

**No gritar,  
mejor humildad,  
flexibilidad y  
fraternidad.**



Discutir, intercambiar puntos de vista diferentes sobre alguna situación puede ser enriquecedor para conocer otras maneras de interpretar las cosas, sin embargo...



Un ingrediente importante para la **violencia**

son las “malas” discusiones que llevan a los gritos e insultos.

¿Discutir o pelear?

Cada uno puede tener su punto de vista, y es bueno compartirlo, pero no querer imponerlo sin una razón válida o por un medio inadecuado.



Las causas para convertir una discusión en una pelea son desde las más “tontas” hasta las más complicadas y, generalmente, revelan otros problemas.



# ¿Por qué se discute?



Una de las causas más comunes de una **mala discusión** es el **deseo de dominio** de uno sobre el otro: entre los esposos, padres a hijos e, incluso, hijos a padres.



Tiende a “ganar” el que tiene más poder, pero una discusión a gritos no lleva a nada bueno porque hay humillación y falta respeto hacia alguna de las partes.



¿Qué se gana?



En una familia, y en una comunidad,  
los gritos que humillan,  
que siembran la división  
y crean más problemas,  
provocan la violencia.



Una buena actitud y una  
eficaz comunicación  
pueden disminuir  
significativamente las  
agresiones.

¿Qué hacer?



Vivimos en una época afectada por el confinamiento, las pérdidas de todo tipo y la incertidumbre por la pandemia.

El nivel de agresividad, soledad y ansiedad, aumentó significativamente, afectando el diálogo y la convivencia familiar.



Por eso es importante fomentar en la familia, y en la comunidad, el intercambio de ideas y opiniones.

**EL DIÁLOGO EXITOSO** se da cuando todos pueden expresar su opinión sin que haya imposiciones ciegas, nacidas de un capricho, en vez de un razonamiento humilde y flexible, que busca el bien de la mayoría.

**Imposición vs razonamiento**





**APERTURA** para comprender y ver lo bueno de los diferentes puntos de vista, para optar por lo que sea mejor para la mayoría.

Es preciso promover actitudes que promuevan el ambiente necesario para poder dialogar; por ejemplo, combatir todo tipo de mentiras y fomentar siempre la verdad, aunque no nos guste o nos incomode.



**¿Cómo?**







“Un consejo que os ayudará a transmitir la fe. ¿Es malo discutir? No siempre, pero es normal, es normal. Pero que los niños no lo vean, no lo escuchen, porque les angustia”.

(Papa Francisco, 13/1/2019)

# Una sugerencia



En el ambiente familiar, y en una comunidad CEFAS, debe dominar el diálogo, no la discusión violenta.

Ponerse de acuerdo serena y respetuosamente, tomando decisiones juntos y por el bien de la mayoría.

En este ambiente, es más probable que quien no está de acuerdo con la decisión tomada, acepte lo que haya definido la mayoría porque ha podido expresar su punto de vista y se ha sentido escuchado, sin ataques.



## Discusión vs conversación



El crear este ambiente se dice fácil pero es difícil de poner en práctica.

- ✓ Escuchar, a todos. Que haya la libertad de expresar lo que se piensa.
- ✓ Reformular (ver la propuesta desde diversos ángulos).
- ✓ Proponer, sin imponer. Expresarse buscando intercambiar ideas; explorar juntos la mejor opción.
- ✓ Reconocer lo bueno que tiene cada una de las propuestas.



¿Qué se necesita?



Estas actitudes pueden resumirse en que toda discusión cimentada en la **humildad**, lleva a la **flexibilidad** que crea un **ambiente de fraternidad**, dentro y fuera de la familia.



Todos se saben respetados y escuchados lo que llevará a que no haya gritos ni malas y estériles discusiones sino conversaciones entre **artesanos de la paz**.



# Ambiente de fraternidad



# Un modelo: san José

Padre en la acogida,  
que deja a un lado  
sus razonamientos,  
confía y acoge su  
responsabilidad.



## Un artesano de la paz



“Hay que discutir pero no aniquilar al otro; es más, hay que **rezar por el otro**, por el que tiene una opinión diferente a la mía”. (16/9/2019)



“Pidamos al Señor la gracia de luchar contra el mal espíritu, de discutir cuando tengamos que discutir; pero frente al espíritu de envidia, tener el coraje de callar y dejar hablar a los demás. Lo mismo ante este pequeño envidia diario que es la habladuría: dejarlos hablar. En silencio, ante Dios.”  
(Papa Francisco, 27 de marzo de 2020)



El Papa Francisco sugiere...





Comunidades  
eclesiales  
de fe y amor



✉ [info@cefasmx.org](mailto:info@cefasmx.org)

🌐 [www.cefasmx.org](http://www.cefasmx.org)

📌📷🐦 Cefascomunidades

*Este recurso da sugerencias para una reflexión comunitaria,  
familiar o personal, sin ningún fin de lucro.*

- ✓ La catequesis y homilías del Papa Francisco, el Catecismo de la Iglesia, el YOUCAT, el DOCAT, [www.catholic.net](http://www.catholic.net) y [www.la-oración.org](http://www.la-oración.org) son las fuentes frecuentes del contenido. Las imágenes son de la red.
- ✓ Actualización: Lourdes Domene de Clariond, Alma Soto y Graciela Garza de Madero.
- ✓ Fecha: septiembre 2021
- ✓ Esta presentación NO pretende ser un tratado completo sobre el tema, sino un esquema, modificable, de apoyo para facilitar su exposición en una actividad de formación