

Sujeto del discernimiento: la persona y su dignidad



CLASE 4

PROCESO DE PERSONIFICACIÓN

Principio de Identidad

Ppio de
Trascendencia



Ppio de
Comunicación

Principio de Creatividad

Responder o comentar las siguientes interrogantes sobre dignidad y proceso de personificación

2.- Explique qué relación tiene el concepto de persona con la tragedia griega. En qué se aproxima a la tragedia y en qué se diferencia o se aleja de ella. (exposición del profesor en clases)

1.- Qué podemos deducir del alcance del concepto "dignidad de la persona" de la siguiente afirmación: *"Ser persona no es algo agregado, no es una cualidad o característica del ser humano: es la manera que tiene el ser humano de existir, de ser. La dignidad no está ligada a sus cualidades morales, físicas o intelectuales, sino simplemente a que la persona humana es"*

3.- Cuál de los Principios tiene que ver, más profundamente, con el discernimiento o por qué y para qué discernir. De razones...

A través de qué características de la persona podemos entrar en diálogo con Dios...

**Emociones
y
Sentimientos**

**Lenguaje
y
comunicación**

**Pensamiento reflexivo
y
conciencia de sí**

**Sueños, ideales,
Impulsos, llamados
interiores**

Memoria – Entendimiento - Voluntad

**Los 4 principios del desarrollo de la persona: Identidad,
Comunicación, Creatividad y Trascendencia**



**Ser creados a imagen
y semejanza de Dios**

Facultades que nos ayudan a discernir

La memoria: capacidad para codificar, almacenar y recuperar información. Nos permite aprender, formar identidad y relacionarnos con el mundo. Función cerebral superior esencial para la supervivencia y la cultura humana.



El entendimiento o cognición: es la facultad de percibir, interpretar y dar sentido a las informaciones, ideas conceptos o experiencias. Tiene que ver con la cognición e inteligencia

La voluntad: capacidad de decidir y actuar. Es una capacidad consciente para elegir, tomar decisiones y realizarlas de manera intencionada. Implica decisión, intención, motivación, esfuerzo y autocontrol.



Las emociones

Son reacciones neuroquímicas automáticas a un estímulo (interno o externo), son primarias, innatas y fugaces . Son fisiológicas y se manifiestan en el cuerpo: una sombra amenazante, por ej., te hace reaccionar con miedo, tu corazón se acelera y tus músculos se tensan

Disposiciones fisiológicas corporales que determinan un dominio de acción...

Los sentimientos

Son la interpretación consciente de esas emociones. Son subjetivos, influenciados por nuestras experiencias, pensamientos y recuerdos. Son más duraderos y complejos: sientes la emoción del miedo, tu mente la procesa: "es solo el gato del vecino", el miedo se disipa y se siente alivio (sentimiento); o, "alguien me está siguiendo", el miedo se intensifica y se convierte en pánico (sentimiento)

Es la reflexión consciente sobre lo que siento



Analogía de la tormenta:

La emoción es la tormenta en sí: los relámpagos, el viento fuerte, la lluvia. Es un evento físico potente y que pasa rápido

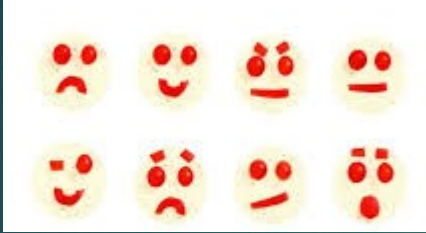


El sentimiento es lo que tú piensas y experimentas durante la tormenta: puedes sentir **nostalgia**, si te recuerda tu infancia; **miedo**, si estás solo; **tranquilidad**, si te gusta el sonido de la lluvia o **preocupación** por si se inunda el jardín

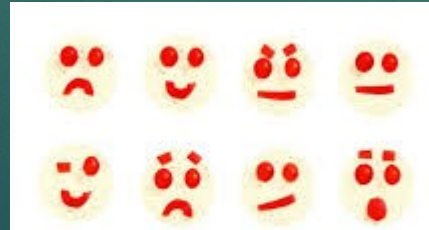
La tormenta (emoción) es la misma para todos; pero, lo que cada uno siente al experimentarla (sentimiento) es único

Características	Emociones	Sentimientos
Origen	Sist. Límbico (Cerebro primario)	Neocortex (corteza prefrontal – consciente-
Naturaleza	Innatas y universales, las compartimos con otros animales	Subjetivos y personales, moldeados por la experiencia y cultura.
Duración	Breves e intensa	Más duraderos, pueden persistir, horas días, etc.
Consciencia	Inconscientes y automáticas, ocurren sin que pensemos en ellas	Conscientes, requieren de procesamiento mental y reflexión
Manifestación	Fisiológicas, se sienten en el cuerpo /taquicardia, sudor, risa, llanto)	Psicológica. Se experimentan y procesan por pensamientos, estados de ánimo
Ejemplos	Alegría, tristeza, miedo, asco, sorpresa, ira	Amor, celos, culpa, orgullo, nostalgia, resentimiento

A gusto
 Abrumado
 Admirado
 Agitado
 Agradable
 Agradecido
 Agresivo
 Airado
 Alegre
 Amable
 Amargado
 Amenazado
 Amigable
 Ansioso
 Aprobado



Deprimido
 Desalentado
 Desamparado
 Desbordado
 Descompuesto
 Desconcertado
 Desesperado
 Dudoso
 Embroncado
 En comunión
 Encantado



Malhumorado
 Mareado
 Melancólico
 Metido
 Miedoso
 Nervioso
 Pacificado
 Pensativo
 Podrido
 Prejuiciado
 Preocupado

Enjuiciado
 Enojado
 Envidioso
 Esponjado
 Estable
 Feliz
 Frío
 Furioso
 Histérico
 Impávido
 Indiferente
 Inseguro
 Jovial
 Jubiloso
 Lleno

Tembloroso
 Temeroso
 Tenso
 Tibio
 Tierno
 Tranquilo
 Triste
 Unido
 Vacío
 Volado

Quejumbroso
 Rabioso
 Rebelde
 Resentido
 Saturado
 Seco
 Seguro
 Sentimental
 Serio
 Sin remedio
 Solemne
 Solidario
 Solo



Asustado
 Aterrado
 Aterrorizado
 Bajoneado
 Callado
 Cariñoso
 Celoso
 Cerrado
 Cómodo
 Complicado
 Confiado
 Contento
 Contrariado
 Cordial
 Cuestionado



LOS SENTIMIENTOS

- son subjetivos, personales y originales.
 - no son la realidad, sino el "eco" de la realidad en mí; o mi manera de percibirla; mi reacción frente a ella.
 - son la principal fuente de información sobre mí y sobre las resonancias que la realidad despierta en mí.
-
- frente a ellos es necesario una actitud de escucha receptiva y abierta. No son discutibles: p.e., podré no estar de acuerdo con tu ira, pero no podré discutir el hecho de que tú la sientas.
 - es necesario manifestarlos, aceptarlos en el campo racional y evitar reprimirlos.
 - no son universales; es decir, no los experimentamos todos de la misma manera e intensidad frente a los mismos "estímulos".
-
- no son verdaderos ni falsos, sino que los acepto, o no, como válidos para mí, en referencia a mis opciones vitales básicas.
 - son educables en buena medida, aunque no todos.
 - canalizarlos no es ignorarlos, no es reprimirlos.
 - con algunos sentimientos debo "convivir" aunque no me agraden; de ahí la necesidad de aceptarlos como míos.

LOS PENSAMIENTOS

- son racionales.
- intentan explicar la realidad; no se confunden con ella.
- son más universales que los sentimientos, aunque son discutibles.
- la veracidad de un pensamiento la encuentro en función de su proximidad o no a la realidad.
- son también educables; tenemos la posibilidad de sistematizarlos según una disciplina, p.e.: lógica matemática, inducción-deducción, análisis-síntesis.
- puedo "mantenerlos", "alimentarlos" o desecharlos.

Ejercicio de interioridad

1er momento: relajación a través de respiración e imaginación

2do momento: escuchar la canción “Doy fe”

3er momento: reconocimiento de sentimientos y pensamientos

4to momento: ¿Qué estrofa de la canción interpreta mi sentir y pensamientos de este momento?

5to momento: A qué me invita este ejercicio



https://www.youtube.com/watch?v=3u4qyRRSJx4&list=RD3u4qyRRSJx4&start_radio=1



Esta vida es un gran viaje, un gran viaje es la vida

**Subes y bajas montañas, las recibes energía
Las heridas que sangraron, un día van a sanar**

Todo tiene su comienzo y su final

**En la selva me reconcilié con la serpiente
Para renacer hay que pasar por la muerte
Y el cemento omnipresente, no lo voy a odiar
No voy a caer en su denso espiral**

**De tierra soy, del cielo vengo
Somos la voz del universo
Y el corazón es una antorcha
Que ilumina el camino
Doy fe, doy fe, doy fe**

**En la ruta por momentos todo se pone oscuro
Y los pasos se vuelven inseguros
Pero alerta la conciencia no me tarda en recordar
Que el amanecer está por llegar**

**Pachamama, Madre Selva, lava de los volcanes
Las invoco en mi voz y en mis refranes
Para echar abajo el muro de las separaciones
Y que el amor reúna nuestros corazones**

**De tierra soy, del cielo vengo
Somos la voz del universo...**

Sobre la canción "Doy Fe":

¿Qué sentimientos me produjo esta canción?



¿Qué pensamientos o reflexión me surgen a partir de la canción?

¿Hay algunas palabras o frases de la canción que representan lo que he ido sintiendo en las temáticas del curso? ¿Cuáles? Y ¿Por qué?

