Прочитайте текст и выполните задание.

Жизнь человека постоянно связана с насилием. Способ решения государственных, межличностных, национальных проблем с позиции силы, можно сказать, стал традиционным. Сильная воля, сильная власть, сильная рука — сила всегда имеет в нашем сознании позитивную окраску: сильный — значит, достойный уважения. Иное дело насилие. Насиловать, принуждать, неволить — «действие обидное, незаконное, своевольное» (В. Даль), то есть действие, понуждающее поступать кого-то вопреки своей воле, желанию, потребности. Но ведь насилие — это только применение силы. А сила обнаруживает себя исключительно в процессе приложения. Провести границу между «ненасильственным» применением силы и собственно насилием не представляется возможным.

Существование насилия как средства приобретения и сохранения прав и привилегий, экономического и политического господства — это общеизвестный факт. Этика ненасилия возникает именно тогда, когда само насилие уже правит миром, творит беззаконие. Идеалом для этики ненасилия стал принцип человеколюбия — универсальный, основополагающий моральный закон. Этика ненасилия — это обоснование таких принципов и методов решения проблем и конфликтов, которые исключают применение насилия над личностью (морального и физического).

Еще раз мы сталкиваемся с парадоксом или с кажущейся несообразностью: прощать должен пострадавший, причём прощать охотно и добровольно, и не в ответ на покаяние, а до всякого покаяния. Механизм «обижен — прости» должен срабатывать почти автоматически.

К жизни оказалось вызванным тихое, но стойкое сопротивление — несогласие, неповиновение, невоздаяние злом за зло. Человек, поставленный в безвыходное положение, униженный и бесправный, находит ненасильственное средство борьбы и освобождения (прежде всего внутреннее). Он как бы принимает на себя ответственность за зло, творимое другими, и искупает его своей неотдачей зла. Он ставит заслон злу, своим добром, своей любовью закрывая мир от разрушительного влияния ненависти. Тот, кто следует этой тактике, стремится открыть причину противоречия, противостояния, противоборства и воздействовать на неё, снять её остроту, а сам конфликт разрешить с наименьшими потерями для конфликтующих сторон. Этика ненасилия — это образ жизни, в соответствии с которым человек строит свои отношения с людьми, относится ко всему живому, к природе.

По П. Д. Кузнецовой

Найдите в приведённом тексте два авторских определения сущности этики ненасилия. Приведите их.