



En nuestra vida personal hay aspectos que nos gustaría conocer y abordar en profundidad, para poder transformarlos.

Debido al modelo de educación recibida, por diversas influencias que conforman percepciones, visiones, hábitos sociales adquiridos... ofrecemos gran parte de nuestra atención a lo que ocurre fuera de nosotros/as y nuestro entorno; lo bastante para dejar de profundizar en nosotros/as mismos/as.

Así el sistema se instala en nosotros/as según procesos inconscientes, siendo reforzado este proceso por mayoría de personas, que ejercen su poder, su economía, sus recursos... según guiones del sistema social establecido, tanto en ambientes urbano y rural, cada vez más determinados por procesos de la globalización.

Habría que aprender a vivir procesos cotidianos para comprender y transformar la realidad que vivimos aquí ahora.

Por esto considero conveniente, promover la creación de "Mapas de autoconocimiento para el diseño y navegación de vida sustentable"; para aprender a conocer - transformar - enseñar: cómo vivimos aquí ahora, cómo podemos diseñar nuestra vida de manera ética, solidaria y sustentable; creando redes de ayuda mutua para aprender a realizar y compartir los "Mapas", desde la vida transpersonal (habría que reinventar otros conceptos, para describir mi vida, tu vida, la vida de cada ser, en relación con las diversas ecologías, donde se integran y

## Mapas de autoconocimiento para el diseño y navegación de vida sustentable

Escrito por Manuel Núñez García  
Jueves, 06 de Noviembre de 2008 20:05

---

desarrollan).

Propongo que personas y grupos que lo deseen, apliquen en sus vidas, contenidos de recursos de los archivos adjuntos, desde sus experiencias de vida, para que trabajen los diversos niveles interrelacionados, donde se descubran, aprendan a aprender... realizando una serie de prioridades dentro de sus situaciones concretas de vida, para reconstruir relaciones comunitarias que facilitan el cambio personal, que ayudan a ser ellas mismas; desde el trabajo de adentro, de la comunidad biológica - energética... (ecología interior); para poder reconocer y reconstruir de manera sustentable, participativa, solidaria lo prioritario de la vida, las necesidades de las personas con las que se relacionan... (ecología social), para conocer y saber reestablecer la armonía de la sociedad con la naturaleza, tomando consciencia de su coevolución... (ecología medioambiental); para saber hacer presente en sus vidas cotidianas la conexión del cosmos - universo, donde estamos integrados profundamente... (ecología cósmica).

Dicho de otro modo, para que personas asuman su libre compromiso de vida y trabajen sus "Mapas de autoconocimiento para el diseño y navegación de vida sustentable"; haciendo un seguimiento de sus observaciones y prácticas cotidianas, para encontrar los mapas de autoconocimiento y guías sustentables del diseño de sus vidas.

También a ti, querido/a amigo/a, te propongo este ejercicio de meditación en acción, para que visites y selecciones contenidos de los archivos adjuntos, información, conocimiento y experiencia, para trabajar y navegar los niveles de ecología interior, social, medioambiental, cósmica... con otros medios que te ayuden a desarrollar tu autoconocimiento, visiones transformadoras para realizar diseños sustentables de biodiversidad cultural.

Tratando también de reconocer y crear red con personas que ya desarrollan formas de vida sustentable, que tienen un alto grado de autoestima, de autoconocimiento/ autoevolución, de capacidad de compartir y transformar positivamente las relaciones, que ligan sus vidas a las diversas ecologías del mundo de la vida.

Para compartir pedagogía de elaboración de tu Mapa personal y para desarrollar red: Mapas de autoconocimiento para el diseño y navegación de vida sustentable.

## Mapas de autoconocimiento para el diseño y navegación de vida sustentable

Escrito por Manuel Núñez García  
Jueves, 06 de Noviembre de 2008 20:05

---

Escribir a: [vidasostenible@gmail.com](mailto:vidasostenible@gmail.com)  
Sol Abrazos