

Artículos Originales

# Los cinco pilares de la paz positiva

The five mainstays of positive peace

## Información

### Fechas:

Recibido: 30/10/2025

Aceptado: 05/12/2025

Publicado: 31/12/2025

### Correspondencia:

Francisco Javier Gorjón Gómez  
francisco.gorjongm@uanl.edu.  
mx

### Conflicto de intereses:

En esta publicación no se  
presentó ningún conflicto de  
interés.

### Financiación:

Ninguna.

## Autorías

Francisco Javier Gorjón Gómez<sup>1</sup>  0000-0001-5296-6454

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Nuevo León, México

### Cómo citar este trabajo

Gorjón Gómez, F. J. (2025). Los cinco pilares de la paz positiva. *Revista de Cultura de Paz*, 9,1–19.  
<https://doi.org/10.58508/cultpaz.v9.249>

## RESUMEN

Para lograr la sustentabilidad de la paz se requiere del involucramiento directo de las personas y revertir la lógica operativa desde la que hasta ahora ha funcionado —desde la violencia—, para dirigirla a un nuevo paradigma que es operarla desde la paz —la paz desde la paz—, para lograrlo implica desarrollar en las personas —principalmente en los agentes de paz— aptitudes y actitudes que den cabida al desarrollo habilidades y competencias socioemocionales de paz positiva que aseguren la gestión de la cotidianidad de la vida desde el “hacer” de la paz positiva.

Para lograrlo hemos identificamos 5 pilares de la paz positiva que operan desde el accionar consciente de las personas para lograr una vida pacífica, de calidad, proactiva, propositiva y feliz, estos son: el empoderamiento, el estoicismo singular, la resiliencia, el activismo científico y el emprendedurismo científico.

**Palabras clave:** Empoderamiento, estoicismo singular, resiliencia, activismo científico, emprendedurismo científico.

## ABSTRACT

Achieving the sustainability of peace requires the direct involvement of people and a reversal of the operational logic that has operated until now —based on violence— to shift it toward a new paradigm of peace —peace from peace. This requires developing in people —particularly peace agents— aptitudes and skills that foster the development of positive peace skills and competencies and ensure the management of life through the “doing” of positive peace.

To achieve this, we have identified five mainstays of positive peace that will work through the conscious action of people to achieve a peaceful and quality life. These are: empowerment, singular stoicism, resilience, scientific activism, and scientific entrepreneurship.

**Keywords:** Empowerment, singular stoicism, resilience, scientific activism, scientific entrepreneurship.

## Introducción

Desde una reflexión acuciosa sobre la paz y desde el acumulamiento de observar buenas prácticas en los últimos años de mi periplo de promotor de la transversalidad de la paz en el sistema de educación superior en México y observando acciones propositivas del activismo científico de la educación y culturización de la paz, he concluido *a priori* que la paz debe ser observada y estratificada como habilidad personal en sus diversos estadios de instrumentalización, como una de sus múltiples facetas, ante los retos que la sociedad nos impone, por lo que no podemos continuar esperando a que las instancias gubernamentales accionen o mejor dicho reaccionen desde su incapacidad evidente.

Es por todos sabido que están rebasadas, su falta de probidad es indudable, y la falta de creatividad en la gestión de los conflictos sociales ha generado que el tejido social se dilate y se distancie de su misión principal que es la proporcionalidad del bienestar y la felicidad de las personas en todas sus dimensiones posibles, dos ejemplos esclarecedores al respecto, el gran confinamiento del 2020—a la fecha seguimos padeciendo sus secuelas— y la cifra negra en México que excede más del 90%, en ambos ejemplos sobra explicación alguna.

Esta reflexión inicial, más que un reclamo es un llamado a que los ciudadanos del mundo hagamos nuestra parte seamos solidarios y dejemos de ser apáticos a un estadio de violencia y de falta de paz, en el que más del 30% de las personas —por lo menos en México— (INEGI, 2024) han sufrido violencia, y el otro 70% no hace nada *apathia*, su falta de conciencia y tal vez de imaginación, genera silencio e inhibe su solidaridad y proactividad, haciendo de su paz negativa un consenso de tolerancia inocuo que contribuye más a una larga espera de mejor vida y a tentar la suerte de que nunca se verán afectados por la escalada de la violencia, lo que resulta altamente riesgoso ante la escalada del conflicto.

Es cierto que hay un gran movimiento para educar y generar una cultura de paz en México y en otras partes del mundo, impulsado por políticas públicas de bienestar que se yerguen como cartas de intención más que cartas de ruta, es cierto que hay un gran movimiento para el desarrollo de políticas públicas que generaran las condiciones de la educación y cultura para la paz, es cierto que hay un gran movimiento sobre la igualdad a través de la paz —enfocado con mayor fuerza en la mujer—, es cierto que hay un gran movimiento para determinar las mejores condiciones para gozar de una mejor vida todos, en condiciones de calidad de vida según nuestro propio bienestar subjetivo percibido, es cierto que se considera a la felicidad de la personas un parámetro de buena vida y de paz, es cierto que hay un gran movimiento internacional en el que centran a la dignidad como el gran paragon de la paz, sin embargo, reflexionando sobre todos estos “*ciertos*”, que parecen novedosos todos se

han encontrado presentes a lo largo de nuestra historia en diferentes *momentus* y sin embargo, el tema de la paz visto desde la violencia no ha cambiado, es quien define el diseño de las políticas públicas de bienestar, es más, es una tendencia en el desarrollo de todos los diversos “*ciertos*” que acabo de mencionar. Ver la paz desde la violencia y no la paz desde la paz es el gran reto de la sociedad contemporánea, es el epicentro del movimiento asertivo de la paz, por lo que a través de él, se lograra la creación de ecosistemas de paz y de felicidad.

Entonces, dadas estas reflexiones, ¿en dónde está la clave para el desarrollo de la paz y la felicidad de las personas?, la clave es ejercer nosotros mismos la paz —paz positiva—, asumir el reto que la paz depende de nosotros y no de terceras personas, en un acto de solidaridad y proactividad —conceptos recurrentes del accionar de la paz— esto es, contextualizarnos en el supuesto de la paz desde la paz.

Para respaldar esta visión activista científica es necesario que imaginemos el periplo de la evolución de la mediación y los demás Métodos de Solución de Conflictos (MSC), como una buena práctica, observemos el aprendizaje de la búsqueda de acciones para resolver el conflicto de la impetración de la justicia a través de los MSC (Gorjón Gómez, 2015), en donde el actor principal es la personas en sus dos dimensiones (mediador y mediado). Consideremos entonces desde esta buena práctica ciudadanizar la paz, como en su momento hemos ciudadanizado la justicia, en el que su accionar no depende del contexto de nuestro sistema de producción social, depende de su *animus*, ya que tienen todo para ejercer su voluntad y su libertad (leyes, políticas públicas, estrategias educativas, gremios organizados, etc) y el respaldo del estado de derecho, ya que el accionar de los MSC son ya una estrategia legal. Este andar no ha sido fácil, su proceso de culturización ha sido largo, determinado por un solo sector profesional, ello nos ha enseñado los caminos recorridos, pero mejor aún los caminos por recorrer y los sectores sociales por sumar, los profesionales y artesanos por sumar.

Esta transformación social tuvo el reto de remar contra la corriente, de bregar contra la ignorancia y el escepticismo, lo que nos fortaleció y nos permitió sumarnos a un movimiento nacional — desde mi parte desde la creación de ciencia nueva— que con el pasar del tiempo se han multiplicado y hoy la mediación y los demás MSC son una realidad -acotada- pero realidad situada en el imaginario social, por lo que podemos declarar que la mediación culturalmente hablando, está en ciernes y es hoy ya un objeto de estudio científico (Miranda Medina, 2019), con una aplicabilidad multidimensional.

Es de este escenario de más de dos décadas donde surge esta visión, de donde surgen los pilares de la paz positiva, teniendo como elemento principal la coparticipación de las personas su proactividad y su solidaridad para hacer paz, hacer de la paz un estilo de vida, de ver a la paz desde la paz y no

seguir esperando que nos la den, desde la visión de la paz negativa, implicando con ello gestionar la paz y hacer de ella el método de gestión de conflictos *ad hoc* a nuestros proceso volitivos.

## 1.- La paz desde la paz

La paz desde la paz, no es solo una proclama del activismo científico, es un conjunto de facetas o acciones que son concebidas para inhibir la violencia y su desescalada, pero más relevante aun, para evitar su escalada, es esto último, el escenario más complejo, ya que requiere la coparticipación y sincronización de las personas para lógralo, empero, el que sea complejo no significa que no se puedan encontrar los elementos de la armonía situacional y de su sincronización, que operará en razón de la ausencia de violencia, o mejor dicho y ya visto desde la paz, *“funcionará en razón de la existencia de la paz”*, no tiene por qué existir la violencia para que pueda existir la paz.

Determinar una nominación de paz, un concepto de paz o un constructo de paz es complejo —paz desde la paz— por lo que acudiendo a (Jiménez Bautista, 2009) desde su *paradigma pacífico* sustentado en la idea del *saber pacífico* el cual interpreto como la opción de crear desde la paz y no desde la violencia, nos da la oportunidad multidimensional de situar elementos que congreguen un ideal de calidad de vida de buen vivir de vivir bien, partiendo de un estadio *“epistemológico sustentado por determinadas características cognitivas, las cuales se configuran a partir de la educación, la cultura, los valores y las experiencias individuales de cada ser humano”* (Jiménez Bautista, 2009).

Ello nos obliga acudir a la construcción de la paz desde la investigación para la paz en donde el quehacer científico del pacifista *“además de tener un elemento cognoscitivo también este guiado por un determinado interés ya sea intrateórico, es decir, que se deriva del conocimiento mismo; o intrateórico, que surge de las experiencias y preferencias del investigador o de su comunidad académica”* (Jiménez Bautista, 2009), será el sustento para la creación de los escenarios posibles y puestos en practica con un alto nivel de asertividad —sustentabilidad— como se visora en los Objetivos del Desarrollo Sostenible de la ONU.

Es por ello que entender la paz desde la paz implica, proactividad desde sus valores intangibles, vistos como estrategia de culturización y de racionalidad social, pro cambio de estructuras violentas a estructuras de paz, experiencia viable vista en los MSC, implica ubicarnos en el lado positivo de la vida, visión que comparte su objeto de estudio con el de la paz *“el tránsito de relaciones conflictivas a relaciones armoniosas”* permitiéndonos visualizar su viabilidad y éxito (Gorjón Gómez, 2017), por lo que su subterfugio —en positivo— como opción de sortear un gran reto, es la paz positiva, sustentada en el “hacer” y en sus réditos positivos que sus valores intangibles nos ofrecen y nos hacen

reaccionar y ver la vida de forma diferente y más clara, observando indicadores positivos y neutros que hacen de la paz un escenario posible de convivencia pacífica, que trasciende al *mometus* generando estabilidad y permanencia, felicidad y bienestar

*"Por ello, depende de los propios seres humanos y siempre podemos pedirnos cuentas por cómo cultivemos nuestras relaciones entre nosotros como seres humanos y con la naturaleza en nuestras relaciones recíprocas".*

Esta declaración gestada por (Jiménez Bautista, 2009, pág. 33) nos proporciona uno de los elementos más relevantes de la paz desde la paz, que es el equilibrio y la reciprocidad de las relaciones personales en torno a un gran *quid pro quo* social, en el que los quereres de las personas son el centro, en el que el respeto y la reciprocidad marcan el accionar de la paz positiva.

Esta otredad científica facilita, entonces, el entendimiento de la paz desde la paz, cuando observamos sus elementos operativos y funcionales, al implicar primordialmente el accionar de elementos de la paz y no reaccionar a las consecuencias del conflicto desde los elementos de la violencia, como una vocación alineada a la sustentabilidad de la vida, implicando transitar de lo negativo a lo positivo.

La paz desde la paz será entonces un reflejo de la sociedad, como un ejercicio de creatividad de los pacifistas, que buscan instituir innovaciones sociales volitivas que abran el campo de acción de la transformación del desencuentro, por el de la coincidencia, y que el desencuentro se convierta en el torque y no en el lastre como hasta ahora ha sido concebido. Imaginar un mundo desde la paz es posible, desmitificar un mundo desde la violencia es también posible.

¿Como es esto? parece un galimatías, empero, es el área de oportunidad más obvia, ya que el conflicto es evidente y la constante de la vida moderna — por el momento — sabemos cómo nace, crece y se desarrolla —ha sido ampliamente estudiado—, entonces hagámoslo nuestra área de oportunidad, desde los elementos de control *a priori* del conflicto y de la violencia, administremoslo, gestionémoslo y hagamos de sus circunstancias nuestra oportunidad de paz, desarrollemos las habilidades y competencias de gestión de paz positiva, para ejercer la paz de forma multidimensional pluridimensionalmente, ejercer la paz desde cualquier profesión u oficio, desde cualquier actividad que los roles sociales determinen — ama de casa, jubilados, desempleados, estudiantes, etc. — hacer de la paz un estilo de vida, transitando del estadio de la reacción al estadio de la acción, independientemente de lo que hagamos o el papel que desempeñemos en el concierto social.

Resulta por demás complejo, ya que dependerá la paz desde la paz, de la forma de vida de cada sociedad, por lo que su característica sustantiva deberá ser la adaptabilidad, la proactividad y la solidaridad, ya que los usos y costumbres cambian sustancialmente de comunidad en comunidad, de región

en región, por ello es necesario que las facetas de la paz desde la paz sean lo suficientemente reconocidas y lo suficientemente sensibles para poder adaptarse a cualquier entorno posible, y que las personas puedan gestionar la paz según su percepción y calidad de vida, por lo que entonces el discurso cambiara, de “*reconstrucción del tejido social*”, por el de la “*sustentabilidad del tejido social*”, al respecto (Esquivel Guerrero, Jiménez Bautista, & Esquivel-Sánchez, 2009) coinciden en esta visión desde la lógica funcional del conflicto como un catalizador de avance social, interpretándolo, como un acto volitivo.

*“El conflicto es consustancial al ser humano como ser social que interacciona con otros seres humanos con los que discrepa, y que tienen intereses, percepciones, valores y necesidades contrapuestas. Es además ineludible y tiene una dinámica propia. En este sentido, la diversidad desde la cooperación y la solidaridad es una fuente de crecimiento mutuo, pero la diferencia también conlleva contraste y, por tanto, divergencias, disputas, diferencias de pareceres, y conflictos. Además, uno de los mecanismos más importantes de avance social son los conflictos frente a estructuras injustas, lo que indica su importancia como instrumento de transformación social”.*

Los rasgos distintivos de la paz desde la paz que hemos estado emulando que implican su gestión, hasta ahora identificados son: coparticipación, sincronización, proactividad, respeto, estabilidad, permanencia, equilibrio, reciprocidad, adaptabilidad, prevención, empatía, coparticipación, creatividad, *modus vivendi* —estilo de vida, felicidad —bienestar subjetivo percibido—, habilidades de gestión de paz, la paz como método y profesión.

Estos rasgos son por sí mismos suficientes para crear una teoría o hacer un libro, por lo que desarrollarlos a profundidad desbordan este artículo, empero, hoy solo los mencionaremos por su lógica funcional, entendiendo su elemento constitutivo —las personas—, las invocaremos para darle razón y lógica a los pilares de la paz positiva, que en su conjunto nos dan una visión razonable del rumbo que debemos seguir en la construcción de la paz desde la paz.

## **2.- Los pilares de la paz positiva**

Hemos identificado 5 pilares de la paz positiva que funcionan en una doble lógica, la primera, desde el accionar consciente de la persona en la dimensión de su calidad de vida —empoderamiento, estoicismo singular y resiliencia—, la segunda, desde el accionar sostenible en la dimensión de la sustentabilidad de la paz —activismo científico y emprendedurismo científico— haciendo posible la paz, ambos constructos situados en la dimensión del “HACER”, nos dan una idea de lo que debemos forjar, en lo personal y en lo colectivo como misión de vida o profesional del activismo científico, por nuestra paz y la paz de los demás, en el que los rasgos distintivos de la paz se activan y tienen un rol estructurante, en ambas dimensiones.



## 2.1 Empoderamiento

Uno de los desafíos más complejos de nuestra vida es enfrentar las adversidades cotidianas de nuestro entorno, enfrentamos cada día y cada momento situaciones y hechos que no controlamos y más grave aún resulta, porque no sabemos cómo hacerlo y por lo general los enfrentamos desde nuestra soledad. ¿Cómo entonces deberíamos enfrentar esas adversidades? La respuesta es “empoderados”. ¿Esto es factible?, si, el ejemplo de esta factibilidad es la gestión y transformación del conflicto a través de las habilidades que nos proporciona la mediación, ya que uno de los principales valores intangibles de estos métodos de solución de conflictos, es el empoderamiento (Gorjón Gómez, 2017), significa que una vez que transitas por la experiencia de la gestión y transformación del conflicto positiva, la forma de ver la vida y la forma de gestionarla cambia, al adquiriste una habilidad de gestión de paz de forma natural, desde la alteralidad del proceso como consecuencia del poder del mentoraje del mediador, en el que tu autonomía y tu soledad —uno mismo— son la fuerza de tu decisión, es la fuerza del cambio y del buen vivir.

Lo que nos eleva a poder enfrentar momentos de la vida adversos, de forma consciente, no observándolos como una carga o de forma resignada —desde el silencio—, podemos enfrentarlos adecuadamente, responsablemente según nuestras necesidades, con elementos facticos y razonables —debemos prepararnos para ello— significa, conocimiento, ya que la mejor forma de lograrlo es desde él, a través de él y con él cómo nuestro principal aliado.

Como traducir esta visión cuando nos situamos o enfrentamos a la violencia y queremos vivir en paz, o desde un reto mayor, vemos la violencia y el sufrimiento no nuestro, ¿qué hacer por ello? ¿Qué hacer si nos declaramos agentes de paz, agentes de cambio?, es una pregunta compleja, empero, con una respuesta simple, *actuar, hacer* —paz positiva— esa es nuestra respuesta, salir de la esteticidad, empero, surge otra pregunta, ¿Cómo actuar o cómo hacer?, sabiendo que hacer por supuesto, y esto se logra desde el conocer, en razón de dos posibles posturas, primera, saber cuándo enfrentamos un hecho o momento de violencia o conflicto y segunda, saber cómo reaccionar ante ella, implica gozar de capacidades específicas, significa tener habilidades de gestión de paz.

Una de las causas más complejas de la violencia, es que inhibe nuestra capacidad de decidir, inhibe nuestro raciocinio, es así, porque no sabemos y no tenemos la capacidad de enfrentarnos a ese hecho, a ese momento, a esa persona que nos violenta, o tal vez porque no sabemos que somos víctimas o peor aún, no sabemos que somos violentadores —violencia sutil o violencia invisible— desde un grado de inconsciencia grave, sin embargo, es posible saber, es posible obtener habilidades que nos hagan capaces, es



posible enfrentar la violencia o mejor dicho, es posible saber gestionarla y transformarla en paz, si sabemos cómo, estaremos empoderados y estaremos en el umbral del empoderamiento.

Desde esta visión debemos entender que significa el empoderamiento y lo que genera, y más relevante aun, ¿para qué sirve desde la visión de la paz positiva? Siguiendo la lógica del ejemplo de los MSC, el empoderamiento es la capacidad de brindar a la persona la posibilidad de decidir por sí mismo, de darle la capacidad de elegir y de generar la posibilidad de hacerlo en libertad, es una capacidad que infunde confianza a las partes, da fuerza emotiva para enfrentar los problemas de la vida (Castrillon García, 2017, pág. 487) se *“amplía la capacidad y la disposición de las partes, sobre una base dinámica, para relacionarse con otras con más comprensión y consideración”*

Traduciéndose en un acto estoico, ya que *“no podemos elegir nuestras circunstancias externas, pero si podemos elegir como responder a ellas... debemos darnos cuenta de que los acontecimientos externos son neutrales, y solo la forma en que elegimos reaccionar ante ellos los hace buenos o malos”* (Salzgeber, 2021, pág. 110).

Este tamizaje o interpretación de nuestra capacidad de decidir es la clave para enfrentar la violencia —con conciencia— empoderados —con conocimiento—, mejor aún, saber cómo evitarla, saber cómo gestionarla, por lo que entonces estaremos es el estadio de la paz desde la paz, en conciencia y libertad, por lo que *“ser una víctima indefensa nunca es útil.... asumir la responsabilidad nos da el poder de hacer lo mejor con las circunstancias dadas”* (Salzgeber, 2021), implica vivir un proceso de tránsito situacional en dos vertientes, la paz desde la violencia o la paz desde la paz, indiscutible la segunda es mejor, cuestión que hemos pregonado y que puede materializarse desde la acción empoderada de las personas como agentes de paz, desde su autenticidad, desde su individualidad, desde su soledad, *bene vivere sola*.

Siguiendo este rol de pensamiento, saber gestionar un conflicto, ser consciente y saber qué hacer ante la violencia, nos empodera, el conocimiento, es poder, la libertad es poder, tener la capacidad de elegir, en el sentido de vivir en violencia o de vivir en paz *“poder elegir significa que tenemos una opción y tener una opción significa libertad”* (Salzgeber, 2021), siendo esta última la razón de ser del empoderamiento.

## 2.2 Estoicismo singular

El estoicismo es una actitud de vida, es una filosofía de vida (Restrepo Roza, 2006), podríamos considerarlo un sistema de vida, que funciona en razón de nuestra propia percepción de vida, de nuestra calidad de vida, desde nuestro propio bienestar subjetivo percibido (BSP), desde nuestra felicidad, lo que los estoicos definían como *eudaimonia*, lo que hoy en día entendemos —interpreto— como buen vivir, vivir bien, o mejor dicho por (Achor, 2025)

*"florecimiento humano"*, desde el accionar de la felicidad, por lo que no podemos cuestionar que la fórmula paz y felicidad son un conjunto relacional —llamémoslo constructos de vida— y no puede estar uno sin el otro, podría atreverme a decir en esta lógica, que para que exista la paz debemos de ser seres y personas felices.

Uno de los objetivos del estoicismo es desarrollar nuestro potencial humano, cuestión que resulta por demás afortunada, en cuanto a nuestro argumento del pilar anterior, que es empoderarnos desde el conocimiento y la gestión transformación del conflicto, desde la lógica de la paz positiva, desde la lógica de la paz desde la paz, implica como refiere (Salzgeber, 2021) *"vivir en armonía"* y armonía significa ausencia de violencia, significa estar sincronizados con los demás, significa paz en su máxima expresión de convivencia social, por lo que, siguiendo a nuestro autor, *"el estoicismo se ocupa de nuestras acciones en cada momento y del vivir lo más cerca posible de tu yo ideal"*.

Deteniéndonos un momento a visualizar esta afirmación desde la lógica de la paz positiva, indiscutiblemente implica que el *"hacer"*, que la distingue de las otras paces, es un acto estoico. Implica igualmente *"prosperar"* esto lo interpreto como el vivir y no el sobrevivir, desde el *vacuus* del conflicto, o de las reminiscencias del desdén que genera la violencia o la no paz, implica entonces *"prosperar al vivir bien y solo como consecuencia de ello te sentirás feliz"* (Salzgeber, 2021) ante los retos que tenemos o que debemos enfrentar, cualquiera que estos sean, que por lo regular es desde nuestra individualidad, característica principal del *"estoicismo singular"* como categoría de habilidad socioemocional, ya que las decisiones estoicas se toman en el consiente de nuestra singularidad, esperar que alguien este a nuestro lado, solo alargara la violencia y la agonía que ello implica, por ello es un acto estoico salir de la violencia y situarnos en la paz, en uso de nuestra *gnosis* activa, en uso de nuestras habilidades socioemocionales, en uso de nuestra libertad consiente.

Ahora bien debemos ver el estoicismo como una competencia de gestión de paz, ya que este no surge de manera natural, es una habilidad que podemos o más bien debemos adquirir, si queremos vivir en paz, esto nos hace reflexionar más aun y estar convencidos del sitio que le debemos dar al estoicismo *"pilar de la paz positiva"*, ya que será una capacidad —habilidad y competencia— de torque para enfrentar estoicamente los embates de la vida, ante contextos violentos, o simplemente ante las dificultades que la vida nos depare, ya que si bien es cierto, como personas somos iguales, nuestros roles no lo son, ello hace que nuestras vidas nos lleven a estadios no definitivos, cambiantes con variables y circunstancias que nos ponen a prueba a lo largo de nuestras vidas, en situaciones tanto positivas como negativas, en situaciones de violencia o de paz, y lo hacemos desde nuestra individualidad —explico— aun que vivimos en sociedad, nuestras decisiones atienden a nuestro

bienestar subjetivo percibido, por lo que accionamos o reaccionamos desde esa lógica, desde nuestra soledad consiente, desde nuestro *bene vivere sola*, desde nuestra individualidad.

Por lo que entonces, como premisa funcional de vida surge tres preguntas estratégicas, ¿al lado de quien quieres caminar a lo largo de tu vida o en su caso coincidir?, ¿con alguien estoico y empoderado? o ¿con alguien carente de estas habilidades de gestión de paz? Haciendo un ejercicio de abstracción mental creo que la respuesta que engloba a los tres cuestionamientos es más que obvia, sin embargo, aunque sea obvia, hay quienes caminan sin estas habilidades en compañía de otro igual, entonces pensemos en qué tipo de persona queremos ser, por lo que entonces nos preguntamos ¿Quién quiere caminar a nuestro lado?, la soledad aun que es un modo de vida, es una excepción social “*exceptio socialis*”.

Este escenario nos da la razón de creer que podemos administrar la paz y sus efectos en nuestro favor, podemos reorientar nuestra visión de vida y ampliar nuestro horizonte y el de los demás, si somos lo suficientemente estoicos para hacerlo, de ahí la afirmación “*vivir en la violencia o fuera de ella, o mejor dicho vivir feliz y en paz es decisión nuestra*”.

Es de este contexto en donde surge la visión del estoicismo singular, que es, desde nuestra propia impronta o desde nuestra soledad —singularidad— en el camino de la vida, que las decisiones que tomamos por nosotros o por los demás, surgen en razón de nuestra individualidad, surgen desde nuestra percepción, desde nuestro conocimiento y experiencia de vida, por lo que entonces, alentar el estoicismo singular, será más que una forma de vida, será una habilidad y competencia de vida pro mejor vida, pro calidad de vida, pro paz de nuestro estadio de vida.

Esto nos hace entonces “*individuos particularmente cualificados*” (Rojas Cortes, 2019), personas cualificadas para vivir la vida, no solo para sobrevivirla, este silogismo nos llena de incertidumbre, más que de calma o paz, nos obliga a pensar si ¿estamos cualificados para vivir? ¿si estamos cualificados o dispuestos a vivir en paz? ¿si somos capaces de generar paz, de hacer paz o de construir paz?, si entendemos la lógica del estoicismo singular y el reto que nos representa, si entendemos la importancia del conocimiento y su operacionalización en nuestra vida diaria, si entendemos que el conocimiento nos habilita y nos genera competencias de gestión de paz, si entendemos que es posible lograr esta cualificación y transmitírsela a los demás, entonces si es factible la calma, si el optimismo y si la ilusión realista de que es posible ver y hacer de la paz un estilo de vida, desde nuestro estoicismo singular.

### 2.3. Resiliencia

La resiliencia es también una actitud de vida sincronizada con el empoderamiento y el estoicismo singular, por ello es nuestro tercer pilar de la paz positiva, con ella cerramos el primer constructo de la lógica funcional de los pilares de la paz —calidad de vida—, por lo que esta suma de habilidades —pilares— nos hace capaces de vivir la paz desde la paz, nos hará mejores personas en nuestro periplo de vida individual y social, entonces, al vivir empoderados y practicar el estoicismo singular, nos ayudara a *“desarrollar las herramientas necesarias para enfrenarnos de manera eficiente posible a cualquier golpe que nos de la vida”* y no solo ello a recuperarnos de la manera más conveniente y lo más rápido posible, por lo que entonces *“no importa lo que ocurra en nuestras vidas estamos preparados para cualquier cosa... y sacar lo mejor de nosotros mismos”* diría nuestro multicitado autor (Salzgeber, 2021) *“es la promesa de la filosofía estoica... por lo que solo podemos enfrenarnos a los desafíos de la vida cuando somos emocionalmente resilientes”*. La resiliencia es un:

*“Complejo constructo conceptual porque expresa la adaptabilidad de los individuos o los grupos frente a los retos o amenazas y se ha definido como ‘la capacidad para vivir, desarrollarse positivamente o superarse [...] frente al estrés o las adversidades que pueden normalmente ser causa de consecuencias negativas’. Es un concepto positivo que reconoce los mecanismos para hacer frente exitosamente a los contratiempos y a las adversidades y que refuerza a los individuos”* (Oriol-Bosch, 2012).

Este concepto es por demás alentador y esclarecedor para los fines de este artículo, ya que se centra no solo en las características que como concepto debe tener, si no que destaca a la resiliencia como una actitud de vida. Por lo que este tercer pilar igualmente dota o dotara a las personas de mayores y mejores oportunidades de una vida en paz —habilidades y competencias—, identificándolo también como un modelo de vida que nos acoraza ante las adversidades de la vida, generando *“verdaderos escudos protectores o factores de resiliencia que actúan atenuando los efectos de la adversidad y transformándolos en factores de superación”* (Piaggio, 2009).

Visualizando entonces la resiliencia con un doble propósito, como pilar de la paz y como proceso evolutivo que nos hace mejores personas y mejores ciudadanos porque *“los seres humanos tenemos la capacidad para devenir resilientes y enfrentar los eventos negativos”*, ya que según (Piaggio, 2009) la resiliencia vista desde las ciencias sociales significa *“la capacidad de triunfar, para vivir y desarrollarse positivamente, de manera socialmente aceptable”*, observándose desde ella la posibilidad de hacer comunidad, de construir paz, de generar comunidades pacíficas como elemento sustantivo de una ciudad de paz (Gorjon Gómez, 2023) y de comunidades pacíficas con altos estándares de calidad de vida.

## 2.4 Activismo científico

Enfrentar el conflicto y la violencia empoderados, estoicos y resilientes nos hace mejores personas, pero ¿cómo hacer que esta fórmula de paz, fluctué para todos?, la respuesta igual que las anteriores implica el involucramiento de la sociedad, el involucramiento de la transversalidad de la educación, implica que seamos activos ante el conflicto y la no violencia, no reactivos, es necesario ubicarnos en el sitio indicado para bornear estos retos, desde la paz positiva, implica desde un mano a mano, como si de una cadena se tratase, involucrando estratégicamente a todos los actores sociales, con método y técnicas asertivas que nos aseguren un resultado viable, sustentable, implica integrar estos pilares en la genética social.

El activismo como fórmula de dinámica de los sujetos sociales está condicionada a los intereses de quien lo ejerce, se observa como un fenómeno de reacción a las condiciones sociales y más cuando se trata de un activismo político, empero, lo que nos interesa de este análisis, es que responde a intereses y a condiciones sociales de vida.

Ahora bien, si observamos el activismo individual, este igualmente responde a las dos mismas condiciones "interese y condiciones sociales", por lo que el activismo es considerado una fuerza que da ritmo al progreso social, y este según (Efimovich Jvoshev, 2010) dependerá de los *"esfuerzos bien orientados de los individuos"* sumados a un interés común, para efectos de este pilar, el bienestar social desde la paz positiva, el reto es que sea un objetivo común, un estilo de vida, a lo que no tengo duda que así será.

Ahora bien, ¿cómo debe observarse el activismo científico?, como una tarea intelectual y efectiva que implica responsabilidades morales, comunicativas y sociales, inicialmente este recaen en los científicos; y para que estos sean considerados creíbles, deben ser percibidos como personas que tienen en mente los mejores intereses de la sociedad, *"hoy en día se espera que los científicos tengan un impacto social positivo: su ciencia debe abordar problemas sociales, contribuir a los objetivos de desarrollo sostenible e impulsar la innovación"* (Kallergi & Landeweerd, 2025), lo relevante de esta visión es socializarla e integrarla a nuestros roles cotidianos, como un conocimiento aceptado socialmente, como una habilidad de vida.

Esta misma idea esta aparejada a la académica como forma de operacionalización de la ciencia y de la generación de ciencia nueva, por lo que entonces surge en el mismo tenor, el activismo académico como origen del primero, enfocados en que *"la investigación académica se esfuerza deliberadamente por lograr un cambio social ... que se identifique con los paradigmas de la investigación basada en la comunidad y la investigación-acción participativa"* (Kallergi & Landeweerd, 2025), base estructural de los modelos sociales vigentes.

Estas dos posturas nos dan los elementos que buscamos, creación de ciencia desde el interés social. Es cierto que atrás de esta afirmación y detrás del mismo concepto del activismo, hay toda una ristra de posturas y corrientes filosóficas, empero, los elementos sustantivos radican en el ejercicio concienciando de la búsqueda de soluciones adecuadas a un problema —objetivo común— implicando su materialización cotidiana, por lo que cuando este, es analizado desde la perspectiva científica, los elementos a considerar superan los intereses matizados, por lo que la solución se orienta más a una solución viable y sustentada, que solo a una solución establecida bajo parámetros políticos o personales, haciendo de este un conocimiento viable. Observando, entonces, las causas que provocan el fenómeno social y las consecuencias que este genera —violencia—, *versus* el fin de la solución que se propondrá —paz— como la dinámica que moverá las respuestas.

Es cierto que lo que nos impulsa a estudiar e investigar son los ideales y los paradigmas con los que nos encontramos en nuestro periplo de vida investigativa, razón de más para abordarlos neutralmente (Cañez Cota, 2020) desde la necesidad social —como principal foco de la investigación— y la óptica metodológica, eliminando con ello visos y orientaciones que impulsen una posible solución canteada, por lo que cuando observamos los elementos reales y facticos del conflicto, sin estos factores, podremos encontrar soluciones más asertivas, que las simplemente operacionalizadas por una conciencia, que bien puede verse afectada o influenciada por la misma causa del problema.

Esto representanta entonces el torque del cambio social, por lo que ciencia y activismo representan poder, poder de gestar cambios, poder de coordinación, poder de sustentabilidad, poder del hacer desde una mente colectiva ordenada, por lo que *“ciencia y activismos juntos son inseparables”* (Lewis, 2009), esta dupla genera cambios reales y a largo plazo, veamos lo que está pasando —por poner un ejemplo— con el cambio climático o la lucha contra el sida, solo fue factible encontrar la ruta del cambio y la acción cuando esta dupla empezó a funcionar en sinergia, desde la corresponsabilidad y solidaridad.

Al respeto (Lewis, 2009) nos señala *“necesitamos que la comunidad científica hable claro e inequívocamente, atrevida y evocativamente a los influyentes, hablándoles de los riesgos y de los beneficios, y diciéndoles qué es lo que va a pasar si se equivocan al elegir”*, esta postura es parte del *Discurso pronunciado en ocasión de la apertura de la Conferencia de la Sociedad Internacional del Sida sobre Patogénesis, Tratamiento y Prevención, Ciudad del Cabo, Sudáfrica, 19 de julio de 2009*, desde el activismo científico.

Por lo que, a modo de conclusión, podemos decir que el activismo visto desde la academia y la ciencia nos hace pensar colectivamente soluciones y generar réditos para la paz de forma clara, aportando soluciones a largo plazo,



ya que la ciencia se basa en hechos sociales y no en discursos, *"la paz no se decreta se construye"* (Gutierrez Diaz, 2025).

Por lo que, los activistas académicos y científicos —no solo sociales— debemos sumarnos a la conciencia colectiva de la educación y cultura para la paz, y constituirnos en un pilar de la paz como agentes de cambio, como agentes de paz, por lo que según (Ameglio, 2025) *"los académicos y científicos debemos hablar y gestionar la paz social, desde el activismo científico"*, necesitamos cambiar las narrativas arcaicas que justifican la violencia y cambiarlas por narrativas *ad-hoc* de paz desde la paz, para hacer trascender nuestra humanidad y dignidad asegurando sociedades pacíficas ciudades de paz.

Estamos obligados a diseñar todas las innovaciones sociales que sean necesarias para vivir en paz, estamos obligados a transmitir este conocimiento a la sociedad, a traducir de forma asequible estas formulas de entendimiento, de hacer de esta ciencia nueva —soluciones y prevención de la violencia— formulas cotidianas de fácil aplicabilidad, desde el niño hasta al adulto mayor, el activismo científico debe ser parte del constructo educativo social, debe ser motor de la cultura, debe ser colectivo e incluyente.

## 2.5 Emprendedurismo

Este pilar es parte igualmente de la estrategia de la sustentabilidad que representa el activismo científico en sinergia con la gestión de la paz. Una de las habilidades y competencias de mayor empuje de un agente de paz es su proactividad, su sensibilidad de actuar razonable y concienzudamente, y ello no es posible sin el torque del emprendedurismo ya que la estaticidad —característica de la sociedad moderna— no es una opción en la construcción de la paz, es una variable negativa que debe ser descartada de nuestro ciclo evolutivo.

Un activista debe tener fuerza además de la conciencia, fuerza física, fuerza mental, fuerza espiritual, desde la razón, ello lo distingue de otros activistas que su fuerza radica en el dolor o en el rencor, desde la victimología, ello también da fuerza, empero, tal vez no da la imparcialidad que el activismo científico requiere, situándose entonces solo como activista social, cuestión que genera réditos diferentes en las propuestas generadas por estos actores sociales.

El emprendedurismo como consecuencia de la cultura del emprendimiento potencia procesos creativos e innovadores, capaces de generar productividad y desarrollo a partir de la creación de nuevos escenarios de vida, por su constante sentido de la búsqueda de soluciones; el emprendimiento es una habilidad en el que *"las personas adquieren herramientas conceptuales y procedimentales útiles para su interacción con el medio, en términos del desarrollo de las competencias a través del reconocimiento de sus potencialidades"*,



visto en el mismo sentido como un proceso creativo abocado a *“la solución de problemas del entorno a partir de la aplicación del conocimiento”* (Duarte, 2009), de ahí la compatibilidad lógica funcional del activista científico y del emprendedor.

Estos dos rasgos distintivos de la solución de problemas a partir del emprendimiento — interacción y aplicación del conocimiento— son la fórmula idónea para que un activista científico pueda gestar soluciones e innovaciones sociales para generar paz desde la paz positiva y lograr el tránsito a la paz desde la paz, por lo que entonces (Duarte, 2009) nos explica:

*“El desarrollo local y regional busca aumentar las posibilidades de una sociedad, aprovechando las potencialidades de los sujetos como iniciadores de ideas innovadoras que causan impacto económico y social, posibilitando el crecimiento progresivo no solo en el empleo sino a nivel productivo y económico y social en las comunidades”.*

Esta idea destaca que las personas somos capaces de generar ideas innovadoras con un impacto productivo y constructivo, ello significa que tenemos la virtud —las personas— de crear conocimiento y soluciones que nos pueden hacer personas productivas, productoras de paz, condición de todo agente de paz, desde nuestras habilidades y competencias, por lo que ello nos hace imaginar que un agente de paz debe saber rotar los pilares de la paz positiva cuando acciona la paz o mejor dicho cuando opera la paz, desde el emprendedurismo, esto hace que:

*“Los individuos de un territorio aumenten las posibilidades que poseen los sujetos de tener oportunidades de desarrollar procesos productivos, que les permitan generar su propio empleo y riqueza, consintiéndoles además mejorar su calidad de vida y proyectarse a futuro como generadores de valor agregado a todos los procesos que hacen parte del funcionamiento económico y social de la comunidad”* (Duarte, 2009).

Si consideramos esta visión, es factible que como emprenderos de la paz, logremos gestar acciones de paz positiva como parte de un proceso productivo encuadrado en nuestro sistema de producción social, y hacer de la paz positiva el factor social del cambio que nos proporciona una mejor calidad de vida, efecto sin lugar a duda del emprendurismo de la paz, el reto es integrarlo a nuestra gestión de vida cotidiana, hacer de él una respuesta natural a los retos sociales, no necesariamente cuando surgen conflictos o violencia, ya que un reto de vida es la actuación tendente a la promoción de conductas positivas que mejoren la situación de las personas (Benitez, 2016), como elemento *sine qua non* de la calidad de vida.

(Alean Plco, Del Rio Cortina, Simancas Trujillo, & Rodriguez Areas, 2017) nos explican que el emprendimiento está estrechamente vinculado con el desarrollo humano, y es considerado una estrategia para lograrlo, ellos citan a Amartya Sen para sostener esta postura, desde la disponibilidad que tienen los individuos de disfrutar sus libertades, por lo que afirman *“el desarrollo puede concebirse como un proceso de expansión de las libertades reales que disfrutaban los individuos”*. Entonces emprender es vivir la libertad, emprender

impulsa el desarrollo humano, emprender es una estrategia enfocada en lograr escenarios de vida mejores, con niveles de calidad aceptables desde nuestro bienestar subjetivo percibido.

Si cavilamos esta postura, su lógica es innegable, afirmamos anteriormente que la libertad es una condición *sine qua non* de la paz, en el que las decisiones vitales deben ser operacionalizadas desde la autonomía de la voluntad, esto es desde la individualidad como capacidad de decidir en conciencia, si somos capaces de ello podremos vivir en paz, y generar entornos y comunidades pacíficas, desde la estrategia del emprendedurismo de la paz, significa tener iniciativa ante los retos de la vida sean desde la violencia, o sean desde la cotidianidad de la instrumentalización de la vida en sociedad.

## Conclusiones

Para lograr activar los pilares es necesario generar un proceso de gestión que los haga posibles, ello implica la transformación y solución del conflicto y de las violencias, desde el uso de metodologías específicas como lo son la mediación, la conciliación, el arbitraje, la justicia restaurativa, la justicia terapéutica y sumamos a estas la paz positiva, a través de técnicas coincidentes de estos métodos, como lo son la empatía, escucha activa, el encuadre, el parafraseo, el rapport, preguntas (abiertas, cerradas, circulares), agente de la realidad, Brainstorming o lluvia de ideas, entre otras que pueden que en su conjunto alinear la operatividad de los pilares y sincroniza su valor, para solucionar un conflicto o en su caso evitarlo, o mejor dicho aún, inhibir su existencia.

Es relevante destacar que estas técnicas son de fácil acceso y comprensión, implican un ejercicio de adaptabilidad a nuestro rol social, ya sea desde nuestra profesión o desde nuestra actividad social no importa si es política, lúdica, económica, cotidiana, etc. Lo relevante de estas técnicas es que pueden ser asumidas como habilidades socioemocionales e incorporadas a nuestra cotidianidad, ya que a través de ellas lograremos relacionarnos e interactuar con las personas ya que están estrechamente relacionadas con nuestros pensamientos y emociones. Nos ayudan a establecer nuestros vínculos, a construir relaciones positivas para poder tomar decisiones con responsabilidad hacia uno mismo y hacia el otro, enfrentando con ello de forma responsable —desde la paz— los desafíos de que la vida diaria nos impone.

El pensar a la paz desde un método de gestión o como un método de gestión, nos hace comprender la ductilidad que la paz positiva nos ofrece cuando enfrentamos el reto de la gestión de un conflicto, de vivir una situación en violencia o generadora de violencia, por lo que gestionar y transformar conflictos nos implica solucionar o prever el conflicto desde nuestra incursión como facilitadores del proceso de pacificación, en razón de la operatividad de los pilares de la paz positiva.

Gestionar implica organizar, planear y conducir un procedimiento que busca una solución concreta a un caso concreto, esto es muy común en cuanto a mediación nos referimos, en el que el mediador ayuda a las partes desde la óptica de una negociación asistida, como representante de la realidad provocando una comunicación efectiva entre las partes en conflicto y arribar a una solución.

Este mismo proceso es aplicable desde la misma óptica a la gestión de paz, en el que el operador será un agente de paz, haciendo realidad la conjugación del método, con el accionar consciente de las personas y de los pilares en la dimensión de su calidad de vida y el accionar sostenible en la dimensión de la sustentabilidad de la paz desde el "HACER", que implica la paz positiva y nos ofrece como consecuencia ser mejores personas, mas productivas y competitiva en la pluridimensionalidad de nuestras vidas, haciéndonos mujer y hombres mas felices.

## Referencias

- Achor, A. (2025). *La ventaja de la felicidad. Los 7 principios de la psicología positiva para alcanzar el éxito*. España: Gaia ediciones.
- Alean Plco, A., Del Rio Cortina, J., Simancas Trujillo, R., & Rodriguez Areas, C. (2017). El emprendimiento como estrategia para el desarrollo humano y social. *Saber, Ciencia y Libertad*, 107 - 123.
- Ameglio, P. (24 de Octubre de 2025). Ponencia Foro de analisis y propuestas de solución del conflicto Palestina-Israel. *Foro la paz desde la paz. Construyamos paz sin armas*. Monterrey, Nuevo León, México: Red Nacional parabra paz de la ANUIES.
- Benitez, I. (2016). La evaluación de la calidad de vida: retos metodológicos presentes y futuros. *Papeles del Psicologo*, 69 - 73.
- Cañez Cota, A. (2020). Activismo e investigación: recuperando el concepto de neutralidad valorativa en la formación de tipos ideales. *Revista latinoamericana de metodología de las ciencias sociales*, 2 - 16.
- Castrillon García, E. D. (2017). Poder y empoderamiento de las partes en la mediación de conflictos como estrategia de formación ciudadana. *Revista de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas - UPB*, 465 - 491.
- Duarte, T. (2009). Emprendimiento, una opción para el desarrollo. *Scientia et Technica*, 326 - 333.
- Efimovich Jvoshev, V. (2010). Naturaleza y esencia del activismo. *Contribuciones desde Coatepec*, 131 - 140.
- Esquivel Guerrero, J. A., Jiménez Bautista, F., & Esquivel-Sánchez, J. A. (2009). La relación entre el conflicto y el poder. *Revista de paz y conflicto*, 6 - 24.
- Gorjón Gómez, F. J. (2015). Teoría de la Impetración de la Justicia. Por la necesaria Ciudadanización de la Justicia y la Paz. *Comunitania*, 113 - 131.

- Gorjón Gómez, F. J. (2017). *Mediación su valor intangible y efectos operativos. Una visión integradora de los métodos alternos de solución de conflictos*. México: Tirant Lo Blanch.
- Gorjón Gómez, F. J. (2023). *Ciudades de paz*. Ecuador: UNICA.
- Gutiérrez Díaz, A. (24 de Octubre de 2025). Ponencia Foro la paz desde la paz. *Construyamos paz sin armas. Foro de análisis y de propuestas de solución del conflicto Palestina - Israel*. Monterrey, Nuevo León, México: Ren Nacional para la paz de la ANUIES.
- INEGI. (2024). *Estudio de percepción de la inseguridad. Encuesta INVIPE*. México: INEGI.
- Jiménez Bautista, F. (2009). Hacia un paradigma pacífico: la paz neutra. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales*, 141 - 189.
- Kallergi, A., & Landeweerd, L. (2025). Ciencia, activismo y acción climática: navegando por la credibilidad, la responsabilidad y el compromiso. *Revista ética académica*, 1 - 39.
- Lewis, S. (2009). El poder de la ciencia y el activismo. *Actualizaciones en sida*, 81 - 85.
- Miranda Medina, C. (29 de octubre de 2019). La mediación como constructo científico. *Tesis Doctoral del programa de Doctorado en MASC de la UANL*. México, Monterrey, Nuevo León: Tesis dirigida por Dr. Dhc. Francisco Gorjón.
- Oriol-Bosch, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica. Colaboraciones*, 77 - 78.
- Piaggio, A. (2009). Resiliencia. *Revista psicopedagógica*, 291 - 302.
- Restrepo Roza, J. A. (2006). El estoicismo como una propuesta alternativa para la contemporaneidad. *Revista LaSallista de Investigación*, 53 - 61.
- Rojas Cortes, N. A. (2019). Del alma y el individuo particularmente cualificado en el pensamiento estoico. *Mutatis Mutandis: Revista Internacional de Filosofía*, 11 - 27.
- Salzgeber, J. (2021). *El pequeño libro del estoicismo*. España: Urano.