



Seriál Labyrint světa a ráj srdce

Metodika k dílu: Mezi rozkošníky

Základní informace naleznete v příloze [Jak používat metodiky Labyrint](#).



Popis seriálu:

V každém díle vystupují tři hlavní postavy – **Poutník** (který představuje samotného Jana Amose Komenského), **Všudybud** (průvodce, který má právo být všude a volně se pohybovat v Labyrintu) a **Mámení** (tlumočník neboli komentátor). Od Mámení dostal Poutník brýle mámení, přes které vidí vše ve světě zkresleně v růžových barvách. Ale naštěstí je schopen nad brýlemi vidět svět takový, jaký doopravdy je. Poutník vstupuje do **Labyrintu světa**, aby našel štěstí, smysl života a své životní povolání. Na začátku dostal od **Osudu** povolení si nejprve vše prohlédnout a až pak si zvolit své povolání. Vládkyní celého světa je královna **Moudrost**, ve skutečnosti **Marnost**.

Průvodci přivádějí Poutníka na hrad královny Fortuny. Tam prý najde opravdovou rozkoš a štěstí.

Upozornění pro učitele: Video obsahuje náznak sexuální scény, doporučujeme vyučujícímu zhlédnout předem a zvážit, zda je pro žáky vhodné.



45 min

Osnova:

1. Video – Mezi rozkošníky
2. Aktivita – Ideální den
3. Diskuze – Vnitřní hranice
4. Aktivita – Kreslení na záda
5. Video ukázka – Porušení zásad
6. Závěr - Aktivní hledání štěstí
7. Závěrečná sebereflexe



Pomůcky: papíry, obyčejné fixy, kartičky se zadáním, zavírací špendlíky nebo kolíčky k uchycení papíru na záda



Cíle:

1. Žáci si uvědomí, že neomezená svoboda jim obvykle štěstí nepřinese
2. Žák přemýšlí o svých vnitřních hranicích a je motivován k jejich nastavení
3. Žák je povzbuzen k tomu, aby o smysluplný život aktivně usiloval



Hlavní myšlenka: Aby člověk v životě prožíval štěstí, potřebuje být jeho aktivním spoluvůrcem; nestačí být jen „konzumentem“ nejrůznějších potěšení.

1. **Video – Mezi rozkošníky**

Pustíme video.

5'

Jaké emoce ve vás video vyvolalo?

V čem lidé ve videu hledali rozkoš?

Když lidé někam odjíždějí, přejí druhým „užij si to“. Co je obsahem takového přání? Co tím myslí?

Jak si „užít“ život?

3'

Ve videu je zdrojem rozkoše mnoho věcí (jídlo, pití, sex, alkohol, lenošení, atd.) Ale viděli jsme, že příliš mnoho rozkoše může vést k nezřízenosti, jakoby člověk přestával být člověkem a rozkoš mu pomalu ničila život.

Cílem našeho programu je přemýšlet, jak být šťastný, jak vést smysluplný život.

Video zobrazovalo představu renesančního člověka o rozkoši. Tím byl dostatek jídla, pití, žádná práce, další slasti. Z té doby existují i umělecká díla zobrazující, jak lidé hodují, přejídají se až k prasknutí.

Je to i pro vás představa toho nejlákavějšího?

Dnes už málokdo touží po tom se přejít k prasknutí, protože máme jídla dostatek.

Dostupná věc přestává být zdrojem naší touhy.

Co je pro vás představa „ráje“ dnes? Co si dneska chceme „užít“?

Abychom si to lépe představili, pojďme vymyslet, jak by vypadal váš ideální den.

Kde byste byli? S kým byste byli? Co byste dělali/nedělali?

2'

2. **Aktivita – Ideální den**

Učitel napíše nedokončené myšlenky na tabuli. Žáci pracují individuálně, píšou si na papír, jak by vypadal jejich ideální den, a vybírají si, které myšlenky chtějí doplnit, nebo si vymyslí své vlastní. Učitel dá žákům úplnou volnost, nebude je omezovat v tom, co si žáci napíšou, naopak je podněcuje, aby popustili uzdu fantazii.

Přemístil bych se do ...

Celý den bych ...

Už nikdy bych nemusel ...

Už nikdy bych neměl nedostatek (čeho?)

Dopřál bych si spoustu ...

Chtěl bych se potkat s ...

...

Několik žáků může na výzvu učitele sdílet své nápady před třídou.

Reflexe: Jako ideální vnímáme často to, co nemá žádné omezení. Toužíme po neomezené svobodě, ať už se to týká čehokoliv z toho, co jste jmenovali. Na druhou stranu jsme ve videu viděli, jak to vypadá, když lidé žádná omezení nemají.

Jaké konkrétní příklady jste ve videu viděli?
(*zvracející člověk, pár souložící na veřejnosti, člověk ulevující si pod sebe, atd.*)

10'

3. **Diskuze - Vnitřní hranice**

Ve videu jsme viděli člověka, který si ulevil pod sebe.

Kdybyste toho byli svědky, co byste si o takovém člověku mysleli? Jak byste to okomentovali?
(*Nekomentovat případy, kdy se něco takového stalo ze zdravotních důvodů jako nehoda.*)

Ten člověk dotáhl do „dokonalosti“ zrušení všech omezení.

To byl přece náš cíl, když jsme přemýšleli o našem ideálním dnu. Kam až to ale může vést?
Diskuze.

(*Cílem je, aby žáci přišli na to, že odbourání veškerých omezení způsobí, že člověk sám sebe degraduje, atd. Případně tuto myšlenku na závěr řekne učitel.*)

Jak se takovým situacím mohu vyhnout? Co mi zabraňuje, abych to udělal?

(*např. stud, společenská pravidla, moje přesvědčení, výchova, atd.*)

Aby si nás vážili druzí a také my sami sebe, nastavujeme si určité **vnitřní hranice**.

Jak už jsme si říkali, dříve bylo snem chudého člověka přejít se až k prasknutí.

Dnes vidíme, že neomezené množství jídla přestalo být pro nás zdrojem touhy.

Lidé naopak vymýšlejí, jak si ty hranice dát – počítají kalorie, pálí tuky ve fitcentrech, atd.

Kde jinde - kromě jídla - vnímáte, že si lidé dobrovolně nastavují hranice?

(*zábava, trávení času na PC, životospráva – jít včas spát a ráno včas vstát, denní režim, sex, stolování, atd.*)

5'

4. **Aktivita – Kreslení na záda**

Cíl: Omezení nám může přinést i zábavu.

Pomůcky: papíry, obyčejné fixy, kartičky se zadáním, zavírací špendlíky nebo kolíčky k uchycení papíru na záda

1. Dvojice dobrovolníků přijde k tabuli, jeden stojí čelem k tabuli a na zádech má připevněný papír. Druhý si vylosuje kartičku se zadáním obrázku a kreslí ho prvnímu obyčejnou fixou na papír na zádech. Ten se snaží stejný obrázek nakreslit na tabuli. Nikdo u toho nesmí mluvit.

2. Ostatní žáci se rozdělí do dvojic a sednou si jeden za druhého. Jeden si vylosuje zadání a kreslí žákovi před sebou na papír na jeho zádech. Žák vpředu kreslí obrázek na papír před sebou. Obrázky si pak mohou porovnat.

Odkaz na video pro ilustraci: <https://www.youtube.com/watch?v=EqsL64uk1Q4>

Reflexe: Co udělalo tuhle hru zábavnou? (*omezení, která tam byla; kdyby jeden dostal zadání a druhý by ho viděl a jen by ho měl obkreslit podle něj, byla by to nuda*)

Omezení a překážky nám někdy mohou vadit, ale tady jsme viděli, že nás někdy i rozvíjí, baví, vnáší zábavu. Např. pravidla silničního provozu nás také omezují, ale zároveň nám zaručují bezpečnost.

10'

Zkuste si teď představit někoho, kdo má nějaké vnitřní zásady, které se vám líbí. Které to jsou? Diskuze.

5. Video ukázka – Porušení zásad

Pustíme část, od momentu, kdy Všudybud Poutníkovi za dveřmi domlouvá, ať se řídí podle lidí, až po moment, kdy jeden opilec říká Poutníkovi „ale k nám se vůbec nehodíš“.

Poutník se dostal do situace, kdy mu nabízeli nějaký druh zábavy, ale on se cítil, jako by tam nepatřil.

Komu se to už někdy stalo? To bylo asi proto, že vaše vnitřní zásady máte nějak nastavené a ty se nepotkaly s nabízenou zábavou.

Jaké máme v takových situacích možnosti? (*poruším je/neporuším je*)

Proč se stává, že lidé své zásady porušují? (*aby se zavděčili, aby se líbili druhým, aby se cítili přijatí, nemají zásady ještě úplně upevněné, atd.*)

Co s tím? Co udělal Poutník a k čemu to pak vedlo?

(*Porušil své zásady, bylo mu zle a stejně ho nepřijali.*)

4'

6. Závěr - Aktivní hledání smyslu

Štěstí dosáhneme nikoli tím, že si děláme jenom to, co chceme, ale tím, že o něco **usilujeme**. Komenský nacházel štěstí ve vztahu s Bohem, ale to neznamená, že žil někde mimo realitu, překonával v životě mnohé překážky a stále usiloval o lepší budoucnost nejenom pro sebe.

Tlustý člověk na začátku videa (= obraz pasivity) potřeboval ostatní lidi k tomu, aby zažíval pohodlí a rozkoš. Abychom ale prožívali spokojenost, potřebujeme my sami být aktivní.

V dnešní době máme velmi málo omezení oproti tomu, co měl Poutník v 17. století.

Je ale paradoxem, že lidská duše není spokojenější - naopak přibývá depresí a úzkostných poruch.

Je zajímavé, že aby byl mozek šťastný, potřebuje překonávat překážky a různá omezení.

Jak řekl psycholog Marek Herman: „Mozek je šťastný, jen když o něco usiluje.“

Například více se radujeme, když hrajeme ve výběrovém oddílu, protože jsme poctivě trénovali, než kdyby nám to zařídili rodiče a nás to nic nestálo.

Kdo z vás někdy zažil, že o něco usiloval - a pak se mu to povedlo?

(*žáci mají možnost říci svou zkušenost*)

2'

7. Závěrečná sebereflexe

Žáci si napíší na papír odpovědi na zadané otázky.

Mohou v rámci třídy odejít do bezpečného prostoru - své odpovědi nikomu neukazují.

Učitel zajistí, aby byla třída v klidu a žáci se navzájem nevyrušovali.

(Žáci si mohou odpovědi na otázky doplnit v klidu doma.)

Otázky:

Co mě udělá šťastným? Jaký je můj životní cíl? O co usiluji?

Jaké prostředky ve svém usilování použiji/nepoužiji, abych si mohl sám sebe vážit?

Jaké vnitřní zásady mi k tomu mohou pomoci?

4'