

Fungua darasa na simu ya kupendeza ya mkutano wa hadhara.

(Nchi Yako) ni ya Ajabu Sisi ni Ajabu Wewe ni Ajabu Mimi ni Ajabu Hakikisha wana karatasi na penseli kwa maelezo ya kuandika maneno ambayo hawaelewi. Waulize wanafunzi ni nini kimebadilika katika maisha yao tangu kujifunza kujitolea kwa kwanza kwa wema. Zunguka chumba kimoja baada ya kingine.

Waandike: Ahadi #2. Kuwa mwema kwa wengine wote na viumbe vya Mungu. Zunguka chumbani ukimuuliza kila mwanafunzi hiyo inamaanisha nini kwao. Hapa kuna vidokezo na mifano, tumia uzoefu wako wa maisha kuongeza mifano.

1.) Usipigane kamwe. Ondoka mbali na mapigano, sio mwoga, ni busara. Mapigano yanaweza kusababisha jeraha au kifo. Watu wako gerezani kwa sababu ya vita vya kijinga. Kila mtu anajuta kupigana baadaye. Usipigane kamwe. (Waulize hadithi kuhusu mapigano)

2.) Usigombane na mtu yeyote. Kubishana ni nishati hasi. Mwambie mtu yuko sahihi, jiulize ni kweli kutumia muda vizuri kubishana wakati ndani ya dakika kumi haitakuwa na maana yoyote. Kuwa mtu nadhifu, waambie wako sawa, inawafanya watu kuwa wazimu, wanataka kubishana ili wasikilize.

Usibishane kamwe ni kupoteza muda

3.) Usicheze. Kudhihaki ni ubaya, ni kumchagulia mtu mdogo au asiye na akili. Ni nishati iliyopotea, ni mbaya sana.

4.) Usidhulumu. Wanyanyasaji ni watu walioshindwa, hawana kujistahi. Hawadhulumu mtu mkubwa kuliko wao, kwa kawaida huwadhulumu kwenye pakiti na walioshindwa wengine.

Ni watu dhaifu, wasikie huruma na uondoke. Sio udhaifu kuondoka, ni nguvu. Usiruhusu majina wanayokuita yakusumbue, puuza kila wanachosema.

5.) Tabasamu kwa kila mtu. Kutabasamu ni afya, hukufanya uishi maisha marefu zaidi, huwafanya watu wengine watabasamu, ni tendo la wema kutabasamu kwa watu. Tabasamu ni bure kutoa na inaweza kusaidia mtu anayehitaji.

Kila mtu anaonekana bora kwa tabasamu. Kutabasamu kunatoa vitengo vya ujumbe wa neuro kwenye ubongo wako ambavyo hupunguza mfadhaiko, ni endorphins, dopamine na serotonin.

6.) Usibague. Sote tuko kwenye sayari ya Dunia, sisi sote ni wanadamu, sote ni sawa. Watendee watu vile ungependa wakutendee.

7.) Kuondoa ubaguzi wa rangi. Msiwahukumu watu kwa rangi ya ngozi zao bali kwa maneno wanayosema na matendo yao.

8.) Usiwe na ubaguzi. Ubaguzi hufafanuliwa kama: Maoni ya awali ambayo hayatokani na sababu au uzoefu halisi. Sio sifa nzuri ya mhusika.

9.) Peana mikono, wakumbatie wengine na uwaangalie machoni. Sisi ni viumbe vya kijamii, tunahitaji kuwasiliana kimwili na kihisia. Kukumbatia ni tendo la kweli la fadhili, kupeana mikono salamu nzuri na kugusa macho muhimu kwa mawasiliano mazuri.

10)ango kwa wageni. Watu wengine wanaweza wasikushukuru lakini ni mtu mkarimu sana anayechukua muda kuwasaidia wengine.

11.) Waruhusu watu kwenye trafiki wanapoendesha gari. Watu wengi watafanya jambo la fadhili ikiwa tu wanajua kuwa wao ni malipo. Hapa kuna mfano mzuri. Uko njiani **kuelekea** kwenye usaili wa kazi, lazima uwe umefika kwa wakati, kwenye trafiki mtu aliye upande wako wa kulia anataka kuruhusiwa, huna jambo ambalo linakufanya wewe na mtu mwingine kujisikia vibaya.

Katika mahojiano mtu anayekuhoji ni dereva ambaye hukuwa na huruma naye. Jiulize anahisije kukuhusu. Lau ungejua ni yeye bila shaka ungemruhusu aingie kwani **kunaweza** kuwa na malipo kwa kitendo chako. Sasa, kama mtu mkarimu na kujua kuruhusu gari kwenye trafiki kunakucheleweshwa kwa sekunde tano tu unapomruhusu mtu huyo kuingia, unajisikia vizuri kama wao.

Sasa ukifika kwenye mahojiano, unafikiri mtu huyo anafikiria nini kuhusu wewe sasa? Wema una thawabu nyingi, huwa hatuuoni mbele yetu.

12.) Usile spishi zilizo hatarini. Watu hula viumbe ambavyo vizazi vijavyo haviwezi kuvifurahia. Maelfu ya spishi hufa kila mwaka.

13.) Usinunue bidhaa kutoka kwa aina hizo. Wanaua tembo kwa ajili ya mapambo ya Pembe za Ndovu na mapambo ya ofisi. Wanaua wanyama kwa Ngozi yao, wanaharibu miti adimu ya kigeni kwa fanicha ya kuni. Jiulize ni aina hii.

14.) Jizoeze vitendo vya fadhili bila mpangilio. Inachukua muda na nguvu kuwa mkarimu kwa wageni au kuchukua takataka lakini utaona hisia ya Ajabu ambayo itakupa.

15.) Changia wakati wako. Tenga muda kidogo kwa wengine hata dakika chache zinaweza kuleta mabadiliko.

16.) Shiriki. Kushiriki kile ulicho nacho na wengine ni Ajabu, inaweza kuwa wakati wako, kitu ambacho huitaji tena, pesa kwa mtu anayehitaji.

17.) Sikiliza wengine. Kuna msemo usemao mtu mwenye busara husikiliza. Unapomsikiliza mtu kweli ni tendo la fadhili sana.

18.) Maneno unayosema yana umuhimu. Sema maneno mazuri kila wakati. Maneno huathiri maji, sisi ni maji 70%.

Uchunguzi wa maji wa Kyoto ulithibitisha kuwa maneno makali hupotosha molekuli za maji na maneno mazuri yanaonyesha umbo zuri la Crystal. Tumia tafadhali, asante, unakaribishwa, nakupenda, naweza kukusaidia. Sisi ni binadamu na tunapaswa kutumia lugha kwa njia nzuri.

Maliza darasa na Simu ya Ajabu ya Rally (Nchi Yako) ni ya Ajabu Sisi ni Ajabu wewe ni Ajabu Mimi ni Ajabu Vidokezo Wanafunzi wanapaswa kuingia katika vikundi vidogo ambapo mmoja au wawili wanajifanya kuwaonea wengine na mmoja kufika kwenye eneo la tukio na kuwazuia kutumia maneno mazuri na kuwaambia kwa nini hawapaswi kuwadhulumu wengine. Jaribio la kufanya pamoja: Tafuta kwenye Google utafiti wa maji wa Kyoto