



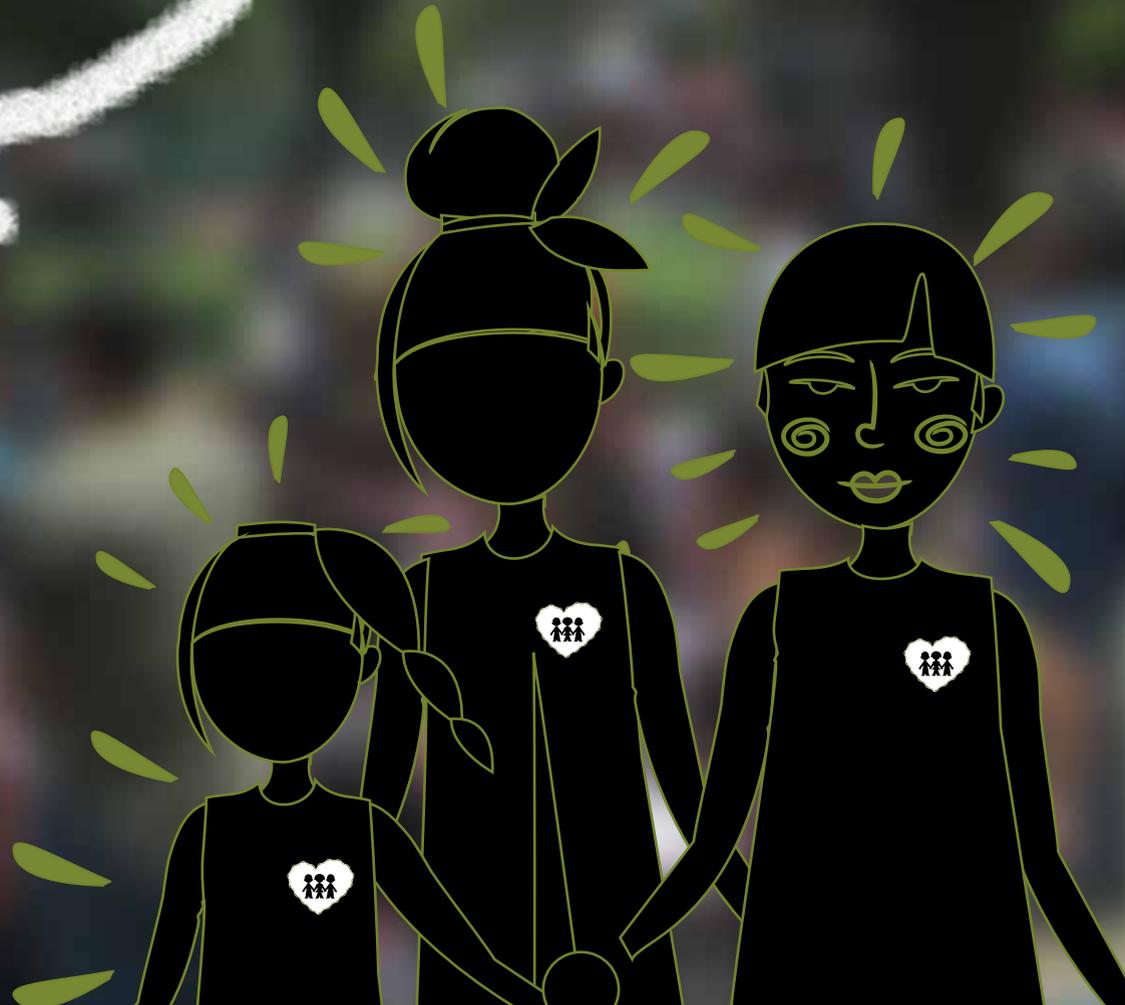
FEDERACIÓN INTERNACIONAL  
**Fe y Alegría**

Movimiento de Educación Popular Integral y Promoción Social

# FORMACIÓN PARA LA CONVIVENCIA PACÍFICA DESDE EL EVANGELIO

**Camino I.**  
El Poder de vida que  
crece dentro de mí

MÓDULO PARA  
estudiantes





Para *Gian*



# FormAcción para la Convivencia Pacífica desde el Evangelio

**Camino 1. El Poder de Vida  
que crece dentro de mí**

Módulo para estudiantes



Federación Internacional de Fe y Alegría  
Movimiento de Educación Popular y Promoción Social

Coordinador General

**Carlos Fritzen S.J Coordinador 2016-2019**

Técnica en Proyectos de la Federación

**Martha Liliana Nieto**

Autora

**Lucila Cerrillo López**

Educadora Popular

Diseño y diagramación

**María Fernanda Vinueza**



Año: 2017

Bogotá Colombia

## INTRODUCCIÓN

Página 8

## GUÍA 1. El Contexto:

El terreno cotidiano para sembrar la buena semilla

Página 21

## GUÍA 2. Nivel Personal:

Así aprendí - Así puedo cambiar

Página 27

## GUÍA 3. Nivel Colectivo:

Poder para "Con-vivir" no "Con-morir"

Página 39

## GUÍA 4. Nivel Sociedad

Mi Poder de ejercer el Derecho a la Paz

Página 49

## GUÍA 5.

Práctica Ciudadana en el Centro Educativo

Página 57

---

## ANEXOS

Guía 1. EL CONTEXTO // Página 69

Guía 2. NIVEL PERSONAL // Página 74

Guía 3. NIVEL COLECTIVO // Página 79

Guía 4. NIVEL SOCIEDAD // Página 88

# CONTENIDO



# Intro

**Convivencia Pacífica desde el Evangelio** es una propuesta de la Federación Fe y Alegría para contribuir a generar relaciones basadas en el respeto a la igualdad versus las relaciones basadas en la violencia y discriminación.

La propuesta formativa **Convivencia Pacífica desde el Evangelio** incluye procesos educativos, sociales y espirituales para fortalecer las capacidades de los equipos directivos, docentes, estudiantes y madres/padres de familia y desarrollar de esta manera acciones integrales de cambio en el ámbito escolar. Está basada en la metodología de **FormAcción para la ParticipAcción** con la finalidad de generar conciencia y compromiso de cambio social a través de procesos sistemáticos de acción y formación, tejidos desde la mirada del evangelio (FormAcción para la ParticipAcción un Ejercicio Ciudadano de poder para la transformación social. Federación Internacional Fe y Alegría. 2015).

# ducción

En el corazón de la propuesta hacemos nuestra la prioridad misional de Fe y Alegría: “con la **transformación** personal y social, queremos construir sociedades democráticas, equitativas, promotoras de paz y libres de violencia, en las cuales las personas desarrollemos plenamente nuestras capacidades y vivamos con dignidad” (Plan de Prioridades Federativas 2016-2020. Federación Internacional Fe y Alegría).

## En qué consiste la metodología

La Educación Popular promueve procesos para la transformación social, en este sentido, la metodología utiliza la imagen del “camino” para decir cómo estos procesos son caminos que nos llevan a la transformación personal y social a través de un continuo proceso de aprendizaje, que se dirige a que cada uno de nosotros/as nos transformemos –individual y colectivamente- y transformemos la realidad en la que vivimos. Partimos de nuestra “mirada y acción personal” a la “conciencia y acción colectiva” que nos invita a trabajar desde unos valores éticos que promuevan y protejan la vida y potencien la solidaridad. Los caminos son:



- El primer camino pone el énfasis en el **proceso personal** el poder de vida que crece dentro de mí.
- El segundo camino es la **sensibilización...** el poder de sentir la realidad;
- El tercer camino es la **concientización...** el poder de pensar y cuestionar la realidad;
- El cuarto camino es el **empoderamiento...**el poder para transformar la realidad;
- El quinto camino es la **organización**, el poder de transformar la realidad organizándonos con otros y otras;
- El sexto camino es la **movilización...** el poder de la opinión e incidencia pública.

Los caminos se trabajan desde los diferentes **niveles de relación** que establecemos:

- a) El nivel **personal** para el desarrollo y compromiso individual en la transformación social;
- b) El nivel **colectivo**, las relaciones cercanas y proximas con nuestros pares, con los vecinos y vecinas, con las compañeras y compañeros del colegio, con las personas que hacen parte de nuestro barrio,
- c) nivel de **sociedad** que implica las relaciones entre y con las organizaciones y movimientos de la ciudad, país y mundo. Desde la lógica que todos somos parte de las alternativas de solución y afrontamiento de los problemas que presenta el mundo actual.

Y cada camino parte del análisis de la realidad, del **contexto** y tiene como punto de llegada **la acción en prácticas concretas** de transformación social.

**Didácticamente** el camino se ha organizado en 5 guías de trabajo y la guía cuenta con momentos de reflexión vivencial y teórica:

- **La guía del contexto.**- en esta guía se tendrán ejercicios para sentir y pensar la realidad, que nos acercan en un primer momento a identificar qué sucede en nuestro territorio, qué sentimos con eso que sucede, por qué sucede eso que sucede
- **Guía del nivel personal.**- Los ejercicios propuestos en esta guía están focalizados en el desarrollo y vivencia personal.
- **Guía del nivel colectivo.**- En esta guía el énfasis está puesto en el grupo con el que se trabaja y la gente más cercana con la que convivimos nuestro centro educativo, familia y amistades.

- **Guía del nivel de sociedad.**- La guía nos permite tener una mirada más amplia y realizar ejercicios que nos lleven a sentir y pensar en los niveles municipales, nacionales internacionales.
- **Guía para la práctica ciudadana.**- en esta guía se darán algunas pautas para preparar y organizar las iniciativas de transformación social. ¿Qué esperamos al final del Camino? Esperamos desarrollar Prácticas Ciudadanas concretas, en este caso desde el ámbito escolar.

Como se señalaba anteriormente, la guía cuenta con **distintos momentos** para reflexionar y dialogar: momento de activar lo vivencial, los sentimientos, las emociones; momento de activar la reflexión, análisis e interpretación teórica-práctica; momento de activar la reflexión para la toma de decisiones y en este caso, **de Convivencia Pacífica desde el Evangelio se incluyó el momento de “diálogo con Jesús” para activar la reflexión espiritual**”. En cada momento están propuestos una serie de ejercicios, técnicas y contenidos para facilitar el encuentro.

Cada **camino** se ha pensado en tres tipos de actores sociales: educadoras/educadores, estudiantes, madres/padres de familia. Cada grupo de actores/actoras sociales cuenta con un módulo de form-acción. La secuencia de trabajo es la misma y algunos contenidos pueden ser iguales, pero básicamente cada módulo es diferente y complementario a los otros:

- **Módulo de educadoras y educadores** como principales promotores en los centros educativos de una convivencia sana y pacífica;
- **Módulo para las y los estudiantes** de secundaria como actores de cambio.
- **Módulo para madres y padres de familia** como el “hábitat” donde se crecen y desarrollan los valores para la vida.

En las siguientes páginas encontrarán esquematizada la Metodología de FormAcción para la Participación que se utilizará en esta propuesta formativa de Convivencia Pacífica desde el Evangelio.

Esperamos que Convivencia Pacífica desde el Evangelio sea, como dice Jesús a través de sus parábolas, una semilla que produzca muchos frutos, vida en abundancia a favor de la Cultura de Paz. ¡Tan ansiada y anhelada en nuestra vida cotidiana!

**Caminos de  
FormAcción  
para la  
ParticipAcción**

**Camino 6**  
MOVILIZACIÓN

**Camino 5**  
ORGANIZACIÓN

**Camino 4**  
EMPODERAMIENTO

**Camino 3**  
CONCIENTIZACIÓN

**Camino 2**  
SENSIBILIZACIÓN

**Camino 1**  
EL PODER DENTRO DE MI

# Módulo/Destinatario

MÓDULO PARA  
educadoras y educadores



MÓDULO PARA  
estudiantes



MÓDULO PARA  
madres y padres



## Guías didácticas

**Guía 1** El Contexto:



MOMENTO DEL  
DIÁLOGO A PARTIR DE  
NUESTRAS VIVENCIAS



MOMENTO DEL  
ANÁLISIS DEL CONTEXTO  
DESDE NOTICIAS



DIALOGANDO  
CON JESÚS

**Guía 2** Nivel Personal



MOMENTO  
DE SENTIR



MOMENTO  
DE PENSAR



MOMENTO  
DEL DECIDIR



DIALOGANDO  
CON JESÚS

**Guía 3** Nivel Colectivo:



MOMENTO  
DE SENTIR



MOMENTO  
DE PENSAR



MOMENTO  
DEL DECIDIR



DIALOGANDO  
CON JESÚS

**Guía 4** Nivel Sociedad:



MOMENTO  
DE SENTIR



MOMENTO  
DE PENSAR



MOMENTO  
DEL DECIDIR



DIALOGANDO  
CON JESÚS

**Guía 5** Práctica Ciudadana  
en el Centro Educativo



MOMENTO  
DE ELEGIR



MOMENTO DE  
ORGANIZAR



MOMENTO DE  
IMPLEMENTAR  
CAMPAÑA



MOMENTO  
DE EVALUAR



MOMENTO DE  
CELEBRAR

Fe y Alegría es un referente de la educación popular integral, inclusiva y de calidad, que trabaja en las fronteras de mayor exclusión, incide en políticas nacionales e internacionales, es sostenible y desarrolla, junto a las comunidades, **propuestas que aportan a la construcción de sociedades equitativas, solidarias, libres de violencia y respetuosas de la diversidad, donde las personas viven dignamente.**(Visión de Fe y Alegría. Plan de Prioridades Federativas 2016-20120)

## Iniciando el Camino El Poder de vida que crece dentro de mí

Este módulo de estudiantes, nos lleva a realizar una interiorización en nuestra vida a nivel personal como mujeres y hombres sobre nuestras relaciones y comunicación, base de una convivencia sana y pacífica.

Las reflexiones también nos llevarán a pensar cómo ha sido nuestro rol como mujeres y hombres estudiantes de qué manera estamos aprendiendo desde el centro educativo unos fundamentos sólidos frente a las realidades cotidianas de violencia que todos enfrentamos en nuestra sociedad.

En la Guía 1 sobre el contexto se aborda la **realidad de violencia en nuestras relaciones cotidianas** como punto de partida de la reflexión, para posteriormente profundizarlo en cada guía en un aspecto específico sobre la violencia y el buen convivir en nuestras relaciones cotidianas a través de preguntas generadoras. El camino está tejido por la lógica del **poder de vida dentro de mí –humano y espiritual-** para tomar conciencia de mi compromiso en el fortalecimiento de la convivencia pacífica en mi entorno inmediato. Estas guías están vinculadas una con otra, por ello es importante siempre al iniciar una nueva guía recuperar lo visto en la guía anterior.

### Una luz para el camino a partir de textos del evangelio

En este camino vamos a tejer el sentido de vida que nos ofrece Jesús a través de algunas **Parábolas del Reino**. Cada parábola es una enseñanza para entender la lógica del Reino de Dios desde acontecimientos de la Vida. José Antonio Pagola nos inspira a leer las parábolas con los ojos de la Vida:

“Jesús manifiesta todo lo que Él vive en su corazón, y todo lo que va transmitir le brota de la vida. De la experiencia de la vida, no del templo, de la sinagoga: de la vida. Y lo va a transmitir con imágenes sacadas de la vida. Aquellas mujeres, aquellos campesinos, aquellos niños que le oían no van a necesitar leer un libro. Tienen que aprender a vivir intensamente, y en la vida. Con imágenes vivas nos va sugerir un Dios lleno de vida.

Para entender bien la Parábola hay que volver al medio de la vida, iluminarla desde dentro. El arte es volver a proponer la Parábola de nuevo, examinarla por dentro... Tratar de despertar hoy, algo de lo que se pudo vivir en torno a Jesús cuando por primera vez contó estas parábolas. **1**

¿Para qué cuenta Jesús sus parábolas? (...) Lo que Jesús busca no es transmitir nuevas ideas, sino poner a las gentes en sintonía con experiencias que estos campesinos o pescadores conocen en su propia vida y que les pueden ayudar a abrirse al reino de Dios.” **2**

Por esta razón, en cada Guía, el punto de partida es la Vida, hacer una “lectura de nuestra vida” para reflexionarla y desde ahí, desde la “vida reflexionada” entrar en Diálogo con Jesús, con sus parábolas escucharlas y mirarlas con el corazón, interiorizarlas para dejar que generen su luz para nuestra vida y potencien experiencias nuevas para cambiar nuestras realidades cotidianas de violencia. Al final de cada Guía, en el Momento de “Diálogo con Jesús” vamos a leer las parábolas en clave de “la Vida que crece dentro de mí” a través de algunas reflexiones y preguntas generadoras que nos vinculan con la temática de Convivencia Pacífica trabajada en la Guía.

**Ojo:** Para cada Momento del Diálogo con Jesús, te recomendamos elegir algunos de los pasos que propone Dolores Aleixandre para leer e interiorizar la Parábola:

Cuando Vayas a Leer una Parábola **3**

---

1. Pagola, J.A. Jesús, Poeta de la Misericordia de Dios. Tomado de: [http://sanvicentemartirdeabando.org/parabolas/parabolas\\_retiro2004/retiro.htm](http://sanvicentemartirdeabando.org/parabolas/parabolas_retiro2004/retiro.htm)

2. Pagola, J.A. Jesús aproximación Histórica, PPC editorial. Madrid. 2007

3. Aleixandre, D. Un tesoro Escondido. Las Parábolas de Jesús. Colección Maná. Editorial CCS. Madrid. 2012

**Contacta tu corazón** con el Maestro interior que es quien puede revelarte su significado. Pregunta a Jesús: ¿qué querías decir?, ¿Qué misterio del Padre, de ti mismo, o de la vida querías comunicarnos?...

**Descálzate.** Quítate tus sandalias ante el texto evangélico: si lo abordas pisando firme y sin dejar tus ideas, tu sensibilidad, tus modos de pensar o las imágenes que ya tienes de Dios, no te develará su secreto. Tendrás que hacer un esfuerzo de asombro y respeto ante lo desconocido, como el que se hace al visitar un país extranjero o aprender una lengua desconocida. Solo así conseguirán los textos evangélicos comunicarte algo diferente de lo que creías saber.

**Ponte a la escucha.** Lee la parábola como si fuera la primera vez y toma conciencia de la impresión que te produce y de los aspectos que te resultan chocantes, extraños, enigmáticos o intrigantes. Contacta con tus reacciones de sorpresa, resistencia, alegría, perplejidad. Atrévete a expresar tus preguntas, desacuerdos o rebeldías ante lo que te parece incongruente o injusto: salarios que no corresponden al trabajo a un empleado ladrón; muchachas egoístas que no comparten su aceite... No dudes en preguntarte: pero ¿qué clase de Dios es este?

**Acaricia el texto de la parábola** como si fuera un tejido, aprecia su textura, su trama, su relieve, sus costuras. Observa su contexto anterior y posterior, ¿empieza de repente?, ¿va producido por alguna fórmula como *“El reino de los cielos es semejante a...”*; *“¿es propuso una parábola...”*, etc?, ¿hay indicaciones de quiénes son sus destinatarios o del momento y el lugar en que fue pronunciada?, ¿acaba bruscamente? Fíjate en si lo acompañan preguntas como: *¿quién de entre vosotros...? ¿qué os parece?, ¿qué hará ese hombre?... ¿con qué compararé el reino de Dios...?*

**Contempla a sus personajes.** Haz una lista de los que son los sujetos de los verbos (pueden ser personas o cosas); en qué ámbito o escenario se mueve: agrícola, ganadero, económico, judicial, oficios, relaciones familiares... Cuándo y dónde ocurre la historia, cómo se comportan los personajes, qué relaciones se entre ellos, qué sentimientos expresan, qué se diferencian unos de otros, qué conductas parecen desproporcionadas...

**Siente la parábola con tus cinco sentidos.** ¿Qué paisajes ves? ¿Qué palabras oyes? ¿Qué objetos puedes tocar? ¿Qué olores percibes? ¿A qué te sabe?

**Déjate arrastrar por la fuerza de la parábola.** Sus comienzos presentan situaciones cotidianas a las que no tendrás inconveniente en prestar tu acuerdo. Pero, como no son relatos inocentes, pueden llevarte donde no esperabas. Según avanza la historia y sin que te des cuenta, quizá te encuentres empujando fuera de lo que considerabas razonable, tu manera de pensar entrará en crisis y te encontrarás frente a desenlaces sorprendentes y teniendo que dar respuestas a cuestiones que no imaginabas.

**Date tiempo para reaccionar,** lo mismo que lo tuvieron sus personajes; el jornalero encolerizado porque otros recibieron lo mismo que él, pudo acabar abriéndose a las razones del amo; el hijo mayor quizá se decidió a entrar en la fiesta, no sabemos si Simón el fariseo llegaría a reconocer que mujer a la que había juzgado era mejor que él... También tú estás a tiempo de dejar que la parábola haga su trabajo en ti, cuartee tus seguridades, cambie tu mente y ensanche tu corazón.

**Elige.** Con frecuencia, las parábolas oponen dos lógicas, dos tipos de valores: la razón, la estricta justicia, los principios inmutables o la humanidad frágil, la ternura, la generosidad o el derroche. Eres libre de seguir aferrando los primeros o de abrirte también a los segundos: la respuesta que des es solo tuya, nadie puede darla en tu lugar

**Sé humilde.** No pretendas captar totalmente el significado de cada parábola: el lenguaje narrativo está abierto a múltiples lecturas. Y la vida es larga: en el discurrir de tu existencia cristiana, las parábolas pueden irte revelando rincones inéditos y riquezas que ni supiste descubrir al principio.

**Descubre el valor de lo cotidiano,** esa normalidad de la vida que es el suelo de las parábolas y de tu propia vida: alegrías y decepciones, retrasos y llegadas, comidas y fiestas, deudas y dineros, bodas y juegos de niños, un cortejo nupcial en medio de la noche. Si Jesús te hablara hoy usaría seguramente otras imágenes y te diría: tienes en tu móvil un SMS del Padre. Él sale a tu encuentro e el andén del metro, te ofrece *La Farola* en la puerta del súper, te deja un post-it en tu mesa de trabajo, te pregunta si quieres ser su amigo en Facebook. Sigue esperándote como aquel padre a su hijo perdido, envía un mensajero para recordarte que tenéis una cita concertada, te sorprende sembrando en ti la semilla de su Palabra a través de acontecimientos insignificantes, te invita a no agobiarte por los brotes de cizaña que encuentras en tu tierra, te descubre que lo pequeño está cargado de posibilidades de vida, como lo está un granito de mostaza.

## Algunas sugerencias para preparar los Encuentros Formativos

Primero para tener una mirada global del Camino, se sugiere que el equipo Facilitador realice una lectura completa de las 5 guías: Contexto, Nivel Personal, Nivel Colectivo, Nivel Sociedad, Práctica Ciudadana.

Posteriormente de acuerdo a los tiempos que cada centro tenga asignado para la formación, definir cuántos encuentros formativos se pueden tener para cada Guía. Por ejemplo:

### Ejemplo A:

Para cada guía, al mes, se tendrán dos encuentros formativos de tres horas cada sesión. Estos encuentros se darán cada quince días, posibilitando al equipo facilitador preparar y planificar los encuentros semana de por medio.

### Ejemplo B:

Una vez al mes se tiene un taller de 7 u 8 horas para trabajar una guía completa. El equipo facilitador durante el mes prepara el taller y al mismo tiempo evalúa el taller anterior.

### Ejemplo C:

Cada semana se tiene un Encuentro Formativo de una hora y media de tal forma que la Guía puede abordarse en 4 encuentros formativos al mes. El equipo facilitador puede reunirse cada semana para preparar el encuentro **formativo**.



Cada equipo facilitador puede pensar algunos encuentros de intercambio entre docentes, estudiantes y madres/padres, con la finalidad de compartir cómo les va en sus reflexiones de grupo.

Una vez definida la modalidad para realizar los encuentros Formativos, proponemos algunos pasos para planificar los Encuentros Formativos de cada una de las Guías:

- Leer la guía que vamos a utilizar durante el mes.
- Definir el objetivo de cada Encuentro Formativo.
- Pensar las actividades/ejercicios que vamos a realizar en cada sesión para cada momento (momento del diálogo sobre el contexto, momento de análisis de la realidad a partir de noticias, momento del sentir, momento del pensar, momento del tomar decisiones, momento del diálogo con Jesús).
- Para las actividades se pueden utilizar de manera complementaria las técnicas, videos y conceptos propuestas en los Anexos.
- Pensar y decidir cómo vamos a realizar cada momento con los respectivos ejercicios.
- Distribuir tiempo para cada actividad y responsabilidades, quién hace qué cosa.
- Tener siempre preparados al menos 2 juegos o dinámicas como parte de la animación.
- El encuentro Formativo tendrá **actividades para iniciar** –generalmente se inicia con un canto, video reflexión o una oración-, **actividades para desarrollar el tema** y **actividad de cierre**.

1  
Momento  
del diálogo

2  
Momento  
de análisis

3  
Momento  
del sentir

4  
Momento  
del pensar

5  
Momento del  
tomar decisiones

6  
Momento del  
diálogo con Jesús

“Dios está comprometido en promover  
un mundo diferente y mejor”

Pagola

# Guía 1

El Contexto:

El terreno cotidiano para  
sembrar la buena semilla



### “Somos Educación Popular

No. 5 Somos Educación Popular, ante todo, porque promovemos una propuesta ética, política, pedagógica y epistemológica para la transformación social. Procuramos permanentemente conocer la realidad local, nacional y global con una mirada crítica, construyendo y mejorando nuestras prácticas. Valoramos y revitalizamos las culturas y experiencias populares en todo nuestro hacer” (Decálogo. Plan de Prioridades Federativas 2016-2020)

En esta primera guía del Contexto vamos a abordar el tema de la Vida versus la Violencia y generar diferentes reflexiones desde nuestra vivencia personal. El contexto cotidiano de violencia en los diferentes entornos (con sus diferentes y múltiples expresiones) se ha convertido en algo tan común que parecería que el sentido de nuestra vida es vivir así, haciéndonos daño unos a otros, unos a otras, unas a otras, etc. Pero lo más curioso es que si nos preguntáramos **¿Qué es lo defendiendo haciéndole daño a otro?** puede ser que la respuesta interna sea defendiendo el derecho a hacer daño, tal vez porque otro tuvo el derecho a hacerme daño y... entonces, el sentido de la vida se convirtió en una cadena de **defenderNos haciéndonos** daño.

En esta guía del contexto, vamos a reflexionar más sobre la Vida, **¿Por qué defender mi vida tiene que ser a costa de la destrucción de la otra y del otro? ¿Por qué el defenderMe implica revancha sobre el otro, hacer el mal a otra, hacer sentir menos? DefenderMe** significa hacer reconocer al otro/otra que mi vida vale y merece respeto, es en ese reconocimiento, reconocer de igual manera que tu vida vale, merece respeto y no tiene porque hacerse valer haciéndose sentir Más, Superior que otras personas. Yo apuesto al Valor de la Vida, para mí, para ella, para él para nosotros y nosotras!!!!



## 1. MOMENTO DEL DIÁLOGO A PARTIR DE NUESTRAS VIVENCIAS<sup>4</sup>

Pensemos en ejercicios/técnicas que nos faciliten dialogar sobre **cómo son nuestras relaciones cotidianas** en la familia, en la escuela, en mi aula de clase, con mis amistades de la escuela o del barrio.

4. Nota: En los anexos puede encontrar otras técnicas, ustedes decidan cuál es la más adecuada para el grupo.

La vida crece y se desarrolla a través de un complejo y bello entramado de relaciones... ahí estoy yo, con mi vida; no soy un número, no soy una estadística de estudios e investigaciones... soy alguien que vive, piensa, siente, decide, se mueve.

- ¿Qué puedo decir yo de mí mismo como hombre joven ciudadano?
- ¿Qué puedo decir yo de mi misma como mujer joven ciudadana?
- ¿Cómo vivo mi derecho a la vida, a la libertad, a la paz?
- ¿Cómo vivo mi responsabilidad para hacer crecer mi vida, mi libertad y mi paz? ¿y la de los demás?

Hago una reflexión personal con las preguntas propuestas y después comparto mis reflexiones, si soy mujer con otras dos mujeres, si soy hombre con otros dos hombres. Después se forman grupos de seis personas, un trío de mujeres comparte con un trío de hombres. El grupo escribe en un papelógrafo las semejanzas y las diferencias y un síntesis de la reflexión que se sucedió.

Se sugiere tener un cuaderno personal, que podemos titular, “El Poder de Vida que hay dentro de mí para la convivencia pacífica”; podemos ir escribiendo lo más significativo de cada momento. Por ejemplo, en este primer momento escribir aquello que hay tocado más mi corazón.



## 2. MOMENTO DEL ANÁLISIS DEL CONTEXTO DESDE NOTICIAS

Durante una semana tratemos de escuchar, leer, mirar noticias sobre la juventud a través de las redes sociales, en la tv, en los periódicos...

- ¿Cuáles son las noticias de la juventud que son más comunes?
- ¿Por ejemplo en las redes, que es lo que generalmente se ve de chicas jóvenes? ¿Qué es lo que más se publica de chicos jóvenes?
- ¿Cuáles son las noticias más frecuentes de mujeres jóvenes y cuáles de hombres jóvenes?



**¿Por qué el defenderMe implica revancha sobre el otro, hacer el mal a otra, hacer sentir menos?**

- ¿Hay publicaciones de mujeres y hombres jóvenes creando, construyendo, innovando, emprendiendo?
- ¿Se presentan propuestas de grupos de jóvenes juntos creando un proyecto de vida para un barrio versus grupo de jóvenes haciendo delincuencia?
- ¿Es común ver mujeres jóvenes haciendo propuestas de urbanismo con foco en el cuidado de la vida, mujeres arquitectas y diseñadoras de interiores contribuyendo a fábricas, edificios tomando en cuenta la ética del cuidado, espacios de trabajo más amigables y eco-saludables?
- ¿Es común ver noticias de mujeres y hombres creando juntos alternativas de hábitats saludables sin violencia en barrios marginados?
- ¿Por qué no podemos mirar eso con frecuencia en las redes en lugar de estar viendo millones de veces mujeres en modas, objeto sexual, hombres delinquiendo, haciendo daño, mostrándose fuertes y poderosos?
- ¿Cuál es el estereotipo de juventud que están haciendo creer que somos?

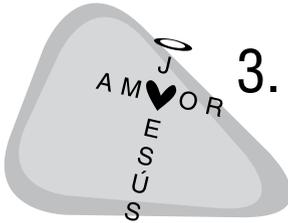
En la sesión compartimos las noticias que encontramos durante la semana

Se pueden hacer grupos de trabajo con aquellas noticias similares que hayan encontrado. Cada grupo prepara una síntesis para presentar en el foro-debate.

Se abre el debate a partir la síntesis reflexiva.

A partir de lo que se planteó en el debate, se reparten hojas de colores y se escriben frases significativas, lo que más nos haya impactado de lo que escuchamos. Las pegamos en un lugar visible (pizarra, papel craft, tendedero de papeles)

Con el tema: Somos Juventudes construyendo una cultura de Vida no de muerte!! Somos paz, convivencia y diálogo... No Somos Violencia, discriminación y exclusión! Vamos a crear nuestro Rap con la música de trasfondo que tenemos en el siguiente Link:  
<https://youtu.be/95rCOpGrGa4>



### 3. DIALOGANDO CON JESÚS

En toda esta guía hemos venido reflexionando sobre el contexto cotidiano de nuestras relaciones en la familia, en el barrio/comunidad y en la escuela. En este último momento hagamos nuestro diálogo con Jesús a través de la parábola del Sembrador. Recordemos que en la introducción tenemos algunas sugerencias para profundizar en la Parábola.

Leer la Parábola del sembrador.

#### **Marcos 4, 1-9**

«**1** Otra vez Jesús se puso a enseñar a orillas del lago. Se le reunió tanta gente junto a él que tuvo que subir a una barca y sentarse en ella a alguna distancia, mientras toda la gente estaba en la orilla. **2** Jesús les enseñó muchas cosas por medio de ejemplos o parábolas. Les enseñaba en esta forma:

**3** «Escuchen esto: El sembrador salió a sembrar. **4** Al ir sembrando, una parte de la semilla cayó a lo largo del camino, vinieron los pájaros y se la comieron. **5** Otra parte cayó entre piedras, donde había poca tierra, y las semillas brotaron enseguida por no estar muy honda la tierra. **6** Pero cuando salió el sol, las quemó y, como no tenían raíces, se secaron. **7** Otras semillas cayeron entre espinos: los espinos crecieron y las sofocaron, de

manera que no dieron fruto. **8** Otras semillas cayeron en tierra buena: brotaron, crecieron y produjeron unas treinta, otras sesenta y otras cien. **9** Y Jesús agregó: El que tenga oídos para oír, que escuche.» **5**

Jesús siembra en nosotros semillas de buenas noticias, semillas de vida... Pero hay muchas situaciones que no dejan crecer la semilla, la ahogaron. Sin embargo, la buena tierra de las buenas relaciones es un potencial para que crezca la semilla de vida.

Preguntémonos... para nosotras y nosotros

- ¿Cómo mira Jesús la juventud?
- ¿En qué sentido la juventud es una tierra buena para hacer crecer la vida?

La tierra está compuesta de nutrientes que alimentan la semilla y procura el crecimiento de raíces y crecimiento de tallo, hojas, flores, frutos

- ¿Cuáles son los nutrientes que están en nuestro corazón para hacer florecer la vida, para generar relaciones basadas en buena armonía sin hacernos daño?
- Y ¿las semillas? ¿Qué serían esas semillas? y ¿Qué podrían producir?

A cada persona se le entrega un puñito de semillas. En el silencio de nuestro corazón, preguntémosle a Jesús... ¿Cómo sembraste en los diferentes corazones semillas de vida? ¿Cómo se cuida la semilla de la paz?

Compartamos nuestras reflexiones, y vamos colocando nuestras semillas en un espacio donde previamente hayamos colocado tierra.

Terminemos con un canto, danza, o una oración, alusivos al tema que hemos tratado en esta guía del contexto.

---

5. <http://www.sanpablo.es/biblia-latinoamericana/la-biblia/nuevo-testamento/evangelio-segun-marcos/>

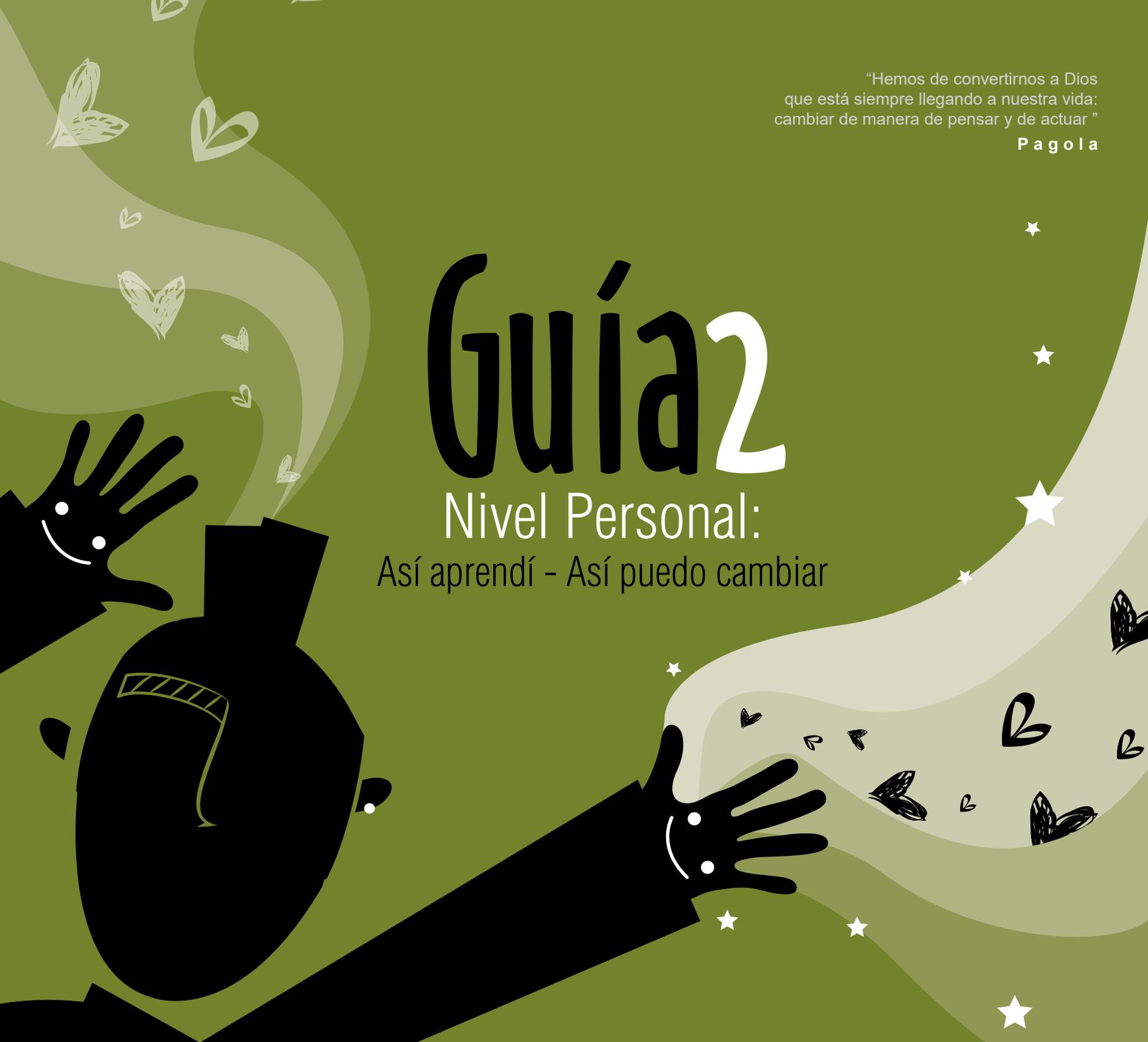
“Hemos de convertirnos a Dios  
que está siempre llegando a nuestra vida:  
cambiar de manera de pensar y de actuar”

P a g o l a

# Guía 2

Nivel Personal:

Así aprendí - Así puedo cambiar



**No. 4 Educamos.**

“Todas nuestras acciones socioeducativas promueven la formación de personas nuevas, conscientes de sus potencialidades y de la realidad que las rodea, abiertas a la trascendencia, agentes de cambio, protagonistas de su propio desarrollo y promotoras de relaciones respetuosas con los demás, con las comunidades y con la creación.

En la guía anterior sobre el Contexto nos focalizamos en la realidad de Vida versus realidad de violencia. En nuestra vida somos parte de una **historia de luces** y sombras, luces porque a través de nuestras relaciones en la familia, amistades, en la escuela, etc., hemos aprendido a compartir y convivir con otras personas y grupos humanos, sin embargo, también somos parte de **historia de sombras** porque no estamos exentos o exentas de formar parte de realidades de violencia cotidiana. Por esta razón en esta guía sobre el nivel personal nos centraremos en nuestra historia personal desde tres perspectivas:

- a) **Inteligencia Socio-afectiva:** ¿Cómo aprendimos a conocer y manejar nuestras emociones y sentimientos, especialmente en nuestras relaciones con los demás?
- b) **Inteligencia Cognitiva:** ¿Cómo aprendimos a desarrollar las habilidades cognitivas y la capacidad de pensar, especialmente para relacionarnos y convivir?
- c) **Inteligencia Volitiva:** ¿Cómo aprendimos a desarrollar la capacidad de tomar decisiones, especialmente para mejorar nuestras relaciones?



## 1. MOMENTO DEL SENTIR

Pensar en ejercicios para activar los sentidos, las emociones, los sentimientos

Para recordar mi historia de emociones vamos a ver un fragmento de la película “Intensamente” en la cual papá y mamá están cenando con su hija; ella, presenta una serie de sentimientos al entrar en shock por haberse cambiado de ciudad.

¿Acción o Reacción? - Inside Out - Intensamente - Del Reves

<https://youtu.be/CCf0erBubVE>

Después de mirar ese fragmento de la película, a nivel personal, voy a hacer un recorte de una situación de mi historia que me haya sido muy significativo.

- Escojo un momento de mi vida en mi infancia
- Recuerdo lo que viví y con quién lo viví
- Recuerdo las diferentes emociones que tuve
- Escribo a través de una narración, un cuento, una historieta (ver anexo guía 1)



Después de haber hecho memoria podemos compartir en parejas o tríos para conversar sobre aquello que haya sido más significativo y compartir nuestro cuento.

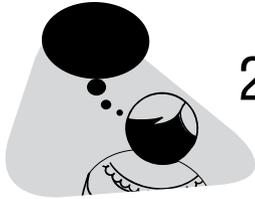
Avanzamos en nuestra reflexión y conversamos...

- ¿Cómo aprendimos a conocer y manejar nuestras emociones y sentimientos, especialmente en nuestras relaciones con los demás? ¿Cómo nos enseñaron nuestra mamá, nuestro papá, hermana o hermano mayor? En la escuela ¿Alguna profesora o profesor?
- ¿Nos enseñaron a poder relacionarnos y comunicarnos sin violencia psicológica o física?

Educar las emociones es una parte muy importante de la Educación para la paz veamos lo que nos comparten "Paciliteracia, Alfabetización y cultura de la paz:

**Las dimensiones desde la que se educa** y debe ser desarrolladas son: memoria e historia; comunicación y lenguaje; cuerpo y estética; contexto; ética, normas y acuerdos; y senti-pensamiento. A través de ellas, se busca hacer de la paz pedagogía de crecimiento personal y de transformación social y cultural. Estas dimensiones humanas son un creativo laboratorio donde la persona, como sujeto histórico y vivo, se construye en

integralidad y paz, tanto hacia sí misma como en su entorno. Ello significa tener en cuenta que **razón, sensibilidad y cuerpo** son una unidad compleja para la comprensión y el trabajo pedagógico (Ver Anexo de la Guía 2)



## 2. MOMENTO DEL PENSAR

Pensar en ejercicios para preguntar, analizar causas y consecuencias, debatir, problematizar

En este segundo momento, miraremos nuestra historia desde la perspectiva del desarrollo de las habilidades cognitivas...

Es muy común escuchar:

- “Es que no piensa, sólo reacciona”
- “Está metida en sus pensamientos”
- “Si al menos pensara un poco”

Se piensa y se cree que por el hecho de estar pasando por la etapa de la adolescencia “no pensamos” somos pura adrenalina, somos emoción, reacción, hormona, calentura, no pisamos la realidad... pero NO!!!, “Nosotros los hombres jóvenes sí pensamos, razonamos, reflexionamos y “Nosotras las mujeres también pensamos, tenemos un razonamiento creativo, tenemos muchas habilidades mentales desarrolladas.

Nuevamente, hagamos una parada en nuestra historia...

- Recordemos una situación en la cual tuvimos que “analizar, reflexionar, resolver algún problema: ¿Qué hicimos? ¿Sumamos? ¿Restamos? ¿Dividimos? ¿Multiplicamos? ¿Cómo dialogamos y comunicamos lo que pensamos?

Después de recordar voy a escribir esta situación a través de un mapa mental para presentar de manera gráfica las habilidades de pensamiento que utilicé para resolver/enfrentar esa situación. Podemos preguntar a alguna profe cómo se hacen los mapas mentales.

Colgamos nuestros mapas mentales en un tendedero y pasamos en silencio a observar. Un trío observa cuáles habilidades mentales son las que más se repiten, otro trío observa cuales son las que menos se escribieron y otro trío observa cómo resolvieron esa situación para ver si se escribieron las mismas formas de resolver.

Después de hacer las observaciones cada trío presenta su síntesis y hace sus comentarios.

Dialoguemos sobre las siguientes preguntas:

- En nuestra educación, desde nuestra familia y en la escuela, fuimos aprendiendo a desarrollar **nuestras capacidades y habilidades para pensar, analizar, preguntar, reflexionar, comparar.** Conversemos,
  - ¿Cómo y a través de qué fuimos desarrollando estas habilidades mentales?
  - ¿Cómo aprendimos a utilizar estas habilidades mentales en la comunicación y relación con las demás personas?
    - Yo como hombre,
    - Yo como mujer
- En mi presente, ¿Pienso bien lo que voy a decir? Es decir ¿Antes de comunicarme con los y las demás analizo, reflexiono, pondero lo que voy a decir?
- En relación a la Violencia, ¿Utilizo mi capacidad cognitiva para pensar analizar, reflexionar qué es el fenómeno de la violencia y cuáles sus consecuencias en mi vida cotidiana?

Terminamos este rato de reflexión cantando, el canto de Jorge Rojas

a) Uno Mismo

- <https://youtu.be/n1PrbNT9n8o>

## Uno mismo

Cuántas cosas diferentes puso Dios en este mundo, y también nos hizo libres de elegir y hallar el rumbo. No perder el equilibrio por lograr lo que uno quiere, y caer en un abismo por no hacer lo que se debe.

Y la prueba más difícil que se enfrenta en el camino, es sin duda, la batalla que se da con uno mismo. Y aparece el egoísmo con su afán de dar pelea, y se suma la mentira para desatar la guerra.

Y al final es uno mismo el que ignora la conciencia, el que avanza a contramano sin medir las consecuencias.

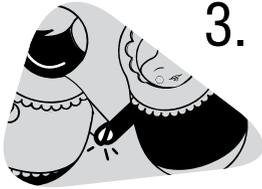
Porque soy mi propio esclavo cuando digo lo que pienso, porque a veces hago daño cuando callo lo que siento.

Y se pone cuesta arriba, y es tan fuerte la tormenta, que uno va quedando solo, como un faro entre la niebla.

¿Cuál sería la letra de la canción que yo haría de mí misma o de mí mismo?

Las mujeres podemos cantarla diciendo "una misma"





### 3. MOMENTO DEL DECIDIR

Pensar ejercicios para analizar opciones, la importancia de la decisión personal y la decisión colectiva.

En esta tercera sesión, vamos a mirar nuestra historia desde la perspectiva de las decisiones. Comenzamos viendo algunas definiciones desde el diccionario de la RAE (Real Academia Española)

- a) **Volición.**- Acto de la Voluntad
- b) **Volitivo.**- perteneciente o relativo a voluntad
- c) **Voluntad.**- Facultad de decidir y ordenar la propia conducta. Libre albedrío o libre determinación.
- d) **Inteligencia.**- Capacidad de entender o comprender; Capacidad de resolver problemas;habilidad, destreza y experiencia.

La Inteligencia Volitiva sería la habilidad, destreza y experiencia para poder decidir y ordenar la propia conducta. Una conducta volitiva refleja la concreción de los pensamientos de una persona en actos. De esta manera, supone la libre elección de seguir o rechazar una inclinación, en una decisión donde interviene la inteligencia.

Miremos las siguientes frases:

No pude decidir por miedo

Me quedé en silencio, \paralizada

Si decía que NO, me podían tachar de cobarde

Tuve que decir que SÍ para ser reconocida e integrada en el grupo

Mejor me quedo acá para que no me vayan a hacer daño



Me intimidó y tuve que decir que sí

Yo no quería hacerle daño pero si no lo hacía no solo me iban a rechazar me iban a matar

Estas frases pueden ser algunas de las que pensamos a la hora de tomar una decisión difícil.. ¿Cuál de ellas he vivido?

Así como trabajamos en los otros momentos, del sentir y del pensar, haré el mismo ejercicio... un fragmento de mi historia en la que tuve que tomar una decisión; en esta ocasión haré un dibujo en el cual plasmaré la ruta de mi decisión, señalando el proceso interno que viví.

Al finalizar cada participante pega su dibujo en la pared y en silencio con música de fondo haremos un recorrido para observar todos los dibujos.

Reflexionemos, ¿Cuáles son las características comunes que encontramos en los dibujos sobre la toma de decisiones? ¿Cuáles son las fortalezas que tenemos para decidir y Cuáles son las debilidades?

Educarnos en la toma de decisiones para generar relaciones sanas y no violentas es sumamente importante y vital. Conversamos entre nosotros y nosotras:

- ¿Cómo aprendí a tomar decisiones? ¿Quién me enseñó?
- ¿Cómo he sido formado para tomar buenas decisiones en nuestras relaciones cotidianas y en la forma en que nos comunicamos?
- En algunas ocasiones, en mis relaciones ¿Mis decisiones han sido para ofender, maltratar o discriminar a otras personas?

En los tres momentos hemos hecho un recorrido sobre nuestra historia desde la perspectiva socio-afectiva, intelectual y nuestra capacidad para tomar decisiones.

- ¿Qué papel juegan las emociones y sentimientos en una decisión?
- ¿Qué papel juegan el analizar, reflexionar, ponderar?

- ¿Cómo podemos utilizar nuestras tres inteligencias: afectiva, cognitiva y volitiva?

Finalicemos nuestra reflexión retomando de Fundación Unir <sup>6</sup>, algunas definiciones sobre la cultura de paz y escribamos en nuestro papelógrafo ¿Cómo podemos construir la paz?

“Construir una cultura de paz es promover valores, actitudes, comportamientos y estilos de vida basados en la no violencia, el respeto de los derechos humanos, la tolerancia y la solidaridad, la libertad y el acceso a la información

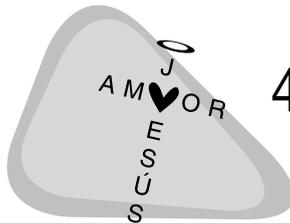
La construcción de paz tiene dos aspectos fundamentales:

- El tipo y la calidad de las relaciones establecidas entre las personas tienen que partir del afecto, la empatía la preocupación por el bienestar y la dignidad del otro
- Las condiciones estructurales que seamos capaces de edificar”

Y como dice Alto Volumen en su canción.. cada día sonrío y vivo

a) Vive - Alto Volumen Feat. Pernet y Shacka

- <https://youtu.be/e1rpEM1ghR4>



## 4. DIALOGANDO CON JESÚS

Durante esta guía del Nivel Personal hemos centrado nuestra reflexión en nuestra historia desde la perspectiva de la emoción-sentimientos, el análisis-reflexión y la voluntad-toma de decisiones. El buen conocimiento y manejo de estas tres dimensiones propician buenas relaciones, buena comunicación y

6. Fundación Unir. Proceso de Diálogo Ciudadano “Construcción de Cultura de Paz”. Bolivia. 2012

convivencia pacífica. El no haberlas trabajado o manejado bien en diferentes ocasiones lo más seguro es que nos llevaron a situaciones difíciles y a veces violentas en nuestra relación cotidiana. En este momento dialoguemos con Jesús sobre este tema a través de una Parábola

Leer la parábola de la semilla que crece por sí sola y la parábola de la semilla de mostaza

### **Marcos 4, 26-32**

#### La semilla que crece por sí sola

**26** Jesús dijo, además: «Escuchen esta comparación del Reino de Dios. Un hombre esparce la semilla en la tierra, **27** y ya duerma o esté despierto, sea de noche o de día, la semilla brota y crece, sin que él sepa cómo. **28** La tierra da fruto por sí misma: primero la hierba, luego la espiga, y por último la espiga se llena de granos. **29** Y cuando el grano está maduro, se le mete la hoz, pues ha llegado el tiempo de la cosecha.»

#### El grano de mostaza

**30** Jesús les dijo también: «¿A qué se parece el Reino de Dios? ¿Con qué comparación lo podríamos expresar? **31** Es semejante a una semilla de mostaza; al sembrarla, es la más pequeña de todas las semillas que se echan en la tierra, **32** pero una vez sembrada, crece y se hace más grande que todas las plantas del huerto y sus ramas se hacen tan grandes que los pájaros del cielo buscan refugio bajo su sombra.» **7**

Escuchemos la reflexión que nos regala Pagola:

Jesús les hace fijarse en una escena que están acostumbrados a contemplar todos los años en los campos de Galilea: primero tierras sembradas por los campesinos; a los pocos meses, campiñas cubiertas de mieses. Cada año, a la siembra le sigue con toda seguridad la cosecha. Nadie sabe muy bien cómo, pero algo se produce misteriosamente bajo la tierra. Lo mismo sucede con el reino de Dios. Está ya actuando de manera oculta y secreta. Solo hay que esperar a que llegue la cosecha.

Lo único que hace el labrador es depositar en tierra la semilla. Una vez hecho esto, su tarea ha concluido. El crecimiento de la planta ya no depende de él: puede acostarse tranquilo al final de cada jornada, sabiendo

**7.** Tomado de la Biblia Latinoamericana en:

<http://www.sanpablo.es/biblia-latinoamericana/la-biblia/nuevo-testamento/evangelio-segun-marcos/>

que su semilla se está desarrollando; puede levantarse cada mañana y comprobar que el crecimiento no se detiene. Algo está sucediendo en sus tierras sin que él se lo pueda explicar. No quedará defraudado. A su tiempo recogerá la cosecha.

Lo realmente importante no lo hace el sembrador. La semilla germina y crece impulsada por una fuerza misteriosa que a él se le escapa. Jesús describe con todo detalle este crecimiento para que sus oyentes lo puedan casi ver. Al comienzo solo asoma de la tierra una brizna insignificante de hierba verde; luego aparecen las espigas; más tarde se pueden observar ya los granos abundantes de trigo. Todo sucede sin que el sembrador haya tenido que intervenir; incluso sin que sepa muy bien cómo se produce esa maravilla.

Todo contribuye de alguna manera a que un día llegue la cosecha: el labrador, la tierra y la semilla. Pero Jesús invita a todos a captar en ese crecimiento la acción oculta y poderosa de Dios. El crecimiento de la vida que se puede observar año tras año en los sembrados es siempre una sorpresa, un regalo, una bendición de Dios. <sup>8</sup>

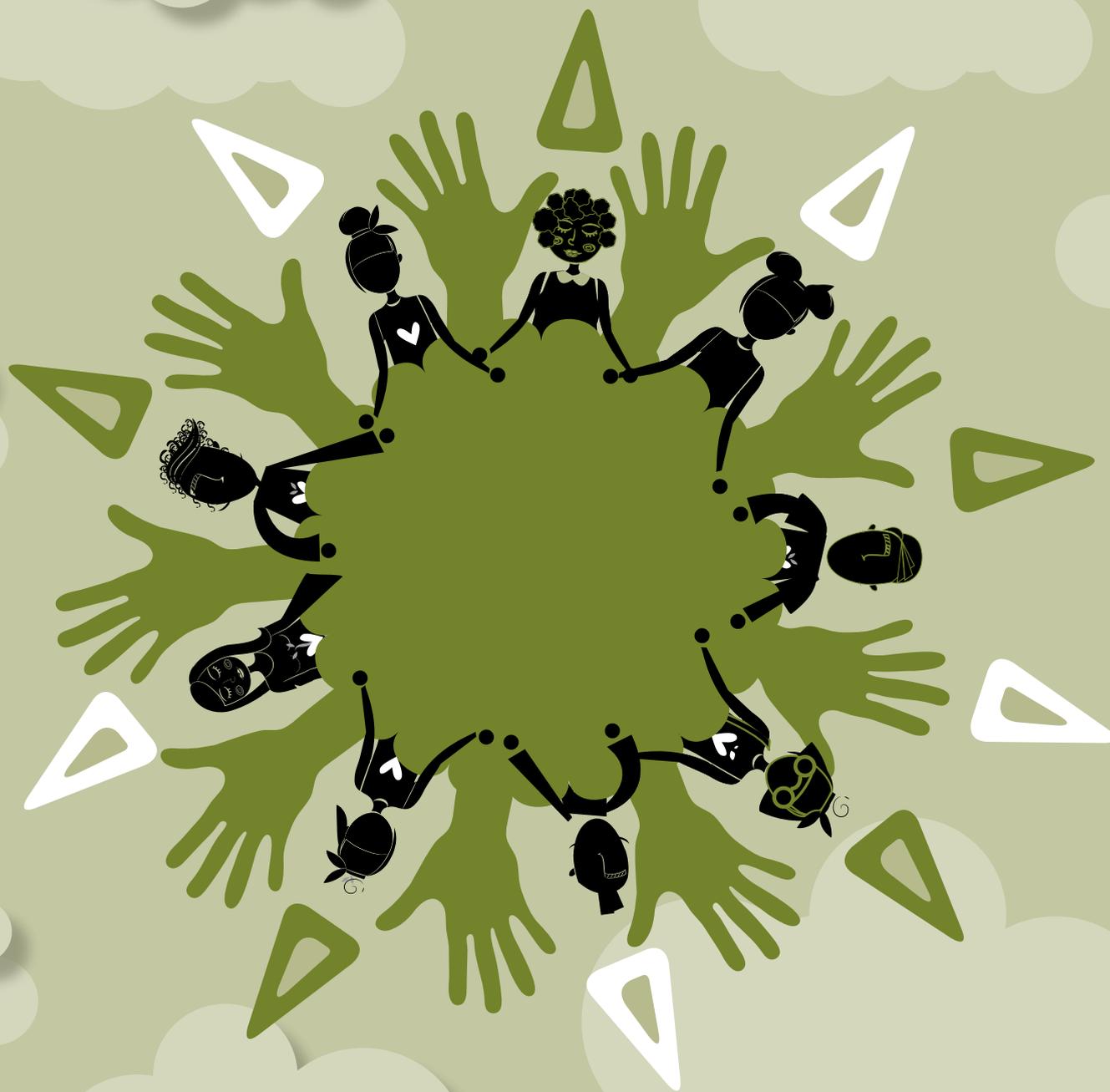
Conectando con nuestras reflexiones a lo largo de la Guía del Nivel Personal, podemos decir que el poder de la vida, que Dios nos ha regalado, está en nosotros y se va desarrollando poco a poco, como la semilla que crece por sí sola. Esta semilla es un poder que siente, un poder para pensar y un poder para decidir a favor de la vida. Como ejercicio, podemos conversar íntimamente con Jesús sobre su propia historia, como humano, preguntémosle: ¿Cómo aprendiste a educar tu corazón?, ¿Cómo aprendiste a pensar diferente? y ¿Cómo aprendiste a tomar decisiones? ¿Cómo fue creciendo en ti la fuerza de la Vida?

Conversemos entre nosotras y nosotros sobre este proceso de vida de Jesús.

Terminemos con un canto, danza o celebración.

a) Un nuevo sol - Axel

- <https://youtu.be/yDQ4wVR9Nxxw>





### No. 6 Somos Promoción Social.

“Creemos en la dignidad de las personas y de las comunidades. Participamos solidariamente con educadores, educadoras, educandos, familias y otros actores comunitarios en la vida, problemas y soluciones de la comunidad

Promovemos una relación armónica y sostenible de la comunidad con su ambiente natural. Trabajamos por tanto con, desde y para la comunidad, desarrollando sus capacidades y buscando modelos de desarrollo alternativos para generar procesos de transformación social” (Decálogo Fe y Alegría. Plan de Prioridades Federativas 2016-2020).

En esta guía del nivel colectivo, las reflexiones están orientadas hacia nuestra relación con los grupos, colectivos más cercanos a nosotros como la familia, la escuela, las y los amigos. Es ahí con los más próximos a nosotros con los que podemos ir cambiando los “terrenos/escenarios de violencia cotidiana”.

Vivimos en un mundo de relaciones, y a través de ellas, vamos desarrollando una identidad, nos vamos configurando como persona, como ciudadana/ciudadano. Tristemente, esta red de relaciones se quiebra, se rompe por tantos conflictos de violencia y por los miedos que se generan. Al romperse o dañarse esta red de relaciones nos dañamos a nosotras y nosotros mismos, nos dañamos como sociedad. Por ello la importancia de generar reflexión en torno a estos vínculos.



## 1. MOMENTO DEL SENTIR

Pensar en ejercicios para activar los sentidos, las emociones, los sentimientos

El poder de vida que existe dentro de mí es un poder que requiere de la libertad y el valor para poder crear y construir relaciones basadas en la vida, no en la destrucción, daño, exclusión del otro o de la otra. En esta sesión vamos a activar nuestras vivencias basadas en la libertad, el Valor y la responsabilidad.

- ¿Qué sentimientos me provoca la palabra libertad
- ¿Qué sentimientos me provoca la palabra valentía y la palabra valor?

Escojo una experiencia de mi historia que me evoque la sensación de libertad. escribo la vivencia y la reflexión de la siguiente pregunta ¿Cuáles fueron los sentimientos y emociones que experimenté en esa experiencia?

Al intercambiar nuestras experiencias con el grupo nos preguntamos, ¿Las experiencias de libertad-valor-responsabilidad de los hombres son iguales a las de las mujeres? ¿En qué son iguales ¿En qué son diferentes?

Leamos las siguientes frases sobre lo que es la libertad y la valentía.

- No es libre el que hace lo que quiere, sino el que hace lo que debe, el que se responsabiliza completamente de su conducta y de su vida.
- En un mundo que cada vez más nos va llenando de cadenas, la genuina libertad debe traducirse en liberación, en lucha tenaz contra todas las formas de opresión, dominación y represión.
- Sólo donde hay libertad hay disponibilidad para el servicio que ayuda a los demás a romper sus propias ataduras (Antonio Pérez Esclarín) <sup>9</sup>
- La valentía se mueve en el campo de la inteligencia creadora que aspira a superar nuestra naturaleza animal.
- A través de la historia, la valentía se ha ido inventado de diferentes maneras, dándole significados distintos. Primero fue atribuida al comportamiento del guerrero en la batalla, luego, se consideró que no sólo se da en la guerra, sino en todas las situaciones en que nos enfrentamos a lo arduo, sea un peligro, una adversidad o algo difícil que exige esfuerzo.
- La valentía es el acto de emprender cosas altas, acompañado del tesón para perseguirlas y acabarlas.
- La esencia de la valentía es la esencia del comportamiento libre. (Jose Antonio Marina) <sup>10</sup>

Lo que hemos leído ¿En que sentido se relaciona con nuestra reflexión previa sobre la libertad, el valor y la responsabilidad?

A partir de lo que hemos compartido de nuestras experiencias y la reflexión de las lecturas, vamos a hacer un mural de frases, fotos, recortes de revistas, etc., sobre lo que significa la Libertad - Valor - Responsabilidad en nuestras relaciones cotidianas: familia, escuela, amistades.

<sup>9</sup>. Pérez Esclarín A. Miedo a la libertad tomado de: <https://antonioperezescclarin.com/2013/08/28/miedo-a-la-libertad/>

<sup>10</sup>. Marina J.A. (2006) "Anatomía del Miedo", Un tratado sobre la Valentía. Ed. Anagrama, Barcelona.

Otras alternativas creativas pueden ser:

La elaboración de un símbolo que signifique Libertad; Pintar en un muro de la escuela grafitis alusivos a la Libertad - Valor - Responsabilidad; Hacer una receta de Cocina para tener un plato exquisito llamado Libertad - Valor y Responsabilidad!!!

Para cerrar este momento podemos utilizar el siguiente canto de Alejandro Lerner:

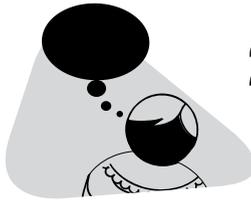
a) El Poder de los Sueños, Alejandro Lerner & Soledad Pastorutti

- <https://youtu.be/5fWDjrXMvic>

Hay una luz  
En algún lugar  
A donde van los sueños  
De la humanidad  
Hay una luz  
Dentro de ti

A donde están los sueños  
Que van a venir  
Para volver A despertar  
No te olvides  
Nunca dejes de soñar  
Hay una luz  
Que no ve  
Brilla desde adentro  
Desde la niñez  
Hay una luz  
En algún lugar  
Allí donde  
Mis sueños se hacen realidad  
Más allá del sol  
Más allá del mar  
Más allá del tiempo  
Se que hay un lugar  
Donde quiero ir  
Donde quiero estar  
Hoy la fantasía  
Se hace realidad





## 2. MOMENTO DEL PENSAR

Pensar en ejercicios para preguntar, analizar causas y consecuencias, debatir, problematizar

En la sesión anterior vimos que para ejercer nuestro poder de vida necesitamos remitirnos a nuestra Libertad, Valor y Responsabilidad. Estos valores son clave para nuestro crecimiento personal, nuestro crecimiento en nuestras relaciones cotidianas, en la familia, en la escuela, con nuestras amistad!!!

Cuando nuestras relaciones están basadas en esos valores, lo más seguro es que la convivencia fluye, la comunicación fluye, los proyectos a favor de la vida crecen.

En este apartado vamos a hacer una **reflexión de contraste**, las relaciones cotidianas basadas en la violencia, y un componente clave que lo mantiene: “el miedo”.

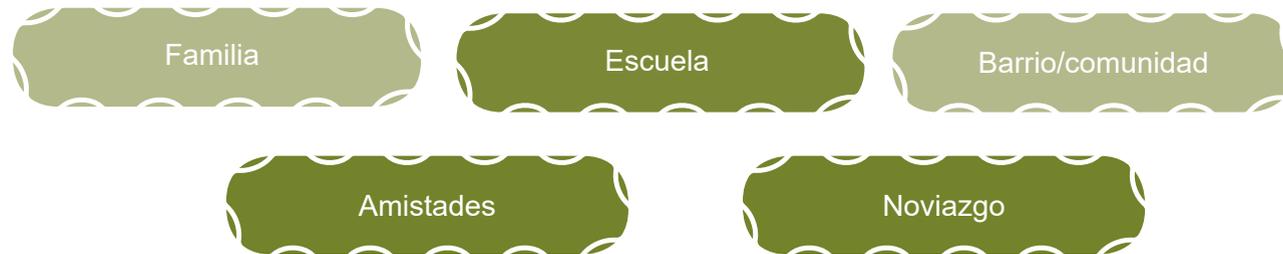
### ¿Qué pasa cuando en una relación “el miedo” se vuelve el controlador de la relación?

El miedo, además de ser una reacción emocional al estímulo de un peligro real o imaginado, también puede ser utilizado como estrategia de dominación. Aquel que puede suscitar miedo se apropia hasta cierto punto de la voluntad de la víctima. Todo esto relaciona estrechamente el poder con la capacidad de atemorizar, por eso el miedo es utilizado en todas aquellas relaciones humanas en las que el afán de poder está presente. **11**

Se forman 5 tríos/cuartetos de trabajo y a cada uno se le da un ámbito para trabajar.

Primero, pongamos ejemplos de el miedo como estrategia de dominación en el ámbito que nos tocó:

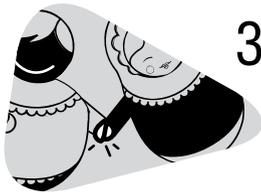
**11.** Marina J.A. (2006) “Anatomía del Miedo”, Un tratado sobre la Valentía. Ed. Anagrama, Barcelona.



**Segundo**, veamos en el anexo de la guía 2 cuál de las formas de incitar el miedo es la que más se da en el ejemplo que pusimos.

**Tercero**, analizar cómo el miedo está relacionado con los diferentes tipos de violencia: psicológica, física, sexual, extorsión, entre otras. En el anexo de la guía contamos con definiciones sobre estos conceptos para profundizar.

Compartir con los otros grupos nuestros ejemplos y reflexiones. Sacar conclusiones sobre aquellos aspectos que nos parecen vitales para comprender cómo funciona el miedo en la violencia.



### 3. MOMENTO DEL DECIDIR

Pensar ejercicios para analizar opciones, la importancia de la decisión personal y la decisión colectiva

Comenzamos esta sesión escuchando la siguiente canción que nos conecta con la reflexión sobre la capacidad de creer en nosotras mismas y nosotros mismos y poder utilizar nuestra libertad para salir adelante.

- a) Creo en mí de Natalia Jiménez
- <https://youtu.be/zBYxH6isF3Q>

Para lograr que haya más Con-vivencia en las relaciones cotidianas será necesario avanzar en la “decisión” de aprender a superar nuestros miedos y enfrentar las situaciones (internas-externas) y/o personas que quieren tener dominio, control superioridad sobre nuestra vida. Y si soy una persona que me gusta ser más que los demás haciéndoles sentir menos, puedo aprender a superar también mis miedos razonando y enfrentando el miedo “a perder el control de aquellos a quienes necesito dominar” <sup>12</sup> y saber que puedo vivir y convivir saludablemente sin gastar tanta energía en hacer daño.

En esta sesión vamos a trabajar cómo podemos desactivar los miedos dentro de mí y dentro de nosotros como colectivo. José Antonio <sup>13</sup> nos sugiere 9 consejos para desactivar y enfrentar los miedos.

Se forman tres grupos de trabajo, cada grupo tiene tres consejos, van a conversar sobre cada uno de los consejos y escribir lo que le dirían a un amigo o amiga con ese consejo. Después de haber escrito los tres consejos pueden leer lo que señala José Antonio Marina sobre cada consejo, consultar el texto en el anexo de la guía 3.



Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>Distingue los miedos amigos de los miedos enemigos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tienes que conocer a tus enemigos y a sus aliados</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Háblate como si fueras tu entrenador</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Tú no eres tu miedo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No puedes colaborar con el enemigo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Debilita a tu enemigo</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Debes declarar la guerra a los miedos enemigos, que han invadido tu intimidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tienes que fortalecerte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Busca buenos aliados</li> </ul>

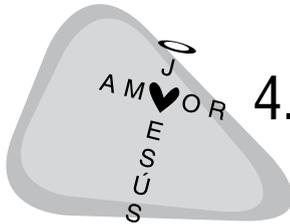
<sup>12</sup>. Domínguez Morano, C. (2010) Miedos para Vivir o MalVivir. Revista Salterrae No. 98. Tomado de: <http://www.alianzajm.org/IMG/pdf/miedos-carlos-morano-sj.pdf>

<sup>13</sup>. Marina J.A. (2006) “Anatomía del Miedo”, Un tratado sobre la Valentía. Ed. Anagrama, Barcelona.

Terminamos este momento reflexionando una vez más sobre la construcción de una cultura de paz, somos personas decididas y valientes para trabajar por la cultura de paz, cultura de convivencia pacífica:

El miedo nos impulsa a seguir sus dictados, La valentía nos hace someter ese sentimiento a un juicio de la inteligencia y si algún valor fundamental está en riesgo, decide actuar a pesar del miedo y contra el miedo. La valentía es, pues, un acto ético.

Somos mujeres y hombres con valor y responsabilidad, podemos superar nuestros miedos y luchar contra la adversidad.



## 4. DIALOGANDO CON JESÚS

Comenzamos cantando

a) Sin miedo

- <https://youtu.be/RGYE5wZvzYA>

Después de haber reflexionado en esta guía cómo el miedo que muchas veces tenemos nos hace paralizarnos y perder el valor de arriesgarnos para enfrentar situaciones que nos hacen daño y nos hacen detener el camino hacia una convivencia sana y pacífica, vamos a dialogar con Jesús sobre los talentos que tenemos y pedir su gracia para enfrentar el miedo en nuestra vida cotidiana.

Parábola de los talentos.

### **Mateo 25, 14-30**

**14** Escuchen también esto. Un hombre estaba a punto de partir a tierras lejanas, y reunió a sus servidores para confiarles todas sus pertenencias. **15** Al primero le dio cinco talentos de oro, a otro le dio dos, y al tercero solamente uno, a cada cual según su capacidad. Después se marchó.

**16** El que recibió cinco talentos negoció en seguida con el dinero y ganó otros cinco. **17** El que recibió dos hizo otro tanto, y ganó otros dos. **18** Pero el que recibió uno cavó un hoyo en la tierra y escondió el dinero de su patrón.

**19** Después de mucho tiempo vino el señor de esos servidores y les pidió cuentas. **20** El que había recibido cinco talentos le presentó otros cinco más, diciéndole: «Señor, tú me entregaste cinco talentos, pero aquí están otros cinco más que gané con ellos.» **21** El patrón le contestó: «Muy bien, servidor bueno y honrado; ya que has sido fiel en lo poco, yo te voy a confiar mucho más. Ven a compartir la alegría de tu patrón.»

**22** Vino después el que recibió dos, y dijo: «Señor, tú me entregaste dos talentos, pero aquí tienes otros dos más que gané con ellos.» **23** El patrón le dijo: «Muy bien, servidor bueno y honrado; ya que has sido fiel en lo poco, yo te confiaré mucho más. Ven a compartir la alegría de tu patrón.»

**24** Por último vino el que había recibido un solo talento y dijo: «Señor, yo sabía que eres un hombre exigente, que cosechas donde no has sembrado y recoges donde no has invertido. **25** Por eso yo tuve miedo y escondí en la tierra tu dinero. Aquí tienes lo que es tuyo.»

**26** Pero su patrón le contestó: «¡Servidor malo y perezoso! Si sabías que cosecho donde no he sembrado y recojo donde no he invertido, **27** debías haber colocado mi dinero en el banco. A mi regreso yo lo habría recuperado con los intereses. **28** Quítenle, pues, el talento y entréguenselo al que tiene diez. **29** Porque al que produce se le dará y tendrá en abundancia, pero al que no produce se le quitará hasta lo que tiene. **30** Y a ese servidor inútil, échelo a la oscuridad de afuera: allí será el llorar y el rechinar de dientes.» **14**

Los talentos en tiempos de Jesús se referían a un tipo de moneda. Sin embargo, podemos aplicarla al sentido del talento como capacidad, habilidad, inteligencia.

Para profundizar, retomemos la reflexión de José María Castillo **15** sobre la Parábola de los Talentos:

**14.** Tomado de la Biblia Latinoamericana en:

<http://www.sanpablo.es/biblia-latinoamericana/la-biblia/nuevo-testamento/evangelio-segun-mateo/25>

**15.** José María Castillo La religión de Jesús – Comentario al Evangelio diario – Ciclo A. tomado de:

[www.maristasac.org/portal/index.php/comentarios-del-evangelio](http://www.maristasac.org/portal/index.php/comentarios-del-evangelio)

La parábola de los talentos no es una historia de miedos y amenazas. Ni es una temible meditación sobre el juicio de Dios. Y menos aún es un aviso con vistas al rendimiento de cuentas que tendremos que darle a Dios, para que todo cuadre, según las gracias y talentos que cada cual ha recibido en esta vida. Si nuestra relación con Dios fuera así, estaríamos haciendo de Dios “un policía” o “un juez con entrañas de justicia severa y exigente”. Un Dios así no merece nuestro cariño. Ni nos enseña a ser cariñosos. Un Dios así, sería el gran maestro de justicia o una especie de “Inspector de Hacienda”, cuyo encuentro sería más temible que desagradable. En tal caso, la parábola serviría, no para formar al cristiano, sino para deformar a Dios en la mente del cristiano.

**2.** La parábola de los talentos no es el argumento del miedo, sino el argumento de la lucha contra el miedo. La clave de esta historia está en el penoso final que tuvo el que recibió un solo talento. La desgracia y el fracaso de este individuo estuvieron precisamente en el miedo. El miedo bloquea y paraliza, nos hunde en la inutilidad, no producimos nada. Le devolvemos a Dios lo que nos ha dado. No hemos perdido nada. Pero tampoco ganamos nada. Le damos a Dios lo suyo, que en realidad es no darle nada.

**3.** Pero el problema no está en la productividad. Dios no necesita lo que nosotros le podamos producir. Dios no es un negociante. Lo que Dios nos dice es que si le tenemos miedo a Él, eso será nuestra ruina. El Dios del miedo no existe. Es un invento humano. Porque la triste y pura verdad es que los humanos necesitamos el miedo. El miedo a un Dios que nos quite de encima el peso insoportable de la libertad (F. Dostoyevski). Un Dios que nos da miedo, por eso mismo nos da seguridad. Y, por gozar de esa seguridad, nos sometemos, como un rebaño, al que nos guía y nos impone de nuevo su yugo. Eso nos libra del caos, que es “desorden”, y nos sentimos tranquilos en el kosmos, el “orden”, que se nos impone por la violencia del Dios del miedo, al que le devolveremos tranquilos nuestro “talento”, el talento ese que tenemos enterrado como cimiento de nuestra seguridad. Y también de nuestra esterilidad en la vida.

A partir de nuestro conocimiento, tratemos de escribir ¿Cuáles serían para Jesús los 10 talentos para la convivencia humana que deberíamos aplicar en nuestra vida cotidiana como ciudadanas y ciudadanos?

Trabajemos por pares y después compartimos nuestra síntesis de los 10 talentos con el grupo. Después de compartir tratamos de consensuar 10 talentos para colocarlos en un lugar visible y que sea nuestra referencia en nuestro compromiso por vivir una convivencia pacífica al modo de Jesús.

“La voluntad de Dios de hacer un mundo diferente se va haciendo realidad en nuestra respuesta. Hemos de despertar nuestra responsabilidad. Es posible dar una nueva dirección a la historia, pues Dios nos está atrayendo hacia un mundo más humano. Hemos de tomar en serio esta Buena Noticia de Dios. Creer en el poder transformador del ser humano, atraído por Dios hacia una vida más digna. No estamos solos”

**P a g o l a**

# Guía 4

Nivel Sociedad:  
Mi Poder de ejercer el  
Derecho a la Paz



**No. 3 Siempre en Movimiento.**

Fe y Alegría transmite a la sociedad la apremiante necesidad de trabajar juntos y juntas para erradicar la pobreza, la desigualdad, la injusticia y el sufrimiento de las personas excluidas y empobrecidas

Es este sentido de urgencia el que nos llena de audacia y creatividad, el que nos lleva continuamente a releer el contexto y nuestra propia identidad, conduciéndonos más allá de los límites y las fronteras.

Para promover el emprendimiento y la creatividad, Fe y Alegría valora y potencia la autonomía funcional de los países y de los centros educativos, desencadenando así la iniciativa de la gente (Decálogo Fe y Alegría. Plan de Prioridades Federativas 2016-2020)

En las guías anteriores hemos venido reflexionando primero sobre la realidad de violencia cotidiana, posteriormente hemos hecho una reflexión personal sobre nuestra historia en el aprendizaje de la inteligencia emocional, cognitiva y volitiva y en la guía anterior del nivel colectivo nos centramos en la reflexión sobre el miedo versus libertad y valor para la Vida En esta guía llevaremos la reflexión a un nivel más amplio en nuestro compromiso con la Vida: el municipio, la ciudad, el país. Nuestro poder a favor de la vida, de la convivencia es una contribución a nuestro país, a nuestra cultura.

**1. MOMENTO DEL SENTIR**

Pensar en ejercicios para activar los sentidos,  
las emociones, los sentimientos

En este primer momento vamos a conversar sobre nuestra vivencia ciudadana como mujeres y hombres jóvenes. Comenzaremos dialogando entre pares:

- ¿Qué es lo que más me gusta de mi cultura, de mi país?
- ¿Qué es lo que más me enoja o entristece de mi cultura?
- ¿En mi país se promueve la Cultura de Paz? ¿de qué manera?

Vamos a ver un video sobre Malala, una joven de Pakistán, que al igual que nosotras y nosotros estudiaba en una escuela en una ciudad, y la realidad de violencia y guerra les afectaba profundamente, tal vez como a muchas de nuestras escuelas que se ven afectadas por altos índices de contextos de violencia.

a) La historia de Malala Yousafzai en cómic

- <https://youtu.be/n7pL2A5HFm4>  
Publicado el 20 feb. 2015  
Realizado en la ciudad de México
- ¿Qué es lo que nos llama más la atención de la historia de Malala?
- ¿Nosotros hemos vivido algo semejante a lo que vivió Malala?
- ¿Cuál es la violencia que nos afecta?

“Queridos hermanos y hermanas, queremos escuelas y educación para un futuro brillante de todos los niños. Continuaremos el camino a nuestro destino de paz y educación. Nadie nos puede parar. Hablaremos a favor de nuestros derechos y vamos a traer el cambio con nuestra voz.”

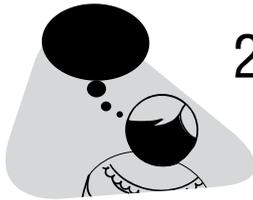
Estas palabras Malala las pronunció en un discurso ante la Onu, imaginemos que estas palabras nos las está dirigiendo a nuestra conciencia como jóvenes... ¿qué sentimientos y reflexiones nos provoca?

Terminamos este momento escuchando el concierto que le dedicaron a Malala en México, es una orquesta formada por estudiantes jóvenes de diferentes ciudades y un coro de niñas y niños de distintos estados de la República.

b) Alas (a Malala)

- <https://youtu.be/ZI9CV45ZkQY>





## 2. MOMENTO DEL PENSAR

Pensar en ejercicios para preguntar, analizar causas y consecuencias, debatir, problematizar

Vamos a conocer un poco más de la historia de Malala, pongamos particular atención a su nivel de conciencia y compromiso, cómo analizaba la situación que les afectaba y cómo tuvo el valor de vencer el miedo personal para poder expresar su voz y enfrentar el miedo inducido por el terror que generaba la guerra.

“El miedo a los otros no solo afecta a los individuos. También afecta a las colectividades, a las instituciones e incluso a las civilizaciones. Todos los grandes poderes institucionales han hecho uso del miedo de una manera o de otra”. <sup>16</sup>

- a) **ÉL ME LLAMÓ MALALA** Tráiler Oficial en español (2015) HD
- [https://youtu.be/lwqBwwz6Y\\_c](https://youtu.be/lwqBwwz6Y_c)

El director de la Película explica por qué decidió hacer esta película, nos cuenta lo que más le impactó e la vida de Malala.

- b) **Él me nombró Malala - Malala Yousafzai**
- <https://youtu.be/B39fyaAxJM0>

En nuestra ciudad o país ¿Conocemos a jóvenes que hayan luchado -en el pasado y/o en el presente- por el derecho a la educación, el derecho a una vida en paz sin violencia? ¿Por qué fueron importantes? ¿En qué y cómo contribuyeron a los derechos de paz derecho a vivir sin violencia? ¿Por qué ellos o ellas son para mí un ejemplo a seguir?

<sup>16</sup>. Domínguez Morano, C. (2010) Miedos para Vivir o MalVivir. Revista Salterrae No. 98. Tomado de: <http://www.alianzajm.org/IMG/pdf/miedos-carlos-morano-sj.pdf>

Podemos hacer un periódico mural o una historieta presentando un poco de la historia de un ciudadano o ciudadana joven en su lucha por la educación y la paz.



### 3. MOMENTO DEL DECIDIR

Pensar ejercicios para analizar opciones, la importancia de la decisión personal y la decisión colectiva

Siguiendo la ruta de Malala, la veremos ahora en las Naciones Unidas dando un discurso ejerciendo su derecho a expresar su voz en una instancia internacional.

a) Discurso de Malala Yousafzai en las Naciones Unidas (Subtitulado)

- <https://youtu.be/UJZHFlao88Y>

Ver en el anexo de la guía 4 el discurso completo

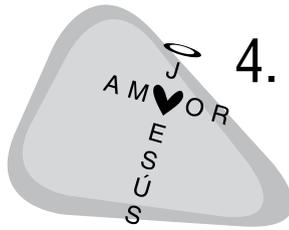
Pregunta para el debate...

- ¿Me imagino yo como un ciudadano o ciudadana aportando en el nivel de la sociedad a la transformación de las realidades de violencias cotidianas por realidades de convivencia ciudadana?  
¿De qué manera?
- ¿Cómo veo yo a las y los adolescentes y jóvenes de Fe y Alegría aportando en el nivel de la Sociedad a la transformación de estas realidades de violencia cotidianas?

Ejercicio de “Contribuimos al cambio. Somos tomadores de decisiones”

Imaginen que se les encarga a ustedes un proyecto para disminuir la violencia en los barrios y escuelas de la ciudad. ¿En qué consistiría el Proyecto? ¿Cuáles serían las decisiones más importantes que tendrían que tomar para diseñar y construir este proyecto?

Se organizan grupos de trabajo y plantean una ruta de trabajo a seguir... ¡¡¡sean creativos!!!



## 4. DIALOGANDO CON JESÚS

En este diálogo con Jesús vamos a acercarnos a su lógica de relación a través de la Parábola del Banquete. La importancia de compartir el pan del derecho para todos por igual. Malala en su discurso habla de la importancia del perdón y la misericordia:

“No estoy aquí para hablar en términos de venganza personal contra los talibán o cualquier otro grupo terrorista. Estoy aquí para hablar en nombre del derecho a la educación de todos los niños. Quiero educación para los hijos e hijas de los talibán y los terroristas y extremistas. Ni siquiera odio al talibán que me disparó. Incluso si tuviera un arma en la mano y él estuviera de pie frente a mí, no le dispararía.

Esta es la compasión que he aprendido de Mahoma, el profeta de la misericordia, Jesucristo y Buda. Este es el legado de los cambios que he heredado de Martin Luther King, Nelson Mandela y Mohammed Ali Jinnah. Esta es la filosofía de la no violencia que he aprendido de Gandhi, Bacha Khan y la Madre Teresa. Y este es el perdón que he aprendido de mi padre y de mi madre. Esto es lo que mi alma me dice: estar en paz y amor con todos”

Desde este sentido, vamos a leer la Parábola del Banquete del Reino, todos y todas somos invitados.

### Lucas 14:15-24

**15** Al oír estas palabras, uno de los invitados le dijo: «Feliz el que tome parte en el banquete del Reino de Dios.»

**16** Jesús respondió: «Un hombre dio un gran banquete e invitó a mucha gente. **17** A la hora de la comida envió a su sirviente a decir a los invitados: «Vengan, que ya está todo listo.» **18** Pero todos por igual comenzaron a disculparse. El primero dijo: «Acabo de comprar un campo y tengo que ir a verlo; te ruego que me disculpes.»

**19** Otro dijo: «He comprado cinco yuntas de bueyes y voy a probarlas; te ruego que me disculpes.» **20** Y otro dijo: «Acabo de casarme y por lo tanto no puedo ir.»

**21** Al regresar, el sirviente se lo contó a su patrón, que se enojó. Pero dijo al sirviente: «Sal en seguida a las plazas y calles de la ciudad y trae para acá a los pobres, a los inválidos, a los ciegos y a los cojos.» **22** Volvió el sirviente y dijo: «Señor, se hizo lo que mandaste y todavía queda lugar.» **23** El patrón entonces dijo al

serviente: «Vete por los caminos y por los límites de las propiedades y obliga a la gente a entrar hasta que se llene mi casa. 24 En cuanto a esos señores que había invitado, yo les aseguro que ninguno de ellos probará mi banquete.» 17

Para Jesús, es una vivencia del Reino de Dios compartir la vida, y esto es una constante celebración. Él escoge esta parábola como signo de la presencia de Dios en nuestra humanidad. Recordemos que para Jesús comer y convivir no sólo era una costumbre cotidiana de la humanidad, sino es la oportunidad para “romper con esquemas”, y enseñarnos la lógica del Reino de Dios, por ejemplo:

- Convivir y comer con los pecadores convertía a Jesús en alguien “señalado” y “excluido” de las leyes religiosas.
- Jesús se invita a comer a casa de Zaqueo, aquel publicano rico, eso
- cuestionaba mucho a sus discípulos
- En el banquete de bodas, pone el énfasis en invitar a los pobres.

Hacemos un grupos, leemos y reflexionamos lo que nos comparte Mariola:

“Las comidas sirven, al mismo tiempo, para unir a los que las comparten y separarlos de los demás, y por eso son eficaces para reforzar las líneas divisorias entre los grupos. El Judaísmo había acentuado todos estos elementos confiriendo a las comidas un significado político-religioso, y asignándoles la función de **delimitar las fronteras** entre los que pertenecían al pueblo de Israel y los que no.

**Las comidas se convertían así en un microcosmos del sistema social:** Había personas con las que no se podía compartir la mesa, porque su forma de actuar (publicanos y pecadores) o su condición social (ciegos, cojos, etc.) los excluía de la comunión con los miembros del pueblo elegido. También eran muy rígidas las normas acerca de los alimentos puros e impuros, y sobre los días en que se debía ayunar. Las comidas de Jesús tenían un enorme significado porque violaban casi todas estas normas. Jesús comía con personas con las que un buen judío no debía compartir la mesa. Además, declaraba que todos los alimentos eran puros, y no observa el ayuno ni lo propone a sus discípulos (Mc 2,18-22). ¿Por qué Jesús se comportó de una forma

17. Tomado de la Biblia Latinoamericana en:

<http://www.sanpablo.es/biblia-latinoamericana/la-biblia/nuevo-testamento/evangelio-segun-lucas/>

tan provocadora? La sociedad en que Jesús vivió estaba determinada por un **rígido sistema de pureza**, que dividía a los seres humanos según su sexo, su condición social y su pertenencia étnica. Al romper estos esquemas, Jesús quiere **romper estas fronteras que separan a los puros de los impuros**, (leproso y mujer con hemorragias), volver porosas las fronteras. El sistema social que aparece en sus comidas es el de una familia en la que todos son iguales, y hay un lugar en la mesa para cada uno.

Los banquetes que Jesús celebra son dones directos de salvación a los seres humanos, y sabemos que Jesús se sentaba con corruptos colaboracionistas del poder estatal romano (“publicanos”), eso nos es más difícil de encajar, y personas que hoy la iglesia consideraría impías o ateas (“pecadores”). Es evidente que, en su ofrecimiento de la más íntima comunión, eso significa “comer y beber juntos”, Jesús abre a todos, el acceso a Dios, y no hay poder religioso que pueda vetarlo en adelante, aunque a veces se intente.

Los publicanos, los pecadores, los enfermos, las prostitutas, los pobres y endemoniados tenían algo en común: todos ellos habían sido marginados por la sociedad en la que vivían. **Compartir la mesa significaba crear comunión con otros y con Dios**, incluirlos en el espacio sagrado. Al compartir la mesa y los alimentos con los excluidos, aquellos que la sociedad considera “sobrantes”, Jesús anuncia y realiza la vida según Dios, ellos son sus favoritos (Mc 2,15-17), las comidas de Jesús son la manifestación de la llegada del Reino”. <sup>18</sup>

Todos estos ejemplos nos muestran la fuerza y la importancia del convivir con aquel que es “distinto a mí”, aquel que no entra en mis esquemas de ser alguien “grato”. Tal vez una de las imágenes más sugerentes es “acercarnos a convivir” con los otros grupos diferentes a nuestro grupo.

¿Podemos imaginar una mesa del banquete del Reino hoy con tanta gente que nos ha hecho daño en la Sociedad?

Terminemos cantando:

PUEDES CAMBIAR EL MUNDO DE ALEJANDRO LERNER

<https://youtu.be/wchs-eiQ2TE>

---

18. López Villanueva, M. El Reino de Dios. La misión de Jesús en el mundo. Tomado de: <http://www.vidadelacer.org/jupgrade/images/documentos/>

No. 1 Nuestro proyecto nace de la Fe.

Nuestro proyecto nace de las experiencias de Fe en Jesús de Nazaret y de su invitación a construir el Reino de Dios y su Justicia, especialmente en las realidades de pobreza y exclusión, respetando y dialogando con otras expresiones religiosas y culturales. Estas experiencias de Fe nos conducen, además, a creer en la capacidad de todas las personas, sin discriminación alguna, para transformar la realidad y construir un mundo mejor.

# Guías

Práctica Ciudadana  
en el Centro Educativo



## Introducción

### a) Dame tus ojos:

- <https://youtu.be/S0DgmvNdoWg>

Durante varios meses hemos venido reflexionando en diferentes grupos:

- educadoras y educadores
- estudiantes
- madres y padres

cada grupo ha realizado un Camino de reflexión y acción (El Poder de vida dentro de mí y Sentir la realidad al modo de Jesús) para mejorar nuestra convivencia cotidiana al modo de Jesús en la escuela, en la familia, con nuestros compañeros y compañeras. Algunos grupos hemos reflexionado desde su modo de hacernos comprender el Reino de Dios desde las Parábolas y otros hemos profundizado desde su modo de ver, sentir, caminar, tocar la vida... esto ha sido sin lugar a dudas Una Luz para el Camino.

Hoy, con esas reflexiones y esa Luz que nos acompaña, toca reunirnos para preparar una práctica ciudadana que sea reflejo de los procesos de cambio que queremos desarrollar para disminuir maltrato, discriminación, desigualdades entre nosotros y nosotras.

Recordemos que ser ciudadanos y ciudadanas significa participar en clave de derechos y responsabilidades: el derecho a la vida digna y la responsabilidad de cuidarla, el derecho a vivir en paz y la responsabilidad de respetar; el derecho a la libertad y la responsabilidad de tomar decisiones responsables; el derecho a la justicia y la responsabilidad de aprender a valorar, ser justos; el derecho a la igualdad y la responsabilidad de no discriminar-ni excluir.

Como Familia de Fe y Alegría queremos seguir apostando a una educación de calidad y esta requiere una educación humana: académicamente fundamentada, socialmente comprometida y espiritualmente encarnada.

### **Prioridad Misional de Fe y Alegría**

**La transformación, personal y social, es nuestro horizonte.**

Con la TRANSFORMACIÓN, personal y social, queremos construir sociedades democráticas, equitativas, promotoras de paz y libres de violencia, en las cuales

las personas desarrollen plenamente sus capacidades y vivan con dignidad. Es un ejercicio político, basado en nuestros valores, para construir un mundo ético en la cotidianidad. Éste debe ser el norte de todo nuevo emprendimiento y el criterio para evaluar toda nuestra práctica



## 1. MOMENTO DE ELEGIR

Junto con los grupos de educadores, educadoras y estudiantes podemos preparar una Campaña a favor del derecho a la vida y a la convivencia sana. Es una oportunidad de poder expresar nuestros deseos de mejorar las relaciones entre pares, de disminuir situaciones de discriminación, de convivir sin tener que mantener una lógica de “violencia camuflada”.

Es importante pensar en el tipo de campaña en diferentes aspectos:

- **Nivel de impacto.**- La campaña que realicemos puede tener impacto en los tres niveles: personal, colectivo y Sociedad. La **micro-campaña** es a nivel personal, alusivo al cambio que puedo hacer como educadora, educador, madre, padre, estudiante mujer, estudiante hombre. La **me-so-campaña** es a nivel colectivo, una campaña que invite al cambio a colectivos, por ejemplo con los docentes puede haber distinto tipo de grupos de acuerdo a intereses, o estamentos; con los estudiantes hay un sin fin de grupos por afinidad, por grado, por sexo, por servicios; con las familias también puede haber diferentes grupos de familias de acuerdo a los niveles escolares de sus hijos/as; esta campaña tiene un impacto directo en el centro educativo. La **macro-campaña** será a nivel sociedad, pensar cómo puede tener impacto a nivel de la ciudad, junto con otras escuelas, organizaciones, los medios de comunicación, pensar cómo se pueden crear redes para disminuir la violencia, etc.

- **Temporalidad.**- ¿cuánto tiempo queremos que dure? Podemos tener creatividad y hacer una campa que comience de manera sencilla pero intencionada, y poco a poco vaya escalando en intensidad. A veces se hacen campañas de un día pero eso tiene el riesgo de ser “llamarada de petate”; tratemos que la duración de la campaña sea de un periodo considerable.
- **Creatividad de tema y de modo de presentarla.**- Existen múltiples y diversas formas para crear una campaña. En el recuadro de abajo tenemos algunos ejemplos, pero de antemano hacemos la aclaración, no se trata que todas las campañas tengan que convertirse en un video para presentar. La campaña tiene que ser la acción social y política constante, directa para educarnos unos a otros y otras en una convivencia pacífica.

Jóvenes hombres crean un rap en el cual van narrando los diferentes aprendizajes sociales.

Aprendí (Ocer y Rade)  
<https://youtu.be/Doq9EdXdEgY>

Campaña en Perú Un abrazo por la infancia. Un grupo de cantantes se unieron para componer y cantar una canción a favor de la no violencia, sanciones, castigo, maltrato a la niñez.

Hay un niño en tus manos.  
<https://youtu.be/jiPBsAc3L54>

Jóvenes mujeres crean una historieta sobre cómo valorarse como mujer en la relación del noviazgo

Prevencion de Violencia  
Género en la Juventud. Grábatelo  
<https://youtu.be/4maVL0Jyvr4>

Composición de una canción por la no discriminación a discapacitados/as.

Soy igual que tu  
<https://youtu.be/hG0JHBAwzLw>

Comunidad educativa pone énfasis en crear puentes entre familias y escuelas por la educación.

Ladrillos para construir puentes familia y escuela. José María Toro  
<https://youtu.be/zJumR8P4uvc>

Campaña para terminar la violencia en las escuelas. Es un video para concienciar sobre el alto índice de violencia en las escuelas.

Aprender sin Miedo-  
<https://youtu.be/ldEMnrSU6ZE>

La Danza de la Vida es una obra de teatro de hip hop hecha en Guatemala.

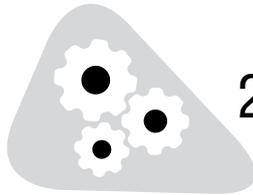
Danza de la vida  
<https://youtu.be/Jp9fiJDIlwc>  
Publicado el 12 dic. 2012

Un video para presentar como se puede educar sin generar miedo en la niñez.

Educar sin miedo  
<https://youtu.be/GKWHzdONQwJ>

Campaña "Convivir" a favor de una buena convivencia escolar. Con una cámara de fotos, un celular o lo que tengan a mano, les proponemos que realicen un videominuto donde compartan sus ideas, sensaciones y propuestas para lograr una mejor convivencia.

Campaña ConVivir  
<https://youtu.be/VBYInGBtv-Q>  
<https://youtu.be/uYsRh8BaW7g>



## 2. MOMENTO DE ORGANIZAR

Una vez teniendo claro lo que se quiere con la Campaña se planifican las acciones. Para ello se organizan comisiones con un plan de trabajo, se piensa en los recursos necesarios y se prevén las reuniones necesarias.



## 3. MOMENTO DE IMPLEMENTAR LA CAMPAÑA

Durante la campaña se puede contar con un equipo encargado del monitoreo y la coordinación para garantizar que todo se esté llevando a cabo de manera cabal.



## 4. MOMENTO DE EVALUAR

Al finalizar la campaña se prepara una reunión para evaluar el impacto de la campaña, ver las principales dificultades y lo que facilitó la campaña. Se evalúan también las distintas comisiones y su desempeño como equipo de trabajo.



## 5. MOMENTO DE CELEBRAR

Algunas sugerencias para esta Celebración:

### I n t r o c c i ó n

Hemos profundizado en la fuerza de la Vida que está en cada una y uno de nosotros, una vida que tiene su Fuente en Dios y a la cual Jesús nos remite a ella través de las Parábolas y del curar nuestras enfermedades sociales. Esta vida es un Poder que yo tengo para compartirlo con las y los demás en mi Familia, en mi centro Educativo, con mis amistades, en mi Municipio, en mi País. Es este poder de Vida que es necesario desarrollar para crear relaciones de convivencia pacífica.

El Camino nos llevó a tejer reflexiones de vida con reflexiones del evangelio... y estas reflexiones nos llevaron a dar pasos para mejorar nuestra convivencia y disminuir situaciones de violencia cotidiana, por eso hoy queremos celebrarlo como comunidad educativa.

#### a) Canto: Abre tus manos

- <https://youtu.be/4W2f2GZ7ttw>

Abre tus manos al viento  
de lo contrario el tiempo no las podrá llenar  
nadie puede arrebatarse al amor su fuerza  
nada puede arrebatarse al amor su fuerza

### L e c t u r a d e l a P a l a b r a d e l a V i d a

Se pide previamente a tres o cuatro personas que preparen unas palabras sobre lo que significó para cada uno y una estos meses de reflexión-acción y lo que significó la campaña que realizamos.

Cada persona comparte su vivencia

## Lectura de la Palabra de Fe y Alegría

Para este momento formamos 10 grupos y entregamos a cada grupo un párrafo del Decálogo de Fe y Alegría.

El grupo lee el párrafo y medita sobre él. ¿De qué manera lo leído se relaciona con nuestra vivencia en la FormAcción de Convivencia pacífica?

### DECALOGO

FE Y ALEGRÍA es un Movimiento de Educación Popular y de Promoción Social que nació e impulsado por la vivencia de la Fe Cristiana, frente a situaciones de injusticia, se compromete con el proceso histórico de los sectores populares en la construcción de una sociedad justa y fraterna

#### 1. **Nuestro proyecto nace de la Fe.**

Nuestro proyecto nace de las experiencias de Fe en Jesús de Nazaret y de su invitación a construir el Reino de Dios y su Justicia, especialmente en las realidades de pobreza y exclusión, respetando y dialogando con otras expresiones religiosas y culturales. Estas experiencias de Fe nos conducen, además, a creer en la capacidad de todas las personas, sin discriminación alguna, para transformar la realidad y construir un mundo mejor

#### 2. **Con la alegría como actitud.**

Nuestra alegría se fortalece en el encuentro con los empobrecidos y excluidos y en el compromiso por la transformación personal y social que surge de la experiencia liberadora de la Fe en Jesús. Nuestro movimiento no nace de una doctrina o una ideología sino precisamente de estas experiencias de Fe y de Alegría. Adoptamos por tanto una pedagogía alegre y liberadora

#### 3. **Siempre en Movimiento.**

Fe y Alegría transmite a la sociedad la apremiante necesidad de trabajar juntos y juntas para erradicar la pobreza, la desigualdad, la injusticia y el sufrimiento de las personas excluidas y empobrecidas. Es este sentido de urgencia el que nos llena de audacia y creatividad, el que nos lleva continuamente a releer el contexto y nuestra propia identidad, conduciéndonos más allá de los límites y las fronteras. Para promover el emprendimiento y la creatividad, Fe y Alegría valora y potencia la autonomía funcional de los países y de los centros educativos, desencadenando así la iniciativa de la gente.

#### **4. Educamos.**

Todas nuestras acciones socioeducativas promueven la formación de personas nuevas, conscientes de sus potencialidades y de la realidad que las rodea, abiertas a la transcendencia, agentes de cambio, protagonistas de su propio desarrollo y promotoras de relaciones respetuosas con los demás, con las comunidades y con la creación. Por ellas creemos en la educación como un derecho para todos y todas a lo largo de toda la vida y promovemos una educación popular, inclusiva y de calidad para construir una sociedad más equitativa, justa y sostenible

#### **5. Somos Educación Popular.**

Somos Educación Popular, ante todo, porque promovemos una propuesta ética, política, pedagógica y epistemológica para la transformación social. Procuramos permanentemente conocer la realidad local, nacional y global con una mirada crítica, construyendo y mejorando nuestras prácticas. Valoramos y revitalizamos las culturas y experiencias populares en todo nuestro hacer.

#### **6. Somos Promoción Social.**

Creemos en la dignidad de las personas y de las comunidades. Participamos solidariamente con educadores, educadoras, educandos, familias y otros actores comunitarios en la vida, problemas y soluciones de la comunidad. Promovemos una relación armónica y sostenible de la comunidad con su ambiente natural. Trabajamos por tanto con, desde y para la comunidad, desarrollando sus capacidades y buscando modelos de desarrollo alternativos para generar procesos de transformación social.

#### **7. Nos comprometemos.**

Nuestro compromiso es una opción que nace de unas experiencias de Fe en Jesús de Nazaret que nos conducen a amar, a trabajar por la justicia, a la defensa de los derechos humanos y a comprometernos decididamente por la transformación social y por la construcción del Reino de Dios. Nos preocupamos por la motivación y formación permanentes de todos los miembros de Fe y Alegría porque requerimos de la presencia y acción de personas comprometidas, apasionadas y con actitud de servicio.

#### **8. Optamos por los Sectores Excluidos.**

Hacemos una clara opción por los sectores de la sociedad que sufren pobreza y mayor exclusión. Trabajamos para empoderar a todas aquellas personas que se les niega el ejercicio de sus derechos. Esta opción es irrenunciable. Ellas serán siempre el centro de nuestra actuación.

#### **9. Trabajamos por la Justicia y la Paz.**

Reflexionamos sobre las causas que originan las situaciones de injusticia. Nos comunicamos con la sociedad y la sensibilizamos, incidiendo ante instancias nacionales e internacionales desde el convencimiento de que es responsabilidad de todos y todas la creación de nuevas estructuras que hagan posible un mundo más humanizado en el que se reduzca la brecha de la desigualdad. Nuestra lucha por la justicia comienza por defender el derecho a una educación de calidad como un bien público y por impulsar la universalización de la educación pública y gratuita como deber de todos los Estados. Promovemos también la dignificación de la vocación del educador y la educadora.

**10. Construimos una sociedad Fraternal y Democrática.**

Trabajamos en alianzas con movimientos sociales, gobiernos, instituciones, congregaciones religiosas, empresas y otras organizaciones sociales. Creamos sinergias para defender la educación como un derecho universal y como bien público con un horizonte de transformación social que posibilite una vida digna. Construimos una nueva sociedad tejida de relaciones de fraternidad, libre de toda violencia, en paz con la naturaleza y democrática

Cada grupo presenta su reflexión sobre el párrafo que leyó

## Escuchando la Palabra del Evangelio

Le sugerimos la Parábola del Banquete del Reino como Parábola que convoca a la Convivencia de todas y todos, donde nadie vale más o alguien queda excluido.

**Parábola del Banquete (Lc. 14,15-24)**

Al oír estas palabras, uno de los invitados le dijo: «Feliz el que tome parte en el banquete del Reino de Dios.»

**16** Jesús respondió: «Un hombre dio un gran banquete e invitó a mucha gente. **17** A la hora de la comida envió a su sirviente a decir a los invitados: «Vengan, que ya está todo listo.» **18** Pero todos por igual comenzaron a disculparse. El primero dijo: «Acabo de comprar un campo y tengo que ir a verlo; te ruego que me disculpes.» **19** Otro dijo: «He comprado cinco yuntas de bueyes y voy a probarlas; te ruego que me disculpes.» **20** Y otro dijo: «Acabo de casarme y por lo tanto no puedo ir.»

**21** Al regresar, el sirviente se lo contó a su patrón, que se enojó. Pero dijo al sirviente: «Sal en seguida a las plazas y calles de la ciudad y trae para acá a los pobres, a los inválidos, a los ciegos y a los cojos.» **22** Volvió el sirviente y dijo: «Señor, se hizo lo que mandaste y todavía queda lugar.» **23** El patrón entonces dijo al sirviente: «Vete por los caminos y por los límites de las propiedades y obliga a la gente a entrar hasta que se llene mi casa. **24** En cuanto a esos señores que había invitado, yo les aseguro que ninguno de ellos probará mi banquete.» **19**

**19.** Tomado de la Biblia Latinoamericana en:  
<http://www.sanpablo.es/biblia-latinoamericana/la-biblia/nuevo-testamento/evangelio-segun-lucas/>

## O f r e n d a s

En este momento se presenta un símbolo sobre lo más significativo que vivió cada grupo durante el camino de formación y acción. De igual manera se les pide que lleven un alimento para compartir.

Previamente se prepara una mesa para representar “La mesa del banquete del Reino”.

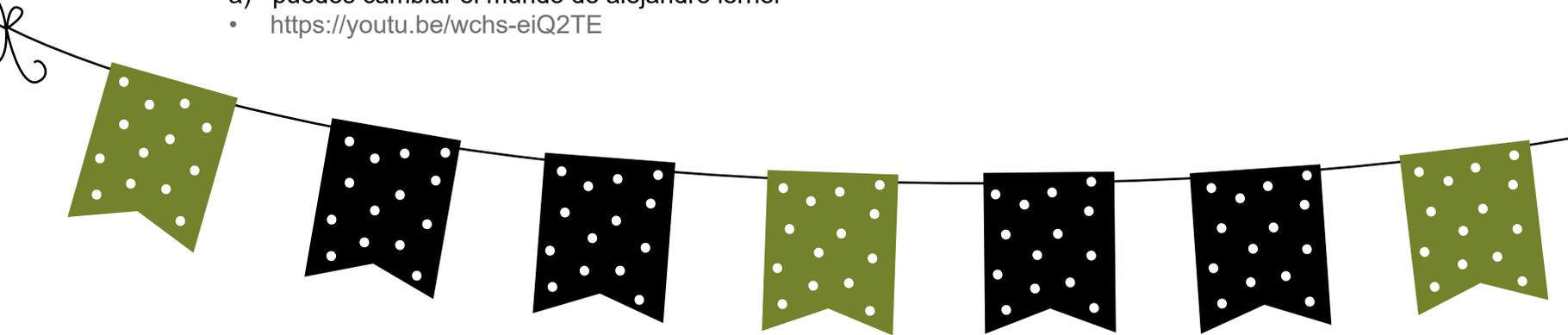
Se le pide a representantes de los distintos grupos de estudiantes, educadores y padres/madres de familia que pasen y pongan sus símbolos y sus alimentos en la mesa. Simultáneamente se pone una música alusiva al banquete, por ejemplo, “Vamos todos al Banquete” de Carlos Mejía Godoy.

## M o m e n t o d e l c o m p a r t i r l o s a l i m e n t o s

Después de haber ofrecido nuestros símbolos, aprendizajes, y el haber escuchado la Palabra de Jesús es momento de compartir nuestros alimentos y disfrutar con música nuestra celebración.

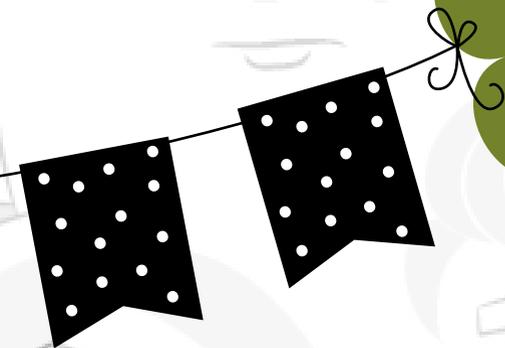
Terminamos con el canto:

- a) puedes cambiar el mundo de alejandro lerner
  - <https://youtu.be/wchs-eiQ2TE>





BAJA QUE  
**HOY**  
QUIERO  
COMER EN  
TU CASA



# Anexos



## **10. Construimos una sociedad Fraterna y Democrática.**

Trabajamos en alianzas con movimientos sociales, gobiernos, instituciones, congregaciones religiosas, empresas y otras organizaciones sociales. Creamos sinergias para defender la educación como un derecho universal y como bien público con un horizonte de transformación social que posibilite una vida digna. Construimos una nueva sociedad tejida de relaciones de fraternidad, libre de toda violencia, en paz con la naturaleza y democrática. (Decálogo Fe y Alegría. Plan de Prioridades Federativas 2016-2020)

## Guía 1. El Contexto

### TÉCNICAS, CANCIONES, CONCEPTOS Y VIDEOS

#### 1. Técnicas:

##### Técnica: El chismógrafo

En los barrios siempre contamos con personas que nos dan las noticias sobre algún acontecimiento. Comparten el “hecho” pero le agregan datos de sus percepciones, interpretaciones. Esta técnica se puede utilizar para diferentes talleres en los cuales quieran reflexionar sobre noticias cotidianas.

Se organizan grupos cada grupo prepara una noticia

- a) **Grupo 1** Noticia con tono dramático
- b) **Grupo 2** Noticia con tono cómico
- c) **Grupo 3** Noticia con tono pesimista
- d) **Grupo 4** Noticia con tono esperanzador

##### Presentación de las noticias

La facilitadora o facilitador genera reflexión a partir del tema que esté trabajando.

##### Técnica: El Periódico

Con diferentes noticias que se han recopilado en el transcurso de la semana sobre situaciones de violencia y situaciones de convivencia pacífica se elaboran tres periódicos con papelógrafos. Cada periódico debe tener al menos tres páginas. En la primera página organizan las principales noticias con titulares. En la página del centro dos o tres noticias más relevantes y un escrito de editorial. La última página con noticias menos relevantes y con alguna tira cómica.

De acuerdo a la cantidad de participantes se pueden hacer duplas, tríos o grupos de más de cuatro participantes.

Cada equipo comparte sus noticias y comenta lo que más le llamó la atención. El equipo decide cuáles noticias colocara en cada apartado del periódico. Cada noticia tendrá un comentario que el equipo quiera hacer sobre la noticia, pensando que ellos fueron los reporteros.

Cuando esté listo el periódico de cada equipo se coloca en un espacio visible para que los otros grupos puedan pasar a leerlo.

Se da un tiempo para que todos los grupos lea los tres periódicos. En cada lectura harán sus reflexiones.

Finalmente comparten sus reflexiones.

La facilitadora focaliza la reflexión en torno a la temática que están trabajando en la sesión.

### Técnica de elaboración de video

Con las noticias que se encontraron durante la semana se les pide por grupos que preparen un video sencillo de 5 minutos para dar a conocer sus noticias. Este video lo tienen que traer al Encuentro Formativo.

### Técnica de redes sociales

Cada grupo escoge un tipo de red social: Face book, twiter, whats app, Instagram.

A través de la red tienen que imaginar cómo darían a conocer las noticias que han encontrado. Siempre con un mensaje de reflexión.

## 2. Canciones

- a) Jorge Rojas... La vida...
- <https://youtu.be/VtxTVY2V8IU>

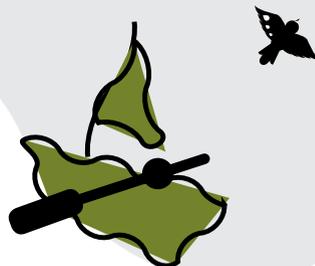
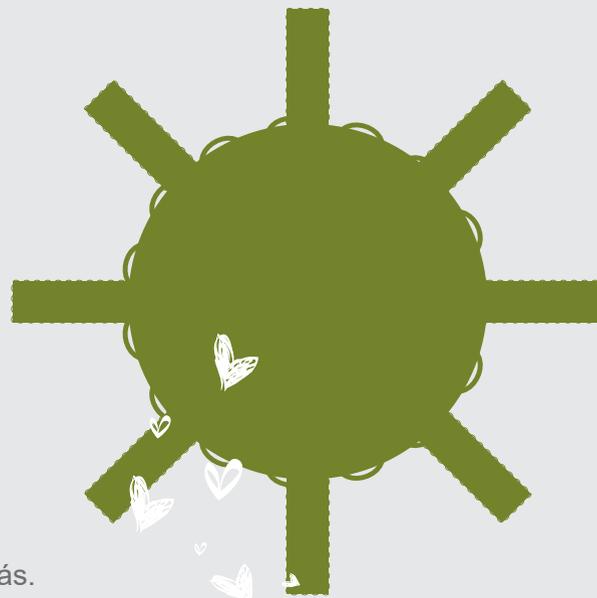
Por qué lamentas tu suerte y te quedas en el pozo,  
para llegar a la orilla hay que remar otro poco.  
Te pone a prueba la vida para saber si la quieres,  
la vida es tuya y recuerda es solo una y no vuelve.

Si ya no ves la salida, si el golpe ha sido muy grande  
apuesta todo a la vida contá que el sol siempre sale.  
Nada de tristezas, a gozar, que la vida es buena, ya verás.

No escuches a los que dicen que el mundo se arregle solo,  
no dejes todo al destino hay que ayudar con el hombro

No bajes nunca los brazos y lucha con dignidad  
que lo que cuesta trabajo te hace feliz de verdad.

Nada, nada de tristezas yo te quiero ver gozar  
que la vida es bella y buena, te pone a prueba nada más.  
No bajes nunca los brazos, siente el calor que te brinda mi abrazo  
y con el son de mi pregón voy a endulzar tu corazón.  
Apuesta siempre a la vida, vas a encontrar la salida.  
Voy pregonando alegría en mi canto, yo voy a alegrar tu corazón.  
No te preocupes sigue remando, remando, remando.



### 3. Conceptos

#### Cultura de Paz

Conjunto de valores, actitudes y comportamientos que reflejan el respeto de la vida, de la persona humana y de su dignidad, de todos los Derechos Humanos; el rechazo de la violencia en todas sus formas y la adhesión a los principios de democracia, libertad, justicia, solidaridad, cooperación pluralismo y tolerancia, así como la comprensión tanto entre los pueblos como entre los grupos y las personas sin importar sexo, etnia, religión nacionalidad o cultura (Fundación Cultura de Paz). <sup>20</sup>

#### Fundamentos pedagógicos para la paz.<sup>21</sup>

La paz, como producto cultural, como realidad multifacética, se aprende, se educa. No es un proceso espontáneo, sino objeto de aprendizaje, de socialización humana. Por eso la pedagogía es instrumento para la paz.

La paz tiene implicaciones personales, morales, sociales, económicas, políticas, religiosas, culturales y técnico-militares, todos elementos y aspectos de la vida profundamente interrelacionados. La paz puede ser vista y estudiada desde cada una de estas perspectivas, no excluyentes, sino de manera complementaria:

- La perspectiva personal tiene que ver con la paz interior.
- La moral, con la construcción de un hombre y una mujer de paz.
- La social, con la paz en las relaciones interpersonales, así como en el respeto de los Derechos Humanos y la instauración de la justicia social.
- La política, guarda relación con el poder, con la reducción y eliminación de los armamentos y la desmilitarización de las sociedades.

---

<sup>20</sup>. Burgos, Sabrina. Educación para la ciudadanía y la Convivencia. Secretaría de Educación del Distrito. Fe y Alegría de Colombia. 2014. Tomado de: [http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/pecc/centro\\_documentacion](http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/pecc/centro_documentacion)

<sup>21</sup>. PACILITERACIA. Alfabetización y cultura de la paz para poblaciones desplazadas por el conflicto armado en Colombia. 2009 – 2010. Bogotá - Cúcuta - Santa Marta. Tomado de: <http://www.obserpaz.org/paciliteracia.shtml>

- La religiosa se refiere no sólo a la relación Dios – persona, sino a la superación de cualquier tipo de discriminación del ser humano por motivos religiosos, y de superación de la violencia religiosa.
- Y la cultural, que atraviesa todos los anteriores aspectos, alude a los valores, prácticas, creencias, concepciones, mediante los cuales nos explicamos y aceptamos el mundo. Es allí donde se hace necesario cambios sustanciales.

La educación desde la paz incide en cada una de ellas, de modo que puede llegar a decirse que la paz es un hecho, un problema de conquista educativa en cada una de estas áreas, dimensiones o niveles.

Sobresale el área o dimensión moral, orientada a la construcción de un sujeto de paz o una persona de paz (hombre y/o mujer), fin último y horizonte de la educación para la paz, en el cual se articulan las otras dimensiones.



#### 4. Videos cultura de paz

- a) Promoviendo una cultura de paz, sin Bullying en nuestras escuelas. Guatemala.
  - <https://www.youtube.com/watch?v=uTwOdh0HPMk>
- b) Cultura de paz. Nicaragua
  - <https://www.youtube.com/watch?v=wYUkPRSn-qc>



## Guía 2. Nivel Personal — TÉCNICAS, CONCEPTOS Y PALABRAS

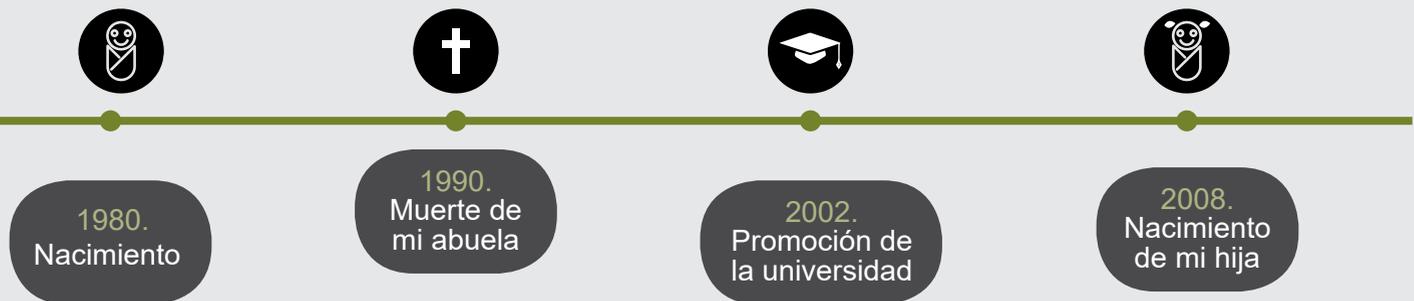
De acuerdo a diferentes estudios se piensa que uno de los factores que han influido en el desarrollo de la violencia cotidiana es la falta de una educación más integral que involucre la formación del sujeto en todas las dimensiones de su vida. Por ello en esta guía se trata de generar conciencia sobre nuestra historia y cómo desde ahí aprendimos a desarrollar actitudes, comunicación y decisiones a favor de la convivencia o a favor de la violencia cotidiana.

### 1. Técnicas

#### Línea de vida

Se le entrega a cada participante un papelógrafo con diferentes colores, crayones o marcadores.

Cada persona dibujará una línea de tiempo y la dividirá en los acontecimientos más significativos. Cada acontecimiento marca un momento clave de su vida



La línea tiene que ser bastante amplia y grande para ir colocando datos. Una vez que se tiene la línea de vida la iremos completando con tres reflexiones.

La primera reflexión será sobre las emociones y sentimientos. Colocaré alguna anécdota, frase, que sea muy importante para mí en mi aprendizaje de emociones. Puedo colocar símbolos o dibujos en cada etapa de mi vida.

La segunda reflexión será sobre cómo aprendí a desarrollar mis habilidades cognitivas, quién me enseñó a pensar, analizar, a razonar. De qué manera. Qué hechos relevantes recuerdo.

La tercera reflexión es sobre cómo aprendí a tomar decisiones, quienes me enseñaron cómo me enseñaron. Algún hecho relevante. Qué decisiones han sido significativas en mi historia. Hay que dar tiempo para cada reflexión.

La línea de vida la pueden construir en diferentes sesiones... no se trata de correr, ni tener prisa sino de ir a profundidad.

### Técnica del cuento

Para recuperar la historia personal, par algunas personas se les facilita escribir historias cuentos. Para La guía de Nivel Personal pueden utilizar esta técnica de la siguiente manera.

- a) Compartir entre parejas o tríos a partir de las preguntas generadoras que la facilitadora proponga. Este momento es un activador de la memoria. Recordando que la tradición oral es clave en nuestra cultura.
- b) Posteriormente diseñar el guión de su cuento. Imaginar en qué consistirá, un inicio, un desarrollo y un final. Seleccionando personajes.
- c) Escribir y narrar cada parte del guión

## 2. Conceptos

A continuación, algunos conceptos que pueden ayudarnos a profundizar en el tema desde la perspectiva de las dimensiones humanas que necesitan ser educadas y re-educadas para lograr mayor capacidad de convivir mejor entre nosotros y nosotras. Para avanzar en la comprensión del fenómeno de la violencia vamos a conocer la propuesta del Modelo Ecológico, algunas reflexiones sobre cómo Educar para la Paz y finalmente una rica reflexión del Papa Francisco sobre el Acompañamiento para el Crecimiento.

## Modelo Ecológico de explicación de la Violencia (Bronfenbrenner Y Belsky)

### ¿Que es la violencia?

Toda acción intencional que pueda provocar o provoque daño físico, psicológico o sexual. Se puede diferenciar entre la violencia reactiva, aquella que surge como una explosión cuando se experimenta un nivel de tensión o de dificultad que supera la capacidad de la persona o del grupo para afrontarlo de otra manera y la violencia instrumental, aquella que utiliza la fuerza y la agresión para alcanzar unos objetivos determinados.

### Tipos de violencia humana

La violencia se puede manifestar de diferentes maneras y en diversos contextos. Según el contexto donde se da podemos hablar de: violencia en el trabajo, en las instituciones, en las aulas, en el deporte, en la familia, en un grupo social determinado, etc. Dependiendo de la manifestación de la violencia podemos hablar de: violencia de género, violencia infantil, violencia entre compañeros (bullying).

### Aprendizaje y violencia

Desde una perspectiva sistémica la violencia surge como consecuencia de una interacción problemática entre el individuo y el entorno que le rodea. El modelo ecológico plantea que un individuo está inmerso en una **serie de sistemas** en el que interactúa, esta perspectiva, es muy útil para el análisis del aprendizaje de la violencia.

Bronfenbrenner (1987) propone una perspectiva ecológica del desarrollo de la conducta humana. Esta perspectiva concibe al ambiente ecológico como un conjunto de estructuras seriadas y estructuradas en diferentes niveles, en donde cada uno de esos niveles contiene al otro. Bronfenbrenner denomina a esos niveles como: **el microsistema, el mesosistema, el exosistema y el macrosistema.**

**El microsistema** constituye el nivel más inmediato en el que se desarrolla el individuo (usualmente la familia); **el mesosistema** comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la per-

sona en desarrollo participa activamente; al **exosistema** lo integran contextos más amplios que no incluyen a la persona como sujeto activo; finalmente, al **macrosistema** lo configuran la cultura y la subcultura en la que se desenvuelve la persona y el otro.

**MICROSISTEMA**, (entornos inmediatos del sujeto, como el contexto familiar, y el escolar):

Gran parte de la violencia surge en el sistema familiar, donde se adquieren los primeros modelos, se estructuran las primeras relaciones sociales y las primeras expectativas básicas de aquello que se espera de uno mismo y de los otros. En algunos casos, los chicos/as que están expuestos a la violencia en su familia, **reproducen patrones** cuando interactúan con el entorno exterior. Desconocen formas de relación que **siguen patrones de violencia** y así, sus relaciones acaban por deteriorar-se. Por otra parte la escuela es a menudo un contexto que puede permitir el **aprendizaje de la violencia**. Es fundamental desarrollar habilidades que permiten afrontar las situaciones estresantes y los conflictos tanto en la familia como en la escuela de forma positiva.

## Educando la Paz <sup>22</sup>

La pedagogía para la paz, como en general toda acción educativa, presupone tomar partido en el proceso de socialización, en cualquiera de sus ámbitos, por los valores de la paz. Es por eso que toda pedagogía debe orientarse a la creación de la cultura de paz, a hacer de la paz una cultura.

La paz se desenvuelve entre la realidad y la utopía, entre el ser y el deber ser. Por eso lo mejor es definir la paz como una construcción presente, pero que aún no ha llegado a la plenitud. Como lo afirman diferentes teóricos, la paz, más que una situación, es un proyecto histórico que se va realizando aquí y ahora, algo que ya está siendo. En cuanto proyecto, es también camino, metodología, o en otros términos, pedagogía de transformación de la realidad. En síntesis: hablar de paz es hablar de edificación de una cosmovisión, el paradigma para construirlo y el camino de construcción.

---

**22.** PACILITERACIA. Alfabetización y cultura de la paz para poblaciones desplazadas por el conflicto armado en Colombia. 2009 – 2010. Bogotá - Cúcuta - Santa Marta. Tomado de: <http://www.obserpaz.org/paciliteracia.shtml>

Un programa de educación para la paz tiene sentido si afecta las raíces de nuestra realidad: la mentalidad y el comportamiento, que incluye el conjunto de percepciones, saberes, creencias, costumbres en las cuales se sustenta una sociedad para sobre o convivir. Es fundamental “reformatear” nuestra manera de conocer, razonar, pensar y percibir, que responde a una forma de comprender y actuar, marcada por la guerra y la violencia como manera de ver el mundo y a nosotros mismos.

**Educación en el cuidado de la vida, de la mente.** Consiste en educar y aceptar las diferencias culturales, mentales, de conocimiento y de racionalidad; en la autocrítica permanente; en la comprensión de la complejidad de la vida, de la sociedad y del conocimiento; en la aceptación que el conocimiento tiene un carácter social y relacional. Conduce a aceptar un esquema mental nuevo, el “esquema mental de la participación”, del diálogo, del reconocimiento policéntrico, contrario al esquema del dominio, reductor y maniqueo.

Las dimensiones desde la que se educa y debe ser desarrolladas son: memoria e historia; comunicación y lenguaje; cuerpo y estética; contexto; ética, normas y acuerdos; y senti-pensamiento. A través de ellas, se busca hacer de la paz pedagogía de crecimiento personal y de transformación social y cultural. Estas dimensiones humanas son un creativo laboratorio donde la persona, como sujeto histórico y vivo, se construye en integralidad y paz, tanto hacia sí misma como en su entorno. Ello significa tener en cuenta que **razón, sensibilidad y cuerpo** son una unidad compleja para la comprensión y el trabajo pedagógico.

### 3. Palabras inspiradoras del Papa Francisco

El Acompañamiento personal de los procesos de Crecimiento  23

**171.** Más que nunca necesitamos de hombres y mujeres que, desde su experiencia de acompañamiento, conozcan los procesos donde campea la prudencia, la capacidad de comprensión, el arte de esperar, la docilidad al Espíritu, para cuidar entre todos a las ovejas que se nos confían de los lobos que intentan disgregar el rebaño.

---

23. Papa Francisco. Evangelii Gaudium. El Anuncio del Evangelio en el mundo Actual.

Necesitamos ejercitarnos en el **arte de escuchar**, que es más que oír. Lo primero, en la comunicación con el otro, es la capacidad del corazón que hace posible la proximidad, sin la cual no existe un verdadero encuentro espiritual. La escucha nos ayuda a encontrar el gesto y la palabra oportuna que nos desinstala de la tranquila condición de espectadores.

Sólo a partir de esta escucha respetuosa y compasiva se pueden encontrar los caminos de un genuino crecimiento, despertar el deseo del ideal cristiano, las ansias de responder plenamente al amor de Dios y el anhelo de desarrollar lo mejor que Dios ha sembrado en la propia vida. (...)

Para llegar a un punto de madurez, es decir, para que las personas sean capaces de decisiones verdaderamente libres y responsables, es preciso dar tiempo, con una inmensa paciencia. Como decía el beato Pedro Fabro: «El tiempo es el mensajero de Dios».

## Guía 3. Nivel Colectivo

TÉCNICAS, CONCEPTOS,  
CONSEJOS Y PALABRAS

### 1. Técnicas

#### Siluetas

En un papelógrafo dibujo mi silueta a mi gusto y mi creatividad. Pienso en las diferentes relaciones que tengo en mi familia, en el centro educativo con mis amistades. En mi dibujo voy poniendo aquello que me gusta de esas relaciones, lo que me motiva, lo que me duele de situaciones que han pasado en esas relaciones, lo que me entristece o atemoriza de mis relaciones.

## Sociodrama

Representación de escenarios de con-vivir y escenarios de con-violencia/destrucción.

Se hacen dos grupos. El grupo 1 hace su representación en el ambiente familiar y el grupo 2 en el ambiente escolar.

Cada grupo tiene que conversar sobre las situaciones más comunes que ocurren sobre violencia y sobre los modos de con-vivir.

Seleccionan una situación y la recrean pensando en los personajes y en el guion.

Modalidades para la representación:

- A través de tres escenas
- Con Fotografías-humanas
- Con títeres
- Con mímica

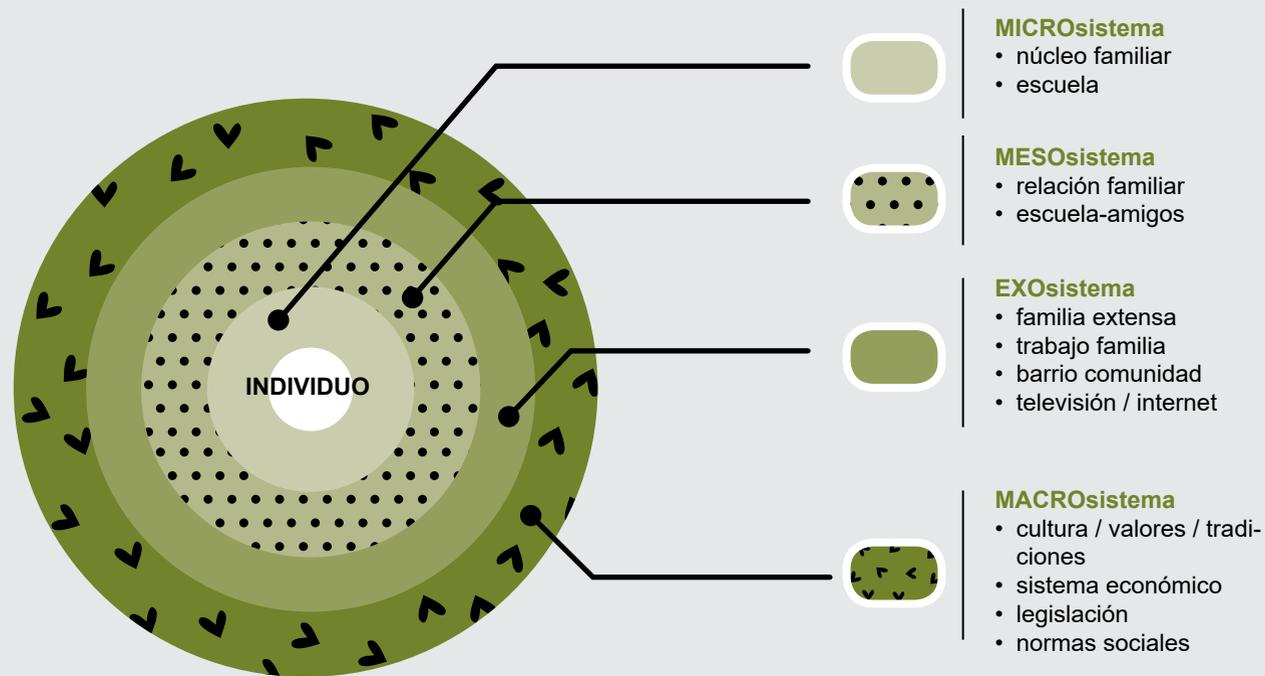
## 2. Conceptos

### Modelo Ecológico de Explicación de la Violencia (Bronfenbrenner Y Belsky)

En la guía anterior vimos el micro sistema. En esta guía analizaremos el Mesosistema

**MESOSISTEMA**, (relaciones que se establecen entre los diferentes entornos inmediatos del sujeto, por ejemplo, la relación entre la familia y la escuela):

La carencia o nulidad de una comunicación de calidad entre familia y escuela, así como la falta de redes sociales de soporte delante de situaciones que sobrepasan los recursos personales pueden favorecer la aparición de la violencia y su aprendizaje. El sujeto y su familia tienen que establecer relaciones positivas con otros sistemas sociales, para desarrollar la calidad y la cantidad de sus respuestas sociales para resolver problemas, mejorar su autoestima, etc.



## Tipos de Violencia

En esta guía será importante analizar los distintos tipos de violencia, por ello compartimos unas definiciones sencillas para que se estudien y profundicen.

### Violencia psicológica

- Es cuando se usan palabras o frases hirientes u ofensivas, cuando se da trato cruel y humillante, puede ser: insultos, rechazos, humillaciones, discriminación, amenazas, chantajes y manipulación.
- Es cuando se busca descalificar a la otra persona mediante insultos, manipulaciones, amenazas, abandono, discriminación.

- c) Es dirigirse a otras personas a través de frases descalificadoras que intentan rebajar y hacer sentir mal al otro u otra.

#### Violencia física

- a) Es el uso de la fuerza física en contra de otros, pueden ser a través de golpes, heridas, quemaduras, empujones, jalones de pelo, orejas y brazos, utilización de fajas, reglas, mecates, lanzamiento de objetos, propinar coscorriones, arrodillarles, intentos de estrangulamiento, encierro, entre otros.
- b) Es cuando la víctima recibe empujones, tirones de pelo, cachetadas, torceduras, mordeduras, cortes, golpes con puños, golpes con objetos, palizas, quemaduras, etc. Cuando se le hace a una niña o un niño, se habla de maltrato infantil.
- c) Es el acto por medio del cual se fuerza la integridad de la persona, con el ánimo de causar daño físico o moral, la utilización de la fuerza con el claro objetivo de causar lesiones en la víctima.

#### Violencia sexual

- a) Es cualquier acción que obligue a tener relaciones sexuales con el agresor o con terceras personas mediante el uso de la fuerza física, intimidación, amenazas o cualquier otro medio. En muchos de los casos las principales víctimas son niñas, niños y adolescentes: acoso sexual, abuso sexual, violación sexual, incesto, pedofilia, explotación sexual comercial.
- b) Es la actividad sexual obligada que se ejerce en contra de la voluntad de la persona. Por lo general, la mayoría de víctimas son las mujeres (niñas, adolescentes y adultas).
- c) En esta violencia están presentes todas las relaciones o actos sexuales no consentidos por la persona sea hombre o mujer, es decir, que se hacen utilizando la fuerza, la imposición física o psicológica; o aprovechándose de las condiciones de indefensión, desigualdad y poder entre víctima y agresor. Se cataloga como violencia sexual: la violación (acceso carnal violento), la pornografía, el abuso sexual, la prostitución forzada, así como los daños físicos o emocionales durante el acto sexual.

#### Violencia cibernética

- a) El ciberacoso o cyberbullying: es el acoso o la amenaza constante entre niños, niñas y adolescentes, se da a través del internet, las redes sociales y el celular, es decir, cuando un niño, niña

o adolescente es humillado y acosado por otro u otros niños, niñas y adolescentes a través de esos medios. Las acciones que realizan las personas que acosan, son burlas, amenazas, mensajes desagradables con ofensas, roban las contraseñas de redes sociales de sus víctimas, publican información que pueda avergonzar a la víctima, crean grupos donde se hable mal de la víctima, inventan apodos, entre otros.

- b) Es el uso de información electrónica y medios de comunicación digitales para acosar a un individuo o grupo de individuos, mediante ataques personales, divulgación de información confidencial o falsa entre otros medios.
- c) El acoso cibernético consiste en utilizar el internet, celulares, Facebook, Twitter, u otras redes sociales, para amenazar, avergonzar, intimidar o criticar a otra persona. Amenazas en línea, mensajes de texto groseros, mensajes despectivos enviados a través de redes sociales o chat, comentarios colgados en Internet como vídeos de carácter personal para herir o avergonzar a otra persona.

#### Violencia de género

- a) Es un tipo de violencia física o psicológica ejercida contra cualquier persona sobre la base de su sexo o género que impacta de manera negativa su identidad y bienestar social, físico o psicológico.
- b) Se entiende por violencia de género cualquier acto violento o agresión, basados en una situación de relaciones de dominación de los hombres sobre las mujeres que tenga o pueda tener como consecuencia un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas de tales actos y la coacción o privación
- c) Todo acto de violencia basado en la pertenencia al sexo femenino que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se producen en la vida pública o privada (“Artículo 1 de la Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Naciones Unidas, 1994).

#### Violencia Material

- a) Es la falta de compromiso con el cuidado de los bienes materiales del entorno, aquí se provocan daños a los materiales que se encuentran en la casa, escuela y comunidad, como muebles, puertas, plantas, paredes, pizarras, servicios higiénicos, otros.
- b) Es dañar los bienes materiales de la escuela (sillas, puertas, baños, computadoras, otros) de manera intencional en los diferentes espacios como el recreo, a la hora de clases.

## Bullyng

- a) *Bullying* es una palabra del inglés que podemos traducir al español como ‘acoso escolar’ o ‘intimidación’. Como tal, se refiere a la intimidación física y verbal de que son víctimas los niños y los jóvenes en la escuela, y que es ejercida por uno o varios compañeros de su colegio o aula de clase.
- b) Es cualquier forma de maltrato psicológico, verbal o físico producido entre escolares de forma reiterada a lo largo de un tiempo determinado tanto en el aula, calles, parques como a través de las redes sociales, con el nombre específico de ciberacoso.
- c) Es un continuo e intencional maltrato verbal y psicológico que recibe un niña, niño o adolescente por parte de otro u otros, que se comportan con él/ ella cruelmente con objetivo de someter, arrinconar, amenazar, intimidar u obtener algo de la víctima.

### 3. Formas de Inculcar el miedo <sup>24</sup>

El miedo además de ser una reacción emocional al estímulo de un peligro real o imaginado, también puede ser utilizado como estrategia de dominación. Quien puede suscitar miedo se apropia hasta cierto punto de la voluntad de la víctima.

Todo esto relaciona estrechamente el poder con la capacidad de atemorizar, por eso el miedo es utilizado en todas aquellas relaciones humanas en las que el afán de poder está presente.

Hay varias formas de inculcar el miedo:

- a) **La amenaza:** Es la acción o palabras con las que se intenta infundir miedo a otra persona. Una amenaza demuestra la capacidad de una persona o de una institución para hacer daño. El código de circulación amenaza con una multa si infringes las normas. El profesor amenaza con un suspenso a quien no haga bien el examen. El padre amenaza a su hijo con no dejarle salir a jugar si no hace los deberes. La amenaza puede ser legítima si tiene como objeto la prevención

---

24. Marina J.A. (2006) “Anatomía del Miedo”, Un tratado sobre la Valentía. Ed. Anagrama, Barcelona

de una falta o de un comportamiento no deseado. Cuando el objeto no es legítimo sino criminal, entonces se produce el chantaje o la extorsión, como la que realiza un grupo terrorista amenazando de muerte a quien no cumpla sus órdenes. (En centroamérica las maras)

- b) **La suspensión de la recompensa:** Es un modo de castigo pero que permite otras estrategias distintas. Aparece en las relaciones adictivas, sean con drogas o con personas. Se suele utilizar en las relaciones de pareja, en las sectas o en el terrorismo.
- c) **El acoso escolar:** Una forma específica de infundir miedo, tanto por la juventud de los que intervienen, como por el proceso que desarrolla. Es propio de una cultura de género, que fomenta la violencia en las relaciones y los estereotipos machistas. Así, ser fuerte y competitivo es bien visto y ser débil y cooperador no se ve bien. La víctima del acoso escolar, además del miedo que le producen las amenazas, se siente impedido por la propia vergüenza a no dar la talla, no puede recurrir a los adultos (ser chivato), se siente culpable por ser débil, etc.
- d) **Las mascararas de la furia:** Ante la presencia del depredador, el miedo se asocia con la furia desarrollando comportamientos para intimidar al otro e inducirle a renunciar a su presa. Hay miles de demostraciones defensivas en el reino animal: incrementar el tamaño, abombar el plumaje, desplegar las alas, encrespar el pelo, erizar las espinas, enseñar los dientes, golpear las pezuñas, etc. En los humanos también tenemos ejemplos en los ritos iniciales antes de entrar en batalla, en los uniformes militares, en la vestimenta de bandas juveniles urbanas, etc. cuyo propósito es intimidar a los demás.
- e) **Cerrar las salidas:** Muchos animales sienten pánico a estar encerrados. El sentimiento de estar atrapados, produce reacciones de huida alocadas, en las que se pueden incluso matar. La esperanza es un antídoto del miedo, por eso cuando se cierran las salidas y se genera el sentimiento de impotencia, el miedo se convierte en terror desesperanzado. Michael Sandel identifica dos miedos que definen la era de la ansiedad en la que vivimos: Uno es el miedo de que, individual o colectivamente, estemos perdiendo el control de las fuerzas que gobiernan nuestras vidas. El otro es el sentimiento de que, desde la familia y el vecindario hasta la nación, la fábrica moral de la comunidad se está desintegrando a nuestro alrededor.
- f) **Aislar:** En el mundo animal, los cazadores intentan aislar a su presa o buscar presas solitarias. El grupo es la gran defensa. En los seres humanos sucede lo mismo, por ello es fácil de entender que todas las dictaduras anulen el ejercicio del derecho de reunión. En los estudios de violencia de género se demuestra que una de las tácticas del violento es aislar a la víctima, obligándola a romper los lazos con la familia, anulando su posibilidad de comunicarse con los demás, desbaratando los posibles apoyos sociales que podrían ayudarla.

- g) **Manipuladores de emociones:** Hay personas con especial habilidad para manipular los sentimientos de los demás. Intimidan con suavidad, de forma sutil. El halago puede convertirse en el antecedente de la vergüenza. Otros son muy hábiles en generar sentimientos de culpa o de piedad peligrosa o de dependencia amorosa. Toda persona seductora es un manipulador afectivo.

#### 4. Nueve Consejos prácticos para enfrentar el miedo <sup>25</sup>

1. **Distingue los miedos amigos de los miedos enemigos:** Los amigos te advierten del peligro para librarte de él, no para entregarte en sus manos.
2. **Tú no eres tu miedo:** Una de las artimañas más insidiosas usadas por el miedo en que nos identifiquemos con él y nos sintamos avergonzados. Esto nos condena al silencio, al secretismo y nos impide buscar ayuda. Los miedos son algo que soportamos como cualquier enfermedad. Tienes que pedir respeto por tus miedos como por tus otras dolencias.
3. **Debes declarar la guerra a los miedos enemigos, que han invadido tu intimidad:** Hay que adoptar una postura activa. Hay que mantener el énfasis sobre las acciones como es característico del planteamiento conductual de los problemas clínicos.
4. **Tienes que conocer a tus enemigos y a sus aliados:** Hay que conocer las estrategias del miedo, las circunstancias en que prefiere atacar, sin olvidar que es un fenómeno transaccional que surge de la interacción entre un factor subjetivo tú y un factor objetivo tu circunstancia. El enemigo está, por lo tanto, fuera y dentro de ti. Dentro de ti están las falsas creencias que lo alimentan, el miedo al esfuerzo y la intoxicación de la comodidad. **¿A cuántas cosas has dado poderes plenipotenciarios sobre tu vida, es decir, cuántas cosas insignificantes has convertido en imprescindibles?!**
5. **No puedes colaborar con el enemigo:** El miedo es invasor y tiende a corromper al invadido. Puede apoderarse de la conciencia entera del sujeto, alterar sus relaciones. Conviene por ello que lo aísles dentro de tu dinamismo mental. No intentes justificarlo.
6. **Tienes que fortalecerte:** La solución para luchar contra el miedo es disminuir el peligro o aumentar los recursos personales. En primer lugar, tienes que preparar tu organismo para la

---

25. Idem

batalla. El miedo emerge de la biología, aunque no se reduzca a ella. Está demostrado que el ejercicio físico es un antídoto contra la angustia. Aumenta la tolerancia al esfuerzo.

7. **Háblate como si fueras tu entrenador:** El modo como conversamos con nosotros mismos y la influencia que tiene en nuestro estado de ánimo ese Otro íntimo con el que conversamos nos permite acceder o no a las fuentes de nuestra energía. Los entrenadores saben muy bien que el atleta debe animarse a sí mismo antes de dar el salto.
8. **Debilita a tu enemigo:** Critica las creencias en que se basa. Desenmascara sus jugadas de farol. Búrlate de él. Desarrolla el sentido del humor para desactivarlo. Aprovecha todo lo que sabes para hacerle daño. Y sabes dos cosas, al menos: Primera, que las técnicas para desprestigiar el estímulo peligroso son la desensibilización imaginaria o real. Exponerse gradualmente en vivo o en imagen. Segunda, que las creencias erróneas son el caballo de Troya del que se sirve el miedo para entrar dentro de ti. Hay que detectar esas creencias, criticarlas, discutir las, arrinconarlas y, cuando estén lo suficientemente debilitadas, darles una patada en el culo y sustituirlas por otras creencias adecuadas para vivir.
9. **Busca buenos aliados:** Es difícil combatir el miedo solo. Y si el miedo es patológico, imposible. Busca consejo y ayuda de personas competentes. Si tienes esa suerte, busca a quien pueda darte ánimo cuando estés desalentado. Las redes de apoyo afectivo son la mejor solución a muchos de nuestros problemas, incluido el miedo.

## 5. Palabras inspiradoras del Papa Francisco <sup>26</sup>

Sí, a las relaciones nuevas que genera Jesucristo

**87.** Hoy, que las redes y los instrumentos de la comunicación humana han alcanzado desarrollos inauditos, sentimos el desafío de descubrir y transmitir la mística de vivir juntos, de mezclarnos, de encontrarnos, de tomarnos de los brazos, de apoyarnos, de participar de esa marea algo caótica que puede convertirse en una verdadera experiencia de fraternidad, en una caravana solidaria, en una santa peregrinación. De este modo, las mayores posibilidades de comunicación se traducirán

 26. Papa Francisco. Evangelii Gaudium. El Anuncio del Evangelio en el mundo Actual

en más posibilidades de encuentro y de solidaridad entre todos. Si pudiéramos seguir ese camino, ¡sería algo tan bueno, tan sanador, tan liberador, tan esperanzador! Salir de sí mismo para unirse a otros hace bien. Encerrarse en sí mismo es probar el amargo veneno de la inmanencia, y la humanidad saldrá perdiendo con cada opción egoísta que hagamos.

**101.** Pidamos al Señor que nos haga entender la ley del amor. ¡Qué bueno es tener esta ley! ¡Cuánto bien nos hace amarnos los unos a los otros en contra de todo! Sí, ¡en contra de todo! A cada uno de nosotros se dirige la exhortación paulina: «No te dejes vencer por el mal, antes bien vence al mal con el bien» (Rm12,21). Y también: «¡No nos cansemos de hacer el bien!» (Ga 6,9). Todos tenemos simpatías y antipatías, y quizás ahora mismo estamos enojados con alguno. Al menos digamos al Señor: «Señor yo estoy enojado con éste, con aquélla. Yo te pido por él y por ella». Rezar por aquel con el que estamos irritados es un hermoso paso en el amor, y es un acto evangelizador. ¡Hagámoslo hoy! ¡No nos dejemos robar el ideal del amor fraterno!

## Guía 4. Nivel Sociedad — VIDEOS, CONCEPTOS Y DISCURSO

### 1. Videos

- a) ¿Qué son los Derechos Humanos? Organización Unidos por los Derechos Humanos
  - <https://www.youtube.com/watch?v=cgGAuOjsKiE>
- b) Derechos Civiles, políticos y Sociales
  - <https://www.youtube.com/watch?v=WITK1k3aJtk>
- c) Derecho a la Paz
  - <https://www.youtube.com/watch?v=GBZZkIZrSmM>

## 2. Conceptos

### Modelo ecológico de explicación de la violencia (Bronfenbrenner y Belsky)

**EXOSISTEMA**, (organización del medio en el que vive el sujeto: sistema económico, político, medios de comunicación):

El medio influye en los sujetos de una manera implícita, por lo cual, una exposición incontrolada y constante a la violencia (por ejemplo, en los medios de comunicación: telenoticias, películas) deriva a su normalización, en la asunción de la misma como respuesta de interacción válida y efectiva. Por todo eso se tiene que promover la utilización controlada de las nuevas tecnologías, la selección de los medios audiovisuales para favorecer el procesamiento de la información y conseguir un mayor impacto emocional.

**MACROSISTEMA**, (estructura social, cultural, creencias y actitudes de la sociedad):

A través de costumbres, creencias y actitudes sociales que promueven la violencia. Es importante desarrollar cambios de actitudes y alternativas que permiten resolver los conflictos de forma positiva, aboliendo estereotipos descalificadores, todo eso involucrando en esta lucha a toda la sociedad y haciendo consciente la presencia de la violencia en el mismo sistema y en las instituciones.

**EL MIEDO** <sup>27</sup> (Citas tomadas del Texto Miedos para Vivir o Mal-Vivir)

En la definición del miedo, factores genéticos, neurológicos, sensoriales, hormonales y musculares entran en juego. Desde esta perspectiva, hay que concluir que el miedo posee una función adaptativa, equilibrante, en la medida en que está asociado a la prudencia y nos permite reconocer aquellas situaciones que supondrían un peligro para nuestra integridad. Todos sabemos también que, en determinadas ocasiones, la ausencia de miedo puede dar pie a conductas poco razonables y dañinas

---

27. Dominguez Morano, C. (2010) Miedos para Vivir o Mal vivir

para el sujeto o para las colectividades. A veces, en efecto, es tenue la frontera que separa el valor, la osadía y la simple temeridad.

Pero si el miedo es patrimonio del ser viviente como mecanismo defensivo diseñado por la biología, fue la biología también la que abrió en el ser humano un campo absolutamente nuevo: el de la conciencia, mediante la cual podemos conocer, prever, anticipar situaciones potencialmente amenazadoras; algo que no está al alcance del animal. Los miedos, de esa forma, pueden cobrar unas dimensiones completamente nuevas: permiten anticiparse a potenciales amenazas, posibilitando de ese modo evitar el peligro.

Uno de los temores que pueden asaltar más fácilmente a las personas o instituciones poco seguras de sí mismas es el temor a lo diferente, lo extraño, lo desacostumbrado... El extranjero, el inmigrante, el desconocido que llama a nuestra puerta... despiertan la inquietud, tanto mayor cuanto mayor sea el grado en que se funde la propia seguridad en aquello que ya creemos controlar por conocido y familiar.

«El infierno son los otros», según la conocida expresión de Jean- Paul Sartre. Y el cielo también, tenemos que añadir. Porque, efectivamente, en nuestra existencia particular el otro, los otros, pueden convertirse, desde los inicios mismos de la vida, en una fuente de seguridad, protección y confianza; o pueden también constituirse en una fuente de miedos, temores o amenazas.

La confianza abierta, la empatía, la sociabilidad, la atracción y el gusto por la relación con el otro irán ganando terreno o, por el contrario, serán el temor, la ansiedad, la susceptibilidad, la desconfianza, la timidez, el sentimiento de amenaza e incluso la persecución los que puedan predominar en el trato con los otros. El desconocido, el diferente, suscitará fácilmente fantasmas y temores amenazadores, no siempre conscientes. No está bajo mi control, no sé de qué manera me puede reaccionar, cómo me puede juzgar, qué intenciones puede traer.

## MIEDOS COLECTIVOS E INDUCIDOS

El miedo a los otros no solo afecta a los individuos. También afecta a las colectividades, a las instituciones e incluso a las civilizaciones. Todos los grandes poderes institucionales han hecho uso del miedo de una manera o de otra. Es fácil caer en esa tentación. No solo el poder político. También el poder religioso sabe mucho de la utilización de tal procedimiento. La amenaza, la retirada de la bue-

na mirada sobre él, el despojo de las funciones que se le habían otorgado en otro tiempo, el recelo, el fomento de la denuncia, anónima incluso, etc. han funcionado eficazmente como inductores del miedo en todos los tiempos y en todo tipo de formación religiosa.

Pero si se cambian los métodos por otros más «políticamente correctos», el sistema (político, económico, religioso, educativo, etc.) persigue los mismos objetivos al utilizar técnicas inductoras del miedo. Sin cárceles, orejas de burro, hogueras ni excomuniones, pero sí con recursos más sutiles que, de hecho, logran introyectar el temor, la autocensura, el silencio. Muchas veces, por lo demás, de modos que ni siquiera llegan a hacerse conscientes en el sujeto que los padece; lo cual es peor, por cuanto le impiden, mediante la toma de conciencia, poder reaccionar frente a la mutilación de la libertad y dignidad de que está siendo objeto. Es el aire que se respira, el ambiente en que se vive y en el que se habla y escucha, las opiniones y comentarios que, como mensajes subliminares, se envían; todo hace que el temor se propague y se contagie. El resultado es el miedo inducido y, al final, la complicidad de dos miedos: el del poder y el de la sumisión. El primero, a perder el control de aquellos a quienes necesita dominar; y el segundo, a perder el control de la buena mirada que necesita para apaciguar sus propias inseguridades internas.

### 3. El discurso completo de Malala en las Naciones Unidas

En el nombre de Dios, el Compasivo, el Misericordioso.

*Honorable Secretario General, Sr. Ban Ki-moon; respetado presidente de la Asamblea General, Vuk Jeremic; Sr. Gordon Brown, honorable enviado de la ONU para la Educación Global, respetados ancianos, queridos hermanos y hermanas: Assalamu alaikum. Hoy es un honor para mí estar hablando otra vez después de mucho tiempo. Estar aquí con personas tan distinguidas es un gran momento en mi vida; y es un honor para mí que hoy lleve puesto este chal que perteneciera a la difunta Benazir Bhutto.*

*No sé por dónde empezar mi discurso. No sé lo que la gente se esperaba que dijera, pero en primer lugar le agradezco a Dios, para quien todos somos iguales, y a cada persona que ha orado por mi rápida recuperación y una nueva vida. No puedo creer el mucho amor que la gente me ha demostrado.*

*He recibido miles de tarjetas de buenos deseos y regalos de todo el mundo. ¡Gracias a todos ellos! Gracias a los niños cuyas palabras inocentes me han animado. Gracias a los ancianos cuyas oraciones me fortalecieron.*

*Me gustaría dar las gracias a las enfermeras, médicos y al personal de los hospitales de Pakistán y el Reino Unido y al Gobierno de los Emiratos Árabes Unidos, porque me han ayudado a mejorar y recuperar mi fuerza. Apoyo plenamente al Secretario General de la ONU, Sr. Ban Ki-moon, en su Primera Iniciativa de Educación Global y el trabajo del enviado especial de la ONU para la Educación Global, Gordon Brown y al Honorable Presidente de la Asamblea General de la ONU, Vuk Jeremic.*

*Les doy las gracias por el liderazgo que siguen mostrando. Inspiran a todos a la acción. Queridos hermanos y hermanas, recuerden una cosa: el Día de Malala no es mi día. Hoy es el día de cada mujer, cada niño y cada niña que ha levantado la voz por sus derechos. Hay cientos de activistas de derechos humanos y de trabajadores sociales, que no sólo están hablando de sus derechos, sino que están luchando para lograr el objetivo de la paz, la educación y la igualdad.*

*Miles de personas han sido asesinadas por los terroristas y millones han resultado heridas. Yo sólo soy una de ellas: así que aquí estoy. Aquí estoy, una niña, entre muchas otras. No hablo por mí, sino por aquellos que no tienen voz se puedan hacer oír: aquellos que han luchado por sus derechos. Su derecho a vivir en paz. Su derecho a ser tratados con dignidad. Su derecho a la igualdad de oportunidades. Su derecho a la educación. Queridos amigos, el 9 de octubre de 2012, un talibán me disparó en el lado izquierdo de la cabeza; dispararon a mis amigos, también. Pensaban que las balas nos iban a callar, pero fracasaron.*

*Y de ese silencio surgieron miles de voces. Los terroristas pensaban que iban a cambiar mis objetivos y hacerme dejar mis ambiciones. Pero nada ha cambiado en mi vida, excepto esto: la debilidad, el miedo y la desesperanza murieron. Nació la Fuerza, el poder, el coraje. Yo soy la misma Malala: Mis ambiciones son las mismas, mis esperanzas son las mismas. Y mis sueños son los mismos. Queridos hermanos y hermanas: no estoy en contra de nadie.*

*Tampoco estoy aquí para hablar en términos de venganza personal contra los talibán o cualquier otro grupo terrorista. Estoy aquí para hablar en nombre del derecho a la educa-*

*ción de todos los niños. Quiero educación para los hijos e hijas de los talibán y los terroristas y extremistas. Ni siquiera odio al talibán que me disparó. Incluso si tuviera un arma en la mano y él estuviera de pie frente a mí, no le dispararía.*

*Esta es la compasión que he aprendido de Mahoma, el profeta de la misericordia, Jesucristo y Buda. Este es el legado de los cambios que he heredado de Martin Luther King, Nelson Mandela y Mohammed Ali Jinnah. Esta es la filosofía de la no violencia que he aprendido de Gandhi, Bacha Khan y la Madre Teresa. Y este es el perdón que he aprendido de mi padre y de mi madre. Esto es lo que mi alma me dice: estar en paz y amor con todos.*

*Queridos hermanos y hermanas, nos damos cuenta de la importancia de la luz cuando vemos oscuridad. Nos damos cuenta de la importancia de nuestra voz cuando somos silenciados. De la misma manera, cuando estábamos en Swat, al norte de Pakistán, nos dimos cuenta de la importancia de los lápices y libros cuando vimos las armas.*

*El sabio dijo: “La pluma es más poderosa que la espada.” Es cierto. Los extremistas tienen miedo a los libros y bolígrafos. El poder de la educación les da miedo. Tienen miedo de las mujeres. El poder de la voz de las mujeres les da miedo. Esto es por qué mataron a 14 estudiantes inocentes en el reciente ataque en Quetta. Y es por eso que matan a las maestras. Es por eso que están destruyendo escuelas todos los días: porque tienen miedo al cambio y a la igualdad que llevaremos a nuestra sociedad. Recuerdo que un chico en la escuela, al que un periodista preguntó por qué los talibán estaban en contra de la educación, respondió muy simplemente apuntando hacia un libro: “un talibán no sabe lo que está escrito en el interior de este libro.”*

*Ellos piensan que Dios es un ser minúsculo y conservador que apuntaría un arma a la cabeza de la gente sólo porque van a la escuela. Estos terroristas están haciendo mal uso del nombre del Islam para su propio beneficio personal.*

*Pakistán es un país amante de la paz y democracia. Pastunes quieren educación para sus hijas e hijos. El Islam es una religión de paz, humanidad y fraternidad. Es deber y responsabilidad de cada uno el conseguir educación para todos los niños, eso es lo que dice.*

*La paz es una necesidad para la educación. En muchas partes del mundo, especialmente en Pakistán y Afganistán, el terrorismo, la guerra y los conflictos impiden que los niños asistan a la escuela. Estamos muy cansados de estas guerras. Las mujeres y los niños sufren de muchas maneras en demasiadas partes del mundo. En India, niños inocentes y pobres son víctimas del trabajo infantil. Muchas escuelas han sido destruidas en Nigeria. Las gente en Afganistán se ha visto afectada por el extremismo.*

*Las niñas tienen que hacer el trabajo infantil doméstico y se ven obligadas a casarse a una edad temprana. La pobreza, la ignorancia, la injusticia, el racismo y la privación de sus derechos básicos son los principales problemas que enfrentan mujeres y hombres. Hoy me estoy centrando en los **derechos de la mujer y la educación de las niñas, ya que ellas son las más afectadas**. Hubo un tiempo en que las activistas pidieron a los hombres que lucharan por ellas. Pero esta vez vamos a hacerlo por nosotras mismas. No estoy diciendo que los hombres se aparten de hablar sobre los derechos de la mujer; me estoy enfocando en que las mujeres sean independientes y luchen por sí mismas.*

*Así que, queridos hermanos y hermanas, ahora es el momento de hablar. Hoy **hacemos un llamado a los líderes mundiales para que cambien sus políticas estratégicas en favor de la paz y la prosperidad**. Hacemos un llamado a los líderes mundiales para que todos estos acuerdos deban proteger a las mujeres y los derechos de los niños. Un acuerdo que va en contra de los derechos de las mujeres es inaceptable.*

*Hacemos un llamamiento a todos los gobiernos a garantizar la educación gratuita y obligatoria en todo el mundo, para todos los niños. Instamos a todos los gobiernos para luchar contra el terrorismo y la violencia, a proteger a los niños de la brutalidad y el daño. Hacemos un llamado a los países desarrollados para que apoyen la expansión de las oportunidades de educación para las niñas en el mundo en desarrollo. Hacemos un llamado a todas las comunidades a ser tolerantes, a rechazar los prejuicios por motivos de casta, credo, secta, color o religión asegurando la libertad y la igualdad para las mujeres, para que puedan prosperar. No todos podremos tener éxito si la mitad de nosotras somos refrenadas.*

*Hacemos un llamado a nuestras hermanas de todo el mundo para ser valientes, para asumir la fuerza dentro de sí mismas y desarrollar todo su potencial.*

*Queridos hermanos y hermanas, queremos escuelas y educación para un futuro brillante de todos los niños. Continuaremos el camino a nuestro destino de paz y educación. Nadie nos puede parar. Hablaremos a favor de nuestros derechos y vamos a traer el cambio con nuestra voz.*

*Creemos en el poder y la fuerza de nuestras palabras. Nuestras palabras pueden cambiar el mundo entero porque lo haremos todos juntos, unidos por la causa de la educación. Y si queremos lograr nuestro objetivo, entonces tenemos que empoderarnos a nosotros mismos con el arma del conocimiento y nos protegeremos con unidad y fraternidad.*

*Queridos hermanos y hermanas: no debemos olvidar que millones de personas sufren de pobreza, injusticia e ignorancia. No hay que olvidar que millones de niños están fuera de sus escuelas. No debemos olvidar que nuestros hermanos y hermanas están esperando por un futuro pacífico y luminoso. Libraremos una lucha gloriosa contra el analfabetismo, la pobreza y el terrorismo; **tomaremos nuestros libros y lápices porque son armas más poderosas. Un niño, un maestro, un libro y un lápiz pueden cambiar el mundo. La educación es la única solución. Educación primero.** Gracias*

