BRAHMA KUMARIS
COLOMBIA

CULTURA DE PAZ

El arte de vivir en armonía

Una propuesta de Brahma Kumaris para contribuir a la unidad de los colombianos.

www.bkcolombia.org

La paz como valor universal se proyecta en la dimensión individual, familiar, laboral, comunitaria y global; la práctica de la paz en dichos ámbitos es una vía para forjar la convivencia armónica y la construcción del futuro.

CULTURA DE PAZ
Brahma Kumaris

CULTURA DE PAZ

La cultura de paz, además de ser una filosofía, debe ser el resultado de la responsabilidad que asume cada colombiano, la cual debe evolucionar y desarrollarse en la práctica, pues la cultura de la guerra y la violencia ha permeado las diferentes dimensiones de la vida humana, de lo cual no somos conscientes.

Por lo tanto, la cultura de paz debe ser el eje sobre el cual gire la transformación del comportamiento humano, tanto a nivel individual, social como institucional.

OBJETIVOS

Contribuir con las iniciativas gubernamentales expresadas en políticas, estrategias y programas, que buscan promover la convivencia armónica y el bienestar de los colombianos, generando espacios de reflexión para fortalecer su espíritu amigable, creativo, compasivo, conciliador y emprendedor.

- Sensibilizar a la ciudadanía sobre la importancia del aporte individual, como factor fundamental para fortalecer la cultura de la paz; debido a que el ser humano tiene la capacidad de vivir en armonía.
- Motivar a los participantes a establecer su propósito de vida, como factor que les permita enfocar sus esfuerzos para superar obstáculos y contribuir a cimentar la convivencia armónica y forjar un mejor país.
- Promover la meditación, desde la filosofía del Raja Yoga, como herramienta para despertar la conciencia sobre la naturaleza pacífica del ser humano.
- Desarrollar la capacidad del auto control para entablar relaciones armoniosas, con base en el respeto y la tolerancia por la diferencia.

TEMÁTICAS

LA IMPORTANCIA DE APRENDER A MANEJAR EL CONFLICTO

HABILIDADES COMUNICATIVAS

EL ARTE DE CREER, CREAR Y COOPERAR PARA CONSTRUIR FUTURO

PENSAMIENTO Y ACTITUD POSITIVA PARA EL DESEMPEÑO CREATIVO

EL BENEFICIO DE FOMENTAR ENTORNOS AMIGABLES Y COLABORATIVOS

MEDITACIÓN: HERRAMIENTA PARA MANEJAR LOS CONFLICTOS

BENEFICIOS DE TRANSFORMAR LA TENSIÓN EN ATENCIÓN

METODOLOGÍA

- El valor del ser humano y el impacto que tiene su visión, actitud y acciones
- Diálogos, reflexiones e interiorización
- Conocer y experimentar los contenidos
- Talleres para el aprendizaje significativo

BENEFICIOS

QUE SE PUEDE LOGRAR CON LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA

BRAHMA KUMARIS
COLOMBIA

En el ámbito personal, familiar, laboral y social las personas interiorizan y convierten en un **hábito** los postulados de la cultura de paz, lo cual **impacta** las relaciones interpersonales, la economía y el medio ambiente, esto hace que Colombia sea un **país confiable** y atractivo para vivir e invertir.

CULTURA DE PAZ
Brahma Kumaris

BRAHMA KUMARIS
COLOMBIA

ESTRATEGIAS

PARA LA SOSTENIBILIDAD DEL PROGRAMA CULTURA DE PAZ EN LAS INSTITUCIONES

- Implementar la pausa "para la paz", utilizando la iniciativa “Sólo un minuto”.
- Utilizar la herramienta “Elige la calma”, para fortalecer la convivencia en armonía.
- Fortalecer la práctica de valores, tales como: el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la responsabilidad y el perdón, realizando los talleres del programa “Vivir los Valores para Experimentar la Paz”.
- Realizar actividades de relajación, respiración y meditación, como medio para mitigar la tensión mental, emocional y física, que actualmente vive la humanidad.
- Formar líderes capacitadores para que promuevan el Programa Cultura de Paz, con base en el conocimiento y experiencia personal lograda a través del citado programa.

CULTURA DE PAZ
Brahma Kumaris