



BICENTENARIO DE
BOLIVIA



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

Valores, Espiritualidad y Religiones

EDUCACIÓN SECUNDARIA COMUNITARIA PRODUCTIVA

SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN REGULAR - SISTEMA EDUCATIVO PLURINACIONAL

1

ER
AÑO DE
ESCOLARIDAD

"2025 BICENTENARIO DE BOLIVIA"





ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

© De la presente edición

Texto de aprendizaje. 1er año de escolaridad. Educación Secundaria
Comunitaria Productiva. Subsistema de Educación Regular.

Texto oficial 2025

Omar Veliz Ramos

Ministro de Educación

Manuel Eudal Tejerina del Castillo

Viceministro de Educación Regular

Delia Yucra Rodas

Directora General de Educación Secundaria

DIRECCIÓN EDITORIAL

Delia Yucra Rodas

Directora General de Educación Secundaria

Waldo Luis Marca Barrientos

Coordinador del Instituto de Investigaciones Pedagógicas Plurinacional

COORDINACIÓN GENERAL

Equipo Técnico de la Dirección General de Educación Secundaria

Equipo Técnico del Instituto de Investigaciones Pedagógicas Plurinacional

REDACTORES

Equipo de maestras y maestros de Educación Secundaria

REVISIÓN TÉCNICA

Unidad de Educación Género Generacional

Unidad de Políticas de Intraculturalidad, Interculturalidad y Plurilingüismo

Escuelas Superiores de Formación de Maestras y Maestros

Instituto de Investigaciones Pedagógicas Plurinacional

ILUSTRACIÓN:

Lionel Agati Danil Manriquez Gutierrez

DIAGRAMACIÓN:

Boris Milton Mamani Ichuta

Depósito legal:

4-1-575-2024 P.O.

Cómo citar este documento:

Ministerio de Educación (2025). Texto de aprendizaje. 1er año de escolaridad. Educación
Secundaria Comunitaria Productiva. Subsistema de Educación Regular. La Paz, Bolivia.

Av. Arce, Nro. 2147 www.minedu.gob.bo

LA VENTA DE ESTE DOCUMENTO ESTÁ PROHIBIDA

ÍNDICE

Presentación.....	3
VALORES, ESPIRITUALIDAD Y RELIGIONES.....	5

Primer trimestre

Desarrollo espiritual en complementariedad con la naturaleza y el cosmos.....	6
Desarrollo espiritual para una vida armoniosa (cuerpo y alma)	
Dimensiones del ser humano	
Encuentro con las deidades de las (NyPIOC's) y la divinidad (religiones monoteístas) en la naturaleza y el cosmos	
Espiritualidad de las religiones monoteístas	
Respeto a la identidad espiritual del ser humano	12
Respeto a la identidad espiritual	
¿Qué es la identidad espiritual?	
Respeto a la diversidad religiosa	
Espacios y lugares sagrados, para el encuentro y diálogo del ser humano con las divinidades de los pueblos.....	16
Carácter sagrado de la Madre Tierra y los lugares sagrados	
Lugares y espacios sagrados de las Tierras Altas de la Plurinacionalidad.	
Lugares y espacios sagrados de las Tierras Bajas de la Plurinacionalidad	
Espacios y lugares sagrados, para el encuentro y	
Diálogo del ser humano con la divinidad de las religiones.....	20
Jerusalén, lugar sagrado de las religiones monoteístas	
Encuentro con la divinidad de las religiones monoteístas.	
Lugares y espacios sagrados de congregaciones religiosas	
Encuentro con lo espiritual	

Segundo trimestre

Práctica de valores y principios desde los pueblos ancestrales para una convivencia armónica.....	24
Principios de convivencia de nuestros pueblos ancestrales	
Valores y principios de las Tierras Altas	
Valores y principios de las Tierras Bajas	
Causas y consecuencias de la crisis de valores en la vida del ser humano.....	28
Los valores en la familia, la escuela y la comunidad	
Antivalores que generan conflictos en la familia, escuela y comunidad	
Práctica de virtudes como camino para solucionar conflictos familiares, escolares y comunitarios	
Principios y normas religiosas que guían el accionar de las personas	32
Principios, normas espirituales y religiosas de las diferentes confesionalidades del contexto	
Actitudes respetuosas consigo mismo, con los demás y con la naturaleza, para promover la comunicación pacífica	

Tercer trimestre

Responsabilidad en el uso ético de las tics y redes sociales, para una vida segura y libre de toda forma de violencia	36
Análisis de los beneficios y riesgos de la tecnología	
Responsabilidad y cuidado del manejo de la información personal en las redes sociales	
Integridad física, psicológica y emocional de las y los adolescentes frente a las redes sociales	
Prevención de violencia escolar y digital en adolescentes	





Tercer trimestre

Acciones de sanación y resiliencia para vencer la violencia.....	40
El día del abrazo en familia	
Reconciliación como proceso de sanación	
Reconocimiento de los estados emocionales y su manejo	
Habilidades sociales y resiliencia	
Encuentro con mi realidad para identificar mi vocación.....	32
Conocemos algunos testimonios de vida a partir de las profesiones u ocupaciones del entorno	
Encuentros con diferentes instituciones de servicio a la comunidad (hogares de niños, ancianos y otros).	
Bibliografía	47





PRESENTACIÓN

Uno de los derechos fundamentales de las niñas, niños y adolescentes, en el Estado Plurinacional de Bolivia, es el derecho a la educación, el cual se garantiza con el acceso a los recursos educativos que coadyuven con el proceso de adquisición de conocimientos.

El Ministerio de Educación, asegurando la calidad educativa, al iniciar la gestión 2025, pretende brindar un recurso educativo que apoye el desarrollo curricular, a través de la entrega gratuita de los “*Textos de aprendizaje 2025*”, para el nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva.

Durante varios meses, maestras y maestros de todas las regiones de Bolivia, desde sus experiencias y vivencias educativas, han aportado con la construcción de estos textos, plasmando en sus letras la diversidad de Bolivia y la investigación científica en las diferentes áreas de saberes y conocimientos.

Los “*Textos de aprendizaje 2025*” tienen la misión de fortalecer los conocimientos de nuestros estudiantes, presentando contenidos actualizados y con bases científicas, planteando actividades que desarrollen su pensamiento crítico reflexivo, reforzando sus aprendizajes.

Por lo expuesto anteriormente, teniendo como objetivo trabajar conjuntamente con los actores educativos hacia una educación humanística, técnica, tecnológica productiva, dentro de un desarrollo integral de nuestros estudiantes; el Ministerio de Educación proporciona este accesible instrumento educativo, esperando que despierte en las niñas, niños y jóvenes la sed de conocimientos y los motive a conocer el mundo a través de la ciencia y la investigación.

Omar Veliz Ramos
Ministro de Educación



ÁREA DE SABERES Y
CONOCIMIENTOS

Valores Espiritualidad y Religiones

PRIMER AÑO DE ESCOLARIDAD



EDUCACIÓN SECUNDARIA
COMUNITARIA PRODUCTIVA

DESARROLLO ESPIRITUAL

EN COMPLEMENTARIEDAD CON LA NATURALEZA Y EL COSMOS

PRÁCTICA

Leemos el siguiente texto, observamos las imágenes y respondemos

En los paisajes de Bolivia, nuestra conexión con la naturaleza y el cosmos es un encuentro con la propia esencia de la vida. Cuando observamos la magnitud de los Andes, la tranquilidad de la selva amazónica y la profundidad del cielo estrellado del hermoso Salar de Uyuni y a lo mejor otros que son parte de nuestro diario vivir, nos conectamos con nuestro universo interno. Nos invita a considerar nuestra misión fundamental como guardianes del planeta. Nos recuerda que no somos más que humildes partículas de un orden superior y que nuestro deber es proteger este don encomiable para el beneficio de los que nos preceden.



Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es admirable nuestra naturaleza?
- ¿Qué sentimiento nos provoca observar nuestra naturaleza?
- ¿Qué forma de diálogo establece el ser humano con la Madre Tierra?
- ¿Cómo demuestran respeto por la Madre Tierra nuestros pueblos milenarios?

TEORÍA

La trascendencia es algo que está más allá de lo que vemos en el mundo todos los días. Se relaciona con cosas que duran para siempre y que son muy importantes. Por ejemplo, algunas personas creen en cosas que nunca mueren, como el amor o las ideas que cambian el mundo.



Los seres humanos son seres natural y cósmicamente enraizados en este vasto universo, lo que significa que cada persona tiene una conexión con el cosmos. Por lo tanto, el propio desarrollo espiritual es el viaje personal de un individuo a través del autoconocimiento, la búsqueda de significado y la conexión con el trascendental, así como la conexión con otros seres humanos y el entorno natural. Entre otras cosas, esta exploración existencial se verá fortalecida por la diversidad de enfoques religiosos que cada cultura y nación desarrollará a lo largo del tiempo, lo que reflejará la gran extensión de la experiencia humana en el encuentro con lo divino y lo humano.

1. Desarrollo espiritual para una vida armoniosa (cuerpo y alma)

La espiritualidad es como ese fuego interior que todos tienen, lo cual impulsa a crecer y ser mejores personas, más allá de las creencias religiosas existentes. Imaginamos que tenemos una semilla en nuestro interior, que puede crecer y convertirse en algo hermoso si lo cuidamos y alimentamos. Esa semilla es la espiritualidad, y cuando la alimentamos con amor, compasión y gratitud, florece y llena de luz y bondad, haciéndonos sentir pleno y feliz.

Para entender mejor cómo funciona el ser humano, se puede dividir en tres partes: el cuerpo, el alma y el espíritu.

- a) **El cuerpo**, es como una casa en la que vivimos, nos permite movernos, hablar y sentir el mundo a nuestro alrededor.

- b) **El alma**, es como el corazón y la mente juntos; es donde se guardan las emociones, deseos y pensamientos más profundos.
- c) **El espíritu**, Es esa parte invisible del ser humano que lo conecta con algo más grande, que le ayuda a sentirse parte de algo especial y le da fuerzas cuando necesita superar dificultades.

Cuando estas tres partes trabajan juntas en armonía, se puede vivir una vida plena y feliz.

2. Dimensiones del ser humano

El ser humano es como un robot súper especial que tiene varias partes importantes: el cuerpo, la mente, los sentimientos y algo llamado espíritu. Si una de estas partes no está feliz, afecta a todo el robot. Por eso, es importante cuidar todas las partes, no solo el cuerpo sino también la mente y el corazón. Cuando todas están contentas, ¡el robot funciona genial y puede hacer muchas cosas increíbles! ¡Así que cuide su robot súper especial y mantenga todas sus partes felices!

Desarrollo biológico

Es todo lo relacionado con el cuerpo, cómo crece y cambia con el tiempo. Cuando son bebés, niñas, niños necesitan ayuda para comer y moverse; a medida que van creciendo, el cuerpo adquiere fuerza, para realizar todas las actividades.



Desarrollo psicológico

Se refiere a cómo el ser humano piensa, siente y aprende a medida que crece. Durante la infancia no entienden muchas cosas y lloran para comunicarse, durante el crecimiento, empiezan a entender más cosas y así poder adaptarse al contexto y la misma sociedad.



Desarrollo social

Es cómo el ser humano se relaciona con las personas; el modo de adaptarse a diferentes entornos sociales, de pequeños se depende de los padres y difícilmente se puede jugar con otros niños, a medida que crecen aprenden a ser sociables, a comunicarse, compartir y trabajar en equipo.



Desarrollo espiritual

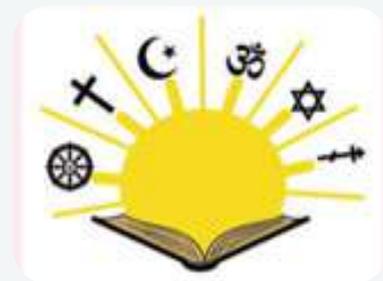
Se refiere a la búsqueda del significado y conexión con algo más grande que uno mismo. Algunas personas encuentran sentido y propósito en la religión o la espiritualidad, mientras que otras lo encuentran en la naturaleza o en ayudar a los demás.



Fe, implica tener la certeza, y confianza en algo o alguien, incluso sin tener pruebas de ello.



Creencia, es cuando una persona acepta algo como verdadero sin tener pruebas concretas de ello. Por ejemplo, podemos creer en la amabilidad de las personas, en la existencia de ciertos seres o en ideas que nos enseñan, aunque no podamos demostrarlo con hechos.



Religión, es como un conjunto de ideas, prácticas y símbolos que se organizan alrededor de la idea de lo divino o lo sagrado. Es un sistema que guía las creencias y comportamientos de las personas, proporcionándoles un marco de referencia para entender el mundo y su lugar en él. Por ejemplo, el cristianismo, el islamismo y el hinduismo son todas religiones que tienen sus propias creencias, rituales y símbolos que los seguidores siguen en su vida diaria.

3. Encuentro con las deidades de las (NyPIOC's) y la divinidad (religiones monoteístas) en la naturaleza y el cosmos

El Estado Plurinacional de Bolivia es tan diverso, incluso en las formas que las personas viven y experimentan su espiritualidad. Según Josef Esterman (2013), esta diversidad se conecta estrechamente con la naturaleza, ya que muchas comunidades buscan alcanzar equilibrio y armonía a través de ceremonias y rituales propios de cada región, para vivir bien.

Rituales a la Madre Tierra en tierras altas, para agradecer.



Fuente: <https://acortar.link/5lkT6Q>

Tinku, ritual en Macha – Potosí para agradecer a la Pachamama.



Fuente: <https://acortar.link/PBDBQO>

Homenaje a los ancestros en la fiesta del Arete Guazú



a) Espiritualidad en las Tierras Altas

En la región Andina, los pueblos aimara y quechua comparten cierta forma de ver el mundo, en cuanto a tradiciones antiguas como la cultura Tiwanacu y las creencias incas, así como la influencia del cristianismo católico. En esta forma de ver el mundo, las personas y la naturaleza no se ven como cosas separadas, sino como una única realidad conectada al cosmos, a la tierra, a las montañas, a los animales y a las plantas. Es como si todo estuviera unido en una misma red de vida y energía.

Por ello, la relación entre el ser humano andino y la Pachamama se basa en un profundo respeto y reciprocidad. Como muestra de esta conexión, en el mes de agosto se llevan a cabo ofrendas que expresan gratitud y retribución hacia la Pachamama. En las Tierras Altas el encuentro con las deidades, les permite generar relaciones de armonía y equilibrio; a continuación, mencionamos algunas de ellas: (UNASUR, 2017)

Deidades quechuas

La relación del contexto andino con la Madre Tierra (Pachamama) se profundiza con la comprensión de otras deidades importantes en la cosmovisión quechua.

Wiracocha



Fuente: <https://www.pinterest.com/pin/764908317952133517/>

Es el creador supremo, invisible en la mitología andina.

Inti



Fuente: <https://mx.pinterest.com/pin/1759287342144942/>

Venerado como el dios sol, (el sol mismo es objeto de adoración).

Mama Quilla



Fuente: <https://acortar.link/TIKQvI>

Madre Luna (vista como la hermana y esposa de Inti), además es considerada hija de Wiracocha.

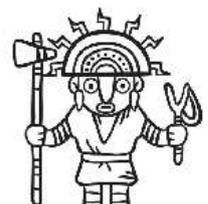
Pachamama



Fuente: <https://acortar.link/SIax62>

Es la personificación de la Madre Tierra, adorada como la deidad femenina de la cual proviene toda la vida.

Illapa



Fuente: <https://acortar.link/SIax62>

Dios del rayo y la lluvia en la mitología quechua.

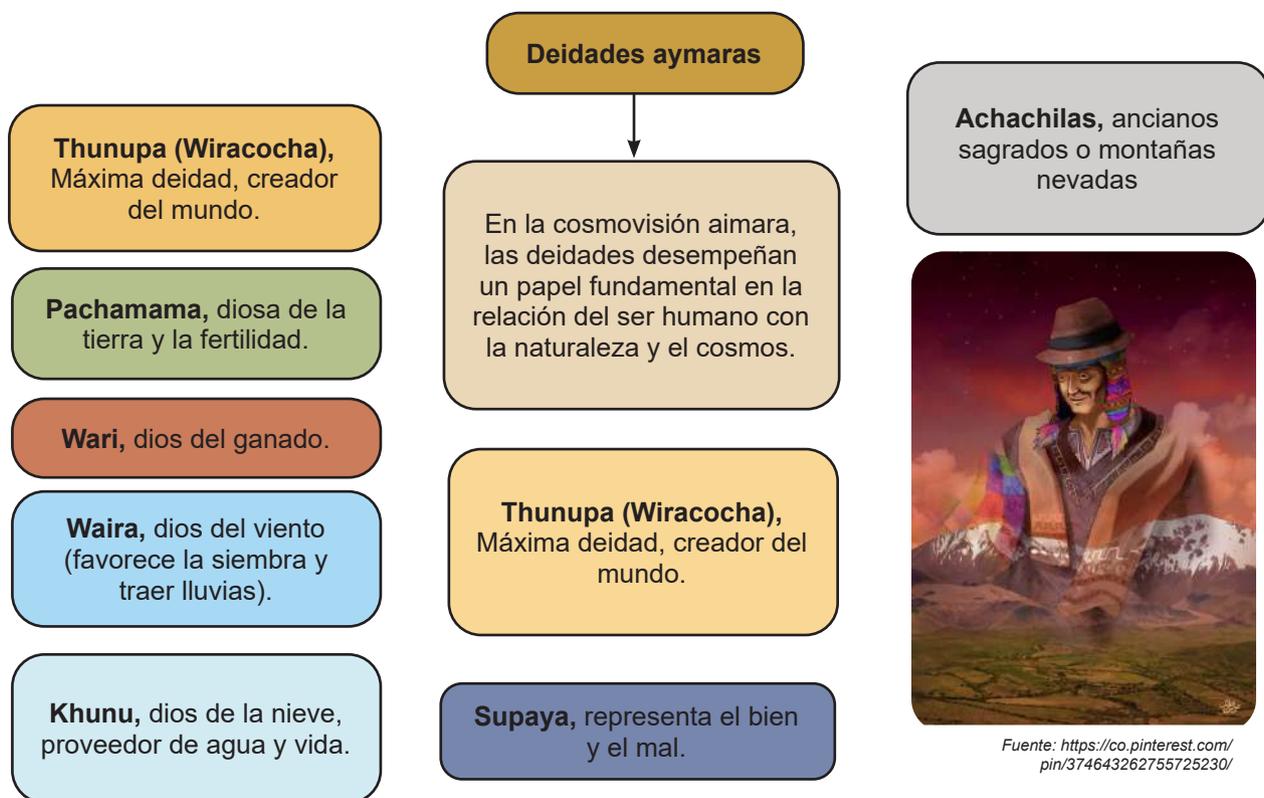
Actividad

Averiguamos y escribimos una breve leyenda acerca de una de las deidades que acabamos de conocer:

.....

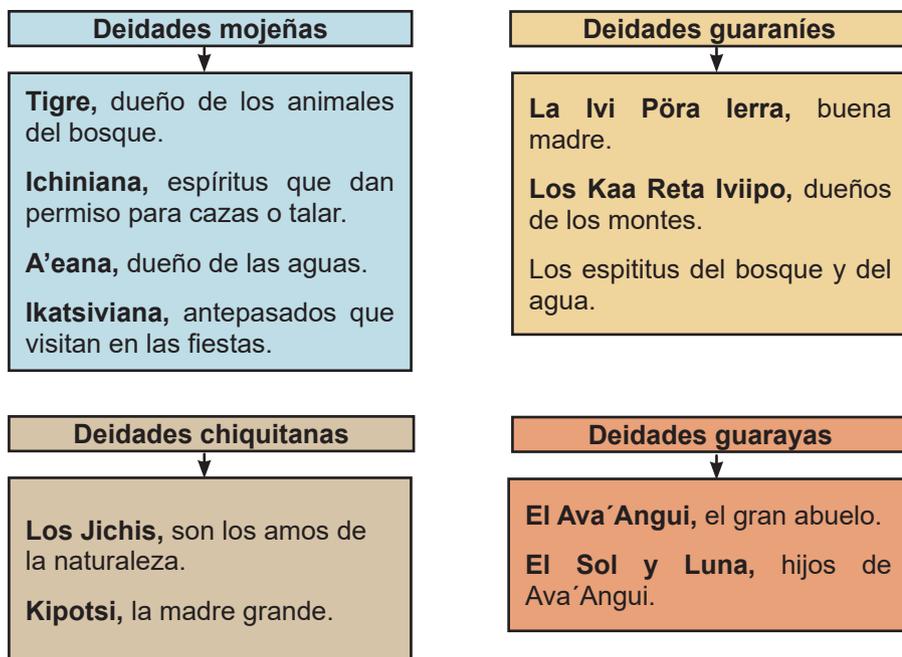
.....

.....



b) Espiritualidad en las tierras bajas

En las Tierras Bajas de Bolivia, la influencia de la religión cristiana católica, principalmente a través de los jesuitas y los franciscanos, es notable. Sin embargo, la región también se distingue por su diversidad cultural, que se refleja en una visión holística de la naturaleza y la vida comunitaria. Las relaciones con la Madre Naturaleza se basan en un profundo respeto, demostrado mediante oraciones y la solicitud de permiso a los espíritus de la selva antes de cazar o pescar, limitándose a consumir solo lo necesario.



Debemos tomar en cuenta...

En el Estado Plurinacional de Bolivia existen 36 pueblos reconocidos, siendo el Quechua y el Aymara, los de amplia población en la región de los Andes occidentales.

Los pueblos Chiquitano, el Guaraní y el Moxeño son los que siguen en la lista de los más numerosos, todos ellos en conjunto forman parte de los 34 pueblos indígenas que viven en las Tierras Bajas de la región oriental del Estado Plurinacional.

El Jichi



Fuente: <https://acortar.link/H45eA2>

En las regiones mencionadas, persiste la creencia en los espíritus tutelares de la naturaleza, a quienes se honra con gratitud por el sustento diario. Sin embargo, los Aña son vistos como espíritus malignos y son temidos. En estas comunidades, se reconoce la presencia de personas sabias conocidas como chamanes. La coexistencia entre la religión católica y las creencias indígenas tradicionales refleja la complejidad y la riqueza de la cosmovisión en estas áreas.

4. Espiritualidad de las religiones monoteístas

Las religiones monoteístas son aquellas que creen en un solo dios. Esto significa que piensan que hay una sola entidad divina que creó y controla todo en el universo.



Diferencias entre el monoteísmo, politeísmo y panteísmo

Monoteísmo, solo existe un dios; sin embargo, el **Politeísmo**, a diferencia del monoteísmo, indica que hay varias deidades, por ello puede explicar de mejor manera la presencia del mal en nuestra existencia y el **panteísmo** se asemeja al monoteísmo, pero la diferencia es que muestra a la naturaleza como única divinidad y por esas semejanzas nos ayuda a entender el universo.

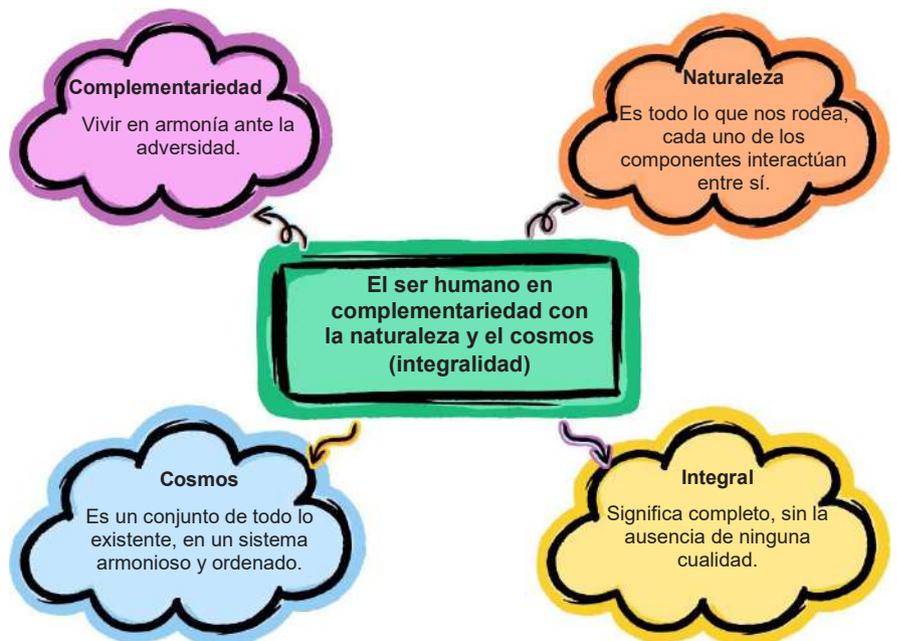
PRINCIPALES RELIGIONES MONOTEÍSTAS

Judaísmo	Cristianismo	Islamismo
Inicia con el pacto entre Dios y Abraham, el pueblo elegido espera la llegada del Mesías. Se reúnen en la sinagoga y su libro sagrado es La Torá.	Reconoce a Jesús de Nazaret como el Cristo, su libro sagrado es la Biblia, creen en la Santísima Trinidad. Se reúnen en el templo.	Mahoma como profeta y Alá como único Dios. Su libro sagrado es el Corán y se congregan en la mezquita.

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- Escribimos en la información obtenida sobre los símbolos de religiones monoteístas:
-
-
-
-
- Buscamos información sobre los símbolos de las religiones monoteístas



VALORACIÓN

Leemos, reflexionamos y respondemos:

Carta a la Madre Tierra

Queridos niños y niñas,

Soy la Madre Tierra, la Pachamama, y quiero compartirles unas palabras desde lo más profundo de mi corazón. A lo largo de los años, he sido testigo de sus risas y juegos, de sus sueños y aventuras. Los he visto crecer y aprender, explorar mi belleza y descubrir mi grandeza.

Quiero que sepan que ustedes son mis hijos e hijas, y que siempre estaré aquí para cuidarlos y protegerlos. Pero también necesito su ayuda. Necesito que me amen y respeten, que cuiden de mi como yo cuido de ustedes.

Cada árbol, cada animal, cada río y montaña son parte de mí, y todos juntos formamos un gran hogar donde todos podemos vivir en armonía. Les pido que cuiden de todas mis criaturas y que respeten mi belleza y mi diversidad.

Recuerden que cada acción que toman tiene un impacto en mí y en todas las vidas que albergo. Por favor, piensen en mí y en su futuro antes de tomar decisiones que puedan dañarme.

Los amo con todo mi corazón, y confío en que juntos podemos construir un mundo mejor, donde todos vivamos en paz y armonía, con cariño,



La Madre Tierra, la Pachamama

PRODUCCIÓN

Actividad

Con base al contenido aprendido, realizamos las siguientes actividades:

- Creamos un folleto informativo o una presentación visual sobre las deidades y la relación con nuestra espiritualidad.
- Escribimos, creativamente, una carta dirigida a nuestra comunidad, para promover el cuidado de la Madre Tierra, rescatando la sabiduría de los pueblos ancestrales de nuestra región y comprometiéndonos a cuidar el medio ambiente.
- Completamos el siguiente cuadro describiendo las diferencias y similitudes de las religiones monoteístas conocidas en el contenido y completamos con algunas que podamos indagar:

Religión monoteísta	Diferencia	Similitudes
Judaísmo
Cristianismo
Islamismo
.....

RESPECTO A LA IDENTIDAD ESPIRITUAL DEL SER HUMANO

PRÁCTICA

Leemos y respondemos:

Un encuentro de respeto y tolerancia

En una soleada tarde de sábado, María, una niña curiosa de doce años, salió a pasear por su vecindario, mientras caminaba por la calle, escuchó música suave y melodiosa que provenía de la casa de su vecino al Sr. Rodríguez. Intrigada, se acercó lentamente y notó que algunas personas estaban reunidas en el jardín, vestidas con túnicas coloridas y portando velas encendidas.

Aunque María no estaba familiarizada con esa festividad religiosa, decidió mostrarse respetuosa, de lo que estaba presenciando; se sentó junto al Sr. Rodríguez y observó con atención mientras las personas cantaban y realizaban sus rituales. Poco a poco, empezó a comprender la profundidad y el significado de la ceremonia para ellos.

Al finalizar el ritual, el Sr. Rodríguez se acercó a María y le agradeció por su interés y respeto hacia su tradición religiosa. María sonrió y le dijo que había aprendido mucho y que estaba agradecida por la oportunidad de conocer más sobre la fe de su vecino.

Desde ese día, María comprendió que existe una diversidad religiosa en nuestra sociedad; ambos aprendieron la importancia de mostrar respeto hacia las creencias y prácticas religiosas existentes, fortaleciendo así los lazos de amistad en la comunidad.



Respondemos las siguientes preguntas:

Actividad

- ¿Alguna vez observamos alguna celebración o rito que no compartimos de acuerdo a nuestras creencias espirituales o religiosas?
- ¿Qué aspectos positivos y negativos vemos de otras religiones o espiritualidades con respecto a la nuestra?
- ¿Qué opinión tenemos de la reacción de María con respecto a la actividad realizada por el sr. Rodríguez?

TEORÍA



El respeto a las religiones y espiritualidad es esencial para vivir en armonía y paz.

La espiritualidad es algo que todos tienen dentro de ellos, como un sentido especial que los conecta con algo más grande que ellos mismos. No es necesario ser religioso para tener espiritualidad, ya que algunas religiones se centran más en seguir reglas y rituales sin considerar los sentimientos individuales. Por eso, algunas personas eligen explorar su espiritualidad por su cuenta, sin seguir ninguna religión en particular.

Sin embargo, ser parte de una religión o asistir a la iglesia puede ayudar a fortalecer la espiritualidad y comprender mejor las necesidades internas. Las religiones están ahí para satisfacer esas necesidades espirituales y promover una mayor conexión con algo más grande que uno mismo. Al final, la forma en que cada persona se relaciona con lo trascendental es una decisión muy personal, y está bien que cada individuo lo haga a su manera.

1. Respeto a la identidad espiritual

Cada individuo tiene su propia forma única de vivir y practicar su espiritualidad. La manera en que una persona se conecta con lo espiritual puede reflejar su comprensión del mundo, su relación con la naturaleza, su percepción de la realidad, su interacción con los demás y la expresión de sus creencias.

Las diversas formas de pensar y sentir se expresan en todos los aspectos de la vida, desde los gestos más simples hasta las acciones más significativas. Por ejemplo, la forma en que se saluda por la mañana, cómo se trata a los desconocidos o cómo se cuida el medio ambiente. Estas acciones son un reflejo de los valores, costumbres y tradiciones practicados y transmitidos dentro de las familias.

Las personas van formando su espiritualidad, mediante algunas preguntas que parecen ser comunes pero que poco a poco, encuentran un sentido profundo en cada ser, éstas pueden ser las siguientes:

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- ¿Qué prácticas o rituales te ayudan a sentirte en armonía con el entorno natural?
- ¿Cómo puedes contribuir al bienestar de tu comunidad y del mundo en general a través de tu espiritualidad?
- ¿Qué significado le das a la vida y cómo influye en tus acciones diarias?
- ¿Qué valores te guían en tu día a día y por qué son importantes para ti?
- ¿Cómo manejas los momentos de dolor y alegría en tu vida?

Estas preguntas son herramientas poderosas para cultivar una espiritualidad personal y única. Además, llevan a comprender que cada individuo tiene el derecho y la libertad de expresar sus propias ideas y creencias, las cuales son dignas de respeto. Es común que estas ideas difieran, incluso entre miembros de una misma religión. Sin embargo, todas estas perspectivas tienden hacia un mismo fin: fomentar el bienestar, el respeto, la tolerancia y la fraternidad. Este proceso de exploración espiritual se nutre también de las pequeñas acciones cotidianas, como la contemplación de la naturaleza, la práctica de la gratitud, el cuidado de los seres queridos y la reflexión sobre nuestras experiencias diarias.

2. Identidad espiritual

Se refiere a la dimensión interna y personal de una persona relacionada con su sentido de conexión con algo más grande que uno mismo, con la búsqueda de significado y propósito en la vida y con sus creencias y valores fundamentales. Esta dimensión espiritual puede manifestarse a través de la religión, la filosofía, la conexión con la naturaleza, la práctica de la gratitud y la reflexión sobre el propósito de la existencia. La identidad espiritual es única para cada individuo y puede influir en su forma de percibir el mundo, de relacionarse con los demás y de enfrentar los desafíos de la vida.

Existen diferentes formas de expresar la espiritualidad, y que todas son válidas y merecen respeto.

Cristianismo:

- Celebrar la Navidad y el nacimiento de Jesús.
- Ir a la iglesia los domingos para participar en la misa.
- Rezar antes de dormir.

Islamismo:

- Ayunar durante el mes de Ramadán.
- Realizar las cinco oraciones diarias.
- Visitar la mezquita los viernes para la oración del viernes.

Budismo:

- Meditar diariamente para encontrar la paz interior.
- Realizar ofrendas de comida y flores en los altares budistas.
- Participar en ceremonias de oración y canto en los templos budistas.



Fuente: <https://s3.abcstatics.com/media/sociedad/2019/10/18/papa-sinodo-indigenas-kcUC--1248x698@abc.jpg>



<https://www.parthenon.pe/actjur/diccionario-juridico/derecho-a-la-libertad-religiosa/>



Algunas normas que podremos poner en práctica son:

Fomentar la tolerancia y el respeto a las creencias religiosas o espirituales.

Promover la comprensión y el conocimiento de diferentes religiones y prácticas espirituales.

Promover el intercambio respetuoso entre personas de distintas creencias para fomentar la comprensión mutua.

Respetar los lugares de culto. Evitar la discriminación. Celebrar la diversidad religiosa

Apoyar el derecho de cada individuo a practicar su religión o espiritualidad libremente.

Respetar las creencias personales, promover la paz y el entendimiento.

Judaísmo:

- Celebrar el Hanukkah encendiendo la menorá durante ocho días.
- Asistir a la sinagoga los sábados para el servicio religioso.
- Seguir las tradiciones y costumbres del Shabat, como encender velas y compartir una comida especial en familia.

Hinduismo:

- Celebrar el festival de Diwali encendiendo lámparas de aceite y fuegos artificiales.
- Visitar los templos para realizar ofrendas a los dioses y diosas.
- Seguir el karma y la reencarnación como parte de sus creencias espirituales.

Espiritualidad andina:

- La conexión con la naturaleza y el respeto principalmente a La Pachamama, o Madre Tierra.
- Se le rinde culto a través de ceremonias y rituales que buscan mantener el equilibrio y la armonía con el entorno natural, están dirigidos por chamanes o sabios de la comunidad, quienes actúan como mediadores entre el mundo humano y el mundo espiritual.

Espiritualidad amazónica:

- En la espiritualidad amazónica, la conexión con la selva y sus seres vivos es fundamental.
- Los pueblos indígenas de la Amazonía creen en espíritus de la naturaleza, como los Yacurunas (espíritus del agua) o los Pachamamas (espíritus de la tierra), y les ofrecen respeto y reverencia.
- Los chamanes desempeñan un papel importante como guías espirituales y curanderos, utilizando plantas sagradas como la ayahuasca para conectarse con lo divino y sanar a las personas. Los rituales amazónicos suelen involucrar cantos, danzas y ceremonias de purificación para armonizar con los espíritus y recibir su protección y sabiduría.

3. Respeto a la diversidad religiosa

El respeto hacia las creencias y prácticas espirituales de los demás es fundamental para promover la armonía y la convivencia pacífica en nuestra sociedad. Reconocer y valorar la diversidad de perspectivas espirituales nos permite enriquecernos mutuamente y crecer como individuos y como comunidad.

Imagina una situación cotidiana en la que te encuentras con alguien que practica una religión diferente a la tuya. Puede ser un compañero de clase que celebra una festividad religiosa que tú no conoces, o un vecino que realiza un ritual en su casa. En lugar de juzgar o criticar esas prácticas, es importante mostrar respeto y curiosidad hacia ellas. Preguntar sobre su significado o simplemente escuchar con atención puede abrirnos a nuevas formas de entender el mundo y fortalecer nuestros lazos de respeto y comprensión mutua.

Del mismo modo, en nuestras interacciones diarias, es importante evitar hacer comentarios despectivos o burlarnos de las creencias religiosas de los demás. Cada persona tiene derecho a vivir su espiritualidad de acuerdo a sus propias convicciones y debemos respetar esa libertad individual.

Al practicar el respeto hacia las creencias y prácticas espirituales de los demás, se contribuye a crear un ambiente de tolerancia y aceptación donde todos puedan sentirse valorados y respetados por su identidad. Esta actitud promueve la construcción de puentes de entendimiento y fomenta la paz y la convivencia pacífica en la sociedad.

Discriminación espiritual o religiosa. ocurre cuando una persona es tratada de manera injusta o desigual debido a sus creencias religiosas o espirituales. Esto puede manifestarse de diversas formas, como exclusión social, burlas, insultos, violencia o negación de oportunidades basadas en la religión o espiritualidad de la persona.

Por ejemplo, considera a un niño que es objeto de burlas en la escuela porque practica una religión diferente a la mayoría de sus compañeros. Sus compañeros podrían hacer comentarios despectivos sobre sus creencias o negarse a incluirlo en actividades grupales debido a su religión. Este sería un caso claro de discriminación religiosa.

Otro ejemplo podría ser cuando una persona es rechazada en una entrevista de trabajo debido a que lleva un símbolo religioso visible, como un turbante, una cruz o un velo. Aunque esté calificada para el puesto, la decisión se basa en prejuicios o estereotipos religiosos, lo cual constituye discriminación espiritual.



Fuente: <https://cdn.vectorstock.com/i/1000v/08/99/3d-isometric-flat-conceptual-vector-48570899.avif>

VALORACIÓN

Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué espiritualidades has podido conocer en tu comunidad? (cristiana, de un pueblo originario o de otra religión)
- ¿Qué actitudes o valores identificamos en dichas espiritualidades?
- ¿Por qué es importante la espiritualidad de una persona?
- ¿Cómo se puede practicar la tolerancia y convivencia pacífica con personas que son de diferentes culturas y religiones?
- ¿En qué consiste el respeto a la identidad espiritual?



PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- Elaboramos un cuadro comparativo de las prácticas espirituales que existan en tu comunidad.
- En equipos de trabajo elaboramos un mapeo de las practicas espirituales o religiosas de la comunidad, identificando que religiones o practicas espirituales practican y que características tienen.
- Elaboramos nuestro árbol de creencias. Cada rama del árbol representará un aspecto importante de su identidad espiritual o religiosa. Por ejemplo, una rama podría representar sus creencias fundamentales, otra sus prácticas espirituales o religiosas, otra sus valores morales, etc.



ESPACIOS Y LUGARES SAGRADOS, PARA EL ENCUENTRO Y DIÁLOGO DEL SER HUMANO CON LAS DEIDADES DE LOS PUEBLOS

PRÁCTICA

Leemos el siguiente relato y respondemos las preguntas

Una hermosa historia de fe (por Patricia A. Michel Loayza)

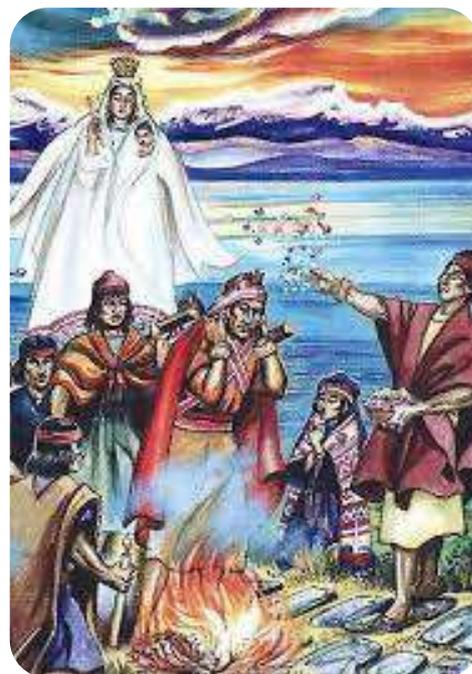
En el sagrado pueblo de Copacabana, donde las montañas se alzaban majestuosas y el aire resonaba con la esencia de lo divino, se tejía una historia de fe y perseverancia.

Dos grupos de personas, los Anansayas y los Urinsayas, habitaban este lugar lleno de misterio. Aunque habían abrazado la fe cristiana impartida por los padres dominicos, aún mantenían sus antiguas creencias arraigadas en lo más profundo de su ser. Un día, ante las malas cosechas, los Anansayas decidieron erigir un altar en el templo dedicado a la Virgen de la Candelaria, buscando atraer la generosidad celestial. Sin embargo, los Urinsayas se resistieron, deseando consagrarla en honor a San Sebastián.

Pero entre ellos se encontraba Tito Yupanki, un joven descendiente del gran Inca Wayna Qhapaq, cuya fe y determinación eran inquebrantables. Convencido de la importancia de mostrar la presencia divina en su comunidad, Tito decidió esculpir una imagen de la Virgen María con sus propias manos. Con la ayuda de su hermano Felipe, moldearon la arcilla con reverencia, aunque su figura inicial resultó tosca y humilde.

Pero el destino tenía otros planes para la obra de Tito. La imagen fue rechazada y relegada a un oscuro rincón de la iglesia. Sin embargo, Tito no se desanimó. Partió hacia la ciudad de Potosí en busca de perfeccionar su arte en tallado de madera, encontrando inspiración en una estatua en una iglesia cercana. Con dedicación y fe, Tito esculpió la imagen definitiva de la Virgen María, llena de gracia y belleza divina.

A su regreso a Copacabana, la imagen encontró su lugar en el templo, rodeada de oraciones y lágrimas de emoción. Desde entonces, la Virgen de la Candelaria se convirtió en un faro de esperanza y devoción para el pueblo, recordándoles que, con fe y perseverancia, incluso los desafíos más grandes pueden superarse. Así, la humilde imagen tallada por las manos de Tito Yupanki se convirtió en un símbolo eterno de amor y fe para las generaciones futuras.



Actividad

Leemos el texto anterior con atención y realizamos la siguiente actividad:

- ¿Cuántas oraciones encontramos en el texto?
- Pintamos con color rojo todos los sustantivos y con verde todos los verbos.

TEORÍA



Los lugares sagrados son especiales para la gente. Pueden ser lugares naturales, como montañas o ríos, o contruidos por personas, como templos o santuarios. La gente va allí para conectarse con sus dioses o antepasados y pedirles ayuda o protección. Es como un lugar especial donde pueden sentirse más cerca de lo divino.



1. Carácter sagrado de la Madre Tierra y los lugares sagrados

Los lugares sagrados son especiales para la gente. Pueden ser lugares naturales, como montañas o ríos, o contruidos por personas, como templos o santuarios. La gente va allí para conectarse con sus dioses o antepasados y pedirles ayuda o protección. Es como un lugar especial donde pueden sentirse más cerca de lo divino.

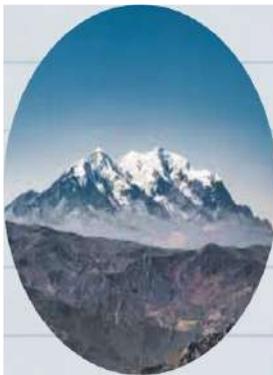
En Bolivia, hay muchos lugares sagrados que son muy importantes para la gente. Estos lugares han sido pasados de generación en generación y son muy especiales para los pueblos indígenas. Son parte de su historia y su identidad. En estos lugares, las personas se sienten conectadas con la naturaleza y con lo espiritual.

Los pueblos indígenas realizan diferentes ceremonias y rituales en estos lugares para agradecer a la Madre Tierra por todo lo que les da. Esto es parte de su forma de vivir en armonía con la naturaleza. Es una manera de mostrar respeto y gratitud por todo lo que reciben.

Los pueblos indígenas originarios de nuestro país tienen sitios especiales y cosas importantes para ellos que son muy cuidados. Estos lugares pueden ser cuevas, ríos, lagunas, islas, templos, cementerios o peñas, donde hacen ceremonias y ponen cosas como cruces, esculturas de piedra o varas de mando, que son parte de su historia y religión.

2. Lugares y espacios sagrados de las Tierras Altas de la plurinacionalidad.

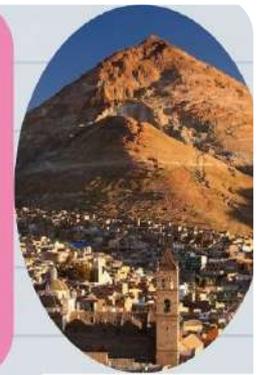
Cada cultura tiene lugares especiales que representan su historia y sus creencias. Para las comunidades de Tierras Altas, estos lugares sagrados son muy importantes. Algunos de ellos son los achachilas, apachetas, Huacas y mama qutas, que son considerados como guías espirituales para estas comunidades. Estos lugares son fundamentales para la identidad de los pueblos y los ayudan a conectarse con su historia y sus tradiciones.



El Achachila

Es una deidad tutelar aimara, simbolizado por las imponentes montañas. Junto con la Pachamama, los achachilas son figuras sobrenaturales en la espiritualidad del pueblo aimara.

Son montañas importantes para los incas, consideradas espíritus protectores que protegen su territorio. Según la cosmovisión andina, los "Apus" pueden ser masculinos o femeninos, y su importancia aumenta con su altura.



Apus

LUGARES Y ESPACIOS SAGRADOS



Apacheta

Es una palabra quechua que describe un montículo de piedras usado como lugar de ofrendas a la Pachamama antes de iniciar un viaje por la montaña. Estos montículos crecen con las piedras que los viajeros colocan.

Elementos sagrados con personalidad y energía positiva o negativa, pueden ser cerros, piedras, ríos, lagos, etc. Se las visitan en fechas específicas para realizar rituales de "ch'allar". Se refiere a santuarios, templos, tumbas, ídolos y sitios de veneración a los ancestros y deidades como el Sol y la Luna.



Las Huacas

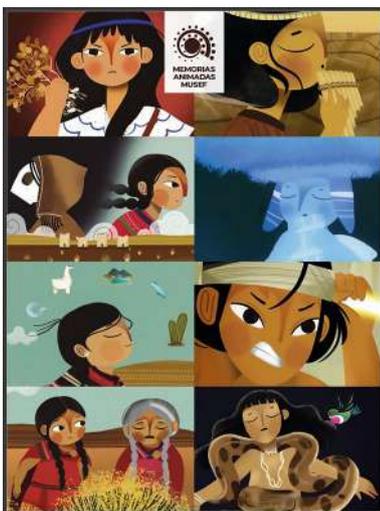
La selva y el bosque



Lagunas artificiales



Es importante reconocer y respetar la importancia de estos lugares sagrados para los pueblos indígenas. Son parte fundamental de su identidad y su relación con la tierra y el cosmos. Al proteger y preservar estos sitios, no solo estamos conservando la naturaleza, sino también el legado cultural y espiritual de estas comunidades.



Fuente: <https://ahoraelpueblo.bo/images/noticias/Cultura/2024/02/MUSEF23022.jpeg>

3. Lugares y espacios sagrados de las Tierras Bajas de la Plurinacionalidad

Las creencias de las personas en las Tierras Bajas se basan en las historias de sus antepasados, las cuales transmiten a través de celebraciones y rituales. Ellos creen que la naturaleza entera, como los humanos, los animales, los ríos y las montañas, tienen vida y espíritu. Por eso, todos comparten una existencia en armonía, siguiendo el principio de dar y recibir.

Los pueblos originarios creen en la conexión con el mundo espiritual, que incluye espíritus, fuerzas sobrenaturales y la naturaleza misma.

La selva y el bosque

Para las culturas de la Amazonía, los bosques y la selva son considerados lugares sagrados, ya que en ellos residen los espíritus protectores y guardianes de la vida silvestre. Estos espíritus están presentes en todos los rincones del bosque, por lo que antes de adentrarse en él para cazar o pescar, es importante hablar con ellos con profundo respeto y pedir su permiso para obtener los recursos necesarios para la supervivencia humana.

Lagunas artificiales

Los pueblos mojeños construyeron elevadas estructuras para enterrar a sus muertos. Consideradas sagradas, estas estructuras conectaban a los mojeños con sus antepasados y los espíritus del cielo, el sol, la luna y el rayo, quienes, según su creencia, influían en el destino de la tierra. Además de servir como lugares de entierro, estas construcciones protegían a las comunidades de las inundaciones, brindándoles seguridad y una conexión espiritual con sus ancestros.

Debido a su ubicación geográfica, los pueblos de las Tierras Bajas se han desarrollado en torno a los ríos y lagos que atraviesan su territorio. Cada cuerpo de agua está protegido por un espíritu guardián que puede manifestarse de diversas formas, como una boa gigante, un bufeo (delfín), sirenas y otros seres. Estos espíritus ayudan a quienes los invocan, pero también pueden causar desgracias a aquellos que desafían su poder.

Los pueblos de Tierras Bajas preservan relatos míticos que son fundamentales para su identidad cultural. Estas historias no solo mantienen viva su cultura, sino que también sirven como base para su cosmovisión.

En estos relatos, elementos cotidianos como chozas, campos, siembras, arcos y animales se convierten en figuras míticas que explican los orígenes y crean una mitología única para cada comunidad indígena.

Los lugares sagrados de los pueblos indígenas son más que simples sitios físicos; son conexiones profundas con su historia, cultura y espiritualidad. Cada montaña, río, bosque o piedra tiene una historia que contar y un significado que trasciende el tiempo.

Estos lugares no solo son venerados por su belleza natural, sino también por el vínculo espiritual que representan. Son espacios donde las comunidades indígenas encuentran paz, inspiración y fortaleza. Son lugares donde se realizan rituales, ceremonias y se transmiten tradiciones ancestrales de generación en generación.

VALORACIÓN

Leemos, reflexionamos y respondemos.

En las profundidades de la Amazonia boliviana, una antigua leyenda cuenta la historia del Bufeo, un delfín muy especial. Según los ancianos de las tribus amazónicas, este ser no es solo un delfín común, sino que posee poderes curativos y sabiduría ancestral. Se dice que, durante las noches de luna llena, el Bufeo emerge de las aguas con un resplandor plateado que ilumina la oscuridad de las lagunas.

El Bufeo elige a aquellos con corazones puros y humildes para revelarles los secretos de la naturaleza. Se convierte en un confidente de los sabios de las tribus, enseñándoles sobre el equilibrio de la selva y la armonía entre los seres vivos.

Sin embargo, el Bufeo es celoso de su hogar y protector de su reino acuático. Castiga a quienes dañan las aguas sagradas o lastiman a sus habitantes. En las noches más oscuras, su canto resonante advierte a los intrusos de su presencia, recordándoles el respeto que deben a la madre naturaleza.

Los habitantes de la Amazonia honran al Bufeo con rituales ancestrales y ofrendas en las orillas de las lagunas. Reconocen su papel vital en el equilibrio sagrado de la selva y celebran su conexión con este ser legendario.

Así, la leyenda del Bufeo de Agua Dulce vive en la Amazonia, recordando a las generaciones futuras la importancia de proteger y respetar la biodiversidad de este mágico lugar.

Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué podemos hacer para preservar los lugares y seres sagrados de nuestros pueblos indígenas originarios?
- ¿Qué características del Bufeo lo convierten en un ser sagrado para los pueblos indígenas de la Amazonia boliviana?
- ¿Cómo se manifiesta la conexión entre el Bufeo y los espacios y lugares sagrados de la Amazonía?
- ¿Qué valores y creencias transmiten los rituales y ofrendas que los indígenas realizan al Bufeo?
- ¿Qué papel juega la leyenda del Bufeo en la transmisión del conocimiento ancestral y la preservación de la cultura indígena?
- ¿Cómo se relaciona la historia del Bufeo con la responsabilidad que tenemos como seres humanos de proteger y respetar la naturaleza?

PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- Escribimos una leyenda o historia de alguna de las deidades o lugares sagrados de tu cultura.
- Elaboramos una infografía de los lugares sagrados de nuestro territorio y su significado.
- Elaboramos una historieta que refleje nuestra experiencia en la visita de lugares sagrados con la ayuda de nuestros padres.



ESPACIOS Y LUGARES SAGRADOS, PARA EL ENCUENTRO Y DIÁLOGO DEL SER HUMANO CON LA DIVINIDAD DE LAS RELIGIONES

PRÁCTICA

Leemos el siguiente cuento

Alicia busca a Dios

Había una niña llamada Alicia que se preguntaba dónde podía encontrar a Dios. Quería conocerlo, pero no sabía por dónde empezar.

Un día, mientras miraba el cielo, Alicia vio un hermoso amanecer. Era como si Dios le estuviera enviando un regalo, pero ella no le prestó mucha atención.

Después, en la escuela, le preguntó a su profesora de religión cómo podía sentir la presencia de Dios. La profesora le dijo que dedicara unos minutos cada día a estar en silencio y que entonces lo sentiría.

Alicia lo intentó, pero le costaba quedarse quieta y en silencio, porque le gustaba mucho hablar y jugar.

Dios no se rindió y siguió enviándole señales. Una tarde, unos pajaritos empezaron a cantar una hermosa melodía en la ventana de Alicia, pero ella estaba tan concentrada en sus juegos que ni siquiera los escuchó.

Después, fue a dar un paseo por el parque y entró en una iglesia. Esperaba encontrar a Dios allí, pero solo vio imágenes quietas y frías. No sintió su presencia y se fue decepcionada.

Al llegar a casa, su mamá le dio un beso, pero Alicia estaba tan preocupada pensando en cómo encontrar a Dios que ni siquiera lo notó.

Esa noche, se acostó triste y desanimada. Pensaba que era imposible encontrarse con Dios. Pero mientras dormía, tuvo un sueño en el que Dios le hablaba:

– Alicia, hoy te he enviado muchas señales: el bello amanecer, los pajaritos, la iglesia y el beso de tu mamá. Todos son regalos para que puedas encontrarte conmigo.

Al despertar, Alicia sintió un cambio en su interior. Se dio cuenta de que Dios estaba en su corazón, en las personas que la rodeaban y en la naturaleza que la rodeaba. Por fin, había encontrado a Dios.



Cuento adaptado Neira Luz Tovio Bohorquez

Actividad

Leemos el texto anterior con atención y realizamos la siguiente actividad:

- ¿Qué buscaba Alicia?
- ¿Cómo se hizo presente Dios?
- De acuerdo a nuestra identidad religiosa ¿dónde nos reunimos como creyentes para encontrarnos con Dios?

TEORÍA



<https://www.tierrasantaisrael.com/sobre-nosotros/noticias/visita-la-ciudad-de-jerusalen-y-la-historia-de-la-ciudad>

El encuentro con la divinidad es un aspecto central en la práctica religiosa de diversas tradiciones alrededor del mundo. Cada religión tiene sus propios lugares sagrados donde los creyentes se acercan a lo divino y buscan fortalecer su conexión espiritual. Estos lugares no solo son físicos, sino que también representan un puente entre lo terrenal y lo trascendental, ofreciendo un espacio para la reflexión, la adoración y la búsqueda de significado.

En estos sitios sagrados, las ceremonias y celebraciones juegan un papel fundamental en la expresión de la fe y la identidad religiosa de las comunidades. A través de rituales, oraciones, cantos y otros actos de devoción, los fieles buscan honrar a sus deidades, encontrar consuelo, buscar

Cada religión tiene sus propias características distintivas en cuanto a sus lugares de encuentro con lo divino. Desde templos majestuosos y mezquitas ornamentadas hasta bosques sagrados y montañas veneradas, la diversidad de lugares sagrados refleja la riqueza y la profundidad de las creencias religiosas en todo el mundo. Explorar estos lugares y comprender sus significados es una oportunidad para sumergirse en la espiritualidad y la cultura de diferentes tradiciones religiosas.

1. Jerusalén, lugar sagrado de las religiones monoteístas

Entre los lugares más significativos se encuentra el Muro de las Lamentaciones, sagrado para el judaísmo, que permanece como el último vestigio del templo destruido por los romanos en el año 70 y es visitado por miles de judíos para orar y lamentar

Para los cristianos, el Santo Sepulcro es un lugar sagrado donde llevaron a Jesús después de su crucifixión y donde, según la fe cristiana, resucitó al tercer día.

Por otro lado, la Cúpula de la Roca, un símbolo importante para el Islam, es el lugar donde se cree que Mahoma ascendió a los cielos.

Estos objetos y lugares son fundamentales en la historia y la espiritualidad de cada una de estas religiones, atrayendo a peregrinos y creyentes de todo el mundo en busca de conexión espiritual y reflexión.



2. Encuentro con la divinidad de las religiones monoteístas.

Las religiones monoteístas como el judaísmo, cristianismo e islamismo se manifiestan de diversas formas, pero generalmente practican actos de adoración, reverencia y conexión espiritual con la deidad suprema. En estas religiones, los creyentes suelen buscar este encuentro a través de la oración, la meditación, el estudio de las escrituras sagradas y la participación en rituales y ceremonias religiosas.

- Para los judíos, el encuentro con Dios puede ocurrir en la sinagoga durante la oración comunitaria, en el estudio de la Torá o en la observancia de los mandamientos religiosos.
- En el cristianismo, el encuentro con la divinidad puede tener lugar en la iglesia durante la celebración de la Eucaristía, en la lectura y reflexión de la Biblia, así como en la oración personal y la comunión con Dios a través de Jesucristo.
- En el islamismo, el encuentro con la divinidad se busca a través de la oración diaria, la lectura del Corán, el ayuno durante el mes de Ramadán y la peregrinación a La Meca.

Las religiones monoteístas tienen lugares especiales para el encuentro con la divinidad, donde realizan diferentes celebraciones, ritos y oraciones.

El año 2016 la UNESCO a través de la directora Irina Bokova afirmó que la negación, ocultación o eliminación de cualquiera de las tradiciones judía, cristiana o musulmana afecta la integridad del lugar y contradice las razones que respaldan su inclusión en la Lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO

ALGUNOS LUGARES SAGRADOS EN JERUSALÉN

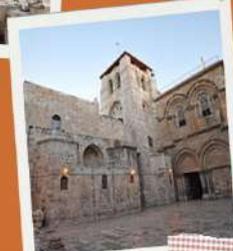
El Muro de los lamentos es un sitio sagrado para el judaísmo construido hace unos 3 mil años. y destruido por los romanos en el año 70 d.C.



La Cúpula de la Roca, es el tercer sitio más importante para el Islam después de La Meca y Medina.



La Basílica del Santo Sepulcro, es un imponente templo que resalta por la presencia de tres sitios sagrados. Entre ellos se encuentra la Piedra de la Unción.



El año 2016 la UNESCO a través de la directora Irina Bokova afirmó que la negación, ocultación o eliminación de cualquiera de las tradiciones judía, cristiana o musulmana afecta la integridad del lugar y contradice las razones que respaldan su inclusión en la Lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO

3. Lugares y espacios sagrados de congregaciones religiosas



a) Sinagoga: La palabra sinagoga, derivada del griego antiguo que se traduce como “casa de la Asamblea”, es el lugar de culto central en la tradición judía donde se reúnen no solo para orar y estudiar, sino también para dialogar, interpretar la Torá y compartir experiencias espirituales y sociales. Algunos creen que existen desde tiempos antiguos, pero comenzaron a reunirse en ellas cuando estaban en cautiverio en Babilonia. En tiempos de Jesús, eran importantes y la Biblia las menciona muchas veces. Jesús también enseñó y oró en ellas.



b) Mezquita: Es como una iglesia para las personas musulmanas, donde expresan su fe y se reúnen como comunidad. La palabra árabe para mezquita significa “lugar de prostración” ante Dios. En el Corán se habla de ellas, y la primera fue construida por Mahoma en Medina. Son especiales para los musulmanes, quienes pueden conectarse con Dios y su comunidad allí.

c) Templo / Iglesia: Es un edificio donde los cristianos se reúnen para profesar su fe y adorar a Dios. Se le llama “iglesia” o “congregación”, y también “centro de reuniones” en algunos casos. Es donde celebran la eucaristía, sacramentos, escuchan la palabra de Dios y oran. Algunas se reúnen los domingos para recordar la resurrección de Jesús.

d) Camposantos o cementerios. Los cementerios, cuyo nombre en griego significa “dormitorio”, son lugares también conocidos como camposantos, donde se encuentran los restos mortales de las personas. Los cristianos creen que las personas descansan en paz hasta el día de la resurrección.

e) Calvario. El calvario es un sendero marcado por cruces o altares, donde se recorre rezando en cada uno en memoria de los pasos de Jesús hacia el monte Calvario. También puede referirse a un conjunto de catorce o quince cruces o cuadros en templos cristianos, representando esos mismos pasos de Jesús.



Para el hinduismo, las Escaleras de Varanasi en India son un lugar sagrado donde las personas acuden para realizar rituales y bañarse en las aguas del río Ganges, que se considera purificador y sagrado. Estas escaleras son conocidas como “ghats” y son puntos de encuentro espiritual donde los hindúes realizan sus prácticas religiosas, incluyendo la meditación, las ofrendas y las ceremonias de cremación.

En el budismo, Bodh Gaya en India es un lugar sagrado porque se cree que es donde el príncipe Siddhartha Gautama alcanzó la iluminación y se convirtió en Buda. En este lugar se encuentra el árbol Bodhi, bajo el cual se dice que Buda meditó y alcanzó la iluminación. Los budistas de todo el mundo visitan este sitio para meditar, hacer ofrendas y reflexionar sobre las enseñanzas de Buda. Es un lugar de gran importancia espiritual y paz interior para los seguidores del budismo.



4. Encuentro con lo espiritual

El encuentro con lo espiritual es como detenerse a reflexionar sobre aspectos importantes y profundos que trascienden lo visible y tangible. Para algunas personas, esto implica sentirse cerca de Dios, mientras que para otras puede significar sentirse conectadas con otras personas o con la naturaleza.

Por ejemplo, cuando conversas con un amigo sobre tus preocupaciones y sientes que te comprende, eso puede ser un tipo de encuentro espiritual. Del mismo modo, cuando caminas por el bosque y experimentas tranquilidad y paz, también estás conectando con lo espiritual.

En muchas religiones como el cristianismo, judaísmo e islamismo, se enseña que Dios está siempre cercano y que podemos comunicarnos con él a través de la oración y el respeto por los demás y por la naturaleza.

Una forma de acercarse a lo espiritual es a través de retiros, donde las personas se toman tiempo para estar en silencio, relajarse y reflexionar sobre lo que es realmente importante en sus vidas. Es como hacer una pausa en medio del ajetreo diario para conectar con algo más grande que uno mismo.

Medina, Arabia Saudí, como lugar de enterramiento de Mahoma donde se encuentra La Meca es el segundo lugar más sagrado del Islam.



VALORACIÓN

Leemos y reflexionamos.

Camino a Cotoca

María, que vivía cerca de Santa Cruz, en Porongo, siempre había sentido una conexión especial con la Virgen de Cotoca, conocida por sus milagros. Una mañana soleada de octubre, sintió un fuerte impulso de visitar el santuario. Vestida con sus mejores ropas y llevando una vela y flores silvestres, caminó por senderos polvorientos hasta llegar a la blanca iglesia de Cotoca. María se acercó al altar donde otros creyentes estaban arrodillados en oración. Con respeto, colocó su vela y flores a los pies de la Virgen, cerró los ojos y habló en silencio sobre sus deseos y preocupaciones.

Permaneció allí, sintiendo la paz y la serenidad del lugar sagrado. Observó cómo otros fieles encendían velas y dejaban pequeños objetos como agradecimiento y fe. El suave murmullo de cánticos devocionales llenaba el aire con reverencia y esperanza.

Al salir del santuario, María se sintió renovada y tranquila. Sabía que su visita no fue solo un acto de devoción, fue un momento íntimo de conexión espiritual que guardaría para siempre en su corazón.



<https://parroquiasanmartin.com.bo/la-imagen-de-la-virgen-maria-de-cotoca-peregrina-en-santa-cruz/>

Actividad

Reflexionamos y respondemos:

- ¿Que papel cumplen los lugares sagrados en la preservación de tradiciones culturales y espirituales en una comunidad?
- ¿De qué manera la experiencia de visitar un lugar sagrado como Cotoca puede proporcionar consuelo y renovación espiritual a las personas?
- ¿Cómo se pueden comparar y contrastar las percepciones y experiencias personales de lo sagrado entre diferentes personas que visitan el mismo lugar sagrado?

PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- De acuerdo a nuestra identidad cultural, elaboramos una infografía de cómo está formada nuestra iglesia o congregación, cómo se llaman los espacios dentro del templo o congregación.
- En grupos o de manera personal, se asigna lugar sagrado de una religión específica de la cual se investigará sobre su ubicación,

PRÁCTICA DE VALORES Y PRINCIPIOS DESDE LOS

PUEBLOS ANCESTRALES PARA UNA CONVIVENCIA ARMÓNICA

PRÁCTICA

Leemos:

“Todo comienza en casa”

Había una vez una familia que vivía en una pequeña casa en el campo; en esa casa reinaba el amor y la alegría, los padres, Juan y María, enseñaban a sus dos hijos, Ana y Carlos, importantes valores que aprendían cada día.

Una tarde, mientras jugaban en el jardín, Ana y Carlos encontraron un pajarito herido, sin dudarlo lo llevaron a casa para cuidarlo y curarlo. Los padres, al ver la preocupación de sus hijos, colaboraron con las indicaciones de cuidado que deberían de tener para que mejore la avecita; con esas acciones los padres fueron enseñando la importancia de ayudar a los demás y el valor de la compasión.

Con el tiempo, el pajarito sanó y volvió a volar libre por el cielo. Ana y Carlos aprendieron que el amor, la bondad y las acciones altruistas pueden hacer una gran diferencia en la vida de los demás.

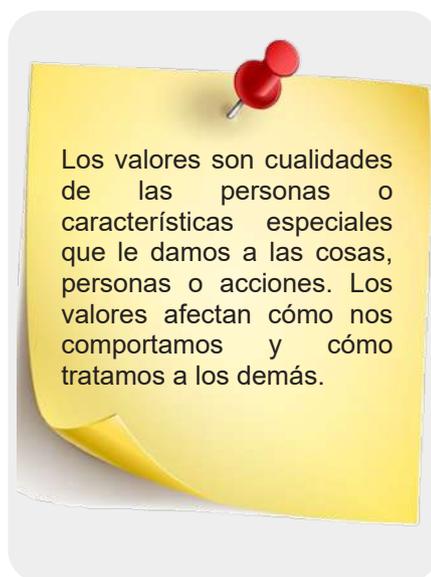


Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué valores aprendemos en casa?
- ¿Qué tipo de sociedad formamos cuando ponemos en práctica los valores aprendidos en casa?
- Pregunta a algún adulto mayor, ¿qué diferencia hay en la práctica de valores cuando él era joven y hoy?

TEORÍA



Los principios de convivencia son normas o reglas que guían la interacción entre las personas en sociedad. Estos principios promueven la armonía, el respeto, la solidaridad y la colaboración entre individuos para vivir en paz y equilibrio. Algunos ejemplos de principios de convivencia son: respetar a los demás, ser tolerantes con las diferencias, resolver los conflictos de manera pacífica, ser solidarios y colaborativos, actuar con empatía y comprensión, y cuidar del entorno en el que vivimos. Estos principios son fundamentales para mantener relaciones saludables y construir comunidades prósperas y felices.

1. Principios de convivencia de nuestros pueblos ancestrales

En todas las comunidades, el objetivo principal es vivir en paz y armonía. Para lograrlo, seguimos ciertos principios que nos ayudan a relacionarnos de forma positiva con los demás. Estos principios son reglas generales que se aplican en cualquier cultura, como decir siempre la verdad, respetar a los demás, ayudar sin esperar nada a cambio y ser amables y compasivos. Los principios son como un conjunto de guías que nos ayudan a vivir en sociedad y a respetar a los demás.

En la antigua Grecia, los principios éticos se centraban más en el bienestar individual, es decir, en cómo cada persona puede ser feliz y sentirse bien consigo misma. Pero en nuestras culturas ancestrales, los principios éticos se enfocaban en la comunidad en su conjunto y en cómo todos podemos convivir en armonía con la naturaleza y con los demás. Estos principios nos enseñan a ser solidarios, a cuidar de la tierra y a vivir en paz con nuestros semejantes.

a) Complementariedad, se basa en respetar a los demás, reconocer tanto sus diferencias como sus similitudes, y buscar convivir de manera armoniosa. No busca anular a nadie, sino que ambas partes se complementen mutuamente. Este principio nos recuerda la importancia de respetar y cuidar nuestro hogar, la Tierra, para garantizar nuestra propia calidad de vida y la de las generaciones futuras.



Muchos pueblos y comunidades de nuestro país practican la reciprocidad de diferentes formas.



Fuente: <https://es.pngtree.com/>

Ayni, Quien tiene la posibilidad económica, ayuda a quien lo necesita y éste devolverá la ayuda en el futuro.



Waqi, es un acuerdo comunitario para la siembra, donde se utilizan las semillas de propiedad común dividiendo la tierra en surcos.



Fuente: <https://acortar.link/i2Gtc6>

Mink'a, trabajo comunitario que se realiza para colaborar a otra comunidad o familia, todos los miembros de la comunidad asisten con sus propios recursos.



T'inka, es un lazo de reciprocidad que se establece mediante un regalo o presente que puede ser de felicitación o agradecimiento.

Fuente: pixabay.com

b) Relacionalidad, sostiene que todo está interconectado de alguna manera; nada permanece aislado o separado, sino que todo está vinculado o conectado entre sí. Es vivir en armonía y equilibrio, seguir los ciclos de la naturaleza y respetar toda forma de vida. Este es el camino para vivir en comunidad: primero aprendemos a vivir bien y luego aprendemos a convivir con los demás.



c) Correspondencia, es como una especie de intercambio amigable. Se trata de hacer cosas buenas unos por otros y responder de la misma manera. Este intercambio de acciones amables es lo que mantiene fuertes los lazos de amistad y comunidad entre las personas.



d) Dualidad, o paridad se refiere a la presencia de dos aspectos o fenómenos distintos en una misma persona o cosa, el pensamiento dualista puede dividir conceptos como el cuerpo y el alma, la vida y la no vida, la naturaleza y la cultura, o el género masculino y femenino, tratándolos como entidades separadas.



No mentir, busca combatir la corrupción, considerando ladrón a aquellos que roban físicamente o realizan actos como evasión de impuestos, ocupación ilegal de terrenos, estafa, falsificación de documentos, entre otros.

Averiguamos las bases y objeto de la Ley N° 004 de Lucha Contra la Corrupción, Enriquecimiento Ilícito e Investigación de Fortunas.

Para nuestros ancestros, la mentira era considerada un delito que la naturaleza sancionaba con desastres como sequías o granizadas que dañaban los cultivos. Ante esto, el sabio de la comunidad debía hacer una ofrenda a los espíritus protectores para pedir perdón.

No seas flojo, se basa en el fomento de la superación personal, los sueños y las esperanzas.

Aquellos que adoptan este comportamiento pueden perder oportunidades de desarrollo personal y quedarse atrapados en la pobreza, lo que los convierte en una carga para su comunidad.

El amor es el principio que crea la armonía interna esencial para la convivencia en unidad comunitaria, fomentando la coexistencia mutua, la solidaridad y la honestidad.

2. Valores y principios de las Tierras Altas

Bolivia, la forma en que las personas interactúan y se relacionan entre sí se basa en ciertos principios que son muy importantes. Estos principios son como reglas de oro que guían cómo deben convivir en sociedad. Están escritos en la Constitución Política del Estado y representan una manera de honrar a nuestros ancestros y de valorar el intercambio de conocimientos y tradiciones entre diferentes culturas.

Estos principios promueven el respeto mutuo, la colaboración y la comprensión entre las personas, independientemente de sus antecedentes culturales. Es como un recordatorio de que todos somos parte de una comunidad diversa y que podemos aprender mucho unos de otros si nos tratamos con respeto y apertura.

a) Ama suwa (jani lunthatämti), promueve el respeto por la propiedad ajena y la distribución justa de los bienes comunes.



b) Ama k'arimti, Ama llulla (jan) advierte el daño que la mentira causa en las relaciones sociales al romper la armonía y destruir los lazos interpersonales



c) Ama qilla (jan jayramti), Este principio no solo trata de evitar la pereza, sino de promover el esfuerzo, la educación, el trabajo y el progreso.

3. Valores y principios de las Tierras Bajas

Los pueblos originarios de las Tierras Bajas de Bolivia, ubicados en el Chaco y la Amazonía, son diversos, pero comparten un profundo respeto por la naturaleza. Para ellos, todo en el mundo es parte de una unidad completa, lo que significa que los seres humanos y la naturaleza deben vivir en armonía.

En la visión de los pueblos amazónicos, todos forman parte de un mismo espíritu de vida y tienen un origen común. Esta relación se basa en el principio de dualidad y complementariedad, lo que significa que cada ser es único, pero también es igual e interdependiente de los demás.



"Mboroaiu-amor"

Implica el desapego y la reciprocidad (yopoepi), así como la solidaridad (yoparareko), permitiendo vivir como una familia (tètara) y actuar sin egoísmo.



"Yomboete"

El respeto abarca la veneración hacia los antepasados, la consideración por la naturaleza y la armonía en la convivencia colectiva.



"Yopoepi"

Es reciprocidad, que se refleja en el respeto a los valores de convivencia y en el intercambio de productos entre las personas.



Leemos, analizamos y respondemos:

"La Abuela Grillo" es un cuento popular de Bolivia que relata la historia de una anciana llamada Abuela Grillo, que tiene la habilidad de controlar el agua y hacer llover. En la historia, la gente de la región sufre de sequía y escasez de agua, y la Abuela Grillo decide ayudarlos haciendo llover.

Sin embargo, la gente se vuelve codiciosa y comienza a abusar del agua, derrochándola y malgastándola. Esto enfurece a la Abuela Grillo, quien decide retirar el agua y llevarla de vuelta a su hogar en las profundidades de la tierra.

A medida que el agua desaparece, la gente se da cuenta de su error y se arrepiente de su comportamiento egoísta. Intentan pedir perdón a la Abuela Grillo y recuperar el agua, pero ella se niega y les enseña una lección sobre el valor del agua y la importancia de cuidar y respetar los recursos naturales.

El cuento concluye con la idea de que el agua es un recurso invaluable que debe ser valorado y protegido, y que la codicia y el egoísmo solo conducen a la pérdida de lo que más se aprecia.

VALORACIÓN



Fuente: retinalatina.org

Actividad

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se reflejan los valores de reciprocidad, complementariedad y unidad en las interacciones entre la Abuela Grillo y los habitantes de la comunidad en el cuento de "La Abuela Grillo"?
- ¿De qué manera la falta de reciprocidad y la ruptura de la unidad entre los personajes del cuento afecta el equilibrio y la armonía en la comunidad, según la narrativa de "La Abuela Grillo"?
- ¿Qué lecciones sobre la importancia de la reciprocidad, la complementariedad y la unidad podemos extraer de las acciones y consecuencias en el desarrollo del cuento de "La Abuela Grillo"?

PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos las siguientes actividades :

- Elaboramos una infografía con respecto a lo aprendido.
- De manera creativa elaboramos un árbol de valores familiares.
- Organizamos un juego de roles, el guion debe contemplar miembros de una comunidad que enfrenta un problema o desafío. A través de la interacción y la resolución de problemas, aprenderán la importancia de la reciprocidad, la complementariedad y la unidad para superar obstáculos y trabajar juntos hacia soluciones.

CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA CRISIS DE VALORES EN LA VIDA DEL SER HUMANO

PRÁCTICA

Realizamos una dinámica:

"Valores en acción"

En este juego, los estudiantes pondrán en práctica sus conocimientos sobre valores mientras compiten en una serie de desafíos divertidos y creativos.

Materiales necesarios:

- Tarjetas con diferentes valores escritos en ellas (ejemplos: honestidad, respeto, amistad, solidaridad, responsabilidad, etc.)
- Reloj o cronómetro
- Espacio para jugar

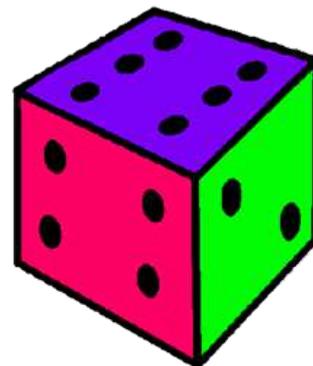
Instrucciones:

Colocamos las tarjetas con los diferentes valores escritos en el suelo o en una mesa, con el lado del valor hacia abajo.

Dividimos a los estudiantes en equipos pequeños de 3 a 5 personas.

Cada equipo tomará turnos para seleccionar una tarjeta al azar y leer el valor que aparece en ella.

Una vez que se haya seleccionado un valor, el equipo tendrá 1 minuto para pensar en una actividad o desafío relacionado con ese valor (Ejemplo. Representar una situación donde se demuestre el valor, actuar una escena que muestre el valor. Organizamos una pequeña actividad de limpieza para demostrar la responsabilidad hacia el medio ambiente.)



Actividad

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Cómo podemos aplicar los valores demostrados durante el juego en nuestra vida diaria fuera del aula?
- ¿Qué valor representado durante el juego nos parecieron más importante y por qué?

TEORÍA

La práctica de valores comienza en el seno del hogar, donde los miembros de la familia establecen los cimientos de su sistema de creencias y principios éticos



Fuente: <https://acortar.link/NCHbR5>

Los valores son cualidades de las personas o características especiales que le damos a las cosas, personas o acciones. Los valores afectan cómo nos comportamos y cómo tratamos a los demás.

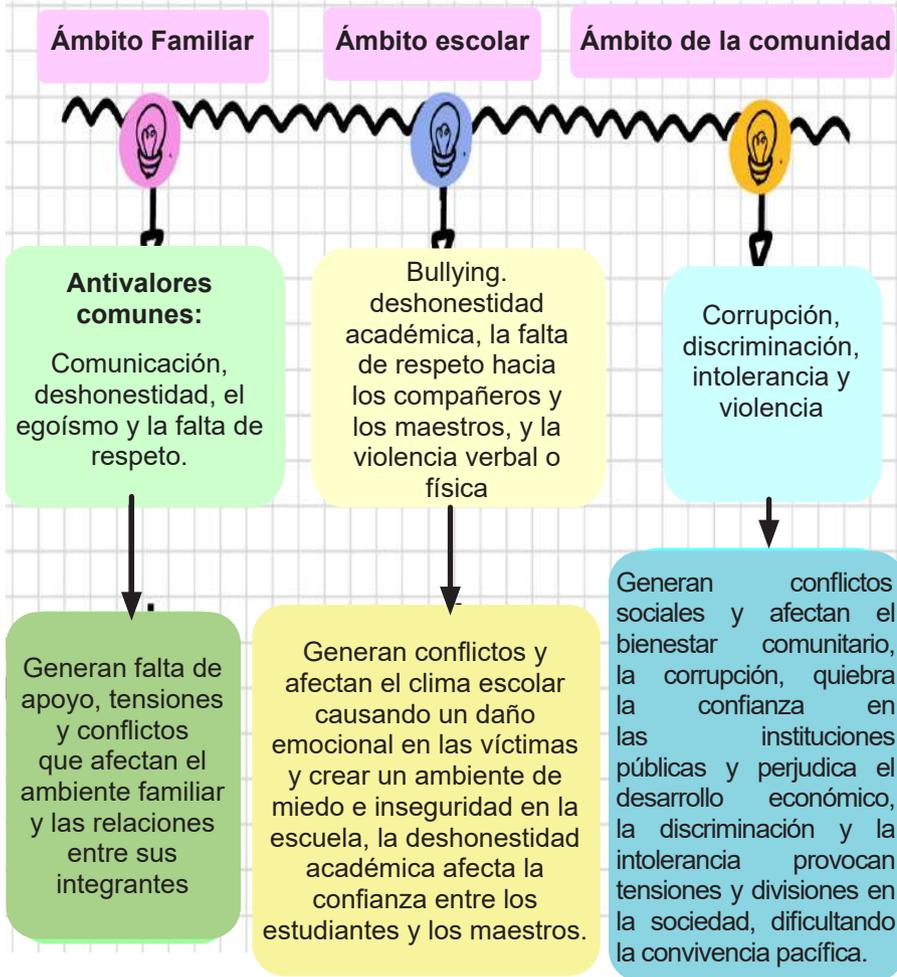
1. Los valores en la familia, la escuela y la comunidad

Los valores son conceptos abstractos que guían las actitudes y comportamientos de las personas, manifestándose en acciones motivadoras. Estos principios, orientados hacia lo positivo, son esenciales para mantener la armonía en las relaciones humanas y tomar decisiones acertadas.

El origen de los valores se encuentra en el núcleo familiar, donde los padres y tutores los transmiten y modelan. Su desarrollo continúa en la escuela, que además de proporcionar conocimientos académicos, promueve valores a través de programas educativos y actividades extracurriculares. La sociedad en general también actúa como un entorno donde los individuos practican estos valores, enfrentando situaciones que requieren honestidad, respeto y solidaridad. Así, el proceso de internalización de valores empieza en el hogar, se refuerza en la escuela y se consolida en la interacción social.

2. Antivalores que generan conflictos en la familia, escuela y comunidad

Los antivalores son aquellos comportamientos, actitudes o prácticas que van en contra de los valores éticos y morales aceptados por la sociedad. Estos antivalores pueden generar conflictos en diferentes ámbitos, incluyendo la familia, la escuela y la comunidad, debido a su impacto negativo en las relaciones interpersonales y en el bienestar colectivo.



Los Valores

Paciencia, es clave para manejar situaciones conflictivas de manera calmada y reflexiva.

Tolerancia, es esencial para resolver conflictos y promover la convivencia pacífica en la comunidad.

El respeto, es un valor fundamental que implica reconocer y valorar la dignidad, los derechos, las creencias, las opiniones y las diferencias de los demás.

Colaboración, trabajar juntos hacia un objetivo común, una poderosa herramienta para resolver conflictos y alcanzar soluciones mutuamente beneficiosas.

Empatía, es la capacidad de ponerse en el lugar de los demás y comprender sus emociones y perspectivas puede facilitar la resolución de conflictos.

Los antivalores pueden obstaculizar la convivencia armoniosa y la resolución efectiva de conflictos en la familia, la escuela y la comunidad, al romper principios y valores que deben primar en nuestra sociedad.

Falta de colaboración: Ocurre cuando una persona no está dispuesta a trabajar junto con otros hacia un objetivo común, ya sea por egoísmo, competitividad excesiva o falta de confianza en los demás.

Falta de empatía: cuando una persona carece de la capacidad o disposición para ponerse en el lugar de los demás.

Impaciencia: Se manifiesta cuando una persona carece de la capacidad para manejar situaciones conflictivas de manera calmada y reflexiva.

Falta de respeto: Implica la falta de consideración, cortesía y reconocimiento hacia los demás.

La práctica de valores en la cotidianidad es pieza fundamental para una convivencia armoniosa, en comunidad y relacionarnos con las demás personas.

Estos valores influyen mucho en la manera de comportarse, actuar y en sí, ser uno mismo.



3. Práctica de virtudes como camino para solucionar conflictos familiares, escolares y comunitarios

La práctica de virtudes juega un papel crucial en la resolución de conflictos en diferentes ámbitos, como la familia, escuela y comunidad, ya que son cualidades positivas del carácter humano que promueven el bienestar individual y colectivo. Son fundamentales para abordar y superar desafíos interpersonales y sociales; se tiene dos tipos principales de virtudes: las teologales y las cardinales, aquí se destacan algunas virtudes y el cómo pueden contribuir a la resolución de conflictos:

Honestidad, es resultado de una decisión personal, puesto que indica que debemos guiarnos con rectitud y justicia. Implica demostrar respeto e integridad de manera sincera.

Respeto, es reconocer y valorar la dignidad y los derechos de todas las personas, tratándolas con cortesía y consideración.

Humildad, es el reconocimiento de las propias limitaciones y virtudes, manteniendo una actitud modesta y abierta al aprendizaje y la mejora continua.

Colaboración, trabajar de manera unida para alcanzar metas comunes, compartiendo responsabilidades y apoyándose mutuamente.

Empatía, es la capacidad de entender y compartir los sentimientos de los demás, poniéndose en su lugar.

Compromiso, la dedicación y lealtad a una causa, tarea o persona, implicando un esfuerzo constante para alcanzar los objetivos propuestos.

Fortaleza, capacidad de poder demostrar firmeza, tanto en el aspecto moral como en las condiciones adversas que puedan presentarse.

Comunicación asertiva, es expresar nuestras ideas, necesidades y sentimientos de manera clara y respetuosa, sin herir e insultar a los demás.

Tolerancia, disposición para respetar y aceptar las diferencias y opiniones de los demás, sin prejuicios ni discriminación.

Escuchar, saber escuchar es la habilidad de poder comprender a los demás, es un acto de silencio, ya que debemos prestar atención al interlocutor. La escucha activa promueve la resolución de conflictos, siendo que fortalece la comunicación, mejorando así las relaciones interpersonales.

Virtudes

Son valores que se van haciendo vida a través de la existencia de cada ser humano.

En la familia: empatía, humildad, gratitud, paciencia, dialogo.

En la escuela: responsabilidad, compromiso, tolerancia, entusiasmo.

En la comunidad: honestidad, solidaridad y generosidad, tolerancia, optimismo.

¿Cuándo se generan acciones violentas?

Se originan por la baja tolerancia a la frustración, pero también intervienen factores biológicos (impulsividad), psicológicos y sociales.

Cuando hablamos de relaciones violentas en la familia y la comunidad, nos referimos a comportamientos dañinos que pueden incluir física, emocional o verbalmente a otros. Es un problema serio porque afecta la armonía entre las personas.

Una manera de contrarrestar esta violencia es promoviendo valores positivos y cultivando virtudes.



Resolución pacífica de conflictos, es muy saludable buscar soluciones a los problemas de manera dialogada y no violenta, buscando el bienestar de todas las partes involucradas.

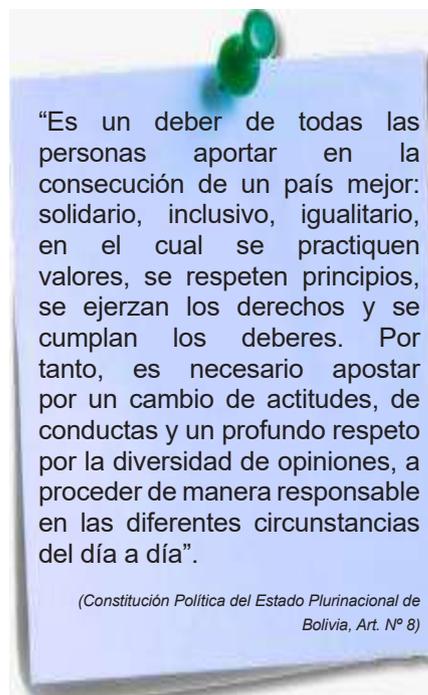
Promover estas virtudes en la familia y la comunidad puede ayudar a crear un entorno más saludable y respetuoso, donde las personas se sientan seguras y valoradas. Es importante enseñarlas desde temprana edad y practicarlas en la vida cotidiana para construir relaciones más positivas y armoniosas.

Leemos, analizamos y respondemos:

En la "Escuela de la Alegría", la maestra Ana desafía a sus estudiantes a buscar un tesoro en el patio, que resulta ser un tesoro de valores y virtudes.

A medida que los niños buscan el tesoro, comprenden que este radica en sus propios corazones y en las acciones que realizan para demostrar amistad, respeto y solidaridad. Al reflexionar sobre sus experiencias, los niños descubren que el verdadero tesoro no es material, sino los lazos de amistad y los valores compartidos entre ellos, prometiendo cultivar estos valores en sus vidas cotidianas.

VALORACIÓN



Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué papel desempeñó la maestra Ana en el desarrollo de los valores y virtudes en los estudiantes?
- ¿Cómo evolucionaron las relaciones entre los estudiantes a lo largo de la historia, desde el inicio de la búsqueda del tesoro hasta el momento en que comprendieron que el verdadero tesoro estaba en sus corazones?



PRODUCCIÓN

Actividad

Elaboramos entrevistas sobre valores:

- Entrevistamos a miembros de la familia, docentes o personas de la comunidad para conocer opiniones sobre los valores que consideran importantes y cómo los aplican en la vida diaria.
- En base a las entrevistas, elaboramos un informe o un video resaltando las similitudes y diferencias en la percepción de los valores entre diferentes generaciones o grupos sociales.
- Organizamos una presentación o exposición donde se comparten los resultados de las entrevistas con la comunidad escolar o familiar.
-



PRINCIPIOS Y NORMAS RELIGIOSAS QUE GUÍAN EL ACCIONAR DE LAS PERSONAS

PRÁCTICA

Una convivencia diferente

Aranza fue de visita a casa de Jhuliana, el motivo era que tenían que realizar un trabajo acerca del cuidado del medio ambiente. Desde que llegó sintió un ambiente armonioso, caluroso, experimentó sentimientos diferentes a los que ya estaba acostumbrada; el reloj marcaba las 14:30 Jhuliana la recibió y se dirigieron a la mesa para iniciar el trabajo.

De manera comprometida ambas iban construyendo enunciados y guías prácticas que puedan dar a conocer a sus compañeros de curso para el cuidado del medio ambiente, de pronto la familia de Jhuliana se concentró

alrededor de la mesa, Aranza sin entender preguntó a Jhuliana, del porque están ahí, entonces le explicó que a esa hora (16:30 hasta las 17:30) tienen un momento de comunicación y la invitó a participar.

Aranza no dudo y por la curiosidad participó, la actividad era tan amena que no se dio cuenta de las normas que se cumplían, la primera todos respetan ese momento de encuentro, para ello, nadie esta con el celular o algún dispositivo electrónico; al momento de ellos conversar intercambiaban sus anécdotas, algunas preocupaciones y noticias alegres que les sucedían, hubo risas, palabras motivadoras y de apoyo, pero también en la conversación hubo algunas llamadas de atención, por parte de Nicolás, el hermano mayor de Jhuliana. Aranza solo tenía el permiso hasta las 6 de la tarde, se preocupaba por terminar el trabajo, pero después de que la familia compartió sus anécdotas realizaron una dinámica entre todos y al final resultaron ayudando a las dos y terminaron el trabajo antes de lo previsto y justo en cuanto terminaron la mamá de Aranza llevo por ella a recogerla.



Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- Analizando la lectura, ¿se puede identificar alguna norma o principio que prima en el hogar de Jhuliana? Describimos de manera breve nuestra respuesta.
- En nuestros hogares, ¿tenemos algunas normas de convivencia? Realizamos un listado de ellas.
- Dentro nuestras consideraciones qué podríamos opinar acerca de la lectura. Realizamos de manera escrita una opinión crítica en nuestros cuadernos.

TEORÍA

Principios Fundamentales

Vida

Libertad

Humanidad

Bien

Moralidad

Comunidad



1. Principios, normas espirituales y religiosas de las diferentes confesionalidades del contexto

Los principios son los cimientos sobre los cuales se construye la convivencia en una sociedad. Son como los pilares invisibles que sostienen la estructura de nuestras interacciones diarias, guiándonos hacia una forma de comportamiento que promueva el respeto, la justicia y la armonía entre todos los individuos. Aunque a menudo pueden ser formulados como leyes o normas específicas, van más allá de simples reglas escritas; son los valores y creencias fundamentales que subyacen en nuestras acciones y decisiones.

Es esencial entender que los principios son universales, en el sentido de que afectan a todos los individuos por igual. No importa nuestra posición social, cultural o económica, estamos todos sujetos a ellos. Son como las reglas del juego que todos debemos seguir para que la convivencia sea posible y satisfactoria para todos.

Sin embargo, la comprensión y aplicación de estos principios pueden variar de una persona a otra y de una sociedad a otra. Algunos pueden ser conscientes de ellos y esforzarse por vivir de acuerdo con ellos, mientras que otros pueden estar menos familiarizados o incluso ignorar su existencia. Pero incluso si no son reconocidos o seguidos por todos, los principios continúan existiendo y ejerciendo su influencia en nuestras vidas colectivas e individuales.

En última instancia, los principios nos recuerdan que, en medio de nuestras diferencias y diversidades, hay un conjunto común de valores que nos une como seres humanos y que debemos respetar y honrar para mantener una convivencia pacífica y constructiva en nuestra sociedad.

Las normas son reglas que guían cómo actuamos y nuestros hábitos. Están basadas en principios. Las distintas religiones tienen normas que sus seguidores siguen para conectarse entre sí y con su deidad.

Cada religión tiene sus propias normas escritas en sus textos sagrados. Estas normas se consideran revelaciones de seres superiores y reflejan la voluntad divina.

a) Principios y normas del hinduismo

El hinduismo enseña a sus seguidores a vivir según cuatro principios importantes como un camino espiritual. Para hacerlo, es crucial evitar los vicios como el alcohol, las drogas y el tabaco. También es importante mantener relaciones interpersonales libres de prejuicios, odio, adulterio y aborto.

El principal enfoque de la vida debe ser el respeto si queremos seguir una práctica espiritual seria.

El Dharma es otro concepto fundamental. Es un deber espiritual que todos deben cumplir para mantener la armonía entre las personas. Toda gira en torno a él y es esencial para el funcionamiento de la sociedad.

b) Principios y normas del budismo

El budismo es una enseñanza que puede variar según la rama que se practique. Sin embargo, hay cinco principios que guían la vida de un budista. Estos preceptos no están destinados a reprimir a quienes los siguen, sino todo lo contrario: buscan liberarlos.

Para el budismo, es esencial romper las ataduras para que la conciencia alcance el Nirvana, un estado de iluminación espiritual al que aspira todo budista. Las pautas y normas del budismo buscan promover el bienestar humano en lugar de someterse a autoridades morales. La compasión es la medida que guía las acciones de las personas. Ante la duda o la incertidumbre al tomar decisiones, siempre se recomienda elegir el camino más compasivo.

c) Principios y normas del judaísmo

Para la religión judía, los 10 mandamientos son un conjunto de principios morales, éticos y religiosos que Dios reveló a Moisés en la cima del monte Sinaí. Mandamientos que son fundamentales tanto para la religión judía como para la cristiana y se espera que los fieles los obedezcan para obtener el favor de Dios.

Los 10 mandamientos de la ley judía son:

1. Amar a Dios sobre todas las cosas.
2. No adorar ídolos ni hacer imágenes de Dios.
3. No tomar el nombre de Dios en vano.
4. Santificar el día de reposo, el Shabat.
5. Honrar a los padres y las madres.
6. No matar.
7. No cometer actos impuros.
8. No robar.
9. No dar falso testimonio ni mentir.
10. No codiciar los bienes ajenos.

d) Principios y normas del islamismo

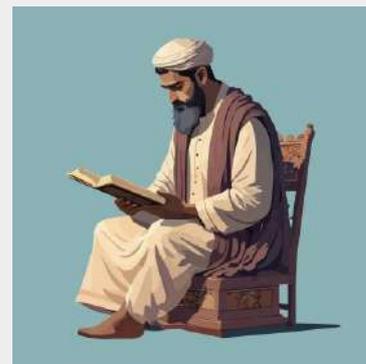
Los principios y normas del islamismo se basan en las enseñanzas del Corán, el libro sagrado del islam, y en las tradiciones del profeta Mahoma (la paz sea con él). Algunos de los principios más destacados incluyen:

La Shahada, profesión de fe en un solo Dios y en la profecía de Mahoma. La Salat, práctica regular de la oración, ritual que se realiza cinco veces al día.

Hinduismo



Fuente: es.wikihow.com



Fuente: pixabay.com

LOS 5 PRINCIPIOS BÁSICOS DEL BUDISMO

OBSERVAR LA REALIDAD TAL Y COMO ES



2

ASUMIR LA RESPONSABILIDAD DE NUESTRAS VIDAS

ENTENDER QUE LA FELICIDAD NO ES LA AUSENCIA DE PROBLEMAS

3



4

ACEPTAR LA LEY DE LA IMPERMANENCIA

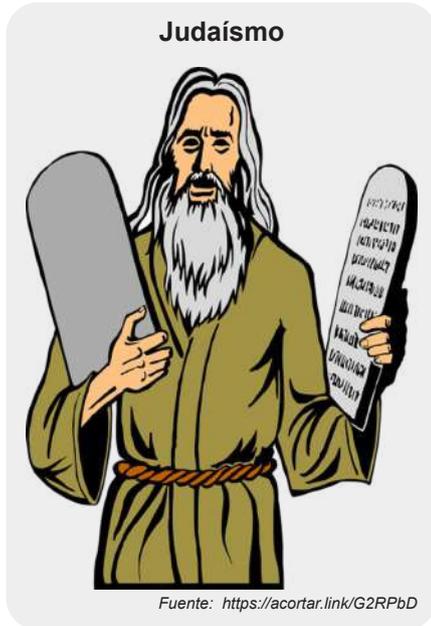
PASAR A LA ACCIÓN

5



www.ELENACIENFUEGOS.COM

Fuente: elenacienfuegos.com



El Zakat, obligación de dar limosna y ayudar a los necesitados como una forma de purificar la riqueza.

El Sawm, ayuno durante el mes de Ramadán como una muestra de devoción y autocontrol.

El Hajj, la peregrinación a La Meca, que es un deber religioso para aquellos que tienen los medios físicos y financieros.

Además de estos pilares, hay muchas otras normas y prácticas que los musulmanes siguen para vivir de acuerdo con los principios islámicos, incluyendo la prohibición del consumo de alcohol y la práctica de la caridad y la justicia.

e) Principios y normas del cristianismo

Los principios y normas del cristianismo se basan en las enseñanzas de la Biblia, el libro sagrado de los cristianos y en la vida y enseñanzas de Jesucristo. Algunos de estos principios son:

- **Amar a Dios y al prójimo**, es el mandamiento principal según Jesucristo, que resume toda la ley y los profetas.
- **Fe en Jesucristo**, creer en Jesucristo como Hijo de Dios, Salvador del mundo.
- **Arrepentimiento y perdón**, reconocer el pecado, arrepentirse de él y recibir el perdón de Dios a través de Jesucristo.
- **Vida de amor y servicio**, seguir el ejemplo de Jesucristo, viviendo una vida de amor, compasión y servicio hacia los demás.
- **Práctica de la oración y la adoración**, mantener una relación personal con Dios a través de la oración y la adoración tanto individual como comunitaria.
- **Estudio de la Biblia**, buscar la verdad revelada en la Biblia y aplicar sus enseñanzas a la vida diaria.
- **Justicia y misericordia**, defender la justicia y la equidad, actuando siempre con misericordia y compasión hacia los necesitados.
- **Vida de pureza y rectitud**, vivir de acuerdo con los valores morales y éticos enseñados en la Biblia, evitando el pecado y la maldad.
- **Testimonio y evangelización**, compartir la fe cristiana con otros y ser testigos del amor y la gracia de Dios en el mundo.
- **Esperanza en la vida eterna**, creer en la vida después de la muerte y la promesa de la salvación eterna en el reino de Dios.



El respeto es crucial porque cada persona es diferente y puede tener opiniones diversas. Esto puede generar conflictos y problemas. Para prevenirlos, es necesario practicar el respeto, que implica valorar a los demás y tratarlos con dignidad, incluso cuando no se está de acuerdo con ellos. De esta manera, se fomenta un ambiente de paz y armonía.

2. Actitudes respetuosas consigo mismo, con los demás y con la naturaleza, para promover la comunicación pacífica

La clave para llevarse bien y comunicarse tranquilamente radica en respetarnos mutuamente. Ser respetuoso implica no intentar cambiar a los demás ni juzgarlos por sus acciones o pensamientos. Esto también mejora la autoestima, proporcionando seguridad y permitiendo ser uno mismo sin temor a la crítica o humillación.

Para llevarse bien, es fundamental evitar comparaciones con los demás. Cada individuo es único y tiene habilidades distintas, lo que les confiere valor. Compararse solo genera inseguridad y malestar. Además, es importante expresar pensamientos y sentimientos con claridad y respeto. Las palabras amables y motivadoras fortalecen las relaciones, mostrando apoyo y afecto, y haciendo que la otra persona se sienta segura.



Observamos algunas normas y respondemos

Cristianismo	Islam	Judaísmo	Hinduismo
Amar al prójimo como a uno mismo y tratar a los demás con compasión y amor.	Misericordia y la justicia hacia todas las personas, independientemente de su religión o creencias	Oración diaria y la observancia del Shabat como día de descanso y adoración a Dios.	Adoración a través de rituales diarios, incluyendo la meditación y la veneración a los dioses

VALORACIÓN



PRODUCCIÓN



Actividad

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

- ¿En qué se parecen las normas de las diferentes religiones?
- ¿Cuál es la mejor religión? ¿Por qué?
- ¿Cómo influyen los principios y normas religiosas en la toma de decisiones y comportamientos diarios de las personas, y de qué manera estas influencias pueden variar entre diferentes religiones y culturas

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- Elaboramos una infografía con las normas religiosas de acuerdo a la fe que profesamos.
- Elaboramos una lista de actividades prácticas que pueden realizarse para promover el respeto hacia las normas religiosas, como visitas a lugares de culto, debates interreligiosos, círculos de diálogo, etc.

RESPONSABILIDAD EN EL USO ÉTICO DE LAS TICS Y REDES SOCIALES, PARA UNA VIDA SEGURA Y LIBRE DE TODA FORMA DE VIOLENCIA

PRÁCTICA

Dinámica:

“El semáforo digital”

Materiales necesarios:

Cartulinas de colores (rojo, amarillo y verde), marcadores, espacio amplio para moverse.

Instrucciones:

Dividimos a los participantes en grupos pequeños y entregamos cartulina de color rojo, una amarilla y una verde a cada grupo.

Explicamos que cada color representará una situación relacionada con el uso de las TICs y las redes sociales y los participantes deberán discutir en su grupo cómo reaccionarían ante esa situación.



Fuente: <https://concepto.de/tics/>

Actividad

Realizamos la siguiente actividad:

Presentamos tres escenarios diferentes, uno por cada color de cartulina, en función a lo siguiente:

- **Rojo:** Un compañero de clase está siendo víctima de ciberacoso en las redes sociales.
- **Amarillo:** Un amigo comparte información privada de algún compañero en línea sin el consentimiento.
- **Verde:** Encontramos un contenido violento o inapropiado en internet y no estamos seguros de qué hacer al respecto.

TEORÍA

“Las TIC” (Tecnologías de la Información y la Comunicación) son un conjunto de herramientas, recursos y tecnologías que permiten la captura, almacenamiento, procesamiento, transmisión y presentación de información en forma de datos. Esto incluye dispositivos electrónicos como computadoras, teléfonos móviles, tabletas, así como software, redes de comunicación y sistemas de información; facilitan la comunicación y el acceso a la información, trabajo colaborativo y muchas otras actividades en diversos ámbitos.



1. Análisis de los beneficios y riesgos de la tecnología

La tecnología es como un conjunto de conocimientos y técnicas que se usan para resolver problemas o lograr metas.

Desde hace mucho tiempo, se han creado nuevas herramientas para hacer más fácil la vida de las personas y para compartir información.

Al principio, fue para ayudar a los pueblos a crecer, y ahora, para hacer nuestras actividades más simples.

Esto hace que podamos adaptarnos mejor a nuestro entorno y recibir la información que necesitamos.

El uso de la tecnología y del internet se ha vuelto muy común en nuestra sociedad hoy en día.

Pero hay que tener cuidado, porque si no usamos estas herramientas digitales de manera adecuada, pueden traer problemas para nosotros.

Es importante pensar bien cómo y cuándo las usamos para evitar consecuencias negativas.

Los adolescentes suelen sentir que son invencibles, lo que significa que creen que nada malo les puede pasar.

A veces, no piensan en el peligro de algunas situaciones. También sienten una gran necesidad de hacer nuevos amigos y mantener su privacidad. Esto es parte de su proceso de crecimiento y desarrollo.



Es importante que los adolescentes y sus familias estén al tanto de estos beneficios y riesgos, y que trabajen juntos para fomentar un uso responsable y equilibrado de la tecnología.

Principales riesgos de las tecnologías de información y comunicación.

2. Responsabilidad y cuidado del manejo de la información personal en las redes sociales

La información que compartimos en internet, especialmente en redes sociales, forma nuestra "identidad digital". Esto incluye datos personales, fotos, comentarios y más, que conforman cómo nos ven otros usuarios. Al hacer pública esta información, nos exponemos a posibles usos no deseados. Es importante tener precaución, ya que algunos usuarios malintencionados pueden utilizar información falsa. Las redes sociales son plataformas en línea que permiten la interacción y el intercambio de información entre usuarios. Sin embargo, los adolescentes, a menudo, no comprenden completamente las implicaciones de compartir su imagen y datos personales en estas plataformas. Estos datos pueden ser almacenados y utilizados por terceros, tanto para fines legales como ilegales. Es esencial ser consciente de cómo se maneja nuestra información en línea.

- Para protegernos cuando compartimos información en línea, debemos tener en cuenta los siguientes consejos:
- Es necesario limitar la cantidad de información personal compartida en las redes sociales.
- De manera continua se debe revisar y ajustar la configuración de privacidad de las cuentas personales que se tenga, esto para controlar quién puede ver nuestra información.
- Se debe analizar muy bien el contenido que se quiere publicar, si realmente es necesario compartirlo o no.
- Evitar aceptar solicitudes de amistad o seguir a personas desconocidas.
- Bajo ningún motivo se debe compartir contraseñas de cuentas personales, ni detalles sensibles en línea.
- Seamos conscientes, de que todo lo que se publica, muchas veces puede permanecer en internet para siempre, incluso si es eliminado.
- Sensibiliza y concientiza a amigos y familiares sobre la importancia de la privacidad en línea.
- De manera periódica actualizar el software y las aplicaciones que se tenga, para protegerte contra posibles vulnerabilidades.
- Crear contraseñas seguras, en lo posible con caracteres combinados, estas contraseñas deben ser cambiadas de manera regular.
- Tratemos de proteger los dispositivos con el uso de herramientas de seguridad, como antivirus y firewalls.





Es normal que usar internet tenga riesgos, no solo para niños y jóvenes, sino para todos. Por eso, es importante que todos en la familia sepan sobre qué datos comparten en internet, con quién los comparten y quiénes son sus amigos en línea antes de navegar mucho por la web.



3. Integridad física, psicológica y emocional de los adolescentes frente a las redes sociales

Es importante entender que las redes sociales no son ni buenas ni malas por sí solas. Todo depende de cómo se usen. Cuando se usan de manera descontrolada y sin pensar, los adolescentes pueden enfrentarse a riesgos que afectan su seguridad física y emocional.

Las redes sociales ofrecen ventajas para los adolescentes como ayudarles a establecer relaciones y conocer gente nueva que puede influir en su personalidad. Pero también tienen efectos negativos:

- **Pérdida de privacidad**, compartir demasiada información puede exponerlos a peligros.
- **Adicción**, pasar demasiado tiempo en redes sociales puede causar dependencia y afectar su bienestar.
- **Comparación constante**, ver la vida aparentemente perfecta de otros puede generar sentimientos de inferioridad y ansiedad.
- **Bullying en línea**: Las redes sociales pueden ser plataformas para el acoso y la intimidación, lo que puede tener graves consecuencias emocionales.
- **Distorsión de la realidad**, las imágenes y mensajes en redes sociales pueden distorsionar la percepción de la realidad y crear expectativas poco realistas.

Es importante que los adolescentes aprendan a usar las redes sociales de manera responsable y consciente, estableciendo límites y protegiendo su bienestar.

Es muy común que las redes sociales tengan noticias falsas las cuales pueden tener varias consecuencias negativas:

- **Desinformación**, Las personas pueden creer información incorrecta y tomar decisiones basadas en ella, lo que lleva a una comprensión distorsionada de los eventos y problemas.
- **Polarización**, Las noticias falsas a menudo están diseñadas para generar emociones extremas o reforzar creencias preexistentes, lo que puede dividir a la sociedad y dificultar el diálogo constructivo.
- **Daño a la reputación**, Las personas y organizaciones pueden ser difamadas o malinterpretadas debido a noticias falsas, lo que puede afectar negativamente su reputación y credibilidad.
- **Desconfianza en los medios**, La proliferación de noticias falsas puede socavar la confianza en los medios de comunicación legítimos y en la información verificada.
- **Consecuencias sociales y políticas**, Las noticias falsas pueden influir en elecciones, políticas gubernamentales y opiniones públicas, lo que afecta el funcionamiento de la sociedad en general.

Las redes sociales pueden provocar una serie de problemas emocionales negativos, como:

- **Envidia**, Ver los logros y experiencias positivas de otros en redes sociales puede provocar envidia y resentimiento, lo que afecta negativamente la autoestima.
- **Adicción**, El uso excesivo de redes sociales puede convertirse en una adicción que afecta el bienestar emocional y la calidad de vida.
- **Distracción**, Pasar demasiado tiempo en redes sociales puede distraer a las personas de sus responsabilidades y actividades importantes, lo que genera estrés y frustración.

Es importante ser consciente de cómo el uso de las redes sociales afecta nuestras emociones y buscar un equilibrio saludable en su uso.

- **Ansiedad**, la presión por obtener likes, comentarios y seguidores puede generar ansiedad por la aceptación social y el miedo al rechazo.
- **Depresión**, la comparación constante con las vidas aparentemente perfectas de otros en redes sociales puede llevar a sentimientos de inferioridad, insuficiencia y tristeza.
- **Soledad**, aunque las redes sociales pueden conectar a las personas, también pueden contribuir a sentimientos de soledad y aislamiento, especialmente cuando se siente que las interacciones en línea no son genuinas o significativas.



4. Prevención de violencia escolar y digital en adolescentes

La violencia digital es cuando alguien lastima a otra persona usando tecnologías como teléfonos o computadoras. Puede afectar la seguridad, privacidad y libertad de las personas. Se utiliza símbolos, imágenes y palabras que se usan en línea, pero pueden hacer daño en la vida real.

Para proteger a los adolescentes de acciones violentas en línea, es importante estar informado sobre el ciberacoso y sus diferentes formas.

VALORACIÓN

Actividad

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante el control parental en el uso de redes sociales?
- ¿Cómo prevenimos las situaciones de riesgo que existen en las redes sociales?
- ¿Qué debemos hacer si detectamos una situación de riesgo en el uso de las redes sociales?



PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos las siguientes actividades:

- Creamos carteles informativos sobre los riesgos de las redes sociales y cómo protegerse de ellos. Podemos incluir consejos prácticos y ejemplos de situaciones de la vida real.
- De manera creativa, elaboramos guías de seguridad para el uso responsable de las redes sociales.
- Socializamos las guías con la comunidad educativa.

ACCIONES DE SANACIÓN Y RESILIENCIA PARA VENCER LA VIOLENCIA

PRÁCTICA

Había una vez un pequeño árbol llamado Cedric, que vivía en un bosque frondoso. Cedric era un árbol joven y frágil, pero tenía un gran deseo de crecer alto y fuerte como los árboles más grandes que lo rodeaban.

Un día, una tormenta azotó el bosque con vientos furiosos y lluvias intensas. Los árboles más grandes se doblaban y las ramas caían, pero Cedric se mantuvo firme, flexionando sus ramas con gracia para resistir la fuerza del viento. A pesar de que su tronco se sacudía y sus hojas temblaban, Cedric no se dejó vencer por la tormenta.

Después de la tormenta, los otros árboles miraron a Cedric con admiración. "¡Eres increíble, Cedric!" exclamó un roble anciano. "A pesar de tu tamaño, has demostrado una gran capacidad para adaptarte y superar los desafíos".

Cedric sonrió con orgullo y se dio cuenta de que, aunque era pequeño, tenía una fuerza interior que lo ayudaba a superar cualquier adversidad. A partir de ese día, Cedric continuó creciendo cada vez más alto y fuerte, convirtiéndose en un ejemplo de perseverancia para todos en el bosque.



Fuente: Patricia Michel Loayza

Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué características del árbol Cedric lo hace un ejemplo de perseverancia?
- ¿Cómo reaccionan los otros árboles frente a la capacidad de Cedric para superar la tormenta?
¿Qué puedes aprender de su reacción?
- ¿Qué significa la metáfora del árbol y la tormenta en relación con la capacidad humana para adaptarse y superar desafíos?
- ¿Qué lecciones podemos aplicar a nuestra propia vida, a partir de la historia de Cedric y su experiencia?

TEORÍA



Fuente: <https://acortar.link/cfdUzO>

La resiliencia es como un superpoder que todos tenemos dentro de nosotros. Es la capacidad de enfrentar los problemas y dificultades de la vida, como si fueras un superhéroe que puede superar los obstáculos más difíciles. Imagina que eres como un árbol fuerte en medio de una tormenta: aunque los vientos soplen fuerte y las ramas se sacudan, tú sigues firme y resistente, adaptándote y creciendo incluso en las circunstancias más difíciles.

1. El "Día del Abrazo" en familia

El "Día del Abrazo" es una celebración que a nivel mundial tiene lugar el 21 de enero de cada año, en Bolivia se celebra el segundo domingo de noviembre.

Los abrazos son gestos de afecto y conexión que pueden fortalecer nuestras relaciones con los demás. Tienen el poder de transmitir amor, consuelo, apoyo y amistad. Al abrazar a alguien, liberamos hormonas como la oxitocina, conocida como la "hormona del amor", que nos hace sentir bienestar y felicidad.

Además, los abrazos pueden tener efectos positivos en nuestra salud física y emocional. Pueden reducir el estrés, disminuir la presión arterial, fortalecer el sistema inmunológico y aumentar la sensación de seguridad y pertenencia.

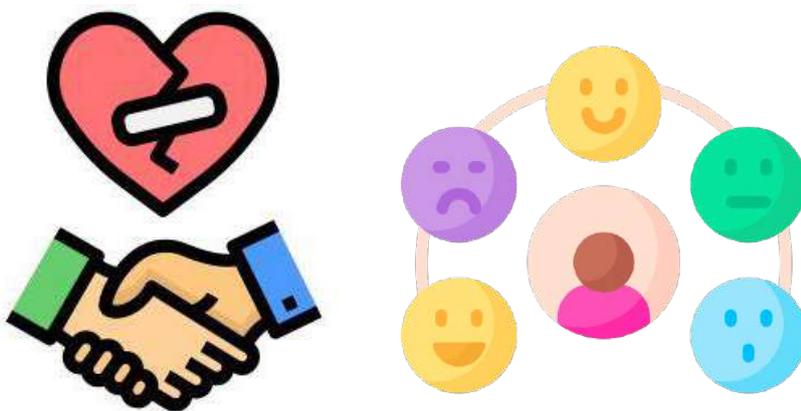
El "Día del Abrazo" nos recuerda la importancia de expresar nuestro cariño y afecto hacia los demás a través de gestos simples pero significativos. Es una oportunidad para reconectar con amigos, familiares y seres queridos, y para celebrar el poder del contacto humano en nuestras vidas.

2. Reconciliación como proceso de sanación

En la vida cotidiana, las personas enfrentan constantes conflictos en sus relaciones interpersonales que a veces desembocan en violencia y causan heridas emocionales difíciles de sanar. En estas circunstancias, el perdón y la reconciliación surgen como el mejor camino para restaurar las relaciones, pero es importante distinguir entre ambos. Perdonar implica dejar de lado el rencor y liberarse de la carga negativa, mientras que la reconciliación va más allá, requiriendo un esfuerzo adicional para volver a conectar y convivir con la otra persona, liberándose de la venganza y la ira. Esta acción siempre comienza con el perdón y es considerada por muchas religiones como fundamental para el crecimiento espiritual.

- a) **Problemas en la escuela**, imagina que estás teniendo dificultades en una materia difícil y sientes que no puedes entenderla. La resiliencia te ayudaría a persistir, buscar ayuda cuando sea necesario y encontrar nuevas formas de aprender, en lugar de rendirte ante el primer obstáculo.
- b) **Conflictos familiares**, si estás pasando por una situación difícil en casa, como problemas entre tus padres o discusiones familiares, la resiliencia te permitiría mantener la calma, buscar soluciones pacíficas y mantener relaciones saludables a pesar de las dificultades.
- c) **Rechazo en amistades o relaciones**, si experimentas el rechazo de amigos o enfrentas dificultades en una relación, la resiliencia te ayudaría a manejar tus emociones, aprender de la experiencia y seguir adelante construyendo nuevas relaciones positivas.
- d) **Perder un trabajo o enfrentar dificultades laborales**, si pierdes tu trabajo o enfrentas desafíos en tu carrera profesional, la resiliencia te daría la fuerza para mantener una actitud positiva, buscar nuevas oportunidades y seguir trabajando hacia tus metas laborales.
- e) **Enfrentar enfermedades o lesiones**, si experimentas problemas de salud o lesiones, la resiliencia te permitiría adaptarte a los cambios, buscar apoyo médico y mantener una actitud optimista y esperanzadora durante el proceso de recuperación.

Estos son solo algunos ejemplos de cómo la resiliencia puede ser crucial en diferentes aspectos de la vida cotidiana. En cada situación, la resiliencia nos ayuda a mantenernos fuertes, adaptarnos a los cambios y superar los desafíos que enfrentamos.



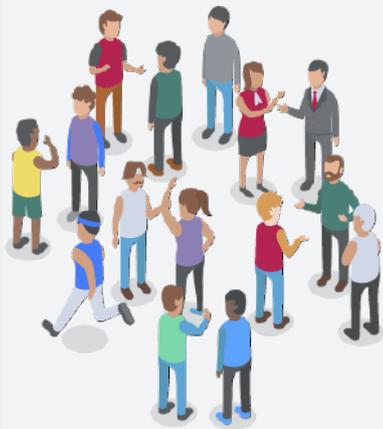
La reconciliación es un proceso complejo que implica varias fases o etapas, cada una de las cuales es importante para alcanzar una verdadera restauración de las relaciones.

- Reconocimiento del conflicto.
- Expresión de emociones.
- Comunicación abierta y honesta.
- Empatía y comprensión.
- Aceptación del error y responsabilidad.
- Perdón.
- Construcción de una nueva relación

Estados emocionales



Habilidades sociales



Fuente: logopediaactur.es

3. Reconocimiento de los estados emocionales y su manejo

Es importante reconocer y entender nuestras emociones para sanar heridas emocionales y mejorar nuestras relaciones con los demás.

Esto significa prestar atención a nuestro cuerpo y a cómo nos sentimos, así como identificar nuestras emociones de tres maneras: emocional, racional y conductual. Una vez que conocemos nuestras emociones, podemos controlarlas para evitar problemas en nuestras relaciones. Esta capacidad, llamada inteligencia emocional por Daniel Goleman, es clave para tener éxito y contribuir al bienestar de la sociedad.

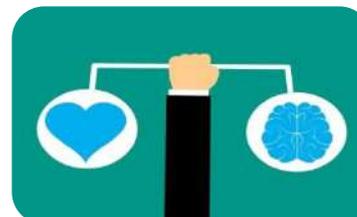
- **A nivel emocional**, nuestras emociones se sienten físicamente en el cuerpo. Por ejemplo, el miedo puede sentirse como un nudo en el estómago, mientras que la alegría puede hacer que nos sintamos ligeros y felices.
- **A nivel racional**, las emociones están relacionadas con nuestros pensamientos. Los pensamientos y las palabras pueden causar emociones, y nuestras emociones también pueden influir en lo que pensamos. Por ejemplo, anticipar un evento puede causar ansiedad, mientras que recordar un momento feliz puede hacernos sentir alegría.
- **A nivel conductual**, nuestras acciones muestran nuestras emociones y pensamientos. Por ejemplo, la ira puede hacernos actuar de manera agresiva, mientras que la felicidad puede llevarnos a compartir momentos especiales con los demás

4. Habilidades sociales y resiliencia

Las habilidades sociales y la resiliencia son dos conjuntos de capacidades que ayudan a las personas a interactuar eficazmente con los demás y a manejar los desafíos de la vida. Algunas características son:

Habilidades sociales	Resiliencia
<p>Comunicación efectiva: Capacidad de expresar ideas y sentimientos de manera clara y respetuosa.</p> <p>Empatía: Capacidad de entender y compartir los sentimientos de otras personas.</p> <p>Resolución de conflictos: Habilidad para manejar y resolver desacuerdos de manera pacífica.</p> <p>Trabajo en equipo: Capacidad de colaborar con otros para alcanzar objetivos comunes.</p> <p>Asertividad: Capacidad de expresar opiniones y necesidades de manera respetuosa y firme.</p>	<p>Adaptabilidad: Capacidad de ajustarse a nuevas situaciones o cambios.</p> <p>Manejo del estrés: Habilidad para mantenerse calmado y manejar la presión.</p> <p>Pensamiento positivo: Capacidad de mantener una actitud optimista incluso en situaciones difíciles.</p> <p>Perseverancia: Capacidad de seguir adelante a pesar de los obstáculos.</p> <p>Autocontrol: Habilidad para controlar las propias emociones y reacciones.</p>

La resiliencia es la capacidad que posee una persona para enfrentar situaciones difíciles y superar la adversidad, utilizando habilidades sociales como la resolución de conflictos, la escucha activa, la comunicación asertiva y la inteligencia emocional. Durante la adolescencia, los cambios físicos y psicológicos pueden desestabilizar la vida de los jóvenes, exponiéndolos a riesgos como la violencia, familias disfuncionales y el acoso escolar. Sin embargo, la resiliencia, junto con el desarrollo de habilidades sociales, les permite superar esta etapa difícil. Es esencial promover una actitud resiliente en los adolescentes para garantizar su bienestar mental y proporcionarles las herramientas necesarias para alcanzar sus metas, animándolos a perseverar a pesar de los desafíos.



Fuente: pixabay.com

VALORACIÓN

Leemos las siguientes situaciones y respondemos de manera reflexiva:

- Martha perdió su trabajo de repente debido a una crisis económica, pero en lugar de darse por vencida, aprovechó la oportunidad para reinventarse profesionalmente, adquiriendo nuevas habilidades y buscando nuevas oportunidades laborales que finalmente la llevaron a una carrera más satisfactoria y exitosa.
- Juan Luis, que enfrentó dificultades académicas y personales durante la escuela secundaria, pero en lugar de rendirse, se esforzó por superar los obstáculos, buscando ayuda de profesores y amigos, y desarrollando estrategias de estudio efectivas. A pesar de los desafíos, logró graduarse con éxito y acceder a la educación superior.



Fuente: freepik.es

Actividad

Reflexionamos y respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles fueron los principales desafíos o adversidades enfrentados por los protagonistas?
- ¿Cómo reaccionaron ante estas dificultades?
- ¿Qué estrategias o recursos utilizaron para superar los obstáculos?
- ¿Qué situaciones superaste en relación con la resiliencia?

PRODUCCIÓN

Actividad

Realizamos la siguiente actividad:

- Elaboramos un cartel sobre la resiliencia para compartir con la comunidad educativa.
- Creamos un cuadro comparativo donde identificamos nuestras habilidades sociales existentes y aquellas que necesitamos fortalecer para mejorar nuestras relaciones interpersonales.
- Creamos un proyecto de concienciación sobre la importancia de la inteligencia emocional en la vida diaria

ENCUENTRO CON MI REALIDAD PARA IDENTIFICAR MI VOCACIÓN

PRÁCTICA

Leemos y respondemos las preguntas:



Fuente: <https://www.pinterest.com.mx/garzaisabel133/orientaci%C3%B3n-vocacional/>

Actividad

Respondemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué nos gustaría cambiar en el mundo y cómo podríamos contribuir a ese cambio?
- ¿Qué tipo de personas admiramos y por qué? ¿Nos gustaría seguir sus pasos en nuestra carrera?
- ¿Qué habilidades o talentos consideramos que tenemos y cómo podemos aplicarlos en una carrera profesional?
- ¿Qué actividades disfrutamos hacer en nuestro tiempo libre y cómo podrían relacionarse con una profesión?



1. Conocemos algunos testimonios de vida a partir de las profesiones u ocupaciones del entorno

Hoy tenemos una oportunidad única para explorar el fascinante mundo de las profesiones y ocupaciones a través de los testimonios de vida de personas que conocemos en nuestro entorno. ¿Alguna vez te has preguntado qué hace un médico, un ingeniero, un artista o un chef en su día a día? ¿Qué los inspiró a elegir esa carrera? ¿Cuáles son los desafíos y satisfacciones que enfrentan en su trabajo? ¡Hoy vamos a descubrirlo!

Prof. Patricia Amaro Alberto, maestra de Comunicación y Lenguajes U. E. Martín Cárdenas Hermosa – El Alto

Me inspiró mi maestro de Psicología - Filosofía Jaime Muñecas, por su carisma, su forma distinta de ejercer la docencia, así como mi madre que es maestra, por su tenacidad, responsabilidad

Existen muchos desafíos en la actualidad, como las diferentes situaciones sociales de los estudiantes, su realidad familia que es muy dolorosa en algunos casos, también la lucha con la tecnología mal usada, los vicios que rebasan y el descuido de los padres que por trabajo muchas veces están ausentes en el apoyo académico de sus hijos.

En cuanto a las satisfacciones el cariño de los estudiantes y agradecimiento, saber de muchos profesionales que jamás olvidan de las enseñanzas de algunos profesores y se les queda grabado en la mente del niño, adolescente joven y ahora todo un profesional



Alvaro C. Michel Loayza Chef – La Taverne y La Martina - Sucre

Yo soy gastronómico profesional actualmente en dos restaurantes que son propios y la decisión para estudiar gastronomía, fue porque me gustaba y me daba la oportunidad de ser independiente, de poder llegar hasta donde yo quería, también es que en ese entonces la gastronomía utilizaba el régimen o la disciplina militar escalonada entonces eso es lo que a mí me llamaba la atención, aparte de que podía ser mi propio jefe en algún momento. También el hecho de poder aprender y dirigir personal y hacer administración eso es una de las cosas que más me llamó la atención en gastronomía aparte del hecho de poder cocinar y crear.

Dentro los desafíos que se tienen, al iniciar no se notaba mucho pero ya una vez ejerciendo los primeros desafíos para mí era poder ascender ya que, en esta carrera, como es escalonada necesita sí o sí ascender para llegar a ser jefe y ahí recién es como que empiezas a dar rienda suelta a tu creatividad y a tus deseos de ser emprendedor.

Las satisfacciones son muchas, desde debe de haber formado nuevos profesionales haber podido colaborar con muchas otras empresas y estar rodeado siempre de personas que jóvenes que desean aprender y no solamente cocina sino también administración, contabilidad, marketing, todo ese tipo de personas con las que estoy rodeado día a día, gracias al emprendimiento que tengo por elegir esta carrera.

Estif Carrasco Periodista, reportero locutor – La Paz

Me inspiró para elegir esta carrera, principalmente, el poder establecer que yo puedo reflejar un hecho y a través de ese hecho poder seleccionar y también diferenciar la información de lo que simplemente se convierte desde un chisme, un trascendido, hasta una información oficial entonces eso me inspira me inspira mucho el hecho reflejarlo tal y como es.

El primer desafío es ser humilde, creo que con las redes sociales muchas veces se pierde la humildad, la cámara es para acercarnos a la gente no para separarnos, no para abrir brechas, también ser empáticos, principalmente ser imparciales y capacitarnos constantemente.

Mi satisfacción es saber que la gente me reconoce, con un trabajo imparcial con un trabajo total y plenamente crítico, pero ante todo empático, no se tiene un rédito económico, pero sí tiene un rédito moral porque el que calla miente así que dignos y sin mordazas, siempre lo hemos dicho desde el inicio de nuestra carrera.

Daniel Michel, Ingeniero de sistemas

Una de las razones por las que he elegido esta carrera, es primero la emergente y creciente necesidad en el ámbito computacional abriéndome oportunidades de trabajo y la otra personalmente que a mí me gustaba solucionar problemas técnicos y buenos después tecnológicos.

Dentro de los desafíos podría decir existe mucha actualización diaria, en cuanto a mi área por lo cual hay que estar muy actualizados, pendientes de todo lo que aparezca nuevo. La satisfacción es de poder dar soluciones a los problemas cotidianos, para que el usuario final pueda hacer sus trabajos. Entonces esa satisfacción que ellos se encuentran en lo que hacemos es gratificante para mi carrera.

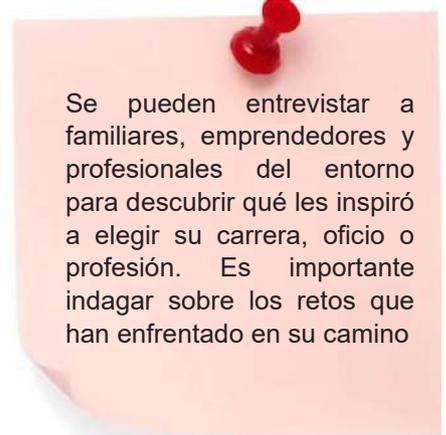
Las experiencias compartidas ilustran cómo la vida cobra un significado más profundo cuando nos embarcamos en la búsqueda de una meta. Desarrollar una vocación requiere paciencia para atravesar con éxito diversas etapas. Sin embargo, este camino no debe recorrerse en solitario. Los padres, maestros e incluso los compañeros desempeñan un papel fundamental al brindar orientación y acompañamiento en esta travesía de autodescubrimiento y realización personal.



Fuente: freepik.es



Fuente: freepik.es



Se pueden entrevistar a familiares, emprendedores y profesionales del entorno para descubrir qué les inspiró a elegir su carrera, oficio o profesión. Es importante indagar sobre los retos que han enfrentado en su camino

Leemos las siguientes situaciones y respondemos:

- Laura es una voluntaria que trabaja con niños de la calle en un programa de apoyo y rehabilitación. Su trabajo consiste en ofrecerles alimentos, refugio y apoyo emocional, así como ayudarles a reintegrarse en la sociedad a través de la educación y el entrenamiento laboral. Laura describe su experiencia como conmovedora pero también desafiante, ya que muchos de estos niños han sufrido abuso, adicciones y traumas. Analizar su experiencia podría ayudar a comprender los problemas sociales que enfrentan los niños de la calle y la importancia del apoyo comunitario en su rehabilitación y reintegración.
- Juan es un joven bombero voluntario que dedica su tiempo libre a servir a su comunidad. Cada semana, se entrena junto con su equipo para estar preparado para responder a emergencias como incendios, accidentes de tráfico y rescates en áreas naturales. Juan describe su experiencia como desafiante pero gratificante, ya que le permite ayudar a salvar vidas y proteger la propiedad de sus vecinos. Analizar su experiencia podría ayudar a comprender los desafíos y responsabilidades de ser un bombero voluntario, así como los valores de trabajo en equipo y servicio a la comunidad que implica esta labor



Fuente: https://es.pngtree.com/freepng/people-are-cleaning-up-trash-in-the-park-on-world-environment-day-save-planet-concept-flat-style-vector-illustration_7768603.html

VALORACIÓN

Respondamos las siguientes preguntas:

- ¿Qué significa el servicio voluntario?
- ¿Por qué es importante ayudar a los demás de manera desinteresada?
- ¿Cuáles son los beneficios personales y comunitarios del voluntariado?
- ¿Qué desafíos pueden surgir al realizar trabajo voluntario?



PRODUCCIÓN

Realizamos las siguientes actividades:

- Organizamos una jornada de servicio voluntario en la comunidad, en la que los estudiantes participarán en actividades prácticas para mejorar su entorno. Esto puede incluir limpieza de parques, pintura de murales, recolección de basura, entre otras actividades, para contribuir de manera tangible al bienestar de su comunidad y experimentar el valor del servicio voluntario en acción.
- Realizamos un informe de nuestra actividad, con logros y dificultades.
- Elaboramos una ficha de hobbies, gustos, dificultades y sueños para ir identificando nuestra posible vocación profesional.
- Realizamos una entrevista a un adulto mayor en un video de dos minutos con la siguiente pregunta. ¿Qué mensaje les daría a los jóvenes respecto a la educación?

Actividad

Actividad

BIBLIOGRAFÍA

ÁREA: VALORES ESPIRITUALIDAD Y RELIGIONES

- Araújo dos Santos, E. (16 de julio de 2021). Espiritualidad indígena de la Amazonía. La Civiltà Cattolica.
- Beltrán, A. (2022). La Virgen del Socavón y sus devotos danzarines. [www.educa.com.bo:https://www.educa.com.bo/content/la-virgen-del-socavon-y-sus-devotos-danzarines](http://www.educa.com.bo/https://www.educa.com.bo/content/la-virgen-del-socavon-y-sus-devotos-danzarines)
- Boff, L. (2012). La Madre Tierra, sujeto de dignidad y de derechos. *América Latina en movimiento*(479), 1-3.12.
- Cayón, L., & Chacon, T. (2014). Conocimiento, historia y lugares sagrados. La formación del sistema regional del alto río Negro desde una visión interdisciplinar. *Anuario Antropológico*, 39(2), 201-236.
- De la Cruz, M. (2004). Distintos planteamientos sobre el problema cuerpo-mente. En J. Gomez, & et al., *Neurociencia Cognitiva y Educación* (págs. 12-30). Fondo Editorial FACHSE.
- De Mello, A. (1998). La oración de la rana (Vol. 2). SAL TERRAE.
- Estermann, J. (2013). Cruz y coca. Hacia la descolonización de la Religión y la Teología. ISEAT.
- Fernández, G. (2019). La puerta de Anuwampar. Literatura oral, paisaje y ritualidad en el Altiplano aymara. *Boletín de Literatura Oral*(9), 77-90.
- UNASUR. (2017). Diversidades Culturales: Pueblos Indígenas de Suramérica. Foro de Diversidades Culturales- Pueblos Indígenas de Suramérica. La Paz: Ministerio de Culturas y Turismo Viceministerio de Descolonización.
- Acedo Penco, Á. Platero Alcón, A. (Diciembre de 2016). Scielo Revista chilena de derecho y tecnología. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-25842016000200063
- Assembler, J. (16 de junio de 2022). assembler institute of technology. Obtenido de <https://assemblerinstitute.com/blog/que-es-la-tecnologia-para-que-sirve/#:~:text=La%20tecnolog%C3%ADa%20se%20trata%20del,asociamos%20hoy%20a%20la%20tecnolog%C3%ADa.>
- Consejería de Educación, Gobierno de Canarias. (13 de octubre de 2023). Gobierno de Canarias. Obtenido de <https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/seguridad/identidad-digital-profesorado/que-es-laidentidad-digital/>
- Mayer, R. (22 de JUNIO de 2023). UNESCO. Obtenido de <https://www.unesco.org/es/health-education/safelearning-environments>
- UNICEF. (octubre de 2023). unicef.org. Obtenido de <https://www.unicef.org/colombia/media/6891/file/Caja%20de%20actividades.pdf>
- Garcés, C. (27 de mayo de 2021). uchile.cl. Obtenido de <https://uchile.cl/noticias/176402/reconocer-y-gestionar-las-emociones-para-mejorar-la-salud-mental>
- Minutillo, S. (11 de noviembre de 2022). somoscomunidad.org.ve. Obtenido de <https://somoscomunidad.org.ve/2022/11/11/dia-del-abrazo-en-familia/>
- Olaya, A. (2021). repositorio.upch.edu.pe. Obtenido de https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/11260/Relacion_OlayaMatute_Anabell.pdf?sequence=1&isAllowed=y- CEMSE. (20 de AGOSTO de 2020). youtube.com. Obtenido de YOUTUBE: <https://www.youtube.com/watch?v=NpM2B-orOQc>
- IESRP. (6 de julio de 2023). es.linkedin.com. Obtenido de https://es.linkedin.com/pulse/importancia-delvoluntariado-en-j%C3%B3venes?trk=article-ssr-frontend-pulse_more-articles_related-content-card
- Meruvia Soria, Á. (5 de diciembre de 2021). opinion.com.bo. Obtenido de <https://www.opinion.com.bo/opinion/angela-meruvia-soria/experiencias-transformadoras-voluntariado-bolivia/20211205012504845854.html>



PRIMER TRIMESTRE

Valores Espiritualidad y Religiones
Patricia Adelfa Michel Loayza

SEGUNDO TRIMESTRE

Valores Espiritualidad y Religiones
Patricia Adelfa Michel Loayza

TERCER TRIMESTRE

Valores Espiritualidad y Religiones
Patricia Adelfa Michel Loayza



BICENTENARIO DE
BOLIVIA



minedu.gob.bo



[@minedubol](https://twitter.com/minedubol)



[minedu_bol](https://www.youtube.com/minedu_bol)