

[www.muevelanoviolencia.net](http://www.muevelanoviolencia.net)  
[moulanoviolencia@fespinal.com](mailto:moulanoviolencia@fespinal.com)

Un proyecto de

**CJ** Centre d'estudis  
**Cristianisme i Justícia**

 Grupo de Trabajo en  
**Noviolencia Cristiana**  
Centro de Estudios Cristianismo y Justicia

Con el soporte de

espai  
societat  
**oberta**

**ICIP**

 Ajuntament de  
Barcelona

**WVW**  
**ACT** International Institute  
for Nonviolent Action

# EXPERIENCIAS DE NOVIOLENCIA



**MUEVE**  
la noviolencia



Grupo de Trabajo en  
**Noviolencia Cristiana**  
Centro de Estudios Cristianismo y Justicia



Centre d'estudis  
**Cristianisme i Justícia**

«*Mueve la noviolencia*» es una apuesta pedagógica para iniciar procesos de transformación personal ante los conflictos que vivimos, concretando estrategias no violentas que desencallen situaciones de bloqueo. Esta herramienta consta de una serie de vídeos acompañados de las correspondientes unidades didácticas, para que los guías dispongan de material y orientación para trabajarlo. Las dinámicas de este documento se clasifican en módulos, cuyos temas están ordenados según su aparición en el vídeo. En algunos módulos ofrecemos opciones para adecuarse a cada perfil de destinatario. Esta propuesta está pensada para ser trabajada en grupos, acompañados por alguien con capacidad de profundizar cada tema.

Accede a todo el material

**[www.muevelanoviolencia.net](http://www.muevelanoviolencia.net)**

Cada unidad didáctica incorpora una serie de material asociado accesible desde la página web del proyecto: [www.muevelanoviolencia.net](http://www.muevelanoviolencia.net). El material de esta unidad específica se encuentra en: <https://muevelanoviolencia.net/U7>.



## Bibliografía

CASTAÑAR, J. (2013). *Teoría e historia de la revolución noviolenta*. Barcelona: Virus.

CORRAL, L. (1993). *La no-violencia: Historia y perspectivas cristianas*. Madrid: CCS.

GAJNE, W. B. (2014). *Filósofos de la paz y de la guerra*. Madrid: Fondo de Cultura Económica

GIER, N. F. (2003). *The Virtue of Nonviolence: From Gautama to Gandhi*. Albany: SUNY Press.


KURLANSKY, M. (2008). *Nonviolence: the History of a Dangerous Idea*. New York: Modern Library

LA BOÉTIE, E. de. (2016). [Sobre la servidumbre voluntaria](#). (Colectivo Etcétera, Traduc.). Barcelona: Virus. (Obra original de 1548).

MAROVIC, I. (2018). [El camino de la mayor resistencia. Una guía para la planificación de campañas noviolentas](#). Washington, D.C.: ICNC.

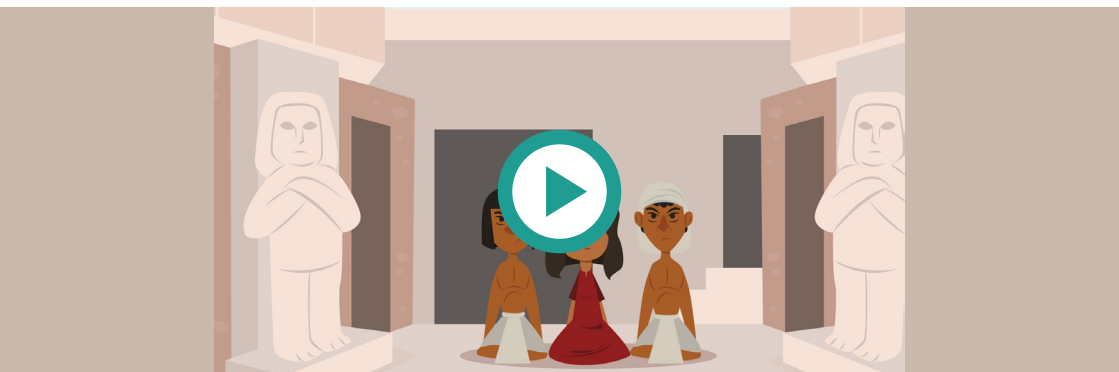
PIZAN, C. (1990). *La ciudad de las damas*. (M.J. Lemarchand, Traduc.). Madrid: Siruela. (Obra original de 1405).



La totalidad de este libro, tanto el contenido como el diseño están sometidos bajo licencia  <<Reconocimiento-No comercial-Obras derivadas>> que puede consultar a la red a <https://creativecommons.org/licenses/?lang=es>

Creación de contenidos: Xavier Garí de Barbarà, Marta Burguet Arfelis, Joan Morera Perich, Álvaro Medallo Domínguez, Laura Sols Balcells  
Diseño y maquetación: Arantza Cadenas Aran y Pilar Rubio Tugas  
Producción audiovisual: NereuStudio





## Aprender de la historia

Al recopilar personajes no violentos nos faltan testimonios femeninos que seguro destacaron por sus valores y lucha pacífica, pero que nunca fueron recogidos por escrito debido al androcentrismo de la época. Por eso, pese a los esfuerzos, aquí no vais a encontrar compilada la paridad que deseáramos. Ahora que abrimos un recorrido por la historia de la noviolencia, va muy bien subrayar esta violencia cultural.

### ■ INFANTIL

Una persona voluntaria sale de la sala. Al resto, se les da fotografías en color de animales exóticos, con el nombre detrás (koala, ajolote, mono narigudo...). Durante cinco minutos, cada uno pinta con colores el animal que le ha tocado en un papel, sin olvidar el nombre. Al finalizar, se recogen las fotografías y se deja entrar a la persona voluntaria. Se les explica que muchos animales del planeta se han extinguido y que, para protestar, le han encargado a él/ella,

famoso/a dibujante, que represente en una pancarta un animal fantástico con lo más sobresaliente de cada animal desaparecido: nariz de narigudo, cabeza de ajolote, patas de koala... El niño o la niña no sabrá qué animales se han extinguido, por lo que tendrá que ir preguntando a quien tiene cada animal para verlo y pedir los colores con los que lo han pintado. Al cooperar todos, será capaz de dibujar un animal fantástico, que se convertirá en la mascota ecológica del grupo. A continuación, se les pregunta cómo se han sentido y reflexionamos: cuando necesitamos hacer algo que no hemos hecho nunca, necesitamos pedir ayuda a quienes tienen experiencia; esto es, los «colores y formas» que no tenemos para pintarlo. De forma similar a quienes han dibujado esos animales, si hoy «dibujamos» mejor la noviolencia, inspiraremos mejor a los que vengan. Mucha gente en la historia ha practicado la noviolencia: aprendiendo de ellos (colores y formas) tendremos herramientas e ideas para actuar.





## Literatura subversiva: Christine de Pizan y la lucha feminista



Christine de Pizan (1364-1430) fue una poeta y filósofa que se convirtió en la primera escritora profesional en Francia. Su obra más famosa, *La ciudad de las damas* (1405), fue escrita en respuesta al *Roman de la Rose* (de Guillaume de Lorris y

Jean de Meun, que reducían a la mujer a mero objeto de deseo). En esta novela, Pizan denuncia la situación de la mujer imaginando una sociedad de mujeres en la que estas puedan gobernar y recibir educación. En ella encontramos diferentes valores de matiz noviolento: el rechazo radical a la opresión masculina, la no-cooperación con las injusticias y la creación de un sistema paralelo que logre culminar la lucha. Pizan es considerada la autora del protofeminismo porque en sus tratados filosóficos reivindicativos se inicia la denominada *Querella de las mujeres*, una práctica política de debate literario en torno a la relación justa entre sexos, presente en Europa desde finales del s. XIV hasta la Revolución francesa.

### ■ INFANTIL

Se hace experimentar solo a los niños una injusticia menor (disponer de la mitad de tiempo para el recreo, no merendar...). Reunidos con ellos, les dejamos protestar guiándolos para que se pongan en la piel de

quien sufre las injusticias por el mero hecho de ser niñas: discriminadas en el espacio que tienen para jugar, en las labores domésticas, en el tipo de juguetes... Se les acompaña a que decidan cómo cambiar la situación.

### ■ JÓVENES Y ADULTOS

Proponemos una variante del barómetro de valores: la persona que guía la actividad se sitúa como un árbitro de tenis, pero un tenis particular, en el que la pelota es un micrófono. Los participantes se colocan en fila formando la red del campo. El/la guía dice una frase sobre igualdad de género que encierre cierta ambigüedad (p. ej.: «Las mujeres son iguales que los hombres», «Cualquier tarea puede ser ejecutada por personas de cualquier sexo»...). En un primer momento, todos los participantes se sitúan en un extremo del campo (a favor) o bien en el otro (en contra). Entonces, el árbitro entrega la pelota (micrófono) al primero del equipo minoritario que quiera hablar; este deberá justificar con un solo argumento por qué se ha situado ahí. A partir de entonces, todos los participantes pueden acercarse más o incluso cruzar al otro campo según vayan cambiando de opinión mientras van escuchando los argumentos. La pelota va pasándose de un equipo a otros, cada vez a un miembro distinto. Al final, el árbitro coge la pelota y pide: «¿Quién quiere reformular la frase?». Una persona que quiera hablar tendrá que desambiguarla pero cambiando pocas palabras. El juego vuelve a empezar con la reformulación. Después, puede reiniciarse el juego con una nueva frase.

## ■ JÓVENES Y ADULTOS

Se forman grupos de cuatro. A cada grupo se le entrega una hoja. Todos saldrán fuera excepto el primer grupo. Cada miembro inventará un pequeño verso de poesía y por turnos irán escribiéndolo en la hoja. Cuando terminen, entrará el segundo grupo y escribirá en su propia hoja una continuación de la poesía del primer grupo, y así, sucesivamente. Al final, leemos la poesía entera. ¿Cómo os habéis sentido? Interpretad la dinámica: cada grupo era una generación de la historia componiendo noviolencia (una obra de arte). La última generación siempre es capaz de aprender de todas las demás. No ven cómo lo han hecho, pero sí la huella histórica en la hoja. Si queremos practicar la noviolencia, es muy valioso aprender de cada generación de la historia y, por más que imperfectas, inspirarnos en sus obras de arte para crear noviolencia hoy.



## Egipto: huelgas por un sueldo digno

Descargad y visualizad [U7/video](#) mientras leéis la [transcripción](#). En concreto, trabajad el primer acto noviolento conocido en la historia, practicado por Amennajeth y otros obreros en el año 1166 a. C. en Deir el-Medina (Egipto), ante el faraón Ramsés III.

### ■ INFANTIL Y JÓVENES

Se propone el juego de la cuerda (tira y afloja). Se forman dos grupos: uno mayoritario (trabajadores/as egipcios) y otro minoritario (poderosos/as del faraón). Aparte, se dan golosinas al grupo poderoso para que antes de empezar las repartan entre aquellos trabajadores que acepten estar desde su bando. Después de «comprar más fuerza», el grupo poderoso es mayoritario: estiran la cuerda y vencen. En un segundo momento, el colectivo oprimido convence a los suyos para que vuelvan. Sin golosinas (fuentes de su poder) para controlar, estiran la cuerda y el grupo oprimido (mayoría) vence. Finalmente, a los/las trabajadores/as se les sugiere en secreto que, poco después de empezar el juego, suelten la cuerda de golpe y se sienten en el suelo en huelga hasta que los/las poderosos/as se acerquen a negociar unos derechos humanos mínimos. Se juega, y los/las poderosos/as se quedarán atónitos. Si no lo entienden, la persona que guía interpela al grupo en huelga para que lo explique. Se invita a los/las poderosos/as a responderles. Al final, todo el mundo expresa cómo se ha sentido cada grupo en todo momento. El colectivo oprimido, ¿cuándo era más libre? ¿En el primer o en el segundo caso? ¿Y entre

el segundo y el tercero? ¿De qué depende que los/las poderosos/as «comprendan» trabajadores pese a la opresión? ¿Qué deseará el grupo vencido, sea cual sea? ¿Cuándo se alcanzará una paz definitiva? ¿Qué se gana cambiando las reglas del juego (huelga) a diferencia de la fuerza bruta de la cuerda?

### ■ ADULTOS

Descargad y visualizad [Unidad 5](#) y compáralo con la huelga de los egipcios narrada en este apartado. ¿Qué elementos en común o distintos encontráis en unos y otros? Introducílos en el debate de los conceptos que están relacionados directamente con ello, como por ejemplo, *legitimidad*, *consenso* y *cohesión*.



## Literatura subversiva: *Lisístrata*, o la huelga sexual de las mujeres

El gran autor de comedia griega en la Edad Antigua, Aristófanes, escribió y representó por primera vez en Atenas (el año 411 a. C.) la obra *Lisístrata*. Se trata de una comedia en la que la protagonista, Lisístrata, una mujer griega de grandes cualidades, lidera y aglutina un movimiento de mujeres para negarse a mantener relaciones sexuales con sus parejas hasta que no terminen la guerra del Peloponeso. Tras el doloroso juramento, las mujeres se revelan tomando el control de la acrópolis. Finalmente, cuando Lisístrata es interrogada por dicha situación, explica que las estúpidas decisiones de los hombres en la guerra afectan a todo el mundo y que las opiniones de las mujeres nunca son escuchadas. La trama avanza con hombres enloquecidos por la abstinencia sexual, hasta que al final la insostenible situación fuerza a resolver las diferencias entre las partes y a dar por finalizada la guerra.

¿Conoces otros textos literarios subversivos que hayan marcado la historia? Te invitamos a leer alguno más:

- *Antígona* (Sófocles, 442 a. C.) es una tragedia griega sobre la desobediencia civil.
- Leyenda de Ashoka (256 a. C.), en la India, donde el emperador después de la guerra de Kalinga se convierte a la no violencia y al budismo.
- Libro de Daniel capítulo 3 (175-164 a. C.), en el que Sadrac, Mesac y Abednego desobedecen a Nabucodonosor por su fe judía.

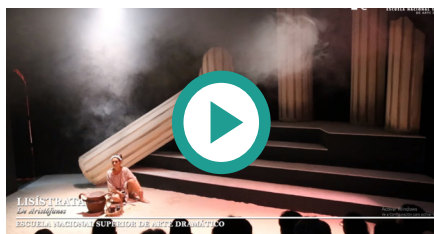
### ■ INFANTIL

En parejas, preparad entrevistas a distintas personas (desde personas que pasan por la calle, hasta profesores o alumnos del colegio...) con esta única pregunta: «¿Alguna vez has dejado de hacer algo que para alguien era muy importante con el objetivo de que esta persona se decidiera a cambiar una injusticia?». Si quieren compartirla libremente, se recogen los distintos ejemplos. Al final, todos juntos valoran las cantidades y cualidades de las respuestas, y se acompaña al grupo a reflexionar sobre la desobediencia y la no-cooperación ante las grandes injusticias.

### ■ JÓVENES Y ADULTOS

Mirad en pantalla grande alguna de las siguientes adaptaciones de la obra de teatro *Lisístrata*:

#### [06 Lisístrata](#)



Comentadla en grupo: ¿Qué os ha gustado más y qué, menos? Partiendo de los conocimientos acumulados sobre el tema, ¿qué elementos de la estrategia argumental os parecen no violentos? ¿Por qué?

## Ramon Llull: el diálogo interreligioso

Fue un prolífico escritor, teólogo, filósofo y poeta que nació en Mallorca (1232), en el seno de una familia acomodada. Aunque como noviolento tuvo algunas contradicciones, sobre todo por apoyar las cruzadas, Llull propuso un diálogo interreligioso con judíos y musulmanes muy cercano a la comunicación noviolenta, en un tiempo de lucha violenta entre religiones. Su objetivo era convertirlos al cristianismo no por medio de las armas, sino convenciendo con razonamientos y diálogo. Por eso, se propuso conocer las lenguas de los otros, evitar las discriminaciones entre los actores del diálogo y trabajar para encontrar puntos en común entre religiones, comprendiendo las diferencias hacia una verdad mayor y más unificada. Su actividad predicadora —primero como laico y a partir de los 63 años como franciscano de la orden menor—, su libro *El gentil y los tres sabios* y la apertura de los monasterios para estudiar el pensamiento de las otras religiones y sus lenguas fueron acciones muy concretas de diálogo para distender la violencia.

### ■ INFANTIL

Para preparar la *sala sorpresa* se necesita una calculadora, un vaso de agua, unos guantes, un libro, un teclado de ordenador y un teléfono. Primero, se le vendan los ojos a seis niños/as voluntarios/as y, en fila, se acompaña, uno por uno, a tocar en silencio un objeto distinto, de modo que nadie toque el mismo. A continuación, aún con los ojos vendados, se les pide que compartan en voz alta a qué sala puede pertenecer el objeto (la persona que ha tocado el libro puede decir «una biblioteca»; el del vaso de agua, «un bar»...). De hecho, la sala es un laboratorio en el que

hay todos esos objetos juntos. Se les quita la venda de los ojos y con la imagen del elefante y los ciegos se les explica que todos tenemos una visión parcial de la realidad, punto de partida para el diálogo interreligioso que favoreció Ramon Llull.

### ■ JÓVENES



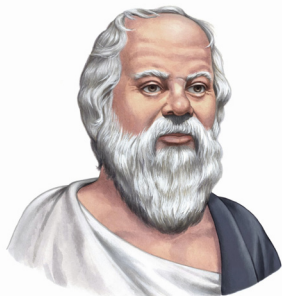
05

Observad la imagen: ¿qué pretende ilustrar? A continuación, formad grupos de tres y buscad información sobre las principales características de una religión; una distinta cada grupo. Recread un diálogo tal y como hizo Llull en el libro *El gentil y los tres sabios*. ¿Creéis que los principios son compatibles? ¿Escuchar y enriqueceros implica renunciar a lo que creéis? Puede proponérsele al grupo el compromiso de intentarlo.

### ■ ADULTOS

Solicita una visita guiada a algún centro religioso que no conozcáis o que sintáis alejado de vuestras creencias. Si puede ser, buscad que la persona que os guíe sea un creyente y buen conocedor de esa religión. Tras la visita, reuníos aparte. ¿Cómo os habéis sentido? ¿Sabrías encontrar, como Ramon Llull, puntos en común con lo que vosotros/as creéis?

## Grecia: desobedecer la injusticia para mejorar la política



Entre los diversos filósofos y sabios de la Grecia clásica, Sócrates destacó especialmente. En sus libros y declaraciones públicas, desarrolló principios de no violencia y desobediencia civil como actitud ética y política bien clara, que utilizó en la lucha contra la tiranía y la opresión. Sócrates se considera el primer pensador de la desobediencia civil de la historia porque declaró que no han de obedecerse las leyes contrarias a la conciencia individual. Él mismo lo experimentó en sus propias carnes: en el año 399 a. C. fue sentenciado a muerte por predicar el pensamiento crítico a sus alumnos, defendiendo que los ciudadanos atenienses debían ser virtuosos y críticos manteniendo fidelidad a la ciudad, lo cual desafiaba las instituciones sociales y políticas con su espíritu no violento. Sócrates comprendía la desobediencia a leyes injustas como una herramienta para el bien de todo el colectivo, no como beneficio personal. Por eso, aceptó la condena a muerte pacíficamente y renunció evitarla

(como se explica en el diálogo de Critón<sup>1</sup>), en coherencia con sus pensamientos e ideales.

### ■ INFANTIL Y JÓVENES

Durante nuestro tiempo de ocio, jugamos con niños/as o jóvenes que no siempre conocemos del todo: algunos solo aparecen durante ese rato. ¿Qué podemos hacer para integrarlos? Más aún: ¿Qué podemos hacer para afrontar comportamientos de los propios compañeros que discriminan a los recién llegados? Si crees que es necesario integrarlos, ¿eres consciente de que tu propio grupo puede abuchearte; es decir, ser «condenado» por los tuyos? ¿Qué vas a hacer? ¿Por qué? ¿En qué puedes identificarte con Sócrates?

### ■ ADULTOS

Groucho Marx dijo: «Estos son mis principios; si no le gustan, tengo otros...». Reflexionad en grupo: ¿Qué son los principios en la vida? ¿Cuáles son los tuyos? Ordénalos del uno al diez dibujando una escalera en el papel. ¿Cómo contrastas cada decisión con dichos principios? ¿Cómo los defiendes hasta las últimas consecuencias? Exponed las escaleras en público. Mohandas K. Gandhi pronunció las siguientes palabras: «Antes morir que matar». La vida del otro es un absoluto, pero somos libres para sacrificar la propia vida por el bien de lo que creemos. Busca acontecimientos históricos parecidos al caso de Sócrates, en los que alguien haya acabado sacrificando la propia vida para salvar una convicción. Compártelos.

1. Podéis leer la obra en formato digital aquí: [https://www.uv.es/arete/textos/platon-criton\\_traduccion\\_.PDF](https://www.uv.es/arete/textos/platon-criton_traduccion_.PDF)

## Roma: no-cooperación para lograr libertades políticas



En la Roma del año 494 a. C., los patricios se aprovechaban de los plebeyos —de clase social inferior porque no podían vincular sus antepasados a Roma— y los maltrataban hasta el punto de suprimirles completamente sus derechos como ciudadanos. Dado que los plebeyos eran los que mantenían la ciudad en funcionamiento, en defensa de sus derechos decidieron irse e instalarse en el Monte Sagrado, donde permanecieron hasta que los patricios aceptaron sus reivindicaciones laborales y de derechos políticos por los que luchaban. Esta acción inició una serie de no-cooperaciones a lo largo de casi dos siglos más, hasta el año 287 a. C., cuando, ante la discriminación política de las decisiones tomadas en las asambleas plebeyas, estos abandonaron de nuevo Roma congregándose en el Monte Aventino, hasta que al final el Senado romano tuvo que reconocer la autoridad legal. A través del liderazgo colectivo, de valores no violentos para la reivindicación de lo que es justo y de derecho, del rechazo a la violencia para defenderlo y de la no-cooperación con el adversario, incluso asumiendo el exilio, los plebeyos consiguieron las libertades políticas que los elevaron a ciudadanos de pleno derecho.

### ■ INFANTIL Y JÓVENES

Bajo las directrices de un grupo de tres o cuatro patricios, los plebeyos (mayoría) deben lograr representar con sus cuerpos las letras de un ideal social («verdad», «libertad», «justicia...»). Cada vez que lo logren, el grupo entero consigue 10 puntos. Si llegan a los 50, se les da una prenda especial (capa, sombrero...) solo a los patricios. A los 70, se les reparten golosinas. A los 100, se les cuelgan medallas de cartón y se les aplaude. Los plebeyos protestarán cada vez más por las injusticias. La persona que guía los provoca para que aprendan de los históricos plebeyos romanos. Si deciden no cooperar e irse, se le restan 10 puntos al grupo cada 2 minutos, de modo que se les van retirando los privilegios; si pierden todos los puntos, mueren. Deben negociar mejoras en sus derechos o repartirse las ganancias para lograr que los plebeyos vuelvan a cooperar. Al final, se evalúa la dinámica y se interpreta conjuntamente.

### ■ ADULTOS

Inventaos una obra de teatro en la que se dramaticen diversas reivindicaciones sociales, laborales y civiles, similares a las de los plebeyos en aquel hecho histórico romano, pero adaptándolo a la realidad del s. XXI. Una vez escrito el guion, ensayadlo intentando, por un lado, ponerlos en el papel de cada personaje y, por otro, conectando con las reivindicaciones de ambos bandos. ¿Cómo os habéis sentido? ¿El guion de la obra era suficientemente realista? Comentad entre todos lo que habéis aprendido.

decisiones personales (p. ej.: Mohandas K. Gandhi, Lanza del Vasto...).

Se resume brevemente (con la ayuda de la introducción) la biografía de Francisco de Asís: sería un ejemplo que aspiraba a la noviolencia holística, desde una ética concreta (la cristiana). Luego, la persona que guía coloca tres cartulinas con los títulos de las tres noviolencias anteriores, en tres extremos distintos de la sala. Todo el grupo se concentra en el cuarto extremo y, al leer en voz alta cada una de las frases que se proponen a continuación, deben avanzar un paso en la dirección del tipo de violencia que indica/n el/los número/s, o bien en sentido contrario si no están de acuerdo; según lo que crea cada uno.

(1) Emplearé la noviolencia según el beneficio que me suponga para lograr el objetivo que persigo.

(1) Utilizaré la noviolencia exclusivamente para quitarle el poder al que oprime.

(1 y 2) No voy a ser vegetariano/a; no siento que sea necesario implementar la noviolencia en el ámbito personal; con el social y político es suficiente.

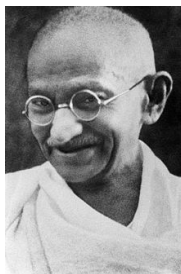
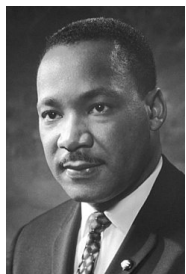
(2 y 3) La otra parte del conflicto tiene que incluirse en la solución para lograr la paz definitiva. Hay que respetar su dignidad humana y recordar el horizonte de reconciliación.

(2 y 3) Utilizaré la noviolencia con coherencia ética: el fin no justifica los medios.

(3) Intentaré vivir la no-agresión hacia ninguna forma de vida en mis decisiones personales.

(3) Quiero trabajar mi interioridad para transformarme y ser una persona íntegramente noviolenta.

Al final, todo el mundo visualiza en qué lugar de la sala se ha quedado, dentro de la «geometría» de la noviolencia. Puede formarse un círculo y verbalizar cómo nos hemos sentido, qué hemos aprendido y si, a raíz de la dinámica, nos hemos planteado algo nuevo. Entre todos, proponemos nombres de personajes importantes de la historia de la noviolencia (pueden ser los que se han aprendido en la Unidad 6 u otros), y pensamos en qué tipo de noviolencia han practicado y por qué. Para el debate: si la reconciliación para una paz definitiva no forma parte del objetivo, ¿la noviolencia pragmática puede considerarse una noviolencia «completa»?





## Francisco de Asís: pacificar el interior para desarmar conflictos

Francisco de Asís representa esa *noviolencia holística* que parte del interior e irradia personas, animales y naturaleza en general. Vivió en pleno feudalismo (ss. XII-XIII), entre conflictos violentos y opresión a la población más sencilla, que incrementaban la pobreza. Francisco propuso un estilo de vida desde la pobreza y el amor, que recupera la coherencia, la compasión y la inclusión del enemigo. Este amor al prójimo representaba un reto en los ambientes de injusticia, especialmente en una realidad eclesial corrupta, necesitada de cambios y reformas. Francisco apelaba a una paz interior para luego expandirla hacia los otros, incluso llegó a interceder con sus actos y plegaria en conflictos como los de Arezzo, Bolonia, Siena y Asís, lo cual le llevó rápidamente a ser reconocido por sus dotes de pacificador. En plenas cruzadas contra los musulmanes, en el 1219 fue a Egipto y quiso mediar con el sultán Malik al-Kamil, quien lo recibió como hombre de paz. Lo que cautivaba no era solo su magnetismo, sino toda su naturaleza. Un rastro de esta virtud, probablemente ya dentro del ámbito de la leyenda, lo hallamos en el caso del lobo de Gubbio. Francisco proponía una conversión clave: optar por la fraternidad con todos los seres vivos como estilo de vida permanente.

### ■ INFANTIL

Id a un parque o a algún sitio rodeado de naturaleza. Dad 5 minutos a los/las niños/as para que se fijen en algún ser de la naturaleza que los rodea, pidiéndoles que la saboreen y la contemplen durante un rato, y que se fijen en algún detalle: un pájaro, una hoja, un árbol, una nube, una montaña, una hormiga,

un prado...). A continuación, en círculo, se pasan un balón y cuando lo reciben cada uno nombra el ser o el elemento que ha observado y que durante ese rato ha sentido con él/ella. Ahora, la persona que guía explica la biografía de Francisco de Asís adaptándola a la edad y subrayando que consideraba hermanos y hermanas a todos los seres de la naturaleza. ¿Nosotros también podríamos tratarlos así? Se les invita a descubrir que aquello que han contemplado es un regalo que hay que amar. Cuando hallamos un



conflicto en casa, ¿es más fácil pacificarlo si nos sentimos en paz con nosotros y con lo que nos rodea, o si vivimos enfadados o tensos por dentro? Debatidlo con ejemplos.

### ■ JÓVENES Y ADULTOS

Se diferencian ante el grupo tres tipos de noviolencia:

- (1) La pragmática, en la que la noviolencia es un método para tomar el poder al otro. No hay planteamiento ético, simplemente se usa la noviolencia en vez de la violencia por una cuestión de eficacia (p. ej.: Henry D. Thoreau, Gene Sharp...).
- (2) La ética sociopolítica, que incluye principios éticos para transformar la sociedad y la política (p. ej.: Leymah R. Gbowee, Martin L. King...).
- (3) La ética holística, en la que la noviolencia es un modo integral de vida, para dejar de agredir cualquier forma de vida incluso en

## Irlanda e India: huelga de hambre por deudas

A lo largo de la historia, las huelgas de hambre han sido un elemento significativo en el camino de la noviolencia. En Irlanda, en la era precristiana, existía tradición denominada *troscadh* o *cealachan*, que consistía en una huelga de hambre en la puerta de la casa del moroso. Con ello, se situaba al deudor en una situación comprometida, para que se avergonzara y resolviera el conflicto.

Esta práctica no es exclusiva de Europa, sino que, desde los tiempos antiguos, se dio también en la India con el nombre de *dhama*, documentada ya en el siglo V a. C. Aunque el gobierno británico lo prohibió en 1861, hoy en día todavía se practica en algunas zonas.

### ■ INFANTIL

En grupos de 3 o 4 personas, buscad formas para resolver la siguiente situación: dejaste un objeto de valor a un/a compañero/a y no te lo ha devuelto. ¿Qué harías para recuperarlo de una manera noviolenta, sin involucrar a nadie más y sin forzar a dicha persona? ¿Dónde ves la dificultad? A continuación, formulamos algunas preguntas para que el diálogo avance y así comprender el conflicto y buscar soluciones: ¿Habéis pensado por qué actúa de ese modo? ¿Puedes ayudarlo de algún modo con su problema o explicarle tu situación para que te devuelva lo que le has dejado? Sed creativos al inventar formas para resolverlo. Al final, podéis hablar de la huelga de hambre como una estrategia que a lo largo de la historia ha servido para reclamar derechos ante graves injusticias, de vida o muerte.

### ■ JÓVENES Y ADULTOS

En grupo, intentad comprender qué entendéis por «huelga de hambre» y en qué casos sería aceptable y eficaz como acción noviolenta. A continuación, tras definir las palabras «coacción» y «coerción», ofrecemos alguna orientación más como punto final del debate:

- **Coacción:** Fuerza que obliga a alguien a hacer o decir aquello que no quiere, pero que excluye cualquier daño a la integridad física del otro, protegiendo además sus necesidades básicas.
- **Coerción:** Fuerza que violenta o castiga al otro con presión y daños.

¿Podría la huelga de hambre constituir un acto de coacción noviolenta para reclamar aquello que es justo? ¿La noviolencia puede aceptar la coerción? Acompañad el debate desgranando los requisitos de una acción como esta (en un caso de injusticia extrema, con apoyo social a la persona que la lleva a cabo, donde se necesitan equipos técnicos y de apoyo...). Es importante diferenciarlo claramente del suicidio: la huelga de hambre no busca la muerte, pues ama la vida; es la última carta para forzar un cambio porque considera que resolver la flagrante injusticia es más necesario incluso que la propia vida.



## Mozi: reivindicación de la paz en la China

El Maestro Mo (Mozi, donde 'zi' significa 'maestro', 470-391 a. C.) nació en el estado chino de Lu. Educado en el confucionismo, discrepó de él por los excesivos rituales y la supremacía de la aristocracia, ineficaces para mejorar el mundo. En consecuencia, inició un camino pacifista propio desde la simplicidad y el amor universal e incondicional (independiente de reciprocidades), la ética y el orden social. Condenaba la guerra ofensiva y guiaba a sus seguidores a prevenirlas por medio de técnicas defensivas. En su tratado *Contra la guerra ofensiva*, el primero contra la guerra en la literatura china, teje un famoso argumento pacifista: es profundamente incoherente aplicar grandes condenas a quien asesina a una persona y, luego, tolerar con laxitud un gobierno que sacrifica a miles de personas en las guerras.

### ■ INFANTIL Y JÓVENES

01



Este *chengyu* (refrán chino) representa la filosofía del amor de Mozi, que trascendía los vínculos familiares. De este modo, el amor (carácter Ai) lo dotó de un nuevo significado, *universal* (lit. *doble amor*); es decir, sin hacer diferencias entre personas (ricas/pobres...). El refrán significa que quien ama a todo el mundo resiste sin atacar, porque

amor y violencia son incompatibles. Invitad a niños/as y jóvenes a solicitar a las autoridades pertinentes una pared pública para pintar en ella un grafiti en el que representar este *chengyu* de Mozi, acompañado de una creación artística que exprese este amor por todo y a todos, independientemente de lo que recibamos de los demás.

### ■ ADULTOS

Ambientamos la sesión con un gran *Termómetro de la injusticia*, hecho de cartón. Somos discípulos de Mozi y debemos «tomarle la temperatura» al país en el que vivimos siguiendo dos de sus principios: 1) *Las acciones deben regirse por el amor por todos, no por el interés* y 2) *Es injusto tratar de forma diferente a personas diferentes según su dignidad, clase social...* Formad dos grupos, a cada uno de los cuales se le asignará una polaridad: ricos/pobres, famosos/invisibles, civiles/militares, autóctonos/inmigrantes, realeza/pueblo, con formación/analfabetos, personas honradas/delincuentes, heterosexuales/LGTBIQ+, con creencias próximas/lejanas a las propias, gobernantes/ciudadanos. Como discípulos, cada grupo discute de qué manera los dos principios sacan a relucir injusticias dentro de la propia polaridad (p. ej.: a los famosos los tratan de forma distinta a los indigentes...) y se buscan tres casos reales (vividros, relatados en los medios...) que ejemplifiquen dichas injusticias. Si al ponerlas en común el resto considera que los ejemplos argumentan bien la injusticia, se pinta un grado más en el termómetro, empezando por los 35 °C. Al final, concluimos entre todos si el país tiene fiebre o no. Inventad «medicinas» noviolentas para que baje.

## Época Medieval. Abad Oliba: aprovechar las leyes para reducir las violencias

El abad Oliba fue un monje benedictino de origen noble que vivió durante la expansión del feudalismo (ss. X-XI) y llegó a ser obispo de Vic. En este período, las disputas violentas sobre la propiedad y la gestión de las tierras eran frecuentes entre nobles, campesinos y la Iglesia. El abad Oliba fue el mediador en algunas de estas disputas antes de 1027, cuando el sínodo de Toulouges (actual Francia) organizó la asamblea de Paz y Tregua de Dios. Estas treguas mantenían los *sacrarios* (zonas protegidas de violencia bajo la pena de excomunión, en un radio de treinta pasos alrededor de las iglesias) y fijaban períodos sin violencia de sábado a lunes, cuando cualquier persona del condado del Rosellón era llamada a no combatir. Además, quedaba prohibido atacar iglesias, monasterios, clérigos o cualquier fiel que se dirigiera a un culto religioso.

Tras esto, el abad Oliba celebró un nuevo sínodo el año 1033, en Vic, ampliando la tregua de jueves a lunes y protegiendo también la población que acudía al mercado. Durante el s. XI, estas prácticas se extendieron hasta Occitania, pues en Narbona y Niza también se celebraban asambleas de Paz y Tregua. Todo ello convierte al abad Oliba, bisnieto del fundador del condado de Barcelona, en una figura relevante en la historia de la paz en la región catalana.

### ■ INFANTIL

Mirad esta síntesis del feudalismo: [02 Feudalismo](#). Trabajad el contexto de la época: ¿Qué derechos y deberes tenía cada estamento? Dibujad un mural entre todos. Ahora, mirad [U7/video](#) de la unidad; luego, escenificad una asamblea de Paz y Tregua de Dios.

### ■ JÓVENES Y ADULTOS

Visualizad [U7/video](#) de la unidad para introducir la sesión. También podéis escuchar la entrevista a Carlos Barquero Goñi, profesor de Historia Medieval, hablando sobre las asambleas de Paz y Tregua de Dios durante los siglos X y XI: [03 La paz de Dios y la tregua de Dios en los siglos X y XI](#). A continuación, mirad también el vídeo producido por la Cruz Roja Internacional sobre el Derecho Internacional Humanitario (DIH): [04 Las leyes de la guerra \(en pocas palabras\)](#). Organizad un debate para establecer en grupo qué tienen en común las asambleas de Paz y Tregua de Dios y el DIH. El objetivo es actualizar las experiencias de paz y no violencia con realidades del mundo actual. Aunque distanciadas cronológicamente casi un milenio, ¿qué causas y qué objetivos pretenden estas dos iniciativas?

