

факультатив

ИСКУССТВО ЖИТЬ

(ПРАКТИЧЕСКАЯ ФИЛОСОФИЯ И ПСИХОЛОГИЯ)

С. Ф. Васильев, кандидат философских наук, доцент кафедры философии



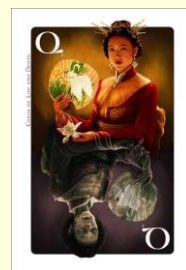
**Важно стать хорошим профессионалом,
но не менее важно овладеть искусством жизни –
искусством прожить жизнь достойно,
стать хозяином своей жизни**

**Через невозможное –
вперёд!**

ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

На лекционных занятиях рассматриваются различные картины мира и связанные с ними способы жить, а также соответствующие практики

1. **Философия жизни** {человеческая ситуация, биофилия и некрофилия, логотерапия}
2. **Философия добродетели** {закон добродетели, добродетель и счастье}
3. **Философия наслаждения** {гедонизм, эпикурейство, тренинг наслаждения}
4. **Философия освобождения (йога)** {8 ступеней йоги, чакры, мудры}
5. **Философии пути (даосизм)** {недеяние, у-син, цигун}
6. **Философия сострадания (буддизм)** {сансара и нирвана, медитация, дзэн}
7. **Философия недвойственности (адвайта-веданта)** {атмабодха, тьяга, лила}
8. **Философия сновидения (шаманизм)** {сталкинг. сновидение, грокинг}
9. **Философия спасения (христианство)** {покаяние, прощение, умное делание}
10. **Философия человечности (гуманизм)** {самоактуализация, самоал, я-концепция}
11. **Философия успеха** {жизненная карьера, законы успеха}
12. **Философия романтизма** {томление, поэзия, глубинная психология}
13. **Философия судьбы (стоицизм)** {любовь к року, фортунология, искусство везения}
14. **Философия подлинности (экзистенциализм)** {тревога, свобода, смысл жизни}
15. **Философия личности (персонализм)** {персонализация, призвание, психосинтез}
16. **Философия могущества** {культура силы, стратегмы победы, искусство поражения}
17. **Житейская философия** {житейское счастье, любовь, брак}



ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ:

На практических занятиях слушатели будут ознакомлены с некоторыми полезными приёмами, позволяющими - бороться с болезнями, обогатить своё восприятие мира, улучшить способность понимать других людей и общаться с ними, наладить продуктивную самомотивацию, установить контакт с собственным подсознанием и многое другое. Для самопознания слушателей широко используются различные тесты. Есть информационные материалы в электронном виде.

1. **Искусство восприятия** (гсд, сенсорные предпочтения, внимание)
2. **Искусство чувствовать** (эмоции, психомимика, борьба со страхом)
3. **Искусство желать** (стили действия, самомотивация)
4. **Искусство мыслить** (стили мышления, мнемотехника, творческое мышление)
5. **Искусство дружбы с подсознанием** (самовнушение, аутотренинг, защиты)
6. **Искусство быть здоровым** (здоровый образ жизни, целительство)
7. **Искусство общения** (невербальное общение, подстройка, конфликтология)
8. **Искусство верить** (тренировка воли, ассертивность)
9. **Темпоральное искусство** (экономика времени, жизнь в моменте)

