

PROPÓSITO:

GUÍA 1: Reconoce que somos seres espirituales e Identifica sus posibles manifestaciones a diario, haciendo una radiografía de su vida para fortalecer su mundo espiritual valorando su entorno y las relaciones interpersonales.

MOTIVACIÓN:

SOMOS ESPIRITUAL

YOU TO BE: <https://www.youtube.com/watch?v=TE8OK4Z5oUU>

También en clase se compartirá el vídeo

EXPLICACIÓN:

SOMOS SERES ESPIRITUALES QUE HABITAMOS UN CUERPO HUMANO

No somos nuestro cuerpo, lo usamos, necesitamos cuidarlo y darle mantenimiento.

No somos tampoco nuestras emociones o nuestros pensamientos, nosotros los creamos usando nuestra mente y nuestro cuerpo.

Somos consciencia, energía pura, sintonizada para habitar un cuerpo hecho de energía pura también. La diferencia es que las partículas de nuestro cuerpo vibran a una velocidad que les permite crear solidez y nuestra consciencia vibra a otra velocidad que le permite hacer otras cosas como recibir y emanar energía más de allá de los límites del cuerpo.



No somos nuestro cuerpo: No, no eres tu dedo, ni tu páncreas, ni tu piel; habitas tu cuerpo, formado por diversos elementos que reaccionan a ti habitando ese maravilloso estuche o biocomputadora.

Necesitas cuidarlo para que tu viaje en la Tierra con tu cuerpo como vehículo sea de la mayor calidad posible. Piensa esto: hoy percibes tu vida, tu experiencia humana a través de las facultades sensoriales de tu cuerpo como tu vista, olfato, oído, tacto, gusto, y a través de tus facultades mentales como pensamientos y emociones. Si una de esas facultades se daña, afecta y condiciona directamente tu experiencia del mundo y de ti.

No somos tampoco nuestras emociones o nuestros pensamientos: Tu cerebro no piensa por sí sólo, tú piensas con tu cerebro. Si no hay una consciencia que lo use, el cerebro "no funciona", las emociones las creamos a partir de la información que procesamos y el significado que le damos a esa información con nuestro cerebro, corazón y cuerpo completo, pero no somos esa cadena eterna de pensamientos

ni el cúmulo de reacciones químicas y sensaciones que son nuestras emociones. Nosotros las creamos y las experimentamos.

Entonces, ¿qué somos? ¿Qué soy? ¿Quién soy? Esas preguntas llevan siglos con nosotros y hemos creado miles de respuestas diferentes para ellas. No me atrevería a definir quién eres tú. Mi propia definición de qué soy y quién soy es maleable, flexible y dinámica, pero te la puedo compartir. Hoy creo que soy energía pura, teniendo una experiencia individualizada habitando en un cuerpo humano en la Tierra. Soy el Universo entero. Y tengo la certeza, en cada una de mis células, de que tú ERES igual a mí.

Pero la respuesta a esas preguntas en tu línea de vida, dentro de tu cuerpo y tu energía infinita, la tienes tú y ésa es la que vale "salir a buscar" a los confines del sistema solar o a los confines internos de tu ser.

Que tu vida esté llena de amor, belleza y gratitud.

EJERCICIOS:

RECUERDA: Escribir el título de la guía. Escribir tu nombre en cada hoja de tu cuaderno. **SIN ESTOS DATOS LA GUÍA SERÁ CALIFICADA SOBRE 3.0.**

ENVIAR EVIDENCIAS AL INTERNO DE LA DOCENTE : Gloria Vargas 3223497533

- **EN TU CUADERNO** escribe 10 acciones que muestran nuestra espiritualidad, después de reflexionar sobre lo que ofrece la guía y lo explicado en clase.

EVALUACIÓN:

- QUÉ TE ENSEÑA SOBRE LA ESPIRITUALIDAD EL VÍDEO COMPARTIDO EN CLASE Y QUE AARIBA EN LA MOTIVACIÓN ESTA EL LINK.

- CREA, BUSCA UNA FRASE QUE TE IDENTIFIQUE COMO SER ESPIRITUAL

BIBLIOGRAFÍA:

Vargas,Andrea. Convivencia y valores 9°. Editorial Paulinas 2010.