

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව

සියලු දෙනා සතු ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ
ඉගෙනීමට, එය අගය කිරීමට සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීමට දේශීය ප්‍රජාවන්ට
උපකාර කිරීම සඳහා වූ වැඩිමුළු නවයකින් යුත් වැඩිමුළු මාලාවක
පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශය.



“සියලු දෙනාට ම සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම
ඇදහීමේ නිදහස සඳහා අයිතිය තිබේ; තමන්ගේ ආගම
හෝ විශ්වාසය මාරු කිරීමේ නිදහස, සහ තනිව හෝ
අන් අය සමග එක්ව, ප්‍රසිද්ධියේ හෝ පෞද්ගලිකව,
ඉගැන්වීම, ප්‍රගුණ කිරීම, පිළිපැදීම හා ඇදහීම මගින්
තමන්ගේ ආගම හෝ විශ්වාසය ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස ද
වියට ඇතුළත් වේ.”

මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය,
18 වැනි වගන්තිය



පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශය

ස්තූතිය සහ පිළිගැනීම	5
අපට ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයින් අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි?	6
ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව පිටුපස සිටින්නේ කවුද?	7
අපගේ හවුල්කරුවන්ගේ පණිවුඩ	8

‘අ’ කොටස: මෙම සම්පත් භාවිතා කරන ආකාරය

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව හැඳින්වීම	11
මෙම සම්පත් භාවිතා කරන ආකාරය	13
එක් එක් සැසිය සඳහා සුදානම් වන ආකාරය.....	15
පහසුකම් සැලසීම සඳහා උපදෙස්	17
සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලබා දීම	21
ප්‍රතිපෝෂණය සහ අනුමැතීන්	29

‘ආ’ කොටස: පාඨමාලා ද්‍රව්‍ය

1 වැනි සැසිය	මානව අවශ්‍යතා - මානව හිමිකම් - මානව වගකීම්	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	32
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	35
	සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතන්දර ද ඇතුළත් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටහන පිටපත	41
2 වැනි සැසිය	සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හඳුන්වාදීම	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	46
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	49
	හමු වේ සහ බෙරයේ ගීත - ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ කතන්දරය.....	56
	ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටහන පිටපත	60
	සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා - පිටර්ගේ කතාව, පකිස්තානය	64
3 වැනි සැසිය	අපගේ විවිධ අනන්‍යතා	
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	68
	ඊජිප්තුවේ, සමේ සහ හනා ගේ කතාව ඇතුළත් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටහන පිටපත	75
4 වැනි සැසිය	ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය වීම	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	78
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	80
	ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටහන පිටපත	85
	මිනිත්තු දෙකක කෙටි නාට්‍ය අවස්ථා - විස්තර සහිත අනුවාදය	92
	සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා: ජේම්ස් පාදිලිතුමාගේ සහ ඉමාම් අෂාෆා ගේ කතාව, හයිජිරියාව	95
5 වැනි සැසිය	අපගේ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	96
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	99
	ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටහන පිටපත	107
	සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා: එමීනා ගේ කතාව, බොස්නියා හර්සෙගොවිනා	109

6 වැනි සැසිය	කන්නදර වලින් පෙළඹවීම - උපක්‍රම වලින් සවිබල ගැන්වීම	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	111
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	114
	ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටයුතු පිටපත	121
	ඉන්දියාව, ඩෙන්මාර්කය සහ කිරිගස්ථානය යන රටවල සමාජ පරිවර්තකයින් පිළිබඳ කතා ..	124
7 වැනි සැසිය	කථා කිරීමේ උපක්‍රම	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	126
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	128
8 වැනි සැසිය	අපගේ පරිවර්තන ගමන	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	132
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	135
	ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටයුතු පිටපත	140
9 වැනි සැසිය	අපගේ පරිවර්තන ගමන (හවදුරටත්)	
	සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය	144
	විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම	146

‘අර’ කොටස: විමර්ශන ද්‍රව්‍ය

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ප්‍රධාන මානව හිමිකම් බැඳීමි	151
ඔබේ රටේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ තොරතුරු සොයා ගන්න	153
නොකඩවා ඉගෙන ගනිමු - තවත් සම්පත් සහ මාර්ගගත පාඨමාලා	155
අභ්‍යාසවල සුවිස	159

සපයා දෙන සම්පත්

පහත සඳහන් ද්‍රව්‍ය ද ඇතුළුව මෙම පාඨමාලාව පැවැත්වීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය කරන ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය සියල්ලක් ම පහත දැකුණුපස දී ඇති සබැඳිය ඔස්සේ ලබා ගත හැක:

- එක් එක් සැසිය සඳහා පවර් පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම්
- ඔබගේ සංදර්භයට සහ ඉලක්කගත කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි අනුගත කර ගැනීම සහ සංස්කරණය කර ගැනීම පිණිස වර්ඩ් (Word) ගොනුවක ඇති ඉදිරිපත් කිරීම්වල ලිඛිත පිටපත්
- අත් පත්‍රිකා
- අභ්‍යාස වලදී භාවිතා කරනු ලැබීම පිණිස ක්‍රීඩා කාඩ්පත් සහ පෝස්ටර්

www.forb-learning.org/si/courses/changemakers/course-materials/

මේ සමග ලබා දෙනු ලබන සම්පත් ලබා ගන්න.

අනෙකුත් භාෂා අනුවාද

මෙම පහසුකම් සලසන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශය සහ ඒ සමග සපයා දෙනු ලබන අනෙකුත් සියලු ම සම්පත් භාෂා ගණනාවකින් සකස් කර තිබේ. මෙම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව ඔබගේ භාෂාවෙන් ද සකස් කර තිබෙන්නේද යන්න මෙතැනින් පරීක්ෂා කර බලන්න.

www.forb-learning.org/si/courses/changemakers/languages/

වෙනත් භාෂා අනුවාද ලබා ගන්න.

ස්තූතිය සහ පිළිගැනීම

මෙම සම්පත් එකතුව සකස් කිරීමේ සහ පරීක්ෂා කිරීමේ ක්‍රියාවලියට හෘදයාංගම සහාය ලබා දුන් ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාවේ සමුද්දේශ කණ්ඩායමේ සාමාජිකයින්ට විශේෂ ස්තූතිය පුදකරනු ලැබේ.

- ගැලිනා කොලොඩිසින්ස්කයිසා, අන්තර් ආගමික සභාව, කීර්තිස්තානය
- හලා ෆරිඩ් ෆාර්ස්, ඊජිප්තුව
- හමාම් හදාද්, සිවිල් සමාජ සංවර්ධනය සඳහා වන ටකාරොබ් සංවිධානය (Taqarob for Civil Society Development), ජෝර්දනය
- හිද්‍යා මව්ලිද්දි ඩුඩ්, සැන්සිඩාර් අන්තර් ආගමික මධ්‍යස්ථානය, ටැන්සානියාව
- ඉර්ෆාන් ඉංජිනියර්, සමාජය සහ වේගිකවාදය අධ්‍යනය සඳහා වන මධ්‍යස්ථානය, ඉන්දියාව
- පූජ්‍ය ජිම් එම්.අයි. සෝර්මිත්, ඉන්දුනීසියාවේ දේවස්ථාන එකමුතුව
- මෙලිසා හිගුයෙන්, වියට්නාමයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ වටමේසය
- මයික් ගාබ්‍රියෙල්, ජාතික ක්‍රිස්තියානි ධර්මදහ සංගමය, ශ්‍රී ලංකාව (NCEASL)
- ටේමිනා කාසි, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ස්වාධීන උපදේශකා සහ පුහුණුකාරිනී, එක්සත් රාජධානිය
- පූජ්‍ය උකොනා නිග්වොඩියා, හයිජිරියානු ප්‍රෙස්බිටේරියන් සභාව

ලබාදුන් දායකත්වය සහ පළ කළ අදහස් වෙනුවෙන් පහත දැක්වෙන අය වෙත ද ස්තූතිය පුද කරනු ලැබේ: ලීසා චින්තර්, ක්‍රිස්ටීන් ටීවෙයිට් සහ ඇලෙක්සැන්ඩර් බොරෙලෝ හ්‍රොස්බ් (ස්ටෙෆන්ස් විලයන්ස් ඉන්ටරනැෂනල් සංවිධානය), ක්‍රිස්ටිනා පාට්‍රිං සහ නික්ලස් එක්ලෝර් (SMC ලේන් ඉන් ඩිවලොප්මන්ට් සංවිධානය), ටබ්නා ස්කොඩර්-නුඩ්සෙන්, ඉඩා ස්ක්මිද් සහ ෆ්ලිප් බල් පෙඩර්සන් (CKU), ලැන් යූ ටැන් සහ සිඩ්සෙල්-මාර් වින්තර් ප්‍රාග් (FABO), සහ වියන් යූ ලිම් සහ මයිකල් වෙයිනර් (එක්සත් ජාතීන්ගේ මානව හිමිකම් පිළිබඳ මහ කොමසාරිස් කාර්යාලය).

තමන්ගේ සමාජ පරිවර්තක අත්දැකීම් අප සමග බෙදා ගත් සියලු දෙනාට අපගේ විශේෂ ස්තූතිය පුද කරන්නෙමු!

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව සිංහල භාෂාවට පරිවර්තනය කරමින් සහ සිංහල අනුවාදය සෝදුපත් කියවමින් දායකත්වය ලබා දුන් පමෝදා සේනාරත්න, අමරසේන එදිරිසිංහ සහ මිලින්ද උබේසිංහ යන තිදෙනාට ද ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව ස්වකීය ස්තූතිය පුද කර සිටියි.

මෙම ඉගෙනුම් සම්පත්වල මුල් පිටපත් නෝර්වේජියානු විදේශ කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ (NMFA) සහ ස්වීඩන් අන්තර්ජාතික සංවර්ධන සහයෝගිතා ආයතයේ (SIDA) මූල්‍ය සහයෝගය මත සකස් කරන ලදී. අන්තර්ජාතික සංවර්ධනය සඳහා වන එක්සත් ජනපද නියෝජිතායතනය (USAID) හරහා ඇමරිකානු ජනතාව විසින් ලබා දෙන ලද නොමසුරු සහයෝගය මත මෙම සිංහල අනුවාදය සකස් කරන ලදී. මෙහි අන්තර්ගතයන් පිළිබඳ සම්පූර්ණ වගකීම එහි රචකයා සතු වේ. මෙහි ප්‍රකාශකර ඇති අදහස් හෝ අර්ථදැක්වීම් අවශ්‍යයෙන් ම නෝර්වේජියානු විදේශ කටයුතු අමාත්‍යාංශයේ (NMFA) හෝ ස්වීඩන් අන්තර්ජාතික සංවර්ධන සහයෝගිතා ආයතයේ (SIDA) හෝ අන්තර්ජාතික සංවර්ධනය සඳහා වන එක්සත් ජනපද නියෝජිතායතනයේ (USAID) ද පොදු අදහස් නොවන අතර, එමඟින් අවශ්‍යයෙන් ම අන්තර්ජාතික සංවර්ධනය සඳහා වන එක්සත් ජනපද නියෝජිතායතනයේ (USAID) හෝ එක්සත් ජනපද රජයේ අදහස් පිළිබිඹු නොවෙයි.



අපට ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයින් අවශ්‍ය වන්නේ ඇයි?

ලෝකය පුරා ම සෑම ආගමකට ම සහ විශ්වාසයකට ම අයත් මිනිසුන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව හිමිකම උල්ලංඝනය කරනු ලැබීමේ වලිනි පීඩාවට පත්ව සිටින අතර, ලෝකයේ බොහෝ තැන්වල මෙම තත්වය උග්‍ර වෙමින් පවතියි. මෙවැනි ප්‍රශ්නවල ස්වභාවය, බරපතලකම සහ පුළුල් බව විශාල වශයෙන් වෙනස් වන නමුත් වෙනස්කොට සැලකීම, වෛර ප්‍රකාශ සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය ලෝකයේ සෑම තැනක ම සුලභව සිදුවන දේ බවට පත් වී තිබේ.

සාමකාමීව විශ්වාස ඇදහීමට සහ ප්‍රකාශ කිරීමට ඇති නිදහස මත රඳා පවතින විසින් සීමා පනවනු ලැබීම ද සිවිල් සමාජය සඳහා පවතින අවකාශය හැකිලී යාමේ ගෝලීය ප්‍රවණතාවය හා සම්බන්ධ බරපතල ප්‍රශ්නයක් වේ. බොහෝ සංදර්භයන් තුළ වෛරයෙහි දැනට පවතින රටා සහ හිතීමය සීමාකිරීම් කෝවිඩ් වසංගතය හේතුවෙන් තවත් උග්‍ර වී තිබේ.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය උල්ලංඝනයවීම කාන්තාවන්ට හා පිරිමින්ට වෙනස් ආකාරයෙන් බලපායි. ආගම පදනම් කරගත් පෞද්ගලික තත්වය පිළිබඳ හිතී හේතුවෙන් වෙනස්කොට සලකනු ලැබීමට සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කරගත් ප්‍රචණ්ඩත්වයට ලක්වීමේ අවදානමට කාන්තාවන් විශේෂයෙන් ම මුහුණ දෙති.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතියෙහි බොහෝ සහ විවිධාකාර වූ උල්ලංඝනය කිරීම් පුද්ගලයින්ට අතිමහත් දුක් පීඩා ගෙන දෙන අතර සමාජ අස්ථාවරත්වයට ද හේතු වෙයි. එම නිසා, වෙනසක් ඇතිකිරීමේ කඩිනම් අවශ්‍යතාවයක් පවතින අතර, එම වෙනස නොහොත් පරිවර්තනය ඉහළ සිට පහළට මෙන් ම පහළ සිට ඉහළට ද සිදු විය යුතු ය.

හිතී ප්‍රතිසංස්කරණය කිරීම පිණිස සහ හිතී ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී සහ බලාත්මක කිරීමේදී වෙනස්කොට නොසලකන බව සහතික කිරීම පිණිස හිතී සම්පාදකයින් සහ නිලධාරීන් විසින් අධිෂ්ඨානශීලීව ප්‍රයත්න නොදරන්නේ නම් සමානාත්මතාවය, සාමය, සහ යුක්තිය යන ගුණාංගයන්ගෙන් සපිරි සමාජ බිහි කළ නොහැක. පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම සඳහා පහළ මට්ටම් වලින් සහයෝගය ලබා දීමක් සහ පීඩනය වලින් කිරීමක් සිදු නොවන්නේ නම් ඉහළ මට්ටම් වලින් එවැනි අධිෂ්ඨානශීලී ප්‍රයත්නයක් දැරීම සිදු නොවනු ඇත. තවද, විදිනෙදා ජීවිතය තුළ මිනිසුන් අත්විඳින බොහෝ උල්ලංඝනයන් සිදු කරනු ලබන්නේ ප්‍රජාවෙහි ම සිටින, එනම් සේවා ස්ථානයේ, පාසලේ සහ නිවසේ සිටින අනෙකුත් ප්‍රජා සාමාජිකයින් විසින් ය. එමෙන් ම, වෙනස පහළ මට්ටමේ සිට පැමිණිය යුතු වේ.

බොහෝ පුද්ගලයින් තම ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය උල්ලංඝනයවීම පිළිබඳව කණගාටු වන නමුත් එහි වෙනසක් සිදු කළ යුත්තේ කෙසේ දැයි අවිශ්වාසයෙන් සිටිති. පරිවර්තනයක් සඳහා ප්‍රායෝගික පියවර ගැනීමට හැකි වනු පිණිස තමන් සතුව දැනුම සහ කුසලතා තිබීමේ අවශ්‍යතාවයක් තිබෙන බව ඔවුන්ට හැඟී යයි. ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව මගින් අන්තර්-ආගමික අවබෝධය පිළිබඳ සහ අයිතිවාසිකම්-පදනම් කරගත් ප්‍රවේශය පිළිබඳ දැනුම සහ ආකල්ප කෙරෙහි පමණක් නොව, ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා උපක්‍රම කෙරෙහි ද අවධානය යොමු කරමින්, ඔවුන්ට සවිබල ගැන්වීමට දයකත්වය ලබා දීම සඳහා ප්‍රයත්න දරනු ලැබේ.

ඔබට ඔබගේ සංදර්භය තුළ පරිවර්තනයක් ඇති කිරීම සඳහා සහභාගී වීමට අවශ්‍යව ඇතැයි යන්න සහ එම පරිවර්තනය සිදුකිරීමට 'මෙම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව' මගින් ලබා දෙන සම්පත් ඔබට අත්වැලක් වනු ඇතැයි යන්න අපගේ බලාපොරොත්තුවයි.

කැතරින් කෂේ
ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව පිටුපස සිටින්නේ කවුද?

සියලු දෙනාට ම ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහතික කර දීම වෙනුවෙන් කැපවී සිටින බොහෝ පුද්ගලයින්ගේ සහ සංවිධානවල සහාය ඇතිව ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව විසින් මෙම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව සම්පාදනය කරන ලදී.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව විසින් විවිධ පුද්ගලයින්ට, ප්‍රජාවන්ට සහ තීරණ ගන්නන්ට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීමට, ඒ පිළිබඳව සිතා බැලීමට සහ විය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට උපකාර කිරීම පිණිස ඉගෙනුම් සම්පත්, පාඨමාලා සහ ජාලකරණ අවස්ථා සපයා දෙයි. විය ලොව පුරා පුළුල් පරාසයකට අයත් විවිධ ආගමික සහ ඇදහිලි ප්‍රජාවන්, මානව හිමිකම් හා සංවර්ධන සංවිධාන, සහ ශාස්ත්‍රීය ආයතන සමග සාකච්ඡා කර සහ ඒවායෙහි සහයෝගීත්වය ඇතිව Nordic Ecumenical Network on Freedom of Religion or Belief (NORFORB) හැමරිකා සංවිධානය විසින් සිදු කරනු ලබන ව්‍යාපෘතියකි.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව විසින් සපයා දෙනු ලබන අනෙකුත් සම්පත් සහ පාඨමාලා වලට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා අදාළ වන්නේ කුමක්ද යන්න සහ වීම නිදහස සීමා කරනු ලැබිය හැක්කේ කවර අවස්ථාවලදී ද යන්න පැහැදිලි කෙරෙන චිත්‍රපට අටක් (මේවා භාෂා ගණනාවකින් ලබාගත හැකිය); මාර්ගගතව සිදුකරනු ලබන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පුහුණුකරුවන් පුහුණු කිරීමේ පාඨමාලාවක්; ඉල්ලුම්කර සහභාගි විය හැකි, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පිළිබඳ මාර්ගගත පාඨමාලාවක්; සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පාඨමාලාවේ පහසුකම් සලසන්නන්ට ලබා දෙන අන්‍යාය මෙවලම් කට්ටලයක් ඇතුළත් වේ.

වැඩිදුර විස්තර අපගේ වෙබ් අඩවියෙන් ලබා ගන්න: forb-learning.org

පාඨමාලාව සකස් කරන ලද ආකාරය

අප්‍රිකාවේ, ආසියාවේ, මැදපෙරදිග හා උතුරු අප්‍රිකානු (MENA) කලාපයේ සහ යුරෝපයේ රටවල් දහයක සිවිල් සමාජ සංවිධාන සහ ආගමික ප්‍රජාවන්ගෙන් ලබාගත් විමර්ශන කණ්ඩායමක් සමග එක්ව FORB Learning Platform (ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාවේ) කාර්ය මණ්ඩලය විසින් මෙම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව 2020-2021 කාලපරිච්ඡේදයේ දී සකස් කරන ලදී. මෙම විමර්ශන කණ්ඩායමට ක්‍රිස්තියානි, මුස්ලිම්, බෞද්ධ සහ ආගමික නොවන පසුබිම් වලට අයත් පුද්ගලයින් ඇතුළත් විය.

ප්‍රමාණවත් තරම් සුරක්ෂිත ඕනෑම සන්දර්භයක් තුළ, බිම් මට්ටමේ දී අදාළ වන, ප්‍රවේශ විය හැකි සහ ඉගැන්විය හැකි පාඨමාලාවක් නිර්මාණය කිරීම අපගේ අරමුණ විය. මෙයින් අදහස් කරන ලද්දේ දක්ෂතාවය සහිත ඕනෑම පහසුකම් සලසන්නෙක් විසින් (මානව හිමිකම් පිළිබඳ කොපමණ දැන සිටින්නේද යන්න නොසලකා) ඕනෑම සහභාගිවන්නෙකුට (අධ්‍යාපන මට්ටම නොසලකා) ඉගැන්විය හැකි, ක්‍රමයෙන් සන්දර්භය අනුව වෙනස් කර ගත හැකි වන පාඨමාලාවක් නිර්මාණය කිරීමයි.

- විබැචින් අපි කරුණු තුනක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කළෙමු:
- න්‍යාය සහ පාඨ-පාදක කර ගත් ප්‍රවේශයන් වෙනුවට සංකල්ප හඳුන්වා දීමේ සහ ගවේෂණය කිරීමේ මාධ්‍ය ලෙස බෙදාගැනීම, කතන්දර කීම, අත්දැකීම් ඇසුරෙන් ඉගෙනීම සහ දෘශ්‍ය සන්නිවේදනය භාවිතා කිරීම - මිනිසුන් සිටින තත්වයෙන් ආරම්භ වන ක්‍රමවේදයක්.
 - ප්‍රාදේශීය ප්‍රජාව තුළ මිනිසුන්ට වෙතසක් ඇති කළ හැකි ප්‍රායෝගික ක්‍රම.
 - පාඨමාලාව පැවැත්වීමට හැකි තරම් පහසු කර දීම - පහසුකම් සලසන්නාට අවශ්‍ය සියල්ල සකස් කර දීම.

මෙම පාඨමාලාව සැලසුම් කර සකස් කිරීමෙන් පසුව, ඉන්දියාවේ, ජෝර්දානයේ, හයිපරියාවේ සහ ටැන්සානියාවේ විමර්ශන කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් විසින් 12-25 දෙනෙකුගෙන් යුත් ප්‍රාදේශීය ප්‍රජා කණ්ඩායම් යොදා ගනිමින් මෙම පාඨමාලාව පරීක්ෂා කර බැලූහ. සහභාගිවුවන් අතර කුලී රථ රියදුරන්, සාප්පු හිමියන්, ටේලර්වරු, ගුරුවරු, සමාජ සේවකයින්, කුරාන පාසල් ගුරුවරුන්, පල්ලියේ සාමාජිකයින්, තරුණ කණ්ඩායම් නායකයින් සහ විශ්ව විද්‍යාල සිසුන් ඇතුළත් වූහ. සහභාගිවන්නන්ගෙන් සහ පහසුකම් සලසන්නන්ගෙන් ලැබුණු ප්‍රතිපෝෂණය අතිශය සාධනීය වූ අතර, ඔවුන්ගෙන් ලැබුණු ආදානයන් පදනම් කර ගෙන පාඨමාලාවේ අදාළ සංශෝධන සිදු කර ඇත.



අපගේ හවුල්කරුවන්ගේ පණිවුඩ

දේවස්ථාන පිළිබඳ ලෝක සභාවේ පෙරවදන

“1948 වර්ෂයේ දී මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය මගින් සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම ඇදහීමේ නිදහස සඳහා අපට ඇති අහිමි කළ නොහැකි අයිතිය ප්‍රකාශයට පත් කළ අවස්ථාවේ පටන්, ලොවපුරා සිටින ජාතීන්ට මෙම අයිතියෙහි අඩංගු සංකල්ප අවබෝධ කර ගැනීමට සහ අර්ථ නිරූපණය කිරීමට අවශ්‍ය කර ඇත. ලොව පුරා විවිධ හීන, ප්‍රමිති සහ ප්‍රතිපත්ති රාශියක් විවාදයට ලක්කර, මතභේදයට භාජනය වී, සම්මත කර ගෙන ඇති නමුත්, කණගාටුවට කරුණ නම් ඒවා බොහෝ විට මිනිසුන්ට මෙම අයිතිය පූර්ණ වශයෙන් භුක්ති විඳීමට හැකියාව ලබා දී නොතිබීමයි. නමුත් සියලු ම හීන, කාර්ය රාමු සහ ප්‍රකාශ සම්බන්ධ මූලධර්ම පිළිබඳ යම් ජාතියක සාමාන්‍ය ජනතාව දැනුවත් වන්නේ නම් සහ ඒවා අවබෝධ කර ගන්නේ නම් මිස, ඒවායෙහි වටිනාකමක් හැක. සියලු ම මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සහ ආරක්ෂා කිරීම ආරම්භ වන්නේ නිවසින්, පවුල තුළින්, අසල්වැසිත් අතරින් සහ ප්‍රජාවන් තුළින් ය.

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව මානව හිමිකම් සහ හීන සම්මතයන් පිළිබඳ අඩු දැනුමක් සහිත, හැක හොත් පූර්ව දැනුමක් නොමැති ප්‍රජාවන් ඉලක්ක කර සකස් කර ඇති අතර, කතන්දර කීම සහ දෘෂ්‍ය ක්‍රමවේද හරහා, අභියෝග කිරීමට සහ ආකල්ප වෙනස් කිරීමට උපකාරී වන පරිදි, වෙනස් විශ්වාස සහිත අයගේ බිය දුරු කිරීමට උපකාරී වන අයුරින් සැලසුම් කර ඇත. වමෙන් ම, මෙම පාඨමාලාව ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය වෙනුවෙන් පෙනී සිටින්නන් බවට පත්වීමට ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයින්ට බලය ලබා දෙයි.

ආගම හෝ විශ්වාසය කුමක්ද යන්න නොසලකා, සියලු ම පුද්ගලයින්ට අදාළ වන පරිදි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසෙහි මූලධර්ම පිළිබඳ අවබෝධය සහ ඒ සඳහා ඇති පිළිගැනීම ප්‍රවර්ධනය කිරීමට අපි උත්සාහ කරන බැවින්, මෙම පාඨමාලාව දේවස්ථාන පිළිබඳ ලෝක සභාවේ සාමාජික දේවස්ථාන වලට සහ අනෙකුත් හවුල්කරුවන්ට වටිනා මෙවලමක් වනු ඇත.

“විවිධත්වයන් යනු වෙන් කිරීමට හෝ දුරස් කිරීමට අදහස් කර ඇති දේ නොවේ. අපි චිකිතකාගේ අවශ්‍යතා මොනවාද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස චිකිතකාගෙන් සම්පූර්ණයෙන් ම වෙන් වන්නෙමු.”

අගරුදගුරු ඩේස්මන්ඩ් ධ්‍රැග්
ජෙනිෆර් ෆිල්පොට් නිසෙන්, වැඩසටහන් විධායක - මානව හිමිකම් සහ නිරායුධකරණ වැඩසටහන, දේවස්ථාන පිළිබඳ ලෝක සභාව

“ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව යනු මැද පෙරදිග සහ දකුණු අප්‍රිකානු කලාපයේ ක්‍රියාකාරීන්ට, පුනුණුකරුවන්ට සහ අධ්‍යාපනඥයින්ට විශිෂ්ඨ සම්පතකි. එහි ඇති අන්තර්කරණය වූ, අන්තර්ක්‍රියාකාරී සහ නම්‍යශීලී ප්‍රවේශය මගින් ඔවුන්ට ඉදිරිපත් කිරීම් සහ අභ්‍යාස ඔවුන්ගේ ප්‍රාදේශීය සන්දර්භයට අනුකූල වන ලෙස හැඩගසා ගැනීමට ඉඩ සලසන අතර, එය දැනුවත් කිරීම, උල්ලංඝනය වීම් හඳුනා ගැනීම සහ යහපත් පිළිවෙත් ගවේෂණය කිරීම සඳහා සුදුසු ප්‍රවේශයක් නිර්මාණය කර දෙයි. මෙම පාඨමාලාව මගින් බිම් මට්ටමේ සිටින පුද්ගලයින්ව ඉලක්ක කර ගනිමින්, සහභාගිවන්නන්ට ඔවුන්ගේ දුක්ගැහැටි සහ කනස්සල ඉදිරිපත් කිරීමට මෙන්ම නිර්මාණාත්මක විසඳුම් සොයා ගැනීමට සහ ප්‍රජා ක්‍රියාමාර්ග සකස් කර ගැනීමට ද ඉඩ සලසයි. එහි විනෝදජනක සහ අන්තර්ක්‍රියාකාරී මෙවලම් අඩංගු වන නමුත්, එය මතභේදාත්මක මාතෘකා සාකච්ඡා කිරීමෙන් වැළකී නොසිටින අතරම, පහසුකම් සලසන්නන්ට ඔවුන්ගේ සැසි ව්‍යුහගත කිරීම පිළිබඳ උපදෙස් ද සපයා දෙයි. මෙය අන්තර්කරණය වූ පුරවැසිභාවය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති ගෞරවය ප්‍රවර්ධනය කිරීමට උත්සාහ දරන, කලාපයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ (FoRB) ජාලවල සාමාජිකයින් සඳහා නව්‍ය සම්පතක් වේ.”

ඇනා මේරියා ආම්, පුරවැසිභාවය සහ විවිධත්වය කළමනාකරණය සඳහා වූ ආයතනයේ පර්යේෂණ සහ පාඨමාලා විකකයේ ප්‍රධානි - ADYAN පදනම

“සම්ප්‍රදායය ඉතාමත් සක්‍රීය සහ පොළඹවනසුළු වූ අප්‍රිකානු පසුබිම තුළ ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව ඉතාමත් ප්‍රයෝජනවත් වේ. සංවේදී කරුණු පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමට, මනස විවෘත කිරීමට සහ නව අවබෝධයන් ඇති කර ගැනීමට මෙම පාඨමාලාව අපට උපකාරීවී ඇත. බොහෝ දේ කිරීමට ඉතිරිව තිබුණ ද, අපිට නව අවබෝධයන් හි ආරම්භයන් දැකිය හැක. කිතුනුවත් සහ මුස්ලිම්වරුන් අතර සාමය සහ සාමකාමී සහජීවනය මෙන්ම ආගමික නිදහස සහ රිස්කීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම ස්වකීය මූලික පරමාර්ථය කර ගෙන තිබෙන අප්‍රිකාවේ ක්‍රිස්තියානි-මුස්ලිම් සබඳතා පිළිබඳ වැඩසටහනට (PROCURA), මෙම පාඨමාලාව මගින් අප්‍රිකාවේ සහ ඉන් ඔබ්බෙන් සිටින ප්‍රජාවන් අතර ස්වකීය වැඩසටහන් ක්‍රියාත්මක කර සාර්ථක කර ගැනීම සඳහා යොදා ගත හැකි සැලකිය යුතු දායකත්වයක් සපයා දෙයි. නවත් බොහෝ අප්‍රිකානු ප්‍රජාවන්ට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ දැනුම ලබා ගැනීම සඳහා ප්‍රවේශ විය හැකි වන පරිදි මෙම සම්පත් ප්‍රංශ භාෂාවෙන් සපයා දීමට දායකත්වය ලබා දීමට හැකිවීම පිළිබඳ අපි ආඩම්බර වෙමු.”

**රෙවි කොමි ඇඩ්වේක්, ප්‍රධාන උපදේශක,
අප්‍රිකාවේ ක්‍රිස්තියානි-මුස්ලිම් සබඳතා පිළිබඳ වැඩසටහන (PROCURA)**

“ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස බිම් මට්ටමෙන් ප්‍රවර්ධනය කිරීම දකුණු ආසියානු කලාපය තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති ගරුත්වය සුරක්ෂිත කිරීම සඳහා වන වැදගත් අංගයක් වේ. ‘ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස’ පාඨමාලාව එසේ කිරීමට උනන්දුවක් දක්වන ඕනෑම අයෙකුට මහත් අනුබලයක් ලබා දෙයි. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා වන දකුණු ආසියා සංසද (SAFFORB) ජාලය මෙම සම්පත් භාවිතා කිරීමට බලාපොරොත්තුවෙන් සිටින අතර, අපිට වෙනසක් ඇතිකිරීම සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම පිණිස ප්‍රජාවෙහි ආකල්ප වෙනස් කිරීමට සහ ප්‍රජාව සවිබල ගැන්වීමට කටයුතු කිරීම කඩිනම් කළ හැකි වන පරිදි කලාපයේ පුළුල් පරාසයක අධ්‍යාපනික, සාමය ගොඩනැංවීමේ සහ අන්තර් ආගමික ක්‍රියාකාරීන් ද එසේ කරනු ඇතැයි අපේක්ෂා කරනු ලැබේ.

**සෘමුවෙල් ජයකුමාර්, සම්බන්ධීකාරක,
ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ දකුණු ආසියානු සංසදය (SAFFORB)**

“ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හරහා සාමකාමී සහ අන්තර්කරණය වූ සමාජ ප්‍රවර්ධනය කිරීමට කටයුතු කරන රටවල් හතකට (7) අධික සංඛ්‍යාවක හවුල්කරුවන් 50 දෙනෙක් සමග, උපායමාර්ගික ආගමික ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා වන ඒකාබද්ධ වැඩසටහන (JISRA), ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පහසුවෙන් සන්දර්භගතකර ගෙන හැඩගස්වා ගත හැකි, භාෂා රාශියකින් ලබා ගැනීමට තිබෙන, ප්‍රවේශ විය හැකි සම්පත් සපයා දෙන ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව උණුසුම්ව පිළිගනියි. මෙම පාඨමාලාව උපායමාර්ගික ආගමික ක්‍රියාකාරීත්වය සඳහා වන ඒකාබද්ධ වැඩසටහනෙහි හවුල්කරුවන්ට විවිධ පරිවර්තකකාරකයින් සන්නද්ධ කිරීම සඳහා සහ ආගමික ප්‍රජාවන් තුළ සහ ආගමික ප්‍රජාවන් අතර සංවාදයක් ඇති කිරීමට පහසුකම් සැලසීම සඳහා මෙන්ම සිවිල් සමාජය, විශේෂයෙන් ම කාන්තාවන්, තරුණයින් සහ විධිමත් අධ්‍යාපනය සඳහා සීමිත ප්‍රවේශයක් ඇති අනෙකුත් ක්‍රියාකාරීන්, ශක්තිමත් කිරීම සඳහා ඔවුන්ගේ ක්‍රියාකාරකම්වලට සහාය වන අමතර සහ අවශ්‍ය මෙවලම් ලබා දෙයි. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව විසින් සපයා දෙනු ලබන ඉගෙනුම් අවස්ථා වෙනුවෙන් අපි අපගේ කෘතඥතාවය පළ කර සිටින අතර, මිළඟට අප වෙත සපයා දෙන දේ දැකගැනීමට අපි ආශාවෙන් බලා සිටින්නෙමු!”

ක්‍රිස්ටිනා මාස්ඩම්, පිස්රා කොන්සෝටියම් සම්බන්ධීකාරක

“අපි බොහෝ විට අඩු පාසල් අධ්‍යාපනයක් සහිත සහභාගිවන්නන් සිටින භූගෝලීය ප්‍රදේශවල අපගේ කටයුතු සිදු කරන බැවින්, අපගේ සියලු ම මෙහෙයුම් ක්ෂේත්‍රවල සහ අපගේ සියලු ම සහභාගිවන්නන් සමග සිදු කරන ක්‍රියාකාරකම්වලදී අපගේ අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම සඳහා සන්නද්ධවීමට මෙම පාඨමාලාව අපට අවස්ථා සලසා දෙයි. අපි වය ඉතා සුහදව සහ කෘතඥතාවයෙන් යුතුව පිළිගන්නෙමු. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සරල කළ සහ ප්‍රවේශ විය හැකි දැනුම ආගමික ප්‍රජාවන් පිළිබඳ වඩා හොඳ අවබෝධයක් ලබා ගැනීම සහ අනෙක්තා පිළිගැනීමක් ඇතිකිරීම සඳහා උපකාරී වේ. ආගමික නිකායන් අවබෝධකර ගැනීමට සහ ඒවා අතර සමාජ සහජීවනය ප්‍රවලිත කිරීමට මිනිසුන්ට උපකාර කිරීම සඳහා මෙම පාඨමාලාව අපට අවස්ථාව සලසා දෙයි. කෙටියෙන් කිව හොත්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ නව ප්‍රවේශයන් සහ දැනුම ඇති ආගමික නායකයින් සහ පාර්ශවකරුවන්, වික්ව ජීවත්වීම සහ සාමකාමී සහජීවනය ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ ක්‍රියාකාරීන් බවට පත්වනු ඇත.”

පිස්රා කොන්සෝටියම් සාමාජිකයින්, මාලි

“සාමය සඳහා වන ආගමික හැමති අවුරුදු 50 ක් පැරණි ගෝලීය අන්තර්-ආගමික ව්‍යාපාරයක් සඳහා නව උපායමාර්ගික දිශාවක් සකස් කිරීම පිණිස ලොකයේ පෞද්ගලික ආගමික නායකයින් කණ්ඩායමක් 2019 දෙසැම්බර් මාසයේදී එකට එක්වූහ. සිතීමේ, හඳුනා සාක්ෂියේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස, ඔවුන් බිම් මට්ටමේ දී ඇතුළුව, එකට එක්ව ප්‍රබල ලෙස සහයෝගය දක්වන මූලික පොරොන්දු වලින් එකක් විය. ඕනෑම ආගමක් පිළිපැදීමේ නිදහස, සියලු ම ආයතන සහ අපි, ශිෂ්ටත්වය, මානව හිමිකම් සහ සමස්තයක් ලෙස ප්‍රජානන්ත්‍රවාදය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා වගකිවයුත්තන් කිරීමේ මාධ්‍යයක් වන්නේය යන්න ඔවුන්ගේ අවබෝධය වේ. මේවා අයිතිවාසිකම් පදනම් කරගත් ප්‍රවේශයක් ප්‍රමුඛ කර ගත්, අවශ්‍ය සංවාද සහ සාමය ගොඩනැගීමේ මාධ්‍යයන් අවබෝධකර ගැනීමේ ඕනෑම ප්‍රයත්නයක් සඳහා වටිනා සම්පත් වේ.”

අස්සා කරම්, මහලේකම්, සාමය සඳහා වන ආගමික සංවිධානය

'අ' කොටස



මෙම සම්පත් භාවිතා
කරන ආකාරය

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව හැඳින්වීම

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව යනු තමන්ගේ ප්‍රජාවෙහි සිටින සියලු ම දෙනාට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීමට, එය අගය කිරීමට සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීමට තරුණ තරුණියන්ට සහ වැඩිහිටියන්ට හැකියාව ලබා දීම සඳහා සකස් කර ඇති පැය දෙක බැගින් වූ වැඩමුළු නවයකින් සමන්විත වැඩමුළු මාලාවක් වේ.

මෙම පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශය සහ මේ සමග සපයා දෙනු ලබන සියලු ම සම්පත් ඔබ සුදුසු යැයි සිතන ආකාරයකට ඔබගේ සංදර්භයට ගැළපෙන ලෙස හැඩගස්වා ගනිමින් භාවිතා කිරීම සඳහා ඔබට නොමිලයේ සපයා දෙනු ලැබේ. ඒවා මෙම [සබැඳිය](#) හරහා භාෂා කිහිපයකින් ලබා ගත හැක:



මෙම පාඨමාලාවේ අරමුණු මොනවාද?

මෙම පාඨමාලාවේ ප්‍රධාන අරමුණු 4 ක් තිබේ:

- අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ සහ ඒවා අතර ඇති විවිධත්වය හඳුනා ගැනීමටත් එය අගය කිරීමටත් අපට උපකාරී වීම
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ඇතුළුව අපගේ මානව හිමිකම් අවබෝධ කරගැනීමටත්, ඒවා අගය කිරීමටත් අපට උපකාරී වීම
- අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ ඇති ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ප්‍රශ්න හඳුනා ගැනීම, සහ
- එකට එක්ව එම ප්‍රශ්න විසඳා ගැනීමට කටයුතු කළ හැකි ආකාර සොයා ගැනීම.

මෙම පාඨමාලාව සැලසුම්කර ඇත්තේ කා වෙනුවෙන්ද?

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව සැලසුම් කර ඇත්තේ තමන්ගේ ප්‍රජාවන් තුළ හා සමාජයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය සම්බන්ධයෙන් පවතින ප්‍රශ්න පිළිබඳ සැලකිලිමත් වන සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් වෙනසක් නොහොත් පරිවර්තනයක් ඇති කිරීමේ අවශ්‍යතාවය ඇති, බිම් මට්ටමේ සිටින පුද්ගලයින් සඳහා වේ.

මෙම පාඨමාලාවට සම්බන්ධවීම සඳහා සහභාගිවන්නන්ට කලින් ලබා ගත් දැනුම හෝ අත්දැකීම් තිබීම හෝ මානව හිමිකම් පිළිගැනීම පවා අවශ්‍ය නොවේ. මේ සඳහා අවශ්‍ය කරන්නේ විවෘත මනසක්, සාමකාමී සහජීවනය සහිත සමානාත්මතාවයෙන් සජීවී සමාජයක් නිර්මාණය කිරීමේ උනන්දුව, සහ එකිනෙකාගෙන් ඉගෙනගන්නා හා සිතා බලන අන්තර් ක්‍රියාකාරී ඉගෙනීමක නියැලීම සඳහා සූදනමක් තිබීම යි.

මෙය සැලසුම් කර ඇත්තේ පුද්ගලයින් 12 - 24 දක්වා සංඛ්‍යාවකින් සමන්විත කණ්ඩායම් සඳහා වන නමුත් එය ඊට වඩා කුඩා හෝ විශාල කණ්ඩායම් සඳහා ද හැඩගස්වා ගත හැක.

අප්‍රිකානු, මැදපෙරදිග සහ ආසියානු කලාපවල පසුබිම් විශේෂයෙන් ම අරමුණු කරමින් මෙම පාඨමාලාව සකස් කර ඇති නමුත්, එය ඕනෑම පසුබිමකට අදාළ කරගත හැකි බව අපගේ විශ්වාසයයි.

“පැවැත්වීමට ඉතා පහසු සහ ඉතාමත් විනෝදජනක පාඨමාලාවක් වූ මෙහි වඩාත් ම නොඳ දෙය වූයේ එය මිනිසුන්ට ඉතාමත් ආකර්ශනීය සහ ඔවුන් සැලකිලිමත් වන ගැටළුවලට දැඩි ලෙස අදාළ වීමයි. ඒක අසුරු අත්දැකීමක්!”
හිඳයා ඩුඩ්, පහසුකම් සලසන්නා, ටැන්සානියාව

“මේක පරිවර්තනීය පාඨමාලාවක් - සැසි ඉදිරියට පවත්වාගෙන යාමත් සමග ම ආකල්ප වෙනස් වන ආකාරය මට දැකගත හැකි වුණා. අපි ඉක්මනින්ම එය නැවතත් පැවැත්වීමටයි හිතාගෙන ඉන්නෙ.”
ඉරිතාන් ඉංජිනියර්, පහසුකම් සලසන්නා, ඉන්දියාව

“මෙම පාඨමාලාව මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම්වලට ප්‍රතිචාර දැක්විය හැකි විවිධ ක්‍රමවල සම්පූර්ණ පරාසය වෙත සහභාගිවන්නන්ගේ ඇස් විවර කළා. එය ක්‍රියාත්මක සැලසුම් සකස් කිරීම සම්බන්ධ ඔවුන්ගේ කුසලතා වැඩිදියුණු කිරීමට උපකාරී වුණා. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඔවුන් ඔවුන්ගේ ප්‍රජාවන් තුළ වඩාත් ඵලදායී සමාජ පරිවර්තකයින් වනු ඇත.”
හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

මෙම පාඨමාලාව සඳහා පහසුකම් සැලසිය හැක්කේ කාටද?

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව විවිධ කණ්ඩායම් අභ්‍යාස, ක්‍රීඩා, කතන්දර, සාකච්ඡා සහ භූමිකා රංගන මෙන්ම ඉදිරිපත්කිරීම් ද ඇතුළත් අන්තර්-ක්‍රියාකාරකම් සහිත පාඨමාලාවකි. වැඩිහිටියන්ට සහ තරුණ තරුණියන්ට අන්තර් ක්‍රියාකාරී ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලි සඳහා මගපෙන්වීමේ යම් අත්දැකීමක් ඇති ඕනෑම අයෙකුට මෙම පාඨමාලාව මෙහෙයවිය හැක. මෙම පහසුකම් සලසන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශයෙහි සහ ඒ සමග සපයා දෙනු ලබන අනෙකුත් සම්පත් වල එම එක් එක් සැසිය පැවැත්විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ සවිස්තරාත්මකව විස්තර සපයා දී තිබේ.

ඉගිය! පහසුකම් සලසන්නෙක් ලෙස ඔබගේ කුසලතා වැඩිදියුණු කරගැනීම සඳහා අවශ්‍ය උපදෙස් 17 - 20 පිටුවල සපයා ඇත. එක් එක් සැසිය සඳහා ඔබ සුදුනම් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ උපදෙස් 15 වැනි පිටුවෙහි සපයා ඇත.

මෙම පාඨමාලාවේ පහසුකම් සලසන්නෙක් වීම සඳහා ඔබට මානව හිමිකම් පිළිබඳව හෝ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ අත්දැකීම් හෝ විශේෂ දැනුමක් තිබීම අවශ්‍ය නොවේ. අදාළ කරුණු සම්බන්ධ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත්කිරීම් සඳහා ලිඛිත කට්ට පිටපත් ද ඇතුළුව ඒ සම්බන්ධයෙන් ඔබට අවශ්‍ය කරන සියලු ම තොරතුරු මෙහි සපයා දී ඇත. පහසුකම් සලසන්නාගෙන් අපේක්ෂා කරන කාර්ය භාරය වන්නේ විෂයය පිළිබඳ විශේෂඥයෙකු ලෙස කටයුතු කිරීම නොව, අන්‍යෝන්‍ය ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක නිරතවීම සඳහා සහභාගිවන්නන්ට මගපෙන්වීමයි.

පහසුකම් සලසන්නෙකුට වැඩි වශයෙන්ම තිබිය යුත්තේ අදාළ පසුබිම සම්බන්ධ සංවේදීතාවයයි - එනම්, ඇතැම් ගැටළු සාකච්ඡාවට ගැනීමට නොහැකි තරමට පමණට වඩා සංවේදී වන්නේ ද, නැතහොත් තයානක වන්නේ ද යන්න තීරණය කිරීමට සහ එසේ වන්නේ නම්, අදාළ සන්දර්භයට සරිලන පරිදි මෙම ක්‍රියාවලිය නැඩගස්වා ගැනීමට ඇති හැකියාවන්, කණ්ඩායම් තුළ යම් සංවේදීතාවයක් හෝ ආතතියක් ඉස්මතු වුව හොත් එය මෙහෙයවා ගැනීමට ඇති හැකියාවන් වේ.

පාඨමාලාව මගින් ආවරණය කරනු ලබන්නේ කුමන මානසික සහ ඒවා පෙළගස්වා ඇත්තේ කෙසේද?

මෙම පාඨමාලාවට මුහුණට මුහුණ හමුවී පවත්වනු ලබන පැය දෙක බැගින් වූ සැසි නවයක් ඇතුළත් වේ. එය ප්‍රධාන කොටස් දෙකකට බෙදී සකස් කර තිබේ.

පාඨමාලාවේ පළමු වන කොටස (1-5 දක්වා සැසි) සමාජ පරිවර්තකයින් බවට පත්වීම සඳහා අපගේ මනස සහ හදවත නැඩගස්වමින්, දැනුම සහ ආකල්ප සංවර්ධනය කිරීම අරමුණු කරගෙන සකස් කර තිබේ. සහභාගිවන්නන් මෙහිදී මානව හිමිකම් සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධයෙන් තමන් තුළ ඇති ආකල්ප පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීමට සහ ගවේෂණය කිරීමට යොමුවන අතර, තමන්ට වඩා වෙනස් අනන්‍යතා ඇති අය සම්බන්ධයෙන් තමන් තුළ ඇති ආකල්ප පිළිබඳව සිතා බලති. තවද, සහභාගිවන්නන් පසුබිම් විශ්ලේෂණය කිරීමේ කුසලතා ද ලබා ගනිති.

පාඨමාලාවේ දෙවැනි කොටසේ දී (6-9 දක්වා සැසි) සහභාගිවන්නන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහ අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි උපක්‍රම හෙවත් ක්‍රමවේද පරාසයක් ඉගෙන ගන්නා අතර, ඔවුන්ට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඔවුන් විසින් හඳුනාගනු ලබන යම් ප්‍රශ්නයක් සම්බන්ධයෙන් ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග සැලසුම් කිරීමේ ක්‍රියාවලියක් සඳහා මගපෙන්වීමක් ද ලබා දෙනු ලැබේ. මෙම සැසි වලදී කුසලතා සහ ක්‍රියාමාර්ග කෙරෙහි අවධානය යොමුකරනු ලැබේ.

වැඩිදුර විස්තර සඳහා පාඨමාලාවේ ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය බලන්න.

“ක්‍රියාකාරකම් ඉතාමත් ප්‍රබෝධජනකයි, කතන්දර අසුර්වයි. එම නිසා සහභාගිවුවන් කතා කරන්න අවස්ථාව ලැබෙන තුරු නොඉවසිල්ලෙන් සිටියෙ. බිම් මට්ටමේ සිට මානව හිමිකම් පිළිබඳ සාමාන්‍ය මට්ටමේ දැනුමක් ඇති පුද්ගලයින් දක්වා එම ගැටළු පිළිබඳ උනන්දුවක් දක්වන ඕනෑම අයෙකුට මෙම පාඨමාලාව සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කළ හැකි වනු ඇතැයි මම සිතමි. පහසුකම් සලසන්නෙක් වශයෙන් මට එය ප්‍රබෝධජනක අත්දැකීමක්.”

උකොනා න්ග්වොබියා, පහසුකම් සලසන්නා, නයපීරියාව

“පාඨමාලාව අද්විතීයයි - එය බොහෝ සාකච්ඡා නිර්මාණය කළා! කණ්ඩායම සැබවින් ම විවිධත්වයෙන් යුක්ත වකක් - මුස්ලිම්, ක්‍රිස්තියානි, බනායි සහ චූස් අය එහි සිටියා. අන්‍යෝන්‍ය පදනමක් සොයා ගැනීම සැමටීමට පහසු වුණේ නැහැ. හමුත් සාකච්ඡා ඉතා හොඳින් සිදු වුණා.”

හමාම් හපුද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

මෙම සම්පත් භාවිතා කරන ආකාරය

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව පැය 18 - 20 ක කාලයක් ගතවන, සැසි නවයකින් යුත් ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් ලෙස සැලසුම් කර ඇත. මෙම සැසි දින තුනක් පුරා, සති අන්ත දෙකක් පුරා, හෝ දීර්ඝ කාලයක් පුරා, උද්‍යෝගයක් ලෙස සතියකට එක් සැසිය බැගින්, වුවද පැවැත්විය හැක.

පාඨමාලාව සඳහා පහසුකම් සැලසීම හැකි තාක් දුරට පහසු කළ හැකි වන පරිදි මෙම සැසි පැවැත්වීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය කරන සියලු ම සම්පත් අපි ඔබට සපයා දෙන්නෙමු.

සෑම සැසියක් සඳහා ම කලින් සූදනම් කළ සැසි සැලැස්මක් සහ ඒ සමග සපයා දෙනු ලබන, කලින් සූදනම් කළ ලිඛිත කථන පිටපත්, පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම්, සහභාගිවන්නන්ට බෙදා දෙන අත්පත්‍රිකා ඇතුළු සම්පත්, සහ කාඩ්පත් සහ පෝස්ටර් වැනි අභ්‍යාස සඳහා අවශ්‍ය කරන ද්‍රව්‍ය ඇතුළු සම්පත් තිබේ.

මෙම සම්පත් වලින් බොහොමයක් වර්ඩ් ගොනු (Word document) වශයෙන් පවතින බැවින් ඔබට ඒවා බාගත කර, ඔබගේ කණ්ඩායමේ සන්දර්භයට සහ අවශ්‍යතාවයට ගැළපෙන ලෙස වෙනස් කර සකස්කර ගැනීමට හැකිවනු ඇත. ඔබ කැමති නම් ඔබට පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් සහ අත් පත්‍රිකා ද පරිවර්තනය කරගත හැක.

මේ සමග ලබා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතැනින් ලබා ගන්න.

ඉගිය! සියලු ම පාඨමාලා ද්‍රව්‍ය විවිධ භාෂාවලින් ලබා ගත හැක! අනෙක් භාෂාවලින් ඇති අනුවාද මෙම සබැඳිය හරහා ලබා ගත හැක.

— අවදානම් සහ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතු දෑ —

සමහර වාතාවරණයන් තුළ මානව හිමිකම් හෝ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳව විවෘතව සාකච්ඡා කිරීම හා සම්බන්ධ අවදානම් හෝ අනතුරුදායක තත්වයන් තිබේ. විධිමත් මෙම පාඨමාලාව පැවැත්වීම මගින් ඔබ හෝ ඔබගේ සහභාගිවන්නන් අනතුරුදායක තත්වයකට පත්වන්නේද, හැර හොත් ගැටුම් හෝ අවදානම් තත්වයන් වඩාත් උග්‍ර කරන්නේද යන්න සැලකිලිමත්ව සිතා බලන්න. ඔබට අවදානම අඩු කර ගත හැක්කේ කෙසේද - උදාහරණයක් ලෙස අන්තර්ගතයන් හැඩගස්වා ගැනීම හෝ අඩුකිරීම මගින් අවදානම අඩුකර ගත හැකිද? ඔබට ඔබගේ ආරක්ෂාව ශක්තිමත් කර ගත හැක්කේ කෙසේද - උදාහරණයක් ලෙස ප්‍රාදේශීය නායකයින් සම්බන්ධ කර ගැනීම සහ ඔවුන්ගේ සහයෝගය ලබා ගැනීම මගින් ආරක්ෂාව ශක්තිමත් කර ගත හැකිද? අන් අයගෙන් ද උපදෙස් ලබා ගෙන මුලින් ම 'ආරක්ෂිත' කණ්ඩායමක් සඳහා පාඨමාලාව පවත්වා බලන්න. ආරක්ෂිත වන්නේ නම් පමණක් පාඨමාලාව තවදුරටත් පවත්වන්න.

පාඨමාලාව පැවැත්වීම සඳහා මට අවශ්‍ය කරන තාක්ෂණය සහ ද්‍රව්‍ය මොනවාද?

- සම්පත්**
- ඔබට මෙම සම්පත් වඩාත් පහසුවෙන් භාවිතා කිරීමට හැකි වනු පිණිස මුද්‍රණ/ඡායා පිටපත් යන්ත්‍රයක් වෙත ප්‍රවේශය අවශ්‍ය වේ. එසේ කළ නොහැකි නම්, ඔබට සාමාන්‍යයෙන් ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදැසි සහ පෑන් භාවිතා කරමින් හෝ කෝටුවකින් වැලි මත ලියමින් හෝ අවශ්‍ය දෑ සුදානම් කර ගත හැක.
 - පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම් පෙන්විය හැකි වනු පිණිස පරිගණකයක් සහ ප්‍රොජෙක්ටරයක් තිබීම වාසි සහගත වන නමුත් විය අත්‍යවශ්‍ය නොවේ.
 - ඔබ වැඩමුළුවක් සඳහා අවශ්‍ය කරන මූලික ද්‍රව්‍ය වන ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදැසි, පෑන් සහ පෝස්ටර්-ඉට් සටහන් කඩදැසි සහ විදිනෙදා භාවිතා කරන ද්‍රව්‍ය වන මෘදු බෝලයක් සහ වූල් බෝලයක් වැනි ද්‍රව්‍ය සපයා දිය යුතු වේ. අවශ්‍ය කරන සම්පත් ලැයිස්තුවක් එක් එක් සැසි සැලැස්මෙහි සහ 15 වැනි පිටුවෙහි (එක් එක් සැසිය සඳහා සූදනම් වන ආකාරය) දී ඇත.

මට ක්‍රියාකාරකම් තෝරා ගැනීමට සහ ඒවා මිශ්‍ර කිරීමට හැකිද? මම සැසි නවය ම පැවැත්විය යුතු ද?

ඔබ දැනටමත් සම්බන්ධ වී සිටින අන්තර් ආගමික සංවාදයට හෙවත් දැනුවත්භාවය ඇති කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම්වලට එකතු කිරීම සඳහා අලුත් අදහස් සොයා ගැනීමට ඇතැම්විට ඔබ කැමැත්තෙන් සිටිනවා විය හැක. මෙම පාඨමාලාවෙන් ක්‍රියාකාරකම් තෝරා ගෙන මිශ්‍ර කර, ඔබ විසින් සැලසුම් කරනු ලබන ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියකට ඒවා ඇතුළත් කිරීමට ඔබට හිදහස තිබේ.

මෙම පාඨමාලාවේ සැසි නවය තාර්කික අනුපිළිවෙලකට සකසා තිබේ. එසේ වුවත් මුළු පාඨමාලාව ම පැවැත්වීමට ඔබ අකමැති නම්, ඔබට පළමු කොටස (මුල් සැසි 5) අවසන් කර එතැනින් හැවැත්වීමට ද හැකිය. නමුත් එහි අවාසිය වන්නේ මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් ඇති ප්‍රශ්න පිළිබඳව හඳුනාගන්නා සහභාගිවන්නන්ට එම ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් යමක් කිරීමට අවශ්‍ය මෙවලම් නොලැබෙන බැවින් එය ඔවුන් තුල බලාපොරොත්තු සුන් වූ හැඟීමක් ඇති කිරීමට ඉඩ තිබීම ය.

එසේම, පළමු වන කොටසේ ඇති සැසිවල ගලා යාමට බාධාවක් නොවන පරිදි 3 වැනි සැසිය (අපගේ විවිධ අනන්‍යතා) කපා හැරීමට ද හැකියාව තිබේ. කෙසේ වෙතත් 3 වැනි සැසිය මගින් 'අනෙකාගේ' තත්වය කෙරෙහි අප තුළ ඇති ආකල්ප සහ දැනුවත්භාවය පිළිබඳව, එනම් බෙදීම් අතර පවතින ඒකාකාරී සහ පොදු ලක්ෂණ පිළිබඳව අවධානය යොමු කරනු ලැබේ. ඔබගේ සහභාගිවන්නන් තුළ 'අනෙකා' පිළිබඳ ධනාත්මක ආකල්ප ඇත්තේ යැයි ඔබට විශ්වාසයක් ඇත්තේ නම් මිස මෙම සැසිය මග හැර යාමෙන් වළකින්න.

ඔබට දැනටමත් මානව හිමිකම් පිළිබඳව අවබෝධ කරගෙන සිටින සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ආරක්ෂා කර ඇති අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව දන්නා සහ ඒවා අගය කරන කණ්ඩායමක් සිටින්නේ නම් මෙම ක්‍රියාවලිය 5 වැනි සැසියේ සිට ඉදිරියට පවත්වාගෙන යාමට ද හැකිය.

"ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය තේරුම් ගැනීමට සහ භාවිතා කිරීමට සැබවින් ම ඉතා පහසුයි - ඒවා පහසුකම් සලසන්නන්ට සහ ඉගෙන ගන්නා අයට ඉතා පහසු සහ අලංකාර ලෙස නිර්මාණය කර තිබෙනවා. මගේ සහභාගිවන්නගෙන් එක් අයෙක්, ප්‍රාදේශීය තරුණ නායිකාවක්. ඇයට ඇයගේ තරුණ කණ්ඩායම සඳහා මෙම පාඨමාලාව පැවැත්වීමට අවශ්‍යයි - පාඨමාලාව වෙත ප්‍රවේශවීම සහ එය පැවැත්වීම කෙතරම් පහසුද යන්න විසින් පෙන්නුම් කරයි."

හිඳයා මුඩි, පහසුකම් සලසන්නා, ටැන්සානියාව

"පාඨමාලාව පැවැත්වීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය සියල්ල මෙම සම්පත් කට්ටලය මගින් ලබා ගත හැකිය - ඒවා භාවිතා කිරීමට පහසුයි. නමුත් සම-පහසුකම් සපයන්නෙකු සිටීම සුදුසු යි යන්න හොඳ උපදෙසක්. එවිට ඔබගෙන් එක් අයෙකුට ඉගෙනීමේ ක්‍රියාවලිය හරහා කණ්ඩායම මෙහෙයවීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කළ හැකි අතර අනෙක් පුද්ගලයාට තාක්ෂණය හසුරුවමින් අමතර සහාය අවශ්‍ය සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කළ හැකිය."

ඉර්ෆාන් ඉංජිනේරු, පහසුකම් සලසන්නා, ඉන්දියාව

එක් එක් සැසිය සඳහා සුදානම් වන ආකාරය

එක් එක් සැසිය පැවැත්විය යුතු ආකාරය සැසි සැලසුම්වල සවිස්තරාත්මකව පැහැදිලි කර ඇත. එක් එක් සැසිය සඳහා සුදානම් වීම පිණිස පහත දැක්වෙන පියවර අනුගමනය කරන්න:

1. සැසිය සඳහා සපයා දෙනු ලබන අදාළ සම්පත් හඳුනා ගන්න

එක් එක් සැසි සැලැස්මෙහි එම සැසියට අදාළව පහත දැක්වෙන සම්පත් ඇතුළුව එම සැසිය සඳහා සපයා දෙනු ලබන සම්පත් වෙත ප්‍රවේශ විය හැකි සෘජු සබැඳියක් ඔබ වෙත සපයා දී ඇත:

- සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම
- ඉදිරිපත් කිරීම් හෝ කතන්දර වලට අදාළ ලිඛිත කටහන පිටපත, සහ
- අභ්‍යාස සඳහා යොදාගැනීම පිණිස මුද්‍රණය කළ හැකි සම්පත්, උදා: කාඩ්පත්, පෝස්ටර් සහ පත්‍රිකා.

මේ සමග ලබා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතැනින් ලබා ගන්න.

2. කියවන්න, සිතන්න, හැඩගස්වා ගන්න!

සැසි සැලැස්ම සැලකිල්ලෙන් යුතුව කියවන්න.

මෙම සැසියෙහි ඇති අභ්‍යාස ඔබගේ කණ්ඩායම සඳහා කොතෙක් දුරට සාර්ථක වේ දැයි සිතන්න. මෙහි ඔබ විසින් වෙනස් කළ යුතු වන හෝ හැඩගස්වා ගත යුතු වන කිසිවක් තිබේද?

ඒ අනුව සැසි සැලැස්ම, අභ්‍යාස සහ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම් (භාවිතා කරන්නේ නම්) උචිත පරිදි **හැඩගස්වා ගන්න.**

ඉගිය! පරිවර්තනය කර ගන්න
පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි සහ සහභාගිවන්නන්ට ලබා දෙන පත්‍රිකාවල ඉංග්‍රීසි බසින් ඇති පාඨ ඔවුන්ගේ භාෂාවට පරිවර්තනය කිරීමට ඔබට අවශ්‍ය විය හැකිය.

3. ඉදිරිපත් කිරීම සුදානම් කරගෙන පුහුණු වන්න!

මෙහි සැසි අතරින් 7 ක් සඳහා ඉදිරිපත් කිරීම් ඇතුළත් වේ. මෙම ඉදිරිපත් කිරීම් සඳහා අදාළ ලිඛිත කටහන පිටපත් සහ පවර්පොයින්ට් ගොනු ඔබට ලබා දී තිබේ. (මානව හිමිකම් සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඔබ සතු දැනුම පිළිබඳව ඔබට මනා විශ්වාසයක් තිබේ නම්, ඔබට ඔබේම ඉදිරිපත් කිරීම් සුදානම් කරගත හැක - නමුත් ලිඛිත කටහන පිටපතෙහි ඇති ප්‍රධාන කරුණු වියට ඇතුළත් කිරීමට වගබලා ගන්න!)

ඉදිරිපත් කිරීම සිදුකිරීම සඳහා පහත දැක්වෙන ආකාරයට සුදානම් වන්න:

ලිඛිත කටහන පිටපත කියවා අවශ්‍ය පරිදි සංස්කරණය කරගන්න

ලිඛිත කටහන පිටපත කිහිප වරක් කියවා එහි අන්තර්ගතය ගැන සිතා බලන්න. ඔබට සංස්කරණය කිරීමට, හැඩගස්වා ගැනීමට හෝ එකතු කිරීමට, උදාහරණයක් ලෙස ඔබේ රටේ සංදර්භයෙන් තොරතුරු හෝ උදාහරණ එකතු කරගැනීමට, අවශ්‍ය යමක් තිබේද? ඔබට අවශ්‍ය වෙනස්කම් සිදුකරන්න. (ලිඛිත කටහන පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි වර්ඩ් (Word) අනුවාදයක් පාඨමාලාව සඳහා සපයා දෙනු ලබන සම්පත් කට්ටලයෙහි අඩංගු වේ.)

පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම සංස්කරණය කරගන්න/ලිලිප්වාර්ට් කඩදාසි සුදානම් කරගන්න
ඉහත ලිඛිත කටහන පිටපතෙහි යම් වෙනසක් සිදු කළේ නම් එම වෙනස්කම් වලට අනුකූල වන පරිදි පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම වෙනස් කරගත යුතු වේ. ඔබ පවර්පොයින්ට් භාවිතා නොකරන්නේ නම්, ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු ඇතුළත් කර ලිලිප්වාර්ට් කඩදාසි සුදානම් කරගන්න.

ඉදිරිපත් කිරීම සිදුකරන ආකාරය පුහුණු වෙන්න

අවශ්‍ය තාක්ෂණික උපකරණ සවිකර ගෙන පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් හෝ ලිලිප්වාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම සිදුකරන ආකාරය පුහුණු වෙන්න.

සහභාගිවන්නන් කෙසේ ප්‍රතිචාර දක්වනු ඇත් දැයි සිතා බලන්න

සහභාගිවන්නන්ට කවර ආකාරයේ ප්‍රශ්න හෝ ප්‍රතිචාර තිබෙනු ඇත්ද? ඔබ ඒවාට කවර ආකාරයෙන් ප්‍රතිචාර දක්වන්නේද? ඒ සඳහා සුදානම් වීමට ඔබට උපකාරී වනු පිණිස 21 වැනි පිටුවෙහි දී ඇති 'සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිලිතුරු ලබා දීම' කොටස කියවන්න. සහභාගිවන්නන්ට පිලිතුරු දීමේදී 'මම ඒ ගැන දන්නේ නැත' යනුවෙන් ප්‍රකාශ කිරීමෙහි වරදක් නැති බව මතක තබා ගන්න! ඔබ විශේෂඥයෙක් විය යුතු යැයි අපේක්ෂා නොකරනු ලැබේ - ඔබට ද ප්‍රශ්න තිබිය හැක.



අමතර විකල්පය: ඔබගේ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනගා ගන්න

ඔබට ඔබගේ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනගා ගැනීමට සහ සුදානම් වීමට උපකාරී වන කෙටි චිත්‍රපට සහ කියවීම් ද්‍රව්‍ය සඳහා සබැඳි ද මෙහි ඇතැම් සැසි සැලසුම්වල ඇතුළත් කර තිබේ.

4. ඔබගේ මෙවලම් කට්ටලය සූදානම් කරගන්න!

සැසිය පැවැත්වීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය කරන සියලු ම ද්‍රව්‍ය රැස්කර ගෙන සූදානම් කරගන්න. සියලු ම සැසි වලදී භාවිතය සඳහා යොදා ගත හැකි, නියමිත සම්පත් ලැයිස්තුවක් පහත දී ඇත:

නියමිත සම්පත් මෙවලම් කට්ටලය

- සියලු ම සැසි සඳහා ඔබට පහත දැක්වෙන සාමාන්‍ය ද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය වනු ඇත:
- ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි සහ ෆ්ලිප්චාර්ට් පෑන්
 - සාමාන්‍ය පෑන් සහ කඩදාසි
 - පෝස්ට්-ඉට් කඩදාසි
 - පෝස්ටර්, ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි ආදිය ඇලවිය හැකි වේප් හෝ වෙනත් ඇලවිය හැකි ද්‍රව්‍ය.
 - පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් පෙන්වීම සඳහා පරිගණකයක් සහ ප්‍රොජෙක්ටරයක් (අනිවාර්ය නොවේ).

එක් එක් සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

සෑම සැසි සැලැස්මක ම 'සූදානම් වෙන්න' නැමති කොටසෙහි එම සැසියට අදාළව අවශ්‍ය කරන අමතර සම්පත් ලැයිස්තුවක් දී ඇත - උදාහරණ ලෙස, සහභාගිවන්නන්ට ලබා දෙන අත්පත්‍රිකා, හෝ ක්‍රීඩා වලට අවශ්‍ය කරන සුප් බඳුනක් හෝ චුල් බෝලයක් වැනි වෙනත් ද්‍රව්‍ය.

5. කාමරය සූදානම් කරන්න!

සෑම සැසි සැලැස්මක ම 'සූදානම් වෙන්න' නැමති කොටසෙහි එම සැසිය පැවැත්වීම සඳහා කාමරය සූදානම් කරගත යුතු ආකාරය (උදා: පුටු සකස් කළ යුතු ආකාරය, බිත්තියේ ඇලවිය යුත්තේ මොනවාද යනාදිය) පිළිබඳව උපදෙස් දී ඇත.

සටහන

මෙම සැසි සැලසුම් සම්මත පරිදි පැය දෙක බැගින් වූ සැසි ලෙස සැලසුම් කර තිබේ. පරීක්ෂණ ක්‍රියාවලිය තුළින් ලැබූ අත්දැකීම් වලින් පෙනී ගිය පරිදි, පැය දෙකක කාලය පමණටත් වඩා ප්‍රමාණවත් බව ඇතැම් කණ්ඩායම් පැවසූ අතර, සාකච්ඡාව සඳහා වැඩි කාලයක් ලබා දීම පිණිස සැසිවල කාලය තවදුරටත් දීර්ඝ විය යුතු බව තවත් කණ්ඩායම් වල අදහස විය. ඔබ කැමති නම්, අවශ්‍ය වුව හොත් සාකච්ඡා තව දුරටත් සිදු කරගෙන යාමට හැකි වන පරිදි ඔබේ වැඩසටහන 'කාලය නම්‍යශීලී' වන පරිදි සැලසුම් කර ගත හැක.

"පාඨමාලාව සඳහා සූදානම් වීමට කාලය අවශ්‍ය වේ. කියවා ගත යුතු ද්‍රව්‍ය රාශියක් ඇත, නමුත් ඔබ හොඳින් සූදානම් වන්නේ නම් පාඨමාලාව පැවැත්වීම පහසු ය. සෑම දෙයක් ම පැහැදිලිව විස්තර කර ඇත. දෙවන වරට ඔබ පාඨමාලාව පවත්වන විට, ඒ සඳහා සූදානම් වීමට වැඩි කාලයක් ගත නොවනු ඇත."

නමාමි හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානිය

"පළමුවෙන් ම ඔබ සමස්තයක් ලෙස පහසුකම් සලසන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශය කියවා, ඉන් පසුව කාලය ගෙන එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වෙන්න. එක් එක් සැසිය සිතේ මවා ගනිමින්, සෑම අන්‍යාසයක් ම ක්‍රියාත්මක කරන ආකාරය පිළිබඳ සිතා බැලීම හොඳ අදහසකි. යම් සැසියක් කෙතරම් සාර්ථක වනු ඇත්දැයි ඔබට විශ්වාසයක් නැතිනම් ඔබේ සම-පහසුකම් සලසන්නා සමග පෙරහුරු සැසියක් පැවැත්වීම හොඳ අදහසක් වේ."

උකොනා නිග්වොඩියා, පහසුකම් සලසන්නා, නයිජීරියාව

පහසුකම් සැලසීම සඳහා උපදෙස්

පහසුකම් සලසන්නෙක් යනු කවරෙක්ද?

නිර්වචනය

පහසුකම් සැලසීම: යම් ක්‍රියාවක් හෝ ක්‍රියාවලියක් පහසු කිරීම, වඩාත් පහසු කිරීම හෝ ක්‍රියාත්මක කිරීමට හැකි කරවීම

පහසුකම් සලසන්නා සහභාගිවන්නන්ට ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය, ආකල්ප ගවේෂණය කිරීම සහ නව කුසලතා අත්කර ගැනීම වඩාත් පහසු කර දෙයි.

පහසුකම් සලසන්නෙක්:

- සහභාගිවන්නන්ට ඉගෙනීමේ නියැලීමටත්, විකිනෙකා සමග සහ ගැටළු සම්බන්ධයෙන් විනෝදාත්මක, සන්සුන් සහ ප්‍රබෝධපනක ආකාරයකට අනෙක්තා වශයෙන් කටයුතු කිරීමටත් උපකාරී වනු පිණිස සහභාගිත්ව ක්‍රමවේද භාවිතා කරයි.
- විවිධ අයගේ මතවල විවිධත්වයට ගරු කරන, විශ්වාසය හා විවෘතභාවය සහිත, සහ විකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගන්නා, උදාහරණයක් ලෙස මූලික ප්‍රතිපත්ති නියම කර ගැනීමට කණ්ඩායමට උපකාරී වන ආකාරයේ, පරිසරයක් නිර්මාණය කර දෙයි.
- කණ්ඩායම තුළ ඇති බල අසමතුලිතතා හඳුනාගෙන, සෑම අයෙකුට ම තමන් කණ්ඩායමට අයිතිය යන හැඟීම ඇතිවන බව සහ සහභාගිවීමට අවස්ථාව ලැබෙන බව සහතික කරමින් ඒවාට ආමන්ත්‍රණය කරයි.
- ඉගෙනීම සඳහා ව්‍යුහයක් සපයා දෙමින්, එම ක්‍රියාවලිය ඔස්සේ ඉදිරියට යාමට සහභාගිවන්නන්ට භාග්‍යකර්මය ලබා දෙයි.
- සැසිය සුදානම් කිරීම, හමුවන ස්ථානය පිළියෙළ කිරීම, සහභාගිවන්නන්ට දැනුම් දීම යනාදී 'මූලික සංවිධාන කටයුතු' සිදු කරනු ලබන බව සහතික කරයි.

මෙම මාර්ගෝපදේශයෙහි ඇති සමීපත් ඔබට පහත සඳහන් දෑ සිදු කිරීමට උපකාරී වන ආකාරයෙන් සැලසුම් කර ඇත. මෙහි ඇති විස්තරාත්මක සැසි සැලසුම්වල සහභාගිත්ව ක්‍රමයට සිදු කරන බොහෝ අභ්‍යාස, ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලිය සඳහා පැහැදිලි ව්‍යුහයක් සහ සැසි සඳහා සුදානම් විය යුතු ආකාරය පිළිබඳ පැහැදිලි මාර්ගෝපදේශ ඇතුළත් වේ.

පහසුකම් සලසන්නෙක්:

- ගුරුවරයෙක් හෝ දේශකයෙක් නොවේ - සහභාගිත්ව ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලි වලදී පහසුකම් සලසන්නෙක් යනු සහභාගිවන්නන්ගේ සම මට්ටමේ අයෙක් වේ; පහසුකම් සලසන්නා ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියකට මගපෙන්වීම සිදු කරන අතර සහභාගිවන්නන් සියලු දෙනා ම වියට දායක වෙයි.
- අවශ්‍යයෙන් ම විශේෂඥ දැනුම ඇති අයෙක් විය යුතු නොවේ - පහසුකම් සලසන්නා සෑම සැසියක් සඳහා ම පෙර සුදානම් වුවත්, සහභාගිවන ඇතැම් අය පහසුකම් සලසන්නාට වඩා අදාළ විෂයය පිළිබඳ දැනුම ඇති අය වීමට ඉඩ තිබේ! මෙහි දී සෑම අයෙකුගේ ම දැනුම සමීපත් ලෙස ප්‍රයෝජනයට ගනු ලැබේ.
- සියලු දෙනාගේ ම අවධානය යොමුවන පුද්ගලයා නොවේ - හොඳ පහසුකම් සලසන්නෙක් සහභාගිවන්නන්ව සාකච්ඡා සඳහා යොමු කරමින් තමන් සහභාගිවන්නන්ට වඩා අඩුවෙන් කථා කරයි.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ මානව හිමිකම් අධ්‍යාපනය සඳහා පහසුකම් සැලසීම සම්බන්ධයෙන් **වැඩිදුර තොරතුරු ඉගෙන ගැනීමට ඔබ කැමතිද?** එසේ නම්, අපි මාර්ගගත ක්‍රමයට නොමිලයේ පවත්වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පුහුණුකරුවන් පුහුණු කිරීමේ පාඨමාලාව සඳහා අයදුම් කරන්න. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ බරපතල උල්ලංඝනයවීම් සිදුවන සන්දර්භයන් තුළ එම නිදහස සම්බන්ධ මානව හිමිකම් අධ්‍යාපනය ලබා දීමෙහි ක්‍රියාකාරීව යෙදී සිටින අය සඳහා මෙහිදී ප්‍රමුඛත්වය ලබා දෙනු ලැබේ.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පුහුණුකරුවන්ගේ පාඨමාලාව අපගේ මාර්ගගත පුහුණුකරුවන් පුහුණු කිරීමේ පාඨමාලාව ගැන **මෙතැනින්** කියවන්න.

පහසුකම් සැලසීම සම්බන්ධ පොදු උපදෙස්

ඔබේ සැසි හොඳින් පෙර සුදානම් කරගෙන නමැයිලි වෙන්න!

ඔබ වඩා හොඳින් පෙරසුදානම් වන තරමට, වඩාත් විශ්වාසයෙන් යුතුව කටයුතු කිරීමට ඔබට හැකි වනු ඇත. කල්තබා ම ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි ක්‍රියාකාරකම් හැඩගස්වා ගෙන, ඔබ දකින ආකාරයට කවර ක්‍රියාකාරකම් සඳහා වැඩියෙන් හෝ අඩුවෙන් කාලය අවශ්‍ය වන්නේද යන්න තීරණය කර, ඒ අනුව සැසි අතරතුර දී නමැයිලිව කටයුතු කරන්න.

විවෘත මනසකින් යුත් වේදිකාවක් නිර්මාණය කරන්න.

ආකල්ප පරිවර්තනය වීම සිදු වන්නේ අපි ගැනීමට සුදානම් නැති ස්ථාවරයක් ගන්නා ලෙස අපට බල කරන්නේය යන හැඟීම අප තුළ ඇති නොවන, අපිට අනෙක් අයගේ හඬට සවන්දීමට, සිතා බැලීමට සහ සංවර්ධනය වීමට අවකාශය තිබෙන ක්‍රියාවලීන් තුළින් ය. සහභාගිවන්නන්ට විකිනෙකා සමග එකඟ නොවී සිටීමට සහ ඔබ දරන ස්ථාවරයට වඩා වෙනස් ස්ථාවරයක් ගැනීමට අවස්ථා සලසා දෙන්න. ජයග්‍රාහකයින් සහ පරාජිතයින් සෙවීම අරමුණු කර ගත් තර්කවලට අවස්ථාව නොදෙන්න.

සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට සරල පිළිතුරු දීමෙන් වළකින්න

අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට හේතු සාමාන්‍යයෙන් සංකීර්ණ වන අතර, සංස්කෘතික ප්‍රතිමාන සහ බල ව්‍යුහ වැනි විවිධ සාධක ඒවාට ඇතුළත් වේ. විධිවිධාන, මෙම හේතු පමණට වඩා සරල කිරීම් පිළිබඳව, විශේෂයෙන් ම අයිතිවාසිකම් අහිමි කිරීමේ වගකීම හේතු සාධක වකකට හෝ දෙකකට පමණක්, උදාහරණ වශයෙන් ආගමික අනන්‍යතාවය වැනි, අඩු කිරීම පිළිබඳ සැලකිලිමත් වන්න. තමන්ගේ අත්දැකීම්වලට හේතුපාදක වන විවිධ සාධක විශ්ලේෂණය කර බැලීමට සහභාගිවන්නන්ව උනන්දු කරවන්න.

සම්පූර්ණයෙන් ම නිවැරදි යෙදුම් භාවිතා කිරීමට උත්සාහ කරමින්, ඒකාකෘති අධෛර්යමත් කරන්න.

සාමාන්‍යකරණය කිරීමට ඇති පෙළඹීම වළක්වා සාමාන්‍යකරණය කිරීමෙන් වැළකී සිටීමට, උදා: 'මුස්ලිම් අය ... වෙති,' 'හින්දු අය ... සිතති' හෝ 'කාන්තාවන් ... නොවෙති' වැනි ප්‍රකාශ කිරීමෙන් වැළකී සිටීමට, සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කරන්න. එකම අත්දැකීම් හෝ විශ්වාස යම් කණ්ඩායමක සාමාජිකයින් බොහෝ දෙනෙකුට පොදු වුවත්, ඔවුන් පිළිබඳ කථා කිරීමේදී සීමාකිරීම් (උදා: 'ඇතැම් විට' හැර නොහෝ 'බොහෝ අවස්ථාවල' වැනි) යොදාගත යුතු බව සහභාගිවන්නන්ට මතක් කර දෙන්න.

දක්ෂිණ සංසන්දනය කිරීමෙන් වළකින්න.

දක්ෂිණ වන්න වැනි වශයෙන් ම තිබෙන්නේ කාටද යන්න පිළිබඳ සංසන්දනය කිරීම, තරග කිරීම හෝ තර්ක කිරීම වෙනුවට පුද්ගලයින් හෝ කණ්ඩායම් අතර සහයෝගීත්වය හා සහකම්පනය දිරිගන්වන්න.

තමන් යමක් නොදන්නා බව කීමට පසුබට නොවන්න.

පහසුකම් සලසන්නෙක් ද ඉගෙනුම ලබන්නෙක් බව මතක තබා ගන්න! ඔබට යම් ප්‍රශ්නයකට පිළිතුරු දීමට නොහැකි අවස්ථාවක, එහි සිටින වෙනත් අයෙකුට වියට පිළිතුරු දිය හැකි දැයි විමසන්න. සියලු ම ප්‍රශ්නවලට, විශේෂයෙන් ම මතයක් පිළිබඳ ප්‍රශ්නවලට (උදාහරණයක් ලෙස: "වෙරි කටහනයට ප්‍රතිචාර දැක්විය හැකි හොඳම ක්‍රමය කුමක්ද?" වැනි), තනිව ම පිළිතුරු දීමට දැනෙන ආශාව මැඩගන්න. එම ප්‍රශ්නයට ලබා දෙන පිළිතුර කුමක් දැයි පවසන ලෙස කණ්ඩායමේ අනෙක් අයගෙන් ඉල්ලා සිටීමින් විවිධ අදහස් ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා ඉඩ සලසා දෙන්න.

කණ්ඩායමක් ලෙස කටයුතු කරමින් සටහන් තබා ගන්න.

පහසුකම් සලසන්නන් අත්දැකීම් තුළින් සහ එකිනෙකා ගෙන් ඉගෙන ගනිති! එකට එක්ව පාඩමාලාව සැලසුම් කිරීම, පැවැත්වීම සහ ඇගයීම සිදු කිරීම සඳහා පහසුකම් සලසන්නන් 2-3 දෙනෙකු සහිත කණ්ඩායමක කටයුතු කිරීමට උත්සාහ කරන්න. සැලැස්මෙහි සිදු කළ හැඩගස්වා ගැනීම් හෝ වෙනස් කිරීම්, නව අදහස්, සාර්ථක වූ දෑ සහ දුෂ්කරතා ඇතුළුව එක් එක් සැසියේ දී සිදුවූයේ කුමක් දැයි සටහන් කරගන්න. මෙය ඔබට ඉදිරි වැඩිමුළු සැලසුම් කර ගැනීමට උපකාරී වනු ඇත.

පහසුකම් සලසන්නන් සාමාන්‍යයෙන් මුහුණ දෙන අභියෝග

පහසුකම් සැලසීමේ අභියෝගය: බල සුක්ෂමතාවයන්

සමාජය තුළ පද්ධතිගත බල අසමතුලිතතාවයන් පවතියි - පිරිමින් හා කාන්තාවන් අතර; ජාතිය, ජනවාර්ගික හෝ ආගමික කණ්ඩායම් අතර; වැඩිහිටියන් හා ළමයින්/තරුණයින් අතර; ශාරීරිකව හැකියාව ඇති අය සහ ආබාධ සහිත අය අතර; උගත් අය සහ උගත්කමක් නොමැති අය අතර යනාදී වශයෙන් මෙම අසමතුලිතතාවයන් පවතියි. මෙම අසමතුලිතතා සහභාගිවන්නන් ඔවුන් එකිනෙකා සමග සහ පහසුකම් සලසන්නා සමග සම්බන්ධ වන ආකාරය කෙරෙහි බලපායි. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ පුහුණු සඳහා ආගමික නායකයින් සහභාගිවීම මෙන්ම, ප්‍රදේශයේ පවතින සංස්කෘතික සම්මතයන්ට අනුව, කාන්තාවන් මතයක් දැරිය යුතු යැයි අපේක්ෂා නොකරන කරුණු (උදා: දේවධර්මය) සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කිරීම කණ්ඩායමේ අන්තර්-ක්‍රියාකාරීත්වය පෙළඹවීමට ලක් කරයි. මෙවැනි බල ගතිකයන් සැමවිටම සැලකිල්ලට පවතින බැවින් ඉගෙනීම සඳහා සාධනීය පරිසරයක් පවතින බව සහතික කිරීම පිණිස පහසුකම් සලසන්නා විසින් ඒවා අධීක්ෂණය කර කළමනාකරණය කළ යුතු වේ.

බල අසමතුලිතතා කළමනාකරණය කිරීම සඳහා උපදෙස් කිහිපයක් පහත දැක්වේ:

- පරීක්ෂාකාරී වෙන්න! සහභාගිවන්නන් කෙතරම් හිතඬුද, හැකිනම් ප්‍රමුඛත්වය ගන්නේද, ඔවුන් අසුන් ගෙන සිටින්නේ කොතැනකද, ඔවුන්ගේ ඉරියව් කෙබඳුද සහ ඔවුන් එකිනෙකා සමග හා ඔබ සමග සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යනාදිය පිළිබඳ දැනුවත් වෙන්න.
- සහභාගිවන්නන්ට නොදැනෙන සේ සෘණාත්මක බල ගතිකයන්ට සියුම් ලෙස අභියෝග කිරීම සහ ඒවා වෙනස් කිරීම පිණිස, උදාහරණයක් ලෙස, මූලික නීති පිළිබඳ සඳහන් කිරීම මගින් හෝ ඔබ සහභාගිවන්නන් සියලු දෙනාගේ ම මත සහ අදහස් පිළිගන්නා බව අවධාරණය කරමින්, පහසුකම් සලසන්නෙකු වශයෙන් ඔබට ඇති බලය යොදා ගන්න.
- සහභාගිවන්නන්ව අනුසාස සහ කුඩා කණ්ඩායම් භාවිතා කරමින්, සහභාගිවන්නන්ව ඔවුන්ගේ කණ්ඩායම් වෙනස් කරමින් කාර්යයන්හි නිරත කර තබා ගන්න. සෑමවිටම එක් එක් කණ්ඩායමට එකම පුද්ගලයින් ඇතුළත්ව නොසිටින බව සහතික කරගැනීමට උත්සාහ කරන්න.

- සෑම අයෙකුට ම කථා කිරීම සඳහා ආරාධනා කරමින්, සෑම අයෙකුට ම සවන්දෙනු ලබන බව සහතික කරමින් සාකච්ඡා මෙහෙයවන්න.
- විශේෂයෙන් ම ලජ්ජාශීලී අය යමක් කීමට උත්සාහ කරන බව පෙනෙන්නේ නම්, (උදා: අත මදක් ඔසවා, හෝ හිස සලමින් සිටිය නම්) කථා කිරීමට ඔවුන්ව උනන්දු කරන්න. ඔබගේ ශරීර භාෂාව හරහා, උදාහරණ ලෙස, ඔවුන් දෙසට හැරීම, ඔවුන් ආසන්නයට යාම, ඇසට ඇස බැලීම, ආදී ක්‍රම වලින් ඔවුන්ව දිරි ගන්වන්න.
- විවෘතව ම ප්‍රශංසා කරන්න, එහෙත් උසස් බවක් පෙන්නුම් කෙරෙන හැසිරීම් වලින් වළකින්න.
- අඩුවෙන් කථා කළ අයට වගකීම් භාර දෙන්න - උදාහරණයක් ලෙස, කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම අවසානයේ ඒ පිළිබඳ වාර්තා කිරීමේ කාර්යය භාර දිය හැක.
- අනෙක් අය පහත් කොට සලකන, යමෙකුගේ උසස් බව පෙන්නුම් කරන හෝ හඟවන, හෝ හානිකර, කෲර හෝ වෙනස්කොට සලකන ආකාරයේ අදහස් පළ වුව හොත්, විශේෂයෙන් ම එම අදහස් වලින් සෘජුව ම හෝ වක්‍රාකාරයෙන් හෝ අනෙක් සහභාගිවන්නන් ඉලක්ක කරන්නේ නම්, කිසිවිටෙක ඒවා අභියෝගයට ලක් නොකර පිළිගනු ලැබීමට ඉඩ නොදෙන්න. වැඩසටහනෙහි මූලික හිතී සිහිපත් කර දෙන්න, හැර නොහොත් "අමනාපය ඇති කරවන" අදහස් ප්‍රකාශ කළ තැනැත්තාට (තැනැත්තන්ට) තමන් එසේ පැවසුවේ ඇයි දැයි පැහැදිලි කරන මෙන් ඉල්ලා සිටීමින්, එම තත්වය සම්බන්ධයෙන් අදහස් පළ කිරීමට අනෙකුත් සහභාගිවන්නන්ට ආරාධනා කරන්න.
- ගැහැණු ළමයින්ට සහ කාන්තාවන්ට, සහ පිරිමි ළමයින්ට සහ පුරුෂයින්ට පොදුවේ සමස්ත කණ්ඩායම සමග ම අදහස් බෙදාහදා ගැනීමට අවස්ථාව ලබා දීමට පෙර, ඔවුන්ට වෙන් වෙන්ව සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාව ලබා දීම සංදර්භයට අනුව වඩාත් පහසු වීමට (සහ ඇතැම් විට අවශ්‍ය වීමට) ඉඩ තිබේ. විවිධ වයස්, ආගමික හෝ සංස්කෘතික කණ්ඩායම් සම්බන්ධයෙන් ද එය අදාළ වේ.

පහසුකම් සැලසීමේ දී ඇතිවන අභියෝග: සංවේදී ගැටළු

මානව හිමිකම් අපගේ වටිනාකම්, හැඟීම් සහ මනවාද සමග සම්බන්ධ වී ඇති අතර, ඒවා අපි ලෝකය දෙස බලන ආකාරය සහ අපගේ පූර්ව සංකල්පනයන් අභියෝගයට ලක්කිරීමට ඉඩ තිබේ. අදාළ විෂය කරුණු තමන්ගේ වටිනාකම්, විශ්වාස සහ චාරිත්‍රවලට පටහැනි වන හෝ තර්ජනයක් ඇතිකරවන බවක් ඇතැම් සහභාගිවන්නන්ට දැනෙන්නට ඉඩ ඇති අතර, මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට මුහුණ දුන් ඇතැම් අය දක්වන ප්‍රතිචාර ඒ තුළින් ඔවුන්ට ඇති වූ කම්පනය මගින් පෙළඹවීමට ලක්වූ ප්‍රතිචාර විය හැක. සහභාගිවන්නන් කුපිත වන්නේ නම්, කථා කිරීම අඩුකරයි නම්, සාකච්ඡාව කඩාකප්පල් කිරීමට උත්සාහ දරයි නම් හෝ කලහකාරී වන්නේ නම්, එය ඔවුන් යම් සංවේදී ගැටළුවක් හේතුවෙන් තර්ජනයට ලක්වී ඇතැයි ඔවුන්ට හැඟී ඇති බවට සංඥාවක් විය හැකිය.

පහසුකම් සලසන්නෙකු වශයෙන් ඔබගේ භූමිකාව වන්නේ ඔබත් ඇතුළුව සියලු දෙනාට ම ආරක්ෂිත පරිසරයක් පවත්වාගෙන යාමත්, එකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගැනීම සඳහා කිසිවෙකු විනිශ්චයට ලක් නොකරන වාතාවරණයක් පවත්වාගෙන යාමත්, මානව හිමිකම් වලට/ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට (FORB) අදාළව සාකච්ඡාව පවත්වාගෙන යාමත් මගින් සාකච්ඡාව සහ කණ්ඩායම් ගතිකය කළමනාකරණය කිරීම වේ.

සංවේදී මාතෘකා සහ ආතතීන් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා උපදෙස් කිහිපයක්:

- ඇති විය හැකි සංවේදී ගැටළු හඳුනා ගනිමින්, සහ ඒවාට මුහුණ දෙන ආකාරය සලකා බලමින් සැසිවාරය ගලායන අන්දම පිළිබඳව කලින් ම සිතා බලන්න.
- මතභේදාත්මක සංවාද ඇතිවීම වළක්වා ගැනීම පිණිස, යම් ක්‍රියාවලියක් හදිසියේ සිදු නොකරන්න. දුෂ්කර ප්‍රශ්න වුව ද ඇසීමට සහභාගිවන්නන්ට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.
- ඔබ තර්ක විතර්ක වලට සම්බන්ධ නොවෙන්න. ඔබ පහසුකම් සලසන්නෙක් මිස විවාදවල හවුල්කරුවෙක් නොවේ.
- අපි එකඟ නොවෙන ගැටළු සම්බන්ධයෙන් පවා සාකච්ඡා කිරීමට අවශ්‍ය කුසලතා ගොඩනැගීම මානව හිමිකම් අධ්‍යාපනයේ කොටසක් වන බව මතක තබාගන්න. කණ්ඩායම සෑම කරුණක් සම්බන්ධයෙන් ම එකඟවීම අවශ්‍ය නොවේ!
- අවශ්‍ය පසුබිම පෙරසූදානම් කරගන්න - මූලික හිතී සකස් කරගැනීමටත් සහකම්පනය සහ විශ්වාසය ගොඩනැගීමට අත්‍යවශ්‍ය සිදු කිරීමටත් කාලය ගන්න.
- විවෘතව කථා කරමින් වඩාත් පූර්ණ ලෙස සහභාගිවීමට සහභාගිවන්නන්ව දිරිගැන්වීම සඳහා ඔබේ අත්දැකීම් පදනම් කරගනිමින් පුද්ගලික දායකත්වයක් සපයා දෙන්න.
- ගැටළුකාරී තත්වයක් ඇතිවන බව පෙනීයන්නේ නම්, මූලික හිතී පිළිබඳ සඳහන් කරමින්, විවිධ අදහස්වලට සවන්දීමේ හා ගරුකිරීමේ වැදගත්කම සහභාගිවන්නන්ට සිහිපත් කර දෙන්න.
- මානව හිමිකම්වලට එරෙහි මත ද පිළිගන්න. සාරධර්ම සහ අදහස් අතර පවතින ගැටුම් අවබෝධ කරගෙන ඒවා මෙහෙයවා ගැනීම අප සියලු දෙනාට ම ප්‍රයෝජනවත් වන බව පැහැදිලි කර දෙන්න.

- විරෝධය පිළිගැනීමට ලක් කරන්න! අදාළ ගැටළුව පිළිබඳව ස්වකීය අදහස්, ප්‍රතිචාර සහ කනස්සල බෙදාහදා ගැනීමට කණ්ඩායම්වල සාමාජිකයින්ට ආරාධනා කර, විය කණ්ඩායම් තුළ සංවාදයක් ගොඩනැංවීමට අවස්ථාවක් කරගන්න. පරිවර්තනීය ඉගෙනීමක් සිදුවීමට නම්, සාණාත්මක ආකල්ප සම්බන්ධයෙන් කණ්ඩායම් තුළ විවෘතව කතාකිරීම අවශ්‍ය වේ.
- ආතතීන් පිළිගැනීමට ලක් කර වීවා සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාත්මක වන්න. ක්‍රියාවලිය මදකට නවතා, තමන්ට කාමරය තුළ නොඉවසුම් තත්වයන් ඇතැයි දැනෙන බව සඳහන් කර, තමන් අතර පවතින චිකිතකට වෙනස් මතවාද මොනවා දැයි හඳුනාගන්නා මෙන් සහභාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එම කරුණු සම්බන්ධයෙන් විකඟත්වයකට නොපැමිණ සිටීම සුදුසු දැයි කණ්ඩායමෙන් විමසන්න. එම මාතෘකාව සම්බන්ධයෙන් ඔවුන්ට කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය කෙසේ දැයි කණ්ඩායමෙන් විමසන්න. උදාහරණයක් ලෙස, කුඩා කණ්ඩායම් වශයෙන් හෝ වෙනම ම සැසියක දී එම ගැටළුව සාකච්ඡා කිරීමට ඔවුන්ට අවශ්‍ය විය හැක, නැතහොත් ඒ පිළිබඳ සාකච්ඡාව නවතා දැමීමට ඔවුන්ට අවශ්‍ය විය හැක. ඒ සම්බන්ධයෙන් ඔබට යම් අදහසක් තිබේ නම් එය ද පවසන්න; උදාහරණයක් ලෙස, කණ්ඩායමේ අය විකිනෙකා හොඳින් හඳුනාගන්නා තෙක් සහ විකිනෙකා අතරේ අනන්‍යතා විශ්වාසය හා අවබෝධය ගොඩනැගෙන තෙක්, මෙම සාකච්ඡාව පසුවට කල්දැමීම සුදුසු යැයි ඔබට යෝජනා කළ හැක.
- විකඟනොවීම් සාකච්ඡාව වෙනත් මගට යොමු කිරීමේ සහ සම්බන්ධතා වලට බාධාකාරී වීමේ අවදානමක් ඇති කරන්නේ නම්, ඒ පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීම 'පසෙකින් තබා' විකඟනා ගොඩනැංවිය හැකි කරුණු පිළිබඳව සාකච්ඡා කරන්න. මෙම පාඨමාලාව විවාද මණ්ඩපයක් නොවේ.
- බොහෝ දේ අපේක්ෂා නොකරන්න! විකඟ නොවන ගැටළු සම්බන්ධයෙන් සංවාදයක් ගොඩනැංවීම සඳහා ක්‍රමක්‍රමයෙන් කටයුතු කරන්න. මිනිසුන් තමන්ගේ සිත්වල තදින් මුල්බැස ගෙන ඇති ඒකාකාරී හා පිළිගත් සම්ප්‍රදායයන් ඉක්මනින් සහ ප්‍රසිද්ධියේ වෙනස් කරගැනීමට ඇති හැකියාව ඉතා අඩු ය. කෙසේ වෙතත්, විකල්ප දෘෂ්ටි කෝණවලට නිරාවරණය වීම සහ එවන් අය සමග සහකම්පනය සහිත සම්බන්ධතා ගොඩනැංවා ගැනීම මගින් සහභාගිවන්නන් එම මතවාද හා දෘෂ්ටිකෝණ පිළිබඳ සලකා බැලීමට යොමුවිය හැක.

පහසුකම් සැලසීම: ගැටළුකාරී පුද්ගලයින්

ඇතැම් අවස්ථාවල දී, ඇතැම් පුද්ගලයින් සිතාමතා ම හෝ නොදැනුවත්ව, උදාහරණ ලෙස සංවාද වලදී සෑමවිට ම අනෙක් අය අහිමවා කතා කිරීම, තමන්ගේ ජංගම දුරකථනය කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම වැනි ක්‍රියා මගින් කණ්ඩායමේ විකල්පකමට සහ ඵලදායීත්වයට බාධා පමුණුවයි. මේ සඳහා ගත හැකි විසඳුම් ද පුද්ගලයින් හා අවස්ථා මෙන් ම විවිධ වන නමුත්, පහත දැක්වෙන උපක්‍රම මෙහිදී ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත:

- පමණට වඩා වැඩි වේලාවක් කතා කරන අයෙක් සිටිය නම්, ස්ථානෝචිත ප්‍රඥව සහ භාසනය යොදා ගත හැක. උදාහරණ ලෙස, එම පුද්ගලයා කරුණු විස්තර කරන අතරතුර කරුණු දෙකක් අතර බාධා කර 'ඒක හොඳ කරුණක්, අනිත් අයට ඒ ගැන මොනවද කියන්න තියෙන්නේ?' වැනි ප්‍රශ්නයක් ඇසීමෙන් සාකච්ඡාව අත් අය කෙරෙහි යොමුකරවා ගත හැක. නැති නම් මද සිනහවක් සමග ඔබේ අතේ ඇති ඔරලෝසුව දෙසට ඇඟිල්ල යොමු කර පෙන්විය හැකිය.
- අනෙක් අය අහිමවා කතා කරන පුද්ගලයින්ට යම් වගකීම් පවරන්න. උදාහරණයක් ලෙස, කණ්ඩායමේ අය පළකරන අදහස් ෆීල්ඩ්ට්‍රිප් කඩදාසියේ සටහන් කිරීමේ කාර්යය පැවරිය හැක. එවිට ඔවුන් අත් අයට අවස්ථාව නොදී කතා කිරීම වළක්වා ගත හැකිවනු ඇත.
- කණ්ඩායම අන්තර් ක්‍රියාකාරී වීම හොඳින් සිදු නොවන විට එය පිළිගෙන සහභාගිවන්නන්ට මූලික නීති මතක් කර දෙන්න. කතා කරන විට බාධා නොකිරීම, සියලු ම සාකච්ඡා රහස්‍ය වන බව, දුරකථන භාවිතා නොකිරීම, හැමදෙනාගේ ම අදහස් වලට ගරුකිරීම වැනි දෑ මූලික නීතිවලට ඇතුළත් වන බව සහතික කරගන්න. මූලික නීති ක්‍රියාවට නැංවීම සෑම අයෙකුගේ ම වගකීම වන බව අවධාරණය කර, කණ්ඩායමෙන් විල්ල වන පීඩනය මගින් ප්‍රශ්න විසඳීමට ඉඩ හරින්න.
- වැඩියෙන් මුල්තැන ගැනීමට උත්සාහ දරන, හෝ අන් අය කෙරෙහි ගෞරවයක් නොදක්වන සහභාගිවන්නෙක් සිටිය නම්, අවශ්‍ය වුව හොත් එවැනි පුද්ගලයින් සමග විවේක කාල වැනි අවස්ථා වලදී පෞද්ගලිකව කතා කළ හැක. ඔවුන් ගේ සහභාගිත්වය ඔබට වටිනා බව පවසා, පවතින අහියෝග පෙන්වා දී, ඒ සඳහා ගත හැකි විසඳුම් මොනවා දැයි ඔවුන් සමග සාකච්ඡා කරන්න. ඉගෙනුම් පරිසරය වඩාත් වැඩිදියුණු කිරීමට එවැනි පුද්ගලයින්ගේ උපකාර ලබා දිය හැකි ආකාර පිළිබඳව සාකච්ඡා කරන්න.
- අවසාන ක්‍රියාමාර්ගය ලෙස කණ්ඩායමෙන් ඉවත්ව යන ලෙස යම් සහභාගිවන්නෙකුට දැනුම් දිය හැක. එවැනි ක්‍රියාමාර්ගයක් ගැනීම තුළින් ඇතිවිය හැකි අහිතකර හැඟීම් සහ එවැනි පුද්ගලයින් කණ්ඩායමේ සිටීමේ දී ඔවුන් විසින් නිර්මාණය කරනු ලැබිය හැකි අහිතකර හැඟීම් යන දෙක සංසන්දනය කර බලා එම අවසාන තීරණය ගත යුතු වේ.

මූලාශ්‍ර 'පහසුකම් සැලසීම සඳහා උපදෙස්' යන කොටස මානව හිමිකම් සම්පත් කේන්ද්‍රය සහ ස්ටැන්ලි පදනම විසින් ප්‍රකාශයට පත් කර ඇති, නැන්සි ෆීල්ඩ්ස් සහ තවත් අය විසින් සම්පාදනය කර ඇති, 'The Human Rights Education Handbook' (මානව හිමිකම් අධ්‍යාපන අත්පොත) නැමති ප්‍රකාශනයේ උපුටා ගන්නා ලදී. අවසරය ලබා ගෙන මෙහි පළ කර ඇත.

සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලබා දීම

ඔබ ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව පවත්වන අතරතුර සහභාගිවන්නන් මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් පිළිතුරුදීම සංකීර්ණ වන විවිධ ප්‍රශ්න ඔබෙන් ඇසීමට ඉඩ තිබේ. ඔබට එසේ මුහුණ දීමට සිදු විය හැකි ප්‍රශ්න සහ විරෝධතා කිහිපයක් සහ විවාද ප්‍රතිචාර දැක්විය ආකාර පිළිබඳ අදහස් කිහිපයක් අපි මෙහි සම්පිණ්ඩනය කර ඇත්තෙමු. සෑම පාඨක පිරිසක් සහ පසුබිමක් ම එකිනෙකට වෙනස් වන බැවින් මෙහි එන සෑම ප්‍රශ්නයක් හා විරෝධතාවයක් ම ඔබට අදාළ නොවීමට ඉඩ තිබේ. කෙසේ වෙතත්, දුෂ්කර සංවාදවල නිරතවීම සඳහා ඔබව සූදානම් කිරීමට මෙම ප්‍රශ්න හා පිළිතුරු එකතුව ඔබට ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇතැයි අපි සිතන්නෙමු.

ඔබ විරෝධතා වලට පිළිතුරු දෙන විට, එම විරෝධතා තුළ කිසියම් සත්‍යයක් ඇත්නම් ඒවා සහ ඉන් පිළිබිඹු වන පුද්ගලික අත්දැකීම් තිබේ නම් ඒවා ද තහවුරු කිරීමට මතක තබා ගන්න. ඔබ යමක් නොදන්නේ නම් ඒ බව ප්‍රකාශ කිරීමෙහි සහ එකට එක්වී ඒ සඳහා පිළිතුරු ගවේෂණය කරන්නට මෙම පාඨමාලාව ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇතැයි ඔබ බලාපොරොත්තු වන බව ප්‍රකාශ කිරීමෙහි වරදක් නැති බව මතක තබා ගන්න! ආකල්පමය වෙනසක් ඇති විම සාමාන්‍යයෙන් සෙමින් සහ ක්‍රමයෙන් සිදු වන්නක් වේ. එම නිසා, මතවාදවල ක්ෂණික වෙනසක් ඇතිවනු දැකීමට නොව, පරිවර්තනයේ බිජු මෘදු ලෙස රෝපණය කර ඒවාට ජලය යෙදීම ඔබේ අරමුණ කරගන්න.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට (FORB) ඇතුළත් වන්නේ මොනවාද සහ එම නිදහස සීමා කළ හැක්කේ කවර අවස්ථාවල දී යන්න පිළිබඳ කරුණුමය ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දෙනගැනීම සඳහා එම මාතෘකාව යටතේ අපි සූදානම් කර ඇති කෙටි විකුපට මාලාව නරඹන්න.

ඉදිරිපත් කරනු ලබන සංකීර්ණ ප්‍රශ්න බොහොමයක් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට අදාළ යම්කිසි ප්‍රශ්නයක දී කෙසේ කටයුතු කළ යුතුද යන්න පිළිබඳව විමසන ප්‍රශ්න වේ. එවැනි ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ගවේෂණය කිරීම සඳහා කණ්ඩායම්වලට උපකාර කිරීම පිණිස 6 වැනි සැසියේ සිට 9 වැනි සැසිය දක්වා වූ සැසිවල (උපක්‍රම සහ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන) ලබා දී ඇති සම්පත් භාවිතා කරන්න.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ කරුණුමය ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු දීමට ඔබට උපකාර වනු පිණිස මෙම විකුපට නරඹන්න.

— අවදානම් සහ ආරක්ෂාව සම්බන්ධයෙන් සැලකිලිමත් විය යුතු දෑ —

මානව හිමිකම් සම්බන්ධ දැඩි විරෝධතා, විශේෂයෙන් ම ආගමික විරෝධතා, අවදානමක් පිළිබඳ අනතුරු ඇඟවීමේ සංඥා විය හැක. දුෂ්කර වාතාවරණයන් තුළ දී අයිතිවාසිකම් සහ උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳ විවෘත සාකච්ඡා සිදු කිරීම කණ්ඩායම තුළ මේ වන විටත් පවතින ආතතීන් තවත් වැඩිකිරීමට හෝ ඔබ ද සහභාගිවන්නන් ද අවදානමේ හෙළීමට හේතු විය හැක. අවදානම්කාරී තත්වයක් ඇතිවීමට මගපෑදිය හැකි දිශාවකට සාකච්ඡාව ගලායන්නේ නම්, මාතෘකාවේ සංවේදී බව පිළිගනිමින් සාකච්ඡාව නවත්වන්න. අනෙක්තර විකල්පවලට ඇති වන කරුණු කෙරෙහි සාකච්ඡාව යොමු කර, කණ්ඩායම තුළ සම්බන්ධතාවය සහ විශ්වාසය ගොඩනැගෙන අත්‍යවශ්‍ය කිහිපයක් සිදු කිරීමට කාලය ගන්න.

සටහන

අභියෝග කරනවාද, සවන් දෙනවාද?

ඇතැම් අවස්ථාවලදී පුද්ගලයින් හේ ඇතැම් ප්‍රකාශවලට ප්‍රතිචාර ලෙස 'ඔබේ ආකල්පය හොඳ නැහැ' හැක හෝ 'ඔබට වැරදිලා' යැයි කීමට ඔබට සිතෙන්නට ඉඩ තිබේ. විශේෂයෙන් ම තමන්ට ප්‍රහාර එල්ල වන්නේය, තමන් පහත්කොට සලකන්නේය යන හැඟීම කණ්ඩායමේ අනෙක් අයට ඇතිවන්නේ නම්, ඇතැම් සාකච්ඡා අතරමැදි නවත්වා, සියලු දෙනාට ම වැඩසටහනේ මූලික හිඟ නැවතත් සිහිකර දීමට සිදුවන අවස්ථා ද සැබවින් ම ඉස්මතු විය හැක. එහෙත්, පුද්ගලයින්ගේ මනස වෙනස් කිරීමට නම්, මුලින් ම ඔවුන්ට සවන් දී, අගයකොට සලකන හේතු දැක්වීම් - එනම් පහසුකම් සලසන්නා සහ විරෝධය පළකරන්නා යන දෙදෙනාම යම් සංවේදී කරුණක් පිළිබඳ විරුද්ධ මත ඉදිරිපත් කර, එතුළින් සුළු හෝ පොදු එකඟතාවයකට යාමට උත්සාහ කළ යුතු ය. එවැනි අවස්ථාවක දී, විවේක කාලය තුළ හෝ සැසිවාරය අවසානයේ දී දෙදෙනා තනිව හමුවී සාකච්ඡා කිරීම මෙහිදී ප්‍රයෝජනවත් විය හැකි අතර, අදාළ පුද්ගලයා සමස්ත සාකච්ඡාව පුරා ම තම ආධිපත්‍ය පතුරවන්නේ නම්, හෝ කණ්ඩායම තුළ සෘණාත්මක පරිසරයක් නිර්මාණය කරන්නේ නම් එවැනිකන් කිරීම වඩාත් සුදුසු විය හැක.

නේමාව - බහුතරය එදිරිව සුළුතරය

විරෝධතාවය: බහුතර කණ්ඩායමට වැඩි අයිතිවාසිකම් තිබිය යුතු ය! ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයක තීරණ ගැනීමේ අයිතිය ඇත්තේ ඔවුන්ට ය.

විරෝධතාවය: මේ රට අපගේ ය; මේ රටේ ජීවත් වීමට නම් සුළුතර කණ්ඩායම අපගේ විශ්වාස සහ ජීවන රටාව පිළිගත යුතු ය.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදී රටක, වැඩියෙන් ම ජන්ද ලබාගන්නා පක්ෂයට ආණ්ඩුවක් සාදා ගැනීමට අවස්ථාව ලැබෙයි. එනමුත් ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයක් තිරසාර සහ සෞඛ්‍ය සම්පන්න වීමට නම් ඒ ආණ්ඩුව සෑම දෙනාගේ ම යහපත ආරක්ෂා කර දිය යුතුයි. සියළු පුරවැසියන්ට සමාන අයිතිවාසිකම් නොලැබෙන්නේ නම්, එය බහුතර කණ්ඩායමේ දුෂ්ට පාලනයක් විය හැකියි - එය රාහු ආහාරයට ගන්නේ මොනවාද කියා තීරණය කිරීමට වෘත්තයේ දෙදෙනෙක් සහ බැරට්ටුවක් ජන්දය දැමීමක් මෙහි!
- ඔබගේ රජය සුළුතරයගේ අයිතිවාසිකම් ලබාදීම ප්‍රතික්ෂේප කරන්නේ නම්, සහ බහුතරයගේ විශ්වාස සහ ජීවන රටාව පිළිගන්නා ලෙස සුළුතර කණ්ඩායම්වලට බල කරන්නේ නම් - වෙනත් රටවල සුළුතරයන් ලෙස සිටින අපගේ ආගමට අයත් අයට එයින් කුමක් අදහස් වන්නේද? ඒ රටවල ආණ්ඩු ඒ ආකාරයට ම කටයුතු කරමින් ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් අහිමි කිරීම සාධාරණද?
- ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය රඳා පවතින්නේ මානව හිමිකම් මතයි. කථා කිරීමට සහ තොරතුරු දැනගැනීමට ඇති නිදහස, රැස්වීමට සහ සමාගමයට ඇති නිදහස, මාධ්‍ය නිදහස, ජන්දය ප්‍රකාශ කිරීමට සියලු දෙනාට ම ඇති අයිතිය වැනි අයිතිවාසිකම් නොමැති නම් සාධාරණ හා නිදහස් ජන්දයක් පැවැත්විය නොහැකියි. මෙම අයිතිවාසිකම් නොමැතිව පුරවැසියන්ට දේශපාලන පක්ෂ සාදාගැනීමට, ජන්දය දැමිය යුත්තේ කාට දැයි මනා අවබෝධයකින් යුතුව තෝරාගැනීමට හෝ සුරක්ෂිතව ජන්දය ප්‍රකාශ කිරීමට අවස්ථාව නොලැබෙයි.
- සංස්කෘතික සහ සම්ප්‍රදායන්ගේ විවිධත්වය සමාජය පෝෂණය කරයි. විවිධ කලාවන් සහ ආහාර වර්ග වියට උදාහරණ වේ.

විරෝධතාවය: මානව හිමිකම් වැදගත් වන්නේ සුළුතර කණ්ඩායම්වලට පමණ ය.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- වෙනස්කොට සලකීම වැනි විවිධ ආකාරයේ අවදානම් වලට සුළුතර කණ්ඩායම් නිතරම මුහුණ දෙන නිසා, විවිධ ආකාරයේ සුළුතර කණ්ඩායම් වලට මානව හිමිකම් වැදගත් වේ. එසේ වුවත්, මානව හිමිකම් තිබෙන්නේ සියලු ම දෙනා වෙනුවෙනි. බලය අයුතු ලෙස භාවිතා කරනු ලැබීමෙන් සියලු ම දෙනා ආරක්ෂා කිරීමටත් සියලු දෙනාගේ සුබසෙත පුළුල්ව තිබීමටත් මානව හිමිකම් මගින් අපේක්ෂා කරනු ලැබේ. කිසිදු හේතුවක් නොමැතිව අත් අඩංගුවට ගනු ලැබීමට, වධහිංසා වලට ලක්වීමට හෝ වෙනස්කොට සලකනු ලැබීමට අප කිසිවෙක් කැමති නැත. අපේ දරුවන්ට අධ්‍යාපනය ලබා දීම ප්‍රතික්ෂේප කරනු ලැබීමට අපි කවුරුත් කැමති නැත. අප අයත් වන්නේ සුළුතර කණ්ඩායමකට ද නැත හොත් බහුතර කණ්ඩායමකට ද යන්න නොසලකා අපි සියලු දෙනාට ම අවශ්‍ය කරන්නේ මෙවැනි දේ වලින් අපව ආරක්ෂා කරන පරිසරයක - එනම් අයිතිය මගින් අපගේ මානව ගරුත්වය ආරක්ෂා කර දෙන පරිසරයක ජීවත් වීමට ය.
- අපට විවිධ අනන්‍යතා තිබේ. මම කිසි යම් ආගමික හෝ ජනවාර්ගික බහුතර කණ්ඩායමකට අයත් වෙනවා විය හැකි අතර ම ආධාරික බව වැනි යම් හේතුවක් නිසා වෙනත් ආකාරයකින් සුළුතර කණ්ඩායමකට ද අයත් වෙනවා විය හැක.

නේමාව - බටහිර සාරධර්ම සහ උපක්‍රම

විරෝධතාවය: බටහිර බලවතුන් මෙම මානව හිමිකම් ප්‍රමිතීන්ට ගරු නොකළ ද ඔවුන් අනෙක් රටවල ස්ථාවරය දුර්වල කිරීමට සහ වියට හානි කිරීමට මානව හිමිකම් යොදා ගතිහි. මානව හිමිකම් යනු නුදෙක් දේශපාලන බල ක්‍රීඩාවල මෙවලමක් පමණි.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- කෙතරම් හොඳ මෙවලමක් වුවද වැරදි ආකාරයට ද භාවිතා කළ හැක. ඇතැම් අවස්ථාවල මානව හිමිකම් දේශපාලන බල අරගල වල මෙවලම් ලෙස යොදාගනු ලැබේ. එමෙන් ම, කිසිදු රටකට මානව හිමිකම් සම්බන්ධ අතිවිශේෂීට ඉතිහාසයක් හැකි බව ද සත්‍යයකි (ඇතැම් රටවලට තවත් රටවලට සාපේක්ෂව වඩා හොඳ ඉතිහාසයක් තිබේ). ඇතැම් රජයන් තමන් බරපතළ අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් සිදුකරන අතර ම වෙනත් රජයන් විවැනි දේ කරන බව කියමින් ඇඟිලි දිගු කරති. එහෙත්, මානව හිමිකම් අපට, එනම් අයිතිවාසිකම් දරන්නන්ට, වැදගත් නොවන බවක් වැඩි අදහස් නොකෙරෙයි. මානව හිමිකම් යනු අපගේ නිදහස, සුරක්ෂිතබව සහ සුබසෞභවය වේ.
- වෙනස්කොට සැලකීම සහ වෛර අපරාධ වැනි දේ හරහා ප්‍රජාව තුළ බොහෝ මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීමේ සිද්ධීන් සිදු වේ. රජයන් මේවා වැළැක්වීමට අසමත් වුව ද, පුරවැසියන් වන අපට අපගේ ප්‍රජාව තුළ මානව හිමිකම් ආරක්ෂා වීම යථාර්ථයක් කරගැනීමට දයක විය හැක. එමෙන් ම, අපට එකට එක්වී එකිනෙකාගේ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් හැඟී සිටීමටත්, අයිතිවාසිකම් වලට ගරු කිරීමට රජය අපොහොසත්වීම අභියෝගයට ලක්කිරීමටත් හැකි වේ. අපි එසේ කරන විට, රජයන්ට (බටහිර වේවා, වෙනත් රජයන් වේවා) දිගින් දිගටම මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් සිදු කිරීමට නොහැකි වේ. රජයන් දේශපාලන ක්‍රීඩාවල නිරත වන්නේද නැතිද යන කරුණට වඩා අපට වැදගත් වන්නේ අප වෙනුවෙන් සහ අපගේ ප්‍රජාව වෙනුවෙන් මානව හිමිකම් යථාර්ථයක් කරගැනීමට අපට කළ හැක්කේ කුමක් ද යන ප්‍රශ්නයයි.

විරෝධතාවය: මානව හිමිකම් යනු ආගන්තුක, බටහිර සාරධර්ම සහ සංස්කෘතික අධිරාජ්‍යවාදයක් වේ.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය කෙටුම්පත් කරන ලද්දේ ලෝකයේ විවිධ ආගම් සහ විශ්වාස සහිත රටවල්වල් ගණනාවක නියෝජිතයින් එකට එක්වීමෙනි. එම නියෝජිතයින් අවධාරණය කළේ මානව හිමිකම් යනු මානව ගරුත්වය සහ විදිනෙද පවිත්‍රයේ අපි සියලු දෙනාට ඇති අවශ්‍යතා සම්බන්ධ දේ බව ය. ලෝකයේ සෑම රටක් ම පාහේ මානව හිමිකම්වලට ගරු කරන්නට, ඒවා ආරක්ෂා කරන්නට, සහ ප්‍රවර්ධනය කරන්නට එකඟවී තිබේ.
- මානව හිමිකම් යනු අපේ පාසල් තුළ, ගොවිපළවල, සේවාස්ථානවල, නිවෙස්වල සහ වටපිටාවේ අන් අය අපට සැලකිය යුතු ආකාරය සහ අපි අන් අයට සැලකිය යුතු ආකාරය යි. ඒවායින් අරමුණු කරන්නේ අපේ ජීවිතවලට ඉහළින් බලය තිබෙන අය - එනම් අපේ කුලී නිවසේ අයිතිකරු, සේවා ස්ථානයේ ප්‍රධානියා, ගුරුවරු හැකි නම් පවුලේ තවත් සාමාජිකයින් වැනි අය සිදුකරන අපයෝජන වලින් සහ රජයේ බලධාරීන් සිදු කරන අපයෝජන වලින් අපව ආරක්ෂා කරදීමයි. එය අපි හැමදෙනාට ම වැදගත් වන කරුණකි.
- මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයෙහි සඳහන්ව ඇති අයිතිවාසිකම් දෙස බලා ප්‍රශ්න ඉදිරිපත් කරන්න. එම අයිතිවාසිකම් වලින් කිසිවක් අපි මානව අවශ්‍යතා ලෙස හඳුනාගන්නා දේ හා සම්බන්ධද? ඒ අතරින් කවර නිශ්චිත අයිතිවාසිකම් ආගන්තුක වන්නේද? මෙහි අපට අවශ්‍ය නොවන කවරක් හෝ තිබේද?

විරෝධතාවය: මානව හිමිකම් යනු පුද්ගලයා මූලික කරගත් දෙයකි. අපගේ සංස්කෘතිය තුළ තනි පුද්ගල අයිතිවාසිකම් වලට වඩා සාමූහික වගකීම් සහ සම්බන්ධතා වැදගත් ලෙස සලකනු ලබයි. සෑම අයෙක් ම තමන්ගේ වගකීම් අමතක කර තනි තනිව තමන්ගේ අයිතිවාසිකම් පමණක් ඉල්ලා සිටිය හොත් අපගේ සමාජයේ මූලික ව්‍යුහය බිඳ වැටෙනු ඇත.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- මානව හිමිකම් ආරම්භ වන්නේ තනි පුද්ගලයින්ගේ අයිතිවාසිකම් වලින් බව සත්‍යයකි. පුද්ගලයින් වශයෙන් අපි අපයෝජන වලට ලක්වීමේ අවදානමක් තිබෙන හිසා, උදුරහරණ ලෙස දුෂිත නිලධාරීන් අතින් හෝ පවුලේ අශේෂීට සාමාජිකයෙක් අතින් සිදුවන අපයෝජනවලට ලක් විය හැකි හිසා, පුද්ගලයින්ට අයිතිවාසිකම් තිබීම වැදගත් වේ. එවැනි දේ සිදුවූ විට අපට යුක්තිය වෙත ප්‍රවේශය සහ උපකාර අවශ්‍ය වේ.

- මානව හිමිකම් ආරම්භ වන්නේ තනි පුද්ගලයින් ගෙන් වුවත්, බොහෝ මානව හිමිකම් වලින් ආරක්ෂා කර දෙන්නේ අපි සාමූහිකව කරන දේ ය. උදාහරණ වශයෙන්, අපිට පවුලක් සාදා ගැනීමට අයිතිය තිබෙනවා, රැස්වීමේ නිදහස මගින් කණ්ඩායම් වශයෙන් රැස්වීමට අයිතිය ලැබෙනවා; ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් අපිට යම් විශ්වාසයක් දරන ප්‍රජාවක කොටසක් වශයෙන් සිටීමට, ආගමික සංවිධාන ඇතිකර ගැනීමට, එකට එක්ව වන්දනා කිරීමට ඉඩ ලැබෙනවා. ස්වදේශික ජනතාව සහ සුළුතර කණ්ඩායම් ආරක්ෂා කරන ඇතැම් සමූහ අයිතිවාසිකම් ද තිබෙනවා.
- මානව හිමිකම් වලට වගකීම් ද සම්බන්ධයි. අන් අයගේ මානව හිමිකම් පිළිගැනීමට සහ ඒවාට ගරු කිරීමට - සෑම අයෙකුට ම හොඳින් සැලකීමට සහ කිසිදු අයෙක් බලය අයුතු ලෙස යොදා ගැනීමෙන් පීඩාවට ලක් නොවන සමාජයක් බිහි කර ගැනීම සඳහා කටයුතු කිරීමට, සෑම අයෙකුටම වගකීමක් තිබෙනවා. සෑම කෙනෙක් ම මෙම වගකීම පිළිගන්නේ නම් අපේ සමාජයේ මූලික ව්‍යුහය මෙයට වඩා බොහෝ ශක්තිමත් වෙනවා.

නේමාව - බලයක් නොමැති මෙවලමක් වීම සහ අදාළ නොවීම

විරෝධතාවය: රාජ්‍යයන් දිගින් දිගටම මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කරන නමුත් කිසිවෙක් විය නොහැකිවන්නේ නැත. ඔවුන් මිනිසුන්ව ආරක්ෂා කිරීමට අපොහොසත් වී තිබේ. මෙහි අර්ථය කුමක්ද? මානව හිමිකම් යනු කඩදසියක ලියූ වචන මාලාවක් පමණයි.

විරෝධතාවය: බටහිර රටවල, නැතිනම් නගරබද මිනිසුන්ට මානව හිමිකම් වලදායී වෙන්න පුළුවන්, එහෙත් ගම්වල මිනිසුන්ට මේවායෙහි බලපෑමක් නැත.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කරන රාජ්‍යයන් නැවැත්වීමට ජාත්‍යන්තර පොලිස් බලකායක් නැත. බොහෝ අවස්ථාවල බරපතළ මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් වැළැක්වීමට ජාත්‍යන්තර ප්‍රජාව අසමත් වේ. රජයන් මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කිරීමට හිත සහ ප්‍රතිපත්ති ක්‍රියාත්මක කළ ද, ඇතැම්විට මේවායින් බිම් මට්ටමේදී ව්‍යවස්ථාපිත බලපෑමක් ඇති නොවේ. එසේ වුවත් මානව හිමිකම් යනු අර්ථ විරහිත දෙයක් නොවේ.
- මානව හිමිකම් පිටත සිට සාක්ෂාත් කරගත නොහැකියි. මානව හිමිකම් සාමාන්‍ය ජනතාවගේ විදිනෙදා යථාර්ථයේ කොටසක් බවට පත්කිරීම අපි අපගේ ප්‍රජාවන් සහ රටවල් තුළ හිරිමාණය කරගන්නා ක්‍රියාවලියක්. මෙම ක්‍රියාවලිය බොහෝ විට ඉතාමත් සෙමින් සිදුවන අතර, විශේෂයෙන් ම බලයේ සිටින අය පවතින තත්වය වෙනස් කිරීමට අකමැති නම්, මේ සඳහා ඉවසීම, හිරිහිතකම සහ හොඳ උපායමාර්ග අවශ්‍ය වේ. පරිවර්තනයක් දක්වා යන ගමන බොහෝවිට දීර්ඝ සහ කුඩා පියවර තබමින් යා යුතු ගමනක් වේ. බොහෝ දේ කෙටිකාලීනව සාක්ෂාත් කරගැනීම යථාර්ථවාදී නොවිය හැකි වුවත් එම ගමන ඉතාමත් ප්‍රයෝජනවත් වේ.
- ජාත්‍යන්තර, ජාතික සහ ප්‍රාදේශීය මට්ටමෙන් හොඳ හිතීර්ති, රෙගුලාසි සහ ප්‍රතිපත්ති පැවතීම වැදගත් වන්නා සේ ම මිළඟ පියවරන් - එනම් ක්‍රියාකාරී ආයතන ගොඩනැංවීමත් වැදගත් වේ. සියලු දෙනා ම හිතීර්ති මොනවා දැයි හොඳින් දන්නා බව සහ සියලුදෙනා ම වගකීමෙන් යුතුව ඒවා ක්‍රියාත්මක කරන බව සහතික කරගත යුතු බව එයින් අදහස් කෙරෙයි. ග්‍රාමීය මට්ටමේ සිට ශ්‍රේෂ්ඨාධිකරණය දක්වා වූ සෑම මට්ටමක ම දැනුවත්තාවය, කුසලතා සහ වගවීම පද්ධති ගොඩනැගීම මෙයට ඇතුළත් වේ.
- ප්‍රජාව තුළ අයිතිවාසිකම් අපයෝජනය කිරීම් බොහෝ සිදුවෙයි. මානව හිමිකම් සාක්ෂාත් කරගැනීම බිම් මට්ටමේ දී සාමාන්‍ය ජනතාව අතර අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ දැනුවත්තාවය ඇතිකිරීම සහ ඔවුන් අතර ආකල්ප, සාරධර්ම සහ වර්ගයන් පරිවර්තනය කිරීම මත රඳා පවතියි.
- මේ සම්බන්ධයෙන් ලබා ගත් බොහෝ පියවරණ තිබේ! වහල් සේවය අවසන් කිරීමේ ව්‍යාපාරය, සියලු දෙනාට ජන්ද අයිතිය ලබාදීම, ගෘහස්ථ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් කාන්තාවන් ආරක්ෂා කරන හිතීර්ති පැනවීම, ආන්තික ප්‍රදේශවල තිබෙන නිවෙස්වලට සෞඛ්‍ය සහ විදුලිය වැනි පොදු සේවා වෙත ප්‍රවේශය සහතික කිරීම ආදිය ලොව පුරා සාමාන්‍ය මිනිසුන්ගේ ජීවිත වඩාත් යහපත් කිරීම සඳහා මානව හිමිකම් ක්‍රියාකාරීත්වය උපකාරී වූ ආකාරය පෙන්නුම් කරන උදාහරණ වේ. අතීත පරම්පරාවල අරගල තුළින් අපි මේ වනවිට කෙතරම් අයිතිවාසිකම් දිනාගෙන තිබේද යන කරුණ ඇතැම් විට අපිට පහසුවෙන් අමතක වී යයි.

නේමාව - මානව හිමිකම් සඳහා ඇති ආගමික විරෝධතා

සටහන

ආගමික විරෝධතා සංකීර්ණ, සංවේදී ගැටළු සමග බැඳී පවතින අතර, ආගමික අර්ථ නිරූපණ සහ නේතු දැක්වීම් අධික ලෙස සංදර්භමය වශයෙන් විවිධ වේ. පහත යෝජනා කර ඇති ප්‍රතිචාර පොදුවේ ලබා දෙන උපදෙස් පමණක් වන අතර, විවිධ ආගම්වල ඉගැන්වීම් ඒ තුළ සාකච්ඡාවට ගෙන නැත.

ඔබේ කණ්ඩායම තුළ මෙම ගැටලු මෙහෙයවා ගැනීම අසීරු වනු ඇතැයි ඔබ සිතන්නේ නම්, ඔබට සැසියක් පැවැත්වීම සඳහා උපකාර කිරීම පිණිස විරෝධය දක්වන අයගේ ආගමික සම්ප්‍රදායයන් ම තිබෙන සම්පත්දායකයෙකුට ආරාධනා කිරීම පිළිබඳ සලකා බලන්න. ඔබට ප්‍රවේශ විය හැකි, ඔබගේ සංදර්භය තුළ මානව හිමිකම් වෙනුවෙන් කටයුතු කරන ආගමික සංවිධාන හෝ නායකයින් සිරින්නේද?

අවදානම තක්සේරු කිරීම පිණිස, ප්‍රශ්න අසන/විරෝධය දක්වන පුද්ගලයා වියට පෙළඹුණේ මන්ද යන්න, එනම්, ඔවුන් එසේ අසන්නේ තමන්ගේ ආගමට විශ්වාසවන්ත වන අතර ම මානව හිමිකම් වෙනුවෙන් ද ක්‍රියා කළ හැකිද යන්න දැනගැනීමට ඇති අවකාශ කුතුහලය නිසාද, නැත නොත් ඔවුන් සක්‍රීය ලෙස ම බෙදීම් ඇති කිරීමට උත්සාහ කරන්නේද යන්න සලකා බැලීම ද වැදගත් වේ?

ඔබ ඒ ගැන නොදන්නා බව පැවසීමෙහි සහ පාඨමාලාව පුරාවට කතා කරන මාතෘකා වලට ඔවුන්ගේ ආගම සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න සිතා බලන ලෙස යෝජනා කිරීමෙහි වරදක් නොමැති බව මතක තබා ගන්න.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දරමේ නිදහස සහ දේවධර්මය: ආගම් කිහිපයක් සඳහා සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතැනින් ලබා ගන්න.

විරෝධතාවය: මානව හිමිකම් යනු මිනිසා විසින් නිර්මාණය කළ දෙයක් වේ. අපි අනුගමනය කරන්නේ දෙවියන්ගේ කැමැත්ත සහ නීතියයි. අපේ ආගම අපට අවශ්‍ය පිළිතුරු සපයා දෙනවා - අපට මානව හිමිකම් අවශ්‍ය නොවේ!

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- මානව හිමිකම් මිනිසා විසින් නිර්මාණය කළ දෙයක්. එසේ වුවත්, මානව හිමිකම්වල අන්තර්ගතයන් මගින් මානව ගරුත්වය, යුක්තිය සහ වගකීම් සම්බන්ධයෙන් තමන්ගේ ආගම්වල ඇති මූලික ඉගැන්වීම් පොදුවේ පිළිබිඹුවන බව විශ්වාස කරන බොහෝ විද්වතුන්, නායකයින් සහ සාමාජිකයින් සෑම ආගමික සම්ප්‍රදායක ම සිටිති. සමකර්මට, අපි එකට එක්වී මානව හිමිකම් ගවේෂණය කරන විට අපේ ආගමික සම්ප්‍රදායන් සහ මානව හිමිකම් අතර පොදු දේවල් හඳුනා ගත හැකි වනු ඇත.
- මානව හිමිකම් මගින් ආගමික ඉගැන්වීම් වලට වඩා වෙනස් කාර්ය භාරයක් ඉටු කරයි. විවිධ ආගම් විශ්වාස කරන සහ කිසිදු ආගමක් විශ්වාස නොකරන පුද්ගලයින් එක්ව පවත් වන ලෝකයක, අපිට එකට එක් වී ගොඩනැගීමට අවශ්‍ය කරන්නේ කුමන ආකාරයේ සමාජයක්ද යන කරුණ පිළිබඳ කතා කිරීමට මානව හිමිකම් වලින් අපිට පොදු භාෂාවක් සපයා දෙයි. ආණ්ඩු ස්වකීය ක්‍රියාවන් සම්බන්ධයෙන් වගකියන බව සහතික කර ගැනීම සඳහා, එනම් ආණ්ඩු මානව ගරුත්වයට සහ යුක්තියට ගරු කරන බව සහතිකර ගැනීම සඳහා මානව හිමිකම් වලින් අපට නීතිමය රාමුවක් සපයා දෙනවා.
- ආගම් සහ විශ්වාස බොහෝ සංඛ්‍යාවක නියෝජිතයින් මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය කෙටුම්පත් කිරීමේ කාර්යයට සම්බන්ධ වූ අතර, එසේ සකස් කරන ලද කෙටුම්පත් එක්සත් ජාතීන්ගේ සංවිධානයේ සියලු සාමාජික රටවල් විසින් දැඩි ලෙස විවාද කරන ලදී. යෝජිත අයිතිවාසිකම් ආගමික සහ මානුෂීය වටිනාකම්වලට සම්බන්ධ වෙන්නේ කවර ආකාරයකටද යන කාරණය එම ඇතැම් විවාදවල මාතෘකාව විය. අයිතිවාසිකම් නිර්වචනය කිරීම සඳහා ආගම හෝ මතවාදය කුමක් වුවත් සියලු දෙනාට ම එකඟ විය හැකි - සත්‍ය ලෙස ම විශ්වීය වූ ප්‍රකාශනයක් සම්පාදනය කිරීම මෙහි අරමුණ විය.

විරෝධතාවය: මගේ ආගමට අනුව මානව හිමිකම් සහ/හෝ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිගත නොහැකි බැවින් මට මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කළ නොහැකියි.

පුද්ගලයින් එකඟ නොවන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව හෝ අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ ක්‍රම පිළිබඳව හෝ සාකච්ඡා කිරීමට යෑමෙන් සැසිය පහසුවෙන් ම මාතෘකාවෙන් බැහැර වීමට ඉඩ තිබේ. විරෝධතාවය දක්වන්නාට ගැටළුවක් වී ඇත්තේ කුමන විශේෂිත අයිතිවාසිකම දැයි විමසන්න. එම අයිතිවාසිකම ගැන එකඟතාවයකට ඒම මෙම පාඨමාලාවේ අරමුණු ඉටුකර ගැනීම සඳහා අත්‍යවශ්‍ය නොවන්නේ නම්, එකඟ විය හැකි අංශ ගැන නැවත අවධානය යොමු කරමින් එකඟ විය හැකි අංශ ක්‍රමයෙන් පුළුල් කිරීමට උත්සාහ කරන්න.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- විරෝධතාවය දක්වන තැනැත්තාගේ ආගමේ ඇති වටිනාකම් පිළිබිඹු වන මානව හිමිකම්/ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසෙහි අංශ කිසිවක් තිබේද යන්න සහ ඔවුන් නිරාකරණය කරනු දැකීමට කැමති මානව හිමිකම් ප්‍රශ්න කිසිවක් තිබේද යන්න විමසන්න. මෙම පාඨමාලාවේ අරමුණ සෑම දෙනා ම සෑම දෙයක් ගැන ම එකඟ කරවාගැනීම නොව, අප සියලු දෙනා වඩා ශක්තිමත් සමාජ පරිවර්තකයින් වී අපගේ ප්‍රජාව තුළ ඇති ප්‍රශ්න නිරාකරණය කර ගැනීම බව පවසන්න.
- අදාළ අයිතිය උල්ලංඝනය වූ විට එමගින් පුද්ගලයින්, කණ්ඩායම් සහ සමාජය මත ඇතිවන සැබෑ බලපෑම සඳහා උදහරණ ඉදිරිපත් කිරීමට උත්සාහ කරන්න. එසේ ඇතිවන හානිය, අපගේ ආගම්වල තිබිය යුතු මානව ගරුත්වය සහ ආදරය සම්බන්ධ පණිවුඩ වලට අදාළ වන්නේ කෙසේද?

- ඇතැම්විට, හිතී හරහා අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීම, ආචාරධර්ම සහ සඳුවාරය ප්‍රවර්ධනය කළ හැකි හොඳම ක්‍රමය නොවිය හැකිය.
- තමන් විරෝධතාවය දක්වන අයිතිවාසිකම සම්බන්ධයෙන් තමන්ගේ ආගමේ කියැවෙන්නේ මොනවා දැයි කණ්ඩායමෙන් අසන්න. එම අයිතිවාසිකම ක්‍රියාත්මක කරන අයට සිදු වන්නේ කුමක් දැයි අසන්න. මෙයට අදාළව ඇත්තේ ආගමික පාඨ හෝ අර්ථ නිරූපණ එකක් පමණද? මෙම අයිතියට මොන යම් ආකාරයකින් හෝ සහාය දැක්වෙන පාඨ, සාරධර්ම හෝ අර්ථ නිරූපණ තිබේද? කාලයත් සමග ඉගැන්වීම් වෙනස් වී තිබේද?
- එකම ආගමික ධනුතරයක් ඇති විවිධ රටවල් මානව හිමිකම් සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) හසුරුවන ආකාරය බොහෝ සෙයින් විවිධ වේ. මානව හිමිකම් පිළිබඳ හිතී සම්පාදනය කිරීමේ තනි මුස්ලිම්, බෞද්ධ හෝ ක්‍රිස්තියානි ක්‍රමයක් කියා දෙයක් නැත.

ඉගිය! මෙවැනි සාකච්ඡා මෙහෙයවීම සඳහා උපකාර කිරීමට සහ මගපෙන්වීමට මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් කැපවූ ආගමික නායකයෙකුට හෝ දේවධර්මධරයෙකුට ආරාධනා කළ හැක!

ප්‍රශ්නය: අනෙකුත් ආගම්වලට ද සමාන අයිතිවාසිකම් තිබෙන බව පිළිගැනීම මගින් සියලු ආගම් එක හා සමාන ලෙස සත්‍ය බව පිළිගැනෙනවා නොවේද? සියලු දෙනාට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) ලබා දීම වෙනුවෙන් කටයුතු කිරීම පිණිස මට එකම සත්‍ය ආගම මගේ ආගම ය යන වින්තනය වෙනස් කරගැනීමට සිදුවන්නේද?

විරෝධතාවය: අපේ ආගම අනෙක් ආගම්වලට වඩා උසස් ආගමක් වන විට අපි අනෙක් ආගම්වලට සමාන අයිතිවාසිකම් ලබා දිය යුත්තේ ඇයි?

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් එකම සත්‍ය මාර්ගය පෙන්වන්නේ ඔබේ ආගමෙන් පමණ ය යන විශ්වාසය දැරීමට ඔබට ඇති අයිතිය ආරක්ෂා කර දෙයි. විලෙසින් ම, එකම සත්‍ය ආගම හෝ විශ්වාසය වන්නේ තමන්ගේ ආගම හෝ විශ්වාසය යන විශ්වාසය දැරීමට අනෙක් පුද්ගලයින්ට ඇති අයිතිය ද ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ආරක්ෂා කර දෙයි. ආගම්වල හෝ විශ්වාසවල සත්‍යතාවය පිළිබඳ ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් තීන්දු දීම මානව හිමිකම් වල හෝ ජාත්‍යන්තර නීතියෙහි කාර්යයක් නොවේ. මානව හිමිකම් මගින් මානව ගරුත්වයේ ආචාරධර්ම මත පදනම්ව මනුෂ්‍යයින් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනු ලැබේ. මානව හිමිකම් මගින් අපි ගෞරවයෙන් සහ ගරුත්වයෙන් යුතුව එකිනෙකාට සැලකිය යුත්තේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ අවම ප්‍රමිතීන් ඇතිකිරීම තුළින් අපගේ සියලු වෙනස්කම් තිබියදී අපිට එකට එක්ව ජීවත්වීමට හැකි සුරක්ෂිත අවකාශයක් නිර්මාණය කර දෙයි.
- බොහොමයක් ආගම්වල මානව ගරුත්වයෙහි ඇති වැදගත්කම අවධාරණය කර ඇති අතර, අපි අන් අයට සැලකිය යුත්තේ අප සැලකුම් ලබන්නට කැමති ආකාරයෙන් ය යන ස්වර්ණමය රීතියෙහි යම් අනුවාදයක් ඇතුළත් වේ. තමන්ගේ ආගම්වල ස්වර්ණමය රීතියක් තිබේ දැයි සහනාභිවන්තන්ගෙන් අසා, ඒ සම්බන්ධ ඉගැන්වීම් කණ්ඩායම සමග බෙදා ගන්නා ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. මිනිසුන්ට සමාන අයිතිවාසිකම් නොමැති නම්, එම ස්වර්ණමය නීතිය මගින් අපේක්ෂා කරන පරිදි පිටත් විය හැකි දැයි ඔවුන් ගෙන් විමසන්න.
- මානව හිමිකම්වල අවම ප්‍රමිතීන්ට අනුව මිනිසුන් සියලු දෙනාට සමානව සැලකීම යන්නෙන් අපි ඔවුන්ගේ විශ්වාස පිළිගන්නා බවක් අදහස් නොවේ. වෙනස්කොට සැලකීමට, ප්‍රවණ්ඩත්වයට හෝ අයිතිවාසිකම් ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට යොමු නොවී අපිට මිනිසුන්ගේ විශ්වාසවලට මූලික වශයෙන් එකඟ නොවී සිටීමට හැකිය. ආගම ඇදහීමට ඇති අයිතිය සීමා කළ හැක්කේ එම ඇදහීම තුළින් අනෙක් පුද්ගලයින්ගේ අයිතිවාසිකම්, නිදහස සහ මහජන සෞඛ්‍යය යනාදියට තර්ජනයක් ඇතිවන්නේ නම් පමණි.
- අපි බුක්ති විඳීමට කැමති, එහෙත් අන් අයට ලබා නොදිය යුතු යැයි අපි සිතන අයිතිවාසිකම් තිබෙනවාද? අපි අන් අයට එම අයිතිවාසිකම් ලබා නොදෙනවා නම්, යම් කාලයකදී අපටත් රජය එම අයිතිවාසිකම් අහිමි කළාට කම් නැතැයි නොසිතනු ඇතැයි අපිට සහතික කරගත හැකිද? සියලු දෙනාට ම අයිතිවාසිකම් නැති නැත, කිසිවෙකුට අයිතිවාසිකම් නොතිබෙනු ඇත. එවන් තත්වයක් යටතේ අපට ඇත්තේ රජයෙන් අපට තාවකාලිකව ලබා දුන් හිතීමය වරප්‍රසාද පමණක් වන අතර රජයේ අරමුණු වලට අවශ්‍යවන පරිදි ඕනෑම අවස්ථාවක එම වරප්‍රසාද ඉවත් කරනු ලැබිය හැක.
- අනෙක් රටවල සුළුතර කණ්ඩායම් ලෙස ජීවත්වන, අපේ ආගමට අයත් අයව ආරක්ෂා කරදෙන්නේ මානව හිමිකම් මගින් ය. අපේ රටේ දී අයිතිවාසිකම් හිමිවන්නේ අපේ රටේ ධනුතරයට ය කියා අපි කියන්නේ නම්, ඉන් ගම්‍ය වන්නේ අනෙක් ප්‍රාන්තවල/රටවල ධනුතර කණ්ඩායමට එහි සිටින අපේ ආගමට අයත් සුළුතර කණ්ඩායම්වල අයිතිවාසිකම් අහිමි කිරීමේ වරදක් නැති බව ය.

නේමාව: නිදහස සහ පාලනය

ප්‍රශ්නය: ඒ අය ආගම අදහස්වනේ අපේ සංස්කෘතියට ගැලපෙන ආකාරයට නොවේ. ඒ ආගමේ හැමදෙනා ම ඒ ආකාරයට ම එම ආගම අදහස්වනේ නැත. එයින් අදහස් වෙන්නේ පැහැදිලිව ම ඒ ආගමක වාර්තෘ අත්‍යවශ්‍ය දේ නොවන බවයි. අත්‍යවශ්‍ය නැති දෙයක් නම් අපිට එය තහනම් කිරීමට හැකි විය යුතුයි.

ප්‍රශ්නය: ආගමක් පිළිපැදිය යුත්තේ යම් ආකාරයකට ය යනුවෙන් ආගමික නායකයින් ප්‍රකාශ කරන්නේ නම්, එම ආගමික වාර්තෘ වෙනස් ආකාරයකට පිළිපැදීමට අපි මිනිසුන්ට ඉඩ දිය යුත්තේ ඇයි?

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- තමන්ගේ ආගමික පිළිවෙත් පිළිපැදීම සඳහා ඉඩදෙනු ලැබීමට ඒවා තමන්ගේ ආගමේ අත්‍යවශ්‍ය පිළිවෙත් යැයි මිනිසුන් විසින් ඔප්පු කරනු ලැබීමට අවශ්‍ය නොවේ. අපට නිදහස තිබිය යුතුයි. ආගම ඇදහීම සඳහා අපට ඇති නිදහස සීමා කරන්නට අවශ්‍ය නම් රජය යෝජනා කරන විවර්ධී සීමා කිරීමක් අවශ්‍ය කරන බව, උදහරණ ලෙස මහජන සෞඛ්‍යය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා හෝ අන්‍යයින්ගේ අයිතීන් සහ නිදහස ආරක්ෂා කිරීම සඳහා එය අවශ්‍ය බව ඔප්පු කර පෙන්විය යුතුයි. නිදහස වෙනුවට අත්‍යවශ්‍ය සීමාකිරීම් පැනවීම ප්‍රතිවිරෝධීය සහ සමාජ නොඉවසුම් තත්වයන් ඇතිකිරීමට හේතු වන අතර, එමඟින් රජයට පමණ ඉක්මවූ සහ අත්තනෝමතික බලයක් ලබා දෙමින් සමාජය ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයෙන් දුරස් වෙමින් ඒකාධිපතිවාදය කරා ළඟා වෙයි.
- ඔබට වෙනත් රටකට පලා යාමට සිදු වූයේ යැයි සිතන්න. එවිට එම සමාජය ඔබ කැමති ආකාරයෙන් ඔබේ ආගම පිළිපැදීමට ඔබට ඇති අයිතිය ප්‍රතික්ෂේප කළහොත් හෝ ඔබේ හෘදය සාක්ෂියට පටහැනි ආකාරයෙන් ආගම පිළිපැදීමට ඔබට බල කරනු ලැබුව හොත් එය ඔබට හැඟෙන්නේ කෙසේද?
- ආගම් තුළ අන්‍යන්තර වශයෙන් විශාල විවිධත්වයන් තිබෙනවා. ඕනෑම ආගමක් තුළ එම ආගමට අයත් පිළිවෙත් සිදු කරන විවිධ ක්‍රම තිබෙන අතර, එම ආගම විශ්වාස කරන සියලු දෙනා විසින් ම පිළිගනු ලබන තනි අධිකාරයක් තිබෙන්නේ ඉතා කලාතුරකිනි. සංවරණය සිසුයෙන් ඉහළ යමින් පවතින වත්මන් ලෝකය තුළ, එකම දේ විවිධ ආකාරයෙන් සිදු කරන මිනිසුන් එකට එක්ව ජීවත් වෙති.

නේමාව: අමනාපය සහ සමගිය

ප්‍රශ්නය: සිත් රිදවීමෙන් ආරක්ෂාවීම සඳහා අයිතිවාසිකමක් තිබේද?

විරෝධතාවය: සුළුතර කණ්ඩායම්වලට/ නිදහස් මතධාරීන්ට නිදහසේ තමන්ගේ ආගම් ගැන කථා කිරීමට/ආගම් පිළිපැදීමට ඉඩ දීම මගින් අපගේ සාරධර්ම සහ සමාජ ඒකාබද්ධතාවය දුර්වල වීමේ අවදානමක් ඇති වෙයි.

විරෝධතාවය: කිසිවෙක් අන් අයගේ ආගමික හැඳුම් සිත් අමනාපයට ලක්කරන ආකාරයෙන් කටයුතු නොකළ යුතුයි. එම නිසා අපි අපහාසය සහ සිත් රිදවන ආකාරයේ අනෙකුත් ප්‍රකාශ සහ හැසිරීම් තහනම් කළ යුතුයි. සමගිය පවත්වා ගනිමින් පුප්‍රියත්වය ආරක්ෂා කරගත හැක්කේ ඒ ආකාරයෙනි.

විරෝධතාවය: අපේ ආගම සෘණාත්මක ආකාරයෙන් නිරූපණය කර පෙන්වනු ලැබීමෙන් අපි ආරක්ෂා විය යුතුයි - එය වෙනස්කොට සලකනු ලැබීමක් වේ.

ලබා දිය හැකි ප්‍රතිචාර:

- ජාත්‍යන්තර නීතියට අනුව, යම් ආගමික වාර්තෘයක් මගින් අන් අයගේ අයිතිවාසිකම් වලට සහ නිදහසට හානියක් නොවන්නේ නම්, නිදහසේ එම ආගම විශ්වාස කිරීමට, පිළිපැදීමට සහ ප්‍රකට කිරීමට සෑම අයෙකුටම අයිතිය ඇත. ජාත්‍යන්තර නීතිය අපි විකඟ නොවන දේ දකින්නට හෝ අසන්නට සිදු වීමෙන්, හෝ අපි අගය කරන දේ විග්‍රහයට ලක්වීමෙන් අපව ආරක්ෂා නොකරයි. සිත් රිදවනු ලැබීමෙන් ආරක්ෂා වීමේ මානව හිමිකමක් නැත.
- සමාජ සංහිඳියාව ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා සිත් අමනාප කරවන ප්‍රකාශ සහ හැසිරීම් තහනම් කිරීම තර්කානුකූල හා සදාචාරාත්මක යැයි පෙනෙන්නට පුළුවන. කෙසේ වෙතත්, සිත් අමනාප කරවන දේ මොනවා දැයි නිර්වචනය කළ නොහැකිය - ඇතැම් අය හුදෙක් තමන්ගේ අදහස හැර වෙනත් අදහස් ද පවතින්නේය යන කරුණ නිසා ම අමනාපයට පත් වෙති. ජාත්‍යන්තර නීතියට අනුව, තහනම් කළ යුතු ප්‍රකාශ වන්නේ වෛරය සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය අවුස්සන වෛරී ප්‍රකාශයි. අපහාසය, ආගම අත්හැරීම සහ 'සමාජ සංහිඳියාව ආරක්ෂා කිරීම' පිළිබඳ නීති සාමාන්‍යයෙන් මෙයට වඩා බොහෝ පුළුල් ය. ඒවා බොහෝ විට:
 - නීති විරෝධී වන්නේ කුමක් දැයි දැනගැනීමට දුෂ්කර කරවන තරමට නොපැහැදිලි ය.
 - අමනාපය යන්න බහුතරයගේ දෘෂ්ටි කෝණයකින් නිර්වචනය කරයි (න්‍යායාත්මකව නොවේ නම් ප්‍රායෝගිකව).
 - වැරදි ලෙස යොදා ගනු ලැබීමට සහ ව්‍යාජ වෝදනා කිරීම්වලට විවෘත විය හැක - තමන් යමක් නොකී බව ඔප්පුකර පෙන්වීම දුෂ්කර ය.

- සාමකාමී ලෙස බහුතරය අකමැති අදහස් ප්‍රකාශ කරන අයට දඬුවම් කළ යුතුය යන අදහසට සහාය දක්වමින් ප්‍රචණ්ඩත්වය දිරිගන්වයි.
- සාමකාමීව තම විශ්වාස ප්‍රකාශ කරන පුද්ගලයින් සමාජ ආතතීන් ඇති කරන්නේ යැයි දෝස් පවරනු ලැබීමට ලක් වෙයි. සාමකාමී ප්‍රකාශවලට වෛරයෙන් හා ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් ප්‍රතිචාර දක්වන පුද්ගලයින් එහි වගකීම ගත යුතු වේ.

- පුජනීය බව ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ආගමි සහ ආගමික ආයතන උපහාසයට ලක් කිරීම හෝ විවේචනය කිරීම තහනම් කිරීම නිවැරදි යැයි පෙනෙන්නට පුළුවන. කෙසේ වෙතත්, ආගමික ආයතන වඩාත් ශක්තිමත් හා විශ්වාසනීය කිරීමට බාහිර හා අභ්‍යන්තර විවේචන වැදගත් කාර්ය භාරයක් ඉටු කරයි. ආගමික ආයතනවල කාර්ය මණ්ඩලවල සේවය කිරීම සඳහා යොදවන්නේ මිනිසුන් වන අතර, එම මිනිසුන් සමහර විට වැරදියට කටයුතු කරති. ගැටලු සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කළ හැකි වන්නේ ඒවා ගැන නොබියව කථා කළ හැකි විට පමණි. ආගමික ආයතන තුළ ළමා අපයෝජන සිදුවීම් පිළිබඳ මෑත කාලයේ ඇති වූ අපවාද මෙම නිදහසේ වැදගත්කම විදහා පෙන්වයි.
- සුළුතර කණ්ඩායම් සහ නිදහස් චින්තකයින් ඔවුන්ගේ විශ්වාස සහ අනන්‍යතාවයන් පිළිබඳ හිතඬුව සිටීම මත ගොඩනැගෙන 'සමගිය' බහුතරය විසින් පමණක් අත්විඳින සමගියක ව්‍යාපයක් විය හැකිද? සමගිය සහ සහජීවනය පවතින බව බහුතරයට පමණක් හැඟෙන්නේ නම්, අපිට දිගු කාලීනව ස්ථාවර හා සාමකාමී සමාජයක් නිර්මාණය කර ගත හැකි වේද?
- සිත් අමනාප කරනු ලැබීමෙන් පුද්ගලයින්ව ආරක්ෂා කරන මානව හිමිකමක් නැත. ඇත්ත වශයෙන් ම, විවේචන හා විවිධ වූ ද, එකිනෙකට පටහැනි වූ ද අදහස් විචාරය සහ ඉවසීම සෞඛ්‍ය සම්පන්න සමාජයකට අත්‍යවශ්‍ය දෙයකි. කෙසේ වෙතත්, රජය, මාධ්‍ය සහ/හෝ බහුතර ප්‍රජාවන් ක්‍රමිකව සුළුතර ආගමික කණ්ඩායම් සෘණාත්මක සහ විදිරිවාදි ආකාරයෙන් නිරූපණය කිරීමෙහි නියැලී සිටින්නේ නම්, විවිධ සිදුවන්නේ එම ආගම අදහන අයට විරුද්ධව වෙනස්කොට සැලකීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය සිදුවීමයි. එමෙන් ම, සිදු කරනු ලබන තනි ප්‍රකාශ සැලකිල්ලට ගත් විට ඒවා වෛර ප්‍රකාශ හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වය අවුල්වාලීම් නොවූව ද, අවසානයේ සිදුවන්නේ එයම යි. මානව හිමිකම් සඳහා ගරුත්වය දැක්වීම සහ සමාජ ස්ථාවරත්වය රඳා පවතින්නේ රජය සහ මාධ්‍ය ආචාර ධර්මානුකූලව සහ අපක්ෂපාතීව හැසිරීම මත ය. දේශපාලනය, මාධ්‍ය සහ මහජන කතිකාවත් තුළ ආචාර ධර්ම ප්‍රවර්ධනය කිරීමට කටයුතු කිරීම සහ වෛර ප්‍රකාශ හා කුපිත කරවීම් සම්බන්ධයෙන් නොපමාව ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම මෙහිදී අතිශය වැදගත් වේ.

ප්‍රතිපෝෂණය සහ අනුමැතීන්

ඔබේ සමාජ පරිවර්තන කථා අපට කියන්න, ඔබේ අදහස් හා යෝජනා අප සමග බෙද ගන්න!
ඔබ මෙම සම්පත් භාවිතා කරන ආකාරය සහ පරිවර්තනය සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගන්නා පුද්ගලයින්ට මෙම සම්පත් දියක වූයේද සහ ඒ කෙසේද යන විස්තර ඔබෙන් දැන ගැනීමට අපි කැමැත්තෙමු. සාර්ථක වූයේ කුමක්ද? අපි වැඩිදියුණු කළ යුත්තේ මොනවාද?



ඔබගේ ප්‍රතිපෝෂණය සහ කතා මෙතැනින් අප සමග බෙදාගන්න:
www.forb-learning.org/changemakers-your-experiences

මෙම සම්පත් භාවිතා කිරීමට පෙර මම ඒ සඳහා කාගෙන් හෝ අවසර ගැනීමක් හෝ දැනුම්දීමක් කළ යුතු ද?

හැක. මෙම පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශයෙහි අන්තර්ගතය සහ මේ සමග සපයා දෙනු ලබන සියලු ම සම්පත් ඕනෑම අයෙකුට නොමිලයේ ලබාගෙන, උචිත පරිදි හැඩගස්වා ගෙන භාවිතා කිරීමටත්, ඒ හරහා අන් අය දැනුවත් කිරීමට සහ සියලු දෙනාට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස ප්‍රවර්ධනය කිරීමටත් හැකියාව ඇත.

මෙම සම්පත් භාවිතා කිරීමේදී සහනභාගිවන්නන්ට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ ඉගෙනුම් වේදිකාව පිළිබඳව සඳහන් කරමින් මෙම සම්පත් වීම වේදිකාවෙන් ලබාගත් බව පැවසීමටත්, ඒ පිළිබඳ වැඩිදුර තොරතුරු, ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය සහ මාර්ගගත පාඨමාලා සඳහා www.forb-learning.org, වෙබ් අඩවියට පිවිසෙන ලෙස ඉල්ලා සිටීමටත් කාරුණික වන්න.

මෙම මාර්ගෝපදේශ වල ඇති යම් යම් අභ්‍යන්තර උපුටා ගෙන ඒවා වෙනත් ප්‍රකාශනවලට ඇතුළත් කිරීමට මම අවසර ලබා ගත යුතුද?

හැක. ඔබට මෙම අභ්‍යන්තර පාඨ, විවෘතයෙහි අනුවාද, හෝ වෙනත් භාෂාවලින් ඇති පරිවර්තන වෙනත් ප්‍රකාශනවලට ඇතුළත් කළ හැක. එහෙත් ඔබ අවසරයකින් තොරව රූපසටහන් භාවිතා නොකළ යුතුය. පාඨ යොදා ගැනීමේ දී, FORB Learning Platform (ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාවෙන්) නම සඳහන් කර පහත සඳහන් ආකාරයට එහි මූලාශ්‍රයට සම්බන්ධ කළ හැක:

මූලාශ්‍රය: ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව. <https://www.forb-learning.org/si/changemakers/>

ඔබගේ ප්‍රකාශන පිළිබඳ දැනගැනීමට අපි කැමැත්තෙමු! ඒ පිළිබඳ තොරතුරු බෙදාදීමට ගැනීමට කරුණාකර [ප්‍රතිපෝෂණ ආකෘති පත්‍රය](mailto:info@forb-learning.org) සම්පූර්ණ කරන්න.

මෙම පහසුම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශය සහ ඒ සමග ඇති සම්පත් මට මාගේ භාෂාවට පරිවර්තනය කළ හැකිද?

ඉංග්‍රීසි භාෂාව කථා නොකරන අයට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ ඉගෙනුම් සම්පත් භාවිතා කළ හැකි කරවීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව අපි විශ්වාස කරන්නෙමු. මෙහි අන්තර්ගතයෙහි කොටස් පරිවර්තනය කර භාවිතා කිරීමට ඔබට හිදුනස ඇත. ඔබ මෙම පාඨමාලාව සහ පහසුකම් සලසන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශය සම්පූර්ණයෙන් ම පරිවර්තනය කිරීමට අදහස් කරන්නේ නම් පහත සඳහන් ඊමේල් ලිපිනය හරහා ඒ බව අපට දැනුම් දෙන්න. info@forb-learning.org

ප්‍රකාශන හිමිකම

මෙම ප්‍රකාශනයෙහි අන්තර්ගතය ක්‍රියේටිව් කොමන්ස් (Creative Commons Copyright CC-BY-SA) ප්‍රකාශන හිමිකම යටතේ ආරක්ෂා කර ඇත. ඔබ මූලාශ්‍රය ලෙස ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාවෙන් නම පැහැදිලිව සඳහන් කරන්නේ නම්, සහ එම ප්‍රකාශන හිමිකමෙහි ම කොන්දේසි වලට අනුව ඔබ අනුවර්තනය කර ගත් අනුවාද අප සමග බෙදා ගන්නේ නම් මෙම සම්පත් අනුවර්තනය කර ගෙන භාවිතා කිරීමට ඔබට හිදුනස තිබෙන බව විසින් අදහස් වෙයි.

රූපසටහන් සහ පහසුකම් සලසන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශය සහ 'නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත' කතාවේ ඇති පාඨය මෙන් ම රූපසටහන් ද ප්‍රකාශන හිමිකම මගින් ආරක්ෂා කර ඇති බැවින් අවසර හැකිව පළකිරීම හෝ උපුටා ගැනීම නොකළ යුතුය. අවසර ගැනීම සඳහා අපව සම්බන්ධ කර ගන්න.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාවට (FORB Learning Platform) රුකුල් දෙන ජාලය වන NORFORB සංවිධානය වෙනුවෙන් SMC Faith in Development, 2021 විසින් මෙහි සියලු ම ප්‍රකාශන හිමිකම් දරයි.

'ආ' කොටස



පාඨමාලා ද්‍රව්‍ය

සැසි අංක 1-5



1 වැනි කොටස: අපගේ ගමන් මල සුදානම් කර ගැනීම

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාවේ අරමුණ වන්නේ සහකාරිවත්තන්ව ඔවුන්ගේ ප්‍රජාවන් තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස පිළිබඳ සමාජ පරිවර්තකයින් බවට පත්වීමට පෙරසුදානම් කිරීමයි. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස සඳහා පරිවර්තනයක් ඇතිකිරීමේ ක්‍රියාවලිය දීර්ඝ හා ඇතැම් විට දුෂ්කර ගමනක් වේ. එම නිසා පෙරසුදානම්ව සිටීම ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත!

පාඨමාලාවේ 1 වැනි කොටස මගින් අපගේ මනස සහ හදවත පරිවර්තනය කරා යන ගමනට සුදානම් කරනු පිණිස 'අපගේ ගමන් මළ සුදානම් කර ගැනීම' කෙරෙහි - එනම් අවශ්‍ය දැනුම හා ආකල්ප වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි - අවධානය යොමු කරනු ලැබේ. එමගින් පාඨමාලාවට සහකාරිවත්තන්ව මානව හිමිකම් සහ විශේෂයෙන් ම ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ ආකල්ප ගවේෂණය කර බැලීමටත්, ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයන්ට වඩා වෙනස් අනන්‍යතා සහිත පුද්ගලයින් සම්බන්ධයෙන් ඔවුන් තුළ ඇති ආකල්ප ගැන සිතා බැලීමටත් අවස්ථාව ලබා දෙයි. එමෙන්ම, පවත්නා පසුබිම කුමක් දැයි විශ්ලේෂණය කිරීමේ කුසලතා ද එමගින් සපයා දෙයි.

1-5 දක්වා සැසි තුළ, කලින් සැසියේ දැනුම සහ ආවර්ජන මත පදනම් වෙමින් නව දැනුම ගොඩනගන්නා වූ ක්‍රියාවලියක් නිර්මාණය කරයි.

- 1 වැනි සැසිය මගින් පොදුවේ මානව හිමිකම් හඳුන්වා දෙයි.
- 2 වැනි සැසිය මගින් විශේෂයෙන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස හඳුන්වා දෙයි.
- 3 වැනි සැසිය මගින් අපගේ අනන්‍යතා සහ වරප්‍රසාද හා අවාසි යන කරුණු ගවේෂණය කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි.
- 4 වැනි සැසිය මගින් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනයවීම් ගවේෂණය කර, සහකාරිවත්තන්ව උල්ලංඝනයවීම් හඳුනා ගැනීම ප්‍රගුණ කිරීමේ හැකියාව ලබා දෙයි.
- 5 වැනි සැසිය මගින් සහකාරිවත්තන්ව තම ප්‍රජාවන් තුළ ඇති ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස සම්බන්ධ ගැටළු හඳුනා ගනිමින්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස පිළිබඳ තමන්ගේ ම පසුබිම් විශ්ලේෂණ සකස් කර ගැනීමට හැකියාව ලබා දෙයි.

මෙම සැසිවලින් ලබා ගන්නා දැනුම සහ ආවර්ජනයන් අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම කරා යන ගමන සැලසුම් කිරීම කෙරෙහි - එනම් මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා සහ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා අපට භාවිතා කළ හැකි උපක්‍රම පිළිබඳව - අවධානය යොමු කෙරෙන මෙම පාඨමාලාවේ 2 වැනි කොටස සඳහා වැදගත් පදනමක් සපයා දෙයි. 1 වැනි කොටසේ 5 වැනි සැසියේ දී සකස් කරනු ලබන පසුබිම් විශ්ලේෂණය, 2 වැනි කොටසේ සියලු සැසිවලදී යොමුවක් ලෙස භාවිතා කරනු ලැබේ.

1 වැනි සැසිය

මානව අවශ්‍යතා - මානව හිමිකම් - මානව වගකීම්

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

බොහෝ පසුබිම් තුළ දී මිනිසුන් මානව හිමිකම් යන්න ව්‍යුහගතව පිටිතයෙන් බොහෝ සෙයින් වෙනස් වූ, දේශීය සංස්කෘතීන්ට සම්බන්ධයක් නැති දෙයක්, හෝ බටහිර නව යටත් විජිත න්‍යාය පත්‍රයක කොටසක් ලෙස දකිති. අවාසනාවකට මෙන්, මානව හිමිකම් පිළිබඳ මෙවැනි අසුභවාදී හැඟීම් මිනිසුන්ට තම ප්‍රජාවන්ගේ පිටිතය යහපත් කර ගැනීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි ප්‍රයෝජනවත් මෙවලමක් මග හැරීමට හේතු වී තිබේ. ජාත්‍යන්තර සහ ජාතික නීතියට අනුව තමන්ට සහ අනෙක් අයට තිබිය යුතු අයිතිවාසිකම් ගැන මිනිසුන් නොදන්නේ නම්, කිසිම අභියෝගයට ලක් නොවී ඉදිරියට පැවැත්මට මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයකිරීම් වලට පහසු වේ.

ඉගිය! සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණයේදී ඔබට සැසියේ ඉගෙනීම් අරමුණු, අන්තර්ගතය හා ඒවාට වෙන්කරන කාලය, සහ ඒවාට අවශ්‍ය සම්පත් හා පෙරසූදානම් කර ගත යුතු කටයුතු ලැයිස්තුවක් දැක ගත හැකිය.

මෙම සැසිය කොටස් දෙකකින් සමන්විත වේ:

1 වැනි කොටස: හැඳින්වීම්

පාඨමාලා ව්‍යුහය සහ අරමුණු පිළිබඳ හැඳින්වීමක් මෙයට ඇතුළත් වන අතර මෙහිදී සහභාගිවන්නන්ට එකිනෙකාට දැන හඳුනා ගැනීමට අවස්ථාව උදා වේ. සාකච්ඡා සඳහා පදනම් වන මූලික නීති පිළිබඳ කතාබහක් ද වියට ඇතුළත් වේ. විශ්වාසය පිළිබඳ ගැටළු තිබිය හැකි හෝ මාතෘකාව සංවේදී විය හැකි කණ්ඩායම් වලදී මෙය විශේෂයෙන් ම වැදගත් වේ.

2 වැනි කොටස: මානව අවශ්‍යතා - මානව හිමිකම් - මානව වගකීම්

තම පිටිත හා ප්‍රජාවන් තුළ තමන් අත්විඳින අවශ්‍යතා සමග අයිතිවාසිකම් සම්බන්ධ කරමින් සහභාගිවන්නන් තුළ මානව හිමිකම් පිළිබඳව දැනුම ගොඩනැගීම සහ මානව හිමිකම් අගය කිරීම මෙම කොටසෙහි අරමුණ වේ. මෙය ඉදිරි සියලු සැසි සඳහා වැදගත් පදනමක් සපයයි.



ඉගෙනීම් අරමුණු

මෙම සැසියේදී තමන්ගේ මානව හිමිකම් පිළිබඳව සහභාගිවන්නන් සතු දැනුම සහ මානව හිමිකම් පිළිබඳ ධනාත්මක ආකල්ප වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.

මෙම සැසිය අවසානයේදී සහභාගිවන්නන්ට:

- තමන්ගේ දෛනික පිටිතයට වැදගත් වන මානව හිමිකම් අවම වශයෙන් 6 ක් ලැයිස්තුගත කිරීමට සහ තම ප්‍රජාව තුළ උල්ලංඝනය වන අයිතිවාසිකම් අවම වශයෙන් එකක් හම් කිරීමට හැකි වේ.
- මානව හිමිකම් තමන්ගේ ව්‍යුහගතව පිටිතයට වැදගත් වන බව සහ අදාළ වන බවත්, මානව හිමිකම් වලට ගරු කරන හා මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කෙරෙන සමාජයක් ගොඩනැගීම සඳහා සෑම කෙනෙකුටම කාර්ය භාරයක් ඉටු කළ හැකි බවත් ප්‍රකාශ කිරීමට හැකි වේ.

ඉගිය! මානව හිමිකම් පිළිබඳ සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලබා දීමට ඔබට මග පෙන්වන උපදෙස් 21-28 වැනි පිටුවල දී ඇත.

සටහන

මෙම ඉගෙනීම් අරමුණු ඉදිරිපත් කර ඇත්තේ මෙම ක්‍රියාවලිය කෙතරම් හොඳින් සිදු වන්නේ දැයි තක්සේරු කිරීමටත්, සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම, ආකල්ප සහ කුසලතාවලට අදාළව ප්‍රගතියක් අපේක්ෂා කළ හැකි අංශ මොනවා දැයි පෙන්නුම් කිරීමටත් පහසුකම් සලසන්නන් ලෙස ඔබට ප්‍රයෝජනවත් වීම සඳහා ය. ඒවා සහභාගිවන්නන් සඳහා වන තොරතුරු යැයි අදහස් නොකෙරේ - ඒවා ඔවුන් විසින් 'සාක්ෂාත් කර ගනු' ඇතැයි අපේක්ෂා කරන දේවල් ලැයිස්තුවක් නොවේ. මිනෂම සැසියක ඉගෙනීම් අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම සහභාගිවන්නන්ගේ ආරම්භක තත්වයන් මත, උදාහරණයක් ලෙස මානව හිමිකම් පිළිබඳ ඔවුන් තුළ පවත්නා ආකල්ප, මත රඳා පවතියි. අරමුණු කරා යාම තනි සැසියකදී සාක්ෂාත් කර ගැනීමට වඩා පාඨමාලාව තුළදී ක්‍රමයෙන් සිදු වන දෙයක් වනු ඇත.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම

පිළිගැනීමක්, සහභාගිවන්නන් හඳුන්වාදීම්, පාඨමාලාව පිළිබඳ ඉදිරිපත් කිරීමක් සහ මූලික හිඟ පිළිබඳ අභ්‍යාසයක්.

මි. 30

පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: 'ජීවිත සුපය'

සුප් භාජනයක ඇති අමුද්‍රව්‍යවල සංකල්ප රූපය භාවිතා කරමින් මානව අවශ්‍යතා මොනවාද යන්න ගවේෂණය කරයි.

මි. 35

ඇවිදීමක් කවා කරමු අභ්‍යාසය: මානව හිමිකම් ගැලරිය

සහභාගිවන්නන්ට මානව අවශ්‍යතා සහ මානව හිමිකම් අතර සම්බන්ධතා ඇති කර ගැනීමට උපකාරී වේ.

මි. 25

ඉදිරිපත් කිරීම: මානව අවශ්‍යතා - මානව හිමිකම් - මානව වගකීම්

ප්‍රධාන හිඟ සුම්, රාජ්‍යයන්ගේ වගකීම් සහ අයිතිවාසිකම් යථාර්ථයක් බවට පත්කර ගැනීමේදී සාමාන්‍ය ජනතාවට කළ හැකි කාර්ය භාරය අවධාරණය කරමින් මානව හිමිකම් පිළිබඳ හැඳින්වීමක්.

මි. 15

අවසන් කිරීමේ සාකච්ඡාව

සහභාගිවන්නන්ට ඉගෙනගත් කරුණු ආවර්ජනය කිරීමට අවස්ථාව ලබා දෙමින් එම කරුණු සාරාංශ කරයි.

මි. 15

මුළු කාලය

පැය 2

සූදානම් වෙන්හ

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සුදුනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සුදුනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වා ගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්.....

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත්වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- කුඩා කුඩයක්.
- කුඩා කඩදාසි කැබලි.
- 'ජීවිත සුපය' යනුවෙන් ලේබල් කරන ලද සුප් බඳුනක් (ඔබේ සංස්කෘතිය තුළ සාමාන්‍යයෙන් පවතින ඕනෑම ආකාරයක)
- 'මිනිස් අවශ්‍යතා' කාඩ්පත් වලින් එක් මුද්‍රිත පිටපතක් - කල්තියා කපා වෙන් කර ගන්න.
- 'මානව හිමිකම් ගැලරිය' පෝස්ටර් වලින් එක් මුද්‍රිත පිටපතක්
- ඔබ 'ඔබ සිතමින් සිටින්නේ කුමක් ගැනද?' නැමති අමතර අභ්‍යාසය සිදු කරන්නේ නම් ඔබට එක් එක් සහභාගිවන්නා සඳහා ගල් කැට හෝ කාසි හෝ කඩදාසි කැබලි 10 ක් බැගින් අවශ්‍ය වේ.



මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.



අමතර විකල්පය: ඔබගේ ආන්ම විශ්වාසය ගොඩනගා ගන්න!

මේ සඳහා පෙරසුදුනම් වීමේ කොටසක් ලෙස, මානව හිමිකම් පිළිබඳ වැඩිදුර දැන ගැනීමට මේ කෙටි විභූෂණයට නරඹන්න. ඔබගේ විශ්වාසය සහ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සැපයීමේ හැකියාව ගොඩනැගීමට මෙය උපකාරී වනු ඇත. නමුත් මේ ගැන කරදර විය යුතු නැත, මෙය නැරඹීම අත්‍යවශ්‍ය නොවේ! පහසුකම් සලසන්නෙකු ලෙස ඔබගේ කාර්යභාරය වන්නේ විෂයය පිළිබඳ විශේෂඥයෙකු වීම නොව අනන්‍යතා ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියකට නායකත්වය දෙන පුද්ගලයා වීමයි.

කාමරය සුදානම් කරන්න

මෙම සැසිය සඳහා ඉදිරිපසට මුහුණලා අර්ධ වෘත්තාකාර හැඩයකට පුටු තැබීම හොඳ අදහසක් වේ. කණ්ඩායමට කාමරය තුළ හිඳහසේ සැරසැරීමට හැකි විය යුතු ය. මේස නොමැති විශාල කාමරයක් මේ සඳහා උපකාරී වේ!



විභූෂණ



'ජීවිත සුපය'

“‘ජීවිත සුපය’ සහ ‘මානව හිමිකම් ගැලරිය’ යන අන්‍යාස යථාර්ථය නිරූපණය කරන ඒවා විය. ඇතැම් සහභාගිවූවන් මානව හිමිකම් යනු තමන්ගේ විදිනෙදා ජීවිතයේ යම් දෙයක් බව අවබෝධ කර ගත්තේ ප්‍රථම වතාවට යි. ඔවුන්ට තිබෙන්නේ යැයි ඔවුන් කිසි දිනෙක නොදැන සිටි මානව හිමිකම් පිළිබඳව ඔවුන්ට දැන ගත හැකි විය”.

උකොහා න්ග්වොඩියා, පහසුකම් සලසන්නා, නයිජීරියාව

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1 වැනි කොටස: හැඳින්වීම් මි. 30

මෙය පළමු වැනි සැසිය බැවින් කණ්ඩායම තුළ බැඳීම් ඇති කර ගැනීමට උපකාර කිරීම, මූලික හීනි සකසා ගැනීම සහ පාඨමාලාවේ අරමුණු සහ ව්‍යුහය හඳුන්වා දීම සඳහා යම් කාලයක් ගත කිරීම වැදගත් වේ.

සටහන
ඔබේ කණ්ඩායම දැනටමත් එකිනෙකාට හොඳින් හඳුනාගත් නම් ඔබට මෙය තරමක් කෙටි කළ හැකිය. ඔබේ කණ්ඩායම තුළ විශ්වාසය සම්බන්ධයෙන් සැලකිය යුතු ගැටළු ඇතිවීමට ඉඩ තිබේ නම්, ඔබට සම්බන්ධතා ගොඩනැගීම සඳහා වැඩි කාලයක් ගත කිරීමට සිදුවනු ඇත. එසේ නම්, පාඨමාලාවට හොඳ ආරම්භයක් ලබා දීම සඳහා වඩා දීර්ඝ කාලයක් ගැනීමට සලකා බලන්න. මේ සඳහා වැඩි කාලයක් ගැනීමට අවශ්‍ය කරන කණ්ඩායම් සඳහා අමතර ක්‍රියාකාරකමක් යෝජනා කර ඇත.

1. පිළිගැනීම මි. 3

ඔබගේ කණ්ඩායමට උචිත ආකාරයකට සෑම දෙනාටම සාදරයෙන් පිළිගන්න. උදා: ඔවුන්ගේ පැමිණීම අගය කරන වචන කිහිපයක් පැවසීම, හිතයක ජේලි කිහිපයක් ගායනා කිරීම හෝ යාවිඤ්චක් කියවීම.

2. ආරම්භක අභ්‍යාසය: වාක්‍යය සම්පූර්ණ කරන්න මි. 12

අරමුණ
මෙම අභ්‍යාසය මගින් සහභාගිවන්නන්ට තමන්ට හඳුන්වා දීමට අවස්ථාවක් ලබා දෙන අතර, මෙම සැසියට සහභාගි වීම සඳහා ඔවුන්ට පෙළඹවූ කරුණු අවබෝධ කර ගැනීමට ද මෙය ඔබට උපකාරී වේ.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය
රවුමට ගමන් කරමින් පහත සඳහන් වාක්‍යය සම්පූර්ණ කරන ලෙස එක් එක් පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. (එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක් වාක්‍යයක් බැගින් - දිගු ප්‍රතිචාර නොවේ!) "මගේ නම ... මම මෙම පාඨමාලාවට පැමිණියේ ... හිසා".

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය
සෑම අයෙක් ම කථා කර අවසන් වූ විට, ඔවුන්ගේ පිළිතුරු තුළින් ඉස්මතු වූ පොදු තේමාවන් තිබේ නම් ඒවා ඉතා කෙටියෙන් සඳහන් කරන්න. සහභාගිවන්නන් ඉදිරිපත් කළ කරුණු වෙනුවෙන් ඔවුන්ට ස්තූති කර, අවම වශයෙන් ඔවුන්ගේ අපේක්ෂාවන්ගෙන් යම් ප්‍රමාණයක් හෝ සපුරා ගැනීමට හැකි වනු ඇතැයි ඔබ විශ්වාස කරන බවත්, දැන් ඔබ පාඨමාලාවේ අරමුණු හා ව්‍යුහය ඉදිරිපත් කිරීමට සූදානම් වන බවත් පවසන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

ඉගිය! 1 වැනි කොටස: හැඳින්වීම් ක්‍රියාකාරකම් පුරා නියමිත වේලාවට ක්‍රියාකාරකම් නිම කිරීමට සැලකිල්ලක් වන්න: ඔබ 2 වැනි කොටස සඳහා කාලය ඉතිරි කර ගත යුතු වේ.

3. පාඨමාලාව විස්තර කරන්න මි. 5

අරමුණ
මෙම කෙටි ඉදිරිපත් කිරීම මගින් සහභාගිවන්නන්ට පාඨමාලාවේ අරමුණු, ක්‍රමවේදය, මාතෘකා සහ ප්‍රායෝගික කරුණු පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණයක් ලබා දීමට අරමුණු කරයි.

පැවසිය යුතු දේ
අංක 3 සිට 6 දක්වා වූ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ්වල හෝ ෆ්ලිප්චාර්ට් ප්‍රදර්ශන කඩදාසිවල ඇති එම පාඨයන් කියවන්න. ඔබ භාවිතා කිරීමට නියමිත පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි කටීකයා සඳහා වන කථන සටහන් ලබා දී තිබේ (ඔබ ෆ්ලිප්චාර්ට් ප්‍රදර්ශන කඩදාසි භාවිතා කළ ද එම සටහන් භාවිතා කරන්න).



කෙටි කතාබහ

සටහන
ඔබගේ කණ්ඩායම තුළ මානව හිමිකම් යනු ඉතා මතභේදාත්මක කරුණක් නම්, ප්‍රාදේශීය වශයෙන් පිළිගත හැකි සම්බන්ධයක් සහිත වචන යොදාගනිමින්, 5 වැනි ස්ලයිඩ්ගේ මාතෘකා සුදුසු වෙනත් වචන ඇසුරෙන් ඉදිරිපත් කිරීමට ඔබට හැකි ය.

4. මූලික නීති අභ්‍යාසය: කුඩය අතින් අත යැවීම මි. 10

අරමුණ

අපි එකිනෙකාට කථා කළ යුතු සහ සවන් දිය යුතු ආකාරය පිළිබඳව පොදු අපේක්ෂා සහිත ආරක්ෂිත අවකාශයක් නිර්මාණය කිරීමට මෙම මූලික නීති උපකාරී වේ.

සම්පත්

- කුඩයක්.
- කුඩා කඩදාසි කැබලි.
- පෑන්.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

මෙම පාඨමාලාව අතරතුරදී සෑම අයෙකුට ම තමන් සුරක්ෂිතය හා තමන්ට ගරු කරන්නේය යන හැඟීම් ඇති කර ගැනීමට - එනම් සෑම අයෙකුට ම සමාන පදනමක සිට කථා කිරීමට සහ තම සිතුවිලි, අදහස් සහ අත්දැකීම් බෙදා ගැනීමට අවස්ථාව ලබා දීමට අපට අවශ්‍ය වේ. ඒ පරිසරය නිර්මාණය කිරීමට උපකාරී වීම පිණිස, අපි සියලු දෙනාම එකඟ වන සහ එකිනෙකාට ග්‍රහණය කර ගත හැකි මූලික නීති කිහිපයක් තිබීම ප්‍රයෝජනවත් වේ. මෙම නීති ප්‍රායෝගික විය හැකිය (හියමිත වේලාවට පැමිණීම හෝ ජංගම දුරකථන නිහඬ කර තබා ගැනීම වැනි), හැතපොත් අපි එකිනෙකා සමඟ සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න ගැන විය හැකිය (ගෞරවයෙන් යුතුව සවන් දීම හෝ සෑම අයෙකුටම කථා කිරීමට අවස්ථාවක් ලබා දීම වැනි).

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

කවය මැද කුඩයක් තබන්න. සෑම කෙනෙකුට ම කුඩා කඩදාසි කැබැල්ලක් හා පෑනක් දෙන්න. කණ්ඩායම තුළ තිබිය යුතු යැයි තමන් සිතන මූලික නීති දෙකක් ඔවුන්ගේ කඩදාසි කැබැල්ලේ ලියා විය කුඩයට දමන ලෙස එක් එක් පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. කුඩයේ ඇති සියලුම අදහස් හඬ හඟා කියවා ඒවා ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක් මත ලියන්න.

පහත සඳහන් මූලධර්ම කවරක් හෝ එහි අඩංගු නොවේ නම්, ඒවා ද වියට එකතු කරන්න:

- සක්‍රීයව සවන් දෙන්න - අන් අය කතා කරන විට ඔවුන්ට ගරු කරන්න.
- පොදුවේ අදහස් පල නොකර ඔබේ ම අත්දැකීම් මත පදනම්ව කථා කරන්න ("ඔවුන්," "අපි" සහ "ඔබ" වෙනුවට "මම" යැයි කියන්න).
- ප්‍රශ්න ඇසීම මගින් එකිනෙකාට ගෞරවයෙන් යුතුව අභියෝග කිරීමට බිය නොවන්න, නමුත් පුද්ගලික ප්‍රහාර වීලේ කිරීම් වලින් වළකින්න - අදහස් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන්න.

සියලු දෙනා ම මූලික නීතිවලට එකඟ වන්නේ දැයි විමසන්න.

5. විකල්ප අමතර අභ්‍යාසය: ඔබ සිතමින් සිටින්නේ කුමක් ගැනද? මි. 15

එකිනෙකාට දැන හඳුනා ගැනීම සඳහා ඔබගේ කණ්ඩායමට වැඩි කාලයක් අවශ්‍ය වන්නේ නම් ඔබට මෙම සැසියට මිනිත්තු 15 ක් එකතු කර මෙම අභ්‍යාසය ඇතුළත් කළ හැකිය.

අරමුණ

අප සියලු දෙනාට පොදුවේ ඇති බොහෝ දේ සම්බන්ධ කිරීමට සහ නිරූපණය කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී කිරීම.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

- සහභාගිවන්නන් 4 - 6 දෙනා බැගින් වූ කණ්ඩායම් වලට බෙදන්න.
- සෑම අයෙකුට ම කුඩා කාසි/ගල් කැට/කඩදාසි පටි වැනි යමකින් 10 ක් බැගින් ලබා දෙන්න.
- කණ්ඩායම රවුමක් සෑදී පළමු වැනි පුද්ගලයා තමන් කරන්නට කැමති දෙයක් සඳහන් කරයි (උදා: පොත් කියවීම). එම දෙයට ම කැමති අනෙක් සියල්ලන් ද එක් කාසියක් කවය මැදට දමයි.
- ඉන් පසු දෙවැනි පුද්ගලයා ද තමන් කැමති දෙයක් ප්‍රකාශ කරන අතර එම දෙයට ම කැමති සියල්ලන්ට කාසියක් බැගින් කවය මැදට දමයි.
- එක් පුද්ගලයෙකු අතේ තිබෙන කාසි අවසන් වන තුරු මෙම ක්‍රියාකාරකම සිදු කර ගෙන යන්න.



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

2 වැනි කොටස: මානව හිමිකම් හඳුන්වා දීම

1. පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: ජීවිත සුපය මි. 35



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

අපට (සහ සියලු මිනිසුන්ට) ඇති අවශ්‍යතා ගවේෂණය කර බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වනු පිණිස මෙම අභ්‍යාසයේදී සුප් භාජනයක ඇති අමුද්‍රව්‍යවල සංකල්ප රූපයක් භාවිතා කෙරෙයි. කලින් සූදානම් කර ගත් කාඩ්පත් සහ තමන්ගේ ම අදහස් භාවිතා කරමින්, සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ ජීවිත ගෞරවාන්විත කර ගැනීම සඳහා එම 'සුපයට' ඇතුළත් කළ යුතු අමුද්‍රව්‍ය තෝරා ගනී.

අරමුණ

මෙම අභ්‍යාසයෙන් පසුව, මෙම අභ්‍යාසයේදී හඳුනාගන්නා ලද අවශ්‍යතා මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයේ දක්වා ඇති අයිතිවාසිකම් සමග සම්බන්ධ කෙරෙන 'මානව හිමිකම් ගැලරිය' නැමති අභ්‍යාසය සිදු කරනු ලැබේ. මෙම අභ්‍යාස දෙක යුගලයක් වන අතර ඒවා එකම අවස්ථාවක සිදු කළ යුතු ය. එම අභ්‍යාස දෙක එකට එක් කිරීමේ අරමුණ වන්නේ මානව හිමිකම් යන්න 'ආගන්තුක' හෝ 'දුරස්ථ' දෙයක් නොව ඔවුන්ගේ වැදගත්කම ජීවිතයට අදාළ සහ ඔවුන් විසින්ම හඳුනා ගන්නා ලද අවශ්‍යතා පිළිබිඹු කරන දෙයක් බව අවබෝධ කර ගැනීමට උපකාර කිරීමට යි.

සම්පත් සහ පෙර සූදානම

ඔබට පහත සඳහන් දෑ අවශ්‍ය වේ:

- සාම්ප්‍රදායික සුප් පිසගන්නා භාජනයක් හෝ විශාල සාස්පානයක් ගෙන එති පැත්තක 'ජීවිත සුපය' යන ලේබලය අලවා ගන්න.
- 'මිනිසුන්ගේ අවශ්‍යතා' කාඩ්පත් මුද්‍රණය කර කපා කපා ගන්න. අවශ්‍ය නම්, ඒවා මුද්‍රණය කර ගැනීමට පෙර ඔබේ කණ්ඩායම භාවිතා කරන භාෂාවට පරිවර්තනය කරමින් කාඩ්පත් සංස්කරණය කර ගන්න.
- පෑන් කිහිපයක්.

ඉගිය! මේ සබැඳිය හරහා පාඨමාලාවේ ද්‍රව්‍ය විවිධ භාෂාවලින් ලබාගත හැකි බව මතක තබා ගන්න.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 4

සුප් බඳුන කාමරයේ මැද තබා, 'මිනිසුන්ගේ අවශ්‍යතා' කාඩ්පත් බඳුන වටා බිම විසුරුවා තබන්න. කාඩ්පත් වටා රවුමක සිටගෙන සිටින ලෙසට සෑම අයෙකුගෙන්ම ඉල්ලා සිටින්න.

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

- ජීවිතය අමුද්‍රව්‍ය රාශියකින් සකස් කරන ලද සුප් බඳුනකට තරමක් සමාන වේ - සුප් රසවත් කර ගැනීම සඳහා අමුද්‍රව්‍ය රාශියක් එක් කළ යුතු සේ ම, ජීවිතයට ද වැඩි රසයක් ලබා දීම සඳහා විවිධ අමුද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය වේ.
- (සංස්කෘතිකමය වශයෙන් අදාළ වන සුබෝපභෝගී කණ්ඩායමක නම සඳහන් කරන්න) වැනි සමහර අමුද්‍රව්‍ය ජීවිතයේ රසය තව තවත් වැඩි කරයි. නමුත් අපට ඇත්ත වශයෙන් ම අවශ්‍ය කරන වෙනත් අමුද්‍රව්‍ය (නිවසක්, ආහාර හෝ සෞඛ්‍ය රැකවරණ සේවා වැනි) තිබේ. අපට එම අමුද්‍රව්‍ය නොමැති නම්, අපගේ ජීවිතය අයහපත් වන අතර අපි ශාරීරිකව, මානසිකව, සමාජයීය හා අධ්‍යාත්මික වශයෙන් පීඩා විඳින්නෙමු; අපට අපගේ ගරුත්වය අහිමි වේ.
- මෙම අභ්‍යාසයේ දී, අපගේ ජීවිතයට අත්‍යවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය මොනවා දැයි සිතා බැලීමට අපි යොමු වන්නෙමු. අපි දැන් යන්නේ අපගේ ජීවිත සුපය - වඩාත් විශේෂිතව සඳහන් කරන්නේ නම් ගෞරවාන්විත ජීවිතයක සුපය - සාදාගැනීමටයි!
- සුප් බඳුන වටා බිම ඇති සෑම කාඩ්පතක් ම ගෞරවාන්විත ජීවිතයකට වැදගත් විය හැකි දෙයක් නියෝජනය කරයි. ගෞරවාන්විත ජීවිතයක් සඳහා අපට අවශ්‍ය දේ පිළිබඳව අපගේ ම අදහස් ලිවීමට හෝ ඇඳීමට හැකි වන පරිදි හිස් කාඩ්පත් කිහිපයක් ද තිබේ.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 30

- කාඩ්පත් කියවා බලා තමන්ට වඩාත්ම වැදගත් ඒවා මොනවා දැයි සිතා බැලීමට මිනිත්තු 2 ක කාලයක් ඇති බව කණ්ඩායමට පවසන්න.
- සිතන දෙයක් නියෝජනය කරන එක් කාඩ්පතක් අනුලගෙන, එය වැදගත් වන්නේ මන්ද යන්න පිළිබඳව එක් වාක්‍යයක් (පමණක්) පවසා, ඉන්පසු කාඩ්පත පිසින භාජනයට දමන ලෙස එක් එක් පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

ඉගිය! අවසාන සාකච්ඡාව සඳහා කාලය ඉතිරි කර ගත යුතු නිසා මෙහිදී නියමිත වේලාවට අවසන් කිරීම ගැන දැඩි අවධානයෙන් සිටින්න!

- තමන්ට වැදගත් වන කාඩ්පත් කිසිවක් ඉතිරි වී නැති බව සහභාගිවන්නන්ට හැඟෙන තුරු රවුම වටා ගමන් කරන්න. ඔවුන්ට හිස් කාඩ්පතක් ද ලබා ගත හැකිය. ඉන් පසු එය කුමක් දැයි පවසමින් එය බඳුනට එක් කළ යුතුය. මේ අවස්ථාවේ දී සහභාගිවන්නන් විකිනෙකාගේ තේරීම් ගැන අදහස් දැක්වීම නොකළ යුතු ය.
- සහභාගිවන්නන්ට බඳුනට එකතු කිරීමට අවශ්‍ය සියලුම කාඩ්පත් බඳුනට එකතු කර අවසන් වූ පසු, අපි දැන් අපගේ 'ජීවිත සුපය' පිසගෙන ඇති බව කණ්ඩායමට පවසන්න. පහත සඳහන් ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරන මෙන් ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න:
 - අප විසින් එක් කරන ලද අමුද්‍රව්‍ය වලින් කිසිවක් ගෞරවාන්විත ජීවිතයක් සඳහා අත්‍යවශ්‍ය නොවන්නේද?
 - අපි කිසියම් අමුද්‍රව්‍යයක් (කාඩ්පතක්) අතහැර දමා, එය බිම තබා තිබුණේද? - ඒ ඇයි?
 - අපගේ ජීවිතයේ 'අත්‍යවශ්‍ය අමුද්‍රව්‍ය' නොමැති වූ විට එය අපට බලපාන්නේ කෙසේද? ඔබගේ අදහස් අන් අය සමග බෙදා ගන්න.
 - ලෝකයේ වෙනත් රටක සිටින කණ්ඩායමක් මෙම අත්‍යවශ්‍ය කළේ නම්, ඔවුන්ට මීට වඩා බෙහෙවින් වෙනස් අවශ්‍යතා තිබිය හැකි යැයි ඔබ සිතන්නේද, නැතිනම් සමහර මානව අවශ්‍යතා විශ්වීයද - එනම්, ඒවා සියලු මනුෂ්‍යයින්ට පොදු වන තරමට ම මූලික වූ අවශ්‍යතාද?

අත්‍යවශ්‍ය අවසන් කරන ආකාරය මි. 1

අපි මනුෂ්‍යයින් වන නිසාත්, අපි සියලු දෙනාට ම පොදුවේ එකම අවශ්‍යතා තිබෙන නිසාත් ලොව පුරා සිටින මිනිසුන්ට බොහෝ දේ පොදු බව පවසමින් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න.

2. අවිදිමින් කථා කරමු අත්‍යවශ්‍ය: මානව හිමිකම් ගැලරිය

මි. 25

විස්තරය

සහභාගිවන්නන්ගේ පෙර අත්‍යවශ්‍යයේදී භාවිතා කරන ලද මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පත් මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයේ දක්වා ඇති මානව හිමිකම් නිරූපණය කෙරෙන මානව හිමිකම් පෝස්ටර් සමග ගළපමින් කාමරය පුරා ඇවිදිති.

අරමුණ

පෙර අත්‍යවශ්‍ය සමග එකතු කර සිදු කරන මෙම අත්‍යවශ්‍ය මගින් මානව හිමිකම් යන්න 'ආගන්තුක' හෝ 'දුරස්ථ' දෙයක් නොව ඔවුන්ගේ විදිනෙදා ජීවිතයට අදාළ සහ ඔවුන් විසින්ම හඳුනා ගන්නා ලද අවශ්‍යතා පිළිබිඹු කරන දෙයක් බව අවබෝධ කර ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කරයි.

සම්පත් සහ පෙර සූදානම

- මානව හිමිකම් ගැලරිය පෝස්ටර් 30 ක් මුද්‍රණය කරගන්න. අවශ්‍ය නම් ඔබේ කණ්ඩායමේ භාෂාවට පරිවර්තනය කර ඒවා මුද්‍රණය කරගන්න.
- පෝස්ටර් කියවා, ඒවායෙහි විස්තර කර ඇති අයිතිවාසිකම් වලින් කවරක් හෝ ඔබගේ පසුබිම තුළ උල්ලංඝනයවී ඇත් දැයි සිතා බලන්න. මෙය කල්තියාම සිතා බැලීම ඔබට සංවාදය මෙහෙයවීමට උපකාරී වනු ඇත.

අත්‍යවශ්‍ය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 1

පෙර අත්‍යවශ්‍යයේදී භාවිතා කරන ලද සියලුම 'මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පත්' රැගෙන ඒවා සහභාගිවන්නන්ට ලබා දෙන්න.

මානව හිමිකම් පිළිබඳ අසා තිබේ දැයි සහභාගිවන්නන් ගෙන් විමසන්න. බිත්තිවල ඇති පෝස්ටර් මගින් ලෝකයේ සෑම රජයක්ම පාහේ අත්සන් කර ඇති ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් ගිවිසුම්වලට අනුව පෘථිවියේ ජීවත් වන සෑම පිරිමියෙකුට ම, සෑම ගැහැණියකුට ම හා සෑම ළමයෙකුට ම ඇති මානව හිමිකම් හඳුන්වා දෙන බව සහභාගිවන්නන්ට පවසන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අත්‍යවශ්‍ය

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 23

● ගැලරියේ ඇවිදීම (මි. 15)

එක් එක් පෝස්ටරය හරඹමින් කාමරය වටා 'ගැලරියේ ඇවිද' යන්න. ඔබ එක් එක් පෝස්ටරය වෙත පැමිණෙන විට, එම පෝස්ටරයේ සඳහන් පාඨය කියවා, එම පාඨයෙන් කියවෙන මානව හිමිකම් හා සම්බන්ධ 'මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පතක්' කිසිවෙකු අත තිබේ දැයි විමසන්න. යමෙක් ඔව් යැයි පැවසුව හොත් එම අවශ්‍යතාවය කුමක් දැයි පවසන ලෙස එම පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. (ගැලපෙන පෝස්ටර්වල හා අවශ්‍යතා කාඩ්පත්වල එකම සලකුණක් දක්වා ඇති බැවින් ඒවා ගැලපීම පහසු වනු ඇත!). සාකච්ඡා කිරීමකින් තොරව වහාම ඊළඟ පෝස්ටරය වෙත යන්න - ඔබ මිනිත්තුවකට පෝස්ටර් 2 ක් බැගින් ගැලපිය යුතුය!

යම් පෝස්ටරයක් සඳහා කිසිවෙකු ගැලපෙන කාඩ්පතක් යෝජනා නොකරන්නේ නම් ඒ පිළිබඳ කරදර නොවන්න; පෝස්ටර් වටා ගමන් කිරීම නොනවත්වා සිදු කරන්න; ඔබ අවසානයට පැමිණෙන විට කිසිවෙක් සඳහන් නොකර ඉතිරි කාඩ්පත් තිබේ නම් ඒ මත ඇති සලකුණු මග පෙන්වීමක් ලෙස භාවිතා කරමින් ඒවා ගලපන්න.

● සාකච්ඡා ප්‍රශ්න (මි. 8)

සියලු ම පෝස්ටර් කියවා, ඒවා අවශ්‍යතා කාඩ්පත් සමඟ ගැලපීමෙන් පසුව සාකච්ඡා කරන්න:

- මෙම අයිතිවාසිකම් ඔබගේ ජීවිතයේ ගරුත්වය සඳහා ඔබට ඇති අවශ්‍යතා පිළිබඳ කරනවාද - වෙනත් වචන වලින් කිවහොත් ඒවා අපගේ ජීවිතයට අදාළ වන්නේද?
- ඒ අයිතිවාසිකම් වලින් අපේ රටේ/ප්‍රජාව ගරු කරන්නේ සහ ආරක්ෂා කරන්නේ කුමන ඒවා ද? එසේ නොකරන්නේ කුමන ඒවාට ද? ඒ අයිතිවාසිකම් හඳුනාගැනීම කණ්ඩායමට දුෂ්කර නම්, හිතියෙන් හෝ ප්‍රායෝගිකව ප්‍රතික්ෂේප ඒ ඇතැයි ඔබ දන්නා මානව හිමිකම් පිළිබඳ සඳහන් කරන්න.

ඉගිය! ඔබට වඩාත් දීර්ඝ සැසියක් පැවැත්වීමට හැකි නම් ඔබට මෙම අභ්‍යාසයට සාකච්ඡා කාලයක් ද එකතු කර ගත හැකියි.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 01

අපි මෙතෙක් සිදු කර ඇති අභ්‍යාස අපට ඇති අවශ්‍යතා මොනවාද, මානව හිමිකම් යනු කුමක්ද සහ අපගේ අවශ්‍යතා මානව අයිතිවාසිකම් හා සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න ගවේෂණය කිරීමට උපකාරී වී ඇති බව පවසමින් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න. මානව හිමිකම් අපගේ මානව අවශ්‍යතා වලට හා අප ජීවත් වීමට කැමති සමාජයට සමීප ලෙස සම්බන්ධ බව පවසමින් අපිට ඇතැම්විට අභ්‍යාසවල පණිවිඩය සාරාංශ කළ හැකි ය. අපි දැන් ඉදිරිපත් කිරීමක් තුළින් මානව හිමිකම් පිළිබඳ තවත් යමක් ඉගෙන ගනිමු.

තම කාඩ්පත හැවරත් සුප් බඳුන තුළට දමන ලෙසට සෑම අයෙකුටම පවසන්න. ඊළඟ සැසියේදී ඔබට මෙම බඳුන සහ කාඩ්පත් අවශ්‍ය වනු ඇත!

3. ඉදිරිපත් කිරීම: මානව අවශ්‍යතා - මානව හිමිකම් - මානව වගකීම් මි. 15

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම ඉදිරිපත් කිරීම මගින් මානව අවශ්‍යතා, මානව හිමිකම් සහ මානව වගකීම් නැමති කාච තුළින් මානව හිමිකම් පිළිබඳ මූලික කරුණු සහභාගිවන්නන්ට හඳුන්වා දෙයි. එය ප්‍රධාන ජාත්‍යන්තර ගිවිසුම්, රාජ්‍යයන්ගේ වගකීම් සහ සමාජයේ සාමාජිකයන්ගේ සදාචාරාත්මක යුතුකම් හඳුන්වා දෙයි. එය පාඨමාලාවේ ඉතිරි කොටස සඳහා වැදගත් පදනමක් සපයා දෙයි.



ඉදිරිපත් කිරීම

- සම්පත්**
- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කර්තෘ පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 41 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
 - එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 7 සිට 28 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කටීකයා සඳහා වන සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
 - මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමඟ සපයා ඇත.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'චක් චක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වන්න.

කරුණ පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (නැතහොත් ස්ලයිඩවල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). 21-28 වැනි පිටුවල දැක්වෙන 'සංකීර්ණ ප්‍රශ්න වලට පිළිතුරු ලබා දීම' කොටස කියවා, සහභාගිවන්නන්ගෙන් ඉදිරිපත්විය හැකි විරෝධතා අනුව අමතර කරුණු කිසිවක් ඇතුළත් කළ යුතු වේ දැයි සිතා බලන්න. ස්ලයිඩ/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

ඉගිය! සහභාගිවන්නන්ට ප්‍රශ්න ඇසීමට/අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

4. අවසන් කිරීමේ සාකච්ඡාව මි. 15

අරමුණ

මෙම සාකච්ඡාව, ඉදිරිපත් කිරීම අතරතුර දී තමන්ට අසන්නට ලැබුණු දේ පිළිබඳ ආවර්ජනය කිරීමට සහ සැසිය තුළදී ඉගෙන ගත් කරුණු සාරාංශ කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට අවස්ථාව ලබා දෙයි.

සාකච්ඡාව සිදු කරන ආකාරය

පෙර ඉදිරිපත් කිරීම පිළිබඳ අදහස් සහ ප්‍රශ්න ඉදිරිපත් කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට ආරාධනා කර මෙම ප්‍රශ්න අසන්න:

- මානව හිමිකම් ආරම්භ වන්නේ විකිනෙකා කෙරෙහි සමානාත්මතාවය, ගරුත්වය සහ වගකීම යන මූලධර්ම වලින් වේ. අපගේ සංස්කෘතීන්හි, සම්ප්‍රදායන්හි සහ භාෂාවන්හි ඇති කවර සංකල්ප, කතා හෝ නිර්දේශ වලින් මෙම අදහස් පිළිබිඹු කරන්නේද?
- අපේ ප්‍රජාවන් තුළ මානව හිමිකම් යථාර්ථයක් බවට පත්වීමට අපට අවශ්‍යද? සාලිභා සහ මැග්ඩලිනා මෙන් අපටත් විය සිදුවීමට දායක විය හැකිද?

ර්ජුල සැසියේදී, සිතීමේ, හඳු සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව අයිතිවාසිකම් කෙරෙහි අපි අවධානය යොමු කරන බව පවසමින් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න. මෙම පාඨමාලාව පුරාම අපි අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ වෙනසක් සිදු කළ හැකි ද සහ විය සිදු කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව දිගින් දිගටම සිතා බලන්නෙමු.

මූලාශ්‍ර

කුඩය අතින් අත යැවීම: මානව හිමිකම්වල නව උපක්‍රම.

ඔබ සිතමින් සිටින්නේ කුමක් ගැනද: ලයන්ස් ක්ලබ් ඉන්ටර්නැෂනල් සංවිධනයේ කණ්ඩායම් හඳුන්වාදීමේ අභ්‍යාස සඳහා පහසුකම් සැලසීමේ දී යොදාගන්නා 'මමත් විනෝදය' අභ්‍යාසය ඇසුරෙනි. <https://temp.lionsclubs.org/EN/pdfs/icebreakers.pdf>



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

ඉගිය! සහභාගිවන්නන් විමසිය හැකි සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලබා දීම සඳහා අවශ්‍ය උපකාර 21-28 වැනි පිටුවලින් සොයාගත හැක.

ඉගිය! මෙම සැසියෙන් අනතුරුව මානව හිමිකම් කාඩ්පත් ඉවත නොදමන්න - ර්ජුල සැසියේ දී ඔබට ඒවා අවශ්‍ය වේ!

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත

මානව අවශ්‍යතා – මානව හිමිකම් – මානව වගකීම්

1 වැනි සැසියේ මෙම කථන පිටපත අදාළ වන්නේ මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 7 සිට 28 දක්වා වන ස්ලයිඩ් සඳහා වේ.

හැඳින්වීම: මානව අවශ්‍යතා



අපි කවුරුන් වුවත්, අපගේ ආගම, ජනවර්ගය, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය හෝ වයස කුමක් වුවත්, අපි ජීවත් වන ස්ථානය කුමක් වුවත්, අප සියලු දෙනාට ම තියෙන්නේ එකම මූලික අවශ්‍යතා. කිසිම හේතුවක් නොමැතිව අත්අඩංගුවට ගනු ලැබීමට, වධහිංසාවන්ට ලක්වීමට හෝ වෙනස් කොට සලකනු ලැබීමට අපි කවුරුන් කැමති නැහැ. ඒ වගේම අපගේ දරුවන් කුසගින්හේ සිටිනු දැකීමට අපි කවුරුන් කැමති නැහැ. අපි හැමෝටම ඕනෑ මේ දේවල් වලින් අපව ආරක්ෂා කෙරෙන සමාජවල ජීවත් වෙන්නයි.



මිනිසුන් සියලු දෙනාට ම තියෙන්නේ එකම මූලික, පොදු අවශ්‍යතා. මෙම අවශ්‍යතා සම්පූර්ණ වුණේ නැති නම්, ශාරීරික, චිත්තවේගීය හා අධ්‍යාත්මික යහපැවැත්ම අතින් අපි පීඩාවට පත් වෙනවා.

මානව හිමිකම්



සෑම තැනක ම සිටින, සෑම පුද්ගලයෙකුට ම මෙම අවශ්‍යතා තිබෙන බවත්, මෙම අවශ්‍යතාවලට ගරු කරන බව සහ ඒවා සපුරාලන බව සහතික කිරීම සඳහා උපරිම වශයෙන් කටයුතු කිරීමට රජයන්ට වගකීමක් – ඇත්ත වශයෙන් ම කියතොත් යුතුකමක් – තිබෙන බවත් ලෝකයේ ඇති රජයන් හඳුනාගෙන තිබෙනවා.



මෙය සෑදූ කර ගැනීමට උපකාර කිරීම සඳහා, ලෝකයේ තිබෙන රජයන් විශ්ව මානව හිමිකම් පිළිබඳව, ඒ කියන්නේ සෑම පුද්ගලයෙකුට ම තිබෙන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව, සහ එම අයිතිවාසිකම් වලට ගරු කිරීමට, ඒවා ආරක්ෂා කිරීමට සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීමට සෑම රජයකට ම ඇති යුතුකම් පිළිබඳව එකඟත්වයකට එළඹුණා.



ඉතාමත් වැදගත් මානව හිමිකම් ගිවිසුම් තුනක් තිබෙනවා:

- මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය ඉන් එකක්. අපි පෝස්ටර් භාවිතා කරමින් ඒ පිළිබඳව දැන ගත්තා. ඒ වගේම අපගේ අයිතිවාසිකම් වඩාත් ගැඹුරින් පැහැදිලි කෙරෙන තවත් විස්තරාත්මක ගිවිසුම් දෙකක් තිබෙනවා:
- සිවිල් හා දේශපාලන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතිය (ICCPR); සහ
- ආර්ථික, සමාජීය හා සංස්කෘතික අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතිය (ICESCR) එම ගිවිසුම් දෙකයි.

මෙම ගිවිසුම් දෙක අනුමත කරන රටවල් නීත්‍යනුකූලව එම ගිවිසුම් වලින් බැඳී සිටිනවා.



ලෝකයේ රටවල් වලින් අති මහත් බහුතරයක් මෙම ගිවිසුම් වලින් බැඳී සිටිනවා – මේ සිතියම්වල කොළ පාටින් පෙන්වන්නේ ඒ රටවල්! මේ සියලු රටවල රජයන් ජාත්‍යන්තර නීතිය යටතේ කරුණු 3 ක් ඉටු කිරීමට තමන්ට නීතිමය බැඳීමක් ඇති බව පිළිගෙන තිබෙනවා:



- ඔවුන් සාදන නීති වලදී සහ නිලධාරීන් ගන්නා ක්‍රියාමාර්ග වලදී මානව හිමිකම් වලට ගරු කිරීමට. උදාහරණයක් ලෙස, වෙනස්කොට සලකන ආකාරයේ නීති නොතිබිය යුතු අතර කිසිවෙකු වධ හිංසාවලට ලක් නොකළ යුතුයි.
- රජය විසින් හෝ වෙනත් අයෙකු විසින් තමන්ගේ අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කරනු ලැබූ විට සෑම අයෙකුට ම යුක්තිය ඉටු කර ගත හැකි බවට සහතික කරමින් මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කිරීමට; සහ
- සෑම අයෙකුට ම තමන්ගේ අයිතිවාසිකම්වලට ප්‍රවේශය ලැබෙන බව සහතික කිරීමට උපරිම ලෙස කටයුතු කරමින් මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීමට. උදාහරණයක් ලෙස, සෑම කෙනෙකුට ම සෞඛ්‍ය සේවා සහ අධ්‍යාපනය සඳහා ප්‍රවේශය ඇති බව සහතික කිරීමට උපරිම වශයෙන් කටයුතු කළ යුතුයි. ඇත්ත වශයෙන් ම, සෑම රජයකට ම එක හා සමාන ලෙස සම්පත් නැතැ. විනිසා මෙම සමාජ හා ආර්ථික අයිතිවාසිකම් සැබෑ කිරීම ක්‍රම ක්‍රමයෙන් සිදුවන ක්‍රියාවලියක්.



සෑම මිනිසෙකුට ම මෙම අයිතිවාසිකම් එක හා සමානව ඇති බවට රජයෙන් එකඟ වී තිබෙනවා. “සියලු මනුෂ්‍යයින් නිදහස් මනුෂ්‍යයින් ලෙස උපත ලබන අතර ඔවුන් ගෞරවය හා අයිතිවාසිකම් වලින් එක හා සමාන වේ” යනුවෙන් මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයේ පළමු වැනි වගන්තියේ ම සඳහන් වෙනවා.



නමුත්, බොහෝ රජයන් මෙම බැඳීම ඉටු නොකිරීම කණගාටුවට කරුණක් – බොහෝ පුද්ගලයින්ගේ අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය වෙනවා. කාන්තාවන්, ගැහැණු ළමයින්, සුළුතර කණ්ඩායම්, ආබාධිත සහිත පුද්ගලයින් සහ සංක්‍රමණිකයින් විශේෂයෙන් ම අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට ගොදුරු වෙනවා. ලෝකයේ සෑම රටක ම සිදුවන උල්ලංඝනයවීමකට පොදු උදාහරණයක් තමයි ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පදනම් කර ගත් හිංසනය.

මානව හිමිකම් පිළිබඳ විග්‍රහය



රජයන් අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කරන විට හෝ අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් වලින් ජනතාව ආරක්ෂා කිරීමට රජයන් අපොහොසත් වන විට පැමිණා එම රජයන්ට දඬුවම් කිරීම සඳහා ගෝලීය පොලිස් බලකායක් නැතැ. මානව හිමිකම් අනුගමනය කරන්නට කියා රජයන්ට බල කිරීමට විවැනි ජාත්‍යන්තර පොලිස් බලකායක් නොමැති නම්, මානව හිමිකම් කියන්නේ, සැබෑ බලයක් නැති, වෙනසක් ඇතිකිරීමට තිබෙන ඵලදායී මෙවලමකට වඩා, කඩදාසියක ලියැවුණු වචන පෙළක් පමණක් නොවෙයිද?



එසේ කීමෙහි යම් සත්‍යතාවයක් ද තිබෙනවා – සමහර රජයන්ට බලපෑම් කිරීම ඉතා අපහසුයි. ඒත්, මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳව ජාත්‍යන්තර හා දේශීය වශයෙන් සිදු කෙරෙන විවේචන බොහෝ රටවල ධනාත්මක වෙනසක් ඇති කිරීමට හේතු වී තිබෙනවා. ජාත්‍යන්තර පොලිස් බලකායක් නොමැතිව වුවත් මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කරන්නට හැකි බොහෝ ක්‍රම තිබෙනවා.



- මිනිසුන් මානව හිමිකම් විවේචනය කිරීමට තවත් හේතු කිහිපයක් තිබෙනවා. සමහර විට ඔබට ද මෙවැනි සිතුවිලි ඇතිවී තිබෙනවා වෙන්වන පුළුවන:
- සමහරවිට මානව හිමිකම් කියන්නේ හරිම තාක්ෂණික දෙයක් කියා ඔබට සිතෙන්නට ඇති – ඒ කියන්නේ මානව හිමිකම් ඔබට සම්බන්ධයක් තිබිය හැකි දෙයක් නොව එය හිතියැයිත් සහ දේශපාලනඥයින්ට මාතෘකාවක් යැයි ඔබට සිතෙන්නට ඇති.
 - එහෙම නැත්නම්, සමහරවිට මානව හිමිකම් කියන්නේ ඔබගේ දෛනික ජීවිතයට බොහෝ සෙයින් දුරස්ථ දෙයක් කියා, ඒ කියන්නේ විශාල නගරවල ප්‍රභූ පැලැන්තියට අයත් පුද්ගලයින්ට විමසිලිමත් විය හැකි දෙයක් කියා ඔබට සිතෙන්නට ඇති.
 - එසේත් නැති නම්, සමහරවිට මානව හිමිකම් කියන්නේ ගෝලීය දේශපාලන ක්‍රියාවක ආයුධයක් ලෙස ඔබට පෙනෙන්නට ඇති. ඒ කියන්නේ සමහර රජයන් මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කරන අතර ම කුහක ලෙස සතුරන් විවේචනය කිරීමට ද මානව හිමිකම් භාවිතා කරන්නේ ය කියා ඔබට සිතෙන්නට ඇති.
- නොදැයි, මානව හිමිකම් කියන්නේ නීතිය සම්බන්ධ දෙයක්; දේශපාලනඥයින් නීති හදනවා; නීතියැයිත් අධිකරණය හරහා මානව හිමිකම් වෙනුවෙන් සටන් කළ හැකියි. ඒක ඇත්ත, මානව හිමිකම් කියන යෙදුම සමහර විට දේශපාලන අරමුණු සඳහා යොදා ගෙන අවභාවිතා කරනවා. නමුත් මානව හිමිකම් කියන්නේ ඊට වඩා බොහෝ පුළුල් දෙයක්!

මානව හිමිකම් සහ අපි



අපි දැන් තේරුම් ගත් ආකාරයට, මානව හිමිකම් වලින් කථා කරන්නේ ඇත්ත වශයෙන් ම අපගේ විදිනෙදා ජීවිතයේ අපට ඇති අවශ්‍යතා පිළිබඳව යි; අපේ පාසලේ, ගොවිපලේ, සේවා ස්ථානයේ, නිවසේ සහ අවට ප්‍රදේශයේ සිදුවන දේ පිළිබඳවයි; අපි විකිනෙකාට සැලකිය යුතු ආකාරය හා අපට සලකනු ලැබිය යුතු ආකාරය පිළිබඳවයි; අපගේ ජීවිත සම්බන්ධයෙන් බලය තිබෙන අය විසින්, ඒ කියන්නේ ඉඩම් හිමියන්, සේවා යෝජකයින්, ගුරුවරුන් වැනි අය විතරක් නොවෙයි අපේ පවුලේ සාමාජිකයින් විසින් පවා, සහ ඇත්ත වශයෙන් ම, පොලීසිය, උසාවි, හමුදාව සහ රජය වැනි බලධාරීන් විසින් ද අපව අපයෝජනයට ලක් කරනු ලැබීමෙන් අපව ආරක්ෂා කිරීම පිළිබඳවයි.

සමහර විට අපට වය මෙන්ම මේ විදිහට කෙටියෙන් කිව හැකියි: මානව හිමිකම් වලින් කථා කරන්නේ අප ජීවත් වීමට කැමති ආකාරයේ සහ අප එක්ව වැඩ කර ගොඩනැගීමට කැමති ආකාරයේ සමාජය පිළිබඳවයි.

අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ මානව හිමිකම් සැබෑ කර ගැනීමට නම්, අපි සියලු දෙනා ම ඉටු කළ යුතු කාර්යභාරයක් තිබෙනවා. බොහෝ මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සිදුවෙන්නේ සාමාන්‍ය ජනතාව අන් අයගේ අයිතිවාසිකම් වලට ගරු නොකරන නිසායි. උදාහරණයක් විදිහට අපි සමහර පුද්ගලයින්ට අප හා සමාන අය ලෙස නොසලකන නිසා. ඒ වාගේම මිනිසුන් විකිනෙකා වෙනුවෙන් නැගී නොසිටින නිසා, දේවල් වෙනස් කිරීමට උත්සාහ නොකරන නිසා සහ අපි බොහෝ විට නිහඬව සිටින නිසා රජයෙන්, ව්‍යාපාරවලට සහ පුද්ගලයින්ට මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් දිගින් දිගටම සිදු කරගෙන යන්නට හැකිවී තිබෙනවා.



අපි ආණ්ඩු නොවෙයි - අපි ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් ගිවිසුම් අත්සන් කරලා නැහැ; මානව හිමිකම් අනුගමනය කරන බව සහතික කිරීමට අපට හිතීමය වගකීමක් නැහැ. නමුත් අපි තර්කානුකූලව හා හෘදය සාක්ෂියට එකඟව හිතා බැලුවොත් අපි සියලු දෙනා මනුෂ්‍යයින්. එම නිසා අපි විකිනෙකාට සදාචාරාත්මක යුතුකමක් තිබෙනවා. මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනයේ මෙහෙම සඳහන් වෙනවා:

“සියලු ම මිනිසුන් ගෞරවය හා අයිතිවාසිකම් අතින් එක සමානව උපත ලබයි. ඔවුන්ට විචාරය සහ හෘදය සාක්ෂිය උරුමව ඇති අතර ඔවුන් විකිනෙකා කෙරෙහි සහෝදරත්වයේ හැඟීමකින් යුතුව ක්‍රියා කළ යුතු යි.”

“... සෑම පුද්ගලයෙක් ම සහ සමාජයේ සෑම අංශයක් ම [...] ඉගැන්වීම හා දැනුවත් කිරීම මගින් මෙම අයිතිවාසිකම් වලට සහ නිදහසට ගරු කිරීම ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ප්‍රයත්න දැරිය යුතු ය.”

අන් අයගේ ජීවිතවලට යහපතක් හෝ අයහපතක් කිරීමට අපට බලය ඇති විට, අපට මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කිරීමේ සදාචාරාත්මක වගකීමක් තිබෙනවා. අපට හැම දෙයක්ම කරන්න බැහැ - සමහර අවස්ථාවල අපට කළ හැකි කිසිම දෙයක් ගැන සිතා ගැනීමටත් බැර වෙනවා - නමුත් අයුක්තියක් සිදුවන බව අපට පෙනෙන විට, ඒ සම්බන්ධයෙන් යමක් කළ හැකි නම්, අපි එය කිරීමට උත්සාහ කිරීම අපේ සදාචාරාත්මක යුතුකමක් වෙන්න පුළුවන්.

යමක් කිරීම හොඳ අසල්වැසියෙකු විම තරම් සරල දෙයක් වෙන්න පුළුවන්.

සමාජ පරිවර්තකයින් පිළිබඳ කතා



ඡායාක් හසන් කියන්නේ දකුණු ලන්ඩනයේ වෙසෙන බ්‍රිතාන්‍ය ජාතික මුස්ලිම් කාන්තාවක්. පසුගිය කාලයේ දී එක්සත් රාජධානියේ වෛර අපරාධ විශාල වශයෙන් ඉහළ ගිහින් තියෙනවා. මුස්ලිම්වරු සහ විශේෂයෙන් ම හිස ආවරණ පළඳින මුස්ලිම් කාන්තාවන් (ඡායාක් වගේ) බොහෝ විට අන්තර්ජාලයේ දී වගේම මහා මාර්ගයේදීත් ඉලක්ක බවට පත් වෙනවා. මෙවැනි වාතාවරණයක් තුළ, විවිධ ඇදහිලි සහිත ප්‍රජාවන් අතර විදිනෙදා සිදු කෙරෙන මිත්‍රශීලී සහ ත්‍යාගශීලී ක්‍රියා බොහෝ සෙයින් අර්ථවත් විය හැකියි.

ඡායාක් ගේ මුස්ලිම් නොවන අසල්වැසියා ඇය නොහිතපු විදියට ඇයට සහ ඇයගේ 14 හැවිරිදි පුතා අයාන් ට ඊද් උත්සවය සමරන්න තෑගි දුන් විට මනුෂ්‍යත්වය පිළිබඳ ඇය තුළ තිබූ විශ්වාසය නැවතත් යථා තත්වයට පත් වුණු බව ඡායාක් කියනවා.



මහාකාම වියාලට ලැබුණු තෘතීවල ගොරෝ චිකක් ටීට්ට් චිකට දාලා මෙහෙම කියලා තිබුණා

“මුස්ලිම් කෙනෙක් නොවෙන අපේ අසල්වැසියා අපිට ඇල්ගේරයන් රට ඉඳියි, සම්පූර්ණ මාසය පුරා ම උපවාසයේ යෙදුණු මගේ 14 නැව්වල පුතාට යාච්ඤා කරන්න කලාලයකුයි තෘතී කලේ අපි පුදුමයට පත් කරමින්. වියා අවුරුදු විස්සකට වැඩි කාලයක් අපගේ අසල්වැසියා වෙලා හිටියත් ඊද් තෘතී වලින් අපව සම්පූර්ණයෙන් ම පුදුම කළා.”

“අයාන් උපවාසයේ යෙදෙන බව වියාට තේරුලා තිබුණා කියා මට දැනුණේ නැතැ. මේ සිදුවීමෙන් මගේ පුතාට ඇත්තට ම තමන් විශේෂයි කියලා දැනුණා. වියාලා අපිත් එකිනෙක හිතවත් අසල්වැසියන්; වියාලා මගේ අම්මා හදන බුර්සානිවලට කැමති නිසා අපි සෑම විටම වියාලට බුර්සානි පෙට්ටියක් යවනවා. අපි වෙනස් ප්‍රජාවන්ට අයිති වුනත්, අපේ අසල්වැසියා අයාන් ගැනයි ආගමික විශ්වාසය ගැනයි ඒ තරමට ම කල්පනාකාරී වෙලා අයාන්ව ධේරියමත් කරපු එක හදවත උණුසුම් කරවන දෙයක්.”



සාලිහා සහ මැග්ඩලීනා කියන්නේත් ඉතා වෙනස් වාතාවරණයක් තුළ වෙනසක් සිදු කරමින් සිටින අය. සාලිහා කියන්නේ සැන්සිඩාර් දූපත් සමූහයේ පෙම්බා කියන දූපතේ ඉන්න සැදැහැවත් මුස්ලිම්වරයන් මෙන්ම මිත්තනියක්. ඇය එම ප්‍රදේශයේ මදුසා පාසලේ උගන්වනවා.



සාලිහා මෙහෙම කියනවා

“අපේ ප්‍රජාවන් අතරෙ තිබෙන නොසන්සුන්තාවය ගැන මම කනස්සල්ලෙන් ඉන්නෙ. අපේ තරුණ අයට අපේ දේශපාලන නායකයන් ගැන විශ්වාසයක් නැතැ. වියාලට අවස්ථා ලැබෙන්නෙ නැතැ.”



ඇය තවත් මෙහෙම කියනවා,

“සංචාරක අංශයේ රැකියා කරන්න ප්‍රධාන තුමි ප්‍රදේශයේ ඉඳලා මෙහෙට එන වැඩි දෙනෙක් ක්‍රිස්තියානි අය. මම දන්න මුස්ලිම් අය බොහෝ දෙනෙක් තමන්ට කරන්න තියෙන රැකියා ක්‍රිස්තියානි අය ඇවිත් අරගන්න එක ගැන දොස් කියනවා. මම අවුරුදු ගණනාවක් තිස්සේ පැවතුණු දේශපාලන නොසන්සුන්තාවය සහ ආගමික කලබලකාරී තත්වය අත්විඳල තියෙනවා. පල්ලි ගිනිබත් කරනවා, වෛරී කථා සහිත පත්‍රිකා බෙදා හරිනවා, පල්ලියට යන පාරේදී ක්‍රිස්තියානි අයට හිරිහැර කරනවා මම දැකල තියෙනවා. අපේ තරුණ අය වඩාත් රැකිකල් වෙමින් සිටින බව දැකීමෙන් මම කනස්සල්ලට පත්වෙලා ඉන්නෙ. ඒ නිසා තමයි මම කාන්තාවන්ගෙ අන්තර් ආගමික කමිටුවට බැඳුණේ.”



“මම අපේ දූපතේ ආගමික ප්‍රවණ්ඩත්වය වැළැක්වීමට උදව් කරන්න කැමතියි. මදුසා පාසලේදී මම දැරුවන්ට උගන්වන්නේ ඉවිසීම සහ ආදරය අපේ ආගමේ මූලික අංග බවයි. අනාගතය තියෙන්නේ අපේ දැරුවන් අතේ; ඒ නිසා ඔවුන්ට හරි මාර්ගය පෙන්වීම තමයි අපේ වගකීම.”



ප්‍රධාන භූමි ප්‍රදේශයේ ඉඳලා සැන්සිබාර් දූපතේ පදිංචියට ගිය ක්‍රිස්තියානි කාන්තාවක් වන මැග්ඩලීනා ද අන්තර් ආගමික කටයුතුවල නිරත වෙතවා. ඇය අදින පළඳින ආකාරයත් ඇයගේ ආගමත් නිසා ඇය වෙනස්කොට සලකනු ලැබීමට මුහුණ දීලා තියෙනවා. ඒ වුනත් ඇය ක්‍රිස්තියානි අයයි මුස්ලිම් අයයි අතර තියෙන භේදය තුරන් කිරීමට අධිෂ්ඨාන කරගෙන ඉන්නෙ. ඇය අන්තර් ආගමික අභියෝග ගැනත් කාන්තාවන්ගේ අයිතිවාසිකම් ගැනත් කතා කිරීමට ප්‍රජාවන් අතරට යන සංවිධානයක් වන උන්ගෝයා ප්‍රාදේශීය කාන්තා කවුන්සිලයට සම්බන්ධ වුණා.

“මම කම්චුවට බැඳුණේ ඉස්ලාම් ගැන වැඩිදුරටත් ඉගෙන ගෙන මුස්ලිම්වරුන් ජීවත් වන ආකාරය අවබෝධ කර ගැනීමටයි” යනුවෙන් ඇය පැහැදිලි කරනවා. “අපි හැමෝම කාන්තාවන්. ඒ නිසා අපි හැමෝම වෙනස්කොට සැලකීමිචලට මුහුණ දෙනවා – අපි එකට එක්ව එකිනෙකාට සහයෝගය දැක්විය යුතුයි.”



අඟක්ගේ අසල්වැසියා සහ සාලිහා සහ මැග්ඩලීනා වැනි අය ගණන් කරන්න බැරි තරම් සංඛ්‍යාවක් ඉන්නවා. තමන් සිටින ප්‍රජාවන් තුළ තමන්ගේම පුංචි ක්‍රමවලින් මානව හිමිකම් යථාර්ථයක් බවට පත් කිරීමට උත්සාහ කරන අපි වගේ සාමාන්‍ය මිනිස්සු – ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයින්!

අපි කවුරුන් වුනත්, මානව හිමිකම් යථාර්ථයක් බවට පත් කිරීමට අපිටත් යමක් කළ හැකියි!

මූලාශ්‍ර:

Faith Matters www.faith-matters.org
<https://www.faith-matters.org/family-surprised-by-presents-from-non-muslim-neighbour-to-celebrate-eid/>
 Zanzibar Inter-faith Centre (ZANZIC)
<https://www.facebook.com/ZanzicMeansPeace/>
<https://english.danmission.dk/project/zanzibar-peacebuilding-through-interfaith-dialogue/>

2 වැනි සැසිය

සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හඳුන්වාදීම

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

FORB = සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස
සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස බොහෝ විට පහසුව සඳහා 'ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස' හෙවත් FORB යන කෙටි නමින් හඳුන්වනු ලැබේ. අපි බොහෝ විට මාර්ගෝපදේශය තුළ මෙම නම සහ කෙටි යෙදුම භාවිතා කරන්නෙමු - නමුත් එමගින් සිතීමේ සහ හෘදය සාක්ෂියේ නිදහස ද ආවරණය වන බව අමතක නොකරන්න!

සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව හිමිකම් සෑම තැනකම පාහේ මතභේදාත්මක වී තිබේ. බොහෝ අය තමන්ගේ විශ්වාස හා මිනිසුන් සිතිය යුතු හා හැසිරිය යුතු ආකාරය පිළිබඳ තමන් දරන අදහස් සාමාන්‍ය, නිවැරදි සහ සත්‍ය වීවා ලෙස දකිති. ඊට වඩා වෙනස් විශ්වාස හා අදහස් දරන පුද්ගලයින් සමග අපට ධනාත්මක පෞද්ගලික සම්බන්ධතා නොමැති නම්, මෙම 'අනෙක් අය' යම් ආකාරයකින් තමන්ට වඩා පහත් අය ලෙස හෝ 'අපගේ' සාරධර්ම හා සංස්කෘතියට තර්ජනයක් ලෙස, හැත හොත් ජාතික සම්භවය හා ආරක්ෂාවට පවා තර්ජනයක් ලෙස දැකීම පහසු ය. දැඩි ලෙස ආගමික වූ මෙන් ම දැඩි ලෙස ලෝකික වූ සමාජවල ද මෙය සිදුවිය හැකි ය.

මානව සංස්කෘතියේ වෙනත් ඕනෑම අංගයක් මෙන් ම, ආගම සහ විශ්වාස ද 'හොඳට මෙන්ම නරකට ද' හේතු වේ. සමහර විට විශ්වාස, භාවිතයන් සහ ඒවාට සම්බන්ධ නායකයින් සහ සංවිධාන සමාජයේ සැලකිය යුතු ගැටලු ඇති කරයි. නමුත් බොහෝ විට, ආගම සහ විශ්වාස එම විශ්වාස දරණ පුද්ගලයින්ව සවිබල ගන්වන මෙන්ම පුළුල් ප්‍රජාවට ද ප්‍රතිලාභ ලබා දෙන දේ ලෙස විස්තර කරනු ලැබේ.

විඛ්‍යාත, සිතීම, හෘදය සාක්ෂිය, ආගම සහ විශ්වාසය පිළිබඳව ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් වලට කීමට ඇත්තේ කුමක්ද? අපට ඇති අයිතීන් මොනවාද සහ ආගම ඇදහීම හෝ විශ්වාස දැරීම සීමා කිරීමට රජයට අවසර ඇත්තේ කවර අවස්ථා වලද?

මෙම සැසිය මගින් ආගම ඇදහීම හෝ විශ්වාස දැරීම සඳහා ඇති අයිතිය සහ එම අයිතිය සීමා කිරීමට බලධාරීන්ට අවසර තිබේද, ඒ කවර අවස්ථා වලද සහ කෙසේද යන්න හඳුන්වා දෙයි. එමගින් සහභාගිවන්නන්ට එම අයිතිය ගැන ඉගෙන ගැනීමටත්, එය ඔවුන්ගේ සාරධර්මවලට, වදිනෙදා ජීවිතයට සහ සමාජයට සම්බන්ධ වන ආකාරය පිළිබඳ ආවර්ජනය කිරීමටත් අවස්ථාව ලබා දෙයි.

ඉගෙනීමේ අරමුණු

මෙම සැසියේදී සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා මිනිසාට ඇති අයිතියෙහි වටිනාකම පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම සහ අගයකිරීම වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.

සැසිය අවසන් වන විට සහභාගිවන්නන්ට:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසෙහි හරය පැහැදිලි කිරීමට හැකි වේ: එනම් වෙනස්කොට සැලකීමට, බලහත්කාරයට හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වයට භාජනය නොවී තමන්ගේ ආගම ඇදහීමට හෝ විශ්වාස දැරීමට, තෝරා ගැනීමට/පරිවර්තනය කිරීමට හා ඇදහීමට ඇති අයිතිය පැහැදිලි කිරීමට හැකි වේ.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස තමන්ගේ වදිනෙදා ජීවිතයට සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න පැහැදිලි කිරීමට හැකි වේ,
- එම අයිතියට ඇති සීමාවන් පැහැදිලි කිරීමට හැකි වේ: එනම් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස කිසි විටෙකත් අනෙක් පුද්ගලයින්ට හානියක් කිරීම සඳහා නිදහසට කරුණක් ලෙස භාවිතා කළ නොහැකි බව, මූලික ආකාරයකින් පැහැදිලි කිරීමට හැකි වේ.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



ආරම්භක අභ්‍යාසය: සියල්ලන්ට කියන්න!

පෙර සැසියේදී ඉගෙන ගත් දේ සහභාගිවන්නන්ට සිහිපත් කර දෙයි.

මි. 10

කනන්දර සහ සාකච්ඡා අභ්‍යාසය: එකමන් එක කාලෙක

කනන්දරයක් කීම, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස විසින් ආරක්ෂා කරනු ලබන දේ තමන් අගය කරන්නේද යන්න ගැන සිතා බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වෙයි.

මි. 45

ඉදිරිපත් කිරීම: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හඳුන්වා දීම

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ආරක්ෂා කරන දේ සහ අයිතිය සීමා කළ හැක්කේ කවර අවස්ථාවේද යන්න හඳුන්වා දෙන පාඨමාලාවේ ප්‍රධාන ඉදිරිපත් කිරීමකි.

මි. 15

පුර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස

පෙර කොටසේ අන්තර්ගතයන් පිළිබඳ සාකච්ඡාවක්.

මි. 10

ආවර්ජනය කිරීම සහ සාකච්ඡා අභ්‍යාසය: මගේ දවස තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස

තමන්ගේ චිද්‍රවේණයේ තමන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය භාවිතා කරන්නේ කෙසේ දැයි හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වෙයි.

මි. 35

අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව

සහභාගිවන්නන් දිරිගැන්වීම සඳහා පාඨමාලාව පුරාම කතන්දර ඇතුළත් කර ඇත.

මි. 5

මුළු කාලය

පැය 2

සුදානම් වෙන්හ

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සුදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සුදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත්වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- මෘදු ධෝලයක්
- පෙර සැසියේදී භාවිතා කරන ලද සුප් බඳුන සහ මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පත්
- එකමන් එක කාලෙක අභ්‍යාසයෙහි කණ්ඩායම් සාකච්ඡා ප්‍රශ්න සහිත අත්පත්‍රිකා හෝ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය.
- 'මගේ දවස තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස' අභ්‍යාසයෙහි කණ්ඩායම් සාකච්ඡා ප්‍රශ්න සහිත අත්පත්‍රිකා හෝ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය
- ඔබ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම/චිත්‍රපටය භාවිතා කිරීමට අදහස් නොකරන්නේ නම්, පහත සඳහන් දෑ සකස් කර ගැනීමට ඔබට අවශ්‍ය විය හැකිය:
 - එකමන් එක කාලෙක: කතාව නිරූපණය කෙරෙන පෝස්ටර් මුද්‍රණය කරගන්න.
 - පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ්වල ඇති ප්‍රධාන කරුණු සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය.
 - මගේ දවස තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස අභ්‍යාසය: පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 47 සිට 59 දක්වා මුද්‍රණය කර ගන්න.



අමතර විකල්පය - ඔබේ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනගා ගන්න!

ඔබට කාලය ඇත්නම්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ වැඩිදුර දැන ගැනීම සඳහා පෙර සුදනම්වීමක් වශයෙන් මෙම කෙටි චිත්‍රපට නරඹන්න. මෙය ඔබගේ විශ්වාසය සහ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සැපයීමේ හැකියාව ගොඩනැගීමට උපකාරී වේ. මෙම චිත්‍රපට ලැයිස්තුවේ එක එකක් මිනිත්තු 5-10 බැගින් වූ චිත්‍රපට අටක් ඇත. ඔබට ඒ සියල්ල නැරඹීමට කාලය නොමැති නම්, චිත්‍රපට අංක 2 (දැරීමට හෝ තෝරා ගැනීමට ඇති අයිතිය), අංක 3 (ඇදහීමේ අයිතිය) සහ තරමක් දිගු චිත්‍රපටයක් වූ අංක 8 (අයිතියෙහි සීමාවන්) පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන්න.



චිත්‍රපට

කාමරය සුදානම් කරන්න

මෙම සැසිය සඳහා ඉදිරිපස පැත්තට මුහුණලා, මධ්‍යයෙහි විශාල අවකාශයක් සිටින සේ, අර්ධ වෘත්තාකාර හැඩයකට පුටු තබා ආරම්භ කිරීම හොඳ අදහසක් වේ. කණ්ඩායමට කාමරය තුළ නිදහසේ සැරිසැරීමට හැකි විය යුතුය. මේස නොමැති විශාල කාමරයක් මේ සඳහා උපකාරී වේ!



'එකමත් එක කාලෙක'

“'එකමත් එක කාලෙක අත්‍යය' ගැමුරු සාකච්ඡා රාශියකට මග පෑදුවා. එය සහභාගීවූවන්ගේ මනසේ බොහෝ කවුළු විවර කළා. ඔවුන් තමන්ගේ ප්‍රජාවන් පිළිබඳව - වනම් ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය පිළිබඳ සම්මතයන්හි සිට පවතින තත්ත්වයට පටහැනිව කටයුතු කිරීම සුදුසුද යන්න දක්වා වූ සියලු දේ පිළිබඳව - ආවර්ජනය කිරීමට පටන් ගත්තා”

හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

I. ආරම්භක අභ්‍යාසය: සියල්ලන්ට කියන්න! මි. 10

විස්තරය

සහභාගිවන්නන් එකිනෙකා වෙත පන්දුව විසි කරන අතර, පන්දුව විසි කිරීමට පෙර මෙයට පෙර සැසියේදී ඉගෙන ගත්, තමන්ට මතක ඇති දෙයක් පැවසිය යුතු ය.

අරමුණ

මෙම අභ්‍යාසය සැසියට විනෝදජනක, අනෙක් අය වශයෙන් ක්‍රියාකාරී ආරම්භයක් ලබා දෙයි. පෙර සැසියේදී තමන් ඉගෙන ගත්, තමන්ට දැනුණු සහ සිතූ දේ මතක් කර ගැනීමට සහ තමන්ට මතක ඇති දේ එකිනෙකා සමග බෙදා ගැනීමට කණ්ඩායමට උපකාර කිරීම වැනි අරමුණ වේ. කණ්ඩායමේ යම් නව සාමාජිකයෙකු සිටින්නේ නම් එම සාමාජිකයාට මගහැරුණු දේ වටහා ගැනීමට ද විය උපකාරී වේ.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

සම්පත්

- මෘදු බෝලයක්
- 'මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පත්' වලින් පිරවූ සුප් බඳුන (පෙර සැසියේදී භාවිතා කරන ලද).

අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය

රවුම මධ්‍යයේ 'මිනිස් අවශ්‍යතා කාඩ්පත්' සහිත සුප් බඳුන තබන්න. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට අදාළ කාඩ්පත් තුන ඔබට ක්‍රීඩාව අවසානයේ දී පහසුවෙන් ප්‍රවේශ විය හැකි වන පරිදි කාඩ්පත් ගොඩවල ඉහළින්ම තබා ඇති බවට වග බලා ගන්න.

සැසිවාරයට සියලු දෙනාට සාදරයෙන් පිළිගෙන, පෙර සැසියෙහිදී ඉගෙන ගත් දෙය ඉක්මනින් හැවත සිහිපත් කර සැසිය ආරම්භ කරන බව පැහැදිලි කරන්න. සුප් බඳුන වටා ප්‍රමාණවත් ඉඩක් සිටින සේ රවුමට සිටගන්නා ලෙසට කණ්ඩායමෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

ඔවුන් අහඹු ලෙස එකිනෙකා වෙත පන්දුව විසි කිරීමට යන බව පැහැදිලි කරන්න. පන්දුව ලබා ගන්නා පුද්ගලයා පසුගිය සැසියේ දී ඉගෙන ගත්, තමන්ට මතක ඇති එක් දෙයක් අන් අය සමග බෙදාගැනීම පිණිස එක් වාක්‍යයක් පැවසිය යුතුය. මෙය තමන් ඉගෙන ගත් කතාවක්, කරුණක් හෝ තමන්ට ඇති වූ හැඟීමක් හෝ සිතුවිල්ලක් විය හැක. එම අදහස අන් අය සමග බෙදා ගැනීමෙන් පසුව, ඔවුන් අහඹු ලෙස වෙනත් සහභාගිවන්නෙකු වෙත පන්දුව විසි කළ යුතු ය; මෙහිදී සෑම අයෙකුටම කථා කිරීමට අවස්ථාවක් ලැබෙන බවට සහතික කර ගත යුතු ය. පෙර සැසිවාරයට නොපැමිණි යම් අයෙකු පන්දුව අල්ලාගෙන ඉදිරියට විසි කරන විට 'සියල්ලන්ට කියන්න' යනුවෙන් කෘතඥය යුතු ය.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

පෙර සැසියේදී සාකච්ඡා කළ, ඔබට මතක ඇති එක් දෙයක් පවසා සහභාගිවන්නෙකු වෙතට පන්දුව විසි කිරීමෙන් ඔබ විසින් ම අභ්‍යාසය ආරම්භ කරන්න. සහභාගිවන්නන් ලබා දෙන දායකත්වයන්ට ප්‍රතිචාර වශයෙන් 'ස්තූතියි' සහ 'විශිෂ්ඨයි' වැනි දිරිගන්වනසුළු වචන පවසන්න! සෑම අයෙක් අතටම එක් වරක් පන්දුව යැවෙන තෙක් අභ්‍යාසය අඛණ්ඩව සිදු කරගෙන යන්න.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය

කණ්ඩායමට ඔවුන් මතක තබා ගෙන ඇති ප්‍රමාණය පිළිබඳව සුභපතන්න; ඔවුන්ට මග හැරුණු ප්‍රධාන කරුණු කිසිවක් තිබේ නම් ඉතා කෙටියෙන් විය එක් කරන්න. ඉන්පසු කවය මධ්‍යයෙහි ඇති සුප් බඳුන වෙත ගොස් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට අදාළ කාඩ්පත් තුන ඉවතට ගන්න. එම කාඩ්පත් ඉහළට ඔසවා අල්ලා ගෙන, මෙම සැසියේදී අපි සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට ඇති අයිතිය පිළිබඳව ගවේෂණය කරන බව සියලු දෙනාට ම පවසන්න.

2. කතන්දර සහ සාකච්ඡා අභ්‍යාසය: එකමන් එක කාලෙක මි. 45

විස්තරය

මෙම අභ්‍යාසය පදනම් වී ඇත්තේ 'නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත' නැමති කතාව වටා ය. එහි කොටස් හතරක් තිබේ: කතන්දර කීම - පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව - කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව - ප්‍රතිපෝෂණය/සමාජනය.

අරමුණ

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස මගින් ආරක්ෂා කෙරෙන දේවල් තමන් අගය කරන්නේද යන්න සහ තමන්ගේ සම්ප්‍රදායයන් හා සංස්කෘතීන් තුළ මේවා අගය කරනු ලබන්නේද සහ එසේ නම් ඒ කෙසේද යන්න පිළිබඳව ආවර්ජනය කිරීමට කණ්ඩායම්වලට උපකාර කිරීම මෙම අභ්‍යාසයේ අරමුණ වේ. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනසට සම්බන්ධ ප්‍රධාන වචන හතක් මෙම කතාවෙන් නිරූපණය කෙරෙයි: සිතනවා, විශ්වාස කරනවා, අයත් වෙනවා, ප්‍රශ්න කරනවා, ප්‍රශ්න කරනවා, පරිවර්තනය කරනවා, සහ ප්‍රතික්ෂේප කරනවා.



කතන්දරය

- සම්පත්**
- කතන්දරයේ පිටපත (56 වැනි පිටුව හෝ මෙම සබැඳිය බලන්න.)
 - මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි කතන්දරය නිරූපණය කෙරෙන අංක 3 - 23 ස්ලයිඩ් හෝ එම ස්ලයිඩ්වල මුද්‍රිත පිටපතක්. (අවශ්‍ය නම් මේවා නොමැතිව ද මෙම අභ්‍යාසය සිදු කළ හැකි ය.)
 - 'එකමන් එක කාලෙක' කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රශ්න සහිත අත්පත්‍රිකාව (සහභාගිවන්නන් 3-4 දෙනෙකුට එක් පත්‍රිකාව බැගින්), හෝ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රශ්න සහිත, පූර්වයෙන් සූදානම් කරගත් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි.

කතන්දරය, පෝස්ටර් සහ අත් පත්‍රිකා මෙතැනින් ලබා ගන්න.

පෙර සූදානම

ඔබට ආකර්ෂණීය කතන්දරකරුවෙකු විය හැකි වන පරිදි සහ කවර අවස්ථාවක කවර පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩය හෝ පෝස්ටරය පෙන්විය යුතුද යන්න පිළිබඳ විශ්වාසය ඇති කර ගත හැකි වන පරිදි කතාව නඟන කියවීමට හෝ විය ඔබේම වචනවලින් නැවත කියවීමට පුහුණු වන්න.

ඔබ පෝස්ටර් භාවිතා කරන්නේ නම්, ඒවා කල්තබා බිත්තියක් මත ඇලවීම ගැන සලකා බලන්න. එවිට සුදුසු අවස්ථාවේදී හිවැරදි පෝස්ටරය වෙත යොමු වීම පහසු කරයි.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 35

- **කතන්දර කීම මි. 15**
ඔබ කතන්දරයක් කියවීමට යන බව සහ පසුව විය පූර්ණ කණ්ඩායම හා කුඩා කණ්ඩායම් වශයෙන් සාකච්ඡා කරන බව පැහැදිලි කර දෙන්න. කතන්දරය කියමින් පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ්/පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කරන්න. බොහෝ හැඟීම් සහිතව කියවීමට උත්සාහ කරන්න!
- **ඉක්මන් පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව මි. 5**
පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සැපයීම සඳහා අත් ඔසවන ලෙසට සහභාගිවන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න - එක් ප්‍රශ්නයකට ප්‍රතිචාර දෙකක් පමණක් ලබා ගන්න.
 - ඔබ සිතන ආකාරයට මෙම කතාවෙන් ලබා දෙන පණිවුඩ හෝ දැනමුතුකම් මොනවාද?
 - වර්තන හැසිරුණු ආකාරය පිළිබඳ ඔබ අගය කළ යමක් තිබේද?

ඉතිරි! කුඩා කණ්ඩායම් සාකච්ඡා සඳහා ප්‍රමාණවත් කාලයක් ලැබෙන බව සහතික කර ගැනීම සඳහා කාලය කළමනාකරණය කර ගැනීම පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙන්න.

(බෙර සහ නළුවා ඒ ගම්වාසීන්ට වැදගත් වීම යන අදහස සහභාගිවන්නන්ට නුහුරු දෙයක් නම්, ඉන් හියෝපනය වන්නේ ගම්වාසීන්ගේ ඇදහිලි සහ ආගමික චාරිත්‍ර වන බව පැහැදිලි කරන්න.)

- **කුඩා කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව (මි. 15)**
සහභාගිවන්නන්ව 3-4 දෙනා බැගින් වූ කණ්ඩායම්වලට බෙදා සෑම කණ්ඩායමකට ම කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රශ්නවල පිටපතක් බැගින් ලබා දෙන්න. ප්‍රධාන වචන හත පෙන්නුම් කෙරෙන පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 24 හෝ එම වචන ලැයිස්තුවක කර ඇති ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය ප්‍රදර්ශනය කරන්න. මෙම වචන සියල්ලම යම් ආකාරයකින් කතාවට සම්බන්ධ බව පැහැදිලි කරන්න. (ප්‍රධාන වචන: සිතීම, විශ්වාස කිරීම, අයත් වීම, ප්‍රශ්න කිරීම, ප්‍රශ්න කිරීම, පරිවර්තනය කිරීම, සහ ප්‍රතික්ෂේප කිරීම)

- පහත සඳහන් ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරන ලෙසට කණ්ඩායම් වලින් ඉල්ලා සිටින්න:
 - කතාවේ සිදුවූ දේවලට සහ එහි වර්තවල ඔබ අගය කරන හෝ අකමැති දේවලට මේ වචන අදාළ වන්නේ කොයි ආකාරයට ද?
 - මිනිසුන් සිතීම, විශ්වාස කිරීම, අයත් වීම, ප්‍රගුණ කිරීම, වෙනස් කිරීම, ප්‍රශ්න කිරීම හෝ ප්‍රතික්ෂේප කිරීම පිළිබඳව ධනාත්මක දේ පැවසෙන, ඔබේ සංස්කෘතියෙහි හෝ ඇදහිලි සම්ප්‍රදායෙහි ඇති කතන්දර ඔබට සිහිපත් කර ගත හැකිද?
 - මිනිසුන්ට මෙම දේවල් කිරීමට ඉඩ දෙන විට ප්‍රජාවට ප්‍රතිලාභ ලැබෙන්නේද? නැතහොත් එය ප්‍රජාවට තර්ජනයක්ද? නැති නම් ඒ දෙකම ද?
 - මෙම දේවල් සිදු කරන අය නොමැතිව ධනාත්මක වෙනසක් කිරීම කළ හැකිද?

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 10

තමන්ගේ සාකච්ඡාවේදී සිත්ගන්නාසුළු, වැදගත් හෝ දුෂ්කර යැයි තමන්ට හැඟුණු එක් දෙයක් අන් අය සමඟ බෙදා ගන්නා ලෙසට සෑම කණ්ඩායමකින් ම ඉල්ලා සිටින්න.

පහත දැක්වෙන කරුණු ඔස්සේ යමක් පැවසීමෙන් අවසන් කරන්න:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව හිමිකම සම්බන්ධ සාරධර්ම හා අයිතිවාසිකම් ගවේෂණය කිරීමට ආරම්භයක් ලෙස අපි මෙම කථාව ආවර්ජනය කළා.
- මෙම සාරධර්ම සහ අයිතිවාසිකම් සරල හෝ මතභේදාත්මක නොවන ඒවා නොවේ. ඒවා අපගේ සිත් තරමක් කරදරයට පත්කළ හැකියි. උදාහරණයක් ලෙස, ඔබ පහත සඳහන් දේ පිළිබඳ කල්පනා කරනවා විය හැකියි:
 - මිනිසුන්ට තමන් තනිව ම සිතීමට සහ තමන්ගේ ජීවිතය ගත කරන ආකාරය තෝරා ගැනීමට නිදහස තිබේ නම්, එය අපගේ සංස්කෘතිය, සම්ප්‍රදායයන් සහ විශ්වාසයන්ට තර්ජනයක් නොවේද?
 - මිනිසුන් මෙම නිදහස යහපත සඳහා යොදා ගනිවී යැයි අපට ඇති සහතිකය කුමක්ද? හරක අදහස් හෝ හරක චේතනා ඇති අය සිටිති. සෑම කෙනෙක් ම තමන්ගේ මිතුරන්ට ජීවිතය යහපත් කර දීමට අවශ්‍ය වූ සියානා මෙන් නොවේ. සමහර විට ඔහෝ ට හිරිහැර කළ සහ 'ඔබ සැම සාදරයෙන් පිළිගනිමු' නැමති පුවරුව ඉරා දැමීමට කල්ලියක් සංවිධානය කළ හේ වෙළඳසැල් හිමියා මෙන් සමහර මිනිස්සු අනෙක් පුද්ගලයින්ට හානියක් වන අයුරින් ක්‍රියා කිරීම යුක්ති සහගත කිරීමට තම විශ්වාස භාවිතා කරති.
- මේවා අපි දිගින් දිගටම ගවේෂණය කිරීමට යන වැදගත් ප්‍රශ්න! අනෙක් අතට, සිතීමට හා විශ්වාස කිරීමටත්, වෙළඳපොළේදී සිදුවන වෙනස්කොට සැලකීම වැනි හරක යැයි සිතන දේ ප්‍රශ්න කිරීමටත් මිනිසුන්ට ඉඩ නොදෙන හොත් ධනාත්මක වෙනසක් සිදුවිය නොහැකියි.
- එසේ නම්, මිනිසුන්ට තිබිය යුතු අයිතිවාසිකම් මොනවාද සහ රජයට එම අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීමට හැකි විය යුත්තේ කවර අවස්ථාවලද? දැන් අපි ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් නීතියට මේ සම්බන්ධයෙන් කීමට ඇත්තේ මොනවාද කියා ඉගෙන ගනිමු.

3. ඉදිරිපත් කිරීම: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හඳුන්වාදීම මි. 15

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම ඉදිරිපත් කිරීම මගින් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහ එය සීමා කරනු ලැබිය හැකි අවස්ථා හඳුන්වා දෙයි. එය මෙම පාඨමාලාවට දැනුම යොදවන ප්‍රධාන කොටසක් වේ.



ඉදිරිපත් කිරීම

- සම්පත්**
- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 60 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
 - එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 25 - 46 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කථිකයාගේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
 - මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමඟ සපයා ඇත.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වෙන්න. කථන පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (හැර හොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). දැන් ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් පත්‍රිකා සමඟ ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වෙන්න.

ඉගිය! සහභාගිවන්නන්ට ප්‍රශ්න ඇසීමට/අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

සටහන

ඔබේ රටේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හා සම්බන්ධ වඩාත් වැදගත් හිඟ සහ ඒවා ජාත්‍යන්තර සම්මතයන්ට සම්බන්ධ වන ආකාරය පිළිබඳ තොරතුරු එක් කිරීම සඳහා මෙම ඉදිරිපත් කිරීමට මිනිත්තු කිහිපයක් වකඳු කිරීමට ඔබට අවශ්‍ය විය හැකිය. මෙම තොරතුරු සොයා ගැනීමට ඔබට උපකාරී වන උපදෙස් සහ සබැඳි පහසුකම් සපයන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශයේ 153 - 154 වැනි පිටුවල දී ඇත.

සහභාගිවන්නන්ට වැඩි වේලාවක් අවධානය යොමු කරමින් සිටිය නොහැකි බැවින් පමණට වඩා වැඩි කාලයක් කථා නොකරන්න! අවශ්‍ය නම්, ඉදිරිපත් කිරීම් වලින් පසු ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකමක් සිදු කරන්න. මෙය සිදු කිරීමට හැකි වන පරිදි වෙනත් ක්‍රියාකාරකම් සඳහා ඇති කාලය අඩු කරන්න (උදා: ආරම්භක අභ්‍යාසය කපා දමන්න), හැර හොත් දීර්ඝ සැසියක් පවත්වන්න.

4. පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මි. 10

විස්තරය සහ අරමුණ

කලින් සිදු කළ ඉදිරිපත් කිරීම පිළිබඳ සාකච්ඡාවක් සිදුකිරීම හරහා ඉදිරිපත් කිරීමෙන් ලබා ගත් දැනුම ධාරණය කර ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට හැකි කරවයි.

සාකච්ඡාව සිදු කරන ආකාරය

ඉදිරිපත් කළ කරුණු පිළිබඳ සහභාගිවන්නන්ට පොදු අදහස් සහ ප්‍රශ්න ඇත්නම් ඒවා ප්‍රකාශ කරන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. ඉන් පසු පහත සඳහන් පැති ඔස්සේ ප්‍රශ්න අසන්න:

- ඉදිරිපත් කර ඇති අයිතිවාසිකම් වලින් ඔබට වැදගත් වන්නේ කවර ඒවාද?
- ඔබට පිළිගැනීමට අපහසු හෝ ව්‍යාකූලත්වයක් සහිත යමක් තිබුණේද?

මිනිත්තු දහයකට පසුව පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න. කණ්ඩායම දැන් අභ්‍යාසයක් හරහා සාකච්ඡාව අඩුණ්ඩුව සිදු කරමින් ප්‍රශ්න ගවේෂණය කිරීමට යන බව පැහැදිලි කරන්න.

මතක තබා ගන්න: ඔබ පහසුකම් සලසන්නෙක් මිස විශේෂඥයෙක් නොවේ! සහභාගිවන්නන්ට ප්‍රශ්නයක් ඇත්නම් සහ එයට ප්‍රතිචාර දැක්විය යුතු ආකාරය ඔබ දන්නේ නම් පිළිතුරු දෙන්න, නමුත් පිළිතුරු දැන සිටිය යුතු යැයි පීඩනයක් ඇති කර නොගන්න! මෙය අනෙක්වන ගවේෂණ ක්‍රියාවලියක් බවත්, ඔබගේ කාර්යභාරය වන්නේ සංවාදය පැවැත්වීම සඳහා පහසුකම් සැලසීම මිස මේ විෂයයෙහි විශේෂඥයෙකු වීම නොවන බවත් අවධාරණය කරන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

ඉගිය! ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සහභාගිවන්නන් අසන්නට ඉඩ ඇති සංකීර්ණ ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු ලබා දීමට ඔබට අවශ්‍ය මග පෙන්වීමක් 21-28 වැනි පිටුවල දී ඇත.

5. පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: මගේ දවස තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මි. 35

විස්තරය

මිනිසුන් වැඩිහෙටු ජීවිතයේදී තමන් සිතන, විශ්වාස කරන, අයත් වන, ප්‍රගුණ කරන, ප්‍රශ්න කරන, අභියෝග කරන සහ ප්‍රතික්ෂේප කරන ආකාරය පිළිබඳව ආවර්ජනය කරන, යුගල වශයෙන් නියැලිය යුතු අභ්‍යාසයකි.

අරමුණ

සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා අපට ඇති අයිතිය අපගේ වැඩිහෙටු ජීවිතයේදී භාවිතා කරන බව හඳුනා ගැනීමට මිනිසුන්ට උපකාර කිරීම, මෙම අභ්‍යාසයේ අරමුණ වේ. න්‍යාය තුළදී පමණක් නොව, සැබෑ ජීවිතයේ දී ද අපට අයිතීන් වැදගත් වන බව නිරූපණ කිරීමට මෙය උපකාරී වේ.

- සම්පත් සහ පෙර සූදානම**
- සැසියේ 48-60 පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් හෝ මෙම ස්ලයිඩ්වල මුද්‍රිත පිටපත්, සැසිවාරයට පෙර බිත්තියක් මත සවි කරගන්න.
 - කණ්ඩායම් වැඩ ප්‍රශ්න සහභාගිවන්නන් 3-4 දෙනෙකුට එක් පිටපතක් බැගින් හෝ කණ්ඩායම් වැඩ ප්‍රශ්න ලියා පෙර සූදානම් කරගත් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසියකි.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

අනන්‍යතාවය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 4

යුගල වශයෙන් බෙදී කාමරය පුරා විසිරී යන මෙන් සහනාගීවන්තන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

අපි දැන් අපගේ දෛනික ජීවිතයේදී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස කියන්නේ කුමක්ද කියා සිතා බලමු. පළමුව, එක් එක් පුද්ගලයාට නිහඬව කල්පනා කර බැලිය හැකියි. ඉන්පසු අපි අපගේ යුගලය තුළ අපගේ අදහස් බෙදා ගෙන නැවත කණ්ඩායම එක්වී අපගේ සිතුවිලි සාකච්ඡා කරමු.

පහත පාඨය කියවන්න (නැතහොත් ඒ හා සමාන දෙයක් පවසන්න). ඔබ විය කියවන අතරතුර 47 - 59 දක්වා වූ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් ප්‍රදර්ශනය කරන්න, නැතහොත් ස්ලයිඩ්වල මුද්‍රිත පිටපත් ප්‍රදර්ශනය කරන්න.

"ඔබගේ ජීවිතයේ සාමාන්‍ය දිනයක් ගැන සිතන්න. ඔබ ඔබගේ සිතුවිලි, විශ්වාස, ප්‍රශ්න සහ ආගමික හෝ ආගමික නොවන අයත්වීම හෝ අනන්‍යතාව පිළිබඳ ඔබේ හැඟීම ප්‍රකාශ කරන්නේ කවර අවස්ථාවක ද සහ කෙසේද? විය පහත සඳහන් අවස්ථා විය හැක:

- ඔබ ආහාරයට ගන්නා හෝ නොගන්නා දේ සම්බන්ධව,
- ඔබ අදින පළඳින හෝ එසේ නොකරන දේ සම්බන්ධව,
- යාච්ඤා කිරීම් හෝ වත් පිළිවෙත් හෝ ජීවිතයේ ප්‍රධාන අවස්ථා සැමරීම් වලදී,
- ඔබ කියවන දේ සම්බන්ධව,
- ඔබගේ පවුලේ සාමාජිකයින්, මිතුරන් හෝ සගයන් සමඟ ඔබ සිදු කරන සංවාද වලදී සහ ඔබ ඔබේ දරුවන් හදා වඩා ගන්නා ආකාරය සම්බන්ධව, හෝ
- ඔබ ප්‍රජාවට සේවය කරන ආකාරය හෝ සමාජයේ ඔබට අදාළ වන ගැටළු සම්බන්ධයෙන් ඔබ කටයුතු කරන ආකාරය තුළ".

අනන්‍යතාවය සිදු කරන ආකාරය මි. 30

සිතන්න! (මි. 5)

තමන්ගේ සාමාන්‍ය දිනයක් ගැන මිනිත්තු 5 ක් නිහඬව සිතා බලන ලෙස සෑම අයෙකුගෙන් ම ඉල්ලා සිටින්න. සාමාන්‍ය දිනයක දී ඔවුන් ඔවුන්ගේ අදහස්, විශ්වාස, ප්‍රශ්න සහ ආගමික හෝ ආගමික නොවන අනන්‍යතාව/අයත්වීම පිළිබඳ ප්‍රකාශ කරන්නේ කවර අවස්ථාවල ද සහ ඒ කෙසේද?

යුගල සාකච්ඡාව (මි. 10)

තමන්ගේ අදහස් තමන්ගේ යුගලය තුළ බෙදා ගන්නා ලෙසට සහ පහත සඳහන් ප්‍රශ්න වලින් තමන්ට කථා කිරීමට පහසු යැයි හැඟෙන විකල්ප පිළිබඳ සාකච්ඡා කරන ලෙස සහනාගීවන්තන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න:

- ඔබ අන් අය සමඟ ඔබේ අදහස් බෙදාගත් හෝ යමක් පිළිබඳ ප්‍රශ්න කළ අවස්ථාවක් පිළිබඳ කතාවක් බෙදා ගන්න. සිදු වූයේ කුමක්ද සහ ඔබට විය දැනුණේ කෙසේද?
- ඔබට අන් අය සමඟ ඔබේ අදහස් බෙදා ගැනීමට නොහැකි වූ, වැරදි යැයි ඔබට හැඟුණු දෙයක් පිළිබඳ ප්‍රශ්න කිරීමට නොහැකි වූ හෝ ඔබගේ අනන්‍යතාවය පිළිබඳ විවෘතව සිටීමට නොහැකි වූ අවස්ථාවක් පිළිබඳ කතාවක් බෙදා ගන්න. ඔබට විය දැනුණේ කෙසේද?
- ඔබගේ වදිනෙදා ජීවිතයේදී ඔබේ අදහස් සහ ඔබේ අනන්‍යතාවය ප්‍රකාශ කිරීමට හැකිවීම ඔබට වැදගත් ද? වැරදි යැයි ඔබ විශ්වාස කරන අදහස් හෝ පිළිවෙත් ප්‍රශ්න කිරීමට හැකිවීම වැදගත් වන්නේ ද?
- ඔබේම විශ්වාසයන් වෙනුවට අනෙක් අය සිතන සහ විශ්වාස කරන දේ පදනම් කරගෙන ජීවත් වීමට ඔබට බල කරනු ලැබීම ඔබට දැනෙන්නේ කෙසේද?

බෙදාගන්න (මි. 15)

නැවත සම්පූර්ණ කණ්ඩායමට එක්වන ලෙස සහනාගීවන්තන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. අපගේ යුගල තුළ අපි සාකච්ඡා කරමින් සිටි ප්‍රශ්න සියල්ලම පහත සඳහන් ප්‍රශ්නවලට සම්බන්ධ වේ:

- සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ආරක්ෂා කරනු ලබන අයිතිවාසිකම් අපට වැදගත් වන්නේද?
- එම අයිතිවාසිකම් නොමැති විට අපට විය දැනෙන්නේ කෙසේද?

සහනාගීවන්තන් යුගල වශයෙන් කළ සාකච්ඡා මත පදනම්ව, මේ හා සම්බන්ධ ඔවුන්ගේ සිතුවිලි, හැඟීම් හෝ අත්දැකීම් බෙදා ගැනීමට යමෙක් කැමති දැයි විමසන්න. අදහස් බෙදාගැනීම් සියල්ල ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත්වීම තුළින් සිදු කළ යුතුය!

අනන්‍යතාවය අවසන් කරන ආකාරය මි. 1

සෑම දෙනාටම අදහස් ලබා දීම වෙනුවෙන් සහ සාකච්ඡාවට සම්බන්ධ වීම වෙනුවෙන් ස්තූති කරමින් අනන්‍යතාවය අවසන් කරන්න.

ඉගිය! සංවාදය ආරම්භ කිරීමේ ප්‍රමාදයක් ඇති වුව හොත් ඔබේ ම ජීවිතයට අදාළව ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ යම් ආවර්ජනයක් කිරීමට සූදානම්ව සිටින්න.

6. අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව මි. 5

විස්තරය

මෙම කෙටි කථාව සැසිය තුළ සාකච්ඡා කළ කරුණු සාරාංශ කර, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා තමන්ට ඇති අයිතිය වෙනුවෙන් පෙනී සිටි සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුගේ කතාව පරිවර්තනයක් ඇති කිරීම සමග සම්බන්ධ කර, ඉදිරි සැසිවලදී අපේක්ෂා කළ යුතු දේ කුමක්ද යන්න සහනාගිවන්නන්ට පවසයි.

පැවසිය යුතු දේ

පහත සඳහන් කරුණු ඉදිරිපත් කරන්න. හැකි නම් සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 61-63 ස්ලයිඩ් භාවිතා කර පිටර් ගේ කතාව නිදර්ශනය කර පෙන්වන්න.

- අද අපි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය ගවේෂණය කර බැලුවා, ජාත්‍යන්තර හිතියට අනුව අප සහ සියලුදෙනා සතු අයිතිවාසිකම් ගැන ඉගෙන ගත්තා.
- එය තරමක් සංකීර්ණ මානව හිමිකමක්, එහි අපට නොතේරෙන දේ හෝ අප එකඟ නොවන දේ තිබිය හැකියි. නමුත් අපට අවබෝධ වන සහ අපි එකඟ වන දේ ද ඇති බව මට විශ්වාස යි. එය සමාජ පරිවර්තකයින්ට ආරම්භ කිරීමට හොඳ ස්ථානයකි!
- අප වැනි සාමාන්‍ය පුද්ගලයින්ට අපගේ ප්‍රජාව තුළ ඇති ගැටළු සම්බන්ධයෙන් වෙනසක් කළ හැකියි.
- 64 වැනි පිටුවේ දී ඇති පිටර්ගේ කතාව කියවන්න (එමෙන් ම, සැසිය සඳහා වන බාගත කළ හැකි සම්පත් වලින් ද එය බාගත කර ගත හැකිය).
- අපගේ ඊළඟ සැසියේදී, අපි වරප්‍රසාද හා අවාසි සහ අනන්‍යතාව පිළිබඳ ගැටළු ගවේෂණය කිරීමට යම් කාලයක් ගත කරනවා. එයින් පසු සැසිවලදී අපි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳව සහ අපට වෙනසක් සිදු කළ හැකි ක්‍රම පිළිබඳව තව දුරටත් ඉගෙන ගනිමු.



කෙටි කතාව



'නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත'

"සහනාගිවූවන් කතන්දර වලට බොහෝ අඟ කළා - එය සැසියේ හොඳම කොටස වුණා. වර්ත, රූප සටහන්, තේමා - ඒවා ඔවුන්ට කතා කළා."
නිදහස වූයේ, පහසුකම් සලසන්නා, ටැන්සානියාව

නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත

කැතරින් කෂේ සහ සිඩ්සෙල්-මාර් වින්තර් ප්‍රාග් විසිති විභූ ටොබ් නිව්සම් විසිති

මෙම කතන්දරය 'එකමත් එක කාලෙක අභ්‍යාසය' සඳහා පදනම සපයන අතර, 2 වැනි සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 3 සිට 23 දක්වා වන ස්ලයිඩ් වලින් විය නිරූපණය කර තිබේ.



නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත



එකමත් එක කාලෙක ගම්මාන දෙකක් තිබුණා.



වනාන්තරයේ තිබුණු ගමේ වැසියන් බෙර වාදනය හා හැටුම් සඳහා ප්‍රසිද්ධයි. ළමයෙකුට කෙළින් වාඩි විය හැකි වූ මොහොතේ සිටම ඔවුන්ට බෙරයක් ලබා දෙනවා. හිඟඬව ඇදහැලෙන වර්ෂාවක් මෙන් හඬ නැගෙන ඉතා කුඩා බෙර සහ දෙදෙනෙකු විසින් ඔසවාගෙන යා යුතු තරම් විශාල ගිගුරුම් හඬ සහිත බෙර ද තිබුණා. බෙර වාදනය ඔවුන්ගේ ජීවිතය සමග – එනම් සැමරුම්, ශෝකවිම් සහ ඒ අතර වූ සෑම දෙයක දී ම – එකට ගමන් කළ දෙයක්. වනාන්තරයේ සිටින ආත්මයන් සමග සම්බන්ධයෙන් තමන්ගේ ජීවිතය පවත්වා ගෙන යාමට බෙර වාදනය උපකාරී වන බව එම වැසියන් විශ්වාස කළා.



පහළ මිටියාවතේ පිහිටි ගමේ වැසියන් කවදාවත් බෙර වාදකයින්ව තෝරාම අරගෙන තිබුණේ නැහැ. ඔවුන් බෙර වාදනය ආගන්තුක දෙයක් ලෙස සලකමින් එම සරල 'බෙරහඬ' දෙස බැලුවේ අවිඥා සහගතව සිහන වෙමින්මයි. මිටියාවතේ පිහිටි මේ ගම්මානයේ පිරිමි ළමයෙකු උපත ලැබූ විට, ඔහුගේ පියා ලියෙන් හෝ අස්ථි වලින් නළුවක් කැටයම් කළ අතර, එම පිරිමි ළමයා තම ජීවිතය අවසන් වන තුරුම එම නළුව තම ගෙල වටා පැළඳි නූලක එල්ලාගෙන සිටිනවා. ඔවුන්ගේ සාම්ප්‍රදායික තාල, දක්ෂ ලෙස වාදනය කරන්නට ඉගෙන ගැනීමට වසර ගණනාවක් ගත වූ අතර, දිව්‍ය ලෝකයේ සිටින දෙවියන්ගේ සිත වසඟයට පත් වී ගොවිබිම් වලට වැස්ස සහ හිරු එළිය ලබා දෙන තරමට ඉතා මිහිරි ලෙස නළුව වාදනය කරවිය හැකි දක්ෂතාවයක් තිබූ පිරිමින්ට ඉහළම ගෞරවය හිමිවුණා.



බෙර ගම්මානයේ ගම්වැසියන් තම නාණ්ඩ විකිණීම සඳහා නළා ගම්මානයේ සති පොළට ගියත්, එම ගම් දෙකේ වැසියන් එකට එකතු වුණේ නැහැ. වෙළඳ පොළ තුළ බෙර වාදනය තහනම් කරලා තිබුණේ. නළා ගම්මානයේ බොහෝ වෙළඳසැල් හිමියන් බෙර වාදකයින්ට බඩු විකිණීම ප්‍රතික්ෂේප කළා. ඒ වගේම බෙර වාදකයින්ට නළා ගම්මානයේ වැසියන් ගැන මනාපයක් තිබුණේ නැහැ.



පවුලේ එකම දරුවා වූ සියානා නම් කුඩා ගැහැණු ළමයෙක් නළා ගම්මානයේ ජීවත් වුණා. ඇයගේ විමසිලිමත් බව සහ කරුණාවන්තකම හිසා සියලු දෙනාම ඇයට ආදරය කළා. ඇයට වයස අවුරුදු 10 දී ඇයගේ පියා අසනීප වුණා. එක දවසක් ඔහු ඇයව ඔහු ළඟට කැඳවා, "මගේ ආදරණීය දුවේ, මම වැඩි කලක් ජීවත් වෙන එකක් නැහැ. මගේ නළුව අරගෙන විය පැළඳගන්න, එවිට අපි සැමවිටම එකට ඉඳිවී". මෙය අසා සියානා වික්ෂිප්ත වුණා; ගැහැණු ළමයින් නළුව පැළඳ සිටීම ඒ ගමේ සිරිතක් වුණේ නැහැ. නමුත් වැඩි කල් නොගොස් ඇය තමාගෙන් ම මෙහෙම ඇහුවා, "මට වාදනය කිරීමට ඉඩ නොදිය යුත්තේ ඇයි?" ඇගේ පියා මිය ගිය දිනයේ රාත්‍රියේ දී සියානා පියාගේ නළුව ගෙන ඇයගේ බෙල්ල වටා පැළඳ ගත්තා.



සියානා වැඩෙත්ම ඇය තම මවට වෙළඳ පොළේ දී විකිණීම සඳහා ච්චුවච වගා කිරීමට උදව් කළා. ඇය කඩිසර හා කාරුණික වුවත්, ඇය නළුව පැළඳ සිටි නිසා ඇයගේ ගමේ අය බොහෝ විට ඇයට හින්දා කළා. සමහර විට ඔවුන් විය ගලවා දැමිය යුතු යැයි ඇයට ඒත්තු ගැන්වීමට උත්සාහ කළත් ඇය විය ප්‍රතික්ෂේප කළා. සියානාට අවස්ථාවක් ලැබුණු සෑම විටම ඇය වනාන්තරයට ගොස් පියාගේ නළුව වාදනය කළා.



ච්චැති වීක් දවසක සියානාට සියුම් බෙර වාදනයක් ඇසුණා. කුතුහලයෙන් යුතුව ඇය බෙර හඬ ඔස්සේ වනාන්තරය හරහා ගමන් කර විලිමහන් ස්ථානයකට පැමිණියා. එතන සිටි තරුණයෙක් බෙරයක් වාදනය කරමින් ගායනයක යෙදී සිටිය දී ඔහුගේ සහෝදරය ගසකින් පළතුරු නෙළමින් සිටියා. සියානා ඔවුන්ව වෙළඳ පොළේදී හඳුනා ගෙන තිබුණා – ඔවුන් ඔහෝ සහ අයිරිස් කියන සහෝදර සහෝදරියන් දෙදෙනායි.

ගස් පිටුපස සැඟවී සිටි සියානා ඇයගේ නළුව වාදනය කරන්න පටන් ගත්තා. නළුවේ ගීතය සහ බෙරයේ රිද්මය ලස්සන සංගීතයක් මවමින් විකිනෙක සමග මුසුවුණා.

ගීතය අවසන් වූ විට සියානා ප්‍රවේශමෙන් විලිමහන වෙත පියමන් කළා. නළුව සහිත ගැහැණු ළමයෙකු දැකපු ඔහෝ සහ අයිරිස් පුදුමයට පත් වූ නමුත්, ඔවුන්ට මෙන්ම ඇයටත් නළා ගම්මානයේ දී නළුව වාදනය කිරීමට ඉඩ නොදෙන බව වටහා ගත් ඔවුන් ගේ මුහුණට සිනහවක් හැඟුණා. අයිරිස් ඊට පස්සේ සියානා ට පළතුරු ටිකක් දුන්නා. මේ තුන් දෙනා සවස් වන තුරු ම කතාබහ කරමින් සංගීතය වාදනය කළා.



ඊළඟ වෙළඳපොළ දිනයේ දී සියානා ඇයගේ අලුත් යාළුවෝ තේ කඩය ඉදිරිපිට ඉන්නවා දැක්කා. තේ කඩයේ අයිතිකාරයා ඔවුන්ට කෑගැසුවා, “යනවා යන්න, ජරා බෙරකාරයෝ!” ඔහෝ කෝපයට පත් වූ නමුත් අයිරිස් ඔහුව එතනින් අහකට ඇදගෙන ගියා. ඔහෝ වෙනුවෙන් තේ හඳුමන් සිටි කඩය අයිතිකරුගේ පුතා ලැජ්ජාවෙන් බලා සිටියා.



සියානා මීට පෙර කිසි දවසක ‘බෙර වාදකයින්ට තනනම්’ කියලා ලියලා තිබුණු පුවරු ගැන හිතලා තිබුණේ නැහැ. ඇය සහ ඇයගේ මව කිසි විටෙකත් බෙර වාදකයින්ගේ කඩවලින් කිසිවක් මිල දී ගෙන නැති බව තේරුම් ගත් විට ඇයගේ හදවතට බරක් දැනුණා.

ච්චැන රාත්‍රියේ සියානා ඇයගේ අම්මා සමග කථා කරමින් ඉන්න විට ඇය ඔවුන් කවදාවත් බෙර වාදකයින්ගේ කඩවලට යන්න නැත්තේ ඇයි කියලා ඇහුවා. “ඕයා දන්න දේට සීමා වෙලා ඉන්න එක වඩා හොඳයි” යනුවෙන් ඇයගේ මව පිළිතුරු දුන් නමුත්, සෑම කෙනෙකු ම ම සෑම තැනකදී ම සාදරයෙන් පිළිගන්නේ නැත්තේ ඇයි දැයි තේරුම් ගත නොහැකි වූ සියානා ඒ පිළිබඳ දිගින් දිගට ම විමසුවා. ඔහෝ සහ අයිරිස් ඔවුන්ගේ කඩයේ විකුණන රසවත් පළතුරු ගැන ඇය ආශාවෙන් කථා කළා. අන්තිමේදී, සියානා ගේ මව ඊළඟ දවසේ දී ඔවුන්ගේ පළතුරු කඩයෙන් පළතුරු කිහිපයක් අරගෙන බලන්න එකඟ වූණා.



මේ අතර, තේ කඩය අයිතිකරුගේ නිවසේ දී ඔහුගේ පුත් බ්‍රෝන් තම පියා බෙර වාදකයින්ට සලකපු ආකාරය ගැන ප්‍රශ්න කළ විට කලබලයක් ඇති වුණා. තේ කඩයේ හිමිකරු ගමේ වඩාත් ගෞරවයට පත් වූ නළා වාදකයෙකු වූ අතර ඔහු ආඩම්බර පුද්ගලයෙක් ද වුණා. ඔහුගේ පියා සහ සීයාත් දක්ෂ සංගීතඥයන් වූ නමුත් ඔහුගේ පුතා ගැන තිබූ දැඩි බලාපොරොත්තුව සුන් වුණා. බ්‍රෝන් කොතරම් උත්සාහ කළත් ඔහුට ඉතාම මූලික තාලයක් වත් වාදනය කර ගන්න බැරි වුණා. වසර ගණනාවක් තිස්සේ බලහත්කාරයෙන් පුහුණු වෙමින් කුරිරු ලෙස විවේචනය කරනු ලැබීමෙන් පසුව බ්‍රෝන්ට නළුව පිළිබඳ තිබූ සියලු රසාස්වාදයන් නැති වී ගොස් තිබුණා. බෙරවල දුරස්ථ රිද්මයට සිත ඇදී ගිය ඔහු වෙනත් ජීවිතයක් ගැන සිහින මැව්වා.



කාලය ගෙවී යත්ම සියානා, අයිරිස් සහ ඔනෝ තිදෙනා හිතරම කැලැවේ දී හමුවී එකට එක්ව වාදනය කිරීමට පුරුදු වුණා. ඔවුන් ද සිහින මැවීවේ සෑම කෙනෙකුටම සාදරයෙන් පිළිගන්නා, විවෘතව බෙර සහ නළා වාදනය කළ හැකි, වෙළඳපොළ තුළ දී ඔවුන්ට එකට එක්ව ඔවුන්ගේ සුන්දර සංගීතය වාදනය කළ හැකි කාලයක් ගැන යි.



සෑම සතියක ම ඔනෝ සහ අයිරිස් වළවළ කඩයේ දී සියානා සහ ඇගේ මව බැලීමට යන අතර, සියානා ගේ මව ඔවුන්ගෙන් පළතුරු හා ඇට වර්ග මිලදී ගන්නවා. දිනක් තම ඉහ පටිය මත තබාගෙන සිටි බෙරය දෙස සියානා ගේ මව කුතුහලයෙන් බලා සිටින බව ඔනෝ දැටුවා.

“මේක හිතාවෙන බෙරය”, ඔනෝ කිව්වා. “ඒකෙ ශබ්දය කියන්නෙ සතුට. මම ඒක වාදනය කරන විට ළමයි නටනවා, හිතාවෙනවා”. විය සියානා ගේ මවගේ සිත් ඇදගත්තා.

අනෙක් බෙර වාදකයින් ද එතැනට එක්රැස් වීමට පටන් ගත් අතර, සියානා සහ ඇයගේ මව ඔවුන්ගේ බෙර ගැන ද විමසුවා. ඒවා සියානා ගේ මවට ඇයගේ වළවළ වීම් ඉතා ඉක්මණින් විකුණා ගන්න පුළුවන් වුණා. වෙළඳ පොළේ ඔවුන්ගේ කොටසට පැමිණෙන බෙර වාදකයින්ව පිළිගැනීම ගැන අසල්වැසි කඩ හිමියන් කලබලයට පත් වූ නමුත්, සියානා ගේ මව තර්ක කළේ සෑම කෙනෙකුට ම එකිනෙකාගෙන් මිලදී ගත හැකි නම් ඔවුන් සියල්ලන්ට ම වඩාත් වැඩි ආදායම් ලැබෙනු ඇති බවයි.



ඔවුන්ගේ කුටිය අසල ම මහළු මිනිසෙක් කුළුබඩු විකුණමින් සිටියත් ඔහුට හොඳ වෙළඳාමක් තිබුණේ නැහැ. වෙළඳාම වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා “හැමෝම සාදරයෙන් පිළිගනිමු” යනුවෙන් පුවරුවක් සවි කිරීමට යෝජනා කළ ඔනෝ, මහල්ලා සඳහා බෙරයක සහ නළාවක රූපයක් සහිත අලංකාර පුවරුවක් පින්තාරු කළා.

මහළු මිනිසාගේ වෙළඳාම වැඩි වූ අතර, ඉන් පසුව කුමයෙන් අනෙකුත් වෙළඳසැල් හිමියන්ටත් විය ඒත්තු ගියා. බෙර වාදකයින්ට මෙන්ම නළා වාදකයින්ට අයිති කඩ වලත් “හැමෝම සාදරයෙන් පිළිගනිමු” යන පුවරු පෙනෙන්නට පටන් ගත්තා. වෙළඳපොළ දියුණු වුණා.



නමුත් සියල්ල හොඳින් සිදු වුණේ නැහැ. බෙර වාදකයින් තමාගේ වෙළඳසැලට ඇතුළු වීම ගැන බෝන් ගේ පියා බියට පත් වුණා. විය වතෙක් පැවති පරණ කුමවලට තර්ජනයක් ලෙස දැටු ඔහු, ඒ සමාන අදහස් තිබූ තවත් අය එකතු කර ගෙන එම පුවරු කඩ දමා බෙර වාදකයින්ට හිරිහැර කළා. වෙළඳපොළ තුළ කලබලකාරී තත්වය වර්ධනය වූ බැවින් වෙළඳපොළ සභාවත් එයින් කනස්සල්ලට පත්වුණා.



බෝන් තම පියාගේ කුටියෙන් සහාය දීම ප්‍රතික්ෂේප කළා. ඒ වෙනුවට ඔහු සහ මහළු කුළුබඩු වෙළෙන්දා වෙළඳපොළ සභාවට කටා කර වෙළඳපොළේ සිටින සියලු දෙනා සඳහා ප්‍රසංගයක් පැවැත්වීමට ඔවුන්ව පොළඹවා ගත්තා. සමහර විට බෝන් ගේ පියා සහ අනෙක් අය ඔවුන්ගේ කටාවලට සහ ගිතවලට සවන් දීමට බෙර වාදකයින් කැමති නම් ඔවුන්ව පිළිගැනීමට ඉගෙන ගනු ඇත.



ප්‍රසංගය පිළිබඳ පුවත සැමතැනම පැතිර ගිය අතර මිනිසුන් දුර සිට වියට පැමිණියා. වෙළඳසැල් හිමියෝ එදින වෙනදාට වඩා බොහෝ දේ විකුණා ගත්තා.

අන්තිමේදී ප්‍රසංගය ආරම්භ කරන වෙලාව ආවා. මහළු කුළුබඩු වෙළෙන්දා තම ලී නළාව ගෙන ලස්සන තාලයක් වාදනය කරද්දී ඔහුගේ දියණිය හොඳ අස්වැන්නක් ලබා දීම වෙනුවෙන් දෙවියන්ට කෘතඥතාවය පළ කරන ගීතයක් ගායනා කළා. තමාගේ තරුණ කාලයේ දී වසර ගණනාවක් දුෂ්කරතා විඳීමෙන් පසුව මෙම ගීතය තමාට එතරම් ම ප්‍රයෝජනවත් වූයේ මන්දැයි ඔහු පැහැදිලි කළා.

පිරිස අතර සිටි සමහර බෙර වාදකයින්ගේ සිහනව හා ප්‍රණාමය දැක්වීම දැටු බෝන් ගේ පියා පුදුමයට පත් වුණා.



මහළු වෙළෙන්දා ඔනෝට සහ අයිරිස්ට වේදිකාවට ආරාධනා කළා. ඔවුන් තම බෙරවල කතන්දර පවසා, වනාන්තරයේ දොළපාරේ රඟ දෙන ආත්මයට ගෞරවයක් වශයෙන් අලංකාර තාල නිර්මාණය කර, ඔවුන්ගේ පලතුරු ගස් ආරක්ෂාකාරීව තබා ගැනීම වෙනුවෙන් කුණාටු ආත්මයට ස්තූති කිරීමට ගිගුම් දෙන ගීත ගායනා කළා. පළමු වතාවට නළා ගමේ ගැමියන් බෙර වාදකයින් බෙර වාදනයෙන් අදහස් කළේ කුමක්ද යන්න තේරුම් ගන්න පටන් ගත්තා. බෝන් ගේ පියා ඒ දෙස රවා බැලුවා.



අවසානයේ සියානා වේදිකාවට පැමිණ ඔනෝ සහ අයිරිස් සමග එක් වුණා. ඇය තම පියා සිහිපත් කර, ඔහුගේ නළාව තොල් මත තබා ඔවුන් තිදෙනා එක්ව වාදනය කිරීමට පටන් ගත්තා. විමතිගෙන් යුතු හිඟඳිතාවක් පැතිර ගියා. මින් පෙර කිසි දිනෙක නළාව සහ බෙරය එකට ඇසී තිබුණේ නැහැ.

සියානා ගේ නළාවෙන් නිර්මාණය වූ හිරු හා වැසි දෙවියන් සඳහා කෘත ගුණ දැක්වීමේ තාල වාතය හරහා පාවී ගොස් දොළ පාර රඟ දෙක තාලයට වාදනය වූ ඔනෝ ගේ බෙරයේ රිද්මය සමග මුසු වුණා.

ගීතය අවසන් වීමත් සමග පිරිස එකිනෙකාගේ මුහුණ දෙස බැලුවා. සමහරු දෙහිඳියාවෙන් මෙන් අත්පුඩි ගසදීදී තවත් සමහරු ඉවත බලා ගත්තා. බෝන් ගේ පියා සියානා දෙස බලා තරහින් පුපුරමින් "දෝහියා!" කියමින් කෑ ගැසුවා.

තම පියා දෙස බලා සිටි බෝන් ගේ මුහුණ ශෝකජනක විය. තම හිස සලමින් ඔහු ඔහුගේ ගෙල වටා එල්ලා තිබූ නළාව ගෙන තම පියාගේ වෙළඳ කුටිය මත තබා සදහට ම ගමෙන් පිටව ගියා.



ප්‍රසංගයෙන් පසු ගම් දෙකෙහි ම විශාල කතාබහක් ඇති විය. වෙළඳ පොළේ සෑම කඩයක ම සෑම කෙනෙකුටම සේවා ලබා දිය යුතුද? ගැහැණු ළමයින්ට නළාව වාදනය කිරීමට ඉඩ දිය යුතු ද? නළාව සහ බෙරය කවදා හෝ එකට වාදනය කළ යුතුද? මාස ගණනාවකට පසුවත් ගම්වැසියන්ට තවමත් ඒ ගැන එකඟ වෙන්හ බැරිවුණා.

බෙර වාදකයින්ගේ අත්දැකීම්වලට ඇහුම්කන් දී, සියලු ජනතාවගේ අවංකතාවය දුටු වෙළඳපොළ සභාව මෙසේ තීන්දු කළේය:

"වෙළඳපළ තුළ දී සියලුම මිනිසුන්ට හොඳින් සලකනු ලැබිය යුතුය!"

බෙර වාදනය සඳහා පනවා තිබූ තහනම ඉවත් කර, ඉතිරිව තිබූ 'බෙර වාදකයින්ට තහනම්' යන පුවරු ඉවත් කරන ලදී. නමුත් උපකරණ වාදනය කිරීම සම්බන්ධයෙන් සභාව පැත්තක් ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කළේය. ඒ වෙනුවට, "එක් එක් පුද්ගලයාගේ අවංක විශ්වාසයට ගරු කරන අතර ඔවුන්ට එය අනුගමනය කිරීමට හිදනස ඇත" යනුවෙන් ප්‍රකාශ කළේය.



වෙළඳපොළේ සෑම වෙළඳ කුටියකදී ම තමන්ව පිළිගනු ලබන බව බෙර වාදකයින්ට හැඟී යාමට වසර ගණනාවක් ගත වූ නමුත්, සෑම සතියක ම සියානා, ඔනෝ සහ අයිරිස් එක්ව ඔවුන්ගේ හිසකේ සුදු වී ඇඟිළි දරදඬු වන තෙක් ම නළාවේ සහ බෙරයේ ගීත වාදනය කරමින් සිටිනු දක්නට ලැබුණි.

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත

සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස හඳුන්වාදීම

2 වැනි සැසියේ ඉදිරිපත් කිරීමට අදාළ වන මෙම කථන පිටපත, සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේදී අංක 25 සිට 46 දක්වා වන ස්ලයිඩ් මගින් නිරූපණය කර තිබේ.

සටහන: මෙම ඉදිරිපත් කිරීම තුළ 'නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත' යන කතන්දරය පිළිබඳව සඳහන් වේ. ඔබේ කණ්ඩායම සඳහා මෙම කතන්දරය භාවිතා කිරීමට ඔබ අදහස් නොකරන්නේ නම්, ඔබට මෙම කථන පිටපත සංස්කරණය කර ගැනීමට සිදු වනු ඇත. පහසුකම් සපයන්නන්ගේ මාර්ගෝපදේශයේ 55 වැනි පිටුවෙන් සහ මෙම සබැඳිය මගින් ඔබට එම කතාව ලබා ගත හැක.

හැඳින්වීම



ඉතින්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස මගින් ආරක්ෂා කරන්නේ කවුරුන්ව ද, නැතහොත් කුමක් ද?

තර්කානුකූල පිළිතුර නම් ආගම් සහ විශ්වාස යැයි ඔබට සිතෙන්නට පුළුවන්. නමුත් ඇත්ත වශයෙන්ම, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස මගින් ඒ තුළ ඇති ආගමික හෝ වෙනත් විශ්වාස ආරක්ෂා කරන්නේ නැත. එය දෙවියන් වහන්සේව හෝ පූජනීය දේ ආරක්ෂා කරන්නේ නැත. අනෙක් සෑම මානව හිමිකමක් මගින් මෙන්ම මෙමගින් ද ආරක්ෂා කරන්නේ මිනිසුන්වයි.

මෙම අයිතියට කියන සම්පූර්ණ නම, සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනසට ඇති අයිතිය යි. මෙම අයිතිය මගින් පුද්ගලයා කවුරුන්ද, ඔවුන් විශ්වාස කරන්නේ කුමක්ද, ඔවුන් කවර ආගමකට අයත්ද යන්න නොසලකා සෑම මිනිසෙකුගේ ම අයිතිවාසිකම් ආරක්ෂා කරනවා.

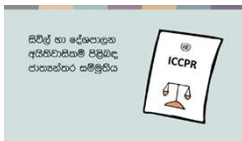


ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස හිදුනස පදනම් වී ඇත්තේ සියලු ම මිනිසුන්ට පහත සඳහන් මූලික අවශ්‍යතා ඇත යන අදහස මතයි:

- සිතීමටත්, යහපත් හා සත්‍ය දේ කුමක්දැයි තමන්ට ම තීරණය කිරීමටත් ඉඩ දෙනු ලැබීමට;
- පොදු විශ්වාස, පිළිවෙත් සහ අනන්‍යතා සහිත කණ්ඩායම් වලට අයත් වීමට; සහ
- අදහස් හා පිළිවෙත් ප්‍රශ්න කිරීමට, සහ ඔවුන් විශ්වාස කරන දේ ගැන ඔවුන්ගේ මනස වෙනස් කර ගැනීමට සහ ඔවුන්ගේ හෘදය සාක්ෂියට විරුද්ධ දේ කිරීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට.

සිතීමට, විශ්වාස කිරීමට, අයත් වීමට, ප්‍රගුණ කිරීමට, ප්‍රශ්න කිරීමට, මනස වෙනස් කර ගැනීමට සහ ප්‍රතික්ෂේප කිරීමට.

අපට ඇති අයිතිවාසිකම් මොනවාද?



ඉතින්, අපට ඇති අයිතිවාසිකම් මොනවාද? අපි දැන් සම්මුතිවල සඳහන් වෙලා තියෙන දේ දෙස බලමු.

සිවිල් හා දේශපාලන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතියේ (ICCPR) 18 වැනි වගන්තිය මගින් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස ආරක්ෂා කර තිබෙනවා. මෙය නීතියෙන් බැඳී සිටිය යුතු වන හිමිකමක් වන අතර, රටවල් 173 ක් මෙම ජාත්‍යන්තර නීති අනුගමනය කිරීමට පොරොන්දුවී සිටිනවා. (සහනාගීවන්නන්ගේ රට ද මෙම සම්මුතිය පිළිගෙන තිබේ දැයි ඔවුන්ට පවසන්න.)



එහි 18 වැනි වගන්තියේ පළමු වැනි වාක්‍යයේ මෙසේ සඳහන් වෙනවා: "සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම ඇදහීමේ හිදුනස සෑම පුද්ගලයෙකුට ම තිබිය යුතු ය."



තමන් ගැහැණු ළමයෙක් වුනත් තමන්ට නළුව පැළඳීමට ඉඩ දිය යුතු යැයි සිතූ, කතන්දරයේ ඉන්න සියානා ට වගේ සෑම කෙනෙකුට ම තමන් විසින් ම සිතීමට අයිතියක් තියෙනවා.



තමන්ගේ පියාගේ ක්‍රියා වැරදි යැයි විශ්වාස කළ නිසා පියාට උදව් කිරීම ප්‍රතික්ෂේප කරනු බ්‍රෝන්ට් වගේ අපගේ හෘදය සාක්ෂියට ඇහුම්කන් දීමට අපටත් අයිතියක් තිබෙනවා.



විශ්වාස දැරීමට හා අයත් වීමට, වනම් ආගමික හෝ ආගමික නොවන විශ්වාස දැරීමට සහ ආගම හෝ විශ්වාසය පදනම් කර ගත් අනන්‍යතාවයක් ඇති කර ගැනීමට අපට අයිතියක් තිබෙනවා. නළුවේ සහ බෙරයේ ගීත කතාවේ ගම්වැසියන් මෙන් අපගෙන් බොහෝ දෙනෙක් ද අවංක විශ්වාස දරනවා. අපගේ විශ්වාස සහ අපි එම විශ්වාස බෙදාගන්නා පුද්ගල ප්‍රජාව අපට විශාල වශයෙන් වැදගත් වෙනවා.



නමුත් අපි ජීවත් වන්නේ කුමන සමාජයක වුනත්, අපගේ විශ්වාස කෙතරම් සත්‍ය සහ නිවැරදි වුනත්, තමන්ගේ නළුව ගලවා දමා තම ප්‍රජාව හැර ගිය බ්‍රෝන්ට් වගේ කුමන හේතුවක් නිසා හෝ තමන්ගේ විශ්වාස හෝ තමන්ගේ ප්‍රජාව කෙරෙහි විශ්වාසය නැති වුණු අය ඉන්න පුළුවන්.



ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් නීතියේ දී, ඔබේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ අයිතිය සමග ම ඔබේ ආගම හෝ විශ්වාස හැර යාමට සහ වෙනස් කිරීමට ඇති අයිතියත් ආරක්ෂා වෙනවා.

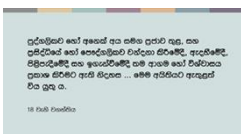


සිතීමට, විශ්වාස කිරීමට, ප්‍රශ්න කිරීමට සහ අපගේ විශ්වාස වෙනස් කිරීමට ඇති මෙම අයිතිවාසිකම් බොහෝ විට අන්‍යන්තර නිදහස ලෙස හඳුන්වනවා. ඒවා අපගේ මනසේ සහ අපගේ ආත්මයේ සිදු වෙමින් පවතින දේවල් පිළිබඳව වන අතර, වය අපගේ අනන්‍යතාවයට, ඒ කියන්නේ අපි කවුරුන්ද යන්න පිළිබඳ අප තුළ ඇති හැඟීමට අදාළ වෙනවා.

මේ හේතුව නිසා ඒවා පරම අයිතිවාසිකම් වෙනවා. ජාත්‍යන්තර නීතිය යටතේ කිසි විටෙකත් මෙම අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීමට කිසිදු පුද්ගලයෙකුට හෝ රජයකට අවසර නැහැ. නමුත් ඇත්ත වශයෙන්ම, ආගම සහ විශ්වාස කියන්නේ අපේ මනසේ හා ආත්මයේ සිදුවන දෙයට වඩා බොහෝ සෙයින් වැඩි දෙයක්! අපි කරන දේ ගැනයි - වචන සහ ක්‍රියාවන් තුළින් අපගේ විශ්වාස ප්‍රකාශ කරන ආකාරය ගැනයි වියට ඇතුළත් වෙනවා.



අපි අහනු කතන්දරයේ, ගම්වැසියන්ගේ ජීවිත නළු පැළඳීමේ සිට වදිනෙදා ජීවිතයේ බෙර වාදනය දක්වා වූ ඔවුන්ගේ විශ්වාස හා අයත්වීම ප්‍රකාශ කෙරෙන පිළිවෙත් වලින් පිරි තිබුණා. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හරහා මෙම අයිතිවාසිකම් ද ආරක්ෂා කරනවා. අපි නැවත සම්මුතිය දෙස බලමු:



18 වැනි වගන්තියේ මෙසේ සඳහන් වෙනවා:

"පුද්ගලිකව හෝ ප්‍රජාව තුළ වෙනත් අය සමග සහ ප්‍රසිද්ධියේ හෝ පෞද්ගලිකව, වන්දනා කිරීමේ දී, පිළිපැදීමේ දී, ප්‍රගුණ කිරීමේ දී සහ ඉගැන්වීමේ දී තම ආගම හෝ විශ්වාසය ප්‍රකාශ කිරීමට ඇති නිදහස ... මෙම අයිතියට ඇතුළත් වන්නේය."

අපිට පුද්ගලිකව යාවිඳා කිරීමට සහ සාමූහික වන්දනා කිරීම් සහ සම්ප්‍රදායන් සහිතව ප්‍රජාවක කොටසක් ලෙස අපගේ ආගම ඇදහීමට හෝ විශ්වාස ප්‍රකාශ කිරීමට අයිතියක් තිබෙනවා. එම ප්‍රජාවටත් අයිතිවාසිකම් තිබෙනවා - ඒවා තම ප්‍රජාවේ සාමාජිකයන්ව පාලනය කිරීමේ අයිතිවාසිකම් නොවෙයි, ඒවා රාජ්‍යය සම්බන්ධයෙන් පවතින අයිතිවාසිකම්. උදාහරණයක් වීදියට, ආගමික හා විශ්වාස ප්‍රජාවන්ට අවශ්‍ය නම් බැංකු ගිණුම් පවත්වා ගැනීමට, මිනිසුන් සේවයේ යෙදවීමට සහ ගොඩනැගිලි අයිති කර ගැනීමට හැකි වන පරිදි ඔවුන්ට නීතිමය අනන්‍යතාවයක් ලබා ගත හැකි බවට රාජ්‍යය සහතික විය යුතුයි.

පුද්ගලයින්ට සහ කණ්ඩායම්වලට ආගමක් ඇදහීමට හෝ විශ්වාසයක් දැරීමට විවිධ ක්‍රම තිබෙනවා. ආරක්ෂා කරනු ලබන ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳ උදාහරණ වන්නේ ජාතීන්ගේ විශේෂඥයින් විසින් ඕනෑ තරම් ලබා දී තිබෙනවා. උදාහරණයක් ලෙස, අපිට පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන්නට අයිතිවාසිකම් තිබෙනවා:



- වන්දනා කිරීම සඳහා වක්රස් වීමට, උත්සව සැමරීමට සහ ආගමික පිළිවෙත් කරන දිනවල වතාවත් කිරීමට.
- ආගමික ඇඳුම් ඇඳීමට සහ විශේෂ ආහාර වේල් ගැනීමට.
- පූජනීය ස්ථාන සහ සුසාන භූමි තිබීමට සහ ආගමික සංකේත ප්‍රදර්ශනය කිරීමට.
- සමාජයේ කාර්ය භාරයක් ඉටු කිරීමට; උදාහරණයක් ලෙස, පුණ්‍යාසනය පිහිටුවීමට, සහ
- ආගම හෝ විශ්වාස ගැන කතා කිරීමට සහ ඉගැන්වීමට, සහ නායකයින් පුහුණු කිරීමට හෝ පත් කිරීමට.

මෙම අවස්ථාවෙහිදී, ඔබ මෙසේ සිතනවා විය හැකිය: "විශිෂ්ඨයි - මේ ආකාරයේ අයිතිවාසිකම් තමයි මගේ ප්‍රජාවටත් අවශ්‍ය!". නැති නම් ඔබ කනස්සල්ලට පත්වෙනවා විය හැකියි!

ස්වේච්ඡාවාදය හා සමානාත්මතාවය - අන් අයට හානියක් නොකරන්න!



අන් අය කෙරෙහි වෛරය හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වය ප්‍රචර්ධනය කිරීම සඳහා තම ආගම හෝ විශ්වාස භාවිතා කරන, අන් අයට වෙනස් කොට සලකන හෝ තම කණ්ඩායම තුළ සිටින අන් අයට යටපත් කරන සහ පාලනය කරන පුද්ගලයින් ගැන කුමක් කිව හැකිද? ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ, අනෙක් පුද්ගලයින්ට කුමන බලපෑමක් ඇති වුවත්, ඔවුන්ට එසේ කිරීමට නිදහස ඇති බවද? වාසනාවට විය එසේ නොවේ!



මානව හිමිකම් සම්මුතියේ අපගේ අයිතිවාසිකම් මොනවාද යන්න මෙන්ම අපගේ අයිතිවාසිකම් සඳහා ඇති සීමාවන් මොනවාද යන්නත් අපට කියා දෙනවා. වෙනත් ආකාරයකින් කියනවා නම් - අපගේ අයිතිවාසිකම් ක්‍රියාත්මක කිරීමේදී අප සතු වගකීම් මොනවාද යන්න කියා දෙනවා. කිසිවෙක් තමන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ නිදහස අන් අයට හානියක් වන අයුරින් භාවිතා නොකළ යුතුයි කියා අපට මෙම වගකීම් සාරාංශගත කළ හැකියි. මානව හිමිකම් සම්මුතියට අනුව මෙය සෑම පුද්ගලයෙකුගේ ම සදාචාරාත්මක යුතුකමක්. සෑම කෙනෙකුගේ ම අයිතිවාසිකම්වලට ගරු කිරීමටත්, සෑම කෙනෙකුම හානිවලින් ආරක්ෂා කිරීමටත් රජයට හිතීමය වගකීමක් තිබෙනවා. දැන් අපි හානිවීමෙන් අප ආරක්ෂා විය යුතු ආකාරය පිළිබඳව වඩාත් පැහැදිලි කරගනිමු.



පළමුව: බලහත්කාරයක් නොතිබිය යුතුයි! ආගම ඇදහීම හෝ විශ්වාස දැරීම යන කාරණාවලදී බලහත්කාරයට අවසර නැත. විශ්වාස කිරීම හා අයත්වීම ස්වේච්ඡාවෙන් සිදු විය යුතුයි. යමෙකුට විශ්වාස කිරීමට හෝ විශ්වාස නොකිරීමට, පිළිවෙත් ඉටු කිරීමට හෝ නොකිරීමට, ආගමකට අයත් වීමට හෝ අයත් නොවීමට බලකිරීම සඳහා බලධරීන්ට, විශ්වාස අදහන ප්‍රජාවන්ට සහ පවුල්වලට තර්ජනය කිරීම්, බිය ගැන්වීම් හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වය යොදා ගැනීමට අවසර නැත.



දෙවනුව: වෙනස්කොට සැලකීම නොකළ යුතුයි! සම්මුතියේ 2 වැනි වගන්තිය මගින්, ආගම, ජාතිය, ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය හෝ භාෂාව යනාදී කරුණක් මත, කවර හෝ ආකාරයකට වෙනස්කොට සැලකීම තහනම් කර තිබෙනවා. මානව හිමිකම් ටීවීසුම් අත්සන් කර ඇති රාජ්‍යයන්, සෑම කෙනෙකුට ම එක හා සමානව සැලකීමටත්, අප ඉගෙන ගත් කතන්දරයේ වෙළඳපොළ සභාව විසින් සිදු කරන ලද පරිදි, සමාජයේ වෙනස්කොට සැලකීම අවසන් කිරීම සඳහා ක්‍රියාශීලීව කටයුතු කිරීමටත් එකඟ වී තිබෙනවා.



තෙවනුව: අයිතිවාසිකම් විනාශ නොකළ යුතුයි! 5 වැනි වගන්තියේ සඳහන් වන්නේ එක් මානව හිමිකමක් වෙනත් මානව හිමිකම් විනාශ වන අයුරින් ක්‍රියාත්මක කිරීමේ අයිතිය ලැබෙන්නක් ලෙස අර්ථ දැක්වීමට කිසිදු රජයකට, කණ්ඩායමකට හෝ පුද්ගලයෙකුට අවසර නැති බවයි. 20 වැනි වගන්තිය මගින් වෙනස් කොට සැලකීමට, විදිරිවාදිකම් වලට හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වයට පොළඹවා ගැනීම තරහා ආගමික වෛරය පැතිරීම වෙනුවෙන් පෙනී සිටීම තහනම් කරයි. යම් ආගමක් තමන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්නේ කුමක්ද යන්න පිළිබඳව රජයක් හෝ පුද්ගලයෙක් කුමක් සිතුවත්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ඔවුන්ට වෙනත් ජනතාවන්ගේ අයිතිවාසිකම් පාහා දැමීමට අයිතියක් ලබා දෙන්නේ

යැයි කිසිවෙකුට තර්ක කළ නොහැකියි. එබැවින්, බෙර වාදකයින්ට හිරිහැර කිරීම නිවැරදි දෙය යැයි බ්‍රෝන් ගේ පියා සිතුව ද, ඔහුට එසේ කිරීමට අයිතියක් නැත.

ප්‍රවණ්ඩත්වය සාධාරණීකරණය කිරීමට හෝ උසිගැන්වීමට ආගම යොදාගන්නා අවස්ථා හෝ මිනිසුන්ට හානි කරන ආගමික වත්පිළිවෙත් පිළිබඳ උදාහරණ ඕනෑ තරම් ඔබේ සිතට නැගෙනවා ඇති බව මට විශ්වාසයි. මිනිසුන් සාමකාමීව තම ආගම ඇදහීම හෝ විශ්වාස දැරීම අසාධාරණ ලෙස වළක්වන ලද අවස්ථා ගැනද ඔබේ සිතට නැගෙනවා ඇති.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට ඇති සීමා



එහෙම නම්, මෙම නීති මොනවාද? රජයන්ට ආගම් ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සීමා කරන්නට අවසර ලැබෙන අවස්ථා මොනවාද? අපි මේ නීති පිළිබඳ ඉක්මනින් විමසා බලමු.

පළමුවෙන් ම, සිතීමට හා විශ්වාස කිරීමට ඇති අයිතිය (අභ්‍යන්තර නිදහස) කිසි විටෙකත් සීමා කළ නොහැකියි. දෙවනුව, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සීමා කරනු ලැබිය හැකියි - නමුත් එසේ කළ හැක්කේ පහත සඳහන් නීති හතර අනුගමනය කරන විට පමණයි:



1. සීමාව විස්තර කෙරෙන **නීතියක්** තිබිය යුතුයි. වෙනත් වචන වලින් කිවහොත්, පොලිසියට ඔවුන් කැමති කැමති දේ කළ නොහැකියි.
2. පහවන සීමාව, එමගින් විසඳීමට උත්සාහ කරන ගැටලුවට **සමානුපාතික** විය යුතුයි. නිදසුනක් වශයෙන්, යම් විශ්වාසයක් අදහන ප්‍රජාවක ඔබ්බට හිටි පද්ධතිය ඉතා සෝභාකාරී නම්, එහි හඬ අඩු කරන ලෙසට හෝ දඩයකට යටත් වන ලෙස එම ඇදහිලි ප්‍රජාවට නියෝග කරනු ලැබිය හැකියි. ඔවුන් වික්රස්වීම සම්පූර්ණයෙන් ම තහනම් කිරීම සමානුපාතික නොවෙයි.
3. සියලුම සීමා කිරීම් **වෙනස්කොට සැලකීමෙන් තොර** විය යුතුයි - ඒවා සෑම කෙනෙකුටම අදාළ විය යුතුයි.
4. එම සීමා කිරීම් පහත සඳහන් දේ වලින් එකක් ආරක්ෂා කිරීම සඳහා **අවශ්‍ය** වන ඒවා විය යුතුයි: මහජන ආරක්ෂාව, මහජන සාමය, මහජන සෞඛ්‍යය, මහජන සදාචාරය හෝ පුද්ගලයින්ගේ වෙනත් අයිතීන් සහ නිදහස.

'අවශ්‍ය' යන වචනය ඇත්තට ම වැදගත්. සීමා කිරීම් පැනවීම සුදුසුයි කියා රජය හෝ ජනගහනයෙන් බහුතරයක් විසින් සිතීම පමණක් ප්‍රමාණවත් වන්නේ නැත; සීමාව පැනවීම අවශ්‍ය විය යුතුයි. වෙනත් වචන වලින් කිවහොත්, අදාළ අයිතිවාසිකම් සීමා නොකර එම පිළිවෙත් හරහා නිර්මාණය වූ ගැටළුව විසඳීමේ වෙනත් ක්‍රමයක් නොතිබිය යුතුයි. අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීම යනු අවසාන විසඳුමකි. එසේ වුවත්, සමහර විට එය අවශ්‍ය වේ.



උදාහරණයක් ගනිමු - ඕනෑවට වඩා මිනිසුන් සංඛ්‍යාවක් පුජනීය ස්ථානයකට වික්රස් වීම අනතුරුදායක විය හැකිය. එබැවින්, මහජන ආරක්ෂාව මත පුජනීය ස්ථානයට ඇතුල්වීමට අවසර දිය හැකි පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව සීමා කිරීමට බලධාරීන්ට අවශ්‍ය විය හැකියි.

කොරෝනා වෛරස් වසංගතය තුළදී වන්දනා කිරීම සඳහා වික්රස්වීම් සම්බන්ධ මහජන සෞඛ්‍ය සීමා කිරීම් ඉතා සුලභ වී තිබෙනවා - සමහර විට මෙම සීමාවන් අවශ්‍ය, සමානුපාතික හා වෙනස් කොට නොසලකන ඒවා වේ. සමහර විට ඒවා අතිශයින් වෙනස් කොට සලකන හා අසමානුපාතික ස්වභාවයෙන් යුක්තයි.

කාන්තාවන්ගේ ලිංගඡේදනය තහනම් කිරීම අන් අයගේ, එනම් මේ අවස්ථාවේදී ගැහැණු ළමයින්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ නිදහස ආරක්ෂා කරන සීමා කිරීමකට උදාහරණයක්. මෙය සංස්කෘතික හෝ ආගමික පිළිවෙතක් ලෙස සලකනු ලැබුවත්, එය ගැහැණු ළමයින්ගේ සෞඛ්‍යයට අනතුරුදායක වන අතර, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට අදාළව එය සාධාරණීකරණය කළ නොහැකියි.



මෙම නීති ඇත්තෙන් ම වැදගත්. එම නීති නැති නම් රජයන්ට තමන් අකැමති ඕනෑම කණ්ඩායමක් හෝ පිළිවෙතක් සීමා කිරීමට හැකියි. සීමා කිරීම් කියන්නේ අවසාන විසඳුමක් මිස රාජ්‍ය පාලනය සඳහා වන මෙවලමක් නොවෙයි. මිළඟ සැසියේදී අපි ලෝකය පුරා සිදුවන විවිධ ආකාරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳව වඩාත් ගැඹුරින් විමසා බලමු.

සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා

2 වැනි සැසියේ අවසන් අදහස් දැක්වීම් වල කොටසක් ලෙස පහත සඳහන් කතාව කියවනු ලැබේ. සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේ 61-63 ස්ලයිඩ්වල මෙය විභූයෙන් දක්වා තිබේ.

පීඊර් ගේ කතාව, පාකිස්තානය



කතන්දරය

පීඊර් කියන්නේ පාකිස්තානයේ ලාහෝර් නගරයට අයත්, ප්‍රධාන වශයෙන් ම මුස්ලිම් ජනතාව පිවත් වන කෝට් ලාක්පාත් ප්‍රදේශයේ පිවත් වූ ක්‍රිස්තියානි ප්‍රජාවක් සඳහා වෙනසක් ඇති කිරීමට උපකාර කළ තරුණයෙක්. සෑම උදෙසනකම පීඊර් තමන්ගේ දවස ආරම්භ කරන්නේ ප්‍රාදේශීය ක්‍රිස්තියානි රූපවාහිනී නාලිකාවක දේවගැතිවරයෙක් ඉදිරිපත් කරන දේව මෙහෙයක් නැරඹීමෙන් අනතුරුවයි. "මට ශුද්ධවූ ලියවිලි කියවීමට හෝ බයිබල් අධ්‍යයන කණ්ඩායම්වලට සහභාගී වීමට වැය කරන්න කරම් කාලයක් නැහැ. නමුත් මේ දේව මෙහෙය නැරඹීම මගේ දවස ආරම්භ කරන්න කදිම ක්‍රමයක්", ඔහු පවසයි.

එක් උදෙසනක ක්‍රිස්තියානි රූපවාහිනී නාලිකාව විකාශය වූයේ නැහැ. මුලදී පීඊර් හිතුවේ කුමක් හෝ තාක්ෂණික ගැටළුවක් ඇති කියලා. සතියකට පසුවත් එම නාලිකාව විකාශය නොවී තිබෙන විට, පීඊර් සහ එම ප්‍රදේශයේ සිටි, නිතිපතා එම වැඩසටහන නැරඹූ ප්‍රේක්ෂකයින් පිරිසක් එම රූපවාහිනී දේව මෙහෙය ඉදිරිපත් කළ දේවගැතිවරයා හමු වූවා. දේවගැතිවරයා ඔවුන්ට කියා සිටියේ නාලිකාව අනෙකුත් ප්‍රදේශවල හොඳින් විකාශය වන බවයි.

ඒ පිළිබඳව සොයා බැලූ විට ඔවුන්ට දැනගන්න ලැබුණේ එම ප්‍රදේශයේ මුස්ලිම් පල්ලියක පූජකවරයෙක් කේබල් තාක්ෂණ ශිල්පියෙක් සමග එක්වී එම ප්‍රදේශයට රූපවාහිනී නාලිකාව කපා හැර තිබූ බවයි. එයට හේතුව එම ප්‍රදේශයේ මවුලවීවරයා එය ඉවැන්ප්ලික ක්‍රිස්තියානි නාලිකාවක් ලෙස සැලකීමයි.

"අපි කොවීවර පුදුම වුණාද කියලා ඔයාලට හිතාගන්න පුළුවන්. අපි අපේ මුස්ලිම් අසල්වැසියන් සමග ඉතා ළඟින් ආශ්‍රය කරනවා. අපට ඒ අය සමග කිසිම ගැටළුවක් නැහැ." පීඊර් කීවිවා.

මෙය ඉතා සංවේදී තත්වයක් කියලා එම කණ්ඩායම දැනගත්තා. එහිසා ඔවුන් උපදෙස් හා තොරතුරු ලබා ගැනීම සඳහා ජාතික ක්‍රිස්තියානි සංවිධානයක් සම්බන්ධ කර ගත්තා. එම උපදෙස් අනුගමනය කරමින් ඔවුන් මුලින් ම කේබල් තාක්ෂණ ශිල්පියාට හමුවුණා. එම නාලිකාවේ විකාශනය නැවත සම්බන්ධ කිරීමට ඔහුගේ විරුද්ධත්වයක් තිබුණා නැහැ, නමුත් ඔහුට මුස්ලිම් පූජකවරයාට එරෙහිව යන්න බැහැ කියලා ඔහු කීවිවා. ඒ මවුලවීවරයා සමග මේ ගැන සාකච්ඡා කළ යුතුයි කියලා කණ්ඩායම තීරණය කළා.

කණ්ඩායමේ නියෝජිතයෙක් පැය තුනකට වැඩි කාලයක් තිස්සේ නාලිකාව විකාශය කිරීමට ඉඩ දෙන ලෙසට ඔහුට ඒත්තු ගැන්වීමට උත්සාහ කළත් එය සාර්ථක වූයේ නැහැ. ඊළඟ දවසේ එම නියෝජිතයා නැවතත් එය උත්සාහ කරමින් පාකිස්තාන ආණ්ඩුක්‍රම ව්‍යවස්ථාවෙන් සෑම පුරවැසියෙකුටම ලබා දී ඇති මානව හිමිකම්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස, සහ අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව මවුලවීවරයාට පැහැදිලි කළා. දවසේ දීර්ඝ කාලයක් පුරා මෙලෙස හේතු දැක්වීමෙන් අනතුරුව, එම නාලිකාව විකාශය කිරීමට ඉඩදීමට මවුලවීවරයා එකඟ වුණා. නමුත්, මුස්ලිම් වැසියන්ගේ යාඥා සිදු කරන වේලාවන්හිදී යාවිඥා කරන අසල්වැසියන්ට බාධා නොවන පරිදි රූපවාහිනියේ ශබ්දය අඩු කරන ලෙස මවුලවීවරයා ක්‍රිස්තියානි නරඹන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටියා.

"අපි හුඟක් සතුටු වුණා!" යනුවෙන් පීඊර් පවසනවා, "මේක හිතමිම රූපවාහිනී විකාශනයක් විතරයි කියලා කෙනෙකුට හිතෙන්නට පුළුවනි, ඒත්, කිතුණුවත් විදිනට ඒක අපේ ජීවිතයේ ඉතා වැදගත් කොටසක්".

මූලාශ්‍රය
පාකිස්තානයේ The Ecumenical Commission for Human Development (ECHD).
ආරක්ෂක හේතූන් මත පීඊර්ගේ නම වෙනස් කර ඇත.

3 වැනි සැසිය

අපගේ විවිධ අනන්‍යතා

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

අපගේ අනන්‍යතාවයන් නිර්මාණය වීමට ඇතුළත් වන විවිධ දේවල් සහ ඒවා සමාජයේ වරප්‍රසාද හා අවාසි සමග සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න මෙම සැසිය මගින් ගවේෂණය කෙරෙයි. සමහර පුද්ගලයින් ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයේ විවිධ පැතිකඩ සම්බන්ධයෙන් මුහුණ දෙන බහුවිධ අවාසි කෙරෙහි මෙහිදී අවධානය යොමු කරනු ලැබේ - උදාහරණයක් ලෙස, ආගමික හෝ වෙනත් සුළුතර කණ්ඩායමකට අයත්වීම සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජතාවය, වයස හෝ සමාජ පන්තිය යන කරුණු දෙකම මත යමෙක් වෙනස්කොට සැලකීමට ලක්විය හැකිය.

ආගමික අනන්‍යතාවය බොහෝ සමාජවල ප්‍රධාන 'බෙදීම් ඇතිකරන්නක්' ලෙස සලකනු ලබන නමුත් අප සියලු දෙනාටම පොදු වෙනත් බොහෝ අනන්‍යතා සහ ජීවිත අත්දැකීම් තිබේ. මෙම සැසියේ අන්‍යාස හරහා එය පෙන්වා දෙයි.

මෙය දැනුම මත පදනම් වූ සැසිවලට වඩා වෙනස්, අන්තර්ක්‍රියා වැඩියෙන් ඇතුළත් සැසියකි. එය සහභාගිවන්නන්ට ආවර්ජනය කරමින් එකිනෙකාගෙන් ඉගෙන ගැනීමට උපකාරී වන විවිධාකාර අන්‍යාස භාවිතා කරමින්, අත්දැකීම් තුළින් ඉගෙනීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි.



ඉගෙනීම් අරමුණු

මෙම සැසියේදී 'අනෙකා' කෙරෙහි ධනාත්මක ආකල්ප වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි සහ වරප්‍රසාද හා අවාසි හඳුනා ගැනීමේ හැකියාව වර්ධනය කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ.

සැසිය අවසානය වන විට සහභාගිවන්නන්ට:

- ආගමික අනන්‍යතාවය යනු ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයේ එක් කොටසක් පමණක් බවත්, ආගමික බෙදීම් පුරාවට ඔවුන්ට පොදු වූ අනන්‍යතා සහ ජීවිත අත්දැකීම් ඇති බවත් හඳුනා ගැනීමට හැකිවේ.
- අපගේ අනන්‍යතාවයේ ඇති විවිධ ලක්ෂණ වරප්‍රසාද හෝ අවාසි වලට හේතු විය හැකි බවත්, එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස සමහර පුද්ගලයින් බහුවිධ අවාසි හෝ බහුවිධ වරප්‍රසාද අත්විඳින බවත් හඳුනා ගැනීමට හැකි වේ.
- තම අනන්‍යතාවයේ අංගයක් නිසා අවාසි සහගත තත්වයන්ට මුහුණ දී ඇති පුද්ගලයින්ට, සහ පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම සඳහා මිනිසුන් බෙදීම් ඉවතලා එකට එකතු වීමේ අවශ්‍යතාවයට සහයෝගය පළ කිරීමට හැකි වේ.

සටහන

මෙම අරමුණු සාක්ෂාත් කර ගැනීම වැඩිපටහන ආරම්භයේ දී සහභාගිවන්නන් සිටින තත්වය මත - උදාහරණයක් ලෙස අනෙකුත් කණ්ඩායම් කෙරෙහි දැඩි ලෙස අසුභවාදී ආකල්ප තිබීම වැනි දේ මත - රඳා පවතින බව මතක තබා ගන්න. ඉගෙනීම් අරමුණු තිබෙන්නේ ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම, ආකල්ප සහ කුසලතා අනුව පහසුකම් සලසන්නන්ට ප්‍රගතියක් අපේක්ෂා කළ හැකි අංශ මොනවාදැයි පෙන්වා දීමට යි. ප්‍රගතිය අත් කර ගැනීම එක් සැසියක් තුළ එක්වරම හෝ පාඩමාලාව පුරාවට ක්‍රමයෙන් සිදුවිය හැකි ය.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



පිළිගැනීම	මි. 2
ආරම්භක අන්තර්ගතය: 'ඔහේ නිබන්ධන දෙයක්' සහභාගිවන්නන්ට අසමානතාවය සහ සහයෝගීතාවය සම්බන්ධ ගැටළු ගැන සිතා බැලීමට උපකාරී වෙයි.	මි. 15
පූර්ණ කණ්ඩායම් අන්තර්ගතය: පියවරක් ඉදිරියට තමන්ගේ පසුබිම තුළ වෙනස්කොට සලකනු ලැබීමට සහ අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට ලක්වන්නේ කවුරුන්ද යන්න ගැන සිතා බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වෙයි.	මි. 45
ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: සියලු දෙනා පුටු මාරු කරන්න ප්‍රකාශ සමග එකඟ වන පුද්ගලයින් පුටු මාරු කරන ශාරීරික අභ්‍යාසයකි.	මි. 10
පූර්ණ කණ්ඩායම් අන්තර්ගතය: අපගේ සමාජ අනන්‍යතා අන්තර්ගතය සහභාගිවන්නන්ට ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයේ විවිධ පැති පිළිබඳව සහ ඔවුන්ගේ විවිධ අනන්‍යතාවයන් අනෙකුත් ආගම්වල පුද්ගලයින්ට ද පොදු වන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව සිතා බැලීමට උපකාරී වෙයි.	මි. 40
අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම්: අනන්‍යතා සහ ඒකාකාරී මෙම අදහස් හරහා, කලින් සිදු කළ අභ්‍යාස මගින් ලබා දුන් පණිවුඩ එකට සම්බන්ධ කරයි.	මි. 8
මුළු කාලය	පැය 2

සූදානම් වෙන්

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සූදානම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වා ගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත් වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- සහභාගිවන්නන්ට එකිනෙකා ආසන්නයෙන් පෙළට සිටගෙන පියවර 10 ක් ඉදිරියට යාමට ප්‍රමාණවත් ඉඩකඩ සහිත කාමරයක් හෝ විලිමහන් ස්ථානයක්.
- 'ඔහේ නිබන්ධන දෙයක්' අභ්‍යාසය සඳහා බෙදා දෙන අත්පත්‍රිකා.
- සහභාගිවන්නන් 8 දෙනෙකුට එක් කතුරක් බැගින් (උදා: පුද්ගලයින් 17 - 24 දක්වා වූ කණ්ඩායම් සඳහා කතුරු 3 ක්).
- මුද්‍රණය කර කපා ගත් චරිත කාඩ්පත් (පියවරක් ඉදිරියට අභ්‍යාසය).
- කියවිය යුතු ප්‍රකාශ ලැයිස්තුව (පියවරක් ඉදිරියට අභ්‍යාසය).
- කියවිය යුතු ප්‍රකාශ ලැයිස්තුව (සියලු දෙනා පුටු මාරු කරන්න අභ්‍යාසය).

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.

කාමරය සූදානම් කරන්න

මෙය ඉතා ක්‍රියාකාරී සැසියක් වන අතර ඒ සඳහා එනා මෙහා ගෙනයාමට පහසු පුටු සහ විශාල ඉඩ ප්‍රමාණයක් අවශ්‍ය වේ. මේස තිබීම බාධාවක් වනු ඇත. සහභාගිවන්නන්ට කාමරය පුරා නිදහසේ ගමන් කළ හැකි වන පරිදි පුටු බිත්තිය දෙසට තල්ලු කර සැසිය ආරම්භ කරන්න.



'පියවරක් ඉදිරියට'

“‘පියවරක් ඉදිරියට’ නැමති අභ්‍යාසය පරිපූර්ණ අභ්‍යාසයක්! මිනිසුන්ව පහත් මට්ටමක තබන ආකාරය සහ මිනිසුන්ව ලේබල් කිරීම සහ අපකීර්තියට පත් කිරීම ඔවුන්ගේ ජීවිතවලට බලපාන ආකාරය විමසින් සැබවින් ම පෙන්නුම් කළා. විශින් පසුව සාකච්ඡා කිරීම සඳහා අපට බොහෝ කාලයක් අවශ්‍ය වුණා.”

හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

“අනෙක් අය හා සමානව ම බුද්ධිමත්, දක්ෂ සහ වෙහෙස මහන්සි වී වැඩ කරන අය වුනත් ඇතැම් පුද්ගලයින්ව පහත කොට සලකන්නේ මන්ද යන්න සහභාගිවුවන්ට අවබෝධ කර ගැනීමට ‘පියවරක් ඉදිරියට’ නැමති අභ්‍යාසය උපකාරී වුණා. වර්ධනය වෙමින් පවතින හිඳැස යන්න සෑම අයෙකු ම සමාන ලෙස උපත ලැබුව ද, වරප්‍රසාද ලත් කණ්ඩායම් වලට සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාව කණ්ඩායම් වලට ප්‍රතිලාභ ලැබෙන ආකාරයට සමාජය ව්‍යුහගත වී ඇති ආකාරය පෙන්නුම් කරන ප්‍රත්‍යක්ෂ හිරුපණය කිරීමක්.”

ඉරෆාන් ඉංජිනියර්, පහසුකම් සලසන්නා, ඉන්දියාව

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. පිළිගැනීම මි. 2

පැවසිය යුතු දේ

සියලු දෙනා සැසිවාරයට සාදරයෙන් පිළිගනිමින් පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න: අද සැසියේ තේමාව වන්නේ 'අපගේ විවිධ අනන්‍යතා' යන්නයි. සැසියේ අරමුණ අපගේ ප්‍රජාවන්හි විවිධ කොටස් අතර පවතින බෙදීම් පමණක් නොව, අප අතර පවතින පොදු ලක්ෂණ ද විමසා බැලීමයි. මෙම සැසිය බොහෝ සාකච්ඡා සහ තොරතුරු බෙදාගැනීම් සහිතව ඉතා අන්තර්ක්‍රියාකාරී ලෙස සිදු වේවි.



කෙටි කතාබහ

2. ආරම්භක අභ්‍යාසය: ඔබේ නිබන්ධන දෙයක් මි. 15

විස්තරය

සහභාගිවන්නන්ට රූපයක් කපා හෝ ඉරා වෙන් කරගැනීමට එක මිනිත්තුවක් ලබා දෙනු ලැබේ, නමුත් කතූරක් ඇත්තේ සහභාගිවන්නන් ඉතා ස්වල්ප දෙනෙක් සතුව පමණකි.

අරමුණ

මෙම අභ්‍යාසය සැසිවාරයට විනෝදජනක, අන්තර්ක්‍රියාකාරී ආරම්භයක් ලබා දෙන අතර, විය මිනිසුන්ට ජීවිතයේ විවිධ ආරම්භක ස්ථාන සහ සහයෝගීතාවයේ ප්‍රතිලාභ ගැන සිතා බැලීමට උපකාරී වෙයි. (1 වැනි සැසිය මතක් කිරීමක් ලෙස, මානව හිමිකම් නියෝජනය කිරීම සඳහා සුප් බඳුනක රූපයක් භාවිතා කරනු ලැබේ.)



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

සම්පත්

- එක් සහභාගිවන්නෙකුට සුප් බඳුන පත්‍රිකාවේ එක් ඡායා පිටපතක් බැගින්.
- සෑම සහභාගිවන්නන් අට දෙනෙකුට ම එක් කතූරක් බැගින්.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 3

සෑම සහභාගිවන්නෙකුට ම සුප් බඳුන පත්‍රිකාවේ එක් ඡායා පිටපතක් බැගින් ලබා දෙන්න (ඔබට ඡායා පිටපත් ගැනීමට ක්‍රමයක් හැකිනම් අතින් අඳින ලද පිංතූරයක් බැගින් ලබා දෙන්න). ඉතා සුළු පිරිසකට (උදා: 8 දෙනෙකුගෙන් එක් අයෙකුට) කතූරක් බැගින් ලබා දෙන්න. සහභාගිවන්නන්ට අභ්‍යාසයේ අරමුණ පැහැදිලි නොකර එම කාර්යය පැහැදිලි කරන්න, උදාහරණයක් ලෙස පහත සඳහන් පරිදි:

"මම 'Go!' කියලා කියනකොටම ඔයාලාට තියෙන්නේ මිනිත්තු 1 ක් ඇතුළත පුළුවන් ඕනෑම ආකාරයකින් ඔබේ කඩදසියෙන් සුප් බඳුනේ පිංතූරය කපා ඉවත් කිරීමයි. ඔබේ කල්පනා ශක්තිය භාවිතා කර ඒ සඳහා මාර්ගයක් සොයා ගැනීමට නිර්මාණශීලී වෙන්න. ඔබ අතරින් වාසනාවන්ත ඉතා ස්වල්ප දෙනෙක් ට කතූරක් ලැබීලා තියෙනවා."

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 11

මිනිත්තු 1 ක් සඳහා කාල ගණක යන්ත්‍රයක් (ටයිමර්) සකස් කර තබා 'Go!' යනුවෙන් පවසන්න. කාලගණකයේ සීනුව හාද වූ විට සියලු දෙනාට ඔවුන්ගේ කාර්යය හවස්වා තමන් සුප් භාජනයේ පිංතූරය කපාගත් ආකාරය සියලු දෙනාටම පෙනෙන සේ විය ඉහළට ඔසවා පෙන්වන ලෙසට උපදෙස් දෙන්න.

සෑම කෙනෙකුගේම උත්සාහය ගැන ප්‍රශංසා කර ඔවුන්ගෙන් පහත සඳහන් පරිදි විමසන්න:

- ඔබ එම කාර්යය විසඳුවේ කෙසේද?
- කතූරක් නොතිබීම ඔබට දැනුනේ කෙසේද?
- කතූරක් ඇති කෙනෙක් විම පිළිබඳ ඇතිවූ හැඟීම කෙබඳුද?
- කතූර ඉල්ලා ගැනීමට හෝ තව අයෙකුට දීම ගැන යමක් සිතුවාද? ඇයි/ඇයි නැත්තේ?

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

- ලොව පුරා සහ අපගේ ප්‍රජාව තුළ මිනිසුන් ජීවිතයේ විවිධ ආරම්භක තත්වයන් සහිතව උපත ලබා ඇති බව මෙම අන්‍යෝන්‍ය මගින් පෙන්වනු ලබයි. අපගේ දෙමව්පියන්ගේ සමාජ හා ආර්ථික තත්වය විතරක් නොවේ, තවත් බොහෝ සාධක අපගේ ජීවිත කොහොම වේවිද කියලා තීරණය කරන්න බලපානවා. සමහර අය "කතුරක්" සහිතව, විවිධ වරප්‍රසාද සමගින් උපත ලැබීමට වාසනාවන්ත වෙතවා. බොහෝ අය එසේ නොවේ.
- සමහර විට, වරප්‍රසාද නොමැති පුද්ගලයින් කතුරක් ණයට ගැනීමට හෝ දේවල් වෙතක් කිරීමට උත්සාහ නොකර ඔවුන්ට ලබා දී ඇති කාර්යභාරය සහ ස්ථානය පිළිගෙන සිටිය යුතුයි කියා සිතනවා. වරප්‍රසාද ලත් අය අන් අයට "කතුර" වෙත ප්‍රවේශ වීමට ඉඩ දීම ගැන සැමවිටම සිතන්නේ නැහැ.
- මානව හිමිකම් යනු ගෞරවයාත්මක ජීවිතයක් පිළිබඳවයි. මානව හිමිකම් ගැන විඩාත් දැනුවත් වීම අපට වෙනස් ආකාරයකින් සිතීමට උපකාරී වනවා. අපට අයුක්තිය පිළිගැනීමට අවශ්‍ය නැහැ, අපට 'කතුරක්' නොමැති නිසා අපි පරාජය විය යුතු ද නැහැ. අපිට කතුරක් 'ඉල්ලා සිටින්න' පුළුවන්! වරප්‍රසාද නොලත් අයගේ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් පෙනී සිටීමට කටයුතු කිරීමට වරප්‍රසාද ඇති පුද්ගලයින්ව උනන්දු කරවීම සඳහා ද මානව හිමිකම් උපකාරී විය හැකියි.

අන්‍යෝන්‍ය අවසන් කරන ආකාරය මි. 1

මෙම සැසියේ ඉතිරි කොටස තුළදී, අපි අපගේ ප්‍රජාව තුළ කවර අය වරප්‍රසාද සහිත පුද්ගලයින් වන්නේ ද සහ අයුක්තියට මුහුණ දෙන පුද්ගලයින් වන්නේ ද යන්න සිතා බලනවා. සෑම කෙනෙකුටම ගෞරවයාත්මක ජීවිතයක් ගත කළ හැකි වන බව සහ 'සුප් බඳුන' වෙත, එනම් අපගේ මානව හිමිකම් වෙත ප්‍රවේශය ලැබෙන බව සහතික කර ගැනීම සඳහා අපට කළ හැකි දේ ගැන සිතා බැලීමට එය අපට උපකාරී වනු ඇතැයි බලාපොරොත්තු වෙතවා.

සටහන

ඔබ දීර්ඝ සැසියක් පවත්වාගෙන යන්නේ නම් මෙම අන්‍යෝන්‍ය තරමක් දිගු අනුචාදයක් යොදා ගත හැක. අන්‍යෝන්‍ය අවසන් කිරීමට පෙර, හැවත වයස සිදු කිරීමට උත්සාහ කිරීම සඳහා කණ්ඩායමට දෙවන අවස්ථාවක් ලබා දෙන්න. මේ අවස්ථාවේ දී ඔවුන්ට ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීම සඳහා මිනිත්තුවක කාලයක් ලබා දීමට පෙර ඒ සඳහා සහයෝගයෙන් කටයුතු කරන්නේ කෙසේද යන්න සාකච්ඡා කිරීමට තවත් මිනිත්තුවක කාලයක් ලබා දෙන්න. සහයෝගයෙන් කටයුතු කිරීම ගැන ඔවුන්ට තැබුණේ කෙසේ දැයි ඔවුන්ගෙන් විමසන්න. එකට එක්ව වැඩ කිරීමට විවෘතව සිටීමෙන් අපගේ සමාජයට සහ අපට ම දෙවන අවස්ථා නිර්මාණය කර ගත හැකි බවට අදහස් දක්වන්න. ඔබ මෙම අන්‍යෝන්‍ය සිදු කරන්නේ නම් සහභාගිවන්නන් සංඛ්‍යාව මෙන් දෙගුණයක් අත්පත්කා මුද්‍රණය කර ගැනීමට මතක තබා ගන්න!

3. පූර්ණ කණ්ඩායම් අන්‍යෝන්‍ය: පියවරක් ඉදිරියට මි. 45

විස්තරය

මෙම සරල කුමකා රංගන අන්‍යෝන්‍යයේදී, සහභාගිවන්නන් තමන්ට ලබා දී ඇති වර්තමාන තත්වයට පත්වී, පහසුකම් සපයන්නා කියවන ප්‍රකාශයකට ඔවුන්ගේ වර්තමාන එකඟ වන්නේ නම් එක් පියවරක් ඉදිරියට තැබිය යුතුයි. සහභාගිවන්නන් අතර ශාරීරික පරතරය පුළුල් වන විට, සමාජයේ විවිධ කණ්ඩායම් මුහුණ දෙන වාසි සහ අවාසි පැහැදිලිව පෙනෙයි.

අරමුණ

- සහභාගිවන්නන්ට තමන් වෙතත් පසුබිම්වල සිටින පුද්ගලයින්ගේ තත්වයෙහි ලා සිතීමට අවස්ථාව සලසමින් මානව හිමිකම්වල/සියලු ආගම්වල පුද්ගලයින් සඳහා ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස තිබීමේ වැදගත්කම වටහා ගැනීමට උපකාර කිරීම.
- විදිනෙදා ජීවිතයේදී වෙනත් ආගම් අදහන හෝ විශ්වාස දරන පුද්ගලයින් මුහුණ දෙන අනියෝග පිළිබඳ දැනුවත්භාවය වැඩි කිරීම.
- සමහර පුද්ගලයින්ට බහුවිධ අවාසි වලට මුහුණ දීමට සිදුවන පරිදි ආගම/විශ්වාසය සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය සහ පංතිය වැනි අනෙකුත් අන්‍යෝන්‍යතාවයන් එකිනෙක හා සම්බන්ධ වන ආකාරය හිඳිරිගන්වන කිරීම.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අන්‍යෝන්‍ය

සම්පත්

- සහභාගිවන්නන්ට විකිනෙකාගේ පැත්තෙන් ජේලියට සිටගෙන කුඩා පියවර 15 ක් පමණ ඉදිරියට යාමට තරම් ඉඩකඩ සහිත විශාල අවකාශයක්/කාමරයක්.
- බෙදා දීම සඳහා වර්ත කාඩ්පත් වල ජායා පිටපත්.
- කියවිය යුතු ප්‍රකාශ ලැයිස්තුවක්.

පෙර සූදානම

වර්ත කාඩ්පත් සහ ප්‍රකාශ පහත සඳහන් පරිදි සකස් කරගන්න.

- විවිධ ප්‍රාදේශීය පසුබිම් ගණනාවක් සඳහා ගැළපෙන ලෙස සකස් කළ වර්ත සහ ප්‍රකාශ සැසිය සඳහා ලබා දෙන ද්‍රව්‍ය සමගින් ලබා දී ඇත. ඔබගේ තුරන්වීම් හා සංස්කෘතික සන්දර්භයට වඩාත් ම ගැළපෙන කට්ටලය තෝරාගන්න.

ඉන්පසු:

- භාවිතා කරන්නේ කුමන වර්ත දැයි තෝරාගන්න. ඔබට සංස්කරණය කර මුද්‍රණය කර ගත හැකි වර්ත කාඩ්පත් 30 ක් පමණ ලබා දී ඇත. එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක් වර්ත කාඩ්පතක් බැගින් ඔබට අවශ්‍ය වේ. වර්ත කොතරම් අදාළ වේද යන්න සහ ඒවායෙහි විවිධත්වය මත පදනම්ව කාඩ්පත් තෝරා ගන්න. වර්ත තෝරා ගන්නේ කෙසේද සහ සංස්කරණය කර ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ වඩාත් සම්පූර්ණ මාර්ගෝපදේශයක් මෙම ලියවිලිවල සපයා දී ඇත.
- ඔබ භාවිතා කරන ප්‍රකාශ තෝරාගන්න: කියවීමට ප්‍රකාශ 12-15 ක් අවශ්‍ය වේ. ඔබගේ රටේ පසුබිමට අදාළ වන පරිදි, දී ඇති ලැයිස්තුවෙන් ප්‍රකාශ තෝරා ගන්න.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 8

- අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ වාසි සහ අවාසි ඇත්තේ කාටද යන්න සහ ඔවුන්ගේ ජීවිතවලට විය බලපාන්නේ කෙසේද යන්න ගැන අපි දැන් සිතා බැලීමට යන බව පැහැදිලි කර දෙන්න.
- පූර්ණ සහභාගිත්වය ඇතිව කණ්ඩායම සරල භූමිකා රංගනයක් සිදු කිරීමට යන බව පැහැදිලි කරන්න. සෑම කෙනෙකුටම වර්තයක් ලබා දෙනු ලැබේ. ඔවුන් කාමරයේ එක් පැත්තකට පිටුපා පෙළ ගැසී සිටගත යුතුය. ඔවුන් කළ යුතු එකම දෙය නම් ඔබ ප්‍රකාශයක් කියවන විට ඔවුන්ට අදාළ වර්තය වම ප්‍රකාශය සමග එකඟ වනු ඇතැයි ඔවුන් සිතන්නේ නම් එක් පියවරක් ඉදිරියට තැබීමයි.
- වර්ත අහඹු ලෙස බෙදා දෙමින් එම වර්ත රහසිගතව තබා ගන්නා ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. පිරිමි අයෙකුට ගැහැණු අයෙකුගේ වර්තයක් හෝ ගැහැණු අයෙකුට පිරිමි අයෙකුගේ වර්තයක් ලැබීම ගැටළුවක් නොවේ.
- පහත සඳහන් ප්‍රශ්න ගැන කෙටියෙන් සිතා බලන්නැයි ඉල්ලා සිටීමින් සහභාගිවන්නන්ට වර්තයට පිවිසීමට උපකාර කිරීමට මිනිත්තු කිහිපයක් ලබා දෙන්න.
ඔබේ කාඩ්පතේ විස්තර කර ඇති වර්තය ඔබ යැයි සිතන්න:
 - ඔබේ ළමා කාලය කෙබඳු වූයේද?
 - ඔබේ විදිනෙනු ජීවිතය කෙබඳුද - සාමාන්‍ය දවසක ඔබ කරන්නේ කුමක්ද, ඔබ සමාජයේ ඇසුරු කරන්නේ කවුරුන්ද, ඔබේ ආදායම සහ ජීවන රටාව කුමක්ද?
 - ඔබ බිය වන්නේ කුමක් පිළිබඳව ද සහ ඔබ අපේක්ෂා කරන්නේ මොනවාද?

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 35

- **භූමිකා රංගනය (මි. 15)**
කාමරයේ එක් පැත්තක සරල රේඛාවක් ඔස්සේ විකිනෙකා පැත්තකින් සිටින සේ ජේලියක සිටගන්නා ලෙස සහභාගිවන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඔබ ප්‍රකාශ ගණනාවක් කියවන බව ඔවුන්ට පවසන්න. ඔවුන්ට ලැබුණු වර්තය යම් ප්‍රකාශයක් සමග එකඟ වනු ඇතැයි ඔවුන් සිතන්නේ නම් ඔවුන් පියවරක් ඉදිරියට යා යුතු වේ. ඔවුන්ට අදාළ වර්තය වියට එකඟ නොවන්නේ නම් ඔවුන් ඵලෙසින් ම සිටිය යුතුය.
මෙම අභ්‍යාසයේ අභිප්‍රායය වන්නේ ඉදිරියට පියවර තැබීම නොව, ඔබ ඔබට අදාළ වන වර්තයේ ජීවිතයෙහි යථාර්ථයට හැකි තරම් දුරට අවංකවීම බව අවධාරණය කරන්න. අභ්‍යාසය සිදු කරන අතරතුර කතා කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට අවසර නැත.
වරකට එක බැගින් ප්‍රකාශ ශබ්ද නගා කියවන්න. සෑම ප්‍රකාශයකින් පසුව ම, සහභාගිවන්නන්ට තමන්ගේ වර්තය ඉදිරියට ගමන් කළ යුතු දැයි සිතා බැලීමට කාලය ලබා දෙන්න. ඔබ සියලු ප්‍රකාශ කියවීමෙන් පසුව, සහභාගිවන්නන්ට තමන්ගේ වර්තය කුමක්දැයි හෙළි නොකර අන් අයට සාපේක්ෂව කාමරය තුළ තමන් සිටින ස්ථානය අවධානයට ගැනීමට ඉඩ සලසන්න.

ඔබගේ කලාපය සඳහා වන වර්ත සහ ප්‍රකාශ මෙහෙයින් ලබා ගන්න.

● **පුර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව** (මි. 20)

සහභාගිවන්නන්ගෙන් පහත සඳහන් ප්‍රශ්න වැනි විවෘත ප්‍රශ්න අසන්න. (අවසාන ප්‍රශ්න දෙක සඳහා ඔබට කාලය ඉතිරි වන බව සහතික කර ගැනීම පිණිස, සෑම ප්‍රශ්නයකට ම පිළිතුරු එකක් හෝ දෙකක් ලබා ගන්න.)

- අභ්‍යාසය අතරතුර දී සිදු වූයේ කුමක්ද?
- ඉදිරියට යාම හෝ ඉදිරියට යාමට නොහැකි වීම ඔබට හැඟුණේ කෙසේද?
- මිනිසුන් අතර වර්ධනය වෙමින් පවතින පරතර දැකීම ඔබට හැඟුණේ කෙසේද?
- ඔබේ භූමිකා රඟදැක්වීම - එනම් අදාළ පුද්ගලයා ලෙස සිතීම - පහසු වූයේද, හැර හොත් දුෂ්කර වූයේද?
- ඔබේ වර්තයට හිමි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස ද ඇතුළු මූලික මානව හිමිකම් නොසලකා හැර ඇති බව ඔබට හැඟුණු අවස්ථා තිබේද? ඒ කුමන අවස්ථාවලද?

තමන්ගේ වර්තය කුමක් දැයි පවසන ලෙස සෑම අයෙකුගෙන් ම ඉල්ලා සිටින්න.

- අපි කාමරයේ දැන් සිටින ස්ථාන අපගේ සමාජයේ පවතින අසමානතාවයේ යථාර්ථයන් කිසියම් ආකාරයකින් පිළිබිඹු කරනවාද? අත්හැර දමා සිටින්නේ කාටද - කාන්තාවන්, සුළුතර කණ්ඩායම්, දුප්පතුන්?
- මෙමගින් මිනිසුන්ගේ ජීවිතවලට ඇති කෙරෙන ප්‍රතිඵලය මොනවාද?

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 2

අපි අයිතිවාසිකම් හා ගරුත්වය අතින් එක සමාන ලෙස උපත ලබා ඇති බව - එනම් අපි ආරම්භ කරන්නේ එකම රේඛාවෙන් බව මානව හිමිකම් සම්මුතියේ සඳහන් කර ඇති බව පවසමින් අවසන් කරන්න. නමුත්, උදාහරණයක් ලෙස, අපගේ ආගමික හෝ විශ්වාස අනන්‍යතාවය, අපගේ සමාජ තත්වය, හෝ අපි පිරිමියෙක්ද හැර හොත් ගැහැණියෙක් ද යන්න මත පදනම්ව අපගේ සමානාත්මතාවය ප්‍රතික්ෂේප කරනු ලැබීම අපි ඉපදුණු මොහොතේ සිටම අපගේ ජීවිත කෙරෙහි විශාල බලපෑමක් ඇති කරයි. බොහෝ පුද්ගලයින්ට අනන්‍ය දමනු ලබයි.

4. ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: සියලු දෙනා පුටු මාරු කරන්න මි. 10

විස්තරය

පහසුකම් සපයන්නා විසින් කියවනු ලබන ප්‍රකාශ සමග එකඟ වන සහභාගිවන්නන් පුටු මාරු කරති.

අරමුණ

අපගේ විවිධ බෙදීම් අතර පවා අපට පොදු දේවල් තිබෙන බව දැකීමට උපකාර කරන අතර ම ප්‍රබෝධමත්තාවය ඉහළ නැංවීම.

පෙර සූදානම

පහත සඳහන් ලැයිස්තුව ඔබේ කණ්ඩායමට ගැලපෙන පරිදි වෙනස් කරමින් කියවීම සඳහා ප්‍රකාශ ලැයිස්තුවක් සකස් කර ගන්න.

අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය

රවුමක් සෑදෙන සේ වාඩිවන ලෙස සෑම කෙනෙකුගෙන් ම ඉල්ලා සිටින්න. වඩාත් බැරෑරුම් සාකච්ඡාවකට යාමට පෙර, අපි ඉක්මන්, විනෝදජනක අභ්‍යාසයක් සිදු කිරීමට යන බව පවසන්න. ඔබ ප්‍රකාශයක් කියවීමට යන බවත්, එයට එකඟ වන සෑම අයෙකු ම එවැනි ම තවත් අයෙක් සමග පුටු මාරු කළ යුතු බවත් පවසන්න.



පුර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

අන්‍යයන් සිදු කරන ආකාරය

ප්‍රකාශ මෙලෙස කියවන්න:

- (සියලුම ප්‍රජාවන් අතර ජනප්‍රිය දේශීය ආහාරයක නමක්) ආහාරයට ගැනීමට කැමති සෑම කෙනෙක්ම පුදු මාරු කරන්න.
- (සියලු ප්‍රජාවන් අතර ජනප්‍රිය සංගීතයක්) ට කැමති සෑම කෙනෙක්ම පුදු මාරු කරන්න.
- (සියලුම ප්‍රජාවන් අතර ජනප්‍රිය දේශීය ක්‍රීඩා කණ්ඩායම) ට කැමති සියල්ලන් ම පුදු මාරු කරන්න.
- රූපවාහිනියේ (සියලු ප්‍රජාවන් අතර ජනප්‍රිය රූපවාහිනී වැඩසටහන) නරඹන සෑම කෙනෙකුම පුදු මාරු කරන්න.
- හිරු එළියට ප්‍රියකරන සෑම කෙනෙකුම පුදු මාරු කරන්න.
- වැසි වැටෙන විට සතුටු වන සෑම කෙනෙකුම පුදු මාරු කරන්න.
- අපි එකිනෙකාට පිළිගන්නා සාමකාමී ප්‍රජාවක ජීවත් වීමට කැමති සෑම කෙනෙක්ම පුදු මාරු කරන්න.

අන්‍යයන් අවසන් කරන ආකාරය

සහභාගී වූ සැමට ස්තූති කර, අපට පොදු සිහින දූ ඇතුළුව අප එකිනෙකාට පොදු බොහෝ දේ ඇති බව පෙනී යන්නේ යැයි පවසන්න.

5. සාකච්ඡා අන්‍යයන්: අපගේ සමාජ අන්‍යයන් මි. 40

අරමුණ

තමන් සහ වෙනත් ආගමික/විශ්වාස අන්‍යයන් ඇති පුද්ගලයින් අතර ඇති පොදු ලක්ෂණ දැකීමට සහ අන්‍යයන්, අවදනමිපාත්‍රතා සමගින් සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න ගැන සිතා බැලීමට සහභාගීවන්නන්ට උපකාර කිරීම.

අවශ්‍ය කරන සම්පත්

- අන්‍යයන් දහය ලියූ ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසියක්
- සැසියේ 3 වැනි පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩය හෝ වය ලියූ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක්.

පෙර සූදානම

- **අන්‍යයන් 10 ක් තෝරා ගෙන ඒවා ලැයිස්තු ගත කළ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක් සකස් කරන්න**

අපට තිබිය හැකි 'අන්‍යයන්' 15 ක් පහත ලැයිස්තුවෙහි ඇතුළත් වේ. කණ්ඩායමට විඩාත්ම අදාළ සහ වැදගත් වන දේ මත පදනම්ව, ඔබේ සහභාගීවන්නන්ට සාකච්ඡා කිරීම සඳහා මේවායින් 10 ක් තෝරන්න. සාකච්ඡාව සැකැල්ල කිරීම සඳහා සහ සාකච්ඡා ප්‍රශ්න ඉතා සංවේදී යැයි හැඟේ නම් ඔවුන්ට කථා කිරීමට 'ආරක්ෂිත' විකල්ප ලබා දීම සඳහා ක්‍රීඩාව සහ සංගීතය වැනි 'විනෝදජනක' අන්‍යයන් කිහිපයක් ද ඇතුළත් කරන්න. උණුසුම් විවාදවලට තුඩු දෙමින් මෙම ක්‍රියාවලිය 'වෙනත් මගකට' යොමු කරවිය හැකි ආකාරයේ කිසිදු අන්‍යයන්වලට ඇතුළත් නොකරන්න - විවාදයට තුඩු දෙන ගැටළු මෙම අන්‍යයන්ගේ ඉලක්කය නොවේ.

අන්‍යයන්

- | | |
|---|------------------------|
| - ආගම හෝ විශ්වාසය | - අධ්‍යාපන මට්ටම |
| - ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය | - විනෝදාංශ |
| - අපි සහාය දෙන පාපන්දු හෝ වෙනත් ක්‍රීඩා සමාජයක් | - පන්ති/ආර්ථික තත්ත්වය |
| - ජාතිය සහ/හෝ ජනවාර්ගිකත්වය | - කුලය |
| - ජාතිකත්වය | - වයස |
| - සංගීත රසය | - මව් භාෂාව |
| - පවුල් තත්වය | - ලිංගික දිශානතිය |
| | - හැකියාව/ආබාධිතභාවය |



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

● ඔබේ දෘශ්‍ය ආධාරක ද්‍රව්‍ය සකස් කරන්න

ඔබ තෝරාගත් අනන්‍යතා දහය ශ්‍රී ලාංකීය චාරිත්‍ර කඩදාසියක ලියන්න. ඔබ පවර්පොයින්ට් භාවිතා නොකරන්නේ නම්, පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 3 හි දී ඇති සාකච්ඡා ප්‍රශ්න අඩංගු තවත් ශ්‍රී ලාංකීය කඩදාසියක් සකස් කරන්න.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 4

● යුගල් සෑදෙන ලෙසට සහ අවට සිටින යුගල් වලින් තරමක් ඇත්වී සිටින ලෙසට සහභාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටියන්න. වාඩිවී සිටිය හැකි නම් එය වඩාත් පහසු වන නමුත් එය අත්‍යවශ්‍ය නොවේ.

● පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරමින් අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන්න:
 බොහෝ විට, අප වෙත් කරන දේවල් ගැන අපි අවධානය යොමු කරනවා. උදාහරණයක් ලෙස, අපි ආගම ගැන සිතන විගස ම අපි 'ඔවුන්' ගැන - එනම් වෙනත් ආගම්වල අය සහ 'අප' - මගේ විශ්වාසයන් හා සම්ප්‍රදායන් බෙදාගන්නා අය - ගැන සිතීමට නැඹුරු වෙනවා. ආගමික අනන්‍යතා ඉතා ශක්තිමත් විය හැකියි. නමුත් අප සෑම කෙනෙකුටම අප කවුරුන්ද යන්න හඳුනාගත හැකි වන බොහෝ අනන්‍යතා තිබෙනවා - උදාහරණයක් ලෙස, (ප්‍රාදේශීය භාෂාව) කතාකරන්නෙකු වීම, (පළාතේ නම) පළාතෙහි අයෙක් වීම හෝ (දේශීය පාපන්දු සමාජයෙහි නම) පාපන්දු සමාජයේ දැඩි රසිකයෙක් වීම! අපි දැන් අපේ විවිධ අනන්‍යතා ගැන සහ ඒවා අනෙක් පුද්ගලයින්ගේ අනන්‍යතා සමග සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද යන්න ගැන සිතා බලන්නට උපකාරී වන අභ්‍යාසයක් කරමු.

අනන්‍යතා දහය සහ ශ්‍රී ලාංකීය කඩදාසියෙහි/පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 3 හි සඳහන් සාකච්ඡා ප්‍රශ්න හඬ නගා කියවන්න.

සාකච්ඡා ප්‍රශ්න:

- ඔබ ඔබව හඳුනා ගන්නා ආකාරය කෙරෙහි ප්‍රබලතම බලපෑමක් ඇති කරන්නේ ඔබේ අනන්‍යතාවයේ කුමන අංගද?
- අන් අය ඔබව දකින ආකාරය කෙරෙහි වඩාත්ම බලපාන්නේ ඔබේ අනන්‍යතාවයේ කුමන අංගද?
- බොහෝ විට ඔබට වරප්‍රසාද හෝ අවාසිවලට මුහුණ දෙන්නට හේතු වේ යැයි ඔබට හැඟී යන්නේ ඔබේ අනන්‍යතාවයේ කුමන අංගය නිසාද?

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 35

● **සිතන්න** (මි. 5)

තමන්ගේ අනන්‍යතා ගැන සහ තිරයේ ඇති ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සපයන්නේ කෙසේද යන්න ගැන තනි තනිව සිතීමට මිනිත්තු 5 ක කාලයක් ගත කරන ලෙස සෑම කෙනෙකුගෙන් ම ඉල්ලා සිටියන්න.

● **යුගල සාකච්ඡාව** (මි. 10)

යුගල් සෑදී මිනිත්තු 10 ක් මෙම ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරන ලෙස ඉල්ලා සිටියන්න. කිසිවෙක් පමණට වඩා පෞද්ගලික යැයි හැඟෙන කිසිවක් කිසිවෙකුට පැවසිය යුතු නැති බව අවධාරණය කරන්න - ඔවුන් බෙදාගත යුත්තේ තමන්ට පහසු යැයි හැඟෙන කරුණු පමණකි.

● **බෙදාගන්න** (මි. 20)

සියලු දෙනාම නැවත පූර්ණ කණ්ඩායමට ගෙන එන්න. කණ්ඩායම සමග තමන්ගේ අදහස් බෙදා ගන්නා ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටියන්න. සියලු අදහස් බෙදාගැනීම් ස්වේච්ඡාවෙන් සිදු විය යුතුය! මෙම ඉතා පෞද්ගලික සාකච්ඡාවේදී සවන්දීමේ විලාසයක් පවත්වා ගැනීමට වග බලා ගන්න. සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ හැඟීම් හෝ අත්දැකීම් බෙදාගැනීම මගින් වෙනත් කෙනෙකුගේ කතාවකට ප්‍රතිචාර දැක්වීම ගැටළුවක් නොවුවද, අනෙක් අයගේ අත්දැකීම් විවේචනය කිරීමට ඔවුන්ට ඉඩ නොදෙන්න.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 1

අදහස් බෙදා ගැනීම පිළිබඳව සියලු දෙනාට ස්තූති කර, ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයේ බොහෝ විවිධ පැතිකඩ පිළිබඳ සිතා බැලීමට මෙම අභ්‍යාසය ඔවුන්ට උපකාරී වන්නට ඇතැයි ඔබ විශ්වාස කරන බව පවසන්න!

6. අවසාන අදහස් දැක්වීම් - අනන්‍යතා සහ ඒකාකෘති මි.8

විස්තරය

මෙම සැසිය සඳහා වන අවසාන අදහස් දැක්වීම් සැසියේ අන්‍යාස වලින් ඉගෙන ගත් විවිධ දැනුම එකට එක් කරන යම් සිතුවම් සහ කතන්දරයක් අඩංගු වන කුඩා ඉදිරිපත් කිරීමක ස්වරූපයක් ගනියි. එම ඉදිරිපත් කිරීමේ යම් න්‍යායක් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාවක් අඩංගු වේ.

අරමුණ

සැසියේ ප්‍රධාන කරුණු වන, සෑම කෙනෙකුටම බහුවිධ අනන්‍යතා ඇති අතර එම අනන්‍යතා පදනම් කර ගෙන වාසි සහ අවාසි වලට මුහුණ දිය හැක යන්න සහ, 'අනෙකා' යනු ඒ තැනැත්තා පිළිබඳ සෑම දෙයක්ම නිර්වචනය කරන තනි අනන්‍යතාවයක් සහිත අයෙකු ලෙස නොදැකිය යුතුය යන්න අවධාරණය කිරීම.



ඉදිරිපත් කිරීම

සම්පත්

- අවසාන අදහස් දැක්වීම් සඳහා වන පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 75 වැනි පිටුවෙහි සපයා ඇත.
- එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 4 සිට ඉදිරියට ඇති ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කටීකයාගේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
- මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමග සපයා ඇත.

පෙර සූදානම

කටහන පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (නැතහොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

මූලාශ්‍ර

ඔහේ තිබෙන දෙයක්: අනුවර්තනය කර ගන්නා ලද්දේ: Star exercise: George Lakey, Facilitating Group Learning, 190 වැනි පිටුවෙහි.

පියවරක් ඉදිරියට: අනුවර්තනය කර ගන්නා ලද්දේ: පහත සඳහන් වෙබ් අඩවියෙන් ලබා ගත හැකි European Commission's Compass manual and Education for Peace පුහුණු ද්‍රව්‍ය වලිනි.

<http://www.educationforpeace.com/english/forb.php>

අපගේ සමාජ අනන්‍යතා: අනුවර්තනය කර ගන්නා ලද්දේ: The Social Identity Wheel, මිචිගන් විශ්වවිද්‍යාලයේ සර්වග්‍රාහී ඉගෙනුම් වැඩසටහනෙන්. <https://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/social-identity-wheel/>

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත

අනන්‍යතා සහ ඒකාකාරී

සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේ අංක 4 සිට 13 දක්වා වන ස්ලයිඩ්වල 3 වැනි සැසිය සඳහා වන අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් නිරූපණය කර ඇත.

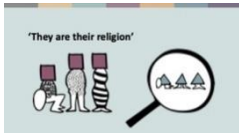


මෙම සැසියේ දී, අපගේ විවිධ අනන්‍යතා අපි අපව ම හා අනෙක් අයව දකින ආකාරය කෙරෙහි සහ අපි එකිනෙකාට සලකන ආකාරය කෙරෙහි බලපාන්නේ කෙසේද කියා ගවේෂණය කරනවා. අප සෑම කෙනෙකුටම ඇති නොයෙක් අනන්‍යතා ගැනත් මෙම අනන්‍යතා බොහෝ විට ආගම් අතර පොදු වන ආකාරය ගැනත් අපි සිතා බැලුවා. හින්දු, මුස්ලිම් සහ ආගමකට අයත් නොවන කාන්තාවන් මෙන්ම ආබාධ සහිත බෞද්ධ, ක්‍රිස්තියානි සහ යුදෙව්වන් හෝ, වැඩි අධ්‍යාපනයක් ලබා නොමැති ඕනෑම විශ්වාසයක් දරන පුද්ගලයින් ද සමාජයේ මුහුණ දෙන්නේ එකම අවාසි සහ අභියෝග වලට යි. අපට පොදු ලක්ෂණ වාගේම වෙනස්කම් ද තිබෙනවා.



බොහෝ විට ආගමික අනන්‍යතා අප අතර බෙදීම් ඇති කිරීම සඳහා යොදා ගනු ලබනවා. එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස, යුදෙව්, මුස්ලිම්, බෞද්ධ යනාදී වෙනත් ප්‍රජාවන්ට අයත් පුද්ගලයින්ව තනි අනන්‍යතාවයක් සහිත පුද්ගලයින් ලෙස සහ එම අනන්‍යතාවය ඇති සෑම අයෙකු ම එක හා සමාන සිතුවිලි, හැඟීම් සහ ක්‍රියා සහිත අය ලෙස දකිනවා.

මිනිසුන් එකිනෙකාට ඒකාකාරී වලට අනුව ලේබල් කිරීම සාමාන්‍ය දෙයක්. බොහෝ විට, අපි සිතාමතා ම, හැකි නම් යටිසිතින් උපකල්පනය කරන්නේ වයස, ස්ත්‍රී පුරුෂ භාවය, පංතිය, ජාතිකත්වය හෝ දේශපාලන දෘෂ්ටි කෝණය වුවත්, ඔවුන් ඒ ආගමේ විශ්වාස සහ පිළිවෙත් අනුගමනය කළත් හැරුණු, යම්කිසි ආගමික හෝ විශ්වාස අනන්‍යතාවයක් ඇති පුද්ගලයින් සියලු දෙනා මුලික වශයෙන් එක හා සමාන බවයි.



අනෙක් අය පිළිබඳ අනෙකුත් කරුණු සියල්ල ඔවුන්ගේ ආගම අනුව තීරණය වන්නේ යැයි උපකල්පනය කරමින් අපි ඔවුන්ව ඔවුන්ගේ ආගම විසින් නිර්වචනය කරන්නේය යනුවෙන් දැකීම සාමාන්‍ය දෙයක් වෙලා. යම් කණ්ඩායමකට අයත් කවුරුන් හෝ වැරැද්දක් කළ හොත් අපට සිතෙන්නේ ඒ කණ්ඩායමේ ආගමෙන් ඒ වගේ වැරදි දේවල් කරන්න උපදෙස් දෙනවා ඇති යනුවෙනි.



විවිධ ප්‍රජාවල පුද්ගලයින් අතරේ සම්බන්ධතා, හැකි නම්, 'අනෙකා' 'අපට' වඩා සම්පූර්ණයෙන් ම වෙනස් යැයි, එනම් 'ඔවුන්ට' 'අපට' වඩා වෙනස් රුචිකත්වයන්, අවශ්‍යතා, සාරධර්ම සහ හැඟීම් තිබෙන අය යැයි උපකල්පනය කිරීම ද පහසු යි. ඒ පදනම මත, ඔවුන්ගෙන් අපට ඉගෙන ගැනීමට තරම් අවබෝධයක් හෝ ප්‍රඥාවක් ඔවුන්ට නැතැයි කියා හෝ ඔවුන් සංස්කෘතික හෝ සද්චාරාත්මක වශයෙන් පහත් යැයි කියා අප සිතන්නට ඉඩ තිබෙනවා.



ඒ වෙනුවට, අපි සමාජයේ වෙනත් කණ්ඩායම්වලට අයත් පුද්ගලයින් විවිධාකාර අනන්‍යතා සහ ජීවිත අත්දැකීම් බොහොමයක් තිබෙන (බොහොමයක් අපටත් පොදු වූ) පරිපූර්ණ පුද්ගලයින් ලෙස දකින්නේ නම්, එකිනෙකාට අලුත් ආකාරවලින් අගය කිරීමටත්, සහකම්පනය දැක්වීමට හා හඳුනා ගැනීමටත්, සීමා මායිම් හරහා ගොස් සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීමටත් මාර්ග සොයා ගැනීමට අපට හැකි වෙනවා.

සමහර අනන්‍යතා සමාජයේ අවාසි ගෙන දීමටත්, තවත් ඒවා අපට වරප්‍රසාද ලබා දීමටත් හේතු වෙනවා. එසේ ලැබී තිබෙන වරප්‍රසාද හඳුනා ගැනීම, අප අන්‍යයින්ට අවාසි ඇති කරන ගැටලුවක කොටසක් වන අවස්ථා හඳුනා ගැනීමට උපකාරී වෙනවා. අපගේ විවිධ අනන්‍යතා හඳුනා ගැනීම, අප මුහුණ දෙන අවාසි සහ වෙනස්කොට සැලකීමිවලට එරෙහිව හැඟී සිටීමටත්, වෙනස්කොට සැලකීමිවලට මුහුණ දෙන අනෙක් අය සමග එකට සිටීමට ඇති හැකියාවන් සහ අවස්ථාවන් දැක ගැනීමටත් අපට උපකාරී වෙනවා.

සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව



ක්‍රිස්තියානි තරුණයෙකු වන සමේ සහ මුස්ලිම් තරුණියක් වන හනා ජීවත් වෙන්නේ ඊජිප්තුවේ ක්වානා ප්‍රදේශයේ හිජාසා ගම්මානයේ යි. ගමේ මුස්ලිම් හා ක්‍රිස්තියානි ප්‍රජාවන් අතර ඇති බාධක බිඳ දැමීමට ඔවුන් එකට එක්ව වැඩ කරනවා.

හනා මෙහෙම කියනවා,

“වෙනස් ආගම්වලට අයිති අය ළඟින් වාඩි වීමට හෝ එකට කටයුතු කිරීමට අකමැති දරුවන් මම දැක්කා.”

සමේ මෙහෙම කියනවා,

“එකට එකතුවෙලා මේ සම්බන්ධයෙන් වැඩ කිරීමත්, ඔවුන් දකින ආකාරය එකට එකතුවෙලා වෙනස් කිරීමට උත්සාහ කිරීමත් පහසු බව මට හැඟුණා. අපට අවශ්‍ය වුණේ මේ ප්‍රදේශයේ දරුවන් වෙනසක් උදා කරන බීජ බවට පත්කිරීමටයි.”



දරුවන්ට පාපන්දු ක්‍රීඩා කිරීමට අවශ්‍ය බව ඔවුන් වටහා ගත් නමුත් පාපන්දු ක්‍රීඩා කිරීමට ඉඩ ඇති එකම ස්ථානය වුණේ කතෝලික පල්ලියෙන් පිටත පිහිටි චතුරශ්‍රයයි. මේ දෙදෙනා ප්‍රදේශයේ පුජක ග්‍රන්ථිස් පියතුමා වෙත ගිය අතර, පියතුමා විශාල සහයෝගයක් ලබා දෙමින් ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානය කිරීමටත් ඔවුන්ට උදව් කළා.

චතුරා පවසන්නේ,

“මෙම ගමේ සමේ සහ හනා කරන දේ අපට ඇත්තෙන් ම අවශ්‍යයි. එය සියලු ගම්මාන අතරේ පැතිරේවී කියා අපි බලාපොරොත්තු වෙනවා.”



මුස්ලිම් දරුවන් මුලින් ම එහි යාමට කැමති නොවුන නමුත් අවසානයේ දී ඔවුන් සියල්ලෝම හනා ගේ නායකත්වය අනුගමනය කළා.

“සෙමින් නමුත් හිසැකව ම මම උත්සාහ කළේ ළමයින් එකට මිශ්‍ර කිරීමටයි. ඔවුන්ගේ පළමු ප්‍රතික්‍රියාව වුණේ ප්‍රතික්ෂේප කිරීමයි. නමුත් පියවරෙන් පියවර ඔවුන් විසින් ම අලුතින් මිශ්‍ර කණ්ඩායම් පිහිටුවා ගත්තා.”

හනා සහ සමේ දෙමව්පියන්ට එම දරුවන් කණ්ඩායමේ ක්‍රියාකාරකම් හැරවීමට පැමිණෙන ලෙස ආරාධනා කළා. දරුවන් එකට එක්ව කටයුතු කරන ආකාරය දැක මුලින් ම ධනාත්මක ප්‍රතිචාරයක් දැක්වූයේ මව්වරුන් විසින්.

සමේ කියන විදියට,

“අපි වෙනස් විය යුතුයි. වෙනස ආරම්භ වෙන්නේ යම් අදහසක් ගැන ඇතිකර ගන්නා විශ්වාසය තුළින්”

හනා වියට මෙසේ එකතු කළා,

“අපි දෙන්නා මේ සඳහා ජීවමාන උදාහරණයක්. අපි වෙනස් ආගම්වලට අයත් වුනත් එකට එක්ව වැඩ කරනවා. අපි විකිනෙකාව සම්පූර්ණ කරන අතර අපි දෙන්නට ම තියෙන්නේ එකම අරමුණක්. අපගේ පරමාර්ථය දරුවන්.”

සමාජිකය



දවස අවසානයේදී, අපි සියලු දෙනා ම කැමති ජීවිත සුපය පොහොසත් හා රසවත් වෙනවාටයි! අපි එකම මිනිස් පවුලකට අයත් වන අතර එකම මූලික අවශ්‍යතා සහ අයිතිවාසිකම් අපට පොදුයි. සෑම දෙනාගේ ම අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් වැඩ කිරීමට එකට එකතු වූ විට, අපි වඩාත් සාර්ථක වේවි.

අපගේ ඊළඟ සැසි දෙකේදී අපි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් ගැන වැඩිදුර ඉගෙන ගැනීමට සහ අපගේ ප්‍රජාව තුළ මෙම උල්ලංඝනයවීම් පෙනෙන්නේ කෙලෙස දැයි සිතියම් ගත කිරීමට උත්සාහ කරනවා. ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයින් බවට පත්වීමේ ඊළඟ පියවර ගැනීමට එම දැනුම අපට උපකාරී වනු ඇතැයි අපි අපේක්ෂා කරනවා.

මූලාශ්‍ර:

සමාජ පරිවර්තක කතාවේ මූලාශ්‍රය: Taadudiya, www.taadudiya.com

ඔබට මෙම සබැඳියෙන් හතා සහ සමේ ඔවුන්ගේ කථාව කියන, ඉංග්‍රීසි උප සිරැසි සහිතව ආරඬි භාෂාවෙන් තියෙන YouTube වික්‍රමයක් හරඹන්න පුළුවන්: [What is your story? Egypt \(English Subtitles\) - YouTube](#)

2019 වර්ෂයේ දී ඉතා කණගාටුදායක ලෙස හතා රිය අනතුරකින් මරණයට පත් වූවා ය.

4 වැනි සැසිය

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය කිරීම

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

මෙම සැසිය මගින් සහභාගිවන්නන්ට විවිධ වර්ගයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය වීම සහ ලෝකයේ විවිධ ප්‍රදේශවල සිටින, සියලු ආගම්වල පුද්ගලයින් විවාසීන් බලපෑමට ලක්වන්නේ කෙසේද යන්න හඳුන්වා දෙයි. එමෙන් ම එය සහභාගිවන්නාට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකි සාමාන්‍ය ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය කිරීම් හඳුනා ගැනීමට ඇති හැකියාව ද ශක්තිමත් කරයි.

උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳ මිනිත්තු 20 ක ඉදිරිපත් කිරීමකින් සැසිය ආරම්භ වේ. මෙම ඉදිරිපත් කිරීමේ ඇතැම් කොටස් ඔබ සිටින පසුබිමට අනුව මතභේදාත්මක විය හැකිය. ඔබේ සහභාගිවන්නන් සමග වචනාලය ලෙස සාකච්ඡා කිරීමට ආරක්ෂිත සහ හැකි කරුණු පිළිබඳ ඔබගේ තක්සේරුව අනුව මෙම ඉදිරිපත් කිරීම අවශ්‍ය පරිදි වෙනස් කර ගැනීමට ඔබට හැකි ය.

ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වූ පසු, සැසිය ඉතා අන්තර්ක්‍රියාකාරී වන අතර සියලුම සහභාගිවන්නන් මිනිත්තු 75 ක නාට්‍ය අභ්‍යාසයකට සහභාගී වේ. නයිජීරියාවේ සමාජ පරිවර්තකයින් දෙදෙනෙකු පිළිබඳ කතාවකින් එය අවසන් වේ.

ඉගෙනීමේ අරමුණු

මෙම සැසියේදී විවිධ වර්ගයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳ සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස සම්බන්ධයෙන් ජාත්‍යන්තරව පවතින තත්වය පිළිබඳ දැනුම ගොඩනැගීම සහ උල්ලංඝන හඳුනා ගැනීමේ කුසලතා ශක්තිමත් කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ.

සැසිය අවසන් වන විට, සහභාගිවන්නන්ට:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනවල විවිධ වර්ග විස්තර කිරීමට හැකි වේ.
- සැබෑ තත්වයන් තුළ සිදු වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝන හඳුනා ගැනීමට හැකි වේ.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය කිරීම් හේතුවෙන් සියලු ආගම්වලට අයත් පුද්ගලයින් පීඩාවට පත් බව පිළිගෙන ඔවුන්ගේ පීඩාවන් පිළිබඳ සහකම්පනය දැක්වීමට හැකි වේ.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස යනු කුමක්දැයි සහභාගිවන්නන්ට සිහිපත් කර දෙමින් සැසිය හඳුන්වා දෙයි.	මි. 5
ඉදිරිපත් කිරීම: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය වීම අවබෝධ කරගැනීම ලොව පුරා රටවලින් උදාහරණ ගෙනහැර දක්වමින් විවිධ ආකාරයේ උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳ දැනුම සපයා දෙන කථාවක්.	මි. 20
පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව ඉදිරිපත් කිරීම ගැන සිතා බැලීමට සහ සාකච්ඡා කිරීමට අවස්ථාවක්.	මි. 10
නාට්‍ය අභ්‍යාසය: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස පිළිබඳ මිනිත්තු දෙකක කෙටි නාට්‍ය ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනය කිරීම් හඳුනා ගැනීම විනෝදජනක හා අන්තර්ක්‍රියාකාරී ආකාරයකින් පුහුණු කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට අවස්ථාව ලබා දෙයි.	මි. 80
අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව සැසිය එකට සම්බන්ධ කරයි.	මි. 5

මුළු කාලය **පැය 2**

සුදානම් වෙන්හ

15 වැනි පිටුවේ 'චක් චක් සැසිය සඳහා සුදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සුදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා, 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත් වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- සහකාරිවන්හන් දළ වශයෙන් 6 දෙනා බැගින් වූ චක් චක් කණ්ඩායම සඳහා පිටපත් දෙකක් බැගින් ලබාදීමට ප්‍රමාණවත් තරම් හාට්ස් චිස්තරවල පිටපත්

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.



අමතර විකල්පය - ඔබේ ආත්ම විශ්වාසය ගොඩනගා ගන්න!

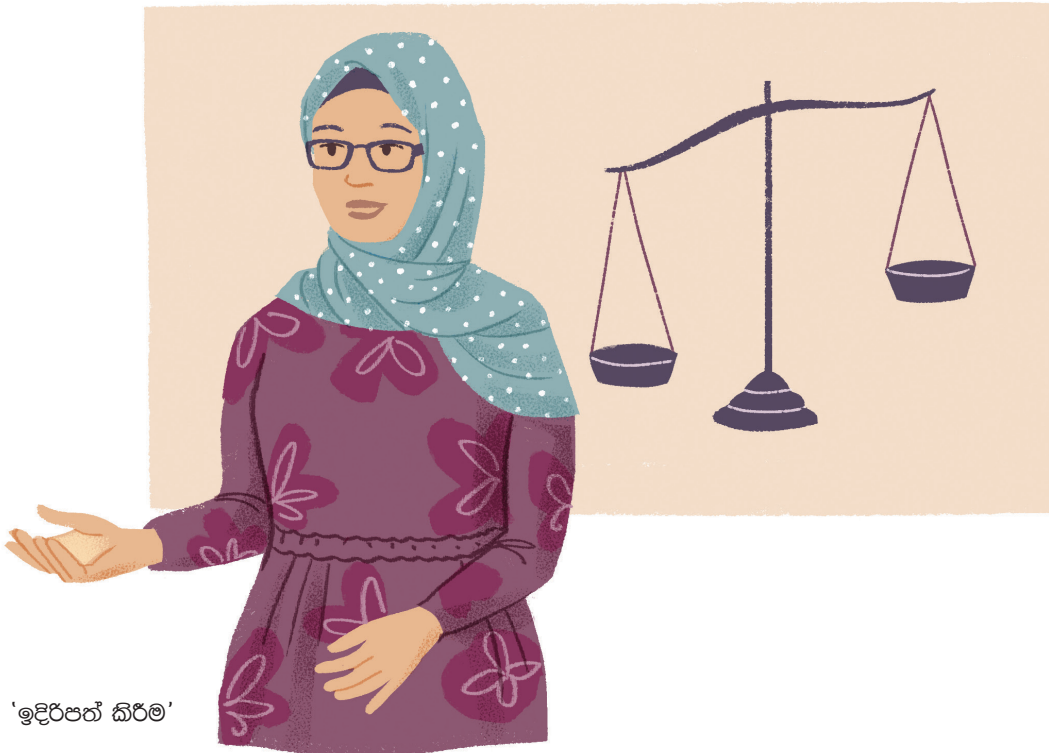
සැසියට පෙරසුදනමක් වශයෙන්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳ වැඩිදුර දැන ගැනීමට ඔබට [මෙම කෙටි විනුපටය](#) නැරඹිය හැක.

කාමරය සුදානම් කරන්න

ඉදිරිපස දෙසට මුහුණලා අර්ධ වෘත්තයක් සෑදෙන සේ පුටු තබා මෙම සැසිය ආරම්භ කිරීම සුදුසු වේ. කණ්ඩායම්වලට එකිනෙකාගෙන් තරමක් ඈත්වී ඔවුන්ගේ හාට්ස් පුහුණු වීම සඳහා ඉඩ ඇති විශාල කාමරයක් (හෝ අමතර ඉඩකඩ) තිබීම ද සුදුසු වේ.



විනුපට



'ඉදිරිපත් කිරීම'

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම මි. 5

විස්තරය සහ අරමුණ

සැසිය පිළිබඳ මෙම කෙටි හැඳින්වීම මෙම පාඨමාලාවේ ක්‍රියාවලියට යොමුවීම සඳහා සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කරයි. එමඟින්, 2 වැනි සැසියේදී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ පිළිබඳ ඉගෙන ගත් දේ පිළිබඳ සිහි කර දී, 4 වැනි සහ 5 වැනි සැසිවලදී අවධානය යොමු කරනු ලබන අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් හඳුන්වා දෙනු ලැබේ.



කෙටි කතාමත

සම්පත්

- 1 වැනි සැසියේ දී සාකච්ඡා කළ මූලික නීති සඳහන් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය.
- 4 වැනි සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම, 3 ස්ලයිඩය හෝ 'සිතන්න - විශ්වාස කරන්න - අයත් වන්න - ප්‍රශ්න කරන්න - ප්‍රශ්න කරන්න - පරිවර්තනය කරන්න - ප්‍රතික්ෂේප කරන්න' යන වචන ලියූ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක්.

පැවසිය යුතු දේ

සැසියට සියලුදෙනාම පිළිගෙන, පහත දැක්වෙන කරුණු ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි සකස් කර ඉදිරිපත් කරන්න.

- 2 සැසියේදී, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස යන්නෙහි තේරුම කුමක්දැයි අපි සොයා බැලුවෙමු. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස විස්තර කිරීමට අප භාවිතා කළ ප්‍රධාන වචන ඔබට මතකද? (කණ්ඩායමට ප්‍රධාන වචන මතක තිබේ දැයි බලන්න: සිතන්න - විශ්වාස කරන්න - අයත්වන්න - ප්‍රශ්න කරන්න - ප්‍රශ්න කරන්න - පරිවර්තනය කරන්න - ප්‍රතික්ෂේප කරන්න. පසුව ස්ලයිඩ් අංක 3 පෙන්වන්න.)
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස සීමා කළ හැකි අවස්ථා ගැන ද අපි ඉගෙන ගත්තෙමු. අභ්‍යන්තර හිදුනස - එනම් විශ්වාස පිළිබඳ සිතීමට, විශ්වාස කිරීමට සහ අපගේ මනස වෙනස් කර ගැනීමට ඇති හිදුනස සීමා කළ නොහැකි නමුත් අප කරන දේ - එනම් අපගේ ආගමික හා විශ්වාස පිළිවෙත් යම් නිශ්චිත ආකාර වලින් අන් අයට හානි කර වන්නේ නම් ඒවා සීමා කළ හැකිය. වෙනස් කොට සැලකීම, බලහත්කාරය සහ ප්‍රචණ්ඩත්වයට පොළඹවා ගැනීම සඳහා අවසරයක් නොමැති බව ද අපි ඉගෙන ගත්තෙමු.
- මිළඟ සැසි දෙකෙහි දී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදුනස උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳව අවධානය යොමු කරමු. මෙම සැසියේදී අපි උල්ලංඝනය කිරීම් වර්ග සහ ඒ පිළිබඳව ලොව පුරා රටවලින් ලබා ගත හැකි උදාහරණ දෙස බලමු. සෑම ආකාරයක ම ප්‍රදේශවල සිටින සෑම වර්ගයකම ආගම් සහ විශ්වාසවලට අයත් පුද්ගලයින්ට මෙම උල්ලංඝනය කිරීම් බලපාන්නේ කෙසේද යන්න තේරුම් ගැනීමට මෙය අපට උපකාරී වේ. ඊළඟ සැසියේදී අපි අපගේ ප්‍රජාව තුළ සිදුවන උල්ලංඝන සිතියම් ගත කිරීමට උත්සාහ කරමු.
- මෙම සැසි වලදී අපිට අසන්නට ලැබෙන කතන්දර අපට දුෂ්කර පෞද්ගලික අත්දැකීම් සිහිපත් කර දිය හැකි බැවින් සහ මතු කරනු ලබන සමහර කරුණු සමාජයේ දී ඉඩ දිය යුතු හා ඉඩ නොදිය යුතු යැයි අපි සිතන දේ පිළිබඳ අපගේ අදහස්වලට අභියෝග කළ හැකි බැවින් ඒවා අපට දුෂ්කර විය හැකිය. කණ්ඩායම තුළ අපි එකඟ නොවන දේවල් ද තිබිය හැක. එමනිසා, මෙම සැසියේදී අපි අපගේ මූලික නීති මතක තබා ගනිමින් එකිනෙකාට රැකබලා ගනිමින් එකිනෙකාට සවන් දෙමු! (සහභාගිවන්නන්ට මේවා මොනවාදැයි මතක් කිරීමට මූලික නීති සඳහන් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය භාවිතා කරන්න.)
- උල්ලංඝනය කිරීම් පිළිබඳ කථා වලට සවන් දීම අපට කලකිරීමක් හෝ බලාපොරොත්තු රහිත හැඟීමක් ඇති කරවන්නක් විය හැකි ය. නමුත් ගැටළු පිළිබඳ යමක් කිරීමට සහ පරිවර්තනයක් සිදු කිරීමට හැකි වනු පිණිස අපිට ඒවා හඳුනාගෙන තේරුම් ගැනීමට හැකි විය යුතු ය.

2. ඉදිරිපත් කිරීම: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීමේ අවබෝධ කරගැනීම මි. 20



ඉදිරිපත් කිරීම

විස්තරය සහ අරමුණ

ලොව පුරා සිදුවන විවිධ වර්ගයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය කිරීම පිළිබඳව සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධයෙන් පවතින තත්වය පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම වැඩි කිරීම මෙම ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අරමුණයි. එම දැනුම, මෙම සැසියෙහි ඉතිරි කොටස සඳහා සහ, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ගේ පසුබිම් විශ්ලේෂණ කුසලතා වර්ධනය කරන මිලද සැසිය සඳහා පදනම සපයයි.

සම්පත්

- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 85 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
- එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 4 - 39 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කට්ඨකයාගේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
- මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමග සපයා ඇත.

ඉගිය! සහභාගිවන්නන්ට ප්‍රශ්න ඇසීමට/ඇදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වන්න. කථන පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (හැතහොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

සටහන

මෙය දීර්ඝ ඉදිරිපත් කිරීමකි. ඊට බොහෝ උදහරණ ඇතුළත් කර තිබේ. අවශ්‍ය නම්, ඔබේ කණ්ඩායමට එතරම් අදාළ නොවන උදහරණ කිහිපයක් මින් ඉවත් කිරීමට ඔබට හැකිය. එසේම, මේ උදහරණ වෙනුවට ඔබේ පසුබිමෙන් ගත් උදහරණ ඇතුළත් කිරීමට ද ඔබට හැකි ය. මින් ලබාදෙන ප්‍රධාන පණිවුඩ තද අකුරින් දක්වා ඇති අතර, කරුණාකර ඒවා ඔබ කථාකරන විට ඇතුළත් කරන්න.

3. පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව මි. 10

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම ඉදිරිපත් කිරීම මගින් ලබා ගන්නා දැනුම ධාරණය කරගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට හැකි වන පරිදි, කලින් කළ ඉදිරිපත් කිරීම පිළිබඳ සාකච්ඡාවක්.

සාකච්ඡාව සිදු කරන ආකාරය

ලබා දුන් දැනුම පිළිබඳ පොදු අදහස් සහ ප්‍රශ්න ඉදිරිපත් කරන ලෙස ඉල්ලා පහත දැක්වෙන කරුණු ඔස්සේ ප්‍රශ්න අසන්න:

- අපට අසන්නට ලැබුණු දේවල් අතර ඔබ දැන හොසිටි දෙයක් හෝ ඔබව පුදුමයට පත් කළ දෙයක් තිබුණා ද?
- ඉදිරිපත් කිරීමෙහි තිබූ කතන්දරවලින් වැඩිපුරම ඔබගේ හැඟීම්වලට දැනුණේ කුමන කතන්දරයද?
- අපගේ පසුබිම තුළ වඩාත්ම ගැටළු සහගත යැයි ඔබ සිතන්නේ කුමන ආකාරයේ උල්ලංඝනය වීමද?

මිනිත්තු පහළොවකට පසුව පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න. කණ්ඩායම දැන් අභ්‍යාසයක් හරහා තව දුරටත් ගැටළු සාකච්ඡා කිරීමට හා ගවේෂණය කිරීමට යන බව පැහැදිලි කරන්න.

සටහන

හිරුර්ථක ලෙස 'දේශනය' කිරීමට හෝ 'අන් අය තරහ ගන්න' ආකාරයෙන් කථා කිරීමට පටන් ගන්නා ඕනෑම අයෙකුට බාධා කරන්න. ඔවුන් ඉදිරිපත් කරන අදහස් වලට ස්තූති කරන්න. විශේෂයෙන් ම ඒ අදහස් කම්පනය හා අනාරක්ෂිත බව පිළිබඳ අත්දැකීම්වලින් පැන නගින අදහස් නම්, ඔවුන්ට දැනෙන දේ තහවුරු කරන්න. අවශ්‍ය නම් මූලික හිඟ පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ට මතක් කර දෙන්න. සංවාදය නැවත ඔවුන්ට ආරක්ෂිත යැයි හැඟෙන ස්ථානයකට ගෙන ඒමට උත්සාහ කරන්න - උදාහරණයක් ලෙස, පුද්ගලයින්ට එකඟ විය හැකි වැදගත් කරුණු කෙරෙහි ඔවුන්ගේ අවධානය යොමු කරන ප්‍රශ්නයක් ඇසිය හැකිය.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

4. නාට්‍ය අභ්‍යාසය: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ මිනිත්තු දෙකක කෙටි නාට්‍ය මි. 80



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

මෙම අභ්‍යාසයේ දී, කණ්ඩායම් ඔවුන්ට සපයා ඇති සරල විස්තරය පදනම් කර ගෙන මිනිත්තු දෙකක නාට්‍ය නිර්මාණය කර පෙරහුරු කරනු ලැබේ. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස විවිධ ආකාරවලින් උල්ලංඝනය වන අයුරු මෙම අවස්ථා වලින් විදහා දැක්වෙයි. ඉන් පසුව පූර්ණ කණ්ඩායම ඉදිරියේ මෙම නාට්‍ය ඉදිරිපත් කරනු ලබන අතර, සහභාගිවන්නෝ එම අවස්ථාවල සිදු වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය වීම් හඳුනා ගෙන ඒවා සාකච්ඡා කරති.

අරමුණ

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය වීම් හඳුනා ගැනීමේදී, ඉදිරිපත් කිරීම තුළින් ලබා ගත් න්‍යායාත්මක දැනුම ප්‍රායෝගික කුසලතා බවට පරිවර්තනය කිරීම සහ සහභාගිවන්නන්ගේ සන්දර්භය තුළ උල්ලංඝනය වීම් පිළිබිඹු කිරීමට හැකි කිරීම මෙම අභ්‍යාසයෙහි අරමුණ වේ.

සම්පත් සහ පෙර සූදානම

- ඔබ කණ්ඩායම් කීයක් සාදන්නේද යන්න තීරණය කරන්න: බොහෝ නාට්‍ය සඳහා අවම වශයෙන් වර්ත 6 ක් වත් අවශ්‍ය වන නිසා 6-10 දෙනා බැගින් වූ කණ්ඩායම් 2-3 ක් තිබීම වඩාත් සුදුසු වේ. අභ්‍යාසය සඳහා කාලය උපරිම වශයෙන් කණ්ඩායම් 3 ක් (සහභාගිවන්නන් උපරිම 30 දෙනෙක්) සඳහා නිශ්චය කර තිබේ. ඔබට සැසියා දිගු කළ හැකි නම් මිස අමතර කණ්ඩායම් එකතු නොකරන්න!
- දී ඇති විස්තර 5 න් ඔබට අදාළ සහ ඔබට ඇති කණ්ඩායම් ගණනට ගැලපෙන අවස්ථා කවර ඒවා දැයි තෝරා ගන්න. සෑම කණ්ඩායමක් සඳහා ම එකිනෙකට වෙනස් විස්තරයක් බැගින් සපයා දිය යුතුය. මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 92-94 වැනි පිටුවල සහ සැසියෙහි සම්පත් සඳහා වන සබැඳියෙන් ඔබට එම විස්තර 5 ලබා ගත හැකිය.
- ඔබ තෝරාගත් එක් එක් විස්තරයේ පිටපත් 2 ක් බැගින් මුද්‍රණය කර අදාළ කණ්ඩායමට භාර දෙන්න.
- සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි 40 ස්ලයිඩය හෝ, පහත දැක්වෙන වචන ලියූ ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදැසියක්: වෙනස්කොට සැලකීම, රජයේ සීමාකිරීම්, රජයේ අසමර්ථවීම්, ප්‍රචණ්ඩත්වය.



අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 5

පහත සඳහන් පරිදි පැහැදිලි කරන්න:

- අපට මුහුණ දීමට සිදුවිය හැකි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයන් හඳුනා ගැනීමට උපකාර වීම සඳහා අපි නාට්‍ය පදනම් කරගත් අභ්‍යාසයක් සිදු කරමු.
- අපි දැන් කණ්ඩායම්වලට බෙදීමට සූදානම් වෙමු. සෑම කණ්ඩායමකට ම විස්තරයක් එනම්, වර්ත කිහිපයක් අතර සිදුවන සරල සිදුවීම් මාලාවක පසුබිමක් බැගින් ලැබෙනු ඇත. ඔබේ කාර්යය වන්නේ මිනිත්තු දෙකකට නොවැඩි කාලයක් තුළ එය රඟ දැක්වීමයි!
- ඔබේ නාට්‍යය නිර්මාණය කිරීමට හා පුහුණු වීමට ඔබට මිනිත්තු 15 ක කාලයක් ලැබේ. එය එතරම් දිගු කාලයක් නොවේ, එබැවින් ඉතා ඉක්මනින් වර්ත බෙදා ගෙන සූදානම් වන්න!
- මිනිත්තු 15 ට පසු, ඔබ සෙසු කණ්ඩායම් ඉදිරියේ ඔබේ නාට්‍යය ඉදිරිපත් කළ යුතු වේ.
- ඔබ කතාවට විස්තර එකතු කිරීමට කැමති නම්, එසේ කළ හැක - නමුත් නාට්‍යය මිනිත්තු 2 ට වඩා වැඩි නොවිය යුතුය.
- කරදර නොවන්න! අපි බලාපොරොත්තු වන්නේ නිරායාසයෙන් ඉදිරිපත් කරන රංගනයකි - පුහුණුවූ රංගනයක් නොවේ. අදාළ කතාව නිරූපණය වන්නේ නම් ඔබේ රංගනය සාර්ථකයි!

කණ්ඩායම් වලට වෙන් කර, පසුබිම් විස්තර බෙදා දෙන්න.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 75

- **නාට්‍ය පුහුණු වන්න (මි. 15)**
පුහුණුවීම ආරම්භ කරන ලෙස කණ්ඩායම්වලට පවසන්න! කණ්ඩායම් අතර ගැටසෙමින් කටයුත්ත ආරම්භ කිරීමට ඔවුන්ට උදවු කරන්න.

සටහන

මෙම අභ්‍යාසයේදී කාලය කළමනාකරණය කිරීම ඉතා වැදගත් වේ! පුහුණු කාලය මිනිත්තු 15 ඉක්මවා යාමට ඉඩ නොදෙන්න; එසේ වුව හොත් අභ්‍යාසයේ වැදගත් කොටස වන රඟදැක්වීම/සාකච්ඡාව කොටසෙහි කාලය අඩු වනු ඇත. එමෙන් ම රඟ දැක්වීම/සාකච්ඡාව කොටස සඳහා වැය වන කාලය කළමනාකරණය කිරීම ද වැදගත් වේ. එවිට මුලින් ඉදිරිපත් වන කණ්ඩායම් ඔවුන්ගේ රඟ දැක්වීම සඳහා ඊළඟ කණ්ඩායම්වල කාලය භාවිතා කිරීම වළක්වා ගත හැක.

- **රඟ දැක්වීම සහ සාකච්ඡාව (මි. 50)**
කාලය: ඉදිරිපත් කිරීම් සඳහා කණ්ඩායමකට මිනිත්තු 15 ක් බැගින් සහ මිනිත්තු 5 ක නමැත්තියාගේ කාලයක් සෑම කණ්ඩායමක් ම ඔවුන්ගේ මිනිත්තු දෙකක නාට්‍යය දෙවරක් ඉදිරිපත් කළ යුතු වේ. පළමු අවස්ථාවේදී ඔවුන් එය බාධාවකින් තොරව ඉදිරිපත් කරති. දෙවෙනි අවස්ථාවේදී, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස උල්ලංඝනයන් වීමක් දැකි සෑම අවස්ථාවකම ප්‍රේක්ෂකයෝ 'නවත්වන්න!' යනුවෙන් කෑ ගසති. එවිට නාට්‍යය නැවැත්විය යුතුය (වර්ත වීම ස්ථාවරවලම නොසෙල්වී සිටගෙන සිටිය යුතුය). පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි 40 වැනි ස්ලයිඩය පෙන්වා, 'නවත්වන්න!' යැයි පැවසූ පුද්ගලයා/පුද්ගලයින් ගෙන් පහත සඳහන් ප්‍රශ්නයට කෙටියෙන් පිළිතුරු දෙන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න:
 - සිදු වූයේ කුමන ආකාරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස පිළිබඳ උල්ලංඝනයක්ද සහ උල්ලංඝනය කිරීම සිදු කළේ කවුද? (උදා: වෙනස් කොට සැලකීමක ස්වරූපයේ සමාජ විචිරිවාදිකමක් හෝ මිනිසුන් ආරක්ෂා කිරීමට රජය අපොහොසත් වීමක් වැනි)

නාට්‍යය නැවත ආරම්භ කර ඊළඟ පුද්ගලයා නවත්වන ලෙස කෑගසන තෙක් රංගනය සිදුකර ගෙන යන ලෙස පවසන්න; ඉහත සඳහන් ප්‍රශ්න නැවත අසන්න. එක් නාට්‍යයක උල්ලංඝනය කිරීම් 3 ක් ඇත. 92 - 94 වැනි පිටුවේ දී ඇති නාට්‍ය සඳහා පසුබිම් විස්තරවල පහසුකම් සපයන්නන් සඳහා සටහන් සහිත පිටපත බැලීමෙන් මේවා මොනවාදැයි ඔබට හඳුනාගත හැකිය.

- කණ්ඩායම නාට්‍යය දෙවරක් ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසු කාලය තිබේ නම්, පහත සඳහන් ප්‍රශ්න භාවිතා කරමින් පුළුල් සාකච්ඡාවක් ආරම්භ කරන්න:
- මෙම සිදුවීම් තුළ වෙනස් විය යුත්තේ කුමක්ද? කුමන ආයතන හෝ පුද්ගලයින් වෙනස් ලෙස ක්‍රියා කළ යුතුද? නැතහොත් වෙනස් විය යුතු නීති හෝ රීති මොනවාද?
 - දේවල් වෙනස් කිරීමට ධනාත්මක ආකාරයකින් මැදිහත් විය හැක්කේ කාටද? ප්‍රජාවේ සාමාජිකයෙකුට, ක්‍රියාකාරීකයෙකුට, සංවිධානයකට හෝ තීරණ ගන්නෙකුට වෙනසක් සිදු කළ හැකිද?

හියමිත වේලාවට අවසන් කළ යුතු බව දැඩිව අවධාරණය කරමින් රඟදැක්වීම/සාකච්ඡා ක්‍රියාවලිය සඳහා කණ්ඩායමකට මිනිත්තු 15 ක් බැගින් ලබා දෙන්න! (ඔබට කණ්ඩායම් දෙකක් පමණක් තිබේ නම් ඔබට වැඩි කාලයක් ලබා දිය හැකිය.) අතර මැදදී නවතා දැමීමට සිදුවීම පිළිබඳ සමාව ඉල්ලන්න, නමුත් සෑම කෙනෙකුටම රංගනය ඉදිරිපත් කිරීමට අවස්ථාවක් ලබා දිය යුතු බව පැහැදිලි කර දෙන්න. සෑම කණ්ඩායමකටම මිනිත්තු 15 අවසානයේ අත්පොළසන් වටයක් ලබා දීමට මතක තබා ගන්න!

- **පූර්ණ කණ්ඩායම අදහස් බෙදාගැනීමේ අවස්ථාව (මි. 10)**
සියලුම කණ්ඩායම් ඔවුන්ගේ පසුබිමට අදාළ සිද්ධිය ඉදිරිපත් කර එය සාකච්ඡා කර අවසන් වූ විට, ඔවුන්ගේ රංගනය පිළිබඳව නැවතත් සියලු දෙනාටම සුබ පතන්න. ඉන් පසු පහත සඳහන් ප්‍රශ්න මත පදනම්ව පුළුල් සංවාදයක් ආරම්භ කරන්න:
 - නාට්‍යවල අප දුටු උල්ලංඝනවලට සමාන උල්ලංඝන සමහර විට අපේ ප්‍රජාව තුළත් සිදු වන්නේද?
 - මිනිසුන්ට සහ සමස්තයක් වශයෙන් සමාජයට මෙයින් ඇතිවන බලපෑම කුමක්ද?
 සහභාගිවන්නන්ට පහසුවක් දැනෙන්නේ නම් ඔවුන්ගේ කතන්දර හෝ අත්දැකීම් බෙදා ගැනීමට ඔවුන්ව දිරිමත් කරන්න. සහභාගිවන්නන් ඔවුන්ගේ පුද්ගලික කතා බෙදා ගන්නා විට, සාමාන්‍යකරණ ප්‍රශ්න ඇසීමට උත්සාහ කරන්න - උදා: සමස්තයක් ලෙස ප්‍රජාවට මෙවැනි අත්දැකීම් වලින් අදහස් කෙරෙන්නේ කුමක්ද? උල්ලංඝනයන් සමස්ත සමාජයටම ආහතීන් හා අවදානම් ඇති කරන හෙයින් ඒවා අවසානයේදී සෑම කෙනෙකුටම නාසියක් ගෙන දෙන්නේය යන කාරණය ඉස්මතු කිරීමට උත්සාහ කරන්න.

5. අවසාන අදහස් දැක්වීම් හා සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව මි. 5

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම අවසාන අදහස් දැක්වීම්වල අරමුණ වන්නේ පරිවර්තනයක් සිදු කළ හැකි යැයි විශ්වාස කිරීමට පුද්ගලයින්ව පෙළඹවීමයි.



කෙටි කතාමත

සම්පත්

4 වැනි සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි 41-44 ස්ලයිඩ් හෝ 41 ස්ලයිඩයේ මුද්‍රණය කළ පිටපත්.

පැවසිය යුතු දේ

- අපි අපගේ ප්‍රජාව තුළ මිනිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලු පිළිබඳ කථා බෙදා ගන්නා විට පහසුවෙන් අපව අධෛර්යයට පත්විය හැක. නමුත්, අන්ත වෛරය හා ප්‍රචණ්ඩත්වය පවතින අවස්ථාවන්හිදී පවා පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම කළ හැකියි! බලාපොරොත්තුව පිළිබඳ කතාවකින් අපි මෙය අවසන් කරමු.
- 95 වැනි පිටුවේ දී ඇති ජේම්ස් පාදිලිතුමා සහ අනාගා පුජකතුමාගේ කතාව කියවන්න (මෙම සැසිය සඳහා බාගත කළ හැකි සම්පත් වලින් ද විය ලබා ගත හැක).
- පරිවර්තනයක් ඇති කිරීම සෙමෙන් සිදුවන, නමුත් අතිශයින්ම වැදගත් ක්‍රියාවලියකි. විය ආරම්භ වන්නේ අපට පමණක් නොව අපේ රටේ සහ ප්‍රජාවේ සෑම අයෙකුට ම ආගම ඇදහීම හෝ විශ්වාස දැරීම සඳහා ඇති හිදහසේ තත්වය පිළිබඳව අප දැනගත් විට ය.

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටයුතු පිටපත

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් අවධෝධ කර ගැනීම

4 වැනි සැසියේ ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා වන පිටපත අදාළ ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 4 සිට 39 දක්වා වන ස්ලයිඩ් මගින් නිරූපණය වේ.

සටහන: මෙම ඉදිරිපත් කිරීම ජූර්ජ ඉදිරිපත් කිරීමක් වන අතර (මිනිත්තු 20 ට වඩා තරමක් අඩු ය) එහි බොහෝ උදාහරණ ඇතුළත් වේ. ඔබේ කණ්ඩායමට අඩුවෙන් ම අදාළ යැයි පෙනී යන උදාහරණ කපා හැරීමට ඔබට අවශ්‍ය විය හැකි ය. ඔබේ සන්දර්භය තුළ ඇති කතා යොදා ගනිමින් උදාහරණ කිහිපයක් ආදේශ කිරීමටද ඔබට අවශ්‍ය විය හැකි ය. '... පිළිබඳ කතන්දර' කොටස්වල ප්‍රධාන පණිවුඩ තද අකුරින් ඉස්මතු කර පෙන්වා ඇත. කරුණාකර මෙම කරුණු ඔබේ කතාවට ඇතුළත් කරන්න! ඔබගේ සහභාගිවන්නන්ට මෙහි අන්තර්ගතය අවධෝධ කර ගැනීමට උපකාරී වනු පිණිස පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම්, ප්‍රධාන පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ්වල මුද්‍රිත පිටපත් හෝ එයට සමානව සැකසූ ෆ්ලිප් චාර්ට් නිරූපණ භාවිතා කරන්න.

හැඳින්වීම



ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස නොමැතිකම නිසා විවිධ රටවල විවිධාකාර මිනිසුන් ගැටලුවලට මුහුණ දෙනවා. වෙනස් වන චිකම දේ නම්, බලපෑමට ලක්වන්නේ කවුරුන්ද, උල්ලංඝනයවීම් වල බරපතලකම කොතෙක්ද සහ ඒවා සිදු කරන්නේ කවුරුන්ද යන කාරණා ය.



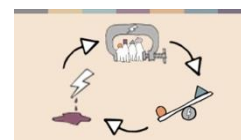
මෙම ඉදිරිපත් කිරීමේ දී අපි වෙනස්කොට සැලකීම, අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ සැබෑ ජීවිත කතාවලට සවන් දෙනවා.



මෙම උල්ලංඝනයවීම් සිදු කරන්නේ රජය සහ ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් යන දෙපාර්ශ්වය ම විසින්. අපි බොහෝ විට මෙය හඳුන්වන්නේ රජයේ උල්ලංඝනයවීම් සහ සමාජ විචිරවාදිකම් ලෙස යි. නමුත් උල්ලංඝනයවීම් පවුල තුළ සහ ආගමික ප්‍රජාවන් තුළ ද සිදුවිය හැකියි.



මීට අමතරව හතර වැනි උල්ලංඝනයවීම් වර්ගයකුත් තිබෙනවා: ඒ, ප්‍රජාව තුළ සිදුවන උල්ලංඝනයවීම් වලින් ජනතාව ආරක්ෂා කිරීමට රජය අපොහොසත් වීමයි. තම තුමිය තුළ සිටින සෑම මිනිසෙකු ම වෙනස්කොට සැලකීමෙන්, ඔවුන්ගේ අයිතිවාසිකම් අනවශ්‍ය ලෙස සීමා කරනු ලැබීමෙන් සහ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් ආරක්ෂා කිරීමේ වගකීමක් රාජ්‍යයට තිබෙනවා. බොහෝ රාජ්‍යයන් මෙය ඉටු කිරීමට අපොහොසත් වෙනවා.



වෙනස්කොට සැලකීම, අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය සාමාන්‍යයෙන් එකිනෙකට අන්තර්-සම්බන්ධ සහ අතිච්ඡාදනය වන කරුණු වෙයි. උදාහරණයක් ලෙස, යම් සීමා කිරීමක් වෙනස් කොට සැලකීමක් විය හැකි අතර එය ප්‍රචණ්ඩත්වයට හේතු විය හැකියි. බොහෝ විට රජයේ උල්ලංඝනය කිරීම් සහ සමාජ විචිරවාදිකම් එකිනෙක කෙරෙහි දායක වෙමින් විෂම චක්‍රයක් නිර්මාණය කරනවා.

සුළුතර කණ්ඩායම්වලට වෙනස් කොට සලකන ආකාරයේ රජයේ නීති මගින් සමාජයේ නොඉවසීම නීත්‍යානුකූල කරවන අතර, එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ප්‍රජාව තුළ වෙනස් කොට සැලකීම, හිරිහැර කිරීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය සිදු වෙනවා. බුලධාරීන් ඒවා නොදැරුවා සේ සිටිය හොත්, ඒවා සිදු කරන පුද්ගලයින් ඒවාට දඬුවම් නොලබා සිටිය හැකි යැයි සිතනවා. විවිධ වම වෙනස්කොට සැලකීම නිසා, හිරිහැර සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය තව තවත් නරක අතට හැරෙනවා.

සැබෑ ජීවිත කතා කිහිපයක් භාවිතා කරමින් ලෝකයේ විවිධ ප්‍රදේශවල සිදුවන වෙනස්කොට සැලකීම්, සීමා කිරීම් සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය කෙබඳු විය හැකි දැයි අපි බලමු! සමහර විට ඒවායින් සමහරක් ඔබේ අත්දැකීම් වලට අදාළ ඒවා විය හැකියි.

වෙනස්කොට සලකනු ලැබීම පිළිබඳ කතන්දර



වෙනස්කොට සැලකීම ඉතා සුලභ වන අතර එය ජීවිතයේ සෑම අංශයකටම බලපායි. පූජ්‍ය කුමාර් පාදිලි තුමා ශ්‍රී ලංකාවේ ග්‍රාමීය ප්‍රදේශයක සිටින පාදිලිවරයෙක්. ඔහුගේ පවුල ඔහුගේ ගමේ බහුතර බෞද්ධ ප්‍රජාව සිදු කරන වෙනස්කොට සැලකීම්වලට මුහුණ දී තිබෙනවා. ගුරුවරුන් සහ පංතියේ ළමයින් ඔහුගේ දරුවන්ට හිරිහැර කර ඇති අතර, ඔවුන්ගේ නිවස හිනි විරෝධී වන්දනා කරන ස්ථානයක් ය කියමින් ඔවුන්ගේ විදුලිය හා ජල සැපයුම අක්‍රීය කරනු ලැබුවා.¹



සමහර රජයන් රජයේ මුදල් වෙන්කර දීමේදී වෙනස්කොට සලකනවා – සුළුතර කණ්ඩායම් සිටින ප්‍රදේශවල යටිතල පහසුකම්, සෞඛ්‍යය හෝ අධ්‍යාපනය සඳහා ඉතා අඩුවෙන් ආයෝජනය කිරීම උදාහරණයක් ලෙස දැක්විය හැකියි. මෙය වාර්ගික ආතතිය සහ දේශපාලන අස්ථාවරත්වය පිළිබඳ දිගු කාලීන අවදානම් ඇති කළ හැකියි.

ආයතන ක්‍රියාත්මක වන ආකාරයේ ද වෙනස්කොට සැලකීම සිදුවිය හැකියි. උදාහරණයක් ලෙස, පාසල් සිසුන්ට වෙනස්කොට සැලකීම, නිල වශයෙන් සිදුකරන ආගමික කටයුතු වලට ඔවුන්ව බලහත්කාරයෙන් සහභාගී කරවීම හෝ ඔවුන්ගේ ප්‍රජාව පිළිබඳ වැරදි ලෙස කථා කරන පෙළපොත් භාවිතා කිරීම වැනි දේවලට මුහුණ දීමට ඔවුන්ට සිදු විය හැකියි. කලාතුරකින් ඇතිවන තත්වයන්හි දී, සමහර කණ්ඩායම්වලට අධ්‍යාපනය අහිමි වී තිබේ – ඉරානයේ බහායිවරුන්ට විශ්වවිද්‍යාලය අධ්‍යාපනය ලැබීමට අවසර ලැබෙන්නේ නැත.²

සීමා කිරීම් සහ වෙනස්කොට සැලකීම් පිළිබඳ කතන්දර



බොහෝ වර්ගවල හිනි මගින් සෘජුව හෝ වක්‍රව වෙනස්කොට සැලකීම සඳහා හේතු වන සීමා නිර්මාණය කෙරෙනවා. බැඳු බැල්මට මධ්‍යස්ථ බවක් පෙනෙන්නට තිබිය හැකි සැලසුම්කරණය සම්බන්ධ නියමයන් සුළුතර කණ්ඩායම් පූජ්‍ය ස්ථාන ඉදිකිරීම වළක්වන සුලභ බාධකයක්.

රුසියාවේ සුළුතර කණ්ඩායම් රාශියක් දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණ දී තිබෙනවා – ඉදිකිරීම් සඳහා අවසර ලබා නොදීම, ඉදිකිරීම් ආරම්භ කිරීමෙන් පසු නාශක කල්බඳු අවසන් කිරීම, හෝ ඉදිකිරීම් කඩා ඉවත් කිරීම උදාහරණ හැටියට දැක්විය හැකියි.³



ආගමික ප්‍රජාවන් ලියාපදිංචි කිරීම පාලනය කෙරෙන හිනි ද සීමාකාරී සහ වෙනස්කොට සලකන ආකාරයේ හිනි විය හැකියි. ආගමික හෝ වෙනත් සියලු ම කණ්ඩායම්, ඔවුන්ගේ ක්‍රියාකාරකම් සිදු කිරීමට පෙර සංගමයක් ලෙස ලියාපදිංචි විය යුතු යැයි ඇල්ජීරියානු රජය නියම කර තිබෙනවා. කුඩා පිරිසක් වන අහමදියා ප්‍රජාවට ලියාපදිංචිය ලබා දී නැත. 2020 අවසානය වන විට, අනවසර ස්ථානවල යාච්ඤා කිරීම වැනි අපරාධ සම්බන්ධයෙන් චෝදනා ලැබූ ප්‍රජා සාමාජිකයින්ට වරින්වර 220 ක් විනාශ වෙමින් පැවතිණ.⁴



සමහර රජයන් බහුතර ප්‍රජාවන්ගේ ආගමික වත්පිළිවෙත් සීමා කරනවා. 2020 දී ටර්කිමේනිස්තානයේ ලෙබාප් ප්‍රදේශයේ බලධාරීන් සිකුරාදා යාච්ඤාවලට ගුරුවරුන් හා හෙදියන් වැනි රජයේ සේවකයින් සහභාගී නොවිය යුතු යැයි නියෝග කළ අතර, ඔවුන් පල්ලිවල සිටිනු දුටුව හොත් ඔවුන්ව සේවයෙන් පහකරන බවට තර්ජනය කළා.⁵

¹ ප්‍රාදේශීය මූලාශ්‍ර
² ද නාර්ඩියන්, <https://www.theguardian.com/world/2013/feb/27/bahai-student-expelled-iranian-university>
³ ෆෝරම් 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2508
⁴ එ.ජ. රාජ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුව, <https://www.state.gov/reports/2020-report-on-international-religious-freedom/algeria/>
⁵ ෆෝරම් 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2555



සීමාවන් නිර්මාණය කළ හැකි තවත් නීති වර්ග 2 ක් පිළිබඳව අපි සාකච්ඡා කරමු: ඒවා නම්, පවුල් නීතිය සහ දේවාපහාස නීතිය හෝ ආගම අත්හැර දැමීමේ නීතිය යි.

පවුල් නීතිය
විවාහය, දික්කසාදය, උරුමය සහ ළමයින්ගේ භාරකාරත්වය පාලනය කෙරෙන සාමාන්‍ය නීති හා ආගමික නීති යන දෙකම අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීමට සහ වෙනස් කොට සැලකීමට හේතු විය හැකියි.



ඉන්දියාවේ, ආගම් දෙකකට අයත් යුවළක් විවාහ වීමේදී විවාහයට දින තිහකට පෙර මහේස්ත්‍රාත්වරයෙකුට දැනුම් දිය යුතු යැයි වෙනික විශේෂ විවාහ පනත මගින් නියම කර තිබෙනවා. මහේස්ත්‍රාත්වරයා අයදුම්පත විමර්ශනය කර යුවළගේ පවුල් වෙත දැන්වීමක් යවයි. මෙය, බොහෝ යුවල් ගරුත්වය පදනම් කරගත් ප්‍රවණ්ඩත්වයේ අවදානමට ලක් කරයි.⁶



රේච්චි මසෝසෙයි මැලේසියානු ජාතික කාන්තාවක්. ඇය මුස්ලිම් දෙමව්පියන්ට දාව උපත ලැබුවත් ඇයගේ හින්දු මිත්තණිය විසින් ඇයව හින්දු භක්තිකයෙකු ලෙසයි ඇති දැඩි කළේ. හින්දු භක්තිකයෙකු විවාහ කරගෙන නැවත ඉස්ලාම් ආගමට පැමිණීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම නිසා ආගමික අධිකරණයක් ඇයව මාස 6 ක කාලයක් සඳහා ඉස්ලාමීය නැවත-අධ්‍යාපන මධ්‍යස්ථානයකට යවා තිබෙනවා.⁷



ආගමික පවුල් නීතිය සහ ආගම හැරදැමීමේ නීති සමහර විටක සුළුතර කණ්ඩායම් සාපරාධී ප්‍රභාදයන්ට ගොදුරු වීමේ අවදානමට පත් කරනවා.
සෑම වසරකම පාකිස්තානයේ හින්දු හා ක්‍රිස්තියානි ගැහැණු ළමයින් සිය ගණනක් පැහැර ගැනීමට සහ බලහත්කාරයෙන් ආගමට හැරවීමට හා විවාහ කිරීමට මුහුණ දෙනවා. වයස අවුරුදු 14 දී මයිරා ෂාබාස්ට් මෙය සිදුවුවා. ඇයගේ දෙමව්පියන් ඇයව ආපසු ලබා ගැනීම සඳහා අධිකරණයට ගිය නමුත් ඉස්ලාම් ආගමෙන් ඉවත්වීම පකිස්තානයේ තහනම් කර ඇති නිසාත් මුස්ලිම් දරුවන් ක්‍රිස්තියානි දෙමව්පියන් භාරයේ තබා ගත නොහැකි නිසාත් ඇයව පැහැරගත් තැනැත්තාට ම ආපසු භාර දිය යුතු යැයි මහාධිකරණය තීරණය කළා. සති දෙකකට පසු මයිරා පැන ගියා. ඇය දැන් සැගවී පිවිසීමේදී ඇයගේ විවාහය අවලංගු කර ගැනීමටත්, ඇයගේ නෛතික තත්ත්වය ක්‍රිස්තියානි ලෙස නැවත වෙනස් කර ගැනීමටත් සටන් වදිමින් සිටිනවා.⁸



දේවාපහාස නීතිය සහ ආගම හැරදැමීමේ නීති
දේවාපහාසය පිළිබඳ සහ ආගම හැරදැමීම (තම ආගමෙන් ඉවත්වීම) පිළිබඳ නීති බොහෝ විට සාධාරණීකරණය කරනු ලබන්නේ සමගිය පවත්වා ගැනීමට අදාළවයි. කෙසේ වෙතත්, එම නීති මගින් එයට ප්‍රතිවිරුද්ධ බලපෑම ද ඇති විය හැකියි. සමහර රටවල පුද්ගලික පලිගැනීම් සඳහා සාවද්‍ය චෝදනා ඉදිරිපත් කරමින් නීති අවහාරිතා කරනවා. නමුත් නීති මගින් බොහෝ විට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට – විශේෂයෙන් ම රජය හෝ බහුතර ප්‍රජාව අකමැති විශ්වාස ඇති පුද්ගලයින්ගේ එම නිදහසට – හානි වන අයුරින් කටයුතු සහ හැසිරීම සීමා කරනවා. මුහම්මද්තුමාගෙන් පසු ව ඇති වූ ශාස්තෘවරයෙකු පිළිබඳ විශ්වාස කරන අනම්ඳිවරුන්, අදේවවාදීන් සහ රජය හෝ ආගමික බලය දරන්නන්ව විවේචනය කරන පුද්ගලයින් බොහෝ විට අවදානමට ලක්වන නමුත් ඕනෑම කෙනෙකු මේ ආකාරයෙන් පීඩාවට පත්වන්නට ඉඩ තිබෙනවා.

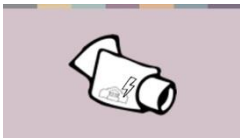
⁶ ද ලිප්ලට්, <https://www.theleaflet.in/india-needs-to-overhaul-laws-on-interfaith-marriage-and-religious-conversion/>
⁷ ෆෝරම් ඒසියා, <https://www.forum-asia.org/?p=7086>
⁸ එක්සත් රාජධානියේ පාර්ලිමේන්තුව, <https://edm.parliament.uk/early-day-motion/57474/maira-shahbaz-and-child-abduction-forced-conversion-and-marriage-in-pakistan>



2020 වර්ෂයේ දී, උතුරු නයිජීරියාවේ ආගමික අධිකරණයක් නඩඹුමාට අපහාස කිරීමේ චෝදනාව මත 12 හැවිරිදි මුස්ලිම් පිරිමි ළමයෙකුට වසර 10 ක සිර දඬුවමක් නියම කළා. ඔහුව වරදකරු කරමින් ලබා දුන් තීන්දුව 2021 දී ආගමික නොවන අභියාචනාධිකරණයක් විසින් අවලංගු කළ නමුත්, පළිගැනීමේ ප්‍රහාර හේතුවෙන් ඔහුගේ පවුලේ අයට එම ප්‍රදේශයේ ජීවත් වීම අනාරක්ෂිත වී තිබෙනවා.⁹



ජාත්‍යන්තර නීතියට අනුව, තහනම් කළ යුතු කටයුතු වන්නේ ප්‍රචණ්ඩත්වය උසිගැන්වීමයි. එහෙත්, ප්‍රචණ්ඩත්වය නවත්වනවා වෙනුවට, බහුතරයක් දෙනා අකමැති විශ්වාස සාමකාමීව ප්‍රකාශ කරන පුද්ගලයින්ට දඬුවම් ලබා දිය යුතුය යන අදහසට සහාය දැක්වීම තුළින් දේවාපහාස සහ ආගම හැරයාමේ නීති මගින් ප්‍රචණ්ඩත්වය දිරිමත් කිරීමේ හැඹුරුවක් තිබෙනවා.



රාජ්‍යයේ අධීක්ෂණය සහ පාලනය
 රාජ්‍යය විසින් ආගමික ප්‍රජාවන්ගේ ක්‍රියාකාරකම් සහ මූල්‍ය කටයුතු පරීක්ෂා කිරීම, අධීක්ෂණය කිරීම සහ පාලනය කිරීම රාජ්‍ය ක්‍රියාකාරකම් හරහා සීමා කිරීම් නිර්මාණය කරන තවත් පැතිකඩක් වනවා. උදාහරණයක් හැටියට, ශ්‍රී ලංකාවේ සමහර දේවස්ථාන, බලධාරීන් ගේ අධීක්ෂණයට ලක් වන බව එම දේවස්ථාන වාර්තා කර තිබෙනවා.¹⁰ මෙය සිවිල් සමාජ අවකාශය හැකිලීමේ පුළුල් ප්‍රචණ්ඩත්වයක කොටසක්.
 බටහිර විනයයේ සිදු කෙරෙන සෝදිසි කිරීම් අන් කවර ස්ථානයකටත් වඩා අභියාචනා දැඩි යි. මුස්ලිම් උරුමයේ සුළුතර ප්‍රජාවන්ට සාමාජිකයින් හඳුනා ගෙන ඔවුන් සිටින ස්ථාන පොලීසියට දැනුම් දීමට ආරක්ෂක කැමරාවලට හැකි වන පරිදි මුහුණු හඳුනා ගැනීමේ තාක්ෂණය එරටේ වැඩි වශයෙන් යොදා ගෙන තිබෙනවා.¹¹



සමාජමය සීමා කිරීම්
 පවුල්, ආගමික කණ්ඩායම් හෝ පුළුල් ප්‍රජාව තුළ ද අයිතිවාසිකම් සීමා කිරීම් සිදු විය හැකියි. මෙය බොහෝ විට පුරුෂයින්ට හා කාන්තාවන්ට බලපාන්නේ වෙනස් ආකාරයකටයි. කාන්තාවන්ට බොහෝ විට විවිධ අවස්ථා, උදාහරණයක් ලෙස දේවධර්මය හැඳුණේ අවස්ථාව වැනි අවස්ථා, අහිමි වෙනවා. කාන්තාවන්ගේ හැසිරීම සහ ආගම පිළිපැදීමේ ආගමික හේතූන් මත පවුලේ හෝ ප්‍රජාවේ පාලනයට නතු විය හැකියි.
 බහුතර සමාජ බොහෝ විට සුළුතර කාන්තාවන්ගේ ආගමික ප්‍රකාශනය ද, උදාහරණයක් හැටියට රැකියා ලබා ගැනීම සඳහා කාන්තාවන්ගේ ආගමික අනන්‍යතාවය සැලකීමට ඔවුන්ට බලපෑම් කිරීම වැනි ආකාර වලින්, සීමා කරනවා.



මයිරා ඊජිප්තුවේ ජීවත් වන ක්‍රිස්තියානි තරුණියක්. ඇය විශ්වවිද්‍යාලයෙන් උපාධිය ලබා ගත් විට ඇයට බැංකුවක රැකියාවක් පරිනමනු ලැබුවා. නමුත් ඇය එම රැකියාව භාර ගන්නේ නම් ඇය නිජාබයක් පැළඳිය යුතු බව ඇයට දැනුම් දුන්නා. වෙනත් ආගමික අනන්‍යතාවයක් ඇති බව මවා පෑම සාධාරණ නොවන බව මයිරා සිතූ නිසා ඇය එම රැකියාව භාර ගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කළා.¹²

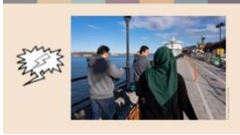
ප්‍රචණ්ඩත්වය පිළිබඳ කතන්දර

⁹ ඩී.බී.සී. පුවත්, <https://www.bbc.com/news/world-africa-55756834>
¹⁰ ප්‍රාදේශීය මුලාශ්‍ර
¹¹ නිව් යෝර්ක් ටයිම්ස්, <https://www.nytimes.com/2019/04/14/technology/china-surveillance-artificial-intelligence-racial-profiling.html>
¹² මුලාශ්‍රය: මාර්ග, ආරක්ෂක හේතූන් මත ඇයගේ නම වෙනස් කර ඇත.



අපි දැන් ප්‍රචණ්ඩත්වය ගැන අවධානය යොමු කරමු. ප්‍රචණ්ඩත්වයේ වඩාත් සුලභව අත්දැකීමට ලැබෙන ස්වරූප අතරට වෙරි කථාව සහ වෙරි අපරාධ ඇතුළත් වෙතවා. වන්දනා කරන ස්ථාන සහ ඒවාට සහභාගී වන පුද්ගලයින් විශේෂයෙන් ම වෙරි අපරාධවලට ගොදුරුවීමේ අවදානමට මුහුණ දෙනවා.

බ්‍රසීලයේ සාම්ප්‍රදායික අප්‍රිකානු-බ්‍රසීලියානු ආගම් අදහන පිරිස්, ඔවුන්ගේ ආගම යක්ෂ ආගමක් යැයි සලකන නව පෙන්නකොස්ත ක්‍රිස්තියානි අසල්වැසියන්ගේ ප්‍රචණ්ඩ ප්‍රහාරයන්ට මුහුණ දෙනවා. කැන්ඩොම්බල් ආගමේ පූජකයෙකු වන මාර්සියෝ පියතුමා තම දේවස්ථානයට සිදුවූ පහරදීම් 20 ට අධික සංඛ්‍යාවක් වාර්තා කර තිබෙනවා. නමුත් පොලිසිය කිසිදු ක්‍රියාමාර්ගයක් ගෙන නැතැ.¹³



නැවත වරක්, කාන්තාවන් සහ පිරිමින් වෙනස් ආකාරයකින් පීඩාවට පත්වීමේ ප්‍රවණතාවක් තිබෙනවා.

ස්වීඩනයේ මුස්ලිම් කාන්තාවන්ට, විශේෂයෙන් හිජාබ් වැනි ආගමික ඇඳුම් අඳින කාන්තාවන්ට, ප්‍රසිද්ධ ස්ථානවලදී ආගන්තුකයින් විසින් සිදුකරනු ලබන වෙරි අපරාධවලට මුහුණ දීමට සිදු වීමේ වැඩි අවදානමක් තිබෙන අතර, මුස්ලිම් පිරිමින් අසල්වැසියන් හෝ සගයන් විසින් සිදු කරනු ලබන වෙරි අපරාධවලට ගොදුරු වීමේ වැඩි අවදානමක් තිබෙනවා.¹⁴



බොහෝ ස්ථානවල, කොරෝනා වෙරස් වසංගතය මගින් වෙනස්කම් කිරීමේ රටාවන් හා වෙරයේ පවතින රටාවන් ශක්තිමත් කර තිබෙනවා. මුස්ලිම් ආගමික උත්සවයකින් පසුව වෙරසය පුළුල්ව පැතිරීමක් සිදුවීම නිසා කොරෝනා පිනාඩයක් සිදු කළ බවට ඉන්දියාවේ මුස්ලිම්වරුන්ට චෝදනා එල්ල වුණා. අනමඬි ඡායික් යනු තම පීචනෝපාය සර්කර ගැනීමට වෙර දරන මුස්ලිම් වීදි වෙළෙන්දෙක්. 2020 අප්‍රේල් මාසයේ දී හින්දු ජාතිකවාදී කල්ලියක් මුස්ලිම්වරුන් කොරෝනා පැතිරවීමට කුමන්ත්‍රණය කරන බවට චෝදනා කරමින් ඔහුගේ වෙළඳ කුටිය ගලවා ගෙන පිටව යන ලෙසට ඔහුට දැනුම් දුන්නා. අනමඬි ඔවුන්ට ආයාචනය කළ නමුත් ඔවුන් ඔහුට මුගුරුවලින් තදින් පහර දුන්නා. අනමඬි පොලිසියට පැමිණිල්ලක් ඉදිරිපත් කිරීමට උත්සාහ කළත් වීදි වෙළඳාම හීනි විරෝධී යැයි පවසමින් පොලිසිය පැමිණිල්ල භාරගැනීම ප්‍රතික්ෂේප කළා.¹⁵



ප්‍රජාව තුළ පවතින උල්ලංඝනයවීම් වල වඩාත් දරුණුතම ස්වරූපය වන්නේ ජාතිවාදී ප්‍රචණ්ඩත්වය සහ හිෂ්ණයයි.

සැමුවෙල් දේවගැතිතුමා උතුරු බුර්කිනා ෆාසෝ රටෙහි අයෙක්. එරට පවතින ආගමික ඉවසීමේ සම්ප්‍රදායට දැන් ත්‍රස්ත කණ්ඩායම් හානිකරමින් සිටිනවා. 2019 වර්ෂයේ දී පල්ලිවලට පහර දීම ඔවුන්ගේ උපාය මාර්ගයේ කොටසක් බවට පත්වුණා. සැමුවෙල් දේවගැතිතුමා දැන් අභ්‍යන්තරව අවතැන් වූවන් සඳහා වන කඳවුරකයි ජීවත් වෙන්නේ.

“මේ ප්‍රහාර අපේ ජනතාවගේ ජීවිත සුනුවිසුනු කර දමා තිබෙනවා. අපි වේදනාවෙන් පිරිලා ඉන්නේ.” දේවගැතිතුමා කියනවා.

සෑම කෙනෙකුටම බලපෑම් ඇති කරමින් 2019 සිට ත්‍රස්ත ප්‍රහාර උත්සන්න වී තිබෙනවා. මිලියනයකට අධික ජනතාවක් අවතැන්ව සිටිනවා.¹⁶

¹³ RioOnWatch, <https://rioonwatch.org/?p=40117>
¹⁴ අපරාධ වැළැක්වීම සඳහා වන ස්විට්සර්ලන්ත ජාතික සභාව, <https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2021-03-31-islamofobiska-hatbrott-yttrar-sig-i-manga-olika-former.html>
¹⁵ සබ්රිංගින්දියා, <https://sabrangindia.in/article/stop-targeting-discriminating-against-and-attacking-vendors-and-hawkers-national-hawker>
¹⁶ ඕපන් ඩොර්ස්, වක්සන් රාජධානිය, <https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/burkina-faso>



ඉස්ලාම් දහම සමග සම්බන්ධතා ඇති ත්‍රස්ත කණ්ඩායම් ගෝලීය සංවිකල්පවල ඉහළින්ම පිටින නමුත්, අනෙක් කණ්ඩායම් විසින් වයටත් වඩා විශාල තර්ජනයක් එල්ල කරනු ලබන බොහෝ ජාතික පසුබිම් ද තිබෙනවා.

ඇතැම් බටහිර රටවල ආරක්ෂක සේවා, ඔවුන්ට ඇති විශාල ම අභ්‍යන්තර ත්‍රස්ත තර්ජනය ලෙස සලකන්නේ සුදු ජාතික අධිශ්‍රේණිකත්වයන් සහ අන්ත දක්ෂිණාශීලී අන්තවාදීන්වයි.¹⁷ මොවුන්, සුළුතර කණ්ඩායම් ඉලක්ක කරනවා. 2018 දී ඇමරිකා එක්සත් ජනපදයේ පිටිස්බර්ග් නුවර පල්ලියක දී එකොළොස් දෙනෙක් මරා දමන ලද අතර හවසිරුන්ගේ කුසිස්ට්වර්ථි නුවර පල්ලියක දී පුද්ගලයින් 51 දෙනෙක් ඝාතනය කරනු ලැබුවා.



පොලීසිය, ආරක්ෂක සේවා හෝ හමුදාව හෝ රජය විසින් කුලියට ගත් මැරයන් විසින් සිදුකරනු ලබන ප්‍රචණ්ඩත්වයට පුද්ගලයින් හෝ සමස්ත ප්‍රජාව ම ඉලක්ක විය හැකියි.

රජයේ ප්‍රචණ්ඩත්වය කෙතරම් දුරුණු විය හැකිද යන්න බටහිර චීනයේ උයිගර්වරුන්ගේ තත්වය මගින් පෙන්නුම් කෙරෙනවා. උයිගර් කාන්තාවන් බලහත්කාරයෙන් වන්ධනාකරණයට සහ ගැබ්ගැනීම වළක්වනු ලැබීමට මුහුණ දී ඇති අතර එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස උපත් අනුපාතය විශාල වශයෙන් පහත වැටී තිබෙනවා. හිජාබයක් ඇඳීම හෝ රැවුල වැවීම වැනි හේතු නිසා උයිගර්වරුන් මිලියන 1.8 ක් පමණ දෙනා නැවත අධ්‍යාපනය ලබාදෙන කඳවුරුවලට යවා තිබෙනවා. මෙම කඳවුරුවලින් වධහිංසා පැමිණවීම් සහ ස්ත්‍රී දූෂණ වාර්තා වන අතර, එහිදී රැඳවියන්ට ඔවුන්ගේ භාෂාව සහ ආගම අහිමි කර රාජ්‍ය මතවාදය ප්‍රගුණ කරවනු ලබනවා. චීන රජය කියා සිටින්නේ මෙම කඳවුරු ස්වේච්ඡා අධ්‍යාපන මධ්‍යස්ථාන බවයි.¹⁸

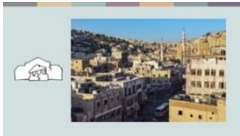
රජයේ වගකීම් සහ අසමර්ථවීම්



මිනිසුන් ආරක්ෂා කිරීමට රජය අසමත් වීම පිළිබඳව අපි අවසාන වශයෙන් සලකා බලමු. රජයයන්ට මානව හිමිකම් ආරක්ෂා කිරීමේ වගකීමක් තිබෙනවා. රජයයන් එසේ කිරීමට අපොහොසත් වන විට, වෙනස් කොට සැලකීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය ඉහළ යනවා. තනි සිද්ධීන්හි දී එලදායි ලෙස පොලිස් ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම උල්ලංඝනයවීම් හැවැත්වීමට උපකාරී වෙනවා.



ඉස්ලාම් ආගමේ සිට ක්‍රිස්තියානි ආගමට හැරුණු දකුණු කිරිගිස්තානයේ මහලු කාන්තාවක් 2017 වර්ෂයේ දී මිය ගියා. ඇයගේ දියණිය ඇයව නාගරික සුසාන තුමියේ තුමදාන කිරීමට උත්සාහ කළ විට එම ප්‍රදේශයේ ඉමාම්තුමාගේ නායකත්වයෙන් යුත් කණ්ඩායමක් වයට දැඩි ලෙස ලෙස විරෝධය දැක්වුවා. මේ පිළිබඳව යොමු වූ මහජන අවධානය හේතුවෙන් බලධාරීන් ප්‍රතිචාර දක්වන තෙක් ම, වලදැමු සිරුර නැවත නැවතත් හාරා ගොඩගෙන තිබෙනවා. එය සිදු කළ වැරදිකරුවන්ට විරෝධීව නඩු පවරනු ලැබූ අතර, ඉන් පසුව, වෙනත් ආගමකට හැරුණු පුද්ගලයින්ට විරෝධී රැකිකල් හඬ ද වැඩි වී තිබෙනවා.¹⁹



පවුල් හෝ ආගමික ප්‍රජාවන් ඇතුළත සිදුවන උල්ලංඝනයවීම් සම්බන්ධයෙන් මැදිහත්වීමට බලධාරීන් බොහෝ විට අපොහොසත් වේ. ජෝර්දානයේ 22 හැවිරිදි ක්‍රිස්තියානි විශ්වවිද්‍යාල ශිෂ්‍යාවක් වන නාදියා මුස්ලිම්වරයෙකු වන ඇයගේ මිතුරු ශිෂ්‍යයෙකු සමග ආදරයෙන් බැඳුණාය. ඇයගේ පවුලේ අය ඒ බව දැනගත් විට, ඔවුන් ඇයට හිචසින් පිටවීමට ඉඩ නොදී ඇයට වධ හිංසා කළා. නාදියාට හිචසෙන් පලා යාමට හැකි වූ නමුත් මාස දෙකකට පසු ඇගේ පියා ඇයව සොයාගෙන ඇයව මරා දැමුවා. 'ගරුත්වය' පදනම් කරගත් චේතනාවෙන් ඔහු මෙම ක්‍රියාව සිදු කළ බව සැලකූ අධිකරණය ඔහුව සිරගෙට යැවීමේ නැත.²⁰

සමාජිකය

¹⁷ එක්සත් ජනපද කොන්ග්‍රසය, <https://www.congress.gov/116/bills/s894/BILLS-116s894is.xml>
¹⁸ ද ගාඩියන්, <https://www.theguardian.com/world/2020/sep/04/muslim-minority-teacher-50-tells-of-forced-sterilisation-in-xinjiang-china>
¹⁹ ෆෝරම් 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2248
²⁰ ප්‍රාදේශීය මූලාශ්‍ර



මෙම ඉදිරිපත් කිරීම තුළ අපි ආණ්ඩු සහ ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් විසින් කරනු ලබන වෙනස්කම් කිරීම්, සීමා කිරීම් සහ ප්‍රවණ්ඩත්වය පිළිබඳව සොයා බැලුවා. එමෙන් ම, මිනිසුන් ආරක්ෂා කිරීමට රජයෙන් අපොහොසත් වීම පිළිබඳව ද අපි සොයා බැලුවා. අපි සවන් දුන් කතා වලින් අපිට හිතමන කිහිපයකට එළඹිය හැකියි:



- සෑම වර්ගයක ම රටවල උල්ලංඝනයවීම් සිදුවන අතර විය සියලු ආගම්වලට සහ විශ්වාසයන්ට අයත් පුද්ගලයින්ට බලපායි. වෙනස් වන්නේ බලපෑමට ලක්ව ඇත්තේ කවුරුන්ද සහ උල්ලංඝනයවීම් කෙතරම් පුළුල්ව පැතිර තිබේද, කෙතරම් හිරතරුව සිදුවන්නේද හා කෙතරම් බරපතල ද යන්නයි.



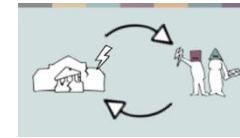
- විවිධ ආකාරයේ හිත සහ රජයේ ප්‍රතිපත්ති මෙම උල්ලංඝනයවීම් වලට දායක විය හැකියි.



- සාමාන්‍යයෙන්, බහුතරයන් තුළ සිටින, වෙනස් ලෙස සිතන අය සහ සුළුතර කණ්ඩායම් වඩාත් දැඩි ලෙස බලපෑමට ලක්වෙතවා. එහෙත් බහුතර ප්‍රජාවන් ද, විශේෂයෙන් භීෂණ ප්‍රවණ්ඩත්වයෙන්, උල්ලංඝනයවීම් වල බලපෑමට ලක්වෙතවා.



- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් වලට අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් ද - උදාහරණයක් ලෙස, අධ්‍යාපනය ලැබීම, විවාහ වීම සහ ජීවත් වීම සඳහා ඇති අයිතීන් වැනි අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් ද ඇතුළත් වන බව අපි සවන් දුන් කතන්දර වලින් පැහැදිලි වෙතවා. පිරිමින් සහ කාන්තාවන් වෙර් අපරාධවල සිට, බලහත්කාරයෙන් විවාහ කිරීම, ගරුත්වය ආරක්ෂා කර ගැනීම සඳහා ඝාතනය කිරීම සහ බලහත්කාරයෙන් වන්ධනාකරණය කිරීම දක්වා වූ කෙතරම් විවිධ වූ ආකාර වලින් බලපෑමට ලක්වන්නේද යන්න මෙම කතා බොහොමයකින් පෙන්නුම් කෙරෙතවා.



- තවද, ප්‍රජාව තුළ සිදුවන උල්ලංඝනයවීම්, රජයේ අපොහොසත්වීම් සහ රජයේ උල්ලංඝනය කිරීම් විෂම චක්‍රයක් නිර්මාණය කරමින් එකිනෙක ශක්තිමත් කරන ආකාරය අප සවන් දුන් කතන්දර ගණනාවකින් පැහැදිලි වෙතවා.



ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් සිදුවීම සාමාන්‍ය ජනයාට විශාල වශයෙන් පුද්ගලික පීඩා ගෙන දීමට හේතු වෙතවා. එමෙන් ම ඒවා සමාජය අස්ථාවර කරනවා. අවසානයේ දී, සෑම කෙනෙකු ම අනාරක්ෂිතතාවයෙන් සහ ආර්ථික හා සමාජයීය බලපෑමෙන් පීඩා විඳිතවා.

අප කවුරුන් ද යන්න හෝ අප කුමන ආගමික ප්‍රජාවකට අයත් ද යන්න නොසලකා, අපේ රටේ සියලු මිනිසුන්ගේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට ගරු කිරීම මගින් අපට බොහෝ දේ ලබා ගත හැකියි. අප සියලු දෙනාටම වෙනත් රටවල සුළු ජාතීන් ලෙස ජීවත්වන සහ එම රටවල දී සමාන අයිතිවාසිකම් ලැබෙන බව දැකීමට දැඩි ලෙස අවශ්‍යව සිටින අපගේ සහෝදර ආගමිකයින් සිටිනවා. සෑම තැනක ම සිටින සෑම අයෙකුට ම සමාන අයිතිවාසිකම් ලබා දීම මගින් අපි සියලු දෙනාට ම ආරක්ෂිත ලෝකයක් නිර්මාණය වේවි.

මිනිත්තු දෙකක කෙටි නාට්‍ය සඳහා විස්තර

පහසුකම් සලසන්නන්ගේ භාවිතය සඳහා අමතර සටහන් සහිත පිටපත

4 වැනි සැසියේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ 'මිනිත්තු දෙකක කෙටි නාට්‍ය' අත්‍යවශ්‍ය සඳහා යොදා ගැනීමට සුදුසු සිදුවීම් කිහිපයක් මෙම පිටුවල ඔබට යෝජනා කර තිබේ. මේ එක් එක් සිදුවීමේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් තුනක් ඇතුළත් වන අතර, ඔබට තෝරාගැනීම සඳහා සිදුවීම් පහක් ඉදිරිපත් කර තිබේ.

සිදුවීම: විදියේ සහ රැකියා ස්ථානයේ

කාන්තාවක් තම රැකියා ස්ථානයට ගමන් කරමින් සිටියි. ඇය සිය සුළුතර ආගමික අනන්‍යතාවය පිළිබිඹු කරන ඇඳුම් ඇඳ සිටින්නී ය. මගියෙක් ඇය ඇඳ සිටින ඇඳුම නිසා ඇයට හිරිහැර කිරීමට පටන් ගනියි. කිසිවෙක් ඇයට උදව් කරන්නේ නැත. ඇය පොලිස් නිලධාරියෙකු දැක උදව් ඉල්ලා සිටියි - හිරිහැර කරන්නා පැන ගියත් පොලිස් නිලධාරියා කිසිම ආකාරයකින් උදව් කරන්නේ නැත. ඇය සිය කාර්යාලයට පැමිණෙන අතර එහිදී තමන්ට ලැබුණු උසස්වීම සමරන කනිෂ්ඨ නිලධාරියකු ඇයට හමුවෙයි. මෙවර නැවතත් ඇයව උසස්වීම සඳහා සලකා බලා නැත.

වර්ත

අත්‍යවශ්‍ය වර්ත: කාන්තාව, හිරිහැර කරන්නා, පොලිස් නිලධාරියා, මගියා, සගයා, අමතර වර්ත: අමතර කාර්යාලීය සගයන් සහ මගීන්

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

මෙම සිද්ධිය මගින් පුද්ගලයෙකුගේ ආගමික අනන්‍යතාවය මත පදනම් ව හිරිහැර කිරීම් හා වෙනස් කොට සැලකීම් සහ ඒ පිළිබඳව කිසිවක් කිරීමට බලධාරීන් අපොහොසත් වීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි.

- සමාජ විදිරවාදිකම්: හිරිහැර කිරීම/වෛරී අපරාධ
- ආරක්ෂා කිරීමට රජය අපොහොසත් වීම: පොලිස් නිලධාරියා උදව් නොකරයි.
- සමාජ විදිරවාදිකම්: වෙනස් කොට සැලකීම - රැකියා ස්ථානයේ සුළු ජාතීන්ට පවතින, ඇසට නොපෙනෙන බාධක.

සිදුවීම: වන්දනාමාන කරන ස්ථාන

ආගමික සුළුතර කණ්ඩායමක් ඉඩම් කොටසක් මිල දී ගෙන පූජනීය ස්ථානයක් ඉදිකිරීම සඳහා බලධාරීන්ගෙන් අවසර ලබා ගෙන තිබේ. ඔවුන් එම ස්ථානයේ ඉදිකිරීම් ආරම්භ කළත්, ඉදිකිරීම් නිරන්තරයෙන් කඩා බිඳ දමනු ලැබේ. ඔවුන් ඒ පිළිබඳව පොලිසියට හා පළාත් පාලන ආයතනවලට පැමිණිලි කළද, ඒ සම්බන්ධයෙන් කිසිවක් කළ නොහැකි බව එම ආයතන පවසයි. අවසානයේදී ඔවුන් එම ස්ථානය ඉදිකර ගත් නමුත් ඔවුන් වන්දනාමාන කිරීම සඳහා එහි යන සෑම අවස්ථාවකම බහුතර ප්‍රජාවේ මිනිසුන්ගේ හිරිහැර කිරීම් හා විවේචන වලට මුහුණ පායි.

වර්ත

අත්‍යවශ්‍ය වර්ත: සුළුතර කණ්ඩායම් සාමාජිකයින් දෙදෙනෙක්, පොලිස් නිලධාරියෙක්, පළාත් පාලන ආයතනයේ නියෝජිතයෙක්, බහුතර කණ්ඩායමේ සාමාජිකයින් දෙදෙනෙක්.

අමතර වර්ත: සුළුතර සහ බහුතර කණ්ඩායම්වල සාමාජිකයින්

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

මෙහිදී අවධානය යොමු කරන්නේ ආගම පදනම් කරගත් සමාජ විදිරවාදිකම් කෙරෙහි සහ බලධාරීන් ඒ සම්බන්ධයෙන් කිසිවක් කිරීමට අපොහොසත් වීම පිළිබඳවයි.

- සමාජ විදිරවාදිකම්: ගොඩනැගිලි භූමිය විනාශ කිරීම.
- ආරක්ෂා කිරීමට රජය අපොහොසත් වීම: බලධාරීන් කිසිදු ක්‍රියාමාර්ගයක් නොගනී
- සමාජ විදිරවාදිකම්: වන්දනාමාන කරන ස්ථානයෙන් පිටතදී හිරිහැර කිරීම.

සිදුවීම: පාසලේදී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස

සුළුතර ප්‍රජාවකට අයත් 12 හැවිරිදි පිරිමි ළමයෙක් රජයේ ප්‍රාථමික පාසලක අධ්‍යාපනය ලබන අතර අද සාමාන්‍ය පාසල් දිනයකි. ඔහුට ආගමේ යාවිඤ්ඤාවන් සමග දවස ආරම්භ වන අතර ඔහු එම යාඤ්ඤාවට සහභාගි විය යුතුවේ. යාවිඤ්ඤා කිරීමෙන් පසු ඔහු ඉතිහාස පාඩමකට සහභාගි වෙයි. එහිදී ගුරුවරයා එම පිරිමි ළමයා අයත් වන සුළුතර ආගමික ප්‍රජාව ගැන හින්දා සහගත ලෙස කතා කරන පෙළ පොතකින් පාඩමක් කියවයි. පාඩමෙන් පසු විවේක කාලයේදී ඔහුගේ පංතියේ ළමයින් ඔහුගේ ආගමික අනන්‍යතාවය හිසා ඔහුට හිරිහැර කරන අතර, ඔහුව ක්‍රීඩාවලින් බැහැර කර තබයි.

වරහ

අත්‍යවශ්‍ය වර්ත: පිරිමි ළමයා, යාවිඤ්ඤා/ඉතිහාස පාඩම පැවැත්වීමට ගුරුවරයෙක්, පංතියේ ළමයින් දෙදෙනෙක්

අමතර වර්ත: අතිරේක ගුරුවරුන් සහ පංතියේ ළමයින්

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

මෙම සිද්ධියේදී රාජ්‍ය ක්‍රියාකාරීන් විසින් සිදු කරන, ආයතනගත ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) උල්ලංඝනයවීම් (පෙළපොත් අනුමත කරන අධ්‍යාපන ආයතනය, පාසල, ගුරුවරයා) සහ එය සමාජ විදිරවාදිකම් වලට දායක වන ආකාරය පිළිබඳව අවධානය යොමු කෙරෙයි.

- රජය විසින් සිදු කරනු ලබන උල්ලංඝනය කිරීම්: ඔහුට ආගමේ යාවිඤ්ඤාවලට බලහත්කාරයෙන් සහභාගි කරවීම.
- රජය විසින් සිදු කරනු ලබන උල්ලංඝනය කිරීම්: පාසල් පෙළපොත්වල වෙනස්කොට සලකන ආකාරයේ පාඩම්
- සමාජ විදිරවාදිකම්: පංතියේ ළමයින් විසින් හිරිහැර කරනු ලැබීම.

සිදුවීම: පවුල තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස

17 හැවිරිදි ගැහැණු ළමයෙකුට ගුරුවරයා විම සඳහා පුහුණු වීමට විශ්වවිද්‍යාලයට යාමට අවශ්‍යයි. ඇයගේ දෙමව්පියන් ඒ සඳහා ඇයට ඉඩ දීම ප්‍රතික්ෂේප කරයි. ඒ වෙනුවට, ඔවුන්ට අවශ්‍ය වන්නේ පවුලේ ගරුත්වය ආරක්ෂා කිරීම සඳහා ඇයව විවාහ කර දීමටයි. භාර්යාවන්ගේ කාර්යභාරය නිවසේ කටයුතු කිරීම බැවින් ඔවුන්ගේ ආගමේ ගැහැණු ළමයින්ට අධ්‍යාපනය ලබාදීමට දිරිගන්වන්නේ නැතැයි ඔවුහු තර්ක කරති. ගැහැණු ළමයා මෙම විශ්වාසයන්ට එකඟ නොවන අතර ඇයට තමන්ගේ ම තීරණ ගැනීමට අවශ්‍යයි. බලහත්කාරයෙන් විවාහ වීමට බිය වූ ඇය නිවසෙන් පලා ගොස් වෙනත් නගරයක වැඩිහිටි ගැහැණු මිතුරියක් සමග නැවතී සිටියි. ඇය අතුරුදහන් වූ බව ඇගේ පවුලේ අය පොලිසියට වාර්තා කරයි. ඔවුන් ඇයව සොයාගත් විට පොලිසිය ඇයගේ කැමැත්තට එරෙහිව ඇයව දෙමාපියන් වෙත භාර දෙයි. ඊළඟ දවසේ දී මිත්පෙර තමන්ට කිසිදිනක හමු නොවූ පිරිමියෙකු සමග විවාහ වන්නට ඇයට සිදු වන අතර නිවසින් පිටවීමට ද අවසර නොලැබෙයි.

වරහ

අත්‍යවශ්‍ය වර්ත: ගැහැණු ළමයා, ඇයගේ මව සහ පියා, මිතුරා, පොලිස් නිලධාරියා, දැරියගේ සැමියා

අමතර වර්ත: අතිරේක පවුලේ සාමාජිකයන්, විවාහ මංගල්‍යයට සහභාගි වන පුද්ගලයින්, අතිරේක පොලිස් නිලධාරීන්

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

මෙම සිද්ධිය මගින් ඉස්මතු කරන පරිදි, කාන්තා අයිතිවාසිකම් සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස යන දෙකම උල්ලංඝනය වීම එකට සම්බන්ධ වී ඇත.

- සමාජ විදිරවාදිකම් - පවුල තුළ සිදුවන උල්ලංඝනයවීම්: දියණියගේ අධ්‍යාපනයට ඉඩ දීම ප්‍රතික්ෂේප කිරීම. මෙය එම දියණියගේ අධ්‍යාපනය සඳහා අයිතිය උල්ලංඝනය කිරීමකි. තමන් විශ්වාස කරන දේ (උදා., ගැහැණු ළමයින්ගේ අධ්‍යාපනය පිළිබඳව දෙවියන්ගේ අදහස් ගැන) තීරණය කර ඒ අනුව ක්‍රියා කිරීමට ඇයට ඇති අයිතිය උල්ලංඝනය කිරීමකි. මේ ආකාරයෙන්, එය ඇයගේ අධ්‍යාපන සඳහා ඇති අයිතිය සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය යන දෙකම උල්ලංඝනය කිරීමකි.

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

- ආරක්ෂා කිරීමට රජය අපොහොසත් වීම: බලහත්කාරයෙන් විවාහ කර දීමේ අවදානමට ලක්ව සිටිය ද, පොලිසිය දැරිය ඇගේ කැමැත්තට විරෝධීව දෙමව්පියන් වෙත භාර දෙයි.
- සමාජ විඳිරවාදිකම් - පවුල තුළ සිදු වන උල්ලංඝනයවීම්: බලහත්කාරයෙන් විවාහ කර දීම සහ සංවරණය කිරීමේ නිදහස සීමා කිරීම.

සටහන

ජාත්‍යන්තර නීතියට අනුව, තම විශ්වාසයට අනුකූලව තම දරුවන් ඇති දැඩි කිරීමට දෙමව්පියන්ට අයිතිය ඇත, නමුත් ආගම හෝ විශ්වාස (සහ ජීවිතයේ වෙනත් අංශ) සම්බන්ධයෙන් තමන් වෙනුවෙන් තීරණ ගැනීමට දරුවා තුළ වර්ධනය වෙමින් පවතින හැකියාවට ද දෙමව්පියන් ගරු කළ යුතු ය.

සිදුවීම: විවෘතව කථා කිරීම - දූෂණය සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය

රජයේ විශ්වවිද්‍යාලයක ඉගෙනුම ලබන ශිෂ්‍යාවක් මහාචාර්යවරයෙකුගේ ලිංගික හිරිහැරයක් පිළිබඳව ශිෂ්‍ය පුවත්පතට වාර්තා කරයි. ශිෂ්‍ය මාධ්‍යවේදියෙක් මෙම සිද්ධිය පිළිබඳව විශ්වවිද්‍යාල ප්‍රධානියා සමග සම්මුඛ සාකච්ඡාවක් පවත්වයි. විශ්ව විද්‍යාලයට මෙම කතාව වසන් කිරීමට අවශ්‍ය බැවින් ඔවුන් සමාජ මාධ්‍යවල කටකතාවක් පතුරුවා හරිමින් ශිෂ්‍ය මාධ්‍යවේදියා ආගමික විශ්වාස සහ ආගමික නායකයින් විවේචනය කර ඇති බව සඳහන් කරයි. දේවාපහාසය සම්බන්ධයෙන් ශිෂ්‍ය මාධ්‍යවේදියාට සහ පුවත්පතට චෝදනා කරමින් විශ්වවිද්‍යාලයේදී උද්ඝෝෂණයක නිරත වීම සඳහා ප්‍රචණ්ඩකාරී මැර පිරිසක් රැස්වෙති. විශ්ව විද්‍යාලය මෙය ශිෂ්‍ය පුවත්පත නවතා දැමීමට නිදහසට කරුණක් ලෙස භාවිතා කරයි. දේවාපහාස කිරීමේ සැකය මත පොලිසිය එම මාධ්‍යවේදියාව අත්අඩංගුවට ගනියි.

වරහ

අත්‍යවශ්‍ය වරහ: ශිෂ්‍යාව, මාධ්‍යවේදියා, විශ්වවිද්‍යාල ප්‍රධානියා, මැර කණ්ඩායමේ සාමාජිකයන් දෙදෙනෙකු, පොලිස් නිලධාරියා
 අමතර වරහ: මැර කණ්ඩායමේ සාමාජිකයින්

මෙම සිද්ධියෙහි ඇති උල්ලංඝනයවීම්

- මෙම උදාහරණයෙන් අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස, සමාගමයේ නිදහස සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස එකට සම්බන්ධ වී තිබීම සහ මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සහ දූෂණය අතර ඇති සම්බන්ධතා ඉස්මතු කරයි.
- රජයේ උල්ලංඝනය කිරීම්: අපරාධයක් වසන් කිරීම සඳහා (රජය සතු) විශ්වවිද්‍යාලය විසින් ආගමික චෝදනා භාවිතා කිරීම.
 - සමාජ විඳිරවාදිකම්: ප්‍රචණ්ඩකාරී මැරයන්.
 - රජයේ උල්ලංඝනය කිරීම්: පොලිසිය ශිෂ්‍ය මාධ්‍යවේදියාව අත්අඩංගුවට ගැනීම.
- වියට අමතරව, ශිෂ්‍ය පුවත්පත නවතා දැමීම සමාගමයේ හා අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය කිරීමකි.

සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා

4 වැනි සැසියේ අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් වල කොටසක් ලෙස පහත සඳහන් කතාව කියවනු ලැබේ.

ජේම්ස් පාදිලිතුමා සහ අෂාලා ඉමාම්තුමාගේ කතාව



කතන්දරය

මේ ඉන්නේ ජේම්ස් පාදිලිතුමා සහ අෂාලා ඉමාම්තුමා. ඔවුන් 1992 දී උතුරු නයිජීරියාවේ ඇති වූ ආගමික ගැටුමකදී එකිනෙකාට එරෙහිව දරුණු ලෙස සටන් කළ ප්‍රධාන විරුද්ධවාදී සන්නද්ධ කණ්ඩායම්වලට නායකත්වය දුන් තරුණයන් දෙදෙනෙක්. ජේම්ස් පාදිලිතුමාට දරුණු ප්‍රචණ්ඩකාරී ගැටුමකදී චතුමාගේ අතක් අහිමි වූ අතර, අෂාලා ඉමාම්තුමාට චතුමාගේ අධ්‍යාත්මික උපදේශකයා සහ සමීප ඥාතීන් දෙදෙනෙක් අහිමි වුණා. මේ දෙදෙනා බද්දි වෛරක්කාරයින් වී එකිනෙකාගෙන් පළි ගන්නා බවට දිවුරුවා.

අවුරුදු කිහිපයකට පසුව සිදුවූ අහඹු හමු වීමක් මේ සියල්ල වෙනස් කළා. පෝලියෝ රෝගයට එරෙහිව ප්‍රතිශක්තිකරණය කිරීම පිළිබඳ ප්‍රජා නායකයින්ගේ රැස්වීමකදී මෙම ආගමික නායකයන් දෙදෙනාගේ අනෙක්තම මිතුරෙකු විසින් ඔවුන්ව එකිනෙකා හමුවීමට සැලැස්වුවා. එම මිතුරා ඔවුන්ගේ දෑත් එකට තබා ඔවුන්ට මෙසේ පැවසුවා: "රාජ්‍යය සාමයෙන් තබා ගැනීමට ඔබට හැකියාවක් ඇති බව මම දන්නවා. ඔබ දෙදෙනා කටාබන කළයුතුයි."

දෙදෙනාම අනෙකා සමග කතා කිරීමට අදහස් කර නොතිබුණත්, නයිජීරියාව කෙරෙහි ඔවුන්ට තිබූ ආදරය සහ ඔවුන්ගේ රටේ ප්‍රගතිය වෙනුවෙන් ඇති කැපවීම යන කරුණු නිසා ඔවුන්ට පොදු පදනමක් සොයා ගත හැකි වුණා.

"ඒ කාලයේ මුස්ලිම්වරුන් කෙරෙහි මා තුළ තිබූ වෛරයට සීමාවක් තිබුණේ නැහැ. ජේම්ස් පාදිලිතුමා සිහිපත් කළා. "අපි එකිනෙකාට සවන් දීමේ සහ සංවාදය සඳහා ආරක්ෂිත ඉඩක් නිර්මාණය කිරීමේ මෙම හැකියාව ඉගෙන ගෙන තිබීම ගැන අපි දෙවියන්ට ස්තූතිවන්ත වෙනවා. එසේ නොමැති නම් අපි සැම විටම දුර සිට දේවල් උපකල්පනය කරනවා", චතුමා තවදුරටත් සඳහන් කළා. "අපි කටුක පාඩමක් ඉගෙන ගත්තා."

1992 දී කඩුනා ප්‍රදේශයෙහි ඇතිවූ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් පසුව ඔහු සහ ඔහුගේ සන්නද්ධ කණ්ඩායම පළිගැනීමට සැලසුම් කර තිබූ බව අෂාලා ඉමාම්තුමා සිහිපත් කරයි. නමුත් දිනක් තම පල්ලියේ යාවිඥා කරමින් සිටින විට චතුමා "කුරානය උගන්වන්නේ නපුර වෙනස් කිරීමට හොඳ දේ නාවිතා කිරීම වඩා හොඳ බවයි. එම නිසා, ඔබ මුස්ලිම් ජාතිකයෙක් නම් සහ ඔබට රිදවන අයට සමාව දීම ඔබ ප්‍රතික්ෂේප කරන්නේ නම්, ඔබ මුහම්මද්තුමාගේ සැබෑ ප්‍රතිමූර්තිකයන් වන්නේ කෙසේද?" යනුවෙන් අවබෝධ කර ගත්තා.

ආගමික නායකයන් දෙදෙනාම පළිගැනීම හා එකට එක කිරීම සඳහා වූ ඔවුන්ගේ ආශාව සමග පොරබැඳුවා. එහෙත් ඔවුන්ගේ හදවත් තුළ වෛරයක් තිබේ නම් ඔවුන්ට සැබෑ නායකයින් විය නොහැකි බව ද ඔවුන් වටහා ගත්තා.

අෂාලා ඉමාම්තුමා සහ ජේම්ස් පාදිලිතුමා අතර මන්දගාමී, එහෙත් ස්ථාවර විශ්වාසයක් ගොඩ නැගුණා. ඔවුන්ගේ සම්බන්ධතාවය මිත්‍රත්වයක් බවට පත් වූ අතර, එය මුස්ලිම්-ක්‍රිස්තියානි අන්තර් ආගමික සමථ මධ්‍යස්ථානය පිහිටුවීමට හේතු වුණා.

මෙම මධ්‍යස්ථානය සාමකාමී සහජීවනය වෙනුවෙන් පෙනී සිටීමින් එම කලාපය තුළ ප්‍රචණ්ඩකාරී ආගමික ගැටුම් නැවත ඇතිවීම වැළැක්වීමට අරමුණු කරනවා. එය නයිජීරියාවේ සහ ඉන් ඔබ්බෙන් ඇතිවූ ප්‍රචණ්ඩත්වයෙන් පසුව සාම ගිවිසුම් ඇති කර ගැනීමට උපකාරී වූ අතර, සියලු ආගම්වල ජනතාව අතර සාමකාමී සහජීවනය වෙනුවෙන් පෙනී සිටීම සඳහා එම ප්‍රදේශයේ පවතින ආගම පදනම් කරගත් සංවිධාන වලට උපදේශකත්වය සපයා දෙනවා.

මූලාශ්‍ර

TANENBAUM. <https://tanenbaum.org/peacemakers-in-action-network/meet-the-peace-makers/imam-muhammad-ashafa-pastor-james-wuye/>

5 වැනි සැසිය

අපගේ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

පෙර සැසිවාර තුනෙහි දී අපි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව හිමිකම් පිළිබඳව අප තුළ ඇති ආකල්පය ගැන සිතා බලමින්, සහ අනන්‍යතාවය, වරප්‍රසාදය සහ අවාසි පිළිබඳ ගැටළු ගවේෂණය කරමින් එම නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීමට කාලය වැය කළෙමු. එම සැසිවාර වලින් ලබා ගත් දැනුම පදනමක් ලෙස භාවිතා කරමින් 5 වැනි සැසිය, සහභාගිවන්නන්ව තම රටේ හෝ ප්‍රදේශයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පසුබිම් විශ්ලේෂණයක් සකස් කිරීමේ අන්තර්ක්‍රියාකාරී ක්‍රියාවලියක් හරහා රැගෙන යයි.

මෙය පාඨමාලාවේ 1 වැනි කොටසේ අවසාන සැසිය වේ. මෙහිදී සකස් කරනු ලබන පසුබිම් විශ්ලේෂණය මෙම පාඨමාලාවේ 2 වැනි කොටස පුරා ඇගයීමේ ප්‍රමිතියක් ලෙස භාවිතා කරනු ලැබේ.



ඉගෙනීමේ අරමුණු

මෙම සැසිය පසුබිම් විශ්ලේෂණ කුසලතා ගොඩනැගීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරයි.

මෙම සැසිය අවසානයේදී සහභාගිවන්නන්ට:

- තම ප්‍රජාව තුළ සිටින විවිධ පුද්ගලයින් සහ කණ්ඩායම් මුහුණ දෙන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ආශ්‍රිත ගැටළු/උල්ලංඝනයවීම් විස්තර කිරීමට හැකි වේ.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් ප්‍රජාවෙහි සිටින කාන්තාවන්ට හා ගැහැණු ළමයින්ට බලපාන ආකාරය පුරුෂයින්ට හා පිරිමි ළමයින්ට බලපාන ආකාරයෙන් වෙනස් වන්නේ කෙසේද යන්න හඳුනා ගැනීමට හැකි වේ.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනය වීමෙන් පීඩාවට පත් වෙන්නන් ප්‍රජාවන්හි පුද්ගලයින්ට සහකම්පනය දැක්වීමට හැකි වේ.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම	මි. 3
ආරම්භක අභ්‍යන්තර: යහපත් දේවල් ජාලය සහභාගිවන්නන් අපගේ ප්‍රජාව පිළිබඳ යහපත් දේ හඳුනා ගනියි.	මි. 12
ඉදිරිපත් කිරීම: දේවල් නරක අතට හැරෙන (සහ හොඳ අතට හැරෙන) ආකාරය පසුබිම් විශ්ලේෂණය සඳහා, 'පීඩා කිරීමේ අවධි තුන' නම් මෙවලමක් හඳුන්වා දෙයි.	මි. 10
සිතියම්කරණ අභ්‍යන්තර: අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියමක්, 1 වැනි කොටස සහභාගිවන්නන් අන්තර්ක්‍රියාකාරී අභ්‍යන්තරයක් හරහා ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පසුබිම් විශ්ලේෂණයකට පදනම සකස් කරයි.	මි. 60
ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: ඇවිදීම සහ නැවතුම් සහභාගිවන්නන් පවසන දෙයට ප්‍රතිචාර දීම දේ කළ යුතු වන විනෝදජනක ශාරීරික අභ්‍යන්තරයක්.	මි. 5
පුරුණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියමක්, 2 වැනි කොටස අභ්‍යන්තරයේ පළමු කොටසේදී ඔවුන් සකස් කළ දේ සහභාගිවන්නන් මෙහිදී විශ්ලේෂණය කරයි.	මි. 25
අවසාන අදහස් දැක්වීම් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව අපේක්ෂා සහගතව ගැටළු කෙරෙහි අවධානය යොමු කළ සැසියක් අවසන් කිරීම.	මි. 5
මුළු කාලය	පැය 2

5 වැනි සැසියෙන් පසු ඔබ පාඨමාලාව අවසන් කරන්නේ නම්

ඔබ 'පරිවර්තනය සඳහා යන ගමන' හැමති 2 වැනි කොටස ක්‍රියාත්මක කිරීමට අදහස් නොකරන්නේ නම්, හෝ සම්පූර්ණ සහභාගිවන්නන් 2 වැනි කොටසට සම්බන්ධ නොවන්නේ නම්, ඔබට මෙම සැසිය අවසානයට පහත සඳහන් ක්‍රියාකාරකම් එකතු කිරීමට හැකිය. එක්කෝ 'යහපත් දේවල් ජාලය' හැමති අභ්‍යාස කපා හැර සිතියම්කරණ අභ්‍යාසය මිනිත්තු දහයකින් කෙටි කිරීමෙන් හෝ, හැති නම් දිගු සැසියක් ක්‍රියාත්මක කිරීමෙන් මේ සඳහා කාලය වෙන් කර ගන්න.

අගයීම් අභ්‍යාස: හිස, හදවත, දෑත්

තමන් පාඨමාලාවෙන් රැගෙන යන්නේ කුමක්ද යන්න ගැන මෙහෙති කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කරයි.

මි. 15

ස්තූතිය සහ සම ගැනීම

සැමරීමට අමතක නොකරන්න!

මි. 5

සුදානම් වෙන්න

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සුදුනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සුදුනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකිය.



අමතර කියවීම් ද්‍රව්‍ය කිහිපයක්

සැසියේ සපයා ඇති ද්‍රව්‍ය කියවීමට අමතරව, ඔබගේ රට තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ තත්වය (සියලු ආගම්වල) පිළිබඳ ලිපිලේඛන කියවා තිබීම ඔබට අතිශයින් ප්‍රයෝජනවත් වේ. බොහෝ විට, අපි දන්නේ අපේම කණ්ඩායම හෝ සමාජයේ විශාලතම කණ්ඩායම් මුහුණ දෙන ගැටලු ගැන පමණි. ඔබ යමක් කියවා තිබුණහොත්, එය ඔබේ කණ්ඩායමට උපකාර කිරීමට ඔබට බොහෝ ප්‍රයෝජනවත් විය හැකිය!

මෙම තොරතුරු සොයාගත හැක්කේ කොතැනින්ද යන්න පිළිබඳ ඉඟි 153-154 වැනි පිටුවලින් ඔබට සොයාගත හැකිය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම සපයා දෙන සම්මත සම්පත්වලට අමතරව, මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- 'යහපත් දේවල් ජාලය' අභ්‍යාස සඳහා මෘදු වූල් හෝ නූල් බෝලයක්.
- 'අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම' අභ්‍යාසය සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිවල පූර්වයෙන් සුදානම් කරගත් 'සිතියම'.
- ඔබ 'හිස, හදවත, දෑත්' අගයීම් අභ්‍යාසය ක්‍රියාත්මක කරන්නේ නම්, එක් සහභාගිවන්නෙකුට අත්පත්කාවේ එක් පිටපතක් බැගින් අවශ්‍ය වේ.

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.

කාමරය සුදානම් කරන්න

මෙම සැසිය සඳහා, කාමරය මැද විශාල ඉඩක් සිටින සේ, කාමරයේ ඉදිරිපසට මුහුණලන සේ අඩ කවයක ආකාරයට පුටු තබා ගන්න. කණ්ඩායමට නිදහසේ සැරිසැරීමට හැකි විය යුතුය. මේස නොමැති විශාල කාමරයක් වඩාත් උපකාරී වේ!



'අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස පිළිබඳ සිතියම'

"සහනාග්‍රිවුවන් 'අපේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස' අභ්‍යාසය රසවින්දා - ඒක ඉතා සාර්ථක වුණා. එය විදිනෙදා ජීවිතයේ දී ඔවුන් මුහුණ දෙන උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳ සිතා බැලීමට ඔවුන්ට අවස්ථාව ලබා දෙමින් ගැඹුරු සංවාද ඇති කළා. හිරිමාණාත්මක, විශ්ලේෂණාත්මක හා විවේචනාත්මක චින්තනය වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා සහ කණ්ඩායම් වැඩ කුසලතා සංවර්ධනය කිරීම සඳහා එය විශිෂ්ඨ අභ්‍යාසයක්."

හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. පිළිගැනීම මි. 3

පැවසිය යුතු දේ

සැසිවාරයට සියලු දෙනා සාදරයෙන් පිළිගන්න. පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරමින් සැසිය හඳුන්වා දෙන්න:

- පසුගිය සැසි 3 තුළදී අපි ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති මානව හිමිකම් පිළිබඳ විමසා බැලුවා. අපට ඇති අයිතිවාසිකම් සහ සිදුවිය හැකි විවිධ ආකාරයේ උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳව අපි ඉගෙන ගත්තා. අපි මෙම මානව හිමිකම් මගින් අපට අදහස් කෙරෙන්නේ කුමක්ද යන්න සිතා බලා, අනන්‍යතා, වරප්‍රසාද සහ අවාසි සම්බන්ධයෙන් ඇති ගැටළු ගැන සිතා බැලුවා.
- මෙම සැසියේදී, විවිධ පුද්ගලයින් හෝ කණ්ඩායම් මුහුණ දිය හැකි ගැටළු හඳුනා ගැනීම සඳහා අපගේ පසුබිම විශ්ලේෂණය කිරීමට අපි අවධානය යොමු කරනවා. අපි විය කිරීමට යන්නේ අපේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ දෘෂ්‍ය 'සිතියමක්' නිර්මාණය කිරීමෙන්. නමුත් අපි ගැටළු දෙස බැලීමට පෙර හොඳ දේ ගැන සිතා බලමු!



කෙටි කතාබහ

2. ආරම්භක අභ්‍යාස: යහපත් දේවල් ඡාලය මි. 12

සටහන

මෙම අභ්‍යාසය විනෝදජනක වන අතර එමගින් වැදගත් කරුණක් අවධාරණය කරයි, නමුත් සැසියේ ක්‍රියාවලියට විය අත්‍යවශ්‍ය නොවේ. ඔබ කැමති නම්, අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම සාකච්ඡා කිරීමේ පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව සඳහා වැඩි කාලයක් ලබා ගැනීම පිණිස මෙම අභ්‍යාසය කපා හැරිය හැකිය.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම අභ්‍යාසය අපි ගැටළු දෙස බැලීමට පෙර අපගේ ප්‍රජාව තුළ අප අගය කරන යහපත් දේවල් දෘෂ්‍ය නිරූපණයක් නිර්මාණය කිරීමේ විනෝදජනක ක්‍රමයකි.

සම්පත්

වුල් (හෝ නූල්) බෝලයක්

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය

රවුමට සිටගන්නා මෙන් කණ්ඩායමට පවසන්න. (එම රවුම සහභාගිවන්නන්ට පහසුවෙන් වුල් බෝලය එකිනෙකාට විසි කළ හැකි තරමට විශාල විය යුතුය.)

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

- අපි රවුම තුළ එකිනෙකාට මේ වුල් බෝලය විසි කරනවා.
- තමන්ගේ අතට ලැබුණු බෝලය විසි කිරීමට සෑම අයෙක් ම පහත සඳහන් වාක්‍යය සම්පූර්ණ කළ යුතුයි, "මගේ නගරයේ ජීවත්වීම පිළිබඳ හොඳ දෙයක් නම් ...". උදාහරණයක් ලෙස, 'මගේ නගරයේ ජීවත්වීම පිළිබඳ හොඳ දෙයක් වන්නේ මට මගේ පවුලේ ඥාතීන්ට ආසන්නයේ ම පදිංචිව ඉන්නට හැකිවීමයි' හැර හොත් 'පාපන්දු කණ්ඩායම හෝ ප්‍රදේශයේ පාසල ඉතා හොඳ වකක් වීමයි'. වෙනත් අයෙකු කියූ දෙයක් කීමට ඔබට අවසර නැත, එහිසා අපි දිගින් දිගටම අභ්‍යාසය ඉදිරියට සිදු ගෙන යන විට මෙම කාර්යය ක්‍රමයෙන් දුෂ්කර වනු ඇත!
- ඔබ පන්දුව විසි කරන විට, එක් අතකින් නූල තදින් අල්ලාගෙන, නූල දිගහැරෙන සේ නූල් බෝලය අතින් අතින් ඉදිරියට විසි කරන්න. මෙමගින් ඔබට පෙර පුද්ගලයා හා ඔබට පසුව සිටින පුද්ගලයා සමග ඔබව සම්බන්ධ වන පටියක් නිර්මාණය කෙරෙයි. සම්පූර්ණ අභ්‍යාසය පුරාම නූල අල්ලාගෙන සිටින්න.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

ඔබ ඉහත සඳහන් ප්‍රකාශය සම්පූර්ණ කර, වූල් බෝලය රවුමේ අනෙක් පැත්තෙහි සිටින අයෙකුට විසි කිරීමෙන් අභ්‍යාස ඔබම ආරම්භ කරන්න. නූලෙහි කෙළවර අල්ලා ගෙන සිටීමට මතක තබා ගන්න! සහභාගිවන්නන් අතර ක්‍රමයෙන් 'ජාලයක්' හිර්මාණය වේ.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය

සෑම අයෙකුම නූල අල්ලා ගත් පසු අභ්‍යාසය නවත්වන්න, නමුත් නූල් අල්ලාගෙන ම සිටින ලෙසට කණ්ඩායමෙන් ඉල්ලා සිටින්න. පහත දැක්වෙන ආචර්ජනයන් සමග අභ්‍යාසය අවසන් කරන්න:

- අප අතර ඇති අවකාශය දැන් පෙනෙන්නේ මොන වගේද? මකුළුවෙකුගේ දැලක් හැන හොත් සමහර විට ජාලයක් වගේ?
- මෙම සැසිය තුළ අපේ රටේ, හැතහොත් ප්‍රජාවේ ඇති ගැටළු කෙරෙහි අවධානය යොමු කළත්, අපේ රටේ, හැතහොත් ප්‍රජාවේ හොඳ පුද්ගලයින් ද සිටිනවා, හොඳ වැඩ ද සිදුකෙරෙනවා. හොඳ දේවල් තිබෙනවා!
- අපි ගැටළු වෙනස් කිරීමට කටයුතු කරන විට මේ දේවල් මතක තබා ගැනීම වැදගත්. ඒ, එක් අතකින් ඒවා අපට ශක්තිය හා බලාපොරොත්තුව ලබා දෙන හිසා යි. ඒ වාගේම යහපත් මිනිසුන්ගේ සහ යහපත් ක්‍රියා ජාල අපට ගැටලු විසඳීමට උපකාරී වන සම්පතක් ද විය හැකි බැවිනි.

3. ඉදිරිපත් කිරීම: දේවල් නරක අතට (සහ හොඳ අතට) හැරෙන ආකාරය මි. 10

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම කෙටි ඉදිරිපත් කිරීම මගින් සමාජයේ සිදු වන උල්ලංඝනයවීම් වඩාත් නරක අතට හැරෙන ක්‍රියාවලීන් පිළිබඳ සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම වැඩි දියුණු කරයි. මෙම ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසුව කරන 'ඔබේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ සිතියම' අභ්‍යාසයේ දී භාවිතා කෙරෙන පසුබිම විශ්ලේෂණය කිරීම සඳහා මෙවලමක් ද සපයා දෙයි.



ඉදිරිපත් කිරීම

සම්පත්

- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 107 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
- එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 3-13 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කට්ටියාගේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
- මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමග සපයා ඇත.

ඉගිය! සහභාගිවන්නන්ට පුශ්ක ඇසීමට/අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වන්න. කථන පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (හැතහොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

4. සිතියම්කරණ අභ්‍යාසය: අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියමක්, 1 කොටස මි. 60



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

සහභාගිවන්නන්ට තමන්ගේ පසුබිම තුළ සිදු වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හා සම්බන්ධ උල්ලංඝන සිතියම්ගත කිරීමට සහ විශ්ලේෂණය කිරීමට උපකාරී වනු පිණිස මෙම අභ්‍යාසය සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක අඳින ලද නගරයක සිතියමක් සහ වර්ත වකතුවක් භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙහිදී පහසුකම් සලසන්නෙකු ලෙස ඔබ ලබා දෙන අමතර දැනුම ද සමග සහභාගිවන්නන්ගේ අත්දැකීම් සහ දැනුම භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙය, අතර මැද ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකමක් ද සහිතව, කොටස් දෙකකින් සමන්විත අභ්‍යාසයක් වේ.

අරමුණ

සහභාගිවන්නන්ට තමන්ගේ පසුබිම තුළ සිදු වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස හා සම්බන්ධ උල්ලංඝන සිතියම්ගත කිරීමට සහ විශ්ලේෂණය කිරීමට උපකාරී වනු පිණිස මෙම අභ්‍යාසය සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක අඳින ලද නගරයක සිතියමක් සහ වර්ත වකතුවක් භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙහිදී පහසුකම් සලසන්නෙකු ලෙස ඔබ ලබා දෙන අමතර දැනුම ද සමග සහභාගිවන්නන්ගේ අත්දැකීම් සහ දැනුම භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙය, අතර මැද ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකමක් ද සහිතව, කොටස් දෙකකින් සමන්විත අභ්‍යාසයක් වේ.

සම්පත්

- කලින් සූදානම් කර ගත් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක අඳින ලද 'සිතියම' (පහත දී ඇති උපදෙස් බලන්න)
- ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිවල ලිවීමට ගන්නා පෑන්



පෙර සූදානම

මෙම සැසිය සඳහා සූදානම් වීමේ දී, ඔබේ රටේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ තත්ත්වය සම්බන්ධයෙන් ලිපිලේඛන කියවා තිබීම හරහා ඔබට මෙම අභ්‍යාසය සඳහා වඩාත් පූර්ණ දායකත්වයක් ලබා දිය හැකි වනු ඇත. එම කියවීම් ද්‍රව්‍ය සඳහා සබැඳිය 153-154 වැනි පිටුවේ දී ඇත.

සැසියට පෙර, පහත දැක්වෙන ප්‍රායෝගික පෙරසූදානම් සිදු කරන්න:

• ඔබේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සිතියම නිර්මාණය කරන්න

ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි 4 ක් ටේප්වලින් අලවා එකට එක්කර විශාල කඩදාසියක් සාදා ගන්න. එය මත ගමක/නගරයක සිතියමක් අඳින්න. මිනිසුන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ගැටළුවලට මුහුණ දිය හැකි විවිධ ස්ථාන 10 ක විටු හෝ නම් එහි ඇතුළත් කරන්න.

ඔබගේ 'සිතියමට' ඇතුළත් කිරීමට යෝජනා කරන ස්ථාන ලැයිස්තුවක් පහත දැක්වේ. ඔබගේ පසුබිමට අදාළ නොවන දේවල් අනන්‍ය, ඒ වෙනුවට ඒවාට වඩාත් ම අදාළ වන වෙනත් ඒවා ආදේශ කරන්න. ඔබ නිවාස, පුජනීය ස්ථාන සහ සාප්පු වැනි පොදු ස්ථාන, සහ පොලිස් ස්ථානය වැනි 'නිල' ස්ථාන ඇතුළත් කිරීමට වග බලා ගන්න.

සිතියම අඳින විට, ස්ථාන අතර විශාල ඉඩ ප්‍රමාණයක් තබන්න, නමුත් සමීපව සම්බන්ධ ස්ථාන, උදා: විවිධ රජයේ කාර්යාල, සමූහයක් ලෙස එකට සිටින සේ අඳින්න. ලැයිස්තුවේ දී ඇති සෑම ස්ථානයක් ම ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියේ ඇඳීමට උත්සාහ නොකරන්න - සැසිය අතරතුර දී ඔබ අඳින ලද ස්ථාන අතර ලිවීමට ඔබට අවකාශය අවශ්‍ය වේ.

ඔබේ සිතියමට ඇතුළත් කිරීමට යෝජනා කරන ස්ථාන: නිවාස, පාසලක්, රෝහලක්, පුජනීය ස්ථාන, වෙළඳපොළක්, කර්මාන්ත ශාලාවක්, ගොවිපලක්, ඔස් රටයක්, පොලිස් ස්ථානය සහ අධිකරණ ශාලාවක්, සැලසුම්වලට අවසර ලබා දෙන රජයේ කාර්යාලය, ආගමික කටයුතු සඳහා වන රජයේ කාර්යාලය, සහ උපන්, මරණ සහ විවාහ ලියාපදිංචි කිරීමේ රජයේ කාර්යාලය.

(විකල්පය: පිරිස කණ්ඩායම් දෙකකට බෙදා කණ්ඩායමට එක් සිතියම බැගින් නිර්මාණය කරන්නට යැයි පවසන්න. අවසානයේ පූර්ණ කණ්ඩායම සමග අදහස් සකස්වා කරන්න. මේ සඳහා අමතර මිනිත්තු 20ක් අවශ්‍ය වනු ඇත.)

• වර්ත සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය සකස් කරන්න

පහත දී ඇති වර්තවල නම් ලියන ලද ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි 1-2 ක් සකස් කරන්න. යටින් ඉරි ඇඳ ඇති වචන වෙනුවට ඔබේ රටේ පසුබිමට අදාළ ආගම්වල නම් ආදේශ කරන්න. උදාහරණයක් ලෙස, 'සුළුතර කණ්ඩායමක කාන්තාව' යනුවෙන් ලියනවා වෙනුවට ඔබට බහාලි ආගමේ කාන්තාව යැයි ලිවිය හැක. ඔබ ලියන අකුරු තරමක් දුර සිට වුවද සෑම අයෙකුටම කියවීමට හැකි තරම් විශාල හා පැහැදිලි විය යුතුය.

වර්ත

- බහුතර කණ්ඩායමේ පිරිමි ළමයා/පුරුෂයා
- බහුතර කණ්ඩායමේ ගැහැණු ළමයා/කාන්තාව
- බහුතර කණ්ඩායමේ ආගමික නායකයා
- විශාලතම සුළුතර කණ්ඩායමේ පිරිමි ළමයා/පුරුෂයා
- විශාලතම සුළුතර කණ්ඩායමේ ගැහැණු ළමයා/කාන්තාව
- විශාලතම සුළුතර කණ්ඩායමේ ආගමික නායකයා
- වඩාත් කුඩා සුළුතර කණ්ඩායමේ පිරිමි ළමයා/පුරුෂයා
- වඩාත් කුඩා සුළුතර කණ්ඩායමේ ගැහැණු ළමයා/කාන්තාව
- වඩාත් සුළුතර කණ්ඩායමේ ආගමික නායකයා
- බහුතර ආගමෙන් සුළුතර ආගමට හැරුණු කාන්තාවක්
- සුළුතර ආගමෙන් බහුතර ආගමට හැරුණු පිරිමි පුද්ගලයෙක්
- සමාජ මාධ්‍ය පළකිරීමක් මගින් තම අදහස් පැහැදිලි කර ඇති අදේවවාදියෙක්
- අන්තර්-ආගමික යුවළක් (එම ආගම් සහ පුරුෂයා අයත් ආගම හා ස්ත්‍රීය අයත් ආගම සඳහන් කරන්න)
- අභියෝගකර: බහුතර කණ්ඩායමට අයත්, තම හැසිරීම/අදහස් බහුතර කණ්ඩායමේ සංස්කෘතික සම්මතයන්ට පටහැනි වන කාන්තාවක්
- විවේචකයා: ආගමික අදහස් හෝ පිළිවෙත්, හෝ ආගමික ක්‍රියාකාරීකමකට හැසිරීම හෝ රජය ආගම සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන ආකාරය විවේචනය කරන පුද්ගලයෙක්

සැසිය ආරම්භ කිරීමට පෙර, ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදායේ අදින ලද සිතියම සහ වර්තවල නම් ලියා ඇති ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි බිත්තියේ අලවා තබන්න.

අනන්‍යතා සඳහා වෛරය ආකාරය මි. 10

● ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිවල ඇදී 'සිතියම' ඉදිරිපත් කරන්න

ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිවල ඇදී සිතියම වටා අර්ධ වෘත්තයක හැඩයට සිටගන්නා ලෙස කණ්ඩායමට පවසන්න. පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

- මිනිසුන් විවිධ තත්වයන්හි දී සහ ස්ථානවලදී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ගැටළු වලට මුහුණ දෙති. ඔවුන්ට බස් රථයේදී හෝ සමාජ මාධ්‍යවල වෙබ් කථාවලට, සේවා ස්ථානයේදී වෙනස් කොට සලකනු ලැබීමට, රජය සමඟ කටයුතු කිරීමේදී - ප්‍රතිපත්ති හා නීති, හෝ ප්‍රාදේශීය නිලධාරීන් හෝ පොලිස් බලකාය සම්බන්ධ ගැටළුවලට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකිය.
- මෙම ස්ථාන හෝ තත්වයන් සමහරක් මෙම 'සිතියමෙහි' දැකිය හැකිය. (සිතියමෙහි ඔබ ඇඳ ඇති/ලියා ඇති ස්ථාන කියවන්න).
- මෙම සිතියම අපේ නගරය හෝ ප්‍රදේශය නියෝජනය කරයි, නමුත් අපිට වඩාත් පුළුල් ලෙස අපේ රට ගැන සිතිය හැකිය. අපි සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට අදාළ ගැටළු මෙම සිතියමෙහි සිතියම්ගත කිරීමට යන්නෙමු.

● වර්ත ඉදිරිපත් කරන්න

අපගේ සිතියමෙහි ඇති ස්ථානවලින් එකකදී හෝ වැඩිගණනකදී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ගැටළුවලට මුහුණ දිය හැකි වර්ත ගණනාවක් සමගින් අපගේ සිතියම්ගත කිරීම ආරම්භ කරන බව පැහැදිලි කරන්න.

ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියේ ඇති වර්ත ලැයිස්තුව කියවන්න. ගැටළුවලට මුහුණ දිය හැකි කිසියම් වර්තයක් මගහැරී ඇත්දැයි විමසා, කණ්ඩායමට සුදුසු යැයි පෙනෙන වර්ත එක් කරන්න.

අනන්‍යතා සිදු කරන ආකාරය මි. 50

● සිතන්න (මි. 5)

තම රට/ප්‍රජාව තුළදී සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, ආගම ඇහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ගැටළුවලට මුහුණ දෙනු ඇතැයි සිතන වර්තයක් නිහඬව තෝරා ගන්නා ලෙස සියලු දෙනාට පවසන්න.

'සිතියම' දෙස බලා, පහත සඳහන් ප්‍රශ්නය ගැන සිතීමට මිනිත්තු 3 ක් ගත කරන ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න: ඔබ තෝරාගත් වර්තයේ අදහස් හෝ ආගමික අනන්‍යතාවය, පිළිවෙත් හෝ විශ්වාස නිසා ගැටළු වලට මුහුණ දෙන්නේ සිතියමේ ඇති කවර ස්ථාන වලදීද? ඔවුන් මුහුණ දෙනු ලැබිය හැකි ගැටළු මොනවාද?

ඉටු කිරීමට ඇති කාර්යය වන්නේ අපරාධකරුවන් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනවාට වඩා උල්ලංඝනයන්ට ගොදුරු වුවහොත් අත්දැකීම් සිතියම්ගත කිරීම බව පැහැදිලි වී ඇත්ද යන්න තහවුරු කර ගන්න.

● **බෙදාගන්න සහ ලේඛනගත කරන්න** (මි. 45)

- 1 තමන් තෝරාගත් වර්තය කුමක්ද යන්නත්, එම වර්තය ගැටළු වලට මුහුණ දෙනු ඇත්තේ සිතියමෙහි කුමන ස්ථාන වලදී ද සහ ඒවා කුමන ආකාරයේ ගැටළු ද යන්නත් ඉතා කෙටියෙන් පවසන ලෙස එක් එක් පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.
 ඊලිස් වාර්ථි කඩදාසිවල, ගැටළුවක් අත්විඳින සෑම ස්ථානයකටම යාබදව වර්තය සහ ගැටළුවේ වර්ගය කෙටියෙන් සටහන් කරන්න. උදා: 'අන්තර් ආගමික යුවල - නිරන්තරයට ලක් වීම' යනුවෙන් ඔබට ලිවිය හැකිය.
 ඔවුන් සිතූ ස්ථාන/ගැටළු කිහිපයක් පමණක් පැවසුවද මිනිත්තු 2 කට පසුව ඔවුන්ව හවත්වන්න. අන් අයට ද දායක වීමට කාලය ඇති බව සහතික කිරීම එහි අරමුණයි!
- 2 වෙනත් කිසිවෙක් මෙම වර්තය තෝරාගෙන ඇත්ද යන්න සහ ඔවුන්ට මෙම වර්තය ගැන පැවසීමට අමතර කරුණු තිබේද යන්න විමසන්න. මෙම අවස්ථාවේදී යම් සාකච්ඡාවක් හා කතන්දර පැවසීමට ඔවුන්ව ධෛර්යමත් කරන්න.
- 3 වෙනත් කිසියම් වර්තයක් එම ස්ථානවලදී ම එම ගැටළුවලට ම මුහුණ දෙන්නේ දැයි විමසන්න. අදාළ ගැටළුව සටහන් කර ඇති ස්ථානය අසලින් එම වර්තවල නම් සටහන් කරන්න.

වෙනත් පුද්ගලයෙක් තෝරාගත් වර්තයක් ගෙන, ඒ සම්බන්ධයෙන් ද ඉහත 1-3 දක්වා ක්‍රියාමාර්ග නැවත නැවත සිදු කරන්න. අභ්‍යාසය සඳහා වෙන් කර ඇති මිනිත්තු 45 න් මිනිත්තු 10 ක් ඉතිරි වන තෙක් මෙම වර්ත හරහා අභ්‍යාසය ඉදිරියට ගෙන යන්න. මෙම අවස්ථාවෙහිදී, තවමත් සාකච්ඡා කර නොමැති ගැටළුවක් සිතියමට එකතු කිරීමට තිබෙන සෑම අයෙකුට ම ඉදිරියට පැමිණ අදාළ වර්තය සඳහන් කරමින් සිතියමෙහි අදාළ ස්ථානයේ ගැටළුව ලියන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. අවසාන මිනිත්තු කිහිපය එකිනෙකා එකතු කළ කරුණු කියවීමට ගත කරන්න.

මෙම අභ්‍යාසය පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාවක් සමග ඉදිරියට යයි.

5. ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: ඇවිදීම සහ නැවතීම මි. 5

විස්තරය

පවසනු ලබන දෙයට ප්‍රතිවිරුද්ධ දේ කරමින් සහභාගිවන්නන් උපදෙස් පිළිපැදිය යුතු වේ.

අරමුණ

ගැටළු ඉලක්ක කර ගත් සැසියකදී ප්‍රබෝධමත් බව ඉහළ නැංවීම සහ මනෝභාවය සැහැල්ලු කර ගැනීම.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

පහත පියවර අනුගමනය කරන්න.

- කාමරය පුරා විසිරී යන ලෙස කණ්ඩායමෙන් ඉල්ලා සිටින්න.
- ඔබ "ඇවිදින්න" යැයි පැවසූ විට ඇවිදීමට සහ "නවතින්න" යැයි පැවසූ විට ඇවිදීම නතර කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට උපදෙස් දෙන්න. මෙම විධාන ඕනෑම අනුපිළිවෙලකට තත්පර 20 සිට 30 දක්වා කාලයක් පුරා නිකුත් කරන්න.
- දැන්, මෙම විධානවල අර්ථය වෙනස්වී ඇති බව සහ එබැවින් "ඇවිදින්න" යන්නෙහි අර්ථය නැවැත්වීම සහ "නවත්වන්න" යන්නෙන් අර්ථය ඇවිදීම වන බව පවසන්න. තවත් තත්පර 30 ක් සඳහා විධාන මාලාවක් නිකුත් කරන්න.
- නව විධාන දෙකක් ප්‍රකාශ කරන්න: "නම" යනුවෙන් ඇසෙන විට සෑම කෙනෙකුම තමන්ගේ නම ඉබේද නගා පැවසිය යුතුය. "ක්ලැස්" යනුවෙන් ඇසෙන විට සෑම කෙනෙකුම එක් වරක් අත්පුඩි ගැසිය යුතුය. ඔවුන් මෙය කරන අතරතුර දිගටම ඇවිදීම හෝ නතර වී සිටීම සිදු කළ යුතුය.
- මෙම නව විධාන දෙක "ඇවිදින්න" සහ "නවතින්න" යන විධාන සමග පුහුණු වන්න (ඒවායෙහි අර්ථය තවමත් වෙනස් වූ පසු තිබූ අර්ථය ම වේ).
- අවසාන වශයෙන්, අවසාන විධාන දෙකේ තේරුම ද වෙනස් වී ඇති බව පවසන්න - ඔබ "නම" යනුවෙන් පවසන විට සෑම කෙනෙකුම අත්පුඩි ගැසිය යුතුය, සහ ඔබ "ක්ලැස්" යනුවෙන් පවසන විට සෑම කෙනෙකුම තමන්ගේ නම පැවසිය යුතුය.
- මිනිත්තු 5 ක් අවසන් වන තුරු දිගටම මෙම ක්‍රීඩාව සිදු කරන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

මෙම අභ්‍යාසය සඳහා විවිධයෝ පාඩම මෙතැනින් ලබා ගන්න.

6. ප්‍රතිඵල විශ්ලේෂණය: අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම, 2 කොටස මි. 25



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

විස්තරය

මෙය ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකමට පෙර සිදු කළ අන්‍යයන්ගේ ඉතිරි කොටස වේ. අන්‍යයන්ගේ මෙම කොටසේ දී සහභාගිවන්නෝ ඉදිරිපත් කරමින්ද හඳුන්වාදුන් අදියර තුනක ආකෘතිය භාවිතා කරමින් සිතියම්කරණ අන්‍යයන්ගේ දී ඔවුන් සිදු කළ නිරීක්ෂණ විශ්ලේෂණය කරති.

අන්‍යයන්ගේ හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 5

ග්ලිප් වාර්ට් සිතියම ඉදිරිපිට අර්ධ කවයක් සෑදෙන සේ වාඩි වන ලෙස සියලු දෙනාටම පවසන්න

- සාකච්ඡාවේ දී ඔවුන් ඉගෙන ගත් ආකෘතිය භාවිතා කරමින් ඔවුන්ගේ සිතියම්කරණයෙන් සොයාගත් කරුණු විශ්ලේෂණය කිරීමට යන බව කණ්ඩායමට කියන්න.
- කිසිවෙකුට හෝ අවධි තුන මතක තිබේ දැයි විමසන්න. ඔවුන් පිළිතුරු දුන් විට, පවර පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 13 නැවත පෙන්වන්න: නැතහොත් එම වචන ම ලියා ඇති ග්ලිප් වාර්ට් කඩදාසියක් පෙන්වන්න.
- බොරු ප්‍රචාර යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක්ද යන්න ඔවුන්ට මතකදැයි අසන්න, සහ අවශ්‍ය නම් මතක කර දෙන්න.

අන්‍යයන්ගේ සිදු කරන ආකාරය මි. 20

පහත සඳහන් ප්‍රශ්න අසා, හිස් ග්ලිප් වාර්ට් කඩදාසියක සාකච්ඡාවේ ප්‍රධාන කරුණු ලියන්න. සාකච්ඡාවේදී අමතර ගැටළු හෝ වර්ත මතු වුව හොත්, සිතියමෙහි ද වීවා පිළිබඳ සටහනක් තබන්න.

- අපගේ සිතියමේ බොරු ප්‍රචාර, වෙනස්කොට සැලකීම් සහ ප්‍රවණ්ඩත්වයට උදාහරණ තිබේද?
- අපි හඳුනාගත් ගැටලුවලින් පීඩාවට පත් වන්නේ කවුද?
 - අපගේ ප්‍රජාව තුළ විශේෂයෙන් අවදානමට ලක්විය හැක්කේ කවුද?
 - පිරිමින් සහ පිරිමි ළමයින්ට වඩා වැඩියෙන් කාන්තාවන් හා ගැහැණු ළමයින් විවිධ ගැටළු සහ අවදානම් වලට මුහුණ දෙනවාද?
- සිදුවන වාර ගණන, පරිමාණය සහ බලපෑම අනුව ගැටළු කෙතරම් බරපතලද?
 - සිදු වන වාර ගණන: අපි හඳුනාගෙන ඇති ගැටළු සිදුවන්නේ ඉඳහිටද නැතහොත් නිතර නිතර ද? වීවායින් කිසිවක් ක්‍රමානුකූලද - සමාජය ක්‍රියාත්මක වන ආකාරය තුළට ගොඩනැගී තිබේද?
 - පරිමාණය: කිහිප දෙනෙකු හෝ බොහෝ දෙනෙකු එම ගැටළු වල බලපෑමට ලක්වී තිබේද? බොහොමයක් මිනිසුන්ට බලපාන ගැටළු මොනවාද?
 - බලපෑම: බලපෑමට ලක්වුවහොත් වඩාත්ම දැඩි ලෙස බලපාන ගැටළු මොනවාද? පුද්ගලයින් කිහිප දෙනෙකු පමණක් බලපෑමට ලක් වුවහොත්, යම් උල්ලංඝනයවීමක් වීම පුද්ගලයින්ට විනාශකාරී බලපෑමක් ඇති කරන්නේ නම්, විය සැබවින් ම බරපතල ගැටළුවක් බව කණ්ඩායමට මතක කර දෙන්න.
- ගැටලුවලට දායක වන්නේ කවුද?
 - රජය ක්‍රියාකාරී ලෙස උල්ලංඝනය කිරීම් සිදු කරන්නේද, අන් අය විසින් ඇති කරන ලද ගැටළු සම්බන්ධයෙන් උදාසීනද, නැතහොත් ක්‍රියාකාරී ලෙස ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කරන්නේ ද?
 - දැනුවත්ව හෝ නොදැනුවත්ව අප කවදා හෝ ගැටලුවේ කොටසක්ද වී තිබේද?
- අපි සැබවින්ම නොදන්නා හෝ නිසි ලෙස තේරුම් නොගන්නා ගැටළු තිබෙන වර්ත - එනම් පුද්ගලයින් හෝ ආගමික ප්‍රජාවන් - සිටින්නේද? අපට ඔවුන්ගේ අත්දැකීම් සොයාගෙන අපගේ සිතියමට සහ අපගේ විශ්ලේෂණයට විය වකතු කළ හැකිද?
- මෙම ගැටළු හඳුනා ගැනීම ඔබට දැනෙන්නේ කෙසේද?

ඉගිය! අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම සහිත ග්ලිප් වාර්ට් කඩදාසි හැකි නම් බිත්තියේ ප්‍රදර්ශනය කර තබා සුරකන්න. සියලුම ඉදිරි සැසි සඳහා ඔබට වීවා අවශ්‍ය වේ.

මෙම සංවාදය සිදුකෙරෙන අතරතුර සහභාගිවන්නන් සඳහන් කළ උදාහරණ දෙස බැලූ විට, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම වලට අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් ද සම්බන්ධවන අවස්ථා බොහොමයක් ඇති අන්දම පෙන්වා දෙන්න. උදාහරණයක් වශයෙන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සමගින් කාන්තා අයිතිවාසිකම්, අධ්‍යාපනයට ඇති අයිතිය හෝ රැකියාව සඳහා ඇති අයිතිය උල්ලංඝනය වීමට ඉඩ තිබේ. අපේ මානව හිමිකම් අතරේ අන්තර් සම්බන්ධතා පවතින බව සඳහන් කරන්න. එහිනි අපට වී හැම අයිතිවාසිකමක් ම අවශ්‍ය වේ!

සටහන

මේ සඳහා ඔබට පහසුවෙන් ම මිනිත්තු විස්සකට වඩා භාවිතා කළ හැකිය. හැකි තරම් වැඩි ප්‍රමාණයක් ප්‍රශ්න ආවරණය කිරීමට හැකි වනු පිණිස එක් ප්‍රශ්නයක් සාකච්ඡා කිරීම සඳහා පමණක් වඩා වැඩි කාලයක් ගත නොකරන්න. 'යහපත් දේවල් ජාලය' අන්‍යයන්ගේ කපා හැරීමෙන් ඔබට මෙම සාකච්ඡාව සඳහා වැඩි කාලයක් ලබා ගැනීමට සැලසුම් කළ හැකිය.

7. අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් සහ සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතාව මි. 5



කෙටි කතාව

විස්තරය

මෙම කෙටි ඉදිරිපත් කිරීම මගින් සැසිය සාරාංශ කර, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා තමන්ට ඇති අයිතිය වෙනුවෙන් පෙනී සිටි සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙකුගේ කතාව ඇසුරින් පරිවර්තක සිදු කිරීම පිළිබඳව සඳහන් කර, සහභාගිවන්නන්ට ඉදිරි සැසිවලදී අපේක්ෂා කළ යුතු දේ පිළිබඳව පවසයි.

පවසිය යුතු දේ

පහත සඳහන් කරුණු ඉදිරිපත් කරන්න. හැකි නම් විමිනා ගේ කතාව නිරූපණය කිරීමට සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේදී අංක 14-19 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් භාවිතා කරන්න (හැකි තෙක් ප්‍රදර්ශනය කිරීම සඳහා මෙම ස්ලයිඩ් මුද්‍රණය කරගන්න).

- අපි දැන් සිටින්නේ ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාවේ 1 වැනි කොටසට අයත් වන සැසි පහ අවසානයේ යි.
- මෙම සැසිවලදී අපි මානව හිමිකම්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස, අනන්‍යතාවය, වරප්‍රසාද සහ අවාසි, සහ අපගේ රට සහ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ තත්වය පිළිබඳව සොයා බැලුවා. විශේෂයෙන් ම, අද සැසියේදී අපි අවධානය යොමු කර ඇත්තේ මිනිසුන් මුහුණ දෙන ගැටලු පිළිබඳව යි.
- ගැටලු මොනවාද යන්න හෝ වෙනස් කළ යුතු දේ පිළිබඳව අපි සැමවිටම එකඟ නොවෙන්නට ඉඩ තිබෙනවා. නමුත් අපට එකඟ විය හැකි දේවල් සහ අප සැමට දැකීමට අවශ්‍ය පරිවර්තක තිබෙනවා.
- අපි හඳුනාගෙන ඇති සියලු ගැටලු හමුවේ අපිට විකල්ප දෙකක් තිබෙනවා: කලකිරීමට පත්ව, බල රහිතය යන හැඟීමෙන් සිටීමට හෝ කෙතරම් කුඩා වුවත් වෙනස් කිරීමට උත්සාහ කිරීම පිණිස ප්‍රත්‍යක්ෂ යමක් හඳුනා ගැනීම තමයි ඒ විකල්ප. අපේම ප්‍රජාවන් තුළ පරිවර්තකයින් බවට පත්වීමට අපට පුළුවනි.
- 109 වැනි පිටුවේ දී ඇති විමිනා ගේ කතාව කියවා පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් 14-19 (හෝ මුද්‍රිත පිටපත්) පෙන්වන්න.
- විමිනා ඉටු කළ වැඩ කොටස වෙනුවෙන් ඇයට විශාල අත්පොළසක් හඬක් ලබා දී, මෙම පාඨමාලාවේ 1 වැනි කොටස සම්පූර්ණ කිරීම වෙනුවෙන් අපට ද විශාල අත්පොළසක් හඬක් ලබා දෙමු. මෙම පාඨමාලාවේ 2 වැනි කොටසේ දී අපි පරිවර්තකයන් සිදු කළ හැකි ආකාරය - අපිට භාවිතා කළ හැකි ක්‍රම මොනවාද යන්න සහ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් එකට එක් කිරීම පිළිබඳව අවධානය යොමු කරමු.

මෙම පාඨමාලාවේ 1 - 5 සැසිවලට පමණක් සහභාගී වන කණ්ඩායම් සඳහා වන අතිරේක අංග

ඔබ පාඨමාලාවේ 1 වැනි කොටස පමණක් ක්‍රියාත්මක කරන්නේ නම්, කරුණාකර 5 වැනි සැසිය අවසානයට පහත සඳහන් අංග ඇතුළත් කරන්න. එක්කෝ සැසිය මිනිත්තු විස්සකින් (20) දීර්ඝ කිරීමට සැලසුම් කරන්න, හැතහොත් 'යහපත් දේවල් ජාලය' නැමති 1 වැනි අභ්‍යාස කපා හැර, සිතියම්කරණ අභ්‍යාසයෙන් ද මිනිත්තු 5 ක් කපා හරින්න.

8. ඇගයීමේ අභ්‍යාස: හිස, හඳවන, දෑහ මි. 15

මෙම සරල පුද්ගලික ඇගයීමේ අභ්‍යාසය සහභාගිවන්නන්ට මෙම පාඨමාලාවෙන් තමන් රැගෙන යන්නේ කුමක්ද යන්න මෙහෙති කිරීමට උපකාරී වේ.

සම්පත්

- එක් සහභාගිවන්නෙකුට 'හිස-හඳවන-දෑහ' නැමති අත්පත්‍රිකා එක බැගින්.
- එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක් පෑනක් බැගින්.



තනි පුද්ගල අභ්‍යාසය

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 2

සෑම සහභාගිවන්නෙකුටම එක් අත්පත්‍රිකාවක් බැගින් ලබා දෙන්න.
ඔවුන් පෞද්ගලිකව මෙම පාඨමාලාවෙන් ලබා ඇත්තේ මොනවාදැයි සිතා බැලීමට ඇගයීමේ අභ්‍යාසයක් සිදු කිරීමට යන බව පැහැදිලි කරන්න. ඔබට පාඨමාලාව ඇගයීමට උපකාරී වනු පිණිස එම පත්‍රිකා ආපසු ලබාගන්නේද, හැතහොත් මකක සටහනක් ලෙස ඔවුන්ට එම පත්‍රිකාව ගෙදර ගෙන යා හැකිද යන්න පිළිබඳ පැහැදිලිව තීරණය කරන්න. ඔබ එම පත්‍රිකා ආපසු ලබා ගන්නේ නම්, සහභාගිවන්නන් එම පත්‍රිකා මත ඔවුන්ගේ පුද්ගලික ආවර්ජනයන් ලිවීමෙන් වැළකී සිටීම වැදගත් වේ!

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 13

පහත සඳහන් කරුණු පිළිබඳ සිතා බලන ලෙස සහභාගිවන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න:

- දැනුම හා අදහස් අතින් ඔබ ලබාගත් දේ පිළිබඳව සිතමින් ඔබගේ සිතුවිලි ඔබේ මතයේ ලියන්න.
- ඔබට ඇති හැඟීම්, ඔබ පිළිබඳව සොයාගත් දේ හෝ ඔබට ඇති නව ආකල්ප ගැන සිතා බලා එය ඔබේ හඳුන්වන්නේ ලියන්න.
- ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමට හෝ වෙනස් දෙයක් කිරීමට ඔබට ඇති අදහස් මොනවා දැයි සිතා බලන්න. එය ඔබේ අතේ ලියන්න.
- හැකි තරම් නිශ්චිත කරුණු ලිවීමට උත්සාහ කරන්න. මෙය කිරීමට ඔවුන්ට මිනිත්තු 5 ක් දෙන්න.

ඔබගේ කණ්ඩායමේ විශාලත්වය අනුව, එක්කෝ එක් පුද්ගලයා එක් අදහසක් බැගින් බෙදා ගන්නා ලෙස ඉල්ලා සිටීමක් කවිය වටා ගමන් කරන්නට හෝ යුගල වශයෙන් බෙදී දෙදෙනා අතරේ එම අදහස් බෙදාදැනන්නා මෙන් පැවසීමට ඔබට හැකිය.

(හැතහොත්, ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසි තුනක් ගෙන එකක හිස ද, එකක හඳුන්වන ද එකක දෑත් ද අඳින්න. තම ප්‍රතිචාර පෝස්ට්-ඉට් කඩදැසිවල ලියා අදාළ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසියේ අලවන මෙන් සහභාගිවන්නන්ගේ ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ලැබුණු ප්‍රතිචාරය පූර්ණ කණ්ඩායම සමගම සාකච්ඡා කරන්න.)

9. ස්තූතිය සහ සමුගැනීම මි. 5

පාඨමාලාව අතරතුරදී සහභාගිවන්නන් එක්වෙකාව වඩා හොඳින් දැන හඳුනා ගෙන, ක්‍රියාවලියට ඔවුන්ගේ කාලය හා ශක්තිය කැප කර ඇත. මෙය ඒ සඳහා ඔවුන්ට ස්තූති කර, පාඨමාලාව තුළදී ඔවුන් වර්ධනය කර ගත් නව අදහස්, අන්තර් දෘෂ්ටිය, කුසලතා සහ සබඳතා සැමරීමට අවස්ථාවයි!

සාර්ථකව හිම කළ බව පැවසීමට සහ ස්තූති කිරීමට ඉතා කෙටි උත්සවයක් සැලසුම් කරන්න. ගීතයක් ගායනා කිරීම, වචන කිහිපයක් පැවසීම, යාච්ඤාවක් කිරීම, නර්තනයක් ඉදිරිපත් කිරීම වැනි දෙයක් කළ හැකිය. ඔබ කැමති නම් මුද්‍රණය කර සහභාගිවන්නන්ට ලබා දීමට සහතිකයක් සපයා දී තිබේ.

මූලාශ්‍ර

Walk and Stop: Mark Collard, Playmeo.. www.playmeo.com/activities/energizer-warm-up-games/walk-stop/

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත

තත්වය නරක අතට (සහ හොඳ අතට) හැරෙන ආකාරය

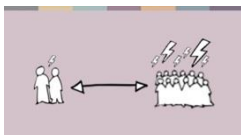
5 වැනි සැසියට අදාළ මෙම කථන පිටපත, පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 3 සිට 13 දක්වා වන ස්ලයිඩ් වලින් නිරූපණය කර තිබේ.

හැඳින්වීම



පසුගිය සැසියේදී:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් යනු කවර ආකාරයේ දෙයක්ද යන්න සහ ඒවා මිනිසුන්ගේ ජීවිතවලට බලපාන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව අපි අවධානය යොමු කළා.
- උල්ලංඝනයවීම් සිදු කරන්නේ කවුරුන් විසින්ද – වහම් නීතිය හරහා සහ නිලධාරීන්ගේ ක්‍රියාමාර්ග හෝ ක්‍රියා නොකිරීම හරහා රජය විසින්ද, නැතහොත් ප්‍රජාවේ පුද්ගලයින් විසින්ද යන්න ගැන අපි සිතා බැලුවා.
- මෙම උල්ලංඝනයවීම් කෙබඳු විය හැකි දැයි ගවේෂණය කිරීමට සහ ඒවා හඳුනා ගැනීමට පුරුදු වීම සඳහා මෙවලමක් ලෙස අපි නාට්‍ය භාවිතා කළා.



දැන් අපි මෙම සැසිය අවසන් කිරීමට යන්නේ උල්ලංඝනයවීම් මධ්‍යස්ථ තත්වයේ සිට නරක සහ වඩාත් නරක තත්වයට හැරෙන්නේ කෙසේද යන්න සහ ඉඳහිට පුද්ගලයින්ට බලපාන සිදුවීම්වල සිට ජනතාවගේ අයිතිවාසිකම් වලට විරෝධීව විල්ලවන ක්‍රමානුකූල, පුළුල්ව පැතිරුණු හා දැඩි ප්‍රහාර බවට පත්වන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව සිතා බැලීමෙන්. තත්වය වඩාත් නරක අතට හැරෙන ආකාරය ගැන සිතීමේ වඩාත් ක්‍රමයක් වෙන්නේ මීට අදාළ අදියර තුන ගැන සිතීමයි - බොරු ප්‍රචාර, වෙනස් කොට සැලකීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය යනු වීම අදියර තුනයි.

හිංසා කිරීමෙහි අවධි තුන

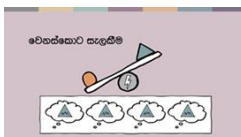


පළමු අවධිය වන්නේ බොරුප්‍රචාරයි. මෙම අවධියේ දී පුද්ගලයින් ගැන හෝ පුද්ගල කණ්ඩායම් ගැන - උදාහරණයක් ලෙස ආගමික සුළුතර කණ්ඩායම් ගැන - කලින් ම විප්ලවීය නිගමන, ඔවුන් මෙවැනි අය යැයි කියා ස්ථාපිත ඒකාකාරී සහ මුසාවත් පැතිරෙනවා. දෙමව්පියන්, ගුරුවරුන් සහ පාසල් පෙළපොත් වලින් ළමයින්ට උගන්වන දේ, ගුවන්විදුලිය හෝ සමාජ මාධ්‍ය හරහා හෝ දේශපාලනඥයින්ගේ කථා සහ ආගමික නායකයින්ගේ දේශන හරහා වැනි විවිධාකාර ක්‍රම වලින් සුළුතර කණ්ඩායම් ගැන කලින් ම විප්ලවීය නිගමන ව්‍යප්ත වෙනවා.



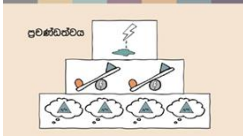
පුද්ගලයින් ගැන කලින් ම නිගමනවලට විල්ල බැහැරවීමට තොර සමාජයක් සොයාගන්නටත් දුෂ්කරයි. මෙය සෑම සමාජයක ම දක්නට ලැබෙනවා. නමුත් පුද්ගලයින් ගැන කලින් ම නිගමනවලට විල්ල බැහැරවීම සහ ස්ථාපිත ආදර්ශ අභියෝගයට ලක් නොවන විට, සහ විශේෂයෙන් ම දේශපාලන හා ආගමික නායකයින් විසින් ඒවා ප්‍රවර්ධනය කරන විට, ඒවා නොඉවසීමේ සංස්කෘතියක් නිර්මාණය වීමට සහ කණ්ඩායම් අතර ආතතීන්ට ඇති වීමට හේතු වෙනවා.

විය සිදු වන විට, සාමාන්‍ය ජනයාට, ප්‍රාදේශීය නිලධාරීන්ට සහ රජයට පවා අන් අයට වෙනස්කොට සලකන ආකාරයෙන් සිතීමට හා කථා කිරීමට පමණක් නොව, විලෙස ක්‍රියා කිරීම පහසු හෝ සාමාන්‍ය දෙයක් බවට පත්වෙනවා. බොරු ප්‍රචාර, පුද්ගලයින්ට වසේ වෙනස් කොට සැලකීම පිළිගත හැකි දෙයක් සේ පෙනෙන්නක් බවට පත් කරනවා. එහි වඩාත්ම අන්ත ස්වරූපයේ දී, වෙනස් කොට සැලකීම පමණක් නොව, අන් අයට විරෝධී ප්‍රචණ්ඩත්වය පවා පිළිගත හැකි හෝ නිවැරදි යැයි විශ්වාස කිරීමට මිනිසුන් පෙළඹවීම සඳහා බොරු ප්‍රචාර භාවිතා කරනු ලබනවා.



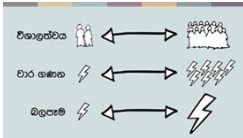
වෙනස්කොට සැලකීම ජීවිතයේ සෑම අංශයක ම මිනිසුන්ට බලපානවා. පසුගිය සැසියේ දී, අපි රජය විසින් සිදු කරන වෙනස්කොට සැලකීම පිළිබඳ උදාහරණ සලකා බැලුවා - උදාහරණයක් ලෙස, වෙනස් කොට සලකන ආකාරයේ පවුල් හිති සහ පුද්ගල අනන්‍යතා හිති, පොලීසිය සහ අධිකරණය විසින් නීතිය ක්‍රියාත්මක කරන ආකාරයෙහි ඇති වෙනස් කොට සැලකීම, සහ අධිකපනය වැනි සේවා සැපයීමේ දී ඇති වෙනස් කොට සැලකීම. එමෙන් ම, අපි මිනිසුන්ට රැකියා සඳහා ඇති ප්‍රවේශයට බලපාන අයුරින් පුද්ගලික අංශයේ ඇති වෙනස්කොට සැලකීම සඳහා ද උදාහරණ සලකා බැලුවා.

කිසිම සමාජයක් වෙනස් කොට සැලකීමෙන් තොර සමාජයක් වෙන්නේ නැතැ, නමුත් පුළුල් හා ක්‍රමානුකූල වෙනස්කොට සැලකීමක් පැවතිය හැක්කේ විය නොදැනුවත්කම හා නොරැස්සීම පිළිබඳ සංස්කෘතියක් මත ගොඩනැගුණු විට පමණයි. බහුතරයක් දෙනා වෙනස්කොට සැලකීම පිලිගන්නේ නැති නම් විය දිගින් දිගට ම සිදු වෙන්නේ නැතැ.



බොරු ප්‍රචාර, වෙනස් කොට සැලකීම සඳහා පදනමක් නිර්මාණය කරනවා සේම, බොරු ප්‍රචාර සහ වෙනස් කොට සැලකීම එකට එක්වූ විට, ප්‍රචණ්ඩත්වයට ද අධිතාලමක් සපයා දෙනවා. ප්‍රජාව තුළ සිදු වන ප්‍රචණ්ඩත්වය දේපළ විනාශ කිරීමේ සිට හිරිහැර කිරීම්, සහ ශාරීරික හිංසනය පිළිබඳ තර්ජනය කිරීම් දක්වා වූ විවිධාකාර ස්වරූප ගත හැකියි. රාජ්‍ය ප්‍රචණ්ඩත්වයට අත්තනෝමතික ලෙස සිරගත කිරීම, වධහිංසා පැමිණවීම සහ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවය මත පදනම් වූ ප්‍රචණ්ඩත්වය ආදිය ඇතුළත් විය හැකියි.

විශාලත්වය, වාර ගණන සහ බලපෑම



ගැටළු වර්ග තුන ම, - වනම්, බොරු ප්‍රචාර, වෙනස් කොට සැලකීම සහ ප්‍රචණ්ඩත්වය සිදුවන පරිමාණය, වාරගණන සහ බලපෑම් ඇතිවන මට්ටම්, විවිධාකාර විය හැකියි. උල්ලංඝනයවීමක් පුද්ගලයින් කිහිප දෙනෙකුට හෝ විශාල කණ්ඩායම්වලට බලපෑ හැකියි. විය ඉඳහිට, හිතපතා හෝ ක්‍රමානුකූලව සිදු විය හැකියි - විශේෂ අදහස් වන්නේ විය සමාජයේ පද්ධති හා ව්‍යුහයන් තුළට කා වැදී ඇති බවයි. බලපෑමට ලක්වන ජනතාවට ඉන් සීමිත හෝ විනාශකාරී බලපෑමක් ඇති කළ හැකියි.



බොහෝ රටවල අත්දැකීම් අපට පවසන්නේ අවිචාරක හැඟීම් සහ බොරු ප්‍රචාර වඩාත් පුළුල්ව පැතිරුණු හා දැඩි බවට පත්වන බවත්, මේ දෙකම වඩාත් පුළුල් වන තරමට පුළුල් හා දරුණු ප්‍රචණ්ඩත්වයට ඇති ඉඩකඩ ද වඩාත් වැඩි වන බවත් ය. එක් දෙයක් තවත් දෙයකට හේතු වෙයි. මෙය කලකිරීම ඇතිකරවන්නක් ලෙස දැකිය හැකි නමුත්, දේවල් නරක අතට හැරෙන්නේ කෙසේද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම දේවල් යහපත් අතට හැරෙන්නේ කෙසේ දැයි සිතා බැලීමට ද අපට උපකාරී වෙයි.

සමාජිකය

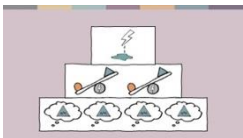


සෑම දෙයක්ම ආරම්භ වන්නේ අපි එකිනෙකා පිළිබඳව සිතන පතන හා කටා කරන ආකාරයෙන්. ඒ සම්බන්ධයෙන් අපි සෑම කෙනෙකුට ම අපගේ පවුල් තුළ සහ අපගේ පුද්ගලික ජාල තුළ යම්කිසි දෙයක් කළ හැකියි. එමෙන් ම අපට පුජා මට්ටමින් ද - උදාහරණයක් ලෙස අපගේ ආගමේ ප්‍රජාවන්, පාසල් සහ සේවා ස්ථාන සම්බන්ධයෙන් ද - ඒ පිළිබඳව යමක් කළ හැකි වෙන්නටත් ඉඩ තිබෙනවා.

ඇත්ත වශයෙන් ම, මෙය ප්‍රමාණවත් නැතැ. අපි මිනිසුන්ට වෙනස් කොට සලකන හා හානි කරන ආකාරයේ නිල ක්‍රමවේද, විනම් නරක නීතිවල සිට පාසල් ගුරුවරුන් හෝ පොලිස් නිලධාරීන් වැනි නිලධාරීන්ගේ හැසිරීම දක්වා වූ දේ වෙනස් කළ යුතුයි.



විවැනි වෙනසක් සිදු කිරීම හැකි කරවනු පිණිස අපට තමන්ගේ අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව දන්නා සහ තමන් වෙනුවෙන් පෙනී සිටීමට අවශ්‍ය හැකියා වලින් සන්නද්ධ සුළුතරයන්, ඔවුන් සමග නැගී සිටීමට සුදානම්ව සිටින බහුතරයන් සහ මානව හිමිකම් වලට ගරු කිරීම, ඒවා ආරක්ෂා කිරීම සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා තමන් සතු වන වගකීම් අවබෝධ කරගත් දේශපාලන හා ආගමික නායකයින් අවශ්‍ය යි. මෙය යථාර්ථයක් බවට පත් කිරීම සෙමෙන් සිදුවන, දුෂ්කර ක්‍රියාවලියක්.



වම ක්‍රියාවලිය ආරම්භ වෙන්නේ අපි අපගේ පසුබිම විශ්ලේෂණය කර එහි ඇති ගැටළු මොනවා දැයි හඳුනාගත් විටයි. එසේ කිරීම සඳහා අපිට මෙම අවධි තුන, විනම් බොරු ප්‍රචාර - වෙනස් කොට සැලකීම - ප්‍රචණ්ඩත්වය යන තුනෙන් සමන්විත ආකෘතිය භාවිතා කළ හැකියි.

ස්තූතිය

මෙම පිටපත ජොහාන් කැන්ඩෙලින් (Johan Candelin) විසින් සකස් කරන ලද 'පීඩාකිරීමේ ආකෘතියෙහි අවධි තුන' මත පදනම් වේ.

සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා

5 වැනි සැසිය අවසාන අදහස් දැක්වීම් වල කොටසක් ලෙස පහත දී ඇති කතාව කියවනු ලැබේ. සැසියට අදාළ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේ 14-19 ස්ලයිඩ් හරහා මෙය නිරූපණය කර තිබේ.

ච්ඡිනාගේ කතාව, බොස්නියා හර්සගොවිනාව

1995 වර්ෂයේදී බොස්නියානු යුද්ධය අවසානයේ දී, බොස්නියා හර්සගොවිනාවෙහි ආගමික වාතාවරණය විශාල වශයෙන් වෙනස් වුණා. මුස්ලිම් බහුතරයක් තිබූ සමහර ප්‍රදේශ ක්‍රිස්තියානි බහුතරයක් සහිත ප්‍රදේශ බවට පත් වූ අතර අනෙක් අතට ක්‍රිස්තියානි බහුතරය තිබූ සමහර ප්‍රදේශ මුස්ලිම් බහුතරය සහිත ප්‍රදේශ බවට පත් වුණා. ජනවාර්ගික හා ආගමික ආතතීන් අදටත් ඉතිරිව පවතින අතර, තමන්ගේ මුල් ගම් බිම් වෙත ආපසු යන පුද්ගලයින් විශේෂයෙන් අවදානමට ලක් වූවා.

මේ ඉන්නේ ච්ඡිනා. ච්ඡිනාට ධනාත්මක වෙනසකට දායක වීමට අවශ්‍ය වුණා. එම හිසා ඇය නාන්ලා නම් වූ බොස්නියානු රාජ්‍ය නොවන සංවිධානයකින් පැවැත්වූ කෙටි කාලීන මානව හිමිකම් පුහුණු පාඨමාලාවකට සහභාගී වුණා.

"මම ඒ පාඨමාලාවෙන් බොහෝ දේ ඉගෙන ගත්තා. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස යන්නෙහි අර්ථය කුමක්ද කියා මට අවබෝධ වුණා, මම මගේ පසුබිම තුළ සිදු වන උල්ලංඝනයවීම් හඳුනා ගැනීමට පටන් ගත්තා. මම වෛර් කථන සම්බන්ධයෙන් සමාජ මාධ්‍යවල වාර්තා කරන්න පටන් ගත්තා."

එම පාඨමාලාවෙන් පසුව, නාන්ලා සංවිධානය, ගෞරවය දිනා ඇති හා විශ්වාසදායක ප්‍රාදේශීය හා ජාතික මාධ්‍ය වල පළවන වාර්තා භාවිතා කරමින් වරට සිදුවන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් ලේඛනගත කර, එක් එක් වර්ෂයේදී සිදුවන සියලුම සිද්ධීන් පිළිබඳ විස්තර ලැයිස්තුවක් සම්පාදනය කරන තරුණ ස්වේච්ඡා කණ්ඩායමකට ච්ඡිනාව හඳුන්වා දුන්නා.

"සිදුවීම් වර්ගීකරණය කිරීම සඳහා අපි භාවිතා කරන ප්‍රශ්න මාලාවක් තිබෙනවා - උදාහරණ ලෙස, බලපෑමට ලක්වන්නේ කුමන ප්‍රජාව ද යන්න සහ සිදු වන උල්ලංඝනයවීම් වර්ග - තර්ජන, දේපළවලට පහර දීම හෝ මිනිසුන්ට පහර දීම යනාදී වශයෙන්", ච්ඡිනා පවසයි.

මෙම කණ්ඩායම ඔවුන්ගේ වාර්තා බොස්නියාවේ බලධාරීන්ට සහ මාධ්‍යවලටත්, ස්වේච්ඡා සේවකයින්ගෙන් ලැබෙන තොරතුරු හිතරම ස්වකීය වාර්ෂික වාර්තාවට ඇතුළත් කරන, යුරෝපයේ ආරක්ෂාව සහ සහයෝගීතාවය සඳහා වන සංවිධානය (Organisation for Security and Cooperation in Europe - OSCE) වැනි ජාත්‍යන්තර ආයතන වලටත් ලබා දෙනවා.

"මම හිතන්නේ කොතරම් කුඩාවට පෙනුනත් අපගේ සියලු ක්‍රියා වැදගත් බලපෑමක් ඇති කරනවා. උල්ලංඝනයවීම් ලේඛනගත කර ඒවා කෙරෙහි ජාත්‍යන්තර අවධානය යොමු කරවීම එම සිදුවීම් බරපතල ලෙස සැලකීමට බලධාරීන්ව පෙළඹවීමට උපකාරී වෙනවා. මානව හිමිකම් උල්ලංඝන පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම අප තුළ පවතින පක්ෂග්‍රාහීත්වයන් අවබෝධ කර ගැනීමටත් උපකාරී වෙනවා" ච්ඡිනා පවසනවා.

මූලාශ්‍ර
Emina Frljak, PRVI සහ the Nahla Center for Education and Research



කතන්දරය

සැසි අංක 6-9



2 වැනි කොටස: පරිවර්තනය කරා ගමන් කිරීම

සහභාගිවන්නන් තම ප්‍රජාවන් තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ පරිවර්තන ඇතිකරන්නන් බවට පත් කිරීම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාවේ අරමුණ වේ. පරිවර්තන ක්‍රියාවලිය දිගු හා සමහර විට දුෂ්කර ගමනකි. වෙනත් ඕනෑම ගමනකදී මෙන් ම මෙහිදී ද සිතියමක් තබා ගැනීම සහ යම් ස්ථානයක සිට තවත් ස්ථානයකට ගමන් කරන ආකාරය දැන සිටීම ඔබට උපකාරී වනු ඇත!

පාඨමාලාවේ 2 වැනි කොටස සහභාගිවන්නන්ට ඔවුන්ගේ 'පරිවර්තන ගමන' සැලසුම් කිරීමට උපකාරී වෙයි. සහභාගිවන්නන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහ වෙනත් අයිතිවාසිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි උපක්‍රම (හෝ ක්‍රම) පරාසයක් ඉගෙන ගන්නා අතර, ඔවුන් හඳුනා ගන්නා ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ගැටලුවක් සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලසුම්කරණ ක්‍රියාවලියක් තුළින් ඔවුන්ට මග පෙන්වනු ලැබේ. මෙම සැසිවලදී කුසලතා සහ ක්‍රියාමාර්ග කෙරෙහි - එනම් ගමන් කිරීමට සහ කතා කිරීමට සහභාගිවන්නන් සූදානම් කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනු ලැබේ!

2 වැනි කොටසට යුගල දෙකකට බෙදා ඇති සැසි හතරක් ඇතුළත් වේ. එම සෑම යුගලකටම පොදු ඉගෙනීමේ අරමුණු සහ සැසි දෙකම පුරා විහිදෙන තනි ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් ඇත.

- උපක්‍රම පිළිබඳව ඉගෙන ගැනීම සහ මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ඒවා භාවිතා කළ හැක්කේ කෙසේද යන්න සොයා බැලීම පිළිබඳවත්, පරිවර්තනයක් සඳහා එම උපක්‍රම භාවිතා කරන පුද්ගලයින්ගේ කතා වලින් පොළඹවනු ලැබීම පිළිබඳවත් 6 වැනි සහ 7 වැනි සැසිවලින් අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.
- 8 වැනි සහ 9 වැනි සැසි මගින් ක්‍රියාකාරී සැලසුම්කරණය කෙරෙහි - එනම් ප්‍රජාව තුළ පරිවර්තනය සිදුවීමට හැකි කිරීම සඳහා ප්‍රත්‍යක්ෂ අදහස් සංවර්ධනය කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ. සහභාගිවන්නෝ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කුසලතා වර්ධනය කර ගන්නා අතර ක්‍රියාකාරී සැලසුම් මෙවලම් භාවිතයෙන් පුහුණුවීම් කරති. ඔබේ කණ්ඩායමේ ස්වභාවය අනුව, එම සැලසුම් මෙම පාඨමාලාවෙන් පසුව ක්‍රියාත්මක කළ යුතු සැබෑ සැලසුම් හෝ 'පුහුණුවීම් සඳහා' කරන සැලසුම් විය හැකිය.

6 වැනි සැසිය

කතන්දර වලින් පෙළඹවීම - උපක්‍රම වලින් සවිබලගැන්වීම

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

6 සහ 7 වැනි සැසි පොදු ඉගෙනීමේ අරමුණු සහ එක් ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් සහිතව 'යුගල' කර ඇත.

මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කළ හැකි ආකාර බොහොමයක් ඇති අතර ඒවා උපක්‍රම 15 ක් මගින් සාරාංශ කළ හැකි ය. 6 සහ 7 වැනි සැසි මගින් මෙම උපක්‍රම මූලික මට්ටමකින් හඳුන්වා දෙයි. 6 වැනි සැසියට ඉදිරිපත් කිරීමක් ඇතුළත් වුවද, සිද්ධාන්තවලට වඩා, කතන්දර සහ අනෙක් ආවර්ජනය තුළින් දැනුම සහ පෙළඹවීම ලබා ගැනීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ.

මෙම සැසි මගින් උපක්‍රම එකක් හෝ දෙකක් පිළිබඳව ගැඹුරු දැනුමක් ලබා දෙනවා වෙනුවට, මිනිසුන්ට පරිවර්තනයක් සිදු කළ හැකි විවිධ ක්‍රම කෙරෙහි ඔවුන්ගේ ඇස් විවර කරයි. මෙම උපක්‍රම වලින් සමහරක් ඒවා ගැන වඩාත් ගැඹුරු දැනුමක් සපයා දෙන වෙනත් සම්පත් පිළිබඳ ඉඟි 155-158 වැනි පිටුවල දී ඇත.

උපක්‍රම 15 පිළිබඳ සමාලෝචනය

හදිසි උපක්‍රම: වළක්වා ගැනීම; නැවැත්වීම සහ බේරාගැනීම; උපකාර ඉල්ලා සිටීම සහ අනතුරු ඇඟවීම.

පරිවර්තන උපක්‍රම: විරෝධතා ව්‍යාපාර; උද්දේශනය; දිරිගැන්වීම් ලබාදීම; ප්‍රතික්ෂේප කිරීම

ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම: දැනුවත් කිරීම; සම්බන්ධවීම් ගොඩ නැගීම; කුසලතා ගොඩනැගීම; සම්බන්ධතා සහ ජාල ගොඩ නැගීම

සුව කිරීමේ උපක්‍රම: ද්‍රව්‍යමය හා මනෝ සමාජීය සහාය; උල්ලංඝනයවීම් ලේඛනගත කිරීම; ඉස්මතු කර පෙන්වීම සහ අනුස්මරණය කිරීම; යුක්තිය සහ වන්දි ඉල්ලා සිටීම;

සටහන

6 - 7 වැනි සැසිවල අන්තර්ගතය වඩාත් සවිබල වින්දිතයින් සඳහා වන මධ්‍යස්ථානය (Center for Victims of Torture) නැමති සංවිධානය මෙහෙයවන මානව හිමිකම්වල නව උපක්‍රම ව්‍යාපෘතිය (New Tactics in Human Rights Project) ව්‍යාපෘතිය මගින් සකස් කරන ලද ක්‍රමවේදීය උපක්‍රම රාමුවෙන් උපුටාගත් අනුචාදයක් භාවිතා කරයි. www.newtactics.org වෙබ් අඩවියෙන් ඔබට විශාල අදහස් ප්‍රමාණයක් ලබා දෙයි!

ඉගෙනීමේ අරමුණු

6 සහ 7 වැනි සැසි මගින් මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය සඳහා වූ උපක්‍රම පිළිබඳ දැනුම වර්ධනය කෙරෙහි අවධානය යොමු කෙරේ.

මෙම සැසි අවසානයේදී:

- සහභාගිවන්නන්ට මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය සඳහා භාවිතා කළ හැකි විවිධ උපක්‍රම කාණ්ඩ 4 ගැන සරළව පැහැදිලි කිරීමට සහ එක් එක් වර්ගයට අයත් ක්‍රියා සඳහා උදාහරණ ඉදිරිපත් කිරීමට හැකි වේ.
- සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ ප්‍රජාව තුළ මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීමට ඇති ආශාව ප්‍රකාශ කරයි
- සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා පුද්ගලයින් වශයෙන් ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග අවම වශයෙන් 5 ක් සහ ඔවුන් සම්බන්ධ වී සිටින කණ්ඩායම්/සංවිධානවලට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග 5 ක් හවුලේ හඳුනාගනියි.

සටහන

මෙම ඉගෙනීමේ අරමුණ සාක්ෂාත් කරගැනීම රඳා පවතින්නේ ඔබේ කණ්ඩායමේ ආරම්භක ස්ථානය අනුව බව මතක තබා ගන්න. මෙම ඉගෙනුම් අරමුණු ඇත්තේ සහභාගිවන්නන්ගේ දැනුම, ආකල්ප සහ ක්‍රියාමාර්ගවලට අදාළව ප්‍රගතිය අපේක්ෂා කළ හැකි අංශ මොනවාද යන්න පහසුකම් සලසන්නාට පෙන්නුම් කිරීමටයි. ඒ ප්‍රගතිය, එක් සැසියකින් සාක්ෂාත් කර ගත හැකි නොවන අතර, එය පාඨමාලාව තුළින් ක්‍රමයෙන් අත් කර ගැනීමට හැකිය.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



ආරම්භක අභ්‍යාසය: සමාජ පරිවර්තකයින් පිළිබඳ කතා - කුඩා සාකච්ඡා කණ්ඩායම් අනෙක් සැසි වලින් ලබා ගත් පෙළඹවීම සමගින් මෙම සැසිය ආරම්භ වෙයි. මි. 20

ආවර්ජන අභ්‍යාසය: බලා සිටින්නන් සහ සුඛ කරන්නන් අප අයුක්තිය දැකින සමහර අවස්ථාවල ඒ සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාත්මක වුවත් සමහර අවස්ථාවල ක්‍රියා නොකරන්නේ මන්ද යන්න ගැන සිතා බැලීමට ඉඩ සලසයි. මි. 25

නව පුද්ගල අභ්‍යාසය: මම කවුද? අප ට වෙනසක් කළ හැකි විවිධ සන්දර්භ පිළිබඳ සිතා බැලීමට ඉඩ සලසන විග්‍ර ඇදීමේ අභ්‍යාසයකි. මි. 15

ඉදිරිපත් කිරීම: උපක්‍රම හඳුන්වා දීම මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා වන උපක්‍රම වර්ග හතර (4) හඳුන්වා දීම පිණිස ගින්නක රූපයක් භාවිතා කරමින් සිදු කරන ප්‍රධාන ඉදිරිපත් කිරීමකි (හදිසි, පරිවර්තනය කිරීමේ, ගොඩනැගීමේ සහ සුඛ කිරීමේ උපක්‍රම). මි. 10

පූර්ණ කණ්ඩායම් ප්‍රතිපෝෂණය සමග කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: කථා කිරීමේ හදිසි උපක්‍රම සහභාගිවන්නන් 'හදිසි' උපක්‍රම සාකච්ඡා කර, ඔවුන්ගේ පසුබිම් තුළ ඒවා භාවිතා කළ හැකි ආකාර පිළිබඳව බුද්ධි කලම්බනය කරති. මි. 45

අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් 'සැසියෙහි විවිධ කොටස් අතර ඇති සම්බන්ධය පෙන්වා දෙයි. මි. 5

මුළු කාලය **පැය 2**

සූදානම් වෙන්න

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සූදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත්වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- සෑම සහභාගිවන්නෙකුටම එකක් බැගින් ලබා දීමට ප්‍රමාණවත් තරම් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි සහ වර්ණ ගැන්වීමේ පෑන්.
- පෙර සැසියේදී ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිවල සකස් කරන ලද, 'අපගේ හගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සිතියම'.
- 'ක්‍රියාකාරී අදහස්: හදිසි උපක්‍රම' යන මාතෘකාව සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි සහ ප්‍රමාණවත් තරම් පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි (ස්ටික් නෝට්ස්).
- උපක්‍රමවල සාරාංශය පෝස්ටරයෙහි සහ සියලුම හදිසි උපක්‍රම/කතන්දර පෝස්ටර්වල මුද්‍රිත පිටපත්.
- (විකල්ප වශයෙන්) ඔබ පවර්පොයින්ට් භාවිතා නොකරන්නේ නම්, අංක 2-10 දක්වා වූ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් වල ඇති සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතන්දර ඡායාරූප මුද්‍රණය කිරීමට ඔබට හැකිය.

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.

කාමරය සුදානම් කරන්න

මෙම සැසිය සඳහා, ඉදිරිපසට මුහුණලා සිටින අඩ කවයක හැඩයට පුටු තබා ආරම්භ කිරීම හොඳ අදහසක් වේ. සැසිය ආරම්භ වීමට පෙර 'ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස සිතියම' සහ 'ක්‍රියාකාරී අදහස්: හදිසි උපක්‍රම' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි ඩිප්තියේ අලවන්න.



'මම කවුද?'

“බලා සිටින්නා-සුවකරන්නා සහ මම කවුද’ අන්‍යාසය මිශ්‍ර හැඟීම් ජනිත කළා. අපි සමාජ මාධ්‍යවල ද ඇතුළුව කොපමණ අවස්ථාවල අසල බලා සිටින්නන් වී ඇත්දැයි වටහා ගැනීමේදී අපට දැකිය යුතුය. නමුත් අපිට යොදාගත හැකි සියලු ම ප්‍රත්‍යක්ෂ උපක්‍රම ගැන ඉගෙන ගැනීම මගින් අපට වෙනස් විය හැක්කේ කෙසේද සහ ප්‍රගාමී සමාජ පරිවර්තකයින් බවට පත්විය හැක්කේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව බොහෝ බලාපොරොත්තු ඇති වුණා. කණ්ඩායම තුළ උපක්‍රම භාවිතා කිරීම පිළිබඳ විශාල කැපවීමක් තිබුණා.”
උකොහා න්වොබියා, පහසුකම් සලසන්නා, නයිජීරියාව

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. ආරම්භක අභ්‍යාසය: සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා - කුඩා සාකච්ඡා කණ්ඩායම් මි. 20



කුඩා සාකච්ඡා කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

කතන්දර තුනක් කියවා පසුව ඒවා කුඩා කණ්ඩායම් තුළ සාකච්ඡා කරනු ලැබේ.

අරමුණ

පාඨමාලාවේ 2 වැනි කොටස සඳහා වන ක්‍රියාවලිය හඳුන්වා දීම සහ අන් අය විසින් සිදු කරන ලද සමාජ පරිවර්තක ක්‍රියා වලින් පෙළඹවීමක් ලැබ සැසිය සඳහා ධනාත්මක ආරම්භයක් ලබා දීම.

සම්පත්
1-10 දක්වා වූ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් හෝ ඒවායේ මුද්‍රිත පිටපත්.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 2

සැසිය වෙත සියලු දෙනා ම සාදරයෙන් පිළිගෙන පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

- මේ දක්වා පවත්වන ලද සැසිවලදී අප මානව හිමිකම් පිළිබඳවත්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස සඳහා ඇති අයිතිය පිළිබඳවත්, එම අයිතිය උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳවත් ඉගෙන ගෙන ඇත්තෙමු. එමෙන්ම, අපගේ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස උල්ලංඝනයවීම් කෙබඳු දැයි අප සිතියම් ගත කර ඇත්තෙමු.
- මෙතැන් සිට ඉදිරියට අප ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන්නෙමු! මෙම සැසියේදී සහ මිළඟ සැසියේදී අප මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි විවිධ ක්‍රම හෝ උපක්‍රම රාශියක් සොයා ගැනීමට සහ එම උපක්‍රම යොදා ගත හැක්කේ කෙසේ දැයි සිතා බැලීමට යන්නෙමු. අවසාන සැසි දෙකේදී අප ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන්නෙමු.
- තම ප්‍රජාවන් තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාසය දැරීමේ හිදහස සඳහා අයිතිය පිළිබඳ සමාජ පරිවර්තක සිදු කරන පුද්ගලයින්ගේ කථා තුනකට සවන් දී අප මෙම සැසිය ආරම්භ කරමු.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 16

- මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත්කිරීමෙහි අංක 3-10 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් හෝ එම ස්ලයිඩ්වල මුද්‍රිත පිටපත් භාවිතා කරමින් 124 -125 වැනි පිටුවල දී ඇති 'සමාජ පරිවර්තක' කතා තුන කියවන්න.
- සහභාගිවන්නන්ට තමන් අසලින් වාඩිවී සිටින අය සමඟ එක්ව තුන්දෙනා බැගින් වූ කණ්ඩායම් සෑදී සාකච්ඡා කරන මෙන් පවසන්න: වඩාත් ම ඔබගේ සිත් ගත් හෝ ඔබව පෙළඹවීමට ලක් කළ කතාව කුමක්ද සහ ඒ ඇයි?

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 2

කතාවල විස්තර කර ඇති තත්ත්වයන් අපගේ තත්වයට වඩා බෙහෙවින් වෙනස් වුවත්, එම පුද්ගලයින් ගත් ක්‍රියාමාර්ග අප කළ යුතු දෙයට අදාළ දේ නොවුණත්, මෙම නිර්මාණශීලී හා නිර්භීත සමාජ පරිවර්තකයින් සමාජ පරිවර්තනය යනු කළ හැකි සහ කිරීමට වෙහෙසීමට තරම් වටිනා දෙයක් ය යන්න විශ්වාස කිරීමටත්, එමෙන්ම, කෙතරම් කුඩා වුවත් සෑම කෙනෙකුටම සමාජ පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම සඳහා යම් දෙයක් කළ හැකි යැයි විශ්වාස කිරීමට අපව පෙළඹවීමටත් හේතු වනු ඇතැයි අපි බලාපොරොත්තු වෙනවා යනුවෙන් පවසමින් අභ්‍යාසය අවසන් කරන්න.

2. ආවර්ජන අභ්‍යාසය: බලාසිටින්නන් සහ සුළු කරන්නන් මි. 25



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

සහභාගිවන්නෝ අයුක්තිය නැවැත්වීමට ඔවුන් මැදිහත් වූ අවස්ථා (කෙතරම් කුඩා වුවත්) සහ ඔවුන් කිසිවක් නොකළ අවස්ථා සිහිපත් කරමින්, ක්‍රියා කිරීම සඳහා අපව යොමුකරවීමට වැඩි ඉඩක් ඇති සාධක ගැන සාකච්ඡා කරති.

අරමුණ

අභ්‍යාසයේ අරමුණ වන්නේ:

- අප සෑම කෙනෙක්ම කවර හෝ අවස්ථාවක යම් අසාධාරණයක් දුටු විට කුඩා ආකාරයකින් හෝ (හිතඬුව සිටීමෙන්) 'බලා සිටින්නෙක්' ලෙස සහ (අපගේ හෝ වෙනත් අයෙකුගේ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් හැඟී සිටීමෙන්) යම් 'සුව කරන්නෙක්' ලෙස යන දෙයාකාරයෙන් ම කටයුතු කර ඇති බව හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කිරීම.
- අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට අදාළව වඩාත් ක්‍රියාකාරී 'සුව කරන්නන්' බවට පත්වීම සඳහා හිතාමතාම සිදු කළ හැකි තෝරා ගැනීම් සහ ගත හැකි පියවර හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාර කිරීම.

සම්පත්

- සහභාගිවන්නෙකුට එක බැගින් A4 කඩදැසි.
- සහභාගිවන්නෙකුට එකක් හෝ දෙකක් බැගින් ලැබෙන සේ සාමාන්‍ය පෑන් හෝ පෑන්සල් ප්‍රමාණවත් තරම්.
- ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි/වයිට්බෝඩ් සහ මාර්කර් පෑන්.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 2

හිස් A4 කඩදැසිය බැගින් ලබා දී එය දෙකට නවත්නට කියන්න. කඩදැසියේ එක් අර්ධයක 'බලාසිටින්නා' යනුවෙන් ද අනෙක් අර්ධයේ 'සුවකරන්නා' යනුවෙන් ද ලියන මෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

පහත කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

- අපි දැන් සමාජ පරිවර්තන සිදු කිරීම සම්බන්ධයෙන් අපට තිබෙන අත්දැකීම් ගැන සිතන්නට උපකාරී වන අභ්‍යාසයක් කිරීමටයි යන්නේ.
- බලාසිටින්නෙක් කියන්නේ යම් අසාධාරණයක් සිදු වන බව දැනුවත් - උදාහරණයක් ලෙස පුද්ගලයෙක් හෝ නිලධාරියෙක් මිනිසුන්ට හරක ලෙස සලකන විට - කිසිවක් නොකර හිතඬුව සිටින අයෙක්.
- සුවකරන්නෙක් කියන්නේ අසාධාරණයකින් පීඩාවට පත් වූ පුද්ගලයෙකුට හෝ පුද්ගලයින්ට සහාය වීම සඳහා කතා කරන හෝ ක්‍රියා කරන අයෙක්.
- අප සියලු දෙනාම විවිධ අවස්ථාවල මෙම භූමිකා දෙකම ඉටු කර ඇති බව අවධාරණය කරන්න.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 20

- **ලිවීම සහ ඇඳීම (මි. 5)**
තමන් මෙම භූමිකා නිරූපණය කළ අවස්ථාවක් සඳහා උදාහරණයක් තම කඩදැසියේ ලියන හෝ අඳින ලෙස සෑම සහභාගිවන්නෙකුගෙන් ම ඉල්ලා සිටින්න. මෙය චිද්‍රේඛා පිළිබඳව තත්වයක් විය හැකිය. උදාහරණයක් ලෙස, තම පන්තියේ මිතුරෙකුට හිරිහැර කරනු දුටු විට උපකාර ඉල්ලා සිටී අවස්ථාවක් හෝ තම පවුලේ සාමාජිකයෙකුට හෝ සගයෙකුට අයුතු ලෙස සලකනු ලැබූ විට වියට වීරුද්ධව කටා කළ අවස්ථාවක් විය හැකිය. හැර නොහැර, යම් හේතුවක් හිසා වුවහොත් අවස්ථාවක උපකාර ඉල්ලා නොසිටී හෝ කතා නොකර, බලා සිටින්නෙක් වූ අවස්ථාවක් විය හැකිය.
- **පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව (මි. 15)**
සෑම අයෙක් ම යම් යම් අවස්ථාවලදී මෙම භූමිකා දෙකම ඉටු කර ඇති බව අවධාරණය කරමින් ආරම්භ කරන්න. ඉන් පසුව තමන් 'බලාසිටින්නෙක්' හෝ 'සුවකරන්නෙක්' වූ අවස්ථා පිළිබඳ උදාහරණ ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත් කරන ලෙසට කිහිප දෙනෙකුගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එම සිදුවීම් පිළිබඳව සාකච්ඡා කිරීම මෙම අභ්‍යාසයේ අරමුණ නොවන හෙයින් ඒ පිළිබඳව සාකච්ඡා නොකරන්න. ඔවුන්ගේ අත්දැකීම් පිළිගැනීම පමණක් සිදු කරන්න.
ඉන්පසු කණ්ඩායමෙන් පහත සඳහන් ප්‍රශ්න විමසන්න:
 - මෙම අභ්‍යාසය සිදු කිරීම ඔබට දැනුණේ කෙසේද?
 - ඔබ සමහර අවස්ථාවල ක්‍රියාමාර්ග ගත්තේ සහ සමහර අවස්ථාවල ක්‍රියාමාර්ග යක් නොගත්තේ ඇයි? එම වෙනසට හේතුව කුමක්ද?
 - මෙවැනි ගැටළුවකදී, බලාසිටින්නෙකුගේ සිට අපගේ සහ අන් අයගේ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් හැඟී සිටින්නෙක් බවට මාරු වීම සඳහා ඔබට උපකාර වනු ඇත්තේ කුමක්ද?
ඔවුන්ගේ පිළිතුරු ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක හෝ/වයිට්බෝඩ් එකක ලියන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

- අවසාන ප්‍රශ්නයට සහභාගිවන්නන් ලබාදුන් පිළිතුරුවලින් පහත සඳහන් කරුණු උකහා ගැනීමට උත්සාහ කරන්න, නැතහොත් එම කරුණුවලට අදාළ ප්‍රශ්න උපයෝගී කරගනිමින් මෙම පිළිතුරු ලබා දීමට ඔවුන්ව පොළඹවන්න:
- වින්දිතයා සමග සම්බන්ධතාවක් හෝ ඔවුන් කෙරෙහි අනුකම්පාවක් ඇති වූ විට ක්‍රියා කිරීම සඳහා අපට වැඩි පෙළඹීමක් තිබේ.
 - අප තනිවම නොසිටින විට, විශේෂයෙන් ම අප සංවිධානාත්මක කණ්ඩායමක කොටසක් වශයෙන් කටයුතු කිරීමේදී අප වඩාත් විශ්වාසයෙන් යුතුව කටයුතු කරන්නෙමු.
 - මාතෘකාව සහ 'ක්‍රමය' පිළිබඳව - එනම් නීතිරීති මොනවාද සහ පැමිණිලි කළ යුත්තේ කාටද හෝ උදව් ඉල්ලා සිටිය යුත්තේ කාගෙන්ද යන්න පිළිබඳව අපට දැනුමක් තිබේ නම් අප වඩාත් විශ්වාසයෙන් සිටින්නෙමු.
 - අප සූදානම්ව සිටින්නේ නම් - එනම් අප අදාළ තත්වයෙහි ප්‍රතිඵල පිළිබඳව සිතා තිබුණේ නම්, අප ක්‍රියා කළ යුත්තේ කෙසේද යන්න කල් ඇතිව සැලසුම් කර තිබුණේ නම්, හෝ අප මීට පෙර එය කර තිබුණේ නම් - වඩාත් විශ්වාසයෙන් සිටින්නට නැඹුරු වෙමු. භූමිකා රංගන මේවා පුහුණු වීමේ සාර්ථක ක්‍රමයක් විය හැකිය!

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 3

පහත සඳහන් කරුණු ඉස්මතු කරමින් සාකච්ඡාව අවසන් කරන්න:

- අපට බලාසිටින්නන් වීම වෙනුවට සුවකරන්නන් වීමට සවිඥානික තීරණ ගත හැකියි. උදාහරණයක් ලෙස, අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලට ගොදුරු වන පුද්ගලයින් සමග සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම, කණ්ඩායම් වශයෙන් සංවිධානය වීම, අපට අවශ්‍ය තොරතුරු සෙවීම සහ එකට එක්ව ක්‍රියා කිරීමට අවශ්‍ය ආකාරය සැලසුම් කිරීම මගින්.
- අපට සෑමවිටම ක්‍රියා කිරීමට නොහැකි වනු ඇත - එය සෑමවිටම ආරක්ෂිත හෝ ඵලදායී ද නොවේ! නමුත් අප සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම, එකට වැඩ කිරීම යනාදියෙහි යෙදුනහොත් අප ක්‍රියාත්මකවීමට පෙළඹීමටත්, එම ක්‍රියා වඩාත් ඵලදායී වීමටත් බොහෝ සෙයින් ඉඩ ඇත.
- අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි වෙත අවධානය යොමු කරන්න. ඔවුන් හඳුනා ගත් ගැටලුවලින් කුමන ගැටළුව සඳහා සුව කරන්නෙකුවීමට ඔවුන් කැමති දැයි නිහඬව සිතා බලන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. (ඔවුන්ට සිතීමට මොහොතක් ඉඩ දෙන්න, නමුත් ප්‍රතිචාර ඉදිරිපත් කරන ලෙස ඉල්ලා නොසිටින්න.)
- ඉදිරි සැසිවලදී, මෙම ගැටලු සම්බන්ධයෙන් බලාසිටින්නන් වීමේ සිට සුව කරන්නෙක් බවට පත්වෙන්නේ කෙසේද යන්න ගැන අප සිතා බලන්නෙමු.

3. විනු ඇඳීමේ අභ්‍යාස: මම කවුද? මි. 15

සටහන

මෙම අභ්‍යාසය විනෝදජනක වන අතර එයින් වැදගත් කරුණක් අවධාරණය කරයි; එහෙත් සැසියේ ක්‍රියාවලියට එය අභ්‍යාවශ්‍ය නොවේ. ඔබට මෙම අභ්‍යාස කපා හැර වෙනත් අභ්‍යාස සඳහා වැඩි කාලයක් ලබා දීමට හැකිය.



තනි පුද්ගල අභ්‍යාසය

විස්තරය සහ අරමුණ

සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ පුද්ගලික හා වෘත්තීයමය ජාල ඇඳීමෙන් තමන්ට වෙනසක් කළ හැක්කේ 'කොතැනකදීද' යන්න හඳුනා ගනිති.

සම්පත්

ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි සහ පෑන්.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 1

සෑම කෙනෙකුටම ශ්‍රී ලිපි වාර්ථි කඩදාසියක් සහ එම කඩදාසි වල ලිවීමට ගන්නා පෑනක්/වර්ණ පෑනක් බැගින් ලබා දෙන්න.

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

අප සියලු දෙනාම අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ, උදාහරණ වශයෙන් අපගේ පවුල, සේවා ස්ථානය හෝ ආගමික ප්‍රජාව තුළ සහ අපගේ මිතුරන් හා ඇසුරු කරන්නන් අතර බොහෝ සබඳතා ඇති සහ විවිධ භූමිකා ඉටු කරන, එම ප්‍රජාවන්හි කොටසක් වෙමු.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 10

පහත කරුණු පැහැදිලි කරන්න:

අප දැන් අපගේ පුද්ගලික ජාල ඇඳීමට උත්සාහ කරමු. කඩදාසිය මධ්‍යයෙහි ඔබව අඳින්න. පසුව කඩදාසියේ විවිධ කොටස් වල ඔබගේ ජාල අඳින්න. එම ජාල පහත සඳහන් ඒවා විය හැකියි:

- පවුල සහ මිතුරන්.
- ඔබේ සේවා ස්ථානය සහ සගයන්/පාසල් සහ පාසලේ මිතුරන්.
- ඔබේ ආගමික ප්‍රජාව සහ ඔබ අයත් අනෙකුත් ප්‍රජා කණ්ඩායම් - සමහර විට ක්‍රීඩා කණ්ඩායමක් වැනි විනෝදාංශයක් හරහා හෝ කාන්තා කණ්ඩායමක් වැනි. ඒවා විධිමත් කණ්ඩායම් හෝ අවිධිමත් ජාල විය හැකියි.
- සමාජ මාධ්‍යවල ඔබේ ජාලය.

ඔබ හඳුනා ගන්නා සෑම කණ්ඩායමක් හෝ ජාලයක් සඳහා ම එම පසුබිම තුළ ආගම ඇඳෙන්නේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ඔබට කළ හැකි කාර්යභාරය ගැන සිතන්න. මේ සඳහා ඔබට මිනිත්තු 10 ක් ඇත.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 4

රවුමක් සෑදෙන සේ සිටගෙන තමන්ගේ චිත්‍රය ඉහළට ඔසවා අල්ලාගෙන සිටින ලෙස සෑම අයෙකුටම පවසන්න. එම පින්තූර කෙතරම් හරවත් ද හා සිත්ගන්නාසුළු ද යන්න - සහ ඒවා අප අපගේ ජීවිතයේ සිදු කරන විවිධ කාර්යයන් නිරූපණය කරන ආකාරය ගැන අදහස් දක්වන්න.

පහත සඳහන් කරුණු ඉදිරිපත් කරන්න:

- අප හඳුනා ගත් විවිධ පසුබිම් තුළ අපට බලාසිටින්නෙකු හෝ ප්‍රගාමී සුව කරන්නෙකු වීමේ භූමිකාව ඉටු කළ හැකිය. මෙම ජාල සහ කණ්ඩායම් තුළ සහ ඒ හරහා අපට ආගම ඇඳෙන්නේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කරන සම්පතක් විය හැකිය.
- පාඨමාලාවේ ඉතිරි කොටස්වලදී ඔබ අසන සහ සිදු කරන සෑම දෙයකදී ම කරුණාකර ප්‍රශ්න 3 ක් ගැන සිතන්න. (අංක 12 ස්ලයිඩය හෝ එම ප්‍රශ්න ම සඳහන් කර ඇති ශ්‍රී ලිපි වාර්ථි කඩදාසිය ප්‍රදර්ශනය කරන්න.)
 - මට කුමක් කළ හැකිද? දෙමව්පියෙකු, දරුවෙකු, මිතුරෙකු හෝ අසල්වැසියෙකු ලෙස මගේ භූමිකාව තුළ මට ක්‍රියාමාර්ග ගත හැකිද? රැකියාවේදී මගේ භූමිකාව තුළ හෝ මගේ පෞද්ගලික ජීවිතයේ මට හිමි භූමිකාව තුළ - උදාහරණයක් ලෙස මගේ ආගමික ප්‍රජාව තුළ - මට කුමක් කළ හැකිද?
 - අපට කුමක් කළ හැකිද? අප සංවිධානය වී එකට කටයුතු කළ හොත්, උදාහරණයක් ලෙස, මගේ ආගමික ප්‍රජාවට, තරුණ කණ්ඩායමට හෝ සේවා ස්ථානයේ කණ්ඩායමට මුල පිරීමක් කළ හැකිද?
 - අපට අනෙක් පුද්ගලයින්ව/සංවිධාන කුමක් කිරීමට දිරිමත් කළ හැකිද? අපට කළ නොහැකි, එහෙත් අනෙක් අයට කළහැකි දේ තිබේ. සමහරවිට වෙනත් ආගමික ප්‍රජාවකට හෝ ප්‍රාදේශීය පාසල් ප්‍රධානියෙකුට කළ හැකි දේ තිබේ. ක්‍රියා කිරීමට අප ට දිරිගැන්විය හැක්කේ කවද?

4. ඉදිරිපත් කිරීම: උපක්‍රම හැඳින්වීම මි. 10

විස්තරය සහ අරමුණ

මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා භාවිතා කළ හැකි උපක්‍රම 4 ක් හඳුන්වා දෙමින්, සහභාගිවන්නන්ට මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා කටයුතු කළ හැකි ප්‍රායෝගික ක්‍රම පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම මෙම ඉදිරිපත් කිරීමේ අරමුණයි.



ඉදිරිපත් කිරීම

සම්පත්

- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටයුතු පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 121 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
- එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 13 - 24 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කටීකරණයේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
- මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමග සපයා ඇත.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වන්න. කටයුතු පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (හැත හොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

ඉගිය! ඔවුන්ගේ ප්‍රශ්න ඇසීමට/අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

5. සාකච්ඡා අභ්‍යාසය - කථා කිරීමේ හදිසි උපක්‍රම මි. 45

විස්තරය සහ අරමුණ

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳුනස ආශ්‍රිත ගැටලු විසඳීමට මිනිසුන් හදිසි උපක්‍රම භාවිතා කරන ආකාරය පිළිබඳ ප්‍රායෝගික උදාහරණ දෙස බැලීම තුළින් සහභාගිවන්නන් හදිසි උපක්‍රම ගැන ඉගෙන ගන්නා කණ්ඩායම් සාකච්ඡා අභ්‍යාසයකි. එම උපක්‍රම පිළිබඳව ආවර්ජනය කරමින්, තම ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳුනස ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ඒවා භාවිතා කළ හැකි ආකාරය පිළිබඳ අදහස් බුද්ධි කලම්බනය කරමින්, සහභාගිවන්නෝ තම දැනුම හා ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමේ කුසලතා සංවර්ධනය කර ගනිති.



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

සම්පත්

- සියලුම හදිසි උපක්‍රම පෝස්ටර්වල මුද්‍රිත පිටපතක්.
- පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි සහ පෑන්.
- 'ක්‍රියාමාර්ග සඳහා අදහස්: හදිසි උපක්‍රම' යන මාතෘකාව ලියන ලද ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 4

පහත කරුණු ඉදිරිපත් කරන්න:

- මෙම සැසියේ ඉතිරි කොටස්වලදී අපි හදිසි උපක්‍රම කෙරෙහි අවධානය යොමු කර, අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ පවතින ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳුනස සම්බන්ධ ගැටලු විසඳීමට ඒවා භාවිතා කළ හැකි දැයි සිතා බලමු. ඊළඟ සැසියේදී අපි වෙනත් උපක්‍රම දෙස බලනවා.
- මෙම අභ්‍යාසය තුළින් අපි හදිසි උපක්‍රම ගැන ඉගෙන ගැනීමට මෙන්ම අපගේ ප්‍රජාව තුළ ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා හැකිතරම් අදහස් බුද්ධි කලම්බනය කර බැලීමටත් යන්නෙමු. මට කුමක් කළ හැකිද, අපට කුමක් කළ හැකිද, සහ අපට අන් අයව කුමක් කිරීමට දිරිමත් කළ හැකිද? යනාදිය ගැන අපි සිතා බලනවා.
- නමුත් මෙය ආරම්භ කිරීමට පෙර, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳුනස සම්බන්ධ හදිසි අවස්ථාවක් කියන්නේ කුමක්දැයි සිහිපත් කර ගනිමු. යම් හිඳුනක තැනක යම් හිඳුනක පුද්ගලයෙකුට හිඳුනක මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය වීමක් සිදු වන විට හෝ සිදු වීමට ආසන්න විට හදිසි උපක්‍රම භාවිතා කරනවා. එනිසා, මෙම උපක්‍රම යොදා ගනිමින් උත්සාහ කරන්නේ කුමන ආකාරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිඳුනස උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳව කටයුතු කරන්නට ද?

- පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 24 පෙන්වා පහත සඳහන් උදාහරණ කියවන්න:
 - නිරිතර කිරීම - උදාහරණයක් ලෙස සුළුතර කණ්ඩායම්වල කාන්තාවන්ට විදියේදී නිරිතර කිරීම
 - වෛරී කථනය (මාර්ගගතව හෝ පුද්ගලිකව)
 - දේපළ විනාශ කිරීම් හෝ පහරදීම් වැනි වෛරී අපරාධ
 - ආගමික සිද්ධස්ථානවලට පහර දීම
 - වාර්ගික ප්‍රචණ්ඩත්වය
 - අන්තනෝමතික අත්අඩංගුවට ගැනීම්

අහසය සිදු කරන ආකාරය මි. 40

- **සාකච්ඡා කණ්ඩායම් (මි. 20)**
 - සහභාගිවන්නන් කණ්ඩායම් තුනකට බෙදන්න.
 - හදිසි උපක්‍රම තුනක් ඇත: වළක්වා ගැනීම - නැවැත්වීම සහ බේරාගැනීම - සහ උපකාර ඉල්ලා සිටීම/අනතුරු ඇඟවීම. එක් කණ්ඩායමක් මෙම එක් උපක්‍රමයක් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරන බව පැහැදිලි කරන්න.
 - සෑම කණ්ඩායමකටම පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි (ස්ටික් නෝට්ස්) සහ පෑන්, අදාළ උපක්‍රම දැක්වෙන පෝස්ටරය සහ ඒ සමග ලබා දෙන කතන්දර පෝස්ටර්, සහ ඔවුන්ගේ උපක්‍රමයට අදාළ සාකච්ඡා ප්‍රශ්න සහිත අත් පත්‍රිකාව ලබා දෙන්න.
 - කණ්ඩායම්වලට පහත උපදෙස් ලබා දෙන්න: පෝස්ටර් වල සඳහන් පාඨය කියවන්න. ඉන්පසු අත් පත්‍රිකාවේ ඇති ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කරන්න. මෙහි කොටසක් ලෙස ඔබ මෙම උපක්‍රමය භාවිතා කිරීම සඳහා වන අදහස් බුද්ධි කලම්බනය කරනු ඇත - ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා වන ඔබේ අදහස් සටහන් කඩදාසියක ලියන්න. ඔබට සාකච්ඡාව සඳහා මිනිත්තු 20 ක් ඇත.

- **පූර්ණ කණ්ඩායම් ප්‍රතිපෝෂණය (මි. 20)**

සෑම කණ්ඩායමකටම ඔවුන් විමසා බැලූ උපක්‍රමය සහ ඔවුන්ගේ ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳ අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට මිනිත්තු 5 ක් දක්වා කාලයක් දෙන්න. ඔවුන්ගේ ක්‍රියාමාර්ග අදහස් 'ක්‍රියාමාර්ග සඳහා අදහස්: හදිසි ක්‍රියාමාර්ග' නැමති මාතෘකාව සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය මත අලවන්න.

ඒවා ඉදිරිපත් කිරීමෙන් අනතුරුව, පහත සඳහන් ප්‍රශ්න සාකච්ඡා කිරීම සඳහා සාකච්ඡාව විවෘත කරන්න.

 - සෙසු කණ්ඩායම් වලට සවන් දීමෙන් පසුව, හදිසි අවස්ථා හසුරුවා ගැනීමේ ක්‍රම පිළිබඳව කිසිවෙකුට තවදුරටත් අදහස් තිබේද?
 - අදහස් ගැන සිතීම අපහසු වූයේද?
 - ඔබ වඩාත්ම කැමති කුමන අදහස් වලටද?

අහසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 1
 කණ්ඩායම ඉදිරිපත් කරන ඕනෑම අදහසක් පැසසීමට ලක් කරමින්, විශේෂයෙන්ම, පියවර ගැනීම අවදානම් හෝ අනතුරුදායක විය හැකි අවස්ථාවලදී ගතහැකි හදිසි උපක්‍රම පිළිබඳව සිතීම දුෂ්කර කාර්යයක් බව පිළිගැනීමට ලක්කරමින් ඔවුන්ව දිරිමත් කරන්න.

6. අවසාන අදහස් දැක්වීම් මි. 5

26-28 ස්ලයිඩ් පෙන්වමින් පහත දැක්වෙන අදහස් හුවමාරු කර ගනිමින් සැසිය අවසන් කරන්න:

- කලින් සැසියේදී අප බලාසිටින්නන් විමේ සිට සුව කරන්නන් බවට පත්වීම දක්වා යා යුතු ක්‍රම ගැන කතා කළා. සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම, එකට වැඩ කිරීම, තොරතුරු සෙවීම සහ සැලසුම් කිරීම සහ සුදානම්වීම ගැන කතා කළා.
- හදිසි උපක්‍රම සම්බන්ධයෙන් සිතා බැලීමේ දී, අපි සාකච්ඡා කරමින් සිටි ආකාරයේ ප්‍රශ්න ඇසීම මෙයට ඇතුළත්. උදාහරණ වශයෙන්:
 - ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ හිදහස සම්බන්ධ හදිසි අවස්ථාවලින් බලපෑමට ලක් විය හැක්කේ කවුරුන්ද, කොහේදීද සහ කවර අවස්ථාවකදීද යන්න හඳුනා ගැනීම.
 - මෙම හදිසි අවස්ථා සිදුවීමට පෙර අපට ඒවාට ප්‍රතිචාර දැක්විය හැක්කේ කෙසේ දැයි සිතා බැලීම. උදාහරණයක් ලෙස: සමාජ මාධ්‍ය තුළ වෛරී ප්‍රකාශ දුටු විට හෝ විදියේදී නිරිතර කිරීම දුටු විට මම පෞද්ගලිකව කෙසේ ක්‍රියා කළ යුතුද? නැතහොත්, එකට එක්ව සැලසුම් කරන, සුදානම් වන සහ ක්‍රියා කරන කණ්ඩායමක කොටසක් ලෙස වඩාත් සංවිධිත, ක්‍රියාකාරී ප්‍රතිචාරයක් සකස් කිරීමට මට අවශ්‍යද?
 - ප්‍රතිචාර දැක්වීමට හැකිවීම සඳහා අවශ්‍ය කරන සියලු තොරතුරු සහ සම්බන්ධතා අප සතුව තිබේ දැයි පරීක්ෂා කිරීම.
 - අප ආරක්ෂිතව සිටින බව සහ තත්වය වඩාත් හරක අතට හැරීම සිදු නොවන බව සහතික කර ගැනීම සඳහා අවදානම් තක්සේරු කිරීම.



කෙටි කතාබහ

- අපට භාවිතා කිරීමට අවශ්‍ය වන්නේ හදිසි උපක්‍රම නොවීමට ඉඩ ඇත. උදාහරණයක් ලෙස, දැනුවත් කිරීම හෝ පරිවර්තන සඳහා කටයුතු කිරීම වඩාත් සුදුසු විය හැකිය. සෑම දෙයක් ම කිරීමට කිසිවෙකුට නොහැකිය, කිසිවෙක් වියට උත්සාහ කිරීම ද නොකළ යුතුය!
- ඊළඟ සැසියේදී, අපි පරිවර්තනය කිරීමේ උපක්‍රම, ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම සහ සුව කිරීමේ උපක්‍රම සඳහා අදහස් පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීමට සහ ඒවා බුද්ධි කලමිඳනය කිරීමට සුදානම්ව සිටීමු. ක්‍රියාමාර්ග සඳහා අදහස් හැකි තාක් වැඩි ප්‍රමාණයක් විකතු කර ගැනීමට අපි බලාපොරොත්තු වන්නෙමු!
- පසුව, පාඨමාලාවේ අවසාන සැසි දෙකේදී, අපට ඇත්ත වශයෙන්ම විසඳා ගැනීමට අවශ්‍ය ගැටලු මොනවාද සහ අපි හඳුනා ගත් ක්‍රියාමාර්ග වලින් අපට භාවිතා කිරීම සඳහා වඩාත් ඵලදායී හා ප්‍රායෝගික වන්නේ කවර ඒවා දැයි සිතමින් කරුණු සම්පිණ්ඩනය කිරීමට පටන් ගනිමු.
- ක්‍රියාකාරීව සහභාගී වීම වෙනුවෙන් සියලු දෙනාට ස්තූති කරමින් සැසිය අවසන් කරන්න.

මූලාශ්‍ර

බලාසිටින්නන් සහ සුවකරන්නන්: මිහසෝටා විශ්වවිද්‍යාලයේ මානව හිමිකම් සම්පත් මධ්‍යස්ථානයේ Kristi Rudelius-Palmer විසින් සම්පාදනය කරන ලද Human Rights Education Handbook. https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Human_rights_education_handbook.pdf

උපක්‍රම හඳුන්වාදීම/ කටා කිරීමේ හදිසි උපක්‍රම: මුල් ඉදිරිපත් කිරීම සහ අභ්‍යාසය New Tactics in Human Rights Project හි අනුවර්තනයකි www.newtactics.org

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කටයුතු පිටපත

මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා උපක්‍රම

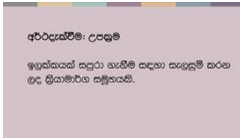
6 වැනි සැසියේ ඉදිරිපත් කිරීමට අදාළ මෙම සටහන් මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 13 සිට 24 දක්වා වන ස්ලයිඩ් මගින් නිරූපණය වේ.

හැඳින්වීම



මෙම සැසියේ දී සහ පෙර සැසි වලදී, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා තමන්ගේ ප්‍රජාව තුළ යහපත් වාතාවරණයක් ඇති කර ගැනීම සඳහා විවිධ පුද්ගලයින් විවිධ දේ කිරීමට උත්සාහ දැරීම පිළිබඳ කතන්දර අපි අසා තිබෙනවා. එමෙන් ම, අපගේ ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධයෙන් ඇති ගැටලු පිළිබඳව ද අපි සිහිපත් කර ගෙන තිබෙනවා (අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස නිරූපණය කරන ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි වෙත අවධානය යොමු කරන්න).

අපි දැන් ප්‍රජා මට්ටමින් මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීමට සහ ආරක්ෂා කිරීමට භාවිතා කළ හැකි විවිධ උපක්‍රම ගැන ඉගෙන ගැනීමටයි සුදානම් වෙන්නේ. අපගේ ප්‍රජාව තුළ අපි හඳුනාගෙන ඇති ගැටලු විසඳීම සඳහා අපට මෙම උපක්‍රම භාවිතා කළ හැක්කේ කෙසේද යන්න ගැන අපි දැන් සිතා බලමු.



ඉතින්, අපි 'උපක්‍රම' යන්නෙන් අදහස් කරන්නේ කුමක් දැයි බලමු. උපක්‍රම අර්ථ දැක්වෙන්නේ 'ඉලක්කයක් සපුරා ගැනීම සඳහා සිදු කරනු ලබන සැලසුම් සහගත ක්‍රියාමාර්ග සමූහයක්' ලෙස යි.



මානව හිමිකම් ක්‍රියාකාරකම් සඳහා විවිධ උපක්‍රම වර්ග හතරක් තිබෙනවා. මෙම උපක්‍රම වර්ග හතර පැහැදිලි කිරීමට උපකාරී වීම සඳහා අපට මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් නිරූපණය කිරීමේ උපමාවක් ලෙස 'ගින්න' ගැන සිතිය හැකියි. එය අපි සිරුර උණුසුම් කර ගැනීම සඳහා අසලින් වාඩි වී සිටිය හැකි ප්‍රසන්න ගින්නක් නොව, හයානක, පාලනය කළ නොහැකි ගින්නක්. මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් වලින් මෙන් ම, ගින්නෙන් ද මිනිසුන්ට හානි සිදු වෙනවා – ඒවා මිනිසුන්ට කම්පනය, තුවාල හා මරණය ගෙන දෙන අතර, දේපළ හා ඉඩම් ද විනාශ කරනවා.

ඉතින් අපි කොහොමද ගිනි නවත්වන්නේ? අපි වර්ග හතරකට අයත් ක්‍රියාමාර්ග ගන්නවා:

1. හදිසි උපක්‍රම



හදිසි උපක්‍රම යනු ගින්න ආරම්භ වීමට පෙර නැවැත්වීම, ගින්න නිවා දැමීම සහ මිනිසුන් බේරා ගැනීමයි.

ළමයෙක් ගිනිකුරු සමග සෙල්ලම් කරමින් සිටිනවා ඔබ දුටුව හොත් ඔබ කරන්නේ කුමක්ද? ඔබ ගින්න නිවා දමා ගිනිකුරු ටික ඉවත් කරනවා! ගින්නක් ආරම්භ වීම වළක්වා ගැනීමට ඔබ උත්සාහ කරනවා.

ඔබ ප්‍රමාද වී, කුඩා ගින්නක් ඒ වන විටත් ආරම්භ වී තිබුණේ නම්, ඔබ ගිනි නිවන උපකරණයක් හෝ වතුර බාල්දියක් ගෙන එය නිවා දැමීමට උත්සාහ කරනවා. ගින්න නැවැත්වීම මගින් ඔබ අවදානමට ලක්ව ඇති පුද්ගලයින් සහ දේපළ ආරක්ෂා කිරීමට උත්සාහ කරනවා. එහෙත් ගින්න ඉතා විශාල නම්, ඔබ ගිනි නිවන හමුදාවේ උපකාර ඉල්ලා සිටීමත් මිනිසුන්ට එතනින් ඉවත් වන ලෙස අනතුරු අඟවනවා.

මානව හිමිකම් සඳහා තිබෙන හදිසි උපක්‍රමත් මේ හා සමානයි! විශේෂිත පුද්ගලයින්ට, විශේෂිත ස්ථානවල දී සිදුවීමට යන හෝ සිදු වෙමින් පවතින මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සඳහා අපි හදිසි උපක්‍රම භාවිතා කරනවා. උල්ලංඝනයවීමක් වළක්වා ගැනීමට හෝ නැවැත්වීමට සහ මිනිසුන් බේරා ගැනීමට සෘජුව ම මැදිහත් වීම, එසේත් නැති නම්, උදව් ඉල්ලා සිටීම සහ අවදානමට මුහුණ දී සිටින පුද්ගලයින්ට අනතුරු ඇඟවීම යන දෙක ම ඉන් අදහස් වෙනවා.



ඒ අනුව, හදිසි අවස්ථා උපක්‍රම භාවිතා කරන්නේ කුමන ආකාරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) උල්ලංඝනය වී සඳහා ද? හිරිහැර කිරීම, වෛරී ප්‍රකාශ සිදු කිරීම, පහරදීම්, දේපළ විනාශ කිරීම, ආගමික ස්ථානවලට පහර දීම, වාර්ගික නිංසනය සහ අන්තන්‍යෝමිතික අත්අඩංගුවට ගැනීම් යන සියල්ල නිශ්චිත පුද්ගලයන්ට හෝ කණ්ඩායම් වලට නිශ්චිත ස්ථානවලදී නිශ්චිත වේලාවක සිදු විය හැකි උල්ලංඝනය වීම වලට උදාහරණ වෙතවා.

හදිසි උපක්‍රම මගින් මෙවැනි හදිසි සිදුවීම්වලට ප්‍රතිචාර දැක්වීමට හම්, අපි චිවැහි හදිසි සිදුවීම්වලට සූදානම්ව සිටිය යුතුයි - කුමක් කළ යුතු දැයි දැන සිටිය යුතුයි. මිනිසුන් ගිනි නිවන හමුදාවේ අංකය දැන සිටින ආකාරයෙන් ම, හෝ ගිනි නිවන උපකරණයක් භාවිතා කිරීමට ඉගෙන ගන්නා ආකාරයට ම, මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය වී සිදු වන විට ඒවා වළක්වා ගැනීමට, නැවැත්වීමට සහ උපකාර ඉල්ලා සිටීමට ද අපි ඉගෙන ගත යුතුයි.

2. පරිවර්තන උපක්‍රම



ගින්නක් හටගෙන පැතිර යන්නේ යම් හේතුවක් නිසායි. උදාහරණයක් ලෙස අනතුරුදායක ලෙස විදුලි රැහැන් ඇදීම නිසා. වෙනස් කිරීමේ උපක්‍රම යනු ගින්න ඇතිවීමට හේතු වන තත්වයන් වෙනස් කිරීමයි - විදුලි රැහැන් ආරක්ෂිත බව තහවුරු කර ගැනීම සඳහා ඉදිකිරීම් රෙගුලාසි අනුගමනය කරන බව තහවුරු කර ගැනීම වියට උදාහරණයක්.

මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය වී ද හේතු ඇතිව සිදු වෙතවා. උදාහරණයක් ලෙස, මිනිසුන් ආරක්ෂා කිරීමට අවශ්‍ය නීති සමාජයට නැති නිසා හෝ එම නීති අනුගමනය කරනු ලබන බවට වග බලා ගත යුතු පුද්ගලයන් විසේ නොකරන නිසා උල්ලංඝනය වී සිදු වෙතවා. එයත්, සමාජය හරහා වැරදි ආකාරයට විදුලි රැහැන් ඇදීමක් හා සමානයි.



බොහෝ මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය වීම් විසඳිය හැක්කේ නීති හෝ යම් යම් දේවල් සිදු කරන ආකාරය වෙනස් කරන ලෙස ජනතාවට ඒත්තු ගැන්වීමෙන් පමණයි. අපට එය විවිධ ආකාර 4 ක් මගින් සිදු කළ හැකියි:

- ගැටලුව ඉස්මතු කර පෙන්වීම සඳහා උද්ඝෝෂණ හා විරෝධතා දැක්වීමෙන්,
- ගැටලුව වෙනස් කිරීම සඳහා යම් දෙයක් කළ යුතු යැයි එය වෙනස් කිරීමට බලය ඇති පුද්ගලයන්ට ඒත්තු ගැන්වීමෙන් - අපි මෙය උද්දේශනය ලෙස හඳුන්වනවා,
- මිනිසුන්ට වෙනස් ලෙස හැසිරීමට දිරිගැන්වීම් ලබා දීමෙන්,
- නැත හොත්, අපි ඒවා පිළි නොගන්නා බව පෙන්වීමට හරක නීති හෝ සමාජ සම්මතයන් සාමකාමීව ප්‍රතික්ෂේප කිරීමෙන්.

මේවා වෙනස් කිරීමේ උපක්‍රම යි. ඒවා වඩාත් දිගු කාලීනව, වඩාත් ක්‍රමානුකූලව, සමාජයේ පවතින, බොහෝ ස්ථාන වල සිටින මිනිසුන් විශාල සංඛ්‍යාවකට බලපාන ගැටලු කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීමට උපකාරී වෙතවා.

3. ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම



ගින්න නැවැත්වීම සඳහා අපිට කළ හැකි තවත් දෙයක් වන්නේ මහජනතාව දැනුවත් කිරීම සහ ඔවුන්ගේ ආකල්ප වෙනස් කිරීමයි; දැල්වෙන සිගරැට් කොට වියළී බිම්වලට විසි කිරීමෙන් ඇති විය හැකි අන්තරායන් පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම වියට එක් උදාහරණයක්. එමෙන් ම, අපට මහජන සම්බන්ධීකරණයක් ද ගොඩනගා ගත හැකියි - එනම් ස්වේච්ඡා ගිනි නිවීමට වැඩි පිරිසක් සම්බන්ධ කර ගත හැකියි. ඔවුන්ගේ කුසලතා ගොඩනැගිය හැකියි - උදාහරණයක් ලෙස, ගිනි නිවන උපකරණයක් භාවිතා කරන්නේ කෙසේ දැයි මිනිසුන් දැනුවත්ව සිටින බව සහතික කර ගැනීමට කටයුතු කළ හැකියි.

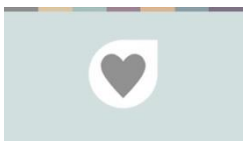
මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් ගත් කල, ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම යනු මානව හිමිකම් සංස්කෘතියක් ගොඩනැගීම සඳහා කරන දිගු කාලීන කාර්යයක්. එනම්, සෑම කෙනෙකු ම තමන්ගේ අයිතිවාසිකම් සහ අනුන්ගේ අයිතිවාසිකම් දන්නා, මානව හිමිකම් වලට ගරු කිරීම සාමාන්‍ය සහ නිවැරදි දෙයක් ලෙස දකින, අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය වුව හොත් කුමක් කළ යුතු යැයි දන්නා, තමන්ගේ සහ අනෙක් අයගේ අයිතිවාසිකම් වලට ගරු කරන සහ හැඟී සිටින ආකාරය දන්නා සමාජයක් උදෙසා කටයුතු කිරීම යි.



- මෙවැනි සමාජයක් ගොඩනැගීමේ කාර්යයට කරුණු 4 ක් ඇතුළත් වෙතවා:
- මානව හිමිකම් වල වැදගත්කම පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම, සහ සිදුවෙමින් පවතින උල්ලංඝනයවීම් සහ ඒවායින් සිදුවන හානිය පිළිබඳව දැනුවත් කිරීම.
 - සම්බන්ධීකරණ ගොඩනැගීම – මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීමට පියවර ගැනීම සඳහා කැපවීමට වැඩි වැඩියෙන් මිනිසුන්ව යොමු කිරීම.
 - කුසලතා ගොඩනැගීම – මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කරන්නේ කෙසේ දැයි මිනිසුන් දැනුවත් වන පරිදි කුසලතා ගොඩනැගීම.
 - තවද, විවිධ ස්ථාන වල විවිධ දේ කරන, එහෙත් සම්බන්ධීකරණයකින් යුතු ආකාරයකට පොදු අරමුණු කරා කටයුතු කරන, පුද්ගලයින් සහ සංවිධාන ජාලයක් ගොඩනැගීම.

මේවා වෙනස් වීම සඳහා පූර්ව කොන්දේසි නිර්මාණය කරන, දිගු කාලීන උපක්‍රමයි. ඒවා අපි අනෙක් සියලු ම උපක්‍රම භාවිතා කරන විට අපිට හැකි සීමාවට අවශ්‍ය පදනමක් ගොඩ නගනවා.

4. සුව කිරීමේ උපක්‍රම



අවසාන වශයෙන්, අපට *සුව කිරීමේ උපක්‍රම* තිබෙනවා. ගින්නක් මෙන් ම, මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් ද මිනිසුන්ට, දේපළවලට සහ ප්‍රජාවන්ට හානි කරනවා. සුව කිරීමේ උපක්‍රම යනු මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සිදු වූ පසු මිනිසුන්ව රැකබලා ගැනීම සඳහා අපි සිදු කරන දේ වලටයි.



- එක් අතකින් මෙයට මිනිසුන්ට සුවය ලැබීම සඳහා අවශ්‍ය කරන වෛද්‍ය, ද්‍රව්‍යමය හා මනෝ-සමාජීය සහාය සපයා දෙන බව සහතික කර ගැනීම ඇතුළත් වෙතවා. නමුත් ගරුත්වය හා යුක්තිය ද ඇතුළත් වෙතවා.
- සිදුවූ දෙය සැලවිය නොහැකි බවට සහතික කර ගැනීම සඳහා, එය ලේඛනගත කිරීම,
 - සිදු වූ දේ පිළිබඳව කථා කිරීමට හා සිහිපත් කිරීමට මිනිසුන්ට අවස්ථාව ලබා දීම; සහ
 - මිනිසුන්ට යුක්තිය ඉටුවන බව හා වන්දි ලැබෙන බව සහතික කර ගැනීම.

සමාජීය



මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා මේ විවිධ ක්‍රම සියල්ල ම වැදගත් වෙතවා. ඒවා එකකින් අනෙකෙහි අඩුව පුරවනවා, ඒවා එකිනෙක අතර අන්තර් සම්බන්ධතයි, එකිනෙක සමගාමී ලෙස භාවිතා කළ හැකියි.

කිසිදු එක් පුද්ගලයෙකුට හෝ සංවිධානයකට සියලු උපක්‍රම භාවිතා කළ නොහැකියි – කුමන උපක්‍රම භාවිතා කළ යුතුද යන්න පිළිබඳ අපගේ තේරීමට හිසි ලෙස බලපාන විවිධ භූමිකා, කුසලතා සහ අවස්ථා අපට තිබෙනවා. වැදගත්ම දෙය වන්නේ, සෑම කෙනෙකුට ම යමක් කළ හැකි වීමයි. අප අතරේ සිටින, එකම ආකාරයකට සිතන පුද්ගලයින්ගේ සහ සංවිධාන ජාල හරහා අපට දේවල් වෙනස් කළ හැකි වීමයි.

මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් නැමැති ගිනි නැවැත්වීමට, සහ අපගේ නිවෙස්වල සහ ප්‍රජාවන් තුළ සහ අපගේ රජයන් විසින් මානව හිමිකම් වලට ගරු කරනු ලබන සමාජයක් ගොඩනැගීම සඳහා අපි සියලු දෙනාටම දායක විය හැකියි.

ස්තූතිය

මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා *Center for Victims of Torture* සංවිධානය විසින් මෙහෙයවනු ලබන *New Tactics in Human Rights Project* නැමති ව්‍යාපෘතිය මගින් සකස් කරන ලද උපක්‍රම රාමුව විසින් පොළඹවනු ලැබ, එම රාමුවෙන් උපුටාගත් අනුවාදයක් භාවිතා කර ඇත. www.newtactics.org

සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා

6 වැනි සැසියේ දී ඇති 'සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කතා කුඩා කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය' හඳුන්වා දෙන අතරතුර පහත සඳහන් කතා කියවනු ලැබේ. ඒවා සැසියේ අංක 3 - 10 දක්වා වන පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් මගින් නිරූපණය කර ඇත.

රාහුල්ගේ කතාව, ඉන්දියාව

රාහුල් ජීවත් වෙන්නේ නැගෙනහිර ඉන්දියාවේ භාගල්පූර් නගරයේ ය. එම නගරයේ ජනගහනයෙන් 80% ක් පමණ දෙනා හින්දුවරුන් ද, 18% ක් පමණ දෙනා මුස්ලිම්වරුන් ද වන අතර, නගරයට ප්‍රවණ්ඩත්වයෙන් පිරි ඉතිහාසයක් ඇත. 1989 වර්ෂයේ දී, 50,000 ක් පමණ ජනතාව අවතැන් කළ කෝලාහල වලදී මුස්ලිම්වරුන් 1,000 ට අධික සංඛ්‍යාවක් මිය ගිය බව වාර්තා විය.

හින්දු භක්තිකයෙකු වන රාහුල් නගරයේ අන්තර්-ආගමික සාම මධ්‍යස්ථානයට සම්බන්ධවී සිටියි. ඔවුන් සාම කමිටු හරහාත්, වාර්ෂික සංස්කෘතික උත්සවයක් සංවිධානය කිරීම සහ ආගමික නායකයින් සම්බන්ධ කර ගැනීම හරහාත් කණ්ඩායම් අතර සම්බන්ධතා සහ විශ්වාසය ගොඩනැගීමට කටයුතු කරති. මෙම දිගුකාලීන සාම කාර්යය මගින් ඇතැම් සිදුවීම් පාලනයෙන් ඔබ්බට ගොස්, සීඝ්‍රයෙන් පැතිර යාමට පටන් ගන්නා විට හදිසි පියවර ගැනීමට හැකි කරවන පදනමක් නිර්මාණය කර දෙයි. මෙවැනි පදනමක් බොහෝ විට අවශ්‍ය වේ.

මැතිවරණ ව්‍යාපාර වලදී ප්‍රවණ්ඩත්වය විශේෂයෙන් ම සුලභ වේ. 2019 වර්ෂයේ දී, හින්දු ජාතිකවාදී මැතිවරණ අපේක්ෂකයෙකු මුස්ලිම් වැසියන් ජීවත් වන ප්‍රදේශයක් හරහා පෙළපාලියක් මෙහෙයවමින්, වෛර ප්‍රකාශ හා ඇහුම් පද පවසමින් කෝලාහලයක් ඇති කිරීමට උත්සාහ කළේය. ඇතැම් මුස්ලිම් තරුණයින් වයට වරෙහිව කෝපයෙන් කෑ ගැසූ විට එම අපේක්ෂකයා ප්‍රවණ්ඩත්වය ආරම්භ කළ අතර, ඒ හේතුවෙන් වෙළඳසැල් වලට සහ නිවාස වලට හානි සිදු විය. මෙම කැරලි කෝලාහල වෙනත් ප්‍රදේශවලට ද ව්‍යාප්ත වී ප්‍රවණ්ඩත්වය ඇතිවීමේ බරපතළ අවදානමක් උද්ගත විය. මෙය කෙතරම් නයානක විය හැකි දැයි රාහුල් සහ ඔහුගේ මිතුරන් දැන සිටියහ.

ඉන් පසු එළඹී දින කිහිපයේ දී, රාහුල් සහ ඔහුගේ මිතුරන් ප්‍රවණ්ඩත්වයට ලක්වීමේ වැඩි අවදානමක් පැවති මුස්ලිම් සහ හින්දු අසල්වැසි ප්‍රදේශවල ප්‍රජා රැස්වීම් පැවැත්වූහ. එම රැස්වීම්වලදී, ස්වේච්ඡා සාම සේවකයින්ගේ කණ්ඩායම් පිහිටුවා ගන්නා ලද අතර, ඔවුන් තම අසල්වැසි ප්‍රදේශවල ගෙයින් ගෙට ගියහ.

රාහුල් මෙසේ පවසයි: "කාන්තාවන් සහ පිරිමින් යුගල වශයෙන් එකට යාම වැදගත් වූණා, මොකද එවිට දොර විවෘත කරන පුද්ගලයා කවුරු වූහත්, එම පුද්ගලයා සමග නිදහසේ කතා කළ හැකි අයෙක් සිටිය හිසා."

ස්වේච්ඡා සේවකයින් පහුකා බෙදා දෙමින්, තම අසල්වැසියන්ට කතා කරමින් සහ ඔවුන්ට සවන් දෙමින්, ආගම් කුමක් වුවත් කැරලි කෝලාහල හේතුවෙන් සියල්ල හරක අතට හැරෙන ආකාරය අවධාරණය කර පෙන්වා දුන්හ. අවට ප්‍රදේශයේ පැවැත්වූ රැස්වීම් සහ ස්වේච්ඡා සේවකයින්ගේ ක්‍රියාකාරකම් නගරයේ තත්වය සමනය කිරීමට උපකාරී විය.

මූලාශ්‍ර

සමාජය සහ ලෞකිකත්වය පිළිබඳ අධ්‍යයන කේන්ද්‍රය, ඉන්දියාව



පොතක් විහි පිටකවරයෙන් මනින්න විපා – The Human Library™, ඩෙන්මාර්කය.

1990 දශකයේ මැද භාගයේ දී මිතුරන් හතර දෙනෙක් නාගරික පුවණ්ඩත්වයට විරෝධී විරෝධතා ව්‍යාපාරයක් සිදු කිරීම සඳහා තරණ සංවිධානයක් ආරම්භ කළහ. විහි සාමාජිකත්වය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වූ අතර, ඩෙන්මාර්ක සංගීත උළෙලක සංවිධායකවරයා වීම උත්සවය නැරඹීමට පැමිණෙන්නන් අතර සංවාදයක් ඇති කිරීම සඳහා පැවැත්විය හැකි අංගයක් පිළිබඳ අදහසක් ඉදිරිපත් කරන ලෙස මෙම තරණයින්ගෙන් ඉල්ලා සිටියේය. ඔවුහු 'මානව පොත්' - විහිමි තමන්ගේ අනන්‍යතාවය සහ තම ජීවිත අත්දැකීම් පිළිබඳ ගෞරවනීය සංවාදවල හිරත වීමට කැමති පුද්ගලයින්ව ලබා ගත හැකි 'මානව පුස්තකාලයක්' පිළිබඳ අදහස ඉදිරිපත් කළහ.

සාමාන්‍යයෙන්, 'මානව පොත්' යනු තමන්ගේ 'කතාව' අන්‍යයින්ට ඉගෙනුම් අත්දැකීමක් කර දීමට ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත් වන, වීම ප්‍රාදේශීය ප්‍රජාව තුළ ම සිටින පුද්ගලයින් වේ. මෙම ස්වේච්ඡාවෙන් ඉදිරිපත් වන්නන් සාමාන්‍යයෙන් ඔවුන්ගේ අනන්‍යතාවයේ යම් අංගයක් - උදාහරණයක් ලෙස, ඔවුන්ගේ ආගම, විශ්වාසය, වාර්ගිකත්වය, ලිංගික දිශානතිය, ආබාධිතභාවය හෝ වීචි.අයි.වී. ආසාදිත තත්ත්වය වැනි යම් අංගයක් නිසා අගතිය හෝ අපකීර්තිය අත්විඳින පුද්ගලයින් වේ. මෙය වැරදි තොරතුරු මත පදනම් වූ ඒකාකාරි අඩු කිරීමට උපකාරී වේ. The Human Library™ සංවිධානය දැන් රටවල් 85 ට අධික සංඛ්‍යාවක ක්‍රියාකාරකම් සිදු කරයි.



කතන්දරය

මූලාශ්‍රය

The Human Library සංවිධානය www.humanlibrary.org

බලයේ සිටින්නන්ව ක්‍රියාකිරීමට පෙළඹවීම, කීර්තිසාහය

2010 විජ්ලවයෙන් පසුව, ඉවසිලිවන්ත බවක් නැති, විනාශකාරී කල්ලියක් රෙපරමාදු සහ ඕතඩොක්ස් ක්‍රිස්තියානි නිකායන්ට අයත් පුජනීය ස්ථාන කොල්ලකෑමට පටන් ගත්හ. මෙම ප්‍රහාර මාස හයක පමණ කාලයක් පුරා අඛණ්ඩව පැවතුණි. බොහෝ පැමිණිලි ඉදිරිපත්වී තිබුණ ද, අභිචෝදක කාර්යාලය, ආගමික කටයුතු පිළිබඳ රාජ්‍ය කොමිෂන් සභාව හෝ අභ්‍යන්තර කටයුතු අමාත්‍යාංශය වීම පැමිණිලි සම්බන්ධයෙන් කිසිදු ප්‍රතිචාරයක් දැක්වූයේ නැත. බලධාරීන් පවා ප්‍රජාවට උපදෙස් ලබා දුන්නේ ප්‍රජාව විසින් ම ගැටලුව මගහරවා ගැනීමට කටයුතු කරන ලෙසටයි.

මෙයින් කලකිරුණු ආගමික නායකයින් එකට එක්වී, ජාතික පුවත්පතක් අමතා, මෙම සිද්ධීන් සහ බලධාරීන්ගේ අකාර්යක්ෂමතාවය අවධාරණය කළහ. ජනාධිපතිනිය වෙත මෙම තොරතුරු වාර්තා වීමත් සමග ඇය මෙම සිද්ධීම් ඇයගේ සෘජු පාලනයට නතු කර ගත්තාය. දින හතරක් ඇතුළත සියලු ම කල්ලි සාමාජිකයින්ව අල්ලා ගන්නා ලදී.



කතන්දරය

මූලාශ්‍රය

නෙල්සා ෂ්කරෝවා පාදිලිතුමා, එක්සත් මෙතෝදිස්ත පල්ලිය, ඩිෂ්කෙක්

7 වැනි සැසිය

කර්තව්‍යයේ උපක්‍රම

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

6 වැනි සැසියේ දී ආරම්භ කළ, මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය සඳහා යොදාගත හැකි උපක්‍රම ගවේෂණය කිරීම 7 වැනි සැසියේදී තවදුරටත් සිදුකරනු ලැබේ. 6 වැනි සහ 7 වැනි සැසි පොදු ඉගෙනීමේ අරමුණු සහ එකම ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියක් සහිත එකම සම්බන්ධ වූ සැසි දෙකක් වේ. මෙම සැසියේ ඉගෙනීමේ අරමුණු සඳහා කරුණාකර 6 වැනි සැසිය බලන්න. ඔබගේ කණ්ඩායම කටා කිරීමට ඉදිරිපත්වීමේ මට්ටම අනුව මෙම සැසිය සඳහා සැලසුම් කර ඇති පැය දෙකට වඩා අඩු කාලයක් වුව ද ගත විය හැක.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම පෙර සැසියේ ඉදිරිපත් කළ උපක්‍රම වර්ග 4 සහභාගිවන්නන්ට සිහිපත් කර දෙන්න.	මි. 5
කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: කර්තව්‍යයේ උපක්‍රම - I කොටස සහභාගිවන්නන් පරිවර්තන, ගොඩනැගීමේ හා සුව කිරීමේ උපක්‍රම සාකච්ඡා කර, තමන්ගේ පසුබිම් තුළ ඒවා යොදාගත හැකි ආකාර පිළිබඳ මුද්ධිකලම්භනය කරති.	මි. 50-65
ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: හිසේ සිට පතුළ දක්වා ශාරීරික අභ්‍යාසයක් වන මෙහි දී සහභාගිවන්නන් පහසුකම් සලසන්නා කරන දෑ අනුකරණය කරනු ලැබේ.	මි. 5
සමාජික අභ්‍යාසය: ඉමෝටිකන්ස් (හැඟීම් ප්‍රකාශ කෙරෙන මුහුණු රූප) සහභාගිවන්නන් මිනිස් ප්‍රතිචා භාවිතා කරමින් තමන් උගත් දේ පිළිබඳව තමන්ට දැනෙන ආකාරය ප්‍රකාශ කරති.	මි. 20-40
සමාජික අභ්‍යාසය: ඉමෝටිකන්ස් (හැඟීම් ප්‍රකාශ කෙරෙන මුහුණු රූප) සහභාගිවන්නන් මිනිස් ප්‍රතිචා භාවිතා කරමින් තමන් උගත් දේ පිළිබඳව තමන්ට දැනෙන ආකාරය ප්‍රකාශ කරති.	මි. 5

මුළු කාලය පැය 2 ක් දක්වා

සූදානම් වෙන්න

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සූදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

- මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත් වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:
 - 'පරිවර්තන', 'ගොඩනැගීමේ' සහ 'සුව කිරීමේ' උපක්‍රම/කතන්දර පෝස්ටර්වල මුද්‍රිත පිටපත්.
 - පහත සඳහන් එක් එක් උපක්‍රමය සඳහා එක බැගින් 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්: උපක්‍රම වර්ගය' යන මාතෘකාව සහිත, පූර්වයෙන් සකස් කර ගන්නා ලද ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදැසි තුනක්: පරිවර්තන උපක්‍රම, ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම සහ සුවකිරීමේ උපක්‍රම
 - 6 වැනි සැසියේ දී යොදා ගත් 'ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස් - හදිසි උපක්‍රම' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසිය
 - 5 වැනි සැසියේ දී සකස් කළ 'අපේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සිතියම'
 - අවශ්‍ය තරම් පෝස්ටර්-ඉටි කඩදැසි සහ පෑන්

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.

කාමරය සුදුනම් කරන්න

සැසිය ආරම්භවීමට පෙර කාමරයේ ඉදිරිපසට මුහුණලා සිටින සේ අඩ කවයක ආකාරයට පුටු තබා ගන්න.

සහභාගිවන්නන්ට මේස වටා අසුන්ගත හැකි වන පරිදි සකස් කළ වෙන වෙනම මේස තුනක් මත පරිවර්තන, ගොඩනැගීමේ, සහ සුව කිරීමේ උපක්‍රම සහ කතන්දර පෝස්ටර් තබන්න (එක් මේසයක එක් පෝස්ටර් වර්ගයක් බැගින්). ඒවාට ගැළපෙන 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි සහ පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි සහ පෑන් ද එක් එක් මේසය මත තබන්න.

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සිතියම (FORB map) සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි (5 වැනි සැසියේ දී සකස් කළ), සහ හදිසි උපක්‍රම පෝස්ටර් (6 වැනි සැසියේ සකස් කළ) බිත්තියේ අලවා ප්‍රදර්ශනය කරන්න.



'කරාකිරීමේ උපක්‍රම'

“ඒක අපූරු සැසියක්. මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම්වලට ප්‍රතිචාර දැක්වීමේ ක්‍රමවල සම්පූර්ණ පරාසය ම දැන ගැනීමට මෙම ක්‍රියාකාරකම් සහභාගිවුවන්ට උපකාරී වුණා. මෙම පෝස්ටර් මිනිසුන්ට උපක්‍රම පිළිබඳ අදහස අවබෝධ කර ගැනීමට සහ ප්‍රජාව තුළ මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ දී ඔවුන්ට ඉටු කළ හැකි කාර්යභාරය ගැන සිතා බැලීමට උපකාරී වුණා. තමන් විවිධ උපක්‍රම භාවිතා කරන ආකාරය විවිධ සහභාගිවුවන්ට දැකගත හැකි වුණා.”

හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, පෝර්දානය

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. පිළිගැනීම සහ හැඳින්වීම මි. 5

අරමුණ

පෙර සැසියේ දී ඉදිරිපත් කරන ලද, මානව හිමිකම් සම්බන්ධ වැඩකටයුතු වලදී යොදාගත හැකි උපක්‍රම වර්ග හතර හැවත සිහිකර දීම.

සම්පත්

සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම හෝ උපක්‍රමවල සාරාංශය සහිත පෝස්ටර් (උපක්‍රම පෝස්ටර් නැමති ලියවිල්ලෙහි 2 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත)



කෙටි කතාබහ

පැවසිය යුතු දේ

සියලුදෙනා ම සැසිය වෙත පිළිගන්න. පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි 4 වැනි ස්ලයිඩය හෝ උපක්‍රමවල සාරාංශය සහිත පෝස්ටරය වෙත යොමු වෙමින් පහත දී ඇති කරුණු සඳහන් කරන්න.

පසුගිය සැසියේ දී අපි මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා යොදාගත හැකි උපක්‍රම පිළිබඳව ඉගෙන ගත්තා. මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් නිරූපණය කිරීම සඳහා අපි ගින්නක රූපයක් යොදා ගෙන, අපි ගින්නක් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරන ආකාරය පිළිබඳ කථා කළා ඔබට මතකද?

- අපි ගින්න පැතිර යාම වළක්වා, ගින්න නිවා දැමීමටත්, උපකාර ඉල්ලා සිටීමට සහ අන් අයට අනතුරු ඇඟවීමටත් කටයුතු කරන්නෙමු. මේවා හදිසි උපක්‍රම වේ.
- අපි විරෝධතා දක්වමින් පුද්ගලයින්ව ඒත්තු ගැන්වීම (උද්දේශනය) හරහා වඩා හොඳ ගිනි ආරක්ෂණ රෙගුලාසි පනවන මෙන් සහ අන්තරායකර නිෂ්පාදන තහනම් කරන මෙන් ඉල්ලා සිටින්නෙමු. මේවා පරිවර්තන උපක්‍රම වේ.
- අපි ගිනි ඇතිවීම වළක්වා ගැනීම හා ගිනි නිවීම සම්බන්ධයෙන් ජනතාවගේ දැනුවත්භාවය, ජනතාව වයට සම්බන්ධවීම හා ජනතාවගේ කුසලතා වර්ධනය කරන්නෙමු. ඒවා ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම වේ.
- අපි ගින්නෙන් තුවාල වූ අය රැක බලාගන්නෙමු; මියගිය අය අනුස්මරණය කරන්නෙමු; වින්දිතයින් හා පවුල්වල අය වෙනුවෙන් යුක්තිය හා වන්දි ඉල්ලා සිටින්නෙමු. මේවා සුව කිරීමේ උපක්‍රම වේ.

හදිසි, පරිවර්තන, ගොඩනැගීමේ සහ සුව කිරීමේ උපක්‍රම මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් සම්බන්ධයෙන් අපට යොදාගත හැකි උපක්‍රම වර්ග හතර වේ.

පසුගිය සැසියේ දී අපි හදිසි උපක්‍රම පිළිබඳ සාකච්ඡා කර, අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ ඇති දෛර් කථනය හෝ නිසඟය වැනි ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා හදිසි උපක්‍රම භාවිතා කළ හැකි ආකාර පිළිබඳ 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' බුද්ධිකලමිතනය කළෙමු.

මෙම සැසියේ දී අපි එම බුද්ධිකලමිතනය තවදුරටත් සිදු කරමින් අනෙක් උපක්‍රම වර්ග තුන වන පරිවර්තන, ගොඩනැගීමේ සහ සුව කිරීමේ උපක්‍රම සලකා බලන්නෙමු.

2. කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: කථාකිරීමේ උපක්‍රම මි. 50-65



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

විස්තරය

කණ්ඩායම් මාරුවෙන් මාරුවට මේසය මත ඇති උපක්‍රම වර්ග තුනෙන් එක් එක් උපක්‍රමය දෙස බලමින් මේස වටා ගමන් කරති. ඔවුන් එම උපක්‍රම භාවිතා කළ පුද්ගලයින් පිළිබඳ කතන්දර කියවා, ඒ පිළිබඳ ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස් බුද්ධිකලමිභනය කරති.

අරමුණ

මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය සඳහා වන උපක්‍රම පිළිබඳ දැනුම වැඩිදියුණු කිරීම සහ පුළුල් කිරීම, එම දැනුම තමන්ගේ පසුබිමට අදාළ කරගැනීම, සහ ශක්තිමත් 'ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස්' බුද්ධිකලමිභනය කිරීම.

සම්පත්

- පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් අංක 4 (කණ්ඩායම් සාකච්ඡා ප්‍රශ්න) හෝ උපදෙස් ලියා ඇති ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක්.
- පරිවර්තන, ගොඩනැගීමේ සහ සුව කිරීමේ උපක්‍රම සියල්ලෙහි මුද්‍රිත පිටපත්/ කතන්දර පෝස්ටර්.
- 'ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස්: උපක්‍රමයේ නම' යන මාතෘකාව ලියා සුදුනම් කරගත් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි තුනක් (උපක්‍රම වර්ග තුනෙන් එක් එක් වර්ගය සඳහා එක් කඩදාසිය බැගින්).
- පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි සහ පෑන්.

පෙර සූදානම

උපක්‍රම/කතන්දර පෝස්ටර් සහ ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි ඉහත සඳහන් 'කාමරය සුදුනම් කරන්න' කොටසේ විස්තර කර ඇති පරිදි මේස තුනක් මත තබන්න (එක් වර්ගයක උපක්‍රම, උදා: ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම එක් මේසයක තැබිය යුතුය).

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 5

මෙම අභ්‍යාසය සිදුකරන සම්පූර්ණ කාලය තුළ ම පවර්පොයින්ට් 4 වැනි ස්ලයිඩය හෝ උපදෙස් සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසිය ප්‍රදර්ශනය කර තබන්න.

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

- අපි දැන් බුද්ධිකලමිභනය කණ්ඩායම් අභ්‍යාසයක් සිදු කරමු. අපි කණ්ඩායම් තුනකට බෙදී 'පරිවර්තන උපක්‍රම, ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම සහ සුවකිරීමේ උපක්‍රම' යන උපක්‍රම කාණ්ඩ තුන පිළිබඳ කථා කරමු. එක් එක් කණ්ඩායමට මෙම පෝස්ටර් කියවා එක් උපක්‍රම කාණ්ඩයක් පිළිබඳ බුද්ධිකලමිභනය කිරීමට මිනිත්තු 20 ක් ගත හැක. ඉන් පසුව එම කණ්ඩායම ඊළඟ මේසය වෙත ගොස් තවත් මිනිත්තු 20 ක් ගෙන එහි තිබෙන උපක්‍රම කාණ්ඩය පිළිබඳ සාකච්ඡා කර, අනතුරුව ඉතිරි මේසය වෙත ගොස් හැවත සාකච්ඡා කළ යුතුය.
- කියවා සිතා බලන්න: ඔබ පෝස්ටරය අසලට ගිය විට මුලින් ම මිනිත්තු කිහිපයක් ගෙන විය කියවා ඒ පිළිබඳව සහ කලින් කණ්ඩායම එහි තබා ගොස් ඇති ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස් සහිත පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි තිබේ නම් ඒවා කියවා ඒ පිළිබඳව ද සිතා බලන්න.
- බුද්ධිකලමිභනය කරන්න: අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම සකස් කරන අවස්ථාවේදී අපි හඳුනාගත් ප්‍රශ්න ගැන සිතා බලා (බිත්තියේ චල්ලා ඇති ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියෙහි තිබෙන සිතියම අතින් පෙන්වන්න), එම ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා මෙම උපක්‍රම යොදාගත හැකි ආකාර පිළිබඳ හැකිතාක් අදහස් බුද්ධිකලමිභනය කරන්න.
- ඔබේ අදහස් පෝස්ටර්-ඉටි කඩදාසිවල ලියා පෝස්ටරය අසල පසෙකින් තිබෙන 'ක්‍රියාත්මක වීම සඳහා අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියේ ඒවා අලවන්න. අනෙක් අයට කියවිය හැකි වන ලෙස පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි මත පැහැදිලි අකුරින් ලියන්න! අදහස් යථාර්ථ නිරූපිත යැයි ඔබ සිතන්නේ නම් මෙම අවධියේ දී විය ගැටළුවක් නොවේ - හැකි තාක් නිර්මාණශීලී වන්න!
- අපගේ වදිනෙදා ජීවිතයේ දී තනි පුද්ගලයින් ලෙස අපට ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග, සහ කණ්ඩායම් හෝ සංවිධාන ලෙස, එනම් අපගේ ආගමික ප්‍රජාව, සේවා ස්ථානයේ ප්‍රජාව, හෝ තරුණ කණ්ඩායම් හෝ පුද්ගල කණ්ඩායම් අලුතින් එකට එක් කර ගෙන ගත හැකි ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳව සිතා බැලීමට මතක තබා ගන්න.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 45-60

සහනාගිවන්නන් කණ්ඩායම් තුනකට බෙදන්න. එක් එක් කණ්ඩායම සාකච්ඡා කිරීම ආරම්භ කළ යුත්තේ කුමන පෝස්ටර් කට්ටලය යොදා ගනිමින් දැයි පවසා අභ්‍යාසය ආරම්භ කිරීම සඳහා ඔවුන්ව අදාළ මේසය වෙත යවන්න. ඊළඟ පෝස්ටර් කාණ්ඩය වෙත යාමට වේලාව පැමිණ ඇති විට - එනම් සෑම මිනිත්තු විස්සකට ම (20) පසුව - කණ්ඩායම් වලට ඒ බව පවසන්න. කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම අතරතුර, කණ්ඩායම් අතර ගමන් කරමින් ඔවුන් කටයුතු කරන ආකාරය නිරීක්ෂණය කරන්න.

(ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකමකින් පසුව පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාවක් සමග මෙම අභ්‍යාස තවදුරටත් සිදු කරනු ලැබේ.)

3. ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම : හිසේ සිට පතුළ දක්වා
මි. 5

විස්තරය

ශාරීරික අභ්‍යාසයක් වන මෙහිදී සහනාගිවන්නන් පහසුකම් සලසන්නා පවසන සහ කරන දේ අනුකරණය කරනු ලැබේ. එය විවිධ ආකාර වලින් අනුවර්තනය කර ගත හැක.

අරමුණ

ප්‍රබෝධමත් බව ඇති කිරීමට

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය

අපිට දිගින් දිගටම නිර්මාණාශීලීව වැඩකිරීම සඳහා අපි සියලු දෙනාගේ ප්‍රබෝධමත් බව ඉහළ නංවා ගැනීමට අවස්ථාව එළඹී ඇති බව සහනාගිවන්නන්ට පවසන්න! තමන් සහ අසල සිටින පුද්ගලයා අතර යම් දුරක් පිහිටන සේ එකිනෙකාගෙන් ඈත්ව සිටින්නා මෙන් සහනාගිවන්නන්ට පවසන්න. ඊළඟ මිනිත්තු කිහිපයේ දී ඔවුන් සියලු දෙනා ඔබ පවසන දේ පවසමින් සහ ඔබ කරන දේ කරමින් ඔබව අනුකරණය කළ යුතු බව පවසන්න.

අභ්‍යාසය සිදුකරන ආකාරය

පහත දැක්වෙන වචන කියමින්, එම වචන කියනවාත් සමග දෂතින් අදාළ ශරීර අවයව අල්ලන්න: හිස, කට, උරහිස, වැලමිට, උකුල, දණහිස්, පාදවල ඇඟිලි.
මුලින් ම මෙම වචන සෙමින් කියන්න, ඉන්පසුව කියවන සෑම වාරයක දී ම වේගය වැඩිකරමින් සහ කඩිසරකම වැඩිකරමින් එම වචන කියන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

4. පූර්ණ කණ්ඩායම් ප්‍රතිපෝෂණය: කපාකිරීමේ උපක්‍රම
මි. 20-40

මෙය 'කපාකිරීමේ උපක්‍රම' කණ්ඩායම් සාකච්ඡාවේ ඉතිරි කොටස වේ.

අභ්‍යාසය සිදුකරන ආකාරය

මේස මත තිබෙන 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' නැමති ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි තුන සහ පෙර සැසියේදී සකස් කළ හදිසි අවස්ථා ක්‍රියාමාර්ග සඳහා අදහස් ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසිය රැගෙන, එම කඩදාසි හතර ම එකිනෙකින් ඈත්ව සිටින සේ බිත්තියෙහි අලවන්න.

එම කඩදාසි ආසන්නයට ගොස් ඒවායෙහි ලියා ඇති අදහස් කියවන ලෙස සහනාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. මිනිත්තු කිහිපයක් ගත වූ පසු, තමන්ගේ සංදර්භය තුළ ක්‍රියාත්මක කළ හොත් 'සාර්ථක වනු ඇතැයි' සිතෙන එක් හොඳ අදහසක් බැගින් තෝරාගන්නා මෙන් සහනාගිවන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඉන් පසු එම අදහස සහිත පෝස්ටර්-ඉටි කඩදාසිය ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියෙන් ගලවාගෙන තම අසුන්වලට ගොස් (පූර්ණ කණ්ඩායම වශයෙන්) අසුන් ගන්නා මෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

තමන් තෝරාගත් 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස' අන් අයට ඇසෙන සේ කියවා, එය තෝරා ගත්තේ මන්දැයි පවසන මෙන් එක් එක් පුද්ගලයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. යම් අදහසක් කියවන විට එම අදහස හොඳ අදහසක් යැයි සිතන්නේ නම් තම අත ඔසවන ලෙස අනෙක් අයගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එම අදහස හොඳ අදහසක් යැයි සිතන්නේ මන්දැයි කීමට එක් අයෙකුට හෝ දෙදෙනෙකුට අවස්ථාව ලබා දෙන්න.

තමන් තෝරාගත් අදහස පිළිබඳ කීමට සියලු දෙනාට ම අවස්ථාව ලබා දුන් පසු, කිසිවෙක් තෝරා නොගෙන ඉතිරි වූ, එහෙත් හොඳ අදහසක් යැයි තමන් සිතන තවත් කිසිවක් තිබේ දැයි සහනාගිවන්නන්ගෙන් විමසන්න.

සහනාගිවන්නන් තෝරාගත් පෝස්ටර්-ඉටි කඩදාසි සියල්ල ම එකතු කරගෙන 'අපගේ ප්‍රියතම ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' යනුවෙන් සඳහන් කළ අලුත් ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසියක් ඒවා අලවන්න.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය

සහනාගිවන්නන් ඉදිරිපත් කළ සියලු අදහස් වෙනුවෙන් ඔවුන්ට සුභ පතමින්, සක්‍රීයව සහනාගිවීම වෙනුවෙන් ඔවුන්ට ස්තූති කරන්න. උපක්‍රම පිළිබඳ අප ඉගෙනගත් දේ සහ අපගේ ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් අවසාන සැසි දෙකෙහි දී ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරන විට යොදාගන්නා බව සඳහන් කරමින් අවසාන කරන්න.



පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව

5. අවසන් කිරීමේ අභ්‍යාසය: ඉමෝටිකන්ස් මි. 5

විස්තරය සහ අරමුණ

උපක්‍රම සැසියේ දී තමන් ඉගෙනගත් දේ පිළිබඳව තමන්ට ඇතිවන හැඟීම් පිළිබිඹු කිරීමට සහභාගිවන්නන් තමන්ගේ මුහුණෙන් හා සිරුරෙන් හැඟීම පෙන්නුම් කරන ඉමෝටිකන්ස්/ප්‍රතිමා නිර්මාණය කර පෙන්වයි.

ඔබට කාලවේලාව ප්‍රමාණවත් නොවේ නම් මෙම අභ්‍යාසය අනන්‍යව දැමිය හැක.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

තම අසුන්වලින් හැඟී සිටින මෙන් සියලු දෙනා ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. උපක්‍රම පිළිබඳව වූ මෙම සැසිවල දී තමන් ඉගෙනගත් දේ පිළිබඳව තමන්ට සිතෙන දේ විස්තර කෙරෙන තනි වචනයක් සිතට නගා ගන්නා මෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එම හැඟීම හෝ වචනය පිළිබිඹුවන රූපයක් හෝ ප්‍රතිමාවක් තම සිරුරෙන් හෝ මුහුණෙන් නිරූපණය කර පෙන්වන මෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

එක් එක් පුද්ගලයා තමන් නිරූපණය කරන රූපය ඉදිරිපත් කරන විට කවය වටා යමින් ඔවුන් සිතූ වචනය කුමක්දැයි පවසන මෙන් අන් අයගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

අභ්‍යාසය හා සැසිය අවසන් කරන ආකාරය

හැමදෙනා ම කථා කර අවසන් වූ පසුව, එහි දී සඳහන් වූ ධනාත්මක සහ සෘණාත්මක හැඟීම් යන දෙක ම, උදහරණ ලෙස නව තොරතුරු රැසක් ලැබීමෙන් විශ්මයට පත්වූවාක් මෙන් හැඟීම හෝ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) ප්‍රවර්ධනය කිරීමේ වගකීම බරපතළ කාර්යයක් ලෙස හැඟී යාම ආදී සියල්ල පිළිගන්න.

මෙම සැසියේ බොහෝ තොරතුරු ඇතුළත් වූ බවත් අපි බොහෝ උපක්‍රම සලකා බැලූ බවත් පිළිගන්න. තනි පුද්ගලයෙක් හෝ සංවිධානයක් මේ සියල්ලම කිරීමට යාම ක්‍රමෝපායික හෝ ප්‍රායෝගික නොවන බව පෙන්වා දෙන්න. අවශ්‍ය වන්නේ විවිධ ක්‍රියාකාරීන් විසින් විකිනෙකට උපහසුරණය වන කටයුතු සිදු කිරීමයි.

මෙම උපක්‍රම සියල්ල සලකා බැලීමෙහි අරමුණ වන්නේ 'අපි' කවුද සහ 'අපගේ' පසුබිම කුමක්ද යන්න අනුව, 'අපට' කළ හැකි සහ ක්‍රමෝපායික වන දේ හඳුනාගැනීමයි. ඉදිරියේදී පවත්වනු ලබන අවසාන සැසි දෙකේ දී අපි ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරන විට යොදා ගන්නේ කුමන ප්‍රශ්න සහ කුමන ක්‍රියාමාර්ග දැයි තෝරා ගනිමු.

කිසිවෙකුට සෑම දෙයක්ම කළ නොහැකිය. නමුත්, අපි සෑම අයෙකුට ම යම් දෙයක් කළ හැක. ඒවා සියල්ල එක් වූ විට, අපි කළ කුඩා දේවල් සියල්ල එකට එක්වීමෙන් වෙනසක් සිදු කළ හැක.

මූලාශ්‍ර

කර්තෘත්ව උපක්‍රම: මානව හිමිකම් සම්බන්ධ නව උපායමාර්ග ව්‍යාපෘතිය (Human Rights Project) විසින් සකස් කරන ලද උපාය මාර්ග ආකෘතියෙහි උපුටා ගැනීමක් පදනම් කර ගෙන සකස් කරන ලද මුල් අභ්‍යාසය. www.newtactics.org

8 වැනි සැසිය

අපගේ පරිවර්තන ගමන

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

8 වැනි සහ 9 වැනි සැසි පොදු ඉගෙනීම් අරමුණු වලින් සහ තනි ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියකින් විකිනෙක සම්බන්ධ වූ සැසි යුගලයක් වේ. මෙම සැසි දෙකෙහි දී සහභාගිවන්නන් මෙයට පෙර සැසි දෙකෙහි දී තමන් ලබා ගත් දැනුම සහ සංවර්ධනය කරගත් ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් යොදා ගනිමින් පරිවර්තනය කරා යන දෘශ්‍ය ගමනක් ස්වරූපයේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරති.

සහභාගිවන්නන් තමන්ට කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය ප්‍රශ්න හඳුනාගන්නා අතර, එම ප්‍රශ්න වඩාත් යථාර්ථ කිරීමේ ක්‍රියාවලිය සඳහා, එනම් අරමුණු සකස් කරගැනීම, එයට සම්බන්ධවන අනෙකුත් ක්‍රියාකාරීන් සහ ඔවුන් සමග සම්බන්ධය ඇතිකරන්නේ කෙසේද යන්න හඳුනා ගැනීම, උපක්‍රම සහ ක්‍රියාමාර්ග තෝරාගැනීම, පණිවුඩ සකස් කිරීම සහ අවදනම් ඇගයීම සඳහා සහභාගිවන්නන්ට මගපෙන්වීම ලබාදෙනු ලැබේ.

මේ සඳහා ඇති කාලය සීමිත බැවින් මෙහි අරමුණ වන්නේ සර්ව සම්පූර්ණ ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කර ගැනීම නොව, ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කුසලතා ඉගෙන ගැනීම සහ ඒවා ප්‍රායෝගිකව යොදා ගැනීමයි. මෙහි දී සකස් කරන ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සහභාගිවන්නන් ක්‍රියාත්මක කිරීමට අදහස් කරගෙන සිටින සැබෑ සැලසුම් හෝ 'පුහුණුවීම' සඳහා සකස් කරන සැලසුම් විය හැක. එහෙත් එම සැලසුම් හරහා ඔවුන් ලබාගන්නා කුසලතා ඔවුන් සම්බන්ධවන ඕනෑම පරිවර්තන ක්‍රියාවලියක් සඳහා යොදාගැනීමට ඔවුන්ට හැකිවේ.



ඉගෙනීම් අරමුණු

මෙම සැසියේ දී ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කුසලතා කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.

8 වැනි සහ 9 වැනි සැසි අවසන් වන විට පහත සඳහන් දේ කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට හැකිවනු ඇත:

- ප්‍රජාව තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා සරල ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමට.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ඔවුන්ට ගත හැකි තර්ජන ක්‍රියාමාර්ග මොනවා දැයි නම් කිරීමට.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ක්‍රියාමාර්ග ගැනීමට තමන් තුළ ඇති කැපවීම ප්‍රකාශ කිරීමට.

අදාළ අවස්ථාවන්හි දී සහභාගිවන්නන්:

- පුහුණුවෙන් පසු තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් ක්‍රියාවට නංවනු ඇත.

සටහන

අපගේ මානව හිමිකම් සියල්ල විකිනෙක අන්තර්සම්බන්ධිත වේ. සාමාන්‍යයෙන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) උල්ලංඝනයවීම වලට අනෙකුත් අයිතිවාසිකම් ද, එනම් ධාන්තාවන්ගේ අයිතිවාසිකම්, හෝ අධ්‍යාපනය, රැකියා හෝ ප්‍රකාශනයේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතීන් ද ඇතුළත් වේ. ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) ප්‍රවර්ධනය කිරීම පිණිස අපිට තවත් අයිතිවාසිකම් පිළිබඳව (ද) අවධානය යොමු කළ යුතු විය හැකි බව මෙයින් අදහස් කෙරෙයි.

සහභාගිවන්නන් මෙම සැසිය සහ මිළඟ සැසිය තුළ දී ප්‍රශ්න තෝරා ගන්නා විට සහ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරන විට එය අවධාරණය කිරීමට උත්සාහ ගන්න.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය



<p>ආරම්භක අභ්‍යාසය: මට ප්‍රශංසා කරන්න කණ්ඩායමට සහ පරිවර්තනයක් සිදු කිරීම සඳහා සෑම කෙනෙකු ම ලබා දෙන උනන්දුරක දැයකත්වයෙන් වැදගත්කම පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ට සිහිපත් කර දෙයි.</p>	ම. 5
<p>පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: ප්‍රශ්නය කුමක්ද? සහභාගිවන්නන් ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා ගැටලු සුළු ප්‍රමාණයක් හඳුනා ගනිති.</p>	ම. 52
<p>ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න වේගවත්, විනෝදජනක, ශාරීරික අභ්‍යාසය - සහභාගිවන්නන් 'පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න' යන විචනය වකුටුවී රහසින් මුමුණාමින් ආරම්භ කර ක්‍රමයෙන් හඬ වැඩි කර උඩපහිමින් කැහැසීම දක්වා මාරු වෙයි.</p>	ම. 5
<p>ලදිරිපත් කිරීම: අපගේ පරිවර්තන ගමන මනසකල්පිත ගමනක් භාවිතා කරමින් ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරගැනීමේ ක්‍රියාවලිය විස්තර කෙරෙන ප්‍රධාන යෙදවුම.</p>	ම. 10
<p>කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: අපගේ පරිවර්තන ගමන තමන් ඉගෙනගත් ක්‍රියාවලිය භාවිතා කරමින් සහභාගිවන්නන් දෘශ්‍ය ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරයි.</p>	ම. 45
<p>අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම්</p>	ම. 3
<p>මුළු කාලය</p>	පැය 2

සූදානම් වෙන්න

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සූදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

- සහභාගිවන්නන්ට බෙදාදීම සඳහා 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අත්පත්‍රිකාව එක් අයෙකුට එක බැගින්.
- 5 වැනි සැසියේ දී සකස් කළ 'අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම' සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි
- 6-7 සැසිවල දී සකස් කළ 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි පහ
- උපක්‍රම පෝස්ටර් සියල්ල

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙතනින් ලබා ගන්න.

කාමරය සූදනම් කරන්න

මෙම සැසිය සඳහා පුටු කවයක හැඩයට තිබෙන සේ සකස්කරගෙන ආරම්භ කිරීම වඩාත් සුදුසු ය. 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම සඳහා, එක් එක් කණ්ඩායමට විශාල මේසයක් සහ පුටු සූදනම් කර තැබීම සුදුසු ය. සැසිය ආරම්භ වීමට පෙර 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අත්පත්‍රිකා, හිස් ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි සහ පෑන් මේස මත තබන්න.

'ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම' සහ 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' සහිත ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි සියල්ල ද, උපක්‍රම පෝස්ටර් ද අවශ්‍ය වුවහොත් කියවා බැලීම සඳහා බිත්තියේ ප්‍රදර්ශනය කර තබන්න.



'අපගේ පරිවර්තන ගමන'

"විනෝදජනක සැසියක්! සහභාගිවූවන් ඔවුන්ගේ පරිවර්තන ගමන සිතියම් සකස් කිරීමේ අත්‍යවශ්‍ය රස වින්දා. මෙම පාඨමාලාව අවසන් වූ පසුව පරිවර්තනයක් ඇති කිරීම සඳහා තමන් කුමක් කළ යුතුද යන්න පිළිබඳව ඔවුන් සියලු දෙනාටම ස්ථිර අදහස් තිබුණා."

හිදයා මුඩි, පහසුකම් සලසන්නා, ටැන්සානියාව

"ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ සැසිවල දී සිදු කරන ලද ක්‍රියාකාරකම් තමන්ගේ කුසලතා වැඩිදියුණු කර ගැනීමට සහභාගිවූවන්ට උපකාරී වුණා - එහි ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ඔවුන් සමාජ පරිවර්තකයින් ලෙස වඩාත් සාර්ථක වනු ඇත."

හමාම් හදාද්, පහසුකම් සලසන්නා, ජෝර්දානය

"පක්ෂව පෙනී සිටීම, දැනුවත්භාවය ඇති කිරීම සහ ඒකරාශී කිරීම හරහා නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා අඛණ්ඩව, එක්ව කටයුතු කරන කණ්ඩායමක් පිහිටුවා ගැනීමට සහභාගිවූවන් තීරණය කළා."

උකොහා හිග්වොබියා, පහසුකම් සලසන්නා, හයිටරියාව

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

1. ආරම්භක අභ්‍යාසය: මට ප්‍රශංසා කරන්න මි. 5

විස්තරය

එක් එක් සහභාගිවන්නා තමන්ගේ වම් අත පැත්තේ සිටින පුද්ගලයාට අගය කරන යමක් පවසමින් කවය වටා ගමන් කරයි.

අරමුණ

එක් එක් පුද්ගලයා කණ්ඩායමට ලබා දෙන සුවිශේෂී ලක්ෂණ සහ කුසලතා ඉස්මතු කර පෙන්වමින්, ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ දී සෑම අයෙකුගේ ම දායකත්වය වැදගත් වන බව අවධාරණය කිරීම.

අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය

සියලු දෙනා ම කවයක අසුන් ගන්න. සෑම අයෙක්ව ම මෙම සැසියට සාදරයෙන් පිළිගෙන, විකිහෙකාට අගය කිරීමෙන් අද දින සැසිය ආරම්භ කරන බව පවසන්න!

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

සෑම දෙනාම තමන්ගේ වම් අත පැත්තේ අසුන්ගෙන සිටින පුද්ගලයා දෙස බලා ඒ පුද්ගලයා මෙම කණ්ඩායමට එකතු කරන එක් වැදගත් දායකත්වයක් ගැන සිතිය යුතුය - උදාහරණ ලෙස, කණ්ඩායමට හොඳ අදහස්, අත්දැකීම් හෝ විනෝදය/හාසය එකතුකරනවා විය හැක.

ඔබ කණ්ඩායම වටා ගමන් කරන අතරතුර, එක් එක් පුද්ගලයා තමන්ගේ වම් අත පැත්තේ සිටින පුද්ගලයා දෙසට හැරී එම පුද්ගලයා කණ්ඩායමට ලබා දෙන දායකත්වය පිළිබඳ විචනයක් හෝ දෙකක් පවසන ලෙස සියලු දෙනාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

අභ්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය

මෙතරම් විශිෂ්ට වීම සම්බන්ධයෙන් සියලු දෙනා ම තමන්ට ම අත්පොළසන් නාදයක් ලබා දෙන ලෙස කණ්ඩායමට පවසන්න! පහත දැක්වෙන කරුණු සඳහන් කරන්න:

- අපි සෑම අයෙකුට ම සුවිශේෂී ලක්ෂණ තිබෙනවා - අපි විකිහෙකාගේ ඒ ගුණාංග උගනුපුරුණය කරනවා. සෑමදෙනාගේ ම දායකත්වය අපට වැදගත්.
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට ගරුකරන ප්‍රජාවන් ගොඩනැගීමත් විලෙසමයි - අපි වඩාත් සාර්ථක වන්නේ සියළු දෙනා එකට එක්ව වැඩ කළ විට යි. කෙතරම් සුළු වුවත් සෑම අයෙකුගේ ම දායකත්වය වැදගත් වෙනවා. මන්ද යත්, අපි සියලු දෙනා ලබා දෙන සුළු දායකත්වයන් එකතු වූ විට, පරිවර්තනයක් ඇතිකර ගැනීම සඳහා වන මහා බලවේගයක් ගොඩනැගෙනවා.
- මෙම සැසියේදී සහ මිලුග සැසියේ දී අපි ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමටයි සූදානම් වෙන්නේ. සෑම දෙනාට ම ඒ සඳහා තමන්ගේ සුවිශේෂී දායකත්වය ලබා දිය හැකි බව අපි සහතික කර ගනිමු!



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

2. සාකච්ඡා අභ්‍යාසය: ප්‍රශ්නය කුමක්ද? මි. 52

විස්තරය සහ අරමුණ

සහභාගිවන්නන් මෙම අභ්‍යාසයේ දී, තමන්ට ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස්කර ගැනීමට අවශ්‍ය නිශ්චිත ප්‍රශ්න තෝරාගනු ලැබේ. සියලු දෙනා ම මෙම ක්‍රියාවලියට දායක වන බව මෙහිදී යොදාගන්නා ක්‍රමවේදය මගින් සහතික කරයි.

සම්පත්

- පෙර සැසියේ දී යොදා ගත් 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසි 5.
- අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදැසි.
- ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදැසි සහ පෑන්.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

පෙර සූදානම

'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අභ්‍යාසයේ දී ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කණ්ඩායම් කීයක් සාදන්නේ දැයි තීරණය කරන්න (137 වැනි පිටුව බලන්න). එක් කණ්ඩායමකට සාමාජිකයින් 4 - 8 දෙනෙක් පමණ අවශ්‍ය වේ. කණ්ඩායම් වශයෙන් ආපසු වාර්තා කිරීම සඳහා (මිලඟ සැසියේ දී) ඇත්තේ සීමිත කාලයක් වන බැවින් කණ්ඩායම් තුනකට සීමා කරන්නේ නම් වඩාත් සුදුසු ය.

අභ්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය මි. 2

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම/ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදසි වටා රැස්වන මෙන් සියලු දෙනාට පවසා, පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

මෙම පාඨමාලාවේ අරමුණ අපගේ ප්‍රදේශයේ ප්‍රජාවන් තුළ සමාජ පරිවර්තකයින් වීමට අපට උපකාර වීම යි. අපගේ අවසාන සැසි දෙකේ දී අපි අපගේ ප්‍රජාවන් තුළ තිබෙන ප්‍රශ්නයක් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම සඳහා කණ්ඩායම්වලට යොදා ගත හැකි ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරන්නෙමු. එම ප්‍රශ්න මොනවාද යන්න මෙහිදී ඇතිවන ප්‍රශ්නය වේ.

අපි 'අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම අභ්‍යාසයේ දී ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධයෙන් අපගේ ප්‍රජාව තුළ තිබෙන ප්‍රශ්න මොනවාද යන්න හඳුනාගත්තෙමු. අපි ඒ මත පදනම්ව ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් බුද්ධිකලමිභනය කර අපි කැමතිම ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් තෝරාගත්තෙමු. මේ එක් එක් අදහස ප්‍රශ්නයක් යැයි අපි සලකන දෙයක් සමග සම්බන්ධ වූ අදහස් වේ.

මෙම අභ්‍යාසයේ දී, අපි හඳුනාගෙන ඇති ප්‍රශ්න අතරින් තෝරා ගෙන, ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ප්‍රශ්න තෝරා ගන්නෙමු. ඇත්ත වශයෙන් ම, විසඳිය යුතු වන තවත් බොහෝ මානව හිමිකම් ගැටළු තිබේ. අද අපි අවධානය යොමු කරන්නේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳව වන නමුත් ඔබ මෙහිදී ඉගෙන ගන්නා කුසලතා ප්‍රජාව තුළ පවතින ඕනෑම වර්ගයක ප්‍රශ්නයක් සඳහා ක්‍රියාත්මක සැලැස්මක් සකස් කිරීමට යොදාගත හැකියි.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 50

● **සිතන්න (මි. 5)**

- 'ක්‍රියාකාරී අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදසිවල ඇති අදහස් දෙස, විශේෂයෙන්ම 'අපගේ ප්‍රියතම ක්‍රියාකාරී අදහස්' දෙස බලන මෙන් සහභාගිවන්නන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එහිදී පහත ප්‍රශ්න පිළිබඳව හිතා බලන ලෙස පවසන්න:
 - අපගේ ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් වලින් නිරාකරණය කිරීමට උත්සාහ දරන්නේ කුමන ප්‍රශ්නයද?
 - මෙම ප්‍රශ්න අතරින් නිරාකරණය කිරීමට වඩාත් ම වැදගත් වන්නේ කුමන ප්‍රශ්න ද?
 - අපිට පරිවර්තනයක් සිදු කළ හැක්කේ කුමන ප්‍රශ්න සම්බන්ධයෙන් ද?

● **යුගල සාකච්ඡාව (මි. 10)**

- යුගල වශයෙන් බෙදෙන ලෙස සහභාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඉන් පසු පහත සඳහන් කාර්යය පැහැදිලි කර දෙන්න:
 - ඔබගේ යුගලය එක්ව, ඔබ සිතන අන්දමට වඩාත් ම වැදගත් වන්නේ සහ අපිට වෙනසක් සිදු කළ හැකි වන්නේ කුමක් සම්බන්ධයෙන්ද යන්න මත පදනම්ව, අපි අද ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කළ යුතු යැයි ඔබ සිතන එක් ප්‍රශ්නයක් තෝරාගන්න. ප්‍රශ්නය අර්ථදැක්වීමේ දී හැකිතාක් යථාර්ථවත් සහ නිශ්චිත වීමට උත්සාහ දරන්න. උදහරණයක් ලෙස, ප්‍රශ්නය 'නොරිස්සීම' යනුවෙන් සඳහන් කරනවා වෙනුවට ඔබට මෙසේ කිව හැකියි:
 - ප්‍රදේශයේ පාසලේ දී සුළුතර කණ්ඩායම්වල ළමයින් පීඩාකිරීම් වලට මුහුණ දෙති, හැර නොත්
 - ප්‍රදේශයේ ආගමික හෝ දේශපාලන නායකයින් වෙරි ප්‍රකාශ භාවිතා කරති.
 සුළුතර කණ්ඩායම්වල (හැර නොත් සියලු ම) කාන්තාවන් අවදනම් සහගත යැයි කියනවා වෙනුවට ඔබට මෙසේ කිව හැකියි:
 - ගැහැණු ළමයින් (සුළුතර කණ්ඩායම්වල) පාසලෙන් ගිලිහීමේ අනුපාත ඉතා ඉහළ ය,
 - කාන්තාවන්, විශේෂයෙන් ම සුළුතර කණ්ඩායම්වල කාන්තාවන් මහමග දී හිරිහැරවලට ලක්වේ, හැර නොත්
 - අඩු වයසින් බලහත්කාරයෙන් විවාහ කර දෙති.
 රජය විසින් වෙනස්කොට සලකනු ලබන බව කියනවා වෙනුවට ඔබට මෙසේ කිව හැකියි:
 - ප්‍රදේශයේ පොලීසිය සුළුතර කණ්ඩායම් වලට වරෙහි අපරාධ සම්බන්ධයෙන් හිස පරිදි විමර්ශන සිදු නොකරයි.
 - යම් සුළුතර ප්‍රජාවට ආගමික ස්ථානයක් ඉදිකර ගැනීම සඳහා අවසර ලබාගත නොහැක.

ඉඟිය! මෙම උදහරණ වල සඳහන් කර ඇති දේ ඔබගේ සංදර්භයට ගැළපෙන පරිදි හැඩගස්වා ගන්න!

● **බෙදාගන්න (මි. 10)**

තමන් තෝරාගත් ප්‍රශ්නය කුමක්ද යන්න **නව වාක්‍යයන්** ප්‍රකාශ කරන ලෙස සියලු ම යුගල වලින් ඉල්ලා සිටින්න. ඔවුන් පවසන එම වාක්‍ය ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදසියක හෝ වයිට්බෝඩ් එකක වම් පැත්තේ ලැයිස්තුවක් ලෙස ලියන්න. තමන් කැමති ප්‍රශ්නය ඉදිරියේ කතිරයක් ගසා පන්දය පළ කිරීම සඳහා දකුණු පැත්ත හිස්ව තබන්න.

- පන්දය දී තෝරාගන්න** (මි. 20)

කණ්ඩායම ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කළ යුතු යැයි තමන් පෞද්ගලිකව සිතන ප්‍රශ්න දෙක ඉදිරියේ කතිර ගසන මෙන් සියලු දෙනා ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ලැබුණු ප්‍රතිචලය පිළිබඳ කණ්ඩායම සමග සාකච්ඡා කර, ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරගැනීම සඳහා උපරිම වශයෙන් ප්‍රශ්න තුනක් තෝරා ගන්න (ඔබේ කණ්ඩායමේ සිටින මුළු සංඛ්‍යාව 12 දෙනෙකුට වඩා අඩු නම්, ප්‍රශ්න තුනකට වඩා අඩුවෙන් තෝරාගන්න. එක් ප්‍රශ්නයකට සහභාගිවන්නන් අවම වශයෙන් 4 දෙනෙක් බැගින් වත් අවශ්‍ය වේ).

ඔබේ පන්දය ලබාදුන් ප්‍රශ්නය අවසානයේ දී ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා තෝරා ගෙන නොමැති වුවද, ඔබ මේ අවස්ථාවේ දී ඉගෙන ගන්නා ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස්කිරීමේ කුසලතා භාවිතා කරමින් ඔබට පසු දිනෙක එම ප්‍රශ්නය සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස්කරගත හැකිවනු ඇති බව අවධාරණය කරන්න.
- කණ්ඩායම්වලට බෙදෙන්න** (මි. 5)

කවයක් සෑදී සිටගන්නා මෙන් සියලු දෙනා ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඔබ සෑදීමට අපේක්ෂා කරන ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාව අනුව සහභාගිවන්නන්ව අංක කරමින් (උදා: ඔබ සෑදීමට අදහස් කරන කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාව තුනක් නම් 1 සිට 3 දක්වා ගණන් කරමින්) සියලුදෙනාට කණ්ඩායම් වලට වෙන්කරන්න.

එක් එක් කණ්ඩායමට එක් ප්‍රශ්නයක් බැගින් වෙන්කර දී, සැසියේ මිලඟ පියවරවලදී කණ්ඩායම් තමන්ට පැවරුණු ප්‍රශ්නය සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරන බව පවසන්න.

යම් සහභාගිවන්නෙක් තමන් වෙතත් කණ්ඩායමක සිටියා නම් වඩාත් සුදුසු බව තදින් ම සිතන්නේ නම් (අදාළ විෂයය සම්බන්ධයෙන් තමන්ට ඇති දැනුම වැනි හේතුවක් මත) එම පුද්ගලයා සමග කණ්ඩායම් මාරු කරගැනීමට කැමති කිසිවෙක් සිටින්නේ දැයි විමසා බලන්න.

3. ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න

මි. 5

විස්තරය සහ අරමුණ
ප්‍රබෝධමත්කම ඉහළ නැංවීමේ ශාරීරික අභ්‍යාසයකි.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය
රවුමක් සෑදෙන සේ සිටගනිමින් තමන්ට හැකිතරම් පහත් වී වකුටුවී සිටින ලෙස (තමන්ගේ හැකියාවන්ට අනුව) කණ්ඩායමෙන් ඉල්ලා සිටින්න. "පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න: ප-ර්-ව-ර්-ත-න-ය!" යන වචන සියළුදෙනා එක්ව එකවර කොඳුරුමින් පවසන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. එය නැවත නැවතත් පවසන මෙන් සහ පවසන සෑම වාරයක් පාසාම හඬ මදක් වැඩි කරමින් සහ ක්‍රමයෙන් නැගී සිටීමත් පවසන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න. හඬ ක්‍රමයෙන් උස්වෙද්දී කණ්ඩායම ක්‍රමයෙන් කෙලින් සිට ගනියි. අවසානයේ දී සියලු දෙනා තමන්ට හැකිතරම් උස් හඬින් "පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න: ප-ර්-ව-ර්-ත-න-ය-ක් !" කියා කෑ ගසමින් හැකිතාක් උසට උඩ පහිනි.



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

ඉගිය! ආදර්ශයක් දෙමින් නායකත්වය දෙන්න - ක්‍රියාව කරගෙන යද්දී ඔබ ද ඔබගේ හඬ වැඩිකරමින් වඩාත් ප්‍රබල සහ සේනාකාරී වෙන්න!

4. ඉදිරිපත් කිරීම: අපගේ පරිවර්තන ගමන

මි. 10

විස්තරය සහ අරමුණ
මෙම ඉදිරිපත් කිරීමේ අරමුණ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කුසලතා වර්ධනය කිරීමයි. ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය හඳුන්වාදීම සඳහා සහ ඉන් පසුව සිදුකරන අභ්‍යාසයේ දී සහභාගිවන්නන් ක්‍රියාකාරී සැලසුමක් සකස් කිරීමට යොදාගන්නා මෙවලම හඳුන්වාදීම සඳහා මෙහි දී ගමනක් යාම සැලසුම් කිරීම යන උද්‍යෝගය භාවිතා කර තිබේ.



ඉදිරිපත් කිරීම

- සම්පත්**
- මෙම ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත මෙම මාර්ගෝපදේශයේ 140 වැනි පිටුවෙහි දී ඇත.
 - එම පිටපත මෙම සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමේ අංක 3 - 24 දක්වා වූ ස්ලයිඩ් වලට අනුරූප වන අතර, එය මෙම ස්ලයිඩ් සඳහා වන කටීකයාගේ සටහන් වල ඇතුළත් වේ.
 - මෙම පිටපතෙහි සංස්කරණය කළ හැකි Word අනුවාදයක් සැසිය සඳහා වන සම්පත් කට්ටලය සමග සපයා ඇත.

පෙර සූදානම

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සූදානම් වන ආකාරය' නැමති මාතෘකාව යටතේ දී ඇති මග පෙන්වීම්වලට අනුව සැසිය සඳහා සූදානම් වන්න. කථන පිටපත සහ පවර්පොයින්ට් ස්ලයිඩ් කියවා අවශ්‍ය පරිදි වෙනස්කම් සිදු කර ගන්න (නැතහොත් ස්ලයිඩ්වල අඩංගු ප්‍රධාන කරුණු සඳහා ෆ්ලිප් චාර්ට් ප්‍රදර්ශන පත්‍රිකා සාදා ගන්න). ස්ලයිඩ්/ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි භාවිතා කරමින් ඉදිරිපත් කිරීම සිදු කරන ආකාරය පුහුණු වන්න.

ඉගිය! සහභාගිවන්නන්ට ප්‍රශ්න ඇසීමට/අදහස් ඉදිරිපත් කිරීමට තිබේ නම් ඒ සඳහා ඔබගේ ඉදිරිපත් කිරීම අවසන් වන තුරු සිටින ලෙස ඔවුන්ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.

5. කණ්ඩායම් වැඩ: අපගේ පරිවර්තන ගමන මි. 45

විස්තරය සහ අරමුණ

මෙම අභ්‍යාසය මෙම සැසියේ ඉතිරි කොටස පුරා මෙන් ම මිළඟ සැසියේ මුල් කොටස දක්වා ද විහිදී යයි. එහි දී, මෙයට පෙර ඉදිරිපත් කළ ඉදිරිපත් කිරීමේ දී කෙටියෙන් හඳුන්වා දුන් ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ මෙවලම භාවිතා කරමින් කණ්ඩායම් තමන්ගේ ම ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කරනු ඇත. ඔබගේ කණ්ඩායමේ ස්වභාවය අනුව මෙම ක්‍රියාකාරී සැලසුම් ඔබගේ කණ්ඩායම ක්‍රියාත්මක කිරීමට අදහස් කරන සැබෑ සැලසුම් වීමට හෝ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සෑදීමේ කුසලතා ඉගෙන ගැනීම සඳහා සකස් කරන සැලසුම් විය හැක.

කණ්ඩායම් ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි යොදා ගනිමින් තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් දෘශ්‍ය 'ගමනක්' ලෙස ඇඳීම සහ ලිවීම සිදුකරනු ලැබේ.



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය

- සම්පත්**
- එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක බැගින් 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අත්පත්‍රිකාවේ පිටපත්.
 - ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි, ෆ්ලිප්චාර්ට් පෑන්, සහ සාමාන්‍ය පෑන්.

පෙර සූදානම

ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි දෙකක් ගෙන ඒවායෙහි කෙටි පැති දෙක එකට ඇලවීමෙන් එක් දීර්ඝ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක් සාදාගන්න. එක් කණ්ඩායමකට එක බැගින් මෙවැනි දීර්ඝ කඩදාසි සූදානම් කරගන්න.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 5

24 වන ස්ලයිඩය නැවත ප්‍රදර්ශනය කර පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න: මෙම සැසියේ මෙයට කලින් අපි ප්‍රශ්න තෝරාගෙන කණ්ඩායම්වලට බෙදුනෙමු. දැන් ඒ එක් එක් කණ්ඩායම, ඉදිරිපත් කිරීම අතරතුර දී අපි සවන් දුන් 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' නැමති ආකෘතිය යොදාගනිමින් තමන්ට අදාළ ප්‍රශ්නය නිරාකරණය කිරීම සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කිරීමට උත්සාහ කළ යුතු ය.

මෙම ක්‍රියාකාරී සැලසුම් මෙම පුහුණුවෙන් පසු අපිට ක්‍රියාත්මක කිරීමට අවශ්‍ය සැබෑ සැලසුම් විය හැක; නැතහොත්, පසුකාලීනව අපිට යොදා ගත හැකි, ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කුසලතා සංවර්ධනය කර ගැනීමට අපට උපකාරී වන පුහුණු ක්‍රියාකාරී සැලසුම් විය හැක.

ඔබට ඔබගේ පරිවර්තන ගමන ඇඳීම සහ ලිවීම සඳහා යොදා ගැනීම පිණිස කණ්ඩායම්වල මේස මත දීර්ඝ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසියක් තබා තිබේ. ඔබට උපකාරීවීම පිණිස සහ අත්පත්‍රිකාවක් ලෙස ඔබට රැගෙන යාම සඳහා 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' ආකෘතියේ පිටපත් ද තිබේ.

පරිවර්තන ගමන ආකෘතියේ විවිධ අංග භාවිතා කරමින් ඔබගේ කණ්ඩායමට පැවරුණු ප්‍රශ්නය නිරාකරණය කිරීම සඳහා ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසිය මත ක්‍රියාත්මක සැලැස්මක් සකස් කිරීම ඔබට පැවරෙන කාර්යය වේ. ඔබට එය සම්පූර්ණ කිරීම සඳහා මෙම සැසියේ ඉතිරි කාලය සහ මිළඟ සැසියේ මුල් කොටසෙහි කාලය යොදා ගත හැකියි. ඒ සඳහා තිබෙන මුළු කාලය පැය එකකට වඩා මදක් වැඩි කාලයක්.

පහත සඳහන් කරුණු පැහැදිලි කර දෙන අතරතුර 25 වන ස්ලයිඩය ප්‍රදර්ශනය කර තබන්න:

ඔබගේ සැලැස්ම සකස් කර ගැනීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු පියවර පහත සඳහන් වේ:

- සමාජ පරිවර්තකයින් කවුදැයි තීරණය කරන්න: සකස් කරනු ලබන සැලැස්ම ක්‍රියාත්මක කරන පුද්ගලයින් කණ්ඩායම හෝ සංවිධානය කවුරුන්ද?
- ඔබේ කණ්ඩායමට නිරාකරණය කිරීම සඳහා පවරා ඇති ප්‍රධාන ප්‍රශ්නය සටහන් කරන්න.
- ඔබට පරිවර්තනය කිරීමට නැතහොත් වෙනස් කිරීමට අවශ්‍ය නිශ්චිත ආකල්ප, හැසිරීම් හෝ නීති මොනවා දැයි හඳුනාගන්න.
- ඔබේ ප්‍රශ්නය පිළිබිඹු වන ආකාරයේ අරමුණක් සාදාගන්න.
- අපේක්ෂිත ආකල්ප, හැසිරීම් සහ නීති හඳුනාගන්න.

- සම්බන්ධ අනෙක් 'පුද්ගලයින්ව' - වනම් පීඩාවට පත්වූ අය, ප්‍රශ්නයේ කොටසක් වන හැකි තෙක් වෙනසක් ඇතිකිරීමට බලය ඇති පුද්ගලයින්, සංවිධාන හෝ බලධාරීන් විකතුකර ගන්න.
- අරමුණ ඉටුකර ගැනීම සඳහා අවශ්‍ය කරන ඔබගේ උපක්‍රම සහ ප්‍රධාන ක්‍රියාකාරකම් තෝරාගෙන විකතු කරගන්න.
- මෙම ක්‍රියාකාරකම් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා ගත යුතු ප්‍රධාන ප්‍රායෝගික පියවර කිහිපයක් හඳුනා ගන්න.
- සම්බන්ධවන විවිධ පුද්ගලයින්ට ඔබ ලබා දෙන පණිවුඩ මොනවා දැයි හඳුනාගන්න. ඔවුන්ව ඒත්තු ගන්වනු ඇත්තේ කුමන තර්ක මගින්ද?
- අවසන් වශයෙන්, මෙම ක්‍රියාවලිය අතරතුර දී ඔබට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකි අවදනම් මොනවා දැයි සිතන්න.

ඔබ මෙම අනුපිළිවෙලට ම මෙම පියවර ක්‍රියාත්මක කිරීම අනිවාර්ය නොවේ; එහෙත් එසේ කිරීම ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත!

පහත සඳහන් කරුණු අවධාරණය කරන්න:

එක් එක් ප්‍රශ්නය ගැන සිතා බැලීමට දීර්ඝ කාලයක් ගත කළ හැකි වන නමුත් මෙම අභ්‍යාසයේ අරමුණ වන්නේ සැලැස්මක 'සැකිල්ල' සාදා ගැනීමයි - වනම්, සැලැස්මෙහි විශාල පින්තූරය නිර්මාණය කරගැනීමයි. අපි එය ක්‍රියාත්මක කිරීමට තීරණය කළ හොත් අපිට පසුව ඒ පිළිබඳ සිතා බලා තවත් සංවර්ධනය කර ගත හැක.

එක් එක් කොටස සඳහා මිනිත්තු 8 ක් පමණ ගත කිරීමට සැලසුම් කරන්න! මෙය දළ සැලැස්මක් සඳහා කරන බුද්ධි කලමිභනයක් බව මතක තබාගන්න. ක්ෂණිකව ඔබේ සිතට හැඟෙන අදහස් ඒ අයුරින්ම සටහන් කරගන්න. සියලු දේ සැලකිල්ලෙන් යුතුව සංවිධානය කරගැනීමට මේ අවස්ථාවේ කාලය නොගන්න - දළ වශයෙන් සාදාගත් කෙටි වාක්‍යයක් හෝ තරු ලකුණු යෙදූ ලැයිස්තුවක ලියන ලද කරුණු කිහිපයක් ප්‍රමාණවත් වේ.

අපි ෆ්ලිප්වාර්ට් කඩදාසිවල ලියා ඇති ක්‍රියාත්මකවීම් සඳහා අදහස් අමතක නොකරන්න! ඇතැම්විට ඔබට ඉන් එකක් හෝ දෙකක් ඔබගේ සැලැස්මට යොදාගත හැකිවීමට ඉඩ තිබේ.

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 40

වැඩකිරීම ආරම්භ කිරීම සඳහා සියලු දෙනා ම ඔවුන්ගේ කණ්ඩායම්වලට යවන්න. තමන් කුමක් කළ යුත්තේ දැයි ඔවුන් මනාව අවබෝධ කරගෙන තිබේද යන්න තහවුරු කර ගැනීම සඳහා කණ්ඩායමෙන් කණ්ඩායමට ගොස් පරීක්ෂා කර බලන්න.

කාලය පිළිබඳ අවධානයෙන් සිටින්න! මිනිත්තු 10 ක් ගත වූ පසු සහ ඉන් පසුව නිත්‍ය කාල අන්තර වලට පසු තමන්ගේ ලැයිස්තුවේ ඇති මිලඟ ප්‍රශ්නය වෙත යොමු විය යුතු බව සියලු දෙනාට මතක් කර දෙන්න.

කණ්ඩායම් පිළිබඳ අවධානයෙන් සිටීමින්, ඔවුන් මාතෘකාවෙන් බැහැරට යන්නේද සහ නිසි මාර්ගයෙහි ගමන් කරන්නේද යන්න පරීක්ෂා කර බලමින්, ඔවුන් දිරිගන්වමින්, ඔබට හැකි පමණ උපදෙස් ලබා දෙන්න. යම් කණ්ඩායමක් ප්‍රශ්නයකට පිළිතුරක් නොමැතිව සිටී සිටිය නම්, සහ ඔබට ඒ සම්බන්ධයෙන් උපකාරයක් කළ නොහැකි නම්, එම ප්‍රශ්නය අතහැර ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලියේ ඊළඟ පියවරට යොමුවී පසුව හැචතත් වීම කරුණ පිළිබඳ අවධානය යොමු කිරීම සුදුසු බව යෝජනා කරන්න.

6. අවසන් කිරීමේ අදහස් දැක්වීම් මි. 3

සැසිය අවසන් කළ යුතු වේලාව ළංවූ පසු, කණ්ඩායම් දැරූ වෙනස මතස්සිය වෙනුවෙන් ඔවුන්ට සුභපතමින් මිලඟ සැසියේදීත් ඔවුන් ඔවුන්ගේ පරිවර්තන ගමන නැමැති ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීම තවදුරටත් සිදු කරන බව පවසන්න. මෙතැන් සිට මිලඟ සැසිය පවත්වන දිනය දක්වා කාලය තුළ තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම පිළිබඳ තවත් සිතා බලා, මිලඟ සැසියේ දී ඉදිරිපත් කිරීමට යම් අදහසක් තිබේ නම් එය ලියා ගැනීමට ඔවුන්ව දිරිගන්වන්න.



කෙටි කතාබහ

මූලාශ්‍ර

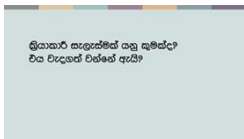
පරිවර්තනයක් සිදු කරන්න: මෙය Hyper Island මෙවලම් කට්ටලයේ ඇති 'Go bananas' කොටසින් උපුටා ගන්නා ලද්දකි: <https://toolbox.hyperisland.com/go-bananas>

ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා කථන පිටපත

අපගේ පරිවර්තන ගමන – ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීම සඳහා දෘශ්‍ය මෙවලමක්

8 වැනි සැසියෙහි ඉදිරිපත් කිරීම සඳහා වන මෙම ලිඛිත පිටපත සැසියේ පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීමෙහි අංක 3 සිට 24 දක්වා වන ස්ලයිඩ් මගින් නිරූපණය කරනු ලැබේ.

ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් යනු කුමක්ද? එය වැදගත් වන්නේ ඇයි?



ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් යනු කුමක්ද සහ එය වැදගත් වන්නේ ඇයි? ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් යනු අපි සිටින තැනින් අපිට යාමට අවශ්‍ය තැනට යන්නේ කොහොමද කියන කාරණයයි.

අපි දීර්ඝ ගමනක් යන්නේ නම්, අපි ගමන් කරන්නේ කොහොමද කියා සැලැස්මක් සහ මාර්ග සිතියමක් තියෙනවා නම් හොඳයි. සමහර විට අපි බස් නැවතුම වෙත පයින් ඇවිද ගොස්, බස් රථයෙන් දුම්රිය ස්ථානයට ගොස්, එතැන් සිට දුම්රියෙන් ගමන් කර, ගමනේ අවසාන කොටස කුලී රියකින් යනවා වෙන්නට පුළුවන්. අපි සිතියමක් සහ සැලැස්මක් නැතිව ගිය හොත් අපිට මේ ගමනේ ගමනාන්තයට යන්නට නොහැකි වෙන්නට ඉඩ තිබෙනවා, නැතිනම් ඒ සඳහා වැඩි කාලයක් ගතවිය හැකියි.



ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් කියන්නේ සිතියමක් සහ ගමන් සැලැස්මක් වගේ දෙයක් – එය අපේ අරමුණ වෙත ගමන් කිරීම සඳහා අපි අනුගමනය කිරීමට සැලසුම් කරන පියවර සිතියම්ගත කර, අපිට උපාය මාර්ගිකව සහ කල්පනාකාරීව කටයුතු කිරීමට උපකාරී වෙනවා.

අපි නැමෝම ක්‍රියාකාරී සැලසුම් හදනවා. සමහර සැලසුම් හරිම සරලයි, ඒවා ඉඩේම වාගේ අපගේ මනසේ ඇඳෙනවා. ඒවා අපේ මතකයේ රැඳී තිබෙනවා. නමුත්, සංකීර්ණ ප්‍රශ්න වලදී, ඒ කියන්නේ අපි කලින් නොකළ දෙයක් කරන විට සහ කණ්ඩායමක් ලෙස එකට එකතු වී වැඩ කරන විට, අපි එයට වඩා සැලකිලිමත්ව සියලු දෙනාට ම මතක තබා ගත හැකි විදියට සැලැස්ම ලියා ගැනීම වැදගත් වෙනවා.



මෙම ඉදිරිපත් කිරීමේ ඉතිරි කොටසේ දී අපි ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කර ගැනීම සඳහා 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' නැමති සරල දෘශ්‍ය මෙවලම භාවිතා කරන ආකාරය ඉගෙන ගැනීමටයි අපි සූදානම් වෙන්නේ.

ගමන් කරන්නෝ



අපි පරිවර්තනයක් ඇතිකරන ගමනක් යාම සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සාදා ගැනීමේ දී ඇතිවන පළමු ප්‍රශ්නය තමයි 'අපි කවුද' කියන ප්‍රශ්නය.

පරිවර්තනයක් ඇති කිරීමේ ගමනක යෙදෙන මේ අය කවුද? සමහර අය පයින් ඇවිද යද්දී සමහර අය මෝටර් රථයක නැති නම් ගුවන් යානයක ගමන් කරන්නා වාගේ පුද්ගලයින්, සංවිධාන සහ කණ්ඩායම් වශයෙන් අපට තිබෙන අවස්ථා, අපේ ශක්තීන් සහ දුර්වලතා විවිධාකාරයි; අපි මුහුණ දෙන අවදානම් විවිධාකාරයි. 'අපි කවුද?' කියා අසමින් ආරම්භ කිරීම මෙම කරුණු සිතේ තබාගන්න අපට උපකාරී වෙනවා.



අපි පරිවර්තනය සඳහා යන ගමනක් සිතීන් මවාගෙන, අපි අපේ නගරයේ ජීවත් වන විවිධ ආගම්වලට අයත් තරුණ මිතුරු පිරිසක් යැයි සිතමු.

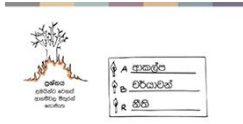
අපේ ආරම්භක ස්ථානය



අපි ගමනක් යාමට සැලසුම් කරද්දී, මුලින් ම දැනගත යුතු දේ අපේ ගමනේ ආරම්භක ස්ථානයයි. පරිවර්තනයක් සඳහා යන ගමනක් ආරම්භ වෙන්නේ ප්‍රශ්නයක් ඇති තැනකින් බැවින් අපි එම ප්‍රශ්නය කුමක්දැයි අර්ථදක්වා ගනිමින් කාර්යය පටන් ගත යුතුයි.



අපේ ප්‍රශ්නය අර්ථදක්වා ගැනීම වඩාත් නිශ්චිත වන තරමට, පරිවර්තනයක් ඇති කළ යුතු ආකාරය හඳුනා ගැනීම පහසු වෙනවා. එම නිසා, මෙතැන තිබෙන ප්‍රශ්නය 'නොරිස්සීම' යැයි නොකියා අපිට 'ළමයින්ට අනෙක් ආගමික ප්‍රජාවන්ට අයත් මිතුරන් නොමැතිවීම' යැයි කිව හැක. එය, අඛණ්ඩව සිදුවෙමින් පවතින නොරිස්සීමෙහි ප්‍රතිඵලයක් මෙන් ම එයට හේතුවක් ද වෙනවා.



මෙවැනි ප්‍රශ්නවලට පදනම සෑදීමට දායක වෙන විවිධ හේතු සාධක තිබෙනවා. එවැනි හේතු සාධක කිහිපයක් පහත දැක්වෙන ආකාරයේ ඒවා විය හැක:

- මිනිසුන් තුළ ඇති ප්‍රශ්නකාරී ආකල්ප,
- ප්‍රශ්නකාරී හැසිරීම්, එනම් මිනිසුන් කරන දේ,
- හැකි නම් ප්‍රශ්නකාරී හිතී රීති හෝ ප්‍රතිපත්ති.

මෙම ආකල්ප, හැසිරීම් සහ හිතී රීති විකල්පවලට ප්‍රශ්නය නිර්මාණය වෙනවා. එම නිසා, අපි හඳුනාගෙන ඇති ප්‍රශ්නයට අදාළ වන, අප විසින් වෙනස්කර ගත යුතු, හැකි නම් පරිවර්තනය කරගත යුතු ආකල්ප, හැසිරීම්, හෝ හිතී රීති මොනවාද?



අපේ මේ උදාහරණයට අනුව අපිට සමහරවිට මෙහෙම කියන්න පුළුවන්: 'තමන්ගේ ළමයින්ට වෙනත් ආගමික යාච්චන් සිටීම ගැන මවුපියන්ට සෘණාත්මක ආකල්ප තිබෙනවා', හැකි නම් 'වෙනස් ආගමික ළමයින්ට පාසලේ දී පීඩා කිරීම සම්බන්ධයෙන් පාසල කිසිත් නොකර එය ඉවසා සිටිනවා', එසේත් නැති නම් 'වෙනස් ආගමික ළමයින්ට යාළු මිතුරුන් විදියට ඉන්න අවසර දිය යුතු නැතැ කියා ප්‍රදේශයේ ආගමික නායකයින් කියනවා.' මේවා අපේ මේ ප්‍රශ්නයට දායක වන ආකල්ප, හැසිරීම් සහ හිතී රීති.

අපේ ගමනාන්තය



අපි පරිවර්තනයක් හැකි නම් වෙනසක් ඇතිකිරීමේ ගමනක් යන විට, අපිට අවසානයේ දී යාමට අවශ්‍ය තැන දැනගෙන සිටීම වැදගත්! අපේ ගමනාන්තය නිර්වචනය කිරීම තරමක් සංකීර්ණ දෙයක්. අපි සියලු දෙනාට ම අවශ්‍ය සාමය, යුක්තිය සහ වෙනස්කොට නොසැලකීම කියන දේවල් වෙත ප්‍රගා විමටයි! එහෙත් අපි යම් කිසි කාල රාමුවක් තුළ අපට සාක්ෂාත් කරගන්න පුළුවන් මොනවාද කියන කාරණය ගැන සත්‍යවාදීව සහ යථාර්ථවාදීව සිතන්නට අවශ්‍යයි.



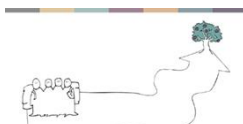
උදාහරණයක් විදියට 'ළමයින්ට අනෙක් ආගමික ප්‍රජාවල මිතුරන් සිටිය' යන්න අපේ අරමුණ වෙන්න පුළුවන්. එම අරමුණට ප්‍රගාවෙන්, දැනට තියෙන අහිතකර ආකල්ප, හැසිරීම් හා හිතීරීති වෙනුවට අපි දැක්වන කැමති කුමන විශේෂිත ආකල්ප, හැසිරීම් සහ හිතීරීති ද?

උදාහරණ ලෙස, 'අනෙක් ආගමික ළමයින් සමග මිතුරුවීමට මවුපියන් දරුවන්ට දිරිගන්වන' හෝ 'පාසලේ දී පීඩා කිරීම සම්බන්ධයෙන් පාසල සක්‍රියව ක්‍රියාත්මක වෙයි' හෝ 'ආගමික නායකයින් විවිධ ආගමික ප්‍රජාවල ළමයින් අතර මිත්‍රත්වය දිරිගන්වන' වැනි දෑ.

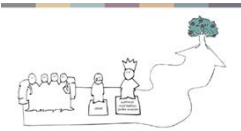


අපේ ප්‍රශ්න සහ අරමුණු හරියට කන්නාඬියකින් ඒ එක එකෙහි පෙනෙන රූපවලට සමාන බව දැන් ඔබට පෙනෙනවා ඇති. අපේ පරිවර්තන ගමනේ රාමුව අර්ථ දක්වන්නේ මේ ප්‍රශ්නය සහ අරමුණ මගිනුයි. මේ වෙනස හැකිනම් පරිවර්තනය ඇතිකරන ක්‍රියාවලිය ආරම්භ වන්නේ කොතැනින්ද? අපට එය රැගෙන යාමට අවශ්‍ය කරන්නේ කොතැනකද?

අතරමගදී අපට හමුවන මිනිසුන්



අපි දීර්ඝ ගමනක් යන අතරමගදී අපට විවිධ අය හමුවෙන්න පුළුවන්. අපි යන දිශාවට ම යන තවත් මගීන්, අපට ටිකටි තිබේදැයි පරීක්ෂා කර බලන ටිකටි පරීක්ෂකවරුන්, අපව නවත්වන හෝ වෙනත් මගකට යොමු කරන මාර්ග බාධක ඇතිකරන අය මෙසේ අපට හමුවන පුද්ගලයින් අතර ඉන්නවා. ඉතින්, ඒ විදියට අපට අතරමගදී හමුවෙන්නේ කවුද?



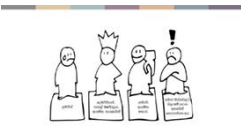
ඒ ඇය අතර මෙවැනි පුද්ගලයින් ඉඳිවි:

- ප්‍රශ්නයෙන් පීඩාවට පත්වුණා ඇය (අපේ උදාහරණයේ නම්, ළමයින්)
- මේ ප්‍රශ්නය සම්බන්ධයෙන් යමක් කිරීමට බලය ඇති ඇය (උදාහරණ ලෙස පාසලේ පරිපාලනය සහ ගුරුවරුන්, ආගමික නායකයින්).



ඒ වගේම පහත සඳහන් ආකාරයේ පුද්ගලයින්හුත් සිටින්න පුළුවන්:

- අපේ අරමුණට ම යන, මෙම ගමන අතරතුර අපට උදව් කළ හැකි තවත් අප වැනි ම මගීන්. අපේ උදාහරණයේ දී ප්‍රාදේශීය අන්තර්-ආගමික කමිටු අපේ මිතුරන් විය හැකියි.
- එසේ නැති නම්, අපේ අරමුණට විරුද්ධ, අපේ ගමනට බාධා කරන ඇය. සමහර විට අපේ ප්‍රජාවේ ඉන්න, සමාජ මාධ්‍ය වලට බලපෑමක් ඇති කරන, අන්‍යයින් නොරැස්සන කෙනෙක් වියට උදාහරණයක් ලෙස දැක්විය හැකියි.



අපි ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් ලියන විට, මේ පුද්ගලයින්, සංවිධාන සහ ආයතන කවුදැයි සිතා බැලීම හොඳ දෙයක්. එවිට අපි උපක්‍රම තෝරාගෙන අපේ ක්‍රියාමාර්ග සැලසුම් කරන විට අපට ඒ ඇය ගැන සිතේ තබාගෙන කටයුතු කරන්න පුළුවන්.

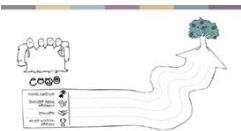
පරිවර්තනය සිදු කිරීම සඳහා අපට උපකාර කළ හැක්කේ කාටද? අපි ඒත්තු ගැන්විය යුත්තේ කාටද – සහ කුමක් පිළිබඳවද? පරිවර්තනයක් සිදුකිරීමේ ගමන අතර මැද බාධා කරනු ලැබීමට ඉඩ තිබෙන්නේ කවුරුන් විසින්ද?

මාර්ගය තෝරාගැනීම



සාමාන්‍යයෙන් එක් තැනක සිට තවත් තැනකට යාම සඳහා විවිධ ක්‍රම කිහිපයක් තිබිය හැකියි. ඒ කියන්නේ විවිධ මාර්ග වාගේම විවිධ ප්‍රවාහන ක්‍රම තියෙන්න පුළුවන්. ඉතින් අපි ගන්නේ ඒ කුමන මාර්ගයද?

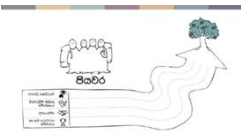
අපේ මාර්ගය තීරණය වෙන්නේ අපි යොදාගන්නා උපක්‍රම අනුවයි. දැනුවත්තාවය වර්ධනය කිරීමේ සිට පක්ෂව පෙනී සිටීම සහ උල්ලංඝන ලේඛනගත කිරීම දක්වා අපිට තෝරාගැනීමට විවිධ උපක්‍රම 15 ක් තිබෙන බව මතක තබා ගන්න. අපි දැනටමත් මෙම උපක්‍රම යොදා ගැනීම සඳහා වන ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස් විශාල ප්‍රමාණයක් ඉදිරිපත් කර තිබෙනවා! දැන් ඔබට ඒවා භාවිතා කළ හැකියි!



අපගේ උදාහරණ ලෙස, අපි අන්තර් ආගමික පාපන්දු කණ්ඩායමක් නිර්මාණය කර ළමයින්ගේ මනස තුළ පරිවර්තනයක් ඇතිකිරීමට අවධානය යොමු කරනවාද, නැත නොත්, පීඩා කිරීම් සිදුවූ අවස්ථා ලේඛනගත කර ඒ සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාමාර්ග ගන්නා ලෙස පාසලේ පරිපාලනයෙන් ඉල්ලා සිටීම ගැන අවධානය යොමු කරනවාද? නැත නොත් වඩාත් ම හොඳින් විවිධත්වය ප්‍රවර්ධනය කරමින්, පන්ති කාමරය තුළ සියලු දෙනාට ම ගරුකිරීම සහතික කරන ගුරුවරයා සඳහා විශේෂ සම්මානයක් සුදුසුකම් කර, ධනාත්මක සම්බන්ධතා ප්‍රවර්ධනය කරන ගුරුවරුන්ට දිරිගැන්වීම් ලබාදීම කෙරෙහි අවධානය යොමු කරනවාද? නැතිනම්, අන්තර් ආගමික මිත්‍රත්ව දිරිගැන්වීම සඳහා ආගමික නායකයින්ව පෙළඹවීම පිළිබඳ සිතා බලනවාද? එසේත් නැත නොත් මෙම ක්‍රියාමාර්ගවල සම්මිශ්‍රණයක් යොදා ගන්නවාද?

අපිට කළ හැකි විවිධාකාර දේ බොහෝ තිබෙනවා. අපිට ඒ සියල්ල ම කළ නොහැකියි, නමුත් මෙහිදී අපිට සාර්ථකත්වයක් ලබාගැනීමට නම් එකකට වඩා වැඩි ක්‍රියාමාර්ග සංඛ්‍යාවක් ගැනීමට සිදුවේවි. උදාහරණයක් ලෙස ප්‍රධාන ආගමික නායකයින් පාපන්දු කණ්ඩායමට විරුද්ධ වන්නේ නම්, සහ පාපන්දු කණ්ඩායමට බැඳීමට කිසිවෙක් නිරතයව ඉදිරිපත් නොවන්නේ නම් පාපන්දු කණ්ඩායමක් ආරම්භ කිරීම පළක් නැති ක්‍රියාවක් වෙන්න පුළුවන්. සාර්ථක ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක සාමාන්‍යයෙන් එකිනෙකට වෙනස්, වහෙත් එකිනෙක උනන්දුකරණය කරන උපක්‍රම කිහිපයක එකතුවක් අඩංගු වෙනවා.

ගමනේ පියවර



භාවිතා කරන්නේ කවර උපක්‍රම දැයි තීරණය කළ පසු අපි ඒවා භාවිතා කරන්නේ කෙසේද යන්න සිතා බැලිය යුතුය. අපි ගත යුතු ප්‍රත්‍යක්ෂ පියවර මොනවාද, සහ ඒවා ගත යුතු අනුපිළිවෙල කුමක්ද? අපි තෝරාගෙන ඇති එක් එක් උපක්‍රමයට අදාළව කවුරුන් විසින් කුමන වේලාවක කුමන කාර්යයක් කරනවාද? අපි පාපන්දු කණ්ඩායම සංවිධානය කිරීම සහ ප්‍රවර්ධනය කිරීම හෝ සම්මිශ්‍රණයක් පැවැත්වීම සඳහා ප්‍රායෝගිකව කටයුතු කරන්නේ කොහොමද? ආගමික නායකයින් සමග කථා කරන්නේ කවුද? ඒ කුමන ආගමික නායකයින් සමගද?

පණිවුඩය



අපි මිනිසුන්ට කටා කරන විට අපි ඔවුන්ට කියන්නේ මොනවා දැයි සිතා බැලිය යුතුයි. අප සමග සම්බන්ධ වීමට අපේ මිතුරන් කරගත හැකි අයව ඒත්තු ගැන්වීම හෝ තමන්ගේ ආකල්ප හෝ හැසිරීම් වෙනස් කරගැනීම සඳහා මිනිසුන්ව ඒත්තු ගැන්වීම සිදු කළ හැක්කේ කවර ආකාරයේ තොරතුරු හෝ තර්ක මගින්ද? විරුද්ධත්වයන් වල්ලවීම වැළැක්වෙන ආකාරයෙන් අපගේ පණිවුඩය සකස් කළ හැකි ක්‍රම තිබෙනවාද?

උදාහරණයක් ලෙස, විවිධ ප්‍රජාවන් සමග සම්බන්ධතා ගොඩනගා ගැනීම තම දරුවන්ගේ අනාගතයට කෙතරම් ප්‍රයෝජනවත් වන්නේද යන්න පිළිබඳ තොරතුරු මෙන් ම පාපන්දු කණ්ඩායමේ දී තම දරුවන් සුරක්ෂිත බව සහ ඔවුන්ව හොඳින් රැක බලාගන්නා බව සහතික කරන ප්‍රායෝගික තොරතුරු දෙමව්පියන්ට අවශ්‍ය විය හැකියි.

අපි පාපන්දු කණ්ඩායම මෙහෙයවීම සඳහා විවිධ ආගමික ප්‍රජාවන්ට අයත් වැඩිහිටියන් සම්බන්ධ කරගන්නේ කෙසේද යන්න දැනගැනීමට ප්‍රාදේශීය අන්තර් ආගමික සභාව උනන්දුවක් දක්වනු ඇත.

ප්‍රමාදයට පීඩා කිරීමට වරෙන් ප්‍රතිපත්තියක් තිබීම පාසලේ පැතිකඩ වැඩිදියුණු කිරීම සඳහා යොදා ගත හැක්කේ කෙසේ දැයි ඇසීම මගින් පාසලේ පරිපාලනය දිරිමත් විය හැකියි.

බාධක සහ අවදානම්

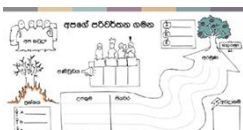


දීර්ඝ සහ දුෂ්කර ගමනක දී මගීන්ට විවිධ බාධක, අන්තරායන්, සහ කුණාටු වලට මුහුණ දීමට සිදු විය හැකියි. එහෙත් තමන්ගේ ගමනාන්තයට ප්‍රභාවීමට හම් ඔවුන් ඒවා මගහරිමින් හෝ මැඩපවත්වා ගනිමින් ඉදිරියට යා යුතු යි. සියලු ම පරිවර්තන ක්‍රියාවලීන්ට බාධක සහ අවදානම් ද ඇතුළත් වෙතවා. අපි ඉදිරිය ගැන සිතා හැකිතාක් සුරක්ෂිත මාර්ගයක් තෝරා ගන්නේ නම් සහ මතු විය හැකි විවිධ තත්වයන්ට මුහුණ දෙන ආකාරය සැලසුම් කරන්නේ නම් අපට විය ප්‍රයෝජනවත් වෙතවා.

ඉතින්, අපි ගන්නට අදහස් කරන ක්‍රියාමාර්ග ගත හොත් අපට මුහුණ දෙන්නට සිදු වන බාධක සහ අවදානම් මොනවාද? මෙම ක්‍රියාමාර්ග අතරින් කවරක් හෝ අතිශය අවදානම් සහිතද? අපිට අවදානම අවම කරගත හැකි ක්‍රම තිබෙනවාද?

උදාහරණ ලෙස: ඇතැම් පසුබිම් තුළ, අන්තර් ආගමික පාපන්දු කණ්ඩායම පිළිබඳ ප්‍රාදේශීය ශූවන් විදුලියෙන් ප්‍රචාරය කිරීම වචනි දේ නොරැස්සන යම් යම් කණ්ඩායම්වල අවධානය වියට යොමු වී වම කටයුතු වලට වරෙන්ව විරෝධතා සංවිධානය කිරීමට හේතු විය හැකියි. නිහඬව වම කාර්යය ආරම්භ කර ක්‍රමයෙන් මහජන සහාය ලබා ගැනීමට අපට සිදුවිය හැකියි.

සමාජිකය



අපි දැන් ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සාදා ගැනීමේ ක්‍රියාවලිය පිළිබඳ කටා කර අවසන්. අපගේ පරිවර්තන ගමන සඳහා පහත සඳහන් දේ අවශ්‍ය බව අපි දැන් දන්නවා:

- ආරම්භක ස්ථානයක් – අපගේ ප්‍රශ්නය
- ගමනාන්තයක් – අපගේ අරමුණ
- අතරමගදී අපට හමුවන අය – මිතුරන්, විරුද්ධවාදීන් සහ අපිට යම් ආකාරයකින් බලපෑමක් කිරීමට අවශ්‍ය අය
- මාර්ගය – අපි භාවිතා කරන්නට යන උපක්‍රම සහ ඉදිරියට යාම සඳහා අපි ගත යුතු ශක්තිමත් පියවර
- අපි ලබා දෙන පණිවුඩය පිළිබඳව සහ අතරමගදී අපිට මුහුණ දීමට සිදුවිය හැකි අවදානම් පිළිබඳවත් අපි සිතා බැලුවා.

ඔබට භාවිතා කිරීමට අවශ්‍ය ඕනෑම වර්ගයක උපක්‍රමයක් සඳහා සරල හෝ ගැඹුරු ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සාදා ගැනීමට මෙම ක්‍රියාවලිය භාවිතා කරන්න ඔබට පුළුවන්.

ඉතින්, ඔබ ක්‍රියාත්මක වීමට කැමති ප්‍රශ්නයක් සම්බන්ධයෙන් පරිවර්තන ගමනක් යාම සඳහා ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කරගනිමින් ඔබ විසින් ම මෙය ක්‍රියාත්මක කර බැලීමේ අවස්ථාව පැමිණ ඇත!

9 වැනි සැසිය

අපගේ පරිවර්තන ගමන (තවදුරටත්)

සැසිය පිළිබඳ දළ විශ්ලේෂණය

8 වැනි සැසියේ දී ආරම්භ කරන ලද ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ ක්‍රියාවලිය 9 වැනි සැසියේ දී ද තවදුරටත් ක්‍රියාත්මක කරනු ලැබේ. පාඨමාලාවේ අවසන් සැසිය වන මෙය ඇගයීම් අභ්‍යාසයකින් සහ සැමරුමකින් අවසන් වේ.

8 වැනි සැසිය සහ 9 වැනි සැසිය පොදු ඉගෙනීමේ අරමුණු වලින් සහ තනි ඉගෙනුම් ක්‍රියාවලියකින් එකිනෙක 'සම්බන්ධ' වී තිබේ. මෙම සැසියේ ඉගෙනීමේ අරමුණු දැනගැනීම සඳහා 8 වැනි සැසියට අදාළ සැසි සැලැස්ම බලන්න.

සැසියේ අන්තර්ගතය සහ වෙන්කරන කාලය

9 වැනි සැසිය පැය 2 මිනිත්තු 30 ක් පමණ වන වඩාත් දීර්ඝ සැසියක් ලෙස සැලසුම් කර තිබේ. කෙසේ වෙතත්, සැසියේ දිග සහ එහි විවිධ අංග සඳහා වෙන් කරනු ලබන කාලය තීරණය වන්නේ පූර්ණ කණ්ඩායම් වෙත නැවත චාරිතා ඉදිරිපත් කළ යුතු වන කණ්ඩායම් සංඛ්‍යාව මත යි. ඔබට කණ්ඩායම් තුනකට වඩා ඇත්නම්, ඔබට වඩාත් දීර්ඝ සැසියක් අවශ්‍ය වනු ඇත. ඔබට ඇත්තේ කණ්ඩායම් තුනකට වඩා අඩුවෙන් නම් ඔබට පැය 2 මිනිත්තු 30 ට වඩා අඩු කාලයක් යොදා ගත හැක.

අවසාන මිනිත්තු 30 වෙන් කර ඇත්තේ ඇගයීම් අභ්‍යාසයකට සහ සැමරුමකට ය.



කණ්ඩායම් අභ්‍යාසය: අපගේ පරිවර්තන ගමන (තවදුරටත්) සහකාරිවන්තන් 8 වැනි සැසියේ දී ආරම්භ කළ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කාර්යය තවදුරටත් සිදු කරයි.	අවම මි. 30
පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: අපගේ පරිවර්තන ගමන - ඉදිරිපත් කිරීම් සහ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම කණ්ඩායම් තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් ඉදිරිපත් කර සාකච්ඡා කරයි.	එක් කණ්ඩායමකට මි. 10-20 බැගින්
ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම: සමාජ පරිවර්තන ප්‍රතිමා කණ්ඩායම් තම ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම පිළිබඳව වන පරිදි කණ්ඩායමේ සාමාජිකයින්ගේ ශරීර ඇසුරින් සාමූහික මිනිස් ප්‍රතිමාවක් නිර්මාණය කරයි.	මි. 5
පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: මෙතැන් සිට අපි යන්නේ කොහේද? සහකාරිවන්තන් පාඨමාලාව අවසන් කළ පසු තමන් තනිව සහ සාමූහිකව ගැහීමට අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග මොනවා දැයි සාකච්ඡා කරයි.	අවම මි. 25
ඇගයීම් අභ්‍යාසය: හිස, හඳවන, දෑත් මෙම පාඨමාලාව තුළින් තමන් ලබාගෙන ඇති දේ මොනවාද යන්න සහකාරිවන්තන් ආවර්ජනය කරයි.	මි. 20
සැමරුම මෙම පාඨමාලාව අතරතුර දී ගොඩනගා ගත් දැනුම, ආකල්ප, කුසලතා සහ සම්බන්ධතා සමරන්න.	මි. 10
මුළු කාලය	පැය 2 මි. 30

සුදානම් වෙන්හ

15 වැනි පිටුවේ 'එක් එක් සැසිය සඳහා සුදනම් වන ආකාරය' යන මාතෘකාව යටතේ ලබාදී ඇති මාර්ගෝපදේශ අනුව සැසියට සුදනම් වන්න. මතක තබා ගන්න! ඔබේ කණ්ඩායම කෙබඳු දැයි ඔබ හොඳින් දන්නවා. ඔබේ කණ්ඩායමට ගැළපෙන පරිදි මෙම සැසියේ ඕනෑම අංගයක් හැඩගස්වාගැනීමට ඔබට හැකි ය.

සැසියේ කාලය වෙන් කරගැනීම පිළිබඳ තීරණය කරන්න

මෙම සැසියේදී කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් සඳහා සහ පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව සඳහා කෙතරම් කාලයක් වෙන් කරන්නේ දැයි ඔබ විසින් තීරණය කළ යුතු ය. මේ සඳහා තිබෙන කාලය තීරණය වන්නේ කණ්ඩායම් කීයකට තම ක්‍රියාකාරී සැලැසුම් ඉදිරිපත් කිරීමට අවශ්‍යද යන්න මතයි.

මෙම සැසිය සඳහා අවශ්‍ය සම්පත්

මෙම සැසිය ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා 16 වැනි පිටුවේ ලැයිස්තුගත කර ඇති, සෑම සැසියක් සඳහා ම අවශ්‍ය කරන නියමිත සම්පත් වලට අමතරව, ඔබට පහත සඳහන් සම්පත් ද අවශ්‍ය වේ:

- 8 වැනි සැසියේ දී එක් එක් කණ්ඩායම සකස් කළ 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි.
- 5 වැනි සැසියේදී සකස් කළ 'අපගේ නගරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම' සහිත ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි.
- 6 - 7 වැනි සැසිවල දී සකස් කළ 'ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්' ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි පහ.
- සියලු ම උපකූල පෝස්ටර්.

මෙම සැසිය සමග සපයා දෙනු ලබන සම්පත් මෙහිත් ලබා ගන්න.

කාමරය සුදනම් කරන්න

8 වැනි සැසිය අවසන් වන අවස්ථාවේ සිදු කරමින් තිබූ කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් සමූහයෙන් ම මෙම සැසිය ආරම්භ වේ. එබැවින් එහිදී තිබුණු ආකාරයට ම කාමරයේ පුටු සහ මේස සකස් කරන්න.

එක් එක් කණ්ඩායම පෙර සැසියේ 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අන්‍යාසයේ දී සකස් කළ ෆ්ලිප් චාර්ට් කඩදාසි සහ පෑන් සහ පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි ඔවුන්ගේ මේස මත තබන්න.

'ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සිතියම' සහ 'ක්‍රියාකාරීවීම සඳහා අදහස්' සහිත ෆ්ලිප්චාර්ට් කඩදාසි ද, උපකූල පෝස්ටර් ද විමර්ශන ද්‍රව්‍ය ලෙස ඩිත්තියේ අලවා ප්‍රදර්ශනය කරන්න.



'හිස, දෑත්, හඳවත'

විස්තරාත්මක සැසි සැලැස්ම

මහක නඩා ගන්න:

කණ්ඩායම් ක්‍රියාකාරකම් සහ පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව සඳහා අවශ්‍ය කාල රාමු ඔබ විසින් තීරණය කළ යුතුය!

1. කණ්ඩායම් වැඩ: අපගේ පරිවර්තන ගමන (නවදුරටත්) මි. 30

සම්පත්

කලින් සැසියේ දී එක් එක් කණ්ඩායම සකස් කළ 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' ශීර්ෂයට කඩදාසි, ශීර්ෂයට පෑන්, සහ සාමාන්‍ය පෑන්, පෝස්ටර් ඉටි කඩදාසි.

අභ්‍යන්තර හඳුන්වාදෙන ආකාරය

පාඨමාලාවේ අවසාන සැසියට සියලු දෙනාම නැවත පිළිගන්න. ඔවුන් කරමින් සිටින්නේ කෙතරම් හොඳ වැඩක් දැයි සඳහන් කරමින් සියලු දෙනාම දැනුවත්වන්න.

ඔවුන්ගේ 'පරිවර්තන ගමන' ක්‍රියාකාරකම නවදුරටත් සිදු කිරීම සඳහා පසුගිය සැසියේ දී ඔවුන් සිටි ක්‍රියාකාරී සැලසුම් සකස් කිරීමේ කණ්ඩායම් වලට ම නැවත සම්බන්ධ වන මෙන් සියලු දෙනා ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. ඔවුන් දැනටමත් උපක්‍රම සහ ක්‍රියාකාරී පියවර ගැන සිතා නොමැති නම් ඒ පිළිබඳ සිතා බැලීම ආරම්භ කිරීමට කණ්ඩායම් දිරිගන්වන්න. කණ්ඩායම්වලට තිබෙන කාලය කොපමණ දැයි දැනුම් දෙන්න.



කණ්ඩායම් අභ්‍යන්තර

2. පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: අපගේ පරිවර්තන ගමන් - ඉදිරිපත් කිරීම් සහ අදහස් ප්‍රකාශ කිරීම් කණ්ඩායමකට මි. 10-20 ක් බැගින්

විස්තරය

මෙය 'අපගේ පරිවර්තන ගමන' අභ්‍යන්තර අවසාන අදියර වන අතර මෙහිදී කණ්ඩායම් තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලසුම් ඉදිරිපත් කර අදහස් හා ප්‍රතිපෝෂණය ලබාගනියි.

සටහන

ඔබට සිටින්නේ කුඩා කණ්ඩායමක් නම් සහ සියලු දෙනා ම කටයුතු කළේ එක් ක්‍රියාකාරී සැලැස්මක් සකස් කිරීමට නම්, එය ඉදිරිපත් කිරීමක් සිදු කළ යුතු නැත. ඒ වෙනුවට, 'අභ්‍යන්තර සිදුකරන ආකාරය' දී ඇති ප්‍රශ්න භාවිතා කරමින් අවසාන සාකච්ඡාවක් පවත්වන්න



පූර්ණ කණ්ඩායම් අභ්‍යන්තර

අභ්‍යන්තර හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 1

තමන්ගේ 'පරිවර්තන ගමන' සම්පූර්ණ කණ්ඩායම වෙත ඉදිරිපත් කිරීමට එක් එක් කණ්ඩායමට මිනිත්තු 5 බැගින් ලැබෙන බවත්, ඉන් පසුව එම සැලැස්ම පිළිබඳව සාකච්ඡාවක් සිදු කරන බවත් කණ්ඩායම්වලට පැහැදිලි කර දෙන්න.

මෙම සාකච්ඡාවේ අරමුණ විකිනෙකාට සහාය දෙමින්, විකිනෙකාට දිරිගන්වමින්, එකට එක්ව අදහස් සංවර්ධනය කරගැනීම බව පැහැදිලි කර දෙන්න. මෙය වඩාත්ම හොඳ ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කර ඇත්තේ කවුරුන්දැයි බලන තරගයක් නොවේ - සර්ව සම්පූර්ණ සැලැස්මක් සකස් කිරීමට තරම් අප කිසිවකුටත් කාලය තිබුණේ නැත!

අභ්‍යන්තර සිදු කරන ආකාරය

එක් එක් කණ්ඩායමට ස්වකීය ඉදිරිපත්කිරීම සිදුකිරීම සඳහා (මි. 5) සහ අදහස් හා ප්‍රතිපෝෂණය ලබාගැනීම සඳහා (මි. 5-15) ආරාධනා කරන්න. ප්‍රතිපෝෂණ සාකච්ඡාව මෙහෙයවීම සඳහා පහත දී ඇති ප්‍රශ්න උපයෝගී කරගන්න:

- මෙම ක්‍රියාකාරී සැලැස්මෙහි ඇති ඔබ කැමති දේ මොනවාද?
- මෙම සැලැස්ම නවදුරටත් වැඩිදියුණු කර ගැනීම සඳහා ඔබට ලබා දිය හැකි යෝජනා මොනවාද? උදාහරණ ලෙස, අපිට එකට එක්වී කටයුතු කළ හැක්කේ තවත් කවුරුන් සමගද? නැත හොත් අපිට යොදාගත හැකි වෙනත් උපක්‍රම මොනවාද?
- මෙම උපක්‍රම/ක්‍රියාමාර්ග වලින් කිසිවක් වලදායී නොවීමට/යථාර්ථවාදී නොවීමට හෝ අධික අවදානමක් සහිත වීමට ඉඩ තිබේද?
- සැලසුම්කර තිබෙන මෙම උපක්‍රම/ක්‍රියාමාර්ග මගින් ආකල්ප, හැසිරීම්, සහ හිත වෙනස් කිරීමේ අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගැනීමට හෝ එම අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගැනීම උදෙසා යම් ප්‍රගතියක් අත්කර ගැනීමට හැකි වේ යැයි ඔබ සිතනවාද?

තමන්ගේ ඉදිරිපත්කිරීම සඳහා සහ ප්‍රතිපෝෂණය ලබා ගැනීම සඳහා සෑම කණ්ඩායමකට ම සාධාරණ අවස්ථා ලැබෙන බව සහතික කිරීම සඳහා දැඩි ලෙස කාලය කළමනාකරණය කරන්න.

අන්‍යාසය අවසන් කරන ආකාරය මි. 2

සිදුකළ විශේෂ වැඩ කොටස වෙනුවෙන් සහ වැඩසටහනට සම්බන්ධවීම පිළිබඳව සහභාගිවන්නන්ට සහජතන්න. ඔවුන් තමන්ගේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම භාවිතා කිරීමට අපේක්ෂා කළ ද, නොකළ ද, ඔවුන් සම්බන්ධවී සිටින ඕනෑම පරිවර්තන ක්‍රියාවලියකදී භාවිතා කළ හැකි ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කිරීමේ කුසලතා දැන් ඔවුන්ට ලැබී ඇති බව අවධාරණය කරන්න.

3. ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම - සමාජ පරිවර්තක ප්‍රතිමා මි. 5

අරමුණ

ඉතාමත් සාරමය සැසියක් වන මේ සැසියේ දී සියලුදෙනා තුළ ප්‍රබෝධයක් ඇතිකිරීම.

අන්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

සහභාගිවන්නන්ට පහත දැක්වෙන උපදෙස් ලබාදී පහත දැක්වෙන ක්‍රියාවලිය අනුගමනය කරන්න:

ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම සකස් කළ කණ්ඩායම වශයෙන් එකට එකතු වී ඔබගේ ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම නියෝජනය වන ආකාරයෙන් ඔබේ සිරුර ඇසුරෙන් ප්‍රතිමාවක් නිර්මාණය කරන්න. ඔබට මේ සඳහා මිනිත්තු 4 ක් ලැබෙනවා. කාලය අවසන් වූ විට මම අත්පුඩි ගසනවා - එවිට සියලු දෙනා ම තමන් සිටින ඉරියව්වෙන් ම නොසෙල්වී සිටිය යුතුයි. අපි එකිනෙකාගේ ප්‍රතිමා දෙස බලා අත්පොළසන් දී ඒවා අගය කරමු. ඒවා අගය කරමු!

ඉගිය: කලින් සිදු කළ අන්‍යාසය අතරතුර කණ්ඩායම් වෙනස වී සිටින බවක් පෙනුන හොත් මෙම ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම මෙයට වේලාසනින්, එනම් ඉදිරිපත් කිරීම් අතරතුර සිදු කළ හැක.

4. පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාව: මෙතැන් සිට අපි යන්නේ කොහේද? මි. 25

විස්තරය

මෙම පූර්ණ කණ්ඩායම් සාකච්ඡාවත් සමග පාඨමාලාව අවසන් වේ. පාඨමාලාව අවසන් වූ පසුව ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සහ වඩාත් පුළුල් ලෙස මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා සහභාගිවන්නන් කුමක් කරන්නට කැමතිද යන්න මෙහිදී අවධානය යොමු කරනු ලැබේ.

අන්‍යාසය හඳුන්වා දෙන ආකාරය

පහත කරුණු පැහැදිලි කර දෙන්න:

අපි අපේ පාඨමාලාවේ අවසානය වෙත ඵලඹෙමින් සිටිනවා. මෙම පාඨමාලාවේ දී අපි අවධානය යොමු කළේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධවයි.

අපේ අනන්‍යතා, වරප්‍රසාද සහ අවාසි ගැන අපි සිතා බැලුවා. මානව හිමිකම්, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ අයිතීන් උල්ලංඝනයවීම් ගැන අපි ඉගෙන ගත්තා. අපි මානව හිමිකම් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා යොදාගත හැකි විවිධ උපක්‍රම ඉගෙන ගත්තා. අපේ 'පරිවර්තන ගමන්' නොහොත් ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම නිර්මාණය කරගන්නා ආකාරය ද අපි පුහුණු වුණා.

දැන් පුද්ගලයින් වශයෙන් සහ කණ්ඩායම් වශයෙන් අපි මෙතැන සිට යන්නේ කොතැනටද? සමාජ පරිවර්තකයින් වීම සඳහා අපි ඉදිරියට ගමන් කරන්නේ කවර ආකාරයකින්ද?

අන්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය

විවෘතව අදහස් බෙදනදු ගන්නා සාකච්ඡාවක් තුළ පහත දැක්වෙන ප්‍රශ්න පිළිබඳ සිතා බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට ආරාධනා කරන්න:

- අපි ඉගෙනගත් දේ මත පදනම් වෙමින්, පුද්ගලයින් වශයෙන් අපගේ වදිනෙද පිවිතය තුළ අපි වෙනස් ආකාරයකට කිරීමට කැමති දේ තිබෙනවාද?
- අපගේ ක්‍රියාත්මකවීම සඳහා අදහස්/සැලැස්ම කිසිවක් සම්බන්ධයෙන් කණ්ඩායමක් වශයෙන් ඉදිරියටත් වැඩ කිරීමට අපට අවශ්‍යද? ඒ කුමන සැලැස්මද/අදහස්ද? වියට සම්බන්ධවීමට කැමති කවුද? අපේ මිලඟ පියවර විය යුත්තේ කුමක්ද?
- අපගේ ආගමික ප්‍රජාවන්, සේවා ස්ථාන හෝ කාන්තා කණ්ඩායම් වැනි අපි සෘජුව ම සම්බන්ධ වී සිටින වෙනත් මාර්ග ඔස්සේ මෙම අදහස් අතරින් කවරක් හෝ ඉදිරියට ගෙන යා හැකිද?
- අපි දැනට සම්බන්ධ නැති, එහෙත්, අපිට කථා කළ හැකි සහ ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා දීර්ඝත් කරනු ලැබිය හැකි වෙනත් සංවිධාන හෝ කණ්ඩායම් තිබෙනවාද? ඒ කවුද, මොනවාද?



පූර්ණ කණ්ඩායම් අන්‍යාසය

ලිලිප් වාර්ට් කඩදැසි හතරක් ගෙන ඒවායෙහි පහත සඳහන් මාතෘකා හතර ලියා එක් එක් ප්‍රශ්නය සම්බන්ධයෙන් සාකච්ඡා කරන කරුණු ඒවා යටතේ සටහන් කරන්න.

- මට කිරීමට අවශ්‍ය දේ.
- අපිට මෙම කණ්ඩායමේ කිරීමට අවශ්‍ය දේ.
- අපිට වෙනත් කණ්ඩායම්/සංවිධාන වල කොටසක් ලෙස කිරීමට අවශ්‍ය දේ.
- අපිට අන් අය විසින් කරනු ලැබීම සඳහා දිරිගැන්වීමට අවශ්‍ය දේ.

එක හා සමාන කරුණු ඇතැම් ලිලිප් වාර්ට් කඩදැසි කිහිපයක තිබීම ගැටළුවක් නොවේ - මෙහි දී අවශ්‍ය වන්නේ එම කරුණු විවිධ කාණ්ඩවලට වෙන් කිරීම නොව, අපිට මිලද පියවර ගතහැකි විවිධ ආකාර පිළිබඳ සිතා බැලීමයි.

සම්බන්ධීකරණයෙන් යුතු ආකාරයකට විවිධ වූ, එකිනෙකට උභයුරු වර්ගයේ ක්‍රියාමාර්ග ගනිමින්, එකම අරමුණක් සාක්ෂාත් කරගැනීම සඳහා ප්‍රයත්න දරන විවිධ පුළුල් පුද්ගල, කණ්ඩායම් සහ සංවිධාන ජාලවලට ඉතාමත් පහසුවෙන් පරිවර්තනය සාක්ෂාත් කර ගත හැකි බව පර්යේෂණවලින් පෙන්වා දී ඇති බව සාකච්ඡාවේ දී සඳහන් කරන්න.

5. ඇගයීම් අභ්‍යාසය: හිස, හදවත, දෑත් මි. 20

මේ සරල පුද්ගලික ඇගයීම් අභ්‍යාසය තමන් මෙම පාඨමාලාවෙන් ලබාගත් දෑ මොනවා දැයි සිතා බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වේ.



තනි පුද්ගල අභ්‍යාසය

සම්පත්

- එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක් අත්පත්‍රිකාව බැගින් ලබා දීම සඳහා 'හිස - හදවත - දෑත්' නැමති අත්පත්‍රිකාවේ මුද්‍රිත පිටපත්.
- එක් සහභාගිවන්නෙකුට එක බැගින් පෑන්.

අභ්‍යාසය හඳුන්වාදෙන ආකාරය මි. 2

සෑම සහභාගිවන්නෙකුට ම එක් අත්පත්‍රිකාව බැගින් ලබා දෙන්න.

ඔවුන් පුද්ගලිකව මෙම පාඨමාලාවෙන් ආපසු රැගෙන යන්නේ මොනවා දැයි සිතා බැලීමේ ඇගයීම් අභ්‍යාසයක් සිදු කරන්නට යන බව ඔවුන්ට පැහැදිලි කර දෙන්න. ඔබට පාඨමාලාව ඇගයීමට උපකාරී වනු පිණිස අභ්‍යාසය අවසානයේ දී අත්පත්‍රිකා සියල්ල ආපසු එකතු කරගන්නේ ද, නැත හොත් සහභාගිවන්නන්ට මෙම කරුණු සිහිවීම සඳහා ඒවා ආපසු රැගෙන ගිය හැකිද යන්න පැහැදිලිව සඳහන් කරන්න. ඔබ එම අත්පත්‍රිකා ආපසු එකතුකර ගන්නේ නම්, සහභාගිවන්නන් ඒවායෙහි තමන්ගේ පුද්ගලික ආවර්ජන සටහන් කිරීමෙන් වළකවා ගැනීම සුදුසුය!

අභ්‍යාසය සිදු කරන ආකාරය මි. 18

පහත කරුණු පිළිබඳ නිකඬුව සිතා බලන මෙන් සහභාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න:

- දැනුම හා අදහස් අතින් ඔබ අලුතින් ඉගෙනගත් දේ පිළිබඳ නැවත සිතා බලන්න. ඔබට සිතනු දේ නැවත මතසෙහි ලියාගන්න.
- ඔබට ඔබ සම්බන්ධයෙන් ම ඇතිවූ හැඟීම්, ඔබ පිළිබඳ අලුතින් සොයාගත් දේ හෝ ඇතිවූ නව ආකල්ප පිළිබඳ සිතා බලා ඒවා නැවත මතසෙහි ලියාගන්න.
- ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම සඳහා හෝ වෙනස් ආකාරයකට යමක් කිරීම සඳහා ඔබට තිබෙන අදහස් මොනවා දැයි සිතා බලා ඒවා දැන්වල ලියන්න.
- හැකිතාක් දුරට විශේෂිත වීමට උත්සාහ කරන්න. මේ සඳහා ඔවුන්ට මිනිත්තු 8 ක් ලබාදෙන්න.

ඔබගේ කණ්ඩායම්වල විශාලත්වය අනුව, එක්කෝ කණ්ඩායම වටා යමින් එක් එක් පුද්ගලයාට තමන් ලියූ එක් දෙයක් බැගින් ප්‍රකාශ කරන ලෙස හෝ යුගල වශයෙන් බෙදී තමන් සිතූ දේ අන් අය සමග බෙදා ගනිමින් ඒවා පිළිබඳ සිතා බලන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න.

(ඒකල්ප අනුවාදය: ලිලිප් වාර්ට් කඩදාසි තුනක් වෙන් වෙන්ව ගෙන ඒවායෙහි හිසක්, හදවතක් සහ අතක් අඳින්න. ඉහත දී ඇති ප්‍රශ්න වලට ප්‍රතිචාරය පෝස්ට්-ඉටි කඩදාසි වල ලියා ඒවා ලිලිප් වාර්ට් කඩදාසි වල අලවන ලෙසට සහභාගිවන්නන් ගෙන් ඉල්ලා සිටින්න. එහි ප්‍රතිඵල සම්පූර්ණ කණ්ඩායම සමග සාකච්ඡා කරන්න.)

6. සැමරුම! මි. 10

පාඨමාලාව අතරතුර සහභාගිවන්නන් එකිනෙකාට හොඳින් දැන හඳුනා ගෙන, මෙම ක්‍රියාවලිය සඳහා තම කාලය සහ ශ්‍රමය ලබා දී ඇත. ඒ වෙනුවෙන් ඔවුන්ට ස්තූති කිරීමට සහ පාඨමාලාව තුළදී ඔවුන් වැඩිදියුණු කරගත් නව අදහස්, අවබෝධයන්, කුසලතා සහ සබඳතා සැමරීමට දැන් අවස්ථාව එළඹ ඇත!

ඔවුන් සියල්ල හොඳින් කළ බව කීමට සහ ස්තූති කිරීමට කෙටි උත්සවයක් සැලසුම් කරන්න. ඔබට ගීතයක් ගායනා කිරීමට, වචන කිහිපයක් කතා කිරීමට, යාඥා කිරීමට, එකට එක් වී සුළු ආහාරයක් ගැනීමට හෝ නර්තනයක් ඉදිරිපත් කිරීමට හැකිය.

ඔබ කැමති නම් මුද්‍රණය කර සහභාගිවන්නන්ට ලබා දීම සඳහා සහතිකයක් ද තිබේ.



'ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තකයෝ'

"සමාජ පරිවර්තකයෙක් බවට පත්වීම සෑම අයෙක් ම ආරම්භ කළ යුතු ගමනකි."

සහභාගිවූවෙක්, හයිජරියාව

'අප' කොටස



විමර්ශන ද්‍රව්‍ය

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ප්‍රධාන මානව හිමිකම් බැඳීම්

මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය (UDHR), 18 වැනි වගන්තිය

“සියලු දෙනාට ම සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ, සහ ආගම ඇදහීමේ නිදහස සඳහා අයිතිය තිබේ; තමන්ගේ ආගම හෝ විශ්වාසය මාරු කිරීමේ නිදහස, සහ තනිව හෝ අන් අය සමග එක්ව, ප්‍රසිද්ධියේ හෝ පෞද්ගලිකව, ඉගැන්වීම, ප්‍රගුණ කිරීම, පිළිපැදීම හා ඇදහීම මගින් තමන්ගේ ආගම හෝ විශ්වාසය ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහස ද වියට ඇතුළත් වේ.”

සිවිල් හා දේශපාලන අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතිය (ICCPR), 18 වන වගන්තිය

- 1 සෑම පුද්ගලයෙකුට ම සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම ඇදහීමේ නිදහස භුක්ති විඳීමේ අයිතිය තිබිය යුතු ය. මෙම අයිතියට තමන් කැමති ආගමක් හෝ විශ්වාසයක් ඇදහීමේ හෝ තෝරා ගැනීමේ නිදහසත්, තනිව හෝ අන් අය සමග එක්ව, ප්‍රසිද්ධියේ හෝ පෞද්ගලිකව, ඇදහීම, පිළිපැදීම, ප්‍රගුණ කිරීම, හා ඉගැන්වීම මගින් තමන්ගේ ආගම හෝ විශ්වාසය ප්‍රකාශ කිරීමේ නිදහසත් ඇතුළත් විය යුතුය.
- 2 කිසිදු පුද්ගලයෙකු තමන් කැමති ආගමක් හෝ විශ්වාසයක් ඇදහීමට හෝ තෝරා ගැනීමට ඇති නිදහසට හානි වන ආකාරයේ බල කිරීමකට භාජනය නොකළ යුතුය.
- 3 කෙනෙකුගේ ආගම හෝ විශ්වාසය ප්‍රකට කිරීමට ඇති නිදහස යටත් කළ හැකි වන්නේ නීතියෙන් නියම කර ඇති සහ මහජන ආරක්ෂාව, සාමය, සෞඛ්‍යය හෝ සඳුවාරය හෝ අන්‍යයින් ගේ මූලික අයිතිවාසිකම් හා නිදහස ආරක්ෂා කිරීමට අවශ්‍ය වන යම් යම් සීමාවන් මගින් පමණි.
- 4 ස්වකීය අවබෝධයට අනුව තම දැරුවන්ගේ ආගමික හා සඳුවාරාත්මක අධ්‍යාපනය සහතික කිරීමට දෙමව්පියන්ට සහ, අදාළ අවස්ථාවලදී, නීත්‍යානුකූල භාරකරුවන්ට තිබෙන නිදහසට ගරු කිරීමට මෙම සම්මුතියෙහි රාජ්‍ය පාර්ශව පොරොන්දු වෙති.

එක්සත් ජාතීන්ගේ ළමා අයිතිවාසිකම් පිළිබඳ ප්‍රඥප්තිය (CRC), 14 වන වගන්තිය

- 1 රාජ්‍ය පාර්ශවයන් සිතීමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම ඇදහීමේ නිදහස සඳහා ළමයාට ඇති අයිතියට ගරු කළ යුත්තේ ය.
- 2 ළමයාගේ වර්ධනය වෙමින් පවතින ශක්තාවන්ට අනුකූල වන පරිදි ළමයාගේ අයිතිවාසිකම් භුක්ති විඳීම සම්බන්ධයෙන් ළමයාට මගපෙන්වීමට දෙමව්පියන්ට, සහ අදාළ අවස්ථාවන්හි දී නෛතික භාරකරුවන්ට, ඇති අයිතියට සහ වගකීම්වලට රාජ්‍ය පාර්ශවයන් ගරු කළ යුත්තේ ය.
- 3 යමෙකු ගේ ආගම හෝ විශ්වාස ප්‍රකට කිරීමට ඇති නිදහස හීනිය විසින් නියම කර ඇති සහ මහජන ආරක්ෂාව, සාමය, සෞඛ්‍යය හෝ සඳුවාරය, හෝ අන්‍යයින් ගේ මූලික අයිතිවාසිකම් හා නිදහස ආරක්ෂා කිරීමට අවශ්‍ය වන්නා වූ යම් යම් සීමාවන්ට පමණක් යටත් විය හැක.

සටහන

මානව හිමිකම් ප්‍රකාශන යනු දේශපාලනික වශයෙන් බැඳීම් ඇතිකරවන ජාත්‍යන්තර පොරොන්දු වන අතර, ගිවිසුම්, සම්මුති සහ ප්‍රඥප්ති යනු ජාත්‍යන්තර නීතිය යටතේ වන, නීතිමය වශයෙන් බැඳීම් ඇතිකරවන පොරොන්දු වේ. කෙසේ වෙතත්, මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශනය කෙරෙහි පුළුල් ලෙස පිළිගෙන ඇත්ද යත්, එය දැන් සම්ප්‍රදායික ජාත්‍යන්තර නීතියක් ලෙස සලකනු ලැබේ.

වැඩි දුරටත් බලන්න

සිවිල් සහ දේශපාලන අයිතිවාසිම් පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සම්මුතියෙහි (ICCPR) 18 වැනි වගන්තියෙහි අර්ථ නිරූපණය සම්බන්ධයෙන් විශේෂඥ මග පෙන්වීමක් සපයා දෙන මානව හිමිකම් කමිටුවේ 22 වැනි පොදු අර්ථ නිරූපණය.

<https://www.equalrightstrust.org/ertdocumentbank/general%20comment%202022.pdf>

ආගම හෝ විශ්වාසය මත පදනම් වූ සියලු ආකාරයේ නොරිස්සීම සහ වෙනස්කොට සැලකීම තුරන් කිරීම පිළිබඳ එක්සත් ජාතීන්ගේ ප්‍රකාශනය

<https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/religionorbelief.aspx>

වෙනස්කොට සැලකීම, විදිර්වාදිකම හෝ ප්‍රචණ්ඩත්වය සඳහා පෙළඹවීමක් ඇතිකරවන ජාතික, වාර්ගික හෝ ආගමික වෛරය වෙනුවෙන් පෙනී සිටීම තහනම් කිරීම පිළිබඳ රචාත් ක්‍රියාකාරී සැලැස්ම

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomOpinion/Articles19-20/Pages/Index.aspx>

එක්සත් ජාතීන්ගේ මානව හිමිකම් පිළිබඳ මහ කොමසාරිස් කාර්යාලයේ පහත දැක්වෙන සබැඳිය ඔස්සේ ඔබට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් ප්‍රමිතීන්හි දුර්ණ සාරසංග්‍රහයක් ලබාගත හැක:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/Standards.aspx>

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ එක්සත් ජාතීන්ගේ විශේෂ වාර්තාකරුගේ කාර්යයන් සම්බන්ධ තොරතුරු ඔබට මෙතැනින් ලබාගත හැක:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/FreedomReligionIndex.aspx>

වැඩිදුර ඉගෙන ගන්න

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස යන්නට අයත් වන්නේ කුමක්ද සහ එය සීමා කළ හැක්කේ කවර අවස්ථාවලද යන්න දැක්වෙන, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාවෙහි ඇති කෙටි චිත්‍රපට අට (8) නරඹන්න.

www.forb-learning.org/film-resources



විච්ඡාප

ඔබේ රටේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ තොරතුරු සොයාගන්න

තොරතුරු මූලාශ්‍ර තෝරාගැනීම පිළිබඳ පොදු උපදෙස්

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව මෙහෙයවීම ආරම්භ කිරීමට පෙර ඔබ ඔබේ රටේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධයෙන් සහ පොදුවේ මානව හිමිකම් සම්බන්ධයෙන් පවතින තත්වය පිළිබඳව කියවා තිබීම වඩාත් සුදුසු වේ. ජාතික මට්ටමේ නීතිමය ගැටළු සහ ඔබේ රටේ සිටින විවිධ පුද්ගල කණ්ඩායම්වල අත්දැකීම් පරාසයක් ඉගෙනුම් සහ සාකච්ඡාවලට ඇතුළත් වන බව සහතික කිරීමට මෙය ඔබට උපකාරී වනු ඇත.

උදාහරණයක් ලෙස ස්වාධීන රාජ්‍ය නොවන සංවිධානවල වාර්තා වැනි ජාතික මට්ටමේ තොරතුරු මූලාශ්‍ර සොයා ගෙන, එම තොරතුරු විශ්වාසනීය ජාත්‍යන්තර මූලාශ්‍ර වලින් ලබා ගන්නා තොරතුරු වලින් උගතපුරුණය කිරීමට උත්සාහ කරන්න.

ඔබ තොරතුරු සොයන විට, අනෙකුත් ආගමික කණ්ඩායම්වලට බලපෑම් ඇතිවන ආකාරය ද ඇතුළුව යම් කණ්ඩායමක පුළුල් සන්දර්භය පිළිබඳ අවබෝධයක් ලබා නොගෙන එම කණ්ඩායමෙහි තත්වය පිළිබඳව අවබෝධ කර ගැනීමට නොහැකි වන බව මතක තබාගන්න. එක් ආගමික කණ්ඩායමක පමණක් අයිතිවාසිකම් උල්ලංඝනය වන රටවල් ලෝකයේ නොමැත. සෑම තැනක දී ම, විවිධ කණ්ඩායම් විවිධ ආකාරවලින් සහ විවිධ මට්ටම්වලින් බලපෑමට ලක්වෙති. එක් කණ්ඩායමක් කෙරෙහි පමණක් අවධානය යොමු කරන විශ්වාසනීය මූලාශ්‍ර වලින් ලැබෙන තොරතුරු නොසලකා හැරිය යුතු බවක් මින් අදහස් නොවෙයි - ඔබ කණ්ඩායම් එකකට වඩා වැඩි ගණනක් පිළිබඳව එක් මූලාශ්‍රයකට වඩා වැඩි ගණනක් කියවිය යුතු බව එයින් අදහස් වෙයි.

විවාරාත්මක ලෙස සිතන්න !

තොරතුරු කියවන විට ප්‍රවාරණය සහ පක්ෂග්‍රාහීත්වය අරමුණු කර සම්පාදනය කළ තොරතුරු ද තිබීමේ අවදානම දැනගෙන ඉන් ප්‍රවේසම් වෙන්න. ඇතැම් රජයන් බොරු තොරතුරු ප්‍රවාරය කිරීම, බිය වැද්දීම, සහ බලහත්කාරය වැනි ක්‍රම භාවිතා කරමින් මානව හිමිකම් අධීක්ෂණය සහ වාර්තාකරණය අවහිර කරයි. විධිවිධාන, ජාතික රජයන් විසින් තමන්ගේ රටේ තත්වය සම්බන්ධයෙන් ලබා දෙන තොරතුරු විශ්වාසනීය නොවීමට ඉඩ තිබේ.

ඇතැම් අවස්ථාවල දී විදේශ රටවල රජයන් හෝ ආගමික සංවිධාන හා සිවිල් සංවිධාන ක්‍රියාකාරීන් විසින් සපයා දෙනු ලබන තොරතුරු පක්ෂග්‍රාහී හෝ නොමග යවනුපුළු වීමට ඉඩ තිබේ. බොහෝ අවස්ථාවල සමස්තයක් ලෙස අදාළ සන්දර්භය පිළිබඳව නොමග යවනුපුළු අදහසක් ඇතිවන්නේ තනි කණ්ඩායමක් වෙත පමණක් අවධානය යොමු කිරීමෙහි වේගනාන්විත නොවන ප්‍රතිඵලයක් ලෙස ය. විවිධ මූලාශ්‍ර භාවිතා කරන්න, ඔබ සොයාගත් කරුණු හරස් පරීක්ෂාවට ලක් කරන්න, විවාරාත්මකව සිතන්න!

(කණ්ඩායම්වලට කරුණා වන්නේ, මෙහි ලැයිස්තුගත කර ඇති බොහෝ මූලාශ්‍ර ලබාගත හැක්කේ ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් පමණක් වීමයි.)

ජාත්‍යන්තර තොරතුරු මූලාශ්‍ර

වටිනා තොරතුරු මූලාශ්‍ර කිහිපයක් මෙහි දැක්වේ. ඒ අතරින් ඔබේ රටට අදාළ වන කොටස් කියවා ගැනීම සඳහා මේවා පරීක්ෂා කර බලන්න.

එක්සත් ජනපද රාජ්‍ය දෙපාර්තමේන්තුව - ලෝකයේ සෑම රටක ම පාහේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සම්බන්ධ තත්වය පිළිබඳ වාර්ෂික වාර්තාව.

www.state.gov/international-religious-freedom-reports

අන්තර්ජාතික ආගමික නිදහස පිළිබඳ එක්සත් ජනපද කොමිසම (USCIRF) - අයිතිය බරපතල ලෙස උල්ලංඝනය කර ඇති රටවල ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ වාර්ෂික වාර්තාව.

www.uscirf.gov/annual-reports

මයිනෝරිටි රයිට්ස් ශෘෂ්ඨ ඉන්ටර්නැෂනල් - සුළුතර කණ්ඩායම් සහ ආදිවාසී ප්‍රජාවන් පිළිබඳ රට රටවල තොරතුරු නාමාවලිය.

<https://www.pewresearch.org/topic/religion/religious-freedom-restrictions/>

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ එක්සත් ජාතීන්ගේ විශේෂ වාර්තාකරු - තේමාත්මක සහ රට රටවල සංචාර පිළිබඳ වාර්තා

<https://minorityrights.org/directory>

පීට් පර්ගේෂණ කේන්ද්‍රය - ලොව පුරා ආගම හා සම්බන්ධ සීමා කිරීම් හා සමාජ විඳිරවාදිකම් පිළිබඳ දත්ත.

<https://www.ohchr.org/en/issues/freedomreligion/pages/freedomreligionindex.aspx>

'ෆෝරම් එයිටීන්' (Forum 18) සංවිධානය - මධ්‍යම ආසියාව, දකුණු කොකේසස්, රුසියාව, බෙලාරුස්, ක්‍රිමියාව සහ තුර්කිය යන රටවල ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් අධීක්ෂණය කිරීම හා විශ්ලේෂණය කිරීම.

www.forum18.org

OSCE කලාපයේ (යුරෝපය, කොකේසස්, මධ්‍යම ආසියාව, උතුරු ඇමරිකාව) ආගමික අනන්‍යතා මත පදනම් වූ අපරාධ ද ඇතුළු වෛරී අපරාධ පිළිබඳ වාර්තා

[OSCE - ODIHR | Hate Crime Reporting](https://www.osce.org/odihr/hate-crime-reporting)

'ච්ච් ටු ද චර්ච් ඉන් නීඩ්' (Aid to the Church in Need) සංවිධානය - ලෝකයේ ආගමික නිදහස පිළිබඳ වාර්තාව - 2021

<https://acnuk.org/our-campaigns/religious-freedom-in-the-world-report-2021/>

යම් යම් ආගමික කණ්ඩායම් පිළිබඳ අවධානය යොමු කරන වාර්තා

ලෝක ව්‍යාප්ත යුදෙව් විරෝධය - කැන්ටෝර් මධ්‍යස්ථානයේ වාර්ෂික වාර්තා

<https://cst.tau.ac.il/annual-reports-on-worldwide-antisemitism/>

ආගම හෝ විශ්වාසය පදනම් කර ගත් වෙනස්කොට සැලකීම සහ නොරිස්සීම තුරන් කිරීම සඳහා ඉස්ලාම් නීතිකාව/ලියාලියම් විරෝධී වෛරය මැඩපැවැත්වීම: ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ වික්සන් ජාතීන්ගේ විශේෂ වාර්තාකරුගේ වාර්තාව, 2021

<https://www.ohchr.org/en/documents/ahrc4630-countering-islamophobiaanti-muslim-hatred-eliminate-discrimination-and>

සිතීමේ නිදහස පිළිබඳ වාර්තාව - 'හූමනිස්ටික් ඉන්ටර්නැෂනල්' (Humanists International) සංවිධානයේ වාර්ෂික වාර්තාව.

<https://fot.humanists.international/>

ලොව පුරා අනමදියාවරුන්ට හිංසා පීඩා කිරීම - අනමදියාවරුන්ගේ අයිතිවාසිකම් වෙනුවෙන් කටයුතු කරන රාජ්‍ය නොවන සංවිධානයක් වන ජාත්‍යන්තර මානව හිමිකම් කමිටුව විසින් වික්සන් ජාතීන්ගේ සංවිධානය වෙත ඉදිරිපත් කළ වාර්තාව.

<https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Report-Persecution-of-Ahmadis-Worldwide.pdf>

යෙහෝවාගේ සාක්ෂිකරුවෝ (Jehovah's Witnesses) සාමාජිකයින්ට ගෝලීය වශයෙන් සිදුවන හිංසනය - අන්තර්ජාතික ආගමික නිදහස පිළිබඳ වික්සන් ජනපද කොමිසම (USCIRF) විසින් නිකුත් කරන ලද ගැටළු පිළිබඳ වාර්තාව.

<https://www.uscirf.gov/publication/issue-update-global-persecution-jehovahs-witnesses>

වර්ල්ඩ් වොච් ලිස්ට් (World Watch List) වාර්තාව - Open Doors සංවිධානය විසින් පළ කරනු ලබන, කිතුනුවන්ට හිංසා කිරීම පිළිබඳ වාර්ෂික වාර්තාව

<https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/>

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසෙහි විවිධ මට්ටම් ඇතුළුව පුළුල් ලෙස ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදය සහ මානව හිමිකම් පිළිබඳ සම්පත්

'IDEA' ඉන්ටර්නැෂනල් සංවිධානය විසින් ලෝකයේ සෑම රටක ම ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ද ඇතුළුව ප්‍රජාතන්ත්‍රවාදයේ තත්වය නිරීක්ෂණය කරයි. අන්තර්ක්‍රියාකාරී සිතියමෙහි ඔබගේ රට මත ක්ලික් කර, තොරතුරු සොයා ගැනීමට වම්පස ඇති මෙනුව භාවිතා කරන්න.

<https://www.idea.int/gsod-indices/#/indices/world-map>

'CIVICUS' සංවිධානය විසින් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහසට සම්පූර්ණ ලෙස සම්බන්ධ නිදහසයන් වන, අදහස් ප්‍රකාශ කිරීමේ, රැස්වීමේ සහ සමාගමයේ නිදහස ඇතුළුව සිවිල් සමාජ ක්‍රියාමාර්ග සඳහා වන 'අවකාශය' පිළිබඳ සීමාවන් නිරීක්ෂණය කරනු ලැබේ.

<https://monitor.civicus.org/>

ෆ්‍රීඩම් හවුස් සංවිධානය - රටවල් සහ දේශභූමි 210 ක දේශපාලන අයිතිවාසිකම් සහ සිවිල් නිදහස සඳහා මිනිසුන්ට ඇති ප්‍රවේශය පිළිබඳ ශ්‍රේණිගත කිරීම් සහ වාර්තා. දත්ත ලබා ගැනීමට ඔබගේ රට මත ක්ලික් කරන්න.

<https://freedomhouse.org/explore-the-map>

හියුමන් රයිට්ස් වොච් සංවිධානය විසින් රටවල් සියයකට (100) අධික සංඛ්‍යාවක මානව හිමිකම් තත්වය පිළිබඳ වාර්ෂික වාර්තාවක් සකස් කරයි. (නවතම වාර්තාව සඳහා, පහත දී ඇති සබැඳියේ '2021' වෙනුවට වත්මන් වර්ෂය ආදේශ කරන්න.)

<https://www.hrw.org/world-report/2021>

ඇමනෙස්ටි ඉන්ටර්නැෂනල් සංවිධානය විසින් රටවල් සඳහා සකස් කරනු ලබන පැතිකඩවලට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස විවිධ මට්ටම්වලින් ඇතුළත් වේ.

www.amnesty.org/en/countries/

නොකඩවා ඉගෙන ගනිමු: තවත් සම්පත් සහ මාර්ගගත පාඨමාලා

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ ඉගෙන ගන්න

ඔබේ දැනුම වඩාත් පුළුල් කළ හැකි සම්පත් සහ පාඨමාලා රැසක් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව (FORB Learning Platform) සහ NORFORB සාමාජිකයින් විසින් පිරිනමනු ලැබේ.

forb-learning.org/si/

විම සම්පත් අතරට පහත දැක්වෙන ඒවා ඇතුළත් වේ:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) හඳුන්වා දීම, යුක්තිය වෙත ප්‍රවේශය, ආගමික සාක්ෂරතාවය සහ සංදර්භ විශ්ලේෂණය සඳහා යොදාගත හැකි මෙවලම් ඇතුළත් **විභජන රැසක්.**
- **තමන්ට පහසු වේලාවට හැඳුරිය හැකි, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ ඔන්ලයින් පාඨමාලාවක්**
- **තමන්ට පහසු වේලාවට හැඳුරිය හැකි, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජ භාවය** පිළිබඳ ඔන්ලයින් පාඨමාලාවක්, සහ
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ ස්ත්‍රීපුරුෂ සමාජ භාවය, සහ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) සහ හැකිලෙන සිවිල් අවකාශය වැනි **නේමාන්මක ගැටළු** පිළිබඳ ලියැවී ඇති වාර්තා.



ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පිළිබඳ ඔබ සතු පහසුකම් සැලසීමේ කුසලතා වර්ධනය කර ගන්න

ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාවට අමතරව, ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව (FORB Learning Platform) විසින් පහත සඳහන් දෑ පිරිනමයි:

- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ **පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මෙවලම් කට්ටලය** සහ අත්‍යය
- ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) **පුහුණුකරුවන්/පහසුකම් සලසන්නන්** සඳහා ඔන්ලයින් ක්‍රමයට පවත්වනු ලබන සති 10 ක පාඨමාලාව, මේ සඳහා අවම වශයෙන් සතියකට පැය 6 ක් සහභාගී විය යුතුය (අවස්ථා සීමිත ය)
- පාලකරණ අවස්ථා - නව සම්පත් සහ පාඨමාලා පිළිබඳව නවතම තොරතුරු ලබා ගැනීම සඳහා සහ පාලකරණ වැඩසටහන්වලට සහභාගීවීම සඳහා අපගේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස (FORB) පුහුණුකරුවන්ගේ සහ පහසුකම් සලසන්නන්ගේ **ජාලයට සම්බන්ධ විය හැක.**

උපක්‍රම සහ ඒවා භාවිතා කරන ආකාරය පිළිබඳව තවදුරටත් ඉගෙන ගන්න

නොමිලයේ ලබාගත හැකි ඉගෙනුම් ද්‍රව්‍ය සහ වෙනත් පාර්ශ්ව විසින් සපයා දෙනු ලබන ඔන්ලයින් පාඨමාලා සඳහා සබැඳි ඔබට මෙතැනින් ලබාගත හැක.

හදිසි උපක්‍රම: වළක්වන්න, නවත්වන්න, උපකාර ඉල්ලා සිටින්න සහ අනතුරු අඟවන්න මානව හිමිකම් සඳහා වඩාත් අත්‍යයෙන් අත්‍යවශ්‍ය සිදුවන තර්ජන සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීමට හදිසි උපක්‍රම භාවිතා කරනු ලැබේ. මෙම උපක්‍රම භාවිතා කිරීම සඳහා ඔබට පහත දැක්වෙන සම්පත් ප්‍රයෝජනවත් වනු ඇත.

ඔන්ලයින් (මාර්ගගත) පාඨමාලා

මාර්ගගතව සිදු වන වෛර් ප්‍රකාශ අවබෝධ කරගැනීම සහ මැඩපැවැත්වීම
 යුරෝපයේ සිදුවන වෛර් ප්‍රකාශ සහ වෛර් අපරාධ සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීම අරමුණු කරගත් මෙය ෆේසිං ෆැක්ට්ස් (FacingFacts) සංවිධානයෙහි අධ්‍යාපනික වැඩසටහනක් වන, තමන්ට පහසු වේලාවක හැඳුරිය හැකි පාඨමාලාවකි. විමගින් ලබාගන්නා දැනුමෙන් බොහෝ ප්‍රමාණයක් පුළුල් සංදර්භ පරාසයකට අදාළ කරගත හැක. විමෙන් ම විම සංවිධානය විසින් ඉදිරිපත් කරනු ලබන අනෙකුත් පාඨමාලා, උදාහරණයක් ලෙස 'යුදෙව් විරෝධී වෛර් අපරාධ අවබෝධකර ගැනීම හා හඳුනා ගැනීම' වැනි පාඨමාලා ද බලන්න.

සාම ක්‍රියාවලියට සහාය දීම සහ මැතිවරණ ප්‍රවණ්ඩත්වය වැළැක්වීම (මානව අරක්ෂාව)
 වික්සන් ජනපද සාම ආයතනය (United States Institute of Peace) විසින් පිරිනමනු ලබන මාර්ගගත පාඨමාලා

සමීපත්

වෛර් අපරාධ

යුරෝපයේ ආරක්ෂාව සහ සහයෝගීතාවය සඳහා වන සංවිධානය (OSCE) මගින් පොලීසිය, සිවිල් සමාජය, සහ නීති සම්පාදකයින් ඇතුළු විවිධ ඉලක්කගත කණ්ඩායම් සඳහා වෛර් අපරාධ පිළිබඳ මෙවලම් කට්ටල සපයා දෙමින් විටින් විට මාර්ගගත පාඨමාලා පවත්වයි.

මහමග දී සිදුවන හිරිහැර

සෑම කාන්තාවක් ම මහමග දී සිදුවන හිරිහැර වලින් බලපෑමට ලක් වෙයි. සුළුතර කණ්ඩායම්වල කාන්තාවන් වෛරයෙන් පෙළඹවීමට ලක්වූ හිරිහැර වලට සහ/හෝ ලිංගික හිරිහැර වලට භාජනය වීමේ විශේෂ අවදානමකට මුහුණ දෙති. වින්දිතයෙකු වශයෙන් හෝ විවෘතවත් දකින අයෙක් වශයෙන් ඊට ප්‍රතිචාර දැක්විය හැකි ආකාර පිළිබඳව අදහස් සහ උපක්‍රම මෙතැනින් සොයාගන්න:

පරිවර්තන උපක්‍රම: ප්‍රචාරක ව්‍යාපාර, උද්දේශනය (පක්ෂව පෙනී සිටීම), දිරිගැන්වීම් සහ විරෝධතා

පක්ෂව පෙනී සිටීම සහ ප්‍රචාරක ව්‍යාපාර පරිවර්තනයක් ඇතිකිරීමේ දී විශේෂයෙන් ම වැදගත් වන උපක්‍රම වේ. පහත සඳහන් සමීපත් හා පාඨමාලා මගින් එම උපක්‍රම භාවිතා කරන ආකාරය පිළිබඳ මාර්ගෝපදේශ ලබා ගත හැක.

ඔන්ලයින් පාඨමාලා

උද්දේශනය සඳහා අත්‍යවශ්‍ය දෑ (Advocacy essentials) පාඨමාලාව

මෙය ටියර් ගන්ඩ් (Tearfund) සංවිධානය විසින් සපයා දෙනු ලබන, තමන්ට පහසු වේලාවක හැඳුරිය හැකි ඔන්ලයින් පාඨමාලාවකි. පහත සඳහන් සබැඳිය හරහා ප්‍රොග්‍රැම් එකක් (පැතිකඩක්) සාදා ගෙන, එහි පාඨමාලා නාමාවලියෙන් 'Advocacy Essentials' පාඨමාලාව සොයා ගන්න.

ACT උද්දේශන ඇකඩමිය

මෙය ACT Alliance සංවිධානය විසින් සපයා දෙනු ලබන, තමන්ට පහසු වේලාවක හැඳුරිය හැකි ඔන්ලයින් පාඨමාලාවකි. මෙම පාඨමාලාවට ප්‍රවේශවීම සඳහා Fabo.org වෙත පිවිස ප්‍රොග්‍රැම් එකක් සාදා ගන්න.

අවිනිසාවාදී ක්‍රියාමාර්ග, සහ සිවිල් විරෝධතා

එක්සත් ජනපද සාම ආයතනය විසින් සපයා දෙනු ලබන මාර්ගගත පාඨමාලා.

සමීපත්

උද්දේශන මෙවලම් කට්ටලය - ඔබ ඔබට දැකීමට අවශ්‍ය වෙනස බවට පත් වෙන්න

Africa Platform for Social Protection (සමාජ ආරක්ෂණය සඳහා වන අප්‍රිකානු වේදිකාව) සහ Commonwealth Foundation (පොදුරාජ්‍ය මණ්ඩලීය පදනම) විසින් සකස් කරන ලදී.

උද්දේශන මෙවලම් කට්ටලය - A Roots Guide

ටියර් ගන්ඩ් (Tearfund) සංවිධානය විසින් සකස් කරන ලදී.

උද්දේශනය: කුඩා සහ ඩයස්පෝරා සංවිධාන සඳහා මාර්ගෝපදේශය

INTRAC සංවිධානය විසින් සකස් කරන ලදී.

දැන් ආරම්භ කරන්න - ප්‍රචාරක ව්‍යාපාර සඳහා ප්‍රායෝගික මාර්ගෝපදේශයක්

විශ්වම් ඇන්ඩ් ෆයිනෙප් (Wigwam and finep) සංවිධානය විසින් සකස් කරන ලදී.

ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම: දැනුවත්භාවය, සම්බන්ධවීම, කුසලතා සහ ජාල

පරිවර්තනය සඳහා වන දීර්ඝ කාලීන පදනමක් නිර්මාණය කිරීම පිණිස, මහජනතාව දැනුවත් කිරීමේ සහ සියලු වර්ගවල උපාය මාර්ග භාවිතා කිරීමේ කුසලතා වලින් සවිබල ගැන්වුණු, හිසැළී සිටින පුද්ගලයින්ගේ ජාල ස්වරූපයෙන් ගොඩනැගීමේ උපක්‍රම භාවිතා කරනු ලැබේ.

ඔන්ලයින් පාඨමාලා

පොඩ්කාස්ට් සහ විඩියෝ භාවිතා කිරීම සහ මාර්ගගතව සුරක්ෂිතව සිටීම

පහත සඳහන් පාඨමාලා වැනි, ඔබගේ කුසලතා සංවර්ධනය කර ගැනීම සඳහා උපකාරී වන කෙටි ඔන්ලයින් පාඨමාලා රාශියක් සඳහා ඇඩ්වොකේසි ඇසෙම්බ්ලි (Advocacy Assembly) සංවිධානයේ වෙබ් අඩවිය බලන්න:

- ඔබගේ ම පොඩ්කාස්ට් එකක් නිර්මාණය කිරීම
- මාර්ගගතව සුරක්ෂිතව සිටීම සහ සමාජ මාධ්‍ය භාවිතා කිරීම
- ඔබගේ විඩියෝ කුසලතා සංවර්ධනය කර ගැනීම සඳහා වඩාත්ම වැදගත් වන උපදෙස් 5 ක්

අන්තර් ආගමික සංවාද සම්බන්ධ මාර්ගගත පාඨමාලා

KAIICID සංවිධානය විසින් අන්තර් ආගමික සංවාද සම්බන්ධ ඔන්ලයින් පාඨමාලා ගණනාවක් ම සපයා දෙයි.

සාමය ගොඩනැගීම සහ තවත් දේ

එක්සත් ජනපද සාම ආයතනය (United States Institute of Peace) විසින් සපයා දෙනු ලබන ඔන්ලයින් පාඨමාලා රාශියක් ඇත.

<https://www.usip.org/academy/catalog/religious-engagement-peacebuilding-common-ground-approach>

<https://www.usip.org/academy/catalog/introduction-religion-and-peacebuilding>

සම්පත්

අන්තර් ආගමික සතිය (Interfaith Week) මෙවලම් කට්ටලය

එක්සත් රාජධානියේ ඉන්ටර්ෆේන් නෙට්වර්ක් (Interfaith Network) සංවිධානය විසින් ප්‍රකාශයට පත් කර ඇති, ප්‍රජා පාදක අන්තර් ආගමික ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානය කිරීම සඳහා වන ප්‍රායෝගික මාර්ගෝපදේශයකි.

ෆේත් ෆෝ රයිට්ස් (Faith for Rights) මෙවලම් කට්ටලය

ෆේත් ෆෝ රයිට්ස් (Faith for Rights) රාමුවේ පොරොන්දු 18 හා සම්බන්ධ, ආගම්, විශ්වාස හා මානව හිමිකම් අතර සම්බන්ධතා ගවේෂණය කරන මානව හිමිකම් අධ්‍යයන මොඩියුල කට්ටලයකි.

ගුරුවරුන් සහ තරුණ සේවා නිලධාරීන් සඳහා වන මාර්ගගත වෛර් ප්‍රකාශ මෙවලම් කට්ටලය

සෙල්මා (Selma) මාර්ගගත මෙවලම් කට්ටලය මගින් ළමයින් සහ තරුණ තරුණියන් සමග කටයුතු කරන ගුරුවරුන් සහ අනෙකුත් අය සඳහා මාර්ගගත වෛර් ප්‍රකාශ පිළිබඳ ගැටළුව සම්බන්ධයෙන් තමන්ගේ සන්දර්භයට ගැළපෙන පරිදි හැඩගස්වාගත හැකි සම්පත් සපයා දෙයි.

බහුවිධතාවය ප්‍රවර්ධනය කිරීම පිළිබඳ මාර්ගගත ගුරු පුහුණු පාඨමාලාව

පන්ති කාමර පසුබිම තුළ බහුවිධතාවය සහ අන්තර්කරණය වූ ප්‍රජාවන් ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා ගුරුවරුන් පුහුණු කරන මිශ්‍ර ඉගෙනුම් පාඨමාලාවකි. හාර්ඩ් වයර්ඩ් ග්ලෝබල් (Hardwired Global) විසින් ඉංග්‍රීසි සහ අරාබි භාෂා වලින් සපයා දෙනු ලැබේ.

ඊමේල්: info@hardwiredglobal.org

සාමය සඳහා වන ආගම් නැමති සංවිධානයෙන් ලබා ගත් දේවධර්මය පිළිබඳ ඉගෙනුම් සම්පත්

පුරවැසිභාවය සඳහා සහාය පිණිස වන ඒබ්‍රහම්වාදී යුදෙව්, ක්‍රිස්තියානි සහ ඉස්ලාම් ආගම්; සිහිමේ, හෘදය සාක්ෂියේ සහ ආගම ඇදහීමේ සහ විශ්වාස දැරීමේ හිඳහස; සහ අවදානම් සහගත ප්‍රජාවන් ආරක්ෂා කරගැනීම

සුව කිරීමේ උපක්‍රම: ලේඛනගත කිරීම, අනුස්මරණය කිරීම, යුක්තිය සහ වන්දි ඉල්ලා සිටීම, ද්‍රව්‍යමය හා මනෝ සමාජීය සහාය ලබා දීම
සුව කිරීමේ උපක්‍රම: ලේඛනගත කිරීම, අනුස්මරණය කිරීම, යුක්තිය සහ වන්දි ඉල්ලා සිටීම, ද්‍රව්‍යමය හා මනෝ සමාජීය සහාය ලබා දීම

ඔන්ලයින් පාඨමාලා

මානව හිමිකම් උල්ලංඝනයවීම් ලේඛනගත කිරීම

- ඔබගේ ලේඛනගත කිරීමේ කුසලතා සංවර්ධනය කරගැනීම සඳහා උපකාරී වන, නොමිලයේ ලබා දෙන කෙටි පාඨමාලා රැසක් ඔබට Advocacy Assembly වෙබ් අඩවියට පිවිසීමෙන් ලබා ගත හැක. වියට පහත සඳහන් පාඨමාලා ඇතුළත් වේ:
- මානව හිමිකම් උල්ලංඝනය කිරීම් සාක්ෂි භාවිතා කරමින් ලේඛනගත කිරීම සහ වාර්තා කිරීම
- විචියේ සාක්ෂි ලබා ගැනීම, ගබඩා කිරීම සහ බෙදාගැනීම.

ප්‍රජාපාදක මනෝසමාජීය සහාය (CBPS)

මොඩියුල තුනකින් සමන්විත මාර්ගගත පාඨමාලාවක් වන ප්‍රජා පාදක මනෝ සමාජීය සහාය පාඨමාලාව ඔබට මූලික කරුණු ඉගෙන ගැනීමට උපකාරී වෙයි. විය Church of Sweden (for Act Alliance) සහ Fabo විසින් සකස් කර ඇත.

අභ්‍යාසවල සුවිස

පොදු අභ්‍යාස

අභ්‍යාසයේ නම	අරමුණ	පිටුව
වාක්‍යය සම්පූර්ණ කිරීම	සහභාගිවන්නන්ගේ හඳුන්වාදීම් - සහභාගිවීමට පෙළඹුණු හේතු අවධාරණය කිරීම	35
ඔබ සිතමින් සිටින්නේ කුමක් ගැනද?	සහභාගිවන්නන් හඳුන්වාදීම - සහභාගිවන්නන් තුළ ඇති පොදු ලක්ෂණ අවධාරණය කිරීම	36
කුඩය අතින් අත යැවීම!	මූලික හිඟ අභ්‍යාසය	36
මට ප්‍රශංසා කරන්න	සහභාගිවන්නන් කණ්ඩායමට ලබා දුන් උපහසුකම් දැනගත්වය අවධාරණය කිරීම	135
සියල්ලන්ට කියන්න!	සහභාගිවන්නන්ට කලින් සැසිවල දී ඉගෙනගත් දෑ සිහිකර දීම සඳහා වන සමාරම්භක අභ්‍යාසය	49
යහපත් දේවල් ජාලය	අපගේ ප්‍රජාවන්හි ඇති යහපත් දෑ අවධාරණය කරන අභ්‍යාසය	99
සියලු දෙනා පුටු මාරු කරන්න!	පොදු ලක්ෂණ අවධාරණය කරන ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම	71
ඇවිදීම සහ නැවතීම	ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම	103
හිසේ සිට පතුල දක්වා	ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම	130
පරිවර්තයක් සිදු කරන්න	ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම	137
සමාජ පරිවර්තක ප්‍රතිමා	ප්‍රබෝධජනක ක්‍රියාකාරකම	147
ඉමෝට්‍රිකන්ස් (හැඟීම් ප්‍රකාශ කෙරෙන මුහුණු රූප)	තමන් ඉගෙනගත් දෑ සම්බන්ධයෙන් සහභාගිවන්නන්ගේ හැඟීම් වෙත අවධානය යොමුකරන සමාජික අභ්‍යාසය	131
හිස, හඳවත, දෑත්	ඇගයීම් අභ්‍යාසය	148

මානව හිමිකම්, වෙනස්කොට සැලකීම සහ සමාජ අනන්‍යතා පොදුවේ ගවේෂණය කරන අභ්‍යාස

අභ්‍යාසයේ නම	අරමුණ	පිටුව
ජීවිත සුපය සහ මානව හිමිකම් ගැලපීම	තමන් අත්විඳි අවශ්‍යතා මානව හිමිකම් පිළිබඳ විශ්ව ප්‍රකාශය සමග සම්බන්ධ කිරීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වන අභ්‍යාස දෙකක්	37, 38
ඔහේ තිබෙන දෙයක්!	වරප්‍රසාද සහ වාසි අවධාරණය කරමින් එකමුතුකමේ ප්‍රතිලාභ පෙන්වා දීම	68
පියවරක් ඉදිරියට	තමන්ගේ සංදර්භය තුළ සමාජ ආර්ථික අවාසි සහ වෙනස් කොට සැලකීම අන්තර්සම්බන්ධ වන ආකාරය හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	69
අපගේ සමාජ අනන්‍යතා	අනෙක් ආගමික/විශ්වාස අනන්‍යතා සහිත පුද්ගලයින් සහ තමන් අතර ඇති සමානකම් හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	72

ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස විශේෂිතව ගවේෂණය කරන අභ්‍යාස

අභ්‍යාසයේ නම	අරමුණ	පිටුව
මකමත් වක කාලෙක	ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස මගින් ආරක්ෂා කරන දෑ වටිනා දෑ ලෙස සලකන්නේ දැයි සිතා බැලීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	50
මගේ දවස තුළ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස	තමන්ගේ වදිනෙදා ජීවිතයේදී තමන් ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය භාවිතා කරන්නේ කෙසේ දැයි හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	52
ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ මිනිත්තු දෙකක කෙටි භාට්‍ය	ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස උල්ලංඝනයවීම් හඳුනාගැනීම සම්බන්ධ කුසලතා සංවර්ධනය කිරීම	82
අපේ හතරයේ ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස දැක්වෙන සිතියමක්	සහභාගිවන්නන්ට ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ සංදර්භ විශ්ලේෂණ අභ්‍යාසයක් නිර්මාණය කිරීමට උපකාරී වීම	101, 104

මානව හිමිකම් හා ක්‍රියාකාරී සැලසුම්කරණය ප්‍රචර්ධනය කිරීම සඳහා වන ක්‍රම කෙරෙහි අවධානය යොමුකරන අභ්‍යාස

අභ්‍යාසයේ නම	අරමුණ	පිටුව
සමාජ පරිවර්තකයින්ගේ කථා සඳහා කුඩා කණ්ඩායම්	ක්‍රියාමාර්ග ගැනීම පිළිබඳ සාකච්ඡා කිරීමට පෙළඹවීම සහ පසුබිම නිර්මාණය කිරීම	114
බලා සිටින්නන් සහ සුවකරන්නන්	පසෙක සිට සිදුවන දේ බලා සිටින්නන් වනවා වෙනුවට, සක්‍රියව ක්‍රියාත්මක වීමට හැකියාව ලබා දෙන සාධක හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	114
මම කවුද?	තමන්ට ක්‍රියාමාර්ග ගතහැකි වාතාවරණ හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	116
කථා කිරීමේ හදිසි උපක්‍රම	උපක්‍රම පිළිබඳව 6 වැනි සැසියෙහි ඇති ඉදිරිපත් කිරීම් හා සම්බන්ධ කණ්ඩායම් සාකච්ඡා අභ්‍යාස	118
කථාකිරීමේ උපක්‍රම	මානව හිමිකම් ප්‍රචර්ධනය කිරීමේ උපක්‍රම මත පදනම් වූ ක්‍රියාත්මක වීමේ අදහස් පිළිබඳව බුද්ධිකලම්භනය කිරීම	129
ප්‍රශ්නය කුමක්ද?	පහත සඳහන් ඒවා සඳහා ක්‍රියාත්මක සැලසුම් සකස් කරගැනීම පිණිස ප්‍රශ්න හඳුනා ගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී වීම	135
අපගේ පරිවර්තන ගමන	දෘශ්‍ය ක්‍රියාකාරී සැලසුම්කරණ අභ්‍යාසය	138, 146
මෙතැන් සිට අපි යන්නේ කොතේටද?	ඉදිරි පියවර හඳුනාගැනීමට සහභාගිවන්නන්ට උපකාරී කිරීම	147

බොහෝ පුද්ගලයින් තම රට තුළ සිදු වන ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස සඳහා ඇති අයිතිය උල්ලංඝනයවීම් පිළිබඳව සහ තම ප්‍රජාව තුළ පවතින අන්තර්-ආගමික ආතතීන් පිළිබඳව කනස්සල්ලට පත් වන නමුත් වෙනසක් සිදු කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳ අවිනිශ්චිත භාවයකින් පසු වෙති.

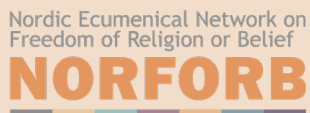
පැය දෙක බැගින් වූ සැසි නවයකින් සමන්විත සැසිවාර මාලාවක් වන මෙම ප්‍රාදේශීය සමාජ පරිවර්තක පාඨමාලාව තම ප්‍රජාව තුළ සිටින සියලු දෙනා සඳහා ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස ප්‍රවර්ධනය කිරීම පිළිබඳ ඉගෙන ගැනීම සහ ඒ සම්බන්ධයෙන් ක්‍රියාකාරී වීම පිණිස බිම් මට්ටමේ වැඩිහිටියන් සහ තරුණ තරුණියන් කණ්ඩායම් සවිබල ගැන්වීම සඳහා සැලසුම් කර තිබේ.

මෙම පහසුකම් සලසන්නන් සඳහා වන මාර්ගෝපදේශයෙහි සහ මේ සමග ඇති සම්පත් කට්ටලයෙහි මෙම පාඨමාලාව පැවැත්වීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය කරන සියලු දේ, වනම් සැසි සැලසුම්, ඉදිරිපත් කිරීම්වල ලිඛිත පිටපත්, පවර්පොයින්ට් ඉදිරිපත් කිරීම්, කතන්තර, පෝස්ටර් සහ ක්‍රීඩා ආදිය ඇතුළත් කර තිබේ. ඔබට ඔබ ජීවත් වන ස්ථානයේ සමාජ පරිවර්තක ක්‍රියාවලීන් අරඹන කිරීමට මෙම සම්පත් උපකාරී වනු ඇතැයි අපි විශ්වාස කරමු.

forb-learning.org



THE LOCAL
CHANGEMAKERS
COURSE



NORFORB ව්‍යාපෘතියක් වන 'ආගම ඇදහීමේ හෝ විශ්වාස දැරීමේ නිදහස පිළිබඳ ඉගෙනුම් වේදිකාව' විසින් සකස් කරන ලදී.
© NORFORB ජාලය වෙනුවෙන් SMC Faith in Development 2022, www.smc.global
ලේඛිකාව: කැතරින් කෂේ | ග්‍රැෆික් මෝස්තර සහ නිරූපක: කේ.වී.ඩී. ඩිසයින් / ක්‍රිස්ටිනා ස්කොලින්-බෝර්ග් සහ ඊවා-මාර් වොඩ්මන්
චිත්‍ර: ටොබ් හිව්සම් | පවර් පොයින්ට් රූප සටහන්: ග්‍රයි සියරෝ
සිංහල පරිවර්තනය: පමෝදා සේනාරත්න | සිංහල පරිවර්තනයේ සෝදුපත් කියවීම: අමරසේන විදුරසිංහ සහ මිලින්ද උඩේසිංහ
ISBN: 978-91-519-6194-1 | ඊ-මේල් ලිපිනය: info@forb-learning.org | වෙබ් අඩවිය: www.forb-learning.org