

**УМЕТЬ
ПОНЯТЬ И
ПРОСТИТЬ.**



ЗАДАНИЕ

- ПРОСЛУШАЙТЕ ТЕКСТ СТИХОТВОРЕНИЯ ЭММЫ МОШКОВСКОЙ И ОТВЕЬТЕ НА ВОПРОСЫ:
- 1. О ЧЕМ РАССКАЗЫВАЕТСЯ В СТИХОТВОРЕНИИ?
- 2. ЧЕМ ЗАКАНЧИВАЕТСЯ ИСТОРИЯ, ИЗЛОЖЕННАЯ В СТИХЕ?

- Я УШЕЛ В СВОЮ ОБИДУ,
И СКАЗАЛ, ЧТО Я НЕ ВЫЙДУ.
ВОТ НЕ ВЫЙДУ НИКОГДА!
БУДУ ЖИТЬ В НЕЙ ВСЕ ГОДА!

И В ОБИДЕ Я НЕ ВИДЕЛ
НИ ЦВЕТОЧКА, НИ КУСТА...
И В ОБИДЕ Я ОБИДЕЛ
И ЩЕНОЧКА И КОТА...

Я В ОБИДЕ СЪЕЛ ПИРОГ,
И В ОБИДЕ Я ПРИЛЕГ,
И ПРОСПАЛ В НЕЙ ДВА ЧАСА.
ОТКРЫВАЮ Я ГЛАЗА...
А ОНА КУДА-ТО ДЕЛАСЬ!
НО ИСКАТЬ НЕ ЗАХОТЕЛОСЬ.



**КАК ВЫ ДУМАЕТЕ, О
ЧЕМ МЫ СЕГОДНЯ
ПОГОВОРИМ?**



ОБИДА

ПРОЩЕНИЕ



ЗАДАНИЕ



- ВГЛЯДИТЕСЬ В ЛИЦА ДЕТЕЙ. КТО ИЗ НИХ ОБИЖЕН?
- КАК ВЫ ДОГАДАЛИСЬ?
- ОБИЖАЛИ ЛИ ВАС?
- ЧТО ВЫ ЧУВСТВОВАЛИ В ЭТО ВРЕМЯ?
- ЧТО ВЫ ДЕЛАЕТЕ, КОГДА ВАС ОБИЖАЮТ?

ЧЕМ ОТВЕТИТЬ НА ОБИДУ?



- **ОДНАЖДЫ СТАРЕЦ ВЕЛ РАЗГОВОР СО СВОИМ УЧЕНИКОМ , НАСТАВЛЯЯ ЕГО НА ВЕРНЫЙ И ИСТИННЫЙ ПУТЬ МУДРЕЦА. ГОВОРИЛИ НА ЭТОТ РАЗ ОНИ О ВАЖНОМ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА УМЕНИИ – СМИРЯТЬ ГНЕВ В СЕРДЦЕ СВОЕМ, НЕ ПОЗВОЛЯЯ ОПУСКАТЬСЯ ДО НИЗШЕГО - ДО МЕСТИ ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ. ВНИМАТЕЛЬНО ВЫСЛУШАВ СТАРЦА, УЧЕНИКУ ПРИШЛОСЬ ПРИЗНАТЬСЯ, ЧТО ОН НЕ СМОГ ЕЩЁ НИ РАЗУ ПРОСТИТЬ СВОЕМУ ВРАГУ ТО ГОРЕ, КОТОРОЕ ТОТ ПРИЧИНИЛ ЕМУ:**
 - **ЕСТЬ У МЕНЯ ОДИН ВРАГ, - СКАЗАЛ УЧЕНИК, - И В ГЛУБИНЕ ДУШИ СВОЕЙ, Я ХОТЕЛ БЫ ЕГО ПРОСТИТЬ, ВИДИТ БОГ... Я ОЧЕНЬ СТАРАЛСЯ, НО ВЫРВАТЬ ЖАЛО ГНЕВА ИЗ МОЕГО СЕРДЦА Я НЕ МОГУ НИКАК.**
 - **Я ЗНАЮ, КАК ПОМОЧЬ ТЕБЕ, - СКАЗАЛ СТАРИК, ДОСТАВАЯ ИЗ-ПОД ПЕЧИ ТРЕСНУВШИЙ ГЛИНЯНЫЙ КУВШИН, - ВОЗЬМИ В РУКИ ЭТОТ КУВШИН И СДЕЛАЙ С НИМ ТО, ЧТО ТЫ ХОЧЕШЬ СДЕЛАТЬ С ВРАГОМ СВОИМ.**

- УЧЕНИК ПОДНЯЛ КУВШИН ВЫСОКО НАД ГОЛОВОЙ И СО ВСЕЙ СИЛОЙ, СО ВСЕЙ ЯРОСТЬЮ ШВЫРНУЛ ЕГО ОБ ПОЛ - КУВШИН РАЗЛЕТЕЛСЯ НА МЕЛКИЕ ЧЕРЕПКИ.

СТАРЕЦ ПОСМОТРЕЛ НА ПОЛ, УСЕЯННЫЙ ОСКОЛКАМИ РАЗБИТОГО СОСУДА, И СКАЗАЛ:

- СМОТРИ ЖЕ, ЧТО ПОЛУЧИЛОСЬ: РАЗБИВ КУВШИН, ТЫ НЕ ИЗБАВИЛСЯ ОТ НЕГО, А ЛИШЬ ПРЕВРАТИЛ ВО МНОЖЕСТВО ОСКОЛКОВ, О КОТОРЫЕ ДАЖЕ ТЫ САМ ИЛИ ТВОЕ ОКРУЖЕНИЕ МОГУТ ПОРЕЗАТЬ НОГИ.

- ПОСЛЕДУЙ МОЕМУ СОВЕТУ: КАЖДЫЙ РАЗ, НЕ НАХОДЯ СИЛ УНИЧТОЖИТЬ ГНЕВ В СВОЁМ СЕРДЦЕ, ВСПОМНИ ОБ ЭТИХ ОСКОЛКАХ И ОБ ИХ КОЛИЧЕСТВЕ, А ЕЩЕ ЛУЧШЕ - **СТАРАЙСЯ ДЕЛАТЬ ВСЁ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСКАТЬ ПОЯВЛЕНИЯ ТРЕЩИН ТАМ, ГДЕ ИХ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ**



ЗАДАНИЕ



- ВСТАНЬТЕ В КРУГ И СДЕЛАЙТЕ ПАНТОМИМУ «Я ОБИДЕЛСЯ»
- А ТЕПЕРЬ, РАСПРАВЬТЕ ПЛЕЧИ, ГУБЫ УЛЫБАЮТСЯ, ЛАДОНИ - СВОБОДНЫ, ЖИВОТ МЯГКИЙ, ГОЛОВА ВЫСОКО ПОДНЯТА, ЛИЦО ВЕСЕЛОЕ - ТАКИЕ МЫ БЫВАЕМ, КОГДА МЫ УМЕЕМ ПРОЩАТЬ!



«ХОЧЕШЬ СОХРАНИТЬ ДРУЗЕЙ – НАУЧИСЬ ПРОЦАТЬ...»

- КТО-НИБУДЬ ИЗ ВАС КОГДА-НИБУДЬ ПРОЩАЛ КОГО-ТО?
- РАССКАЖИТЕ ОБ ЭТОМ.
- ЛЕГКО ЛИ ЭТО СДЕЛАТЬ?

ОБИДА ПОХОЖА НА КАМЕНЬ КОТОРЫЙ МЫ НОСИМ В СЕРДЦЕ. И ЭТОТ КАМЕНЬ ТЯГОТИТ ПРЕЖДЕ ВСЕГО НАС САМИХ. И ЕСЛИ МЫ ОТВЕЧАЕМ ЗЛОМ ТОМУ, КТО НАС ОБИДЕЛ, ЭТОТ КАМЕНЬ СТАНОВИТСЯ БОЛЬШЕ, РАСТЁТ И МОЖЕТ ЗАПОЛНИТЬ СОБОЮ ВСЁ СЕРДЦЕ.

ЕДИНСТВЕННЫЙ СПОСОБ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КАМНЯ ВНУТРИ – ПРОСТИТЬ И НЕ ОБИДЕТЬ В ОТВЕТ.



УЧИМСЯ ИЗБАВЛЯТЬСЯ ОТ ОБИД

- СПОСОБ 1) ЛИСТ ГНЕВА
- СПОСОБ 2) УДОБНО СЕСТЬ, РАССЛАБИТЬСЯ И ВСПОМНИТЬ СИТУАЦИЮ, КОГДА ВЫ ОБИЖАЛИСЬ НА КОГО-ТО.
- А ТЕПЕРЬ ПРЕДСТАВЬТЕ ЛЕГКОЕ, КРАСИВОЕ ОБЛАКО, НА НЕГО ПРИЯТНО СМОТРЕТЬ, «ПОСАДИТЕ» СВОЮ ОБИДУ НА ОБЛАКО, И ПУСТЬ ОНА УПЛЫВАЕТ ВМЕСТЕ С НИМ.
- ПРЕДСТАВЬТЕ, ЧТО С ВАМИ ПРОИСХОДИТ ЧТО-ТО ХОРОШЕЕ. ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ СЕБЯ СЧАСТЛИВЫМ. ВЫ ОСВОБОДИЛИСЬ ОТ ОБИДЫ. ВАМ



ИЗВИНЕНИЕ

- ЕЩЁ ОЧЕНЬ ВАЖНО НАМ ИЗВИНИТЬСЯ ПЕРЕД ТЕМИ,
 - ПЕРЕД КЕМ МЫ ВИНОВАТЫ.
 - КТО-НИБУДЬ ИЗ ВАС ИЗВИНЯЛСЯ ПОТОМУ ЧТО ЧУВСТВОВАЛ, ЧТО ВИНОВАТ?
 - КАКИЕ ЧУВСТВА ВЫ ПРИ ЭТОМ ИСПЫТАЛИ?



«ВОЛШЕБНАЯ ПАЛОЧКА»

У МЕНЯ В РУКАХ ВОЛШЕБНАЯ ПАЛОЧКА ПРОЩЕНИЯ.

КАК БЫ ВЫ ЕЕ ИСПОЛЬЗОВАЛИ?

ПЕРЕДАЙТЕ ПАЛОЧКУ ПО КРУГУ, ВЫСКАЗЫВАЯ СВОИ МЫСЛИ

ДАВАЙТЕ **ВМЕСТЕ ПОВТОРИМ** ЭТИ ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ СЛОВА:

**РУКА К РУКЕ, А СЕРДЦЕ К
СЕРДЦУ.**

**ОТКРОЙ ПРОЩЕНИЕМ В
СЕРДЦЕ ДВЕРЦУ!**

*ПОМНИТЕ! ПРОСТИТЬ
ЧЕЛОВЕКА – ЭТО ЗНАЧИТ
ОСВОБОДИТЬ ЕГО И СЕБЯ
ОТ ОБИД, ВЗГЛЯНУТЬ НА
ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА С
ДОБРОТОЙ И ЛЮБОВЬЮ!*

*СПАСИБО ВАМ ВСЕМ,
РЕБЯТА, ЗА
СТРЕМЛЕНИЕ БЫТЬ
ДОБРЫМИ И*