



LICEO SANTA INES LOS ANDES
GUÍA DE MEDITACIÓN
AÑO LECTIVO 2021

| | |
|--|--|
| Principio del mes | Mutación Constante |
| Fecha | Agosto 17 / 2021 |
| Objetivo, indicador de logro o estándar | Fomentar la importancia de la mutación en los estudiantes para su vida diaria. |
| 1. LECTURA | |
| <p>La mutación constante es una transformación que se da a través del tiempo, por tal razón debemos saber que todo tiene un principio y un final, por eso aceptamos que la vida nos transforma y nos permite vivir el aquí y el ahora.</p> <p>Las experiencias y los aprendizajes en la vida, nos ayudan a transformarnos, a caminar por nuestra existencia, es por ello que nuestro ciclo vital se encuentra lleno de transformaciones constantes, que nos ayudan a adaptarnos y vivir en equilibrio con el cosmos.</p> | |
| 2. REFLEXIÓN | |
| <p>¿Que entiendes por mutación constante?</p> <p>¿Crees que es importante la mutación constante?</p> <p>¿Has tenido algún tipo de transformación a lo largo de este año?</p> | |
| 3. MEDITACIÓN | |
| <p>Las experiencias y los aprendizajes nos ayuda a transformarnos, a caminar por nuestra existencia..</p> | |
| 4. CONTEMPLACIÓN | |
| <p>En un lugar apartado de tu casa medita durante unos segundos acerca de la mutación constante, luego realiza un dibujo alusivo a la transformación.</p> <p>Realízalo en tu cuaderno de meditación.</p> | |

Ketty Mosquera