

**APRENDO**  
en casa



EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE N° 06

**PROMOVEMOS UNA ECOLOGÍA INTEGRAL CRISTIANA**

### Actividad 03: Participamos en la misión por una salud integral cristiana



**VER**

**Oración:** "Te doy gracias Señor Padre Santo, porque, aunque soy un siervo pecador, has querido alimentarme misericordiosamente con el cuerpo y la sangre de tu hijo Nuestro Señor Jesucristo. Que esta sagrada comunión sea siempre causa de perdón y salvación para mí y para toda mi familia". Amén.



Siento tu presencia en mi vida siento que alimentas tú mi alma vida en abundancia tú me has dado vives dentro de mi corazón.  
**TE DARÁS, TE DARÁS, TE DARÁS EN CUERPO Y SANGRE ME ALIMENTA TU PALABRA Y TU AMOR ESTE PAN Y VINO CONVERTIDO ES LA FUENTE Y CULMEN DE TODO MI SER.**  
**OH, OH CRISTO MÍO, ERES EL PAN DEL CIELO OH, OH CRISTO MÍO, TOMA, TOMA MI VIDA.**  
Eres el camino y la vida eres salvación eres Señor.

**TAREA: 01**

Lee atentamente las letras de la canción y luego resalta la frase que más te agrada y coméntalo.

<https://www.youtube.com/watch?v=LYCVv-c3vm8>

El propósito de esta actividad es presentar nuestra propuesta de acciones en el cuidado de nuestra salud física y espiritual en favor del bien común.



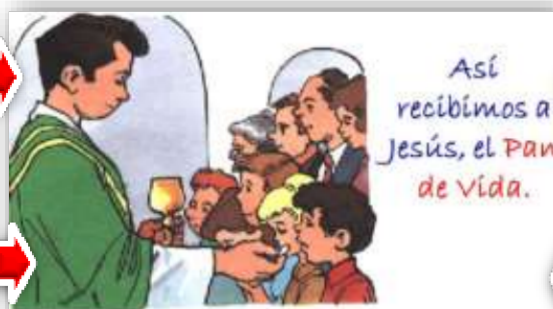
**JUZGAR**

"Y mientras comían, tomó pan, y habiendo bendecido lo partió, se lo dio a ellos, y dijo: Tomad, esto es mi cuerpo. Y tomando una copa, después de dar gracias, se la dio a ellos, y todos bebieron de ella. Y les dijo: Esto es mi sangre del nuevo pacto, que es derramada por muchos."  
**MARCOS 14, 22-24**

#### Condiciones para recibir la comunión dignamente

1. Estar plenamente incorporado a la Iglesia Católica. Es decir, ser católico.

3. Guardar ayuno eucarístico una hora antes de comulgar



Así recibimos a Jesús, el Pan de vida.

2. Estar en gracia de Dios. No tener ningún pecado mortal. Muchos de los pecados mortales están relacionados con los pecados capitales.

4. Saber a quién vamos a recibir. Debemos ser conscientes de lo importante que es recibir al señor Jesús en la comunión y hacerlo siempre con el debido respeto.





En la parroquia de Santa María en Buenos Aires, un milagro eucarístico ocurrió no una, sino tres veces: en 1992, en 1994 y en agosto de 1996.

En 1999, el entonces Cardenal Jorge Mario Bergoglio (hoy Papa Francisco) pidió al profesor Ricardo Castañón Gómez investigar sobre lo ocurrido el 15 de agosto de 1996: una hostia que cayó al suelo durante la Comunión fue colocada en un envase para disolverla. Tras 10 días, el agua se transformó en sangre.

Cuatro años después, en el año 2000, un experto en tejidos encontró que las muestras tenían piel humana y glóbulos blancos. En 2003, el mismo experto dijo que el tejido era el de un corazón inflamado. Esto significa que “la persona a la que pertenecía debe haber sufrido mucho”.

## La ecología cristiana

### TAREA: 02

Una ecología integral implica dedicar algo de tiempo para recuperar la serena armonía con la creación, para reflexionar acerca de nuestro estilo de vida y nuestros ideales, para contemplar al creador, que vive entre nosotros y en lo que nos rodea, cuya presencia no debe ser fabricada sino descubierta, develada.

Gracias a la salud espiritual podemos reconocer en nosotros estados de gozo y de realización personal, lo que nos garantiza momentos de felicidad y encontrar sentido a nuestra vida. **¿Qué debemos hacer para una ecología y la salud integral según el Papa Francisco?**



## ACTUAR



### TAREA: 03

Es momento de presentar las dos recetas del cuidado de nuestra salud física y espiritual como producto final de la nuestra experiencia de aprendizaje.

### Receta física

Receta: .....

Ingredientes

Preparación

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....

### Receta espiritual

Receta: .....

Ingredientes

Preparación

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....

### Receta

Buena salud espiritual y física.

#### INGREDIENTES:

- 400 gramos de contacto con la naturaleza
- 1 litro de frases de agradecimiento en la oración
- 4 tazas de manos de ayudan, animan y consuelan
- 3 litros de frases de motivación para realizar ejercicio físico y comer saludablemente
- 1kg de amor por uno mismo y por el prójimo.

#### PREPARACIÓN

1. Se añade poco a poco los ingredientes, integrándolos con respuestas agradables a la naturaleza y considerando el ahorro del agua
2. Se generan frases para agradecer y se relatan en medio de la oración.
3. Se buscan personas con la disposición de servir y se ejecuta los programas de ayuda.
4. Se plantean objetivos y realizan acciones saludables.
5. Se combina todos los ingredientes y se espera pacientemente los resultados llenos de fe.
6. Finalmente, se logra obtener una buena salud espiritual y física

### AHORA, EVALUAMOS TODO LO QUE HEMOS APRENDIDO:

Competencia: Construye su identidad como persona humana, amada por Dios, digna, libre y trascendente, comprendiendo la doctrina de su propia religión, abierto al diálogo con las que le son cercanas

#### Criterios de evaluación

Lo logré

Estoy en proceso de lograrlo

¿Qué puedo hacer para mejorar mis aprendizajes?

Propuse alternativas de solución a problemas y desafíos de mi comunidad relacionados con la buena salud en armonía con el ambiente, y planteé acciones que favorecen el uso responsable de los recursos.

Expresé mi experiencia de fe y encuentro con la luz de la Palabra de Dios en armonía con mi tradición.

