

# 封从德：198 种非暴力方法清单

非暴力行动手册

## 第三章 • 行动篇

在上一篇“选择行动方式”那一小节中，我们提到了选择非暴力行动方法时需要考虑的 12 个因素。

这里开列一张完整的一百九十八种方法的清单，是金夏普博士（Dr. Gene Sharp）在一九七三年总结的。在这张清单之中，我们也加入一些近期新出现的非暴力行动方法，如用互联网散播政府控制的资讯、获取海外资讯、发动签名运动，以及用手机发短讯，发送光盘，电视插播等等。另外，我们还加入了一些具有中国特色的方法，比如退党退团、用五行相克原理选取象征性色，如水克火对应黑克红而取黑色等等。

非暴力行动的方法，形形色色，不一而足。逐条罗列并加以分类，有助于我们对非暴力技术本质的了解。有了这一张清单，行动者在选择方法时，可以少费很多心神。同时，对方若能稍微明了非暴力行动者的方法，或许可以减少他的神经质和激烈反应。不过，需要强调的是，本手册所列举的方法也绝不是概括一切的，更不是无往不利。我们应该“有样看样，无样自创。”

金夏普是英国牛津大学出身的学者，研究非暴力行动多年，曾是位于哈佛大学哈佛广场的爱因斯坦研究所（The Albert Einstein Institution）的创始人和所长，现为该所资深研究员。他经常发行刊物，举办研讨会，发表演讲，并提供咨询服务，致力支持非暴力制裁方法在政治暴力中的战略性运用方面的工作。近年来他特别致力于指导塞尔维亚、立陶宛、拉托维亚、乌克兰、古巴、缅甸等国的非暴力运动。在他的名著《非暴力行动政治学》（Gene Sharp: The Politics of Nonviolent Action, 3 Vols., Boston: Porter Sargent, 1973）第二卷中，详细总结了以非暴力形式进行抗争的人士手中掌握的“非暴力武器”，共一百九十八种，可归纳为三大类：抗议与说服、不合作（社会、经济和政治性的）和干预，其中经济性的非暴力不合作中又分经济抵制和罢工两类。下面是总体的分类结构及各类的数目：

### 一、非暴力抗议与说服

54 种

### 二、非暴力不合作

103 种

社会性的不合作

16

经济性的不合作

49

经济抵制

26

罢工

23

政治性的不合作

38

三、非暴力干预

41 种

金夏普特别指出，不要把这些分类当作是死板而一成不变的。在某些特定情况之下，某种方法可能不像他的归类而显得是属于另一类。有时，一种方法在行动过程中会转变成另一种方法，方法与方法之间有时并没有明显的界线，两种截然不同的方法在某种特定情况下，可能会混在一起而难以分辨。

一、非暴力抗议与说服的方法

正式声明

1、公开演讲

2、抗议信或支持信

3、组织和机构的宣言（如法国神父们反对押送犹太人去集中营）

4、公开签名的声明（如网上签名运动）

5、控诉和意向宣言

6、团体或大众请愿（如八九年四月北京学生递交“请愿七条”）

争取大众的载体

7、口号、漫画和象征符号

8、旗帜、标语、横幅、对联

9、传单、小册子和书

10、报纸和杂志

11、音像磁带、电台电视（现在还有光盘、因特网和手机短讯）

12、天书和地文（如以飞机喷烟在空中写字、山坡或空地上书写标语；空中撒传单见 169 条）

团体代表

13、推派代表

14、挖苦性奖品（如评选“希特勒奖”给独裁者）

15、团体游说

16、指派纠察队（如罢课罢工时纠察队代表团体去阻止上课上工）

17、挖苦性的选举（如另设投票所大家投票凸显官方选举的荒谬）

象征性公开行动

18、展现旗帜和象征性色彩（如对占领军展示国旗，黑色国旗）

19、佩戴或穿着象征标识（如穿白衣戴白花纪念官方害死的人）

20、祈祷和礼拜

21、递送象征性的物品

22、裸体抗议（类似的有八九年的“光头运动”）

23、损毁自己的财物（如美国革命前的茶）

24、象征性的灯光（如火炬、灯笼或蜡烛）

25、展现人物肖像

26、涂抹油漆（如八九年天安门城楼肖像被涂上各色油漆）

27、新的标志和名称（如用来误导占领军）

28、象征性的声音（如钟声、响笛、齐按喇叭、敲打铁盆、尖叫）

29、象征性的收回所有权（如在占用的土地上撒种、栽植树苗、耕作或营造建筑物）

30、粗鲁的姿态（如脱下裤子屁股朝向对方）

对个人施压

31、如影随形地“跟踪”官员（对不义的官员造成心理压力）

32、奚落官员

33、与抗议对象友善交往（如对官员称兄道弟、与士兵交友劝使他们松懈抗命和透露政府的计划）

34、守夜（如烛光守夜、纠察队守夜）

话剧和音乐

35、幽默小品和讽刺剧（幽默的滑稽短剧或胡闹一通）

36、演出和演奏（音乐和戏剧表演）

37、唱歌（如唱国歌、宗教歌曲或赞美诗，唱反调、唱抗议或讽刺的歌曲）

各种游行

38、行军（如甘地发起的“食盐行军”走了二十四天）

39、游行

40、宗教游行（行列中有宗教性的图片或符号，唱宗教歌曲，并有显著的神职人员参与）

41、朝圣（如甘地促印度教与回教和睦）

42、车队（如摩托车队、自行车游行，通常车队慢速行驶，车上挂招牌或旗帜，车辆也可以和步行的人混合编队行进）

尊崇死者

43、政治悼念（如穿白衣哀悼，或佩黑色领带、臂圈、面纱、缎带，或在上装上钉上一小方黑或白手帕）

44、挖苦性葬礼（如反核出殡；持火把、黑旗游行到大使馆）

45、示威性葬礼（徒步行进的追思仪式及葬礼，如六九年布拉格 50 万人悼念 Palach 的出殡行列和八九年 10 万大学生游行至天安门悼念胡耀邦）

46、安葬地祭典（如扫墓、到纪念碑献花、网上灵堂献花献诗）

## 公共集会

47、抗议或支持的集会（若集会非法则和平违法，如八九年 10 万大学生占据天安门广场）

48、抗议聚会（如南非黑人推动“藐法运动”抗议种族隔离政策）

49、伪装下的抗议集会（如运动会、文艺娱乐、宗教或社交聚会）

50、宣讲会（轮番演说、讲解，引导听众讨论）

## 撤回和脱离关系

51、退场（个人或集体离场退席以示反对和抗议）

52、沉默（如列队通过，一言不发；一小时“静默时间”；在中央广场表达“沉默的支持”，可单人或双人绕行）

53、拒弃荣誉（如拒绝奖项、抛弃奖章或焚毁奖状）

54、背身相对（转身背向抗争对象或其代表，加强沉默的力度）

## 二、非暴力不合作的方法

### 2A、社会不合作

55、社会抵制（如编制破坏罢工者名单、士兵进店铺时马上离开）

56、有选择的社会抵制（拒绝出售商品、拒绝接纳参与破坏或镇压运动的人）

57、拒绝和好战男人做爱（源于希腊戏剧“赖丝脱娜塔”）

58、开除教籍逐出教会

59、停圣事（教会对某个教区的宗教处份）

对社会活动、风俗和公共机关的不合作

60、中止社交和体育活动

61、抵制社交活动（集体拒绝参加宴会、音乐会、招待会、剧场和电影院）

62、罢课（停课、只上某些课、课堂上拒绝听课+罢考、罢教）

63、违抗社会习俗成规（言行、举止和服饰上违抗工厂、教会、社交组织、公司与非政府机构的规定和习俗）

64、退出社会机构（退党、退团、退队、退出教会等）

退出社会系统

65、留在家里（如哀悼烈士，通常一两天）

66、个人全盘不合作（囚犯除了呼吸外，拒绝做任何事）

67、劳工出走（抗议或逃避险恶生存环境，集体离开农场或厂矿）

68、进入避难所（如大使馆、寺庙、教堂）

69、集体失踪（如村民埋藏粮食带着牲口器具避入山中）

70、抗议式的外移（用脚投票，如东德人跑到匈牙利、捷克等国的西德大使馆以迁徙到西德）

2B1、经济不合作：经济抵制

消费者的行动

71、消费者抵制（拒绝购买某些货品或服务）

72、不使用被抵制的商品（加强对被抵制的厂商的社会压力）

73、节俭策略（如为抵抗印花法案，1764年美国居民简化丧礼、之后更停止赛马等昂贵娱乐，以打击英国殖民政府的税收）

74、抗租（拒缴不公正的租金，个人或集体皆可）

75、拒绝承租（如拒绝承租原来因抗租而被收回的土地）

76、全国性的消费者抵制（如抵制日货）

77、国际性的消费者抵制（如抵制中国监狱强迫犯人生产的产品）

劳工和厂家的行动

78、劳工抵制（如拒绝装置由雇用童工的木材厂生产的装饰木料）

79、厂家抵制（拒绝出售或发送其产品）

中介人的行动

80、供应商和经手人抵制（如拒绝运送纸张到报社印刷厂，印刷工人拒绝把纸张装上机器，拒绝和他们有生意来往）

业主和经理的行动

81、商人抵制（拒绝买卖某些物品）

82、拒绝出租或出售财产

83、闭厂（雇主锁门停产关闭部份工厂）

84、拒绝行业协助（业主可拒绝对同行提供经济或技术协助）

85、商人罢市（同时停止营业，使某一城市或地区经济瘫痪）

金融资源拥有者的行动

86、挤兑银行存款（同时提款足以对政府或银行业造成巨大压力）

87、拒绝交费（拒缴学杂费、会费、使用费或分摊金等）

88、拒绝还债或付利息（如不承认政府借的外债，以后拒绝偿还）

89、断绝专款或贷款（切断对方的资金来源、撤销投资等）

90、罢税（拒绝缴纳税费）

91、拒用政府货币（呼吁人民拒绝使用钞票，改用金银交易，以促使政府财政瘫痪）

政府的行动

92、国内禁运（政府发起的国内禁市）

93、贸易商黑名单（如将买卖别国囚徒产品的贸易商列入黑名单）

94、国际禁售

95、国际禁购

96、国际贸易禁运

2B2、经济不合作：罢工

象征性罢工

97、抗议性罢工（也叫标志性罢工或示威性罢工，五分钟、一小时、一天或一周皆可）

98、闪电罢工（事先没有安排的短暂罢工，多为“出气”性质）

农业罢工

99、农民罢工

100、农场工人罢工

特殊群体罢工

101、拒绝强制劳动

102、囚徒罢工

103、工匠罢工（如所有木匠或裁缝同时罢工）

104、专业人士罢工（如公务员、教师、银行经理、律师等）

普通的工业罢工

105、公司罢工（单一厂行的罢工）

106、产业罢工（某一地域内某项产业的罢工）

107、同情性罢工（支持性的、不是为自己切身利益的罢工）

有节制的罢工

108、精准罢工（部分工种罢工导致全厂或全地区停顿，“没参加罢工”的工人则还能领失业



金，逐渐增加罢工种类以施压)

109、碰撞罢工(各厂工人轮流罢工，一次只罢工一个厂，使该厂同时受到工会和同行工厂的压力)

110、消极怠工(“磨洋工”)

111、照章行事(一丝不苟的遵照明文规定工作，表面上工作尽善尽美，其实等于是怠工)

112、请病假(当法规或合同禁止罢工时可用)

113、辞职罢工(当法规或合同禁止罢工时)

114、局部罢工(拒绝部份职务或拒绝加班或某些日子上班)

115、选择性罢工(拒绝从事某类工作，通常是基于政治理由)

跨行业罢工

116、综合性罢工(罢工总人数不超过该地区半数)

117、总罢工(某一地区普遍停工)

罢工与经济关闭相结合

118、歇市(联合休业停工，象征性的抗议，通常不超过一天)

119、经济停顿(罢工+经济抵制：工人罢工，经理人员、工商业主同时停止经济活动，造成经济瘫痪)

2C、政治不合作

拒斥权威

120、保留或撤回效忠(拒绝承认某级政权的合法性)

121、拒绝公开支持(如著名作家一齐沉默不发表作品)

122、号召抵抗的文字和演讲

公民不与政府合作

123、抵制立法机构(如少数民族代表拒绝参加人大)

124、抵制选举（如呼吁选民罢选）

125、抵制政府的雇用和职位（如教授集体辞职抗议校长被政府解除职务）

126、抵制政府部门及机构（如倡导律师、检察官及诉讼人抵制法庭，鼓励经由民间仲裁人解决民事纠纷）

127、退学（退出公立学校，促进民间学校）

128、抵制政府支持的机构（如官方学联、作协、记协）

129、拒绝协助执法人员（如拒绝提供受通缉人士的消息给警方）

130、去除职别标志（如涂掉街道名牌及主要机关的标牌）

131、拒绝接纳到任官员

132、拒绝解散既存机构

#### 公民抗命

133、推拖（尽量拖延时间，最后才勉强应付从命，如缴税）

134、当面服从背地抗命（如顶头上司不在就不工作、士兵一走就不守法）

135、普遍违规（大家不张声色地忽视法令，如偷听“敌台”）

136、阳奉阴违（加上伪装以利抗争，如改换被查封的报刊和网站名称而内容依旧）

137、拒绝散会（拒绝官方停止聚会的命令）

138、就地坐下（如与警察对峙时）

139、拒绝应征和遣送（拒绝登记兵役劳役、拒绝报到以躲避遣送集中营；拒绝搬迁，如汉源库区的民众）

140、逃亡和用假身份（大规模镇压、逮捕、监禁或残杀时）

141、公民抗恶法（如食盐法、限制自由的游行示威法）

#### 公务人员的行动

142、选择性地拒绝执行或协助公务（个人或集体公然拒绝执行上级指派的公务）

143、阻塞命令及信息管道（不动声色地阻止命令的下达或搁置下级呈送的报告）

144、推拖阻碍（表面服从但实际上却拖延或妨碍政令的推行，如纳粹德国的科学家拖延原子弹研制）

145、全面行政不合作

146、司法人员不合作

147、执法人员故意执行不力和选择性的不合作

148、哗变（非暴力抗争运动发展到末期军队抗命）

国内政府的行动

149、半合法的规避和拖延（假借其它法律条文或使用不同的准则执法，以逃避或延误他们的法定责任）

150、下级政府单位不合作（顺应民意，不与中央政府合作）

国际性的政府行动

151、外交和其他代表的变动（如召回或撤换驻外代表，或关闭某些机构）

152、延缓或取消外交事项

153、不予外交承认

154、断绝外交关系

155、退出国际组织

156、拒绝成为国际机构的成员

157、开除国际组织会籍

三、非暴力干预的方法

心理干预

158、裸露于自然（让自己身体忍受日晒、天寒、风吹雨打）

159、绝食（绝食期限可预先订立，或不订期限）

a) 道德压力绝食

b) 抗议性绝食

c) 甘地不合作主义绝食

160、反审判（在庭上宣扬其理念，反控统治集团）

161、非暴力骚扰（如影随形的跟踪、辱骂、登报或贴海报指控）

物质干预

162、静坐（进入建筑或业务场所占据所有座位或门前席地而坐）

163、静站（如坚持站在办公室外）

164、强行搭车（自由搭车，打破黑白分座）

165、强行涉水（沙滩或游泳池，打破黑人禁用的规定）

166、肆意溜达（进进出出或四处游荡以达到骚扰的目的，也减少被捕的可能性）

167、强行祈祷（黑人强行进入宗教场所以求平等参与宗教仪式）

168、非暴力进袭（如印度群众列队前往盐库要求英军撤守）

169、非暴力空袭（模型飞机、汽球等空投传单、食品或礼物）

170、非暴力入侵（群众大规模公然进入禁区）

171、非暴力挺身介入（挺身站在对方人员或车辆行进的道路中央，如八九年王维林挡坦克）

172、非暴力阻挡（如群众围住前来镇压的军车）

173、非暴力占领（拒绝离开、继续办公或开会）

社会干预

174、建立新的社交模式（故意和黑人来往、通婚）

175、使设施超载（导致整个机构无法运作或瘫痪：使住院人数增加、“联合到校上课”）

176、浪费对方办公人员的时间（3 分钟的事，故意耗费 30 分钟）

177、强行发言干扰（聚会中发表言论不管内容是否合时切地）

178、游击剧场（突然闯入，做一段带有政治意味的表演）

179、建立取代性或对立的社会机构（独立工会取代官方工会，八九年北京：学生会自治会取代官方学生会）

180、建立取代性的传播系统（违法出版机构、电台电视，如苏联五六十年代的 Samizdat[自发性地下出版物]，七八十年代也在东欧流行，中国八〇年前后的“民刊”也属此类；台湾八十年代的民主电视台；中国最近出现的乡村短程电视台）

#### 经济干预

181、倒罢工（延长工作时间或卖力增产，以加强劳资谈判时的筹码，或凸显失业问题的严重，或表达与厂方团结一致对外：如失业工人自建公路、1968 年捷克“杜皆克的星期天”）

182、留守罢工（罢工者停止工作后，继续留在工作场所）

183、非暴力占用土地（如农民占用地主土地）

184、反抗封锁禁运（如 1947 年柏林空运）

185、政治性的冒牌（如印制散播对方的钞票或证券）

186、垄断性收购（买尽世界市场上战略性物资使敌方失掉供应）

187、没收财产（如冻结敌国在己国银行的户头，停止付给货款、利息、股息，废止敌国人民专利和权益）

188、倾销（低价销售对方赖以赚取外汇的物品，有时足以严重打击敌国经济）

189、选择性的专顾（如使用国货、购买工会工人制造的产品）

190、设立替代性的市场（黑市）

191、建立替代性的交通系统（如黑人出租车司机提供低价服务帮助抵制当局的公共汽车系统）

192、成立替代性的经济机构（如美国农协提供产销服务给棉农使其免于白人棉商的剥削）

#### 政治干预

193、使行政系统超载（大量对政府机构反复询问、建议、抗议，或于文书往来之间附加大量相干或不相干的数据）

194、暴露特务身份（公布秘密警察或奸细的姓名、照片、生平等资料，足以增加他们活动的困难）

195、设法入狱（故意违法以达到入狱的目的，表示不怕被捕，要求释放狱中囚犯，增加法庭处理案件，或引起公众注意）

196、和平违抗“中性”法令（非暴力抗争后期，在不害人的原则下违抗或罔顾所有的法令使执政者无法推行政务早日瓦解）

197、继续执行法定公务（一个政府被敌国占领或遭遇政变时）

198、双重主权和平行政府（成立新政府、流亡政府）

禁书网提供禁书下载阅读, 禁书目录, 禁书网 <http://www.bannedbook.org/>是最大最全的禁书下载基地, 中国禁书, 大陆禁书应有尽有。(大陆直连本站: <http://tiny.cc/meyarw> )  
资源收集于互联网，版权归原作者所有，请在下载 24 小时后删除，勿作商用。