

# Nitakuwa na furaha kama... **nitajifunza kujenga amani**

"Heri wapatanishi, maana hao wataitwa wana wa Mungu" (Mt 5,9)



## Lengo

Kutambua hali za kila siku ambapo inawezekana kujenga amani kibinafsi, kwa kujituma ipasavyo.



## Mambo yaliendaje?

Mwanzoni kuna sehemu ya makaribisho, ambapo inabidi kuacha nafasi ya mazungumzo na mawasilisho ya kile ambacho kila mtu ameishi, mangámuzi na magumu pia. Kukaribisha maana yake ni kumfanya kila mtu ajisikie nyumbani: ubunifu utatusaidia kupata mbinu zinazofaa. Pia tunaweza kujikumbusha malengo tuliyojiwekea kwenye mkutano wa mwisho: "ulikuwaje?"



## Shughuli ya utambulisho

### MANENO SABA YA AMANI

**MUDA:** dakika 10/20.

**VIFAA:** Karatasi na peni kwa ajili ya washiriki, karatasi kubwa, kalamu za rangi

**UENDESHAJI:** kwa dakika chache washiriki wote wanapaswa kuandika kwenye karatasi maneno saba ambayo wanao-na kuwa ni ya muhimu katika kujenga/kudumisha amani. Halafu zitengenezwe jozi, na kila jozi, kwa muda wa dakika mbili, likubaliane kuhusu uchaguzi wa maneno saba. Washiriki wasipoteze mapendekezo yao kwa haraka, bali wapokee hata mapendekezo ya wengine kama yanaushawishi. Hatua inayofuata ni kuunda jozi mbili, na hizi jozi zitatakiwa kukubaliana juu ya uchaguzi wa maneno saba. Tuendeleo hivyo mpaka washiriki watakapo gawanyika katika timu mbili: hapa sasa itabidi kufanya makubaliano ya wote ili kupata maneno saba ya amani yanayofaa kwa kundi lote.

**MAEELIZO:** yawe maneno sio sentensi. Mwishowe maneno yaliyochaguliwa na kundi yanaweza kuandikwa kama tanga-zo juu ya bango.

**HITIMISHO:** rahisisha mazungumzo kwa kutumia maswali ya mwongozo. Kama kwa mfano:

- Ni nia ipi ilikuwa muhimu kukubaliana na wengine?
- Kuna kitu tulichojifunza na zoezi hili ambacho kinaweza kusaidia hata katika hali za kila siku?
- Ni katika hali zipi kibinafsi tunaweza kila siku kuwa wajenzi wa amani shuleni, katika familia, mtaa, mjini?



## Tuishi hivi

**M**chezo katika timu ya mpira wa kikapu. Mara nyingi inajulikana kwamba michezo, kutokana na maudhi ya mahangaiko, inaweza kubadilika na kuwa aina ya vita, ambapo kushinda tu ndio kwa muhimu, kwa namna yoyote na kwa njia yoyote. Wakati mfupi uliopita, wakati wa mechi, mpinzani niliyekuwa namzuia alikuwa mkubwa kuliko mimi na alikuwa anatumia sana mguso wa mwili. Wakati fulani, kwa kosa langu, alianguka. Hakuumia sana, lakini mimi nilimsogelea nikamsaidia ainuke.

Kisha jambo lisilo la kawaida likatokea: kocha wangu alikasirika kwa sababu nilimsaidia mpinzani. Kulingana na falsafa yake sikutakiwa kumsaidia, haswa kwa sababu yeye ni adui yangu. Mimi nilifikiri kuwa ilinipasa kumpenda yule mvulana, lakini hata kocha, kumfanya aelewe kuwa inawezekana kushinda, hata kwa kuheshimu mpinzani. Tangu hapo niliamua kufanya mechi zangu kama vile ningecheza na Yesu: mimi dhidi ya Yesu na pamoja naye.

(A. – Roma)



**M**imi na baba yangu tuna tabia ya nguvu na mara nyingi hugombana. Alipokuwa kijana aliishi mang'amuzi mazito ya gen lakini pia alikuwa na maisha magumu sana na baadhi ya mambo aliyoyaishi awali yana madhara kwake leo. Hii iliathiri vibaya familia yetu na mahusiano yetu. Tunagombana sana, hatukubaliani na wakati mwingine tunasema mambo ambayo hayatakiwi kusemwa.

Baba yangu ni mtu mwe-ma anayetupenda kwa moyo wote na anaweza kufanya chochote ili kutufurahisha, lakini akinywa anakuwa mtu tofauti, ambaye inakuwa vigumu hata kumwangukia machoni. Huu ni uchungu mkubwa.

Kwa kuwa mimi ni mtoto wa kwanza, nimeishi naye kwa muda mrefu zaidi na nilihitaji muda mrefu kuelewa jinsi ya kumpenda, jinsi ya kuvuka mipaka ya kila kitu. Siku moja, baada ya ugomvi mkubwa sana wa kifamilia, nilijifunza kuwa sitakiwi **kamwe kumhukumu mtu mwingine:** hujui alichokiishi

awali na hujui kwa nini anaenenda hivyo, labda ungekuwa wewe ungeenenda vibaya zaidi. Wazo hili nalikumbuka mara kwa mara kwa sababu li-nanipa urahisi wa kuwa-elewa wengine. **Kusali na kupenda kwa moyo wote: hili ndilo jambo gumu zaidi lakini pia ndilo jambo zuri zaidi tunaloweza kumfanyia mtu!** Labda baba yangu hatabadilika, lakini mimi nitampenda daima, sisi sote tutampenda daima! Jaribuni, mtagundua hata ninyi kuwa ni muhimu. Tunachohitaji ni upendo tu.

(A. – Sudest Europeo)




Kwa undani

## TEKELEZA MAPENDO



*Chiara Lubich, Kongamano la gen 3,  
Heri, 20 Juni 1975*


Yesu alipoza-liwa, malaika waliimba: «Amani duniani kwa watu wenye mapenzi mema». Yesu alipowatuma wafuasi wakahubiri duniani kote, aliwaamuru watangaze amani. Bila shaka, Yesu alikuja kuleta amani kati ya wanadamu na Mungu, amani iliyovunjwa kwa sababu ya dhambi ya asili, kujenga amani ya wanadamu kati yao kwa sababu alitufundisha kupendana kama alivyotupenda. Hivyo Yesu anawaita wenye heri wale wanaojipatanisha na Mungu kwa kupita kwa mtu wa zamani(kibabu) na kuingi kwa mtu mpya halafu wanajiweka kando yake(Mungu) ili kueneza

msaha na upendo pale palipo na ugomvi. Wanagen wanajua kuwa Yesu anataka amani kati ya watu wote, zaidi ya hapo Yeye anataka sisi tuwe kitu kimoja tu. Hivyo basi, ni nani zaidi ya gen atakayekuwa mjenzi wa amani popote pale alipo! Marafiki wawili wanapogombana, familia mbili zinaponyamaziana kati yazo, wanagen wanatafuta kisingizio cha kuwasha mapendo. Sasa mnaelewa vizuri gen, kwamba vijana wanaoenenda hivi kama Yesu, hawawezi kutoitwa na Baba wa mbinguni «Wana wa Mungu» kwa upendo mkubwa. 

*maelezo: kwenye wavuti  
<http://assistentigen3.focolare.org>  
hata video inapatikana*



## UNGANISHA FAMILIA

Katika migogoro ya familia, kunapokuwa na magumu kati ya wazazi wetu, tufanyeje ili umoja urudi katika familia yetu? 


*Santiago – Uruguay*

Ninyi, kwa nguvu mlizozinazo zinazotoka katika upeo huu, mnapaswa kuwashawishi ili kuiweka familia pamoja.

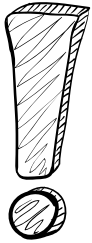
Katika wakati unaofaa, mchukue baba kando na anza kumpa sifa zake nzuri, kwa sababu ni hakika atakuwa nazo nyingi sana. Halafu mpe hata zile za mama na kusema, “Lakini hata mama yuko hivi. Umeona jinsi alivyo mwema, mvumilivu, anavyokutengenezea vyakula vitamu?”. Halafu, wakati mwingine, mwende kwa mama na kusema, “Mama, tazama, wewe ni mwema sana, mvumilivu, lakini hata baba ana sifa nzuri. Umeona

wakati mwingine anakuja kukutana nawe? Rejeeni kupendana, kwa sababu sisi tunawahitaji.”

Ninyi mnapaswa kuwaambia wazazi wenu, msipoteze kamwe uvumilivu na kuanza upya daima, mpaka watakaposikia kuwa mnawatamani sana.

Bilashaka, mbinu ya ushindi ni kuwapeleka kwenye Movement yetu, kama mnavyojua kuna hata watu wazima, familia na wengi wao ni jozi ambazo zinarudiana baada ya kukutana na haya maisha ya kiroho. 

*Chiara Lubich, Palaghiaccio  
ya Marino (Rm), 10.5.1997 –  
Kongamano kuu la gen 3 - n°4*



## Nitajaribu!

Amani siyo tu kutokuwepo kwa vita, au kuwa shwari, au kutokuwa na adui, lakini ni kitu cha ndani zaidi. Tuchukue baadhi ya hali ambapo kwayo tutaweza kuwa wajenzi na mabalozi wa amani katika muda wa karibu na kutenda ipasavyo. Hapa kuna baadhi ya mifano:

- 🕒 Najipatanisha na mtu ambaye nilikosana naye.
- 🕒 Tuwahusishe rafiki zetu shuleni kupiga picha za matendo ya amani yanayoonekana kando kando yetu. Kwenye vyombo vya habari, wale wanaodhani kuwa amani ni ndoto, tutaweza kuwaonesha kuwa amani ipo kati yetu, inatosha kuwa washirika wa amani.



## Tupo katika hatua gani?

Kufikia **lengo lazima** kufanya mazoezi kila siku na kutambua mabadiliko mazuri na magumu yaliyojitokeza.

Itatusaidia mpaka mkutano ujao, wakati tutatenga muda wa kushirikishana mang'amuzi.

Ni katika hali gani nilijitahidi kuwa mjenzi wa amani?

Mgogoro gani nimeugundua?

Ishara, mitazamo, matendo halisi niliyofanya ili kutatua mgogoro

Mabadiliko gani niliona?

Kwa ajili ya mlezi



## Tathmini baada ya mkutano

- Shughuli zilizopendekezwa zilikuza mvuto wa vijana kwa hii heri?
- Kuna eneo la pekee lililojitokeza ambalo gen 3 wanaona kuwa ni vigumu kutekeleza haki?
- Walichukua dhamira gani ili kuiishi? Lengo liwe kuwaongoza na kuwasaidia katika pendekezo lao hadi mkutano ujao.
- Nafikiri kuwa mada imekamilika au nadhani kuwa kuna kitu kinachokosekana cha kukijadili katika mkutano ujao?
- Kuna magumu yaliyojitokeza? Nini ni muhimu kukumbuka ili kuboresha wakati ujao?