



Protege a tu familia



JUNIO 2022

La solución para prevenir la violencia, resolver los conflictos y evitar el deterioro de la comunicación familiar, no necesariamente necesita una terapia o utilizar fármacos.



Es de más beneficio el sentido común y el esfuerzo en la vida personal, para luego transmitir a la familia y posteriormente al entorno social, los hábitos que transforman nuestro estilo de vida.

Algo que nos toca hacer.





Ciertamente es un trabajo artesanal que **NOSOTROS** tenemos que hacer progresivamente. No podemos pretender **crear un ambiente de paz en la comunidad** si ésta no existe antes **en cada uno, ni en nuestra familia.**



Iniciando con uno mismo.



En nuestro día a día, a TODOS se nos presentan problemas y/o conflictos que es necesario resolver para no caer en la angustia y la ansiedad que ocasionan esos momentos de duda, o de incertidumbre, al no saber qué hacer o cómo superarlos

para evitar la confrontación en la familia, en la comunidad; confrontación que puede iniciar en las palabras, gestos o actitudes pero que pueden llevar a la violencia.



Hay que hacer la parte que no toca.



No hay una receta mágica o una oración para resolver los conflictos porque intervienen la razón, las ideas, los prejuicios, pero también, sentimientos y emociones, culpas, preferencias... Esto implica que cada conflicto se puede resolver en lo particular, dándose cuenta, primero, del problema.



¿Por qué existe o qué causa este conflicto? Hay que **analizar causas y consecuencias y posibles soluciones** que propicien el poder vivir en paz.



Causas y consecuencias.



El camino eficaz, al alcance de todos, es el **sentido común** que comienza al saber que **el hombre, todos y cada uno, es querido por Dios.**



Dios nos creó, nos ama y acompaña en nuestra vida. **¡Cristo vive!** Y nos prometió que nos daría **los dones de su Espíritu Santo para poder ser felices.** Esta seguridad y esta esperanza nos ayudarán a **descubrir el camino a seguir.**



Descubrir el camino.



*"La familia es la fuente de toda fraternidad,
y por eso es también el fundamento
y el camino primordial para la paz."*

Papa Francisco



Las claves para
superar los conflictos
son **la unidad y la
fraternidad** que nos
dan **nuestra
identidad y dignidad**

para así dejar de estar atacando, dividiendo, culpando o
enfrentando a las personas entre sí, los sentimientos
con la razón, una cosa con otra.



¿Cómo?





Y para construir esa **fraternidad** es necesario formar los **HÁBITOS** que permitan llevar a cabo **acciones** que aporten esos **andamios** para **edificar la paz.**

Los hábitos son importantes porque la repetición refuerza y crea más conexiones para que, cuando se presenten los conflictos, no renunciemos a nuestro propósito de ser *artesanos de paz.*



¿Cómo?



Hay que inculcar hábitos que desarrollen conductas,
experiencias, rutinas de:

- ✓ Protección.
- ✓ Respeto.
- ✓ Apreciación.



De todo y de todos.



¿Qué hábitos?



Algunas recomendaciones para identificar y resolver los conflictos para crear el ambiente familiar que propicie la protección, el respeto y la apreciación de todos.

- ✓ Sentirse unido al amor de Dios es estar plenamente seguro de que Él nos ama y está presente y vivo en nuestro corazón.



¿Cómo lograrlo?





✓ Tener la certeza de que tenemos un fin sobrenatural y la gratuidad de la comunión con Dios en nuestra vida cotidiana.

✓ Hay que dialogar con Él en nuestra oración sobre nuestros problemas para que Él sea quien nos guíe y nos inspire a tomar la mejor decisión.



¿Cómo lograrlo?



- ✓ Organizar las ideas y emociones para no agobiarnos confrontando el pasado con el futuro, **vivir en el presente** que es cuando se puede hacer algo.



¿Cómo lograrlo?



- ✓ Fomentar actividades para promover el **diálogo participativo**, abierto, que busca limar asperezas, alcanzar acuerdos positivos y medios para remediar los conflictos.



¿Cómo lograrlo?



La familia es

UNA PIEZA CLAVE PARA LA PAZ,
A TODOS LOS NIVELES: EN EL
VECINDARIO O CIUDAD, EN EL
ESTADO, Y EN EL MUNDO ENTERO.

-FERNANDO PASCUAL-



- ✓ Evitar todo tipo de crítica o chismes. Hay que alejarse de las personas que buscan dividir y confrontar, y si son miembros de la propia familia,

buscar la forma de hacerles ver que cada persona pueda pensar de distinta manera, pero que el acentuar lo negativo y diferente, acabará generando problemas.

¿Cómo lograrlo?

- ✓ Las personas que gustan hablar mal de los demás y promueven la intriga son generadores de conflictos y buscan inducir a otros a juzgar a los demás.

Inculcar en la familia que nunca se hable mal de otro miembro de la familia.



¿Cómo lograrlo?

- ✓ También hay que prevenir y evitar la tendencia a discutir y a fomentar un debate polémico, lleno de emotividad, que acabará en un conflicto.



¿Cómo lograrlo?



- ✓ **Encontrar incentivos que disparen el comportamiento deseado, para convertirlo en un hábito a base de la repetición.**

Estos incentivos deben incluir, durante el proceso, una recompensa o celebración que gratifique el avance que se va logrando.



Por ejemplo: Si durante este mes no hay ninguna discusión mientras estamos comiendo, iremos juntos a un día de campo.

¿Cómo lograrlo?



- ✓ La persona, por su **inteligencia y voluntad** puede ser **artesano de la paz en su familia**, aunque tenga circunstancias que lo condicionen.

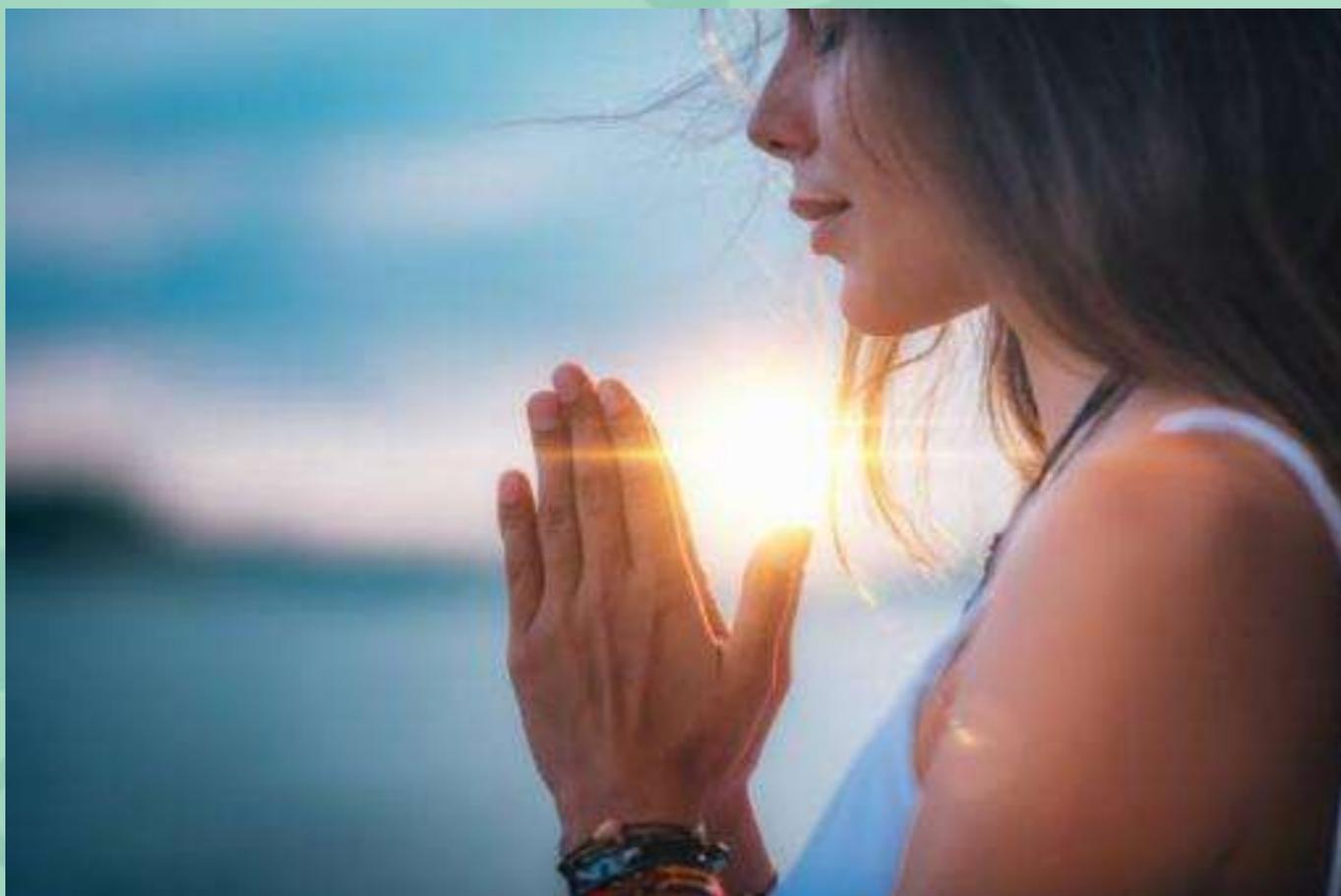


Nadie está predestinado; hacer la parte que le toca para formarse en los **hábitos para el bien**, es de sentido **común**; y hay que vivir de acuerdo a ciertos valores para alcanzar las metas de la propia vida.

Sé artesano de la paz en tu familia.



✓ **Lo más íntimo, lo más perfecto y profundo que tenemos, es esa dignidad de ser amados y queridos por Dios.**



En esa plena unidad espiritual con Él, no hay conflicto alguno, es el espacio perfecto para sanar todo tipo de heridas y dificultades que nos acarrea la vida diaria.

Sé artesano de la paz en tu familia.





**Para trascender esa paz espiritual a la familia,
hay que esforzarse por ser un eficaz y santo
artesano de la paz.**

Un compromiso





cefas

Comunidades
eclesiales
de fe y amor



/CEFAS Celular: 5625517212

✉ info@cefasmx.org

🌐 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, www.catholic.net, 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: junio 2022

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.