

MÓDULO 1

Básico.

AULA 3

Como Construir a Paz e Dizer Não à Violência

OBJETIVO

Conscientizar para a importância da construção e manutenção da PAZ, seja em casa, na escola ou na rua, ressaltando o valor da vivência cristã como recurso facilitador desse processo.

-

ATIVIDADE INTRODUTÓRIA/MOTIVADORA

Vivência com a música “Te Ofereço Paz”.

-

Te ofereço Paz! Te ofereço Amor! Te ofereço Amizade!

Ouçó tuas necessidades, vejo tua beleza, sinto os teus sentimentos...

Minha sabedoria flui de uma fonte superior...

E reconheço esta fonte em ti... Trabalhemos juntos!

FUNDAMENTAÇÃO EVANGÉLICO-DOCTRINÁRIA

✿ Ver E.S.E., Cap. IX – Bem-Aventurados os que são brandos e pacíficos.

✿ Texto extraído do livro “Aprendizes do Evangelho”, FEESP, Vol. 1.

O Sermão do Monte - Bem-Aventurados os Mansos (Mt. 5:5). Bem-Aventurados os Pacificadores (Mt. 5:9).

Continuando a demonstração de que a humildade é um dos meios para alcançar a evolução real, Jesus explica a importância *do pensamento e da ação* Radiação Mental.

Jesus é a própria doçura, mansidão, paciência; espelhou muito bem a Harmonia e a Ordem divinas que começam dentro do próprio homem.

A intenção e o interesse desencadeiam as forças da vontade que comandam os pensamentos e as ações. As virtudes devem ser cultivadas pela Reforma Íntima, na implantação da renovação mental e ir se espalhando pelo lar, junto à família, prolongando-se aos amigos sadios ou aos necessitados.

A base dos bons pensamentos é a constante e vigilante sintonia elevada das radiações mentais e vice-versa. Os bons pensamentos acalmam as emoções descontroladas, produzindo boas ações, dispensando a intolerância e a cólera (curto-circuito pensante). A mansidão, a moderação, a prudência, são o retrato da alma afável e justa.

Quando Jesus explicitou que os mansos herdarão a Terra e que os pacíficos serão chamados Filhos de Deus, ele prometeu a paz *na Terra como no Céu*

Não se tem a paz e a serenidade no coração, enquanto não se compreender, com paciência, as necessidades dos semelhantes, principalmente quando a ignorância é dirigida pela violência; só se alcança esta compreensão com a afabilidade, a doçura, a tolerância, a brandura e a pacificação.

Como reconhecer a injúria, a violência e a cólera?

A injúria é o ato de ofender alguém atribuindo-lhe, injustamente, uma falsa ação ou pensamento; é difamante. Por várias vezes, Jesus aconselha a não injuriar o semelhante. (Mt., 5:22)

Deve-se lembrar que as palavras revestem sonoramente os pensamentos e refletem a expressão dos sentimentos, consignando, por si, a responsabilidade social e coletiva.

A violência é o ato de transgredir, infligir a lei em coação física ou moral, em abuso do respeito ao próximo. O violento sempre usa da força bruta, enquanto o manso é afável e tolerante. Todo intransigente é irritável e intolerante, e se identifica pela incompreensão e exigência com os outros.

São severos e rígidos com os outros, não lhes permitindo infrações, pois se consideram infalíveis. São sempre ríspidos no falar e no agir, às vezes até com quem estimam. Têm prazer em denegrir as pessoas. Não sabem perdoar nem mesmo as pequenas falhas humanas. O senso crítico e seu poder de análise os tornam exigentes, radicais e duros.

Jesus mostrou ao homem que com a medida que ele julgar, será julgado. (Mt., 7:1-2)

A intolerância é irmã da impaciência, da irritação que é o primeiro alerta de perigo do desequilíbrio mental. O impaciente é sempre inquieto, agitado e aborrecido. São defeitos satélites do egoísta. Ele tudo quer como num passe de mágica e se irrita e desespera pelas frustrações sofridas.

A intolerância a impaciência acabam levando o homem à violência e esta, à cólera.

A cólera é um fluido viscoso que bloqueia a razão e ativa os instintos primários negativos, impossibilitando as criaturas ao entendimento da realidade, subjugando-as ao orgulho pela impotência do seu raciocínio e, todos sabemos, comprometendo a saúde.

Kardec diz que "*nesses instantes, se a pessoa pudesse se ver a sangue frio, teria medo e horror de se mesmo, ou se acharia bastante ridículo*" (E.S.E., Cap. IX, item 9)

O espírita deve tomar muito cuidado com a cólera. Sendo raios de sentimentos desarticulados, ela não exclui certas qualidades do coração, podendo enganar pela invigilância, atribuindo ao seu temperamento ativo, quando é, na realidade, nascida da impotência, do orgulho e da fraqueza nas resoluções das imperfeições que revestem o Espírito. A única solução no momento, é dar uma parada rápida nos centros seletivos da mente e procurar a origem do problema, amparados em Jesus, para reorganização da Casa Mental.

Como nos tornamos afáveis, mansos e pacificadores?

A benevolência com os semelhantes, fruto do amor ao próximo, gera a afabilidade e a doçura, que são a sua manifestação. (E.S.E., Cap. IX). As pessoas são mansas porque não permitem que nada as irritem, uma vez que são verdadeiras tanto no trato formal, como na meiguice do coração para com os íntimos.

A brandura e a mansidão complementam a delicadeza de espírito. O ódio, o fanatismo, a ambição do poder e os privilégios da riqueza, crescem ao nosso redor, entretanto, o foco de luz do Evangelho é cada vez mais forte.

Como ser manso e brando neste mundo de violência?

Como pacificar o espírito e promover a paz no mundo? – não existe paz sem liberdade, nem liberdade sem respeito mútuo. Nem sempre a retórica traduz os legítimos sentimentos e paz.

Os pensamentos e as ações humanas podem mudar a face da Terra. Jesus disse: os mansos herdarão a terra e os pacificadores serão chamados Filhos de Deus.

Como honrar a promessa do Senhor, na edificação desse mundo melhor?

Através do auto-aprimoramento e da sinceridade de propósito. A higiene mental, através do pensamento positivo, não dando guarida a contrariedades; a disposição firme para o conhecimento do bem e perseverança na sua prática, a abnegação entendida como renúncia sublimada, como desprendimento; o espírito de conciliação em todas as disputas e exaltações;

a busca na prece e na meditação da renovação de forças e disposição para o bem, são elementos de pacificação e mansuetude para a alma.

Ser manso e pacífico está longe de ser acomodado: é luta interior perene, para a construção de um caráter evolutivo.

DESENVOLVIMENTO DO CONTEÚDO

01. Uma vida em paz é um direito de todas as pessoas.

02. Estar em paz...

- ✓ É ter respeitados e respeitar todos os direitos humanos;
- ✓ É não estar submetido a qualquer tipo de violência, institucional, física ou psicológica;
- ✓ É ter liberdade e justiça social;
- ✓ É sentir contentamento interior pelo dever cumprido, pelo bem praticado;
- ✓ É viver em uma sociedade sem preconceitos, que respeite a equidade entre mulheres e homens;
- ✓ É desfrutar de uma comunidade solidária onde as oportunidades de desenvolvimento das potencialidades sejam idênticas para todos;
- ✓ É viver em família;
- ✓ É viver em verdade;
- ✓ É caminhar sempre para a frente sem deixar pessoas para trás.

03. Jesus nos disse: "*Minha paz vos dou..*" Então, por que razão ainda temos guerras e tantas desavenças entre países e no seio das famílias? Simplesmente porque ainda não aprendemos a AMAR, como Jesus nos ensinou... Amar ao próximo como a nós mesmos, é amar incondicionalmente (sem impor condições), perdendo as falhas e deslizos, sendo tolerantes, fraternos... Se compreendo o sentido do amor ao próximo, sou capaz de amar a todos os seres humanos e não apenas aqueles que me ensinaram a amar ou quando esteja com aqueles cujo reconhecimento valorizo particularmente. O amor se torna uma questão de princípio - amo inclusive os que não conheço ou os que não me amam. Como cidadão do mundo, amo à família universal.

04. O estudo e o debate do problema da violência leva à convicção de que é necessário fazer uma campanha de prevenção da violência dentro da família, sobretudo porque os adultos devem ser exemplo em casa e porque o lar é a primeira escola de uma criança.

05. A violência doméstica, física (incluindo a sexual) ou psicológica, é a principal causa de sofrimento das crianças.

06. Uma vida sem violência é um direito da gente e a paz começa, ou deve começar, em casa.

07. Muitos atos de violência nascem de motivos fúteis como um xingamento, uma diferença (de credo, de religião, de preferência política ou esportiva), do preconceito racial ou sexual, do machismo, da falta de autocontrole, de tolerância, de equilíbrio, de atitudes egoístas e mesquinhas...

08. A impunidade do agressor, que, muitas vezes, não repara os danos causados às suas vítimas, estimula a novas atitudes de violência, mas não deve justificá-las, pois sabemos que "um erro não justifica o outro".

09. Os adultos, de um modo geral, e os policiais, em particular, devem evitar o abuso de força e de poder, procurando atitudes que ajudem as vítimas da violência

10. O crescimento desordenado da população, o desemprego, a extrema pobreza, a miséria, a exclusão social, a falta de atendimento às necessidades básicas, o não reconhecimento dos direitos do cidadão, o desrespeito aos direitos humanos, a facilidade de acesso a drogas e a armas, a falta de Deus nos corações, a influência nociva da televisão, e o uso abusivo de bebidas alcoólicas, favorecem a ocorrência de atos de violência dentro e fora do lar.

11. Devemos compreender que a violência só educa para a violência.
12. A prevenção e o controle da violência é um problema de saúde pública e a epidemia que mais cresce no mundo é a violência provocada pelo homem
13. A construção da paz é um processo que exige esforço contínuo e não pode depender de campanhas eventuais.
14. Devemos reforçar a educação dos jovens para a maternidade e a paternidade responsáveis.
15. Devemos reforçar na comunidade a noção de tolerância, do controle emocional, da resolução de conflitos, da conquista paz e necessidade de resolver conflitos através do diálogo, priorizando em todos os níveis, os trabalhos de grupo, como forma ativa e exemplo de participação social.
16. Devemos evitar todas as formas de violência na família (maus tratos, violência sexual, negligência, abandono e violência psicológica, gritos, xingamentos, palavrões) e adotar o lema *"A Paz Começa em Casa"*.
17. Muitas vezes o desequilíbrio de nosso próximo é teste para nos mantermos calmos, para sermos indulgentes com suas faltas, pacientes e tolerantes. Também pode ser expiação por faltas que cometemos anteriormente...
18. Nada justifica sermos violentos somente porque os outros estão sendo – Jesus nos ensinou a oferecermos a outra face e isso quer dizer que não devemos revidar, nem pensar em vingança – ou usarmos bebidas ou drogas, somente porque outros estão usando (mesmo que esses "outros" sejam nossos parentes próximos ou pais)...
19. Aprendamos a compreender, aceitar e perdoar nossos pais, quando eles se tornam violentos, pois eles têm, não raras vezes, problemas graves que desconhecemos.

SUGESTÃO DE ATIVIDADE

SE QUISER PREVENIR A VIOLÊNCIA, HÁ MUITA COISA QUE POSSO FAZER!

Objetivo:

Levar os evangelizando a refletirem concretamente sobre o que podem vir a fazer para evitar a violência.

Procedimentos:

- a) Dividir a turma em seis grupos;
- b) Entregar a cada grupo uma proposição/frase (v. abaixo), para que seja lida, compreendida e discutida, de modo que eles formulem ou citem um exemplo concreto de vida ou situação que retrate o que está escrito;
- c) Pedir que cada grupo escolha um relator;
- d) Após o trabalho em pequenos grupos, em grande círculo, pedir que cada relator coloque a conclusão do grupo e que o restante da turma acrescente, se for o caso, outros pontos de vista.

Proposições:

01. Sei que posso me tornar um pacificador: alguém que escolheu trabalhar ativamente na construção de valores e ações de paz, alguém que não depende do estímulo ou cobrança de outros para exercer a sua cidadania, alguém que dá o bom exemplo, ao invés de esperar que outra pessoa o faça.
02. Sei que não vou mudar o mundo, mas posso mudar o meu jeito de ver, pensar, sentir, falar e agir – assim, estarei transformando o meu mundo. Pois reconheço que eu também carrego impulsos agressivos, egoístas ou violentos, mas posso controlar e canalizar essas energias de modo construtivo. Essa transformação, por mais interna e sutil que seja, contribuirá para que as pessoas com quem me relaciono sintam o desejo de mudar também.
03. Talvez eu só consiga fazer pequenas coisas, mas sei que se as fizer com amor e pureza de motivos, serão sementes frutíferas. Sei que na dimensão espiritual, o que conta é a qualidade, não a quantidade.
04. Talvez ninguém jamais me agradeça ou elogie pelo que fiz. Mas minha motivação é muito mais profunda do que o reconhecimento externo. Quero estar feliz comigo mesmo por saber que a minha existência tem significado, que a minha passagem por este mundo contribuiu para a felicidade de outras pessoas.
05. Talvez eu mesmo não veja os frutos de minhas ações, pois a Paz é uma árvore que cresce discretamente no solo dos corações e demora a brotar. Mas sei que depois de mim, virão meus filhos, netos... e as gerações por vir merecem um mundo melhor.

06. Sei que posso construir a paz, por onde passar, bastando, para tanto, silenciar quando for provocado(a), não provocar os outros, ignorar insultos alheios, procurar defender-me de agressões, buscar a prudência quando houver tumultos ou brigas, recorrer à oração e à prática do Evangelho quando diante de situações difíceis.

HISTÓRIA “O EFEITO DA CÓLERA”

(Meimei, in Pão Nosso)

Um velho judeu, de alma torturada por pesados remorsos, chegou, certo dia, aos pés de Jesus, e confessou-lhe estranhos pecados. Valendo-se da autoridade que detinha no passado, havia despojado vários amigos de suas terras e bens, arremessando-os à ruína total e reduzindo-lhes as famílias a doloroso cativeiro. Com maldade premeditada, semeara em muitos corações o desespero, a aflição e a morte. Achava-se, desse modo, enfermo, aflito e perturbado... Médicos não lhe solucionavam os problemas, cujas raízes se perdiam nos profundos labirintos da consciência dilacerada.

O Mestre Divino, porém, ali mesmo, na casa de Simão Pedro, onde se encontrava, orou pelo doente e, em seguida, lhe disse: -*"Vai em paz e não peques máis."*

O ancião notou que uma onda de vida nova lhe penetrara o corpo, sentiu-se curado, e saiu, rendendo graças a Deus. Parecia plenamente feliz, quando, ao atravessar a extensa fila dos sofrendores que esperavam pelo Cristo, um pobre mendigo, sem querer, pisou-lhe num dos calos que trazia nos pés.

O enfermo restaurado soltou um grito terrível e atacou o mendigo a bengaladas. Estabeleceu-se grande tumulto. Jesus veio à rua apaziguar os ânimos. Contemplando a vítima em sangue, abeirou-se do ofensor e falou: - *"Depois de receberes o perdão, em nome de Deus, para tantas faltas, não pudeste desculpar a ligeira precipitação de um companheiro mais desventurado que tu?"*

O velho judeu, agora muito pálido, pôs as mãos sobre o peito e bradou para o Cristo: *"Mestre, socorre-me!... Sinto-me desfalecer de novo... Que será isto?"*

Mas, Jesus apenas respondeu muito triste: *"Isso, meu irmão, é o ódio e a cólera que outra vez chamaste ao próprio coração."*

E ainda hoje isso acontece a muitos que, por falta de paciência e de amor, adquirem amargura, perturbação e enfermidade.

VIVER EM PAZ(Emmanuel, in Fonte Viva)

*"...Vivei em paz..."*Paulo (II Cor., 13:11)

Mantém-te em paz. É provável que os outros te guerreiem gratuitamente, hostilizando-te a maneira de viver; entretanto, podes avançar em teu roteiro, sem guerrear a ninguém. Para isso, contudo – para que a tranqüilidade te banhe o pensamento -, é necessário que a compaixão e a bondade te sigam todos os passos.

Assume contigo mesmo o compromisso de evitar a exasperação. Junto da serenidade, poderás analisar cada acontecimento e cada pessoa no lugar e na posição que lhes dizem respeito.

Repara, carinhosamente, os que te procuram no caminho...

Todos os que surgem,a flitos ou desesperados, coléricos ou desabridos, trazem chagas ou ilusões. Prisioneiros da vaidade ou da ignorância, não souberam tolerar a luz da verdade e clamam irritadiços... Unge-te de piedade e penetra-lhes os recessos do ser, e identificarás em todos eles crianças espirituais que se sentem ultrajadas ou contundidas.

Uns acusam, outros choram. Ajuda-os enquanto podes. Pacificando-lhes a alma, harmonizarás, ainda mais, a tua vida. Aprendamos a compreender cada mente em seu problema.

Recorda-te de que a Natureza, sempre divina em seus fundamentos, respeita a lei do equilíbrio e conserva-a sem cessar.

Ainda mesmo quando os homens se mostram desvairados, nos conflitos abertos, a Terra é sempre firme e o Sol fulgura sempre.

Viver de qualquer modo é de todos, mas viver em paz consigo mesmo é serviço de poucos.

FIXAÇÃO DO CONTEÚDO

CONSTRUÇÃO DO MURAL DA PAZ.

- a) Material: 1 ou duas folhas de papel madeira, cartolina ou 40 kg, pombas recortadas em papel branco, uma para cada aluno (modelo em anexo), lápis grafite ou caneta hidrocor, cola.
- b) Procedimento: Após colocar um título sugestivo (ex.: “Mural da Paz”, “Vou Construir a Paz...” ou “O Mundo Precisa de Paz” ou “A Paz me lembra...”, ou, ainda, “Sinto Paz quando...”), pedir que cada evangelizando escreva na pombinha branca de papel uma palavra ou frase pertinente, ou que desenhe algo que lhe lembra a paz, todos devendo colar no mural a sua pombinha, explicando suas respectivas contribuições.

MÚSICA “VOU CONSTRUIR A PAZ!”

(Graça Melo)

Vou construir a Paz
em meu coração!

Vou ter mundo feliz...

vou ter mundo irmão!

Mundo de amor e de união...
mundo de alegria e luz...
Vou construir a Paz em meu coração
com o Evangelho de Jesus!

(recebido sem menção de autoria ou fonte. Se souber qual seja, por favor, nos informar, a fim de darmos os devidos créditos)