



TEMOIGNAGE : Sr. Clotilde NYANDWI

Congrégation: Sœurs ouvrières de la Sainte maison de Nazareth

Paroisse : Nyamurenz ; Diocèse : NGOZI

Mon témoignage et mon expérience sur la formation à la NVA

INTRODUCTION

J'ai fait la formation sur la non-violence du 20 au 24/10/2024. Cette formation a été utile sur ma vie et sur la vie des autres qui l'ont bénéficiée à travers les formations que j'ai dispensées.

EXPERIENCE PERSONNELLE

Quant à moi, je vois que cette formation m'a aidé à être tolérante plus qu'avant. Même si je ne l'ai pas à cent pour cent quand même j'ai changé pas mal de choses. J'ai changé aussi la façon de communiquer. Je n'utilise plus les paroles qui blessent comme avant, je cherche de mettre des freins, sans toutefois mettre à part la vérité. Dans toutes choses je cherche d'utiliser les moyens non violents pour revendiquer mes droits comme la non-violence nous l'enseigne. J'essaie de ne pas répondre au mal par le mal en favorisant les sets attitudes de la non-violence évangélique, avec une conviction que chaque être humain peut changer, se corriger, se convertir¹. Quand je suis prise par la colère qui me pousse à me venger même dans les petites choses, j'entends en moi une force intérieure qui m'empêche à ne pas agir ainsi. Et après j'expérimente une joie immense. Depuis longtemps j'ai été toujours du côté des opprimés. Aujourd'hui, avec la formation sur la non-violence, je l'ai encore de plus avec une sensibilité redoublée.

EXPERIENCE AVEC LES PERSONNES FORMÉES

Les sœurs, les femmes et les hommes qui ont bénéficié la formation depuis le mois de Janvier :

Mois	Religieuses	Les laïcs		Total
		Hommes	femmes	
janvier	13	15	17	45
Février	8	18	23	49
Mars	41	4	7	52
Avril		4	7	11
		48	14	62
Total	62	89	68	219

¹ Cfr troisième attitude fondamentale de la non-violence active



Toutes ces personnes auxquelles j'ai fourni la formation, je les ai vues très intéressées de façon qu'elles continuaient à me suggérer les autres personnes qui ont besoin de cette formation. Les unes me disaient, il faut que tu rejoignes les couples, les autres me conseillaient qu'il faut donner ces instructions aux jeunes qui se préparent aux mariages pour les aider à affronter les difficultés de la convivialité. Les autres encore ajoutaient qu'il faut fournir ces enseignements aux chefs des collines, sans oublier les conciliateurs. C'est-à-dire ceux qui sont chargés d'écouter et réconcilier, les parties en conflit. Si elles acceptent. Autrement, ils les renvoient au tribunal.

Parmi tous ces catégories de personnes, jusqu'à maintenant, j'ai pu former les conciliateurs de 5 collines de notre zone et commune de Nyamurenza, bientôt je vais donner la formation à ceux qui restent de notre commune comme convenu avec l'administrateur. Eux aussi, ils étaient contents d'avoir bénéficié de cette formation, malgré qu'on n'ait pas pu terminer les thèmes prévus. Nous avons commencé à 8h30 et nous avons filé jusqu'à 2h40. Quand je leur proposais de faire la pause, ils me répondaient qu'il faut continuer pour pouvoir gagner de plus. Comme ça j'ai pu enseigner 3 thèmes : Prévention et résolution pacifique des conflits, violence et communication non violente.

Quant aux sœurs qui ont pu bénéficier cette formation, je les ai vues contentes de façon que nous avons dû dépasser le temps marqué sur l'horaire, car elles voulaient à tout prix qu'on termine le programme prévu. Pour la formation fournie à mes consœurs, nous avons toujours pris toute la journée.

Quelque fois, on commençait la veille. J'ai constaté qu'elles ont accueilli cette formation avec enthousiasme, car ç'a été une grande contribution à la bonne cohabitation et l'accomplissement de leur apostolat. Tous les thèmes sont bénéfiques pour elles, car c'est la vie qu'on mène chaque jour. Par exemple la « prévention et la résolution pacifique des conflits », partout nous rencontrons des conflits. Savoir les prévenir ou les gérer et aider les autres qui sont dans le besoin à faire ainsi, c'est un avantage qu'on ne peut pas négliger ou ignorer.

La violence, la connaître sous toutes ses formes est un atout, car on cherche de l'éviter le plus tôt possible. La violence basée sur le genre. C'est une réalité que nous rencontrons souvent dans nos familles, dans notre société, dans nos apostolats, etc. Avoir de connaissance sur ces types de violence, ça nous ouvre les yeux pour la combattre encore d'avantage, et favoriser ce qui amène la paix. La communication non violente contribue à pérenniser la paix entre nous et avec l'entourage. La non-violence active et évangélique nous donne des directives et des moyens qui nous aident à revendiquer nos droits, mais en respectant la dignité de la personne humaine. Elle nous enseigne à attaquer le mal et non la personne. **« La non- violence est une vie, un esprit, une force, une force de l'âme ».**

CONCLUSION

Je termine en remerciant Pax Christ International qui a pensé de nous partager son expérience de la non-violence, afin que nous aussi nous goûtions les bienfaits de la non – violence active pour continuer à les partager avec nos frères et sœurs pour devenir ensemble les artisans de la paix. Que le Seigneur vous bénisse.

Sr. Clotilde



Testimony: Sr. Clotilde Nyandwi

Congregation: Sisters Servants of the Holy House of Nazareth

Parish: Nyamurenza; Diocese: Ngozi

Training on Active Nonviolence – Personal Experience and Impact

Introduction

I participated in the training on active nonviolence from 20 to 24 October 2024. This formation was beneficial both in my life and in the lives of others who later received it through my own trainings.

Personal Experience

For me, the training helped me become more tolerant than before. Even if I haven't changed 100%, I've made significant progress. I've also changed the way I communicate. I no longer use words that hurt like I used to. I try to put brakes on my reactions, without avoiding the truth. In everything, I seek nonviolent ways to claim my rights, just as the training in nonviolence taught us.

I try not to respond to evil with evil. I practice the seven attitudes of Gospel nonviolence, with the conviction that every human being can change, grow, and convert. When anger takes hold of me and tempts me to seek revenge, even over small things, I feel an inner force preventing me from acting on it. And afterward, I experience a deep joy.

For a long time, I've always sided with the oppressed. Today, thanks to the nonviolence training, I feel this even more deeply, with a renewed sensitivity.

Experience With the People Trained

Since January, I've trained religious sisters, women, and men in nonviolence. Here's a summary:

Month	Religious Sisters	Lay People		Total
		Men	Women	
Jan	13	15	17	45
Feb	8	18	23	49
Mar	41	4	7	52
Apr		4	7	11
		48	14	62
Total	62	89	68	219



The people I've trained have shown great interest. Many even suggested others who could benefit. Some told me: "You must reach married couples." Others suggested training youth preparing for marriage to help them face the challenges of life together. Others still recommended that we reach **hill leaders and community mediators**—those tasked with listening to and reconciling people in conflict.

So far, I've trained mediators from five hills in our area and commune of Nyamurenza. I'll soon train the rest, as agreed with the local administrator.

The mediators were grateful for the formation—even though we didn't finish all the topics. We started at 8:30 a.m. and went straight until 2:40 p.m. When I suggested a break, they said, "Let's continue so we can learn more." We covered three topics: **Conflict prevention and peaceful resolution, violence, and nonviolent communication.**

As for the sisters who received the training, they were also enthusiastic. We often went over time because they insisted we finish the full programme. For my fellow sisters, the training lasted all day and sometimes started the day before.

They received it with joy because it contributed to better community living and supported their apostolic work. All the topics were relevant to their daily lives.

For example, **conflict prevention and peaceful resolution** — we encounter conflict everywhere. Knowing how to manage it, and helping others do the same, is a valuable skill.

Understanding violence in all its forms is essential. It helps us recognise and avoid it early. **Gender-based violence** is a daily reality in our families, society, and apostolates. Knowing its roots helps us fight it and promote peace.

Nonviolent communication helps maintain peace among us and with those around us.

Gospel nonviolence gives us tools to defend our rights while respecting human dignity. It teaches us to attack evil—not people.

"Nonviolence is a way of life, a spirit, a strength — a strength of the soul."

Conclusion

I end by thanking Pax Christi International for sharing its nonviolence experience with us, so we too could experience its fruits and share them with others.

May the Lord bless you.

Sr. Clotilde