



COMISION DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE MÉXICO

Antología



de la

No-violencia IV

Una propuesta desde sus principios y herramientas

Hilda Carmen Vargas Cancino

Antología



de la

No-violencia IV

Una propuesta desde sus principios y herramientas

Hilda Carmen Vargas Cancino

Antología



de la

No-violencia

IV

Una propuesta desde sus principios y herramientas

Hilda Carmen Vargas Cancino

2018

COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE MÉXICO

Comisión de Derechos Humanos del Estado de México

Dr. en D. Jorge Olvera García
Presidente

Edición del libro

Dra. en D. Alma Regina Dávila Sámano, directora del Centro de Estudios; Lic. Juan Fernando Olguín Galicia, jefe del Departamento de Publicaciones; Iván García Velarde, diseño y formación; Dulce Thalía Bustos Reyes, corrección de estilo.

*Antología de la No-violencia IV.
Una propuesta desde sus principios y herramientas.*
Autora: Hilda Carmen Vargas Cancino

D.R. © Comisión de Derechos Humanos del Estado de México
Av. Nicolás San Juan, núm. 113,
col. Ex Rancho Cuauhtémoc
c. p. 50010, Toluca, México.

Año: 2018
1ª edición

ISBN: 978-607-9129-28-6
Impreso en México
Número de autorización del Comité Editorial CE/BLB/01/18

Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial del contenido de la presente obra sin previa autorización de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Codhem).

Las opiniones y los contenidos vertidos en esta publicación son responsabilidad del autor; la Codhem los difunde a favor de la libertad de expresión.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	XI
INTRODUCCIÓN	XV
CAPÍTULO 1. PRINCIPIOS DEL AHIMSA	23
CAPÍTULO 2. HERRAMIENTAS DE LA NO-VIOLENCIA	53
CAPÍTULO 3. NO-VIOLENCIA CON LA NATURALEZA: AMBIENTE, ANIMALES NO HUMANOS, DECRECIMIENTO Y ECOFEMINISMO	115
CAPÍTULO 4. NO-VIOLENCIA CON LA INFANCIA	149
FUENTES CONSULTADAS	165

PRESENTACIÓN

La antología que se presenta es producto del trabajo realizado por la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (Codhem) y la Universidad Autónoma del Estado de México (Uaemex), a través de su Instituto de Estudios sobre la Universidad (IESU) y el Programa de Estudio Promoción y Divulgación de la No-violencia; esfuerzo por el cual se busca destacar aspectos clave, como la toma de conciencia, la justicia, la cohesión social, la promoción de los derechos humanos, la interculturalidad, la legalidad, la inclusión, el aprendizaje cooperativo, el entendimiento mutuo, entre otros, para generar cambios conductuales y restaurar un tejido social quebrantado.

Esta recopilación constituye la cuarta entrega de una serie dedicada a una filosofía de vida inspirada en la transformación del ser humano que, consciente de sus acciones y deberes, avive su conciencia y transforme su entorno positivamente. Así, este libro ofrece un bagaje enriquecedor que busca revestir de un significado diferente las relaciones humanas, donde la paciencia, la templanza, la paz interior, el diálogo y el amor se amalgaman para evitar la degradación del ser humano, el miedo, la falta de unidad y todo aquello que atenta contra su libertad y dignidad.

Martin Luther King afirmaba: “Quien acepta el mal pasivamente está tan mezclado con el mal como el que ayuda a perpetrarlo. Quien acepta el mal sin protestar realmente está cooperando con el mal”. En este sentido, las acciones y las conductas que lastiman el círculo social no pueden ser normalizadas ni toleradas, ya que el reconocimiento de la diversidad y el respeto a las diferencias, aun cuando entren en colisión con nuestras realidades, sugieren la resignificación de los valores y los deberes humanos que, dentro de la ética de Mahatma Gandhi, es en lo que se debe trabajar, tal como lo decía: “Que cada uno cumpla con su deber. Si yo cumplo mi deber, o sea, me sirvo a mí mismo, estaré en grado de servir a los otros”; de ahí la necesidad de que exista una armonía entre el deber humano y el derecho humano.

Como *ombudsperson* mexiquense asumo la resignificación y promuevo la defensa de los derechos humanos como una forma de vida. La No-violencia nos sugiere una transformación interior para reconceptualizar y asimilar una nueva construcción y significado del poder de la conciencia, el diálogo, la resistencia pacífica y el amor por uno mismo. Son plausibles la publicación y la divulgación de esta obra que pugna por una participación responsable y un entorno de mutualismo y respeto entre todos los seres humanos, pero sobre todo, apela a reconstruir una visión y un estado de vida, donde inicie un nuevo esquema de pensamiento no sólo como una filosofía quimérica, sino como un ejercicio habitual que cambie al ser humano, su existencia y, finalmente, las estructuras en las que se desarrolla.

Dr. en D. Jorge Olvera García
Presidente de la Comisión de Derechos Humanos del Estado
de México

INTRODUCCIÓN

La presente antología es resultado de la unión de esfuerzos de la la Codhem y la Uaemex,¹ dos instituciones importantes en la entidad mexiquense, cuyas misiones compartidas son escuchar las necesidades de la comunidad, así como generar aportes para ella con el fin de que el respeto a los derechos de sus integrantes sea cada vez más visible; en ambas la enseñanza y la investigación son horizontes de encuentro; es en ese tenor que el díptico mensual *Ahimsa* se ha gestado:

Ahimsa es un proyecto que inició el profesor emérito, Juan María Parent Jacquemin, en el [sic] 2004, con el propósito de difundir esta ética prosocial y pronaturaleza

¹ La elaboración de la investigación teórica está a cargo del Programa de Estudios, Promoción y Divulgación de la No-violencia, del Instituto de Estudios sobre la Universidad, de la Uaemex. La parte editorial de diseño y publicación la realiza el Centro de Estudios de la Codhem.

—fundada por Gandhi y conocida en el jainismo como *ahimsa* o la ausencia de daño o violencia— la cual se sostiene a través de la fuerza del espíritu, de la transparencia, de la verdad y del bien comunitario, por lo que su práctica también es conocida como *satyagraha*, que significa la fuerza de la verdad y del espíritu.²

Ha sido ya una tradición que, posterior a los festejos por haber llegado a los 50, los 100 y ahora los 150 números, se edite una antología, la cual compila todos los *Ahimsas* publicados desde noviembre de 2013 (díptico 101), hasta octubre de 2017 (díptico 150).

Cuando llegamos al número 100, expresamos nuestro sentir, el cual continúa vigente:

El equipo de trabajo que participamos [*sic*] en su elaboración siente alegría por la función que cumple este boletín: acercar la cultura de la no-violencia a la sociedad civil y académica del mundo, para contribuir así al respeto de los derechos humanos y hacer conciencia de los recursos que cada quien tiene para ser parte de la justicia, desde el modelo de la misma hasta su defensa cuando ésta no aparece. Juan María Parent pensó este proyecto [...] cuya cristalización ha sido posible gracias al apoyo del

² H. C. Vargas Cancino, “Hemos llegado al número 150 del Ahimsa”, *Ahimsa* 150 (2017): s/p. Esta cita enmarca la celebración del número 150 del díptico *Ahimsa*, publicado en 2017. En los capítulos que integran la presente antología, aparecerá cada texto independiente o cita textual con un número que puede ir del 100 al 150, el cual corresponde al díptico, y el año de publicación del mismo, para que el lector pueda consultarlo.

Centro de Estudios de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México³.

Se observará, a lo largo de los diferentes textos, especialmente cuando de citas textuales se trate, que existen diversas formas de escribir el significado de *ahimsa*, palabra que en español se ha traducido como No-violencia, noviolencia o no violencia. Cuando el término se emplee en esta obra, siempre se optará por escribir No-violencia, como una sola palabra, con mayúscula y guion, reconocida como un nombre propio que hace referencia a una filosofía de profundas implicaciones, que no sólo implica la ausencia de violencia.

Un ejemplo de las diferentes formas de escribir el significado de *ahimsa*, las cuales se visualizan a lo largo de la antología, se observa en la siguiente cita del filósofo y activista no-violento de origen francés, Jean-Marie Muller, quien, aunque lo escribe separado, la descripción que hace representa una parte importante del corazón de esta filosofía:

Se ha dicho a menudo que la expresión “no violencia”, al ser negativa, no ha sido bien elegida y que incluye numerosas ambigüedades. En realidad son nuestras relaciones con la violencia las que son ambiguas. La expresión “no

³ H. C. Vargas Cancino, “Ahimsa festeja sus 100 números”, *Ahimsa* 100 (2013): s/p.

violencia”, en efecto, plantea una cuestión, pero plantea precisamente la cuestión debida, es decir, la de la violencia. Rechazar la expresión “no violencia” es eludir la cuestión de la violencia; cuestión que; sin embargo, es esencial, porque afecta al sentido mismo de nuestra existencia [...] En realidad, la expresión “no violencia” es decisiva por su negatividad misma, porque ella y sólo ella permite *deslegitimar la violencia*. Es la expresión más justa, exacta y rigurosa para expresar lo que quiere significar: el rechazo de todos los procesos de legitimación y justificación que concurren a transformar la violencia en un derecho humano.⁴

La publicación está conformada por cuatro capítulos: “Los principios del *ahimsa*”, “Herramientas de la No-violencia”, “No-violencia con la naturaleza: ambiente, animales no humanos, decrecimiento y ecofeminismo” y “No-violencia en la infancia”, que abordan las temáticas generales en las cuales se agruparon los subtemas tratados en los 50 dípticos.

En cada uno de los capítulos se realizó una pequeña introducción que describe las temáticas específicas que se abordan; en seguida se colocan los diferentes textos de los dípticos, los cuales pueden ser citas textuales únicamente,⁵ relacionadas con la temática del capítulo, o textos que se construyeron basados en la No-violencia que, a su vez, pueden incorporar alguna cita textual, en

⁴ J.-M. Muller, *El coraje de la no violencia* (Cantabria: Sal Terrae, 2004), 128.

⁵ Las citas textuales solas, sin texto que las preceda, sólo aparecerán con el nombre del autor.

estos casos se colocará a pie de página la fuente de la cita textual, tal como apareció en el díptico. Asimismo, es posible que en la redacción de los textos haya colaborado alguna invitada o invitado local, nacional o internacional, y también aparecerá su nombre y la institución de procedencia.

El capítulo primero, “Los principios del *ahimsa*”, se divide en tres apartados: en el primero se abordan los principios fuente en los cuales se sustenta la filosofía gandhiana del *ahimsa*, asimismo, se describen y, en algunos casos, se ejemplifican, los vocablos originales que Gandhi retomó del sánscrito: *ahimsa* y *satyagraha* para definir lo que en occidente se llamó No-violencia; en el segundo se incluyen los textos y las citas que fundamentan la *conciencia como punto de partida de la No-violencia*; en el tercero se integran los aspectos que defienden al *ahimsa* como una ética que comparte valores, como la justicia social y el respeto hacia la naturaleza, con cosmovisiones ancestrales.

El segundo capítulo, “Herramientas del *ahimsa*”, recopila los textos de los dípticos que describen algunas de las principales estrategias de la No-violencia; se integra por cuatro apartados: el primero aborda el *encuentro interior*, que es deseable que realice cada practicante para fortalecer el espíritu, la mente y el corazón, para la acción;

el segundo trata sobre el manejo del conflicto desde el diálogo no-violento; en el tercero se recopilan elementos conceptuales y técnicos sobre la mediación; el cuarto se enfoca en la descripción, así como en la documentación de ejemplos sobre el *activismo social*, columna vertebral del *ahimsa*.

El capítulo tercero engloba los textos que integran una aportación sobre No-violencia hacia la naturaleza; en el primer apartado se habla sobre la sostenibilidad; en el segundo se revisa el *ahimsa* con los animales no humanos; en el tercero se aborda el decrecimiento, y en el cuarto, el ecofeminismo, sustentado desde los principios del *ahimsa*.

El último capítulo hace una recopilación de textos que enfatizan la importancia de trabajar la No-violencia desde la infancia; está integrado por dos apartados: en el primero se explica lo fundamental que es abordar esta filosofía desde la familia; en el segundo se describen alternativas de educación no-violenta en los espacios académicos.

La forma en la que se agruparon los textos busca facilitar la comprensión de los mismos, los cuales fueron organizados por temáticas generales, ya que, al ser muy breves dentro de los dípticos, no se puede dar una visión más amplia de cada área del *ahimsa*, como la que ahora se genera al presentar los dípticos unidos.

Nos es grato compartir esta publicación, deseando sea una semilla para la población lectora, con un conjunto de herramientas, entre éstas el trabajo interior o el que se hace con el espíritu, el diálogo que se convierte en acción y el activismo social, que nos permitan practicar la justicia y favorecer una conciencia ecológica tanto en el hogar como en las instituciones educativas.

Hilda Carmen Vargas Cancino
Programa de Estudio, Promoción y
Divulgación de la No-violencia

CAPÍTULO I

PRINCIPIOS DEL AHIMSA

A

Estoy impaciente por comprender la presencia de mi Hacedor,
que encarna para mí la Verdad.

En el lejano pasado de mi carrera descubrí que si quería comprender la Verdad, debía obedecer la ley del Amor, aunque me costara la vida.

Mahatma Gandhi

Introducción

La No-violencia es una filosofía y una forma de vida; acción; una ética sustentada en diferentes visiones que Gandhi integró desde los principios de diversas religiones como el hinduismo, el jainismo, el budismo, el islamismo y el cristianismo, entre otras, a partir de sus textos sagrados. Es importante resaltar el ecumenismo religioso del mahatma, el cual reconocía la existencia de una sola deidad, misma para todas las religiones, asociada siempre con la verdad, una verdad superior más allá de los paradigmas terrenales, en vínculo directo con la justicia.

En la primera parte de este capítulo se abordan los principios fuente desde los que se sustenta el *ahimsa*; se describen también y, en algunos casos, se ejemplifican, los vocablos originales que Gandhi retomó del sánscrito: *ahimsa* y *satyagraha* para definir lo que en occidente se llamó No-violencia.

El segundo apartado trata sobre la *conciencia* por ser su búsqueda un distintivo importante del *ahimsa*, cuya pretensión constante es facilitar las condiciones no-violentas para que personas, gobiernos y comunidades puedan percatarse del impacto de sus acciones. Se abordan también los aspectos que defienden, desde diversas perspectivas, al *ahimsa* como una ética, incluyendo su relación con cosmovisiones de pueblos originarios que, sin llamarle *ahimsa*, igualmente, sus principios de actuación son respetuosos con la comunidad de la vida.

El *ahimsa* y sus fuentes

Las polémicas palabras: No-violencia, noviolencia o no violencia
(*Ahimsa* 133, 2016)

Se ha escrito mucho, y al mismo tiempo criticado, sobre la connotación negativa de la palabra y, sin embargo, su impacto aún así ha sido fuerte. Se requirió unir las dos palabras quedando “No-violencia” o “noviolencia”, lo cual les dio la fuerza necesaria de la unidad en una nueva cultura hacia la acción desde la justicia, el amor y la ética, como punto de partida para el logro de la paz. Mario López, investigador del Instituto de la Paz y los Conflictos de la Universidad de Granada, menciona:

Los británicos se estaban refiriendo a la lucha de Gandhi y sus seguidores como algo completamente nuevo en el horizonte político del *Imperio*, con la fortuna de que no-violencia, como tal, caló mucho más en otras lenguas (francés, italiano, incluso castellano con el paso del tiempo) que otros vocablos también usados por los ingleses, como era el de “resistencia pasiva” [...] a pesar del esfuerzo del propio Gandhi, de sus seguidores y de otros pensadores orientales, vocablos como *satyagraha* o *ahimsa* quedaron relegados a un lenguaje para iniciados pero no para opinión pública o los medios de comunicación en general.¹

Ahimsa y el jainismo, un respeto a la vida (Ahimsa 101, 2013)

El jainismo, de acuerdo con la visión de Cristopher Key, combina los aspectos físicos con los metafísicos, de tal forma que su cosmovisión unifica los elementos de la realidad física con todo tipo de vida, de la misma forma que la práctica del *ahimsa* lo concibe. Es una ética que respeta todas las forma de vida y que ha influenciado tanto al budismo y al hinduismo como al islamismo de India “La práctica de *ahimsa*, el voto de no hacer daño, está en el corazón del jainismo. La palabra *ahimsa* viene del sánscrito *hims*, una forma desiderativa del verbo *han*, que significa matar o dañar. Con el prefijo *a*, la traducción más exacta es ausencia del deseo de herir, dañar o matar”².

El Ahimsa. Desde el jainismo para el mundo (Ahimsa 112, 2014)

Las tradiciones jaina y budista son conocidas como las escuelas heterodoxas de [*sic*] pensamiento hindú; ambas rechazan la autoridad de los vedas, enfatizan la meditación, contienen enseñanzas

¹ M. López, “Noviolencia, política y ética”, en *El poder de la fragilidad. Experiencias en la senda de la Noviolencia*, ed. Carlos H. Fernández (Bogotá: Kimpres Ltda, 2003), 102.

² C. Key, *Nonviolence to Animals, Earth, and Self in Asian Traditions* (Delhi: Indian Book Centre, 1995), p. 10.

relacionadas con el renacimiento y fueron establecidas por personalidades históricas. Sin embargo, mientras que el budismo está enraizado en una postura antiteista y generalmente evade las cuestiones de naturaleza metafísica, el jainismo, al parecer, combina física con metafísica, proponiendo una visión del mundo en la que todos los aspectos de la realidad física están teñidos con multitudes de vida. Esta percepción de las cosas resultó en la práctica de [sic] *ahimsa* una ética que requiere un respeto a todas las formas de vida que moldea la cotidianidad de los laicos jainas y el camino austero que siguen los monjes de esta misma tradición ideológica. Este cuidadoso respeto por la vida influyó profundamente al budismo, el [sic] hinduismo y el [sic] islamismo en India y, en la medida en la que ayudó a moldear la práctica budista, se extendió por toda Asia.³

La práctica integral del Ahimsa (Ahimsa 108, 2014)

Gandhi, una vez que maduró su proceso con la No-violencia y fue iniciado en ésta, organizó y experimentó ese poder en varios campos de su vida, previa comprensión de la naturaleza y las características destructivas, explotadoras e impulsivas del ser humano “Para conducir este tipo de lucha, Gandhi necesitaba el apoyo de la nación entera, de la cual, un 80 % de las personas eran completamente analfabetas, pobres, desesperados, socialmente apáticos y empapados por la superstición y el fatalismo. No entendían otro idioma que no fuera el del pan y la mantequilla”⁴, situación que conocían los líderes que antecedieron al mahatma y que, al no creer en su potencial, renunciaron a trabajar con las masas y dirigirlas. Las circunstancias y la madurez de Gandhi lo llevaron a visitar con su rueda las miles de villas, consideradas por él *holgazanas*.

³ C. Key, *Nonviolence to animals, earth, and self in asian traditions*, trad. F. Ongay (Albany: State University of New York Press, 1993), 9.

⁴ P. Menon, “El concepto de no violencia en Gandhi”, en *Non-Violence and Social Change*, eds. J. S. Marthur y P. C. Sharman (Ahmedabad : Navajivan Publishing House, 1998), 31-35.

Menon comenta que el líder indio les habló a su conciencia haciéndoles ver que si elaboraban ellas mismas sus ropas dentro de sus cabañas, usando la más sencilla técnica para hilar, traería como consecuencia el cierre de poderosas fábricas de Manchester y Birmingham y, por lo tanto, provocaría un importante golpe económico al imperio británico. Gandhi tenía muy claro que una lucha no-violenta sin una actividad alternativa para construir la independencia económica en forma sostenida no funcionaría, porque sólo así la gente podría tener confianza en ella misma.



La satyagraha, combinación de dos palabras *gujaratís* que significan verdad y fuerza, era una doctrina nacida de y para la acción. Era la creación de una mente curiosamente concreta, atenta a las relaciones, siempre cambiantes, de los hombres entre sí y de éstos con el mundo [...] No era casual que siempre tuviera [Gandhi] como norma tratar de integrar la teoría y la práctica; no era casual su creencia de que la discordancia entre lo que se dice y lo que se practica es la mayor deshonestidad.

George Woodcock

Satyagraha y satyagrahis (Ahimsa 123, 2015)

George Woodcock retoma el movimiento gandhiano conocido como *satyagraha*:

Para enfrentarse a la ley, Gandhi puso en marcha el primer movimiento de *satyagraha*. Había elegido dicho nombre —verdad y fuerza— porque no le agradaba el de la resistencia pasiva, procedimiento puramente negativo que le parecía una débil arma, ni el de desobediencia

civil, que tenía un aura de desafiante hostilidad. La resistencia que deseaba ofrecer era la de un pueblo que no temía la acción violenta pero optaba deliberadamente por la no-violencia y la lucha por el dominio de la verdad en vez de la lucha por el poder material⁵.

Los *satyagrahis* fueron los valientes practicantes del *satyagraha* que, de manera voluntaria, ejercían labores de educadores, practicantes, consejeros agrícolas, jueces en conflictos de paz y, en general, servidores del pueblo para las causas justas, también practicaban los criterios elevados de comportamiento propuestos por el mahatma: la castidad, la moderación, el vegetarianismo, así como el voto de pobreza.

A

...Los indios distinguen entre *satyagraha* y *duragraha*, que es la fuerza de la obstinación contrapuesta a la fuerza de la verdad y que en determinados momentos puede emplear una deliberada coacción no-violenta. A pesar de todo, la no-violencia coercitiva es preferible a la violencia coercitiva, pues deja abierta la posibilidad de la enmienda...

George Woodcock

*Responsabilidades del satyagrahi*⁶ (*Ahimsa* 129, 2016)

El filósofo italiano, Giuliano Pontara, hace referencia a las condiciones no-violentas que deben cuidarse por parte de sus practicantes; se enmarca en una elevada ética que debe mostrar:

- Transparencia y compromiso con la verdad, o con aquello que en ese momento se considere como verdad.
- Intentar ver el conflicto desde el punto de vista de la contraparte e identificar los valores y los parámetros bajo los cuales el otro se sostiene.

⁵ G. Woodcock, *Gandhi* (Barcelona: Planeta Agostini, 1971), 58.

⁶ El *satyagrahi* es el practicante del *ahimsa* o del *satyagraha*.

- Defender siempre causas justas.
- Conservar la fe y a la par, mostrar precaución y prudencia con las nuevas dificultades que la lucha o la causa va presentando.⁷

Un satyagrahi requiere, sobre todo, amarse (Ahimsa 129, 2016)

El amor a uno mismo es necesario para la práctica del *ahimsa*; esta condición permite cuestionar el *statu quo*, generar reflexiones sobre el propio comportamiento y el de los demás, “y que por ese amor a uno mismo, no descuida el amor a los otros; están contemplados en el impacto de sus decisiones, busca la defensa de los propios derechos sin invalidar los derechos de los otros. Una persona sometida en las diferentes esferas de la vida, generalmente, carece de ese amor, por eso se coincide con Cortina en que la capacidad de autolegislarse requiere de autoestima y responsabilidad...”⁸

La No-violencia genera infantes y adultos autónomos, cuyo comportamiento ético no depende de que otros lo vigilen, lo recompensen o castiguen, pues tienen amor a sí mismos y una alta capacidad para autolegislarse.

In Lak' esh⁹ (Ahimsa 114, 2014)

Cuando escuchamos el saludo en lengua maya *In Lak' esh*, cuya traducción al castellano se aproxima a “yo soy tú; tú eres yo” o “estoy en ti como estás en mí”, podemos preguntarnos ¿no ha sido ésta una indicación de los maestros de la humanidad en diferen-

⁷ G. Pontara, “Prólogo”, en *Teoría e práctica della nonviolenza*, M. Gandhi (Torino: Giulio Einaudi Editore, 1996).

⁸ H. C. Vargas Cancino, *La calidad de vida y los derechos humanos. Una alternativa desde las capacidades y el decrecimiento* (México: Torres, 2013), 186.

⁹ Eusebio A. Antonio Vázquez, licenciado en psicología educativa y profesor-investigador en la Escuela Normal de Licenciatura en Educación Primaria “Villaflora”, Villaflora, Chiapas.

tes partes del mundo y en distintas épocas?, ¿no es ésta una manifestación de aquellas prescripciones que indican que todos los seres humanos deben verse como hermanos o, mejor aún, que cada ser humano es portador de una partícula de la divinidad y, por tanto, se reconoce en cada uno de sus congéneres y, aún más, en todo organismo sobre la Madre Tierra?

A

En el acto de perdón estamos declarando nuestra fe en el futuro de una relación en la capacidad del infractor para hacer un nuevo comienzo en un curso que será diferente de la que nos causó el mal.

Desmond Tutu

Taoísmo y No-violencia (Ahimsa 129, 2016)

El taoísmo opone dos fuerzas, una pasiva, sutil, femenina (el *Yin*) y otra activa, concreta y masculina (el *yang*), esas fuerzas podrían ser respectivamente la paz y la guerra. El taoísmo nos dice que en el *yin* está el *yang* y en éste está aquel. La no-violencia no es ausencia total de violencia, sino lucha en medio de la violencia, combate contra la injusticia [...] Con medios pacíficos, sin armas, sin crueldad, sin inhumanidad pero con tenacidad, empeño, insistencia, compromiso, obstinación y resolución.¹⁰

Tres principios de la acción no-violenta gandhiana de acuerdo con Galtung¹¹ (Ahimsa 130, 2016)

El primer principio se refiere al punto al que se dirige la acción: la *relación entre el uno y el otro*, nunca en contra del otro, porque nosotros aislados no existimos en la sociedad, y los problemas

¹⁰ M. López, *Ni Paz, ni Guerra, sino todo lo contrario. Ensayos sobre defensa y resistencia civil* (Granada: Educatori, 2012), 5.

¹¹ Cfr. J. Galtung, *La meta es el camino. Gandhi hoy* (México: Trascend México, 2008).

son producto de las interacciones, de los intercambios que tenemos o de las carencias que se muestran a partir de una relación.

El segundo principio es la construcción del *amor*, no del odio; por lo tanto, abordar el conflicto a través de acciones no-violentas requiere previamente haber trabajado con uno mismo, haciendo conciencia sobre la propia violencia, enfrentarla, y después será posible ir con el otro con la guardia baja, pero con decisión de transformar la acción en justicia, desde el amor, la ecuanimidad y la justicia.

El tercer principio es totalmente inclusivo del otro; requiere integrarlo para compartir su sentir, su experiencia, sus aportes, asegurándole un espacio inclusivo en la futura relación.

El poder sin estigmas (Ahimsa 121, 2015)

Con frecuencia, existen personas que evitan la palabra *poder* por los abusos que se han cometido; sin embargo, este término también representa una herramienta para construir, ayudar, sanar, propiciar el crecimiento personal y el de las otras personas y seres. Se propone al lector que abandone el estigma que se le ha concedido, y se reconozcan las diferentes caras que el propio poder tiene para influir éticamente en el mundo, tal es el caso de la activista española no-violenta Mercedes Mas, quien invita a reconsiderar nuestras opciones de poder y capitalizarlas para el servicio a los otros:

Poder de la PALABRA (capacidad de comunicar, de defender las propias razones, de convencer...). Poder de INVERSIÓN (entusiasmo, energía, tiempo, confianza... invertidos en un proyecto o en el grupo). Poder del ROL (oficial: el delegado, el representante, el jefe de grupo...; o informal: el líder, el bromista, el “resuelveproblemas”, el chulo, el sabio, el polémico...). Poder INTELECTUAL (capacidad

de análisis, pensamiento creativo, rendimiento escolar...). Poder de la EDAD y de la EXPERIENCIA (según el contexto, ser más viejo o más joven lleva a ser más respetado o querido). Poder del DINERO (recurso que permite tener/hacer cosas que otros no pueden, y que muchos desearían...). Poder del SABER HACER (saber moverse, resolver problemas del grupo, organizar, encontrar recursos...). Poder del ATRACTIVO (carisma personal, presencia, carácter...).¹²

En el ahimsa la justicia también es libertad (Ahimsa 135, 2016)

El *ahimsa* es una filosofía que se une con las posturas que, aun cuando no son reconocidas por sí mismas como no-violentas, fomentan el compromiso con la libertad y el bienestar frugal. Schlo-mo Ben-Ami comenta: “Es al mismo tiempo necesario combatir los fantasmas de la historia que parecen resucitar en no pocas democracias. Sería oportuno recordar que nuestro mayor reto no es el de crear un alto nivel de bienestar para nuestros ciudadanos, sino elaborar un espacio de vida abierto y libre también para el otro, el extranjero y el diferente”.¹³

A

El amor y la posesión exclusiva no pueden nunca ir a la par.
En teoría, donde es perfecto el amor, tiene que haber ausencia de
total posesión.

El cuerpo es nuestra última posesión.

Mahatma Gandhi

¹² M. Mas, *Noviolencia y Evangelio. Manual de supervivencia para un mundo complejo* 36 (2002): 7.

¹³ S. Ben-Ami, “Vasos comunicantes: política global y el desafío de las identidades”, en *Diálogo entre civilizaciones. Miradas*, coords. R. Loyola, T. Unna Calvillo y A. Chenbouni (México: Universidad Nacional Autónoma de México [UNAM]-Colegio de San Luis-Institut de Recherche pour le Développement-Porrúa, 2010), 57.

¿Qué aspectos puede abarcar la No-violencia? (Ahimsa 137, 2016)

De acuerdo con la visión de la Casa por la Paz de Milán (Casa per la Pace Milano), Italia, la No-violencia incluye los siguientes aspectos:

- Justicia y cohesión social
- Derechos humanos
- Gestión compartida del conflicto y del poder
- Estilos de vida sostenibles
- Interculturalidad
- Legalidad
- Ciudadanía activa y participativa
- Desarme y defensa no-violenta
- Aprendizaje cooperativo
- Desobediencia civil¹⁴

Cada uno actúa en interacción con el otro, donde la justicia será el eje transversal de esta filosofía y acción.

A

Pero los ojos están ciegos, hay que buscar en el corazón.

Antoine de Saint Exupéry

La conciencia, un punto de partida del ahimsa (Ahimsa 105, 2014)

A

La no violencia lleva a la más alta ética,
lo cual es la meta de la evolución.

Hasta que no cesemos de dañar a otros seres vivos,
somos aún salvajes.

Thomas Alva Edison

¹⁴ Casa per la Pace Milano, “Cos’è nonviolenza per noi?”, Casa per la Pace Milano, trad. de la autora, <http://www.casaperlapacemilano.it/>.

*El despertar de la conciencia no-violenta*¹⁵ (Ahimsa 148, 2017)

La conciencia no-violenta facilita el desarrollo de la virtud de discernir lo justo de lo injusto. Surge mediante el encuentro que tienen las personas consigo mismas en el proceso de lograr su paz interior, donde se desvanecen las luchas internas y se da paso a la reconciliación, se vuelve más nítida su capacidad de perdonar y se despierta su espíritu; sin embargo, esto se obstaculiza con la corrupción y la tibieza, elementos que impiden el despertar de la conciencia no-violenta.

La conciencia (Ahimsa 147, 2017)

La conciencia es un elemento clave dentro de la No-violencia. Los cambios conductuales se originan en la toma de conciencia. Desde esta filosofía, cualquier acto consciente debe realizarse desde la justicia, no sólo entre humanos, porque de ser así sería un enfoque antropocéntrico; requiere se realice entre todos los seres vivos; esta postura inclusiva se llama biocentrismo o ecocentrismo, en la cual toda la naturaleza importa.

El filósofo francés, Edgar Morin, menciona que la conciencia ecológica se vincula con la percepción de una “relación fundamental con el ecosistema, que nos lleva a rechazar nuestra visión del mundo objeto y del hombre insular. Es, por lo demás, la única manera de comprender las verdades de las filosofías no occidentales (asiáticas y africanas), de reconciliarnos con éstas y de desembarcar en una visión universal del mundo”.¹⁶ Desde la inclusividad de la No-violencia, también se integran las comunidades indígenas americanas: hopis, pieles rojas, lakotas, andinas, otomíes, entre

¹⁵ Ricardo Corona Méndez, psicólogo becario de investigación, estudiante de la Universidad Autónoma de Tamaulipas.

¹⁶ E. Morin, *El año 1 de la era ecológica* (Barcelona: Paidós, 2008), 16.

otras, las cuales se enfocan en su conexión con la naturaleza y en mantener el equilibrio con la Tierra: una manera de practicar justicia con el planeta que nos alimenta y cobija.

Trascender el egoísmo: un reto no-violento (Ahimsa 114, 2014)

En varias publicaciones, y a través de varios autores, se ha hablado de la necesidad de actuar con la brújula del amor; sin embargo, como menciona el respetado novelista ruso, León Tolstói, “es más sencillo escribir diez volúmenes de principios éticos, que poner en práctica tan sólo uno de ellos”. Guiarse con la brújula del amor requiere entrenamiento y paciencia, temple con nosotros mismos y con el otro, lo cual no quiere decir pasividad, también se debe fortalecer la disciplina para seguir avanzando y crear conciencia, como se ha mencionado:

El reto sigue: deshacerse del egoísmo y practicar el amor por el otro, no importa que sea precisamente el “enemigo”, aquel ha realizado uno o varios actos injustos contra la persona o su familia. Y es un reto porque la sociedad no está poblada de santos, ni del lado de la víctima ni del victimario, ambos son igualmente capaces de hacer el mal [...] igualmente de hacer el bien y la no-violencia defiende la idea de aflorar en el victimario lo bueno que tiene; despertar en él la conciencia de que está cometiendo un acto injusto.¹⁷

Y cuando se despierta la conciencia, el mundo cambia.

¹⁷ H. C. Vargas Cancino, “Hacia la práctica pedagógica lenta y no-violenta, la pedagogía del caracol”, en *Pedagogía para la práctica educativa del siglo XXI*, coord. R. Pedroza (México: Uaemex-Porrúa, 2014), 304.

En el camino de la integralidad (Ahimsa 124, 2015)

Martin Luther King Jr. escribió en su libro *La Fuerza de amar* sobre la dificultad para encontrar una persona o una civilización completamente armónica:

De forma que casi cualquier afirmación de grandeza va seguida, no por una frase que indique totalidad, sino por una coma que indica su parcialidad entorpecedora. Muchas de nuestras más grandes civilizaciones son grandes sólo en algunos aspectos. Muchos de nuestros más grandes hombres lo son sólo en algún aspecto, mientras que en otros se muestran débiles y ruines.¹⁸

Es un camino que se conquista día a día. Lo importante es lograr la conciencia de la mayoría de nuestros actos; cuando esto sucede, la dimensión de las propias acciones se revela cada vez más nítida, y dicha revelación es un detonador para una vida más conectada, primero con la propia persona y, después, con los otros, hasta que llegue el punto en el que nos percibamos como unidad. Lo que le hago a los demás me lo hago a mí mismo(a), entonces podemos construir acciones de paz.

A

La *ahimsa* es, pues, la toma de conciencia, la interpretación, el dominio, el control y la transmutación del deseo de violencia que está en la persona y le lleva a desear, rechazar, presionar, expulsar, excluir, eliminar y herir a otro ser.

Jean-Marie Muller

¹⁸ M. Luther King, *La fuerza de amar* (Madrid: Acción Cultural Cristiana, 1999), 84.

Algunas frases que intentan legitimar la violencia (Ahimsa 125, 2015)

- “Porque yo no soy de los que toleran las mentiras”.
- La persona propensa “a la violencia se presenta siempre como el policía del otro y se convence a sí mismo de que, haga lo que haga al otro, éste ‘se lo ha merecido’”.¹⁹
- “Es la única forma en que entienden las personas”.

Toda acción, palabra y pensamiento tiene impactos (Ahimsa 129, 2016)

Las situaciones que se enfrentan en el día a día de las personas y las naciones, buenas o malas, deseables o indeseables, correctas o incorrectas, tienen que ver con las creencias, acciones pensamientos o acciones de los involucrados, estemos o no conscientes de ello.

La No-violencia busca crear conciencia de esos *impactos* y, más allá de esto, *actuar*, es decir, generar acciones para gestar la justicia, la inclusión y la participación responsable de todos los actores para crear una sociedad donde el *ahimsa* pueda apreciarse en todos sus espacios y rincones:

Toda acción humana lleva consigo una acción educativa, pero no siempre somos conscientes de que todo lo que hacemos, lo que decimos, lo que somos, tiene una repercusión positiva o negativa en las personas que nos rodean y en los medios en los cuales nos movemos. Anthony de Mello se refiere a esto cuando nos invita a contemplar el impacto que una gota de agua tiene en la roca, para cobrar conciencia de cuál es el impacto de nuestra vida no digamos sólo en nuestros educandos, sino en la historia de la humanidad.²⁰

¹⁹ E. H. Erikson, *La vérité de Gandhi, Les origines de la non-violence* (Paris: Flammarion, 1974), 393.

²⁰ A. M. González Garza, *Educación holística: La pedagogía del siglo XXI* (Barcelona: Editorial Kairós, 2009), 314.

Lanza del Vasto relata su primer encuentro con Gandhi
(Ahimsa 148, 2017)

Me hace una seña —sí, a mí—, me pregunta quién soy, qué hago, qué deseo. Y yo en seguida descubro que nada soy, que nada he hecho y nada deseo sino permanecer así, a su sombra. Aquí, ante mis ojos está el único que ha puesto un poco de verdor en el desierto de este siglo. El que conoce la dura ley de amor, dura y clara como el diamante. El capitán de los desarmados, el padre de las parias [...] Ha venido a mostrarnos el poder en este mundo, de la inocencia absoluta. Ha venido a probar que ella [la inocencia] puede parar las máquinas, plantar cara a los cañones, poner en jaque a un imperio.²¹



Si buscamos la manera de obtener la benevolencia del otro para alcanzar la meta, estamos ante la habilidad que puede ser lisonja o astucia, pero no estamos en la no-violencia; si logramos del adversario que acepte nuestras razones porque él teme el escándalo o porque lo estamos molestando mucho, no hay no-violencia, sólo hay chantaje.

Juan-María Parent

*Desafiemos el sinsentido*²² (Ahimsa 104, 2013)

La No-violencia es exigente porque demanda que seamos conscientes de cada uno de nuestros actos; una actitud interior que inunda nuestro ser y se refleja en el pensamiento, la palabra y la acción, pues, como dice Gandhi: “La no-violencia no es una vestimenta que uno se pone y saca a voluntad. Su sede se encuentra en el corazón, y debe ser una parte inseparable de nuestro ser”²³.

²¹ G. Lanza del Vasto, citado por J. J. Morales, en *Lanza del Vasto*, J. J. Morales (Málaga: Fundación Emmanuel Mounier, 2008), 42.

²² Julio César Chávez, estudiante de la licenciatura en filosofía (Uaemex).

²³ M. Gandhi, *Reflexiones sobre la No-violencia* (Buenos Aires: Longseller, 2002), 16.

Al ser una filosofía, la No-violencia no sólo reconoce las potencialidades y las limitaciones propias, sino que también busca desafiar el sinsentido de este mundo y la violencia que ello conlleva.



Occidente no ha sido capaz de escuchar a Oriente, ni a África, ni a la ahora prácticamente extinguida voz de América primitiva. ¡De resultas de ello las antiguas sabidurías se han sumido a su vez en el descrédito, y ni siquiera Asia se escucha así misma!

Thomas Merton

La ética no-violenta, su existencia desde la antigüedad

¿Para qué vivir éticamente? (Ahimsa 106, 2014)

En su *dimensión social*, posibilita la reproducción de la humanidad, permite el actuar responsable y la convivencia armónica. Sin embargo, lo más importante es el trabajo *primero hacia sí y, como efecto, a los demás*. El amor a uno mismo genera la expresión de actos justos y respetuosos hacia los otros, lo que facilita el adherirse al sentir social, por ello, la No-violencia también es ética.²⁴

²⁴ Información retomada de una conversación con Juan-María Parent Jacquemin, profesor emérito de la Uaemex.

Ética y No-violencia (Ahimsa 106, 2014)

Hablar de la filosofía de la No-violencia es asumirla como una ética:

Esta concepción supone un intento de apelar a la conciencia y la racionalidad del adversario para persuadirle. Busca cambiar sus percepciones y sus actitudes internas. Los no violentos no buscan una victoria sobre el oponente, sino una solución que abrace las necesidades de todas las partes del conflicto. Se busca y se invita al adversario a colaborar en el establecimiento de la justicia, ya que la lucha no es contra el oponente, sino contra la injusticia.²⁵

Actuar éticamente es la expresión práctica de la benevolencia (Ahimsa 125, 2015)

La benevolencia es un principio universal de la No-violencia, expresada verbal y corporalmente con los demás, sean éstos personas, plantas, animales no humanos, cualquier ser que se cruce en nuestro camino; una oportunidad para regalar un instante amoroso al otro, un relato alegre a alguien triste, una ayuda física a alguien en desventaja momentánea, situacional o permanente, una asesoría sin altanería o soberbia, tiempo y espacio al abrumado, un momento de escucha activa, un reconocimiento a los muchos aspectos de su vida que de varias formas nos han beneficiado, pequeñas acciones que pueden abrir más puertas que sólo andar los caminos viendo con lupa los errores ajenos.

A

[El deber de obrar bien] Consiste en el deber de hacer míos los fines de los demás hombres (en la medida en que, sencillamente, no sean inmorales).

Immanuel Kant

²⁵ P. Ortega y A. Pozo, *Noviolencia y transformación social* (Barcelona: Icaria, 2005), 47.

La No-violencia más allá del evangelio (Ahimsa 113, 2014)

François Vaillant contextualiza a la No-violencia como parte importante del orden moral y político, “procede de una ética fundamentalmente secular, es decir, de una ética independiente en su fundamento de cualquier doctrina religiosa. Por eso, la no violencia no debe ser vinculada con ninguna religión. Esto no impide reconocer a las diversas religiones la posibilidad de tomar en serio la exigencia de No violencia y de motivarla espiritualmente”²⁶, haciendo referencia al ecumenismo de Gandhi, quien intentó demostrar qué tanto las escrituras sagradas de hindúes, musulmanes y cristianos buscan hacer el bien al prójimo, aun cuando sea un adversario. Igualmente, sabidurías ancestrales, como el *sumak kawsay* andino, consideran los principios de la No-violencia, para la sobrevivencia de una sociedad y del planeta.

*El ethos indígena*²⁷ (Ahimsa 116, 2014)

El *ethos* indígena, en palabras de Maritza Gómez, es la revelación de la armonía de la humanidad que ha construido la práctica del *sentido común*, tan olvidado por occidente. Su *ethos* incluye el valor de la comunidad mostrada en un mundo holístico, “donde *todo* forma parte, el sentido y la existencia de la vida y las cosas se ordenan a *imagen del ciclo de la naturaleza, del día y la noche, del sol y la luna y su energía*. La comunidad se rige por ese orden que es el *orden de todo*”.²⁸

Los esfuerzos educativos están dirigidos a la comunidad, la cual toma al respeto como el elemento vital que da sentido ordenado a las relaciones y la convivencia, sin él, la comunidad no existe.

²⁶ F. Vaillant, *La no violencia en el evangelio* (Bilbao: Sal Terrae, 1993), 168 y 169.

²⁷ Concepción N. Martínez, profesora de la Escuela Preparatoria “Ignacio Ramírez” de la Universidad Autónoma del Estado de México.

²⁸ M. Gómez Muñoz, “Saber indígena y medio ambiente: experiencias de aprendizaje comunitario”, en *La complejidad ambiental*, coord. E. Leff (México: Siglo XXI, 2000), 258.

La reciprocidad y la complementariedad desde la cosmovisión mapuche (Ahimsa 117, 2015)

El luchador social andino, Fernando Huanacuni, defiende la idea de que el pueblo mapuche ha fundamentado la armonía y la salud a partir de dos planos; el primero, advierte, sobre la relación:

del ser humano con lo sagrado y lo sobrenatural, la cual está basada en la reciprocidad. En este sentido, la familia ancestral ha otorgado al pueblo mapuche elementos tan importantes como su lengua (*mapudungu*), su forma de vida y sus leyes, pero [...] el pueblo debe devolver este don originario cíclica y continuamente a la familia sagrada mediante el respeto a su entorno, el cual posee un fin vital que es mantener el equilibrio entre ellos y lo creado.²⁹

El segundo plano es la categorización del mundo en términos diferentes a la visión occidental, en la cosmovisión andina existe la complementariedad de los opuestos, no los visualizan como contradicción, reconocen que existe una serie de fuerzas opuestas y complementarias: “el hombre está constituido por polos opuestos que se complementan [...] Esta es una visión integral, verdadera y sabia, ya que es imposible que en un individuo sólo existan cosas buenas, si así fuesen sería una persona coja, incompleta. El pueblo mapuche sabiamente ve al hombre como una conjunción de elementos negativos y positivos que se complementan y se retroalimentan”³⁰. Esta cosmovisión se enlaza en sentido estrecho con la filosofía de la No-violencia, donde se reconoce que el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto, están presentes en todo ser humano, lo “malo” no es privativo del “enemigo”, está en todos, de la misma forma que lo bueno también coexiste en él.

²⁹ F. Huanacuni Mamani, *Buen Vivir/Vivir Bien. Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas* (Lima: Coordinadora Andina de Organizaciones Indígenas, 2010), 24.

³⁰ *Ibidem*, 26.



Los Estudios de la Paz no son una especie de aproximación izquierdista a las relaciones inter-estatales sino que son una aproximación a la condición humana en general sobre la reducción del sufrimiento (*dukka*) a través de la paz negativa y la satisfacción (*sukka*) a través de la paz positiva, sin consideración de cómo las relaciones causales, los ciclos, las espirales o lo que sea, giran o agitan sus caminos, a través del colector humano con tan poco respeto por las fronteras disciplinarias como el que tienen los vientos y las mareas, los animales y las aves a las fronteras estatales.

Johan Galtung

El círculo social, los deberes hacia los otros (Ahimsa 126, 2015)

Sin pretender caer en una postura moralista, es importante reconocer que, en la medida en la que cada quien cumpla con sus deberes o responsabilidades, en esa misma proporción será posible observar el respeto a los derechos. La evasión de una responsabilidad impacta directamente en los derechos de los otros; un servidor público que no llega a su área de trabajo o lo hace con retraso impacta en:

- a) El derecho del usuario a ser atendido con puntualidad y eficiencia.
- b) Las actividades de rutina del compañero(a) que posiblemente le sustituyó o dio solución a una problemática durante su ausencia.
- c) El jefe inmediato que debió hacer ajustes en las prioridades del área para asignar personal que sustituya a los que no están.

El profesor de la Universidad de Lile, en Francia, Robert Hanicotte, comenta que la mayoría de las constituciones no se equivoca, ya que “...éstas asocian solidariamente derechos y deberes en un mismo *corpus*. Sin embargo, la asociación entre unos y otras se reviste de un significado diferente según se establezca en un marco de mutualismo o de unilateralidad de las relaciones humanas”.³¹ Dentro de la ética gandhiana son los deberes los más importantes en los que hay que trabajar, paralelamente con su trascendencia; más allá de los deberes está el servicio al otro, a la otra, a lo otro, independientemente que sea o no parte de las responsabilidades “oficiales”.

Proteger e impulsar la vida comunitaria, como meta gandhiana
(Ahimsa 127, 2015)

Se considera a la *comunidad* como el medio que permite “a la gente protegerse y obtener los recursos que satisfacen sus necesidades. Proporciona valores intelectuales y sociales que dan propósito a la supervivencia [...] tienen valores comunes, asumen algún estatus permanente de pertenencia y comprenden los límites sociales dentro de los cuales operan”.³² La comunidad ayuda a cocrear estrategias de supervivencia, justicia, sustentabilidad y florecimiento de sus miembros, por lo que debe ser satisfactoria en la mayoría de los aspectos que experimentan sus integrantes, quienes tienden a “involucrar inversiones y retornos emocionales y físicos [...] La comunidad es el contexto en el cual se ve la persona como completa”.³³ Es por ello que el florecimiento del individuo impacta inevitablemente en el florecimiento de la comunidad y en el de la naturaleza de la cual forma parte; nada está escindido.

³¹ R. Hanicotte, *Devoirs de L'homme et Constitutions Contribution à une théorie générale du devoir* (París: Hartman, 2007), 85.

³² C. M. Moore, “¿Por qué mediamos?”, en *Nuevas direcciones en mediación investigación y perspectivas comunicacionales*, comps. J. P. Folger y T. S. Folger (Barcelona: Paidós-SAICE, 1999), 269.

³³ *Ibidem*, 269.

El libro famoso y polémico de Gandhi: Hind swaraj (autogobierno no-violento comunitario) (Ahimsa 138, 2016)

Fue tal el impacto de este libro a nivel internacional que en este aniversario del nacimiento del mahatma compartimos un fragmento:

Es, ciertamente una gran suerte que este librito mío reciba una atención tan amplia, el original está escrito en Sudáfrica. Fue escrito en 1908 durante el viaje de regreso de Inglaterra a Sudáfrica, como respuesta a la escuela hindú de violencia en Sudáfrica. Había entrado en contacto con todo hindú anárquico conocido en Londres. Su valor me impresionó, pero sentía que su celo estaba puesto en mal lugar. Sentía que la violencia no era un remedio para los males de la India, y que su civilización requería el uso de otro y más noble medio de autodefensa. El Satyagraha de Sudáfrica era todavía un niño de 2 años. Pero se había desarrollado suficientemente como para permitirme escribir sobre él con cierta seguridad [...] Llamó la atención en la India. El gobierno de Bombay censuró la publicación. Respondí publicando la traducción. Pensé que era justo hacer conocer el contenido a mis amigos ingleses. Según mi opinión es un libro que podría ser puesto en las manos de un niño. Enseña el Evangelio del amor en lugar del odio.³⁴



Que cada uno cumpla con su deber. Si yo cumplo mi deber, o sea, me sirvo a mí mismo, estaré en grado de servir a los otros [...] me permito repetir:

1. El verdadero autogobierno es dominio de sí o autocontrol.
2. El camino para alcanzarlo es la resistencia pasiva, o sea, la fuerza del alma o la fuerza del amor.
3. Para ejercitar esta fuerza es necesario el *Swadeshi* [autosuficiencia] en cualquier sentido.

Gandhi

³⁴ M. Gandhi, *Hind swaraj* trad. y pról. de P. Ameglio (Morelos: Universidad Autónoma del Estado de Morelos [UAEM], 2014), 23.

Prosocialidad (Ahimsa 139, 2016)

La prosocialidad es un comportamiento que, sin la búsqueda de recompensas externas, favorece a otros, aumenta la probabilidad de generar una reciprocidad positiva de calidad y solidaridad, salvaguarda la identidad y desarrolla la creatividad y la iniciativa de las personas, así como la de los grupos implicados.

A

Vivimos en una época que la gente es cada vez más individualista (pone su propio crecimiento y progreso por encima de casi cualquier consideración), pero paradójicamente, hemos descubierto que necesitamos a los otros para encontrarnos a nosotros mismos.

Joseph P. Folger y Patricia S. Jones.

*La No-violencia de la Navidad*³⁵ (Ahimsa 104, 2013)

En el contexto de la religión católica, la Navidad refiere el nacimiento de un dios en la pobreza extrema, lo cual marca un primer aporte para la reflexión, puesto que la pobreza es también característica de la No-violencia —dichosos los que han optado y se han colocado del lado de los pobres, ser pobre entre los pobres—. Otro elemento en común: no hay armas ni discurso aplastante, hay una actitud, una manifestación, un testimonio que alude al amor. Así se ubica también el centro del pensamiento no-violento, que se cifra en amar fuera de las reglas sociales: presenta tu otra mejilla como testimonio de tu amor al otro, de tu pobreza en los medios que dispones, es decir, la palabra y el silencio, el grito y el llanto —haz algo: llora o ríe, pero haz algo—. Un actuar comprometido con la justicia muestra siempre el respaldo de una grandeza de espíritu, a partir de ésta, la No-violencia puede ser posible.

³⁵ Juan-María Parent Jacquemin, profesor emérito de la Uaemex.

El derecho a la ternura (Ahimsa 104, 2013)

Al acercarse las festividades decembrinas, una ola de nostalgia atraviesa el interior de muchas personas, principalmente en occidente, donde mayor porcentaje de la humanidad celebra la Navidad, aunque probablemente ya no como el nacimiento de Jesús, recuerdo que cada vez va enterrándose más, en la misma medida en la que el consumismo de la época va incrementándose. Sin embargo, el festejo se asocia a la vida familiar, a proveerse amor y ternura mutuamente.

Carlos Restrepo hace un llamado a la reflexión en la defensa del derecho a la ternura más allá de una época por demás comercial, no espiritual como en su origen, y dejar de ver de manera cotidiana y normal a la violencia familiar y social que nos rodea, a fin de trascenderla desde la vulnerabilidad de los afectos:

Avanzar hacia climas afectivos donde predomine la caricia social y donde la dependencia no esté condicionada a que el otro renuncie a su dignidad, parece ser la tarea fundamental de la política contemporánea. El actor político debe tomar en serio su condición de escultor de sensibilidades. Así como al artista se le entrega el mármol o el lienzo para que produzca una obra de arte, a nosotros se nos ofrecen a diario seres humanos para que interactuemos y cultivemos con ellos climas de sensibilidad que permitan alcanzar un estado estético favorable a la plena expresión de las singularidades.³⁶

³⁶ L. C. Restrepo, “El derecho a la ternura”, http://www.ifejant.org.pe/Aulavirtual/aulavirtual2/upload-data/pedagogia/UNI_III/Carlos_restrepo_-_Actuando_desde_la_fragilidad.pdf.

Enseñanzas gandhianas recuperadas de la filosofía de John Ruskin (Ahimsa 146, 2017)

Las enseñanzas gandhianas, posiblemente como las de muchas propuestas sociales, se construyeron con las aportaciones de muchos teóricos y activistas sociales. Gandhi recuperó del transformador social británico, John Ruskin (1819-1900), las siguientes enseñanzas:

- El bien individual sólo está comprendido si se integra en la totalidad.
- El trabajo del abogado tiene el mismo valor que el de cualquier oficio, en virtud de que todos tienen el mismo derecho de ganarse la vida con su trabajo.
- Las vidas de un artesano o de un labrador son tan dignas de vivirse como cualquier otra vida, por lo tanto, debe respetarse.³⁷

Convivencialidad como eslabón intermedio de la equidad (Ahimsa 141, 2017)

El pensador austriaco, Iván Illich, introduce el término de *convivencialidad*, el cual hace referencia a las sociedades y las instituciones que respetan y promueven la autonomía de la gente. Por otra parte, Alfons Garrigós menciona que la equidad puede entenderse como causa o efecto:

Sería consecuencia de una política que da prioridad a las herramientas convivenciales y no a las industriales [...] Pero en su sentido clásico, equidad es la virtud que corrige la ley, a fin de hacerla más justa; Aristóteles la define como “una corrección de la ley en la medida en que su universalidad la deja incompleta” (*Ética a Nicómaco*,

³⁷ D. Pérez, *Gandhi. Alma grande* (México: Ediciones Koala, 2016).

1137b 25), y al hombre equitativo lo describe como “aquel que elige y practica estas cosas justas y [...] que apartándose de la estricta justicia y de sus peores rigores, sabe ceder, aunque tiene la ley de su lado” (id. 1138a).³⁸

Desde este enfoque, la equidad puede ser un eslabón precedente de la convivencialidad o la consecuencia de éste, y es muy probable que cuando se respeta y promueve la autonomía de las personas, ésta sea antesala.

A

En el Ashram de Gandhi no había criados, todos eran iguales y se servían unos a otros. Todos trabajaban y recibían una misma cantidad de dinero [...] Gandhi era el ejemplo viviente, pues realizaba hasta las tareas más ingratas, como cavar letrinas y recoger excrementos.

David Pérez Gallardo

La teoría de la atención y el cuidado desde la investigación de la paz (Ahimsa 139, 2016)

Irene Cumins, investigadora española por la paz que ha dedicado gran parte de su vida profesional a la ética del cuidado, considera que:

las tareas de atención y cuidado no se reducen a la esfera privada, sino que abarcan también la esfera global [...] Fiona Robinson demuestra cómo el cuidado es relevante no sólo en la esfera privada, sino también más allá de ella. En este sentido, propone una ética del cuidado crítica que puede dar pistas respecto a la naturaleza de la

³⁸ A. Garrigós, “Convivencialidad y equidad en el pensamiento de Iván Illich. Reflexiones de un maestro”, *Boletín Ciudades para un futuro más sostenible. Boletín CF+S*, vol. 26: Ivan Illich (2003), <http://habitat.aq.upm.es/boletin/n26/aagar.html>. (Consultado en diciembre de 2016).

moral, la motivación moral y las relaciones morales, de tal forma que lleve el debate sobre las relaciones internacionales más allá de sus estrechas fronteras.³⁹

Desde la separación hacia la unidad (Ahimsa 128, 2015)

Ha quedado demostrado que ningún “ismo” ha contribuido a la unión, que es la que da la fuerza cohesiva en el avance hacia la justa convivencia: regionalismo, sexismo, eurocentrismo, machismo, feminismo, indigenismo, etc. Es necesario rebasar las fronteras ficticias que nos separan. Lo ideal es lograr ubicar al planeta Tierra como patria, como en algún momento lo han comentado Edgar Morin y Anne Kern.⁴⁰

En América Latina es Simón Bolívar uno de los activistas y libertadores que más ha luchado por esa visión de unidad; el libertador andino, como lo menciona el historiador Otoniel Morales, más allá de luchar por su nación, buscó la unidad abarcando Latinoamérica y el Caribe, que ya es un paso avanzado en la tendencia a los propios egoísmos de la humanidad: “...los elementos de mayor proyección histórica del pensamiento bolivariano fue su combate permanente por la unidad hispanoamericana frente a los intereses de la América de origen anglosajón”.⁴¹

³⁹ I. Comins-Mingol, *La ética del cuidado y la construcción de la paz* (España: Icaria-Editorial, 2008), 16.

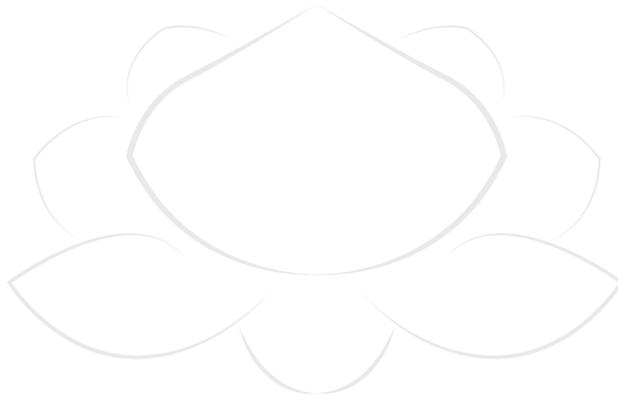
⁴⁰ Cfr. E. Morin y A. Kern, *Tierra-Patria* (Barcelona: Kairós, 1993).

⁴¹ O. Morales, “El pensamiento de Simón Bolívar ante los Estados Unidos de América”, en *Simón Bolívar y Mahatma Gandhi: paradigmas liberadores*, comp. H. Lucena Molero (Venezuela: Universidad de Los Andes, 2010), 75.

A

Mi único deber se reduce a someterme sin restricción al Código y magistrados que nos deis, y es mi única aspiración, el que la voluntad de los pueblos sea proclamada, respetada y cumplida por sus delegados.

Simón Bolívar



CAPÍTULO 2

HERRAMIENTAS DE LA NO-VIOLENCIA

Introducción

Si bien la filosofía de la No-violencia tiene sus fundamentos teóricos basados en la ética del *ahimsa*, la desobediencia civil, el activismo social de varios siglos atrás o los diálogos de saberes, así como los principios inherentes a diferentes religiones, más allá de estos fundamentos, el distintivo central de la No-violencia es la *acción*, una acción basada en la disciplina, la justicia, el amor y el coraje que, en conjunto, catalizan la decisión para actuar. Las acciones no-violentas son cautelosas, estratégicas, disciplinadas, y en la actualidad, basadas en las múltiples experiencias exitosas y no exitosas que retroalimentan las nuevas acciones.

En el presente capítulo se consideran seis tipos de herramientas, cada una aporta una bondad diferente en beneficio de la práctica no-violenta. La primera herramienta corresponde al *encuentro interior* que cada *satyagrahi*, practicante del *ahimsa* y del *satyagraha*, requiere hacer para preparar el espíritu, la mente y el corazón, para la acción. La segunda herramienta presenta el manejo del conflic-

to desde el diálogo no-violento. La tercera herramienta recopila elementos importantes sobre la mediación, como el perfil del mediador, las técnicas y las consideraciones generales.

El cuarto apartado trata sobre el *activismo social*, el cual se podría llamar el “corazón” de la No-violencia; en éste se enuncian diferentes estrategias, se describen algunas como la desobediencia civil y el boicot, además, se refieren casos de activismo realizado a lo largo de la historia, llevado a cabo incluso antes de la presencia internacional de Mahatma Gandhi, como es el caso de William Wilberforce, cuyo activismo osciló entre 1807 y 1833, año en el que fallece.

El quinto apartado aborda los nuevos movimientos, como *el consumo ético, responsable y socialmente solidario, complemento del comercio justo local*, los cuales son una vertiente del activismo no-violento, encarnan la filosofía gandhiana de la autosustentabilidad, la autonomía y el autogobierno, y rescatan los valores comunitarios y sus saberes.

La última sección hace referencia a las *asociaciones, las redes y las instituciones que albergan los principios y las acciones del ahimsa*, aunque no necesariamente lo expresen como tal; algunos ejemplos son las Brigadas Internacionales de Paz, Proyecto México; DEEP: (Dialogue, Empathetic Engagement & Peace), el Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia del Instituto de Estudios sobre la Universidad y de la Facultad de Odontología, etc., que facilitan la divulgación de los trabajos sobre paz, No-violencia y consumo ético.



Por una parte profesamos con orgullo ciertos principios sublimes
y nobles, pero por otra, practicamos desgraciadamente,
la antítesis exacta de estos principios.
Demasiado a menudo nuestras vidas se caracterizan por el
vigor del credo y la anemia de la acción.

Martin Luther King

El encuentro interior

Hacia una congruencia entre la práctica y el discurso
(Ahimsa 109, 2014)

La filosofía de la No-violencia insiste en que se actúe con plena congruencia con lo que representan los propios principios, pero más allá de ello, trabaja para que los principios sean acordes con la inclusión, el respeto, la justicia, en pocas palabras, el amor, y es aquí donde empieza un gran distanciamiento, aunque exista buena voluntad, no es suficiente. Los ingredientes para actuar de manera no-violenta requieren de un trabajo disciplinario, que inicia con “la limpieza de la casa por dentro”; mientras se guarda rabia, venganza, rencor, tristeza o, incluso, depresión, será imposible trabajar desde la No-violencia.

La buena voluntad requiere verse fortalecida con la disciplina en un trabajo interior, esto sólo representa el principio; el camino que sigue es el entrenamiento en las herramientas de esta filosofía: el *diálogo*, la *desobediencia civil* —cuando una ley o norma es injusta—, la *no cooperación* o el *boicot*, en lugar de la queja infructuosa, débil y cobarde. Si algo no nos gusta, es posible cambiarlo a través de la omisión.



Debemos abandonar nuestros miedos exteriores,
pero debemos temer siempre a nuestros enemigos interiores:
la pasión animal, la cólera y otras cosas parecidas.
Porque los miedos exteriores cesan por ellos mismos, en el momento
en que vencemos a los traidores internos.

Mahatma Gandhi

El entrenamiento en la No-violencia: cabeza y corazón
(Ahimsa 122, 2015)

El lado izquierdo del cerebro es tan importante como el derecho. La educación a todos los niveles ha optado por descuidar el lado derecho, ese lado intuitivo, creativo, entusiasta, decidido, alegre y espiritual, que corresponde al derecho.

Gandhi dice: “Sin fe es imposible la No-violencia”; sin embargo, este gran estratega, aparte de “poner el corazón” en sus proyectos, era un ser altamente disciplinado, cauteloso, observador, frío y persistente; unía corazón y cabeza, individuo y comunidad, varón y mujer, personas y animales no humanos, tierra y cosmos.



Conocerse a sí mismo es encontrar el centro de lo que somos, es encontrar la unidad. El conocimiento de sí construye una nueva vida. Hay una transformación del yo que es diferente del yo desconocido. Con el conocimiento despierta y nos abre a la lucidez que podemos relacionar ahora con la verdad buscada y la justicia.

¡Digan la verdad! Declaraba Solzenitzine cuando entró en el mundo occidental. La verdad se equipara con la no-violencia.

Dejemos de mentir, mintamos un poco menos.

Y positivamente es el trabajo de desmenuzar los discursos para reconocer la mentira, primera acción no-violenta

que implica conversión. Esta tarea cuesta, se enfrenta a la ingenuidad o a la utopía de las que tanto se habla acerca de la No-violencia. Despierta nuestro espíritu. Demanda valor porque se va así contra lo políticamente correcto. Ahí empieza el combate, la lucha por la verdad, el amor y la justicia.

Juan María Parent

La agresividad como elemento no-violento de la vida
(Ahimsa 149, 2017)

El etólogo austriaco, Konrad Lorenz (1903-1989), se dedicó a estudiar toda su vida el comportamiento animal, lo cual le llevó a considerar que la agresividad:

- a) Es un rasgo animal que también tienen los humanos.
- b) Permite que se perpetúe la especie.
- c) Posibilita la defensa de los hijos, del espacio vital y de la propia vida.
- d) Tiene como fin asegurar la sobrevivencia por medio de la descarga de adrenalina, es decir, cuando la persona o los animales se encuentran en peligro, a diferencia de la violencia, cuyo objetivo es causar sufrimiento y daño.

Cabe mencionar que las acciones no-violentas buscan preservar la vida y la justicia y rechazan la violencia; quienes las realizan obtienen la fuerza desde la agresividad, pero no trasgreden los derechos de los otros, aunque dentro de las manifestaciones, ellos reciban violencia.

El entrenamiento no-violento consiste, precisamente, en generar el temple para no responder violentamente; de ahí que al *ahimsa* se le conozca también como *satyagraha*, que significa la “fuerza de la verdad y el espíritu”.

Definiciones del concepto de paz (Ahimsa 149, 2017)

Existen muchas maneras de concebir la paz, por ello resulta muy enriquecedor leer las definiciones de tres estudiantes de la licenciatura en medios alternos de solución de conflictos, en las cuales se identifican algunos elementos que pueden propiciar este valor.

a) De acuerdo con Gabriela Itzel Galindo González:

La paz comienza consigo mismo y, después, con cada una de las personas, de la misma manera en la que comenzamos a amarnos. Requiere de tolerancia, es decir, de la forma de respetar y escuchar las ideas u opiniones de distintas creencias, culturas, etc.; como también necesita de la igualdad de oportunidades. Hoy en día, cada uno de nosotros formamos una unidad; no estamos separados. El sueño de muchos es vivir en un ambiente de armonía y paz.

b) Para Edson Gómez Flores:

La paz tiene la posibilidad de estar en conflicto con otro(s) debido a la falta de conocimiento o comunicación con otros y, aun así, a pesar de las dificultades, es posible poder y querer hacer algo bueno por los demás, sintiendo que también eso es bueno para uno, que se aprende de ello; y la mansedumbre llega, ello trae gozo y, por ende, descanso; para ello es necesario vivir en fe.

c) Según Jesús Alejandro Samaniego Bernal, la paz:

Es un estado emocional, espiritual y social, en el que cualquier individuo se siente tranquilo consigo mismo y con la sociedad. Cabe señalar que para lograr vivir y sentir paz, es necesario dar solución a los problemas y conflictos que se nos presentan de manera diaria, llevando a cabo este acto con humildad, inteligencia, empatía, sinceridad y respeto; haciendo, además, uso de la paz como un estilo de vida y un valor individual. El perdón es fundamental para vivir en paz.

La esencia del mindsight: Daniel Siegel (Ahimsa 134, 2016)

La batalla de la No-violencia debe librarse primero en el interior de cada persona. La autoconciencia de los impactos de nuestro discurso y nuestras acciones puede ser un gran salto para armonizar el entorno de lo cotidiano, transformando el yo individual en un *nosotros*:

...mirar hacia dentro con el fin de conocer nuestro mundo interior para poder ver con claridad el estado interno y la mente del otro. Cuanto mayor es la capacidad de conocernos, más receptivos somos a los demás.

Y cuando se entreteje un “nosotros” en las neuronas de dos cerebros que se reflejan, nuestro “yo” más profundo se ilumina con la luz de la conexión. La conciencia interior y la empatía, la mejora de uno mismo, y la diferenciación, la unión y la conexión, llenan de armonía los circuitos de resonancia de nuestro cerebro social.¹

De la mística. Experiencia plena de la vida (Ahimsa 114, 2014)

Raimon Panikkar es un escritor, químico y filósofo español, reconocido internacionalmente por trascender las fronteras de la filosofía occidental, así como por mostrar y analizar las aportaciones de la filosofía de Oriente. Defendió su tesis doctoral en química con el tema “Ontonomía de la ciencia. Sobre el sentido de la ciencia y sus relaciones con la filosofía”. Su tesis doctoral en teología abordó el tema “El desconocido cristo del hinduismo”; posteriormente, fue publicada. Concilió dos áreas disciplinarias distantes: la química y la filosofía.

¹ D. J. Siegel, *Mindsight. La nueva ciencia de la transformación personal* (Madrid: Paidós, 2011), 301 y 302.

En 2005 publicó el libro *De la mística. Experiencia plena de la Vida*, del que comparto la siguiente cita: “Reduciendo a su esencia la multitud de prácticas ‘espirituales’, llámense meditación, yoga, contemplación, *vipassana*, *tantra*, *ching* o lo que fuere, todo se reduce a que nos concentremos en lo esencial, seamos plenamente conscientes del hecho de que estamos vivos y de que vivamos esta vida en su plenitud sin las distracciones que nos ‘tientan’”.²

Muere a la edad de 91 años, con una vasta obra dentro de la que figuran más de 40 libros enfocados en destacar la importancia del diálogo interreligioso, intercultural, interdisciplinar y transdisciplinar. En gran parte de su obra se pueden observar valiosas aportaciones a favor de la No-violencia como una estrategia para lograr la paz y la justicia.

***La psicología, un soporte para la No-violencia*³**
(Ahimsa 115, 2014)

La No-violencia como alternativa de vida requiere del aprendizaje de diversas habilidades, herramientas y estrategias que beneficien un cambio del comportamiento humano que posibilite el uso de una modalidad diferente ante la resolución de conflictos, es aquí donde la psicología y la no-violencia se encuentran y se apoyan, ya que la primera ocupa un papel fundamental en la búsqueda de la salud socioafectiva del ser humano que le permita afrontar conflictos, de tal modo que favorezca la adaptación y aprendizaje de las experiencias adversas y sobre todo de una manera no-violenta para sí mismo y para quienes lo rodean. La persona que esté bien

² R. Panikkar, *De la mística. Experiencia plena de la vida*, Barcelona, Herder (Barcelona: Herder, 2008), 19 y 20.

³ Raquel Alejandra Sarapura Naranjo, maestra y mediadora en el Centro de Mediación del Ministerio Público de la Provincia de Salta, Argentina.

consigo misma puede entablar relaciones armónicas con los demás y, consecuentemente, con su entorno, propiciando su óptimo desarrollo y bienestar.

A

Todo este sistema que estoy construyendo compone una amplia filosofía de vida, una filosofía del todo, de modo que también podría crearse un sistema filosófico o psicológico del arte de Ser para abarcar la poesía, la novela, el teatro y las artes verbales... es decir, el arte en general puede verse como un campo que potencia el desarrollo personal [...] y la plena humanidad.

Abraham Maslow

Polaridades y contradicciones. La visión parcial aleja de la No-violencia (Ahimsa 111, 2014)

Se ha comentado en numerosas ocasiones dentro de los talleres de No-violencia que adoptar esta filosofía de polaridades es posible cuando hay dominio de sí, el reto es lograrlo cuando estamos frente a un mundo bipolar, donde hay alegría y tristeza, humildad y soberbia, amor y odio, luz y sombra, etcétera.

Mahatma Gandhi decía que la verdadera liberación y el dominio se alcanzan cuando es posible escapar de esta dualidad. “La liberación de todo consiste en no dejarse afectar por estas contradicciones. El método para vencerlas no consiste en deshacerlas, sino en elevarse por encima de ellas”.⁴ La propuesta gandhiana, y de muchas filosofías, tradiciones y religiones, es precisamente la trascendencia de la dualidad, de esta forma no veremos malos y buenos o

⁴ M. Gandhi, *Quien sigue el camino de la verdad no tropieza. Palabras a un amigo* (Cantabria: Sal Terrae, 2001), 14.

amigos y enemigos, pues el odio tanto como el “amor” desbordado nos ciegan, por lo tanto, pueden interferir en la negociación de un conflicto cuando la dualidad ha sido trascendida.

El miedo y la violencia se sostienen mutuamente
(Ahimsa 135, 2016)

Resulta paradójico que, cuando existe violencia y alguien muestra miedo, el atacante se violenta más; este aspecto se puede observar tanto en los animales como en los humanos. De igual forma, si alguien es violentado y responde con violencia, el conflicto se incrementa, y las causas reales de éste quedan “enterradas” en el mar de emociones. El activista por la paz, Johan Galtung, menciona:

Las manifestaciones súbitas de conflicto conducen a más cristalización y a más conflicto, de ahí que exista una incompatibilidad obvia entre un actor que desea golpear (física y psicológicamente) y otro actor que desea evitar ser golpeado y lastimado. Esto, a su vez, conduce a una actitud y un comportamiento más negativo, y así hacia delante. Mientras tanto la contradicción original, las raíces estructurales, pueden ser olvidadas.⁵

La inteligencia interior (Ahimsa 111, 2014)

Lanza del Vasto, fundador de las comunidades de No-violencia “El arca”, localizadas al sur de Francia, enfatizaba la necesidad de que cada persona pudiera conocerse más profundamente. Era la inteligencia interior la que debía ser despertada, porque ella nos conectaría con la fuerza del alma, aquella gigante que puede ser

⁵ J. Galtung, *La meta es el camino. Gandhi hoy* (México: Trascend México, 2008), 89.

capaz de derrocar los imperios de la injusticia: “La victoria sobre uno mismo nos alcanza en la inteligencia interior, el conocimiento propio o conciencia. Aquí se opera la fusión de la inteligencia con el ser (uno mismo) y de esta fusión brota una fuerza nueva, fuerza del alma o coraje, la única capaz de superar los mayores obstáculos, que son el infortunio, el dolor y la muerte. Sólo queda liberado el que se ha conquistado y unificado a sí mismo”.⁶

A

Me parece que podíamos concluir diciendo que hemos dedicado, y seguimos dedicando, mucho más tiempo a la pequeña parte que en cada momento se hace consciente en el hombre y descuidando casi totalmente la inmensa parte de ese iceberg que se encuentra bajo la superficie.

Francisco Rubia

A

Llevo estudiando por más de una década el fenómeno complejo transcultural y global de la no-violencia. Mis maestros: Pontara, L'Ábate, Drago, Maritirani [...] me han hecho reflexionar y pensar con mayor profundidad sobre un camino que ellos comenzaron a andar hace ya medio siglo. Llegué en un momento dulce a sus vidas. Tenían ganas de encontrarse con una nueva generación más joven con ganas de seguir pensando y deliberando sobre la no-violencia.

Me encontré con la horma espiritual de mi zapato intelectual.

Mario López

⁶ G. Lanza del Vasto, *La fuerza de los no-violentos: Para evitar el fin del mundo* (Bilbao: Ediciones Mensajero, 1993), 35.



Desaprender la guerra (fragmento)
Desaprender la guerra, realimentar la risa.
Deshilachar los miedos, curarse las heridas.
Difuminar fronteras, rehuir la codicia,
anteponer lo ajeno, negarse a las consignas.
Desconvocar el odio,
desestimar la ira,
rehusar usar la fuerza,
rodearse de caricias.
Reabrir todas la puertas,
sitiar cada mentira,
pactar sin condiciones,
rendirse a la justicia.
Rehabilitar los sueños, penalizar las prisas,
indemnizar el alma, sumarse a la alegría.
Humanizar los credos, purificar la brisa,
adecentar la Tierra, reinaugurar la vida.
Luis Guitarra

Indicadores de la paz personal (Ahimsa 140, 2016)

Existen elementos básicos fisiológicos que influyen en la paz interna, entre éstos dormir las horas necesarias para descansar, alimentarse sana y equilibradamente, así como tener una vida sexual armónica. Sin embargo, también hay otros factores como tener tiempo para estar a solas con uno mismo con el propósito de reflexionar sobre los sentimientos, las propias necesidades y cómo nuestro actuar ayuda o entorpece las acciones de los otros; también se encuentra la manera en la que nos dirigimos a los demás —con respeto o con gritos u ofensas o, inclusive, con la intención de ayudar a los otros o servirse de ellos—. Otro elemento de gran importancia es la forma en la que las personas se interrelacionan dentro de la familia.

Habrà mayor paz interna si tanto en los deberes como en las expresiones de afecto existe reciprocidad; de lo contrario, los abusos y las injusticias generaràn turbulencia interna tanto en quien es receptor como en el que promueve. De esta forma, si los problemas no se resuelven en el interior del hogar, causaràn pequeños y grandes conflictos en otros àmbitos.

El valor del autodomino⁷ (Ahimsa 144, 2017)

En la sociedad actual, la mayor parte de las personas se enfoca en adquirir bienes que le proporcione placer instantàneo, que eleve su estatus y que le dé la oportunidad de entrar a esferas que le otorgue más prestigio.

Las emociones y el control de éstas desempeñan un papel muy importante, ya que el ser humano, de forma instintiva, se dirige a la búsqueda del placer y a la satisfacci3n; el reto es saber manejarlas para frenar las necesidades superfluas y abrir espacio empàtico hacia los otros. Al respecto, Gandhi, en una de sus reflexiones, dice: “El dominio de sí nunca arruina la salud de nadie. Lo que echa a perder la salud no es el autodomino, sino la represi3n exterior. Una persona que realmente se autocontrola se hace cada día más fuerte y tiene cada día más paz. El primer paso en el camino del autodomino es la limitaci3n de los pensamientos”⁸; lo cual no implica olvidarse totalmente de uno mismo, sino lograr un manejo de los sentimientos, los deseos y las emociones, de una manera que nos permita crecer y formarnos como una mejor persona que puede dar mucho para sí misma, así como para las demás.

⁷ Zenyazhe Rebeca Villa Aguayo, psic3loga y colaboradora del Programa de Estudio, Promoci3n y Divulgaci3n de la No-violencia, IESU-Uaemex.

⁸ M. Gandhi, *Mi fe en la verdad, un pensamiento para cada día* (Santander. Sal Terrae, 2007), 94.

*La riqueza está en la diversidad*⁹ (Ahimsa 100, 2013)

Qué sentido tendría la vida si no tuviera una canción, una comida o un paisaje, sin duda sería aburrida, como lo sería con un mismo idioma, una sola cultura o una religión. La diversidad es un don que hace que nuestra vida tenga sentido, que la disfrutemos todos, que nos lleva a descubrir la paz interior que cada ser humano lleva dentro y a encontrar la felicidad que se alcanza con la felicidad de los demás, con respeto a su fe, nacionalidad o ideología.

*La sociedad del cansancio*¹⁰ (Ahimsa 129, 2016)

De acuerdo con el filósofo coreano Byung-Chul Han, el mundo actual puede denominarse “la sociedad del cansancio”, caracterizada por la violencia neuronal ante el agotamiento, la fatiga, la sensación de asfixia y, sobre todo, la pérdida de inmanencia “...porque destruye toda comunidad, cercanía, incluso el mismo lenguaje”¹¹; entonces cabe preguntarse ¿cómo voy a ser, desde la propia esencia, inmerso(a) en esa imposibilidad impuesta de percibir la otredad? Es transcendental siempre recordar que somos y existimos por el reconocimiento del otro, sinergia que nos define como humanos, y de lo cual nos perdemos entregándonos irreflexivamente a la tiranía del reloj y de la productividad.

⁹ Said Bahajin, investigador en la Cátedra Unesco de Filosofía para la Paz (España).

¹⁰ Ileana Paola Sánchez Guadarrama, psicóloga; colaboradora del Programa Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

¹¹ B.-C. Han, *La sociedad del cansancio* (Barcelona: Editorial Heder, 2012), 5.

La compasión y su relación con la empatía (Ahimsa 139, 2016)

Es uno de los pilares defendido por diferentes disciplinas espirituales y asociado con la empatía, de la cual, Faure y Giradet mencionan que “[...] representa el arte de vivir, un arte de unirse en corazón, de vivir y desarrollar su fuerza de compasión”;¹² sin embargo, el desarrollo de ambas requiere de entrenamiento. El Centro para la Investigación de Mentes Saludables, del Centro Waisman de la Universidad de Wisconsin-Madison, ha generado un entrenamiento de dos semanas de duración, con el cual se ha demostrado que la compasión se puede incrementar considerablemente a partir de diversas estrategias, entre éstas la meditación.¹³

Manejo del conflicto desde el diálogo no-violento



La no-violencia es el espacio del diálogo o de la palabra y la violencia calla la palabra [...] La corrupción del lenguaje conduce a la pérdida de la fe en lo que oímos y vemos y el paso siguiente es la violencia como resultado de este debilitamiento de la lengua [...] Devolver la presencia de la palabra valora al otro que puede escucharse, con quien se intercambia una mirada. Luego se reanuda el diálogo y restablece lo humano. Humano que nos es común a todos, la palabra hace viva la similitud entre todos, la fraternidad y desaparece las diferencias. Regresemos al valor del diálogo posible cuando aceptamos la premisa citada. Podemos añadir además que por este motivo, al tener la facultad de razonar, somos iguales y ninguno puede imponerse a los demás como una autoridad.

Juan María Parent

¹² J.-P. Faure y C. Giradet, *L'empathie, le pouvoir de l'accueil. Au coeur de la communication nonviolente* (Saint-Julien: Jouvence Editions, 2003), 10.

¹³ Cfr. W. Helen et. al., “Compassion training alters altruism and neural responses to suffering”, *Psychological science* 24 (7) (2013), <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3713090/>. (Consultado en octubre de 2016).

Resolución del conflicto y su analogía con la música (Ahimsa 148, 2017)

Brian Muldoon es un abogado mediador que hizo una comparación entre la música y la dialéctica del conflicto para explicar la trascendencia que tiene esta última para la evolución humana y consideró un punto importante que ambas comparten: la resolución. En la música, la resolución significa la trascendencia de un punto disonante a otro consonante; en el conflicto, se refiere a la culminación de éste mediante un proceso en el cual el mediador trabaja con pensamientos discordantes y crea las condiciones necesarias para que éstos “suenen en armonía”.¹⁴

El conflicto en siete niveles (Ahimsa 148, 2017)

Antony Judget, citado por Muldoon,¹⁵ refiere siete niveles de disonancia y armonía dentro de la música, los cuales pueden extrapolarse a los conflictos personales:

Nivel 1 Monodía: Una sola voz se presenta, misma que ahoga e ignora todo lo que le rodea.

Nivel 2 Monodías contrapuestas: Las voces que se escuchan representan valores disonantes.

Nivel 3 Tonos afines: Aunque se siguen apreciando contrastes, cada voz va respondiendo a las otras.

Nivel 4 Melodías sencillas: Se aprecian secuencias de opiniones que resuenan unas con otras.

Nivel 5 Acordes armónicos: Estos acordes ya implican una fusión compleja y profunda de valores.

Nivel 6 Secuencias de acordes: Las condiciones de la situación y los involucrados generan el contexto en que los valores pueden ser expresados con libertad y plenitud.

¹⁴ B. Muldoon, *El corazón del conflicto. Del trabajo al hogar como campos de batalla, comprendiendo la paradoja del conflicto como un camino a la sabiduría* (Barcelona: Paidós, 1998), 131.

¹⁵ *Ibidem*, 131 y 132.

Nivel 7 Progresión de secuencias: Conforme se da la progresión, aumenta la profundidad de la interacción, es más variada e inclusiva, lo que facilita una calidad alta de la resolución.

A través de éstos, Judge explicó el gran trabajo que el director de orquesta realiza paso a paso, tanto de manera individual como grupal, hasta lograr componer una melodía que no sólo sea aceptada, valorada, emulada y reconocida por la orquesta, sino que haga sinergia con su contexto.

Metodología para el diálogo no violento
(Ahimsa 127, 2015)

1. Define el conflicto

Las prácticas dialogales requieren precisar los pensamientos, los hechos y las emociones, a fin de empezar conociendo nuestro propio terreno a la hora de dialogar, por lo que es importante:

- Partir de un diagnóstico con evidencias (banco de argumentos).
- Definir la propia meta.
- Intentar definir la meta de los otros o del otro.
- Enfatizar las metas comunes y compatibles.
- Identificar los hechos relevantes que conducen al conflicto.

2. Contar con una apreciación positiva del conflicto

Al ser el conflicto una característica afín a todos los seres humanos, es posible también identificar en él cualidades que le permiten a las personas y los grupos mejorar substancialmente las condiciones originales una vez que se han enfrentado y trascendido, por lo que Galtung, basado en las experiencias gandhianas, sugiere:

Codhem

- Identificar en el conflicto una oportunidad de conocer más allá de la superficialidad al otro o a los otros.
- Identificar al conflicto como una oportunidad para transformarte a ti misma(o).¹⁶

Y desde luego, es una oportunidad extraordinaria de cambiar el contexto en el que nos desarrollamos, a través de normas y comportamientos éticos que representan la antesala de la justicia y, por lo tanto, de la no violencia.

3. Actuación ética durante el conflicto

EVITA:

- Lastimar con acciones.
- Herir o humillar con palabras.
- Herir o lastimar con pensamientos.
- Dañar las propiedades del otro.

PREFIERE:

- La violencia a la cobardía
- ¡Hacer el bien incluso al enemigo!

¹⁶ Cfr. J. Galtung, *La meta es el camino. Gandhi hoy* (México: Trascend México, 2008).

Antología de la No-violencia
IV

EJERCITA:

- Siempre incluir un elemento constructivo.
- Actuar en forma abierta, no en secreto.
- Dirigir el diálogo y tus argumentos al punto correcto.
- Tener disposición al sacrificio.
- Considerarte falible.

4. Algunos indicadores que permiten identificar cambios conductuales hacia la práctica del diálogo no violento

- Se usa un tono de voz firme y paralelamente amable.
- Se utilizan argumentos más que apreciaciones.
- Se muestra tolerancia al punto de vista del otro.
- Sin embargo, es implacable para exigir la justicia en sí mismo(a) y en los otros(as).
- Se mantiene contacto visual con los interlocutores.
- Tiene propuestas fundamentadas.
- Es disciplinado y consciente en el manejo del tiempo a fin de llegar a acuerdos antes de culminar el diálogo.
- Establece fecha para el cumplimiento de compromisos de ambas partes.
- Da seguimiento oportuno a los compromisos.

¿El diálogo entre culturas diferentes es posible?
(Ahimsa 107, 2014)

Ya se han abordado algunos de los retos que representa la práctica de la herramienta número uno de la No-violencia: el diálogo; Matthieu Le Quang y Tamia Vercoutère lo asumen, magnificándolo al referir culturas distintas:

En la medida que se trata de saberes que, por un lado, se inscriben en cosmovisiones distintas y que, por otro lado, son tributarios de una historia marcada por la subordinación de unos pueblos a otros, de unos pensamientos a otros. Sin querer caer en la victimización de los unos y la diabolización de los otros, es necesario tener claro que, dadas esas mismas condiciones históricas, un diálogo horizontal y total entre diferentes saberes, si bien no es imposible, tampoco es automático.¹⁷

La cita anterior nos permite reflexionar: si bien hay actos o acontecimientos que encaran más retos que otros, lo importante es la preparación para el proceso; en la acción no-violenta, este aspecto cobra especial relevancia, la mayoría de los logros no se da, como mencionan los autores, de manera “automática”, necesitamos invertirle al proceso.

Los cuatro pilares básicos de un enfoque intercultural
(Ahimsa 101, 2013)

La No-violencia trabaja por el reconocimiento de que cada persona percibe una realidad particularizada, la comprensión de ello ayuda a respetar las diferencias, y si éstas entran en conflicto con la realidad del otro, lo cual sucede a menudo, la herramienta primaria será el diálogo, el cual requiere ser practicado.

¹⁷ M. Le Quang y T. Vercoutère, *Ecosocialismo y Buen Vivir* (Quito: IAEN, 2013), 16.

La No-violencia invita a poner en práctica el diálogo en la vida personal, laboral, académica, comunitaria o de pareja, con la certeza de que muchos conflictos podrán ser solucionados, con beneficios mutuos, sin rencores ni revanchas, a diferencia de cuando las soluciones son sesgadas, manipuladas o injustas.



...¿puede una campaña de resistencia civil reducir el número de víctimas y aminorar el sufrimiento humano cuando se produce un cambio social profundo, con respecto a una campaña violenta?

Ciertamente no hemos ofrecido cifras de ello, por tanto, no hemos elaborado comparaciones. No obstante, sirva esta muestra sólo como reflexión y no como demostración. Si tomamos cualquiera de los conflictos recientes, como las primaveras árabes, el número de víctimas en la resistencia civil han sido, desde unos cientos a unos pocos miles de víctimas; en cambio en ese mismo entorno geográfico, una semana de conflicto armado en Libia o Siria han supuesto más muertes que en el resto de países donde triunfaron las personas que pacíficamente tomaron las calles.

Mario López

La apertura en el diálogo (Ahimsa 102, 2013)

El diálogo es la herramienta número uno de la No-violencia y, tal vez, una de las más complejas. La *apertura* hacia el otro con la posibilidad de verlo como igual es una regla básica; cuando nos percibimos inferiores o superiores a nuestro interlocutor, el diálogo ya no es posible; por ello se identifican ciertas actitudes que no permiten el diálogo. “Algunos participantes excluyen o desalientan la participación de los demás ya sea tomándose mucho tiempo en cada intervención o a través de una alta frecuencia de intervenciones, o haciendo callar a otros, gritándoles [...] ignorando los aportes [...]

avergonzándolos”¹⁸, o atendiendo otros asuntos como el teléfono celular, o permitiendo que otros interrumpen el proceso sin tener nada que ver con el conflicto o tema tratado. Uno de los puntos importantes derivados de la *apertura* es la creación de las condiciones físicas y emocionales para que el diálogo se pueda establecer.

Transformación no-violenta del conflicto y los nuevos paradigmas (Ahimsa 111, 2014)

Giovanni Salio asume este encuentro de factores que pueden llevar a la transformación del conflicto, cuya aplicación podría ayudar a trascender la crisis que la humanidad ha gestado, se requiere una transformación cultural de fondo en todas las esferas: políticas, religiosas, educativas, económicas, ambientales, etc., para finalmente poder iniciar la transformación progresiva hacia una sociedad no-violenta.

Calidad de vida no-violenta (Ahimsa 119, 2015)

En marzo se publicó el libro *Calidad de vida no-violenta: saberes originarios, prácticas de paz y decrecimiento*,¹⁹ en el cual los autores, a través de sus investigaciones, reconocen y recuperan las cosmovisiones de los pueblos originarios, especialmente aquellas que los mantenían conectados con la naturaleza, el cosmos y la comunidad. En los artículos que integran este texto se advierte que en la práctica de esta forma de vida se promueven principios como la equidad y la justicia en su integralidad, más allá del antropocentrismo que, tanto la filosofía de la No-violencia como del decrecimiento, fomentan.

¹⁸ E. Leiva-Lobos, H. Ponce y H. Antillanca, “Un marco sistémico para orientar el diseño de artefactos del diálogo”, *Convergencia* 47 (2008): 21.

¹⁹ H. C. Vargas Cancino (coord.), *Calidad de vida no-violenta: saberes originarios, prácticas de paz y decrecimiento* (México: Torres, 2015).

¿Es posible? Deja de ser amable; ¡sé auténtico!
(Ahimsa 146, 2017)

Una parte de la humanidad es impositiva, testaruda y bastante impulsiva; sin embargo, otra no defiende sus derechos y termina cediendo al interlocutor más impositivo. *Deja de ser amable; ¡sé auténtico!* es el título de un libro del psicoterapeuta y escritor francés, Thomas D'Ansembourg, publicado por la editorial Sal Terrae. En 226 páginas que integran esta obra, el autor discurre sobre la creación de estados de conciencia y autovaloración para generar respeto a sí mismo y, en consecuencia, a los otros. A partir de sus conocimientos en la psicoterapia y la comunicación no-violenta, D'Ansembourg realiza un encuadre profundo entre sentimientos, emociones y necesidades, para dejar de cumplir las expectativas individualistas ajenas, aprender a escucharse a sí mismo y a los demás, creando, en consecuencia, impactos para una sociedad más justa, asertiva y armónica.

*La reconciliación del ser a través de la No-violencia*²⁰
(Ahimsa 147, 2017)

La No-violencia reconstruye la visión de las injusticias y propicia un espacio de escucha activa y tolerancia en una atmósfera de encuentro de ideologías, sentimientos y expresiones neutros, donde inicia un nuevo significado de pensamiento, acción y movilización que los violentos no comprenden. Es una perspectiva que incluye ambas partes, que transforma la manera de expresar lo que sientes y de hacer justicia. En esta sociedad cada vez más desintegrada, y de una espiritualidad precaria, confundida con el fanatismo, donde la “verdad” te la ofrecen en tirajes de papel, sin escucharte, la No-violencia debe entenderse como aquella que te permite la apertura del

²⁰ Ricardo Corona Méndez, psicólogo becario de investigación, estudiante de la Universidad Autónoma de Tamaulipas.

espíritu y la reconciliación entre tus sentires y las injusticias, para comenzar un nuevo estado de vida; por eso, Gandhi afirmó: “Hace falta un entrenamiento bastante arduo para llegar a un estado mental de No-violencia”.²¹

¿Realmente nos preocupa la violencia? (Ahimsa 149, 2017)

Si este problema nos inquieta, es momento de ocuparnos de éste a partir de la autoconciencia de la violencia, es decir, de reflexionar si, a veces, la hemos ejercido en cada uno de nuestros ámbitos en la vida. ¿Y, después? Una vez que nos damos cuenta de que también podemos generar violencia realizando comentarios “sin mala intención”, incumpliendo las responsabilidades que tenemos en nuestro diario actuar o criticando a los demás, producto de nuestra obsesión por la “perfección”, o por la creencia de que el otro nos pertenece y, por lo tanto, “se le tiene que controlar, someter, dominar”; el paso siguiente es realizar ajustes en nuestros comportamientos hacia la prosocialidad, hacia la convivencia, que reconozcan las necesidades de todos; así es como inicia la No-violencia.

A

Desprenderse del egoísmo es uno de los retos que más cuesta a todo aspirante a la práctica de esta filosofía [No-violencia] y puede ser un ideal muy alto, como lo marca Gandhi [...] se requiere de un entrenamiento que poco a poco va dando el fruto, por lo que aspirar a hacer cambios a escala social puede ser el inicio de un desafío, que tal vez, aún no se desea enfrentar, lo que no quita ningún mérito a los esfuerzos individuales [...] para lograr cambios en la vida personal.

Hilda Vargas

²¹ M. Gandhi, *En lo que yo creo* (México: Dante, 1985), 175 y 176.

La mediación como herramienta no-violenta

Los deberes de las personas que ejercen la mediación
(Ahimsa 123, 2015)

Según Vinyamata, toda persona que se dedica a ejercer la mediación debe tener en cuenta las siguientes características:

- a) Facilitar la comunicación entre las partes y promover la comprensión entre ellas.
- b) Concienciar a las partes, en su caso, de la necesidad de velar por el interés superior de los hijos menores y de los incapacitados.
- c) Tener en cuenta el interés de la familia, en especial de sus miembros más vulnerables.
- d) Propiciar que las partes tomen sus propias decisiones disponiendo de la información y el asesoramiento suficiente para que desarrollen los acuerdos de una manera libre, voluntaria y exenta de coacciones.
- e) Mantener la reserva respecto a los hechos conocidos en el curso de la mediación, salvo que el levantamiento de la misma sea compatible con la legislación vigente respecto al secreto profesional o exista aceptación expresa de las partes.
- f) Mantener la imparcialidad en su actuación.
- g) Ser neutral ayudando a conseguir acuerdos sin imponer ni tomar parte por una solución o medida concreta.
- h) Mantener la lealtad en el desempeño de su función y en relación con las partes²².

²² E. Vinyamata Camp, *Aprender mediación* (Barcelona: Paidós Ibérica, 2003), 82 y 83

Funciones básicas del mediador (Ahimsa 117, 2015)

A continuación se mencionan algunas funciones que deben ser cultivadas y practicadas por un mediador ético:

- a) Facilitar la comunicación entre involucrados.
- b) Propiciar que cada uno de ellos comprenda la postura y necesidades del otro.
- c) Generar las condiciones para que las partes puedan tomar sus propias decisiones sin temores o manipulación, “disponiendo de la información y el asesoramiento suficientes para que desarrollen los acuerdos de una manera libre, voluntaria y exenta de coacciones”.²³
- d) Mantener un estado consciente de sí mismo de tal forma que sea posible la imparcialidad durante todo el proceso. Posiblemente sea una de las tareas y habilidades del mediador que más esfuerzo requiera, generalmente es necesario un trabajo personal previo, en donde entrenamientos en materia de asertividad, inteligencia emocional y no-violencia son especialmente requeridos.

El arbitraje como método de solución alterna del conflicto (Ahimsa 140, 2016)

La solución no-violenta del conflicto un procedimiento mediante el cual las partes acuerdan incluir a un árbitro, cuya decisión acatarán de manera obligatoria. De acuerdo con la Ley sobre Resolución Al-

²³ *Ibidem*, 82 y 83.

terna de Conflictos y Promoción de la Paz Social de Costa Rica,²⁴ existen diversos tipos de arbitraje; entre éstos destacan dos: “el arbitraje de derecho” y “el arbitraje de equidad” también conocido como “arbitraje de conciencia”.²⁵ En el primero, el árbitro o tribunal arbitral debe tener formación profesional de abogado, de tal forma que, las controversias a solucionar se realicen con estricto apego a la legislación aplicable. En el segundo, cualquier persona, sin importar disciplina, profesión u oficio, puede fungir como árbitro; para este caso, el sentido de justicia y equidad será el principal elemento a considerar.



El bastón de la palabra está tomado de nuestras relaciones indígenas. Los consejos de ancianos y de madres del clan se reúnen en círculo para discutir un problema o tomar una decisión. En los consejos, escuchar es igual de importante que hablar, luego el silencio importa y uno sólo habla tras haber deliberado. Como los cuáqueros.

Shinoda Bolen

Fases generales de la mediación (Ahimsa 136, 2016)

Diez y Tapia proponen dos etapas principales del proceso de mediación: exploratoria y propositiva. En la fase exploratoria, el mediador o la mediadora presenta los relatos de ambas partes, en los que cada quien ve la historia del proceso; en esta etapa también se hacen visibles los rasgos de personalidad, los contextos y las valoraciones de cada persona involucrada. En la fase propositiva, la mediadora o el mediador, basándose en los datos de la fase anterior, construye una propuesta con un enfoque al-

²⁴ Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, “Ley sobre Resolución Alternativa de Conflictos y Promoción de la Paz Social” (Costa Rica: Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, 2010).

²⁵ DINARAC, (Dirección Nacional de Resolución Alternativa de Conflictos), *Introducción a los métodos de resolución alternativa de conflictos* (República de Costa Rica: Ministerio de Justicia y Paz, 2013).

ternativo, que les permita a las partes, integrar otros elementos no contemplados, y les facilite llegar a un acuerdo.²⁶

La microtécnica de la reformulación en la mediación (Ahimsa 142, 2017)

La mediación es un sistema que se caracteriza por, entre otros aspectos, crear conciencia para lograr un acuerdo entre los actores de un conflicto a través de un tercero. Para poder llevarla a cabo, la especialista en esta materia, Marinés Suares, sugiere algunas microtécnicas, como la reformulación o el efecto de reencuadre, que permite crear o modificar el contexto, por tal razón, también se le denomina como re-contextualización. “Las reformulaciones operativas serían aquellas que producen el efecto de ‘re-encuadrar’, ‘re-enmarcar’ o ‘re-contextualizar’, es decir, que permiten entender desde otro contexto el problema o la situación”.²⁷

Mediación intercultural (Ahimsa 137, 2016)

La mediación intercultural, de acuerdo con el Colectivo “AMANI”, se da entre partes que se diferencian étnica o culturalmente, siendo esa diferencia relevante para la problemática que se esté tratando. Específicamente, la mediación intercultural requiere considerar la naturaleza de lo culturalmente diferenciado de las partes, la incidencia de esa diferencia en la relación, la relevancia del bagaje cultural de la mediadora y la interculturalidad como objetivo.

Tanto la negociación como la mediación intercultural pretenden disipar los malentendidos entre las personas y los grupos pertenecientes a lenguas o culturas diferentes: “La mediación en particular puede ser

²⁶ F. Diez y G. Tapia, *Herramientas para trabajar mediación* (Buenos Aires: Paidós Mediación, 1999).

²⁷ M. Suares, *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas* (Buenos Aires: Paidós, 1996), 280.

un instrumento útil para gestionar la conflictividad. Lo fundamental es que las personas conozcan y sean sensibles a los valores, normas y actitudes de los demás y, en consecuencia, de las suyas propias”.²⁸

El activismo social

La acción pública no-violenta (Ahimsa 128, 2015)

Después del diálogo, la acción pública es una de las principales herramientas de la lucha no-violenta que, a nivel mundial es frecuentemente elegida por sus defensores; Popovic, *et al.*, mencionan tres de sus beneficios:

- Las acciones públicas individuales se pueden llevar a cabo con tiempo y recursos humanos limitados.
- Los eventos públicos se pueden organizar aún en niveles de represión crecientes, y en espacios políticos estrechos.
- Atraen la atención de los medios, lo cual abre una posibilidad poderosa, y virtualmente gratuita de presentar su mensaje visual a una audiencia grande—una imagen poderosa demostrada en un lugar visible vale más que mil palabras—.²⁹

En la actualidad las redes sociales han funcionado con mayor cobertura y rapidez para la difusión de mensajes y, por lo tanto, representan una valiosa herramienta de promoción de la acción no-violenta.

²⁸ B. Aguilera, J. Gómez, M. Morollón y J. de V. Abad, *Educación intercultural, análisis y resolución de conflictos* (Madrid: Catarata, 2009), 244.

²⁹ S. Popovic, A. Milvojevic y S. Djinojic, *Lucha no violenta. Los 50 puntos cruciales*, trad. Center for Non Violent Conflict (ICNC) y NOVA-México (No Violencia en acción) (México: Centro para la Acción y la Estrategia No Violenta Aplicadas [CANVAS, por sus siglas en inglés], 2006), 67.

Atrás de Gandhi en Occidente y Oriente (Ahimsa 109, 2014)

Se ha comentado en otros dípticos *Ahimsa* que formalmente se le han atribuido a Gandhi el concepto y la práctica de la No-violencia; no obstante, se ha reconocido la influencia en él de otros personajes como Tolstoi y Henry David Thoreau, entre otros. Jesús Castañar hace una semblanza histórica de la No-violencia y, como el mismo mahatma lo llegó a declarar, destaca que “Debe quedar claro [...] que Gandhi, aunque introdujo el concepto de noviolencia en Occidente, tampoco era el inventor de las técnicas de acción noviolenta, sino que había ido tomando ideas de acciones previas tras un análisis concienzudo”³⁰. Un ejemplo de esto se relaciona con el principio de *no colaboración*, propuesto por contemporáneos al joven abogado:

La huelga general durante la Revolución Rusa de 1905 que hizo que el zar Nicolás permitiera la formación de un parlamento, el boicot chino a productos norteamericanos que alrededor de 1900 hizo que se derogaran las leyes antichinas de los Estados Unidos, o remontándose en el tiempo, la negativa a pagar impuestos a Inglaterra poco antes de la Revolución Americana.³¹

Clasificación y jerarquización de las acciones no-violentas (Ahimsa 132, 2016)

La siguiente clasificación es reportada por Armando Rendón, de acuerdo con la estructura que integra Álvaro Díaz, donde se destaca que la primera acción siempre será el diálogo y, previo a éste, el diagnóstico de la situación. Para un activista no-violento, la investigación es su punto de partida:

³⁰ J. Castañar, *Breve historia de la acción noviolenta* (Madrid: Ediciones Pentapé, 2010), 60

³¹ *Ibidem*, 58.

1. Información y diálogo: al diálogo se debe acudir con una base informativa suficiente, con evidencias de los aspectos que consideran injustos; el único fin es sensibilizar o concienciar al dialogante para, finalmente, llegar a acuerdos justos, y que éstos sean difundidos al mayor número de población posible.

2. Acción directa o popular: son acciones públicas que pueden ser marchas, sentadas, caravanas, etc.; sus propósitos son informar a la población, presionar al adversario, principalmente cuando, existe la presencia de la prensa local, nacional e internacional. La ventaja actual de las redes sociales es que han superado cualquier omisión de los medios masivos de comunicación tradicionales.

3. No cooperación: simplemente se deja de apoyar con las propias acciones aquello que mantiene la injusticia; el mejor ejemplo es el boicot, aplicable a productos, servicios o figuras públicas.

4. “Desobediencia civil: ante el fracaso de las anteriores tentativas para lograr un acuerdo satisfactorio, se recurre a acciones que infringen e impugnan abiertamente una ley injusta o inhumana (no pago de ciertos impuestos, toma de tierras, bloqueo de calles, etcétera)”³²

La fuerza de William Wilberforce (Ahimsa 118, 2015)

William Wilberforce (1759-1833) fue un reconocido luchador social inglés, cuya trayectoria política y personal la dedicó a favorecer causas diversas como la atención a las clases más desfavorecidas, el respeto a los animales y la prevención de la crueldad con ellos.

³² A. Rendón Corona, “Gandhi: la resistencia civil activa”, *Polis 7* (1) (2011): 87.

Su esfuerzo más tenaz fue la defensa de la libertad de los esclavos (mujeres, hombres y niños), que el imperio británico trasladaba en buques cargueros desde África, en cuyo trayecto eran tratados con crueldad y salvajismo, lo cual ocasionaba que cerca de 50% que embarcaba falleciera durante el viaje.

Su activismo social y su filantropismo los practicó hasta el final de sus días. Sus principales pilares fueron el primer ministro, William Pitt, vinculado con él desde la infancia, y quien lo invitó a formar parte del Parlamento británico, además del destacado abolicionista Thomas Clarkson, así como un equipo conformado por personas disciplinadas y de fe inquebrantable, entre ellas su esposa Barbara Spooner.

Ser fiel a sus ideales y contar con amigos muy comprometidos con la causa fueron la clave para que todas las campañas y los esfuerzos realizados por Wilberforce pudieran, después de 18 años de lucha, terminar con el comercio de esclavos.



Para enfrentarse a la ley, Gandhi puso en marcha el primer movimiento de *satyagraha*. Había elegido dicho nombre — verdad y fuerza— porque no le agradaba el de la resistencia pasiva —procedimiento puramente negativo que le parecía una débil arma— ni el de desobediencia civil, que tenía un aura de desafiante hostilidad. La resistencia que deseaba ofrecer era la de un pueblo que no temía la acción violenta pero optaba deliberadamente por la no-violencia y la lucha por el dominio de la verdad en vez de la lucha por el poder material.

George Woodcock

Desobediencia civil (Ahimsa 139, 2016)

Esta estrategia no-violenta es uno de los ejes centrales de la propuesta del *ahimsa*, que resulta de vital importancia cuando el diálogo no está funcionando y tiene un impacto primordial en el despertar de conciencias sobre la justicia; básicamente, se integra de dos aspectos: I. Desobediencia: “incumplimiento de un mandato por parte del agente...” o de la persona.

II. Carácter civil: “aceptación responsable y voluntaria de las consecuencias de dicho acto...”, acatando las multas o los procedimientos de la legislación vigente.³³

Justicia restaurativa (Ahimsa 147, 2017)

En los últimos años, ha ido cobrando fuerza esta estrategia no-violenta que busca integrar a la víctima, la persona ofensora y la comunidad para sanear las emociones y los hechos dañados, corresponsabilizando a los involucrados para generar soluciones concreadas con alcances a largo plazo, con efectos positivos en todos los sectores. La justicia restaurativa es, de acuerdo con Alberto Olalde, reparadora, porque permite crear condiciones para que la víctima sea reparada en el daño, la persona ofensora participe en la restauración de manera consciente y, en ese proceso, ella también sane; participativa, porque involucra a un tercer sector que es la sociedad o la comunidad; terapéutica, porque permite sanar las emociones de culpabilidad, de ira, de la víctima, e incluso, reconstructiva, porque puede ayudar a curar la postura ingenua que tiene la sociedad al creer que no se está implicada en la comisión de cualquier delito.³⁴

³³ F. Fernández, *Desobediencia civil* (Madrid: Ediciones Bajo Cero, 2005), https://www.upf.edu/materials/polietica/_pdf/paudesobediencia.pdf (Consultado en junio de 2017).

³⁴ Cfr. A. Olalde, “Encuentros restaurativos en victimización por delitos de terrorismo: bases teóricas”, en *Los ojos del otro. Encuentros restaurativos entre víctimas y ex miembros de ETA*, coord. E. Pascual (Santander: Sal Terrae, 2013).

Boicot como herramienta no-violenta: no te quejes, ¡actúa!
(Ahimsa 115, 2014)

- Le permite a las personas poner su dinero, sus esfuerzos y sus expectativas donde se encuentra lo que ellas consideran justo y ético. “Los boicots le ofrecen a la comunidad una manera de estar firmes por lo que creen. Si el boicot está bien organizado, le permite a la gente dar la cara a favor de sus creencias de una forma fácil y relativamente sin daños. En pocas palabras, un boicot alienta la responsabilidad civil de los miembros de la comunidad”.³⁵
- Facilita captar la atención y concientizar a la sociedad sobre una acción, una persona, una empresa o un producto no-ético. Los medios masivos representan una ayuda gigantesca para difundir las razones del boicot y, con ello, sensibilizar a la sociedad, la cual, en la medida en la que esté más informada, podrá unirse a él. Las redes sociales tienen un potencial altamente impactante para ejercer esta acción.

A

Así como el rayo que no hace ruido hasta que golpea, la Revolución Negra se generó en silencio. Pero cuando golpeó, el relámpago que reveló su poder y el impacto de su sinceridad y fervor mostraron una fuerza de intensidad aterradora.

No se puede esperar que trescientos años de humillación, abuso y penuria se expresen con un susurro. Las nubes de tormenta no sueltan una “suave lluvia del cielo”, sino un torbellino, el cual aún no agota sus fuerzas ni llega a su culminación.

Martin Luther-King

³⁵ Caja de herramientas comunitarias, “Sección 17. Organizar un boicoteo”, Caja de herramientas comunitarias, <https://ctb.ku.edu/es/tabla-de-contenidos/abogacia/realizar-una-campana-de-accion-directa/organizar-boicoteo/principal>.

*Una experiencia en el Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia*³⁶ (Ahimsa 133, 2016)

Se experimenta un crecimiento profesional y personal, ya que se hace un trabajo transdisciplinario y se expande la visión de las situaciones que ocurren cada día y que afectan al mundo como individuo y sociedad; dicha visión da pauta a una extensión de conocimiento y pensamiento crítico a través de una constante nutrición de saberes.

Para el psicólogo, es imprescindible el conocimiento de la realidad existente de la sociedad y del mundo en general, en cuanto a educación, política, economía y la omisión de acciones por parte de la población en relación con acontecimientos como la diferencia de clases, la globalización, el neoliberalismo, las políticas injustas, la represión, entre otras, de manera que se tenga una concepción acerca del contexto actual, y para poder tomar pequeñas pero significativas acciones mediante la sensibilización de las personas respecto a los temas mencionados y, así, fomentar el desarrollo social basado en el bien común y en una calidad de vida no-violenta.

Una mirada desde Colombia “La generación herida y rebelde” (Ahimsa 134, 2016)

Vengo de la costa norte, de los santanderes, vengo del centro del altiplano, de los llanos del oriente, de la selva amazónica, de la sierra, vengo del Pacífico, vengo de los confines de mi país [...] Somos colombianos, indios, negros, mulatos, mestizos, blancos y trigueños que hemos vivido distintas situaciones de guerra, hambre y miseria, que hemos vivido y sobrevivido en una situación que se ha vuelto cotidiana.³⁷

³⁶ Ileana Sánchez Guadarrama, psicóloga en prácticas profesionales asignada al Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

³⁷ J. F. Castrillón, “El vencimiento de la muerte: de las lógicas de rivalidad y avaricia, a las lógicas del perdón y la reconciliación”, en *Vida, voces, reflexiones y esperanzas*, coord. R. Solarte (Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2010), 69.

Recomendaciones para hacer periodismo de paz (Ahimsa 134, 2016)

Primero. Un cambio de paradigma: difundir paz, dar noticias, al menos una vez cada semana o cada mes, sobre algo que se ha solucionado, las acciones no-violentas que han impactado en justicia, o aquello que, siendo verdad, puede dejar un buen sabor de boca, y ser modelo para otras acciones.

Segundo. Aquellas personas que hacen el reportaje deben partir de la autorreflexión, particularmente, de una reflexión ética, en la que se cuestione qué es lo que se desea estimular: ¿la violencia, la guerra, el desastre, o las acciones creativas de paz, de trascendencia del conflicto, de diálogo, etcétera?

Tercero. Mantener la objetividad de los hechos, descubrir lo encubierto, mostrar los hechos dando voz a los que no la tienen.

Cuarto. “Una empatía balanceada con las partes no implica una simpatía balanceada. Aquel que pisotea las necesidades de los otros, en su vida y sobrevivencia, su libertad y su identidad tiene derecho a ser comprendido. Pero la simpatía es para las víctimas”.³⁸

Difundir paz en el discurso social de lo cotidiano (Ahimsa 134, 2016)

La queja sin acción es estéril; es pérdida de tiempo y termina por intoxicar emocionalmente a los demás; la No-violencia es acción. Para ayudar a gestar cambios no-violentos, es necesario que el discurso de cada persona sea a partir de un proceso reflexivo breve: si

³⁸ J. Galtung, J. Lynch y A. Mc. Goldrick, *Reporteando conflictos. Una introducción al periodismo de paz* (México: Ariete, 2006), 56.

se analiza la mayoría de los comentarios entre familiares, vecinos, amigos, compañeros y colegas es notable que los temas que se abordan son sobre el desastre, la violencia, la injusticia; esto fortalece aquello que criticamos.

Por lo que está en nosotros informarnos y difundir los acontecimientos positivos que están sucediendo. No se trata de mentir, sino de visibilizar las buenas noticias y compartirlas, esta tarea también incluye lo cotidiano, por ejemplo, hablar de los aciertos de la pareja, de las hijas o los hijos, de la compañera o del compañero del trabajo, de los espacios laborales, de las experiencias en el aula, etcétera; para los pesimistas, esto pareciera “querer tapar el sol con un dedo”. La idea no es mentir, sino buscar el equilibrio; si se habla de una mala noticia, también es conveniente hablar de las buenas sucesos, de lo contrario, debe hablarse también de las acciones que esa persona hará para contrarrestar la situación de la cual se queja.

A

Nosotros no somos mejores que nadie: este pensamiento rebosa
verdad y humildad
Mahatma Gandhi

*Recordando historias no-violentas desde Montgomery,
Alabama (Ahimsa 112, 2014)*

Era 1 de diciembre de 1955 cuando Rosa Parks se negó a ceder su asiento a un hombre blanco en el autobús, en esa época la segregación racial era muy fuerte para las personas de raza negra, pues eran excluidas de la vida pública en muchos sentidos, haciéndolas sentir inferiores para así poder marginarlas de la sociedad. En ese entonces había en el autobús asientos designados para los negros que se encontraban en la parte final; los blancos podían

ocupar la primera parte; mientras que la mitad podría ser usada por ambos. En caso de que un blanco quisiera tomar asiento, y una persona de raza negra lo estuviera ocupando, ésta debía levantarse y dejar que el blanco ocupara su lugar.

El hecho de que Parks se negara a ceder el asiento desencadenó una serie de actos, en primer lugar, fue encarcelada y tuvo que pagar una multa; posteriormente, fue el detonador de un gran número de protestas organizadas por Martin Luther King contra la segregación racial en los autobuses, dando origen a un boicot de 382 días en los cuales aproximadamente 30 mil afroamericanos participaron; como consecuencia, la Suprema Corte de Justicia se vio presionada a abolir la segregación racial en los autobuses, más por el déficit económico que el movimiento causó en los transportistas, que por su convencimiento de que se trataba de un acto injusto.³⁹

A

El *hartal* era una forma tradicional india de protesta no-violenta, una especie de huelga general durante la cual los comerciantes cerraban sus tiendas y los trabajadores abandonaban sus herramientas, y los comerciantes cerraban sus tiendas, de tal modo que los bazares y fábricas vacíos expresaban una silenciosa protesta contra el invasor que había actuado de forma injusta.

George Woodcock

Aldo Capitini (Ahimsa 111, 2014)

Aldo Capitini fue un filósofo y activista no-violento, considerado por muchos como el Gandhi italiano; nació en Perugia, Italia (1898-1968). Fue un luchador social altamente comprometido con los movimientos de las masas; organizó la primera marcha por la paz,

³⁹ Diana Laura Velázquez Rojas, becaria de verano de investigación, adscrita al Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

desde Perugia a Asís, en 1961; también fue fundador de las revistas *Azione nonviolenta* y *Il potere di tutti*.

Algunos de sus libros son *La realtà di tutti* (1948), *Religione aperta* (1955) y *Il potere di tutti* (1969, póstumo). Especialmente, se resalta el libro *El método de la noviolencia*, el cual “puede tener una gran importancia para los problemas políticos y éticos del mundo de hoy porque ilumina la relación que debería existir entre los medios y los objetivos en la política y la acción social, entre el respeto por la ley y la desobediencia civil”.⁴⁰

Galtung: hacia un periodismo de conflicto/paz
(*Ahimsa* 103, 2013)

El activista por la paz, Johan Galtung, marca una diferencia sustancial entre hacer periodismo de guerra/violencia y periodismo de paz, este último debe centrarse en la verdad y la gente; puede también reportear la violencia, pero sin el sesgo que lo ha caracterizado. Debe incluir las causas y los impactos no evidentes de la violencia, sin confundirla con el conflicto, y orientarse a la verdad, permitiendo dar a conocer las mentiras de todos los involucrados y hacer visible lo encubierto; dar voz a los que no han sido escuchados y reflejar las acciones que se orienten a la solución del conflicto, como las acciones no-violentas que han cobrado fuerza en diferentes latitudes. Se adiciona a la postura del activista no-ruego que el periodismo de paz debe incluir las noticias que están mostrando que hay otras formas de solucionar los conflictos, y que su lenguaje no sea manipulado para la creación de miedo, tristeza o depresión en la sociedad, evitando, por lo tanto, el terrorismo verbal que ha caracterizado al periodismo amarillista.⁴¹

⁴⁰ A. Capitini, *El método de la noviolencia* (Cataluña: Institut Català Internacional per la Pau, 2010), 2.

⁴¹ Cfr. J. Galtung; J. Lynch y A. Mc. Goldrick, *Reporteando conflictos* (México: Montiel & Soriano Editores, 2006).

La disciplina de las estrategias no-violentas en el manejo del conflicto (Ahimsa 145, 2017)

Trabajar con las propias emociones como el miedo, el protagonismo, la ira, entre otras, implica tener disciplina con uno mismo. Una introspección permite dominar a los demonios y los fantasmas personales que, al no ser controlados, se agigantan y se tornan en comportamientos violentos, saboteadores y egoístas. Al respecto, Krishnamurti menciona: “Uno no puede ser violento y meditar; eso no tiene sentido. Si existe psicológicamente cualquier tipo de temor, es obvio que entonces la meditación es un escape. Para lograr calma de la mente, su completo silencio, se requiere una disciplina extraordinaria”.⁴²

Peacemakers, pacificadores, no-violentos (Ahimsa 103, 2013)

Las etiquetas son lo menos importante; el trabajo y las aportaciones de los transformadores de conciencia y de acción son lo valioso, lo que hay que promover y emular. Mercedes Mas nos comparte cinco tipos de *peacemakers*; probablemente, el lector se identificará con al menos un estilo:

- *Garantes de paz.* Aquellos que protegen los derechos a través de la aplicación justa de la ley: un árbitro, un juez, un líder, etcétera.
- *Mediadores.* Profesionales neutrales que proporcionan guía y apoyo a dos partes que entran en conflicto, hasta que éstas logren un acuerdo justo para ambas.

⁴² J. Krishnamurti, *Más allá de la violencia. Reflexiones sobre el origen y el fin del sufrimiento* (Barcelona: Kairós, 2007), 176.

•*Activistas sociales*. Personas de la sociedad civil comprometidas con la justicia, con un liderazgo fortalecido y un corazón indomable y no manipulable, que les permite organizar a las masas y ser parte de la lucha activa por el cambio de cualquier estado injusto: Adolfo Pérez Esquivel, Corazón Aquino, Gandhi, Vandana Shiva, Helder Cámara, Petra Kelly, Václav Havel, Wangari Maathai, James Lawson, Aung, San Suu Kyi, Tawakkul Karman, por citar algunas.

•*Idealistas*. Aquellos que influyen con sus creencias e ideas y que inspiran a individuos y grupos para el despertar de conciencia y la transformación de las experiencias de vida: intelectuales, filósofos, artistas, místicos, cineastas, etcétera.

•*Constructores de paz locales*. Personas que, comprometidas con la justicia, realizan diversas acciones en sus diferentes ámbitos de influencia y que tienen que ver con el cuidado del ambiente, de los animales no humanos, de la seguridad, de la salud, por ejemplo.⁴³

A

Déjame decir, sin miedo a parecer ridículo, que el revolucionario
necesita, sobre todo, amar mucho.

Che Guevara

¿Quién es Jean-Marie Muller? (*Ahimsa* 125, 2015)

Es un filósofo, escritor y activista francés (1939) que trabaja a favor de la No-violencia. Es miembro fundador del Mouvement pour une Alternative Non-violente, director de investigación en el Institut de Recherche sur la Résolution Non-violente des Conflits. Ha publicado *Le principe de la non-violence* (Marabout), *Gandhi l'insurgé* (Albin

⁴³ Cfr. M. Mas, *Noviolencia y el Evangelio. Manual de supervivencia para un mundo complejo* 36 (2002).

Michel) y *Vers une culture de la non-violence* (Dangles); en español destacan sus obras: *El coraje de la no violencia*, editada por Sal Terrae y Gandhi, y *La sabiduría de la no-violencia*, editada por Desclée De Brouwer.

Este número particular del díptico *Ahimsa* se lo hemos dedicado a Muller, como un reconocimiento a las múltiples aportaciones que ha realizado tanto en la fundamentación de la filosofía de la No-violencia como de su activismo no-violento. El autor es una fuente indispensable de consulta para cualquiera que desee investigar sobre el *ahimsa* o practicar esta filosofía.

La intervención civil de paz (Ahimsa 125, 2015)

Es una acción no armada directa en el sitio de un conflicto local o extranjero, de donde se desprenden diversas acciones no violentas como la misma observación del conflicto, la difusión de información, la interposición, o las tareas más activas como la mediación y la cooperación enfocada en la prevención o detención de la violencia, que permita la validación de los derechos humanos. Igualmente, busca la creación de “las condiciones para una solución política del conflicto que reconozca y garantice los derechos fundamentales de cada una de las partes y permita que se definan las normas de convivencia pacífica”.⁴⁴

Recordando a César Chávez desde la mirada de Jean-Marie Muller (Ahimsa 126, 2015)

Era el 1 de agosto de 1972, yo participaba, desde las cinco de la mañana, en un grupo de huelga organizado por el sindicato nacional de obreros agrícolas, la National Farm Workers Association (NFWA),

⁴⁴ J.-M. Muller, “L’Intervention Civile de Paix, une pratique de terrain”, Institut de recherche sur la Résolution Non-violente des Conflits, http://www.irnc.org/Diaporamas/Items/intervention_civile_de_paix_1.pdf.

en el frente vinícola de Delano, casi a 250 kilómetros al norte de los Angeles, California. Alrededor de las 10, aquel cuyo nombre y rostro se identificaban con La causa de estos campesinos se mezcló con los huelguistas: fue mi primer encuentro con César Chávez. Desde el principio, este hombre de pequeña estatura se mostró particularmente amable. Su hermoso rostro indio, en el que se reflejaban a la vez su calma y determinación, se iluminaba frecuentemente con una gran sonrisa. Sabía la responsabilidad que pesaba sobre sus hombros, pero eso no le molestaba. Sabía que sus adversarios, los terratenientes del *agribusiness* (la agricultura de los negocios), albergaban en su contra una feroz hostilidad, pero su convicción de luchar por la justicia lo protegía de la angustia y le proveía de gran serenidad.⁴⁵



Un diálogo es para todos los hombres, en todos los países un diálogo no son dos monólogos, la base del diálogo es que cada hombre tiene una parte de la verdad y una parte del error. Para empezar un diálogo es con un enemigo, es decir, con un hombre que no piensa como nosotros [...] Descubrir en el otro lo que todavía tiene de bien, de verdad. Nunca hay un hombre malo en absoluto [...] Hay que descubrirlo, porque este bien no es solamente para él, sino para nosotros, es para mí. Y a partir de este descubrimiento tomar el proceso siguiente: Decirle cómo esta cosa buena que está en él, nosotros no la hemos descubierto o la hemos traicionado. Ante esta admisión de nuestra carencia, de nuestra debilidad, el otro se siente, por decirlo así, útil. No vinimos [...] para acusarle, para destruirle, sino para que nos ayude a transformar la situación....

Hildegard y Jean Goss



La principal razón por la que la no-violencia “no funcionó” en la Alemania de Hitler fue porque no fue practicada. Cuando fue practicada, incluso por el grupo más vulnerable, funcionó.

Johan Galtung

⁴⁵ J-M. Muller, “César Chavez et la longue marche des campesinos, 1966”, *Alternatives non-violentes* 156 (2010): 17.

Fragmento de la historia de “La Carta Magna de los indios”
(Ahimsa 136, 2016)

Mientras que la granja de Tolstoi prosperaba, las relaciones con los británicos iban de mal en peor. Yo llegué a viajar hasta Gran Bretaña para tratar de que alguien nos ayudara, pero no sirvió de mucho, y los indios cada vez teníamos menos derechos. Algunas de las prohibiciones que nos impusieron eran incomprensibles. Por ejemplo, dijeron que sólo serían válidos los matrimonios que se hubieran celebrado entre cristianos. La mayoría de nosotros éramos hindúes y musulmanes, y llevábamos mucho tiempo casados. [...] Aquello fue la gota que colmó el vaso: nos declaramos todos en huelga e incluso las mujeres, que normalmente no participaban en este tipo de manifestaciones, se unieron a nosotros. Fuimos duramente golpeados y a muchísimos de nosotros nos pusieron tras las rejas. Pero, a pesar de la represión, parece que por fin nuestras quejas tuvieron efecto.

Me encontraba en la celda cuando vinieron a buscarme unos guardias para llevarme delante del general Smuts, un británico que en aquel momento tenía mucho poder en Sudáfrica. Estuvimos negociando durante mucho rato y él acabó accediendo a devolvernos gran parte de nuestros derechos [...]. Todos estos acuerdos quedaron escritos en un documento llamado *Carta Magna de los indios* en Sudáfrica, que se firmó en el año de 1913.⁴⁶

A

El teatro del oprimido trata de activar a la gente en un esfuerzo humanista, expresado por su propio nombre: teatro de, por, y para el oprimido.

Un sistema que facilita a la gente a actuar en la ficción del teatro para transformarse en protagonistas, i.e. sujetos activos, de su propia vida.

Augusto Boalv

⁴⁶ L. Toro y M. Cabassa, *Me llamo... Gandhi* (Barcelona: Parramón, 2006), 10.



Gandhi tenía metas pedagógicas de gran escala con su participación en conflicto [...] de ningún modo es posible alejar a la gente en conflicto de participar en sus propias luchas, tampoco una lucha puede ser manejada por especialistas en conflictos —arrebatando el conflicto a los demás al “resolverlo” por ellos— aunque sea con la mejor de las intenciones. Para Gandhi tales personas serían ladrones de conflictos.

Johan Galtung

El consumo ético, responsable y socialmente solidario complemento del comercio justo local, otra esfera del activismo no-violento

*Consumo responsable y el mercado de comercio justo
(Ahimsa 120, 2015)*

El consumo responsable tiene implicaciones éticas no-violentas, tales como consumir lo que se ocupará, comprar artículos de proveedores que demuestren prácticas de producción justas y amables con la naturaleza y con sus colaboradores, dar prioridad al consumo local, pagar lo justo a los productores locales sin el acostumbrado “regateo” que minusvalora el trabajo del artesano o fabricante y termina por asfixiar sus finanzas al no colocar su mercancía recuperando lo mínimo invertido.

El consumo responsable va de la mano del comercio justo; es un binomio importante, en tanto que uno sostiene al otro. Este último nace como alternativa al comercio tradicional, cuyo funcionamiento se da con normas no equitativas que, finalmente, sólo favorecen a los países del norte y terminan por empobrecer a los productores sureños. Uno de sus principales objetivos, además de trabajar con

normas más justas para los productores, es evitar la participación de los intermediarios, favorecer métodos de producción “limpios”, que protejan a los ecosistemas, manteniendo su equilibrio, además de evitar trabajo infantil y que se demuestre que llevan a la práctica el enfoque de equidad de género⁴⁷.

Producción y consumo: dos puntas del mismo leño
(*Ahimsa* 109, 2014)

Tanto la sociedad occidental como la occidentalizada se han caracterizado por sus hábitos compulsivos de consumo, los cuales son corresponsables en la crisis ecológica, social, cultural y económica del planeta. La otra punta del leño la representan las compañías productoras con sus tres herramientas casi infalibles: el *dinero en plástico* (la deuda), la *publicidad* “vendedora” o prometedora de felicidad basada en la ficción, y la *tecnología de la obsolescencia*, también ficticia y a la vez “real”: ficticia porque muchos productos, entre ellos la ropa, podrían seguir funcionando para cumplir con la necesidad de taparse y protegerse, sin embargo, la publicidad la hace verse fuera de “moda”; real en tanto que un equipo de cómputo puede caducar más pronto que las medicinas, porque después de breve tiempo ya no es compatible o comunicable o soportable de la información vigente en la academia o en la empresa. ¿Qué podemos hacer? Si desde el inicio del siglo pasado fue posible el *principio de no colaboración*, ahora es requerido para toda la población consumidora, aunque, para que esto suceda, es necesario despertar del letargo occidental.

⁴⁷ H. C. Vargas Cancino, “Responsabilidad social universitaria: consumo responsable desde la no-violencia y el decrecimiento”, *Responsabilidad social universitaria. El reto de la construcción de ciudadanía*, coords. J. Olvera y J. C. Olvera (México: Porrúa-Uamex, 2014).

Un buen inicio de año hacia un consumo responsable
(Ahimsa 117, 2015)

Un consumo ético, responsable o solidario obliga a tener autoconciencia sobre los impactos de los propios hábitos, de otra forma, se vive en el sueño de que nuestro andar por el mundo no mata bosques ni animales y tampoco contamina ríos, mares, aire o tierra y mucho menos se vislumbran las graves consecuencias para todos: el propio cuerpo, por ejemplo, resiente los excesos; la comunidad se empobrece, y los ecosistemas se desequilibran. En todo esto hay un solo beneficio parcial e imaginario que es la ganancia económica para los inversionistas; sin embargo, el cobro tarde o temprano también les llega a ellos y a su familia.⁴⁸ Dicen los ancestros que todo lo que hacemos tiene impactos, y éstos, tarde o temprano, nos cobran factura.

*La práctica del comercio justo como acción no-violenta*⁴⁹
(Ahimsa 104, 2013)

La forma en la que se han repartido los recursos no sólo en la actualidad, sino a lo largo de la historia, violenta a la sociedad, lleva a la pobreza tanto material como espiritual y nos mantiene enfermos. En palabras de Hilda Vargas: “los estándares de vida, orientados a tener, aprisionan y empujan a la humanidad a realizar un sin número [sic] de acciones sin sentido para el ser, que dañan su físico hasta enfermarlo”⁵⁰. Es por eso que una alternativa sana es la práctica del *comercio justo*, cuyos beneficios alcanzan a la naturaleza, los productores y los consumidores⁵¹.

⁴⁸ Cfr. H. C. Vargas Cancino, “Responsabilidad social universitaria: consumo responsable desde la no-violencia y el decrecimiento” en *Responsabilidad social universitaria. El reto de la construcción de ciudadanía*, coords. J. Olvera y J. C. Olvera (Toluca: Porrúa-Uaemex, 2014).

⁴⁹ Marco Antonio Fuentes, estudiante de la licenciatura en Filosofía (Uaemex).

⁵⁰ H. C. Vargas Cancino, “La calidad de vida interior, una puerta hacia la interculturalidad”, en *¿Cómo vivir juntos? Ética, derechos humanos e interculturalidad*, coords. M. Guerra y R. Mendoza (México: Torres, 2013), 97.

⁵¹ Cfr. P. Suess, “En defensa de la condición humana”, *Latinoamérica mundial La Otra Economía*, ed. P. Casaldáliga y J. Vigil (México: Comunidades Eclesiales de Base, 2013).

Fomento de mercados de comercio justo
(Ahimsa 120, 2015)

Con motivo del Día Internacional de la Madre Tierra, el 22 de abril, se llevará a cabo el evento itinerante “un mercado de comercio justo”, que promueven las facultades de Odontología y Lenguas, así como el Programa de No-violencia del Instituto de Estudios sobre la Universidad; su sede será en el Centro Cultural “Casa de las Diligencias”. En esta actividad productores locales ofrecerán artesanías, productos reciclados, hortalizas orgánicas, dulces regionales, plantas, mermeladas, licores y deshidratados orgánicos, así como platillos típicos. La cita es de las 10:00 hasta las 15:00 horas.

El fomento de cooperativismo de consumo agroecológico
(Ahimsa 145, 2017)

El cooperativismo de consumo agroecológico representa una alternativa ética para la población más desprotegida, pues disminuye los gastos de consumo cuando éste se realiza en grupo y, al mismo tiempo, comparte la producción interna de la localidad para su satisfacción, pues los excedentes se venden externamente. Asimismo, un consumo agroecológico implica que la comunidad se alimente de plantas, frutas, hortalizas, granos, etc. que se siembran sin el uso de pesticidas y agrotóxicos que envenenan los alimentos y provocan una gran cantidad de enfermedades que padece la población que los consume. Por ello, la Red de Economía Solidaria de Cataluña exhorta a la población a apoyar el consumo agroecológico:

Acércate a la realidad de las cooperativas de consumo agroecológico, que fomentan los vínculos campo-ciudad, apoyan nuestro campesinado y reivindican la soberanía alimentaria de los pueblos.

Fomentan la agricultura local y la supervivencia del campo, reducen el gasto ecológico produciendo localmente, promueven el alimento de temporada y rompen con las reglas de la desigualdad Norte-Sur.⁵²

Economía social y solidaria (ESS), una vía hacia la justicia social (Ahimsa 131, 2016)

La ESS es una forma alternativa más justa e inclusiva de hacer economía, de vender, ganar y compartir las ganancias; “nace del tronco común de la Economía Social, y supone un intento de repensar las relaciones económicas desde unos parámetros diferentes”;⁵³ tales parámetros tienen que ver con los principios de la No-violencia, y los cuales son practicados a través de:

- La valoración de la persona y el objeto social más que del capital.
- La administración democrática de sus integrantes.
- Interés compartido entre miembros y sociedad.
- Definición, defensa y difusión de los principios de solidaridad y responsabilidad.
- Independencia de gestión con respecto al gobierno.
- Que el destino final de la mayor parte del excedente económico sea a favor de la sostenibilidad, y servicios a los miembros.⁵⁴

⁵² D. Quintas, “De un comercio esclavo, a un comercio justo. Monográfico sobre comercio internacional”, *Setem* 20 (2011), www.setem.org/media/pdfs/Setem20Castellano.pdf. (Consultado en mayo 2017).

⁵³ J. C. Pérez de Mendiguren Castresana, E. Etxezarreta y L. Guridi, “Economía social, empresa social y economía solidaria: diferentes conceptos para un mismo debate”, *Papeles de Economía Solidaria* 1 (2009), http://base.socioeco.org/docs/papeles_es_1_reaseuskadi.pdf. (Consultado en febrero de 2016).

⁵⁴ H. C. Vargas Cancino, “Responsabilidad social universitaria: El consumo responsable desde la No-violencia y el decrecimiento”, *Responsabilidad social universitaria. El reto de la construcción de ciudadanía*, (México: Porrúa-Uamex 2014): 195.

Consumo consciente (Ahimsa 131, 2016)

Necesitamos una cultura del consumo consciente para poder erradicar el consumismo impulsivo que caracteriza a las sociedades occidentales, al capitalismo y a las empresas que impregnan en la sociedad necesidades ficticias que atentan contra la salud del propio consumidor y de la tierra; otro sector igualmente perjudicado es el de los productores independientes, quienes bajan los precios de sus productos a fin de lograr la venta perdiendo su “margen saludable” de ganancia.

El comercio justo y la economía solidaria, representan una oportunidad para generar cambios en nuestros patrones de producción y consumo, debido a que se trabaja por una cultura del respeto productor-consumidor, sin intermediarios ni empresas trasnacionales que se apoderen más del mercado.⁵⁵



Hay numerosos esfuerzos hoy por trabajar en la revalorización de los saberes comunitarios, abriendo así una ruta importante de reencuentro y construcción del saber.

Eloisa Tréllez

Transdisciplinariedad vs. hiperespecialización en alternativas de paz (Ahimsa 146, 2017)

La División de Filosofía y Ética de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Unesco) ha trabajado por más de 15 años en la consolidación de la transdisciplinariedad, un enfoque que integra en igual jerarquía saberes

⁵⁵ Héctor Barrera Arriaga, estudiante de octavo semestre de la licenciatura en Educación (Universidad Autónoma del Estado de México) y colaborador prácticas del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

comunitarios, arte y ciencia, como metodología trascendente en la investigación educativa; la considera una alternativa importante, contraria a los excesos de la hiperespecialización,⁵⁶ la cual implica robustecer la formación de profesionistas enfocados en el incremento de las ganancias financieras; con ello, el currículum académico ha descuidado las habilidades para el desarrollo afectivo y la ética misma que podría dirigir una convivencia más armónica en la sociedad hacia una cultura de paz. Al respecto, Morin alerta:

El progreso admirable de los conocimientos se acompaña de una regresión del conocimiento por la dominación del pensamiento parcelario y compartimentado en detrimento de toda visión de conjunto. Así, los desarrollos de nuestra civilización conducen a un nuevo subdesarrollo afectivo –los seres no llegan a encontrar la respuesta a su deseo de comunicación humana, de amor, de comunidad–, y a un nuevo subdesarrollo moral en la degradación de la responsabilidad y de la solidaridad.⁵⁷

Asociaciones, redes e instituciones no-violentas

Días internacionales en torno a la paz y la No-violencia (Ahimsa 146, 2017)

La Organización de las Naciones Unidas estipuló siete fechas relacionadas con la No-violencia que se conmemoran en junio. Para este organismo, establecer días conmemorativos implica, por un lado, evocar sucesos que han marcado la historia con el fin de que no se repitan; por otro, concienciar sobre acciones que violentan la dignidad humana. A continuación se enlistan estas fechas:

⁵⁶ Unesco (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura), *Transdisciplinarity “Stimulating synergies, integrating knowledge”* (División of Philosophy and Ethics, Unesco, 1998, unesdoc.unesco.org/images/0011/001114694eo.pdf (Consultado en agosto de 2015)).

⁵⁷ E. Morin, *Para una política de la civilización*, (Barcelona: Paidós, 2009), 40.

- 4 de junio, Día Internacional de los Niños Víctimas Inocentes de Agresión;
- 5 de junio, Día Mundial del Medio Ambiente;
- 12 de junio, Día Mundial contra el Trabajo infantil;
- 15 de junio, Día Mundial de Toma de Conciencia de Abuso y Maltrato en la Vejez;
- 17 de junio, Día Mundial de Lucha contra la Desertificación;
- 19 de junio, Día Internacional para la Eliminación de la Violencia Sexual en los Conflictos;
- 26 de junio, Día Internacional en Apoyo de las Víctimas de la Tortura.

Día Mundial de la Diversidad Cultural para el Diálogo y el Desarrollo (Ahimsa 145, 2017)

La Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el 21 de mayo Día Mundial de la Diversidad Cultural para el Diálogo y el Desarrollo, esto debido a que 75% de los conflictos tiene su origen en las diferencias de tipo cultural, pues donde se involucran y confrontan las ideologías, las creencias, las costumbres y las emociones existen dificultades que afectan incluso la integridad de las personas. Tal parece que el egoísmo prevalece en la forma de comportamiento, donde sólo lo propio es válido; éste no es un problema exclusivo del eurocentrismo, pues hay una gran cantidad de personas que se agrupan para apoyar movimientos o ideologías con objetivos específicos que, si bien apoyan, en ciertos casos, una causa loable, otras veces denostan y consideran contrario todo movimiento que no se apega a sus convicciones,

tales como el nativismo, el feminismo, el machismo, el etnocentrismo, entre otros; por ello, es necesario que se abran las fronteras no sólo físicas, sino ideológicas y, como lo advierte este organismo internacional, es necesario fomentar el respeto y la comprensión mutua entre las diversas civilizaciones:

Superar la división entre las culturas es urgente y necesario para la paz, la estabilidad y el desarrollo. La cultura, en su rica diversidad, posee un valor intrínseco tanto para el desarrollo como para la cohesión social y la paz. La diversidad cultural es una fuerza motriz del desarrollo, no sólo en lo que respecta al crecimiento económico, sino como medio de tener una vida intelectual, afectiva, moral y espiritual más enriquecedora.⁵⁸

***NOVACT Instituto Internacional para la Acción No-violenta
(Ahimsa 109, 2014)***

NOVACT promueve acciones internacionales para la construcción de la paz en situaciones de conflicto. Este instituto creado por la sociedad civil tiene como fin propiciar una convivencia más justa, digna y equitativa. Cuenta con una red de expertos, investigadores y activistas en diferentes partes del mundo para proporcionar apoyo a movimientos e iniciativas no-violentas que trabajan para la transformación social, desarrollando mecanismos de intervención civil pacífica y proteger así a poblaciones vulnerables en situaciones de violencia, por lo que imparte talleres como Comunicación y Género, Lucha No-violenta, Resistencia Civil o Comunicación y Seguridad, entre otros.

Su sede está en Barcelona, España, y es parte de un proyecto mayor derivado de Nova- Innovación Social, el cual está registrado

⁵⁸ ONU (Organización de las Naciones Unidas), “Día Mundial de la Diversidad Cultural para el Diálogo y el Desarrollo. 21 de mayo”, ONU, <http://www.un.org/es/events/culturaldiversityday/>.

como organización no gubernamental (ONG) cualificada ante la Organización de Naciones Unidas. Sus principales fuentes de financiamiento son los ciudadanos comprometidos e instituciones públicas que le permiten mantener sus actividades tanto de formación como de investigación.⁵⁹

Brigadas Internacionales de Paz, Proyecto México (Ahimsa 113, 2014)

Las Brigadas Internacionales de Paz constituyen un organismo no gubernamental (ONG) enfocado en proteger los derechos humanos y la paz; su precepto es “abrir y mantener espacios de trabajo para grupos e individuos defensores de los derechos humanos amenazados u hostigados por su labor [...] o que trabajan en situación de riesgo”⁶⁰. Inician en 1981 con reconocimiento de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y realizan labores en más de 15 países, incluyendo México, por ser catalogado por Amnistía Internacional como un país peligroso para quienes defienden los derechos humanos.



Perdonando construyo paz
Escuelas de Perdón y Reconciliación “ES.PE.RE.”

Escuelas de Perdón y Reconciliación “ES.PE.RE.” (Ahimsa 113, 2014)

Las Escuelas de Perdón y Reconciliación son alternativas que permiten a la comunidad y a sus integrantes poder lograr un encuentro para la reconstrucción y la superación de sus odios, deseos de venganza y

⁵⁹ Cfr., NOVACT, Instituto Internacional para la Acción Noviolenta, “Nuestra misión”, NOVACT, Instituto Internacional para la Acción Noviolenta, <http://novact.org/category/rainings/?lang=es>.

⁶⁰ PBI (Peace Brigades International), “Presentación”, *Proyecto México, abriendo espacios para la paz*, folleto (s/f): s/p.

rencores. “Una propuesta de esperanza para darle paso a la memoria grata. Con una metodología novedosa y redes de apoyo, las víctimas resignifican el daño y reconstruyen su proyecto de vida” y con ello pueden salir del “encharcamiento”⁶¹ emocional que inmoviliza a la persona y la ata al sufrimiento y a la autocompasión, arrastrando en dolor a los seres queridos, aspectos que, de no ser sanados, posteriormente funcionan como argumentos para la violencia.

Primer Encuentro Internacional de Trabajadores y Trabajadoras por la Paz, la No-violencia y el Ambiente (Ahimsa 113, 2013)

El 2 de agosto, se congregaron activistas y promotores de los derechos humanos, la paz, el ambiente y la No-violencia en el Primer Encuentro Internacional de Trabajadores y Trabajadoras por la Paz, la No-violencia y el Ambiente, realizado en el Museo Universitario “Dr. Luis Mario Schneider”, ubicado en el municipio de Malinalco, Estado de México, donde hermanos de diversos países (El Salvador, Brasil, Guatemala, España, Colombia, Chile, Holanda y México) compartieron experiencias y propuestas alternativas para una nueva cultura inclusiva, de reconciliación con la naturaleza, la humanidad y el cosmos, sin protagonismos, reconociéndose todos importantes para la cocreación de una nueva Tierra y una sociedad más justa. Se presentaron 16 ponencias y cinco talleres.⁶² El reto próximo es la Integración de la Red Internacional de Trabajadores y Trabajadoras por la Paz, la No-violencia y el Ambiente.

⁶¹ Escuelas de Perdón y Reconciliación “ES.PE.RE.”, Centro Cultural “Loyola” de Monterrey a. c., “¿Qué hacemos?”, folleto (s/f): s/p.

⁶² El evento fue organizado por “Trabajadores por la Paz”, a. c., Proyecto “Un mundo teñido de Paz” y el Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia.

Las universidades como avales de la Carta de la Tierra (Ahimsa 115, 2014)

Ser aval de la Carta de la Tierra significa que una persona o una organización se compromete a defender los cuatro principios que la integran:

- I. Respeto y cuidado de la comunidad viva
- II. Integridad ecológica
- III. Justicia social y económica
- IV. Democracia, No-violencia y paz

Además de difundirlos en los diferentes ámbitos mediante actividades como seminarios, talleres, conferencias, investigaciones, publicaciones, etcétera y, desde luego, con la práctica de dichos principios. En 2014 la Universidad Autónoma del Estado de México (Uaemex) cumplió 10 años de signar, a través de la Facultad de Odontología, como aval; fue la primera institución mexicana en hacerlo; actualmente, en cada estado, al menos una universidad ha firmado.

DEEP: Dialogue, Empathetic Engagement & Peace⁶³ (Ahimsa 116, 2014)

DEEP es el Centro Internacional para el Diálogo, la Empatía y el Compromiso para la Paz, creado en abril de 2014. Está integrado por una comunidad global de trabajadores de paz, investigadores y responsables políticos. Su visión es crear un mundo más

⁶³ A. Gomes, director del Centro de Diálogo de la Universidad La Trobe, Melbourne, Australia, fundador de DEEP.

pacífico, socialmente cohesionado y ecológicamente sostenible mediante el apoyo de iniciativas basadas en la comunidad. Busca la formación en la solución de conflictos para una coexistencia pacífica. Busca la formación en la solución de conflictos para una coexistencia pacífica. Sus integrantes creen en la necesidad de revitalizar la solidaridad, así como trabajar con la pedagogía de la esperanza y la empatía. Los valores más importantes son el trato respetuoso, la igualdad y la inclusión. Actualmente, cuenta con sedes en Australia, España, Austria, Grecia, Malasia, Bosnia-Herzegovina, Corea y México.

Fechas importantes del Programa de No-violencia (Instituto de Estudios sobre la Universidad-Odontología y Lenguas, Universidad Autónoma del Estado de México). Primer semestre 2015 (Ahimsa 118, 2015)

Enero: Taller “Construcción del *Ethos* para una calidad de vida no-violenta”.

Febrero: Seminario “Metodología para la construcción del diálogo de saberes para una educación ambiental no-violenta”.

Concurso de carteles sobre Justicia Social, para conmemorar el Día Mundial de la Justicia Social que se celebra el 20 de febrero.

Marzo: Seminario “Comercio justo y No-violencia, hacia una educación más consciente” para festejar el Día Mundial de los Derechos del Consumidor el 15 de marzo. Ayuno a favor de la No-violencia con los animales de las granjas industriales en conmemoración del Día Internacional de No Comer Carne a celebrarse el 22 de marzo.

Seminario “No violencia o barbarie”, sede Instituto de la Paz y de los Conflictos de la Universidad de Granada, España.

Abril: 3ª Jornada por la tierra para festejar el Día Internacional de la Madre Tierra el 22 de abril. Presentación de libro *Calidad de vida No-violenta y cultura de paz*.

Mayo: Meditación por la paz en conmemoración del Día Internacional del Personal de Paz de la Naciones Unidas que se celebra, el 29 de mayo.

Junio: Seminario “Educación ambiental, indicadores desde la No-violencia”.

Ecosaberes y encuentro interior para la paz y la No-violencia (Ahimsa 124, 2015)

Dentro del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia,⁶⁴ en 2011 se inició un subprograma denominado “Programa Permanente de Encuentro Interior como base para la No-violencia”, las temáticas abordadas y prácticas realizadas poco a poco fueron perfilando una conciencia más ecológica en los participantes, y se empezaron a incluir actividades de fomento al consumo responsable y ético, al comercio justo, así como a las diversas acciones de paz y No-violencia,⁶⁵ desde las culturas legendarias, tanto precuahtémicas (antes de la conquista española en México) como de otros países, que rebasaron el espacio físico del programa. Considerando estos elementos, se decidió hacer el cambio de nombre a “Ecosaberes y encuentro interior para la paz y la no-violencia”, con el fin de dar cabida a todo el despliegue de saberes y prácticas que se estaban generando, por lo que su visión y misión se orientaron de la siguiente manera:

Visión

Ser un espacio transáulico que asegure la inclusión sin jerarquías de saberes, conocimientos, razas, religiones y culturas, e integre a la comunidad global en acciones para el cuidado planetario, desde las esferas: individual, universitaria, comunidad local, país y tierra.

⁶⁴ Este programa lo fundó en 2004 el Dr. Juan María Parent Jacquemin, quien lo dirigió hasta el 2011, año en el que se jubiló de la Uaemex.

⁶⁵ Este programa sesiona dos miércoles al mes de 10:00 a 11:30. Pueden participar toda la comunidad académica y la sociedad civil.

Misión

Fomentar la comunión del diálogo de ecosaberes y procesos de conciencia interior para lograr la cocreación de la paz a través de la No-violencia, a fin de catalizar las acciones que impacten en nuevos hábitos de consumo y de conexión digna con la Tierra, sus cohabitantes y el ser humano como un miembro más de la comunidad global.

Difusión de investigación en materia de educación ambiental, decrecimiento y paz (Ahimsa 135, 2016)

El Instituto de Estudios sobre la Universidad de la Uaemex publicará el libro *Educación Ambiental transversal y transdisciplinaria. Una visión decrecentista desde la Ética, la Cultura de Paz y el Diálogo de saberes*.⁶⁶ Esta edición es producto del trabajo colegiado de un grupo de investigadores que pertenecen, esencialmente al Instituto de Estudios sobre la Universidad, a la Facultad de Odontología, a la Dirección de Educación Continua y a Distancia y a la Facultad de Lenguas, todos de la Uaemex, también participan dos universidades invitadas: Universidad Complutense de Madrid y Universidad de Granada, España.

Algunos teóricos, así como diversos actores de propuestas ambientalistas, y de corte ecológico, sostienen que el origen de la actual crisis ambiental se ha dado principalmente, por el hecho de percibirnos como humanidad totalmente escindida de la naturaleza. Por lo que en esta obra se presentan diferentes propuestas teóricas para recuperar, a través de la educación ambiental, la conexión con la Tierra, desde la transdisciplinariedad y la transversalidad. Asimismo, se da a conocer el trabajo de colaboración entre la universidad y la comunidad, cada una aportando sus conocimientos, sin jerarquías,

⁶⁶ H. C. Vargas Cancino y E. González (coords.), *Educación Ambiental transversal y transdisciplinaria. Una visión decrecentista desde la Ética, la Cultura de Paz y el Diálogo de saberes*, México, Torres, 2016.

donde el arte, los saberes locales y tradicionales, las ecotecnias y el diálogo son indispensables para lograr un planeta con posibilidades de una cultura de paz, decrecentista y no-violenta.

Algunas de las temáticas que se abordan son “La ética de la Tierra” (Alfonso Fernández), “Ética planetaria” (Virginia Panchi y Emma González), “Transdisciplinariedad y diálogo de saberes” (Hilda Vargas), “Decrecimiento y transdisciplinariedad” (Emma González y Ana Pichardo), “Educación Ambiental y diálogo de saberes” (David Velázquez), “La lectura como praxis pacificadora” (Bienvenida Sánchez), “*Ethos* y sostenibilidad” (Cristina García), “Desarrollo sostenible y Paz” (Gabriel Espinola) y, finalmente, la “Educación Ambiental más allá del ambiente” (Sonia Garduño y Nallely Jaurez).

Quinta Jornada por la Paz y la No-violencia (Ahimsa 138, 2016)

En conmemoración del Día Internacional de la No-violencia, el Instituto de Estudios sobre la Universidad⁶⁷ organiza, a través del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, y en trabajo colegiado con las facultades de Odontología, Ciencias Políticas y Sociales y Lenguas la Quinta Jornada por la Paz y la No-violencia, en la que se llevan a cabo foros, talleres, presentación de libros, fomento de mercados del comercio justo, gratiferías, así como declamación de poesía y exposición de pintura en torno a los temas de paz y No-violencia —dichas actividades se llevaron a cabo en septiembre y octubre—.

⁶⁷ Dependiente de la de la Uaemex.

La educación para la No-violencia activa en la Facultad de Odontología⁶⁸ (Ahimsa 150, 2017)

La violencia está latente en todos los ámbitos que impliquen vida en relación e, incluso, en los entornos escolares. La participación de personas sensibilizadas en torno a ésta devino, a través de los talleres de adiestramiento con los fundamentos de la No-violencia activa y las enseñanzas de Juan María Parent, en un proyecto educativo en la Facultad de Odontología, que considera las acciones no-violentas como un método para transformar conflictos y generar condiciones para que las relaciones humanas sean más justas, sustentables y pacíficas. Actualmente, en este organismo académico universitario, se implementó el Programa de Educación para la No-Violencia Activa, con el cual se difunde esta filosofía a través de estrategias educativas formales e informales.



⁶⁸ David E. Velázquez Muñoz, profesor de tiempo completo y fundador del Programa de Educación para la No-Violencia Activa que se implementó en la Facultad de Odontología de la Uaemex.

CAPÍTULO 3

NO-VIOLENCIA CON LA NATURALEZA: AMBIENTE, ANIMALES NO HUMANOS, DECRECIMIENTO Y ECOFEMINISMO

Introducción

La visión gandhiana de la No-violencia es biocéntrica; trasciende el antropocentrismo que, por siglos, ha mostrado la humanidad; en ese sentido, su propuesta incluye a la naturaleza en la cobertura del *ahimsa* en que más allá de evitar su daño, la filosofía no-violenta hace referencia al uso frugal de alimentos, ropa, tecnología, etc., aspecto que el mahatma practicó y difundió como estilo de vida después de sus primeras acciones públicas en India; también demanda la autosuficiencia con la cual se puedan realizar acciones que generen vida comunitaria independiente, donde, a la par, se promuevan los intercambios recíprocos, propuesta gandhiana conocida como *swadeshi*, la cual es concebida desde el investigador no-violento, Mario López, como:

...sólo depender para las necesidades básicas de la vida, de materias primas, métodos y modos de hacer locales. Es un principio de autonomía en lo material basado en la defensa de lo local. *Swadeshi*, tiene implicaciones no sólo económicas sino también culturales y sociales. Valorizar lo propio sin menospreciar lo ajeno [...] valorar lo pequeño, lo cercano, lo cotidiano, lo sostenible, etc....¹

Englobados en estos conceptos han surgidos diversos movimientos sociales alternativos, que buscan contrarrestar tanto los desastres violentos que la naturaleza ha experimentado como el quebrantamiento del tejido social de la humanidad. Sus nombres han sido diversos; sin embargo, se destacan el decrecimiento, el ecofeminismo, la ética de la Tierra, la defensa de los animales no humanos, etc., que, en general, buscan provocar cambios de conciencia.

En un primer apartado se aborda la No-violencia con la naturaleza, y se revisan varios matices desde su reconocimiento con derechos a nivel constitucional (caso Ecuador) o la Ley de Derechos de la Madre Tierra (Bolivia), pasando por los días internacionales que la Organización de las Naciones Unidas (ONU) conmemora, hasta los pensamientos y las acciones que personajes con diversos reconocimientos públicos han aportado al cuidado de la Tierra.

El segundo apartado considera el *ahimsa* con los animales no humanos, donde se destacan aspectos vinculados con el abuso y el maltrato a ellos, como los circos; el reconocimiento a la dignidad animal, a sus talentos y virtudes, pero sobre todo, a su sensibilidad.

¹ M. López-Martínez, *¿Noviolencia o Barbarie? El arte de no dejarse deshumanizar* (Madrid: Dykinson, 2017), 102.

Se presenta una tercera parte que aborda el movimiento decrecentista que, a lo largo de una década, desde su aparición oficial (2008) en la Primera Conferencia Internacional de Decrecimiento en París, ha sentado las bases para un movimiento que integra a más de 40 países, así como a pensadores, activistas, académicos y sociedad civil que defienden que la Tierra es un planeta finito que ya no permite el crecimiento exponencial que la industria sigue promoviendo, acompañado y sostenido por el hiperconsumo patológico de una sociedad hipnotizada por el *marketing*.

Un cuarto apartado habla del ecofeminismo como otro movimiento social que sostiene que el mismo pensamiento de dominio patriarcal con el que se trata como objeto a la naturaleza es el que mantiene el sometimiento de la mujer, y que trabajar por equilibrar las fuerzas representará una posibilidad de recuperar el ecosistema natural y social. Se muestran diversas posturas desde la visión gandhiana y de activistas.

No-violencia con la naturaleza es sostenibilidad



La liberación de la Naturaleza de esta condición de sujeto sin derechos o de simple objeto de propiedad, exigió y exige, entonces, un esfuerzo político que le reconozca como sujeto de derechos. Este aspecto es fundamental si aceptamos que todos los seres vivos tienen el mismo valor ontológico, lo que no implica que todos sean idénticos.

Alberto Acosta y Esperanza Martínez

Más allá del antropocentrismo (Ahimsa 113, 2014)

Gran parte de los problemas que enfrenta toda la naturaleza es por el analfabetismo de la humanidad en materia de conciencia ambiental y planetaria, pues es a quien se le ha dificultado entenderse en unidad con el planeta, sólo se observa a sí misma como la “señora” que se sirve de todo lo existente, mientras que el resto de la naturaleza ha demostrado más sabiduría, “el planeta necesita, al igual que cualquier ser sintiente: alimento, atención, respeto y cuidados. Durante cientos de años la Tierra sólo ha recibido explotación y se la ha visto únicamente como proveedora, no como el hogar de todas las especies”.²

Es posible la creación de un mundo sustentable (Ahimsa 130, 2016)

Salvar el planeta implica la transformación de los propios hábitos. La responsabilidad involucra a todos: *sector gobierno*, a través del respeto de las abundantes leyes que existen y que defienden los derechos de los pueblos, los relacionados con la protección de un ambiente sano; *sociedad civil*, a partir del consumo consciente y frugal; *sector empresarial*, mediante estrategias de producción que usen tecnología respetuosa con los ciclos de la naturaleza.

Al respecto, Joanna Macy y Molly Young defienden la idea de que otro mundo es posible. “Es posible elegir la vida. A pesar de las graves predicciones, todavía podemos actuar para asegurar un mundo en el que se pueda vivir. Es crucial saber que *podemos satisfacer nuestras necesidades, sin destruir nuestro sistema de soporte vital*”.³

² H. C. Vargas Cancino, “El decrecimiento: Una alternativa para la calidad de vida planetaria”, *Bioética desde la ética*, coords. R. Mendoza et al. (México: Torres, 2011), 88.

³ J. Macy y M. Young, *Nuestra vida como Gaia prácticas para reconectar nuestros seres, nuestro mundo*, trad. A. Villaseñor Galarza, <http://libroesoterico.com/biblioteca/Wicca/Nuestra%20Vida%20Como%20Gaia%20-%20Joanna%20Macy.pdf> (Consultado en enero de 2015).

La primera declaración de amor a la naturaleza
(Ahimsa 118, 2015)

En febrero de cada año, la sociedad contemporánea dedica grandes esfuerzos mercadológicos para manipular el consumo en torno al sentimiento del amor, principalmente, el de pareja; no obstante, el afecto a la naturaleza parece olvidado en cuanto a hechos más que a palabras.

Wangari Muta Maathai (1940-2011) fue una luchadora social nacida en Kenya, África; defensora incansable de la tierra. Bióloga y doctora en veterinaria, fue la primera mujer de África oriental en recibir el grado y pionera en obtener el Premio Nobel de la Paz en 2004 por sus aportaciones a la sustentabilidad, la democracia y la paz. Durante su vida política, se hizo merecedora de varias distinciones. Falleció a los 71 años a consecuencia de una enfermedad degenerativa. Siempre fiel en manifestar su amor a la tierra con actos de gran trascendencia.

Valor 1: amor por el ambiente (Wangari Maathai)
(Ahimsa 120, 2015)

Menciona Wangari que la única manera de demostrar amor es con el propio estilo de vida, en virtud de que muestra acciones positivas que las personas realizan por la Tierra, “como plantar árboles y asegurarse de su subsistencia, cuidar de los árboles existentes, proteger a los animales y a sus hábitats, conservar el suelo y emprender cualquier actividad que se demuestre ese aprecio por la Tierra, por el entorno inmediato y por todo lo que nos proporciona de un modo tangible.”⁴

⁴ W. Maathai, *Devolver la abundancia a la tierra* (Barcelona: Obelisco, 2011), 16.



Uno de los aspectos de amor a la naturaleza que tenemos que fomentar es el aspecto experiencial. La naturaleza (y, en particular la naturaleza más salvaje y agreste) alimenta nuestro espíritu; y un encuentro directo con ella es crucial para que podamos apreciarla y cuidarla. Pues a menos que la veamos, la oíamos y la toquemos, tenderemos a olvidarnos de ella, marchitándose así nuestra alma.

Wangari Maathai

XV aniversario del lanzamiento de la Carta de la Tierra (Ahimsa 120, 2015)

México prepara la celebración del XV aniversario del lanzamiento de la Carta de Tierra; los anfitriones son la Universidad Autónoma de Coahuila, la Secretaría del Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat), la Red Mexicana de la Carta de la Tierra y la Secretaría de la Carta de la Tierra Internacional. Algunos de los propósitos de este evento son:

- Informar sobre los logros, retos y expectativas del compromiso de México con la Carta de la Tierra.
- Difundir el Programa de Acción Global de Educación para el Desarrollo .
- Sustentable presentado en la reunión de la Unesco en Nagoya, Japón.
- Refrendar el Compromiso de México con la Carta de la Tierra.
- Promover el intercambio de experiencias entre los participantes.
- Forjar colaboraciones para fortalecer el compromiso con la Carta de la Tierra⁵.

⁵ ONU (Organización de las Naciones Unidas), “Una celebración Internacional de todos y todas, Carta de la Tierra+ 15, Carta de la Tierra Internacional”, ONU, <http://www.earthcharterinaction.org/content/articles/594/1/Carta-de-la-Tierra--15-en-Mexico-21--23-Abril/Page1.html>.

La autosustentabilidad desde Gandhi, según Johan Galtung
(Ahimsa 101, 2013)

La autosustentabilidad requiere de:

a) *La autosuficiencia* en lo esencial para ser *independiente*.

b) *El intercambio* en lo no esencial para ser *interdependiente*.

“En la práctica significa que cada aldea debe ser capaz de crecer y producir, a través de la agricultura, manualidades e incluso la industria de pequeña escala para construir lo necesario con el objeto de mantener un nivel mínimo razonable de vivienda”.⁶

Simbiosis y reciprocidad con la naturaleza (Ahimsa 123, 2015)

El politólogo noruego, Johan Galtung, habla de la simbiosis como una forma de intercambiar beneficios mutuos, una manera de entretelar la equidad; no obstante, la humanidad se ha mostrado ingrata con la tierra, y más que una relación simbiótica, se ha convertido en parásito depredador de quien lo provee, es decir, muerde la mano de quien le da de comer.

Es posible iniciar el cambio mostrando humildad y ser aprendices de la naturaleza:

1. *La naturaleza ha estado desde hace mucho más tiempo que los seres humanos.*

2. *El espacio natural es básico, todos los demás dependen de él.* En contraste, la naturaleza puede sobrevivir sin los seres humanos.

⁶ J. Galtung, *La meta es el camino* (México: Trascend Peace University, 2008), 83.

3. *Tal vez nuestra perspectiva de la naturaleza es mejor que nuestra perspectiva de nosotros mismos [...] Nos encontramos demasiado cerca para observarnos a nosotros mismos, hay demasiado en juego en nuestros valores subjetivos e intereses*⁷.

La edad de oro gandhiana: la vida artesanal y frugal en los pequeños pueblos (Ahimsa 124, 2015)

George Woodcock sostenía que uno de los grandes propósitos de Gandhi era crear condiciones para apoyar a las tribus de los pequeños pueblos y la promoción y el reconocimiento de la dignidad de la mujer:

Aunque Gandhi predicaba una simplificación de la vida que sus críticos han tachado de mero atavismo, no era un primitivista y el mismo uso de la palabra “atrasadas” indica que no consideraba a los aborígenes indios como nobles salvajes. Creía que el hombre alcanzaría la Edad de Oro en un mundo de pequeños pueblos donde se combinarían las granjas con los talleres, de tal modo que fuera posible llevar una vida digna y sin lujos...⁸

Ecosaberes: epistemologías indígenas para la supervivencia planetaria (Ahimsa 128, 2015)

La mayor parte de la sociedad occidental y de sus universidades ha considerado al conocimiento científico y tecnológico como el único y legítimo punto de referencia que puede ser utilizado a fin de impulsar el desarrollo económico y social, así como para la solución de la problemática cultural y ambiental, cualquier otra fuente de información es despreciada, ridiculizada o invalidada.

⁷ J. Galtung, *50 años. 25 paisajes intelectuales explorados* (Puebla: Montiel & Soriano, 2009), 227.

⁸ G. Woodcock, *Gandhi* (Barcelona: Fontana, 1971), 124.

Diversos autores occidentales han realizado propuestas incluyentes que valoran la pluralidad epistemológica, dentro de los que se mencionan a Alberto Gomes (Australia), Gustavo Flores (Perú), León Olive (México), Enrique Leff Olive (México), Serge Latouche (Francia), Vandana Shiva (India) y Boaventura de Sousa (Portugal), entre otros; es un reconocimiento que parte del respeto a los ecosistemas de la naturaleza, la base para la No-violencia con la tierra, para impactar finalmente en la justicia social y la inclusión *pluricultural*.⁹



La ética del cuidado me parece la más fundamental, la más evidente, la más basada en algo que es estructural en el ser humano, la dimensión, yo diría, femenina del ser humano. El hombre y la mujer cuidan de la vida, permiten que crezca la vida, se interesan por el otro y sufren con otros, se alegran con otros y juntos cuidan de que la atmósfera común sea incluyente, respirable para todos, propiciadora de vida para todos.

Leonardo Boff

*El saber ambiental, una necesidad práctica*¹⁰ (Ahimsa 122, 2015)

Se cree que una de las bases fundamentales en cualquier participación individual, o bien, social, que tenga que ver con el ambiente, es el saber ambiental y la práctica que se lleve a cabo, ya que, como lo menciona Enrique Leff, “En el saber se inscriben, se articulan y se expresan procesos ecológicos y culturales, económicos y tecnológicos”, donde es posible la trascendencia; así, en la medida en la que se hace uno partícipe de actividades donde exista contacto directo con la naturaleza, existirá un aprendizaje significativo en nosotros con beneficios para la Tierra.

⁹ Cfr. H. C. Vargas Cancino, “Las epistemologías indígenas. Un camino para la Educación Ambiental no-violenta, desde la complejidad”, *Educación, complejidad y transdisciplinariedad*, coord. M. del R. Guerra (México, Torres: 2015).

¹⁰ Nallely Itzel Jaurez Alcocer psicóloga; ayudante de investigación en el Programa de Estudios, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

5 de junio, Día Mundial del Medio Ambiente¹¹ (Ahimsa 122, 2015)

Un día especial para poner manos a la obra, sensibilizar a las personas, tener conciencia de que nuestro planeta necesita ayuda, cuidar el medio ambiente; es un trabajo de todas las personas que vivimos en esta tierra para garantizar que las generaciones venideras tengan un mundo sustentable, educándolas para que sepan amar y cuidar al medio que nos brinda lo necesario para poder vivir.

Junio 5, ¿Día Mundial del Medio Ambiente? (Ahimsa 110, 2014)

Al hablar de ambiente necesariamente se aterriza en un punto: naturaleza. ¿Es posible creer que la naturaleza tenga derechos?, la Constitución Política de Ecuador (2008) así lo declara en sus artículos 71 y 72 del capítulo séptimo, “Derechos de la Naturaleza”:

Art. 71. La naturaleza o Pacha Mama, donde se reproduce y realiza la vida, tiene derecho a que se respete integralmente su existencia y el mantenimiento y regeneración de sus ciclos vitales, estructura, funciones y procesos evolutivos [...]

Art. 72. La naturaleza tiene derecho a la restauración. Esta restauración será independiente de la obligación que tiene el Estado y las personas naturales o jurídicas de indemnizar a los individuos o colectivos que dependan de los sistemas naturales afectados.

Si éstos se respetaran, muchos problemas relacionados con el ambiente sólo serían ficción.

¹¹ Jenny García Guerrero, estudiante de noveno semestre de la Facultad de Ciencias de la Conducta (Facico), Uaemex.



RECONOCIENDO nuestras raíces milenarias, forjadas por mujeres y hombres de distintos pueblos, CELEBRANDO a la naturaleza, La Pacha Mama, de la que somos parte y que es vital para nuestra existencia, INVOCANDO el nombre de Dios y reconociendo nuestras diversas formas de religiosidad y espiritualidad, APELANDO a la sabiduría de todas las culturas que nos enriquecen como sociedad, COMO HEREDEROS de las luchas sociales de liberación frente a todas las formas de dominación y colonialismo [...]

Decidimos construir una nueva forma de convivencia
Preámbulo de la Constitución de la República del Ecuador

Haciendo las paces con la naturaleza, reconociendo nuestra interdependencia (Ahimsa 128, 2015)

Eugenio Raúl Zaffaroni, destacado abogado argentino, expresa en la siguiente cita la interdependencia que guardamos con la Tierra y con todos los demás entes del planeta, a quienes escuchar y respetar podría ser el pasaporte para la salvación de la humanidad, pero más allá de la humanidad, está el valor por sí mismo de la Tierra, como también lo afirma el autor:

Durante siglos se resistió al avance de los derechos humanos afirmando que el *principio de igualdad es un mito*, lo que aún repiten –o piensan sin decirlo– quienes racionalizan cualquier clase de discriminación y privilegio. Nadie pretende que haya un organismo *Tierra* del que todos seamos parte y que un *intérprete* de éste nos esclavice pretendiendo asumir su voz. Por el contrario: se trata de reconocer que debemos actuar respetando a otros seres con derechos y cuyo reconocimiento es condición de nuestra propia supervivencia como especie interdependiente de otras y de otros entes terrenos en su existencia, es un fortalecimiento de la capacidad de *escucharnos* entre nosotros y de escuchar lo que nos dicen todos los demás entes del planeta.¹²

¹² E. R. Zaffaroni, “La Pachamama y el humano”, *La Naturaleza con derechos: De la filosofía a la política*, (Quito: Abya Yala, 2011), 127.

Ley de Derechos de la Madre Tierra (Ahimsa 143, 2017)

El 7 de diciembre de 2010, en la Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia se aprobó la Ley de los Derechos de la Madre Tierra. Este documento y la Constitución de Ecuador, representan un cambio en las concepciones y los paradigmas de la humanidad hacia una visión más ecocéntrica, con los que se incorporan las cosmovisiones de los pueblos originarios; es un inicio que la No-violencia reconoce y celebra. En el artículo tres, del título II, capítulo I de esta Ley, se le reconoce a la Tierra como madre, también es considerada un sistema vivo, en el cual los seres que la integran, incluyendo a la humanidad, son interdependientes y complementarios:

Artículo 3. (MADRE TIERRA). La Madre Tierra es el sistema viviente dinámico conformado por la comunidad indivisible de todos los sistemas de vida y los seres vivos, interrelacionados, interdependientes y complementarios, que comparten un destino común. La Madre Tierra es considerada sagrada, desde las cosmovisiones de las naciones y pueblos indígenas originarios campesinos.¹³

El derecho al disfrute de un medio ambiente y los derechos de la naturaleza (Ahimsa 143, 2017)

Diversos sectores cuestionan el reconocimiento oficial del derecho a disfrutar de un medio ambiente sano y, por otro lado, aceptar a la naturaleza como sujeto activo, que goza de derechos. Algunos argumentan que, al reconocerle derechos, también implica atribuirle responsabilidades, lo cual, para los críticos, esto sería imposible; tal postura no es aceptada por la No-violencia, debido a

¹³ Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia, “Ley de los Derechos de la Madre la Tierra”, en *Gaceta oficial del Estado Plurinacional de Bolivia* (Bolivia: Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia, 2010).

que la naturaleza realiza innumerables funciones las 24 horas del día, entre las que se incluye nutrir a la totalidad de seres que habitan el planeta humano:

El derecho al disfrute de un ambiente sano es un derecho humano ubicado dentro de los derechos económicos, sociales y culturales, cuya característica esencial es la complejidad de su reclamación. El sujeto activo puede ser una colectividad de personas o una persona que se vea afectada individualmente por un daño ambiental específico. El sujeto pasivo, aquel que está ocasionando el daño, puede estar identificado o desconocerse por completo.

Algunos juristas hablan de los derechos “de la naturaleza,” pues consideran que el sujeto activo no es solamente el ser humano, sino también la naturaleza [...] se sustentan en el hecho de que existen algunos perjuicios ambientales que no solamente afectan a los seres humanos, sino también a otros habitantes del planeta.¹⁴

Derechos de la naturaleza, aniversario de su reconocimiento a nivel constitucional (Ahimsa 143, 2017)

Hace nueve años, Ecuador reconoció en su Constitución política el derecho de la población a un ambiente sano y a la naturaleza como sujeto de derechos “Artículo 14. Se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir, Sumak Kawsay”.

¹⁴ G. Cuadrado, “El reconocimiento del derecho a un medio ambiente sano en el derecho internacional y en Costa Rica”, *Revista CEJIL. Debates sobre Derechos Humanos y el Sistema Interamericano* IV (2009), https://www.cejil.org/sites/default/files/legacy_files/RevistaNro5_completa_0.pdf (Consultado en febrero de 2017).

*La No-violencia como expresión de vida*¹⁵ (Ahimsa 100, 2013)

La No-violencia se ha visto, vivido e interpretado desde diferentes perspectivas, pero una postura importante es aquella en donde se ve como una práctica cotidiana, parte de la vida del ser humano, y no sólo una teoría o filosofía utópica. Gandhi mencionaba: “La no-violencia de los fuertes no puede ser simplemente una política. Debe ser un credo, o una pasión. [...] Un hombre con una pasión la expresa en cada uno de sus actos, por pequeños que sean”¹⁶.

Implementar la No-violencia en nuestra cotidianidad es respetarse a uno mismo para dar respeto a las demás personas; el respeto de la vida, cuidando la propia no en un sentido egoísta, sino de conciencia —la vida que está a cargo nuestro es la propia, de la cual debemos ser responsables en su expresión, salud y bienestar, para, a su vez, reconocer las otras expresiones de vida, seres humanos, animales, plantas y planeta—. La No-violencia se expresa en el interior y se proyecta al exterior cada día por cada uno de nosotros, pues todos somos responsables, actores y constructores de la misma.

22 de abril: Día Internacional de la Madre Tierra (Ahimsa 108, 2014)

La proclamación de esta fecha, según la Organización de Naciones Unidas:

...supone el reconocimiento de que la Tierra y sus ecosistemas nos proporcionan la vida y el sustento a lo largo de nuestra existencia. También supone reconocer la responsabilidad que nos correspon-

¹⁵ Gloria María Abarca Obregón, doctoranda en estudios internacionales de paz, conflictos y desarrollo en la Cátedra Unesco de Filosofía para la Paz, de la Universidad Jaume I de Castellón, España. Investigadora en formación del Instituto Interuniversitario de Desarrollo Social y Paz, y licenciada en educación primaria.

¹⁶ T. Merton, *Gandhi y la no-violencia. Una selección de los escritos de Mahatma Gandhi* (Barcelona: Oniro, 1998), 82.

de, como se expone en la Declaración de Río de 1992, de promover la armonía con la naturaleza y la Tierra a fin de alcanzar un justo equilibrio entre las necesidades económicas, sociales y ambientales de las generaciones presentes y futuras¹⁷.

La neurobiología de las plantas revela inteligencia en ellas
(Ahimsa 108, 2014)

Mucha de la barbarie y del sometimiento del otro o lo otro es producto de paradigmas culturales que dan por sentado que aquel otro u otra carece de inteligencia, por lo tanto, sólo le queda obedecer y someterse. A la naturaleza se le ha sometido por siglos a medida que desaparecen los pueblos originarios, cuya cosmovisión los vinculaba con un profundo respeto hacia la Tierra.

La tecnología actual va abriendo espacios de discusión que permiten cambiar los paradigmas, uno de ellos es la concepción de inteligencia en las plantas. Habla el neurobiólogo italiano Stefano Mancuso, profesor de la Universidad de Florencia:

Las plantas tienen neuronas, se comunican mediante señales químicas, toman decisiones, son altruistas y manipuladoras [...] hoy podemos empezar a hablar de su inteligencia. Puede que pronto empecemos a hablar de sus sentimientos [...] Se comportan de manera totalmente distinta si a su lado hay parientes o hay extraños. Si son parientes no compiten: a través de las raíces, dividen el territorio de manera equitativa.¹⁸

¹⁷ ONU (Organización de las Naciones Unidas), “Observaciones del Presidente de la Asamblea General de las Naciones Unidas sobre la proclamación del Día Internacional de la Madre Tierra”, http://www.un.org/es/ga/president/63/statements/pga_proclam_motherearthday_april222009.shtml.

¹⁸ S. Mancuso, citado por A. Oviedo Freire, en *Buen Vivir vs. Sumak Kawsay. Reforma capitalista y revolución alter-nativa*, A. Oviedo Freire (Quito: CICCUS, 2013), 140.

La No-violencia, ética con la Tierra (Ahimsa 108, 2014)

La No-violencia es una filosofía que trabaja por integrar una serie de comportamientos éticos con la sociedad y con la naturaleza; tal filosofía no está completa si no trasciende la teoría y se convierte en una práctica integral. “Es reconocida la propuesta gandhiana por su rechazo a la violencia con la naturaleza, la cual va desde el abuso en el consumo más allá de nuestras necesidades, hasta la matanza de los animales y la degradación del ambiente”.¹⁹

A

Gandhi, desde su niñez, sentía una atracción hacia la vida sencilla en el campo. Trabajo manual y austeridad eran sus referencias principales. Para este hombre inquieto no podía ser de mayor provecho el encuentro con la prosa de Ruskin. En 1904, efectivamente, leyó en el tren que lo llevaba a Durban el libro de Ruskin y se quedó impresionado. Ahí mismo se convirtió. Conversión extremosa: quería que todos recibieran el mismo salario para los trabajos socialmente útiles. Con sensibilidad, observa a los campesinos y declara: producen alimentos y tienen hambre.

Juan María Parent

*Ecología es acción*²⁰ (Ahimsa 122, 2015)

¡Es momento de actuar!

En la actualidad se vive una crisis ambiental que afecta al planeta y a todos lo que habitamos en él. Se tiene que llegar al despertar de la conciencia sobre nuestras acciones, invitar a la humanidad

¹⁹ H. C. Vargas Cancino, “Responsabilidad social universitaria: consumo responsable desde la no-violencia y el decrecimiento”, en *Responsabilidad social universitaria. El reto de la construcción de ciudadanía*, (México: Uaemex-Porrúa, 2014), 184.

²⁰ Sonia Garduño Aca, psicóloga; ayudante de investigación en el Programa de Estudios, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

a reflexionar sobre sus actos, atender la idea de que una relación en armonía con la naturaleza es posible cambiar el pensamiento de que la humanidad es la reina y señora que puede destruir a su antojo al ambiente, a fin de obtener bienestar; por lo que es imperativo trabajar en la educación ambiental desde casa y desde el aula, para que se convierta en modo de vida diaria, asumiendo un papel responsable dentro de esta gran red de vida llamada tierra.

La educación gandhiana es cooperativa. Se prepara a la persona para encajar en una estructura social sin explotación. Si bien respalda el desarrollo de las habilidades intelectuales, la educación gandhiana está de acuerdo con Albert Schweitzer que “el amor es el conocimiento supremo, y [...] el valor más alto de la creación dentro de un marco no explotador y sí amorosa de relaciones con los demás”.²¹



En el “buen vivir” de tradiciones indígenas andinas y amazónicas la vida social y política trasciende la dimensión comunitaria y hasta humana porque su objetivo es contribuir a la conservación y perpetuación de un orden cósmico de relaciones vitales, en las cuales el mismo hombre encuentra su sentido.

El “sumak kawsay” de poblaciones indígenas, por lo tanto, es un tipo de “ética cósmica”.

David Cortés

*La No-violencia con la naturaleza y el bien común*²²
(Ahimsa 105, 2014)

El bien común es una noción integral que no puede concebirse antropocéntricamente, sino en función de las interretroconexiones del ser humano con su ambiente natural y cultural. Este ca-

²¹ G. De Mallac, *Seven Steps to Global Change, Gandhi's Message for Today* (California: Ocean Tree Books, 1987), 41.

²² Virginia Panchí Vanegas, doctora; académica adscrita a la Dirección de Educación Continua y a Distancia, de la Uaemex.

rácter de interretroconexiones es transversal a todos los seres, de forma que se puede decir, como lo declaran los físicos cuánticos, que todo tiene que ver con todo, en todos los puntos y en todas las circunstancias. El universo, más que la suma de todos los seres existentes y por existir, es el conjunto de todas las relaciones y redes de relaciones con las informaciones que todos mantienen con todos. Todo es relación, y nada puede existir fuera de la relación, esto funda el principio de cooperación como la ley más fundamental del universo que relativiza el principio de la selección natural.²³

Así, para el bien común, es necesaria la inclusión de la naturaleza con sus ecosistemas, y la propia Tierra, en su arquitectura, debe ser reconstruida con base en la cooperación social y no en la competencia humana. “El bien común no puede ser sólo humano, sino de toda la comunidad terrena y biótica con la que compartimos la vida y el destino”²⁴.

María Novo. Una mirada hacia nosotros: persona y naturaleza (Ahimsa 133, 2016)

María Novo —destacada representante transdisciplinaria de la educación ambiental, temática defendida por ella 40 años atrás—, es catedrática Unesco de educación ambiental y desarrollo sostenible de la Universidad Nacional de Educación a Distancia de Madrid; la profesora invita a cuestionarnos cuál es el vínculo que nos concedemos con respecto a la naturaleza:

...podríamos preguntarnos de qué modo nos percibimos en relación con la Naturaleza. La respuesta más frecuente es que las personas

²³ Cfr. L. Boff, *Ecología, grito de la tierra, grito de los pobres* (Madrid: Trotta, 2006), 35-42, 48-51.

²⁴ *Ibidem*, *Ética y moral, la búsqueda de los fundamentos* (Bilbao: Sal Terrae, 2004), 70.

sienten que están “frente a” o como mucho “con” la Naturaleza. Es decir, quienes responden así a esta pregunta expresan el convencimiento de no *pertenecer* al complejo sistema llamado biosfera, sino de estar fuera de él para explotarlo, dominarlo o, en el mejor de los casos, conservarlo.²⁵

Diálogo con la naturaleza (Ahimsa 114, 2014)

La ética del cuidado ha defendido la idea de que las cualidades femeninas, amorosas, de ternura y cuidado requieren ser extendidas y fortalecidas para ambos géneros a fin de lograr una sociedad más justa no sólo con la humanidad, sino con la misma naturaleza. Taíta Leónidas, conocido así por el pueblo ecuatoriano, destaca precisamente dichos atributos como necesarios para el diálogo con la naturaleza; él observó que muchos campesinos de las comunidades en las que colaboró mantienen esta interrelación. “El campesino ama entrañablemente su tierra y dialoga con ella cuando la trabaja. El horticultor ama entrañablemente los árboles frutales que ha plantado y los cultiva amorosamente. El floricultor es un enamorado de la belleza múltiple que se encuentra en las flores y las riega con cariño singular”.²⁶

Las cualidades femeninas y masculinas son parte del ser humano, independientemente de su género, y necesarias para la acción no-violenta. Estamos interconectados y juntos formamos la unidad.

²⁵ M. Novo, *La educación ambiental. Bases éticas, conceptuales y metodológicas* (Madrid: Universitas, 2012), 104.

²⁶ L. E. Proaño, *Concientización evangelización política* (Salamanca: Sigueme, 1987), 47.

A

Es preciso saber que nuestros actos tienen consecuencias. Nuestra referencia moral es interior a nosotros mismos, es nuestra conciencia, además de referirse a la razón universal o a las exigencias de nuestra naturaleza: esta es la gran enseñanza de Gandhi y punto de partida de la acción eficaz para salvar nuestra tierra [...] Se trata de integrar lo humano en sinergia de la naturaleza [...] una forma de amor engranada al planeta. Se restablece la relación constructiva entre el hombre y la naturaleza.

Juan-María Parent Jacquemin

A

Canto de Nezahualcóyotl

He llegado aquí,
soy Yoyontzin.

Sólo flores deseo,
he venido a estar deshojando flores
sobre la tierra.

Allá corto
la flor preciosa,
corto la flor de la amistad:
junto contigo, con tu persona;
¡oh príncipe!

Yo Nezahualcóyotl, el señor Yoyontzin.

Ahimsa con los animales no humanos

*¿Qué se entiende por respeto a la dignidad animal?
(Ahimsa 122, 2015)*

Depende de la herencia cultural, social, emocional, y hasta espiritual, que cada persona ha recibido, será así como se mostrará en su relación con los animales no humanos. Como menciona Mar-

tha Nussbaum, es difícil precisar qué significa existencia animal digna —en ocasiones, es más claro lo que es indigno: espacios sucios, escasez de alimentos y agua, o ser víctimas de crueldad en cualquiera de sus expresiones—; sin embargo, la autora menciona como elementos de una existencia digna, al menos:

- Disfrutar de oportunidades adecuadas de nutrición y actividad física.
- Vivir libres de dolor, miseria y crueldad.
- Disponer de libertad para actuar del modo característico de cada una de las especies (sin estar confinados ni obligados a realizar acrobacias ridículas y degradantes).
- Vivir sin miedo y gozar de oportunidades para entablar relaciones gratificantes con otras criaturas de la misma especie (o de otras distintas).
- Tener la opción de disfrutar de la luz y del aire tranquilamente.²⁷

Para el caso de los animales domésticos, es también importante que la familia conviva con ellos o los lleve de paseo. En caso de peces y aves, se sugiere que se les hable o prodigue afecto.

Las enseñanzas de los animales no humanos (*Ahimsa* 101, 2013)

El chileno Manfred Max-Neef, economista y ambientalista, ha expresado en más de una ocasión su reconocimiento a los animales no humanos, porque, en muchas ocasiones, podemos encontrar en ellos más ejemplos de *humanización* que en nuestra propia especie. Les concede mucha más claridad, respeto y decencia; en cambio, afirma, el ser humano ha inventado los valores sólo para

²⁷ M. Nussbaum, *Las fronteras de la Justicia. Consideraciones sobre la exclusión*, (Barcelona: Paidós, 2007), 322.

violarlos, las leyes para pasar sobre ellas y firma tratados internacionales para que ningún país los respete. Mientras que nuestros hermanos animales no firman absolutamente nada y pueden mostrar acciones que sorprenden, como las relaciones de pareja de los pingüinos.

La ceremonia de los pingüinos (Ahimsa 101, 2013)

Entre los pingüinos hay ceremonias matrimoniales en las que participa toda la colonia y en las que las pingüinas casaderas se ponen en una hilera y los pingüinos casaderos ponen una piedrecita a los pies de la elegida y si ella a su vez la recoge es que lo acepta y la colonia los declara marido y mujer, y viven juntos también por el resto de la vida, e incluso se llega al extremo del suicidio por amor: si a un pingüino no lo quiere ninguna pingüina se lanza al agua después de la puesta del sol, cuando habitualmente nunca hace eso por temor a los lobos marinos y, sin embargo, nada mar a adentro y nunca más se sabe de él.²⁸

El maltrato animal²⁹ (Ahimsa 137, 2016)

A pesar de que el maltrato animal es un problema que tiene su origen y solución en la humanidad, es común que al establecer prerrogativas hacia los animales, algunas personas se opongan presuponiendo que tales beneficios podrían desviar la atención de los problemas que verdaderamente afectan a los seres humanos. No obstante, Annamaria Manzoni, al igual que otros autores, considera que esta problemática sí está vinculada con las prioridades humanas, “la gran cuestión de los animales lejos de ser marginal en el panorama de los infinitos problemas que afligen a

²⁸ M. Max-Neef, “Transdisciplina, para pasar del saber al comprender”; <http://disi.unal.edu.co/~lctorress/PSist/PenSis07.pdf>.

²⁹ Yazmín Araceli Pérez Hernández, licenciada en filosofía por la Uaemex; actualmente, colabora como asistente de investigación en el IESU.

la humanidad, es en cambio, una cuestión central, ya que compartimos con ellos esta tierra. Sin embargo, lo hacemos como amos y señores lejos de hacerlo como compañeros solidarios”.³⁰

El ser humano ha marginado a estos seres no sólo en el ámbito de la justicia, de los derechos o de las consideraciones morales, lo ha hecho principalmente en el lugar que les corresponde en este mundo, del cual forman parte y cohabitan con la humanidad. Ha olvidado que, al igual que los animales, forma parte del conjunto del todo, y que al dañar a las criaturas que conforman la gran familia de la vida, se daña a sí mismo.

***20 de marzo: Día Internacional de No Comer Carne
(Ahimsa 107, 2014)***

En 2014 se cumplen 29 años de celebrarse esta fecha. “Todos los animales, incluyendo los humanos, somos seres sintientes. Eso nos hace idénticos en nuestra capacidad de experimentar dolor y placer. Cuando decidimos evitar la carne, estamos promoviendo una vida menos violenta para todos los seres que habitan en este planeta”.³¹

Los circos, otra forma de violencia disfrazada (Ahimsa 107, 2014)

Este 5 de febrero se votó en el Congreso del Estado de Morelos a favor de la iniciativa presentada por el diputado Roberto Yáñez, la cual busca la prohibición de los circos que utilizan animales.

³⁰ A. Manzoní, *Nosotros tenemos un sueño. Reflexiones y sentimientos en torno al respeto hacia los animales* (México: Tiempo Animal, 2013), 9.

³¹ Anima naturalis, “20 de marzo: ¡por el Día Mundial sin Comer Carne”; Anima naturalis, <http://www.animanaturalis.org/n/20-de-marzo-por-el-dia-mundial-sin-comer-carne>.

Asimismo, el municipio de Culiacán, en Sinaloa, decidió no autorizar más permisos a los circos que incluyan animales en su espectáculo.³²

Desde la No-violencia, se considera que en los circos se da un trato injusto a estos seres en cuanto a su alimentación, “entrenamiento”, condiciones antinaturales de vivienda, además de dejarlos en calidad de esclavos ante las fluctuaciones emocionales de los que están “a su cargo”. La No-violencia invita a no cooperar con los circos no asistiendo a ellos. La diversión de unos no puede estar basada en el sufrimiento de otros.

Existe una página llamada circos.org que proporciona una guía para todo ciudadano que desee manifestarse a favor de la no utilización de animales en los circos; un ejemplo de la guía se anexa:

Acciones sugeridas antes de que un circo llegue:

Trata de cancelar su gira. Contacta los auspiciadores del circo y pregúntales respetuosamente si conocen el tipo de espectáculo que están financiando, escríbeles cartas y enlaza los videos que tenemos en este sitio web. Trata de obtener el apoyo de algún grupo organizado que pueda apoyarte, si no, escribiendo a los auspiciadores y la prensa puedes movilizar a más gente a favor del circo sin animales. Contacta también con los colegios y escuelas de la ciudad, para que no acepten visitas a los circos con animales.³³

Siempre podemos apoyar, en menor o mayor medida, compartiendo esta información en los muros, los blogs, las páginas, los periódicos murales, o en la escuela o comunidad. Todas estas opciones pueden ser formas de activismo social, mucho mejor que el hecho de sólo criticar. Recordemos que la No-violencia es acción.

³² *Idem*, “Culiacán prohíbe los circos con animales”, Anima naturalis, <http://www.animanaturalis.org/n/43629>.

³³ Adopta gdl, “Guía de Acción contra los circos con Animales”, Adopta gdl, <https://www.adopta.mx/2010/06/guia-de-accion-contra-los-circos-con-animales/>.



En el seno de la sociedad humana, el egocentrismo puede hipertrofiarse en egoísmo desenfrenado, y el altruismo puede extenderse más allá de la propia sociedad, volverse humanitario, consagrarse incluso a los animales que sufren o a especies en vías de desaparición.

Edgar Morin

Decrecimiento



El decrecimiento económico es una gestión individual y colectiva basada en la reducción del consumo total de materias primas, energías y espacios naturales gracias a una disminución de la avidez consumista, que nos hace querer comprar todo lo que vemos.

Vicente Manzano

El decrecimiento como sobriedad (Ahimsa 133, 2016)

Son muchos los aspectos que nuestras sociedades requieren gestionar, entre éstos se encuentran lograr la justicia ecocéntrica y retirarse del egoísmo antropocéntrico; una alternativa está en bajar los diversos niveles de consumo material, tanto en lo individual como en lo colectivo. En el aspecto individual tenemos que “hacer un trabajo personal para desacostumbrarse de la voluntad de ser todo poderoso. Tenemos que volver a la sencillez voluntaria, a una sobriedad feliz”,³⁴ que permita disfrutar los alimentos naturales, descartar la comida procesada, que no sólo contamina el cuerpo, sino depreda al planeta y lo contamina. Podemos ser más conscientes al momento de realizar las compras, evitando adquirir productos no necesarios, que se encuentran en la mayoría de los grandes almacenes, disfrazados de “confort”, “salud” y “juventud”.

³⁴ M. del R. Guerra e H. C. Vargas Cancino, “La responsabilidad de la universidad ante la formación en derechos humanos: el decrecimiento como propuesta ética”, *Cuadernos de ética* 26 (39) (2011): 5.



Un hombre epimeteico (fragmento)
Querido Iván, me pidieron escribir sobre ti,
un maestro al que nunca vi,
salvo en páginas de libros
[...] Seré honesto, Iván, no llegaste fácilmente,
has sido para mí, como el vino,
un gusto adquirido.
[...] Como tú, Iván, caminando con tu corazón.
Viviendo de amistad, como de amistad vivía Hugo (Hugo de San Víctor)
Poniendo cada vez la fidelidad antes que la libertad,
sabiendo que sin amor no somos libres.
[...] Eres, querido Iván, un hombre epimeteico,
haciendo lo que dijiste que aquellos hombres
y mujeres trataban de hacer,
queriendo a la gente, más que a las cosas,
aprendiendo de nuevo cómo tener esperanzas,
honrando y apreciando la tierra
en que nos reunimos,
dispuestos a dejarlo todo,
una vez y otra vez, para ir
a tomar la mano de un amigo que muere.
[...] Tu debilidad, Iván, ¿puedo decirla?
Describes el viñedo, pero no puedes hacer salir las uvas.
Creas un hambre que no puedes satisfacer.
[...] Nunca intentaste cultivar unas uvas.
Nosotros hemos de ser los que satisfagan el hambre profunda,
y encuentren tu voz que habla como nos habla ahora
y se atrevan a seguir hablando
como los amigos se atreven a hablar,
libremente, francamente, sin pena.

Tom Pruiksma

El decrecimiento, recordando ideas centrales (Ahimsa 106, 2014)

En anteriores dípticos se ha hablado del decrecimiento; a continuación resumimos algunas ideas básicas que lo caracterizan:

- Ajuste y reequilibrio de los diferentes niveles de vida, así como de las jornadas laborales, las cuales deben reducirse para abrir espacio a otras áreas olvidadas.
- Equilibrio de la proporción de consumo, pues 20% de la humanidad consume 80% de los bienes y los recursos.
- Incremento en el bienestar o la calidad de vida, donde lo superfluo sea omitido, y sea posible y valorado el *tiempo libre o de ocio*, con oportunidad para la comunicación familiar y comunitaria, así como para el desarrollo espiritual, para el juego, la creatividad, la dedicación al sí mismo —como el autocuidado y la salud—, así como actividades que propicien la reconexión con la Tierra.
- Madurez interna que propicie en la misma sociedad que ésta se autorregule en un nivel de rendimiento medio, sin excederse en producción que sólo daña al planeta y hace más pobres a los ya de por sí empobrecidos.
- Promoción del consumo local (autoabastecimiento).
- Respeto del ambiente, de la naturaleza, que incluya el decrecimiento tanto en la producción como en el consumo.
- Apego a los derechos humanos, donde la justicia social y la No-violencia hacia la vida en general sean reconocidas y practicadas.³⁵

³⁵ Cfr. H. C. Vargas Cancino, “El decrecimiento. ¿Desafío para la responsabilidad social universitaria?”, en *Enfoque Ético de la Responsabilidad Social Universitaria, México, Torres*, coords. R. Guerra y R. Mendoza (México: Torres, 2011).

Ecofeminismo

Conexión entre ecofeminismo y decrecimiento (Ahimsa 101, 2013)

La plataforma filosófica de la cual se desprenden el ecofeminismo y el decrecimiento es la No-violencia, cuyo énfasis es la defensa de la vida, *no sólo la humana*. Hurtado y Rubio limitan el enfoque de manera antropocéntrica, por lo tanto, esa parte no la compartimos, en tanto que, en los aspectos de *relaciones de cuidado*, estamos totalmente de acuerdo:

El punto de conexión fundamental entre feminismo y decrecimiento lo encontramos en la defensa de la sostenibilidad de la vida humana. Este concepto más amplio de sostenibilidad que aporta el feminismo requiere recursos materiales y energía, pero también contextos y relaciones de cuidado y afecto. Y es que son precisamente los contextos y relaciones de cuidado y afecto los que verdaderamente nos permiten a las personas crecer, desarrollarnos y mantenernos como tales.³⁶

Ecofeminismo como manifestación no-violenta (Ahimsa 131, 2016)

El ecofeminismo es una propuesta que se dirige al restablecimiento del equilibrio, al reconocimiento y al ejercicio de la justicia para todos, por lo tanto, se dirige principalmente a las personas más vulnerables o desprotegidas; se incluye a la naturaleza como víctima del abuso del ser humano (mujer/hombre, niño/niña), debido a la práctica de un estilo de vida, en muchos sentidos, inconsciente, y sólo atento a los “mandatos” de la mercadotecnia. Muy especialmente, este movimiento de corte no-violento busca:

³⁶ Á. Hurtado y E. Rubio, *Acercándonos al decrecimiento* (Sevilla: Asociación de Educación Ambiental “El Enjambre sin Reina”, 2010), 55.

- La recuperación de los derechos de la mujer en simetría con los del varón.
- Asocia la asimetría de dominio del varón con el sometimiento devastador de la naturaleza.

La mujer y el hinduismo (Ahimsa 130, 2016)

La posición de Gandhi con la mujer, dice Galtung: “No creo que se pueda decir que teológicamente el hinduismo tenga en sí mismo construida demasiada hostilidad contra las mujeres como el cristianismo”;³⁷ sin embargo, aspectos inaceptables del hinduismo, como la quema de viudas junto al cuerpo de su difunto esposo, generaban en Gandhi un marcado rechazo, luchando en la búsqueda vehemente de igualdad de derechos y deberes entre hombres y mujeres.

Los actos hay que valorarlos desde la perspectiva personal y de grupo, su sufrimiento, su beneficio, y donde hay injusticia, no importa lo legendario de la práctica, hay que pararla; es necesario el cuestionamiento de los roles cuando la injusticia y la crueldad saltan a la vista o cuando el opacamiento del otro o su invisibilidad o sometimiento es evidente, no importa quién sea el otro o la otra, si es una población o una persona, o bien, la naturaleza misma.

Vandana Shiva: ecología y No-violencia (Ahimsa 102, 2013)

En otros dípticos hemos hablado de Vandana Shiva, activista no-violenta a favor del ecofeminismo, nacida en India, con estudios en física y maestría en filosofía. Cuando ella es cuestionada si cree que la No-violencia funciona, aun con los gobiernos violentos, su respuesta es:

³⁷ J. Galtung, *La meta es el camino. Gandhi hoy* (México: Trascend México, 2008), 37.

En India estamos aplicando la *Satyagraha*¹ de Gandhi con la defensa de las semillas; y en las calles de India se está practicando no-violencia contra los políticos corruptos [...] Y hay gente que muere, pero si tu respuesta es coger una pistola te aseguro que ya habrás perdido, porque los ejércitos capitalistas tienen más armas de las que tú nunca podrás llegar a tener. La no-violencia es más ética, más efectiva y además evita que se criminalice a un movimiento. Desde el miedo no lo puedes hacer, sólo con amor, también es una cuestión de conexiones, conectar [...] y el momento mágico llega.³⁸

A

La justicia y la sostenibilidad nos exigen no utilizar más recursos de los que necesitamos. La contención del uso de los recursos y vivir dentro de los límites marcados por la naturaleza son precondiciones de la justicia social [...] En los *commons* es donde convergen la justicia y la sostenibilidad, donde se unen la ecología y la equidad. La sobrevivencia de propiedades comunitarias o bienes comunes como los pastos, los bosques o un ecosistema estable es solamente posible mediante formas de organización social que incorpora entre sus principios frenos y controles al mal uso de los recursos.

Vandana Shiva

³⁸ J. E. Drault, “La revolución es inevitable y será ecológica”, <http://drault.com/2013/03/10/la-revolucion-es-inevitable-y-sera-ecologica/>.

Una gandhiana de alto calibre: Ela Bhatt (Ahimsa 105, 2014)

Ela Bhatt es una de las pioneras más reconocidas en el ámbito internacional por su profundo valor y compromiso en la defensa del empoderamiento de las mujeres indias a través del trabajo digno. Se le ha nombrado como la “dulce revolucionaria”, cuya causa se ha dirigido a mejorar la vida de las mujeres oprimidas de la India, basada en la orientación gandhiana.

En 1972, fundó la Asociación de Mujeres Trabajadoras por Cuenta Propia (SEWA), agrupación que a la fecha integra a más de un millón de mujeres, y fue miembro del Parlamento de India de 1986 a 1989.

La doctora Bhatt ha sido reconocida al recibir el Premio Ramon Magsaysay, el Premio Nobel Alternativo y el Meany-Lane Kirkland de Derechos Humanos y Justicia Social, entre otros. Las universidades, como Harvard y Yale (Estados Unidos) y Natal (Brasil), le han otorgado doctorados *honoris causa*. En septiembre de 2013, cumplió 80 años y, a la fecha, sigue adelante con su activismo social desde la No-violencia.

*Marcelina Bautista, defensora ejemplar*³⁹ (Ahimsa 109, 2014)

Este abril de 2014, la activista mexicana y directora del Centro de Apoyo y Capacitación para Empleadas del Hogar (Caceh), Marcelina Bautista recibió el Premio Nacional por la Igualdad y la No Discriminación, otorgado por la Comisión Nacional para la Prevención de la Discriminación (Conapred). Antes, en 2010, la Fundación Friedrich Ebert (FES) le otorgó el Premio de Derechos Humanos. Ambos reconocimientos ganados por ser un ejemplo importante⁴⁰ en la defensa de los derechos de las trabajadoras domésticas, mujeres generalmente olvidadas por la sociedad.

Yo me llegué a sentir estancada en un trabajo no valorizado. Me sentía mal por no hablar español, la discriminación de muchas patronas y muchas otras personas, no sólo de los empleadores; de repente cuando la gente te dice que no vales y te hablan de forma despectiva, te bajan la autoestima y no quieres estar ahí. Marcelina Bautista.

Gracias a mujeres como Marcelina Bautista, llegará el día en el que este grupo esclavizado por cientos de personas que se aprovechan de sus necesidades y condiciones pueda disfrutar de sus derechos. En este contexto, también se reconoce a todas las indígenas que luchan día a día contra las injusticias, la opresión, la discriminación y la pobreza en las que están sumergidas por su ignorancia, por la corrupción y la falta de atención.

³⁹ María Estela Reyes Retana responsable de la Biblioteca “Juan María Parent Jacquemin” del IESU de la Uaemex.

⁴⁰ Cfr. G. Cruz Jaime, “Defensora de DH y laborales de mujeres, recibe premio en Berlín”, cimac noticias Periodismo con perspectiva de género, <http://cimacnoticias.com.mx/node/59841>.

CAPÍTULO 4

NO-VIOLENCIA CON LA INFANCIA

Introducción

El cuarto capítulo representa el “terreno” más próspero para la “siembra de semillas” de la No-violencia. Los grandes problemas como el abuso de poder en puestos de liderazgo, la delincuencia, el terrorismo, el maltrato animal, los feminicidios, los ecocidios, la *autoviolencia* (suicidios, desórdenes alimenticios, tabaquismo, alcoholismo, drogadicción, codependencia), etc., son algunos de los ejemplos de una educación que repercute en la personalidad adulta, y que, en un contexto más amplio, responde también a la violencia estructural del sistema, el cual es el detonante de la misma.

En este apartado se abordan temáticas vinculadas con los elementos comunicativos, disciplinarios y educativos dentro de la familia y los espacios escolares, en donde se sugiere implementar estrategias que ayuden a formar niños, niñas y adultos autogestivos, éticos y prosociales, en pos de la No-violencia. Se habla sobre la importancia de integrar a los niños y las niñas en la mediación cuando inicia un proceso de divorcio, que permita reconocerlos como seres importantes que también se ven vulnerados cuando sus padres deciden separarse.

La familia como gestora de amor y justicia o de personalidades violentas

Somos corresponsables (Ahimsa 115, 2014)

Toda la humanidad es corresponsable en la creación del cambio. Algunos requieren realizar mayores esfuerzos en virtud de los daños que han causado a la humanidad y la biosfera, desde el niño o la niña que destaza un insecto sólo por divertirse, y cuyos padres parecen indiferentes, hasta el empresario que produce y vende conscientemente comida con insumos dañinos y letales para su consumidor, utilizando empaques contaminantes, y con políticas internas de “exprimir hasta la última gota de sangre” a su personal operativo, con sueldos por debajo de los idóneos para cubrir las necesidades básicas de las personas.

Por lo tanto, se insiste en que se requiere de la corresponsabilidad¹ de todos los actores. El diálogo puede ser la primera herramienta para generar conciencia y, con ella, cambios en el comportamiento, pero si éste no funcionara porque una de las partes no se compromete,

¹ H. C. Vargas Cancino, “El decrecimiento, una alternativa para la calidad de vida planetaria”, en Rubén Mendoza *et al.*, *Bioética desde la ética* (México: Torres, 2011).

se cuenta con otros recursos como el boicot, esto es, evitar consumir, apoyar, promover, etcétera, aquello que es reprobable, insano, corrupto. Nuestro silencio u omisión de actos es una herramienta poderosa que pocos han ocupado y produce cambios individuales o sociales cuando se unen sistemáticamente.

Conciencia del lenguaje verbal con el adolescente
(Ahimsa 103, 2013)

Dentro de los ambientes familiares, se han encontrado algunas consecuencias severas en adolescentes que han sido víctimas de violencia psicológica y que han llegado a suicidarse, o bien, pueden verse minusvalorados en su autoestima con las consecuencias que ello implica.

Christine Laquénan afirma: “Los niños que no son reconocidos como sujetos por sus padres, igualmente corren el riesgo de que en su edad adulta perpetúen el nivel de dependencia a través de conductas adictivas”², de las que no son conscientes y, asimismo, ellos podrían estar supeditados a encontrar parejas muy manipuladoras, de las cuales serían sus víctimas.

El alfabeto del ahimsa inicia en casa (Ahimsa 135, 2016)

Se insiste en que la No-violencia se procura en lo cotidiano, con las personas cercanas y, especialmente, con la familia; Thomas Merton, ferviente seguidor de la filosofía gandhiana, opina:

El mejor campo en que aplicar la no-violencia es la familia o la institución considerada como familia. La práctica de la no-violencia entre

² C. Laquénan, “Violences verbales. Des mots qui peuvent tuer”, en *Alternatives non-violentes, L’acte de la parole. Détruire, construire*, 147 (2008): 13.

los miembros de estas familias debería ser fácil. Si esto fracasa, significa que no hemos desarrollado la capacidad para la no-violencia pura [...] El alfabeto de la ahimsa se aprende mejor en la escuela doméstica, y puedo decir por experiencia que, si aseguramos el éxito allí, podemos estar seguros de hacer lo mismo en cualquier lugar.³

El estrés y la No-violencia (Ahimsa 142, 2017)

Un mal manejo del estrés puede traer como consecuencia conductas violentas; por ello, generalmente éste se identifica dentro de un ámbito negativo, ya que se le considera como una parte perturbadora del equilibrio y de la estabilidad psíquica de los seres; sin embargo, Mary E. Muscari en su libro *Not my kid: 21 steps to raising a non-violent child* menciona: “El estrés es una parte de la vida cotidiana tanto para usted como para su hijo. Algunas personas aman el estrés y son muy productivos bajo presión, otros lo temen y se desmoronan (Stress is a part of everyday life for both you and your child. Some people love stress and are very productive under pressure. Others dread it and fall apart)”.⁴

Una persona que tiene niveles muy elevados de estrés y que no sabe manejarlo presenta muchas repercusiones físicas y actitudinales; no obstante, resulta preocupante que las conductas violentas aparezcan con mayor frecuencia.

El problema en la actualidad es la concepción que se tiene del tema; considerarlo como un problema pasa a ser algo que no debe formar parte de la vida cotidiana, sin embargo, “Poco estrés puede ser tan malo como demasiado estrés, porque el aburrimiento constante puede hacerte sentir triste e, incluso, deprimido. La clave del equilibrio el manejo del estrés (Little stress can be as bad

³ T. Merton, *Gandhi y la No violencia* (Barcelona: Oniro, 1998), 127.

⁴ M. Muscari, *Not my kid: 21 steps to raising a nonviolent child* (University of Scranton Press: United States, 2002), 97.

as too much stress because constant boredom can make you feel sad and even depressed. the key to the balancing act is stress management)”.⁵

Por lo tanto, el estrés es una parte importante en la vida que puede crear la tensión necesaria para seguir en movimiento; éste no es el problema, sino el temor a él y el desconocimiento de cómo manejarlo, de ahí la importancia de generar un entrenamiento en el control del mismo.

Lenguaje violento de uso común (Ahimsa 140, 2016)

Frecuentemente, tanto en infantes como en personas adultas se escucha entre pares, así como en relaciones jerárquicas, comentarios con tonos de superioridad que pretenden criticar, denostar, amenazar, moralizar, denigrar, etiquetar o descalificar a los otros. Sin embargo, el entrenamiento en comunicación asertiva puede ser una oportunidad para aprender a expresarnos adecuadamente por medio del uso de un tono de voz seguro, palabras descriptivas y no evaluativas, lenguaje corporal vital y la práctica de la escucha activa; no obstante, para esto, se requiere de un trabajo con la autoestima y la responsabilidad. Al paso del tiempo, sus resultados dejarán ver relaciones más armónicas, porque se ha practicado la reciprocidad en la justicia.

Violencia sutil en la familia⁶ (Ahimsa 141, 2017)

Frente a la violencia social, es necesario pensar el hecho de que lo que se vive en las calles es resultado de un entorno social y político, de una violencia estructural que termina por permear también en los hogares.

⁵ *Ibidem*, 97.

⁶ Zenyazhe Rebeca Villa Aguayo, colaboradora en prácticas profesionales del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

La familia, como primera escuela, tiene un gran poder en la formación de los ciudadanos; sin embargo, muchos de los modelos que se enseñan a través del ejemplo son no conscientes y, algunos, demasiado sutiles.

Los padres, en ocasiones, con la buena intención de corregir, insultan a sus hijos, quienes, desde muy pequeños, son puestos en situaciones dolorosas y humillantes, en las que públicamente pueden ser minimizados, y ese patrón es el que se suele repetir cuando están con pares, vecinos y adultos, o cuando llegan a tener puestos de poder. Para poder romper este círculo vicioso, en el cual la injusticia dentro de los hogares debe también ser atendida, la autoconciencia y la autocrítica son las herramientas no-violentas iniciales recomendadas.

La comunidad académica como gestora de amor y justicia o de personalidades violentas

La formación de niños no-violentos (Ahimsa 102, 2013)

Yolanda García en su obra *Filosofía y argumentación en la escuela primaria*⁷, defiende la idea de formar a los niños en la discusión filosófica y la cultura de la No-violencia dentro del salón de clases, cuando se realiza el entrenamiento en el diálogo buscando:

- Mostrar habilidades de escucha activa.
- Identificar razones y argumentos claros.
- Proporcionar ejemplos así como contraejemplos.
- Definir criterios.
- Mostrar y solicitar evidencias.

⁷ Cfr. Y. García, *Filosofía y argumentación en la escuela primaria* (Toluca: Instituto de la Educación del Estado de México, 2000).

- Evaluar argumentos propios y ajenos.
- Asumir responsabilidades.
- Lograr el compromiso de los otros.
- Crear la conciencia de la injusticia.



La cultura de paz no es otra cosa que la humanización efectiva de los seres humanos. En ella juega un papel decisivo la educación.

Juan B. Arrien

*Día Escolar Internacional de la No-violencia y la Paz*⁸
(Ahimsa 105, 2014)

Desde 1964, cada 30 de enero se celebra el Día Escolar de la No-violencia y la Paz (Denip) en el marco de la conmemoración de la muerte de Mahatma Gandhi, y con la intención de que los centros escolares tengan una jornada de trabajo para el cultivo de la No-violencia en el corazón de cada alumno.

La escuela es para los estudiantes como las aguas para los peces. La calidad de agua en la que los pececillos nadan afecta directamente su mundo; así, las “aguas” que la escuela ofrece a los estudiantes influirán directamente en el mundo que cada uno de ellos construye y, a la vez, en todo el “océano” al que éstos pertenecen. Ofrecer a estos “peces” “aguas” de No-violencia es brindarles la oportunidad de “nadar” en “corrientes” que contribuyen al desarrollo de sus talentos para consigo mismos y al desarrollo de los talentos que se encuentran en su proximidad.

⁸ Ana Vanadys Santiago Jiménez egresada de la licenciatura en filosofía (Uaemex), adscrita a la Unidad de Mediación de la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México.

Aprendizaje individualista o competitivo (Ahimsa 116, 2014)

La mayoría de las escuelas, desde los niveles iniciales hasta las aulas de posgrado universitario, fomenta la competencia como estrategia de enseñanza, sin reparar en los impactos que causa en las relaciones y en la propia estima de los integrantes de los grupos; sus legados son varios: sensación de minusvalía para los perdedores, la cual, a su vez, puede ser detonador de cuadros depresivos que pueden durar meses; mientras que a los ganadores les transforma su visión de la realidad, se ven a sí mismos como superdotados que tienen derecho a burlarse de los “menos favorecidos”.

Puntos esenciales del aprendizaje cooperativo⁹ *(Ahimsa 116, 2014)*

El aprendizaje cooperativo es una alternativa que incluye la atención a cinco puntos esenciales:

1. Interdependencia positiva. Con beneficios para todos los integrantes, “supone compromiso con el éxito de otras personas, además del propio”.¹⁰
2. Responsabilidad individual. Es independiente del grupo.
3. Interacción. La acción cara a cara es necesaria compartiendo los recursos, el respaldo, el aliento y el entusiasmo.
4. Habilidades interpersonales y grupales. Se requiere la práctica de habilidades sociales de sus integrantes como escucha activa, toma de decisiones, sensibilidad personal, confianza, así como manejo de conflictos.
5. Autoevaluación. Los miembros del grupo requieren mantener un monitoreo que les permita ser la brújula que les dice qué tan cerca o lejos están de las metas grupales, y les facilite la información para hacer los ajustes respectivos.

⁹ Concepción N. Martínez, profesora de la Escuela Preparatoria “Ignacio Ramírez” de la Universidad Autónoma del Estado de México.

¹⁰ D. Johnson, R. Johnson y E. Holubeo, *El aprendizaje cooperativo en el aula* (Buenos Aires: Paidós, 1999).

Colectivo “AMANI”: argumentos a favor y en contra de los juegos (Ahimsa 136, 2016)

Argumentos a favor de los juegos cooperativos:

Construyen. Todas las personas conservan un lugar importante dentro del grupo; tienen la misma oportunidad de mostrar sus habilidades y talentos, sin el riesgo de ser humilladas o denigradas, por lo tanto, se desarrolla a la par la autoestima del grupo.

Promueven la cooperación. Todas las áreas de la vida requieren de la cooperación para mostrar su eficacia y eficiencia. Dejan siempre un grato “sabor de boca” porque muestran a todos, la oportunidad de ayudarse.

Valoran la diversidad. Todos destacan y hacen tareas diferentes, pero a la vez complementarias.

Argumentos en contra de los juegos competitivos:

Desmotivan. La ganancia siempre se dará a costa de la pérdida de otros, y generará la falsa creencia de superioridad de quienes ganan sobre las personas perdedoras. “Estableciéndose de esta forma una jerarquía que ordena a las personas según su valía. El problema surge cuando el hecho de ganar o perder en un juego afecta en forma directa nuestra autoestima”.¹¹

Dividen. Se hace valer la ley del más fuerte; las perdedoras y los perdedores quedan excluidas(os).

Angustian. En el proceso se genera ansiedad y angustia para la totalidad de participantes; sólo se divierten las personas ganadoras, y quienes pierden pueden, con frecuencia, entrar en etapas depresivas, de revancha o coraje.

¹¹ Colectivo “AMANI”, *Educación intercultural. Análisis y resolución de conflictos* (Madrid: Catarata, 2009), 58.

¿Estás bien? Pongamos alto a la violencia en la escuela (Ahimsa 121, 2015)

¿Estás bien? Pongamos alto a la violencia en la escuela es el título del libro de la doctora Luz María Velázquez Reyes, quien ofrece a docentes y alumnos diversas herramientas para una nueva cultura de integración escolar, a través de una presentación textual y gráfica, didácticamente cuidada para lograr hacer atractiva la lectura y las prácticas que en ella se sugieren; “...el presente texto es una invitación para reconocer las innumerables violencias que afectan a los estudiantes, con la finalidad de generar estrategias educativas para combatirlas”.¹²

La educación como acto creativo (Ahimsa 140, 2016)

Ricardo Nassif retoma las palabras que expresó el político y escritor cubano del siglo XIX, José Martí, en una estadía en Guatemala “Yo llegué hace meses a un pueblo hermoso: llegué pobre, desconocido y triste. Sin perturbar mi decoro, sin doblegar mi fiereza, el pueblo aquel, sincero, generoso, ha dado abrigo al peregrino humilde: lo hizo maestro, que es hacerlo creador”;¹³ en esta frase se enfatiza el poder de la creación, inherente en la labor docente, y se añade que las ideas expresadas con convicción, así como el ejemplo son semillas que, tarde o temprano, germinan, sólo es cuestión de que las condiciones se presenten.

¹² L. M. Velázquez, *¿Estás bien? Pongamos alto a la violencia en la escuela* (Toluca: Colegio de Investigadores en Ciencias de la Educación, 2014), 15.

¹³ R. Nassif, “José Martí (1853-1895)”, *Perspectivas: revista trimestral de educación comparada* XIII (núms. 3 y 4) (1993), http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/archive/Publications/thinkerspdf/martis.PDF (Consultado en noviembre de 2016).

*La inteligencia emocional y la No-violencia*¹⁴
(Ahimsa 141, 2017)

La presencia de la violencia es tan fuerte que, al conocer la contraparte de ésta, resulta difícil creer que se puedan erradicar muchas de las conductas que se han llevado a cabo por tantos siglos, las cuales nos impiden mirar al futuro y saber que es posible gozar de una cultura de paz y de No-violencia en el mundo.

¿Es posible cambiar de esquemas mentales? Sí, existe un trasfondo político, social y económico que debe ser abordado; sin embargo, una alternativa en la esfera individual es el entrenamiento en inteligencia emocional, el cual ayuda a crear conciencia de las propias emociones y poder manejar éstas de forma más madura, en beneficio propio y del entorno, con el objetivo de que todas las partes salgan ganando.

Dada la relación que guarda con la No-violencia, la inteligencia emocional es una herramienta básica que genera competencias emocionales, las cuales promueven la resolución de conflictos de manera no-violenta, iniciando por el nivel de conciencia que se requiere para automonitorearse, requisito imprescindible para ambos enfoques; desde ahí se inicia con un cambio.

La formación de jóvenes no-violentos (Ahimsa 144, 2017)

La violencia y los abusos que se viven en las diferentes ciudades de la mayor parte del planeta son producto, algunas veces, de la falta de amor en las personas que los ejercen y en las que los toleran, pero, especialmente, en ciertos líderes que gobiernan a través

¹⁴ Gisela Bernal López, colaboradora en prácticas profesionales del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU, Uaemex.

de la amenaza, el abuso y la manipulación, quienes, en su momento, formaron parte de una familia y, a su vez, muy probablemente carecieron de expresiones afectivas.

Mary E. Muscari, catedrática de las universidades de Binghamton y Scranton, ha trabajado desde la década de los 80 con delincuentes juveniles en Nueva York; ha publicado estudios sobre el tema, cuyo planteamiento radica en la importancia de expresar muestras de afecto amorosas a los integrantes de toda la familia, lo cual implica convivir y dialogar con ellos, hacer alguna actividad divertida juntos y, especialmente, menciona la autora, darles muchos besos y abrazos y decirles “te amo”,¹⁵ además de llevar estilos de vida sanos, así como fomentar actividades deportivas y artísticas, entre otros aspectos.

Germinar las semillas (Ahimsa 105, 2014)

Las escuelas son una especie de invernaderos donde “germinan” las “semillas” que crean la sociedad, por lo tanto, es posible crear a partir de ellas las condiciones para que una nueva humanidad empiece a germinar.

Con las jornadas sobre No-Violencia, que el Instituto de Estudios sobre la Universidad organiza desde el 2012 en octubre, se tiene la esperanza de que más tarde llegue el momento de que el proyecto se cristalice en una práctica diaria de la filosofía de vida de la No-violencia, donde la justicia y la corresponsabilidad para lograrla están en todos.¹⁶

¹⁵ M. Muscari, “Not my kid”, *21 steps to raising a non-violent child* (Scranton: University Scranton, 2002), 208.

¹⁶ Durante todo el mes, el IESU organiza, en coordinación con las facultades de Lenguas y Odontología, organiza diversas actividades relacionadas con la No-violencia, en virtud de que el 2 de octubre se conmemora el Día Internacional de la No-violencia, su propósito es involucrar tanto a la sociedad civil como a la universitaria en la creación de una nueva conciencia de justicia y ética construida por todos.

Educación holística (Ahimsa 112, 2014)

Es altamente recomendable que la educación se enfoque en el *holismo*, término cuyo significado es la totalidad o integralidad; esto ayudaría a los alumnos a generar entre sus iguales una convivencia más ética, pues la No-violencia ve a cada ser unido al todo, en tanto que cada acto, pensamiento y sentimiento impacta en el otro y lo otro; de tal manera que esto propiciaría que ellos tuvieran conciencia sobre sus actos y cuál es el impacto de éstos en el otro. Al respecto, Ana María González comenta:

El mundo de hoy requiere de un paradigma pedagógico universal centrado en el otro, que implica la promoción de desarrollo de la persona en su totalidad. La estructura de este nuevo paradigma se encuentra en las manos del maestro por ser él el principal actor en lo que se refiere a la construcción de espacios en los que se promueva no sólo el autodescubrimiento, sino la conciencia crítica, la formación cívica y ciudadana, la cultura y la ética.¹⁷

Sin embargo, ¿es posible propiciar una educación holística?, el desafío, como siempre, será iniciar con uno mismo. Así, el docente, el padre, la madre, el o la líder, etc., deberá comenzar con su trabajo de autoconciencia, antes de dar el siguiente paso para “enseñar” a los otros; de lo contrario, se puede caer en la farsa y, en consecuencia, se pierde el respeto de la familia, de los colaboradores o alumnos.

Cultura de paz (Ahimsa 136, 2016)

Es una cultura de convivencia y equidad, en la que implícitamente se entretienen la libertad, la justicia y la solidaridad. Posee un acuerdo tácito de optar por la solución no-violenta del conflicto; elige el diálogo y la negociación, en lugar de la cerrazón, la ofensa verbal o física:

¹⁷ A. M. González Garza, *Educación holística: La pedagogía del siglo XXI* (Barcelona: Kairós, 2009), 324.

La cultura de paz es un concepto evolutivo, pero que se define principalmente en relación a [sic] algunos principios sociales: [...] no-violencia [...] respeto de los derechos y las libertades fundamentales [...] comprensión, tolerancia y solidaridad entre las culturas [...] difusión y la libre circulación de la información; y la participación plena y completa de las mujeres.¹⁸

Mediación como herramienta

La mediación en los procesos de divorcio (Ahimsa 103, 2013)

La mediadora Marinés Suares sintetiza algunas ventajas de incluir a los niños en la mediación, aquellos a quienes se olvida, y que, al ser descuidados, se vuelven más vulnerables ante el entorno socioafectivo que tendrán que enfrentar:

- Propicia una atmósfera de confianza para que los infantes puedan hablar de sus temores, confusiones, angustias y, en general, de aquello que les preocupa y estresa por la separación de sus padres.
- Les permite la expresión de sus preferencias y argumentos en relación con la futura residencia y el plan de vida que de ello se deriva.
- “Las entrevistas de toda la familia en conjunto ayudan a construir y verificar hipótesis sobre las relaciones familiares a partir de la observación de interacciones en el aquí y en el ahora de la mediación. Esto permite ratificar y/o rectificar hipótesis construidas a partir de lo relatado por los padres”.¹⁹

¹⁸ J. Ortega, J. Villanueva y M. Carrillo (coords.), *Diálogo escolar y cultura de Paz. Educando para la tolerancia, la no violencia y la resolución de conflictos* (Andalucía: Grupo Editorial Universitario-Centro Unesco de Andalucía, 2004), 76.

¹⁹ M. Suares, *Mediando en sistemas familiares* (Paidós: Quilmes, 2002), 394.

FUENTES CONSULTADAS

Bibliografía

Aguilera, B.; J. Gómez, M. Morollón y J. de V. Abad. *Educación intercultural, análisis y resolución de conflictos*. Madrid: Catarata, 2009.

Ben-Ami, S. “Vasos comunicantes: política global y el desafío de las identidades”. En *Diálogo entre civilizaciones. Miradas*, coordinado por R. Loyola, T. Unna Calvillo y A. Chenbouni, 57. México: Universidad Autónoma Nacional de México (UNAM)-Colegio de San Luis-Institut de Recherche pour le Développement-Porrúa, 2010.

Boff, L. *Ecología, grito de la tierra, grito de los pobres*. Madrid: Trotta, 2006.

_____. *Ética y moral, la búsqueda de los fundamentos*. Bilbao: Sal Terrae, 2004.

Capitini, A. *El mètode de la noviolència*. Cataluña: Institut Català Internacional per la Pau, 2010.

Castañar, J. *Breve historia de la acción noviolenta*. Madrid: Ediciones Pentapé, 2010.

Castrillón, J. F. “El vencimiento de la muerte: de las lógicas de rivalidad y avaricia, a las lógicas del perdón y la reconciliación”. En *Vida, voces, reflexiones y esperanzas*, coordinado por R. Solarte, 69. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana, 2010.

Colectivo “AMANI”. *Educación intercultural. Análisis y resolución de conflictos*. Madrid: Catarata, 2009.

Comins-Mingol, I. *La ética del cuidado y la construcción de la paz*. España: Icaria-Editorial, 2008.

DINARAC (Dirección Nacional de Resolución Alterna de Conflictos). *Introducción a los métodos de resolución alterna de conflictos*. República de Costa Rica: Ministerio de Justicia y Paz, 2013.

De Mallac, G. *Seven Steps to Global Change, Gandhi's Message for Today*. California: Ocean Tree Books, 1987.

Diez, F. y G. Tapia. *Herramientas para trabajar mediación*. Buenos Aires: Paidós Mediación, 1999.

Erikson, E. H. *La vérité de Gandhi, Les origines de la non-violence*. París: Flammarion, 1974.

Faure, J.-P. y C. Girardet *L'empathie, le pouvoir de l'accueil. Au coeur de la communication nonviolente*. Saint-Julien: Jouvence Editions, 2003.

Fernández, F. *Desobediencia civil*. Madrid: Ediciones Bajo Cero, 2005. https://www.upf.edu/materials/polietica/_pdf/paundesobediencia.pdf. También disponible en versión impresa.

Galtung, J. *La meta es el camino. Gandhi hoy*. México: Trascend México, 2008.

_____.; J. Lynch y A. Mc. Goldrick. *Reporteando conflictos. Una introducción al periodismo de paz*. México: Ariete, 2006.

_____. *Reporteando conflictos*. México: Montiel & Soriano Editores, 2006.

_____. *50 años. 25 paisajes intelectuales explorados*. Puebla: Montiel & Soriano, 2009.

Gandhi, M. *Reflexiones sobre la No-violencia*. Buenos Aires: Longseller, 2002.

_____. *Quien sigue el camino de la verdad no tropieza. Palabras a un amigo*. Cantabria: Sal Terrae, 2001.

_____. *Mi fe en la verdad, un pensamiento para cada día*. Santander: Sal Terrae, 2007.

_____. *En lo que yo creo*. México: Dante, 1985.

_____. *Hind swaraj*, trad. y pról. de P. Ameglio. Morelos: Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), 2014.

García, Y. *Filosofía y argumentación en la escuela primaria*. Toluca: Instituto de la Educación del Estado de México, 2000.

Gómez Muñoz, M. “Saber indígena y medio ambiente: experiencias de aprendizaje comunitario”. En *La complejidad ambiental*, coordinado por E. Leff. México: Siglo XXI, 2000.

González Garza, A. M. *Educación holística: La pedagogía del siglo XXI*. Barcelona: Editorial Kairós, 2009.

Han, B.-C. *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Editorial Heder, 2012.

Hanicotte, R. *Devoirs de L'homme et Constitutions Contribution à une théorie générale du devoir*. París: Hartman, 2007.

Huanacuni Mamani, F. *Buen vivir/ vivir bien. Filosofía, políticas, estrategias y experiencias regionales andinas*. Lima: Coordinadora Andina de Organizaciones Indígenas, 2010.

Hurtado, Á. y E. Rubio. *Acercándonos al decrecimiento*. Sevilla: Asociación de Educación Ambiental “El Enjambre sin Reina”, 2010.

Johnson, D.; R. Johnson y E. Holubec. *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós, 1999.

Key, C. *Nonviolence to Animals, Earth, and Selfin Asian Traditions*. Delhi: Indian Book Centre, 1995.

_____. *Nonviolence to Animals, Earth, and Selfin Asian Traditions*. Albany: State University of New York Press, 1993.

Krishnamurti, J. *Más allá de la violencia. Reflexiones sobre el origen y el fin del sufrimiento*. Barcelona: Editorial Kairós, 2007.

Lanza del Vasto, G., citado por J. J. Morales. En *Lanza del Vasto*, J. J. Morales. Málaga: Fundación Emmanuel Mounier, 2008.

_____. *La fuerza de los no-violentos: Para evitar el fin del mundo*. Bilbao: Ediciones Mensajero, 1993.

Le Quang M. y T. Vercoutère. *Ecosocialismo y Buen Vivir*. Quito: IAEN, 2013.

López, M. “Noviolencia, política y ética”. En *El poder de la fragilidad. Experiencias en la senda de la Noviolencia*, editado por C. H. Fernández, 102. Bogotá: Kimprés Ltda, 2003.

_____. *Ni Paz, ni Guerra, sino todo lo contrario. Ensayos sobre defensa y resistencia civil*. Granada: Educatori, 2012.

_____. *¿Noviolencia o Barbarie? El arte de no dejarse deshumanizar*. Madrid: Dykinson, 2017.

Luther King, M. *La fuerza de amar*. Madrid: Acción Cultural Cristiana, 1999.

Maathai, W. *Devolver la abundancia a la tierra*. Barcelona: Obelisco, 2011.

Macy, J. y M. Young. *Nuestra vida como Gaia: prácticas para reconectar nuestros seres, nuestro mundo*. <http://libroesoterico.com/biblioteca/Wicca/Nuestra%20Vida%20Como%20Gaia%20-%20Joanna%20Macy.pdf>.

Mancuso, S., citado por A. Oviedo Freire. En *Buen Vivir vs. Sumak Kawsay. Reforma capitalista y revolución alter-nativa*, A. Oviedo Freire. Quito: CICCUS, 2013.

Manzoni, A. *Nosotros tenemos un sueño. Reflexiones y sentimientos en torno al respeto hacia los animales*. México: Tiempo Animal, 2013.

Menon, P. “El concepto de no violencia en Gandhi”. En *Non-violence and Social Change*, editado por J. S. Marthur y P. C. Sharman, 31-35. Ahmedabad: Navajivan Publishing House, 1998.

Merton, T. *Gandhi y la no-violencia. Una selección de los escritos de Mahatma Gandhi*. Barcelona: Oniro, 1998.

Moore, C. M. “¿Por qué mediamos?”. En *Nuevas direcciones en mediación, investigación y perspectivas comunicacionales*, compilado por J. P. Folger y T. S. Jones, 269. Barcelona: Paidós-SAICF, 1999.

Morales, O. “El pensamiento de Simón Bolívar ante los Estados Unidos de América”. En *Simón Bolívar y Mahatma Gandhi: paradigmas liberadores*, compilado por H. Lucerna. Venezuela: Universidad de los Andes, 2010.

Morin, E. *El año 1 de la era ecológica*. Barcelona: Paidós, 2008.

_____. y A. Kern. *Tierra-Patria*. Barcelona: Kairós, 1993.

_____. *Para una política de la civilización*. Barcelona: Paidós, 2009.

Muldoon, B. *El corazón del conflicto. Del trabajo al hogar como campos de batalla, comprendiendo la paradoja del conflicto como un camino a la sabiduría*. Barcelona: Paidós, 1998.

Muller, J.-M. *El coraje de la no violencia*. Cantabria: Sal Terrae, 2004.

Muscari, M. *Not my kid: 21 steps to raising a nonviolent child*. United States: University of Scranton Press, 2002.

Novo, M. *La educación ambiental. Bases éticas, conceptuales y metodológicas*. Madrid: Universitas, 2012.

Nussbaum, M. *Las fronteras de la Justicia. Consideraciones sobre la exclusión*. Barcelona: Paidós, 2007.

Olalde, A. “Encuentros restaurativos en victimización por delitos de terrorismo: bases teóricas”. En *Los ojos del otro. Encuentros restaurativos entre víctimas y ex miembros de ETA*, coordinado por E. Pascual. Santander: Sal Terrae, 2013.

Ortega, J.; J. Villanueva y M. Carrillo (coords.). *Diálogo escolar y cultura de paz. Educando para la tolerancia, la no violencia y la resolución de conflictos*. Andalucía: Grupo Editorial Universitario-Centro Unesco de Andalucía, 2004.

Ortega P. y A. Pozo. *Noviolencia y transformación social*. Barcelona: Icaria, 2005.

Panikkar, R. *De la mística. Experiencia plena de la vida*. Barcelona: Herder, 2008.

Pérez, D. *Gandhi. Alma grande*. México: Ediciones Koala, 2016.

Pontara, G. “Prólogo”. En *Teoría e práctica della nonviolenza*, M. Gandhi. Torino: Giulio Einaudi Editore, 1996.

Popovic, S.; A. Milvojevic y S. Djinovic. *Lucha no violenta. Los 50 puntos cruciales*, trad. Center for Non Violent Conflict (icnc) y NOVA-México. México: Centro para la Acción y la Estrategia No Violenta Aplicadas (CANVAS, por sus siglas en inglés), 2006.

Siegel, D. J. *Mindsight. La nueva ciencia de la transformación personal*. Madrid: Paidós, 2011.

Proaño, L. E. *Concientización evangelización política*. Salamanca: Sígueme, 1987.

Suares, M. *Mediación: conducción de disputas, comunicación, disputas y técnicas*. Buenos Aires: Paidós, 1996.

_____. *Mediando en sistemas familiares*. Paidós: Quilmes, 2002.

Suess, P. “En defensa de la condición humana”. En *Latinoamérica mundial La Otra Economía*, editado por P. Casaldáliga y J. Vigil. México: Comunidades Eclesiales de Base, 2013.

Toro, L. y M. Cabassa. *Me llamo... Gandhi*. Barcelona: Parramón, 2006.

Unesco (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura). *Transdisciplinarity “Simulating synergies, integrating knowledge”* Division of Philosophy and Ethics, Unesco, 1998. unesdoc.unesco.org/images/0011/.../114694eo.pdf. (Consultado en agosto de 2015).

Vaillant, F. *La no violencia en el evangelio*. Bilbao: Sal Terrae, 1993.

Vargas Cancino, H. C. *La calidad de vida y los derechos humanos. Una alternativa desde las capacidades y el decrecimiento*. México: Torres, 2013.

_____. “Hacia la práctica pedagógica lenta y no-violenta, la pedagogía del caracol”. En *Pedagogía para la práctica educativa del siglo XXI*, coordinado por R. Pedroza, 304. México: Universidad Autónoma del Estado de México (Uaemex)-Porrúa, 2014.

_____. *Calidad de vida no-violenta: saberes originarios, prácticas de paz y decrecimiento*. México: Torres, 2015.

_____. “Responsabilidad social universitaria: consumo responsable desde la no-violencia y el decrecimiento”. En *Responsabilidad social universitaria. El reto de la construcción de ciudadanía*, coordinado por J. Olvera y J. C. Olvera, 184 y 195. México: Porrúa-Uaemex, 2014.

_____. “La calidad de vida interior, una puerta hacia la interculturalidad”. En *¿Cómo vivir juntos? Ética, derechos humanos e interculturalidad*, coordinado por M. del R. Guerra y R. Mendoza, 97. México: Torres, 2013.

_____. y E. González. *Educación Ambiental transversal y transdisciplinaria. Una visión decrecentista desde la Ética, la Cultura de Paz y el Diálogo de saberes*. México: Torres, 2016.

_____. “El decrecimiento: Una alternativa para la calidad de vida planetaria”. En *Bioética desde la ética*, coordinado por R. Mendoza, M. del R. Guerra González, J. L. Salvador Benítez y H. C. Vargas Cancino, 88. México: Torres, 2011.

_____. “Las epistemologías indígenas. Un camino para la Educación Ambiental no-violenta, desde la complejidad”. En *Educación, complejidad y transdisciplinariedad*, coordinado por M. del R. Guerra. México: Torres, 2015.

_____. “El decrecimiento. ¿Desafío para la responsabilidad social universitaria?”. En *Enfoque Ético de la Responsabilidad Social Universitaria*, coordinado por R. Guerra y R. Mendoza. México: Torres, 2011.

Velázquez, L. M. *¿Estás bien? Pongamos alto a la violencia en la escuela*. Toluca: Colegio de Investigadores en Ciencias de la Educación, 2014.

Vinyamata Camp, E. *Aprender mediación*. Barcelona: Paidós Ibérica, 2003.

Woodcock, G. *Gandhi*. Barcelona: Planeta Agostini, 1971.

_____. *Gandhi*. Barcelona: Fontana, 1971.

Zaffaroni, E. R. “La Pachamama y el humano”. En *La Naturaleza con derechos: De la filosofía a la política*, compilado por A. Acosta y E. Martínez, 127. Quito: Abya Yala, 2011.

Instrumentos jurídicos internacionales

Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia. “Ley de Derechos de la Madre la Tierra”. Bolivia: Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia, 2010.

Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. “Ley sobre Resolución Alterna de Conflictos y Promoción de Paz Social”. Costa Rica: Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, 2010.

Hemerografía

Cuadrado, G. “El reconocimiento del derecho a un medio ambiente sano en el derecho internacional y en Costa Rica”. *Revista CEJIL. Debates sobre Derechos Humanos y el Sistema Interamericano IV* (2009). https://www.cejil.org/sites/default/files/legacy_files/RevistaN-ro5_completa_0.pdf. (Consultado en febrero de 2017).

Escuelas de Perdón y Reconciliación “ES.PE.RE.”, Centro Cultural “Loyola” de Monterrey a. c. “¿Qué hacemos?”, folleto. S/f: s/p.

Garrigós, A. “Convivencialidad y equidad en el pensamiento de Iván Illich. Reflexiones de un maestro”. *Boletín Ciudades para un futuro sostenible. Boletín CF+S*, vol. 26: Iván Illich (2003). <http://habitat.aq.upm.es/boletin/n26/aagar.htm>. (Consultado en diciembre de 2016).

Guerra, M. del R. e H. C. Vargas Cancino. “La responsabilidad de la universidad ante la formación en derechos humanos: el decrecimiento como propuesta ética”. *Cuadernos de ética* 26 (39) (2011).

Laquénan, C. “Violences verbales. Des mots qui peuvent tuer”. *Alternatives non-violentes, L'acte de la parole. Détruire, construire* 147 (2008): 13.

Leiva-Lobos, E.; H. Ponce y H. Antillanca. “Un marco sistémico para orientar el diseño de artefactos del diálogo”. *Convergencia* 47 (2008): 21.

Mas, M. *Noviolencia y Evangelio. Manual de supervivencia para un mundo complejo*. 36 (2002): s/p.

Muller, J.-M. “César Chávez et la longue marche des campesinos, 1966”. *Alternatives non-violentes* 156 (2010): 17.

Nassif, R. “José Martí (1853-1895)”. *Perspectivas: revista trimestral de educación comparada* XXIII (3 y 4) (1993). http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/archive/Publications/thinkerspdf/martis.PDF. (Consultado en noviembre de 2016).

Peace Brigades Interational (PBI). “Presentación”. *Proyecto México, abriendo espacios para la paz*, folleto. S/f: s/p.

Pérez de Mendiguren Castresana, J. C.; E. Etxezarreta Etxarri y L. Guridi Aldanondo. “Economía social, empresa social y economía solidaria: diferentes conceptos para un mismo debate”. *Papeles de Economía Solidaria* 1 (2009). http://base.socioeco.org/docs/papeles_es_1_reaseuskadi.pdf. (Consultado en febrero de 2016).

Quintas, D. “De un comercio esclavo, a un comercio justo. Monográfico sobre comercio internacional”. *Setem* 20 (2011): 9.

Rendón Corona, A. “Gandhi: la resistencia civil activa”. *Polis* 7 (1) (2011): 87.

Vargas Cancino, H. C. “Hemos llegado al número 150 del *Ahimsa*”. *Ahimsa* 150 (2017): s/p.

_____. “Ahimsa festeja sus 100 números”. *Ahimsa* 100 (2013): s/p.

Weng, H.; A. Fox, A. J. Shackman, D. E. Stodola, J. Z. K. Caldwell, M. C. Olson, G. M. Rogers y R. J. Davidson. “Compassion training alters altruims and neural responses to suffering”. *Psychological Science*. 24 (7) (2013), https://brainimaging.waisman.wisc.edu/~fox/publications/Weng_PsychScience_2013.pdf. (Consultado en octubre de 2016).

Mesografía

Adopta gdl. “Guía de Acción contra los circos con Animales”. Adopta gdl. <https://www.adopta.mx/2010/06/guia-de-accion-contralos-circos-con-animales/>. (Consultado en febrero de 2014).

Anima naturalis. “20 de marzo: ¡por el Día Mundial sin Comer Carne!”. Anima naturalis. <http://www.animanaturalis.org/n/20-de-marzo-por-el-dia-mundial-sin-comer-carne>. (Consultado en enero de 2014).

_____. “Culiacán prohíbe los circos con animales”. Anima naturalis. <http://www.animanaturalis.org/n/culiacan-prohibe-los-circos-con-animales>. (Consultado en febrero de 2014).

Caja de herramientas comunitarias. “Sección 17. Organizar boicoteo”. Caja de herramientas comunitarias. <https://ctb.ku.edu/es/tabla-de-contenidos/abogacia/realizar-una-campana-de-accion-directa/organizar-boicoteo/principal>. (Consultado en octubre de 2014).

Casa per la Pace Milano. “Cos’è nonviolenza per noi?”. Casa per la Pace Milano, <http://www.casaperlapacemilano.it/>. (Consultado en agosto de 2016).

Cruz Jaime, G. “Defensora de DH y laborales de mujeres, recibe premio en Berlín”. Cimac noticias Periodismo con perspectiva de género. <http://cimacnoticias.com.mx/node/59841>. (Consultado en abril de 2014).

Drault, J. E. “La revolución es inevitable y será ecológica”. <http://drault.com/2013/03/10/la-revolucion-es-inevitable-y-sera-ecologica/>. (Consultado en septiembre de 2013).

Max-Neef, M. “Transdisciplina, para pasar del saber al comprender”. <http://disi.unal.edu.co/~lctorress/PSist/PenSis07.pdf>. (Consultado en agosto de 2013).

Muller, J.-M. “L’ Intervention Civile de Paix, une pratique de terrain”. Institut de recherche sur la Résolution Non-violente des Conflits. <http://irnc.org/IRNC/Diaporamas/330>. (Consultado en julio de 2015).

NOVACT Instituto Internacional para la Acción Noviolenta. “Nuestra misión”. NOVACT Instituto Internacional para la Acción Noviolenta. <https://novact.org/about-us/our-mission/?lang=es>. (Consultado en julio de 2018).

ONU (Organización de las Naciones Unidas), “Día Mundial de la Diversidad Cultural para el Diálogo y el Desarrollo. 21 de mayo”. ONU. <http://www.un.org/es/events/culturaldiversityday/>. (Consultado en abril de 2017).

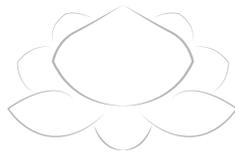
_____. “Una celebración Internacional de todos y todas, Carta de la Tierra+ 15, Carta de la Tierra Internacional”. ONU. <http://www.earthcharterinaction.org/contenido/articles/594/1/Carta-de-la-Tierra--15-en-Mexico-21--23-Abril/Page1.htm>. (Consultado en abril de 2015).

_____. “Observaciones del Presidente de la Asamblea General de las Naciones Unidas sobre la proclamación del Día Internacional de la Madre Tierra”. ONU. http://www.un.org/es/ga/president/63/statements/pgaproclam_motherearthday_april222009.shtm. (Consultado en marzo de 2014).

Restrepo, L. C. “El derecho a la ternura”, http://www.ifejant.org.pe/Aulavirtual/aulavirtual2/uploaddata/pedagogia/UNI_III/Carlos_restrepo_-_Actuando_desde_la_fragilidad.pdf. (Consultado en noviembre de 2013).

Es importante expresar nuestro reconocimiento a los colaboradores invitados, quienes contribuyeron para el enriquecimiento de esta antología y participaron en los diferentes números, del 100 al 150, del díptico *Ahimsa*:

Juan María Parent, Said Bahajin, Julio César Chávez, Marco Antonio Fuentes, Ana Vanadys Santiago Jiménez, Virginia Panchi Vanegas, María Estela Reyes Retana, Diana Laura Velázquez Rojas, Eusebio A. Antonio Vázquez, Raquel Alejandra Sarapura Naranjo, Alberto Gomes, Concepción N. Martínez, Jenny García Guerrero, Nallely Itzel Jaurez Alcocer, Sonia Garduño Aca, Héctor Barrera Arriaga, Ileana Paola Sánchez Guadarrama, Yazmín Araceli Pérez Hernández, Gisela Bernal López, Zenyazhe Rebeca Villa Aguayo, Ricardo Corona Méndez, Gabriela Itzel Galindo González, Edson Gómez Flores, Jesús Alejandro Samaniego Bernal, David E. Velázquez Muñoz y Gloria María Abarca Obregón.





COMISION DE
DERECHOS HUMANOS
DEL ESTADO DE MÉXICO

DIRECTORIO

PRESIDENTE

Jorge Olvera García

CONSEJEROS CIUDADANOS

Miroslava Carrillo Martínez

Marco Antonio Macín Leyva

Carolina Santos Segundo

Luz María Consuelo Jaimes Legorreta

Justino Reséndiz Quezada

PRIMERA VISITADURÍA GENERAL

José Benjamín Bernal Suárez

SECRETARÍA GENERAL

María del Rosario Mejía Ayala

DIRECCIÓN GENERAL DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS

Karla López Carbajal

UNIDAD JURÍDICA Y CONSULTIVA

Erick Segundo Mañón Arredondo

UNIDAD DE INFORMACIÓN, PLANEACIÓN, PROGRAMACIÓN Y EVALUACIÓN

Sheila Velázquez Londaiz

UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

Juan Portilla Estrada

ÓRGANO INTERNO DE CONTROL

Víctor Antonio Lemus Hernández

CENTRO DE ESTUDIOS EN DERECHOS HUMANOS

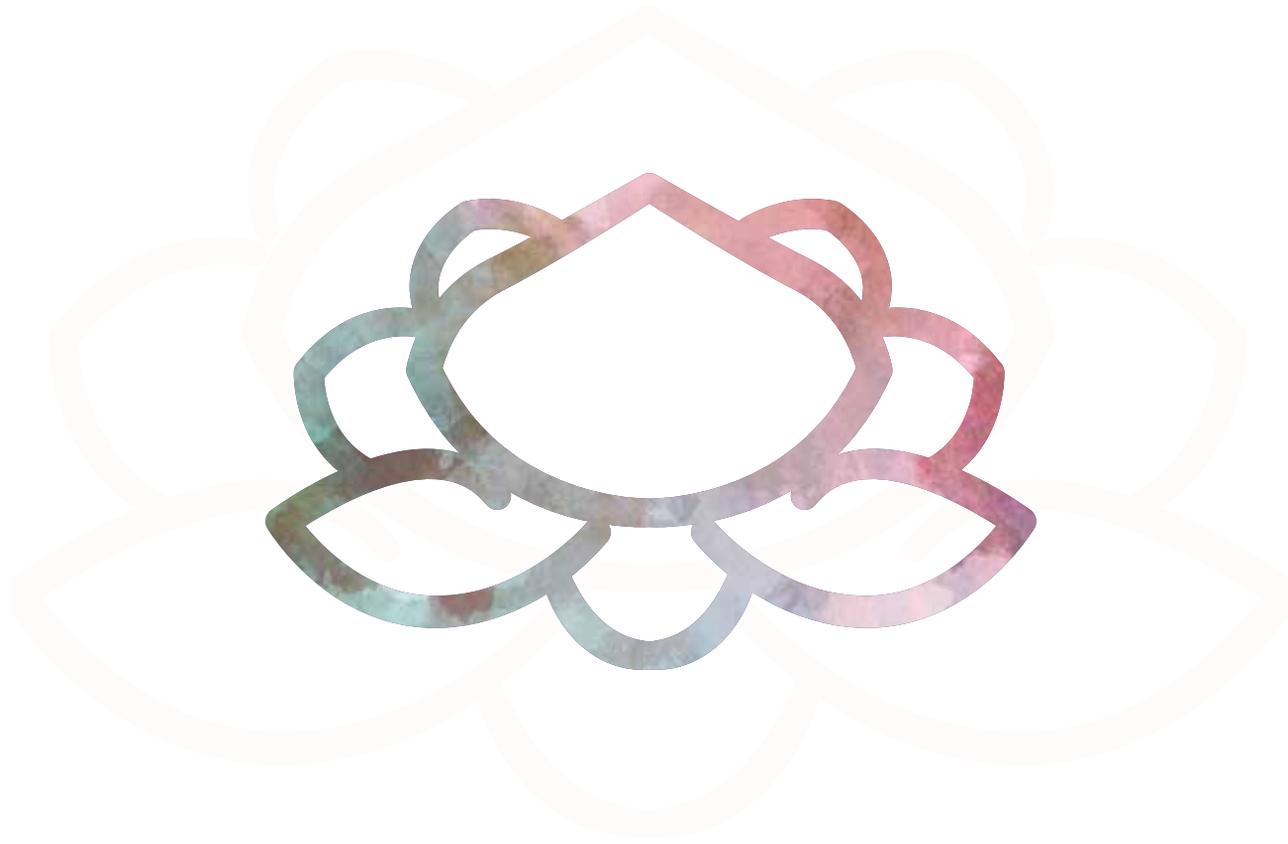
Alma Regina Dávila Sámano

SECRETARÍA PARTICULAR

Yoab Osiris Ramírez Prado

Antología de la No-violencia IV
Una propuesta desde sus principios y herramientas.

Impreso en 2018 con un tiraje de 200 ejemplares.



ISBN: 978-607-9129-28-6



9 786079 129286



[codhem_oficial](#)
[jorge_olverag](#)



[CODHEM \(OFICIAL\)](#)
Jorge Olvera Garcia



[@CODHEM](#)
[@JorgeOlveraG](#)



[CODHEM](#)