

Buscar soluciones positivas para propiciar un ambiente de paz

Ideas clave para un taller comunitario, julio 2023.

ENCONTRAR SOLUCIONES CONSTRUCTIVAS, ¿POR QUÉ?

Para romper la espiral de violencia que genera estrés, ansiedad y miedo, y que afecta negativamente la comunicación y la armonía familiar. Esta situación, lamentablemente, impacta a numerosas familias.

¿PARA QUÉ?

Para vivir en un mundo más justo y equitativo. En la familia, al cultivar los valores del respeto mutuo, la armonía y la comunicación, sentamos las bases para una convivencia pacífica que previene la violencia y genera un ambiente propicio para el desarrollo integral de cada miembro de la familia. El Papa Francisco nos invita a "Construir puentes, puentes de armonía y puentes de unidad". (3/5/2023)

¿CÓMO?

- ✓ Brindar un apoyo constante, comprensión y oportunidades para el desarrollo de habilidades.
- ✓ Concientizar sobre la importancia de ser artesanos de la paz haciendo el bien en la propia familia.
- ✓ Promover un ambiente de diálogo y negociación, fomentando una comunicación constructiva que permita resolver conflictos de manera pacífica y respetuosa, especialmente en los problemas cotidianos que afectan la autoestima y rompen la unión familiar si no se manejan adecuadamente.
- ✓ Educar en los valores de la paz, la armonía, la ternura, la compasión y la empatía, para poder cultivar relaciones familiares basadas en el respeto, la corresponsabilidad y la solidaridad.
- ✓ Involucrar a la familia en actividades constructivas y enriquecedoras, que sean de interés para todos, evitando presiones o amenazas, y fomentando la participación y el disfrute de compartir.

SUPERAR LOS PREJUICIOS Y ACTITUDES NEGATIVAS

Fomentar la convivencia familiar con actividades y tradiciones. Reuniones, celebraciones y momentos de compartir en torno a la comida fortalecen los lazos familiares y crean un ambiente de unión y alegría. En estas actividades es importante romper con costumbres machistas, actitudes que denigran y comportamientos que fomentan la desigualdad y la violencia de género.

"No se puede restablecer la paz si a una palabra ofensiva se responde con otra palabra todavía peor, si a una bofetada se le sigue otra. No, es necesario "desactivar", quebrar la cadena del mal, romper la espiral de violencia, dejar de albergar rencores, dejar de quejarse y compadecerse de sí mismo. Hay que permanecer en el amor, Amar siempre" (Papa Francisco, 5 noviembre 2022).



REFLEXIONEN EN COMUNIDAD Y ¡COMPARTAN SU EXPERIENCIA EN EL WHATSAPP CEFAS!

Examinar nuestras actitudes y acciones para identificar cualquier forma de violencia o discriminación en nuestras relaciones familiares y comprometernos a construir un entorno familiar más justo y amoroso. ¡¡¡Compartan sus propuestas!!!



Vivir ordenadamente y cuidar el medio ambiente en familia crea un entorno armonioso, limpio y propicia una vida más agradable y saludable para todos. Separar la basura, acomodar y guardar con orden, reutilizar todo lo posible. Pequeños cambios en nuestros hábitos diarios hacen la diferencia.

ARTESANOS DE LA ARMONÍA, SEMBRADORES DE BIEN, APÓSTOLES DE LA ESPERANZA.

- “Si queremos reconstruir la esperanza, hay que abandonar los lenguajes, los gestos y las decisiones inspiradas en el egoísmo y aprender el lenguaje del amor, que es cuidado. Cuidar es un lenguaje nuevo, que va contra los lenguajes del egoísmo. Este es el compromiso: cuidar nuestra vida —cada uno de nosotros debe cuidar de su propia vida—; cuidar de nuestro tiempo, de nuestra alma; cuidar la creación y el ambiente en el que vivimos; y, aún es más, cuidar a nuestro prójimo, a aquellos a los que el Señor nos ha puesto al lado”. (Papa Francisco 1/1/2023).
- Transformar el mundo desde nuestras acciones diarias nos regenera como sembradores de bien y artesanos de la armonía.
- Cultivar la gratitud, aprender a perdonar, comunicar las emociones de manera clara y respetuosa, evitando la agresividad o la pasividad, promover la colaboración y el trabajo en equipo y practicar la compasión y el servicio pueden tener un gran impacto en la vida de los demás.

✍ ¡Seamos los artesanos de la armonía y los sembradores del bien en cada paso que damos!

En vacaciones es importante equilibrar las actividades y el tiempo libre para convivir en familia: practicar deportes, hacer manualidades y disfrutar la naturaleza. Desconectarse de dispositivos como la televisión, celulares y juegos electrónicos para mejorar la comunicación y fortalecer los lazos familiares.



¿Qué es la PERSEVERANCIA?

“Es construir el bien cada día. Perseverar es permanecer constantes en el bien, especialmente cuando la realidad circundante empuja a hacer otra cosa.[...] La perseverancia es el reflejo del amor de Dios en el mundo, porque el amor de Dios es fiel, es perseverante, nunca cambia.” (Papa Francisco, 13/11/22)
Es la virtud que nos ayuda a mantenernos fieles en la palabra dada, a cumplir lo prometido, el compromiso adquirido.

¿Qué tiene que ver con mi vida?

No bastan en esta vida primeras piedras ni buenos comienzos. Es preciso terminar, llevar a cabo lo iniciado, cumplir hasta el final. Esta virtud hace al hombre no impacientarse por la tardanza en conseguir el bien que desea. Con ella se soportan y superan cansancios, desánimos y tentaciones.

Para vivir esta virtud

- ✓ Tener metas claras y realistas de lo que se quiere lograr.
- ✓ Tener determinación, disciplina y fuerza de voluntad.
- ✓ Aprender de los fracasos y mantener una mentalidad positiva para encontrar soluciones.
- ✓ No rendirse ante las problemas y obstáculos.
- ✓ Vigilar y no dejarse engañar.