



Asignatura	Religión Católica - Evangélica	Nivel: SEGUNDOS MEDIOS.	Guía N°5
Profesores	Midalett Catalán Villalobos-Oscar Henríquez Rocha		
WhatsApp	+56957292170	Correo electrónico: alumnosreligion.dsm@gmail.com	
Fecha	18 de mayo 2021	Fecha de recepción	04 de junio de 2021
Objetivo Aprendizaje	Expresar la relación entre las dimensiones de la persona humana, en especial la dimensión espiritual y religiosa para la construcción de una sociedad basada en el respeto y promoción del ser humano.		
Contenido	Cualidades humanas: dimensión corporal y afectiva.		
Nombre del Alumno (a)			Curso:

Instrucciones: las guías de trabajo una vez desarrolladas debes enviarlas al WhatsApp o correo electrónico señalado anteriormente a través de fotos legibles, no olvides de registrar tu nombre completo y curso, y guardar tus respaldos en algún archivador o carpeta. Si tienes dudas o consultas no dudes en llamar o enviar mensajes al número ya indicado y con gusto te responderemos lo antes posible.

Actividad N°1: lee el siguiente texto y responde las preguntas que están a continuación.

Amarse a uno mismo

"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, aún 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 Mega-proyectos 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."

1. Dibújate y escribe tus principales riquezas (6 puntos).



2. Define los siguientes términos según lo que has leído y según tus conocimientos

(2 puntos c/u)

a. Autoestima.

b. Autenticidad.

c. Madurez.

d. Respeto.

e. Amor propio.

f. Simplicidad.

g. Humildad.

h. Plenitud.

i. Saber vivir.

3. **Escribe cuál de estos aspectos te falta trabajar para amarte realmente a ti mismo.**

Fundamenta (4 puntos).

Autoevaluación: Marca con una **X** en el indicador que mejor represente tu trabajo.

Indicador	Me costó mucho. No lo logré.	Tuve dificultades pero lo puedo lograr.	No tuve dificultades. Lo logré.
Comprendí los textos y las actividades que debía realizar.			
Identifiqué el mensaje central de la guía.			
Demuestro y valoro que soy parte de mi propio aprendizaje.			