

## PL 76: SLOŽKA MÉHO BUDOUČÍHO JÁ

Filozofové už tisíce let nemluví ani tak o šťastném, jako spíš o dobrém životě.

Pro takový dobrý život jsou nutné základní hodnoty – ty jsou konečné, jsou tedy dobré samy o sobě, nikoliv jako prostředek k něčemu jinému, co je dobré.

Standardní filozofická metoda rozpoznání konečných hodnot spočívá v neustálém dotazování „k čemu?“ - jako malé děti, které nám tím občas jdou na nervy. Když se nám už nedaří odpovědět, dostali jsme se ke konečné hodnotě. Například:

- Zdraví a bezpečí (strava, pohyb, bydlení, příjem)
- Sounáležitost (vztahy a přátelství, intimní vztah, rodina, příslušnost ke skupině)
- Vnitřní klid (mít smysl života, odpočinek, čisté svědomí)
- Být dobrý v tom, co dělám (koníček, práce nebo obojí)
- Učit se a mít znalosti v oblastech, které mě zajímají
- Sebeurčení/autonomie (nezávislost názorů a životního stylu, kontrola nad vlastním životem, kreativita)

Všichni lidé se snaží dosáhnout některých nebo všech životních cílů. Jestli jich dosáhneme a jak, určuje život náš i život druhých.

Pro každého jsou významné jiné základní hodnoty. Možná je pro vás základní hodnotou něco, co tu není uvedeno. Jedná se pouze o výčet a nemůže být úplný ani absolutně platný.

Vaším úkolem je najít obrázky (vystříhnout je z časopisů, např. fotografie rodiny, namalovat/nakreslit je atd.), které dokládají, jak to bude vypadat, až dosáhnete určité základní hodnoty.

Využijte svou složku Mé budoucí JÁ a tyto obrázky do ní vložte.

Pro každou z výše uvedených hodnot najdete alespoň jeden obrázek.

Tato složka je otevřená – obrázky můžete měnit a přidávat nové. Můžete např. najít obrázek hezky zařízeného bytu a vložíte ho do své složky, abyste tak zdůraznil, že je pro vás hezké bydlení důležité pro dosažení vnitřního klidu.

Když po několika týdnech najdete obrázek bytu, který absolutně splňuje vaše představy o bydlení a třeba i okolí (např. zahrada, sousední domy) vypadá perfektně, pak můžete původní obrázek nahradit novým.

Tento proces se může neustále opakovat, což krásně ilustruje i proměnu, resp. růst vašeho budoucího JÁ.