



METTA CENTER
for NONVIOLENCE

"Tomaremos acción directa contra la injusticia sin esperar que la otra agencia actué. No obedeceremos leyes injustas ni nos someteremos a prácticas injustas. Haremos esto apaciblemente, abiertamente, justamente, porque nuestra meta es persuadir. Adoptamos estos medios de No-Violencia porque nuestro fin es una comunidad en paz consigo misma. Nosotros intentaremos convencer con nuestras palabras, pero si nuestras palabras fallan, nosotros lucharemos con nuestros hechos. Siempre estaremos dispuestos a hablar y buscar concesiones justas, pero nosotros estamos dispuestos a sufrir cuando sea necesario y aun arriesgar nuestras vidas para hacernos testigos de la verdad como nosotros la percibimos."
Maritn Luther King, Jr.



1730 Martin Luther King Jr. Way,
Berkeley, CA 94709 · 510-548-5550

www.mettacenter.org



METTA CENTER
for NONVIOLENCE

"Se puede preguntar si en algún momento en la historia se ha registrado tal cambio en la naturaleza del ser humano. Tales cambios ciertamente se han llevado a cabo en individuos. Uno quizá no pueda señalarlo del todo en una sociedad. Pero eso solo significa que hasta hoy nunca se ha realizad un experimento a grande escala en no-violencia... las cosas no soñadas se miran claramente a diario; lo imposible a mundo se vuelve en lo posible. Hoy constantemente nos sorprendemos de los asombrosos descubrimientos en los valores de no-violencia. Pero aseguro que mucho más no soñado y descubrimientos aparentemente imposibles se lograran en los valores de no-violencia."
Mahatma Gandhi.



www.mettacenter.org

METTA CENTER *for* NONVIOLENCIA

PRINCIPIOS DE NO-VIOLENCIA

- ☉ Pelee por la justicia no con la gente. Todos merecen respeto. El punto no es ganar sino establecer relaciones.
- ☉ La no-violencia siempre mejorara las cosas en el futuro. La violencia de cualquier tipo siempre las empeorara.
- ☉ Las necesidades básicas humanas son universales a la raíz de todo conflicto, es posible una solución donde “todos ganan.”
- ☉ Todos tenemos una porción de la verdad; nadie tenemos toda la verdad.
- ☉ Nunca demuestre falta de respeto a otra persona ni la acepte usted. Nadie puede humillarlo sin su permiso.
- ☉ El estar dispuesto a aceptar el sufrimiento en lugar de infligirlo y sin importar la persistencia en una causa justa engendrara el poder de la no-violencia.

ESTRATEGIAS DE NO-VIOLENCIA

- ☉ La No-Violencia tiene dos moldelos: en un programa no constrictivo impedimos el mal-en programas constructivos llevamos la delantera al crear una solución.
- ☉ Nunca se de por vencido en lo que tiene que ver con un ser humano si es que usted cree que la gente puede razonar, esto ayuda a despertar su razonamiento.
- ☉ Adhiérase a lo esencial (como su dignidad propia); este dispuesto hacer concesiones sobre todo lo demás (especialmente si es algo solo simbólico).
- ☉ No ceda a las amenazas. Pregúntese a si mismo, “¿Qué sabes de mi? ¿Cuál es la amenaza?” renuncié a eso y será libre.
- ☉ Cuando la No-Violencia tiene éxito no hay perdedores; la jactancia sobre las victorias puede en realidad derribar lo que la acción No-Violenta logra.

“Por poder fisico no es nada comparado con el poder de la verdad.”