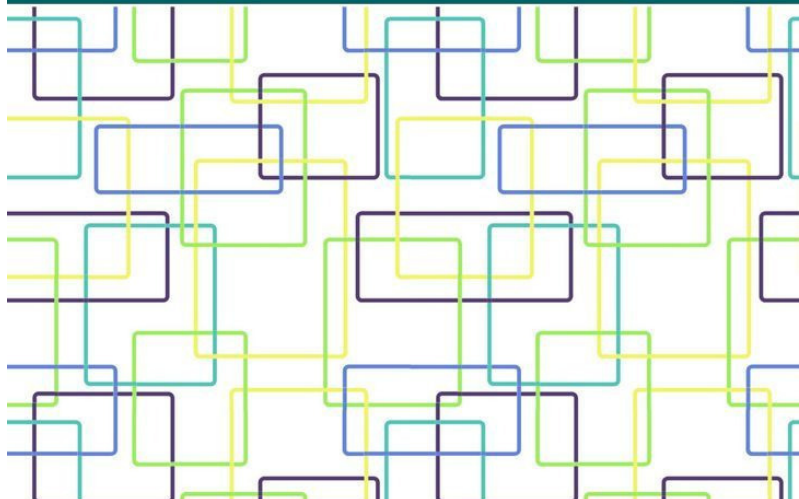


18+ Игорь Николаевич Цзю

*Полное Собрание
Сочинений. Том 4.
Истина. Учебное Пособие
для 1 — 8 классов
общеобразовательной
школы*



Игорь Николаевич Цзю
Полное собрание сочинений.
Том 4. Истина. Учебное
пособие для 1—8 классов
общеобразовательной школы

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69306037
ISBN 9785006013353

Аннотация

Полное собрание сочинений. Том 4. Истина. Учебное пособие для 1—8 классов общеобразовательной школы – это учебное пособие для учителей (классного руководителя или воспитателя) по предмету «Истина». Сборник состоит из 7 ранее опубликованных книг.

Содержание

ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ	8
Москва 2023	9
Предисловие	9
1 класс	11
1 -е полугодие	12
2 – е полугодие	13
2 – е полугодие	16
2-е полугодие	18
4 класс	19
Сансара	20
2- полугодие	21
6 класс	24
«Законы Истины»	25
1-е полугодие	26
«Четыре Великих Абсолютных Истины»	27
«Шесть Совершенств»	28
2-е полугодие	29
«Восьмеричный Святой Путь»	30
«Строение Вселенной»	31
2-е полугодие	36
«Учение Истины	37
ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ	39
Москва 2021	40

СОДЕРЖАНИЕ	41
Предисловие	41
Предисловие	42
ПРАВИЛА ЭТИКЕТА	43
1 урок «Общение»	43
Лекция	44
Семинар	47
Семинар	51
Семинар	54
Лекция	55
Семинар	57
Урок 7 «Поступки»	58
Вводная часть	59
Лекция и Семинар	60
Семинар	61
Урок 8 «Привычки»	62
Вводная часть	63
Лекция и Семинар	64
Урок 9 (итоговый) «Привычки»	65
Лекция и Семинар	66
Урок 10 «Самоконтроль»	67
Лекция и Семинар	68
Лекция	71
Семинар	73
Семинар	77
Семинар	79

Урок 16 итоговый «Судьба»	80
Лекция	81
Семинар	83
ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ	84
Москва 2021	85
СОДЕРЖАНИЕ	86
Предисловие	87
17 урок «Хорошая судьба»	88
Лекция	89
Семинар	91
Урок 18 «Правильные действия»	92
Лекция	93
Урок 19 «Правильные действия (Продолжение).	98
Гигиена»	
Семинар	101
Лекция	102
Семинар	104
Уроки 22, 23 «Правильные привычки»	105
Семинар	110
Урок 26 «Хороший характер»	111
Лекция	112
Урок 27 «Правильная самооценка»	113
Лекция	114
Семинар	117
Урок 29 «Правильная цель»	118
Семинар	119

Уроки 30, 31 (итоговые) «Хорошая судьба»	120
ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ	121
Москва 2020	122
Предисловие	122
Конец ознакомительного фрагмента.	159

**Полное собрание
сочинений. Том 4.
Истина. Учебное пособие
для 1—8 классов
общеобразовательной
школы**

Игорь Николаевич Цзю

© Игорь Николаевич Цзю, 2024

ISBN 978-5-0060-1335-3 (т. 4)

ISBN 978-5-0060-0091-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ
Полное Собрание Сочинений
Том 4
ИСТИНА

Учебное Пособие для 1 – 8 классов
общеобразовательной школы
(Поурочные планы)

Москва 2023

Предисловие

«Истина». «Учебное Пособие для 1 – 8 классов общеобразовательной школы по учебному предмету «Истина», в объёме 256 академических часов (по 32 часа в каждом учебном году и по 16 часов в каждом полугодии). Учебное Пособие изложено в виде Тематических Поурочных Планов, предназначенных для Классных руководителей и Воспитателей, проводящих учебные занятия по учебному предмету «Истина». Учебные занятия по предмету «Истина» проводятся на каждом уроке в виде Лекции и Семинара. На Лекции Учитель рассказывает ученикам об Учении Истины, которое лежит в основе духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения, обучающихся общеобразовательной школы и является фундаментом жизнедеятельности человеческого общества. На Семинаре Учитель на практике раскрывает тему урока, предлагая ученикам поделиться своим опытом поведения в определённых жизненных ситуациях, связанных с темой урока. В Учении Истины раскрываются основные Законы Природы, Космоса, Вселенной: *«Четыре Великих Неизмеримых Состояния Души»* (Святая Любовь. Святое Сострадание. Святая Похвала. Свя-

тое безразличие). «*Четыре Абсолютных Истины*» (Страдание. Происхождение Страданий. Искоренение Страданий. Пути и Способы Искоренения Страданий). «*Восьмеричный Святой Путь*». «*Шесть Совершенств*». «*Карма*». «*Заповеди*». «*Сансара*» и другие.

1 класс

*«Мысли порождают Речь.
Речь формирует Поступки.
Поступки формируют Привычки.
Привычки формируют Характер.
Характер формирует Судьбу».*

1 -е полугодие

- Урок 1 **«Общение»**
- Урок 2 **«Поведение»**
- Урок 3 **«Поведение»** (Продолжение)
- Урок 4 **«Гигиена»**
- Урок 5 **«Речь»**
- Урок 6 **«Речь»** (Продолжение)
- Урок 7 **«Поступки»**
- Урок 8 **«Привычки»**.
- Урок 9 (итоговый) **«Привычки»** (Продолжение)
- Урок 10 **«Самоконтроль»**
- Урок 11 **«Мысли»**
- Урок 12 **«Характер»**
- Урок 13 **«Самооценка»**
- Урок 14 **«Выбор»**
- Урок 15 **«Цель»**
- Урок 16 (итоговый) **«Судьба»**

2 – е полугодие

*«Хорошая судьба зависит от хорошего характера.
Хороший характер зависит от хороших привычек.
Хорошие привычки зависят от хороших поступков.
Хорошие поступки зависят от хорошей речи.
Хорошая речь зависит от хороших мыслей.
Источник хороших мыслей – Любовь»*

17 Урок **«Хорошая судьба»** (Продолжение)

18 урок **«Правильные действия»**

19 урок **«Правильные действия»** (Гигиена)

20 Урок **«Правильная речь»**

21 Урок **«Правильная речь»** (продолжение)

22 Урок **«Правильные привычки»**

23 Урок **«Правильные привычки»** (Продолжение)

24 Урок **«Самоконтроль»**

25 Урок **«Правильные мысли»**

26 Урок **«Хороший характер»**

27 Урок **«Правильная самооценка»**

28 Урок **«Правильный выбор»**

29 Урок **«Правильная цель»**

30, 31 Урок **«Хорошая судьба зависит от хорошего характера, хороших привычек, хороших поступков, хорошей речи и хороших мыслей»**

32 Урок «От судьбы каждого человека зависит судьба всей страны»

2 класс

«Человековедение»

1-е полугодие

1 Урок «Человек»

2 Урок «Рождение человека»

3 Урок «Внутриутробное развитие»

4 Урок «Младенческий возраст. 1 – 2 года»

5 Урок «Ранний детский возраст. 3 – 4 года»

6 Урок «Младший детский возраст. 5 – 6 лет»

7 Урок «Младший школьный возраст. 1 – 2 классы (6 – 8 лет)»

8 Урок «Младший школьный возраст. 3 -4 классы (8 – 10 лет)»

9 Урок «Средний школьный возраст. 5 – 6 классы (10 – 12 лет)»

10 Урок «Средний школьный возраст. 7 -8 классы (12 – 14 лет)»

11 Урок «Старший школьный возраст. 9 класс (15 – 16 лет)»

12 Урок «Старший школьный возраст. 10 – 11 классы (16 – 18 лет)»

13 Урок «Учёба в колледже, техникуме или училище (13 – 20 лет)»

14 Урок **«Учёба в Институте (17 – 23 года)»**

15 Урок **«Начало трудовой деятельности (18 – 23 года)»**

16 Урок (Итоговый) **«От рождения человека до начала трудовой деятельности»**

2 – е полугодие

17 Урок **«Человековедение»**

18 Урок **«Дыхание»**

19 Урок **«Питание. Частота употребления пищи»**

20 Урок **«Питание. Объём употребляемой пищи»**

21 Урок **«Питание. Способы приготовления пищи»**

22 Урок **«Сон»**

23 Урок **«Чувства. Зрение. Слух. Обоняние. Осязание. Вкус. Интуиция»**

24 Урок **«Зрение»**

25 Урок **«Слух»**

26 Урок **«Обоняние»**

27 Урок **«Осязание»**

28 Урок **«Вкус»**

29 Урок **«Интуиция»**

30 Урок **«Любовь, как чувство»**

31 Урок **«Любовь, как состояние Души»**

32 Урок (Итоговый) **«Жизнь и смерть»**

3 класс

«Анатомия Души и тела»

1 – е полугодие

1 Урок **«Происхождение жизни»**

2 Урок **«Душа»**

3 Урок **«Происхождение Души»**

4 Урок **«Формула сущности жизни»**

5 Урок «Анатомия Души»

6 Урок «Чакры человека – Духовные центры»

7 Урок «Высшая – Сахасрара-чакра»

8 Урок «Высокая – Аджня-чакра»

9 Урок «Высокая – Вишудха-чакра»

10 Урок «Центральная – Анахата-чакра»

11 Урок «Средняя – Манипура-чакра»

12 Урок «Нижняя – Свадиштана-чакра»

13 Урок «Нижняя – Муладара-чакра»

14 Урок «Чакры – закрепление темы»

15 Урок «Активность чакр определяет МРП ((Д)
человека»

16 Урок (Итоговый) «Влияние чакр на деятельность
человека»

2-е полугодие

17 урок «Строение Вселенной»

18 Урок «Уровни Духовного развития»

19 Урок «Зависимость продолжительности жизни

от Духовного уровня»

20 Урок «Количество существ в мире зависит от Духовного уровня»

21 Урок «Душа в момент рождения человека»

22 Урок «Заблуждения Души

23 Урок «Состояние Души»

24 Урок «Страдания Души»

25 Урок «Пробуждение Души»

26 Урок «Просветление Души»

27 Урок «Духовная Практика»

28 Урок «Виды Духовной Практики»

29 Урок «Заповеди»

30 Урок «Соблюдение Заповедей»

31 Урок «Закрепление темы второго полугодия: Душа и Духовная Практика»

32 Урок (Итоговый) «Анатомия Души и тела»

4 класс

Сансара

«Сансара – Круговорот перевоплощений»

- 1 Урок **«Сансара»**
- 2 Урок **«Любовь»**
- 3 Урок **«Ненависть»**
- 4 Урок **«Жертвование»**
- 5 Урок **«Жадность»**
- 6 Урок **«Истина»**
- 7 Урок **«Законы Истины»**
- 8 Урок **«Заповеди»**
- 9 Урок **«Невежество»**
- 10 Урок **«Сострадание»**
- 11 Урок **«Равнодушие»**
- 12 Урок **«Похвала»**
- 13 Урок **«Зависть»**
- 14 Урок **«Дружба»**
- 15 Урок **«Вражда»**
- 16 Урок (Итоговый) **«Закрепление основных тем первого полугодия»**

2- полугодие

- 17 Урок **«Воля (Терпение)»**
- 18 Урок **«Слабость (нетерпимость)»**
- 19 Урок **«Беспристрастность»**
- 20 Урок **«Привязанность»**
- 21 Урок **«Трудолюбие»**
- 22 Урок **«Лень»**
- 23 Урок **«Патриотизм (смелость)»**
- 24 Урок **«Предательство (трусость)»**
- 25 Урок **«Здоровье (ЗОЖ и правильное питание)»**
- 26 Урок **«Болезни и переедание»**
- 27 Урок **«Вежливость (скромность)»**
- 28 Урок **«Гордость (грубость)»**
- 29 Урок **«Медитация (Размышление – развитие ума)»**
- 30 Урок **«Тупость (глупость)»**
- 31 Урок (Итоговый) **«Закрепление основных тем второго полугодия»**
- 32 Урок (Итоговый) **«Закрепление основных тем учебного года»**

5 класс

1-е полугодие

«Карма»

- 1 Урок «**Законы Истины**»
- 2 Урок «**Что такое Карма?**»
- 3 Урок «**Почему Закон Кармы называется Законом сохранения энергии?**»
- 4 Урок «**Происхождение Кармы**»
- 5 Урок «**Виды Кармы**»
- 6 Урок «**Личная Карма**»
- 7 Урок «**Семейная (родовая) Карма**»
- 8 Урок «**Коллективная Карма**»
- 9 Урок «**Накопление положительно Кармы**»
- 10 Урок «**Накопление отрицательной Кармы**»
- 11 Урок «**Проявление Кармы**»
- 12 Урок «**Зависимость Реинкарнации (Перевоплощения) от Кармы**»
- 13 Урок «**Очищение Кармы**»
- 14 Урок «**Способы очищения Кармы**»
- 15 Урок «**Отсутствие Кармы**»
- 16 Урок (Итоговый) «**Закрепление темы Карма**»

2-е полугодие

«Заповеди»

- 17 Урок «**Что такое Заповеди?**»
- 18 Урок «**Заповеди для физического тела: Не убивай. Не кради. Не прелюбодействуй**»
- 19 Урок «**Не убивай**»

20 Урок **«Не кради»**

21 Урок **«Не прелюбодействуй»**

22 Урок **«Заповеди для речи: Не лги. Не пустословь.**

Не злословь. Не клевети»

23 Урок **«Не лги»**

24 Урок **«Не пустословь»**

25 Урок **«Не злословь»**

26 Урок **«Не клевети или не говори плохо о других»**

27 Урок **«Заповеди для мыслей: «Не гневайся.**

Не будь жадным. Не будь невежественным»

28 Урок **«Не гневайся»**

29 Урок **«Не будь жадным»**

30 Урок **«Не будь невежественным (Не отрицай Истину)»**

31 Урок (Итоговый) **«Заповеди»**

32 Урок (Итоговый) **«Карма и Заповеди»**

6 класс

«Законы Истины»

«Четыре Великих Абсолютных Истины»

«Четыре Великих Неизмеримых Состояния Души»

«Шесть Совершенств»

«Восьмеричный Святой Путь»

«Строение Вселенной»

1-е полугодие

«Четыре Великих Абсолютных Истины»

1 Урок «Страдание»

2 Урок «Происхождение Страданий»

3 Урок «Искоренение Страданий»

4 Урок «Пути и способы искоренения Страданий»

«Четыре Великих Неизмеримых Состояний Души»

5 Урок «Святая Любовь»

6 Урок «Святое Сострадание»

7 Урок «Святая Похвала»

8 Урок «Святое Безразличие»

«Шесть Совершенств»

9 Урок **«Раскаяние»**

10 Урок **«Жертвование»**

11 Урок **«Соблюдение Заповедей»**

12 Урок **«Терпение»**

13 Урок **«Упорное Усилие»**

14 Урок **«Медитация (Размышление)»**

15 Урок **«Мудрость»**

16 Урок (Итоговый) **«Закрепление тем первого полугодия»**

2-е полугодие

«Восьмеричный Святой Путь»

17 Урок «Что такое Восьмеричный Святой Путь?»

18 Урок «Правильный взгляд»

19 Урок «Правильное мышление»

20 Урок «Правильная речь»

21 Урок «Правильные поступки (действия)»

22 Урок «Правильная жизнь (привычки)»

23 Урок «Правильная фиксация памяти»

24 Урок «Правильные усилия»

25 Урок «Правильная Медитация»

26 Урок «Закрепление темы»

«Строение Вселенной»

27 Урок «Строение Вселенной»

28 Урок «Строение Мира Явлений. Нижнего Астрального и Каузального Мира»

29 Урок «Строение Верхнего Астрального и Среднего Каузального Мира»

30 Урок «Строение Верхнего Каузального Мира»

31 Урок (Итоговый) «Закрепление тем второго полугодия»

32 Урок (Итоговый) «Закрепление тем года»

7 класс

«Духовный уровень»

1-е полугодие

Падение Духовного уровня человечества

1 Урок «Духовный уровень»

2 Урок «Чакры и Духовный уровень человека»

3 Урок «Высший Духовный уровень человека»

4 Урок «Высокий Духовный уровень человека»

5 Урок «Средний Духовный уровень человека»

6 Урок «Низкий Духовный уровень человека»

7 Урок «Низший Духовный уровень человека. Падение Духовного уровня человека»

8 Урок «Сансара (Круговорот перевоплощений)»

9 Урок «МРП (Д) определяют Духовный уровень человека»

10 Урок «Духовный уровень определяет уровень физического мира, в котором перевоплотится Душа»

11 Урок «Причины падения Души в три скверных мира»

12 Урок «Причины падения Души в три скверных мира. Не соблюдение Заповедей»

13 Урок «Причины падения Души в три скверных мира. Не соблюдение ЗОЖ (Здорового образа жизни)»

14 Урок «Куда падает Душа в трёх скверных мирах?»

15 Урок «Как предотвратить падение Души в три скверных мира?»

16 Урок (Итоговый) «Падение Духовного уровня человечества»

2-е полугодие

**Подъём Духовного уровня человечества
(Духовная Практика)**

17 Урок «Выбор Духовной Практики»

- 18 Урок «Духовная Практика для Достижение Просветления и Освобождения Души»
- 19 Урок «Восьмеричный Святой Путь»
- 20 Урок «Шесть Совершенств»
- 21 Урок «Духовная Практика для мирян (обычных людей)»
- 22 Урок «Духовная Практика для сохранения здоровья (Соблюдение Заповедей для тела)»
- 23 Урок «Духовная Практика для очищения ума (Соблюдение Заповедей для речи)»
- 24 Урок «Духовная Практика для очищения сердца (Соблюдение Заповедей для мыслей)»
- 25 Урок «Раскаяние – очищение Души и тела»
- 26 Урок «Жертвование – проявление Сострадания (Накопление Заслуг)»
- 27 Урок «Правильная фиксация памяти»
- 28 Урок «Правильные МРП (Д)»
- 29 Урок «Учение Истины – основа высоко духовного, нравственного и материального благополучия современного общества»
- 30 Урок «Социализм – единственно правильный путь высоко духовного, нравственного и материального развития современного общества»
- 31 Урок (Итоговый) «Подъём Духовного уровня человечества»
- 32 Урок (Итоговый) «Падение и подъём Духовного

уровня человека и общества»

8 класс

«Социализм»

«Учение истины»

1-е полугодие

«Социализм»

1 Урок «Общественный строй, как форма общественных отношений»

2 Урок «Первобытно-общинный строй»

3 Урок «Рабовладельческий строй»

4 Урок «Феодальный строй»

5 Урок «Капиталистический строй»

6 Урок «Социалистический строй»

7 Урок «Коммунистический строй»

8 Урок «Социализм – единственно правильная форма современных общественных отношений»

9 Урок «Развитие демократии при социализме»

10 Урок «Пять принципов существования любой цивилизации, любого общества»

11 Урок «1. Духовность и нравственность»

12 Урок «2. Социальная политика государства»

13 Урок **«3. Национальная идея»**

14 Урок **«4. Национальный вопрос»**

15 Урок **«5. Экономика и Оборона»**

16 Урок (Итоговый) **«Социализм – единственно правильный путь высоко духовного, нравственного и материального развития современного общества»**

2-е полугодие

«Учение Истины»

17 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 1»

18 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 2»

19 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 3»

20 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 4»

21 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 5»

22 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 6»

23 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 7»

24 Урок «Учение Истины. Часть 1. Истина. Книга 8»

25 Урок «Учение Истины. Часть 2. Истина (Учебное

пособие для студентов высших учебных заведений)»

26 Урок «Учение Истины. Часть 3. Человековедение

(Анатомия Души и тела)»

27 Урок «Учение Истины. Часть 4. Проблемы духовно-

но-нравственного развития человечества»

28 Урок «Учение Истины. Часть 5. Способы дости-

жения высоко духовного, нравственного и материаль-

ного благополучия современного общества»

29 Урок «Учение Истины. Часть 6. Жить до 200 лет»

30 Урок «Учение Истины. Часть 7. Как поднять Ду-

ховный уровень человека и общества»

31 Урок «Учение Истины. Часть 8. Духовный уро-

вень определяет уровень пребывания человека в фи-

зическом мире»

32 Урок (Итоговый) «Учение Истины – философское учение о способах достижения высоко духовного, нравственного и материального благополучия современного общества»

ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ

ИСТИНА

(учебное пособие для воспитателей и классных
руководителей, ведущих предмет «Истина» для
обучающихся младших классов
общеобразовательных школ)

Книга 1 (Правила этикета)

1 класс (1-е полугодие)

Москва 2021

«Мысли порождают речь.

Речь порождает поступки.

Поступки порождают привычки.

Привычки порождают характер.

Характер порождает судьбу».

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие

- Урок 1 **«Общение»**.
- Урок 2 **«Поведение»**.
- Урок 3 **«Поведение»** (Продолжение).
- Урок 4 **«Гигиена»**.
- Урок 5 **«Речь»**.
- Урок 6 **«Речь»** (Продолжение).
- Урок 7 **«Поступки»**.
- Урок 8 **«Привычки»**.
- Урок 9 (итоговый) **«Привычки»** (Продолжение).
- Урок 10 **«Самоконтроль»**.
- Урок 11 **«Мысли»**.
- Урок 12 **«Характер»**.
- Урок 13 **«Самооценка»**.
- Урок 14 **«Выбор»**.
- Урок 15 **«Цель»**.
- Урок 16 (итоговый) **«Судьба»**.

Предисловие

Цель учебных занятий по предмету «Истина» в общеобразовательной школе – воспитание у обучающихся высоко духовного, нравственного и морального облика будущего строителя нового современного социалистического общества, девизом которого будет: «Свобода! Братство! Равенство!».

В первом классе нет письменных занятий и отсутствуют домашние задания. Общий объём – 32 академических часа (32 урока). Уроки проводятся в виде Лекций и Семинаров. На Лекции Учитель раскрывает тему урока. На Семинаре обучающиеся практикуются в общении между собой и приводят примеры из своей жизни по теме урока.

ПРАВИЛА ЭТИКЕТА

1 урок «Общение»

Лекция

– Знакомство детей с правилами этикета общения.

– Приветствие – «Здравствуй!» или «Привет!» (Обращение к сверстникам).

– «Здравствуйте!» (Обращение к старшим по возрасту) или «Привет!» (Обращение ко всем родственникам, близким, знакомым).

Приветствие может сопровождаться кивком головы или взмахом руки (ладонью).

Во время приветствия желательно улыбаться, проявлять дружелюбие.

– Прощание: «До свидания!» или «Пока!» Прощание может сопровождаться взмахом руки.

– Обращение с просьбой: «Пожалуйста!» («дай мне...» -обращение к сверстникам, «дайте мне...» – обращение к старшим по возрасту)

– Обращение с вопросом: «Скажи, пожалуйста!» (обращение к сверстникам). «Скажите, пожалуйста! (обращение к старшим).

– Проявление благодарности: «Спасибо!» «Благодарю!» (в ответ на исполненную просьбу).

– Обращение – к сверстникам младшего возраста: «Мальчик!», «Девочка!»

– к подросткам: «Парень!», «Девушка!»

– к взрослым: «Господин!», «Госпожа!»; «Сударь!», «Сударыня!» или «Дядя!», «Тётя!», «Дедушка!», «Бабушка!»

– взрослых людей друг к другу: «Господин!», «Госпожа!», «Сударь!», «Сударыня!», „Друг!“, „Товарищ!“, Мужчина!», «Женщина!»

– *Знакомство детей с правилами этикета в некоторых случаях:*

– *В классе во время проведения урока* – при появлении учителя, завуча, директора школы (которые имеют право входить в класс во время урока): дети встают, (таким образом, приветствуя вошедшего или вошедших в класс).

– *В транспорте (в метро, автобусе, трамвае, троллейбусе)* – дети встают и уступают место пожилым людям (дедушкам и бабушкам), женщинам с маленькими детьми на руках, инвалидам (передвигающимся с костылями и палочками).

– *Дома* – при появлении взрослого человека (родственника, знакомого), дети встают и если взрослый протягивает руку для приветствия, детям желательно здороваться двумя руками или одной (обычно, правой рукой).

– *В общественных местах* – *желательно* всегда проявлять вежливость и уступать место взрослым, особенно, пожилым людям, инвалидам, женщинам с детьми на руках.

– *Правила этикета в особых случаях:* Если сделали что-то не так (наступили нечаянно на ногу идущему впереди человеку, иногда это случается в метро), надо принести изви-

нения и сказать ему: «Извините, пожалуйста!» или «Прошу прощения!». Извиняться необходимо всегда, когда человек считает себя не правым, т. е. сделал что-то не правильное. Признавать свою ошибку – это значит, осознать свою неправоту. Если человек совершил что-то не правильное и не извинился, значит он не признал свою неправоту и будет в дальнейшем совершать плохие поступки, уже не осознавая их вред для себя и других людей.

Семинар

Во второй половине урока проводится практическое занятие. Дети учатся обращаться друг к другу, изображая различные жизненные ситуации, пребывая в роли сверстников или взрослых и т. п.

Уроки 2, 3 «Поведение»

Лекция

1. Знакомство детей с правилами этикета и поведения:

1.1. *Дома*: дома дети обычно чувствуют себя свободно, расковано, потому, что чувствуют любовь и ласку родителей, братьев, сестёр, бабушек и дедушек. Поэтому, поведение детей дома и на улице, разное.

1.2. *На улице* (во дворе дома): во время игр со сверстниками стараться не получить травму или нанести травму другим детям, не бросать камни друг в друга, помогать младшим по возрасту детям, сильно не шуметь. В дневное время с 13 до 15 часов, во время тихого часа, не включать громкую музыку, не кричать и т. п.

1.3. *В общественных местах* (на улицах, площадях, в кинотеатрах, домах культуры, спорта, в учебных заведениях и др.): вести себя примерно, не бегать, не кричать, не бало-

ваться, не придирайтесь к другим детям и т. п. При посещении мероприятий с классов, не отделяться от группы.

2. **«Вежливость»** – важное правило, необходимое в любой жизненной ситуации. Быть вежливым – это значит, проявлять уважение к другим людям. Противоположность вежливости – эгоизм, с которым каждый человек должен бороться, потому, что эгоизм порождает жадность, гнев и невежество – главные пороки человека.

2.1. Уважение к взрослым: при входе или выходе из комнаты, дома и т. п., уступать право прохода войти или выйти взрослому человеку, женщине или девушке.

2.2. Перед началом трапезы (еды) всем рядом сидящим людям (дома, в столовой, кафе или ресторане) желательно пожелать: «Приятного аппетита!». Закончив трапезу, выходя из-за стола (дома или в гостях), желательно поблагодарить хозяев за угощение, сказав: «Спасибо!» или «Спасибо! Было очень вкусно!».

3. **«Доброта»** – черта характера человека, который проявляет любовь ко всем живым существам – людям, животным, растениям. Доброта – самое главное качество человека, которое необходимо воспитывать с самого детства. Добросердечные люди желают другим людям: «Доброго утра, дня, вечера или ночи!»

Примеры добросердечных пожеланий:

«С добрым утром!»

«Добрый день!»

«Добрый вечер!»

«Доброй ночи!»

«Всего доброго!» (ответ старшим или взрослым людям:

«И Вам всего доброго!»)

(Ответ сверстникам: «И тебе всего доброго!»)

4. **«Щедрость»** – очень важное качество человека добро-го, не жадного, который может делиться с другими своей ра-достью, дарить другим подарки, жертвовать нуждающимся.

Когда дарят подарки, говорят: «Примите, пожалуйста, от всего сердца (с любовью)!» Произносят пожелания сча-стья, радости, успехов в труде или учёбе.

Жертвование может быть трёх видов:

– *Жертвование денег или вещей* – когда Вы жертвуете деньги или вещи, тем, кто в них нуждается. (Обычно, по-жертвование не сопровождается словами, а происходит мол-ча или с добрыми пожеланиями).

– *Жертвование успокоения* — когда кто-нибудь страдает, а Вы его успокаиваете, говоря: «Не плачь!», «Успокойся...», «Не грусти...» и т. п.

– *Жертвование Истины* – когда кто-нибудь заблуждается, сомневается, а Вы говорите им правду о том, как необходимо поступить в данном случае.

(Тему обсудить на Семинаре).

5. **Смелость** — необходимое качество, как для мальчи-ков, которые в будущем станут защитниками Родины, так и для девочек, которые, возможно, будут заниматься спор-

том, осваивать профессии, где необходима смелость и решительность (защитницами Родины, охраны общественного порядка, медиками, стюардессами и др.).

(Тему обсудить на Семинаре).

6. **Дружба** — очень важное качество для людей. С товарищами можно общаться, поиграть в игры во дворе, в школе. С друзьями можно справлять Дни рождения, ходить в гости, в кино, в театр, на концерты и т. п. Друг всегда придёт на помощь и поддержит в трудную минуту. Дружба может продолжаться не один год, а всю жизнь. Дружбой нужно дорожить.

(Тему обсудить на Семинаре).

7. **Беспристрастность или Безразличие** – очень сложное, но очень важное качество, необходимое всем людям. Беспристрастность или равное, одинаковое отношение ко всем людям, независимо от цвета кожи, социального положения (бедные или богатые). «Равенство!» для всех. Другая сторона «Беспристрастности» – «Безразличие» по отношению к себе. Стойко и твёрдо переносить все трудности, которые появляются в жизни, воспринимать их, как проверку на прочность, проявлять терпение и думать, что трудности появились не просто так, а являются результатом моих плохих действий в прошлом. Воспитание воли и силы Духа – ответ на возникшие проблемы.

(Тему обсудить на Семинаре).

Семинар

Дети на практике применяют полученные знания.

Урок 4 «Гигиена»

Лекция

1. «Чистота – залог здоровья». Детям необходимо соблюдать правила гигиены не только дома, но и на природе, на улице.

1.1. *Домашняя гигиена*: утром надо обязательно почистить зубы (зубной щёткой с зубной пастой), умыться (умыть лицо, уши, шею и протереть полотенцем). После умывания нужно обязательно заправить постель, потом можно сделать утреннюю зарядку. После еды желательно прополоскать рот тёплой водой. После возвращения с улицы домой обязательно помыть руки с мылом. Волосы должны быть всегда ухожены и причёсаны (у мальчиков) или заплетены (у девочек). Один раз в день (вечером) необходимо принимать душ или горячую ванну. Волосы промывать шампунем, а тело мылить мочалкой и промывать тёплой водой. Температура воды в ванне должна быть не ниже +40 градусов. Чем горячее вода в ванне, тем лучше очищается тело. Постель менять не реже

одного раза в неделю. Бельё (трусики и майку) надевать чистое после принятия душа или ванны.

1.2. Уличная гигиена:

– Одежду носить в соответствии с временем года. Летом можно ходить в рубашке и шортах, на ногах носки, летние туфли или сандалии. В жаркое время носить лёгкий головной убор – панамку, шляпку (девочкам) или кепку (мальчикам). Во время дождя весной или осенью пользоваться зонтом, ходить в куртках или плащах. На ногах должна быть непромокаемая обувь (ботинки, осенние сапожки). Зимой ходить в тёплой одежде – зимней тёплой куртке, с шапкой на голове, носить тёплые колготки (для девочек) или тёплые штаны, брюки.

– Во время занятий спортом соблюдать меры безопасности, чтобы не травмироваться самому или не нанести травму другим людям.

(Обсудить тему на Семинаре).

– На улице соблюдать чистоту и порядок, запрещается сорить, мусор выбрасывать только в мусорные ящики. Весь мусор, выходя на природу, уносить с собой в пакетах и выбрасывать в мусорные контейнеры по прибытии в город.

1.3. Школьная гигиена:

– В школе ходить в школьной форме.

– С собой носить в школу вторую обувь в мешочке и спортивную форму на уроки физкультуры.

– В школе соблюдать чистоту и порядок. Не рисовать

на стенах и партах. Не мусорить.

– Не забывать мыть руки перед школьным завтраком или обедом.

– В классе во время урока не шуметь, вести себя тихо. Для обращения к Учителю поднимать руку и вставать при разговоре с ним или другими взрослыми людьми. Сидеть за партой, соблюдая осанку – держать спину прямо. Не сутулиться. Иначе можно получить «сколиоз» (искривление позвоночника).

Семинар

*Дети делятся своим опытом соблюдения
Правил «Гигиены».*

Урок 5, 6 «Речь»

Вводная часть

Речь – один из способов выражения человеком своих мыслей, желаний, чувств, образов. Задача Учителя – научить ребёнка говорить грамотно, спокойно и доброжелательно. Речь формирует внутренний мир ребёнка. От того, какие слова и как их произносит ребёнок, зависит его эмоциональное и душевное состояние. Речь формирует духовно-нравственный облик человека.

Лекция

– *Речь, как форма выражения мыслей, чувств, желаний, представлений:*

– *Прямая речь:*

- Приветствие: «Здравствуйте!» и т. п.
- Прощание: «До свидания!» и т. п.
- Обращение к другим людям:
- Просьба: «Помогите, пожалуйста...».
- Пожелание: «Возьмите зонт – будет дождь!»
- Требование: «Сидите тихо!» «Не шумите!»
- Сообщение: «Сегодня утром... (днём, вечером)...»
- Рассказ: «Жили-были старик со старухой...»
- ***Косвенная речь*** (описание событий, переживаний

и т.д.):

– Описание произошедших в прошлом событий, переживаний:

«Вчера мы ходили в театр...».

– ***Формирование красивой и правильной речи:***

– ***Дикция*** – выразительность и точность звукового произношения слогов.

– ***Краткость*** – сестра таланта». Умение коротко и ясно формулировать свою мысль.

– ***Правдивость*** — «*Говорить правду и только правду!*»

очень важно говорить правду. Тот, кто говорит правду, тот всегда говорит от сердца, не задумываясь. Тот, кто лжёт, вынужден подыскивать слова, чтобы не запутаться во лжи, потому, что одному он может сказать одно, а другому другое об одном и том же. Такой лживый человек должен запоминать кому и что он сказал. Ложь способна усложнить жизнь человеку.

(Тему отработать на Семинаре).

– «**Не отрицать Истину!**» Важно не только всегда говорить правду, но и не отрицать Истину. Человек, отрицающий Истину, подобен тьме, которая пытается застилать свет.

(Тему отработать на Семинаре).

«**Не произносить плохих слов, не сквернословить!**» Человек, который произносит плохие слова, сквернословит – разносит вокруг себя грязь и невежество, подобно диким животным, испускающим неприятный запах.

(Тему отработать на Семинаре).

«**Похвала!**» Важная способность человека – восхваление других. Восхвалять победы и достижения других людей, чтобы быть похожими на них и достичь тех же высот, что достигли они. Восхваление других людей помогает бороться с собственным чувством зависти и эгоизма – главных пороков человека, наряду с жадностью, гневом и невежеством.

(Тему отработать на Семинаре).

Семинар

Закрепление материала урока. Умение кратко и точно высказывать свои мысли. Работа с картинками (их описание). музыкальные примеры (их описание). Упражнения на хорошую дикцию: «Губы, как при поцелуе, затем, как при улыбке». Повторить несколько раз. Скороговорки (придумать) и др. Обсудить и отработать другие темы.

Урок 7 «Поступки»

Вводная часть

Во время «Общения» у детей при соблюдении Правил «Поведения», «Гигиены», «Речи» – формируются правильные «Поступки», которые в будущем будут являться основой формирования правильных «Привычек».

Лекция и Семинар

– *Хорошие «Поступки»*: во время «Общения», «Поведения», «Гигиены», «Правильной Речи» – являются основой формирования «Правильных Привычек».

(Тему обсудить на Семинаре).

– *Плохие «Поступки»*: во время «Общения», «Поведения», «Гигиены», неправильной «Речи» – формируют неправильные, дурные «привычки».

(Тему обсудить на Семинаре).

– *«Равнодушие»*: не влечёт за собой никакой вины, как как, нет ни хорошего, ни плохого действия, но является признаком «малодушия», трусости и слабости. Почему?

Семинар

Повторение и закрепление пройденных тем: «Общение», «Поведение», «Гигиена», «Речь», «Поступки», которые формируют правильные «Привычки». Обсудить все темы урока.

Урок 8 «Привычки»

Вводная часть

«Поступки формируют привычки. Привычки формируют характер. Характер формирует судьбу». Учиться вырабатывать хорошие привычки в «Общении», «Поведении», «Гигиене», «Речи», «Поступках». Приводить примеры хороших привычек и плохих.

Привычки – это действия, которые совершаются неосознанно, необдуманно, автоматически. Выработка хороших привычек – основная задача предыдущих уроков. Если ребёнок совершает несколько одинаковых действий, они, со временем, становятся привычными. В занятиях музыкой, спортом, танцами, постоянно приходится отрабатывать одно и то же действие (приём), чтобы выработался автоматизм действия. Даже самые сложные действия рук скрипача или пианиста, ног фигуриста, при многократном их повторении, становятся, на взгляд, лёгкими и простыми. На самом деле – это результат кропотливого труда. Задача Учителя – выработать у детей хорошие привычки, на основе правильного «Общения», «Поведения», «Гигиены», «Правильной Речи» и «Правильных Поступков».

Лекция и Семинар

– *Хорошие привычки:* формируются в процессе Общения, Поведения, Гигиены, Речи, Поступков. Какие привычки можно считать хорошими? Перечислить.

– *Плохие привычки:* с плохими привычками необходимо бороться. Самое главное, понять, что, если человек, всегда думает только о хорошем, говорит только о хорошем, то и поступать он будет только хорошо, а значит и Привычки у него будут только хорошие. Поэтому, старайтесь, не думать о плохом, не говорить о плохом, не поступать плохо и тогда, у вас будут только хорошие привычки.

Какие привычки являются плохими? Перечислить.

Урок 9 (итоговый) «Привычки»

Лекция и Семинар

Закрепление пройденного материала. Какие свои привычки дети считают хорошими, а какие Привычки плохими и, как их преодолевать.

Урок 10 «Самоконтроль»

Лекция и Семинар

Самоконтроль — способность человека контролировать свои мысли, речь и действия. Если человек полностью умеет контролировать себя, он всегда будет поступать хорошо, говорить хорошие слова, его будут уважать другие люди и прислушиваться к его мнению. Иногда, в порыве чувств, эмоций, человек не контролирует себя и совершает ошибки. Чувства человека являются его богатством и одновременно, его слабой стороной. Очень важно научиться контролировать свои эмоции, чувства, соблюдать «Золотую середину», т. е., не поддаваться чрезмерным чувствам и эмоциям, которые могут повлечь за собой неправильные действия, а значит, породить неправильные Привычки.

Урок 11 «Мысли»

Лекция

Мысли рождаются в нашем сердце, где находится источник нашей души. Поэтому, первая мысль является самой верной и точной. Мысли порождают в нашей голове образы, картины, звуки, переживания. От мыслей человека зависит состояние его Души, характер его взаимоотношений с другими людьми, формирование его речи. От характера и направ-

ления мыслей человека, зависит его поведение, склонность к тем или иным видам творческой деятельности, выбор будущей профессии, область приложения умственных и физических сил. Любимые и интересные занятия, приводят к появлению привычек человека, которые формируют характер его будущей деятельности, от которой зависит его судьба. Дети, которым нравится музыка, любят играть на различных музыкальных инструментах: фортепиано, скрипке, виолончели, флейте, трубе, баяне, аккордеоне. Некоторым детям нравится рисование, другим детям нравятся танцы, хореография или занятия спортом. Если дети, больше любят заниматься музыкой, то и времени и сил, на эти занятия, у них уходит больше. Мысли у них больше заняты музыкой. Также происходит и с занятиями рисованием, хореографией, спортом. От направления наших мыслей, зависит наше будущее, наша судьба. Чем больше сегодня заняты наши мысли, тем вероятнее всего, мы и будем заниматься в будущем. Чтобы добиться своей цели, успехов в учёбе, труде, старайтесь не отвлекаться на пустые мысли и разговоры, потому, что, на все мысли, разговоры, не говоря уже, о бесполезных поступках, у нас тратится наша умственная и физическая энергия, которую можно использовать на благо своего духовного, умственного и физического развития, занимаясь музыкой, хореографией, спортом или, читая полезные и хорошие книги, посещая концерты классической музыки, детские оперные и балетные спектакли, художественные выставки и галереи.

Занимайтесь своим любимым делом и ваши мысли всегда будут приятными и радостными.

Семинар

Урок 12 «**Характер**»

Повторение и закрепление пройденных тем: «Привычки», «Самоконтроль», «Мысли», которые порождают «Характер» человека.

Лекция

Характер – это есть манера поведения человека, которая выражается в особенностях его поведения, реакции на те или иные воздействия окружающей среды. По характеру, люди делятся на активных или мягких, резких или добрых, покладистых. Характер человека формируется, в зависимости от самого человека, в первую очередь и зависит от окружающей среды: места проживания с холодным или тёплым климатом, от семьи, уровня жизни и др. На характер человека влияет его внутреннее состояние, самочувствие, образ его мыслей (о чём он думает), круг его близких, родственников, друзей и знакомых. На характер человека влияют его мысли, чувства, речь, поступки и привычки. От характера человека зависит его судьба, его будущее. Людям со спокойным и неторопливым характером, наверное, больше понравится заниматься музыкой, рисованием или танцами. Активным и резким по характеру детям, наверное, больше понравится заниматься активными спортивными играми: футболом, хоккеем, баскетболом или волейболом. Немногословным и физически крепким детям, наверное, понравятся занятия спортивными единоборствами: Боксом, борьбой, карате и т. п. Какой бы характер не был у человека, везде, чтобы добиться успеха, надо проявлять силу воли, упорство, преодолевать свои слабости, умственные и физические недо-

статки, стремиться к победе, добиваться своей цели. Тот, кто проявит свой характер, целеустремлённость, тот добьётся всего в своей жизни. Воспитывайте свой характер, если вы чувствуете, что у вас слабый характер. Активно занимайтесь физкультурой и спортом. Постоянно занимайтесь воспитанием своего характера, заставляйте себя преодолевать трудности, свою лень и тогда, вы изменитесь к лучшему, станете сильнее, выносливее. Как говорил великий русский полководец, Александр Васильевич Суворов: «Тяжело в учении – легко в бою!»

Семинар

На семинаре можно обсудить примеры воспитания своего характера, преодоления своей лени, слабости, на пути к достижению определённых целей и задач. Привести примеры проявления характера других людей.

Урок 13 «Самооценка»

Лекция

Очень важна правильная самооценка. Человек должен правильно оценивать свои мысли, речь и действия. От этого зависит вектор (направление) его дальнейших мыслей, речи и действий. Если человек, правильно ориентируется в своих мыслях, речи и действиях, то его ждёт успех и удача. Неправильная ориентация, может привести к ошибкам и ухудшению отношений с другими людьми. Обычно, люди стараются быть похожими на других, известных людей, лучших в своей профессии. Музыканты, артисты, спортсмены хотят быть похожими на известных музыкантов, артистов, спортсменов и это – замечательно. Стремление к идеалу – один из путей к совершенству. Для детей свойственен максимализм, т. е., желание, не только быть похожим на свой идеал, но и достичь высоких результатов в музыке, спорте и др. Одним

из критериев самооценки, является объективная оценка своих сил, способностей и возможностей. Если, вы чувствуете физическую слабость, вы понимаете, что вам необходимо заниматься физкультурой и спортом. Занятия шахматами помогают развить умственные способности. Занятия музыкой помогают развить, не только, умственные способности, за счёт улучшения деятельности обеих полушарий головного мозга, во время игры двумя руками на музыкальном инструменте, но и улучшить координацию обеих рук, зрительно-слуховую координацию, не говоря уже, о приобщении к высокому искусству, к духовности, которую несёт классическая музыка. Выступление музыканта на концерте, сопряжено со стрессом, как и выступление спортсмена на соревновании. Они воспитывают в человеке выдержку, силу воли, развивают память, умение в нужный момент сконцентрироваться и показать свой лучший результат, что бывает очень нужным в нашей жизни. Правильная самооценка помогает решить все поставленные перед нами задачи, потому, что мы знаем, что все эти задачи нам «по плечу», т. е.. мы в состоянии их выполнить и сделать это на хорошо и отлично. Побеждает не только тот, кто силен и умён от природы, а тот, кто идёт к своей цели медленно, но верно, постоянно прилагая усилия и приближаясь к ней.

Семинар

Урок 14 «Выбор»

Лекция

В будущем, всем вам предстоит не только закончить обучение в общеобразовательной школе, но и продолжить своё обучение в институтах или сразу пойти работать. Поэтому, вам необходимо уже сейчас задуматься о своей будущей жизни, о том, чем бы вы хотели заниматься, когда станете взрослыми, потому, что, когда вам исполнится 18 лет, вы обязаны будете учиться в высших или средних специальных учебных заведениях или работать, приносить пользу себе и другим. В мире существует множество различных профессий – Учителя, которые учат детей в школах. Дают детям знания, учат детей думать, анализировать (находить лучший вариант решения задачи), развивают мышление детей, учат правильному и здоровому образу жизни. Врачи, которые лечат людей в больницах и поликлиниках. Хирурги делают операции больным, педиатры лечат детей, стоматологи лечат зубы. Строители строят дома, в которых мы живём, заводы и фабрики, на которых трудятся рабочие и инженеры, которые создают новые машины, корабли, ракеты, на которых, может-быть, вы будете ездить, плавать, летать в космос. Музыканты играют на различных музыкальных инструментах в симфонических, духовых оркестрах, оркестрах народных инструментов, преподают в музыкальных школах. Артисты

театра и кино, артисты балета выступают на телевидении, в театрах оперы и балета. Учёные разрабатывают новые двигатели, машины, разрабатывают новые лекарства, медицинские препараты. Военные охраняют наши границы и мирное небо над нами. Работники Службы Охраны заботятся о нашем покое и порядке на улицах наших городов и сёл. Работники полей и лесов снабжают нас фруктами и овощами и много других профессий. Некоторые из вас, уже сейчас, наверное, кроме учёбы в общеобразовательной школе, учатся в музыкальной школе, школе искусств или в спортивной школе.

Семинар

Лекция плавно переходит в семинар, на котором дети делятся своими интересами. «Кто из вас, ходит в школу дополнительного образования? Поднимите руку».

Урок 15 «Цель»

Лекция

Если, каждый человек будет говорить то, что думает, делать то, что говорит – то все его желания сбудутся. Для того, чтобы добиться своей цели, человек должен постоянно концентрироваться на том, что он хочет достичь. Если, его внимание будет постоянно сконцентрировано на достижение цели в мыслях,, действиях, то цель непременно будет достигнута. Например, вы хотите стать отличником учёбы и после окончания школы поступить в престижный институт. Тогда, вы будете внимательно слушать учителя на уроках, хорошо делать домашнее задание и готовиться к каждому уроку. Если вы, одновременно с учёбой в общеобразовательной школе, обучаетесь в музыкальной школе, школе искусств или в спортивной школе, то вы должны научиться правильно распределять своё время, чтобы его хватало и на обучение в общеобразовательной школе, и в школе дополнительного об-

разования. Также, надо следить за своим здоровьем и заниматься физкультурой и спортом, распределять своё свободное время, чтобы успеть сделать домашнее задание и хорошо учиться в двух школах. Можно порекомендовать вам повесить на стену «Расписание уроков и выполнения домашнего задания на неделю вперёд», но такое расписание, которое необходимо неукоснительно соблюдать, потому, что, поставив перед собой определённую цель, пообещав себе выполнить что-то, вы не должны отступать, так как, отступление от поставленной цели, будет похоже на обман. Поэтому, вы можете поставить на первую неделю цель-минимум (маленькую), на вторую неделю, если вы выполнили всё, что было задумано в первую неделю, поставить задачу посложнее и так далее, двигаться к цели, шаг за шагом, постепенно и неторопливо, но уверенно и твёрдо.

Семинар

Урок 16 итоговый «Судьба»

Повторение и закрепление пройденных тем: «Мысли», «Самооценка», «Выбор», «Цель», которые порождают «Судьбу» человека.

Лекция

На прошлых уроках мы говорили о том, откуда появляются наши мысли, как они влияют на нашу речь, как речь влияет на наши поступки, как наши поступки формируют наши привычки. Как наши привычки формируют характер. Как самооценка и выбор, помогают нам в достижении наших целей. Сегодня мы поговорим о том, как наши мысли, речь, действия, привычки и характер – формируют нашу судьбу. Судьба – это результат, который мы получаем после того, как наши мысли начинают воплощаться в нашей речи, действиях, привычках и характере. В зависимости от направления наших мыслей, речи и действий, которые мы совершаем каждый день, формирующих наши привычки и характер – мы получаем конечный результат, т. е., судьбу. Судьба у всех людей разная. Если кто-то усердно трудился, был внимателен на уроках, слушал то, что говорит учитель, выполнял все домашние задания – тот будет хорошо учиться и получит хорошее образование, а значит и хорошую специальность, хорошую работу. Будет получать высокую зарплату, будет хорошо жить и ни в чём не нуждаться. Тот, кто был невнимателен на уроках, учился на тройки, не сможет поступить в институт, получить высшее образование. Конечно, такие люди своим трудом на заводах и фабриках будут приносить большую пользу людям, создавая машины и поезда, кораб-

ли и самолёты, на которых будут совершать поездки другие люди. Какой путь выберет каждый из вас в будущем, какая судьба вас всех ожидает, сегодня зависит от ваших мыслей, речи и действий, привычек и характера.

Семинар

ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ ИСТИНА

(учебное пособие для воспитателей и классных
руководителей, ведущих предмет «Истина» для
обучающихся младших классов
общеобразовательных школ)

Книга 1 (Правила этикета)

1 класс (2-е полугодие)

Москва 2021

*«Хорошая судьба зависит от хорошего характера.
Хороший характер зависит от хороших привычек.
Хорошие привычки зависят от хороших поступков.
Хорошие поступки зависят от хорошей речи.
Хорошая речь зависит от хороших мыслей.»*

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие

(Поурочные планы)

17 Урок **«Хорошая судьба»**

18 Урок **«Правильные действия»**

19 Урок: **«Правильный действия (гигиена)»**

20 Урок **«Правильная речь»**

21 Урок **«Правильная речь (продолжение)»**

22 Урок **«Правильные привычки»**

23 Урок **«Правильные привычки (продолжение)»**

24 Урок **«Самоконтроль».**

25 Урок **«Правильные мысли»**

26 Урок **«Хороший характер»**

27 Урок **«Правильная самооценка»**

28 Урок **«Правильный выбор»**

29 Урок **«Правильная цель»**

30, 31 Урок **«Хорошая судьба зависит от хорошего характера, хороших привычек, хороших поступков, хорошей речи и хороших мыслей»**

32 Урок (итоговый) **«От судьбы каждого человека зависит судьба страны»**

Предисловие

Чтобы иметь хорошую судьбу, надо иметь хороший характер. Чтобы иметь хороший характер, надо иметь хорошие привычки. Чтобы иметь хорошие привычки, надо научиться поступать хорошо. Чтобы поступать хорошо, надо научиться говорить правдиво и доброжелательно. Чтобы говорить правдиво и доброжелательно, надо мыслить позитивно (хорошо) и доброжелательно. Чтобы мыслить позитивно и доброжелательно, надо проявлять любовь к людям, к нашим «братьям меньшим», бережно относиться к природе. Судьба каждого человека в его руках. Она зависит от характера, привычек, поступков, речи и мыслей. От того, как сложится судьба каждого человека, зависит судьба всей страны. Если все люди будут поступать хорошо, то на Земле наступит мир и благоденствие. Люди будут любить друг друга и не будут обижать друг друга. Будут заботиться друг о друге. И все люди будут счастливы.

17 урок «Хорошая судьба»

Лекция

В первом полугодии мы говорили о том, что всё, что человек делает, говорит, возникает сначала в его мыслях, в его сердце. Затем, в голове возникают образы, которые человек передаёт другим людям с помощью речи, слов, которые возникают в голове. Далее, человек действует, совершает поступки, которые, повторяясь, превращаются в привычки. От привычек зависит характер человека, а от характера, зависит судьба.

Каждый человек желает счастья себе, своим близким, родным, друзьям и знакомым, потому, что каждый человек любит себя, своих близких, родных, желает счастья своим друзьям и знакомым.

Как научиться любить всех, не только своих близких, родных, желать счастья не только своим друзьям и знакомым, а всем людям вокруг себя, быть подобным Солнцу, дарить Свет Любви, одинаково, всем людям, без исключения, хорошим или не очень хорошим, маленьким или большим, как это делает Солнце, которое светит для всех одинаково, которое дарит Свет Любви всем, без исключения. От нашей любви к другим людям, зависит наша судьба. А от судьбы каждого из нас, зависит судьба все нашей страны.

Как научиться выстраивать хорошую судьбу, чтобы в жизни каждого из нас, царило счастье и радость, чтобы, мы с ва-

ми радовались каждому новому дню, чтобы, в нашей жизни было меньше горестей и страданий. Для этого нам нужно понять, что всё. Мы делаем в жизни, обязательно будет иметь свой результат. Если мы будем стараться в учёбе, будем хорошо учиться – результатом будет хорошая успеваемость и в будущем, можно поступить в институт, получить хорошее образование и жить достойно. Если мы будем плохо учиться, то в жизни, нас ждут неприятности, недовольство родителей, невозможность поступления в институт, невысокая заработная плата, низкий уровень жизни. Конечно, не все смогут хорошо учиться. Это зависит ещё от способностей каждого из нас. Если, способному человеку надо мало затрачивать времени на решение задач, выполнение домашнего задания, то, другим людям, надо просто больше внимания потратить на то же самое, приложить больше усилий и результат, самое главное, будет таким же. Поэтому, всё в жизни зависит от нас самих, сколько усилий мы приложим, столько и получим. Судьба находится в наших руках.

Семинар

Во второй половине урока проводится практическое занятие. Дети учатся общаться друг с другом, рассказывая о различных судьбах людей, которых они знают, о различных жизненных ситуациях, пребывая в роли сверстников или знакомых и т. п.

Урок 18 «Правильные действия»

Лекция

Все мы любим мечтать. Что такое мечта? Это то, что мы придумываем. В нашем воображении мы можем путешествовать в далёких сказочных странах, где живут только счастливые люди, где нет бедных, где люди любят друг друга настолько, что, забыли о войнах, а значит, люди там не страдают от боли и ран, которые на войне наносят друг другу, враждующие между собой. В этой стране все люди трудятся не только для себя, но и на благо других людей, на благо всей страны. Они не обманывают друг друга, потому, что знают, что это плохо, не крадут у других и не грабят других людей, потому, что знают, что все действия человека приносят результат. Результатом плохих действий является плохой результат. Результатом хороших действий является хороший результат. Какой результат от своих действий хотите получить вы? Хороший? Значит вы всегда должны поступать хорошо. Если вы будете всегда поступать хорошо, то будете всегда иметь хороший результат. Давайте повторим, какие действия приносят хороший результат? Помните, что первое действие, которое приносит хороший результат = это вежливость.

1. **«Вежливость»** – важное правило, необходимое в любой жизненной ситуации. Быть вежливым – это значит, проявлять уважение к другим людям. Противоположность веж-

ливости – эгоизм, с которым каждый человек должен бороться, потому, что эгоизм порождает жадность, гнев и невежество – главные пороки человека.

1.2. Уважение к взрослым: при входе или выходе из комнаты, дома и т. п., уступать право прохода войти или выйти взрослому человеку, женщине или девушке.

1.3. Перед началом трапезы (еды) всем рядом сидящим людям (дома, в столовой, кафе или ресторане) желательно пожелать: «Приятного аппетита!». Закончив трапезу, выходя из-за стола (дома или в гостях), желательно поблагодарить хозяев за угощение, сказав: «Спасибо!» или «Спасибо! Было очень вкусно!». Основное действие, которое приносит результат всегда – это любовь и доброта.

2. *«Доброта»* – черта характера человека, который проявляет любовь ко всем живым существам – людям, животным, растениям. Доброта – самое главное качество человека, которое необходимо воспитывать с самого детства. Добросердечные люди желают другим людям: «Доброго утра, дня, вечера или ночи!»

Примеры добросердечных пожеланий:

«С добрым утром!»

«Добрый день!»

«Добрый вечер!»

«Доброй ночи!»

«Всего доброго!» (Ответ старшим или взрослым людям:

«И Вам всего доброго!»)

(Ответ сверстникам: «И тебе всего доброго!»)

Третье действие, которое всегда приносит хороший результат – это щедрость.

3. *«Щедрость»* – очень важное качество человека доброго, не жадного, который может делиться с другими своей радостью, дарить другим подарки, жертвовать нуждающимся.

Когда дарят подарки говорят: «Примите, пожалуйста, от всего сердца (с любовью)!» Произносят пожелания счастья, радости, успехов в труде или учёбе.

Жертвование может быть трёх видов:

– *Жертвование денег или вещей* – когда Вы жертвуете деньги или вещи тем, кто в них нуждается. (Обычно пожертвование не сопровождается словами, а происходит молча или с добрыми пожеланиями).

– *Жертвование успокоения* — когда кто-нибудь страдает, а Вы его успокаиваете, говоря: «Не плачь!», «Успокойся...», «Не грусти...» и т. п.

– *Жертвование Истины* – когда кто-нибудь заблуждается, сомневается, а Вы говорите им правду о том, как необходимо поступить в данном случае.

(Тему обсудить на Семинаре).

Четвёртое действие – это смелость.

– *Смелость* — необходимое качество, как для мальчиков, которые в будущем станут защитниками Родины, так и девочек, которые, возможно, будут заниматься спортом, осваивать профессии, где необходима смелость и решитель-

ность (защитницами Родины, охраны общественного порядка, медиками, стюардессами и др.).

(Тему обсудить на Семинаре).

Пятое действие, которое согласуется со вторым действием – это дружба.

– *Дружба* — очень важное качество для всех людей. С товарищами можно общаться, поиграть в игры во дворе, в школе. С друзьями можно справлять Дни рождения, ходить в гости, в кино, в театр, на концерты и т. п. Друг всегда придёт на помощь и поддержит в трудную минуту. Дружба может продолжаться не один год, а всю жизнь. Дружбой нужно дорожить. Лучше дружить, чем враждовать.

(Тему обсудить на Семинаре).

6. *Беспристрастность или Безразличие* — это очень важное качество, необходимое всем людям. Беспристрастное или равное отношение ко всем людям, независимо от цвета их кожи, социального положения (бедные или богатые). «Равенство!» для всех. Другая сторона «Беспристрастности» – «Безразличие» по отношению к себе. Стойко и твёрдо переносить все трудности, которые появляются в жизни. Воспринимать их, как проверку на прочность, проявлять терпение и думать, что трудности появились не просто так, а являются результатом моих плохих действий в прошлом. Воспитание воли и силы Духа – ответ на возникшие проблемы.

(Обсудить тему на семинаре).

Семинар

Дети на практике применяют полученные знания.

Урок 19 «Правильные действия (Продолжение). Гигиена»

Лекция

1. «Чистота – залог здоровья». Детям необходимо соблюдать правила гигиены не только дома, но и на природе, на улице.

1.1. *Домашняя гигиена*: утром надо обязательно почистить зубы (зубной щёткой с зубной пастой), умыться (умыть лицо, уши, шею и протереть полотенцем). После умывания нужно обязательно заправить постель, потом можно сделать утреннюю зарядку. После еды желательно прополоскать рот тёплой водой. После возвращения с улицы домой обязательно помыть руки с мылом. Волосы должны быть всегда ухожены и причёсаны (у мальчиков) или заплетены (у девочек). Один раз в день (вечером) необходимо принимать душ или горячую ванну. Волосы промывать шампунем, а тело мылить мочалкой и промывать тёплой водой. Температура воды в ванне должна быть не ниже +40 градусов. Чем горячее вода в ванне, тем лучше очищается тело. Постель менять не реже одного раза в неделю. Бельё (трусики и майку) надевать чистое после принятия душа или ванны.

1.2. *Уличная гигиена*:

– Одежду носить в соответствии с временем года. Летом можно ходить в рубашке и шортах, на ногах носки, летние туфли или сандалии. В жаркое время носить лёгкий головной убор – панамку, шляпку (девочкам) или кепку (мальчикам). Во время дождя весной или осенью пользоваться зонтом, ходить в куртках или плащах. На ногах должна быть непромокаемая обувь (ботинки, осенние сапожки). Зимой ходить в тёплой одежде – зимней тёплой куртке, с шапкой на голове, носить тёплые колготки (для девочек) или тёплые штаны, брюки.

– Во время занятий спортом соблюдать меры безопасности, чтобы не травмироваться самому или не нанести травму другим детям.

(Обсудить тему на Семинаре).

– На улице соблюдать чистоту и порядок, запрещается сорить, мусор выбрасывать только в мусорные ящики. Весь мусор, выходя на природу, уносить с собой в пакетах и выбрасывать в мусорные контейнеры по прибытии в город.

1.3. Школьная гигиена:

– В школе ходить в школьной форме.

– С собой носить в школу вторую обувь в мешочке и спортивную форму на уроки физкультуры.

– В школе соблюдать чистоту и порядок. Не рисовать на стенах и партах. Не мусорить.

– Не забывать мыть руки перед школьным завтраком или обедом.

– В классе во время урока не шуметь, вести себя тихо. Для обращения к Учителю поднимать руку и вставать при разговоре с ним или другими взрослыми людьми. Сидеть за партой, соблюдая осанку – держать спину прямо, не сутулиться, иначе можно получить «сколиоз» (искривление позвоночника).

Семинар

*Дети делятся своим опытом соблюдения
Правил «Гигиены».*

Уроки 20, 21 «Правильная речь»

Вводная часть

Речь – один из способов выражения человеком своих мыслей, желаний, чувств, образов. Задача Учителя – научить ребёнка говорить грамотно, спокойно и доброжелательно. Речь формирует внутренний мир ребёнка. От того, какие слова и как их произносит ребёнок, зависит его эмоциональное и душевное состояние. Речь формирует духовно-нравственный облик человека.

Лекция

– Речь, как форма выражения мыслей, чувств, желаний, представлений:

– **Прямая речь:**

- Приветствие: «Здравствуй!» и т. п.
- Прощание: «До свидания!» и т. п.
- Обращение к другим людям:
- Просьба: «Помогите, пожалуйста...».
- Пожелание: «Возьмите зонт – будет дождь!»
- Требование: «Сидите тихо!» «Не шумите!»
- Сообщение: «Сегодня утром... (днём, вечером)...
- Рассказ: «Жили-были старик со старухой...»
- **Косвенная речь** (описание событий, переживаний

и т.д.):

- Описание произошедших в прошлом событий, переживаний:

«Вчера мы ходили в театр...».

– **Формирование красивой и правильной речи:**

– **Дикция** – выразительность и точность звукового произношения слогов.

– **Краткость** – сестра таланта». Умение коротко и ясно формулировать свою мысль.

– **Правдивость** – «Говорить правду и только правду!»

Очень важно говорить правду. Тот, кто всегда говорит правду, тот всегда говорит от сердца, не задумываясь. Тот, кто лжёт, вынужден подыскивать слова, чтобы не запутаться во лжи, потому, что одному он может сказать одно, а другому другое об одном и том же. Такой лживый человек должен запоминать кому и что он сказал. Ложь способна усложнить жизнь человеку.

(Тему отработать на семинаре).

– «**Не отрицать Истину!**» Важно не только всегда говорить правду, но и не отрицать Истину. Человек, отрицающий Истину, подобен тьме, которая пытается застилать свет.

(Тему отработать на семинаре).

– «**Не произносить плохих слов, не сквернословить!**» Человек, который произносит плохие слова, сквернословит – разносит вокруг себя грязь и невежество, подобно диким животным, испускающим неприятный запах.

(Тему отработать на семинаре).

Семинар

Закрепление материала урока. Умение коротко и точно высказывать свои мысли. Работа с картинками (их описание), музыкальные примеры (их описание). Упражнения на хорошую дикцию: «Губы, как при поцелуе, затем, как при улыбке». Повторить несколько раз. Скороговорки (придумать) и др. Обсудить и отработать другие темы.

Уроки 22, 23 «Правильные привычки»

Вводная часть

Во время «Общения» у детей при соблюдении Правил «Поведения», «Гигиены», «Речи» – формируются правильные «Поступки», которые в будущем будут являться основой формирования правильных «Привычек».

– *Хорошие «Поступки»*: во время «Общения», «Поведения», «Гигиены», правильной «Речи» – являются основой формирования правильных «Привычек».

(Тему обсудить на Семинаре).

– *Плохие «Поступки»*: во время «Общения», «Поведения», «Гигиены», неправильной «Речи» – формируют неправильные, дурные «Привычки».

(Тему обсудить на Семинаре).

– *«Равнодушие»*: не влечёт за собой никакой вины, так как, нет ни хорошего, ни плохого действия, но является признаком «малодушия», трусости и слабости. Почему?

Семинар

Повторение и закрепление пройденных тем: «Общение», «Поведение», «Гигиена», «Речь», «Поступки», которые формируют «Привычки». Обсудить все темы урока.

«Поступки формируют привычки. Привычки формируют

характер. Характер формирует судьбу». Учиться вырабатывать хорошие привычки в «Общении», «Поведении», «Гигиене», «Речи», «Поступках». Приводить примеры хороших привычек и плохих.

Привычки – это действия, которые совершаются неосознанно, необдуманно, автоматически. Выработка хороших привычек – основная задача предыдущих уроков. Если ребёнок совершает несколько одинаковых действий, они со временем становятся привычными. В занятиях музыкой, спортом, танцами постоянно приходится отрабатывать одно и то же действие (приём), чтобы выработался автоматизм действия. Даже самые сложные действия рук скрипача или пианиста, ног фигуриста, при многократном их повторении, становятся, на взгляд, лёгкими и простыми. На самом деле – это результат кропотливого труда. Задача Учителя – выработать у детей хорошие привычки на основе правильного «Общения», «Поведения», «Гигиены», правильной «Речи» и правильных «Поступков».

Урок 24 «Самоконтроль»

Лекция

Самоконтроль – это умение управлять своей речью и своими действиями. Самоконтроль необходим каждому человеку, и ребёнку и взрослому, потому, что мы должны понимать, что каждое наше слово или действие влияет на тех, кто

находится вокруг нас. В семье – это родители, папа и мама, братья и сёстры, дедушки и бабушки. В школе или во дворе дома – это товарищи, друзья. В общественных местах – это люди, у которых тоже есть близкие и родственники, друзья и знакомые. Мы должны научиться управлять собой, своими желаниями, которые иногда бывают эгоистичными. Мы должны научиться думать не только о своих желаниях, которые являются важными для нас, но и думать о других людях, у которых тоже есть свои желания и интересы. Мы должны научиться жить вместе, дружно, чтобы, по возможности, наши желания и интересы совпадали.

Чтобы научиться себя контролировать, необходимо тренировать свою волю. Воля есть у каждого человека. Воля – есть усилие, энергия, которую человек прикладывает, чтобы исполнить своё желание, свою мечту, достичь своей цели.

Семинар

Урок 25 «**Правильные мысли**»

Лекция

Мысли рождаются в нашем сердце. Сердце является источником наших мыслей. Не совсем верно, когда говорят, что мысли рождаются в нашей голове. В нашей голове рождается ответ на мысль, которая возникла в нашем сердце – источнике нашей Души. После того, как в нашем сердце воз-

ника мысль, она начинает реализовываться в нашей голове, в головном мозге, который является центром управления нашего физического тела. Головной и спинной мозг управляют желаниями нашего физического тела: куда идти, что сделать и т. п. Мысль активизирует Центр головного мозга, который отвечает за речь человека и создаёт соответствующий образ, картинку, которую словами человек описывает. Например, учение подумал о том, как он отдыхал летом и хочет рассказать об этом своим друзьям, одноклассникам. В голове у него сразу же возникают картинки, образы воспоминаний о летнем отдыхе и в своей речи, он описывает произошедшие с ним события, ощущения, которые сопровождали его в то время. Очень важно, учитывать, в каком направлении развивается ваша мысль, а значит, какие образы возникают в голове и как формируется наша речь. Если наши мысли наполнены любовью и доброжелательностью, то и возникающие в голове образы и речь, тоже будут доброжелательными, а знает и поступки будут носить доброжелательный характер. А, как мы знаем, поступки формируют привычки, которые формируют характер, от которого зависит судьба человека. Главное, сохранить в своём сердце светлый, доброжелательный настрой, тогда и мысли, идущие из нашего сердца, всегда будут позитивными и доброжелательными. Не давать своим мыслям отклоняться от правильного вектора (направления). Не допускать в своём сердце тёмные мысли: гнев, жадность и отрицание правды. Это сделать не просто, потому, что в на-

шей голове, в нашей памяти, уже есть много не только нужной, но и не нужной информации, которую мы получаем через интернет, телевидение, где часто люди проявляют гнев, жадность, невежество и этим заражают других людей, которые тоже начинают проявлять похожие отрицательные качества. Поэтому, необходимо оградить себя от того, чтобы такая плохая информация засоряла ваше сознание (ваши мысли) и смотреть только те передачи, которые несут людям добро, свет и любовь. Потому, что, даже, если, хорошая мысль возникает в вашем сердце, то, попав в голову, которая засорена ненужной и грязной информацией, от просмотра телепередач и интернета, в голове могут возникать не правильные образы и не правильная речь, которая будет искажать ваши мысли, будет плохо влиять на ваши поступки, на ваш характер и на вашу судьбу.

Семинар

На семинаре рассмотреть различные виды проявления мыслей, образов и речи, которые формируют различные привычки, характер и судьбы людей.

Урок 26 «Хороший характер»

Повторение и закрепление пройденных тем: «Привычки», «Самоконтроль», «Мысли», которые порождают «Характер» человека.

Лекция

Характер – это есть манера поведения человека, которая выражается в его действиях, реакции на те или иные воздействия окружающей среды. Бывают люди по характеру активными или мягкими, добрыми и покладистыми. Характер человека формируется в зависимости от самого человека, в первую очередь и в зависимости от окружающей среды: места проживания (с холодным климатом, с тёплым климатом), от семьи, уровня жизни и др. На характер человека влияет его внутреннее состояние, самочувствие, образ его мыслей (о чём он думает), круг его близких, родственников, друзей, знакомых. На характер человека влияют его мысли, чувства, речь, поступки и привычки. От характера человека зависит его судьба, его будущее. (Смотрите урок 12).

Урок 27 «Правильная самооценка»

Лекция

Правильная самооценка, означает, видеть вещи такими, какие они есть на самом деле, а не такими, какими мы хотим их видеть. Надо научиться оценивать себя так, как будто вы смотрите на себя в зеркало и видите то, что видите, а не то, что хотели бы видеть вы или кто-нибудь другой. Если вы будете правильно себя оценивать, то вы не будете совершать ошибок, которые возникают, когда человек себя переоценивает или, наоборот, недооценивает. Как это понимать? Например, если вы хорошо подготовились к уроку, то вы будете поднимать руку, чтобы вас вызвали отвечать и получите хорошую оценку. Если вы не готовы к уроку, то вы не будете поднимать руку. Это правильная самооценка. Правильная самооценка помогает человеку правильно развиваться. Если, он видит свои слабые стороны, он старается усилить их. Например, физически ослабленный ребёнок, будет заниматься физической культурой и спортом, чтобы стать физически здоровее и сильнее. Для развития своего ума, будет играть в шахматы. (Смотрите 13 урок).

Семинар

Урок 28 «Правильный выбор»

В будущем, всем вам предстоит не только закончить обучение в общеобразовательной школе, но и продолжить своё обучение в институтах, колледжах или сразу пойти работать. Поэтому, вам необходимо уже сейчас думать о своей будущей профессии, по которой вы будете трудиться всю жизнь, потому, что когда вам исполнится 18 лет, вы будете обязаны трудиться, приносить пользу себе и всем людям. В мире существует много различных профессий:

- Учителя, которые учат детей в школах.
- Врачи, которые лечат людей.
- Строители, которые строят дома, в которых мы живём, заводы и фабрики, на которых трудятся рабочие, инженеры, которые создают новые машины, корабли, ракеты, на которых люди будут летать в космос.
- Музыканты, которые играют на различных музыкальных инструментах (скрипках, фидолончелях, фортепиано, трубах и др.).
- Артисты театра и кино, артисты балета, хореографы.
- Учёные, которые изобретают новые двигатели, машины, разрабатывают новые лекарства, медицинские препараты.
- Военные, которые охраняют наши границы и мирное небо над нами.
- Служащие Службы Охраны, которые заботятся о нашем покое и порядке на улицах наших городов и сёл.

– Работники полей и лесов – фермеры, которые снабжают нас продуктами, фруктами и овощами и много других профессий.

Конечно, есть и другие профессии, которые могут быть престижными, но которые не приносят прямую пользу людям, а иногда, являются вредными для людей. Это – профессии: банкиров (не путать с бухгалтерами, которые считают деньги), которые умеют брать деньги под низкий процент, а одалживать людям под большой процент, то есть, скряги, которые наживаются на этом; чиновников, которые ничего не производят, но любят управлять людьми, иногда, в собственных интересах.

Вы уже сейчас должны задуматься о том, чем вы будете заниматься, когда станете взрослыми. Некоторые из вас уже сейчас, кроме учёбы в общеобразовательной школе, учатся в музыкальной школе, школе искусств или в спортивной школе. Кто из вас ходит в школу дополнительного образования? Поднимите руку.

Семинар

Лекция плавно переходит в семинар, на котором дети делятся своими интересами по Выбору своих предпочтений. Кем бы они хотели стать и где они дополнительно обучаются.

Урок 29 «Правильная цель»

Лекция

Если каждый человек будет говорить то, что думает; делать то, что говорит – то все его желания сбудутся. Для того, чтобы добиться своей цели, человек должен концентрироваться на том, чего он хочет достичь. Если его внимание будет постоянно сконцентрировано на достижение цели в мыслях, действиях, то цель непременно будет достигнута.

Например: вы хотите стать отличником учёбы и после окончания школы поступить в престижный ВУЗ (Высшее Учебное Заведение). Тогда вы будете внимательно слушать на уроках все лекции учителей. Хорошо делать домашние задания и готовиться к каждому уроку. Или, вы хотите одновременно с обучением в общеобразовательной школе, учиться в музыкальной школе, школе искусств или спортивной школе. Тогда вы должны правильно распределить всё своё время, чтобы его хватало и на учёбу в общеобразовательной школе и в школе дополнительного образования. Для того, чтобы хорошо учиться в двух школах, вы должны следить за своим здоровьем и заниматься физкультурой и спортом.

Семинар

Уроки 30, 31 (итоговые)

«Хорошая судьба»

Повторение и закрепление пройденных тем: «Мысли», «Самооценка», «Выбор», «Цель», которые порождают «Судьбу» человека.

ИГОРЬ НИКОЛАЕВИЧ ЦЗЮ ИСТИНА

(учебное пособие для воспитателей и классных
руководителей, ведущих предмет «Истина» для
обучающихся младших классов
общеобразовательных школ)

Книга 2 «**Человековедение**»

2 класс

Москва 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие

Во втором классе есть письменные занятия, но отсутствуют домашние задания. Дети в тетради по предмету «Истина» записывают только темы уроков. Общий объём – 32 академических часа. В первом полугодии обучающиеся знакомятся с периодом жизни человека от рождения и до начала трудовой деятельности. Учащиеся второго класса в возрасте 7—8 лет уже имеют общее представление о происхождении человека, его развитии в младенческом и раннем детском возрасте. О поэтапном развитии человека от младшего школьного возраста до старшего школьного возраста, учёбе в средних и высших учебных заведениях, о начале трудовой деятельности, ребёнку необходимо знать заранее, для выстраивания, моделирования его будущей жизни, проектирования его дальнейшего творческого и профессионального роста. Не секрет, что дети, в раннем возрасте, начавшие реализацию и своё развитие в конкретном творческом направлении, достигают больших высот в сферах искусства, музыки, живописи, спорта и становятся известными артистами,

музыкантами, художниками, чемпионами мира и Олимпийских игр. Главной задачей школы на данном этапе обучения, является, ознакомление детей с теми возможностями, которые школа предоставит детям для развития их индивидуальных способностей в определённой и интересной для них сфере творчества в будущем. Дети смогут выстроить свой индивидуальный план интереса к определённым предметам, которые они будут изучать, выстроить свой план судьбы, интересов, которые в будущем, станут их профессиональными интересами. Конечно, все эти планы будут корректироваться, но дети уже будут знать диапазон возможностей применения своих способностей.

ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ

Поурочные планы

1-е полугодие

1 урок «Человек»

2 урок «Рождение человека»

3 урок «Внутриутробное развитие»

4 урок «Младенческий возраст. 1—2 года»

5 урок «Ранний детский возраст. 3—4 года»

6 урок «Младший детский возраст. 5—6 лет»

7 урок «Младший школьный возраст. 1—2 класс (6

—8 лет)»

8 урок «Младший школьный возраст. 3—4 классы (8—10 лет)»

9 урок «Средний школьный возраст. 5—6 классы (10—12 лет)»

10 урок «Средний школьный возраст. 7—8 классы (12—14 лет)»

11 урок «Старший школьный возраст. 9 класс (15—16 лет)»

12 урок «Старший школьный возраст. 10—11 классы (16—18 лет)»

13 урок «Учёба в колледже, техникуме или училище (15—20 лет)»

14 урок «Учёба в Институте. (17—23 года)»

15 урок «Начало трудовой деятельности (18—23 года)»

16 урок (Итоговый) «От рождения человека до начала трудовой деятельности»

2-е полугодие

17 урок «Человековедение»

18 урок «Дыхание»

19 урок «Питание. Частота употребления пищи»

20 урок «Питание. Объём употребляемой пищи»

21 урок «Питание. Способы приготовления пищи»

22 урок «Сон»

23 урок «Чувства. Зрение. Слух. Обоняние. Осязание. Вкус. Интуиция»

24 урок «Зрение»

25 урок «Слух»

26 урок «Обоняние»

27 урок «Осязание»

28 урок «Вкус»

29 урок «Интуиция»

30 урок «Любовь, как чувство»

31 урок «Любовь, как состояние Души»

32 урок (Итоговый) «Жизнь и смерть»

1-е полугодие

1 урок «Человек»

Лекция

Игорь Николаевич Цзю

«Истина» (Учебное пособие для воспитателей и классных руководителей, ведущих предмет «Истина» для обучающихся младших классов общеобразовательных школ)

Книга 3 «Анатомия Души и тела»

3 класс

Москва 2020

АНАТОМИЯ ДУШИ И ТЕЛА

Содержание

Предисловие

В третьем классе есть письменные занятия, но, отсутствуют домашние задания. Общий объём – 32 академических часа. Учебный курс основан на книге: «Человековедение (Анатомия Души и тела».

1 – е полугодие

Урок 1 **«Происхождение жизни»**

Урок 2 **«Душа»**

Урок 3 **«Происхождение Души»**

Урок 4 **«Формула сущности жизни»**

Урок 5 **«Анатомия Души»**

Урок 6 **«Чакры человека – Духовные центры»**

Урок 7 **«Высшая – Сахасрара – чакра»**

Урок 8 **«Высшая – Аджня – чакра»**

Урок 9 «Высшая – Вишудха – чакра»

Урок 10 «Высокая Анахата – чакра»

Урок 11 «Средняя – Манипура – чакра»

Урок 12 «Нижняя – Свадиштана – чакра»

Урок 13 «Низшая – Муладара – чакра»

Урок 14 «Чакры – закрепление темы»

Урок 15 «Активность чакр определяет МРП (Д) человека»

Урок 16 (Итоговый) «Влияние чакр на деятельность человека»

2 – е полугодие

17 урок «Строение Вселенной»

18 урок «Уровни Духовного Развития»

19 урок «Зависимость продолжительности жизни от Духовного уровня»

20 урок «Количество существ в мире зависит от Духовного уровня»

21 урок «Душа в момент рождения человека»

22 урок «Заблуждения Души»

23 урок «Состояние Души»

24 урок «Страдания Души»

25 урок «Пробуждение Души»

26 урок «Просветление Души»

27 урок «Духовная Практика»

28 урок **«Виды Духовной Практики»**

29 урок **«Заповеди»**

30 урок **«Соблюдение Заповедей»**

31 урок **«Закрепление темы второго полугодия: Душа и Духовная Практика»**

32 урок (Итоговый) **«Анатомия Души и тела»**

1 – е полугодие

Урок 1 **«Происхождение жизни»**

Лекция

Человек, Земля, Вселенная – суть одного и того же явления. Человек является продуктом, результатом эволюции Космоса и Вселенной. Всё, что есть во Вселенной, есть в человеке. Человек состоит из тех элементов (духовных, материальных, химических, биологических и т. п.), из чего состоит Природа, Вселенная, Космос. История развития человечества, связана с историей развития Земли, других планет Солнечной Системы, Вселенной. Источник жизни всего сущего – точка, сгусток огромной энергии, образовавшая миллиарды лет назад, после «Большого взрыва», всё сущее, Вселенную, населённую различными существами, живущими на разных планетах. Божественная сущность всего мира, заключалась в сгустке огромной энергии, сконцентрирован-

ной в одной «точке», в результате воздействия на которую, трёх видов энергии: «Раджас» – Звука («Сначала было слово»), «Тамас» – Темноты («Невежества») и «Саттвы» – Света («Красоты») – произошёл «Большой взрыв», в результате которого, образовалась Вселенная Мир, Космос, состоящий из множества Галактик, звёздных скоплений.

Современное человеческое общество построено по эволюционному принципу зарождения, развития, угасания и уничтожения. Гермес Трисмегист сказал: «Что вверху, то и внизу». Всё, что есть в Природе, во Вселенной, есть в человеке. Человек рождается, развивается, стареет и умирает. Сегодня, человечество находится в кульминационной (наивысшей) точке своего развития, своей пятой расы, после чего произойдёт неизбежный спад, исчезновение пятой расы и появление шестой расы людей – инопланетян, которым суждено построить новое, современное, высокоразвитое общество – СССР – Союз Свободных Социалистических Республик, граждане которого, будут заниматься мирным и созидательным трудом на благо духовно – нравственного и экономического процветания всех людей Земли. Так развивается, не только человечество, но и вся жизнь во Вселенной, только, жизнь во Вселенной измеряется десятками миллиардов лет, а человеческая жизнь, десятками лет.

Семинар

Урок 2 «Душа»

Лекция

Душа – неотъемлемая, невидимая, составная часть человека, частица света, пребывающая в его сердце. Физическое тело вторично и кратковременно живущее. Душа может пребывать (перевоплощаться) в физических телах бесчисленное множество раз. Перед тем, как оказаться в материальном мире, в физическом теле, Душа долгое время пребывала в состоянии яркого, ослепительного Света Радости и Любви, в мире, не имеющем формы (Верхнем Мире без Форм или Верхнем Каузальном Мире). Она состояла из этого света и излучала свет длительное время. Жизнь физического тела ограничена его рождением, развитием, старением и умиранием. Душа, один раз родившись, во время рождения Вселенной, в момент «Большого взрыва», впоследствии, не рождается, а переходит из одного состояния существования, в другое, из одного, бестелесного (Астрального) тела, в другое, из одного физического тела, в другое (Реинкарнация). Это доказывает факт зарождения человеческого эмбриона «из ничего», в момент соединения яйцеклетки женщины, со сперматозоидом мужчины, во время их интимной близости. В этот момент, Душа принимает форму и пройдя, через девять месяцев жизни в утробе матери, весь процесс эволюции жизни на Земле, от одноклеточных, до млекопи-

тающих, происходивший миллиарды лет назад, до сего дня, появляется на свет в физическом теле нового человека.

Душа, частица света, зародившаяся в новом теле, находящаяся в сердце человека, представляет в этот момент источник информации о прошлом своём существовании (Карме), в виде генов (Голограмме Души), заложенных в прошлых жизнях. В соответствии с этой информацией, происходит дальнейшее развитие зародыша и дальнейшее рождение человеческого тела ребёнка. Не всегда, рождаясь, человек живёт долго и счастливо. Счастливая и долгая жизнь, зависит от той информации, которая была заложена в его генах, в его Карме. Иногда, жизнь прерывается, ещё, на стадии беременности (выкидыши, аборты и т. п.).

Семинар

Урок 3 «Происхождение Души»

Лекция

Души всех живых существ, произошли, примерно, полтора десятка миллиардов лет тому назад, во время «Большого взрыва», когда, из одной «точки», разлетевшейся во все стороны, образовалась Вселенная, Галактики, Звёздные скопления и наша Солнечная Система. Поначалу, это были, не видимые газовые скопления, которые, в результате химиче-

ских реакций, стали обретать форму в Верхнем Мире Форм (Верхнем Астральном Мире), а потом и в Мире Явлений, в физическом мире. На это ушли миллиарды лет эволюции, в ходе которой, наши Души из Верхнего Мира Форм (Верхнего Астрального Мира), спустились в Нижний Мир Форм (Нижний Астральный Мир) и проявились в Мире Явлений сотни миллионов лет тому назад, обрета физические тела. Этот процесс жизнедеятельности Души, будет продолжаться ещё несколько миллиардов лет, до тех пор, пока не начнётся обратный процесс сжатия, когда Пространство, не начнёт сжиматься и Пустота («Чёрная Дыра») не проглотит материю, превратившись в одну «точку». Затем, наступит период Пустоты, после которой опять произойдёт «Большой взрыв» и рождение нового мира, новой Вселенной. Эти процессы рождения миров, развития (расширения), кульминации и сжатия, происходят постоянно и количество «Больших взрывов» исчисляется миллиардами раз. В каждое мгновение, в Пространстве бесчисленных миров, происходит рождение и умирание какой – то Вселенной, рождение и умирание Душ, которые многократно участвуют в этом непрерывном конвейере, «Большом Круговороте Бытия», «Всемирной Сансаре», под названием Жизнь.

Семинар

Урок 4 «**Формула сущности жизни**»

Лекция

У каждого живого существа, есть органическая и неорганическая «Формула Сущности Жизни». В Верхнем Астральном Мире (Верхнем Мире Форм), Души существуют в газообразном состоянии. В Раю, на Святых Небесах Верхнего Астрального Мира (Верхнего Мира Форм), Души излучают Свет Святой Любви, подобно Солнцу. Излучают его вокруг себя, даря Свет и Жизнь всем живым существам. Формула сущности жизни на Святых Небесах Верхнего Астрального Мира – это, газообразное состояние Души, в виде Гелия (соединения атомов Водорода). Души умерших людей, вознесённых в Рай, имеют ту же световую форму излучения Света Святой Любви в форме Гелия. Солнце тоже состоит из Гелия. На Небесах Мира Явлений, Ангелы и Архангелы, уже имеют физические тела, но, состоящие из более лёгких органических соединений, чем, например, физические тела людей, которые состоят, как из лёгких, гелиевых, атомных энергий, называемых «Кундалини», которые в большом количестве, присутствуют в телах просветлённых людей, так и более твёрдых органических соединений, вплоть, до самых твёрдых, включая, железо, магний, кальций и др. В Мире Животных, который находится на одну ступеньку ниже Мира Людей, на Третьем Уровне Мира Явлений, в их организме присутствуют, в основном, твёрдые органические соедине-

ния и мало, или отсутствуют совсем, лёгкие, газообразные соединения гелиевой формулы.

Наличие более твёрдых или более лёгких органических и неорганических соединений, говорит о Духовном уровне существ. Чем, выше Духовный уровень, тем больше лёгких, газообразных соединений и наоборот, чем ниже Духовный уровень существ, тем больше в них присутствует твёрдых и тяжёлых химических элементов. В этом смысле, для людей, новой, зарождающейся в России, 6 – й расы инопланетян, очень важно, наращивание в их организме гелиевых, солнечных энергий и уменьшение присутствия твёрдых и тяжёлых химических элементов, которыми насыщена пища животного происхождения.

Семинар

Урок 5 «Анатомия Души»

Лекция

Анатомическими свойствами обладают, не только физические тела Богов Мира Явлений, инопланетян, людей и животных, но и Души всех живых существ. Анатомическими свойствами связаны, как физические тела, так и духовные. В анатомическом строении Души, есть, как, нижние части духовного тела, так и верхние, также, как и у физического те-

ла, есть, как нижние части тела, связанные с низким Духовным уровнем, так и верхние части тела, связанные со средним и высоким Духовным уровнем. Эта связь физического тела и духовного тела, осуществляется через энергетические центры человека – Чакры. Активизация Нижних чакр: «Муладары – чакры», (расположенной в районе копчика человека) и «Свадиштана – чакры», (расположенной, в районе, чуть выше половых органов человека) – способствует активизации низкочастотных энергий гнева и невежества (желания удовольствий, обратной стороной которых, являются страдания). Активизация средних чакр: «Манипура – чакры», (расположенной в районе «солнечного сплетения») и «Анахата – чакры», (расположенной в районе груди) – способствует раскрытию талантов и способностей человека. Активизация верхних чакр: «Вишудха – чакры», (расположенной в районе горла), «Аджня – чакры», (расположенной в районе «третьего глаза» во лбу), «Сахасрара – чакры», (расположенной над головой человека) – приводит к Достижению Просветления и Освобождения Души, при интенсивных занятиях Духовной Практикой.

Семинар

Урок 6 «**Чакры человека – Духовные центры**»

Лекция

В нашем теле есть 72 тысячи энергетических каналов – это каналы Духовной энергии, из которой состоит наше тонкое (Астральное) тело. Эти энергетические каналы – «струи нашей Души», которые реагируют на все воздействия извне. Наш слух способен воспринимать более тысячи, различных по частоте звуков. Наша Душа в десятки раз, более восприимчива, чувствительнее, чем наше физическое тело. Если, мы очистим наши энергетические каналы, мы сможем обрести божественные способности чтения мыслей, знания прошлых и будущих жизней, ясновидения, левитации и др.

В нашем теле есть три основных энергетических канала: Сушумна, Ида и Пингала. Сушумна, (канал Пристрастия, Захваченности) – это центральный канал, который проходит вдоль позвоночника, от копчика до макушки головы. Канал Ида (канал Невежества, Заблуждения) – левый канал, который начинается с левой стороны копчика и достигает левой стороны головы. Канал Пингала, (канал Гнева), начинается с правой стороны копчика и достигает правой стороны головы. Каналы Ида и Пингала имеют спиралевидную форму. Эти три канала пересекаются в семи основных энергетических центрах – Чакрах. Более подробно о строении чакр, можно будет узнать в старших классах. У обычных людей, чакры находятся в спящем состоянии.

Муладара – чакра – это тёмно – красный треугольник, перевёрнутый остриём вниз (находится в районе копчика че-

ловека).

Свадиштана – чакра – оранжевого цвета с восемью лепестками (находится, чуть ниже пупка).

Манипура – чакра – квадрат цвета индиго (находится в районе «солнечного сплетения»).

Анахата – чакра – пятиугольник небесно – голубого цвета с десятью лепестками (находится в районе груди).

Вишудда – чакра – серый круг с шестнадцатью лепестками (находится в области горла).

Аджня – чакра – серебристо – белого цвета (находится в области лба).

Сахасрара – чакра имеет форму круга, серебристо – белого цвета, с светло – синим оттенком (находится над головой).

Семинар

Урок 7 «Высшая Сахасрара – чакра»

Лекция

Сахасрара – чакра находится вне физического тела, над головой человека. У новорождённых детей, на макушке головы есть отверстие – «Родничок» («Брахмарандра»), которое, потом закрывается и ребёнок теряет прямую связь со своим Истинным Эго, которое находится в Сахасрара – чакре. Из Сахасрара – чакры исходит «Тело Алмаза» или

«Тело Ваджры», с помощью которого можно достичь Маха Нирваны, Мира Великого и Полного Разрушения Мирских Желаний – Мира Абсолютной Свободы, Абсолютного Счастья и Абсолютной Радости. Этим телом могут воспользоваться практикующие, Достигшие Высочайшего Уровня Духовной Практики, Спасители, Учителя Человечества.

Семинар

Урок 8 «Высшая – Аджня – чакра»

Лекция

В районе лба человека находится «Аджня – чакра», («Третий глаз»). Сущностное тело, исходящее из «Аджня – чакры», действует в Верхнем Каузальном Мире или Верхнем Мире Без Форм.

Семинар

Урок 9 «Высшая – Вишудха – чакра»

Лекция

В районе горла человека, находится «Вишудха – чакра», из которой исходит «Тело Вознаграждения». Оно действует

в Верхнем Мире Форм или Верхнем Астральном Мире.

Семинар

Урок 10 «**Высокая – Анахата – чакра**»

Лекция

«Анахата – чакра» находится в районе груди человека. «Тело Закона» исходит из «Анахата – чакры». Оно действует в Среднем и Нижнем Мирах Бехз Форм или в Среднем и Нижнем Каузальном Мире.

Семинар

Урок 11 «**Средняя – Манипура – чакра**»

Лекция

«Манипура – чакра» находится в районе «Солнечного сплетения» человека. «Феноменальное тело» исходит из «Манипура – чакры». При помощи этого тела приобретается опыт миров в Нижнем Мире Форм (Нижнем Астральном Мире) от Небес до Ада. Спасители появляются в этом мире, используя это тело.

Семинар

Урок 12 «**Нижняя – Свадиштана – чакра**»

Лекция

У обычных людей активизированы две нижние чакры: «Свадиштана – чакра» и «Муладара – чакра», потому что они связаны с человеческими потребностями в еде, сексе и удовольствиях. Но, именно еда, секс и удовольствия являются тремя ядами, которые препятствуют Духовному росту человека, потому что, «Свадиштана – чакра» связана с Верхним Телом Привидения, с помощью которого, можно попасть в «Мир Людей» и «Мир Животных» Нижнего Астрального Мира (Нижнего Мира Форм), в своих снах. Если, концентрировать всё своё внимание на этих трёх ядах: еде, сексе и удовольствиях, то, в будущем, в момент своего развоплощения (смерти физического тела), неминуемо, можно оказаться в «Мире Животных», наименее вероятно, перевоплощение в «Мире Людей».

Семинар

Урок 13 «**Низшая – Муладара – чакра**»

Лекция

«Муладара – чакра», «Чакра Гнева», находится в районе копчика человека и связана с «Нижним Телом Привидения», с помощью которого можно попасть в «Мир Голодных Духов» и в «Ад» Нижнего Астрального Мира (Нижнего Мира Форм), в своих сновидениях. Три яда: Жадность, Гнев и Невежество, приводят Душу человека к падению в Мир Животных, Мир Голодных Духов и в Ад. Только, занятия Духовной Практикой, Духовным Самосовершенствованием, Соблюдения Заповедей – спасут от падения Души в Три Скверных Мира: Мир Животных, Мир Голодных Духов и в Ад.

Семинар

Урок 14 «**Чакры – закрепление темы**»

Лекция

В Мире Явлений, все Души вынуждены перевоплощаться в «Колесе Сансары». От Духовного уровня человека зависит уровень пребывания человека в физическом мире, где будет воплощена Душа. Духовный уровень человека, напрямую связан с активизацией «Духовных центров человека» – Чакр. Если, у человека активны только нижние чакры: «Свадистана – чакра» и «Муладара – чакра», то, выбраться Ду-

ше из «Колеса Перевоплощений» – невозможно. Даже, активизация «Мнипура – чакры» – чакры талантов и способностей, не даст возможности покинуть Сансару. Только, с помощью активизации высоких и высших чакр: «Анахата – чакры», «Вишудха – чакры», «Аджня – чакры» и «Сахастра – чакры», (с одновременным уменьшением активности нижних чакр) – у человека появляется возможность, покинуть «Колесо Сансары» и перевоплотиться в Верхнем Астральном Мире (Верхнем Мире Форм), в Раю и Достичь Просветления и Освобождения Души, Маха Нирваны – Мира Великого и Полного Разрушения Мирских Желаний, Мира Абсолютной Свободы, Абсолютного Счастья и Абсолютной Радости.

Семинар

Урок 15 **«Активность чакр определяет МРП (Д) человека»**

Лекция

Как мы, уже, говорили ранее, у обычного человека активизированы две нижние чакры: «Свадиштана – чакра» и «Муладара – чакра». Со «Свадиштана – чакрой» связано «Верхнее Тело Привидения», которое действует в Нижнем Астральном Мире (Нижнем Мире Форм) и связано с Ми-

ром Людей и Миром Животных. С «Муладара – чакрой» связано «Нижнее Тело Привидения, действующее в Нижнем Астральном Мире (Нижнем Мире Форм) и связанное с Миром Голодных Духов и с Адом. активность этих чакр у обычных людей, обусловлена их запросами, которые замыкаются на еде, сексе и удовольствиях. Поэтому, МРП (Д) таких людей имеют низкий коэффициент Духовности.

Если, человек стремится к знаниям, творчеству, Духовному росту, МРП (Д) такого человека активизирует Среднюю «Манипура – чакру», которая отвечает за таланты и творческие способности человека.

Если, человек, в своих духовных поисках, Духовной Практике, достигает определённых успехов, то, у такого человека активизируется «Анахата – чакра», которая является источником Святой Любви и высшие чакры: «Вишудха – чакра», «Аджня – чакра» и «Сахасрара – чакра». МРП (Д) такого человека уже направлены, не на самого себя, а на благо других людей. Он, подобно Солнцу, дарит тепло своей Души другим людям. Проявляя «Святую Любовь» и «Святое Сострадание» к другим людям, занимаясь Духовной Практикой Жертвования, Соблюдения Заповедей, Упорного Усилия (из «Шести Совершенств»), такой человек достигает состояния Самадхи и приобретает Божественные способности ясновидения, Знания Прошлых и Будущих Жизней и др. МРП (Д) такого человека становятся божественными и направлены на Спасение других Душ.

Семинар

Урок 16 (Итоговый) «Влияние чакр на деятельность человека»

Лекция

У обычных людей активны Нижние Чакры, из – за сильных потребностей к еде, сексу, сне и удовольствиям. Деятельность таких людей ограничена зарабатыванием денег для осуществления этих желаний. Духовный уровень таких людей находится на низком уровне. Основную массу «болельщиков» на стадионах, составляют именно такие люди.

Творческие люди: Инженеры – технические работники (ИТР); работники науки и образования; здравоохранения и физической культуры; культуры и искусства, у которых не так сильно активны нижние чакры, но развита «Манипура чакра» (Чакра талантов), обычно, занимаются творческой деятельностью и имеют среднее специальное или высшее образование. Они, тоже могут быть любителями спорта, но это не входит в сферу их основных интересов.

При активизации «Анахата – чакры» (Чакры Любви), у людей просыпается жажда деятельности, направленной на помощь другим людям – это Спасители, Учителя человечества, Бодхисаттвы, которые занимаются Спасением дру-

гих людей от падения других Душ в Три Нижних Мира: Мир Животных, Мир Голодных Духов и в Ад; Спасатели – пожарные, врачи скорой помощи.

При активизации Высших Чакр: «Вишудха – чакры», «Аджня – чакры», «Сахасрара – чакры», у людей проявляется стремление к Достижению Просветления и Освобождения Души: Маха Нирваны – Мира Великого и Полного Разрушения Мирских Желаний, Мира Абсолютной Свободы, Абсолютного Счастья и Абсолютной Радости.

Семинар

2 – е полугодие

Урок 17 **«Строение Вселенной»**

Лекция

В мире существует множество Вселенных. Наша Вселенная, как и многие другие, образовалась в результате «Большого взрыва» полтора десятков миллиардов лет назад, когда, из одной «точки», произошло множество Галактик, Звёздных Скоплений. Солнечная Система, в которой мы живём, образовалась четыре с половиной миллиарда лет назад и существует в Галактике «Млечный Путь». В нашей Солнечной Системе существуют следующие планеты: Солнце, во-

круг которого движутся газовые гиганты – Юпитер, Сатурн, Уран, Нептун и планеты земной группы – Земля, Меркурий, Венера, Марс.

Наш мир трёхмерный. Кроме физического (видимого) строения Вселенной, существуют её невидимые части – Астральный Мир (Мир Форм), Мир Звука или вибраций и Каузальный Мир (Мир Без Форм) – Мир Света в виде информации.

Мир Явлений (Физический мир), в котором мы живём, пересекается с Нижним Астральным Миром (Нижним Миром Форм) и Нижним Каузальным Миром (Нижним Миром Без Форм). Выше этих миров, существует Верхний Астральный Мир (Верхний Мир Форм, который пересекается со Средним Каузальным Миром (Средним Миром Без Форм). На самом верху находится Верхний Каузальный Мир (Верхний Мир Без Форм), который не пересекается с другими мирами. Выше Верхнего Каузального Мира (Верхнего Мира Без Форм), находится Нирвана – Мир Великого и Полного Разрушения Мирских Желаний, Мир Абсолютной Свободы, Абсолютного Счастья и Абсолютной Радости.

В Раю, который находится у основания Верхнего Астрального Мира (Верхнего Мира Форм), нет физических тел, там может существовать только Душа, которая состоит из Света Любви и излучает Свет, подобно Солнцу.

В Мире Явлений, в котором мы живём, существует Шесть Уровней.

На вершине Шестого Уровня находится Повелитель этого Мира Явлений – Дьявол. Этот уровень делится ещё на шесть уровней. На Пятом Небе находятся Боги, которые прислуживают Повелителю и с помощью своих божественных способностей, исполняют все его желания. На Четвёртом Небе находятся Боги, которые постоянно занимаются Духовной Практикой. Обычно, с этого Неба спускаются (перевоплощаются) на Землю Спасители, которые занимаются Спасением Душ людей, которым суждено упасть в Три Скверных Мира: Мир Животных (Третий Уровень Мира Явлений), Мир Голодных Духов (Второй Уровень Мира Явлений) и в Ад (Первый, самый Нижний уровень Мира Явлений). Иисус Христос и Будда Сакьямуни приходили на Землю с этого Четвёртого Неба. (Можно предполагать, что Иисус Христос и другие Боги, приходившие на Землю, в настоящее время живут на этом, Четвёртом Небе). На Третьем Небе живут Боги – Близнецы, которые управляют жизнью и смертью душ, находящихся ниже. Близнецами их называют потому, что они бесполое. Разделение полов начинается со Второго Неба, где обитают Ангелы – Хранители. На Первом Небе находятся Боги, которые управляют погодой, странами, где их почитают, оберегают живые существа от травм и другие.

На Пятом Уровне Мира Явлений находятся Инопланетяне.

На Четвёртом Уровне Мира Явлений находятся Люди. О трёх Нижних Мирах было сказано ранее.

Семинар

Урок 18 «Уровни Духовного развития»

Лекция

Чем выше Духовный Уровень Живых Существ, тем выше уровень их пребывания во Вселенной. От Духовного уровня зависит уровень пребывания человека в физическом мире. В Раю (на Первом Небе Небесах Святой Любви Верхнего Астрального Мира), пребывают Души, которые излучают Свет Святой Любви, подобно Солнцу, который излучает Свет вокруг себя.

Дьявол, который управляет Миром Явлений, в прошлом, тоже был высоко духовной личностью, но, был изгнан из Рая (Верхнего Астрального Мира), из – за своей непомерной Гордости. Вместо того, чтобы покаяться в своём Великом Грехе и возвратиться в Рай, он, вкусив власть над другими падшими Ангелами, стал управлять не только ими, но и всем Миром Явлений. Он является создателем «Колеса Сансары» (Круговорота Перевоплощений) – Мира Явлений, из которого очень трудно и почти невозможно, попасть в Рай, на Небеса Святой Любви Верхнего Астрального Мира (Верхнего Мира Форм), где нет физических тел, а существуют, лишь, одни Божественные Души. Нельзя попасть в Рай,

не преодолев влияния Дьявола. Души, даже, достигнув высокого, Пятого Неба, всё равно, рано или поздно, должны будут упасть в Мир Людей и далее, в Мир Животных, Мир Голодных Духов и в Ад. Так устроен Мир Явлений, где, даже Боги, не говоря уже о людях, падают в Три Скверных Мира, из – за потери своей Божественной энергии, потраченной на исполнение Мирских Желаний. В Рай можно попасть, только, отбросив все свои мирские желания, мирские ценности этого материального мира, полностью сосредоточившись на Духовных Ценностях: Любви и Сострадании, Соблюдении Заповедей, служению Богу, а не Дьяволу.

Семинар

Урок 19 «Зависимость продолжительности жизни от Духовного уровня»

Лекция

Чем выше Духовный Уровень Существ, тем больше продолжительность их жизни. Боги живут от нескольких сотен тысяч лет, до многих миллионов земных лет. Эти цифры необходимо корректировать, потому, что продолжительность жизни живых существ могла уменьшиться в тысячу раз. Инопланетяне живут от нескольких сотен, до нескольких десятков тысяч лет. Раньше, продолжительность жизни

человека могла составлять до 80000 лет. Сегодня, продолжительность жизни составляет, всего, от 70 до 80 – 90 лет. Такая большая разница в продолжительности жизни людей и богов, связана с разницей в их Духовном уровне и условиями жизни на разных планетах. На планетах, где обитают Боги и Инопланетяне, за их планетарный год (период вращения планеты вокруг звезды), на Земле может пройти несколько лет и даже, несколько десятков лет. На их планетах не убивают и не едят животных (убийство себе подобных и других живых существ, уменьшает продолжительность жизни), а мирно сосуществуют вместе с ними. Некоторые животные (кошки, собаки и другие), на Земле живут по 15 – 20 лет. Насекомые живут от нескольких часов, до нескольких дней. В Аду, жизнь существ, может длиться вечно, потому, что они, там, умирают от жары и холода, от ран, которые им наносят тюремщики, но, многократно рождаются вновь, для того, чтобы испытать страдания, которые они причинили людям или другим живым существам в своей прошлой жизни.

Семинар

Урок 20 «Количество существ в мире зависит от их Духовного уровня»

Лекция

Чем выше Духовный уровень, тем меньше существ населяет этот мир. Количество Богов, гораздо меньше количества людей, живущих на Земле. Количество людей, живущих на Земле (около 8 миллиардов человек), гораздо меньше количества животных, населяющих Землю и так далее. Можно сравнить количество людей, живущих на Земле, с количеством звёзд в ночном небе и количество Богов, со звёздами, которые видны днём.

Если, в семье, обычно, рождается двое – трое детей, то в Мире животных, кошки или собаки, могут одновременно родить 7 – 8 котят или щенков. Рыбы откладывают сотни икринок, из которых рождаются десятки и сотни рыб.

Соотношение количества живых существ, обитающих во Вселенной, можно сравнить с Пирамидой, где на самом верху, вершине Пирамиды, обитают Боги Высшего Духовного Измерения, Высочайшего Духовного Уровня. Их количество, несоизмеримо меньше, по сравнению с количеством людей, имеющих, довольно Средний Духовный Уровень. В Аду, который находится на дне Пирамиды (на дне Сансары), обитает наибольшее количество живых существ.

Семинар

Урок 21 «Душа в момент рождения человека»

Лекция

Человек рождается дважды. Первый раз это происходит во время оплодотворения, в момент слияния яйцеклетки матери и сперматозоида отца. В этот момент, Душа, мельчайшая частица Бога, входит в материальную оболочку, яйцеклетку, из которой, в течение 9 месяцев, развивается плод. второе рождение происходит во время выхода ребёнка из лона матери. Этот момент считается датой рождения нового человека.

Душа человека – это, своеобразная астральная матрица, спираль, состоящая из «генов», «Голограммы Души», по которой происходит дальнейшее развитие человеческого плода, рождение человека (выход в физический мир). Человек развивается на основе информации, заложенной в его генах – Карме прошлых жизней. Если, у человека благоприятная Карма, то и развитие происходит нормально. Неблагоприятная Карма прошлых жизней, влияет на физическое и духовное развитие ребёнка, провоцируя различные заболевания на ранней, детской стадии. При очень неблагоприятном сценарии, происходит выкидыш или ранняя смерть ребёнка. Светлая Душа, пришедшая в этот мир, рождается здоровым ребёнком, который вырастет и будет жить долго и счастливо.

Семинар

Урок 22 «Заблуждения Души»

Лекция

Главное заблуждение человека в том, что физическое тело, которым он обладает, воспринимает, как самого себя, как единственной составляющей своего «я». Человек, имея физическое тело, верит только тому, что он видит глазами, слышит ушами, чувствует своим физическим телом и не осознаёт, что полученное физическое тело, является, лишь, воплощением информации, сохранившейся в его Душе, которая была заложена в его прошлых жизнях и качество этой информации, напрямую влияет на его настоящую жизнь. Не осознавая этого, Душа такого человека, вынуждена, попав в этот материальный, грубый, физический мир, каждый раз рождаться и умирать, участвуя в этом процессе перевоплощений, тысячи, десятки тысяч, миллионы и миллиарды раз.

Думая о том, что «Бытие определяет сознание», человек, вновь заблуждается и целью своей жизни, своего существования, ставит, удовлетворение потребностей физического тела в еде, сне, удовольствиях, удобствах. Удовлетворяя эти потребности, человек живёт, стареет и умирает в возрасте 70 – 80 лет, так и не поняв, в чём смысл жизни. А, смысл жизни, заключается в осмыслении своего истинного положения, в кратковременности бытия. Смысл жизни за-

ключается в осознании того, что, физическое тело, которым он обладает – это, только, одна из видимых частей его самого, но, самая важная, невидимая его часть – это Душа.

Семинар

Урок 23 «Состояние Души»

Лекция

Душа – понятие не религиозное. Оно стало религиозным потому, что, обращаясь к своей Душе, человек обращался к Богу, понятие которого религиозное. Душа, такая же составная часть Мира, Вселенной, Космоса, как и физическое тело и живёт по тем же космическим законам. Душа состоит из тех же элементов Природы, только, более тонких, не доступных восприятию грубых элементов, из которых состоит человеческое тело. Душа первична и потому, именно она определяет форму и содержание физического тела. благодаря нашим мыслям, которые зарождаются в нашем сердце, источнике Души, в нашей голове (головном мозге), формируются образы и речь. которые напрямую влияют на формирование нашего физического тела. Благодаря благостным мыслям, образам, речи и поступкам, формируется здоровое и красивое физическое тело человека, потому, что, наши мысли, образы и речь, создают определённые благоприятные

вибрации (в частотном диапазоне), которые формируют физический, материальный мир.

Изначально, находясь, в высших Астральных, тонких мирах, состоящий из ослепительного серебристо – белого света, космической энергии, Душа, питавшаяся этим светом и излучавшая Свет Любви и Добра, была не видимая, вечно живущая и состояла из тех же космических элементов Природы. Но, через какое – то время, исчислявшееся миллиардами и миллионами земных лет, Душа стала терять свою энергию, из – за бесконечных желаний и стремлением к их удовлетворению. Душа растратила свою энергию и мир, в котором она жила, тоже изменился и утратил тот свет, ту энергию, которой питалась Душа. В поисках новой энергии, Духовной пищи, Душа стала падать в более тёмные и низкие миры, где и свет не был таким ярким, как раньше, а тусклым и пища была, не такой обильной и вкусной, а наоборот, стала грубой и тяжёлой, которую пришлось выращивать, чтобы прокормить себя. Тот новый мир был уже не высшим, а Нижним Астральным Миром, где Душа, питаясь грубыми элементами природы, вынуждена была облачиться в грубое физическое тело, которое было вынуждено, потеряв свою память, рождаться и умирать.

Падение души продолжилось дальше, когда Душа, находясь в физическом теле, была вынуждена выращивать и накапливать себе пищу, чтобы запастись ею на некоторое время. некоторые Души, не желая трудиться и выращивать пи-

щу, стали красть пищу у других и другим Душам пришлось их наказывать за это. Так появилось три главных греха: Жадность, Гнев и Невежество. Так в обществе появился суд, который стал осуждать виновных на смерть. С появлением смерти, падение Души ускорилося.

Семинар

Урок 24 «Страдания Души»

Лекция

Почему, в человеческой жизни, так много различий? Почему, одни рождаются в богатой семье, а другие вынуждены «в поте лица своего». зарабатывать себе на жизнь? Почему, некоторые люди живут долго и счастливо, другие, часто болеют и рано умирают? Может быть, первопричина этих различий заложена уже до рождения человека? В какой степени человек сам участвует в зарождении этих первопричин? Может ли он в них участвовать, если он ещё не родился? Если, сам человек не участвует в зарождении причинно – следственных связей, значит, его судьбой управляет кто – то другой, не он сам? Если, это так, то, мир не управляем, в нём царит хаос, в мире отсутствует разумное начало? Это не так. Мир, в Космосе, во Вселенной существует по строгим законам и правилам: на Земле, день сменяет ночь; на смену зиме

приходит весна, затем, лето, осень, но не наоборот. Вода при замерзании превращается в лёд, при нагревании превращается в пар, который, при охлаждении превращается обратно в воду. Всё в этом мире закономерно. В мире существует Гармония и порядок. Человек сам управляет своей судьбой. Если, он свою жизнь прожил, совершая добродетельные поступки, то и в будущем, в будущих жизнях, его ждёт встреча с людьми, которые будут, в ответ на добрые деяния, совершённые им в прошлых жизнях, отвечать ему той же любовью и добротой. наоборот, если, человек в этой жизни совершает неблагоприятные поступки, то, в будущих жизнях его ждёт незавидная участь.

Всё в этом мире *взаимосвязано и взаимообусловлено*. Жизнь на Земле и во Вселенной подчинена *Вселенскому Космическому Разуму (Всевышнему Богу)*, который управляет всеми духовными и физическими (материальными) процессами жизнедеятельности живых существ и организмов. Жизнь на Земле подчинена «Закону единства противоположностей» (по Марксу): когда мужчины не могут жить без женщин и наоборот; когда, день сменяет ночь, а холод соседствует с жарой. Эта аналогия применима и к человеческой жизни, когда, удовольствия соседствуют со страданиями. Чем выше гребень удовольствий, тем больше человек вынужден страдать. Человек, живущий по принципу *физического*, а не *духовного восприятия* мира, удовлетворяющий только физические потребности, не заботясь о духовных,

неизбежно попадает в круговорот этих взаимопроникающих противоположностей, когда, стремление к одним удовольствиям, влечёт к другим, которые, постепенно надоедают и заставляют искать новые, ранее, не испытанные удовольствия, влекущие за собой, ещё более сильную жажду других удовольствий. Вместе с физическим телом, стремящимся к удовольствиям и не получающим от них истинного наслаждения, а лишь, ещё большие страдания, страдает и Душа. Незрелая Душа, находящаяся в физическом теле, вынуждена многократно перевоплощаться в физических телах, чтобы, получить достаточный опыт понимания того, что, односторонний взгляд, основанный на первичности и главенстве физических (материальных) ценностей над духовными, в жизни человека, неизбежно приведёт её в этот *Круговорот Перевоплощений (Колесо Сансары)*.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.