

DÍA DE LA PAZ BAJO EL TÍTULO DE REHUSAR USAR LA FUERZA, RODEARSE DE CARICIAS.

Toda nuestra vida está hecha para ir aprendiendo de las cosas que nos suelen pasar, lo bueno y lo que no nos gusta. Todo es un continuo aprendizaje.

A veces, pensamos que nuestra vida ha de estar en el centro del mundo y no nos damos cuenta que el mundo gira para todos y cada uno de nosotros somos actores y sufridores de él. Hoy vamos a trabajar en el tema de la paz, una canción que nos va a hacer pensar en cómo cada uno de nosotros tenemos que ir haciendo ese espacio de paz en nuestro interior para que vayamos construyendo una persona que vive y transmite cosas positivas a los otros.



<https://www.youtube.com/watch?v=EC-xvYC7ooU>

<https://www.youtube.com/watch?v=9VxJzyjpDoo> CON LETRA

DESAPRENDER LA GUERRA

Desaprender la guerra, realimentar la risa, deshilar los miedos, curarse las heridas.

Difuminar fronteras, rehuir de la codicia, anteponer lo ajeno, negarse a las consignas.

Desconvocar el odio, desestimar la ira, **rehusar usar la fuerza, rodearse de caricias**. Reabrir todas las puertas, sitiar cada mentira, pactar sin condiciones, rendirse a la Justicia.

Rehabilitar los sueños, penalizar las prisas, indemnizar al alma, sumarse a la alegría

Humanizar los credos, purificar la brisa, adecentar la Tierra, reinaugurar la Vida.

Desconvocar el odio, desestimar la ira, **rehusar usar la fuerza, rodearse de caricias**. Reabrir todas las puertas, sitiar cada mentira, pactar sin condiciones, rendirse a la Justicia.

Desaprender la guerra, curarse las heridas. Desaprender la guerra, negarse a las consignas. Desaprender la guerra, rodearse de caricias. Desaprender la guerra, rendirse a la justicia. Desaprender la guerra, sumarse a la alegría. Desaprender la guerra, reinaugurar la Vida.

<https://luisguitarra.com>

De todas las frases, vamos a trabajar REHUSAR USAR LA FUERZA, RODEARSE DE CARICIAS.

LO PRIMERO QUE VAMOS A HACER ES BUSCAR EL SIGNIFICADO EN LA PIZARRA DIGITAL DE:

REHUSAR USAR LA FUERZA

REHUSAR

[Empty box for definition of REHUSAR]

USAR

[Empty box for definition of USAR]

LA FUERZA

[Empty box for definition of LA FUERZA]



LA FUERZA LA USAMOS CUANDO



Algo se nos resiste - cuando queremos cambiar algo de sitio - levantamos objetos - poner algo en movimiento - romper cosas - detener alguna cosa - modificar un objeto de forma - mover el cuerpo para correr - trabajar en algo físico - en deportes - para caminar - en acciones de la vida cotidiana - cuando queremos algo bueno para nuestra vida y nos cuesta.

Todas estas fuerzas son positivas. Vamos a poner un ejemplo de al menos tres que usamos en positivo a lo largo del día. Podemos coger de los ejemplos puestos arriba.

[Empty box for providing examples of positive force use]



USAR LA FUERZA EN PLAN NEGATIVO:

- Fuerza Física para Imponer Voluntad
- Uso de Intimidación o Amenazas
- Presión Social en el Grupo (Si no lo haces, no eres de los nuestros)
- Los que hablan por encima de todos para quedar como “los mejores”

- Los que castigan a otros por no hacer lo que ellos dicen
- Forzar a otros a compartir la información privada
- Uso de burlas

Si sabes de otras, las vamos a poner.....

.....
.....

Todas estas fuerzas son negativas. Vamos a poner un ejemplo de al menos tres que se usan entre los de mi edad a lo largo del día.



- **Fuerza Física para Imponer Voluntad** he visto en el instituto y pongo un ejemplo. ¿Cómo se ha solucionado? ¿Qué soluciones puedo encontrar, qué se me ocurre para cuando existe ese problema? ¿Cómo hacerlo?

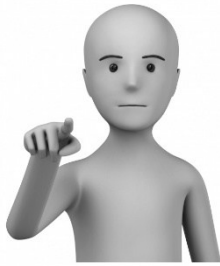
- **Uso de Intimidación o Amenazas** he visto en el instituto y pongo un ejemplo. ¿Cómo se ha solucionado? ¿Qué soluciones puedo encontrar, qué se me ocurre para cuando existe ese problema? ¿Cómo hacerlo?



RODEARSE DE CARICIAS ES:

- Abrazar diariamente a los que quiero
- Tener gestos bonitos con mi familia y amigos
- Es reconocerte por lo que eres y que tú me reconozcas por lo que soy
- Es tener tu reconocimiento entre todos sin que me pidas nada malo.
- Un beso, un abrazo, juego contigo, te felicito, te doy una dedicación, te mando un mensaje cariñoso.

EXPLICA CON TUS PALABRAS AHORA LO QUE HAS ENTENDIDO QUE ES RODEARSE DE CARICIAS



El problema es que cuando no sabemos pedir caricias, ni darlas, ni recibirlas esto nos lleva a una situación de insatisfacción, de ganas de caricias aunque sean mal recibidas porque, a veces, no las hemos tenido. Es como tener hambre, te comes lo que sea con tal de no sentirlo. Es tener ganas, necesidad de ellas. Estas situaciones nos llevan a hacer cosas que nunca habríamos pensado por caer bien a la gente.

- ¿De quién te gustaría recibir una caricia? ¿La puedes pedir? ¿A quién te gustaría darle una caricia? ¿Puedes y quieres darla? ¿Qué podemos hacer?
- **Vamos a hacer una actividad:** vas a coger un folio y con él vamos a hacer un sobre, decoramos el sobre poniéndolo bonito. Dentro del sobre vamos a dar una caricia a alguien a quien yo quiero darla de la clase. Puedo hacer las mismas cosas para darle a otra persona del instituto.
- En otro folio vamos a hacer otro sobre y vamos a escribir algo muy especial, algo que yo también quisiera recibir por alguien. Lo vamos a dejar en la mesa del profesor que las repartirá a cada uno de la clase.



Reflexionamos un poco sobre cada una de las frases de abajo y charlaremos en grupos sobre ello. Sacamos unas conclusiones y las vamos a poner en las paredes de la clase

- SER UNA **PERSONA HERIDA** NO TE DA DERECHO A SER UNA **PERSONA HIRIENTE**
- ENFADARTE SÍ, PERO QUE ME IGNORES DURANTE DÍAS, NO
- NO ESTAR DE ACUERDO CONMIGO, SÍ. PERO QUE ME GRITES PARA TENER RAZÓN, NO
- EQUIVOCARTE, SÍ, QUE ME ECHES A MÍ LA CULPA DE TUS ERRORES, NO
- QUE TENGAS MEIEDOS E INSEGURIDADES, SÍ. QUE QUIERAS CONTROLARME PARA SENTIRTE MEJOR, NO.
- YO ACEPTO Y RESPETO TUS HERIDAS. PERO NO VOY A PERMITIR QUE SANGREN SOBRE MÍ.

Trabajo para la paz cuando me trabajo por dentro, trabajo para la paz cuando decido no usar la fuerza para hacer mi voluntad para todos. Trabajo para la paz cuando me rodeo de personas donde las caricias son importantes y ayudo a todos expresando lo mejor de mí.