



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA YERMO Y PARRES

## “Marcando huellas y descubriendo talentos”

### ÁREA DE FILOSOFÍA – GRADO 10°



Nombres y apellidos: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_

## CUARTO PERIODO

### PENSAMIENTOS NO-EUROPEOS



**I. OBJETIVO DEL PERIODO.** Comprender que el desarrollo del pensamiento no es exclusivo de la cultura griega y que se deben valorar y conocer todas sus manifestaciones en las diferentes culturas a escala global.

### II. PREGUNTAS ORIENTADORAS:

- A. ¿Qué relaciones y qué diferencias existen entre la filosofía griega y las diferentes expresiones del pensamiento a escala global?
- B. ¿Es posible un pensamiento intercultural que valore y vincule las diferentes cosmovisiones?
- C. En nuestra época, ¿por qué es fundamental reconocer la diversidad de pensamientos, que no siguen la línea eurocéntrica y del norte global?
- D. ¿Qué elementos ha de involucrar un pensamiento en clave de la mezcla, el mestizaje y la decolonialidad?

### III. NÚCLEOS DE CONOCIMIENTO:

- 1. Diversidad cultural y pensamiento.
- 2. La negritud y la filosofía africana.
- 3. El pensamiento de la no-dualidad.
- 4. Hacia una filosofía de la naturaleza en clave ecológica.
- 5. Pensamiento mestizo y en clave decolonial: América Latina y la filosofía.

#### IV. INDICADORES DE DESEMPEÑO:

- A. **Saber conocer.** Comprende algunas manifestaciones del pensamiento filosófico en clave del sur global, entre ellas, la africana, la japonesa y la latinoamericana.
- B. **Saber hacer.** Incorpora conceptos y expresiones que reivindican la pluralidad de los pensamientos y las experiencias humanas.
- C. **Saber ser.** Valora los conocimientos que no son científicos, reconociendo los saberes propios de otras culturas.

#### COMPONENTE PRELIMINAR

##### I. “El Mapa Oculto” (Lluvia de ideas):

- A. ¿Por qué todos los filósofos que recordamos son hombres de Europa occidental?
- B. ¿Acaso en los demás continentes la gente nunca se preguntó por el sentido de la vida?

##### II. Reflexión a partir de algunos conceptos:

- A. **Ubuntu (África).** "Soy porque somos". Contrasta el individualismo moderno con la idea de que la humanidad de una persona se realiza en comunidad. Ayuda a conectar con la afrocolombianidad y el tejido social.
- B. **Buen Vivir / Sumak Kawsay (Latinoamérica).** Armonía entre seres humanos y naturaleza. Sirve para reflexionar sobre la crisis ambiental y el cuidado de los recursos naturales en Colombia (Amazonía, páramos).
- C. **El Tao (Oriente):** El fluir con el cambio y el equilibrio de los opuestos (Yin y Yang). Ayuda a pensar en la resolución pacífica de conflictos escolares y el manejo de las emociones.

##### III. Componente en clave del pensamiento decolonial:

- A. **El Mito del Progreso:** ¿Por qué llamamos "avanzadas" a las culturas que destruyen la naturaleza y "atrasadas" a las comunidades indígenas que la protegen?
- B. **Justicia Epistémica:** Si los saberes ancestrales de la medicina indígena o afro salvan vidas, ¿por qué los llamamos "brujería" o "mitos" en lugar de ciencia o filosofía?

##### IV. El desafío de África al individualismo:

*“En Occidente, el filósofo René Descartes dijo: 'Pienso, luego existo'. Esa frase pone al individuo solo, encerrado en su propia mente, como el centro de todo. Para la filosofía africana tradicional, el punto de partida es completamente diferente. Un individuo no existe por sí mismo, sino únicamente porque pertenece a una comunidad.*

*La existencia humana es un tejido compartido. Lo que le pasa al individuo le pasa a todo el grupo, y lo que le pasa al grupo le pasa al individuo. Por eso, la verdadera máxima que define al ser humano es: 'Yo soy porque nosotros somos; y dado que nosotros somos, entonces yo soy'. Quien se separa de su comunidad, pierde su humanidad”.*

John S. Mbiti (Kenia). *Filosofías Africanas*.

##### **Preguntas orientadoras:**

- A. **El puente ancestral.** La idea de Mbiti se parece al concepto de **Ubuntu** en África y al **Buen Vivir** de los pueblos indígenas americanos. ¿Qué prácticas de solidaridad comunitaria o trabajo colectivo conocen en sus barrios, veredas o familias que demuestren que *"somos porque otros son"*? (Ejemplo: la *minga*, el convite, la olla comunitaria).
- B. **El debate decolonial:** ¿Por qué creen que en los colegios siempre se enseña primero a Aristóteles y otros filósofos griegos, y casi nunca a pensadores como Mbiti? ¿Qué ganamos y qué perdemos al ignorar estas formas de ver el mundo?

## CONTEXTO 1

### FILOSOFÍA AFRICANA: LÉOPOLD SÉDAR SENGHOR Y LA "NEGRITUD"

*Escribo en la soledad de la residencia  
vigilada –pero querida- de mi piel negra.  
(Léopold Sédar Senghor)*

A pesar de la revolución cultural impulsada por la Modernidad, la idea del hombre negro como un salvaje aún por civilizar dominó la concepción europea del ser humano hasta finales del siglo XIX. Un claro ejemplo es el gran filósofo alemán **Hegel**, que consideró que los africanos eran seres humanos pueriles, con un espíritu no desarrollado y envuelto en las limitaciones de lo natural. Si bien estas tesis ya no están tan presentes en nuestra “civilizada” mente, no se pueden obviar los residuos de **prejuicios paternalistas, cercanos al racismo**, que siguen vigentes en el análisis occidental de la particular condición de los oriundos de África (y de los negros en general), porque, aunque insistamos en la igualdad de derechos y capacidades de todo ser humano, nuestros actos y nuestras palabras sugieren, en muchas ocasiones, que unos son «más iguales» que otros.



En el campo de la filosofía sucede algo parecido: también hay “desigualados”. El continente negro ha dado grandes pensadores que ignoramos completamente, de los que sólo sabemos que no sabemos nada; no están presentes en la academia ni aparecen en nuestras discusiones. Uno de ellos es **Léopold Sédar Senghor (1906-2001)**, cuya trayectoria intelectual y vital es comparable a la de cualquier gran mente del siglo XX: admirado y laureado poeta, ensayista y filósofo político muy

comprometido con la libertad de su pueblo y, además, primer presidente del, por aquel entonces, recién nacido país de **Senegal** (1960). En definitiva, hablamos de una figura importantísima para la historia cultural de su continente en la segunda mitad de la centuria pasada. Su obra es muy amplia, casi inabarcable, y se articula a partir de la creación de una serie de valores nuevos que parten de la noción de “negritud” y reclaman lo que fue anulado por el colonialismo y el racismo: la identidad propia de los negros. En palabras de Senghor:

**Negritud no es ni racismo —antiblanco— ni populismo. Es, sencillamente, el conjunto de valores de civilización del mundo negro. Y no de los valores del pasado, sino de los de una auténtica cultura.** Este espíritu de la civilización negro-africana es el que, arraigado en la tierra y en los corazones negros, se alarga hacia el mundo —hacia las cosas y los seres- para comprenderlo, unificarlo y manifestarlo.

En el pensamiento negro-africano del autor senegalés hallamos la íntima conexión del ser humano con la tierra, la vida, los ancestros, el clan, la familia y la sociedad, que se proyecta en un afán comunitario y resulta de suma importancia para su desarrollo social y cultural:

La Negritud es, esencialmente, ese calor humano que es presencia en la vida, en el mundo. Para emplear vuestras palabras, es un existencialismo enraizado en la tierra Madre y desarrollado al sol de la Fe. Esta presencia en el mundo es participación del sujeto en el objeto,

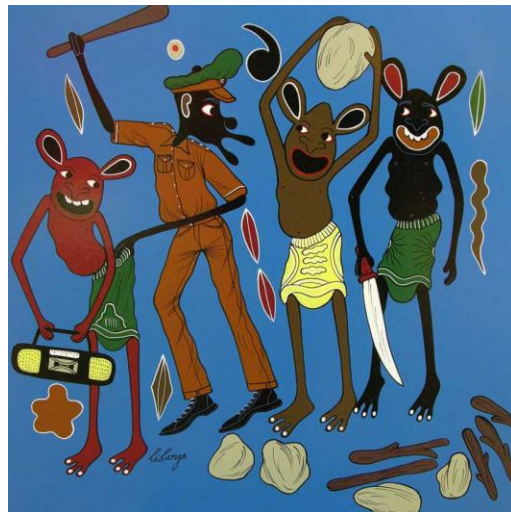
participación del Hombre en las fuerzas cósmicas, **comunidad del Hombre con los demás hombres y, en este sentido, también con todo lo existente**, desde la piedra hasta Dios.

Tomando estas características propias, Senghor expone una Teoría del Conocimiento profundamente diferente de la ofrecida por la tradición filosófica occidental. En ella presenta una “**razón-abrazo**” intuitiva —por oposición a una “**razón-ojo**” discursiva— donde el sujeto «**siente**» el objeto antes de verlo. No hay un proceso de análisis “a distancia” del objeto, con la posterior reducción de éste a conceptos, sino una asimilación del sujeto a él que, a través de un acto de amor, se convierte en pura simbiosis y comunión. No se da una pretensión de control y dominio del objeto; el sujeto de conocimiento danza con él y lo “comprende”:

Así, pues, consideremos al europeo blanco frente al objeto: frente al mundo exterior, frente a la naturaleza, frente al Otro. Como hombre de voluntades, guerrero, ave de presa, pura mirada, el europeo blanco se distingue del objeto, manteniéndole a distancia, inmovilizándolo, fijándolo. Provisto de instrumentos de precisión, lo diseca en un implacable análisis. Animado de una voluntad de poder mata al Otro y, en un movimiento centrípeto, lo convierte en un medio para poderle utilizar con fines prácticos. Lo asimila. Así es el europeo blanco, así era antes de la revolución científica del siglo XX. **El blanco europeo mantiene el objeto a distancia. Lo mira, lo analiza, lo mata, o al menos lo doma: para utilizarlo.**

En consecuencia, la “negritud”, con los valores que de ella manan, y la **razón-abrazo intuitiva** participan de un fondo humano común que impulsa al hombre negro hacia la fuente de todo conocimiento y todo arte: “Los valores de la Negritud participan, esencialmente, de la razón intuitiva: de la razón-abrazo. Y es cierto que la Negritud echa raíces en la sensación y el instinto. Pero porque ella pertenece al hombre, y ella es imaginación; **la negritud es humanismo**”.

Las reflexiones de Senghor buscan, ante todo, definir las cualidades propias del hombre negro y encontrar el lugar propio e intransferible que le corresponde en la «*Civilización de lo Universal*», como él mismo escribe. Tras la independencia de muchos países africanos y sudamericanos a lo largo del siglo XX, era necesaria la emancipación ontológica de las violentas cadenas y categorías occidentales que habían constreñido la realidad negra. Labor difícil de la que no sólo se encargó el autor que nos ocupa; nombres como **René Maran, Aimé Césaire o Léon-Gontran Damas** fueron también parte activa en esta reivindicación. Es más, el pensador francés **Jean Paul Sartre** escribió en 1948 un ensayo sobre la cuestión de la negritud titulado *Orphée Noir* («Orfeo Negro»); a su parecer, este movimiento -encabezado por el autor que nos ocupa- partía de un «racismo antiracista» necesario para la consecución del objetivo principal: la unión racial negra. Unión que, en palabras de Aimé Césaire sólo podía estar basada en el **rechazo de «la asimilación cultural» y de «una determinada imagen del negro tranquilo, incapaz de construir una civilización»**. Con estas definitorias palabras, que aluden directamente a los ya mencionados prejuicios de corte racista que todavía sobreviven en nosotros, podemos finalizar esta breve incursión en la magna obra de Léopold Sédar Senghor, que ni mucho menos puede quedar agotada en un mundo humano donde todos somos iguales, pero unos son «más iguales que otros».



## ACTIVIDAD DE COMPRENSIÓN Y REFLEXIÓN

**PRELIMINARES.** Se asignará un país de África para consulta sobre sus riquezas culturales y materiales para contextualizar y ampliar el ejercicio de reflexión sobre la negritud.

### MOMENTO DE COMPRENSIÓN Y REFLEXIÓN:

1. ¿Qué aspectos de la negritud define el texto? ¿Crees que ser negro, blanco o amarillo te hace superior o inferior? Justifica tu respuesta.
2. ¿Por qué algunos filósofos europeos consideran que los africanos eran seres humanos pueriles, con un espíritu no desarrollado y envuelto en las limitaciones de lo natural?
3. ¿Es equiparable el concepto de negritud al de racismo?
4. ¿Cómo explica usted el concepto de razón-abraza-intuitiva que plantea Senghor?
5. ¿Qué reflexiones sobre la existencia humana y su relación con la naturaleza te sugiere la lectura de este texto y el conocimiento ampliado de las culturas africanas?

## CONTEXTO 2

### UNA INTRODUCCIÓN A LA FILOSOFÍA ORIENTAL (INDIA, CHINA Y JAPÓN)



La filosofía oriental es un campo poco conocido en Occidente. Sin embargo, en las últimas décadas se produjo un auge en el estudio de estas corrientes filosóficas, dentro de las cuales hay teorías y costumbres diferentes entre sí. De hecho, se podría hablar de filosofías orientales, en plural, ya que existe una amplia riqueza de conceptos de diversos países, con formas de vida particulares y pensamientos variopintos.

**Origen de la filosofía oriental.** Se trata de **una variedad de corrientes de pensamiento que provienen de los países de India, China y Japón.** Se estima que la reflexión filosófica comenzó en estas zonas hace 5000 años, razón por la cual estamos ante teorías y formas de ver el mundo con mucha antigüedad.



**1. FILOSOFÍA ORIENTAL INDIA.** Estas filosofías tienen más de 3000 años de antigüedad. Se trata de corrientes religiosas y espirituales, entre las que se destacan el budismo y el jainismo. Su fuente de origen son los textos védicos en los que se habla de deidades indias. Sin embargo, **es con la llegada de los Upanisad que podemos designarla como corrientes de pensamiento**. En estos textos, hay una idea de que **existe un principio único creador de todo el universo**. En este sentido, el ser humano emprende una búsqueda mediante el pensamiento de este ser supremo. Ello **lo logra a través de la meditación y el cultivo de una personalidad calmada y tranquila**. Asimismo, la filosofía india tiene una noción de alma o *Atman*. Según ella, estamos divididos en cuerpo y alma. El primero es mortal y la segunda es inmortal. Por tanto, **cuando morimos nuestra alma puede reencarnarse en otros cuerpos**. Se trata de una esencia que el ser humano no puede cambiar.

**A. Budismo.** El budismo es una doctrina filosófica que forma parte de la filosofía oriental india. Se encuentran registros de esta escuela filosófica desde hace 2500 años. De este modo, según Peter Havey, en su libro *El budismo*, **el término hace referencia al estado de estar despierto o iluminado**. Por ende, se cree que la mayoría de las personas se encuentran dormidas espiritualmente. **El buda representa el estado más perfecto de lucidez espiritual**. Él es el que descubre las verdades eternas y las leyes del universo. A pesar de ello, existen otros que no alcanzan tal grado de perfección. Estos se encargarán de predicar las enseñanzas del buda. Esta filosofía busca, entonces, **el despertar de la personalidad humana a través de la serenidad y la compasión**. De esta manera, aquellos que la practican podrán desprenderse del apego a objetos materiales y el sufrimiento que ello provoca en el ser humano.

**B. Jainismo.** Esta corriente filosófica predica lo que se conoce como ahimsa. Este término designa la **no-violencia hacia los seres vivos**. Asimismo, Agustín Pániker, en su libro *El jainismo: historia, sociedad, filosofía y práctica*, menciona otras características de esta filosofía. Una de ellas es el desapego a las cosas materiales, igual que el budismo. También busca la emancipación y la salvación espiritual. Esto genera una corrección en nuestras acciones. Ellas son de gran importancia, ya que determinan nuestras futuras reencarnaciones. Es decir, **la reencarnación depende del mérito o demérito de nuestras vidas pasadas**.

**2. FILOSOFÍA ORIENTAL CHINA.** Dentro de esta introducción a la filosofía oriental es importante destacar el papel de la filosofía china, la cual **se caracteriza por la búsqueda del autocontrol y el conocimiento de la naturaleza y el ser humano**. Más que con un sistema filosófico, nos encontramos con una práctica y forma de vida. Es a partir del año 500 a. C. que hubo una proliferación de escuelas y pensamientos. Este período se le conoce como el de «cien escuelas de pensamiento». Sus principales corrientes filosóficas fueron el confucianismo, el taoísmo y el mohismo.

**A. Confucianismo.** Su creador fue Kong Qiu o Confucio, quien vivió entre el 551 y 479 a. C. Se trata de un sistema de pensamiento gestado hace más de 2500 años. En la tradición china, **el confucianismo se ha adoptado como una filosofía para el crecimiento interior**. Asimismo, representaba una guía que debían llevar a cabo los gobernantes para evitar el caos social. Confucio estaba preocupado por generar un sistema ético que diera respuestas a los problemas políticos de su época. La solución que encontró fue la enseñanza de las virtudes éticas. Ello se lograba a través del crecimiento personal, el esfuerzo individual y la lectura de los clásicos.

**Las virtudes éticas en el confucianismo.** Un artículo publicado por la Universidad de Guadalajara menciona que en el confucianismo hay una distinción entre virtudes de primer nivel y de segundo nivel. Las virtudes de primer nivel comprenden la humanidad y la benevolencia. A través de su cultivo, podemos establecer relaciones con otros e ir más allá de nosotros mismos. Son consideradas universales, ya que **son aplicables a todas las situaciones que**

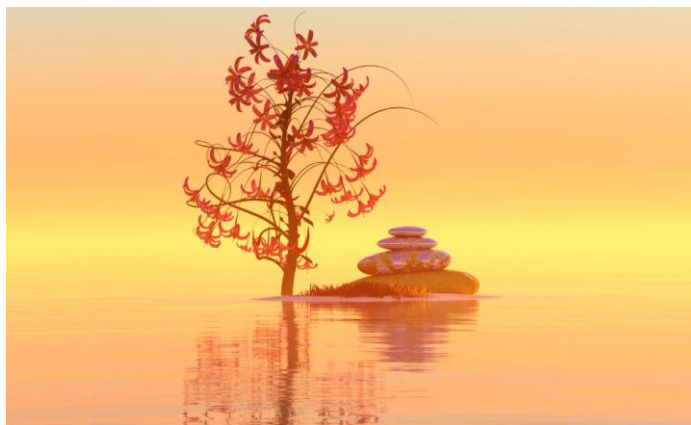
se nos puedan presentar. Por su parte, las virtudes de segundo nivel abarcan la lealtad, la piedad filial, el respeto, la veracidad y la valentía. **La adquisición de estas virtudes tiene como objetivo generar un modelo de comportamiento que beneficie al conjunto de la sociedad.**

**B. Taoísmo.** Su fundador fue Lao Tsé, quien nació en el 571 a. C. Se trata de una **tradición filosófica, espiritual e intelectual cuya idea central es el concepto del tao**. Un artículo publicado por la revista *Medicina naturista* explora la noción de dicho concepto. Se señala que el tao hace referencia al camino que nosotros andamos. Es decir, se trata de una **visión mística que no puede ser expresada en palabras**. Por el contrario, es una fuerza motora que se encuentra escondida en la naturaleza, lista para ser descubierta. Cuando ello ocurre, **los individuos encuentran el orden y armonía necesarios para su vida**. Cabe señalar en esta introducción a la filosofía oriental, que **las personas que practican y viven conforme al taoísmo cultivan la tranquilidad como base de todas sus acciones**. Ello lo logran a través de la reducción o abandono del egoísmo y de los deseos que alejan al ser humano de una vida armoniosa y ordenada.

**C. Mohismo.** El fundador del mohismo fue Mozi, quien vivió entre el 468 y 391 a. C. Él postulaba la creación de una sociedad igualitaria fundamentada en el utilitarismo. Asimismo, predicaba la necesidad del amor recíproco entre las personas. **La idea detrás de esta filosofía es el amor universal pacifista y la dedicación absoluta al bien común**. Como podemos darnos cuenta, la filosofía china está especialmente preocupada por encontrar un orden en la sociedad caótica de su tiempo.

**3. FILOSOFÍA ORIENTAL JAPONESA.** Para introducirnos en el pensamiento japonés, es importante destacar que se trata de una doctrina ético-política que combina el confucianismo, el budismo y el neoconfucianismo. Las primeras escuelas filosóficas aparecieron durante el período del feudalismo.

**Neoconfucianismo.** El neoconfucianismo es una versión contemporánea de la tradición confuciana china. En este sentido, en la revista *Memoria y civilización* se sostiene que **es una combinación de aspectos políticos y morales**. En relación con la moral, se busca la práctica de las virtudes confucianas, dado que ellas garantizan el orden y la armonía del ser humano con la sociedad. Por ende, querían establecer una ética racional. De esta manera, se lograría en el plano político un poder benévolo con dirigentes virtuosos. Solo así se podría pensar en crear un proyecto político y social.



Una filosofía para el conocimiento y la elevación espiritual. En síntesis, en esta introducción a la filosofía oriental hemos visto que ha estado centrada en la búsqueda del conocimiento y la elevación espiritual. Bajo esta lógica, han sostenido que **para vivir en armonía debemos despegarnos de las apariencias y los sentimientos egoístas**. Dado que son filosofías que indagan sobre la existencia, sus preocupaciones han estado centradas en buscar el sentido de la vida, la sociedad y el medio ambiente.

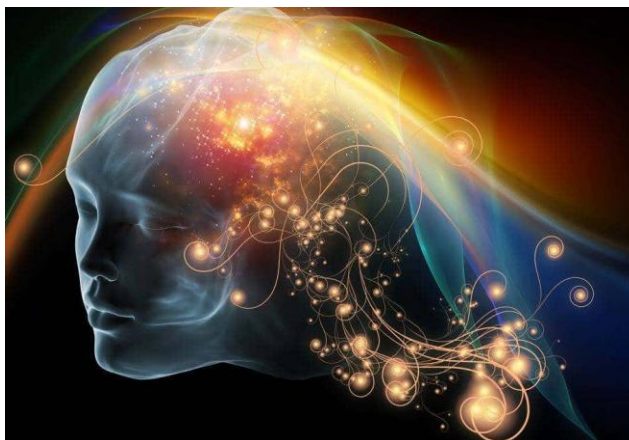
**NOTA.** Este texto se abordará con la construcción de unos 'rollos de papiro' y un conversatorio.

### **CONTEXTO 3**

## **LA SABIDURÍA ORIENTAL Y LA CONCIENCIA**

**Fondo y trasfondo son conceptos que aparecen en varias filosofías orientales.** Una de esas vertientes ha dado lugar a la llamada "psicología del autoconocimiento". En esta tienen gran relevancia los diferentes niveles de conciencia y cómo interactúan entre sí. Consideran que, al conquistar dichos niveles, se alcanza el estado de bienestar. Aunque no se trata de un enfoque científico estrictamente hablando, llama la atención su coincidencia con los saberes occidentales. Más cuando muchos de estos conceptos, como el de fondo y trasfondo, son milenarios. Por eso, no deja de resultar curioso que en gran medida se ajusten a lo que el mundo occidental desarrolló como escuelas psicológicas.

**Tanto allá como aquí, la conciencia ocupa un lugar primordial. El objetivo final en Oriente y Occidente es alcanzar un elevado estado de conciencia.** Implícitamente se comparte la idea de que la ignorancia es fuente de errores e infelicidad. Por lo tanto, el bienestar se encontraría a través del autoconocimiento y su expresión en la conciencia. Veamos esto con mayor detalle.



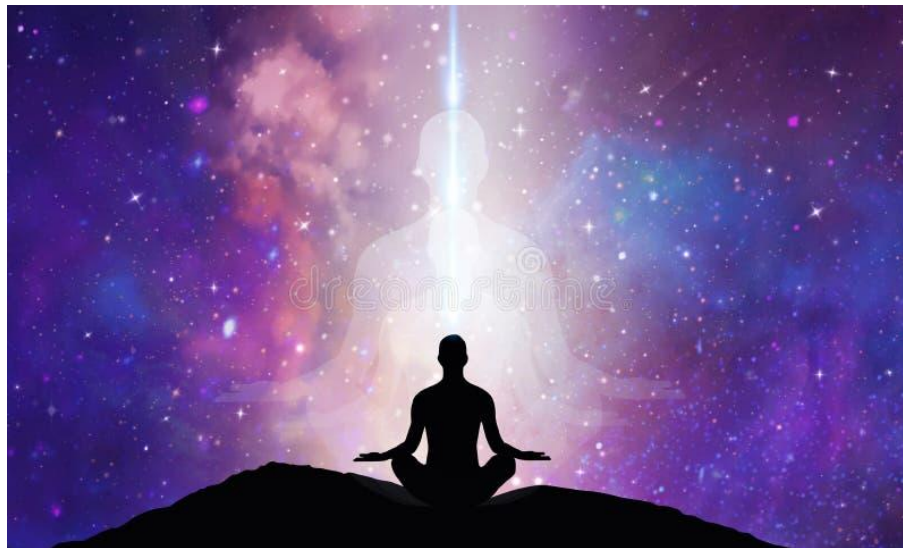
**A. Las formas y la vida. Para la llamada "psicología del autoconocimiento", el mundo de las formas es el de lo aparente.** Tiene que ver con la vida cotidiana. Lo que vemos y percibimos a diario. Los objetos, los lugares y las situaciones con las que tenemos que lidiar permanentemente. Corresponde a lo que en Occidente llamamos "percepción". El contacto con la realidad a través de los sentidos. Esta vertiente oriental dice que dentro de tal dimensión se incluyen nuestros comportamientos habituales. Lo que acostumbramos a mostrar de nosotros mismos al mundo. Nuestras rutinas y la forma en la que nos relacionamos en el día a día con los demás. El mundo de las formas es engañoso porque solo deja ver la superficie. La percepción en Occidente también se ve como un nivel de conocimiento primario y que fácilmente induce al error.

**B. El fondo, una región gris.** Según los orientales, el fondo corresponde a una zona de nuestro ser en donde se albergan los contenidos inconscientes. En particular, es allí donde residen aspectos muy problemáticos, como los complejos y las fobias. Corresponde a lo que en Occidente solemos llamar la "preconciencia". Es decir, todo aquello que intuimos acerca de nosotros mismos, pero no conocemos conscientemente. Dicen en algunas filosofías de Oriente que el fondo alberga unas vibraciones sumamente densas. Estas repercuten en cómo nos percibimos y cómo nos relacionamos con los

demás. Condicionan buena parte de nuestro comportamiento. Allí habitan la mayor parte de nuestros temores, angustias y susceptibilidades. Todo esto solo se supera mediante el autoconocimiento.

**C. El trasfondo, el mundo de lo desconocido.** Este enfoque de los orientales señala que el trasfondo es la región más profunda y desconocida de todo ser humano. Sin embargo, allí reside una fuerza de oscuridad y una fuerza de luz. **En la zona oscura están todos los vicios y defectos. En la zona de luz se hallan las mayores virtudes de cada ser humano.** En el trasfondo se hallan, entonces, las razones más profundas de nuestro comportamiento. **Los defectos son una fuerza que limita nuestro crecimiento.** Operan como una energía imperceptible que nos lleva a actuar de forma destructiva o autodestructiva, sin que sepamos por qué o cómo. Por su parte, **las virtudes son aquellas que emergen en momentos límite, constituyendo una prueba de nuestra grandeza.** El concepto de trasfondo corresponde con lo que en Occidente conocemos como “inconsciente”.

**D. Fondo y trasfondo: la conciencia.** Esta vertiente afirma que **cuando logra establecerse una armonía o una coincidencia entre fondo y trasfondo, emerge la conciencia.** Esta es fruto del autoconocimiento y permite que los valores más grandes del ser humano alcancen la plenitud. Corresponde a la mayor realización en la vida y, por lo tanto, a la felicidad.



**Fondo y trasfondo son los niveles de conciencia en los que nos movemos habitualmente.** Cuando se armonizan, se desarrollan valores como el amor, la sinceridad, la comprensión, el coraje, la humildad, la espiritualidad, la fraternidad y un largo etcétera. En suma, todos aquellos valores que son altamente constructivos para uno mismo y para los demás. **Resulta interesante observar cómo los orientales le otorgan un gran valor a la sabiduría preconsciente e inconsciente,** es decir, la que habita en fondo y trasfondo. No es la razón pura la que conduce a la verdad y al bienestar. Más bien es la razón aplicada a todo lo aprendido, que permanece latente en esas zonas grises y oscuras que nos habitan. En últimas, **en Oriente también le dan un gran valor a una de las máximas que fundó la cultura occidental: “Conócete a ti mismo”.** Separados por grandes distancias y por disonancias en el tiempo, es que finalmente hay muchos aspectos para los que las conclusiones son parecidas.

Tomado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/sabiduria-oriental-fondo-y-trasfondo/>

## EJERCICIO DE AUTOCONOCIMIENTO

En medio pliego de cartulina, dibuja una **silueta que represente tu cuerpo**. No es necesario que sea un dibujo perfecto; lo importante es que la silueta te represente y que puedas utilizar todo el espacio para expresar quién eres. Dentro y alrededor de la silueta, **responde las 10 preguntas de la actividad**. Puedes escribir las respuestas en diferentes partes del cuerpo, relacionándolas con aquello que representan para ti. También puedes utilizar flechas, palabras, símbolos, dibujos, colores o frases que te ayuden a expresar tus ideas.

### I. Las formas: lo que nuestro

1. El texto plantea que *“el mundo de las formas es el de lo aparente”* y que incluye nuestros comportamientos habituales. ¿Qué aspectos de ti muestras habitualmente a los demás y cuáles consideras que no representan completamente quién eres?
2. Según el texto, la percepción cotidiana puede ser engañosa porque solo permite ver la superficie. ¿Alguna vez has juzgado a una persona o una situación solo por lo que percibías externamente? ¿Te ha ocurrido también que otros te hayan juzgado por las apariencias?

### II. El fondo: lo que no siempre reconocemos

1. El texto señala que en el fondo habitan temores, angustias, complejos y susceptibilidades que pueden condicionar nuestra forma de actuar. ¿Qué temor o inseguridad reconoces en ti que, en algunas situaciones, puede influir en la manera como actúas o te relacionas con los demás?
2. El texto afirma que estos aspectos pueden superarse mediante el autoconocimiento. ¿Qué aspecto de ti mismo/a has comenzado a comprender mejor al conocerte más? ¿Cómo ha cambiado esto tu manera de actuar?

### III. El trasfondo: lo desconocido de nosotros mismos

1. El texto habla de una *“zona oscura”* en la que se encuentran defectos y aspectos que pueden limitar nuestro crecimiento. ¿Qué defecto, actitud o comportamiento reconoces en ti que puede estar limitando tu crecimiento personal o tus relaciones con los demás?
2. También se habla de una *“zona de luz”*, donde se encuentran nuestras mayores virtudes, especialmente aquellas que aparecen en momentos difíciles. ¿Qué virtud tuya ha aparecido o se ha fortalecido en una situación difícil de tu vida? ¿Qué descubriste sobre ti en ese momento?
3. El texto plantea que en el trasfondo se encuentran razones profundas de nuestros comportamientos. Piensa en una conducta que repites y que no siempre comprendes. ¿Qué crees que puede existir detrás de esa manera de actuar?

### IV. Conciencia y autoconocimiento

1. Según el texto, cuando fondo y trasfondo logran armonizarse, emerge una mayor conciencia. ¿Qué crees que necesitas reconocer o comprender de ti mismo/a para actuar de una manera más consciente?
2. El texto relaciona el autoconocimiento con el desarrollo de valores como el amor, la sinceridad, la comprensión, el coraje y la humildad. ¿Cuál de estos valores necesitas fortalecer actualmente y en qué situación concreta podrías ponerlo en práctica?
3. El texto retoma la antigua máxima *“Conócete a ti mismo”* como camino hacia el bienestar. Después de reflexionar sobre tus formas, tu fondo y tu trasfondo, ¿qué has descubierto sobre ti que consideras importante conocer para vivir de una manera más consciente?

## AUTOEVALUACIÓN

|                               |              |            |
|-------------------------------|--------------|------------|
| <b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE:</b> | <b>GRADO</b> | <b>AÑO</b> |
| <b>ÁREA: FILOSOFÍA</b>        |              |            |

Realizo mi autoevaluación, teniendo en cuenta que si:

|                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------|
| Cumplo todos los criterios, mi trabajo es excelente :5                  |
| He tenido algunas fallas, pero en general he cumplido: 4                |
| Lo he hecho bien en algunos aspectos, pero tengo mucho por mejorar: 3   |
| Mi trabajo deja mucho que desear, debo mejorar en todos los aspectos: 2 |

| ASPECTO POR EVALUAR                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4°P |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>ACTITUDINAL.</b> Tiene que ver con el desarrollo y práctica de los valores que lleven al estudiante a tomar una postura desde la ética y la legalidad. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Practico valores como el respeto y la tolerancia.</li> <li>• Responsabilidad en el trabajo individual, en grupo, en la presentación de tareas, trabajos, evaluaciones, planes de apoyo.</li> <li>• Acatamiento a la norma y a las instrucciones del docente.</li> <li>• Puntualidad: en los horarios y entrega de responsabilidades.</li> <li>• Honestidad. Esfuerzo para superar las dificultades.</li> </ul> |     |
| <b>PROCEDIMENTAL.</b> Tiene que ver con mi reconocimiento de las estrategias y procesos desarrollados a favor de mi aprendizaje. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Amplío información, realizo consultas por mi cuenta, busco asesorías.</li> <li>• Tengo un buen nivel de participación.</li> <li>• Estoy en capacidad de comunicar mi estado de aprendizaje.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                  |     |
| <b>COGNITIVO.</b> Tiene que ver con los niveles de comprensión y aplicación que he logrado en mi proceso de aprendizaje <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendo los conceptos.</li> <li>• Relaciono los conceptos nuevos con otros ya aprendidos.</li> <li>• Resuelvo situaciones aplicando los conceptos.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                  |     |
| <b>Promedio:</b> suma total (3 ítems)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |     |
| <b>Total</b> (promedio ÷ 3)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     |

En el camino de la vida podrás transitar  
por el sendero de la sabiduría.  
Si de él sales convencido de  
no saber nada, es que has  
aprendido mucho.

*Proverbio hindú*

