: казахи, киргизы, сарты, таранчи, татары, и малышня болтала с детства на диковинной мешанине тюркских наречий. Жили в согласии, по заповеданным предками обычаям, занимаясь дедовскими ремеслами и незлобиво, в шутку, подтрунивая друг над другом.

– Эй, сарт! Когда дыней-арбузом угостишь?

– Эй, казах! На согум пригласить не забудь!

– Эй, таранчи! Смастерил бы моей дочке браслет с сердоликом. Барашка не пожалею.

– Ты меня не облапошишь, хитрый татарин!

Подобные шутки-колкости срывались чаще всего с уст мужчин, а когда началась война и число мужчин в ауле резко сократилось, национальный вопрос сам по себе пошел на убыль. Ибо женщинам и детям вообще не было дела до праздных пересудов: надо было просто-напросто выжить, а в горе-бедствиях все божьи создания оказались равны. Национальный вопрос искони забава сытых смутьянов...

Потом аул заселил приезжий, подшибленный властями, подавленный духом люд. Сначала привезли корейцев. Долго, видно, везли... Все, как на подбор, малорослые, молчаливые, изможденные, желтолицые, узкоглазые. Иных и от казахов, бывало, не отличишь. Но трудяги, каких аул отродясь не видывал. От мала до велика копошились возле жилья и на поле, точно



муравьи, от зари до зари. Особенно поражало то, что они, не спросив, ни у кого полосатой бечевки не брали. Никого не обижали. При встрече с аульчанином за версту улыбались и кланялись.

– Ай, неплохой народ – эти карисы, – говаривали в ауле.

– И с чего на них взъелась советская власть?

Потом, уже когда шла война, привезли в аул немцев. По указанию властей распределили их по домам, а некоторых и вовсе поселили в заброшенные кошары, в завалюшки, в сараи, лишь бы крыша была над головой. Были они покладистые, терпеливые, послушные и безотказные. С местным населением ужились с первых же дней. Жили очень бедно, скудно, но чисто и аккуратно. И на любую работу оказались горазды. Очень скоро начали болтать на местном наречии. За все были благодарны и на добро отвечали добром.

У них на лице есть иман...

– У них на лице есть иман¹, хоть и немцы, – говорили старики.

Вскоре немцев-мужчин забрали в трудовую армию. Потом дошел черед и до девушек и молодых женщин. Остались старики и дети. И глядя на их горе горькое, на голодную, сиротскую долю, у многих аульчан не выдержала душа: забрали несчастных рыжих да конопатых детей-немцев в свои семьи, обогрели, обласкали, не дали душе погибнуть. Да и сами эти подранки стойкими да цепкими оказались. Ко всему приспособились, все выдержали. Иные даже как бы отпочковались от казахской души, прилепились к казахскому гнезду...

...Да, кого только не знавала эта древняя земля на развилке дорог! Всех теперь и не упомнишь. Одни обосновались здесь надолго, обжились, пустили корни, породнились и перемешались. Для других этот край стал лишь временным обиталищем.

Но всех помнит эта земля, всех, кто оставался ей благодарным. А неблагодарных никакая земля и не помнит...

Аул изменился. Аулом его называли лишь по давней привычке. Не аулом он стал, а большим селом. Изменился он не только внешним обликом, домами, постройками, садами-огородами, которых когда-то и в помине не было, но еще и чем-то неуловимым: многоязычной речью и песнями, новым обхождением разных племен, новыми отношениями между людьми, взаимной терпимостью, диковинной мешаниной нравов и обычаев, манерами в быту, раздольным и задушевым гостеприимством...



1. О каком времени рассказывает автор?
2. Что в те годы объединяло людей?
3. Как вы понимаете выражение: «У них на лице есть иман»? Поясните ответ.
4. Какими качествами обладали эти люди?

¹ *Иман* – порядочность, совесть, человечность, честность.



5. Как гармония во взаимоотношениях влияет на человека?
6. В чем, по вашему мнению, заключаются гармоничные взаимоотношения? Приведите примеры.



Задание 1. Прочитайте притчу и проведите беседу с младшими школьниками.

Подготовьте вопросы для обсуждения темы «Бесценный дар – человеческое сердце».

Как-то в одно селение пришел и остался там жить старый мудрый человек. Он любил детей и проводил с ними много времени. Еще он любил делать им подарки, но дарил только хрупкие вещи.

Как ни старались дети быть аккуратными, их новые игрушки часто ломались. Дети расстраивались и горько плакали...

Проходило какое-то время. Мудрец снова дарил им игрушки, но еще более хрупкие.

Однажды родители не выдержали и пришли к нему:

– Ты мудр и желаешь нашим детям только добра. Но зачем ты делаешь им такие подарки? Они стараются, как могут, но игрушки все равно ломаются, и дети плачут. А ведь игрушки так прекрасны, что не играть с ними невозможно.

– Пройдет совсем немного лет, – улыбнулся старец, – и кто-то подарит им свое сердце. Может быть, мои игрушки научат их обращаться с таким бесценным даром хотя бы немного аккуратней?

www.mudrostmira.ru

Задание 2. Подберите пословицы и поговорки о мире и согласии между людьми. Проведите их сравнительно-сопоставительный анализ. Какой вывод можно сделать? Выполните задание в Тетради ученика.

Задание 3. Прочитайте высказывание русского физика Николая Александровича Булгакова. Подберите похожие по смыслу высказывания. Запишите их в Тетради ученика.

С точки зрения законов Вселенной, разъединения между вами и другим человеком не существует. Вот почему невозможно причинить вред другому, не навредив себе, как и помочь другому человеку, не помогая тем самым себе.



Жизнь – бумеранг!

Олег Гаврилюк

Жизнь – бумеранг!

К тому и ведется –

Что отдаете, то и вернется.

То, что посеешь, то и пожнешь.



Ложью пробьется ваша же ложь.
Каждый поступок имеет значенье.
Только прощая, получишь прощенье.

Вы отдаете – вам отдают.
Вы предаете – вас предают.
Вы обижаете – вас обижают.
Вы уважаете – вас уважают...

Жизнь – бумеранг:
Все и всем по заслугам.
Черные мысли вернутся недугом,
Светлые мысли – радужным светом...

Если не думал – подумай об этом!



Чего я хочу от жизни

Лестер Левенсон

Я родился 19 июля 1909 г. в городе Элизабет, Нью-Джерси, в семье, относящейся к среднему классу, и был от рождения очень робким ребенком. Старался все делать как положено: поступать правильно, учиться хорошо, быть лучшим в своей области.

Я рано почувствовал интерес к естественным наукам, к изучению природы человека. Закончил Рутгерский университет в 1931 г. с дипломом физика, после чего проработал 20 с лишним лет в физике и инженерном деле, в области разработки измерительных приборов и автоматических систем управления.

В области же инженерного дела я работал инженером-механиком, инженером-электротехником, инженером-строителем, инженером-теплотехником и даже морским инженером – одним словом, имел опыт работы в 14 инженерных отраслях.

Я перепробовал различные виды бизнеса, в том числе общественное питание, лесоматериалы, строительство, нефть – все это вместе с инженерным делом, стараясь заработать побольше денег, добиться высокого положения в этом мире.





В то время я не знал того, что знаю теперь: что все это время я искал ответа на вопрос, какой же должна быть моя жизнь. Где бы я ни работал, я не получал требуемого ответа, и по мере того как шли годы, меня все больше одолевали депрессия и недуги...

К 1952 г. я пришел со многими болезнями, у меня даже бывала желтуха два или три раза в году. Я страдал увеличенной печенью, камнями в почках, заболеванием селезенки, повышенной и пониженной кислотностью, язвами прободной и хронической и, кроме всего прочего, лет десять страдал мигренью. Кульминацией стал 1952 г., когда я перенес второй по счету коронаротормбоз.

Вскоре мне сказали, что долго я не протяну и могу умереть в любой день, что мне не рекомендуется делать ни одного лишнего шага.

Я боялся смерти, но затем сказал себе: «Ты все еще дышишь, Лестер, – у тебя еще есть шанс».

И я стал думать сутками напролет. Прожив 42 года и приблизившись к концу ближе, чем когда ранее, без счастья, без здоровья, я понял, что знания, накопленные за столько лет, оказались бесполезными для меня...

Я изучал теорию бихевиоризма Уотсона в 1930-х, учение Фрейда в конце 1930-х и начале 1940-х. Прочел много философских трудов. Изучил логику и экономику, все важнейшие области знания, но теперь со всем этим запасом в моей голове оказался у финальной черты...

Это лишь доказало мне, что все накопленные знания человечества не помогут мне спастись.

И я решил начать все с чистого листа. Я сказал себе: забудь все, что знаешь. Начнем с нуля и посмотрим, до чего ты сможешь додуматься.

Я начал с вопросов: «Кто я?», «Что же собой представляет мир?», «В каких отношениях я с ним нахожусь?», «Что такое разум?», «Что такое интеллект?», «Что такое счастье?»

«Чего я хочу от жизни?» – спросил я себя. И ответ нашелся – счастья. Исследуя вопрос глубже, я возвращался к тем моментам в жизни, когда чувствовал себя счастливым. И обнаружил нечто, что поразило меня в тот момент. Наибольшее счастье я испытал тогда, когда любил. Счастье обуславливалось моей способностью любить, а не тем фактом, любил ли меня кто-нибудь или нет. Это стало отправной точкой.

«Чего я хочу от жизни?» – спросил я себя. И ответ нашелся – счастья.

Я начал корректировать свои мысли и чувства в этом направлении – от желания, чтобы меня любили, к тому, чтобы самому любить. И вскоре я обнаружил для себя еще одну поразительную вещь. Я понял, что хотел изменить этот мир, и в этом и была причина моих болячек, или одна из важнейших причин. Осознав, как сильно мне хотелось, чтобы мир изменился, я понял, как это превратило меня в раба.



И я решил изменить положение вещей радикальным образом. В ходе этого процесса, действительно освобождаясь от всех подсознательных концепций и иных вещей, лежащих тяжким бременем, я чувствовал, что становлюсь счастливее, свободнее, безмятежнее, и здоровье мое идет на поправку.

Видя, что направление выбрано правильное, я решил для себя, что раз кусочек пирога оказался таким вкусным, то я хочу его теперь весь – целиком. И решил следовать прежним курсом, пока не получу весь пирог счастья, а вместе с ним и ответ на вопрос: «Кто я? Что есть моя жизнь, и что за отношения связывают меня с ней?» Это решение позволило мне получить ответы на главные вопросы, которые ставит перед нами жизнь, и всего за три месяца. Считаю, что если мне это удалось, то удастся и любому другому, если ему захочется так, как когда-то мне...

За эти месяцы все недуги, которые поселились в моем физическом теле, прошли сами собой. Все мои несчастья испарились. *Я вошел в состояние счастья – беспрерывного.* Не то чтобы мир перестал на меня давить, нет – просто я теперь научился решать все проблемы почти мгновенно. Освободившись от страхов и сомнений, негативных «не могу», я просто фокусировал внимание на том, как решить ту или иную проблему, и справлялся с ней очень быстро.

Таким образом, моя жизнь целиком переменялась: от депрессий и болезней – к состоянию непрерывного счастья и отменного здоровья...

И вот что еще случилось со мной. Постепенно я осознал свою связь с другими людьми и понял, что все мы связаны друг с другом, мозг любого человека можно уподобить радиопередатчику и радиоприемнику. Мы все настроены между собой на одну волну, правда, на подсознательном уровне – иначе говоря, не отдаем себе отчета в этом. После того как большое количество негативной энергии выпущено наружу, многое становится очевидным, и коль скоро мы почувствовали связь с остальными людьми, то естественным становится желание передать людям то, что мы открыли для себя. Человеку предназначена красивая жизнь, в которой он счастлив все время, и ничто не способно ее омрачить. И конечно, это счастье включает в себя и здоровье....

Я перестал отождествлять себя со своим телом. И после этого увидел, что *моя сущность – сущность всего.* Это похоже на большой океан. Речь не идет о миллиардах капелек. Это все один огромный океан.

И я ощутил свою неразрывную связь с каждым существом, каждым человеком и даже с каждым атомом во Вселенной. Затем, после осознания, наступает новый этап и в вашем сознании, и в вашей жизни...

Речь о том, что любой человек стремится вам помочь, когда вы просто проходите мимо. Когда вы настроены на вселенскую гармонию и у вас



появилась мысль, каждый атом во Вселенной бросается исполнять ваше желание.

И это действительно так.

Быть в гармонии – такое изумительное, восхитительное состояние. Это потрясающее чувство, невыразимо прекрасное. Такое наслаждение слиться в гармонии со всем миром!

Когда мы настроены на одну частоту с миром, способность любить становится столь велика, что мы начинаем любить каждого человека с такой силой, что восторг, получаемый от жизни, невозможно передать словами...



1. Почему автор решил начать жизнь с чистого листа?
2. Нашел ли он ответ на вопрос: «Чего я хочу от жизни?» Если да, то какой?
3. Каким образом мы влияем на окружающий нас мир?
4. Что нужно делать, чтобы настроиться на одну волну с миром?
5. Какие чувства вызвали у вас рассуждения автора?



Задание 4. Напишите эссе-размышление «Что нужно человеку для счастья?»

Задание 5. Прочитайте отзыв о книге Джо Витале «Жизнь без ограничений». Какие чувства возникли у вас после прочтения отзыва?

Часто ли вы говорите своим родным и близким фразу «Я люблю тебя»? Проведите эксперимент: в течение недели говорите своим родным и близким «Я люблю тебя». Запишите результаты эксперимента, реакцию родных и свои ощущения в Тетради ученика.

Желательно поделиться результатами с классом.

О силе слов: «Я люблю тебя»

Как только я прочитал в книге Джо Витале и Хью Лина, какое воздействие оказывает фраза «Я люблю тебя», я стал применять ее во всех жизненных ситуациях. Я начинал ее использовать, когда просыпался, завтракал, принимал душ, разговаривал по телефону, гулял и т. д.

Фразу «Я люблю тебя» я в основном произносил про себя. Однако я старался как можно чаще произносить ее близким мне людям. Вы знаете, некоторые удивлялись, у некоторых было замешательство, но никто не сказал мне: «Ты что с ума сошел?» или «У тебя все в порядке?» Нет, они просто улыбались, а самое главное – в итоге я стал от них слышать тоже фразу «И я люблю тебя».

Данная фраза изменила мою жизнь: раньше она была суетлива и тороплива, а теперь гармонична, и в ней всегда происходит волшебство.



Думаю, что в глубине души вы (и я, конечно, тоже) хотите любви. Так вот, то же справедливо и для остальных. Когда вы повторяете «Я люблю тебя», вы очищаете себя и излучаете энергию, распространяющуюся на окружающих.

Подумайте о чем-то или о ком-то в вашей жизни, кто все еще выводит вас из душевного равновесия. Это может быть проблема со здоровьем или конфликт с кем-либо. Неважно, что это.

Сконцентрируйте свое сознание на этом и мысленно начните говорить «Я люблю тебя». Вы можете обращаться к Вселенной. Верите ли вы в эффективность или нет, просто доверяйте процессу и продолжайте. Все, что вам нужно делать, это повторять «Я люблю тебя».

По мере того как вы будете это произносить, вы начнете чувствовать любовь и станете влиять на эту ситуацию или человека.

Пропуск, который ведет вас в мир от исцеления до исполнения желаний, – это простая фраза «Я люблю тебя». Идея состоит в том, чтобы любить все вокруг. Любить свой лишний вес, друга, соседа – любить их всех. Любовь преобразует энергию и освобождает ее. Фраза «Я люблю тебя» служит волшебным паролем к ощущению Вселенной.

Доктор Хью Лин сказал, что в простой фразе «Я люблю тебя» есть три элемента: *благодарность, уважение и преобразование*. С помощью этих трех элементов можно преобразовать все, что угодно.

Вы все еще настроены скептически? Посмотрите на это с другой стороны.

Даже если весь этот метод кажется вам сумасшествием, что плохого в том, чтобы мысленно повторять «Я люблю тебя», пока вы делаете уроки, пишете электронные письма, кушаете и живете своей жизнью? В эти дни вы будете чувствовать себя лучше, даже если ничего больше не произойдет. Попробуйте и посмотрите, что выйдет!

<http://www.transurfing-real.ru>



Задание 6. Прочитайте отрывок из произведения Антуана де Сент-Экзюпери «Цитадель». Дайте ответ на вопрос: «Что я должен сделать, чтобы вылечить ствол и ветки?»

Хорошо и дурно твое дерево. Не все его плоды тебе по вкусу. Но есть среди них и прекрасные. Слишком просто было бы льстить себе хорошими и отвергать все остальные. Не упрощай – и хорошее, и дурное от одного корня. Несложно выбрать пышные ветки. Отрубить худосочные.

Гордись тем, что прекрасно. Но если уродства больше, молчи. Твое дело – повернуться к корням и спросить: «Что я должен сделать, чтобы вылечить ствол и ветки?»



Подготовьте выступление-презентацию на тему «В гармонии с собой и окружающим миром».

Используя литературу и интернет-ресурсы, напишите краткий рассказ о личности, живущей в гармонии с собой и окружающим миром. Что этот человек сделал полезного для людей?



Гармония с окружающим миром начинается, в первую очередь, с гармонии с собой. Гармония с собой – это, прежде всего, любовь к себе. Когда сердце человека полно любви, он может поделиться этой любовью с окружающими.

Сара Алпыскызы Назарбаева в своей книге «Этика жизни» пишет: *«Очень важно всем нам, живущим, полюбить самих себя. Ведь только тот, кто с уважением относится к себе, может быть и источником, и объектом настоящей, ничем не замутненной любви».*

Ненасилие – это любовь, проявленная в миропонимании. Если мировоззрение человека основано на любви, тогда в нем проявляется ненасилие. Такой человек понимает, что он неотделим от мира, что все взаимосвязано, едино, поэтому он никому не может причинить боль ни поступками, ни словами, ни мыслями, и это становится правилом жизни.

Два факта, которые должны быть забыты:

- зло, причиняемое вам другими людьми;
- добро, которое вы делаете другим.

Если кто-то навредил вам, не будьте мстительными. Если кто-то оскорбил ваши чувства, чтобы облегчить собственные страдания, лучше всего – забыть и простить. Прощение очень важно. Оно есть истина, праведность, ненасилие, оно есть счастье.

Абай Кунанбаев писал: *«Милосердие, доброта, умение принять чужого за родного брата, желая ему благ, которые бы пожелал себе, – все это веление сердца. И любовь – это желание сердца. Язык, повинувшись сердцу, не солжет».*

Как можно чаще вспоминайте советы мудрецов.

- Расширяйте ваши представления о любви при каждой возможности.
- Осознайте прогресс, которого мы можем достичь, сотрудничая друг с другом и мудро распоряжаясь нашими ресурсами.
- Любовь к себе, человечеству и Вселенной, основанная на врожденном и развиваемом внутреннем богатстве каждого, является ключом к развитию связи с другими людьми, которые, в свою очередь, оценивают это, что приводит к счастливому существованию.
- Конкурируйте конструктивно, пытайтесь решать возникающие конфликты с терпением и пониманием.



- Человечество – одна команда, и даже, несмотря на то, что каждый хотел бы быть на вершине, помните, что лучший пример мудрого лидера заключается в умном оперировании знаниями. Распространение знаний окажет полезное влияние на других.
- Помните всегда: что посеешь, то и пожнешь. Будьте доброжелательны, заботьтесь о близких людях, и тогда вы получите то же в ответ.
- Необходимо понимать, что у каждого человека существуют индивидуальные жизненные предпочтения. Это может касаться еды, запахов, моды и способов проведения свободного времени. То, что кажется одному бесполезным, может оказаться ценным для другого.
- Осознайте, что мы все – дети одной Вселенной! Позвольте своему сердцу желать каждому живущему человеку долгой жизни, большого счастья, успехов, любви и просвещения.
- Как только вы добьетесь гармонии с самим собой, вам будет намного проще жить в гармонии с окружающими.
- Не грустите о прошлом. Не беспокойтесь о будущем. Радуйтесь настоящему моменту.
- Не важно, с каким человеком вы сталкиваетесь, всегда помните о том, что общего у вас намного больше, чем различий.
- Видя перед собой человека, помните, что внутри него существует целая вселенная, подобная вашей. Со своими воспоминаниями, мечтами, достоинством, взглядами на жизнь и эмоциями. Внутри каждого находится намного больше, чем видно глазу.

www.ru.wikihow.com



Давайте восклицать!

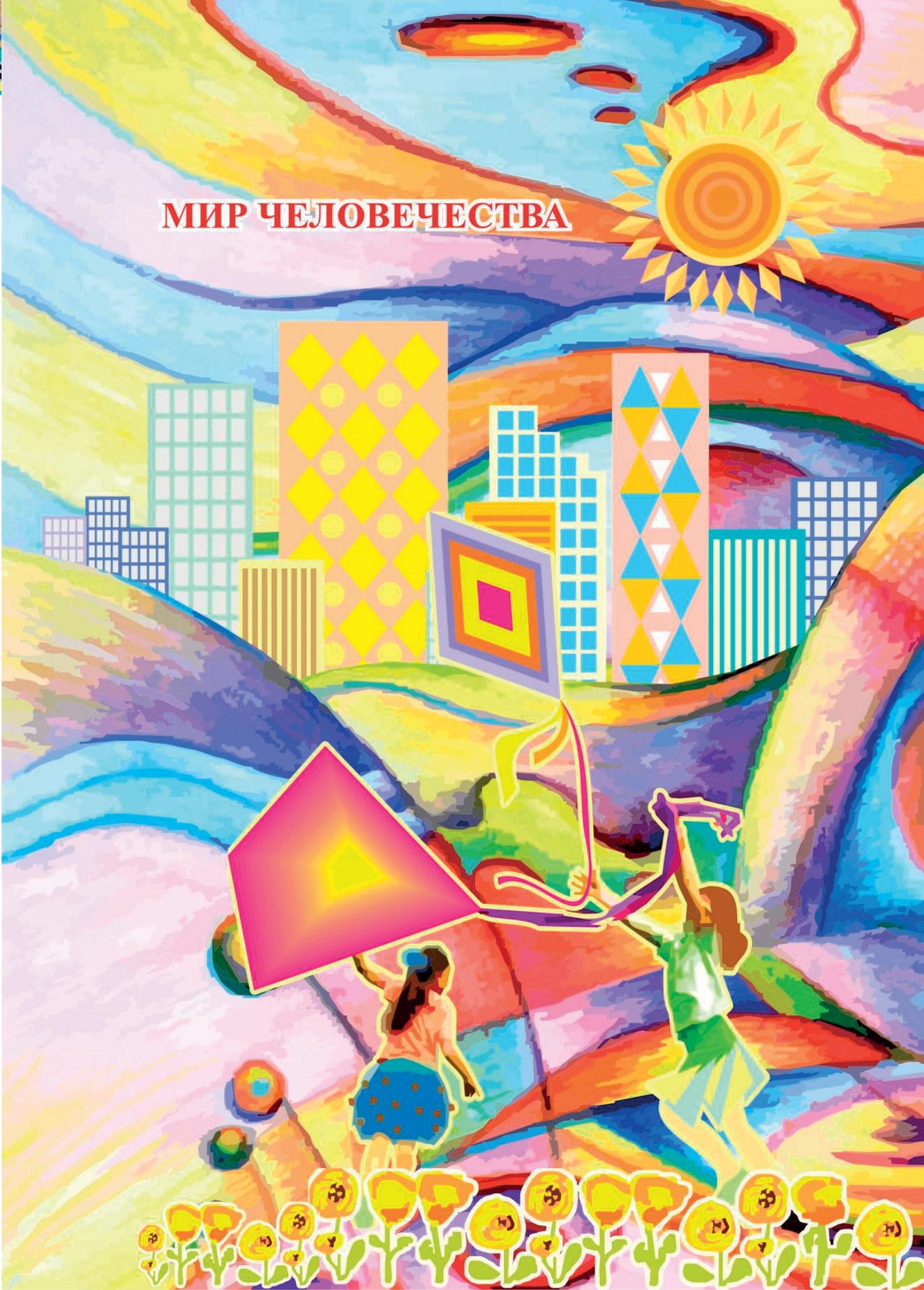
Слова и музыка Б. Окуджавы

Давайте восклицать, друг другом восхищаться,
Высокопарных слов не надо опасаться.
Давайте говорить друг другу комплименты,
Ведь это все любви счастливые моменты.

Давайте горевать и плакать откровенно
То вместе, то поврозь, а то попеременно.
Не надо придавать значения злословью,
Поскольку грусть всегда соседствует с любовью.

Давайте понимать друг друга с полуслова,
Чтоб ошибившись раз, не ошибиться снова.
Давайте жить, во всем друг другу потакая,
Тем более, что жизнь короткая такая...

МИР ЧЕЛОВЕЧЕСТВА



ПРОЕКТ «СТАНОВЛЕНИЕ ИСТИННОГО ЛИДЕРА»

ЭТАП IV



*Быть человеком – это чувствовать свою ответственность.
Чувствовать стыд перед нищетой, которая, казалось бы,
и не зависит от тебя. Гордиться каждой победой,
одержанной товарищами. Сознать, что, кладя свой кирпич,
и ты помогаешь строить мир.*

Антуан де Сент-Экзюпери

Четвертый этап. Вы приступили к заключительному этапу реализации проекта, и теперь вам предстоит проанализировать результаты проделанной работы.

Предложенные ниже задания помогут вам отследить, насколько у вас развились лидерские качества в процессе реализации проекта, сделать групповой анализ проделанной работы, глубже понять, что же значит для вас данный проект, и наметить планы на будущее.

Задание 1. На начальном этапе проектной деятельности вы оценивали свои лидерские качества (см. Таблицу 1 в Тетради ученика). Это же задание надо будет повторить, только теперь, оценивая результаты развития качеств истинного лидера в себе на период окончания проектной деятельности. Для этого вам нужно заполнить Таблицу 2 в Тетради ученика.

Задание 2. Сравните баллы в Таблице 1 и в Таблице 2. Как изменились баллы самооценки в начале проектной деятельности и в конце?

Запишите в Тетради ученика ответы на вопросы.

- ✓ Какие достойные качества характера развились во мне в процессе реализации проекта?
- ✓ Какой из этапов реализации проекта наиболее повлиял на развитие моих лидерских качеств?
- ✓ Над чем следует поработать?

Задание 3. Напишите в Тетради ученика эссе о том, что вам особенно запомнилось в процессе реализации проекта и что больше всего повлияло на развитие вашего характера. Проанализируйте в эссе, какие качества характера развились в процессе реализации проекта, какой из этапов наибо-



лее повлиял на развитие лидерских качеств, какие проекты вы бы хотели еще реализовать. Озаглавьте эссе.

Задание 4. Подготовьте и проведите презентацию вашего проекта в классе. Подумайте над содержанием презентационных материалов. Возможно, вы подготовите:

- ✓ выставку своих творческих работ, выполненных в течение года;
- ✓ фотостенд, освещающий основное мероприятие проекта;
- ✓ постеры, отражающие идею проекта;
- ✓ интервью с участниками проекта;
- ✓ видеофильм о проекте и т. д.

Если у вас появились идеи новых проектов, то обязательно отразите это в своей презентации.

Удачи вам!



Раздел IV. МИР ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

25–26. ДУХОВНАЯ ЗРЕЛОСТЬ ЧЕЛОВЕКА



*Счастье человека не в материальном благополучии,
а в богатстве его души.*

Сара Алтысқызы Назарбаева



Притча об истинном богатстве

Из книги «Путь к богатству»

Валерий Синельников

Однажды один очень знатный человек обратился к Мудрецу с вопросом:

– Скажи, уважаемый, раз ты такой умный, почему же ты не богатый?

На что Мудрец, обратившись к его расшитому золотом дорогому кафтану, ответил:

– Видишь ли, уважаемый кафтан, богатство мое внутри, а не снаружи. Ведь когда твой хозяин засыпает, он не берет с собой ни тебя, ни своих слуг, ни золото, ни чего-либо другого. И если ему приснится тигр, бегущий за ним, то ему придется в страхе убегать от тигра, а не звать на помощь слуг. Спасет его во сне от тигра лишь умение быстро бегать.

Если же ему приснится, что он замерзает в лютый мороз, он будет трястись от холода и не сможет взять и укрыться тобою – теплым кафтаном. Его спасет от холода лишь умение разжигать огонь.

Истинное богатство – это наши способности. Они внутри, а снаружи лишь только их проявление.

Богач, изумленный тем, что Мудрец говорит с его кафтаном, а не с ним, воскликнул:

– Да ты безумен! Как можно говорить с моим кафтаном и не видеть меня – его хозяина!

На что Мудрец, улыбнувшись, сказал:

– Вот так и большинство людей. Они говорят с телами и не видят тех, кто являются их хозяевами.



1. Как связаны с содержанием притчи слова Омара Хайяма: «*В этом темном мире считай истинным только духовное богатство, ибо оно никогда не обесценится?*»
2. Объясните выражение: «*Вот так и большинство людей. Они говорят с телами и не видят тех, кто являются их хозяевами.*»
3. Что такое *духовная зрелость человека?*



4. Как стать человеком, способным реализовать свой духовный потенциал?
5. Как проявляется духовность в повседневной жизни? Приведите примеры.



Задание 1. Прочитайте высказывания. Прокомментируйте их. Какие высказывания наиболее близки вам?

*Величие души должно быть свойством всех людей. **Сенека***

*Главное в человеке не ум, а то, что им управляет: характер, сердце, добрые чувства. **Ф. Достоевский***

*Берегите в себе человека. **А. Чехов***

*Живут лишь те, кто творит добро. **Л. Толстой***

*Если ты рожден без крыльев, не мешай им расти. **К. Шанель***

*В совершенствовании человека – смысл жизни. **М. Горький***

Задание 2. Прочитайте размышление Антуана де Сент-Экзюпери об «искусстве маленьких шагов». Чему, по мнению автора, каждый из нас должен научиться, чтобы стать духовно сильным человеком?

Выпишите умения и способности, о которых идет речь в тексте. Какими из них вы уже обладаете? Как это помогает вам в жизни?

...Я прошу не о чудесах и не о миражах, а о силе каждого дня. Научи меня искусству маленьких шагов. Сделай меня наблюдательным и находчивым, чтобы в пестроте будней вовремя останавливаться на открытиях и опыте, которые меня взволновали. Научи меня правильно распоряжаться временем моей жизни. Подари мне тонкое чутье, чтобы отличать первостепенное от второстепенного.

Я прошу о силе воздержания и меры, чтобы я по жизни не порхал и не скользил, а разумно планировал течение дня, мог бы видеть вершины и дали и хоть иногда находил бы время для наслаждения искусством. Помоги мне понять, что мечты не могут быть помощью. Ни мечты о прошлом, ни мечты о будущем. Помоги мне быть здесь и сейчас и воспринять эту минуту как самую важную. Убереги меня от наивной веры, что все в жизни должно быть гладко. Подари мне ясное сознание того, что сложности, поражения, падения и неудачи являются лишь естественной составной частью жизни, благодаря которой мы растем и зреем.

Напоминай мне, что сердце часто спорит с рассудком. Пошли мне в нужный момент кого-то, у кого хватит мужества сказать мне правду, но сказать ее любя! Я знаю, что многие проблемы решаются, если ничего не предпринимать, – так научи меня терпению.



Ты знаешь, как сильно мы нуждаемся в дружбе. Дай мне быть достойным этого самого прекрасного и нежного дара судьбы. Дай мне богатую фантазию, чтобы в нужный момент, в нужное время, в нужном месте, молча или говоря, подарить кому-то необходимое тепло.

Сделай меня человеком, умеющим достучаться до тех, кто совсем «внизу». Убереги меня от страха пропустить что-то в жизни. Дай мне не то, чего я себе желаю, а то, что мне действительно необходимо.

Научи меня искусству маленьких шагов.

Задание 3. Александр Иванович Герцен писал: *«Самое прекрасное в жизни – это чистота сердца, и когда она отражается в лице человека, то делает его красивым. Человек без сердца – бесстрастная машина мышления, не имеющая ни семьи, ни друга, ни Родины. Сердце составляет прекрасную и неотъемлемую основу духовного развития».*

Напишите эссе на тему «Чистое сердце».



Кадыр Мырза Али

Вдохновенье – как молнии блеск в облаках,
На мгновение тьму разрывающий в клочья!
Я нашел черепаховый панцирь в песках
И доспехи батыра увидел воочью.

Растревоженный и удивленный иду
По дорогам и тропам огромного мира.
Если вижу пчелу в золотистом меду,
Вспоминаю вдруг золотой саркофаг Искандера.

Как-то я на досуге забрел в зоосад,
Поглядел обитателей редких и ценных.
У загона для зебр, чей наряд полосат,
Вздрогнул я:
Мне привиделся лагерь для пленных!

Бьет копытом фантазии бурный Тулпар,
И виденья мои то светлы, то зловещи.
Что поделать с тобой мне, мучительный дар –
Видеть лица сквозь лица
И вещи сквозь вещи?





Сила души – в сердце

Из записной книжки учителя самопознания

Это случилось накануне праздника Независимости. Я тогда работал в одной местной газете и готовил репортаж о людях, которые прожили интересную и счастливую жизнь, простых, добрых и отзывчивых жителей нашего города.

С этой целью я побывал в историческом музее, работал в архивах, посещал разные культурные мероприятия и встречи.

Однажды я стал участником удивительного события. Учащиеся старших классов пригласили на школьный спектакль нескольких почетных жителей города, среди которых был и владелец самой знаменитой пекарни в Германии.

Спектакль был посвящен Второй мировой войне, поэтому после его завершения учитель попросил гостей, участников тех событий, рассказать что-нибудь детям. Гости стали рассказывать, отвечать на вопросы детей, делиться воспоминаниями.

К концу беседы дети притихли, сопереживая своим рассказчикам. Кто-то даже заплакал. Я понял, что нельзя так расставаться, надо что-то сделать, сказать... Но что? Учитель тоже не знал...

И вот тут-то и встал со своего места владелец пекарни. Все это время он молчал, погруженный в какие-то свои мысли. Он медленно подошел к микрофону и сказал:

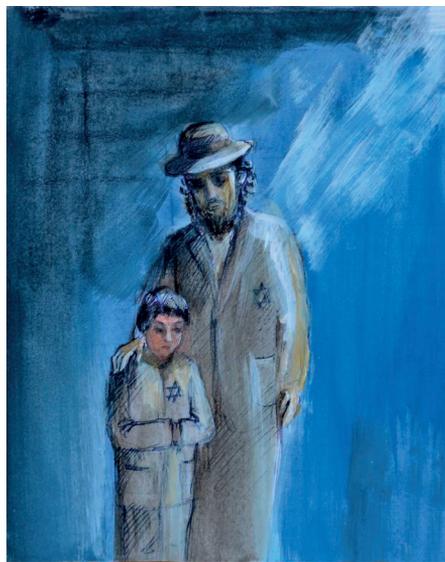
– Знаете, почему я сегодня жив?

Десятки детских глаз устремились на него. Он улыбнулся доброй, открытой, чистой улыбкой и продолжил:

– Я был еще подростком, когда нацисты в Германии безжалостно убивали евреев. Они отвезли нас поездом в Аушвиц¹. Ночью в отсеке был смертельный холод. Нас оставили в вагонах без еды, без возможности как-то согреться. Шел снег, дул холодный ветер...

Нас было сотни людей в те холодные, ужасные ночи. Без еды, без воды, без укрытия. Кровь замерзала в жилах.

Рядом со мной был пожилой еврей, уважаемый в городе человек. Он весь дрожал и выглядел ужасно. Я обхватил его своими руками, чтобы согреть.



¹ *Аушвиц* – комплекс немецких концентрационных лагерей, располагавшийся в 1940–1945 гг. около г. Освенцима (Польша).



Обнял его крепко, чтобы отдать хоть немного тепла. Растер ему руки, ноги, лицо, шею. Я умолял его остаться в живых. Я ободрял его. Таким образом, я всю ночь согревал этого человека. Я сам был уставшим и замерзшим. Пальцы ооченели, но я не переставал массировать тело этого человека, чтобы согреть его. Так прошло много часов...

Наконец наступило утро. Я оглянулся вокруг себя, чтобы увидеть других людей. К своему ужасу, все, что я мог видеть, – это были замерзшие люди. Все, что мог слышать, – это была тишина смерти. Морозная ночь убила всех. Выжили только два человека: старик и я. Старик выжил, потому что я не давал ему замерзнуть, а я выжил, потому что согревал его...

Лучшие и прекраснейшие вещи в мире нельзя увидеть, к ним нельзя даже прикоснуться. Их надо чувствовать сердцем.

Когда ты согреваешь сердца других, тогда и ты согреешься. Когда ты поддерживаешь, укрепляешь и воодушевляешь других, тогда и ты получаешь поддержку, укрепление и воодушевление в своей жизни. Тогда ты живешь...

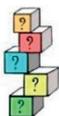
Когда закончилась война, я решил стать пекарем и печь хлеб. Мое дело и сегодня позволяет мне делиться теплом своего сердца.

Дорогие мои друзья, лучшие и прекраснейшие вещи в мире нельзя увидеть, к ним нельзя даже прикоснуться. Их надо чувствовать сердцем...

Когда он закончил, зал встал. Не было громких аплодисментов, была тихая радость, ощущение счастья от того, что всегда и во всем будет побеждать любовь. Только она сможет остановить войну, только она сделает нас по-настоящему счастливыми...

В тот вечер я долго не мог уснуть. Тогда я понял, что духовность проявляется, прежде всего, в человечности, сердечности, доброте и искренности, теплоте и открытости одного человека для других людей. Таким был старый еврей-пекарь, работники которого каждое утро разносили горячий хлеб пожилым и одиноким людям, детскому приюту, Центру социальной помощи – всем, кто нуждался в поддержке и теплоте.

Утром я начал писать свою статью. Она начиналась так: «Одно из основных проявлений духовности – это любовь к другим людям, которая проявляется в бескорыстных делах, а не в болтовне, корыстолюбии и самолюбивании».



1. О каких вечных ценностях говорил владелец пекарни? Почему они являются основой жизни?
2. Помогает ли самоутверждение в социуме достижению духовной зрелости?
3. Какие качества приобретает человек по мере развития духовности?
4. Расскажите о добрых и бескорыстных делах, которые вы совершили.
5. Завершите предложение: «Быть духовным человеком – это значит...»

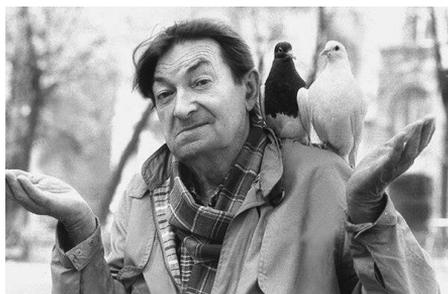


Задание 4. Прочитайте историю о Георгии Вицине «Жил на свете человек...» Как вы понимаете выражение «доброта и щедрость любящего сердца»?

Напишите заметку в школьную газету о жителях вашего города, аула, села, которые выбрали для себя миссию – помогать другим людям.

Жил на свете человек. Одни называли его святым, другие – отшельником и чудаком, третьи просто крутили пальцем у виска...

Каждое утро к подъезду его дома на Арбате прилетала большая стая голубей. И бежали навстречу бездомные собаки, радостно виляя хвостами, и бомжи, коими богата была Москва в 90-е, поджидали в сторонке, стараясь не остаться незамеченными очень скромным и неприметным пожилым человеком в потертой куртке, кепке, почти надвинутой на глаза...



Георгий Вицин

Не любил, когда его узнавали! И для каждого находилось у него не только доброе слово, но и угощение: птицам – пшено, собакам – колбаска и косточки, бомжам – хлеб, сосиски, мелкие деньги...

Впрочем, люди ценили не столько дары, сколько искреннюю заботу знаменитого артиста о тех, кто пал на самое дно в силу жизненных обстоятельств, ибо побеседовать о жизни, пожать руку великому человеку, вновь почувствовать себя уважаемыми людьми дорогого стоит...

«Идите с миром», – отвечал он им на слова благодарности. Сам же шел кормить бомжей четвероногих – бывших друзей человека, от которых массово избавлялись россияне, ставшие внезапно нищими после грабительских экономических реформ 90-х.

Сколько породистых и метисов, лохматых и короткошерстных, маленьких и больших было обречено на холодную и голодную смерть, если, конечно, повезет им избежать лап живодеров!

И он выбрал для себя миссию – помогать этим несчастным, брошенным созданиям, хотя сам едва сводил концы с концами: жил на мизерную пенсию в маленькой квартирке, с кухней четыре квадратных метра, куда и друзей было неловко пригласить... Черно-белый телевизор, не работающий душ, вместо занавесок на окнах мешки из-под сахара... Комната, давно требующая ремонта, и больная лежащая жена, за которой он ухаживал...

Какой бы скромной ни была бы добрая работа, она оставляет позитивный и яркий след в душе.

<http://ruheroes.ru>



Задание 5. Древняя мудрость¹ наставляет нас:

Мне нужно учиться всего лишь трем вещам:

.....,,

Эти три качества – ваши величайшие сокровища.

..... в действиях и мыслях,

Ты возвращаешься к источнику бытия.

..... к друзьям и недругам,

Ты находишься в согласии со способом существования вещей.

Проявляя к себе,

Ты примиришь все существа в этом мире.

Как вы думаете, какие слова пропущены? Подберите нужные слова и восстановите текст.



Задание 6. Абай Кунанбаев говорил:

Держа в триединстве ум, сердце и волю,

Ты к цельности редкой придешь без труда.

Как вы думаете, какого человека поэт считал духовно зрелой личностью? Подтвердите ответ словами из его стихотворений.



Назовите людей, которых вы считаете духовно зрелыми личностями. Это могут быть исторические деятели, ученые, политики, актеры, писатели, художники, литературные герои, ваши родные или близкие. Расскажите, в чем проявляется их духовное богатство.



Достичь духовной зрелости – значит приобрести доброту сердца, нести миру свет и любовь. Духовный рост может происходить, если мы в своей повседневной жизни живем в согласии с вечными общечеловеческими ценностями.

Духовность – это глубочайшая человечность. Это честность, благородство, мудрость, бескорыстная любовь, проявленная в теплых и искренних человеческих взаимоотношениях. Духовность – это вечное стремление к внутреннему совершенствованию, к высотам духа.

Основными признаками духовности являются покой, терпение, познание истины, ненасилие и добродетельное поведение.

Современное общество нуждается в одухотворенных и образованных людях с открытым сердцем, обладающих широтой мысли, способных к бескорыстному служению обществу.

¹ Джек Корнфилд. «Путь с сердцем».



Распахну свое сердце настезь

Эдуард Асадов

Распахну свое сердце настезь,
От тревог и сомнений очищу.
Вдохну истину вместо фальши,
Радость выдохну вместо корысти.

Станет душа моя просторным домом,
Без стен, полов, потолков.
Не сжечь его, не вскрыть ломом –
Он открыт: ни дверей, ни замков.

Пусть горит там, как в храме, лампадка
Маяком для тех, кто во тьме.
Им своей доброты было жалко,
Впрочем, как и тебе, и мне.

А сейчас я хочу, чтобы сердце,
Расширяя свой небосвод,
Поместило в себя Вселенную –
Вечных душ неземной хоровод.

И пускай закружатся в танце
Птицы, духи, планеты, люди –
Вы пришли сюда наслаждаться!
Улыбайтесь, свободны будем!

Нет в безмерном доме гостей непрошенных,
И никто не пришел напрасно.
В мире нет ни плохих, ни хороших –
Есть счастливые и несчастные.

Важно, чтоб сердце видело
Сквозь уныние и презрение
За озлобленностью и неверием
В каждой искорке чистого света.

Чтобы открылось в груди око,
Не моргая, ведало смело.
Чтобы взглядом своим глубоким
Исцеляло, спасало, грело.

27–28. ДОРОГА В САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ ЖИЗНЬ



*Стремись не к тому, чтобы добиться успеха,
а к тому, чтобы твоя жизнь имела смысл.*

Альберт Эйнштейн



Попадающий в цель

Современная притча

Тимур был величайшим мастером стрельбы из лука, и вокруг него всегда было множество молодых учеников.

Как-то раз он повесил на дерево мишень и спросил у них, что они видят. Первый ученик ответил:

– Тимур ага! Я вижу дерево и мишень на нем.

Другой ученик произнес:

– Я вижу ствол дерева с мишенью, листву, солнце, птиц на небе...

Третий сказал:

– Я вижу тебя, о, Тимур! Других батыров и дерево, на котором висит мишень.

Остальные отвечали примерно то же самое.

Затем Тимур подошел к своему лучшему другу Азамату и спросил:

– А ты что видишь, Азамат?

– Прости, друг. Наверное, у меня что-то случилось со зрением. Как я ни стараюсь, не вижу ничего, кроме центра мишени, – последовал ответ.

Тимур улыбнулся, повернулся к остальным и назидательно сказал:

– Знайте: только такой человек может стать попадающим в цель.

Все притихли. А Тимур продолжал:

– Существует несколько причин, по которым трудно попасть в цель. Во-первых, цель не видна. То есть вы не знаете, чего хотите в жизни, к чему стремитесь, что для вас важно и первостепенно.

Во-вторых, эта цель не ваша. Навязанные цели в жизни – худшее, что можно себе представить. Вы можете долго идти к такой цели, но, достигнув ее, испытаете лишь разочарование. Не спешите садиться в лодку, подумайте, к чему вы стремитесь. Быть может, у вас другая цель в жизни, и эта река, и лодка не ваши...

Тимур замолчал. Все внимательно смотрели на него. Азамат положил руку на плечо Тимура.

*Целью должна быть любовь...
Но любовь не в других,
а в самом себе. Осознайте эту
любовь. В этом и заключается
великая цель жизни.*

– Целью должна быть любовь, – сказал он. – Иначе огонь не будет гореть достаточно ярко, а сила не будет достаточно мощной. Но любовь не в



других, а в самом себе. Осознайте эту любовь. В этом и заключается великая цель жизни.

Тимур открыл сумку и дал каждому ученику стрелу.

– Половина людей сдаются на пути к своей цели, потому что им никто не сказал слова, которые я хочу сказать вам: «Я верю в вас, у вас все получится!»

Молодые мужчины достали из-за спин луки, натянули тетиву и выпустили свои стрелы. В этот раз каждая стрела достигла центра мишени...

<http://pritchi.ru>



1. Почему одни люди добиваются цели, а другие нет?
2. Как вы думаете, у каждого человека своя цель или она одна для всех людей?
3. Объясните выражение: «Целью должна быть любовь. Но любовь не в других, а в самом себе».
4. Какие условия вы считаете самыми важными для достижения цели? Почему?
5. Чего больше всего вы хотите достичь в жизни?



Задание 1. Используя список, составьте перечень жизненных целей, к достижению которых стремятся ваши сверстники. Какие это цели: материальные или духовные? Как они влияют на выбор жизненного пути?

Семья. Хорошие друзья. Спокойная жизнь. Здоровье. Любимая работа. Успех (слава, карьера, власть...). Интересные увлечения. Любовь. Богатство (деньги, недвижимость, драгоценности...). Удовольствия. Простые радости. Независимость. Самостоятельность.

Задание 2. Прочитайте текст. Почему прохожие откликнулись на вторую надпись?

Подумайте, как выбор цели и способ ее достижения отражается на жизни человека и его поступках. Какой вывод вы можете сделать?

Однажды слепой человек сидел на ступеньках одного здания со шляпой возле ног и табличкой: «Я слепой. Пожалуйста, помогите».

Было утро. Жизнерадостный человек проходил мимо и остановился. Он увидел инвалида, у которого было всего лишь несколько монет в его шляпе. Он бросил ему пару монет и без его разрешения написал новые слова на табличке. Он оставил ее слепому человеку и ушел.

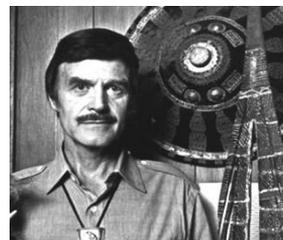


Днем он вернулся и увидел, что шляпа полна монет и бумажных денег. Слепой узнал его по шагам и спросил, не он ли был тот человек, что переписал табличку. Он также хотел узнать, что именно написал прохожий. Тот ответил: «Ничего такого, что было бы неправдой. Я просто написал ее немного по-другому». Он улыбнулся и ушел...

Новая надпись на табличке была такая: «Сейчас весна, но я не могу ее увидеть».

Задание 3. Исследователь, ученый-путешественник, многократный рекордсмен Книги рекордов Гиннесса Джон Годдард еще в 15-летнем возрасте поставил перед собой 127 жизненно важных, главных целей, которые он хотел достичь.

К своему полувековому юбилею Джон реализовал 100 из поставленных целей и чувствует себя невероятно счастливым человеком.



Джон Годдард

Однажды ему задали вопрос: «Что подвигло вас на создание такого громадного списка?» Слегка улыбнувшись, Годдард ответил: «Две причины. Во-первых, меня растили взрослые, которые то и дело говорили мне, что я должен, а что не должен делать в жизни. Во-вторых, я не хотел в 50 лет понять, что фактически ничего не добился».

Чтобы считать жизнь успешной, человек к старости должен обязательно достичь 50 самых важных жизненных целей.

Напишите 20 и более важнейших целей в своей жизни. При составлении списка целей старайтесь записывать *smart цели*. Это означает, что ваши цели должны соответствовать пяти критериям: *конкретность, измеримость, актуальность, достижимость и ограниченность во времени*.

johngoddard.info



Сердечная доброта

Мария Солнышко

Ничто не может сердце изменить –
Ни слава, ни почет, ни положение.
Ни за какие деньги не купить
Нам доброты сердечной, без сомнения.

А что для счастья нужно иногда?
Лишь чуточку сердечного внимания.
Казалось бы, такая ерунда –
Обычное людское понимание.

Благословлен будь тот, кто щедр душой
И кто людей не судит по одежке,
Всегда готов делиться добротой
И не откажет никогда в поддержке.





Огромные панорамные окна

Ольга Савельева

Один известный современный актер рассказывал, как на заре своей славы поехал на одни из своих первых гастролей.

Заграница. Отель. Ночной портье протягивает ключ от номера. Он поднимается, открывает дверь. Комнатка крохотная: кушетка, шкаф, ванная. Но актеру кажется, что все прекрасно: вчерашний студент, он еще не ощущает себя звездой. Вещей у него тоже почти нет. Поэтому все в порядке. Одно плохо – окон нет. Ну, ничего...

Гастроли длились неделю. Всю неделю он уходил рано и возвращался поздно. Каждый раз персонал отеля смотрел на него с интересом. «Я бы даже сказал – ошарашенно», – вспоминает актер.

Однажды он столкнулся при выходе с горничной. Она стала махать руками, говорить: «Биг! Биг!» Но он, скромно потупив глаза, сбежал, прошептав: «Сенкью». Он еще не знал английского...



В день выезда он позвал в номер портье и горничную, чтобы они приняли номер, проверили, что он ничего не взял. Они постучали, вошли, улыбнулись. А дальше произошло удивительное.

Портье открыл дверцы шкафа и... вошел в него. Оказалось, что всю неделю актер прожил в прихожей огромного люксового номера с панорамными окнами. И не знал! Ему и в голову не могло прийти, что он достоин чего-то большего, чем эта прихожая. Он спал на узенькой кушетке, предназначенной для переобувания обуви, а два своих свитера даже не вешал в шкаф. Зачем? Они же не мнутся.

Актер сел и засмеялся. А потом заплакал. Он жалел упущенную возможность пожить с комфортом и смеялся над своими ожиданиями. Он не



знал, что заслуживает большего. Он не знал, что надо всегда хотеть больше, чем дает судьба...

Когда я услышала эту историю, то подумала: сколько из нас живет в «прихожей» жизни и даже не подозревает, что рядом, вот тут, за дверцами – целый мир, целая Нарния¹, огромные панорамные окна. Мы не ищем, не открываем дверцы, мы заранее довольны тем, что есть. Мы не гребем, мы ждем, когда нас прибьет к берегу, чтобы сказать: «О, я туда и хотел!» А точно туда?

Мы не знаем, чего хотим на самом деле. И не пробуем искать. Пассивно плывем, принимая дары судьбы.

А ведь можно грести к мечте, можно надувать паруса и ловить попутный ветер. Можно, будучи благодарными за то, что есть, все равно искать свое «еще». Жизнь – это квест. Чтобы найти ответы, надо открыть все двери. Ключ непременно ждет вас за одной из них. И это будет ключ от какой-то следующей дверцы, которую еще предстоит найти...



1. О чем сожалел и чему был рад герой рассказа?
2. Объясните размышления автора: будучи благодарными за то, что есть, все равно искать что-то еще.
3. Чего бы вы хотели достичь, став взрослым человеком?
4. Как вы думаете, понимание своего предназначения помогает в достижении цели? Обоснуйте ответ.
5. Какие качества и умения характеризуют самостоятельного человека?



Задание 4. Прочитайте текст Натальи Аряевой. Подумайте, как творчество меняет жизнь человека.

Составьте кластер на тему «Жизнетворчество».

В детстве я была очень творческим ребенком: рисовала, лепила из глины и пластилина, делала поделки из природных материалов, сушила гербарии и делала из них картины, вышивала, увлекалась кулинарией, писала сама для себя какие-то книжки и сама рисовала в них картинки и занималась множеством других интересных дел. Я свободно выражала себя, ощущала себя важной и ценной частью мира и жила в гармонии с собой и всем вокруг.

В школе для творчества и любимых дел было еще достаточно времени. Логичность школьных заданий уравнивалась моей творческой деятельностью после школы: курсы вышивки и шитья, изготовления картин из соломки, плетение макраме, мое увлечение кулинарией, рисование. На

¹ *Нарния* – сказочная страна, волшебный мир, созданный англо-ирландским писателем Клайвом Стейплзом Льюисом.



все эти творческие занятия пока находилось время в плотном графике, и все было более-менее хорошо. Я чувствовала себя достаточно счастливой, контакт с собой был хорошим...

Проблемы начались в институте. Я еще не понимала, что происходит. Мне казалось нормальным, что у меня практически не остается времени на мои любимые дела, и я почти все время нахожусь в стрессовом состоянии. Ведь я начала взрослую жизнь, мне надо учиться, чтобы получить хорошую, престижную, высокооплачиваемую работу с возможностью карьерного роста и соответственно заработной платы.

И я ее получила. Именно такую, какую хотела. В то время я совершенно не задумывалась, что работа должна нравиться, доставлять удовольствие, способствовать реализации потенциала и личностному росту. Нет, критериями выбора были те, которые я указала. И я получила именно то, что просила. А еще моя работа оказалась рутинной и скучной – с бумагами и цифрами. Она поглотила все, замкнула на себе весь мой огромный, интересный, яркий мир, и он стал скучным и серым...

Моя профессиональная деятельность занимала по 10–12 часов ежедневно, и иногда даже выходные. И что самое ужасное – она словно высасывала всю мою энергию, поглощала всю мою радость и счастье. Ни на что, кроме работы, не оставалось ни времени, ни сил, ни энергии. Я окончательно потеряла связь с самой собой, а вместе с ней компас, указывающий, куда мне идти, где мне будет хорошо, – мою интуицию. Это привело к глубокому личностному кризису при внешне благополучной картинке.

И вытащило меня из этого болота именно творчество...

Робкие попытки начать делать то, о чем я всегда мечтала. С 17 лет я мечтала освоить флористическое искусство, и только в 30 решилась записаться на курсы. Мне все понравилось, и у меня получалось! Постепенно страхов становилось меньше, а веры в себя больше. Я поняла, что если мне что-то нравится и это интересно, то, приложив достаточно усилий, я могу этому научиться.

Потом было интуитивное рисование, профессиональные декораторские курсы, декупаж, рисование маслом, акварелью, акрилом, работа с глиной, оформление праздников и выставок. Все это вывело меня на свой путь и привело к... созданию своего проекта в интернете.

С тех пор как в моей жизни появилось творчество, жизнь снова обрела краски, а я почувствовала себя счастливой. Мне снова стало интересно и радостно жить, а мой мир снова полон чудес и волшебства, как в детстве.

Пригласите творчество в свою жизнь, разрешите себе творить в меру своих сил и способностей. Просто начните. И наблюдайте за тем, что будет происходить в вашей жизни. А происходить будет самое настоящее волшебство – превращение гусеницы в бабочку...

Творчество расправляет крылья нашей души.



Задание 5. Напишите сочинение на тему «Мой жизненный путь», в котором ответьте на вопросы.

- Чего я хочу достигнуть в жизни?
- Как я планирую это сделать?
- Какие знания, навыки и умения мне понадобятся?
- Какие качества необходимо в себе развивать для достижения своих жизненных целей?



Найдите информацию о людях, которые изменили свою жизнь и стали счастливыми. Подготовьте презентацию историй и покажите ее в классе.



Жизнь постоянно ставит перед человеком задачи, решение которых требует постановки и достижения цели.

Цель – это путь к постижению смысла жизни. Активная жизненная позиция, умение анализировать жизнь и управлять ею – основы саморазвития человека как личности, показатель полноты и значимости его жизни.

Каждый человек – творец, строитель своей собственной жизни. Любой из нас способен на многое. Все люди талантливы. Надо только суметь заглянуть в себя и увидеть то, что может стать смыслом жизни и определить выбор дальнейшего жизненного пути.

Жизнетворчество – это процесс созидания жизни в соответствии с общечеловеческими ценностями.



Любовь спасет этот мир

Слова и музыка А. Азарова

Есть много удивительных историй –
Только посмотри!
Для встречи неизведанных открытий
Руку протяни.

В невесомости все звезды –
Загадать желание очень просто!

Припев:
Любовь спасет этот мир!
Раскрасит небо огоньками
Теплого лета.
Любовь спасет этот мир!

Нарисуй мне любовь,
Где мои оживают мечты.

Я знаю, на планете
Чудеса повсюду – посмотри.
И в море появились
Паруса моей большой мечты.

В невесомости все звезды –
Загадать желание очень просто!

Припев

29–30. ВЫБОР ПУТИ



Вы должны делать то, от чего поет ваше сердце.

Барбара Шер



Врач и основа его профессии

Вил Акопов

Профессия врача – одна из самых древних и почитаемых. Возникновение ее восходит еще к первобытному обществу. В древнеиндийской книге «Аюрведа» (*аюр* – «жизнь», *веда* – «знание») сказано, что врач для больного должен быть отцом, для выздоравливающего – охранителем, для здорового – другом. В книге приведено высказывание выдающегося медика того времени Сушрута: «Врач должен обладать чистым сострадательным сердцем, спокойным темпераментом, правдивым характером, отличаться величайшей уверенностью и целомудрием, постоянным стремлением делать добро. Можно бояться отца, мать, друзей, учителя, но не должно чувствовать страха перед врачом. Последний должен быть добрее, внимательнее к больному, нежели отец, мать, друзья и наставник».

В летописи времен Древнего Китая «Чжуд-ши» записано: «Основу хорошего врача составляют шесть качеств, по которым он должен быть добрее, всецело мудрым, прямодушным, исполненным обетов, искусным во внешних проявлениях, старательным в своей деятельности и мудрым в человеческих науках». В знаменитой «Илиаде» высоко ценит искусство врачевания Гомер: «Стоит многих людей один врачеватель искусный: вырежет он стрелу и рану присыплет лекарством».

Обычно врачебная специальность передавалась из поколения в поколение. Знаменитому Гиппократу с острова Кос предшествовало 16 поколений его предков-врачевателей, чей опыт он осмыслил, сформулировал и обобщил в своей знаменитой «Клятве». В ней впервые были четко определены и приняты обязательства, которые брал на себя человек, посвятивший себя служению медицине. В своих сочинениях Гиппократ отмечал, что настоящему врачу свойственны презрение к деньгам, совесть, скромность, простота мыслей, знание. В труде «О враче» он писал, что врач должен выглядеть здоровым, ибо те, кто сами не имеют хорошего вида, не могут правильно заботиться о других. Врач должен быть добрым и справедливым человеком.

В Древней Греции система воспитания предусматривала сочетание умственного, нравственного, эстетического и физического аспектов. Знаменитый Гален, который, кроме практической врачебной деятельности, занимался философией и естествознанием, внес в свое учение гуманистическое начало.



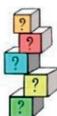
Эпоха Возрождения ознаменовалась не только великими открытиями, в том числе и в области медицины, таких известных ученых, как Гарвей, Везалий, Левенгук, но и важными гуманными заветами, оказавшими влияние на воспитание многих поколений врачей. Они нашли выражение в трудах Яна Амоса Коменского, французского писателя-врача Франсуа Рабле, переведшего Гиппократ, великого реформатора медицины Парацельса, которому принадлежит известное каждому медику изречение: «Сила врача – в его сердце, величайшая основа лекарства – любовь...»

Среди многочисленных характеристик врача на первый план, наряду с профессионализмом, выдвигались гуманистические требования: доброта, чуткость, внимательность, терпимость, спокойствие и многие другие. В целом они обобщены в латинской пословице: «Хороший врач должен быть хорошим человеком».

Сила врача – в его сердце, величайшая основа лекарства – любовь...

Обязательными качествами врача являются милосердие и сострадание. Это подчеркивалось во все времена и у всех народов... Замечательный петербургский врач Ф. П. Гааз призывал коллег: «Спешите делать добро», и сам всю жизнь оставался верен этой заповеди.

В часто цитируемом высказывании А. П. Чехова, начинающемся словами «Профессия врача – это подвиг», хочется обратить внимание на повторяющиеся требования к нравственным качествам: «Надо быть чистым нравственно... Профессия врача требует самоотверженности, чистоты души, чистоты помыслов».



1. Какие нравственные качества лежат в основе профессии врача?
2. В чем, по мнению автора, заключается сила врача?
3. Поясните латинскую пословицу «Хороший врач должен быть хорошим человеком».
4. Как любовь помогает в работе представителям других профессий? Приведите примеры.
5. Как вы считаете, какие ваши личные качества помогут вам добиться успеха в профессиональной деятельности?



Задание 1. Прочитайте изречения. Согласны ли вы с ними? Выскажите свое мнение.

Правильный выбор профессии не только важнейшее условие жизненной успешности личности, но и определяющий фактор развития общества.

Ж. Маханбетова

Делай то, что ты действительно хочешь делать. Не делай то, чего хотят другие. Ищи свой собственный путь. Д. Денн



Самая трудная профессия – быть человеком. Х. Марти

Нужно выбирать ту профессию, в которой ты способен проявить все силы души. В. Каверин

Истинный путь жизни – это путь истины, ненасилия и любви. И. Ганди

Наш первый долг – служить обществу. С. Джонсон

Задание 2. Основными факторами, условиями выбора профессии являются интересы, способности, состояние здоровья выбирающего профессию и потребности общества. Условно эти составляющие можно обозначить как *хочу, могу, надо*.

Хочу – это интересы и склонности.

Могу – это способности, состояние здоровья.

Надо – это потребности общества.

Сочетание этих трех важных аспектов поможет определить оптимальные пути выбора профессии для каждого человека.

Заполните таблицу и подумайте, какие профессии вам подходят больше всего.

Хочу +	Могу +	Надо =	Правильный выбор профессии
Напишите все, что вам нравится, к чему лежит ваша душа.	Напишите все, что вам по силам, по способностям.	Это все, что нужно для общества, страны.	

Задание 3. Прочитайте тексты. Как Лорет Бат выбрала свою профессию? Какие занятия в детстве помогли Марату Жыланбаеву стать известным спортсменом-супермарафонцем? Сделайте коллаж, в котором расскажите о своих увлечениях.

Эта история о Лорет Бат – девушке, которой удалось превратить свое страстное увлечение в работу своей мечты. Вообще-то Лорет по профессии повар. Но в какой-то момент она всерьез увлеклась фотографией и зарегистрировалась в Инстаграме, чтобы размещать свои фотографии. На работе нашелся единомышленник – тоже фотограф-любитель. Вместе они могли часами обсуждать премудрости фотоискусства. Интересное дело все больше и больше увлекало Лорет, ее мастерство как фотографа росло.

И пришел первый вполне закономерный успех. Через какое-то время ее фотографии в Инстаграме заметил сотрудник австралийской туристической фирмы. Они так ему понравились, что Лорет получила свой пер-



вый заказ на фотографии для туристических проспектов об Австралии. Это было в январе 2013 г., и девушка до сих пор сотрудничает с этой компанией.

Сейчас Лорет Бат со своим фотоаппаратом посещает самые живописные уголки планеты, чтобы сделать снимки для своих заказчиков – туристических фирм. Конечно, это оплачиваемые путешествия, ведь теперь это ее работа: фотографировать маленьких черепашек в Австралии, лисье поселение в Японии, бурых медведей в Канаде, северных оленей за Полярным кругом...

А еще Лорет проводит мастер-классы для новичков-фотографов. Девушка говорит: «Мне это хорошо удается, потому что я сама этому училась, и я все еще помню, каково это». Тем, кто хочет так же, как она, получить работу своей мечты через социальные сети, Лорет дает совет: «Не стоит погружаться в мир Инстаграма, только чтобы получить такую работу, как у меня. Это приложение – своеобразный мир, где можно найти единомышленников. В свое время награда сама вас найдет. Те инстаграммеры, с которыми я работаю, которых нанимает моя фирма, по-настоящему влюблены в путешествия и фотографию. Они сами смогли превратить свою страсть в работу, которая приносит им удовольствие».



Фотографии Лорет Бат

Один из самых выдающихся спортсменов Казахстана – марафонец из Экибастуза Марат Жыланбаев. Он первый и единственный атлет в истории человечества, в одиночку пробежавший крупнейшие пустыни Азии, Африки, Австралии и Америки. Установил несколько мировых рекордов, семь из которых занесены в Книгу рекордов Гиннеса.



– Мои первые воспоминания детства: бабушка, совхоз, поля кукурузы и злой индюк, который пытается меня догнать и клюнуть.

Я очень рано начал рисовать. Мне кажется, что я мог рисовать всегда. С самого рождения. И я всегда рисовал лучше всех своих сверстников: в семье, детдоме, армии. Наверное, у меня художественный дар...

Когда я научился читать, то начал изучать литературу по рисованию. Читал журналы для художников, изучал биографии известных живописцев, начиная с эпохи Возрождения: Микеланджело, Рафаэля, Леонардо... Они стали моими первыми кумирами.

Чтобы хорошо рисовать, надо много рисовать. А я рисовал не просто много, а очень-очень много... Меня постоянно приглашали на дни рождения, потому что я рисовал портреты. Все пацаны мне завидовали, потому что мне не нужно было дарить подарки, ведь я писал портреты именинников. У меня было много друзей, потому что все хотели иметь портрет моей работы. Я с детства любил работать в графике.

Моя учительница повела меня в карагандинскую художественную мастерскую, в которой работали очень сильные художники. Они посмотрели мои рисунки, потом дали мне загрунтованный холст и показали, как смешивать краски. На следующий день я вышел из детдома и пошел в мастерскую. Там я закрылся в каком-то кабинете. За ночь нарисовал свою первую живописную картину – портрет девушки. Рисовал на память. Она была похожа на цыганку. Это было очень красиво. Картина впечатлила не только меня, но и ребят в детдоме, и серьезных художников из мастерской. После этой ночи я стал рисовать масляными красками...

В детдоме я часто болел, особенно простудными и инфекционными заболеваниями. Один учитель сказал мне: «Повышай иммунитет, занимайся спортом»... В классе четвертом я пошел на борьбу, потом записался на бокс. В боксерской секции не было ровесников, поэтому меня ставили на ринг с ребятами, которые были не только старше меня на три года, но уже являлись кандидатами в мастера спорта. Мне приходилось с ними боксировать. Я хорошо получал от них – был их грушей... Там я научился держать защиту.

Я не знаю, что больше всего повлияло на мой характер и достижения. Может, детдом, может, годы тренировок. С детства я научился всегда сам разбираться со сложными ситуациями, научился отвечать за себя и свои поступки.

Как это ни парадоксально, но в подростковом возрасте я не любил бегать. Мой тренер нашел для меня правильные слова и мотивацию. Он сказал мне: «Вот смотри, Марат, как много твоих друзей-сверстников покинули Клуб «Марафон». Они, как и ты, не любят бегать. Они слабаки. Ты, наверное, следующий слабак, и пойдешь вслед за ними...» Я, конечно же,



разозлился – почему он за меня решает? Подумал про себя: «Не уйду – на-зло ему!» А потом стал бегать все дальше и дальше...



Марат Жыланбаев

Я часто думаю, что такое счастье. И вспоминаю время, когда учился в физкультурном техникуме. Помню, наступила зима, а я все еще ходил в летних туфлях. И вот, наконец, накопил деньги и купил себе зимнюю обувь. Но один минус – носки до того износились, что я в буквальном смысле остался без них. Почти месяц ходил в обуви на голую ногу. Однажды на занятии по лыжному спорту наш тренер Жулина заметила, что я надеваю лыжные ботинки на

босую ногу. Она все поняла и повела меня к директору техникума Булату Исламовичу Орумбаеву. Он в тот же день повел меня в магазин и купил мне 20 пар носков! Это было большое счастье.

Когда я рисовал, моими кумирами были великие художники. Когда я погрузился в спорт, у меня появились новые герои. Одним из первых и главных стал Абебе Бикила – выдающийся марафонец из Эфиопии, первый в истории чернокожий олимпийский чемпион, представлявший африканскую страну. Мне на всю жизнь запомнилось, что он пробежал олимпийскую дистанцию босиком и занял первое место...

Чтобы улучшить технику бега, я целый год бегал босиком. И зимой, и летом. По земле, по асфальту, по камням. В тот год босиком пробежал шесть марафонов на разных соревнованиях: в Караганде, Москве, Целинограде, Алма-Ате и других городах... В беге ничего не зависит от обуви. Все зависит от человека. Это касается не только спорта...

Еще в юности я прочитал много книг про пустыни. Особое впечатление произвела на меня книга Робин Дэвидсон «Путешествия никогда не кончаются». Эта женщина, автор книги, пересекла пустыню Большая Виктория. С ней были только четыре верблюда и собака. Прочитал эту книгу и понял, что и я смогу в одиночку перебежать эту пустыню. В общем, так все и произошло...

Я поставил себе эту цель и начал готовиться. Переписывался и встречался с ведущими специалистами по пустыням, отправлял письма в Институт пустынь. Изучал, как питаться змеями, черепаками, пауками.

Первая и самая опасная пустыня в моей жизни – Каракумы. Я был без сопровождения, бежал один. У меня не было рации, а *gps* тогда и в помине не было. Компас, военные карты, палатка и емкость с водой – все мое снаряжение.

Самое опасное в пустыне – это обезвоживание. Тогда я был на грани жизни и смерти. Между колодцами были расстояния по 100 км. Обезза-



раживающие таблетки быстро кончились. Я боялся отравления, но еще больше был риск погибнуть от обезвоживания. Пришлось пить воду без фильтрации.

Мне повезло – я пересек Каракумы и выжил. Потом были Сахара, Большая Виктория и Невада...

По интервью Т. Нусимбекова

А началось все с того, что в молодости он изобрел собственную методику тренировок для марафонцев. Марат предположил: чтобы бегать лучше, нужно бегать больше. По возможности вообще не останавливаясь. Вместо привычных для марафонцев 50–70 км в неделю Жыланбаев предложил набегать по 70–80 в день. Тренеры и спортсмены растерялись от такой «щедрости», и Марат решил доказать эффективность этого метода на себе.

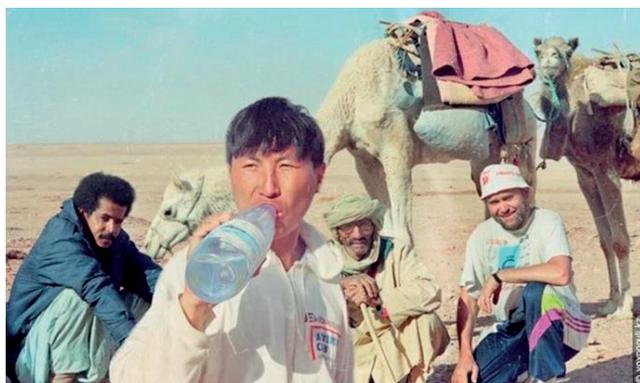


Фото: imgartists.com

В 1990–1991 гг. он пробежал 226 классических марафонов по 42 км 195 м, в 1991 г. за 23 дня – 23 марафона подряд, в том же году за 15 дней – 30 (по два марафона в день!) со средним результатом за марафон 4 ч 00 мин 54 с! Это мировые рекорды, которые до сих пор (прошло больше 20 лет!) никто не побил.

Когда Марата спрашивают, как он сумел всего этого достичь, он пожимает плечами: «Просто, если у тебя есть цель – надо добиваться ее. Несмотря ни на что. И в особенности вопреки всему».

Испытания – это всегда трудно. Но прожить жизнь так, чтобы в ней совсем не было испытаний, наверное, невозможно. Каждому на долю выпадают свои испытания. Хотя у меня часто случались испытания «от противного»: если мне кто-то что-то запрещал, я, наоборот, устремлялся к этому.

Расскажу один пример из своей жизни. Я был художником, хотя нигде специально этому не учился. Если бегать я учил себя сам, то рисование было врожденным умением.



Когда я переехал в Экибастуз, меня никто не знал ни как спортсмена, ни как художника. В городе как раз проходила выставка картин. Я пришел и заявил: «Хочу выставляться». Организаторы сказали: «Что ж, приносите картины, посмотрим». Я принес свою графику и картины, и их включили в экспозицию. Выставка была вроде конкурса – победитель едет со своими работами в Алма-Ату.

Напомню, дело происходило в 1980-е годы, еще в Советском Союзе. Я спросил: «А как будут подсчитываться результаты?» Мне объяснили: «У нас есть Книга отзывов. Чья картина соберет больше всего отзывов, тот и поедет». Я пришел на открытие и увидел: в большом зале были выставлены картины только одного художника, остальные – в длинном-предлинном коридоре. А мои повесили в самый дальний угол...

Прошло больше месяца. Я снова пришел в оргкомитет, полистал Книгу отзывов и обнаружил, что про мои картины написано больше всего. Но искусствовед из оргкомитета сказала: «Марат, ты, конечно, извини, но у тебя нет художественного образования. Ты не можешь поехать. Вместо тебя поедет другой». Я сказал: «Ну и ладно».

Как раз в то время я выписывал журнал «Советский художник». Меня заинтересовал репортаж об одной художественной галерее в Германии, которая собирает на выставку картины. Я написал письмо журналисту – автору статьи, и он прислал мне номер факса галереи. Я пошел к своим знакомым электронщикам, чтобы они помогли разобраться с техническими деталями. Мне объяснили, что по факсу можно отправлять не только тексты, но и фотографии. Но в Казахстане такого оборудования нет, оно есть только в Москве – там после Олимпиады-80 осталось много разной техники.

Я сфотографировал свои картины, поехал в Москву, нашел это учреждение. Там мне помогли перевести текст и отправить фотографии. И не успел я добраться до гостиницы, как мне позвонили: сотрудникам галереи очень понравились мои картины. Мне предложили подписать контракт и дали телефон посольства...

Я заключил контракт, привез 30 своих работ в посольство, и мне выдали гонорар – невероятную по тем временам сумму – 3000 долларов!

В результате всей этой истории я понял, что цель может быть самой фантастической, но это не значит, что ее невозможно достичь. Если не отступать, не опускать руки – все обязательно получится!

Если у вас есть какие-то идеи, планы, цели, добивайтесь их – чего бы вам это ни стоило. Даже если все вокруг говорит, что это невозможно, нереально. Знайте, вы это сможете!»

Из выступления на TEDxAlmaty



Сверстнику

Магжан Жумабаев

Обманчива жизнь, но она не игра.
Мучительна истина, хоть и стара.
Чтоб жизнь оправдалась, до горького пота
Ты должен трудиться на благо добра.

Не бойся плыть через бурю вперед.
Не жди, пока яблоко в рот упадет.
По суше ладья не скользит, лишь в движении.
И только в труде все живое живет.



Жизнь с большой буквы

Бекет Турсунов

Где и когда по-настоящему проявляется жизнь человека? Где и когда она из простого биологического существования превращается в Жизнь с большой буквы?

Может быть, когда человек делает первые шаги на еще не окрепших ножках? А, может быть, тогда, когда он учится в школе или институте, создает семью, строит добротный дом и живет в достатке или когда достигает успехов в политике, искусстве или спорте?

Да, и это все вместе взятое – жизнь человека, и это все – проявление разных сторон его жизни.

Но если рассматривать человека как жизнетворящую и одухотворенную личность, способную на глубочайшие душевные переживания, стремящуюся к светлой, радостной и счастливой жизни, то тогда мы можем утвердительно сказать, что все вышеперечисленные жизненные моменты являются лишь поверхностными отблесками жизни. Истинный и глубинный смысл человеческой жизни проявляется лишь тогда, когда человеческое сознание озаряется светом бескорыстного и доброжелательного отношения ко всем людям без исключения, когда тепло и сияние человеколюбия наполняют его сердце и его жизнь.

Именно в эти моменты человек способен ощутить всю безграничную полноту и всю неизмеримую глубину жизни, именно тогда человеческое сердце поет нескончаемый и ликующий гимн в честь радостной и счастливой жизни.

Многие и многие люди, сумевшие перешагнуть через порочную заботу о себе, повседневную суету ложных материальных устремлений, осознанно вступили в эту реальную и святую жизнь, наполненную любовью и со-



страданием к другим. И на протяжении веков во все времена и во все эпохи именно их жизнь – жизнь в любви – давала людям тепло и освещала дорогу всему человечеству.

Причем такой полноценной и глубокой жизнью жили не только такие великие личности, как Сократ, Ясауи, Гете, Лермонтов, Толстой, Абай, Мать Тереза... Но также и неисчислимое множество простых и добрых людей, чья человеколюбивая жизнь и чьи милосердные поступки были не менее велики.

Это и польский учитель Януш Корчак, во время войны добровольно вошедший в газовую камеру смерти вслед за своими малолетними учениками и погибший вместе с ними, обняв и прижав детей к себе.

Это и армянский парень Шаварш Карапетян, который ценой своего здоровья спас людей из троллейбуса, упавшего в ледяную воду Ереванского водохранилища, ныряя десятки раз на большую глубину.

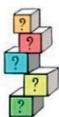
Это и милосердная казахская семья Кулибековых, имевшая шестерых детей и усыновившая еще пятерых малолетних сирот из детского дома.

Это и русский священник Александр Мень, проповедовавший истинную веру, основывающуюся на милостивом и любовном отношении людей друг к другу. За что и был зверски убит приверженцами мрака и зла...

Живой жизненный свет позволяет удалять из человеческой среды темноту и зло и увидеть каждому из нас ту дорогу любви, которая ведет людей к истинному прогрессу...

Это сотни и сотни других людей, кто бескорыстно и скромно, не ища себе славы, изо дня в день делает милосердные и человеколюбивые дела ради других людей, находя в этом радость и истинное счастье.

Невозможно представить жизнь на Земле, если бы она не была озарена жизнеутверждающими примерами бескорыстия и милосердия. И именно этот живой жизненный свет позволяет удалять из человеческой среды темноту и зло и увидеть каждому из нас ту дорогу любви, которая ведет людей к истинному прогрессу – прогрессу человеческого сознания, к полнокровной и радостной жизни.



1. Когда жизнь человека становится *Жизнью* с большой буквы?
2. Что лежит в основе бескорыстия и человеколюбия?
3. Когда и в каких ситуациях вам больше всего нужна любовь близких?
4. Встречали ли вы людей, которые думают о других больше, чем о себе? Расскажите о них.
5. Как вы можете служить людям, стране, планете? Приведите примеры.



Задание 4. Иногда короткая, простая история из жизни других людей способна поднять нам настроение до небывалых высот. Такие истории помогают обрести веру в себя, людей, любовь и жизнь.



А для кого-то они становятся отличным поводом, чтобы совершать бескорыстные добрые поступки.

Прочитайте. Сделайте подборку историй о добрых поступках и делах людей.

Моему сыну 13 лет. Когда он уходил в школу, я всегда давала ему немного денег на обед. Не так давно я узнала, что вот уже три недели он все свои деньги отдает одинокой бабушке из соседнего дома. Когда я спросила его, зачем он это делает, он ответил: «Я всегда могу поесть дома, а некоторым людям просто нечего есть».

Однажды в один пасмурный день у меня было ужасное настроение. Я ехала в автобусе и сильно грустила. Когда я уже собиралась выходить, меня окликнул незнакомый парень: «Девушка, вы что-то уронили». Я обернулась и стала искать, что именно я уронила, как вдруг он сказал: «Вы уронили улыбку». Я улыбнулась, и плохое настроение исчезло.

Задание 5. Прочитайте стихотворение и допишите последнее четверостишие.

Тропинка

Людмила Саматова

Тысячи тропок готовит судьба,
Сотни загадок в запасе хранит.
Какой она будет – тропинка твоя,
Это тебе предсказать предстоит.

Будешь ли ты водить корабли
Или секреты веков узнавать,
Построишь ли мост от Луны до Земли,
Может, ты станешь железо ковать.

Вырастешь клоуном, самым смешным,
И улыбками мир расцветет.
Клоуны тоже на свете нужны –
Они отправляют наши души в полет.

Выбрать какую тропинку себе –
.....



Проведите Ярмарку профессий. Для этого подготовьте выступление, в котором покажите все преимущества той или иной профессии и заинтересуйте одноклассников своими устремлениями. Назовите как можно больше примеров того, как служит людям та или иная профессия.



Выбор профессии – это серьезное дело, к которому нужно хорошо подготовиться. Ведь выбрав профессию на всю жизнь, вы должны быть уверены, что она будет доставлять вам радость и приносить пользу обществу.

Осознанный выбор профессии учитывает личные устремления человека (хочу), его возможности (могу), потребности общества (надо). Поэтому постарайтесь подойти к ее выбору со всей серьезностью, выбирайте ее по зову сердца и только по собственному решению. И знайте: ваше будущее – в ваших руках!

Служение – это набор самых лучших качеств человека, таких как ответственность, упорство, любовь к труду и саморазвитию. Служение государству и обществу – нравственная категория. Отдавая другим внимание, силы, любовь, мы сами развиваемся, учимся взаимодействовать с людьми, упражняемся в добродетели, получаем уверенность в себе и в своем возвращении к жизни в новом качестве.

Дарите друг другу тепло своих сердец, проявляйте участие, если кто-то нуждается в этом. Заботьтесь друг о друге, не бойтесь протянуть руку помощи незнакомому человеку и просто чаще улыбайтесь. Отвечайте улыбкой на доброе слово. Она – свет вашей души, солнечный луч для опечаленных, а также лучшее противоядие, созданное природой от неприятностей.

Спешите поделиться счастьем. И тогда мир вокруг станет и чище, и светлее.

Прекрасное далеко

Слова Ю. Энтина
Музыка Е. Крылатова



Слышу голос из прекрасного далека,
Голос утренний в серебряной росе.
Слышу голос, и манящая дорога
Кружит голову, как в детстве карусель.

Припев:

Прекрасное далеко,
Не будь ко мне жестоко,
Не будь ко мне жестоко,
Жестоко не будь.

От чистого истока
В прекрасное далеко,
В прекрасное далеко
Я начинаю путь.

Слышу голос из прекрасного далека,
Он зовет меня в чудесные края.
Слышу голос, голос спрашивает строго,
А сегодня что для завтра сделал я?

Припев

Я клянусь, что стану чище и добрее,
И в беде не брошу друга никогда.
Слышу голос и спешу на зов скорее
По дороге, на которой нет следа.

Припев

31–32. МУДРОСТЬ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА



*Истинное счастье и блаженство человека
состоят только в мудрости и познании истины.*

Бenedикт Спиноза



Путь к познанию

Притча

Представительный мужчина вошел в класс и приветливо поздоровался с учителем. Учитель поклонился в ответ, но на его лице читалось недоумение.

– Вы не можете узнать меня, учитель? – спросил мужчина и снял шляпу.

Учитель всплеснул руками и воскликнул:

– Да это же мой самый озорной ученик!

– До сих пор не понимаю, дорогой учитель, как вы могли терпеть мои шалости? – с улыбкой произнес бывший ученик.

– Я очень любил тебя за пытливый ум и любознательность. Даже не предполагал, что ты сможешь так измениться, – заметил учитель.

– Да, я сильно изменился, стал известным ученым, сделал большое количество открытий. А самое главное – я всегда помнил ваши слова: «Нет близкой дороги к познанию», поэтому всегда старался упорно идти только вперед.

– Будь так любезен, удостой нас чести и поведай моим ученикам о своих самых интересных открытиях и достижениях, – попросил учитель.

Важно и долго рассказывал бывший ученик о своих открытиях, а потом предложил детям задавать вопросы.

– Да, наверное, тяжело столько учиться? – выкрикнул мальчик с третьей парты.

– Тяжело подниматься на вершину знаний, но с нее виден весь мир. Теперь, когда я достиг вершины и наслаждаюсь пройденным путем, я стал поистине счастливым человеком.

– А наш учитель говорит: «Знания, которые не пополняются каждый день, убывают ежедневно», – тихо заметила одна девочка.

Мужчина смутился, а учитель заметил:

– Очень важно помнить, дети, что дорога, ведущая к знаниям, бесконечна. Есть люди, которые идут по ней всю жизнь, другие проходят лишь ее отрезок. Но она не закончится, пока мы идем по ней.

– Спасибо за еще один новый урок, дорогой учитель, – сказал бывший ученик.

Теперь он уже не выглядел таким важным и довольным собой...

<http://pritchi.ru>



1. Какой новый урок усвоил бывший ученик?
2. Какое значение имеет учитель в жизни человека?
3. Какие знания остаются с человеком на всю жизнь? Поясните ответ.
4. Объясните смысл пословицы «Век живи – век учись» примерами из собственной жизни или жизни других людей.
5. Можно ли утверждать, что познание ведет человека к истине? Почему?



Задание 1. Прочитайте текст. Ответьте на вопросы, которые ставит перед читателями автор. Как вы думаете, можно ли достичь совершенства?

Мудрец был очень стар. И вот настало время, когда его путь на Земле закончился. Прощаясь со своим учеником, он сказал:

– Открою тебе тайну, которую ты сам мог открыть уже не один год назад. Ты знаешь, как лишить человека жизни посредством разных приспособлений: меча, стрелы, яда, удара. Ты знаешь, как поднять безнадежно больного со смертного одра и превратить хилого в силача. Ты много знаешь и многое умеешь, что доказал своими делами и стремлением к познанию.

Но знай: чем больше ты узнаешь об этом мире, чем глубже ты проникаешь в его естество, тем больше ты понимаешь, сколь глубока бездна твоего невежества. Так было и будет всегда, так было и будет со всеми.

Проводив Учителя в последний путь, ученик задумался: «Как же так? Чем больше узнаешь, тем меньше знаешь?» Но поразмыслив, пришел именно к такому выводу. И теперь его терзал новый вопрос: «Зачем же тогда учиться? К чему мучиться, терпеть лишения, портить здоровье, если ты приходишь к одному и тому же – к незнанию?»

Читающий эти строки, может, ты знаешь ответ на этот вопрос?

По А. Шиканяну

Задание 2. Нарисуйте постер к высказыванию философа, писателя Алексея Федоровича Лосева: «Знание есть любовь».

Задание 3. На стенах Дельфийского храма было высечено семь изречений семи греческих мудрецов. Поразмышляйте над ними и выскажите свое мнение.

Мера важнее всего. Клеобул Линдский
Познай самого себя. Хилон из Спарты
Сдерживай гнев. Периандр из Коринфа



Ничего слишком. Питтак Митиленский
Помни, что жизнь конечна. Солон Афинский
Худших везде большинство. Биант Приенский
Ни за кого не ручайся. Фалес из Милета



Родной очаг

Бахытжан Канапьянов

Родной очаг,
 За все прости меня.
 За то, что о корнях
 Я забываю.

И ничего почти
 О них не знаю,
 Но в сумерках
 Спешу на храп коня.

Все получил
 От твоего огня
 И ничего в ответ
 Не возвращаю.

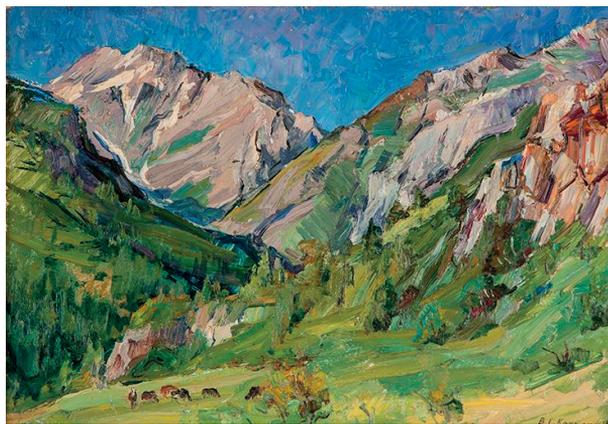
Здесь мой аул,
 Могила здесь отца.
 Начало здесь,
 И нет ему конца.

В степь ухожу.
 Там на исходе дня
 Своих семь предков
 Я не называю

И этот путь
 Продолжен будет мной:
 Встречать людей,
 Стихи дарить и жить,

Судьбой народу
 Своему служить.

Благословляет Степь:
 – Иди, сын мой!



В. С. Каркоц. Летом в горах





Есть ценности, которым нет цены

Майя Борисова

Есть ценности, которым нет цены:
Клочок бумаги с пушкинским рисунком,
Учебник первый в первой школьной сумке
И письма не вернувшихся с войны.

Есть ценности, которым нет цены:
Тугие складки мраморной туники
У тонких ног Самофракийской Ники¹
И крылья, что, отсутствуя, видны.

Есть ценности самих себя ценней:
Прозрачный камень с маленького пляжа,
Но по ночам его целуют, плача.
Что по сравнению с ним дары царей?



Нельзя велеть другому: «Так живи!»
Но если занят ты одной заботой –
Приобретать вещественное что-то,
Не стоишь ты ни гнева, ни любви.

Да будут все стада твои целы!
Живя в расчетах мелочного толка,
Преуспевай! Не покушайся только
На ценности, которым нет цены.

¹ Самофракийская Ника – древнегреческая мраморная скульптура богини Ники, найденная на о. Самотраки в святилище кабиров в 1863 г. французским консулом, археологом-любителем Шарлем Шампуазо.



1. Каким ценностям, по мнению автора, нет цены?
2. Что такое *ценности*? Какие ценности вы можете назвать?
3. Дайте определение понятию *общечеловеческие ценности*.
4. Назовите ваши жизненные ценности.
5. С. А. Назарбаева говорит: «У каждого из нас свой путь, своя жизненная задача, но у всех есть одна общая обязанность ...» Как вы думаете, какая? Продолжите фразу.



Задание 4. Прочитайте стихотворение «Есть надежда» из записной книжки учителя самопознания. Какое впечатление оно произвело на вас? О чем заставило задуматься? А теперь прочитайте стихотворение, начиная с конца. Что изменилось?

Я часть потерянного поколения,
И я отказываюсь верить, что
Я могу изменить этот мир.
Я понимаю, возможно, это шокирует вас, но
Счастье уже внутри тебя.
На самом деле это ложь.
Деньги сделают меня счастливым
И в 30 лет я расскажу своему ребенку, что
Он не самое важное, что есть в моей жизни.
Мой босс будет знать, что
Мой принцип
«Работа
Важнее, чем
Семья».
Послушайте:
С давних пор
Люди живут семьями.
Но сейчас
Общество никогда не будет таким, как прежде.
Эксперты говорят мне:
Через 30 лет я буду праздновать десятилетие моего развода.
Я не верю, что
Я буду жить в стране, которую сам создам.
В будущем
Уничтожение природы станет нормой.
Никто не верит, что
Мы сохраним нашу прекрасную планету.
И, конечно,
Мое поколение уже потеряно.
Глупо полагать, что
Есть надежда.



Задание 5. Проведите социологический опрос разных по возрасту людей на тему «Шкала ценностей». Для этого предложите выбрать из 17 слов 5 наиболее важных.

Творчество, семья, духовность, дружба, карьера, любовь, свобода, деньги, Родина, саморазвитие, независимость, совесть, стабильность, развлечения, успех, комфорт, профессионализм.

- По результатам опроса составьте таблицу-шкалу, где на первом месте будет стоять наиболее часто выбираемое слово. Какой результат вы получили?
- Сделайте вывод и обсудите его с одноклассниками.



Разработайте вопросы и проведите дискуссию на тему «Духовные ценности – путь к истине».



Что способствует цветению любви в наших сердцах? Как развивать способность любить? Только через бескорыстное служение людям. Любовь и служение – это два очень близких понятия. *Когда мы заняты бескорыстным служением, в сердце расцветает бескорыстная любовь.* Важно делиться любовью с все большим и большим количеством людей. Только таким образом осознается единство всего человечества.

Если каждый человек начнет делиться своей любовью с окружающими людьми, то мир постепенно станет одной большой семьей. Древнегреческий философ Платон говорил: *«Стараясь о счастье других, мы находим собственное счастье».*

Какими бы возможностями ни обладал человек, он всегда может служить людям. Например, говорить хорошие, добрые слова – это тоже форма служения. Служение может выражаться в том, что человек доброжелательно настроен по отношению к своим близким, внимательно выслушивает их, у него всегда найдется доброе слово для другого человека. Это также является выражением той любви, которая находится внутри.

Как узнать людей, чьи сердца полны чистой любовью?

Эти люди наделены правдивостью и спокойствием ума. Их главные качества – сострадание, смирение и терпимость. Это терпимость к другому человеку, способность принять его таким, какой он есть. Все мы разные: то, что может быть хорошо для одного человека, может быть неприемлемым для другого.

Следующее качество – это способность к жертвенности, способность отдать то, что тебе дорого. Жертвенность – это не только, когда мы отдаем то, что нам не нравится, или то, что нам не нужно, или то, чего у нас очень много. Жертвенность – это когда мы отдаем то, что очень ценно для нас.



Люди, чьи сердца полны чистой любовью, никогда не будут ничего ждать от других, но всегда будут спонтанно выражать свою внутреннюю любовь. В них нет ни тени эгоизма. При любых обстоятельствах такие люди радостны, улыбаются и полны энергии. Они всегда стремятся совершать дела, способствующие благосостоянию всех людей и, выполняя работу, не думают о вознаграждении.

Мир процветает с помощью таких людей, которые представляют собой соль земли.



Мир, который нужен мне

Слова и музыка А. Ермолова

Я рисую на окне мир, почти такой, как наш.
Я рисую на окне – акварели и гуашь.
Краски яркие возьму и закрашу серый цвет.
Нарисую ту страну, где для слез причины нет.

Где улыбки каждый день, где почти всегда весна,
Где у всех, у всех людей очень добрые глаза.
Кто-то ищет целый век: «Где же счастье?» – «Вот оно!
Здравствуй, добрый человек, посмотри в мое окно!»

Прпев:

Ты посмотри: на моем окне
Я рисую этот мир, где ни зла, ни горя нет.
Ты посмотри: будет этот мир,
Где добро всегда царит, мир, который нужен мне!

Я рисую новый мир. Пусть моя не сохнет кисть!
Я рисую новый мир. Эй, прохожий, обернись!
Если что-то ты хотел в этой жизни изменить,
Нарисуй в своем окне мир, каким он должен быть.

И я верю, что, когда каждый кисть свою возьмет,
С наших окон доброта в настоящий мир войдет.
И наступит долгий век без обид и слез в глазах.
Где ты, добрый человек? Это все в твоих руках!

Прпев

33–34. ТВОРЧЕСКИЕ ОТЧЕТЫ



*Если хочешь перемен в будущем –
стань этой переменной в настоящем.*

Махатма Ганди

Дорогие ребята, вы успешно справились с реализацией вашего проекта. Теперь вам надо представить его презентацию, в которой показать результаты работы за год, поделиться теоретическими знаниями, практическим опытом самопознания и самосовершенствования.

Реализуя проект *«Становление истинного лидера»*, вы развивали благородные качества характера, стремление к познанию и служению людям, обществу. Выполняя задания четвертого этапа проекта в Тетради ученика, проанализируйте, какие изменения произошли в вашем характере, убеждениях и жизненных целях.



Вспомним, что **цель нравственно-духовного образования – становление человека благородного характера, основанного на вечных общечеловеческих ценностях, живущего в единстве мысли, слова и дела.** Знание без силы характера делает человека нерешительным. Характер, не опирающийся на знания и ценности, может привести к неправильным и недостойным поступкам, о которых мы будем впоследствии жалеть. От сбалансированности характера и знаний зависят эффективность лидера, его вера в себя.





Качества истинного лидера – это проявление вечных общечеловеческих ценностей.

Когда в нашей жизни встречается честный, достойный человек с добрым сердцем, мы готовы прислушаться к его советам и следовать его руководству. Таким образом, мы доверяем человеку, у которого **мысли, слова и дела находятся в единстве**. Именно этот тип людей реализует свой лидерский потенциал, часто даже не стремясь и не желая быть лидером.

Важная особенность истинного лидерства: *благородный и достойный человек часто не стремится к лидерству и успеху, но успех приходит к нему как естественное следствие его достойной жизни.*

Если же человек всеми силами стремится к личному успеху и способен мастерски манипулировать другими людьми, вынуждая их делать то, что он хочет для достижения своих целей, то в его характере будет присутствовать неискренность, а жизнь будет сопровождаться внутренней дисгармонией, что никогда не приносит успеха.

Наше поведение и наша жизнь – результат наших решений, а не условий, в которых мы оказались. Чтобы понять это, давайте сравним нашу жизнь с путешествием на корабле. На нем есть пассажиры и капитан.

Когда в жизни встречаются трудности и предстоит сделать нелегкий выбор (шторм), человек может заявить: «Я «пассажир», от меня ничего не зависит». Он паникует, обвиняет других в своих бедах, опускает руки, плывет по течению. Трудности для такого человека – скала на пути, он мгновенно реагирует, чаще негативно, злится. Такие люди почти не пытаются сами справиться с ситуацией, приложить усилия, найти выход. В психологии таких людей называют *реактивными*.

Человек-«пассажир» обычно видит причину возникшей проблемы вовне, а не в себе, чувствует себя жертвой обстоятельств. Он добровольно отдает власть над своей жизнью кому-то или чему-то из внешнего мира. Его выбор – быть ведомым.

Другие люди, назовем их «капитанами», берут на себя ответственность за то, что с ними происходит. Они ищут и находят выход из ситуации, опираясь на позитивные качества своего характера, на истинные ценности.

«Капитаны» не принимают решения импульсивно, они обдумывают их, взвешивают все минусы и плюсы ситуации, ищут выход, опираясь на истинные человеческие ценности, стараются поступить правильно. Такая модель поведения означает ответственность за свои реакции и в итоге – за свою жизнь. В психологии такое поведение называют *проактивным*.



Быть «капитаном» – это значит:

- ✓ знать, что сила человека находится внутри него, это вера в себя, свои хорошие качества характера, истинные ценности;
- ✓ всегда опираться на свою внутреннюю силу – свой характер;
- ✓ нести ответственность за свои реакции, слова, эмоции, поступки.

Личные победы мы одерживаем, когда становимся «капитанами» своей жизни.

Будьте капитаном корабля своей жизни!

 **Задание 1.** Модели поведения «пассажир» и «капитан» проявляют себя также в речи человека.

Определите на слух, кому принадлежат слова – «капитану» или «пассажир».

Ты виноват в том, что я ...

Ничего не могу поделать ...

Давайте посмотрим, что можно сделать ...

Я принимаю решение ...

Это он (она) виноват(а) ...

Мне пришлось ...

Я не могу ...

Я сделаю ...

Я способен на большее ...

Ты испортил мне настроение ...

Если бы у меня были другие возможности (другая школа, семья, страна, больше денег, ...), я был бы счастлив ...

Должен быть какой-то выход ...

Обстоятельства не могут испортить мне настроение ...

Я могу ...

Задание 2. Выполните все задания четвертого этапа реализации проекта. Представьте презентацию вашего проекта в классе. Расскажите о том, какие изменения произошли в вас в процессе реализации проекта.

Задание 3. Впереди самое важное лето вашей жизни – время, когда вы определитесь с выбором профессии. Расскажите о своих планах.

Подумайте, как можно развивать качества истинного лидера в выбранной вами профессии.



Задание 4. Выскажите слова благодарности и добрые пожелания одноклассникам и учителям.



Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались

Слова и музыка О. Митяева

Изгиб гитары желтой ты обнимаешь нежно.
Струна осколком эха пронзит тугую высь.
Качнется купол неба, большой и звездно-снежный.
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.

Качнется купол неба, большой и звездно-снежный.
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.

Как отблеск от заката, костер меж сосен пляшет.
Ты что грустишь, бродяга, а ну-ка, улыбнись!
И кто-то очень близкий тебе тихонько скажет:
«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».

И кто-то очень близкий тебе тихонько скажет:
«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».

И все же с болью в горле мы тех сегодня вспомним,
Чьи имена, как раны, на сердце запеклись.
Мечтами их и песнями мы каждый вдох наполним.
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.

Мечтами их и песнями мы каждый вдох наполним.
Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.

ИМЕННОЙ УКАЗАТЕЛЬ

- Абеляр Пьер* (1079–1142) – французский философ, теолог, поэт, музыкант.
- Айвазовский Иван Константинович* (1817–1900) – художник, маринист, меценат, академик.
- Айтматов Чингиз Торекулович* (1928–2008) – киргизский писатель.
- Аль-Фараби Абу Насыр Мухаммед* (872–950) – философ, математик, теоретик музыки, ученый Востока.
- Аристофан* (446–387 до н. э.) – древнегреческий комедиограф.
- Асадов Эдуард Аркадьевич* (1923–2004) – русский поэт, прозаик.
- Акопов Вил Иванович* (1930) – российский писатель, доктор медицинских наук.
- Алтынсарин Ыбырай* (1841–1889) – казахский педагог-просветитель, писатель.
- Амонашвили Шалва Александрович* (1931) – грузинский, российский педагог-гуманист, академик АПН СССР.
- Ауэзов Мухтар Омарханович* (1897–1961) – казахский писатель, драматург.
- Баласагуни Юсуф* (ок. 1015–1070) – тюркский поэт, мыслитель.
- Бальзак Оноре де* (1799–1850) – французский писатель, один из основоположников реализма в европейской литературе.
- Бальмонт Константин Дмитриевич* – (1867–1942) – русский поэт.
- Бальтасар Грасиан* (1601–1658) – испанский прозаик, философ, теоретик литературы.
- Бах Ричард* (1936) – американский писатель, философ, публицист.
- Бельгер Герольд Карлович* (1934–2015) – казахстанский переводчик, прозаик, публицист.
- Бетховен Людвиг* (1770–1827) – немецкий композитор, пианист, дирижер.
- Биант Приенский* (VI в. до н. э.) – древнегреческий философ, общественный деятель.
- Бичер Генри Уорд* (1813–1887) – американский публицист, оратор, религиозный деятель.
- Блейк Уильям* (1757–1827) – английский поэт, художник.
- Борисова Майя Ивановна* (1932–1996) – русская поэтесса, переводчик.
- Булгаков Николай Александрович* (1867–1931) – русский физик.
- Веревошкин Николай Николаевич* (1949) – казахстанский писатель, журналист, художник.
- Вицин Георгий Михайлович* (1917–2001) – российский актер, народный артист СССР.
- Ганди Махатма* (1869–1948) – индийский политический и общественный деятель, идеолог и руководитель мирного движения за независимость Индии от Великобритании, мыслитель, философ.
- Ганди Индира* (1917–1984) – индийский политик, единственная женщина – премьер-министр Индии.
- Гете Иоганн Вольфганг* (1749–1832) – немецкий поэт, государственный деятель, мыслитель, философ, естествоиспытатель.
- Герцен Александр Иванович* (1812–1870) – русский публицист, писатель, философ.
- Горький Максим* (1868–1936) – русский писатель, прозаик, драматург.



Годдард Джон (1924–2013) – американский исследователь, путешественник, антрополог, многократный рекордсмен Книги рекордов Гиннесса.

Дарвин Чарльз Роберт (1809–1882) – английский ученый, натуралист, путешественник, автор одного из первых исследований о происхождении человека.

Дементьев Андрей Дмитриевич (1928–2018) – российский поэт.

Депп Джонни (1963) – американский актер, кинорежиссер, музыкант, сценарист.

Джеймс Аллен (1864–1912) – британский писатель, поэт.

Джонсон Сэмюэл (1709–1784) – английский литературный критик, поэт.

Достоевский Федор Михайлович (1821–1881) – русский писатель, мыслитель, философ.

Есенберлин Ильяс (1915–1983) – казахский писатель.

Жыланбаев Марат Толегенович (1963) – единственный в мире человек, в одиночку пробежавший крупнейшие пустыни Азии, Африки, Австралии, Америки.

Жумабаев Магжан (1893–1938) – казахский писатель, публицист, педагог.

Заболоцкий Николай Алексеевич (1903–1958) – русский поэт.

Ибсен Генрик Юхан (1828–1906) – норвежский драматург, поэт, публицист.

Каверин Вениамин Александрович (1902–1989) – русский писатель, драматург, сценарист.

Камю Альбер (1913–1960) – французский прозаик, философ, эссеист, публицист.

Канапьянов Бахытжан Мусаханович (1951) – казахский поэт, писатель, переводчик, сценарист, кинорежиссер, заслуженный деятель Казахстана.

Кант Иммануил (1724–1804) – немецкий философ.

Клеобул Линдский (538–470 до н. э.) – один из семи греческих мудрецов, правитель г. Линдоса на о. Родос.

Конфуций (ок. 551–479 до н. э.) – древнекитайский философ, мыслитель.

Козльо Пауло (1947) – бразильский прозаик, поэт.

Кунанбаев Абай (1845–1904) – казахский поэт, композитор, просветитель, основоположник казахской классической литературы.

Кусаинов Аскарбек Кабыкенович (1951) – доктор педагогических наук, профессор, академик.

Лао Цзы (VI в. до н. э.) – древнекитайский философ.

Ларошфуко Франсуа де (1613–1680) – французский писатель, философ.

Левенсон Лестер (1909–1994) – автор метода освобождения эмоций.

Лосев Алексей Федорович (1893–1988) – русский философ, переводчик, писатель, профессор, доктор филологических наук.

Мартин Хосе (1853–1895) – кубинский поэт, писатель, публицист, переводчик, философ, революционер, лидер освободительного движения Кубы от Испании.

Маслоу Абрахам (1908–1970) – американский психолог, основатель гуманистической психологии.

Мырза Али Кадыр (Мырзалиев Кадыр Гинаятovich) (1935–2011) – казахский поэт, писатель.

Назарбаева Сара Алтысқызы (1941) – автор Программы нравственно-духовного образования «Самопознание», основательница Республиканского детского благотворительного фонда «Бөбек».



Окуджава Булат Шалвович (1924–1997) – российский поэт, бард, прозаик, сценарист.

Омар Хайям (1048–1131) – персидский философ, математик, астроном, поэт.

Паскаль Блез (1623–1662) – французский философ, писатель, математик, физик.

Периандр из Коринфа (ок. 627–587 до н. э.) – один из семи мудрецов Древней Греции.

Питтак Митиленский (ок. 650–570 до н. э.) – один из семи мудрецов Древней Греции.

Саади Ширази (XIII в.) – персидский поэт.

Сенека Луций Анней (ок. 4 до н. э. – 65 н. э.) – римский философ, поэт, государственный деятель.

Селье Ганс Гуго Бруно (1907–1982) – канадский врач-исследователь.

Сент-Экзюпери Антуан де (1900–1944) – французский писатель, поэт, летчик.

Сесил Эдгар Олджернон Роберт Гэскойн (1864–1958) – английский государственный деятель, лауреат Нобелевской премии мира.

Синельников Валерий Владимирович (1966) – российский писатель, врач-гомеопат, психотерапевт.

Солон Афинский (ок. 638–558 до н. э.) – древнегреческий философ, поэт.

Степанов Сергей Сергеевич (1958) – российский писатель, переводчик, психолог.

Фалес из Милета (ок. 640–548 до н. э.) – древнегреческий философ, математик.

Франклин Бенджамин (1706–1790) – американский политический деятель, изобретатель, ученый, дипломат, писатель, бизнесмен, издатель.

Спиноза Бенедикт (1632–1677) – нидерландский философ.

Тереза Калькуттская (Мать Тереза) (1926–1997) – настоятельница ордена Сестер – миссионерок любви.

Толстой Лев Николаевич (1828–1910) – русский писатель, мыслитель, философ.

Торо Генри Дэвид (1817–1862) – американский общественный деятель, писатель, мыслитель, натуралист.

Травник Терентий (1964) – российский поэт, публицист, философ, художник, композитор.

Хилон из Спарты (596–528 до н. э.) – древнегреческий политический деятель, поэт.

Чехов Антон Павлович (1860–1904) – русский писатель, драматург, врач.

Шанель Габриэль Бонер (Коко) (1883–1971) – французский модельер.

Шарма Робин (1964) – канадский писатель, специалист по мотивации, лидерству и развитию личности.

Шер Барбара (1943) – лектор, бизнес-тренер, писательница.

Шиканян Андрей Сергеевич (1973) – русский философ, переводчик, писатель.

Шоу Джордж Бернард (1856–1950) – ирландский драматург, романист.

Эйнштейн Альберт (1879–1955) – физик-теоретик, один из основателей современной теоретической физики, лауреат Нобелевской премии по физике.



СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. НА ПУТИ ПОЗНАНИЯ

Проект «Становление истинного лидера». Этап I	6
1–2. Жизнь – источник познания.....	8
3–4. В поиске идеала.....	18
5–6. Человек – венец творения	28
7–8. Найти себя	38

Раздел II. СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ

Проект «Становление истинного лидера». Этап II	50
9–10. Нравственные основы личности	52
11–12. Воспитание характера.....	60
13–14. Духовное здоровье человека	70
15–16. В стремлении к самосовершенствованию	77

Раздел III. ЖИЗНЬ В ОБЩЕСТВЕ

Проект «Становление истинного лидера». Этап III	90
17–18. Социальные роли личности	92
19–20. Семья – источник духовности	101
21–22. Искусство жить среди людей.....	109
23–24. Мир и согласие в обществе	117

Раздел IV. МИР ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

Проект «Становление истинного лидера». Этап IV	128
25–26. Духовная зрелость человека	130
27–28. Дорога в самостоятельную жизнь	138
29–30. Выбор пути	145
31–32. Мудрость человечества.....	157
33–34 Творческие отчеты	164
Именной указатель	168

Учебное издание

Омарова Гульжан Амангельдыновна

Рысбаева Аршагуль Клышбековна

Лосева Елена Михайловна

Сапарбаева Айгерим Баглановна

САМОПОЗНАНИЕ

**Учебник для 11 классов
общеобразовательных школ**

Художник А. Е. Карабалаева

Корректор Е. М. Песина

Верстка А. Т. Абкеева



Подписано в печать

Печать офсетная. Гарнитура Times New Roman.

Формат 700x100/16. Печатных листов 13,98.

Тираж экз. Заказ № .

ТОО «Интеллсервис»

В64Е9Х5, город Талгар, улица Промышленная, дом 5

www.intellservice.kz