

La vida en un mundo perfecto

Si vis pacem, para pacem (Si quieres la paz, prepara la paz)

TEMAS



PAZ Y VIOLENCIA



SALUD



MEDIO AMBIENTE

COMPLEJIDAD



NIVEL 3

TAMAÑO DEL GRUPO



15-30

DURACIÓN



90 MINUTOS

Temas	Paz y Violencia, Salud, Medio Ambiente
Complejidad	Nivel 3
Tamaño del grupo	15 - 30
Duración	90 minutos
Perspectiva general	La actividad empieza con una prueba sobre proverbios y refranes que reflejan diferentes aspectos de la convivencia en paz y se desarrolla de manera que permita a los participantes reflexionar sobre: <ul style="list-style-type: none"> ▪ El significado de la paz ▪ La paz interior, la paz con los demás y la paz con el medio ambiente ▪ El desarrollo de un comportamiento pacífico
Derechos relacionados	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Derecho a la paz ▪ Derecho a la vida ▪ Derecho a un medio ambiente saludable
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Percibir la interdependencia entre las diferentes dimensiones de la paz ▪ Discutir sobre los diferentes significados de la paz y su aplicación a nuestra vida diaria ▪ Promover el respeto, la solidaridad y la responsabilidad
Materiales	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Una hoja DIN A 3 o una pizarra de rotuladores ▪ Rotuladores de colores ▪ Hojas de respuestas y bolígrafos, uno por grupo ▪ Guías de debate, una por grupo pequeño ▪ Copias de los cuadros 1 y 2, una por cada grupo pequeño
Preparación	Copia la rueda de la paz del cuadro 1 en una hoja grande. Hazla lo más grande posible.

Instrucciones

Esta actividad se divide en dos partes: parte 1, completar la rueda de la paz (25 minutos) y parte 2, hablar sobre la paz (30 minutos).

Parte 1, completar la rueda de la paz (25 minutos)

1. Reunidos en plenaria, muestra a los participantes la copia que has dibujado de una rueda de la paz vacía. Señala las secciones: paz con uno mismo, paz con los demás y paz con la naturaleza. Diles que la rueda de la paz acabada representará la consecución de un estado ideal de paz. Para completarla deben encontrar las veintiuna “palabras de verdad universal” que correspondan a cada una de las veinticinco áreas de una vida en paz. Estas palabras perdidas se pueden encontrar alrededor del mundo en proverbios o refranes.

2. Pide a los participantes que se dividan en tres grupos y reparte un bolígrafo, una copia de la rueda de la paz vacía y una copia de la hoja de respuestas a cada grupo. Recuérdales que tienen que encontrar las palabras perdidas en cada uno de los proverbios. Éstas son las pistas de los valores que corresponden a las diferentes áreas del círculo de la paz.
3. Cuando hayan terminado, reúnelos de nuevo. Pide voluntarios para que lean, uno por uno, en voz alta, los proverbios que han completado. Comprueba que son correctos y pide al lector que coja un rotulador y escriba la palabra en la copia grande del círculo de la paz que has preparado.
4. Repite todos los proverbios hasta que se complete la rueda de la paz y se alcance un estado de paz.

Parte 2, hablar sobre la paz (30 minutos)

1. Pide a los participantes que vuelvan a reunirse en los tres subgrupos. Entrega una guía de debate por grupo. Pídeles que hablen sobre las cuestiones planteadas en la guía de debate, teniendo en cuenta al mismo tiempo los valores asociados con el área relacionada de la rueda de la paz. Cada subgrupo debería intentar llegar a un consenso sobre las preguntas y debería estar preparado para informar sobre lo que han hablado.
2. Al final, reúnelos de nuevo a todos y pide a cada grupo que exponga las conclusiones a las que han llegado.

Reflexión y evaluación final

Empieza hablando sobre la rueda de la paz y la universalidad de los valores que representa. A continuación analiza la parte 2 de la actividad.

Parte 1.

- ¿Fue muy difícil encontrar las palabras que faltaban? ¿Cuántos proverbios o refranes conocían ya? ¿Son verdaderamente “palabras de sabiduría” relacionadas con nuestra vida diaria?
- ¿Representan las palabras del círculo interior valores universales? ¿Son igualmente importantes en todas las culturas? ¿Cuáles son los más importantes en la tuya?
- ¿Hay otros valores fundamentales que no estén representados?

Parte 2. Pide a algún miembro de cada grupo que haga un breve resumen de las preguntas que se formulan en su guía de debate. A continuación haz, por turnos, las siguientes preguntas:

- ¿Fue fácil llegar a un acuerdo en todas las cuestiones discutidas?
- ¿Qué pregunta fue la más controvertida? ¿Por qué?
- ¿Qué opinan sobre la controversia?
- ¿Por qué las personas tenemos diferentes puntos de vista en estas cuestiones relacionadas con la paz?
- A menudo se relacionan los debates sobre paz interior con la religión. ¿Por qué?
- ¿Tenemos que ser religiosos para tener los valores necesarios para alcanzar la paz interior?
- ¿Qué relación hay entre lo que han estado debatiendo y los Derechos Humanos?
- ¿Es la paz condición previa necesaria para que exista una cultura de los Derechos Humanos o es necesario el respeto a los Derechos Humanos para alcanzar un estado de paz?

Fecha clave

21 de junio

Día de la Paz Mundial
y la Oración

Consejos prácticos para los facilitadores

Podrís encontrar más información sobre las cuestiones planteadas en esta actividad en la información de apoyo sobre paz y violencia de la página 383. Ésta os ayudará a moderar el debate en plenaria. Intentad encontrar la interrelación entre las tres dimensiones de la paz. No tengáis miedo a la controversia; este es un tema controvertido por naturaleza. Más bien, reflexionad sobre los argumentos a favor y en contra de cada tema y puntualizad que en estos temas las cosas no son blancas o negras, no hay respuestas correctas.

Si hubiera más de dieciocho personas en el grupo es mejor duplicar el número de subgrupos y trabajar con seis grupos pequeños en vez de con tres grandes. ¡Acordaos de hacer copias adicionales del material!

Variaciones

Puedes preparar la primera parte, que consiste en completar la rueda de la paz, como una actividad a realizar con todo el grupo. Lee en voz alta los proverbios de uno en uno y pide sugerencias para completar las palabras que faltan. En este caso, escribirás las palabras directamente en la rueda grande y necesitarás hacer copias de la rueda completa para que la gente pueda consultarla en la parte 2.

Sugerencias para el seguimiento

A raíz de las reflexiones realizadas en esta actividad, al grupo le podría apetecer pasar a debatir sobre episodios de su vida en los que no ha habido paz y proponer estrategias prácticas para tratar casos de violencia personal. Véase la actividad “La violencia en mi vida” de la página 254.

Información adicional

La idea de la rueda de la paz utilizada en esta actividad ha sido extraída del libro de Pierre Weil “El Arte de vivir en Paz, Hacia una nueva conciencia de Paz”, Errepar, Argentina, 1995.

La rueda de la paz se puede interpretar de maneras muy diversas. Las siguientes ideas pueden ayudarte a guiar los debates.

El centro de la rueda simboliza el infinito, sin principio ni fin.

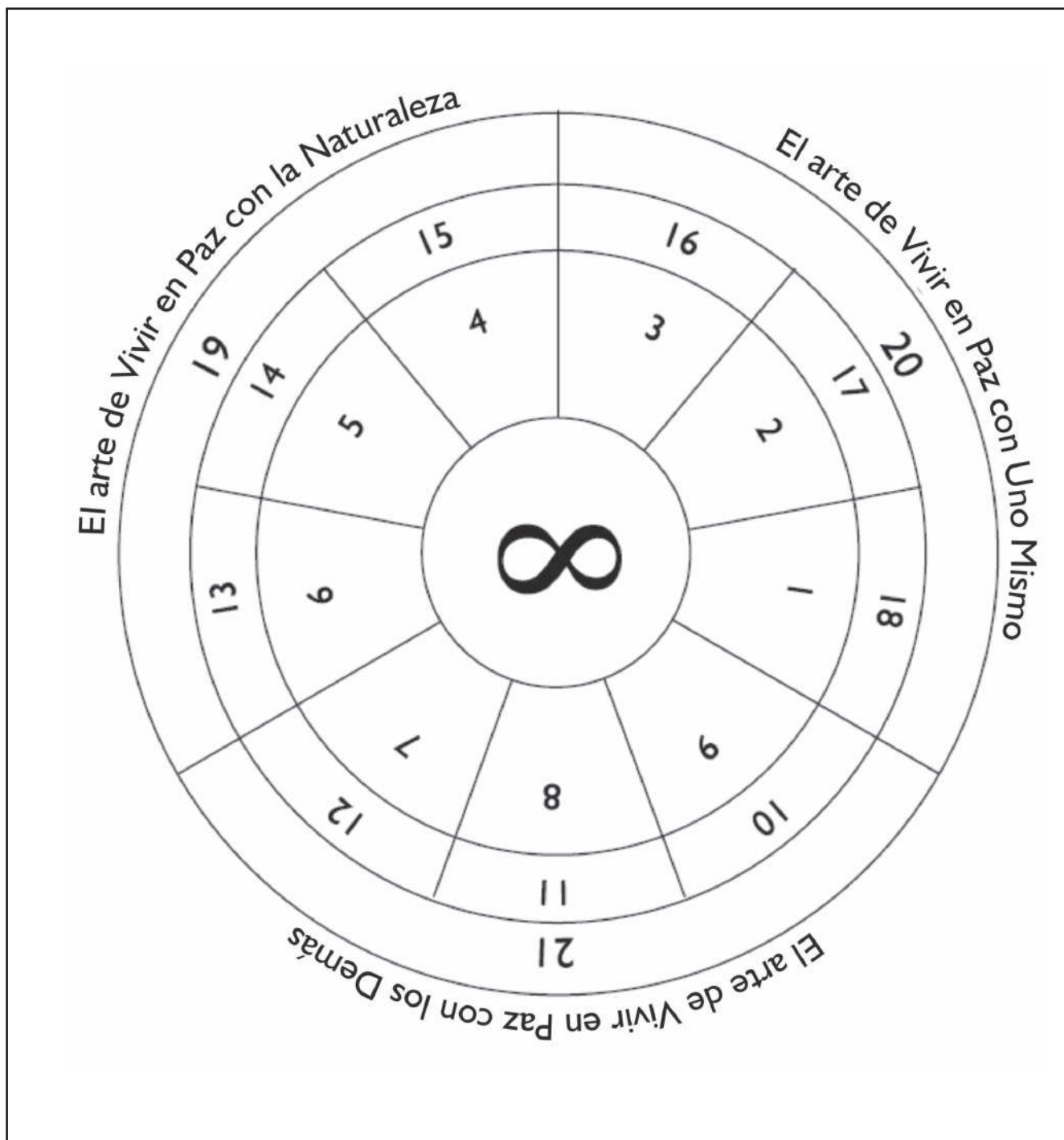
Todas las palabras del círculo interior representan los valores y el comportamiento, o el estado de existencia, que deberían estar presentes en cada una de las correspondientes facetas de nuestras vidas. Por ejemplo, en relación con nuestra capacidad para estar en paz con los demás y con la sociedad necesitamos estar en paz en las áreas de la economía, nuestra vida social y la cultura.

La mente, el cuerpo y las emociones son las áreas en las que debemos centrar nuestra relación con “uno mismo” y nuestra paz interior. Para tener paz interior, cada individuo necesita sabiduría, sentir amor, paciencia, alegría y tener un cuerpo sano.

La tercera dimensión de la paz es el medio ambiente, que coincide con la paz con la naturaleza. Aquí nos encontramos con tres áreas: necesitamos tener conocimientos para estar informados, tener respeto por la vida y estar en armonía con el entorno (cosas-naturaleza, árboles, flores, animales, etc.)

MANUAL DE APOYO

La rueda de la paz



Prueba

¿Puedes encontrar las palabras que faltan en los siguientes proverbios y refranes? Identifícalas y tendrás las pistas para completar el círculo de la paz!

Las palabras que tienes que utilizar son: Belleza, Cuerpo, Compasión, Cooperación, Cultura, Economía, Emociones, Medio ambiente, Paciencia, Armonía, Salud, Individuo, Información, Alegría, Justicia, Conocimiento, Vida, Amor, Mente, Respeto, Vida social, Solidaridad, Sustancia, Verdad, Bienestar y Ciencia.

Área 1. La experiencia es la madre de la _____.

Área 2.

- a) Donde hay _____ no hay oscuridad (Proverbio de burundi)
- b) _____ y la perseverancia tienen un efecto mágico ante el cual las dificultades desaparecen y los obstáculos se desvanecen. (John Quincy Adams)
- c) El hombre puede apartar la _____ de su corazón pero Dios nunca lo hará (William Cowper)
- d) No prometas algo cuando rebores de _____; no respondas cartas cuando estés lleno de rabia. (Proverbio chino)

Área 3. La _____ es mejor que la riqueza.

Área 4. La duda es la llave del _____ (Proverbio iraní)

Área 5. Si quieres que te respeten tienes que _____ te a ti mismo. (Proverbio español)

Área 6. Tocar la tierra es estar en _____ con la naturaleza (Proverbio sioux. Nativo americano)

Área 7. No dejemos que nadie descuide su propio _____ por el de los demás, por importante que éste sea; sólo percibiendo claramente el propio _____ se puede estar atento a los objetivos de uno mismo. (Proverbio budista)

Área 8. El Gobierno y la _____ rigen las leyes de la vida; la anarquía y la rivalidad las de la muerte. (John Ruskin)

Área 9.

- a) La _____ sin inteligencia es como una flor en el barro. (Proverbio rumano)
- b) Más pronto o más tarde la _____ sale a la luz. (Proverbio holandés)
- c) _____ para siempre, _____ para siempre, _____ para siempre. Porque la unión hace la fuerza. (Ralph Chaplin)
- d) Cuando la violencia entra en la casa, la ley y la _____ salen por la chimenea. (Proverbio turco)

Área 10. La _____ de la mente debe estar subordinada al corazón. (Mahatma Gandhi)

Área 11. Mira como la _____ y el regocijo se asientan, / Alegres e irreflexivos / Hasta que, bastante transformados, se conviertan, / En depravación y alcohol unidos. (Robert Burns, 1759-1796)

Área 12. No puede haber _____ donde no hay eficacia. (Beaconsfield)

Área 13. Que no te engañe la primera impresión que te lleves de las cosas porque la apariencia no es la _____. (Proverbio inglés)

Área 14. Un momento de paciencia puede evitar una gran catástrofe y un momento de impaciencia puede arruinar toda una _____. (Proverbio chino)

Área 15. ¿Dónde está la sabiduría que hemos perdido en el conocimiento? Donde está el conocimiento que hemos perdido en la _____. (T.S.Elliot)

Área 16. Es más fácil doblar el _____ que la voluntad. (Proverbio chino)

Área 17. Privándonos de las _____ nos volvemos malhumorados, intransigentes y estereotipados; reprimiéndolas nos convertimos en personas sin imaginación, reformatorias y de superioridad moral; estimulándolas, perfuman nuestra vida; si las desalentamos, la envenenan. (Joseph Collins)

Área 18. Mira con tu _____, escucha con tu corazón. (Proverbio kurdo)

Área 19. El hombre se configura por medio de las decisiones que configuran su _____. (Rene Dubos)

Área 20. Cualquier corazón es el corazón de otro. Cualquier alma es el alma de otro. Cualquier cara es la cara de otro. El _____ es la única ilusión. (Margaurite Young)

Área 21. Puedes decir lo desarrollada que está una _____ por la cantidad de basura que recicla. (Tahanie)

Guías de debate

Guía de debate: Paz con uno mismo (grupo 1)

1. ¿Qué significa estar en paz con uno mismo?
2. ¿Qué clase de cosas de las que hacemos o decimos cada día muestran que estamos en guerra con nosotros mismos y no tenemos calidad de paz interior?
3. ¿Hay alguna relación entre el cuerpo, la mente y las emociones? ¿Qué tipo de relación?
4. ¿Cómo podemos desarrollar las cualidades que nos ayudan a estar en paz con nosotros mismos?
5. ¿Es posible tener una relación positiva con los demás si no estamos en paz con nosotros mismos?

Guía de debate: Paz con la naturaleza (grupo 3)

1. ¿Valora la sociedad el medio ambiente?
2. ¿Qué significa vivir en armonía con la naturaleza?
3. ¿A quién le corresponde cuidar del medio ambiente?
4. En el futuro, ¿cuántas guerras se declararán por recursos naturales básicos (por ejemplo, agua) en comparación con las que se declaren por otros motivos (por ejemplo, diferencias étnicas, culturales o religiosas)?
5. ¿Crees que el arte de vivir en paz con la naturaleza es relevante para alcanzar un estado total de paz?

Guía de debate: Paz con los demás (grupo 2)

1. ¿Tenemos los seres humanos capacidad para vivir en paz con los demás?
2. ¿La ausencia de guerra significa que estamos en paz con los demás?
3. ¿Podemos aprender a ser más pacíficos con los demás en nuestras vidas diarias? ¿Cómo?
4. ¿Qué pasos hay que seguir para poder tener esperanza en un mundo en paz en el futuro?
5. ¿Pueden superarse las cicatrices dejadas por la guerra de manera que la gente pueda volver a vivir en paz?

Respuestas a la prueba de la rueda de la paz

Área 1. Ciencia

Área 2. a) Amor

b) Paciencia,

c) Compasión,

d) Alegría

Área 3. Salud

Área 4. Conocimiento

Área 5. Respeto

Área 6. Armonía

Área 7. Bienestar

Área 8. Cooperación

Área 9. a) Belleza,

b) Verdad,

c) Solidaridad,

d) Justicia

Área 10. Cultura

Área 11. Vida social

Área 12. Economía

Área 13. Sustancia

Área 14. Vida

Área 15. Información

Área 16. Cuerpo

Área 17. Emociones

Área 18. Mente

Área 19. Medio ambiente

Área 20. Individuo

Área 21. Sociedad

La rueda de la paz completa

