



Ahimsa

no-violencia activa

Año XIII, núm. 144 Abril, 2017

La formación de jóvenes no-violentos | El diálogo externo o no-violento:
humanidad y naturaleza | El valor del autodominio

Hilda Carmen Vargas Cancino, investigadora del Instituto de Estudios sobre la Universidad, coordinadora del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-Violencia, uaem. Contacto: no-violencia_1@hotmail.com | (01722) 214 53 51 | Paseo Tollocan núm. 1402, Cerro de Coatepec, C.P. 50110, Toluca, México | facebook.com/noviolenacia.uaem.

Material editado en coautoría por la Codhem y la UAEM.
Número de autorización del Comité Editorial Codhem: CE/PP/08/17.

La formación de jóvenes no-violentos

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 quienes los toleran, pero, especialmente, en ciertos líderes que gobiernan a través de la amenaza, el abuso y la manipulación, todos ellos, 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 de Scranton, ha trabajado con delincuentes juveniles en Nueva York, desde la década de los 80; 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”,¹ además de llevar estilos de vida sanos, así como fomentar actividades deportivas y artísticas, entre otros aspectos.

El diálogo externo o no-violento: humanidad y naturaleza

Es importante realizar un diálogo interno y un trabajo sistémico de las emociones, pues éstos se consideran como un detonador del diálogo externo. Generalmente, para que se propicie el diálogo externo, las personas necesitan aprender cómo llevarlo a cabo; por ello, los profesionales de la conciliación y la mediación requieren tener este tipo de conocimiento en materia de asertividad, como habilidad esencial de la inteligencia emocional, el cual les permita mantener las emociones objetivas y el pleno respeto de los derechos de las partes involucradas en el conflicto, buscando una reciprocidad ética y sostenida.

Los impactos sociales del diálogo propician la justicia y la emancipación; al respecto, Federico Bernardo, basado en la propuesta freiriana (la cual consiste en que la concientización se caracteriza por el diálogo franco),² comenta:

En un abordaje emancipatorio y crítico [...] el diálogo, en tanto concepto, recupera su sentido original de permuta y reciprocidad, proceso que permite la concientización resultante de la relación con otro [...] nos educamos dialogando con nosotros, con aquel que identificamos como parte de nuestra comunidad, con la humanidad [...] con otros seres vivos, con el viento, los mares, los ríos [...] el conjunto de las relaciones por las cuales nos definimos como seres sociales y planetarios.³

Por lo que, el diálogo y la concientización son pilares de la no-violencia.

El bastón de la palabra⁴

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.⁵



El valor del autodominio

En la sociedad actual, la mayor parte de las personas se enfoca en adquirir bienes que les proporcionen placer instantáneo, que eleven su estatus, así como que les den la oportunidad de entrar a esferas que les otorguen 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 satisfacción, el reto es saber manejarlas para frenar las necesidades superfluas y abrir espacio empático 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 autodominio, sino la represión 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 autodominio es la limitación de los pensamientos”. No implica olvidarse totalmente de uno mismo, sino de lograr un control 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.⁶

Investigación realizada por Zenyazhe Rebeca Villa Aguayo, psicóloga y colaboradora del Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia, IESU-UAEMéx.

¹ Muscari, Mary, “Not my kid”, 21 steps to raising a non-violent child, Scranton, University Scranton, 2002, p. 208.

² Chesney Lawrence, Luis, “La concientización de Paulo Freire”, Revista Historia de la Educación Colombiana, núm. 11, Nariño, Universidad de Nariño, 2008, p. 56.

³ Bernardo Loureiro, Carlos Federico, “Emancipación, complejidad y método histórico dialéctico: repensar las tendencias en educación ambiental”, Tópicos en Educación Ambiental, 5 (13), Guadalajara, Universidad de Guadalajara-Centro de Educación y Capacitación para el Desarrollo Sustentable, 2003, pp. 21-30.

⁴ Shinoda Bolen, Jean, El millonésimo círculo. Cómo transformarnos a nosotras mismas y al mundo, Barcelona, Kairós, 2012, p. 53.

⁵ “Individuo perteneciente a una doctrina religiosa unitaria, nacida en Inglaterra, sin culto externo ni jerarquía eclesiástica, que se distingue por lo llano de sus costumbres, y que en un principio manifestaba su entusiasmo religioso con temblores y contorsiones”, Real Academia Española, Diccionario de la lengua española, Madrid, Espasa-Calpe, disponible en http://dle.rae.es/?id=B-SUblfM, consultado en abril de 2017.

⁶ Gandhi, M., Mi fe en la verdad, un pensamiento para cada día, Santander, Sal Terrae, 2007, p. 94.