

“No podré cambiar al mundo, pero si el pedacito en el que estoy.”



El pasado 2 de Octubre se celebró el **Día Internacional de la No Violencia**, decretado por la ONU en honor al aniversario de nacimiento de uno de los que más abogaron en su vida por la No Violencia, **Mahatma Gandhi**.

El precepto básico de esta práctica es que todo acto de violencia genera más violencia y por ello se rechaza el uso de la violencia y agresión en cualquiera de sus expresiones, defendiendo los lineamientos de **respeto** por toda forma de vida y demostrar que las diferencias y los conflictos tienen otra forma de entendimiento sin necesidad ejercer violencia.

La no violencia no significa pasividad, muy al contrario, conlleva un alto compromiso personal del desarrollo de las virtudes individuales y de las mejores y más profundas aspiraciones humanas; negándose a cometer cualquier acto violento o agresivo, fortalecer la empatía, desarrollar las habilidades sociales y promover el ejercicio de las actitudes prosociales.

En la cotidianidad la paz y las actitudes no violentas no se decretan, se hacen; les invito a que hagamos un ejercicio: revisemos nuestras miradas, el tono de voz, las palabras con las que calificamos a las personas y sus acciones, la forma como nos relacionamos con los demás. Asumamos el compromiso de cambiar el pedacito de mundo que nos tocó y llenémoslo con actitudes y comportamientos firmes, respetuosos y compasivos.

“Imagino que sé lo que significa vivir y morir como no violento. Pero me falta demostrarlo mediante un acto.” Gandhi

Ayda Barrios.