



Asignatura: ESI

Curso: 3° año A y B

Profesor a cargo: Daniel Salinas

Correo donde se envían las actividades: daniel.salinas@colegiosanluisrey.edu.ar

Fecha de entrega: Hasta el viernes 27 de marzo de 2020 a las 12 horas.

■ LA ELECCIÓN DEL BIEN MAYOR

Todas las cosas son buenas. Cada cosa tiene una bondad especial.

Ahora bien, todo parece indicar que no todas las cosas tienen la misma "cantidad" de bien. Y esto, a su vez, parece depender de su forma de ser. No da lo mismo ser una cosa que una planta, una planta que un animal, o un animal que una persona. Algunos seres son superiores a otros. Algunas cosas son bienes mayores. Otras son bienes menores.

Las cosas también son interesantes. El agua parece menos valiosa que el dinero pero, en un desierto, el agua tiene el máximo valor. El dinero sólo sirve en la medida en que pueda ayudar a conseguir lo que se necesita.

Una persona es un bien mayor, superior a todo lo creado. Tiene más perfecciones y más facultades que otros seres. Evidentemente, el amor de una persona puede hacerte más feliz que la posesión de una cosa.

La idea, si partimos del hecho de que la felicidad viene con la posesión de un bien deseado, es elegir siempre el bien mayor. Si el bien es mayor, la felicidad que da su posesión también es mayor y más duradera.

Puedes preguntarte, frente a una posible elección, *¿cuál de estos dos es el bien mayor?* Encontrarás, a veces, que la elección del bien mayor es más difícil y requiere fuerza de voluntad. Los sentimientos que surgen, por ende, pueden no ser muy positivos, pero están allí para ayudarnos. Los sentimientos que acompañan la elección del bien menor, en cambio, pueden ser más agradables a corto plazo y provocar menos resistencia, porque el bien menor es más fácil de lograr.

¿Qué es más fácil? ¿Levantarse para ir a la escuela o quedarse cómodamente durmiendo? ¿Pedir perdón a la persona que herimos o "hacernos los desentendidos"? ¿Ayudar en casa o ver la televisión? Dormir, no pasar un mal rato y ver televisión son bienes, pero comparados con ir a la escuela, perdonar y ayudar, son bienes menores.

Por ello es importante que regules tus emociones, que elijas el bien mayor aunque te cueste esfuerzo y las emociones no sean tan agradables.

La felicidad se alcanza con la elección del bien mayor.

¿ES POSIBLE DECIDIR A PARTIR DE LAS EMOCIONES?

Las emociones se desencadenan a partir de un estímulo exterior o interior. Recibes el estímulo a través de los sentidos externos (vista, oído, gusto, tacto, olfato) o de los sentidos internos (imaginación o memoria).

Si un estímulo externo te hace daño, puedes evitarlo y así dejas de sentir. Si imaginas o recuerdas algo negativo, es más difícil evitarlo, pero puedes focalizar la atención en otros temas o actuar de manera positiva como hablar a un amigo, mirar una película divertida, hablarle a una persona tu pesar... y así, esa emoción puede cambiar.

Este tema en el programa recibe el nombre de "La elección del bien mayor".

De acuerdo a todo lo leído solo en el texto debes responder:

- 1- Porque la persona es un bien mayor? Explicar
- 2- Describir de manera completa como se desarrollan las emociones
- 3- Qué es la felicidad? Explicar y dar ejemplos
- 4- Que se puede hacer para ser feliz? Dar tres distintos ejemplos explicados

El tiempo de presentación es hasta el Viernes 27/03/20
Al ser un trabajo individual y no haber trabajos iguales se corregirá atendiendo: el análisis-comprensión de texto personal, la explicación con palabras propias dada a cada respuesta. El trabajo debe hacerse en formato Word Arial 12 y mandar al correo electrónico: daniel.salinas@colegiosanluisrey.edu.ar

Buscamos la felicidad porque es parte del sentido de la vida de la persona. Felicidad es sinónimo de "hacer lo que me hace mejor persona". Felicidad es sinónimo de tener mucha gente a quien amar y que me ama. Las virtudes, al ayudarte a elegir el bien mayor, a guiar y controlar tu estado de ánimo, aumentan la capacidad de ser feliz.

Tú puedes hacer mucho para ser feliz:

- Elige siempre el bien mayor.
- Aléjate de los estímulos negativos.
- Sustituye los pensamientos negativos por pensamientos positivos.
- Regula y orienta tus emociones y sentimientos.
- Fortalece tu voluntad poniendo en práctica las virtudes, ya que sin ellas es más difícil regular

Estimado tutor, por favor, cuando envíe la consigna, agregue la siguiente información como encabezado



Nombre de Alumno:

Asignatura:

Curso: