WDŻ klasa VII

Temat: Samowychowanie czyli „rzeźbienie”

ciała i ducha

**Samowychowanie** –to inaczej doskonalenie siebie, kształtowanie woli i charakteru, kierowanie własnym rozwojem, samokształcenie, samosterowanie i samorealizacja.

Samowychowanie odbywa się na dwóch polach:

1.*praca nad psychiką, emocjami i intelektem* (wgląd we własne myśli, intencje, przekonania, opanowywanie ich i rozwijanie)

2*. troska o ciało* (rozwijanie sprawności fizycznej, dbałość o dobrą kondycję, panowanie nad popędami ciała)

*Samowychowanie* jest podobne do rzemiosła, do pracy w warsztacie, są w nie wpisane trud, porażki i zmęczenie ale również radość i satysfakcja z ukończonego dzieła.

*Samowychowanie* zmierza do moralnej doskonałości czyli umiejętności wybierania dobra w każdej sytuacji. Na tym też polega prawdziwa WOLNOŚĆ – aby wtedy, gdy możemy mieć wszystko, wybierać to CO JEST DOBRE I NIE SZKODZIĆ DRUGIEMU CZŁOWIEKOWI.

Obejrzyjcie film:

<https://www.youtube.com/watch?v=HkuL_xDwh0U>