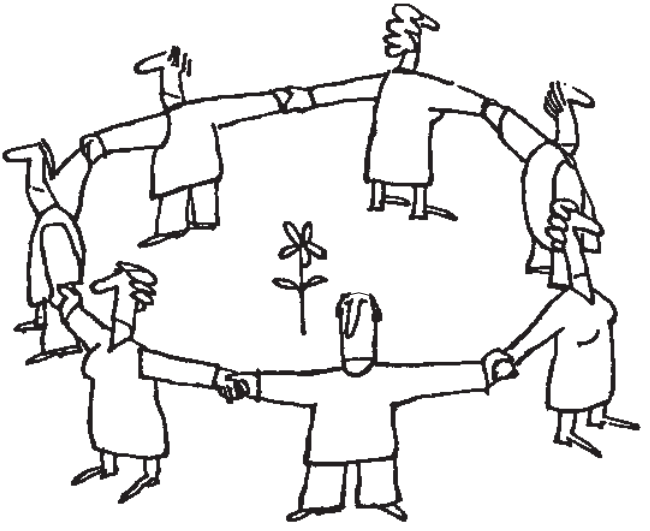


Platform voor een Cultuur van Vrede en Geweldloosheid

Beter Geweldloos 2de herziene druk, 2009

Colofon:

Inleidingen:	Hans Feddema
Samenstelling:	Lies Deggeller, Janne Poort – van Eeden, Wim Robben, met bijdragen van de lidorganisaties van het Platform Vredescultuur
Redactie:	Janne Poort – van Eeden en Ank Muller
Lay-out:	Thea Vermeiren

BETER GEWELDLOOS

Voorwoord

Het Platform Vredescultuur, een samenwerkingsverband van zo'n 20 vredesorganisaties, bouwt aan een cultuur van vrede en geweldloosheid in Nederland. In een vredescultuur zijn de principes van geweldloosheid de leidende krachten. Men streeft naar rechtvaardigheid, en belangentegenstellingen en conflicten worden aangepakt zonder geweld en met respect voor de tegenstander. Mensenrechten worden gehandhaafd en eerbied voor het milieu is een basishouding.

In Nederland is, ondanks veel zorgwekkende ontwikkelingen en uitingen van geweld, toch ook een belangrijke geweldloze beweging te zien. Het Platform Vredescultuur heeft in deze brochure geprobeerd de vele aspecten van geweldloosheid in Nederland te inventariseren. Bij die inventarisatie is in de eerste plaats gekeken naar de officiële vredesbeweging. Daarnaast zijn andere maatschappelijke organisaties en activiteiten meegenomen die aan een vredescultuur werken zonder dat dit officieel hun doelstelling is.

Decennium voor een Cultuur van Vrede en Geweldloosheid
voor de Kinderen van de Wereld

© UNESCO

Vrede is in onze handen

Er zijn ook organisaties die wat hun doelstellingen betreft wel bijdragen aan een vredescultuur, maar toch niet genoemd zijn. Bijvoorbeeld ontwikkelings- en milieuorganisaties. Zij doen belangrijk werk in het streven naar een rechtvaardige samenleving, maar voor deze inventarisatie zijn het er gewoon te veel. Het geheel zou te onoverzichtelijk worden.

Ook de Nederlandse democratie is niet opgenomen. Toch is dit in wezen een manier van geweldloos conflicten oplossen. In plaats van elkaar de kop in te slaan proberen politieke tegenstanders er door dialoog in het parlement uit te komen. Helaas gaat dat vaak gepaard met psychologisch geweld en worden de tegenstellingen scherper belicht dan de overeenkomsten. Een cursus geweldloos communiceren of een training geweldloos samenleven zou voor veel politici en journalisten dan ook geen kwaad kunnen.

De Verenigde Naties hebben het decennium 2001-2010 uitgeroepen als het Decennium voor een Cultuur van Vrede en Geweldloosheid voor de Kinderen van de Wereld. Het Platform Vredescultuur is opgericht om zo'n cultuur dichterbij te brengen. We hopen dat deze brochure daarbij een instrument zal zijn.

Janne Poort – van Eeden, voorzitter Platform Vredescultuur

Er is geen weg naar vrede,
vrede is de weg
M.K. Gandhi

Leeswijzer

De brochure is ingedeeld in negen hoofdstukken, beginnend bij geweldloosheid in de persoonlijke sfeer en uitmondend in een geweldloze cultuur.

	pag
1. Geweldloos bewustzijn	13
2. Geweldloze communicatie	19
3. Geweldloze zelfverdediging	25
4. Geweldloze conflictpreventie	29
5. Geweldloze conflictoplossing	35
6. Geweldloze actie	41
7. Geweldloze defensie	51
8. Geweldloze levensstijl	57
9. Geweldloze cultuur	65

Ieder hoofdstuk bevat een korte inleiding, geschreven door Hans Feddema, voorzitter van de Beweging voor Geweldloze Kracht/Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG).

Na iedere inleiding volgt een inventarisatie van:
◆ organisaties die zich met die vorm van geweldloosheid bezig houden

- trainingen voor het daadwerkelijk uitoefenen van die vorm van geweldloosheid

- achtergrondinformatie in de vorm van publicaties, films en websites.

Uiteraard weten de samenstellers lang niet alles. Aanvullingen voor een volgende druk zijn welkom op: *platform@vredescultuur.nl*

GEWELDLOOSHEID IN NEGEN ASPECTEN

Geweldloosheid is meer dan het afzweren van militair wapengeweld.

Geweldloosheid is zowel een alternatief voor geweld als een actieve levenshouding. Een manier van leven, waarin je niet vlucht in projectie van eigen onbehagen op anderen, maar waarin je in je innerlijke kracht komt. Een (spirituele) houding, die een antwoord wil zijn op onderdrukking en onrecht. Een antwoord op fysiek, psychisch en structureel geweld. Geweldloosheid is een kracht die iets 'bovengewelddadigs' heeft. Zij blijft niet steken in het actie-reactie patroon van aanvallen en verdedigen, maar stijgt daar bovenuit. Bij geweldloosheid zijn de diepste bedoelingen en handelingen gebaseerd en gericht op de kracht die het ontstaan van alle leven vormt, vrij van het opzettelijk toebrengen van kwetsuur, vernedering of schade.

Geweldloosheid wordt als levenshouding gekenmerkt door een zekere mildheid, althans niet door 'dwarsigheid om dwars te zijn'. Maar zij is veel minder mild als het gaat om het aanpakken van onrecht en de daarbij te hanteren middelen.

'Een goed doel heiligt geen euvele middelen; nooit mogen wij kwaad doen, opdat daaruit goed moge voortkomen', aldus de bekende quaker William Penn. Ook voor Gandhi is er sprake van een hechte eenheid van doel en middelen. *'Means are after all everything'*, zei hij eens.

De strategie is dan ook erg belangrijk in geweldloosheid. Bijvoorbeeld in de wijze waarop je omgaat met je tegenspeler. Het is van belang een onderscheid te maken tussen het probleem waar het om gaat en de persoon, met andere woorden: het onrecht aanvechten, maar daarbij de persoon van de tegenspeler respecteren. Vanuit geweldloosheid zeg je duidelijk nee, als omwille van waarheid en gerechtigheid nee gezegd moet worden, maar in de middelen is geweldloosheid een strategie van de liefde. *'Mijn grootste prestatie is, dat de Britten mijn land als vrienden verlieten'*, stelt Gandhi. Bij die strategie hoort, dat je zelf de verandering bent die je voorstaat.

Geweldloosheid kan in elke situatie worden gepraktiseerd, ook in de ergste dictatuur. Er zijn voorbeelden genoeg van geslaagde geweldloze acties in autoritaire communistische regimes, ja zelfs in het Derde Rijk. Zoals het succesvolle verzet

van de Noorse leraren (met steun van de bevolking) tegen het Nazi-bewind van Quisling. Evenals de actie van honderden vrouwen in Berlijn (februari 1942) die na dagenlang geweldloos protest voor de poorten van de gevangenis in de Rosenstrasze, bittere kou en doodsbedreiging door de Gestapo weerstaand, hun gevangen genomen Joodse partners vrij wisten te krijgen. Of de indrukwekkende en steeds maar uitdijende Maandagavondwake in Leipzig, die een van de factoren was waardoor in 1989 de Berlijnse Muur zonder bloedvergieten viel.

Geweldloosheid is hoe dan ook een positieve kracht met een enorme potentie. Indien één persoon zich die eigen maakt, is dat 'al voldoende om een strijd tegen ongerechtigheid te winnen', aldus Gandhi. En van een andere (spirituele) gigant Martin Luther King zijn de volgende woorden: *'De zwakte van geweld is dat het een neergaande spiraal is en juist datgene opwekt wat je wilt vernietigen. Met geweld kun je de hater doden, maar niet de haat. Met geweldloosheid hebben we echter een kracht, die groter is dan een kernbom. Want een bom kan alleen vernietigen, maar geweldloosheid kan harten veranderen'*.

Dit bronzen beeld bij de Verenigde Naties in New York is een geschenk van Luxemburg. Het vredessymbool is van de hand van de kunstenaar Karl Fredrik Reuterswärd.

1) GEWELDLOOS BEWUSTZIJN

Geweldloos bewustzijn gaat enerzijds om bewustzijn van het geweld in de wereld en anderzijds om het eerlijke besef van het geweld in onszelf. Geweld is een onderdeel van het leven maar dient niettemin overstegen te worden. Wie geen bewustzijn heeft van de eigen geweldschaduwen, heeft meestal de neiging deze aan anderen toe te schrijven. Een projectie met negatieve en soms fatale gevolgen voor personen en voor de samenleving.

Erkenning van de schaduwen in onszelf is dan ook belangrijk. Die erkenning impliceert al een vorm van heling. We voelen ons dan minder genoodzaakt onze schaduwzijden vanuit onbehagen of schuldgevoel op anderen te projecteren. Voorts kan geweldloosheid baat hebben bij eenheidsbewustzijn, waarbij het individu zich deel van het grotere geheel voelt. Hierdoor kunnen onbewuste schuld, angst, gevoelens van alleen/afgescheiden zijn, leegte en tekort wegsmelten.

Organisaties

- Beweging voor Geweldloze Kracht / Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG) stelt zich ten doel: het geweldloos bevorderen van een rechtvaardige samenleving waarin mensen op een geweldloze wijze met elkaar en met het milieu omgaan. *www.geweldlozekracht.nl en www.samenvoorvrede.nl*

- Geweldloos Samenleven, training-mediation instituut voortgekomen uit de Doopsgezinde Broederschap, wil een bijdrage leveren aan de bestrijding van het toenemende geweld in onze samenleving. *www.geweldloossamenleven.nl*

- Humanistisch Vredesberaad wil mensen informeren en bewustmaken over oorlog en vrede en de discussie hierover stimuleren vanuit humanistische waarden. *www.humanistischvredesberaad.nl*

- International Fellowship of Reconciliation (IFOR), een wereldwijd netwerk van vredesorganisaties die vanuit een spirituele achtergrond actieve geweldloosheid praktiseren. *www.ifor.org* De Nederlandse branche van IFOR is Kerk en Vrede. *www.kerkenvrede.nl*

- Radio La Benevolencija / Humanitarian Tools Foundation, een Nederlandse organisatie die de media gebruikt om slachtoffers van etnocentrisch geweld te helpen hun leven weer op te pakken en vrede te vinden. *www.labenevolencija.org*

- Stichting De Kracht van 8 wil een bijdrage leveren aan een wereld waarin kinderen leren in respect met zichzelf en de omgeving te kunnen leven. *www.dekrachtvan8.nl*

- Stichting EMMA streeft naar een werkbare relatie tussen wereldburgers die allereerst berust op welwillendheid, openheid en vertrouwen. *www.emma-utrecht.nl*

Trainingen

- Geweldloos samenleven, geweldloos handelen: *www.geweldloossamenleven.nl*
- Over de weg van vergeving naar verzoening: *www.vanderwerf-trainingen.nl/spadedieper.html*
- Universeel gedachtegoed en het model van Geweldloze Communicatie: *www.authenta.nl*
- Voor het aanbod van de stichting EMMA: *www.emma-utrecht.nl*

het Emma gebouw

Achtergrondinformatie

- *Actieve Geweldloosheid: een evangelisch en practisch alternatief,* dr. J.P. Feddema en drs. E.A. Huisman. Hilversum, Gooi en Sticht, 1976.
- *Een mens te zijn op aarde in deze wereldtijd: een bijdrage van de franciscaanse spiritualiteit aan de oplossing van de hedendaagse milieucrisis,* Koos Leemker. Te verkrijgen via de franciscaanse beweging: *www.franciscaansevredeswacht.nu*
- *Gidsen en getuigen: op de pelgrimage naar vrede,* redactie Paul van Dijk, Herman Noordegraaf en Greetje Witte-Rang. Gorinchem, Narratio, 1999. Te verkrijgen bij Kerk en Vrede. *www.kerkenvrede.nl*
- *Heel je kind,* Siddhartha van Langen, 1997.
- *In eigen boezem: een zoektocht naar de bronnen van geweld in de christelijke traditie*, redactie Cees den Heyer en Sjon Donkers. Gorinchem, Narratio, 2003. Te verkrijgen bij Kerk en Vrede. *www.kerkenvrede.nl*
- *Kinderen en Vrede,* materiaal voor vier bijeenkomsten in de kindernevendienst of zondagsschool, samengesteld door de Oecumenische Vredesgroep Utrecht en het Doopsgezind Centrum voor Gemeenteopbouw van de Algemene Doopsgezinde Sociëteit. *www.doopsgezind.nl*

- *Naar de eeuwige vrede: een filosofisch ontwerp,* door Immanuel Kant. Boom, Amsterdam, 2004.
- *Shalom, Salaam, Peace: Peace services in the Abrahamic traditions.* Drukkerij Marcelis / Van der Lee / Adu BV, 2006. Een engelstalig boekje te verkrijgen bij IFOR. *www.ifor.org*
- *Webblad Samen voor Vrede* (via vreedzame, respectvolle en veilige manieren, middelen en methoden). *www.samenvoorvrede.nl*

Samen voor vrede

2) GEWELDLOZE COMMUNICATIE

Mensen kwetsen elkaar dikwijls. Iemand niet in haar of zijn waarde laten, miskennen of vernederen raakt de ziel van een persoon. Het is een vorm van psychisch geweld. Dat geldt ook voor het negeren en uitsluiten van personen of groepen.

Taal kan in dat alles een grote rol spelen. Denken we maar aan aftroeven, katten, sarren, treiteren, verbaal pesten, demoniseren. Marshall B. Rosenberg schreef over dit alles een boek onder de titel Geweldloze Communicatie , waarin hij qua omgangstaal ondermeer een onderscheid maakt tussen 'wolven'- en 'giraffe- taal'. Hij zet grote vragen bij het oordelen en veroordelen, omdat het daarbij altijd om (subjectieve) interpretaties gaat. Die zeggen eerder iets over jezelf. Oordelen en veroordelingen zijn vaak pijlen, die op een ander worden afgevuurd. Hetzelfde geldt voor wolventaal, waarin een boodschap onnodig hard of vernederend wordt verwoord. De milde giraffetaal doet dat niet. De ene mens is gevoeliger en explodeert sneller dan de ander. Verbaal geweld kan het zaad zaaien voor woede en haat. Het kan uitmonden in fysiek geweld.

In een rechtsstaat is er vrijheid van meningsuiting. De manier waarop je daar gebruik van maakt, is bepalend voor de aard van je communicatie en in hoeverre die geweldloos kan worden genoemd. Sommigen noemen beledigen een recht. In het kader van geweldloze communicatie ligt dat anders. Daarin is beledigen niet een recht, maar iets dat pijn doet en haaks staat op het goed omgaan met elkaar. Het kan zelfs in het patroon van actie en reactie uitgroeien tot oorlog.

Als je in je innerlijke kracht staat, blij bent met jezelf of jezelf in elk geval accepteert, heb je minder behoefte aan katten, roddelen, oordelen over anderen, laat staan hen verbaal vernederen. Anderzijds kun je via training en oefening ook leren om minder snel geraakt te worden door de verbale agressie van een ander. Je houdt je dan bij de kern van de boodschap, zonder zelf agressief te worden. De agressie van de ander is diens probleem.

Organisaties

- Ai-opener werkt met particulieren en organisaties die zich er van bewust zijn dat de kwaliteit van hun communicatie cruciaal is voor de kwaliteit van leven en werk. *www.ai-opener.nl*

- Authenta, centrum voor Authentieke en Geweldloze Communicatie wil bijdragen aan het bewust worden en bewust zijn van en het leven naar het universele gedachtegoed waarin ruimte is voor ieders authenticiteit en acceptatie van verschillen. *www.authenta.nl*

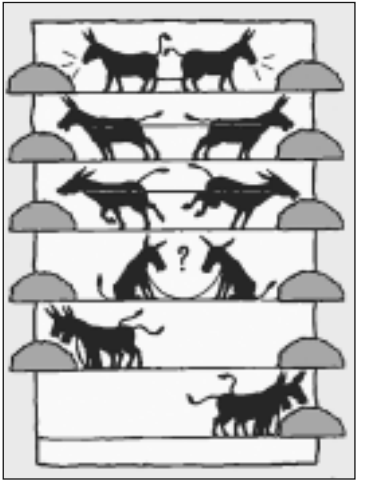
- Deugdenproject Nederland, een wereldwijd verbreide omgangsmethode voor volwassenen en een opvoedprogramma. Voor bedrijven, gezinnen, scholen, clubs. De volwassenen krijgen een geweldloze houding naar elkaar toe en begeleiden kinderen bij het ontwikkelen van een stevige spirituele en morele basis. *www.virtuesproject.nl*

- De Ruzieleerschool, waar je kunt leren om zorgvuldig om te gaan met conflicten. *www.ruzieleerschool.nl*

- Van der Werf Trainingen, een organisatie die trainingen verzorgt in geweldloze communicatie en conflictoplossing. *www.vanderwerf-trainingen.nl*

Trainingen

- Ai-opener, trainingen op het terrein van geweldloze communicatie en trainingen in aikido, ook in samenhang met elkaar: *www.ai-opener.nl*
- Authentiek communiceren: *www.authenta.nl*
- Co-counseling: *www.ruzieleerschool.n*l
- Deugdenproject: lezing, workshop, één en tweedaagse kennismaking en basistrainingen voor gezinnen, scholen en bedrijven: *www.virtuesproject.nl*
- Effectief communiceren: *www.gordontraining.nl*
- Mediation door leerlingen: *www.ruzieschool.nl*
- Project Alternatieven voor Geweld: *www.ruzieleerschool.nl*
- Voorkomen is beter dan genezen: *www.geweldloossamenleven.nl*



Achtergrondinformatie

- *Geweldloze communicatie*, Marshall B. Rosenberg. Uitgeverij Lemniscaat, 2006.
- *Het grote Deugdenboek voor ouders en kinderen,* Linda Kavelin-Popov. ISBN 9077770011; 52 jongerenkaarten; 100 Reflectiekaarten voor volwassenen, poster met 52 deugden. *www.virtuesproject.nl/materialen.htm*
- *Ik wil, jij wilt niet … Geweldloos opvoeden,* Pat Patfoort. Brussel, Jeugd en vrede, 1995. *www.vredesmuseum.nl*
- *Kinderen en Vrede,* lespakket over vredeseducatie voor basisscholen door de Oecumenische Stedelijke Vredesgroep Utrecht. Meer informatie: *platform@vredescultuur.nl*
- *De kracht van 8,* een kaartspel dat spelers leert respectvol met elkaar om te gaan. *www.vredesmuseum.nl*
- *Opvoeden in vertrouwen - opvoeden zonder straffen en belonen,* door Justine Mol. Amsterdam, Uitgeverij SWP, 2005. *www.o-books.net*
- *Op Zoek naar de Kleine Giraf,* dit maakt deel uit van een onderwijsproject van De Kleine Giraf. *www.dekleinegiraf.nl*
- Tijdschrift voor Vredesopvoeding. Verschijnt driemaal per jaar. *http://pedagogen.news-letter.nl*

Geweldloos communiceren kun je leren.
Summerschool Education for Peace, Human Rights and Justice 2006.

3) GEWELDLOZE ZELFVERDEDIGING

Wat te doen als je persoonlijk wordt bedreigd of aangevallen? Dit kunnen bijvoorbeeld situaties van beroving, aanranding of agressie zijn. Als we het geweld in onze samenleving willen verminderen, en er naar streven dat de geweldloze benadering werkelijk breder ondersteund zal gaan worden, dan zal dit terrein van de 'persoonlijke geweldloze zelfverdediging' verder ontwikkeld moeten worden.

Het gaat om een vorm van *doeltreffende vreedzame weerbaarheid* die het geweld niet vermeerdert en uitbreidt, maar deëscaleert. Deze weerbaarheid moet een zo groot mogelijke zelfbescherming bieden en door bijna iedereen (ongeacht fysieke kracht of behendigheid) in veel situaties gebruikt kunnen worden. Enkele organisaties werken aan het verder ontwikkelen van geweldloze zelfverdediging maar er moet nog veel gedaan worden.

Organisaties

- Beweging voor Geweldloze Kracht / Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG) stelt zich ten doel: het geweldloos bevorderen van een rechtvaardige samenleving waarin mensen op een geweldloze wijze met elkaar en met het milieu om gaan. *www.geweldlozekracht.nl* en *www.samenvoorvrede.nl*

- Bureau Op Eigen Kracht, gespecialiseerd in het geven van maatwerktrainingen in omgaan met verbale / fysieke agressie en weerbaarheid in de zorgsector, het onderwijs en het bedrijfsleven. *www.opeigenkracht.nl*

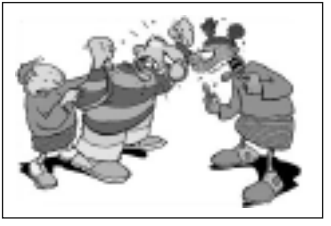
- Geweldloos Samenleven, training-mediation instituut, voortgekomen uit de Doopsgezinde Broederschap, wil een bijdrage leveren aan de bestrijding van het toenemende geweld in onze samenleving. *www.geweldloossamenleven.nl*

Trainingen

- De Angst te boven, oefenen in geweldloze weerbaarheid. Geweldloos Samenleven: *www.geweldloossamenleven.nl*
  Aan de orde komen morele jiujitsu, Soul Power, verschillende stromingen in geweldloosheid. Fysieke, psychologische en geestelijke aspecten van geweldloosheid worden waar mogelijk geoefend.
- Gewalt Akademie Villigst im Amt für Jugendarbeit' (Haus Villigst, 58239 Schwerte, Duitsland) biedt trainingen in geweld- en racisme-deëscalatie, burgermoed, zelfbescherming tegen persoonlijke aanvallen, sociale vaardigheden, conflicthantering voor scholieren, interculturele vaardigheden, zelfbescherming voor meisjes en vrouwen en confrontatietraining met jonge geweldsdaders. Voor meer informatie zie: *www.gewaltakademie.de*

Achtergrondinformatie

- *De behoefte aan vreedzame zelfverdediging,* artikel O.02, en *Respectvol sociaal en weerbaar kunnen handelen; methoden van sociale competentie en vreedzame weerbaarheid,* artikel O.03 (geeft ongeveer 40 op het onderwijs gerichte projecten die zich op geweldloze methoden baseren).
  Zie: *www.geweldlozekracht.nl* / Dossier Zelfverdediging.
- *Geweldloos verweer tegen criminaliteit*, Han Horstink.
  Zie: *www.geweldlozekracht.nl* / Publicaties: SVAG-Studie 14



4) GEWELDLOZE CONFLICTPREVENTIE

Met conflictpreventie wordt het voorkomen van escalatie bij conflicten bedoeld, niet het voorkomen van conflicten zelf. De term conflictpreventie is – ook internationaal – al sterk ingeburgerd. Conflicten zullen er altijd zijn: belangentegenstellingen, verschillende opvattingen. Zulke conflicten moeten er ook zijn. Het is immers van belang op te komen voor gerechtigheid, waarheid, mensenrechten en eerlijk delen. In die zin zijn conflicten zelfs goed. Het gaat in de geweldloosheid niet om het conflict op zich maar om de wijze waarop men daar mee omgaat. Voorkomen moet worden dat het conflict escaleert in fysiek geweld op kleine of grote schaal. Het gaat dus eigenlijk om *geweld*spreventie.

Conflictpreventie is eigenlijk een onderdeel van geweldloze conflictoplossing (zie 5), maar dan in een vroeg stadium van het conflict. Een stadium waarin veel polarisatie en geweld voorkómen kunnen worden. Vroegtijdige signalering is dan ook een belangrijk element in deze fase. Hierover zijn talloze boeken geschreven. Verschillende actiegroepen zijn in dit veld actief. Ook politici en diplomaten kunnen hierin een rol spelen maar dat gebeurt nog te weinig. Internationale geweldloze conflictpreventie (geweldspreventie) zou een hoge prioriteit moeten hebben in het buitenlandbeleid.

Organisaties

- Europees Centrum voor Conflict Preventie (ECCP) faciliteert, initieert en coördineert de activiteiten van het Europees Platform voor Conflictpreventie en Transformatie. *www.conflict-prevention.net*

- NEAG Alternatieven voor Geweld werkt aan de ontwikkeling en verbreiding van een cultuur van vrede en geweldloosheid *www.neag.nl*. NEAG Burgervredeswerk is ook lid van de Nonviolent Peaceforce *www.nonviolentpeaceforce.org*. Hier is ook te vinden hoe diverse organisaties in Europa mensen voorbereiden voor burgervredeswerk.

- Organisatie voor Veiligheid en Samenwerking in Europa (OVSE, Engels: OCSE) is een internationale gemeenschap van 56 lidstaten. De organisatie probeert conflicten te voorkomen door preventieve diplomatie en verleent bijstand na conflicten door bij te dragen aan de (weder)opbouw van de democratie en de rechtsstaat. De OVSE is niet principieel geweldloos. *www.osce.org*

- Peace Brigades International (PBI), een internationale organisatie die vrijwilligers uitzendt naar conflictgebieden om onpartijdige, geweldloze steun en bescherming te bieden aan vredeswerkers. *www.peacebrigades.nl*

- People Building Peace Nederland (PBP), een coalitie van meer dan 40 Nederlandse organisaties die zich inzetten voor een cultuur van vrede en geweldloosheid. *www.peoplebuildingpeace.nl*

- Stichting Vredeseducatie wil mensen ondersteunen die in huis, op school, in het buurthuis of waar dan ook aan vrede willen werken. *www.vredeseducatie.nl*

- Unrepresented Nations and Peoples Organisation (UNPO), een internationale, geweldloze en democratische ledenorganisatie van inheemse volken, minderheden en niet-erkende gebieden. *www.unpo.org*

- War Resisters International, een wereldwijd netwerk van organisaties en personen die vast besloten zijn geen enkele vorm van oorlog te steunen en te ijveren voor de opheffing van alle oorzaken ervan. *www.wri-irg.org* De Nederlandse branche van WRI is PAIS. *www.vredesbeweging.nl*

- Women's International League for Peace and Freedom (WILPF), een wereldwijd netwerk van vrouwen voor conflicthantering en ontwapening, mensenrechten en internationaal recht en het versterken van participatie en gelijkheid. *www.wilpf.nl*

Lokale initiatieven

- 'Buurtbemiddeling' wordt in diverse gemeentes gedaan door getrainde vrijwilligers. Zij proberen vroegtijdig te bemiddelen bij burenruzies en de situatie te deëscaleren. *www.hetccv.nl.*
- 'Buurtmoeders' vormen vrouwennetwerken in een buurt om allochtone vrouwen uit hun isolement te halen; in diverse gemeentes actief.
  Google op: *buurtmoeders.*
- 'Buurtvaders' zijn in diverse gemeentes actief om overlast door jongeren tegen te gaan en te voorkomen dat zij op het criminele pad gaan.
  Google op: *buurtvaders.*
- De Vreedzame Wijk, een uitbreiding van het project de Vreedzame School naar de wijk Utrecht Overvecht, waarbij training en scholing voor professionals wordt opgezet: *www.devreedzameschool.n*l

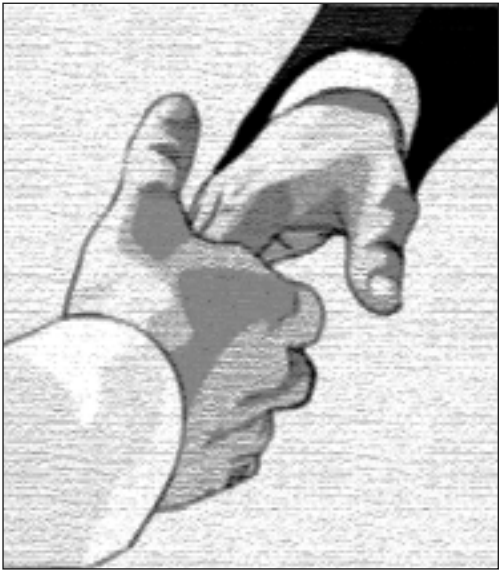
Trainingen in Geweldloze Conflictpreventie

- Building Peace Skills, een training in het opzetten van vredesprojecten voor en door jongeren (inclusief op internationaal niveau): *www.unoy.org* of *www.unoy.org/capacity/capacity.html*

- Buurtbemiddeling, een methode om buren – weer – met elkaar in contact te brengen na een conflict of ruzie. In diverse gemeentes werkzaam: *www.hetccv.nl*
- Geweldloos Samenleven biedt trainingen in het voorkomen en geweldloos oplossen van conflicten. Voor het aanbod, zie: *www.geweldloossamenleven.nl*
- Tocht door Herinneringscentrum Fort De Bilt: *www.vredeseducatie.nl*

Achtergrondinformatie

- *Een Brug naar de Toekomst,* interactieve videofilm van de Stichting Vredeseducatie. *www.vredeseducatie.nl*
- *Unarmed Bodyguards: international accompaniment for the protection of human rights defenders,* Liam Mahony and Enrique Eguren. Kumarian Press, 1997.
- *Non-Violence Report van de Unrepresented Nations and Peoples Organisation* (UNPO). *www.unpo.org*
- *De Preventie van etnocentrisch geweld in Afrika: de theorie van Staub in de praktijk,* drs. Anneke van Hoek, prof. Ervin Staub, dr. Laurie Pearlman & George Weiss.
- *De Vredesfabriek*, tentoonstelling van de Stichting Vredeseducatie. *www.vredeseducatie.nl*



5) GEWELDLOZE CONFLICTOPLOSSING

Geweldloze conflictoplossing betekent het vreedzaam oplossen van conflicten tussen personen, groepen en staten. De term mediation - die vooral bij conflicten tussen personen in zwang is - geeft vrij duidelijk aan wat de bedoeling is: als buitenstaander proberen de strijdende partijen weer met elkaar in gesprek te krijgen. Het gaat bij conflictoplossing, anders dan bij conflictpreventie, om conflicten die al in een redelijk hete fase zijn.

Je moet daarbij als buitenstaander uiterst zorgvuldig opereren. Anders word je partij, zo niet speelbal, in het conflict. Zulk strategisch of zorgvuldig opereren kun je vergelijken met het aanpakken van een bosbrand: dempen, proberen te blussen, een wal opwerpen, maar er niet zelf inspringen. Wie er wel inspringt, is contraproductief bezig. Daarmee bereik je weinig en word je bovendien zelf ook slachtoffer. Dat is het euvel dat aan menige (militaire) interventie kleeft: men wordt partij in het conflict.

Bij mediation, vredesdiplomatie en bij het toepassen van (economische) druk dien je er dan ook sterk voor te waken je onafhankelijkheid tegenover de conflictpartijen te verliezen. Bij geweldloosheid beoogt men via drukuitoefening zowel de onderdrukte als de onderdrukker te bevrijden. Zij die een ander doel hebben en graag door dik en dun partij willen kiezen voor een bepaalde conflictgroep, komen op den duur altijd weer in de spiraal van geweld terecht. Ze vergeten dat geweld een eigen dynamiek heeft en dat de onderdrukte van vandaag de onderdrukker van morgen kan zijn.

Degenen die pleiten voor harde (militaire) interventie zijn zich te weinig bewust van de onvoorspelbare dynamiek van geweld. Door die dynamiek dempt een harde interventie het geweld niet maar doet het juist escaleren.

Conflicten hebben net als branden vaak een beginfase, een hete fase en een afkoelingsfase. In die laatste fase legt men vanuit de geweldloosheid de nadruk op verzoening en postconflict peacebuilding. Mensen als Desmond Tutu en Nelson Mandela zijn er beroemd door geworden. Er zijn ook vredesorganisaties die zich daarmee bezighouden. In conflicten tussen personen zijn vele mediators en therapeuten actief.

Organisaties

- EIRENE, Internationale Oecumenische Vredesdienst ondersteunt projecten van partnerorganisaties op het gebied van ontwikkelingssamenwerking en burgervredeswerk. *www.eirene-nederland.org*

- Mediation Service van de Doopsgezinde Broederschap ten dienste van kerk en samenleving. *www.mediation-service.org*

- Non-violent Peaceforce (NP), een wereldwijde organisatie voor het trainen en mobiliseren van een geweldloze vredesmacht. *www.nonviolentpeaceforce.org*

- Organisatie voor Veiligheid en Samenwerking in Europa (OVSE, Engels: OCSE) is een internationale gemeenschap van 56 lidstaten. De organisatie probeert conflicten te voorkomen door preventieve diplomatie en verleent bijstand na conflicten door bij te dragen aan de (weder)opbouw van de democratie en de rechtsstaat. De OVSE is niet principieel geweldloos. *www.osce.org*

- Peace Brigades International (PBI), een internationale organisatie die vrijwilligers uitzendt naar conflictgebieden om onpartijdige, geweldloze steun en bescherming te bieden aan vredeswerkers. *www.peacebrigades.nl*

- Peace workers UK, een onderdeel van International Alert, houdt een lijst van getrainde burgervredeswerkers bij en organiseert trainingen. *www.peaceworkers.org.uk*

- Radio La Benevolencija / Humanitarian Tools Foundation, een Nederlandse organisatie die de media gebruikt om slachtoffers van etnocentrisch geweld te helpen hun leven weer op te pakken en vrede te vinden. *www.labenevolencija.org*

- Unrepresented Nations and Peoples Organisation (UNPO), een internationale, geweldloze en democratische ledenorganisatie van inheemse volken, minderheden en niet-erkende gebieden. *www.unpo.org*

- De Vreedzame School, een project over geweldloze conflictoplossing, al op zo'n 270 basisscholen ingevoerd. *www.devreedzameschool.nl*

Trainingen

- Building Peace Skills, een training in het opzetten van vredesprojecten voor en door jongeren (inclusief op internationaal niveau). *www.unoy.org* of *www.unoy.org/capacity/capacity.html*
- Buurtbemiddeling, een methode om buren – weer – met elkaar in contact te brengen na een conflict of ruzie. In diverse gemeentes werkzaam: *www.hetccv.nl*
- Complexe situaties, conflicten en mediation: *www.authenta.nl*
- Driedaagse verdieping in de deugden. Ook lezing, workshop, één en tweedaagse kennismaking en basistrainingen voor gezinnen, scholen en bedrijven: *www.virtuesproject.nl*
- Healing strategies en mediation: *www.geweldloossamenleven.nl*
- Nonviolent Peaceforce (NP): *www.nonviolentpeaceforce.org/coretraining*
- Peace workers UK: *www.peaceworkers.org.uk* Training als burgervredeswerker.
- Voorbereidingstraining burgervredeswerker: *www.peacebrigades.nl* en *www.eirene-nederland.org*
- Zelf omgaan met conflicten: *www.vanderwerf-trainingen.nl*

Achtergrondinformatie

- *Conflicten geweldloos oplossen*, door Jamie Walker. Panta Rhei, 2001.
- *De helden van de vrede: Nobelprijswinnaars,* 2001. *www.HuisvanErasmus.nl*
- *Excellent onderhandelen. Een praktische gids voor het best mogelijke resultaat in iedere onderhandeling,* Roger Fisher. Uitgeverij Business Contact.
- *Geweldloze Kracht,* kwartaalblad van de SVAG. *www.geweldloosactief.nl*
- *Hollanditis.nu,* nr 1, tijdschrift vredesbeweging 2007, artikel vredeswerker in Sri Lanka, te verkrijgen bij AMOK. *www.vdamok.nl*
- *Kinderen en… omgaan met conflicten,* Ben Yanoov en Janne Poort – van Eeden. Uitgeverij Kwintessens, 2000.
- *People Building Peace: 35 inspiring stories from around the world, en deel 2: People Building Peace: successful stories of civil society,* te verkrijgen via het European Centre for Conflict Prevention (ECCP). *www.conflict-prevention.net*
- *People, Peace and Power, Conflict Transformation in Action,* Diana Francis. London, Pluto Press.
- *Preparing for peace: Conflict Transformation Across Cultures.* Syracuse Studies on Peace and Conflict Resolution, John Paul Lederach.
- *Nieuwe wegen voor vredeseducatie. Perspectieven voor de 21e eeuw,* L. Vriens e.a. Amsterdam, 2003.

6) GEWELDLOZE ACTIE

Deze vorm van geweldloosheid lijkt het meest ingeburgerd, zeker in democratische samenlevingen. Ook mensen en organisaties die zich niet principieel geweldloos noemen, maken gebruik van geweldloze strategieën. Dat heet dan vaak *maatschappelijke actie* en is gericht op gerechtigheid, vrede en duurzaamheid. Kortom, acties die het algemeen belang dienen. Maar maatschappelijke actie is niet altijd geweldloos. Geweldloze actie maakt altijd gebruik van vreedzame middelen en methoden.

Geweldloze actie kan verschillende vormen aannemen. Het kan symbolisch zijn maar ook zeer krachtig en massaal van aard. Soms gaat een actie gepaard met burgerlijke ongehoorzaamheid. Vormen van geweldloze actie zijn petities, (stilte) wakes, 'sit-down' acties, bezettingen, demonstraties op pleinen met veel spandoeken of in de vorm van wandelmarsen op straat, stakingen, slimme sancties of een boycot. Vanuit de geweldloosheid kiest men alleen in het uiterste geval voor een totale boycot en alleen als die tijdelijk is en elk moment weer kan worden opgeheven. Dit om de tegenspeler niet het argument te geven zich extra te moeten verharden, maar hem steeds weer de kans te geven op een uitweg en op dialoog. Het laatste, de dialoog, is een belangrijk onderdeel van geweldloze actie.

Organisaties

- Action for Solidarity, Environment, Equality and Diversity (A SEED), wereldwijd netwerk van jongeren (actie)groepen, gevestigd in Amsterdam, poogt de structurele oorzaken van de milieu- en ontwikkelingscrisis weg te nemen. *www.aseed.net*

- Amnesty International zet zich in voor de naleving van de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens (VN) over de hele wereld. *www.amnesty.nl*

- Bekend maakt Bemind, intercultureel platform in Hilversum. *www.bmb.50g.com*

- Beweging voor Geweldloze Kracht / Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG) stelt zich ten doel: het geweldloos bevorderen van een rechtvaardige samenleving waarin mensen op een geweldloze wijze met elkaar en met het milieu omgaan. *www.geweldlozekracht.nl* en *www.samenvoorvrede.nl*

- Doopsgezind Wereldwerk; stichting voor solidariteit en vrede. *www.dgwereldwerk.nl*

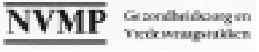
- European Youth For Action (EYFA), Europees netwerk van jongeren-organisaties die strijden voor een beter milieu, basisdemocratie en een rechtvaardige economie. Ook veel organisaties uit Oost Europa zijn actief in EYFA. *www.eyfa.org*

- Franciscaanse Vredeswacht, beweging voor actie en bezinning inzake vrede. *www.franciscaansevredeswacht.nu*

- IKV Pax Christi; voor veiligheid en ontwapening; niet altijd principieel geweldloos. *www.ikvpaxchristi.nl*

- Musicians without Borders gebruikt muziek om mensen met elkaar te verzoenen en een vreedzame samenleving op te bouwen. *www.musicianswithoutborders.nl*

- Nederlandse Vereniging voor Medische Polemologie (NVMP), de Nederlandse branche van de Internationale Natuurkundigen voor het voorkomen van een nucleaire oorlog. *www.antenna.nl/nvmp*



- Omslag, Werkplaats voor Duurzame Ontwikkeling, brengt mensen bijeen rond de thema's milieu, vrede, werk, cultuur, economie en solidariteit. Met acties, publicaties en doe-activiteiten werkt Omslag aan een kleurrijke, duurzame samenleving. *www.omslag.nl*

- PAIS, de Nederlandse tak van War Resisters International. Hun website *www.vredesbeweging.nl* is opgezet als portaal naar de hele vredesbeweging.

- PEACE Consumer, vrede bevorderen door eerlijke productie, met respect voor de vrijheden, rechten en waarden van People (mensen), Earth (aarde), Animals (dieren), Culture (cultuur), Environment (milieu). *www.peaceconsumer.org*

- Platform tegen de Nieuwe Oorlog, een samenwerkingsverband van 220 lidorganisaties die zich keren tegen de oorlogen in Irak en Afghanistan. *www.platformtegendenieuweoorlog.nl*

- STRO, voor duurzame en eerlijke economie in de Derde Wereld en rentevrije ruilsystemen en investeringsmogelijkheden in Nederland. *www.strohalm.nl*

- United Network of Young Peacebuilders (UNOY Peacebuilders), een wereldwijd netwerk van jongeren en jongerenorganisaties die werken aan vrede door actie en onderzoek. *www.unoy.org*

- VD AMOK, antimilitaristisch onderzoekscollectief, voortgekomen uit AMOK en de Vereniging Dienstweigeraars. *www.vdamok.nl*

- Vredesactie, Belgische pacifistische vredesorganisatie die via geweldloze middelen werkt aan een maatschappij waarin conflicten zonder geweld of bedreiging met geweld geregeld worden. *www.vredesactie.be*

- Vrouwen in het Zwart, een internationaal Netwerk dat strijdt voor een eerlijke vrede, o.a. in Israël/Palestina en de Balkan. *www.vrouweninhetzwart.nl*

- Vrouwen voor Vrede streeft naar een geweldloze, respectvolle en veilige mondiale samenleving, waarin de rechten van de mens worden nageleefd. *www.vrouwenvoorvrede.nl*

UNOY Peacebuilders voert campagne tegen geweld tegen kinderen en jongeren in scholen, gezinnen en op straat in Sierra Leone, Mexico, Filippijnen en in Nederland, zoals hier op koninginnedag 2008 in Utrecht.

- Vrouwen Vredesinitiatieven in Beeld (VViB) maakt en toont videobeelden van vredesinitiatieven door vrouwen en wil hierdoor wereldwijd mensen aanzetten tot het vreedzaam werken aan vrede. *www.vvib.nl*

- Wereld Federalisten Beweging Nederland (WFBN) pleit voor een internationale rechtsorde en een wereldregering om zo de wereldproblemen op te lossen. *www.wfbn.nl*

- Women's International League for Peace and Freedom (WILPF), een wereldwijd netwerk van vrouwen voor conflicthantering en ontwapening, mensenrechten en internationaal recht en het versterken van participatie en gelijkheid. *www.wilpf.nl*

- Wereldberoemd zijn natuurlijk de geweldloze acties van milieuorganisaties als Greenpeace *www.greenpeace.nl* en Friends of the Earth International *www.foei.org* en haar Nederlandse afdelingen Milieudefensie *www.milieudefensie.nl* en Jongeren Milieu Actief *www.jma.org*

Acties om de politiek te beïnvloeden

- Actie tegen kleine wapens (Int. IANSA): *www.IANSA.org*
- De Campagne tegen wapenhandel: *www.stopwapenhandel.org*
- Diverse vredesacties zijn te vinden op de website: *www.aktieagenda.nl*
- Emergency Campaign to Ban Nuclear Weapons van Mayors for Peace: *www.mayorsforpeace.org*
- Promotie van jongerenparticipatie in vredesprocessen en conflictoplossing en de Cultuur van Vrede: *www.unoy.org*
- Raging Grannies; een werkgroep van Vrouwen voor Vrede Nederland: *www.vrouwenvoorvrede.nl*
- WISE, een internationaal netwerk tegen kernenergie: *www.tegenstroom.nl*

Trainingen

- 'Advocacy en Campaigning' training en simulatiespelen voor jongeren: *www.unoy.org*
- 'Building Peace Skills' training in het opzetten van vredesprojecten voor en door jongeren (inclusief op internationaal niveau): *www.unoy.org www.unoy.org/capacity/capacity.html*

- Geweldloos weerbaar- geweldloos handelen en Werk aan de winkel: *www.geweldloossamenleven.nl*
- Mijn rechten – jouw rechten van het platform Mensenrechten (educatie voor basis- en voortgezet onderwijs): *Njcm@law.leidenuniversiteit.nl*

Achtergrondinformatie

- *A Force more Powerful, a century of nonviolent conflict,* Peter Ackerman en Jack Duvall. New York, St. Martin's Press.
- *A Force more Powerful*, video, verkrijgbaar bij IFOR. *www.ifor.org*
- *Bridging the Divide, Peacebuilding in the Israeli-Palestinian conflict*, redactie Edy Kaufman e.a. Een uitgave van het Europees Centrum voor Conflict Preventie. *www.conflict-prevention.net*
- *Democratisering*, IKV Pax Christi. *www.ikvpaxchristi.nl/themas.htm*
- *Handbook for Nonviolent Action,* War Resisters International. *www.wri-irg.org/wiki/index.php/Nonviolence_Handbook*
- *Macht en strijd: theorie en praktijk van geweldloze actie*. Uit: *The Politics of Nonviolent Action.* Gene Sharp. Utrecht, Het Spectrum, 1982.
- *Nederland en Wapenhandel*, IKV Pax Christi. *www.ikvpaxchristi.nl/themas.htm*

- *Nucleaire ontwapening in de 21ste eeuw,* Dr. ir. B. van der Sijde. 1997. *www.tue.nl/vredescentrum/research/ontwapening*
- *Politics for Peace,* brochure door de Politieke Werkgroep van Vrouwen voor Vrede en de WILPF. *www.vrouwenvoorvrede.nl*
- *Strategic Peacebuilding*, Lisa Schirch. ISBN-10 156148427X
- *The Little Book of Restorative Justice,* Howard Zehr. Good Books, Intercourse, PA 17534, ISBN 1561483761.
- *Toolkit en sim game voor jongeren,* voor het opzetten en uitvoeren van een lobby of campagne (Engelstalig). *www.unoy.org/resources/resources.html*
- Tijdschrift *'t Kan Anders,* een uitgave van vereniging Pais, Haags Vredesplatform, Humanistisch Vredesberaad en Stop de Wapenwedloop.
- *VredesMagazine,* kwartaalblad voor een breed publiek, gemaakt door een samenwerkingsverband van diverse vredesorganisaties. *info@vredesmagazine.nl*
- *Wat is goed jongerenvredeswerk?* Een reflectie en tips (Engelstalig). *www.unoy.org/resources/resources.html*

7) GEWELDLOZE DEFENSIE

Deze vorm van geweldloosheid was in zwang tijdens de Koude Oorlog en wel onder de term Sociale Verdediging. Men vreesde dat landen onder de voet gelopen zouden worden door het gevreesde Sovjetleger en wilde de bevolking weerbaar maken voor een dergelijke situatie. 'Weerbaar' betekent hier dat het de bezetter dan niet zou lukken om het volk te knechten of de democratie om zeep te helpen. Geweldloze defensie is dus gericht op het behoud van structuren van gerechtigheid, democratie, duurzaamheid en vrede op basis van vreedzame middelen en methoden.

Ook na de Koude Oorlog is het van belang die structuren van werkelijke democratie te verdedigen en te versterken. Geweldloze defensie krijgt tegenwoordig gestalte door het uitzenden van burgervredesteams. Dat zijn groepen vredeswerkers die op plaatsen waar de democratie in gevaar is, gaan helpen om de rechtsstaat te beschermen of weer op te bouwen. Dit gebeurt op verzoek van de plaatselijke bevolking.

Heel bekend zijn de internationale waarnemers bij verkiezingen. Er zijn ook teams die mensenrechtenactivisten begeleiden om hen te beschermen tegen aanvallen. Andere burgervredeswerkers helpen bij de wederopbouw van de samenleving na een geweldsuitbarsting. Geweldloze defensie in de vorm van burgervredeswerk verdient meer erkenning van de overheid dan tot nog toe in Nederland het geval is.

Peace Brigades International (PBI) in Guatemala

Organisaties

- EIRENE Internationale Oecumenische Vredesdienst, ondersteunt projecten van partnerorganisaties op het gebied van ontwikkelingssamenwerking en burgervredeswerk. *www.eirene-nederland.org*

- NEAG Alternatieven voor Geweld werkt aan de ontwikkeling en verbreiding van een cultuur van vrede en geweldloosheid in Nederland. *www.neag.nl* NEAG voert ook het secretariaat van People Building Peace. *www.peoplebuildingpeace.nl*

- Nonviolent Peaceforce, een onpartijdige, ongewapende vredesmacht van getrainde burgers die samenwerkt met lokale groepen. *www.nonviolentpeaceforce.org*

- Organisatie voor Veiligheid en Samenwerking in Europa (OVSE, Engels: OCSE), een internationale gemeenschap van 56 lidstaten. De organisatie probeert conflicten te voorkomen door preventieve diplomatie en verleent bijstand na conflicten door bij te dragen aan de (weder)opbouw van de democratie en de rechtsstaat. De OVSE is niet principieel geweldloos. *www.osce.org*

- Peace Brigades International (PBI), een internationale organisatie die vrijwilligers uitzendt naar conflictgebieden om onpartijdige, geweldloze steun en bescherming te bieden aan vredeswerkers. *www.peacebrigades.nl*

- De Vreedzame Wijk, een uitbreiding van het project de Vreedzame School naar de wijk Utrecht Overvecht, waarbij training en scholing voor professionals wordt opgezet. *www.devreedzameschool.nl*

- Vrijwillige Internationale Aktie/VIA, heeft als doel een praktische bijdrage te geven aan een duurzame en vreedzame wereld; onderdeel van Service Civil International/SCI. *www.stichtingvia.nl*

Geweldloos spel: Max. Voor kinderen van 4 tot 7 jaar. We moeten de kleine diertjes veilig thuis brengen voordat Max, de kat, hen vangt. Een spannend spel voor logisch denken, overleggen en beslissen. Belangrijke discussievraag: we willen niet dat Max de kleine diertjes vangt, maar toch weten we dat hij van nature een jager is. Hoe komen we hiermee in het reine? Voor 1 tot 8 spelers. Prijs 12,50 www.vredesmuseum.nl

Trainingen

- Burgervredeswerk, voorbereidingstraining (PBI): *www.pbi.org/pbinetherlands*
- Forum Ziviler Friedensdienst heeft trainingen van 4 maanden ter voorbereiding van uitzending naar conflictgebieden: *www.ziviler-friedensdienst.org*
- Nonviolent Peaceforce organiseert diverse trainingen, gericht op deelname aan een uitzending in het kader van burgervredeswerk: *www.nonviolentpeaceforce.org*
- Peace Action, Training and Research Institute of Romania (PATRIR) heeft diverse trainingen in geweldloze defensie: *www.transcend.org/patrir_intro.htm*
- Summerschool on Education for Peace, Human Rights and Justice van de Universiteit Utrecht, jaarlijks in augustus: *www.utrechtsummerschool.nl*

Achtergrondinformatie

- Diverse SVAG-publicaties over Actieve geweldloosheid: *www.geweldloosactief.nl*
- *Curriculum Training Course: Civil Peace Team Worker,* Utrecht, 1998. Verkrijgbaar bij Neag Alternatieven voor Geweld: *www.neag.nl*
- *Gene Sharp, de theoreticus achter de geweldloze volksbeweging*, Henk bij de Weg. Artikel B.11 in Geweldloze Kracht. *www.geweldlozekracht.nl*
- *Naar een onveroverbaar Europa: de kracht van civiele afschrikking en sociale verdediging,* Gene Sharp. (Vertaling van Making Europe Unconquerable) Antwerpen, Internationale Vredesinformatiedienst,1988.
- *Oorlog lost nooit iets op,* H.L.Wesseling. Amsterdam, Uitg. Bert Bakker, 1993.
- *Sociale verdediging: theorieën over niet-militaire verdediging als alternatief voor geweldpolitiek en nucleaire afschrikking,* Hylke Tromp. Groningen, Xeno, 1981.
- *Van Geweld Bevrijd: overleven door democratisering en ontwapening,* E.A. Huisman. Zwolle, SVAG, 1987.
- *Verdediging met een Menselijk Gezicht: grondslagen en praktijk van sociale verdediging,* dr. J.P. Feddema, dr. A.H. Heering en drs. E.A. Huisman. Amersfoort, De Horstink, 1982. *www.geweldloosactief.nl*
- *Waging Nonviolent Struggle; 20th Century Practice and 21st Century Potential,* Gene Sharp. Porter Sargent Publishers, Boston, 2005. ISBN 0.87558.161.7.

8) GEWELDLOZE LEVENSSTIJL

In het voorgaande is reeds betoogd dat geweldloosheid behalve een methode, ook een manier van leven is. Mensen met een geweldloze levensstijl zijn zich bewust van het effect van hun gedrag op de hele schepping en kiezen bewust voor het kopen van artikelen die geen schade doen aan mens, dier en milieu. Zij kiezen voor maatschappijbewust bankieren en milieubewust reizen. De geweldloze levensstijl is gericht op ecologisch leven en consumeren en op een rechtvaardige verdeling van de welvaart. Geweldloos leven betekent een eerlijke prijs betalen (fair trade) en niet willen profiteren van uitbuiting, kinderarbeid en slavernij. Verder geeft een geweldloze levensstijl ruimte aan verschillende culturen en (geloofs)overtuigingen. Vredesonderwijs en opvoeding zijn een belangrijke basis voor een geweldloze levensstijl.

Organisaties

- Assadaaka, multiculturele vriendschapsvereniging in Zeeburg, Amsterdam, wil een brug zijn tussen allochtonen en autochtonen. *www.assadaaka.tk*
- Beweging voor Geweldloze Kracht / Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG), stelt zich ten doel: het geweldloos bevorderen van een rechtvaardige samenleving waarin mensen op een geweldloze wijze met elkaar en met het milieu om gaan. *www.geweldlozekracht.nl* en *www.samenvoorvrede.nl*
- Bureau Ver(?)antwoord voor anders globalisering en eerlijke handel. *www.bureauverantwoord.nl*
- Centrum voor Mondiaal Onderwijs in Nijmegen ondersteunt leraren en leerlingen gevoel te krijgen voor een rechtvaardige verdeling en niet alleen plat eigenbelang na te streven. *www.cmo.nl*
- Deugdenproject Nederland, een omgangsmethode voor volwassenen en een opvoedprogramma. Voor bedrijven, gezinnen, scholen, clubs. De volwassenen krijgen een geweldloze houding naar elkaar toe en begeleiden kinderen bij het ontwikkelen van een stevige spirituele en morele basis. *www.virtuesproject.nl*

- Eigen Kracht Centrale werkt aan een samenleving waarin mensen vanuit hun eigen kracht plannen maken, beslissingen nemen en problemen oplossen. *www.eigen-kracht.nl*

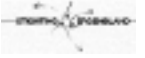
- Euro's voor Vrede zet zich in voor duurzame vrede. Met voorlichting en bewustwordingsprojecten richt zij zich op een breed publiek, waarbij speciale aandacht uitgaat naar jongeren, het bedrijfsleven en overheidsorganisaties. *www.eurosvoorvrede.nl*

- Franciscans International zijn actief op het gebied van ecologie, omgang met milieu en natuur, om in harmonie met mensen, dieren en natuur te leven. *www.franciscansinternational.org*

- Omslag, Werkplaats voor Duurzame Ontwikkeling, brengt mensen bijeen rond de thema's milieu, vrede, werk, cultuur, economie en solidariteit. Met acties, publicaties en doe-activiteiten werkt Omslag aan een kleurrijke, duurzame samenleving. *www.omslag.nl*

- Pedagogen voor de Vrede, wil een bijdrage leveren aan de opbouw van een cultuur van vrede en geweldloosheid door middel van educatieve activiteiten. *http://pedagogen.news-letter.nl*

- REGG Platform, een initiatief in Zeist, is voor herstel van wederzijds respect en heeft ten doel een bijdrage te leveren aan het terugdringen van alle soorten van vernederingen. *www.regg.nl*
- Stichting EMMA biedt een gevarieerd programma van workshops, lezingen en cursussen die bijdragen aan wereldvrede, wereldburgerschap en een beter milieu. *www.emma-utrecht.nl*



- Stichting Ergensland, streeft naar een maatschappij waarin het welbevinden van haar inwoners centraal staat. *www.ergensland.nl*

- De Vreedzame School, een schoolbreed project voor het verbeteren van het sociale en emotionele klimaat op school. *www.devreedzameschool.nl*
- Vrije Consumenten Vereniging, een platform voor actieve consumenten die inzichten en ervaringen willen uitwisselen over verantwoord consumeren, over "consumer governance". *www.vrijeconsumenten.nl*

Vrije Consumenten

- Werkgroep TV-geweld wil overheid en omroepwereld overtuigen van het belang van een minder op geweld gebaseerd programma-aanbod. *www.tvgeweld.nl*

◆ Werkgroep Vredeseducatie van het Platform Vredescultuur organiseert o.a. de Summerschool Education for Peace and Human Rights. Een website voor vredeseducatie is in ontwikkeling: *Vrede-Leren.nl*

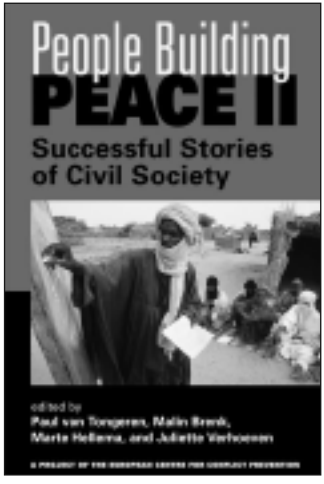
Trainingen

- Budget Europe, begrotingsspel voor scholieren waarbij de vraag centraal staat: "Hoe zou jij de centen verdelen, als je het in Europa voor het zeggen zou hebben?" *www.eurosvoorvrede.nl*
- Driedaagse verdieping deugdenproject. Eén- en tweedaagse kennismaking en basistrainingen voor gezinnen, scholen en bedrijven: *www.virtuesproject.nl*
- Eigen kracht conferentie: *www.eigen-kracht.nl*
- Geweldloos weerbaar, geweldloos handelen: *www.geweldloossamenleven.nl*
- Kinderen opvoeden: *www.authenta.nl*
- Leefstijl, sociaal-emotionele vaardigheden voor kinderen en jongeren: *www.leefstijl.nl*
- Relaties/ werkrelaties en intieme relaties: *www.authenta.nl*
- Sociale Vaardigheden. Door vele trainingscentra aangeboden.
- Trainingen voor onderwijzers van basisscholen voor de Vreedzame School. (Edumiek): *www.devreedzameschool.nl*

Achtergrondinformatie

- Coöperatieve spellen, te verkrijgen in de webwinkel van het Museum voor Vrede en Geweldloosheid. *www.vredesmuseum.nl*
- De Schone Handafdruk is een aansprekende vragenlijst die inzichtelijk maakt hoe mensen met hun leefstijl bijdragen aan vrede en conflicten elders. *www.eurosvoorvrede.nl*
- *Handboek voor een vreedzamer, respectvoller en veiliger samenleving,* een losbladig handboek waarvan tussen 2008 en 2013 jaarlijks ongeveer 24 pagina's zullen verschijnen. Het wordt een naslagwerk over geweldloze kracht, vol bruikbaar en inspirerend materiaal voor onze samenleving en komende generaties. *www.samenvoorvrede.nl*
- *Het Grote Deugdenboek voor ouders en kinderen.* Deugdenproject Nederland (Virtues Project). *http://virtuesproject.nl/materialen.htm*
- *Human Scale Development,* Manfred Max. New York, The Apex Press, 1991.
- *Ik wil, jij wilt niet … Geweldloos opvoeden,* Pat Patfoort. Brussel, Jeugd en vrede, 1995. *www.vredesmuseum.nl*
- *Leren met en van elkaar: op zoek naar mogelijkheden voor interreligieus leren in opvoeding en onderwijs,* Trees Andree en Cok Bakker. Zoetermeer, Boekencentrum 1996.

- *Nieuwe wegen voor vredeseducatie. Perspectieven voor de 21e eeuw.* L. Vriens, J. Kuijpers & G. Zoon (red.) (2003). Amsterdam, SWP
- *Om respect en mededogen: levenskunst bij Franciscus en Clara van Assisi.* Nijmegen, Valkhof pers.
- *Opvoeden in verwarrende tijden.* Op zoek naar visie. Lennart Vriens (2007). Antwerpen/Apeldoorn, Garant.
- *People Building Peace I en II* (twee dikke boeken vol voorbeelden van geweldloze initiatieven over de hele wereld), Europees Centrum voor Conflict Preventie. *www.conflict-prevention.net*
- *Tijdschrift voor Vredesopvoeding.* Verschijnt driemaal per jaar. *http://pedagogen.news-letter.nl*
- *Webblad Samen voor Vrede* (via vreedzame, respectvolle en veilige manieren, middelen en methoden). *www.samenvoorvrede.nl*
- ZOZ, tweemaandelijks tijdschrift van Omslag. *www.omslag.nl*



De tentoonstelling '1000 Vredesvrouwen uit alle Werelddelen' geeft een indrukwekkend beeld van het veelzijdige werk van vrouwen wereldwijd voor vrede en mensenrechten op velerlei gebied.

De tentoonstelling bestaat uit

- *22 hangende carrousels (lengte 2.20 meter en breedte 45 centimeter)*
- *het boek '1000 PeaceWomen Across the Globe'*
- *en een aantal Nederlandstalige catalogussen.*

De tentoonstelling is te huur voor 50 euro (twee weken) dit is exclusief vervoer en eventuele opbouw.
Voor meer informatie:
Vrouwen voor Vrede, Postbus 963, 3800 AZ Amersfoort.
Telefoon: 033-4622755.
e-mail: vrouwenvoorvrede@antenna.nl

9) GEWELDLOZE CULTUUR

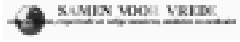
Met cultuur wordt in dit geval beschaving bedoeld. Een beschaving waarin niet het geweld en de geweldsmythe centraal staan, maar de geweldloosheid zoals in dit boekje beschreven. Een beschaving waar mensen vanuit hun innerlijke kracht vreedzaam met elkaar omgaan en hun conflicten geweldloos oplossen.

Met de geweldsmythe wordt de aloude Babylonische mythe bedoeld dat geweld redding brengt en oorlog vrede. Het is de mythe van 'bevrijdend geweld', die helaas tot op vandaag springlevend is, ook in onze westerse samenleving. Het geloof dat geweld redt, is zelfs in veel samenlevingen vanzelfsprekend geworden en dan vaak ook nog als eerste optie. Denk bijvoorbeeld aan de harde militaire interventies van westerse staten en aan het Amerikaanse strategisch concept van 'Preventieve Oorlog'. En dat terwijl er in het VN-atikel 2, lid 4. is vastgelegd dat geweld niet als politiek instrument mag worden gebruikt, tenzij er sprake is van een aanval. Dit geweldsverbod blijkt maar al te vaak een dode letter. Het gewelds-denken houdt ons nog steeds behoorlijk in de greep. Daarom moeten alle zeilen worden bijgezet om een geweldloze cultuur tot stand te brengen.

Is er een nieuwe mens in opkomst, die wijzer, sterker, intelligenter, meer betrokken en meer vreedzaam is dan voorheen? Wie weet. Een geweldloze cultuur blijft hoe dan ook een belangrijk ideaal. Het is een prachtig perspectief om aan te werken en zal niet in de laatste plaats bij het individu moeten beginnen. Vredesopvoeding is daarom cruciaal, zoals ook bepleit door de Verenigde Naties bij het uitroepen van het Decennium voor een Cultuur van Vrede en Geweldloosheid voor de Kinderen van de Wereld (2001-2010).

Organisaties

- Beweging voor Geweldloze Kracht / Stichting voor Actieve Geweldloosheid (SVAG), stelt zich ten doel: het geweldloos bevorderen van een rechtvaardige samenleving waarin mensen op een geweldloze wijze met elkaar en met het milieu omgaan. *www.geweldlozekracht.nl* en *www.samenvoorvrede.nl*



- Huis van Erasmus, Rotterdamse stichting met als doel de bevordering van een cultuur van vrede en actieve geweldloosheid. *www.huisvanerasmus.nl*

- Kerk en Vrede, Landelijke organisatie van mensen die binnen en buiten de kerken actief zijn voor ontwapening en geweldloosheid. *www.kerkenvrede.nl*

- Multicultural Women Peacemakers Network (MWPN), een organisatie van vrouwen in de diaspora die werken aan een rechtvaardige vrede in Nederland en in het land van herkomst. *www.mwpn.nl*

- Museum voor Vrede en Geweldloosheid: een virtueel museum met onderdelen die door het land reizen. *www.vredesmuseum.nl*

- Nederlandse Vereniging van de Verenigde Naties (NVVN) werkt aan het draagvlak voor internationale samenwerking; en stimuleert het debat over verbetering en versterking van de VN. *www.nvvn.nl*

- Pedagogen voor Vrede wil een bijdrage leveren aan een cultuur van vrede door middel van educatieve activiteiten. *http://pedagogen.news-letter.nl*

- Platform Vredescultuur, een samenwerkingsverband van zo'n 20 vredesorganisaties die een cultuur van vrede en geweldloosheid in Nederland willen bevorderen. *www.vredescultuur.nl*

- Quaker Vredescommissie, een werkgroep van de Nederlandse quakergemeenschap. *www.quakers.nu*

- Stichting VredesWetenschappen (SVW) werkt aan vrede via de weg van de wetenschap en kiest voor onderzoek naar voorwaarden voor vrede, systematisch en vanuit verschillende invalshoeken. *www.stichtingvredeswetenschappen.nl*

- Unrepresented Nations and Peoples Organisation (UNPO) een internationale, geweldloze en democratische ledenorganisatie van inheemse volken, minderheden en niet-erkende gebieden. www.unpo.org

- Verenigde Naties (VN, Engels: UN), een internationale en intergouvernementele organisatie die samenwerkt op het gebied van het internationale recht, mondiale veiligheid, behoud van humanitaire rechten, ontwikkeling van de wereldeconomie en het onderzoek naar maatschappelijke en culturele ontwikkelingen. De VN werkt niet altijd geweldloos. *www.un.org*

- Wereld Federalisten Beweging Nederland (WFBN) pleit voor een internationale rechtsorde en een wereldregering om zo de wereldproblemen op te lossen. *www.wfbn.nl*

- Women's International League for Peace and Freedom (WILPF), een wereldwijd netwerk van vrouwen voor conflicthantering en ontwapening, mensenrechten en internationaal recht en het versterken van participatie en gelijkheidwaardigheid. *www.wilpf.nl*

Achtergrondinformatie

- *Bouwen aan geweldloosheid. Van geweldloos opvoeden naar een geweldloze maatschappij,* Pat Patfoort. Brussel, Jeugd en Vrede, 2001
- *De vrede spreekt. Wie luistert?* Irene van Schagen. *www.huisvanerasmus.nl*
- *Erasmus als pacifist: kosmopoliet of kleinburger,* Leo Molenaar. 2004.
- *Humanisme en geweldloosheid,* Rein Heijne. 2000. *www.huisvanerasmus.nl*
- Handboek voor een vreedzamer, respectvoller en veiliger samenleving; losbladig naslagwerk over geweldloze kracht, met bruikbaar en inspirerend materiaal voor onze samenleving en komende generaties. Tussen 2008 en 2013 zullen jaarlijks ongeveer 24 pagina's verschijnen. *www.samenvoorvrede.nl*
- *Leskist met materialen voor vredeseducatie voor de PABO en het basisonderwijs,* samengesteld door PABO-studenten. *platform@vredescultuur.nl* (zie de afbeelding hiernaast)

- *Lieve Erasmus: verkeren met een denker,* Barber van de Pol. 2002. *www.huisvanerasmus.nl*
- *Naar een cultuur van vrede en geweldloosheid,* E.A. Huisman. Zwolle, SVAG 2003. *www.geweldloosactief.nl*
- *Non-violence Report,* UNPO Estonia, 1997. Aan te vragen via e-mail. Non-Violence Report van de Unrepresented Nations and Peoples Organisation (UNPO). *www.unpo.org*
- *Noodzaak en belang van Vredeseducatie,* Rein Heijne. 2007. *www.huisvanerasmus.nl*
- On-line leeszaal van Museum voor Vrede en Geweldloosheid. *www.vredesmuseum.nl/download/inhoud.php*
- *Pacifisme nu,* redactie Daniël de Jongh. Gorinchem, Narratio, 2004, te verkrijgen bij Kerk en Vrede. *www.kerkenvrede.nl*
- *Peace is the way: writings on Nonviolence from the Fellowship of Reconciliation,* redactie Walter Wink. New York, Orbis books, 2000. *www.ifor.org*
- Tijdschrift voor Vredesopvoeding. Verschijnt driemaal per jaar. *http://pedagogen.news-letter.nl*
- *Universele Verklaring van de rechten van de mens* (Universal Declaration of Human Rights). *www.un.org/search*

- *Vredesspiraal,* kwartaalblad van de vereniging Kerk en Vrede dat de ontwikkelingen rond Geweldloosheid en Geloven kritisch en betrokken volgt. *www.kerkenvrede.nl*
- *Vrouwen, Vrede, Diaspora. The cross cultural role of women in peace building.* Door de MWPN ontwikkelde training syllabus. *www.mwpn.nl*
- *Wereldburgerschap: het Ei van Erasmus*, Rein Heijne. 2006, *www.huisvanerasmus.nl*
- *Werkschrift Erasmus voor de klas* met handleiding voor leerkrachten (BO en VO), 2007. Huis van Erasmus, Rotterdam. *www.huisvanerasmus.nl*
- *World poverty: franciscan reflections*, Franciscans International. *www.franciscansinternational.org*

Op de website *www.geweldlozekracht.nl* zijn, onder 'weboverzicht', een groot aantal achtergrondartikelen te vinden over de in deze brochure genoemde aspecten. Onder 'publicaties' zijn een groot aantal nog leverbare brochures en boeken hierover te vinden.