



Documento de creación colaborativa y colectiva
WORLD CAFÉ POR LA PAZ
Coordinado por:
Casa de la Pax Cultura Nodo Sunchales
Fundación Grupo Sancor Seguros
Jueves 18 de mayo de 2023
Espacio de Diálogo Interreligioso – Sunchales (SF)

¿Qué es el World Café?

También llamado Café Mundial. Su nombre es una metáfora, que recrea el ámbito de una charla de café.

Es un método sencillo para generar conversaciones o diálogos colaborativos sobre un tema determinado.

Es un espacio para conversar, creando juntos, sobre situaciones problemáticas y conflictos. Permite salir del “sálvense quien pueda” y comprobar que “todos juntos podemos más “

Se reúne a los participantes en “mesas de café” y cada una es atendida por una Anfitrión que coordina la conversación, haciendo circular la palabra, y un Registrador, que toma nota de lo que cada uno dice, sin indicar el nombre de quien lo dice. Se produce un documento colectivo que es compartido.

En este World Café trabajamos la Paz Interna y Externa, dentro del marco de la Celebración del Día Mundial de la Convivencia en Paz.

Informe de los aportes realizados por todos los participantes:

PAZ INTERNA:

¿Qué observo en mi cuando estoy en Paz?

“Cuando puedo ayudar a las personas”; “Cuando tengo tiempo en soledad sin cargas de familia”
“Cuando comparto con mis hijos, mi familia, ayudándolos” “Cuando rezo” “Cuando salgo a caminar”.

“Cuando me conecto conmigo mismo, soy un espacio entre el pensamiento y el sentimiento”
“Siento en paz cuando medito” “Cuando me conecto con la naturaleza”; “Siento mucha paz cuando veo a mi hijo dormir”; “siendo chofer me he sentido en paz manejando en la ruta”; “en verano cuando me siento en la vereda y la gente, los niños me saludan , me siento en paz”;
“Cuando me siento en paz, estoy en equilibrio y soy la mejor versión de mi mismo”; “ cuando estoy en soledad, tranquila y en oración con Dios”; “Cuando recibo el amor de los nietos, de los hijos y de los amigos”; “cuando recibo el amor de mis hijos”.



“Cuando contribuyo al bienestar del otro”; “cuando me conecto con la naturaleza y mi yo se equilibra”; “cuando me acepto y puedo aceptar al otro”; “Cuando al salir en bicicleta, vuelvo y veo de otro modo la realidad”; “Cuando me pongo en el lugar del otro”; “Cuando oro y la oración me da serenidad”; “cuando reconozco que me quieren y me aceptan”; “cuando siento tranquila la conciencia”; “Cuando practico el mantra y decreto que nadie me quitara la paz”; “Cuando escribo”.

¿Que tengo en mi botiquín de primeros auxilios interno para recuperar la Paz?

“Detenerme, respirar, abrazarme con mis hijos, y la lectura”; “Conversar con Jesús y con los niños”; “De noche al acostarme en la oración”; “la respiración profunda”; “hablo por teléfono con mis seres queridos”; “Estar en soledad, tranquila, en conexión con Dios y la oración”; “La Religión, el Espíritu Santo, la familia?; “la respiración, abrazar a mi hijo, respirar juntos”; “Estoy con los que me rodean y evocamos momentos felices”; Mi fe en un Ser Superior que me permite ir hacia adentro y elevarme”; “Hablar con Dios y con la Virgen”; “la meditación y la respiración consiente”; “la practica de Yoga” ; “ el convencimiento de que Dios esta dentro de nosotros”; “la confianza en uno mismo”.

PAZ EXTERNA

¿Qué acciones que están ocurriendo favorecen la Paz?

¿Qué acciones que están ocurriendo se deben mantener y aumentar para construir Paz en tu casa, en tu lugar de trabajo, en tu ciudad, en el mundo?

“El respeto a la diversidad”; “La utilización del espacio publico para compartir con el otro”; “Analizar al final del día, que acciones hice hoy que ayudan a encontrar la Paz” “Reconocer los errores”; “Aprovechar el tiempo”; “Dialogar”; “Apoyar a los que necesitan”; “Hacer visibles a los que tienen necesidades fundamentales insatisfechas” ; “Crear redes entre las instituciones para optimizar tiempos y acciones”; “El trabajo en equipo”; “Amar y acompañar”; “ Buena predisposición para apoyar las buenas acciones y sostener la paz interior dentro de nosotros”; “Escuchar al otro”; “Prestar atención a las necesidades de lo otros”; “saber escucharse para poder escuchar al otro”; “ No sumarse a la crítica y a la queja”; “Evitar las personas toxicas” ; “ Sonreír y saludar”; “respetar a la naturaleza”; “ confiar en el otro”; “apoyar a las nuevas generaciones”; “respetar y escuchar a las personas mayores”; “trabajar para igualar”; “armonizar y convivir dentro de la familia”; “tener un espacio para dialogar”; “pensar en positivo y ser asertivo”. “La comunicación eficiente y empática”. “Dialogar reconociendo los errores para poder cambiar.”

“La comunicación no violenta, CNV o NVC en inglés.” “Tomar contacto con lo diverso”. “apreciar los valores del otro.” “Mediar frente a lo diverso”,

“Vivir con sentido de comunidad”. “la Ayuda Mutua”. Pensar y actuar con coherencia”.



¿Qué acciones mejorarían el nivel de Paz en la familia, en la escuela, en el lugar de trabajo, en la ciudad? Recuerda que debes pensar en las acciones que mejoran y no en las que no debemos hacer.

“Aprender a escucharse, oír al otro sobre todo en lo laboral y oírse a sí mismo”

- “Respetar las diferencias las individualidades”.

“Ser empático para construir juntos el futuro.”

“Dialogar, permitirse el espacio y el tiempo para hacerlo”.

“Decir lo que no pasa, sintonizar con el otro”.

“Escuchar activamente.”

“Tenes paz interna para alcanzar la paz externa”

“Sin paz interna no podemos construir”.

“Comprender y no simplemente entender”.

“Se requiere una gran apertura”.

“Educar a los hijos y a los nietos”.

“Respetar lo pensamientos de otros. La felicidad es contagiosa y nos mejora como personas”.

“Trabajar para dejar el mundo un poco mejor de lo que lo encontramos.”

“Estar bien con uno mismo para poder transmitir ese bienestar hacia el otro.”

“Ponernos siempre en el lugar del otro”.

“Abordar constructivamente lo conflictos.”

“Visibilizar los conflictos, nos permite crecer.”

“Fomentar la inclusión en todos los órdenes de la vida”.

“Hacernos responsables de nuestras acciones”.

“Cumplir lo que prometemos”.

“Hacernos cargo, ser responsables y respetuosos”

“Escuchar al otro”.

“Solidarizarnos con nuestras comunidades”

“Vivir, compartir con los otros”.

“Priorizar la comunicación.”

“Vivir aceptando las diferencias”.

“Aceptar los cambios de paradigmas”.

“La actividad de la Organizaciones No Gubernamentales en la comunidad”.