



**LA PAZ,
EN LA FAMILIA,
ES LA PRINCIPAL
RESPONSABILIDAD DE TODOS**



JULIO 2022



Las vacaciones son una oportunidad para fortalecer la unión y la comunicación familiar, pero también pueden convertirse en un tiempo de tensión y conflictos.

Independientemente de las actividades que se puedan o no llevar a cabo, es importante que, durante este tiempo, se **prevengan** las situaciones que pueden causar problemas



y se actúe y propicie el ambiente necesario para que todos puedan ser protagonistas de la paz protegiendo de la violencia a la propia familia.



La comunicación familiar es permanentemente exigente a cualquier edad: desde los niños que se pelean por el mismo juguete, los hermanos que discuten por las actividades que pueden o no realizar,

los adultos que se sienten abrumados por el cambio de actividades, horarios, gastos, etc., y los abuelos que también recientes los cambios, el aislamiento, etc.



Y las disputas pueden presentarse en todas las formas, desde fricciones sin gravedad ni trascendencia hasta episodios que causan daños severos en la familia



porque, aunque a algunos les afectará en mayor o menor grado, a fin de cuentas, les afecta a todos.





Y aunque el amor entre los miembros de una familia no es fácil, es realmente un tesoro que hay que encontrar, proteger y compartir, porque todas las dificultades del amor fraternal, paternal o maternal se compensan ampliamente con las alegrías que generan.



Lo que aporta un hermano o una hermana, los padres o los abuelos, es el mejor regalo para el bienestar familiar, la mejor herencia o patrimonio que se puede recibir.



Siendo entonces **la familia nuestro mayor tesoro**, vale la pena el esfuerzo que implica lograr la unión y la comunicación que se obtiene si hay un esfuerzo familiar por conocerse y comprender a todos para, progresivamente, amarles mejor, en los buenos y en los malos momentos.



Hay **ser realistas**, no idealistas que evaden, ocultan o disculpan situaciones que son ocasión de violencia.



Hay que **prevenir**las, y si se presentan, **resolver**las buscando las menores consecuencias. Un buen punto de partida es **CONOCERSE** y ayudar a los demás a que también se **conozcan y reflexionen sobre las consecuencias positivas y negativas que tienen sus conductas.**



¿Cómo lograrlo?



Además, hay que enseñar y motivar la superación y el **espíritu de servicio** para mejorar el ambiente familiar, inculcando costumbres y hábitos que ayuden a mantener siempre un ambiente pacífico que nunca acepta algún tipo de violencia como solución.

Es importante saber distinguir dónde están las prioridades: hay muchísimos detalles cotidianos por los que no vale la pena discutir; es mejor buscar adaptarnos, aceptar, ceder...



¿Cómo lograrlo?





El saber perdonar y aceptar los propios errores es fundamental, porque cuando se acumulan las pequeñas ofensas pueden llegar rencores; por eso es importante, además, la compasión y la ternura.

El buen humor es un excelente medio para romper asperezas y para amar a los demás. Es importante tener algún momento de oración, personal y comunitaria, para perseverar en nuestro esfuerzo.



¿Cómo lograrlo?



Otro medio importante para completar ese conocimiento es la revisión y reflexión de esas actitudes.

Aquí algunas preguntas que pueden ayudar:

- ✓ ¿Previenes las tensiones o tú las provocas?
- ✓ ¿Atizas o apagas los conflictos?
- ✓ ¿Haces algo para mejorar alguna mala relación?
- ✓ ¿Cómo son tus reacciones?
- ✓ ¿Sueles responder con la no violencia?
- ✓ ¿Sabes responder con palabras y gestos de paz?



Reflexión de las propias actitudes



Sólo así se logra lo que dice la oración que se atribuye a san Francisco de Asís:
“Que donde hay odio, yo ponga el amor”.
¿Cómo poner amor?



Inculcando, con paciencia y creatividad, valores y hábitos que fortalezcan las relaciones familiares y edifiquen la paz en la familia, **eliminando las actitudes que dividen, que causan conflictos y tensiones. ¿CÓMO?**



1. Establecer una buena y clara relación.

Cada uno tiene su rol. Los padres no son los amigos de los hijos, son sus formadores y deben poner los límites y **mostrar, sobre todo con el testimonio, los valores** que piden a sus hijos que vivan.

Cuanto más claros son los límites, más fácil es educar a un niño y, sobre todo, a un adolescente.



Algunas sugerencias



2. Analizar errores y sus consecuencias.

Cuando se comente un error, porque tanto los padres como los hijos podemos cometerlos, hay que darse el tiempo para hablarlo.

¿Qué se ha aprendido del error?
¿Cómo puede evitarse hacerlo de nuevo?

Hay que poner en perspectiva las consecuencias que pueden tener los diversos comportamientos.



Sugerencias



3. Que se trabaje/colabore para conseguir lo que quieren.

No ayuda premiar SIEMPRE a un hijo cuando hizo algo bien, ni comprándole todo lo que quiere. Es mejor enseñar la conveniencia del ahorro o el emprender algo.

Cuando se experimenta la recompensa de un trabajo, los esfuerzos se multiplican y los logros serán más significativos. a diferencia de lo que sucede cuando todo se les da.



Sugerencias



4. Realismo, exigencia y gratitud.

No ocultar las dificultades económicas que pueden existir en la familia, pero tampoco angustiar ni pasar a los hijos la responsabilidad de solucionar el problema. Se necesita comunicar la realidad para que las expectativas de lo que se puede o no hacer o tener sean realistas.

Se debe inculcar, por ejemplo, la importancia de trabajar duro en la escuela para poder tener los medios para un buen trabajo en el futuro. También es importante desarrollar un sentido de gratitud desde los primeros años.



5. Costumbres, vocabulario y buenos modales.



Es común oír quejas sobre el vocabulario y los modales de niños y adolescente. Ciertamente se han perdido esas “**buenas costumbres**” que ayudaban a crear un mejor ambiente familiar. Ya no saludan ni se despiden; no se interesan por el otro. Tampoco ceden el asiento en el camión o ayudan a una persona mayor que lo necesita o a una mujer embarazada o alguien con una discapacidad. Recordemos que los modales comienzan en casa, así que es **importante dar un buen ejemplo.**



Sugerencias



6. Ambiente de confianza y seguridad



El hogar debe ser un refugio seguro y un lugar tranquilo para toda la familia. Sentirse seguro proviene de saberse amado. Saber que se pueden cometer errores, que se pueden compartir los éxitos y que siempre habrá alguien para apoyarlo y amarlo incondicionalmente, será de gran ayuda para la estabilidad emocional de toda persona.

7. Dar el primer paso: hacer sin esperar...

Comenta el Papa Francisco: “¡Demos el primer paso!”, y que este primer paso sea en una dirección común. “Dar el primer paso” es, sobre todo, salir al encuentro de los demás con Cristo, el Señor. Y Él nos pide siempre dar un paso decidido y seguro hacia los hermanos, renunciando a la pretensión de ser perdonados sin perdonar, de ser amados sin amar. ¡Basta una persona buena para que haya esperanza!





**No lo olviden: ¡basta una persona buena para que haya esperanza!
¡Y cada uno de nosotros puede ser esa persona! Esto no significa
desconocer o disimular las diferencias y los conflictos. No es
legitimar las injusticias personales o estructurales. (8 septiembre 2017).
La paz, dentro y fuera de la familia, se concreta y consolida
con el aporte de todos.**



Sugerencias



La vida de todos sus miembros de la familia mejora sólo si todos y cada uno pone lo que le toca hacer para mantener la paz en la convivencia familiar.



Hay que iniciar haciendo lo que se pueda sin esperar que sean otros los que comiencen. Si nos convertimos en artesanos de la paz en la familia podremos tejer los lazos del amor necesarios para protegerla de la violencia.



Sé artesano de la paz en tu familia.



**Estamos llamados
a ser artesanos de
la paz al acoger
con amor a los
demás.**

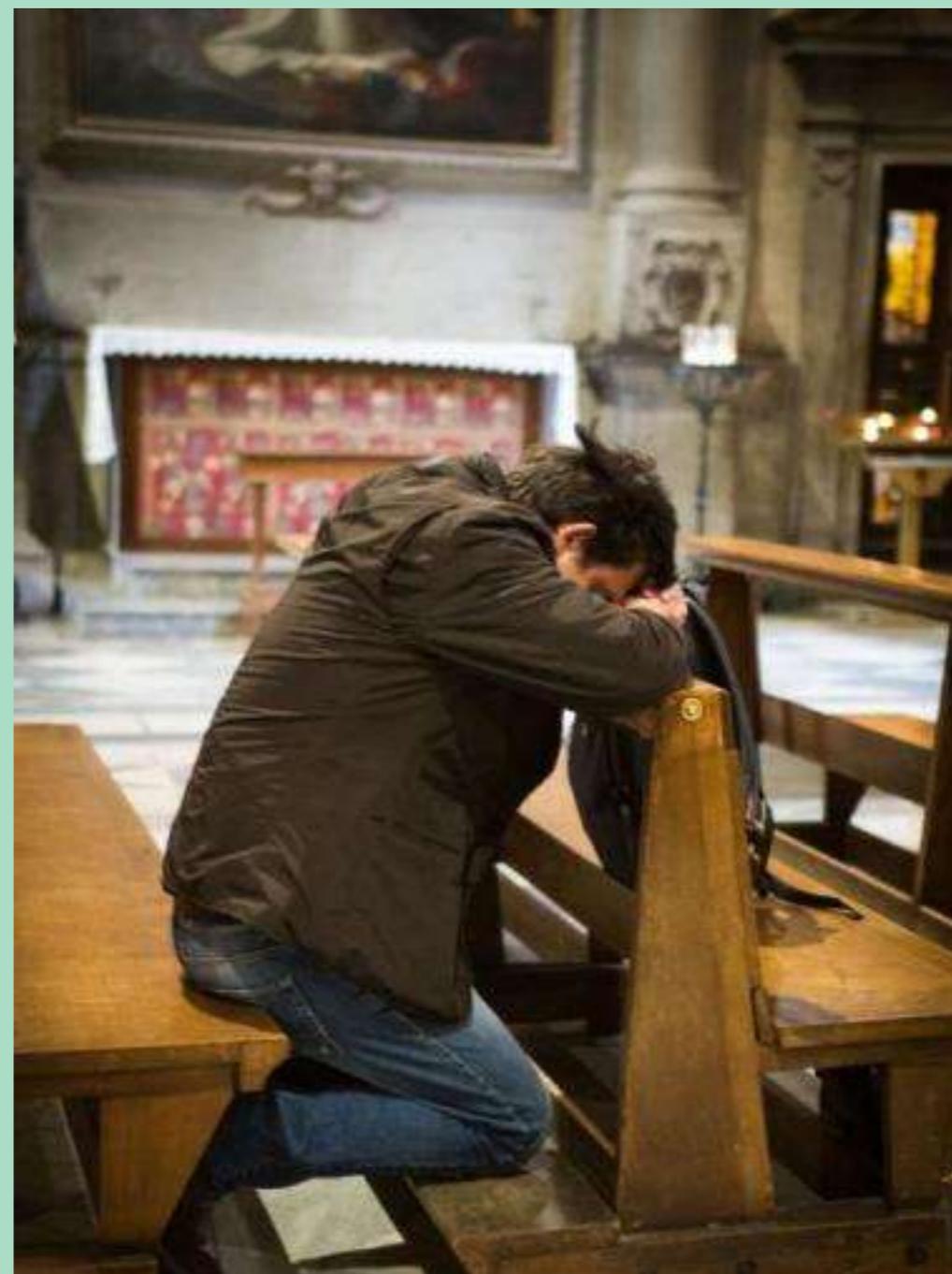


**Ser “expertos en humanidad y encender
hogueras de ternura cuando el frío de la vida
se cierne sobre aquellos que sufren” dice el
Papa Francisco (2/4/2022).**

Sé artesano de la paz en tu familia.



**Cuanto más sentimos que el corazón está agitado, cuanto más advertimos en nuestro interior nerviosismo, intolerancia, rabia, más debemos pedir al Señor el Espíritu de la paz. Aprendamos a decir cada día:
“Señor, dame tu paz”.**



¡La paz es posible, la paz es necesaria, la paz es la principal responsabilidad de todos!

Un compromiso





Comunidades
eclesiales
de fe y amor



✉ 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: julio 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.