



# *«Ценности жизни»*

Подготовила  
студентка группы 9-23  
Переверзева Диана

# *Понятие ценность*

- Ценности - важнейшие компоненты человеческой культуры наряду с нормами и идеалами.
- Ценности - то, что имеет для нас значимость в нравственном, эстетическом и познавательном отношении.
- Ценность - то, что человек особенно ценит в жизни, чему он придает особый, положительный жизненный смысл.

# *Ценности*

```
graph TD; A[Ценности] --> B[Материальные]; A --> C[Духовные]; A --> D[Культурные]; A --> E[Нравственные];
```

*Материальные*

*Духовные*

*Культурные*

*Нравственные*

# *5 главных ценностей жизни каждого человека*

«Счастливый человек, для жизни ты живешь!»

Пушкин А.С.



# 1. Самобытность

*«Индивидуальность - высочайшая ценность в мире» Ошо*

Все в жизни имеет свое назначение. У каждого живого существа на планете есть своя миссия. И у каждого из нас есть своя роль. Реализуя свои уникальные таланты и способности, мы обретаем счастье и богатство. Путь к своей уникальности и миссии лежит через наши желания и мечты еще с самого детства.



## 2. Самораскрытие и духовный рост

*«Мы не человеческие существа, получающие время от времени духовный опыт. Мы духовные существа, получающие время от времени человеческий опыт»*

*Дипак Чопра*

Люди в основном гонятся за материальным благополучием и озабочены, прежде всего, вещами, а не душой. Тогда, как первичный смысл и цель человеческой жизни заключаются в том, чтобы осознать, что он духовное существо и ничего материального ему, на самом деле, не нужно.

# 3. *Открытость*

*«Что посеешь, то и пожнешь»*

*Народная мудрость*

## **Что нужно сделать, чтобы стать более открытым?**

- Дайте волю своим эмоциям и чувствам. Покатайтесь на самом крутом аттракционе и покричите в свое удовольствие; поделитесь своими чувствами с другими людьми; станьте оптимистом - радуйтесь, смейтесь, веселитесь, несмотря ни на что.
- Примите себя и жизнь такой, какая она есть. Позвольте себе быть таким, какой вы есть, а событиям случаться самим. Ваша задача мечтать, двигаться и наблюдать, какие чудеса преподносит вам жизнь. И если что-то складывается не так, как вы хотели, значит будет еще лучше. Просто расслабьтесь и получайте удовольствие.

## 4. Любовь

*«Любовь – это питание для души. Любовь для души – это то же самое, что пища для тела. Без пищи тело слабо, без любви слаба душа»*

*Ошо*

Самый лучший способ поднять волну любви в своем теле – это благодарность. Начните благодарить Бога за все, что он преподносит вам каждое мгновение: за эту пищу и крышу над головой; за это общение; за это ясное небо; за все, что вы видите и получаете. И когда вы поймаете себя на раздражении, сразу спрашивайте себя: "Почему я должен быть благодарен сейчас?" Ответ придет из самого сердца, и, поверьте, он вас воодушевит.





## 5. Отношения

*«Блаженство тоже заразительно, как любая болезнь. Если ты помогаешь другим быть счастливыми, по большому счету ты помогаешь быть счастливым самому себе»*

*Ошо*

Как можно чаще проводите время с теми, кого любите и цените. Они – это самое дорогое, что у вас есть. Всегда будьте открыты для общения и новых знакомств, это обогащает. Как можно чаще дарите людям свое внимание и восхищение ими, - все это вернется к вам. С радостью и бескорыстно помогайте, дарите и так же с радостью принимайте дары от других.



**Спасибо за внимание!**