

	GIMNASIO SABIO CALDAS (IED) Nuestra escuela: una opción para la vida PLAN ESCOLAR NO PRESENCIAL	Código	PENP - 01
		Versión	001
		Fecha	18/03/2020
		Proceso	Gestión Académica

DOCENTE	Jonathan Ernesto Farías	GRADO	Tercero
ASIGNATURA	Cátedra por la paz		
Correo electrónico de contacto	Jhonatan.farias@sabiocaldas.edu.co		
Fecha de envío	15/06/2021	Fecha de entrega	18/06/2021
Tiempo de ejecución de la actividad	Una hora.		
TEMA	El agradecimiento		

Contextualización

El agradecimiento

Siempre podemos encontrar razones por las que celebrar y agradecer a la vida. Como estar en algún lugar bello, tener a tu lado a alguien especial o incluso por la comida y la bebida que tienes en tu mesa. Cuando lo practicas eres más consciente de lo que vives.



Se puede decir que el agradecimiento es ese sentir que cada persona experimenta cuando valora algún beneficio o algún favor que alguien más le ha hecho, sin embargo agradecimiento también es sentir bienestar cuando suceden cosas en nuestras vidas y sentimos que es el universo que ha conspirado para que pase.

Al agradecer al universo podemos estar activando energías positivas en nuestras vidas, la gratitud tiene un gran poder, ya que puede transformarse en abundancia tanto material como espiritual.

Cuando somos agradecidos con lo que tenemos y con todo lo que llega a nuestras vidas, tenemos la capacidad natural de atraer experiencias positivas, buenas personas, tener éxitos y todo aquello que nos haga estar bien.

¿Por qué el agradecimiento funciona?

Nunca será posible atraer bienestar a tu vida si no te sientes satisfecho con todo aquello que tienes en la actualidad, por ello el agradecimiento es necesario, es importante para poder estar en sintonía con las cosas positivas que la vida puede ofrecerte.

El agradecer al universo puede ser una de las cosas más importantes en tu vida, ya que si solo tienes pensamientos negativos, justamente situaciones negativas son las que atraerás en tu vida y todas esas cosas que te hagan sentir insatisfacción y descontento.

La gratitud nace de manera espontánea cuando nos sentimos felices, quizás hayas notado que cuando te sientes agradecido, la felicidad es el primer sentimiento que se aparece en ese momento.

Incluso se dice que las personas que practican el agradecimiento aprovechan al máximo su vida y también pueden vivir mucho tiempo más que las otras.

