

Manuels de dissuasion civile non-violente

Comment organiser une AutoDéfense Non-violente

Martí Olivella i Solé



MONTABER

Collection : Critique et essai

Directeur : David Soler

**Version française au format PDF pour étude interne
avec le Mouvement pour une Alternative Non-violente (MAN) <https://nonviolence.fr>**

Manuels de dissuasion civile non-violente
Comment organiser une autodéfense non-violente
1re édition, février 2024

© 2024, Martí Olivella Solé

© Illustrations, Joan Lluch, objecteur de conscience et dessinateur

© De cette édition, ICG Marge, SL

Éditeur : Montaber – Marge Books
Brutau, 160, 1er D – 08203 Sabadell (Barcelone) Tél.
931 429 486 – montaber@montaber.es
www.montaber.es

Édition : Núria Gibert
Réalisation technique : Mercedes Lara
ISBN édition numérique : 978-84-19109-84-
2

Dépôt légal : B 2709-2024

Cet ouvrage est distribué sous licence Creative Commons dans la modalité Attribution-Pas d'utilisation commerciale-Pas de modification
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>

Manuels de dissuasion civile non-violente

Comment organiser une AutoDéfense Non-violente

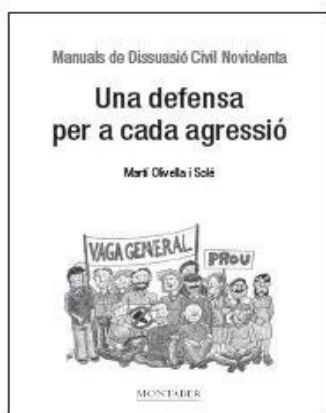
Manuel achevé le 10 décembre 2023, à l'occasion du 75^e anniversaire de la Déclaration universelle des droits de l'homme.

Cette édition a été rendue possible grâce aux personnes qui ont fait objection fiscale en 2022 et 2023 et ont affecté leurs contributions au projet Défense civile non-violente.

Les revenus nets provenant de la distribution du livre seront également affectés à la poursuite de ce projet.

Nous remercions tout particulièrement l'équipe de la maison d'édition Montaber pour le soin apporté à l'édition, sans lequel ces manuels n'auraient pas été accessibles.

Manuels de Dissuasió Civil Noviolenta



1 Una defensa per a cada agressió



2 Com organitzar una AutoDefensa Noviolenta



3 Com entrenar l'acció directa noviolenta



4 Què fer en cas d'una agressió armada

Ces manuels en catalan sont disponibles en plusieurs formats :

En version papier et en livre électronique (avec une version contenant les quatre manuels), sur le site web www.montaber.es.

Sur l'auteur

Martí Olivella i Solé (Barcelone, 1955) a été membre du premier groupe d'objecteurs au service militaire (1975-1977), où il a appris dans la pratique les éléments clés de la lutte non-violente avec Pepe Beunza. Il a été emprisonné pendant cinq mois au château de Sant Ferran (Figueres). Le mouvement des objecteurs a obtenu la reconnaissance du droit à l'objection au service militaire dans la nouvelle constitution de 1977. Et, grâce à un million d'objecteurs et 50.000 insoumis, le service militaire obligatoire a été aboli en 2001, première étape vers un monde sans armées ni guerres.

Cependant, étant donné qu'une partie des causes des guerres sont dues au système politique et économique, il s'est intéressé, grâce à Lluís Maria Xirinacs, à l'élaboration de modèles alternatifs de société autour d'Agustí Chalaux, au Centre d'Estudis Joan Bardina et, plus tard, à Ecoconcern-Innovació Social. C'est au sein de l'association Nova-Innovació Social qu'il a repris les propositions d'alternatives aux armées : avec les marches pour la culture de la paix, avec le conte *El planeta del foc*, avec le projet Castell per la Pau et avec les projets de soutien aux mouvements non violents en Irak, en Palestine, au Liban...

Depuis NOVACT (Institut international pour la non-violence active), ce soutien s'est étendu à une grande partie des mouvements non-violents de la rive sud de la Méditerranée. En 2011, en lien avec le mouvement des indignés du 15 mai et le début du processus d'autodétermination catalan, il

a écrit **Alliberem-nos de la violència i de la passivitat. Guia d'estratègia i acció noviolentes** (Libérons-nous de la violence et de la passivité. Guide de stratégie et d'action non-violentes). Il a également dispensé des formations dans le cadre de l'association *En peu de pau*, puis de www.lluitanoviolenta.cat

Il a participé activement au collectif Pau i Treva et au Seminari Estat de Pau, en encourageant la publication, par l'Institut catalan international pour la paix (ICIP), de divers ouvrages de référence sur les alternatives aux armées : **Construire un Etat segur i en pau**, **La Defensa Civil Noviolenta** (Gene Sharp), **Un servei civil noviolent : viabilitat i característiques** (Rubén Campos) ou **El Antigolpe** (Gonzalo Arias).

Le 30 janvier 2023, il a publié **AutoDefensa Noviolenta (#ADNcat) en 100 messages courts et une histoire incroyable**, traduite en espagnol et en anglais. Un an plus tard, ces **Manuels de dissuasion civile non-violente** offrent des pistes pour la mise en œuvre pratique des idées exprimées dans ces 100 messages.

Remarque : accès à ces titres et à d'autres documents sur

<https://www.equilibra.cat/llobres/>

<https://lluitanoviolenta.cat/recursos>

<https://www.icip.cat/ca/noviolencia-i-lluita-per-la-pau/>

Contact : info@lluitanoviolenta.cat

***Comme tout système de défense,
l'autodéfense non-violente
il faut s'organiser, s'entraîner
et faire preuve de détermination.
Cela ne sera dissuasif
que si l'agresseur potentiel perçoit la force de
votre refus total de coopérer.***

Une société très malade ! En phase terminale ?

Nous souffrons d'une maladie mentale très grave,
d'une maladie émotionnelle, psychique, physique,
et nous ne nous en rendons pas compte,
distracts et divertis par
des futilités consuméristes et partisanses ;
Nous sommes des
psychopathes sans empathie !
Seul cela peut expliquer l'apathie,
le silence et la complicité
face aux immigrants que nous noyons,
les populations que nous bombardons,
les défenseurs des droits que nous torturons, les
femmes que nous humilions et assassinons, les
enfants et les jeunes que nous
programmons avec de la violence pornographique et
des jeux vidéo ludiques,
les civils et les soldats que nous blessons,
violons, mutilons et tuons,
les peuples autochtones que nous exterminons,
la nature et la planète que nous détruisons...
Et quand commettons-nous ces atrocités ?

Nos jours sont comptés,
nous l'avons bien mérité,
acte après acte, silence après silence, l'effondrement et
l'extermination.

14/10/2023

Contenu

L'auteur.....	5
Contenu.....	11
Introduction.....	12
Motivation.....	12
Objectif.....	13
Comment organiser une AutoDéfense Non-violente.....	14
Diverses origines dans la création des groupes ADN.....	19
Cadre visant à renforcer les initiatives existantes basées sur les assemblées locales.....	21
Étapes pour créer un groupe ADN.....	22
Déclaration d'engagement.....	22
La stratégie non-violente : nous libérer sans générer davantage de violence.....	28
Conseils pour organiser l'autodéfense non-violente sans tomber dans les inerties habituelles	35
Articulation sociocratique.....	36
L'engagement personnel envers l'ADN.....	38

Introduction

Motivation

Si l'ouvrage **Alliberem-nos de la violència i de la passivitat. Manual de lluita noviolenta** (Libérons-nous de la violence et de la passivité. Manuel de lutte non-violente) a vu le jour en lien avec le mouvement des indignés du 15 mai 2011 et avec le processus d'autodétermination catalan en 2012 ; si le livre **AutoDefensa Noviolenta (#ADNcat) en 100 messages et une histoire incroyable** a été publié en réponse aux questions soulevées par la guerre en Ukraine et comme outil pour la campagne www.aturemlesguerres.cat, ces **Manuels de dissuasion civile non-violente** ¹veulent contribuer à concrétiser les propositions avancées précédemment, en particulier dans le contexte de la nouvelle phase de la guerre atroce d'Israël contre la Palestine.

Au cours des six dernières décennies, nous avons souffert et souffrons encore indirectement de nombreuses guerres à travers le monde. Elles m'ont bouleversé et m'ont donc poussé à me déclarer objecteur au service militaire et à rechercher des alternatives aux armées. Les êtres humains sont plus influençables par ce qui les touche de près que par ce qui leur est lointain, et surtout par les conflits que les faiseurs d'opinion publique, les grands médias, nous crachent au visage pendant que nous déjeunons ou

¹ Depuis avril 2025, le nouvel ouvrage « Abolir la guerre : Propositions pour l'autodéfense non-violente et la dissuasion civile » comprend le livre « Autodéfense non-violente » et deux des « Manuels de dissuasion civile nonviolente » (1 et 4). Le présent manuel (c'est le 3) s'intitule « Comment organiser l'autodéfense non-violente ».

dînons. Nous continuons à subir plus de trente conflits armés dans le monde, nous continuons à accepter passivement que des milliers de personnes, dont des milliers d'enfants, soient assassinées et mutilées. Mais lorsque la guerre en Ukraine envahit nos sentiments, lorsque le drame et le traumatisme infini que vit la population en Israël, à Gaza et en Cisjordanie nous frappent avec des cruautés et des atrocités inimaginables, alors nous nous sentons impuissants, mais nous ne voulons pas nous sentir vaincus, ni passifs, ni complices. Et nous n'oublions pas les guerres et les enfants morts ou mutilés en Afghanistan, au Sahara occidental, en Syrie, au Kurdistan, au Yémen, en Éthiopie, au Soudan... et noyés en Méditerranée. Il est honteux que nous continuions à accepter que les gouvernements et les entreprises nous fassent croire que les guerres résoudre les conflits et les traumatismes, sans en générer d'autres !

La petite contribution, au cas où cela pourrait un jour aider quelqu'un à sortir de ces spirales infernales de violence, de terreur, de destruction, de mutilation... est d'indiquer qu'il existe d'autres voies que la destruction mutuelle assurée. Des voies pour « relativiser » la vérité absolue de chaque partie, pour créer des espaces d'écoute des besoins insatisfaits de chacun, pour rechercher des équilibres où chacun se sentirait plus respecté dans ses droits et pour nous défendre légitimement sans avoir à tuer, sans avoir à agresser. Il faut éviter que notre défense ne justifie une attaque contre l'adversaire qui, à son tour, activera son droit à une défense meurtrière contre nous, dans un cycle sans fin.

Au rythme où nous allons, ces voies ne seront peut-être pas mises en place à temps avant qu'un effondrement et une extermination généralisée ne mettent l'humanité, ou une grande partie d'elle, au bord de la survie, comme c'est déjà le cas pour des millions de personnes à travers le monde. Je n'ai pas le pouvoir d'arrêter les guerres entre États qu'un groupe de psychopathes – sans aucune empathie pour la souffrance d'autrui – attisent pour maintenir leur pouvoir, leur ambition et leur arrogance démesurée ; ni d'activer les majorités silencieuses complices, manipulées ou convaincues que la défense armée est légitime et nécessaire. Mais je me sens responsable de partager ces voies non-violentes que la vie m'a fait connaître et, dans une moindre mesure, expérimenter.

Car si nous ne choisissons pas la voie non-violente, cela signifie-t-il que nous choisissons la voie violente ?

Objectif

Le livre **AutoDefensa Noviolenta (#ADNcat) en 100 messages et une histoire incroyable** rassemble les principales idées et expériences qui fondent une alternative à la défense militaire armée. Mais, comme c'est normal avec un sujet aussi nouveau, des questions se posent sur la manière de l'appliquer dans différents scénarios, comment créer des groupes ADN, comment améliorer l'action non-violente et ce que nous pouvons faire concrètement en cas d'agression (invasion, occupation) armée. C'est pourquoi nous présentons **quatre manuels** qui peuvent être lus séparément et dans l'ordre qui semble le plus approprié à chacun.

1. Une défense pour chaque agression

Nous présentons quelques éléments introductifs permettant d'identifier le contexte et les caractéristiques propres à chaque conflit susceptible de dégénérer en conflit armé, en fonction du type d'agression armée et du type de défense violente (guerre) ou non-violente.

2. Comment organiser une autodéfense non-violente

Ce manuel propose quelques éléments pratiques pour créer et organiser groupes d'autodéfense non-violente, et son articulation en réseau.

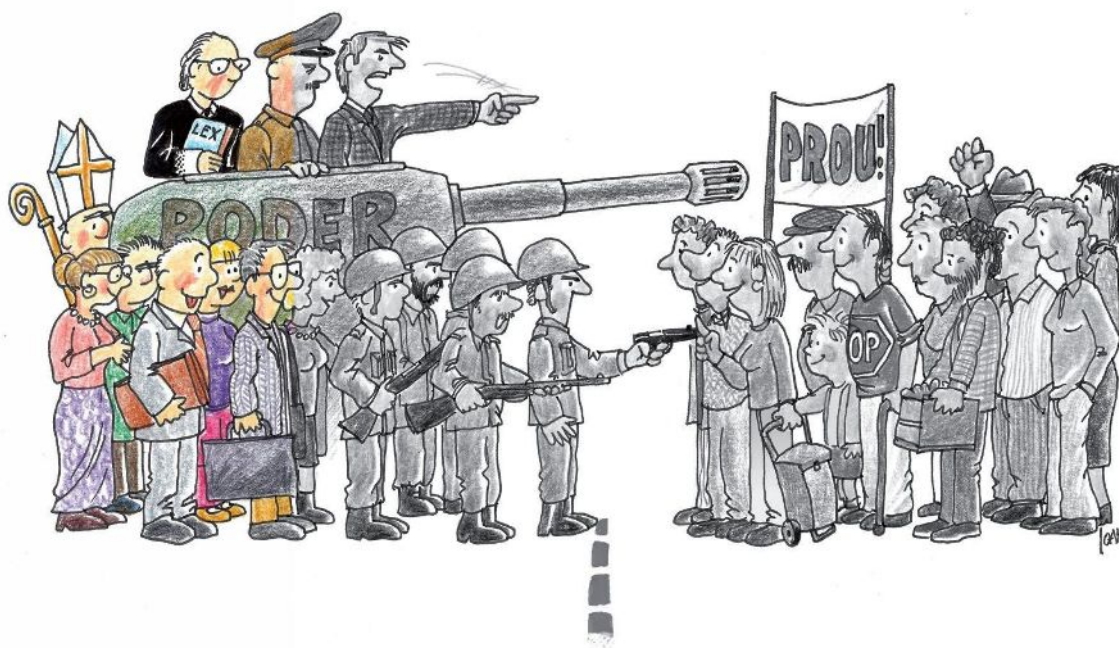
3. Comment former à l'action directe non-violente

Des techniques d'action directe non-violente et d'organisation des services d'ordre lors de rassemblements sont proposées afin que les collectifs intéressés puissent les adapter, s'y former et les mettre en pratique.

4. Que faire en cas d'agression armée

Des stratégies, tactiques et techniques non-violentes appliquées dans des expériences de résistance pour faire face à des invasions et occupations armées sont compilées et classées.

Comment organiser une AutoDéfense Non-violente



Ce manuel propose quelques éléments pratiques pour créer et organiser un groupe d'AutoDéfense Non-violente (ADN) et son articulation en réseau.

Avant de préciser comment créer un groupe ADN, passons brièvement en revue les antécédents qui le justifient, repris dans le texte fondateur — datant du début de l'année 2022 — du projet Système civil de défense non-violente :

Lorsque, dans les années 70, certains jeunes nous avons encouragé **l'objection de conscience** au service militaire, **notre objectif** n'était pas seulement la reconnaissance d'un droit, mais aussi **de contribuer**, par notre geste, à **mettre fin aux armées et aux guerres**. En trente-cinq ans de luttes non-violentes, avec 1 000 ans de prison cumulés pour près de 2 000 objecteurs et insoumis, nous avons contribué à mettre fin au service militaire obligatoire, mais l'objectif **d'éliminer les armées et les guerres** restait en suspens.

Pendant cinquante ans, en particulier après la fin de la guerre froide, le mouvement pacifiste **a abandonné les projets de défense populaire ou civile nonviolente** et, par conséquent, la mise en place des bases d'une alternative aux systèmes militaires de défense armée. Ici et dans le reste du monde, certaines minorités ont continué à accumuler des expériences et à construire un cadre théorique qui soutient la nécessité et la viabilité des systèmes civils de défense non-violente.

L'une des raisons fondamentales de cet abandon est que les risques, les menaces et les dangers sont beaucoup plus vastes que ceux pris en compte dans les systèmes de défense et de sécurité militaires. Il est donc nécessaire **de mettre en place des systèmes de « sécurité humaine »** dans tous les domaines, et pas seulement dans celui de la « sécurité et de la défense nationales » (liés aux intérêts des États et aux frontières).

Cependant, **les guerres**, qu'elles soient lointaines ou proches, continuent d'exister et de causer des ravages. Au-delà de la tâche

indispensable qui consiste à tenter de combattre les causes qui les génèrent ou à mettre en œuvre des politiques visant à les éviter, **les sociétés**, lorsqu'un conflit armé éclate ou qu'elles se sentent menacées par celui-ci, **se tournent vers les armées en l'absence d'alternatives efficaces.**

Par conséquent, **tant qu'il n'existera pas d'alternative de défense non-violente**, les sociétés continueront à danser au rythme de la musique militaire dramatique et à justifier leur existence sous le couvert du droit à la légitime défense.

Depuis des siècles, **on nous a fait associer la légitime défense** (protection et sécurité) **à la défense militaire armée violente** (vulnérabilité et insécurité), de sorte que nous ne réalisons plus à quel point **la défense militaire armée violente est l'arme des puissants** pour maintenir ou redistribuer leurs privilèges et accumuler plus d'argent, tant dans l'industrie et le financement de la destruction que dans la reconstruction. Au nom de la défense, celle-ci génère plus de destruction qu'elle ne prétend en éviter.

Tout peuple, toute nation, tout État... **a droit à la légitime défense**, mais celle-ci n'est ni efficace ni légitime si elle repose sur la destruction de son adversaire, qui invoque également la légitime défense. Et encore moins à **l'ère de la menace nucléaire** : son utilisation au nom de la légitime défense conduit à une destruction mutuelle assurée !

Les sociétés doivent **améliorer leur sécurité mutuelle** et, pour cela, elles doivent réduire tout système et toute dépense qui constituent une menace pour les autres sociétés et pour le monde.

La voie de la défense militaire violente n'a pas d'avenir. Il est donc nécessaire de miser sur des voies civiles de défense non-violente. Cependant, les quelques États qui ont mis en place des politiques de défense civile l'ont fait uniquement en complément de la défense militaire.

Seules **des initiatives citoyennes, civiles, populaires...**

d'autodéfense non-violente peuvent jeter les bases d'une alternative aux armées. **Il ne suffit pas de dire « non à la guerre » ou de « critiquer le militarisme » ou de « faire objection fiscale aux dépenses militaires pour affecter les fonds à des fins sociales ».**

Tout comme les premiers objecteurs ont montré, **grâce à des services civils autogérés**, qu'il existait une **alternative au service militaire obligatoire**, nous devons aujourd'hui démontrer **que nous avons des alternatives aux systèmes de défense et de sécurité militaires violents** grâce à un **réseau de groupes civils d'AutoDéfense Nonviolente** sur le territoire.

La proposition de créer **des groupes d'AutoDéfense Non-violente** vise à créer **des cercles locaux formés à la lutte non-violente pour défendre chaque territoire contre les agressions, les insécurités et les déséquilibres de toutes sortes dont il souffre aujourd'hui. Ces cercles pourront être, si nécessaire, la base organisée pour contrôler efficacement le territoire et faire face aux agressions armées, quelle que soit leur origine.**

La coordination locale entre les personnes issues de différents mouvements et entités sociales permet de comprendre, de renforcer et de **relier les luttes correspondantes, les rendant plus efficaces** dans chaque localité et dans l'ensemble du pays.

Cette articulation locale, régionale... ne nie pas, mais **renforce plutôt la mise en place d'un système civil de défense non-violente nationale**, et dans le cas catalan, utile également pour ceux qui souhaitent avancer vers l'indépendance et pour sa défense une fois celle-ci obtenue.

Diverses origines dans la gestation des groupes ADN

Nous avons vu qu'il est difficile pour un État constitué avec le monopole de la force armée, de la défense militaire armée, de miser sur la création d'une défense civile non-violente alternative.

Par conséquent, avant de renoncer à cette voie alternative par manque de soutien officiel, nous misons sur sa création par les citoyens, en créant des groupes d'AutoDéfense Non-violente (ADN).

Ces groupes peuvent être créés à partir de trois situations :

- **Créer un nouveau groupe**

Une ou plusieurs personnes d'un même lieu, liées ou non à des groupes existants, décident de créer un groupe ADN. Elles estiment qu'il s'agit d'un moyen efficace d'améliorer la vie collective grâce à une plus grande cohésion sociale et de jeter les bases citoyennes d'un système de protection, de sécurité et d'autodéfense sans dépendre des armées ni des caprices et intérêts qui les conditionnent, contribuant ainsi à un pays et à un monde plus pacifiques.

- **À partir d'un groupe existant**

Un collectif ou une association qui œuvre déjà pour la défense des droits et des libertés, dans la résistance aux agressions sociales, environnementales, culturelles, nationales... estime que ses objectifs et ses actions peuvent acquérir une dimension plus profonde ou plus large s'il devient un groupe ADN.

- **À partir d'un regroupement de groupes existants**

Divers collectifs ou associations considèrent que leurs objectifs et actions respectifs peuvent avoir une plus grande pertinence et efficacité s'ils se constituent en regroupement ADN.

Cadre pour renforcer les initiatives existantes sur la base d'assemblées locales

Une grande partie des mouvements et des entités sociales qui se constituent au niveau national sont structurés ou renforcés localement dans des assemblées, des groupes, des conseils, des sections...

Voici quelques exemples récents (dans le cas catalan), qui ne prétendent pas être exhaustifs:

- Campagne AturemlesGuerres.cat (une vingtaine de groupes locaux dans toute la Catalogne).
- Assemblée pour la transition Écosociale
- Arbre des Assemblées (Xirinacs) (mise à jour du projet au sein du PAS)²

Chacun d'entre eux, comme la plupart des mouvements sociaux, des ONG ou des coordinations d'entités, se concentre sur un thème clé, sur la défense contre une agression, avec des cultures organisationnelles diverses — plus verticales ou plus horizontales — et ne trouve pas toujours un cadre plus large pour renforcer et relier leurs luttes respectives, tant au niveau local qu'au niveau national ou mondial.

Il est nécessaire d'évaluer si, sans renoncer aux objectifs et aux motivations de chaque collectif, le fait de se considérer comme faisant partie d'un mouvement plus large peut améliorer les résultats, faciliter la coordination et renforcer la motivation. Défendre son quartier, son village ou sa ville est très motivant, mais le faire dans le contexte de la défense de son pays ou de la contribution à la paix mondiale peut l'être encore plus.

² Association à but non lucratif PAS : (Amis du Chemin-Services de participation et de durabilité).

Étapes pour créer un groupe ADN

Si une ou plusieurs personnes, entre trois et sept, ont manifesté leur intérêt mutuel pour la constitution d'une ADN, elles ont certainement déjà lu le document que nous allons commenter ci-dessous, qui est une proposition concrète issue de diverses initiatives.

Déclaration d'engagement

Ce document consensuel est disponible (en catalan) en format numérique à l'adresse suivante :

<https://luitanoviolenca.cat/recurs/declaracio-de-compromis-amb-autodefensa-noviolenca>

Nous le reproduisons ci-dessous avec des commentaires explicatifs [en gris]. Au fur et à mesure de notre lecture, nous suivrons les étapes à suivre et les textes à compléter :

Déclaration d'engagement envers l'AutoDéfense Non-violente de

.....

[Il convient d'inclure ici le nom de la localité, du thème ou du secteur du groupe ADN.]

Jeter les bases d'un **système civil de défense non-violente**

[que nous avons mentionné au début].

Une proposition concrète dans le cadre de diverses initiatives (catalanes) telles que :

- L'Arbre des assemblées (Xirinacs) : <http://chalaus.org/demotica/xdemctin.htm>.
- Le convivialisme : <https://t.me/convivialisme>.
- Le Manifeste Ré-évolution non-violente ou extermination : <https://luitanoviolenca.cat/re-evolucio-noviolenca-o-extermini>.
- La démocratie communale : <https://directa.cat/una-forca-collectiva-per-a-tres-combats/>.

[Ces liens peuvent servir à trouver différentes inspirations organisationnelles des ADN.]

Déclaration

Les AutoDéfenses Non-violentes (ADN) veillent à **l'équilibre des relations humaines et avec la nature** dont nous faisons partie, et nous voulons, **en renonçant à toute forme d'agression et de violence**, atteindre les objectifs que nous nous sommes fixés.

Un indicateur clé pour connaître **le degré d'équilibre des relations** sur un territoire (rue, quartier, village, ville, région, nation...) est le **degré de cohésion sociale et avec la nature** des personnes qui y vivent. Une forte cohésion communautaire est le résultat d'un haut degré de satisfaction des besoins humains, ce qui rend ce territoire habitable pour tous.

[Cette déclaration énonce les objectifs généraux et le renoncement explicite au recours à la violence pour les atteindre. Elle établit un lien entre la cohésion sociale et la satisfaction des besoins exprimés de manière très synthétique dans le décalogue suivant, que chaque ADN peut développer ou concrétiser dans sa réalité, sans le contredire.]

L'ADN souhaite contribuer, directement ou par le biais de pressions politiques, à ce que toute personne vivant dans son domaine, au minimum:

1. **Ne souffre ni de la faim ni de la soif**, ne soit pas mal nourri et ait une alimentation saine.
2. **Ne souffre pas du froid ou de la chaleur extrême**, dispose de vêtements appropriés et d'un logement décent.
3. **Ne soit pas abandonnée ni discriminée** en raison de sa diversité ou de son origine personnelle ou collective.
4. **Ait une occupation libre, digne et utile** ; dispose de revenus adaptés à ses besoins et à ses possibilités.
5. **Puisse avoir un mode de vie sain, avec les soins et l'attention** nécessaires pour faire face à toute maladie.
6. **Avoir accès à des connaissances et à des informations véridiques** adaptées à ses intérêts.

7. **Pouvoir exprimer librement et de manière responsable** ses opinions et ses préférences.
8. **Pouvoir influencer et participer** aux décisions communautaires et politiques dans différents domaines.
9. **Ne pas être agressé ni subir de violences** en toute impunité sans bénéficier d'une protection et pouvoir être indemnisé.
10. **Vivre dans un environnement non dégradé**, où l'air, l'eau, les sols, la flore et la faune ne sont pas endommagés.

Pour progresser vers ces objectifs, l'ADN utilise les capacités de la voie non-violente :

[Parmi les différentes conceptions de la non-violence, nous en avons retenu quelques-unes et les avons organisées afin de faciliter le dialogue et de mettre en évidence leur complémentarité.]

- **Conscience** de l'interconnexion et du respect entre tous les êtres humains et tous les êtres vivants.

[À la base de toute conception de la non-violence se trouve la culture de cette conscience du lien profond entre tous les êtres vivants et, **bien sûr, entre tous les êtres humains, d'où découle le respect de leur vie, de leur intégrité et de leur dignité. Différentes traditions de sagesse** invitent à cultiver cette conscience aimante. Le constat est que, sans cette culture de la paix, les humains ont tendance à traiter les autres de manière superficielle, les considérant uniquement comme des concurrents, des adversaires ou des ennemis, et non comme des personnes qui peuvent, consciemment ou inconsciemment, nuire à d'autres.]

- **Communication empathique** dans les relations interpersonnelles et les conflits sociaux. <https://cnvfrance.fr/communication-non-violente/>

[La diversité des origines, des valeurs, des intérêts, des besoins... rend

difficile notre communication avec les autres et peut devenir un piège dans lequel nous oublions le lien profond qui nous unit. Cependant, c'est aussi une occasion de cultiver la conscience et d'en tester les fruits. Les formes habituelles de communication sont biaisées par des jugements et des préjugés envers les « autres ». Nous disposons actuellement de méthodes qui nous aident à prendre conscience des difficultés d'une communication empathique basée sur l'écoute active, la description sans jugement des faits qui nous affectent et la découverte des sentiments et des besoins insatisfaits qui se cachent derrière les conflits que nous vivons.]

- **Lutte non-violente** pour faire face à la violation des droits et des libertés.
- [Nous partons d'un conflit ou situation éthiquement inacceptable que nous voulons surmonter :
 - **De la violence subie** et de la tentation contradictoire de l'exercer pour nous libérer. Agir avec haine ne nous rend pas meilleurs que nos ennemis.
 - **Et de la passivité subie** et de la tentation contradictoire de « tout laisser tomber » pour nous libérer. La passivité nous rend complices de la violence armée et structurelle.

Pour nous renforcer en tant que citoyens actifs, en tant que peuple qui veut surmonter la passivité, nous distinguons trois grands types d'action citoyenne :

- **Le refus de la violence**, compris comme l'opposition à l'usage de la violence. C'est la culture anti-violence.
- **La non violence**, comme renonciation ponctuelle à la violence, de manière tactique.
- **La non-violence**, stratégie visant à transformer les conflits ; également connue sous les noms d'*ahimsa*, *satyagraha* ou *sarvodaya*.

Nous appelons **lutte non-violente** une lutte transformatrice qui non seulement renonce à la violence, mais qui comprend également un

ensemble d'éléments et d'actions propres à la **voie non-violente**.
Selon le type d'agressions auxquelles est confrontée la lutte non-violente, nous distinguons :

- **La résistance civile non-violente** pour faire face aux agressions violentes.

[Lorsque des groupes ou des classes sociales subissent des agressions de toutes sortes (violences culturelles, économiques, structurelles, judiciaires, policières...), ils ont besoin de se protéger et de se défendre sans générer davantage de violence. Dans ce cas, nous utilisons **la résistance civile non-violente**, un terme qui, dans le monde anglo-saxon, est parfois utilisé comme synonyme de lutte non-violente.]

- **Défense civile non-violente** pour faire face aux invasions et aux occupations armées

[Lorsqu'un pays subit une agression armée ou militaire, avec un degré plus ou moins important d'invasion ou d'occupation de son territoire, la société a besoin de se défendre sans générer davantage de violence. Dans ce cas, nous utilisons la **défense civile non-violente**. Dans le monde anglo-saxon, on utilise des termes tels que défense civile, défense sociale, par des moyens civils ou non-armée. Dans notre cas, nous mettons l'accent sur l'AutoDéfense (uniquement défensive, non offensive), réalisée par la société elle-même (auto-) et non-violente (sans recours à des armes létales ni à des armées).]

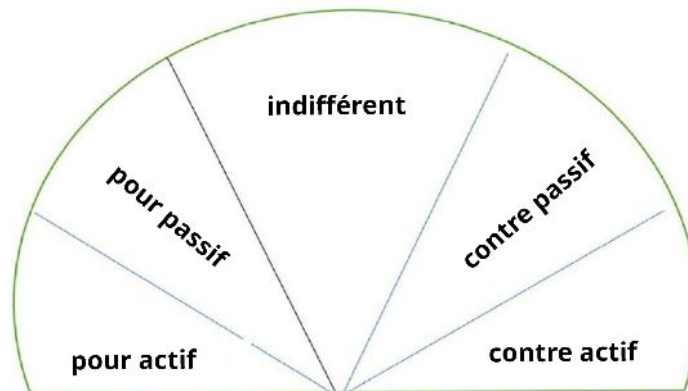
La lutte non-violente doit avoir un objectif équitable et véritable.

[De par sa nature, la lutte non-violente cesse d'être non-violente si l'objectif qu'elle poursuit n'est pas orienté vers le bien commun et l'équité. Nous devons vérifier, par l'étude et le dialogue, que l'objectif de la lutte que nous allons mener est clair et transparent (et non obscur), argumenté, défendable, équitable, équilibré et vrai. Il est essentiel de s'assurer que nous ne cachons pas d'intérêts inavouables et que nous ne rompons pas les liens de respect envers d'autres

personnes ou groupes.

Une façon d'y parvenir est d'utiliser le « éventail des positions », dans lequel chaque personne adopte un rôle pour ou contre la cause pour laquelle nous voulons lutter (voir illustration).

Ventilation des positions face à une cause



Cet exercice permet de « relativiser » les positions fermées, mais aussi de mieux comprendre les motivations, les intérêts ou les besoins de chaque partie.

Et, dans un deuxième temps, cet éventail permet de cibler l'action vers un public déterminé : nous voulons changer la position et le comportement de l'un de ces groupes. Par exemple, que les personnes qui sont pour, mais passives, deviennent actives, ou que les indifférentes deviennent favorables...].

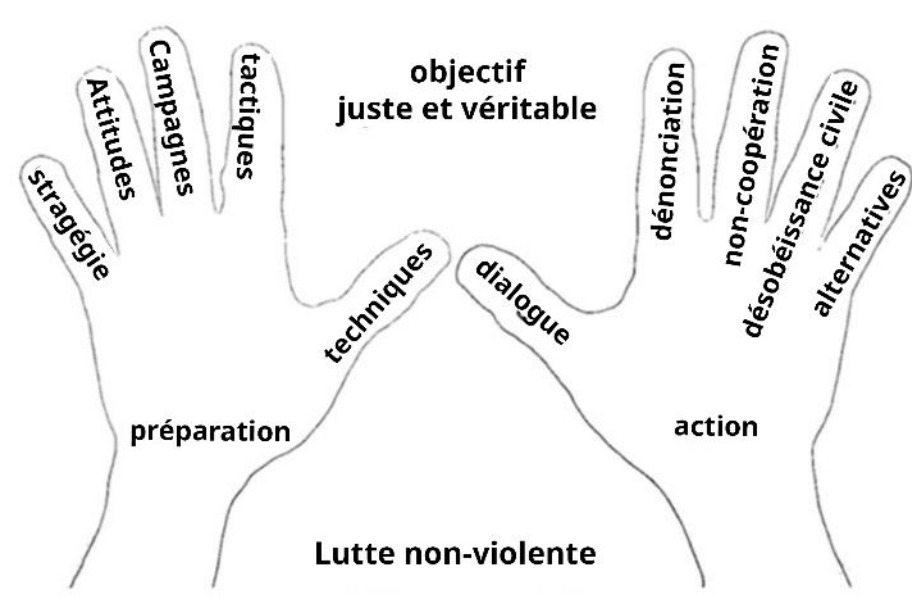
La **lutte non-violente**, comme toute autre lutte, a besoin de certains éléments clés :

[La lutte non-violente n'est pas un jeu pour passer le temps et ne peut être limitée ou confondue avec les voies civiques, pacifiques ou démocratiques, électorales, judiciaires, médiatiques... Comme toute lutte sociale et politique, elle exige des efforts et comporte des risques, mais elle sera inutile s'ils n'incluent pas les autres éléments propres à toute lutte, mais dans ce cas dans la logique de la voie non-violente. [Voir la figure].

- **Stratégie** : comment nous parviendrons le changement que nous souhaitons, l'objectif que nous voulons atteindre.
- **Attitudes** : comment susciter l'empathie et amener de nombreuses personnes indifférentes à soutenir la cause.
- **Campagnes** : comment articuler différentes actions en messages clairs qui aident à avancer.
- **Actions** : comment concentrer notre énergie sur des objectifs réalisables qui nous rapprochent de notre but.
- **Techniques** : comment nous formons et exerçons les capacités nécessaires pour mener à bien des actions avec succès.

Et lance des actions ou des campagnes spécifiques de :

- **Dialogue** : qui visent à discuter, à négocier avec l'adversaire à tout moment (avant, pendant et après...).
- **Dénonciation** : qui vise à faire émerger le conflit, montrer les déséquilibres, les injustices...
- **Non-coopération** : ils cherchent à retirer leur collaboration à l'adversaire sans rien faire d'illégal...
- **Désobéissance civile** : ils cessent de se soumettre à des lois ou des normes injustes en assumant les risques.
- **Création d'alternatives** : ils montrent à quoi ressemblerait la vie si l'injustice dénoncée disparaissait.



La stratégie non-violente : nous libérer sans générer davantage de violence

Nous faisons une parenthèse dans la Déclaration d'engagement envers l'autodéfense non-violente que nous suivons, pour inclure le décalogue, publié initialement par *En peu de pau* en 2017³, qui rassemble la séquence des éléments de la lutte non-violente :

- 1. Nous organiser pour faire face à cette situation inacceptable et élaborer une stratégie non-violente pour la transformer.** Personne ne le fera pour moi, pour nous. Ceux qui en sont convaincus, ceux qui se sentent responsables, doivent passer à l'action. Mais tout mouvement social, s'il veut se développer et avoir un impact, a besoin d'une forme d'organisation qui rassemble les volontés, facilite l'implication et l'engagement et qui, en même temps, soit opérationnelle en fonction de ce qu'il veut réaliser et de la manière dont il veut le faire.
- 2. Expliciter et assumer l'engagement envers la non-violence avec le risque personnel et collectif que cela peut comporter.** Une déclaration publique qui manifeste l'objectif, les moyens non-violents et les types d'actions que l'on souhaite entreprendre renforcera le mouvement pour assumer l'éventuelle répression, lui donnera de la cohérence et légitimera l'isolement de tout acte violent, interne ou externe.
- 3. Choisissez un objectif concret, réalisable avec les capacités du groupe,** qui va dans le sens de l'objectif général et qui, malgré les défis et les difficultés qu'il comporte, est réalisable dans un certain délai. C'est l'un des points clés de la stratégie non-violente : choisir un objectif ni trop facile ni impossible. Un objectif concret à la hauteur des possibilités et des capacités du groupe, et qui peut être élargi à d'autres groupes.

³ Extrait de Olivella, Martí : Alliberem-nos de la violència i de la passivitat. Guia d'estratègia i d'acció noviolentes. Barcelone : Ed. Equilibra, 2016.

4. **Proposer et générer, si possible, des alternatives viables pour transformer le conflit.** Il est nécessaire d'offrir une alternative viable qui remplace ou améliore la loi, l'institution ou les coutumes que nous contestons. Montrer qu'il existe une autre manière de remplir cette fonction que nous rejetons permet d'ouvrir la voie à l'union des forces. Cela suscite également la sympathie de la population, qui perçoit ainsi la bonne volonté créative et non destructive de ceux qui mènent l'action. Proposer des alternatives, c'est à la fois parier sur une issue créative à ce que nous considérons comme inacceptable et mener une forme de lutte qui démontre qu'il est possible de surmonter la situation actuelle.

5. **Toujours essayer, avec l'adversaire, le dialogue et la coopération pour trouver une solution.** Dans un premier temps, il faut essayer d'établir un dialogue constructif avec l'adversaire. Nous devons rechercher l'union des forces opposées. Peut-être l'adversaire a-t-il des raisons ou des sentiments que nous n'avons pas pris en compte ; peut-être nous écouterait-il. Il faut présupposer la cordialité. La tentative de dialogue, en cas d'échec, légitimera les étapes suivantes.

6. **Tirer parti, attendre ou provoquer une crise plus large, comme une opportunité de changement.** Pour la viabilité d'un processus de libération sur un conflit concret, il est nécessaire de considérer le contexte, de prendre en compte tout facteur externe au groupe qui pourrait être déterminant pour le renforcement, l'extension et le succès de l'action. Nous parlons de la crise, qu'elle soit économique, politique, environnementale ou générale. La crise ébranle les certitudes, les pouvoirs, les institutions, les coutumes. La crise peut devenir une occasion pour que l'objection et l'alternative à la situation injuste puissent aboutir. Faire ce que nous pensons devoir faire, au-delà de circonstances qui ne semblent pas favorables, nous prépare et nous place en bonne position pour le moment où elles le seront. Nous ne verrons pas toujours les résultats, nous ne réussirons pas

toujours, mais comme le dit Pepe Beunza : « Il n'y a qu'un seul combat perdu, celui que nous n'avons pas commencé. »

7. **Si le dialogue n'aboutit pas, lancer une dénonciation publique et poser un ultimatum.** Nous essayons d'atteindre un objectif concret qui réduise la passivité et la violence grâce à une conjonction maximale et un choc aveugle minimal des forces. Si nous avons tenté une solution négociée et que nous avons échoué ; si, malgré avoir dénoncé la situation et appelé à l'implication de l'opinion publique, l'adversaire ne modifie toujours pas la situation, il faut passer à l'étape suivante. Il faut envoyer un ultimatum pour demander un changement avant une date précise. Et annoncer que, passé ce délai sans obtenir de réponse positive, nous entreprendrons des actions de non-coopération et, si nécessaire, de désobéissance civile.

8. **Lancer des campagnes de non-coopération.** Lorsque la dénonciation n'a pas suffi à changer la situation, une réponse possible est de cesser de coopérer. Les actions de non-coopération les plus courantes sont les grèves du travail, mais aussi les grèves de consommation ou de vote (boycotts). La grève de la faim n'est pas un outil de pression ou de chantage, c'est une action visant à réveiller les amis et le peuple afin qu'ils sortent de leur passivité complice. Toute relation de pouvoir d'une minorité se maintient parce que la majorité coopère, collabore, que ce soit par action ou par omission. Lorsque nous ignorons une situation violente ou une loi injuste, nous nous rendons complices de collaboration et, en partie, nous sommes coresponsables de l'injustice.

9. **Promouvoir des campagnes de désobéissance civile en assumant les conséquences.** Lorsque la non-coopération n'a pas suffi à susciter un changement ni à obtenir un dialogue, nous pouvons exercer notre droit, et notre devoir, de désobéir à une loi injuste. La désobéissance civile est un ensemble d'actions non-violentes consistant à refuser d'obéir à certaines lois, politiques ou actions considérées comme injustes ou illégitimes par les désobéissants, dans le but de les invalider, de les transformer ou

de les remplacer, au profit du bien commun. Les actes de désobéissance civile sont considérés comme illégaux et peuvent donc être déclarés criminels. Les militants font connaître leur désobéissance publiquement et doivent être prêts à en assumer la responsabilité et à en accepter les conséquences. Cette attitude claire de prise de position légitime l'acte, met en évidence le fait dénoncé et renforce la conscience civique et le sentiment d'injustice.

- 10. Enfin, établir un dialogue permettant de trouver une solution équitable.** Toute stratégie non-violente vise à atteindre l'objectif en générant le moins de confrontation aveugle possible. Si, à l'issue de tout le processus, nous avons réussi à modifier la conscience de l'opinion publique pour qu'elle sorte de sa passivité et mise sur le changement, et si nous avons réussi à modifier la position des adversaires, principaux responsables de la violence que nous voulons réduire, le moment sera alors venu de négocier la meilleure solution. Un résultat positif nous aura permis de nous fixer un objectif plus ambitieux, avec un plus grand soutien social. Un résultat négatif nous aura permis d'apprendre de nos capacités et de nos limites, et nous donnera des pistes pour mieux faire à l'avenir.

[Après avoir présenté la voie non-violente et ses éléments, il est maintenant nécessaire d'aborder la procédure proposée pour commencer à rendre opérationnel le groupe ADN, en tenant compte de ce que nous avons dit dans la section « Diverses origines dans la gestation des regroupements (ADN) ». Continuons donc avec la Déclaration.]

L'ADN s'auto-organise en petits cercles de volontaires qui font :

- a) **Diagnostic** des déséquilibres et **hiérarchisation** des agressions les plus graves.
- b) **Plan de résilience** pour réduire les déséquilibres et les agressions.
- c) **Formation**, entraînement et organisation de la voie non-violente.
- d) **Campagnes** non-violentes de défense et d'équilibre territorial

pour mettre en œuvre le plan.

- e) **Coordination** avec d'autres ADN pour amplifier l'impact des campagnes.

[Nous exposerons plus en détail la proposition de procédure et d'organisation pour commencer à rendre opérationnel le groupe ADN.]

- a) **Diagnostic** des déséquilibres et **hiérarchisation** des agressions les plus graves.

[Comment pouvons-nous dresser une liste commune des agressions ?

Comment pouvons-nous les hiérarchiser afin de convenir d'une campagne de lutte non-violente qui puisse être commune et, par conséquent, avoir plus de succès ?

Chacun peut faire des copies du tableau ci-joint et suivre les étapes suivantes :

1^o. En **petits groupes** (d'environ sept personnes chacun), **dressez une liste des agressions les plus importantes** que vous subissez dans votre environnement, en veillant à ce que chacun puisse exprimer son opinion.

2^o. **Dressez une liste commune** (si vous êtes plusieurs petits groupes).

3^o. À partir de la liste commune, **chacun coche les deux agressions** qu'il considère **comme les plus importantes** et, en même temps, celles **auxquelles vous pouvez, selon lui, faire face avec succès**.

4^o. Une fois que vous aurez vu **quelles sont les agressions les plus choisies**, chacun indiquera **celles auxquelles il aimerait participer** afin d'organiser une campagne de lutte non-violente pour y faire face.

Marquez d'un X les deux prioritaires.	X

Soulignez l'agression que vous avez choisi avec l'accord de tous :

[Il ne s'agit pas de négliger aucune cause, mais bien de donner la priorité à certaines causes communes... Lorsque nous menons tous les combats à la fois, nous ne progressons souvent dans aucun.]

b) Plan de résilience pour réduire les déséquilibres et les agressions.

[Une fois que nous avons convenu de la principale agression dont nous sommes victimes, nous sélectionnons celle que nous considérons comme la plus susceptible d'être stoppée par une campagne conjointe des différents groupes de la région ou du secteur. Nous devons élaborer un plan de résilience, non seulement pour l'éviter, mais aussi, si possible, pour la renverser.]

[Par exemple, si l'agression est la pollution causée par une industrie ou une macro-ferme, nous devons appliquer la stratégie non-violente non seulement pour mettre fin aux rejets, mais aussi pour restaurer l'environnement, le sol, l'eau, l'air... et la santé des êtres vivants — humains et non humains — touchés].

c) **Formation**, entraînement et organisation de la voie non-violente.

[Pour appliquer la stratégie non-violente, il sera nécessaire d'évaluer les besoins en matière de formation générale et spécifique, d'entraînement émotionnel, psychique, physique, relationnel... ; et d'organisation du groupe ADN lui-même, ainsi que des différentes équipes ayant des rôles complémentaires pour mener à bien la campagne et les actions correspondantes].

d) **Campagnes non-violentes** de défense et d'équilibre territorial pour mettre en œuvre le plan.

[Il sera déterminant de définir des objectifs réalistes et ambitieux pour la campagne afin de les atteindre, ainsi que de conception des actions de dialogue, de communication, de dénonciation, de non-coopération, de désobéissance et de création d'alternatives.]

e) **Coordination** avec d'autres ADN pour amplifier l'impact des campagnes.

[Dans la mesure du possible et lorsque cela est nécessaire, il sera essentiel de savoir si d'autres ADN peuvent soutenir la campagne ou si nous pouvons inscrire notre campagne dans le cadre de campagnes similaires menées par d'autres ADN. Il s'agit de favoriser la synergie et le renforcement entre les initiatives existantes. Mais aussi d'élargir l'appartenance à un réseau qui se forme pour faire face à d'autres agressions potentielles, telles que celles de nature militaire. Nous pouvons nous coordonner avec des ADN qui mènent des campagnes thématiques ou sectorielles communes. Cependant, en tant que pays, il est également souhaitable que nous tissions le réseau des ADN territoriales.]

Pistes pour organiser l'ADN sans tomber dans les inerties habituelles

Chaque ADN fonctionne et se coordonne avec les ADN des domaines voisins jusqu'au domaine de pays, en veillant à l'équilibre dans les relations entre les groupes, ce qui garantit la participation de tous tant dans l'orientation

des priorités que dans l'efficacité des actions.

Chaque ADN recherche la cohésion sociale et l'estime mutuelle, car nous ne défendons que ce que nous connaissons et aimons ; nous ne défendons que ce dont nous nous sentons partie prenante. Chaque ADN aspire à étendre cette recherche à l'ensemble du pays et au monde entier, considérant son action comme une contribution aux équilibres qui font de la Terre une planète habitable pour tous.

[Dans la structuration des initiatives citoyennes (collectifs, associations, entités, plateformes), deux visions s'opposent souvent et entravent leur bon fonctionnement : sommes-nous une assemblée ou bien, une organisation ?

Le défi consiste à créer une structure qui soit à la fois suffisamment inclusive et participative, mais aussi agile et réactive, sans surcharger les personnes avec trop de réunions.

La plupart des tentatives de création de mouvements ont du mal à concevoir et à mettre en place un **modèle organisationnel qui combine et équilibre la meilleure participation (légitimité) et la meilleure efficacité (opérabilité)**. Les modèles axés sur la participation (par exemple, les assemblées) ont tendance à ralentir et deviennent peu opérationnels. Les modèles axés sur l'efficacité (par exemple, avec des équipes très directrices) ont tendance à perdre leur base sociale et finissent par avoir peu de légitimité sociale.

Pouvons-nous essayer **de trouver un équilibre** entre ces deux modèles, afin de les intégrer ?]

Articulation sociocratique⁴

[Nous avons déjà vu que, pour progresser vers cet équilibre, nous pouvons essayer une méthodologie qui permette à chaque ADN, formée par des personnes individuelles ou par des collectifs ayant différents objectifs concrets, de dresser une liste commune des « agressions » subies par chaque territoire, de hiérarchiser les plus importantes et, parmi celles-ci, d'en choisir une sur laquelle l'ADN pourra concentrer ses efforts pour

⁴ <https://www.sociocratie-france.fr/>

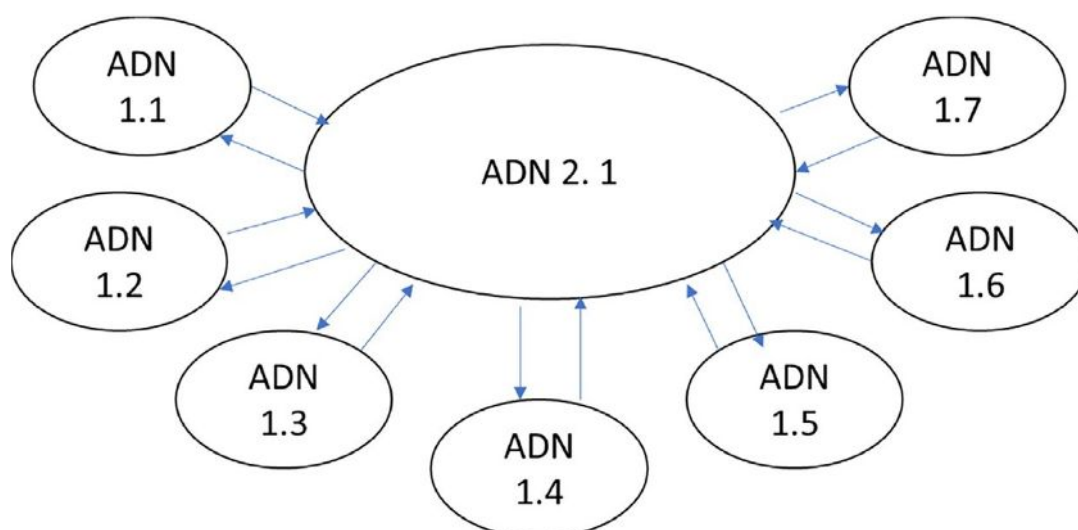
mettre fin à l'agression. Une fois son objectif atteint, l'ADN choisira une autre « agression » sur laquelle concentrer son nouveau combat. Cette procédure peut également servir pour des campagnes à plus grande échelle territoriale, jusqu'à des campagnes nationales.

Dans la mesure où les ADN démontrent leur capacité à améliorer la vie de la population au-delà des différents groupes « thématiques », elles peuvent attirer la participation de citoyens non organisés qui recherchent des espaces où s'impliquer.

Tout comme la **communication non-violente** nous apporte des méthodes pour améliorer nos relations, la **sociocratie** nous fournit des outils pour améliorer la structuration globale des ADN, au-delà, mais aussi au sein, du regroupement local.

Lorsque nous voulons articuler plusieurs groupes ADN, que ce soit au sein d'une même population ou entre différentes populations, la **sociocratie** nous offre des méthodes pour le faire à travers les réseaux circulaires des différents groupes : des plus externes aux plus centraux, et vice versa.

Le réseau de groupes se constitue selon un double dynamique : depuis l'ADN centrale — le groupe moteur — vers les groupes territoriaux, sectoriels et thématiques qui se forment, et inversement, depuis les différents cercles concentriques de groupes « locaux » de premier niveau (1.X) vers l'ADN centrale (pour l'instant, deuxième niveau 2.1). Voir la figure.]



La **sociocratie** signifie la force des « associés », dans de petits groupes de groupes, qui cherche à concilier l'implication participative, tant dans la prise de décision délibérative que dans l'exécution opérationnelle de celles-ci.

Et les **petits groupes** (environ sept personnes) prennent **des décisions par consentement** (personne contre), y compris **l'élection des quatre personnes responsables sans candidatures préalables** (deux liaisons, secrétariat et coordination).

Les liens entre les groupes de base et ceux d'autres niveaux plus centraux fournissent la vision du réseau ADN, tandis que les liens entre les groupes plus centraux assurent la coordination opérationnelle des décisions prises par le réseau dans son ensemble.

Mais comment cela s'organise-t-il sur le plan sociocratique et quelles sont les règles qui s'appliquent à chaque niveau ?⁵

L'engagement personnel avec l'ADN

[Il ne reste plus qu'à formaliser l'implication de chaque personne qui constitue ou rejoint le groupe d'autodéfense. Il s'agit évidemment d'un processus dynamique. Les personnes se regroupent par affinité avec la proposition et mettent en œuvre les différents processus inclus dans la Déclaration : besoins, voie non-violente, choix de campagne, organisation sociocratique... Ou bien, elles mettent en œuvre ces processus et, lorsqu'elles estiment que le groupe est mûr, elles constituent l'ADN.]

⁵ <https://shs.cairn.info/revue-management-et-sciences-sociales-2015-1-page-24?lang=fr>

Les personnes soussignées, en tant que membres de l'ADN de :

.....

nous nous engageons à mettre en œuvre cette Déclaration et à accueillir toutes les personnes qui souhaitent l'adopter et s'y impliquer.

Nom et prénom	Localité	Date

Comment organiser une AutoDéfense Non-violente

Comme tout système de défense, l'autodéfense non-violente doit être organisée, entraînée et démontrée. Elle ne sera dissuasive que si l'agresseur potentiel perçoit la force de sa non-coopération totale.

Le livre **Autodefensa Noviolenta (#ADNcat) en 100 messages et une histoire incroyable** rassemble les principales idées et expériences qui fondent une alternative à la défense militaire armée. Cependant, comme c'est souvent le cas avec un sujet aussi novateur, des questions se posent sur la manière de l'appliquer dans différents scénarios, de créer des groupes ADN, d'améliorer l'action non-violente et de savoir quoi faire concrètement en cas d'agression (invasion, occupation) armée. C'est pourquoi nous présentons quatre manuels qui peuvent être lus séparément et dans l'ordre qui convient le mieux à chacun.

Ce deuxième manuel propose quelques éléments pratiques pour créer et organiser un groupe d'AutoDéfense Non-violente (ADN) et son articulation en réseau.