

# Преобразование Привычек.

## ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. (2 часа)

- 1) Киртан. (20 мин.)
- 2) Ломка Льда - работа в парах. (10 мин.)
- 3) Ломка Льда - работа в группах. (10 мин.)
- 4) Мозговой штурм. (5 мин.)
- 5) Сценка. Нарада и Брахман. (15 мин.)
- 6) Работа в большой группе. (30 мин.)
- 7) Работа в малых группах. Подведение Итогов. Экзамен. (30 мин.)

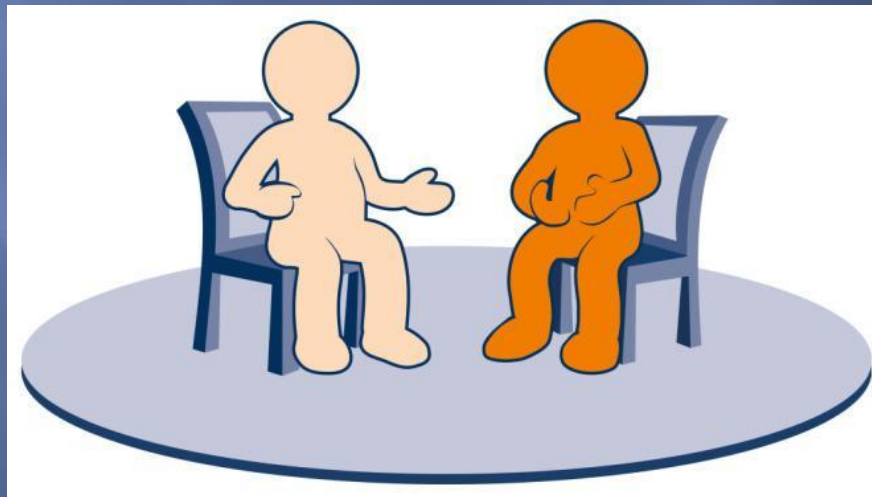
# Киртан.



KRIYATE

# Ломка Льда - работа в парах.

Нужно разделиться на пары и в парах обсудить вопрос – «что мне нравится на Бхакти-Врикше больше всего, почему я хожу на Бхакти-Врикшу». (3 мин. в одну сторону и 3 мин. в другую.)



# ДОПОЛНЕНИЕ.

Постарайтесь первые два года что длится обучение в БВ сосредоточиться на посещениях Бхакти-Врикши, поскольку от того насколько вы качественно пройдёте обучение на БВ будет зависеть ваша дальнейшая судьба. Дело в том, что для того чтобы качественно пройти обучение в какой-то области нужно на время сосредоточиться именно на этом обучении, нужна концентрация. Поэтому старайтесь не пропускать встреч БВ и приходить всегда вовремя, поскольку расписание Бхакти-Врикши это ваше духовное меню и оно составлено таким образом, чтобы питать наилучшим образом ваше духовное здоровье и если вы будете пропускать какие-то части БВ или ещё хуже занятия целиком, то это не самым лучшим образом отразится на закладке фундамента вашего духовного здоровья.



# ЦИТАТА:

«Склонность к одиночеству есть род реакции на наши прошлые материальные деяния, но для неопита одиночество не слишком благоприятно. Майя постоянно пытается напасть на нас, и стоит ей найти хоть малейшую возможность, она старается навязать нам свое ядовитое влияние. Поэтому вначале лучше всего не искать одиночества, а оставаться среди чистых преданных, чтобы даже в случае нападения майи их общество защитило нас. Если ты постоянно занят проповедью, это очень хорошо. Но оставаться одному в уединенном месте для новичка нежелательно». (ПШП Ядунандане, 26 марта 1968)

# Ломка Льда - работа в группах.

Разделитесь на группы по 4-6 человек и по кругу каждый по 2 минуты обсудите тему - чем мне нравится игра «Преображение Привычек», почему я играю в эту игру.

# Мозговой штурм.

Перечислите причины, почему люди часто оставляют своё духовное развитие «на потом».

# Сценка. Нарادا и Брахман.





# ДОПОЛНЕНИЯ.

Скажи мне, кто твой друг, и я скажу тебе, кто ты. Общение – главный способ передачи гун, именно благодаря ему у нас появляются определенные желания. Кроме того, круг общения обычно определяет и всё остальное – деятельность, еду, музыку, места, в которых проходит общение. Таким образом, формируются ценности, лежащие в основу характера. Бхактивинода Тхакур пишет: «Природа человека зависит от общения. С кем он общается, на того и становится похожим. Своим общением в этой жизни мы меняем природу, приобретенную кармой общения в прошлой жизни».



Общение в невежестве обычно связано с негативом. Это жалобы, обсуждение чужих качеств и поступков. Общение в страсти – хвастовство, соперничество, лесть, поиск взаимной выгоды. Люди в страсти ищут в других возможности для удовлетворения своих желаний. При этом они понимают, что просто так ничего не бывает, и готовы соблюдать определенные правила. Общение в благости основано на уважении. Это желание помочь, сотрудничество, прославление хороших качеств, обсуждение возвышенных тем. На практике – все просто. Чтобы изменить свою судьбу к лучшему нужно регулярно общаться с людьми, которые стремятся к духовному развитию.

# Аудио.

- ▣ По завершению прослушивания будут вопросы!

# ВОПРОСЫ.

- Что такое эгоизм?
- К чему приводит эгоизм?
- Можно ли сказать что игра Преображение Привычек это война с самим собой? Что нужно сделать, чтобы победить в этой войне?
- Зачем нам нужна мечта?
- Зачем нам нужна Духовная Семья?
- Как нам поможет игра Преображение Привычек создать Духовную Семью?



# Подведение Итогов. Экзамен.



# Подведение Итогов. Экзамен.

Разделитесь на группы по 4-6 человек.

Далее нужно написать, какие блага даёт регулярное – еженедельное посещение Бхакти-Врикши.

На это задание даётся 5 мин.

# ИГРОВАЯ ЧАСТЬ. (1 час.)





# 1 КОНКУРС «ПОДЪЁМ-ОТБОЙ».

Каждая команда должна подсчитать самостоятельно баллы.

Если в команде есть человек, который регулярно встаёт

До 3-х утра он зарабатывает 5 баллов.

До 4 утра – 4 балла.

До 5 утра – 3 балла.

До 6 утра – 2 балла.

До 7 утра – 1 балл.

Если после 7 встаёт то тогда «ноль» баллов.

Под словом регулярно имеется в виду, что на этой недели он как минимум 4 дня из 7 вставал в это время.

Затем каждая команда озвучивает свои результаты - и мы присуждаем места и очки – 1 место – 10 очков, 2 место – 9 очков, 3 место – 8 очков и т.д.



## 2 КОНКУРС. «ДЖАПА».

За 3 минуты каждой команде нужно на листочек записать как можно больше аргументов о важности ежедневного чтения ДЖАПЫ. Далее каждая команда по кругу начинает говорить свои аргументы, у кого аргументы заканчиваются тот выбывает из игры. Игра идёт до тех пор, пока не останется кто-то один. Кто занимает 1 место - получает - 10 ОЧКОВ, за 2 место – 9 очков, 3 место – 8 очков, 4 место – 7 очков, 5 место – 6 очков.

## 3 КОНКУРС. «СЛУЖБЫ».

Каждая команда при помощи лотереи тянет карточку – на первой карточке написано – Шри Гуру Вандана, на второй – Туласи Киртан, на третьей – Гаура Арати, на четвёртой – Шикшаштака, на пятой – Шри Шри Гурв-аштака. Если команда сможет спеть по памяти от начала и до конца эту службу она заработает 10 ОЧКОВ. Если 80-60 процентов этой службы, то тогда 8 очков. Если хотя бы какую-то её часть, то тогда 5 ОЧКОВ.

## 4 КОНКУРС. «ЧТЕНИЕ».

Зачитываем какой-то текст из какой-то книги Прабхупады или БВ. Командам нужно отгадать из какой книги текст. Кто первым поднимает руку и отгадывает текст - зарабатывает один балл. У кого этих баллов будет больше всех займёт первое место и заработает 10 ОЧКОВ. Если кто-то поднимает руку и неправильно называет книгу - тот не может больше предлагать свои варианты до следующей цитаты из следующей книги.

