



METTA CENTER
for NONVIOLENCE

« Nous agissons directement contre l'injustice sans attendre que d'autres organisations agissent. Nous n'obéirons pas à des lois injustes et ne nous soumettrons pas à des pratiques injustes. Nous ferons cela pacifiquement, ouvertement, et avec joie parce que notre but est de persuader. Nous adoptons les moyens de la non violence parce que notre fin est une communauté en paix avec elle-même. Nous tenterons de persuader avec nos mots, mais si nos mots échouent, nous tenterons de persuader à travers nos actes. Nous serons toujours prêts à discuter et à rechercher un compromis juste, mais nous sommes prêts à souffrir si besoin et même à risquer nos vies pour devenir témoins de la vérité comme nous la voyons. »

Maritn Luther King, Jr.



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

www.mettacenter.org



METTA CENTER
for NONVIOLENCE

« On peut se demander si l'histoire a jamais enregistré un tel changement dans la nature humaine. De tels changements sont certainement survenus au niveau individuel. Peut-être n'est on pas en mesure de les pointer dans une société entière. Mais cela signifie seulement que jusqu'à aujourd'hui, il n'y a pas eu d'expérience de non violence de large ampleur... Des choses impensables se produisent tous les jours ; l'impossible devient toujours possible. Nous sommes constamment surpris actuellement par les découvertes extraordinaires dans le champ de la non violence. Mais je maintiens que de bien plus nombreuses découvertes inconcevables et qui paraissent impossibles seront faites dans le champ de la non violence. » MK Gandhi



www.mettacenter.org

METTA CENTER *pour la* NONVIOLENCE

PRINCIPES DE LA NONVIOLENCE

Battez vous contre l'injustice, pas contre les gens. Toute personne mérite le respect ; le but n'est pas de « gagner », mais de bâtir des relations.

La nonviolence améliore toujours les choses au final ; la violence – de toute sorte – les détériore toujours.

Les besoins humains basiques sont universels ; à la racine de tout conflit, une solution « gagnant-gagnant » est possible.

Chacun de nous a une partie de la vérité, nul d'entre nous ne détient toute la vérité.

Ne montrez jamais d'irrespect envers une autre personne, ni ne l'acceptez vous-même. Personne ne peut vous dégrader sans votre accord.

La volonté de supporter la souffrance plutôt que de l'infliger et la persévérance acharnée dans une cause juste renforcent le pouvoir de la nonviolence.

STRATÉGIES NONVIOLENTES

La nonviolence a deux faces: dans un programme obstructif, on s'oppose aux méfaits – dans un programme constructif, on montre le chemin pour créer des solutions.

Ne désespérez jamais d'aucun être humain. Accepter que les gens sont rationnels aide à éveiller leur rationalité. Tenez vous en à l'essentiel (comme votre dignité) ; soyez prêts à faire des compromis sur tout le reste (en particulier s'il s'agit juste de symboles).

Ne cédez pas aux menaces. Demandez-vous : « Que tiennent-ils de moi ? » Renoncez y et vous êtes libres.

Quand la nonviolence réussit, il n'y a pas de perdants ; se réjouir de « victoires » peut en fait défaire ce que vous avez acquis par l'action nonviolente.

"La force physique n'est rien par rapport à la force de la vérité."