

	Guía de Religión		Fecha	29 de marzo al 1 de Abril 2021.
	Clase 3 de la semana 3)		Tiempo	60'
	Curso	8º Básico	Pje. teórico	
	Docente	Isabel Cárdenas Bustos	Pje. logrado	
	Estudiante		Nota	

UNIDAD 1: Jesús nos enseña a valorarnos y a querernos tal cual somos.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Amar y servir como el Señor Jesús para promover El Reino de Dios.

CONTENIDO: Jesús te invita a quererte y a valorarte.

Objetivo(s) de la Clase:

Valorar la capacidad de amarnos a nosotros mismos tal como somos.

En muchas ocasiones y durante las clases de Religión hemos conversado acerca de la importancia de valorarse y quererse uno mismo con virtudes y defectos, tal como vinimos al mundo.

Es muy importante que la llamada auto-estima esté siempre muy alta para ser más felices y relacionarnos mejor con los demás.

En relación a eso, lee el siguiente texto, reflexiona y luego realiza las actividades indicadas.

CUANDO ME AMÉ DE VERDAD.

"Cuando me amé de verdad, comprendí que, en cualquier circunstancia, yo estaba en el lugar correcto, en la hora correcta, y en el momento exacto.

Y, entonces, pude relajarme. Hoy sé que eso tiene nombre... **Auto-estima.**

Cuando me amé de verdad, pude percibir que mi angustia y mi sufrimiento emocional, no es sino una señal de que voy contra mis propias verdades. Hoy sé que eso es... **Autenticidad.**

Cuando me amé de verdad, dejé de desear que mi vida fuera diferente y comencé a ver que todo lo que acontece, contribuye a mi crecimiento. Hoy sé que eso se llama... **Madurez.**

Cuando me amé de verdad, comencé a percibir como es ofensivo tratar de forzar alguna situación, o persona, solo para realizar aquello que deseo, aun sabiendo que no es el momento o la persona no está preparada... inclusive yo mismo. Hoy sé que el nombre de eso es... **Respeto.**

Cuando me amé de verdad, comencé a librarme de todo lo que no fuese saludable... Personas, situaciones, todo y cualquier cosa que me empujara hacia abajo. De inicio, mi razón llamó esa

actitud egoísmo. Hoy sé que se llama... **Amor Propio.**

Cuando me amé de verdad, dejé de temer tener tiempo libre y desistí de hacer grandes planes, abandoné los Megaproyectos de futuro. Hoy hago lo que encuentro correcto, lo que me gusta, cuando quiero y a mi propio ritmo. Hoy sé, que eso es... **Simplicidad.**

Cuando me amé de verdad, desistí de querer tener siempre la razón y, con eso, erré mucho menos veces. Hoy descubrí la... **Humildad.**

Cuando me amé de verdad, desistí de quedar reviviendo el pasado y de preocuparme con el Futuro. Ahora, me mantengo en el presente, que es donde la vida acontece. Hoy vivo un día a la vez. Y eso se llama... **Plenitud.**

Cuando me amé de verdad, percibí que mi mente puede atormentarme y decepcionarme. Pero cuando yo la coloco al servicio de mí corazón, ella tiene una gran y valiosa aliada. Todo eso es.... **¡SABER VIVIR!**

No debemos tener miedo de confrontarnos... Hasta los planetas chocan y del caos nacen las estrellas."

Actividades.

1-Escribe tus principales riquezas físicas y espirituales.

2--Define los siguientes términos según lo que has leído y lo que has visto en clases. Escribe cada definición en el cuaderno para Religión.

- Autoestima.
- Autenticidad.
- Madurez.
- Respeto.
- Amor propio.
- Simplicidad.
- Humildad.
- Plenitud.
- Saber vivir.

3.- Escribe cuál de estos aspectos te falta trabajar para amarte realmente a ti mismo.
¿Cómo lo sabes?