

# संगसंगै

सामुदायिक रुपान्तरणमा

## सहजकर्ताको निर्देशिका

लेखन्: फ्रयान्सीस ज्योरोग, टुलो रेष्ट्रिक,  
सम्पादन: विल क्रक्स र ज्याकी मोराडियन

नेपाली संस्करण:

अनुवाद: डा. राजेन्द्रकुमार रोड्डेड  
सम्पादन: दुर्गाप्रसाद खनाल "दिव्य"

## संगसंगै: सहजकर्ताको निर्देशिका

लेखकहरु: प्रयान्सीस ज्योरोग, टुलो रेष्ट्रिक, विल क्रुक्स र ज्याकी मोराडियन ।

सम्पादक: रेबेका डेनिस

ग्राफिक डिजाइनर: लिण्डसे नोबल

चित्राङ्कन र लेआउट: विल क्रुक्स र ज्याकी मोराडियन ।

मोसेक क्रियटिभ

यस पाठ्यक्रमको विकास र यसका विषयवस्तुहरुको निखारमा सहायता पुऱ्याउने निम्न महानुभावहरुप्रति लेखकवर्ग आभारी छ: जेन अकेलोइ, केनेडी धनबलान, रत्नो धरानी, इसाया इम्मानुयल, पिटर गिटा, कथबर्ट गोण्डवे, साम करेती, वक्टाभियो माबुण्डा, ग्यास्टन स्लान्वा, प्रयान्सीस वाहोम, स्टेफन वानी र ग्लाडिज वाथङ्गा ।

प्रस्तुत पुस्तिका टियरफण्ड नामक संस्थाले तयार पारेको हो । टियरफण्ड गरिबी निवारणमा सहायता पुऱ्याउन कार्यरत एक इसाई राहत तथा विकास एजेन्सी हो । यसले स्थानीय मण्डलीहरुको संजालसँग मिलेर विभिन्न प्रकारका सामाजिक तथा आत्मिक कार्यहरु गर्दछ । यस पुस्तिकालाई नेपाली भाषामा अनुवाद गरी प्रकाशन गर्न अनुमति र सहयोग पुऱ्याएकोमा हामी टियरफण्डप्रति आभारी छौं । यस पुस्तिकाका बारेमा कुनै सुझाव वा प्रतिक्रिया पठाउन हाम्रो इमेल ठेगाना [integralmission@umn.org.np](mailto:integralmission@umn.org.np) वा [nc@micahnetworknepal.org.np](mailto:nc@micahnetworknepal.org.np) मा पत्राचार गर्नुहुनको लागि अनुरोध गर्दछौं ।



“परिवर्तन ल्याउनको लागि आफूलाई सानो  
सम्झनुहुन्छ भने तपाईं ओछ्यानमा कहिल्यै  
पनि लामखुट्टेको फेला पर्नुभएको छैन ।”

अनिता रोडिक

## विषयसूची

परिचय	५
संगसंगैको अवधारणा र उद्देश्य	७
चरण १ मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु र सुसज्जित पार्नु	
भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु	
भाग २: हाम्रा स्रोतहरूको उपयोग	
भाग ३: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता	
भाग ४: सिकाइ र चिन्तन	
चरण १ मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु र सुसज्जित गराउनु	२३
चरण २ समुदायलाई दर्शन प्रदान गर्नु	५७
भाग १: समुदायसँग मिलेर हामीले कसरी काम गर्ने ?	
भाग २: समुदायको वर्णन	
भाग ३: सूचनाहरू सङ्कलन	
भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण	
भाग ५: सिकाइ र चिन्तन	
चरण ३: कामका लागि योजना बनाउनु	१०९
भाग १: सपना देख्नु	
भाग २: अब के गर्ने भनी प्रष्ट हुनु	
भाग ३: कामका लागि योजना बनाई व्यवस्थित हुनु	
भाग ४: सिकाइ र चिन्तन	
चरण ४: कार्य थालनी	१३३
१. बाइबल अध्ययन	
२. कामको प्राथमिकता र परियोजनाको उद्देश्यमा स्पष्ट हुने	
३. परियोजनालाई कसरी रेखदेख गर्ने ?	
४. हामी कसरी प्रतिनिधित्व गर्न सक्छौ ?	
५. मानिसहरूलाई आङ्कलन र व्यवस्थित गर्ने	
६. आफैलाई कसरी उत्प्रेरित बनाइराख्ने ?	
७. समूह निर्माण गर्ने	
८. कसरी प्रभावकारी बैठक बस्ने ?	
९. अरुलाई कसरी जानकारी गराइराख्ने ?	
१०. परियोजनाको लगत राख्ने	
११. विशेषज्ञको राय लिने	
१२. सिकाइ र चिन्तन	
चरण ५: मूल्याङ्कन	१५५
मूल्याङ्कनको अभिप्राय	
मूल्याङ्कनका लागि प्रश्नहरू तथा अन्य सामग्रीहरू	
यस पछि के ?	
अन्तिम विचार	
परिशिष्ट	१६९
क) सामुदायिक संस्थाको विधान	
ख) असल प्रशासन	



## परिचय

सँगसँगैमा स्वागत ! समुदायमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउनका लागि सँगसँगैले मण्डलीका अगुवा तथा सदस्यहरूलाई समुदायसँग मिलेर काम गर्न मद्दत गर्दछ। यो यस्तो प्रक्रिया हो जसले मण्डली र समुदायमा आत्मबल र बदलाव ल्याउँछ। बीसौं वर्षदेखि एसिया र अफ्रिकामा काम गरेको अनुभव यसले संगालेको छ।

सँगसँगै भनेकै मानिसहरू आफैले सकारात्मक परिवर्तन ल्याउने काम गर्न सकून् भन्ने मनसायका साथ मण्डली र समुदायलाई उत्साह र उर्जा प्रदान गर्ने प्रकृया हो। सँगसँगैले उनीहरूसँग भएका स्रोतहरूमा निर्भर रहेर निर्माण गर्न र समुदायमा भएका नयाँ सीप र दक्षतालाई खोजी निकाल्न चाहन्छ। कतिपय विकासका परियोजनाहरू विदेशी सहायताको सुई (इन्जेक्सन्) मा निर्भर रहेको हामी पाउँछौं। केहि समयपछि समुदाय र मानिसहरूलाई त्यतिकै छोडेर उनीहरूको काम सकिन्छ। सँगसँगैको चाहना त्यसको ठीक विपरित छ। सँगसँगैले स्थानीय मानिसहरूलाई उनीहरूसँग भएका श्रोतहरूमा भविष्य निर्धारण गर्न एउटा दर्शन प्रदान गरी मानिसहरूलाई उत्साहित र सुसज्जित बनाउँछ।

यस निर्देशिका-सँगसँगै-ले मण्डली र समुदायमा परिवर्तन ल्याउने काम आरम्भ गर्न प्रेरित हुने आवश्यक सबै जानकारीहरू उपलब्ध गराउँछ।

सँगसँगै पाठ्यसामग्री उपलब्ध भएको ठाउँमा हुने कार्यशालामा भाग लिनुभयो भने तपाईंले यसको उपयोगिता आफै जान्नुहुनेछ।

सँगसँगै सहजकर्ताको निर्देशिकाले निम्न कुराहरूलाई समेट्छ:

- ◆ सँगसँगैको अवधारणा -यसको उद्देश्य, लाभ र सहजकर्ताको भूमिका।
- ◆ मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु -सामुदायिक सहभागिताको लागि मण्डलीले दर्शन प्राप्त गर्ने खालका बाइबल अध्ययन र क्रियाकलापहरू।
- ◆ समुदायलाई दर्शन प्रदान गर्नु -समुदायलाई उनीहरूका आवश्यकता र श्रोतहरूको पहिचान गर्न मद्दत गर्ने खालका आवश्यक र उपयुक्त हुने बाइबल अध्ययनहरू सहितका विचार र क्रियाकलापहरू।
- ◆ सपनाहरू देख्ने र गर्ने कामका लागि योजना बनाउने -भविष्यका लागि दर्शनको विकास गर्न र कामहरूका लागि योजना बनाउन समुदायलाई सहयोग गर्ने विभिन्न क्रियाकलाप र विचारहरू।
- ◆ काम गर्न थाल्नु-योजना पूरा हुँदैछ र सकारात्मक परिवर्तन हुँदैछ, भनी पक्का हुन मद्दत गर्ने क्रियाकलापहरू।
- ◆ मूल्याङ्कन -समुदाय र व्यक्तिहरूको जीवनस्तर सुधारका लागि मण्डली र समुदाय कसरी सँगसँगै मिलेर काम गरे भनी गरिने पुनरावलोकन।

माथिका यीमध्ये कुनैपनि चरण सिफारिस गर्न सकिन्छ तर यसलाई यही क्रमानुसार गर्नुपर्छ भन्ने छैन तापनि तपाईंको परिस्थितिलाई उपयुक्त हुने सामग्रीहरू छनौट गरी प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

आशा छ, तपाईं यस यात्रामा रमाउनुहुनेछ





**संगसंगैको  
अवधारणा र उद्देश्य**



## १. संगसंगैको उद्देश्य के हो ?

संगसंगैले स्थानीय मण्डलीलाई उनीहरूको समुदायको बारेमा दर्शन प्रदान गर्दछ। बाइबल अध्ययन र अन्तक्रियात्मक क्रियाकलापद्वारा समुदायको आवश्यकता पहिचान गरी त्यसको सम्बोधनका लागि उनीहरूकै श्रोतको उपयोग गर्न मण्डलीलाई उत्प्रेरित र सशक्त बनाउने काम गर्दछ।



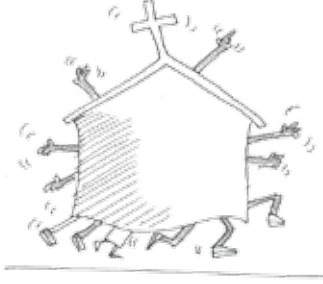
तब तिमीहरूले प्रार्थना गर्नेछौ, र परमप्रभुले जवाफ दिनुहुनेछ। तिमीहरूले सहायताको निमित्त बिन्ती गर्नेछौ, र उहाँले भन्नुहुनेछ, 'म यहीं छु।' "यदि तिमीहरूले आफ्ना बीचबाट अत्याचारको जुवा फालिदियौ, अरुलाई औंला ठाडो गर्न र ईर्ष्यापूर्ण कुरा बोल्न त्याग्यौ, अनि सम्पूर्ण हृदयले तिमीहरूले आफैलाई भोकाहरूका निमित्त दियौ, र अत्याचारमा परेकाहरूको आवश्यकता पुरा गरिदियौ भने, तिमीहरूको ज्योति अँध्यारोमा चम्कनेछ र तिमीहरूको रात मध्यदिनजस्तै हुनेछ। परमप्रभुले तिमीहरूलाई निरन्तर डोच्याउनुहुनेछ, र घामको उखुम गर्मी परेका ठाउँहरूमा पनि तिमीहरूलाई सन्तुष्ट पार्नुहुनेछ, र तिमीहरूका हाडहरूलाई बलिया पार्नुहुनेछ। तिमीहरू प्रशस्त पानीले भिजाएको बगैँचाभैँ र नसुक्ने पानीको मूलभैँ हुनेछौ। तिमीहरूका मानिसहरूले पुराना भग्नावशेष फेरि बनाउनेछन्। धेरै पुराना जगहरू तिमीहरूले उठाउनेछन्। तिमीहरू 'भत्केका पर्खालहरू निर्माण गर्ने' र 'बस्ने घरहरूका निमित्त बाटो फेरि नयाँ बनाउनेहरू' भनिनेछौ।

यशैया ५८:९-१२



## २. संगसंगैका लाभहरु के-के हुन् ?

आफ्नो समुदायमा परिवर्तन ल्याउन चाहने मण्डली समूहलाई संगसंगैले आशा र बल प्रदान गर्दछ। संगसंगै कार्यक्रम गरेमा मण्डली र समुदायलाई थुप्रै फाइदाहरु छन्।



### मण्डलीका निम्ति लाभ:

- ◆ समुदायमा सकारात्मक प्रभाव बढ्छ।
- ◆ अरुको खाँचो पूरा गर्न बाइबलको भूमिकाका बारेमा मण्डलीलाई प्रष्ट बनाउँछ।
- ◆ मण्डलीमा भएका स्रोत र साधन पहिचान गर्न मद्दत गर्दछ।
- ◆ सम्बन्धहरु निर्माण गर्दछ।
- ◆ समूहमा काम गर्ने आत्मबल बृद्धि गर्दछ।
- ◆ मण्डलीहरुलाई उन्नतशील, अनुभवी र उपलब्धीहरु बाड्छुँड गर्ने समुदाय बन्न मद्दत गर्दछ।

### समुदायको निम्ति लाभ:

- ◆ आत्म-निर्भरता
- ◆ उद्देश्यको चेतना
- ◆ आत्म-सम्मान
- ◆ दिगो परिवर्तन
- ◆ आशा र असल कुराको चेतना
- ◆ रितीरिवाज र वातावरणमा हुने परिवर्तनमा घुलमिल हुन सक्ने क्षमता
- ◆ सधारिएको सामुदायिक सम्बन्ध



### ३. संगसंगैका मुख्य चरणहरू कुन-कुन हुन् ?

चरण १: मण्डलीको दर्शन र त्यसको तयारी



मण्डलीका अगुवा तथा सदस्य विश्वासीहरूलाई स्थानीय समुदायमा सहायता पुऱ्याउन तिनीहरूको दायित्व छ, भनी बाइबलबाट बुझाउने काम संगसंगैले गर्दछ। परिवर्तन ल्याउन सम्भव छ, भनी विश्वास गर्न सकून् भनेर यस प्रक्रियाले मण्डलीका सदस्यहरूलाई उनीहरूसँग भएको स्रोत, साधन र क्षमता पहिचान गरी आत्मबल निर्माण गर्ने कुरामा पनि मद्दत गर्दछ।

चरण २: समुदायलाई दर्शन प्रदान गर्नु

जब मण्डलीले दर्शन पाएर काम गर्न थाल्छ, त्यसले समुदायसँग मिलेर समुदायको आवश्यकता अनि स्रोत र साधनहरूको बारेमा जानकारी जम्मा गर्छ, त्यसको विवेचना गर्छ, र कुन-कुन कुरामा परिवर्तन हुनुपर्ने हो सो कुराको निक्कै गर्दछ।



### चरण ३: भविष्यको दर्शन देखी कामका लागि योजना बनाउनु



परिवर्तन गर्नुपर्ने कुरामा सबैजना सहमत भएपछि, भविष्यका लागि दर्शनको विकास गर्न र आफूसँग भएका श्रोतको सदुपयोग गरी कसरी उक्त परिवर्तन ल्याउने भन्ने बारेमा मण्डली र समुदाय मिलेर काम गर्न लाग्छन्। त्यस परिवर्तनका लागि समुदायमा कस्तो परियोजना बनाउने भन्ने कुरा यसमा पर्दछ। एउटा त्यस्तो परियोजना बनाउने जसले समुदायभित्र भएका स्रोतहरूको सदुपयोग गर्दै आफ्नै अग्रसरतामा परिवर्तन ल्याउँछ।

### चरण ४: कार्य थालनी

जब समुदायले काम गर्न थाल्छ, योजनालाई सकारात्मक दिशा प्रदान गर्नका लागि आवश्यक सबै खाले सल्लाह र सुझावहरू यसले प्रदान गर्दछ।

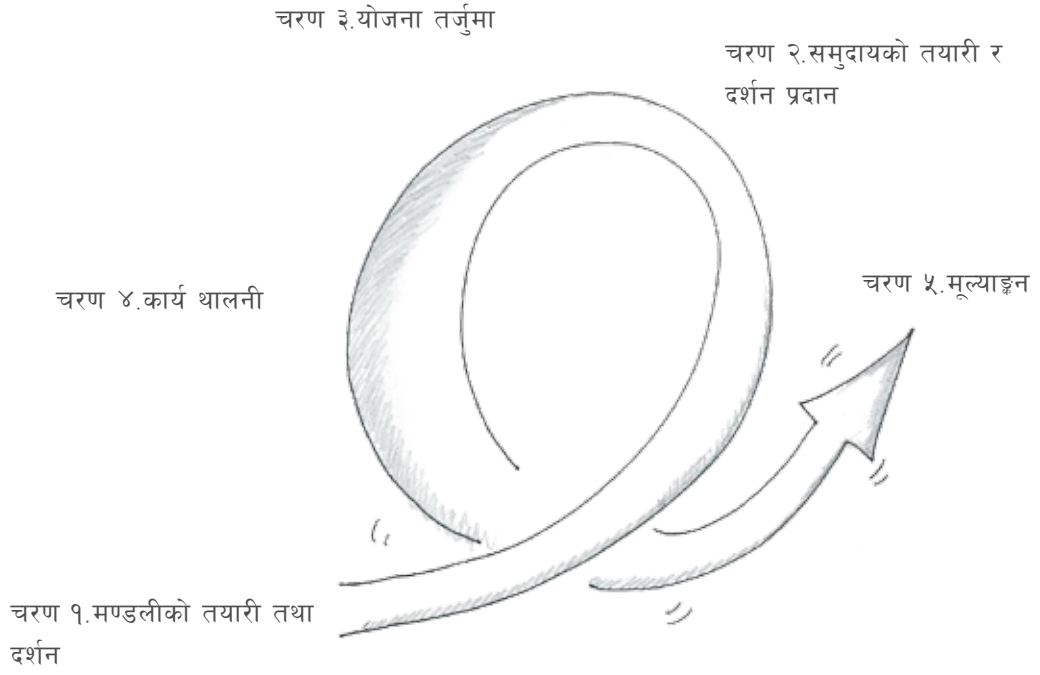
### चरण ५: मूल्याङ्कन

समुदायका मानिसहरूको जीवनस्तर उकास्न मण्डली र समुदायले मिलेर कसरी काम गरे भनी पुनरावलोकन गरिन्छ। मण्डली तथा समुदाय मिलेर काम गर्दा कसरी उत्प्रेरित र उत्साहित हुने क्रम बढ्यो भनी यसले गहन शिक्षा र ज्ञान प्रदान गर्दछ, साथै भविष्यमा अझ सुधार हुँदै जान प्रेरित गर्दछ।

प्रत्येक चरणहरूभित्र विभिन्न तहमा भाग लगाइएका कदमहरू छन्।

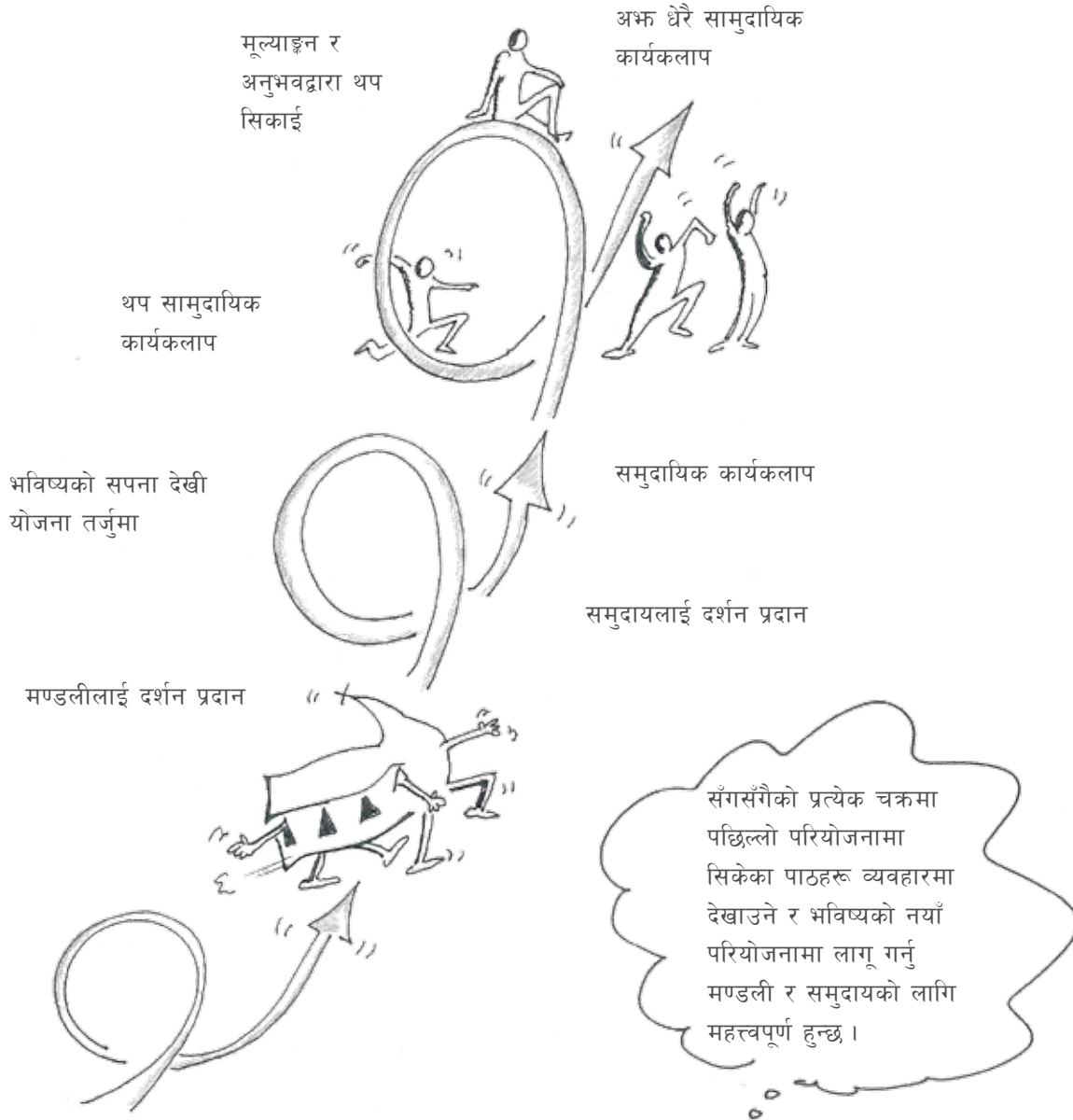
संगसंगैको पहिलो चक्र

माथि उल्लिखित पाँचवटा चरणहरूलाई एउटा चक्रमा राख्न सकिन्छ, जुन मण्डलीलाई दर्शन दिने कुराबाट सुरु भएर मूल्याङ्कन गर्ने कुरामा अन्त्य हुन्छ ।



सँगसँगैको पुनर्चक्र

जब समुदायले आत्मविश्वास प्राप्त गर्दछ र विभिन्न परियोजनाहरूलाई व्यवस्थित गर्ने हुन्छ, तब समुदायको जीवनको भाग नबनेसम्म तिनीहरूले सँगसँगैको चक्रलाई थुप्रैपटक दोहोर्‍याउन सक्छन् ।



## ४. संगसँगै कार्यक्रम कसरी तय गर्ने

संगसँगै कार्यक्रम तयार गर्दा निम्न कदमहरूमा ध्यान दिनुपर्छ:

१. जब मण्डली र समुदायको आपसमा चिनापर्ची हुन्छ, मण्डली र समुदायका अगुवाहरू मिलेर यी पाँच चरणहरूका अलावा अरु के-के सहभागी गराउने भनी छलफल गर्न अत्यावश्यक हुन्छ। समुदायका सदस्यहरूले स-साना कार्यशालाहरू चलाउनु पर्ने हुनाले यसरी चरणबद्ध काम गर्नु महत्वपूर्ण छ। यस्तो कार्यशाला सवैलाई मिले गरी आयोजना गर्नु उपयोगी हुन्छ। महिला र पुरुष दुवैलाई सामेल गर्न व्यस्त नपरेको दिन यो कार्यशाला चलाउनु उत्तम हुन्छ।
२. यो कार्यक्रमको सुरुवात मण्डलीको सेवामा गर्नु उपयुक्त हुन्छ। साथै प्रवचनद्वारा विभिन्न आत्मिक उदाहरणहरू दिनुपर्छ। यसो गर्दा मण्डलीले लिएको अग्रसरता श्रेष्ठतासम्म पुग्न सक्छ।
३. हाम्रो अनुभवअनुसार, महिनाको एकपल्ट यस्तो कार्यशाला राख्नु उपयुक्त हुन्छ। मण्डली र समुदायले हरेक कार्यशालापछि सहजकर्तालाई प्रतिक्रिया दिन तिनीहरूले सोधखोज र योजनाको काम अभ् मेहनतकासाथ गर्न पाउनुपर्छ। तापनि यो कुरा सहभागीको समर्पणतामा निर्भर गर्दछ। त्यसैले सजिलो को लागि समय अवधिलाई अलिकति बढाउनु पर्ने हुनसक्छ।



४. पहिलो परिचयात्मक कार्यशालापछि, यस कामलाई अगाडि बढाउन मण्डली तथा समुदायबाट सहजकर्तालाई सहयोग गर्ने दुई-तीन जनाको प्रतिनिधि मण्डल/समूह नियुक्त गर्नुपर्छ। यी व्यक्तिहरु समाजमा स्वच्छ, छवी भएका महिला र पुरुषहरु हुनपर्दछ। साथै विभिन्न परियोजनाहरु संयोजन गर्नका लागि स्थानीय संयोजक समूह (स्था.स.स.) पनि गठन गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

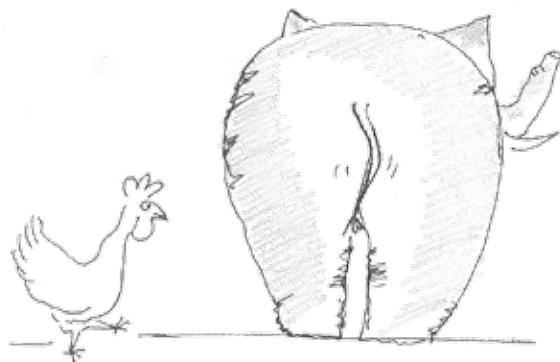
५. कार्यशाला तय गर्नु, कार्यक्रमलाई निरीक्षण गर्नु, र सबै लगतहरु राखी मुख्य समूहको बैठकहरुमा त्यसलाई पेश गर्नु यस संयोजक समूहको भूमिका हो। साथै, कार्यक्रमको प्रगतिलाई समय-समयमा ध्यान पुऱ्याउँदै खाँचो परेको परिवर्तनका लागि सहजकर्तासँग सहकार्य पनि गर्नुपर्छ।

६. कार्यक्रम सुरु भएपछि, के भइरहेको छ, भनी स्थानीय प्रशासन र अधिकारीहरुलाई जानकारी गराउनु पर्छ।

७. स्था.सं.स. मा व्यवस्थापनमा दक्ष र विचारशील एक जना व्यक्ति अध्यक्ष वा संयोजक, एक जना सचिव, एक जना कोषाध्यक्ष र सदस्यहरु सामेल गर्न उपयुक्त हुन्छ। अध्यक्ष वा संयोजकमा मण्डलीका अगुवाहरु नबस्नु नै उपयुक्त हुन्छ। त्यसो गर्दा मानिसहरु अलि स्वतन्त्र भएर कुराकानी गर्न सक्छन्। यस प्रक्रियामा भएका विभिन्न मानिसहरुको भूमिका पेज नं. ६४-६६ मा उल्लेख गरिएको छ।

८. प्रत्येक कार्यशाला र त्यसको बीचमा हुने गतिविधिहरुको बारेमा योजना गर्न स्थानीय संयोजन समूहको नियमित भेटघाट हुन जरुरी हुन्छ।

९. मानिसहरुको व्यवहार र मनस्थिति परिवर्तन हुन समय लाग्छ। बढी हतार-हतार गरियो भने यस प्रक्रियामा परिवर्तन कम प्रभावकारी बन्न पुग्छ। कुखुराको चल्ला बन्नलाई २१ दिन लाग्छ, भने हातीको छावा जन्मनलाई २२ महिना लाग्छ। यस प्रक्रियाले समय लिन्छ। यसैले पहिल्यै तयार भएर अधि बढ्नुहोस्।



## ५. सहजकर्ताको रूपमा मेरो भूमिका

सहजकर्ताको भूमिकामा निम्न कार्यहरु पर्दछन्:

- ◆ संगसंगैलाई अगाडि लैजान मण्डलीका अगुवा र अरु विश्वासीहरूसँग भेटघाट गर्नु ।
- ◆ मण्डली र समुदायमा परिवर्तन ल्याउन सहयोगी हुने विभिन्न गतिविधिहरुलाई सहज रूपमा पेश गर्नु ।
- ◆ बाइबल अध्ययनहरुलाई सहज बनाई त्यसबाट सिकेको शिक्षालाई स्थानीय परिस्थितिमा लागू गर्न मद्दत गर्नु ।
- ◆ समूहलाई एकाआपसमा मिलेर काम गर्न सक्षम तुल्याउनु, र आइपर्ने कठिनाईहरु समाधानका लागि सहायता गर्नु ।
- ◆ कुन कुरा राम्रोसँग भइरहेको छ र कुन कुरामा सुधार हुनुपर्छ, पुनरावलोकन गर्नु ।





## ६. सहजकार्य के हो र यो किन महत्त्वपूर्ण छ ?

सहजकार्य के हो ?

सहजकार्यभित्र निम्न कार्यहरु हुन्छन्:

- ◆ समूहमा रहेका प्रत्येक सदस्यलाई सजिलो हुने प्रकारले उनीहरुका कुराकानी र विचार आदान प्रदान गर्न उत्साहित गराउने ।
- ◆ सबैको विचारको कदर भएको महसुस गराउन समूहलाई साझा विचार र समझदारीमा आउन मद्दत गर्ने ।
- ◆ मनिसहरुलाई जाती, उमेर, लिङ्ग, संस्कृति, पेशा, शिक्षा, असक्षमता, स्वास्थ्य अथवा आर्थिक हैसियतमा भेदभाव नराखी सबैलाई स्वीकार गर्ने ।
- ◆ काम र व्यवहारमा उदाहरणीय बनेर अगुवाइ गर्ने ।

यो किन महत्त्वपूर्ण छ ?

समुदायमा परिवर्तन ल्याउनका लागि आवश्यक सम्भाव्यतालाई खोजी गर्न मद्दत पुऱ्याउन समुदायसँग सँगसँगै काम गर्ने एउटा उत्तम तरिका हो सहजकार्य ।



“हामीले आफ्ना विचारहरु आदानप्रदान गर्नाले एउटाले अर्कालाई प्रेरणा दिन्छौं, दर्शन बाँड्छौं, भविष्य सृजना गर्छौं । हामीले हाम्रा समान मूल्यहरु भेट्टाउँछौं र समर्पणता निर्माण गर्छौं । हाम्रा विचार र विश्लेषणद्वारा हामी कसरी सँगसँगै मिलेर काम गर्न सक्छौं भनी निर्धारण गर्दछ ।”

-रुथ हिल्ड, द आर्ट अफ फ्यासिलिटेसन्

## प्रचार, शिक्षा र सहजकार्य बीचको भिन्नता

वयस्क तथा पाकाहरूले त्यतिबेला राम्ररी सिक्न सक्छन्, जब उनीहरूलाई सहजकार्यद्वारा आफ्ना विचार र अनुभव व्यक्त गर्न दिइन्छ। सहजकार्य, जोस र उत्प्रेरणाका साथ समूहमा काम गर्ने कुरामा आधारित हुन्छ। सहजकर्ताको काम समूहले उठाउन चाहेका कुराहरूमा उत्साह र उत्प्रेरणा बढाइराख्नु हो।

### प्रचार र शिक्षा

- ◆ एकतर्फी जानकारी दिनु
- ◆ अगाडी उभिएर विचार व्यक्त गर्नु
- ◆ श्रोतासँग औपचारिक सम्बन्ध



### सहजकार्य

- ◆ विभिन्न विकल्पको जानकारी दिनु
- ◆ सहजकर्ता समूहसँग बस्छ र छलफललाई प्रोत्साहन दिन्छ
- ◆ औपचारिक अगुवाको भूमिकाविना नै सहजकर्ता एउटा अगुवा हो

“मानिसहरूकहाँ जाऊ

उनीहरूसँग बस

उनीहरूबाट सिक्

उनीहरूलाई प्रेम गर ।

उनीहरूलाई थाह भएका कुराबाट सुरु गर

उनीहरूसँग भएका कुराबाट निर्माण गर ।

तर जब उत्तम अगुवाहरूसँग

जब काम सकिन्छ

योजना पूरा हुन्छ

मानिसहरूले भन्नेछन्, “हामी आफैले यो काम गर्छौं ।”

-लाओ चु, चीन, ई.पू. ७००

## समूहलाई सहजकार्य गर्नका लागि सुझावहरू

### समूहमा कसरी कुराकानी गर्ने

- ◆ दुई-दुई वा तीन-तीन जनाको स-सानो समूह बनाएर उनीहरूलाई आफ्ना विचार व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्ने र त्यसबाट आएको निष्कर्षलाई मूख्य समूहमा पेश गर्ने । यसले नबोल्ने वा कम बोल्ने सदस्यहरूलाई खुला भएर सहभागी हुन मद्दत पुऱ्याउँछ ।
- ◆ लिङ्ग, उमेर र जातीय पृष्ठभूमिको आधारमा समूह विभाजन गर्ने र एकै खाले विषयवस्तुमा उनीहरूको फरक फरक धारणा राख्ने अवसर प्रदान गर्ने ।
- ◆ साना समूहहरूबाट आएका प्रतिक्रियाहरूलाई नाटक वा गीतको माध्यमद्वारा व्यक्त गर्ने अवसर प्रदान गर्ने ।
- ◆ सामुदायिक छलफलमा विभिन्न प्रकारका समूहका काम गर्ने जस्तै, साना समूहहरू, इच्छुक समूहहरू, नाटक वा बुद्धि खियाउने कार्यहरू इत्यादि ।

### समूहलाई कसरी जोसिलो बनाउने



- ◆ मानिसहरूलाई सजिलो गरी सहभागी हुन सांस्कृतिक क्रियाकलापहरू गर्ने (जस्तै: नाच्ने, गाउने वा बच्चाहरूको खेल खेलाउने इत्यादि ।)
- ◆ समूहमा सधैं एउटै व्यक्तिसँग मात्र नपरोस् भनेर समूहमा फेरवदल गरिरहने ।
- ◆ नियमित भेटघाट गर्ने ठाउँ परिवर्तन गरिरहने अथवा कोठा वा ठाउँको सजावट परिवर्तन गरिरहने ।
- ◆ मानिसहरूलाई प्रतिक्रिया जनाउँदा विभिन्न मार्गहरू अपनाउने, जस्तै: चित्र कोरेर, दृष्यसामग्री प्रयोग गरेर वा चार्टपेपर प्रयोग गरेर ।

### अप्यारो परिस्थितिलाई कसरी व्यवस्थापन गर्ने ?

#### द्वन्द्व व्यवस्थापन

- ◆ साभ्का उद्देश्य र लक्ष्यको बारेमा मानिसहरूलाई स्मरण गराउने र एक पटकमा नभए अर्को पटकको भेटघाटमा परिस्थिति ठीक हुनसक्छ कि भनी पर्खने ।
- ◆ द्वन्द्वको कारण पत्ता लगाउन दुवै पक्षलाई समस्याहरू व्यक्त गर्न समय दिने ।
- ◆ प्रत्येक पक्षलाई बोल्ने समय दिने । त्यस्तो समयमा अर्को पक्षले कुनै प्रतिक्रिया नजनाई सुन्ने मात्र गरोस् । जब दुवैपक्षले आ-आफ्नो स्थितिलाई सारांशमा व्यक्त गर्छन्, त्यसको कुनै आलोचना नगरी निकाशका लागि सुभ्भाव प्रस्तुत गर्ने ।

#### अप्यारा व्यक्तिहरूको व्यवस्थापन

- ◆ केही नियमहरू बनाउने र समूहलाई त्यसको पालन गर्न लगाउने ।
- ◆ फिलप चार्टमा लेख्ने वा खाली समयपछि मानिसहरूलाई बैठकमा भेला गराउने जिम्मेवारी दिने ।
- ◆ सबैलाई उत्तिकै मात्रामा प्लास्टिकका चक्की वा सिमीका दाना दिने र उनीहरूसँग जति छन् त्यतिमात्र सुभ्भाव वा प्रतिक्रिया दिन लगाउने ।
- ◆ गोलो समूह बनाई एउटा वस्तुलाई एकअर्कामा पास गर्न लगाउने । अन्तमा जसले त्यसलाई समातेको हुन्छ, उसैलाई बोल्ने मौका दिने ।

#### कठिन प्रश्नहरूको व्यवस्थापन

- ◆ आफूलाई जानकारी नभएको विषयमा थाहा नभएको स्वीकार गरी आफूभन्दा जान्ने व्यक्तिसँग सोधेर बताउने ।
- ◆ बैठक कक्षमा भएका कसैलाई उक्त प्रश्नको उत्तर थाहा छ कि, सोध्ने ।
- ◆ कठिन प्रश्नहरूको एउटा सूची बनाउने र पछि विशेष समय लिएर त्यसको विषयमा चित्तबुभदो प्रतिक्रिया दिने । यसले गर्दा तपाईंलाई सोधखोज गर्ने समय प्राप्त हुनेछ ।



भइइरहेका कामहरु जाँचनुहोस् र आफ्नो सहजीकरण क्षमतालाई विकसित गर्नुहोस् ।

समूहले कसरी काम गरिरहेको छ, विगतका अनुभवबाट के सिकियो र सुधार गरिरहेको छ भन्ने कुराबाट सहजकर्ता सधैं प्रष्टिरहेको हुन्छ । तलका बुँदाहरुले आफूलाई प्रष्ट्याउने प्रक्रियामा आत्ममूल्याङ्कन गर्न म पुऱ्याउँदछन्:

- ◆ के मैले मानिसहरुलाई सहज र स्वागत गरिएको महसुस गराएको छु ? छु भने कसरी ?
- ◆ दिइएका जानकारीहरु कतिको सान्दर्भिक छन् ? समूहको लागि सान्दर्भिक होस् भनेर मैले कसरी जानकारीहरु संकलन गरेँ ?
- ◆ समूहमा रहेका नबोल्ने सदस्यहरुलाई सहभागी हुन मैले कसरी उत्साहित बनाएँ ?
- ◆ फरक-फरक विचारधाराहरुलाई मैले कसरी व्यवहार गरेँ ?
- ◆ समूहको छलफलमा बाधा ल्याउने मानिसहरुसँग मैले कसरी व्यवहार गरेँ ?
- ◆ समूहका सदस्यहरुले उठाएका प्रश्नहरुको उत्तर मैले कसरी दिएँ ? उनीहरुलाई उत्तर दिन के म सक्षम भएँ ? भइँन भने भविष्यमा आउने प्रश्नहरुको सामना गर्नको लागि आवश्यक जानकारीहरु मैले कसरी पाउन सकूँला ?
- ◆ छलफललाई मैले कसरी अधि बढाएँ ? यसलाई कसरी अझ स्तरीय बनाउन सक्छु ?
- ◆ थप छलफलका लागि समूहलाई कसरी उत्साहित गराएँ ?
- ◆ संवेदनशील विषयवस्तुमा कसरी व्यवहार गरेँ ?
- ◆ के मैले छलफललाई सन्तोषजनक निष्कर्षमा पुऱ्याएँ ? यसलाई अझ राम्रो गर्न सक्थेँ कि ?
- ◆ भविष्यमा हुने छलफल, समूहका योजना, र बाँडचुँड गर्न उपयुक्त हुने विचारहरुमा लगत राम्रोसँग राखेँ भनी म कसरी पक्का हुने ?
- ◆ समूहका सदस्यहरुले सिकेको कुरालाई व्यवहारमा कसरी उतार्ने भनी के कुनै छलफल गरेका छन् ? छैनन् भने उनीहरुलाई मैले कसरी उत्साहित गराउन सक्छु ?
- ◆ छलफल गरिएका विचार र व्यवहारलाई प्रष्ट पार्न थप कुन-कुन जानकारी र छलफलको आवश्यकता पर्ला ?



चरण: १

मण्डलीलाई दर्शन प्रदान  
गर्नु र सुसज्जित गराउनु

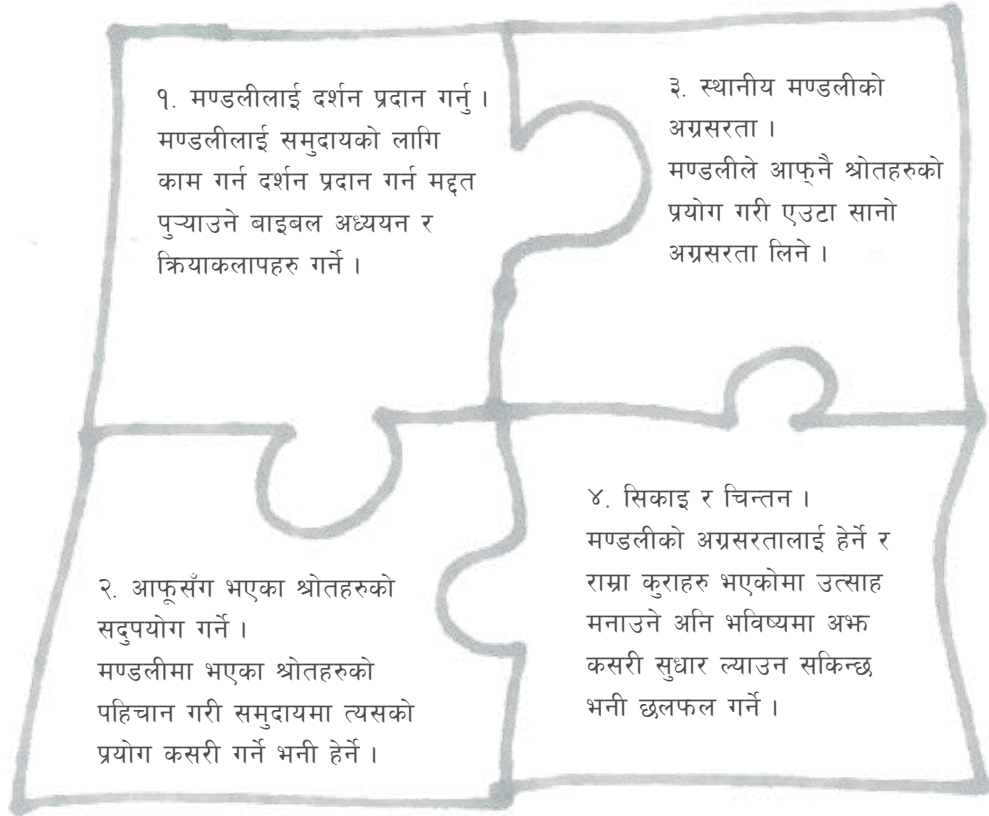


## चरण १ समग्रमा: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु र सुसज्जित गराउनु

### चरण १ को उद्देश्य

मण्डलीलाई आफ्नो समुदायसँग मिलेर काम गर्ने दर्शनको विकास गर्न मद्दत गर्ने र स-सानो परियोजना संचालन गर्नका लागि मण्डलीसँग भएको स्रोतलाई प्रयोग गर्ने ।

चरण १: निम्न भागहरूमा बनिएको छ:



यसमा निम्न कार्यहरू समावेश हुन्छन्:

### १. उर्जा

यसमा बाइबल अध्ययन वा पछि प्रयोग गर्नका लागि थुप्रै उत्साहमूलक क्रियाकलापहरू समावेश हुन्छन् । उर्जा प्रदान गर्ने तत्वहरू मानिसहरूलाई जागरुक राख्नका लागि मात्र नभएर रमाइलो गर्दै सिकन र सहज महसुस गर्नका लागि पनि उत्तिकै महत्वपूर्ण हुन्छन् । मानिसहरूले साभ्का अनुभव बाँड्दा एक-अर्काबीच सम्बन्धको अनुभूति गराउन पनि यी तत्वहरूको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । यी उत्साहमूलक क्रियाकलापहरू पाठ तयार गर्न र उनीहरूको भित्री विचार व्यक्त गर्न महत्वपूर्ण हुन्छन् ।





## २. बाइबल अध्ययनहरू:

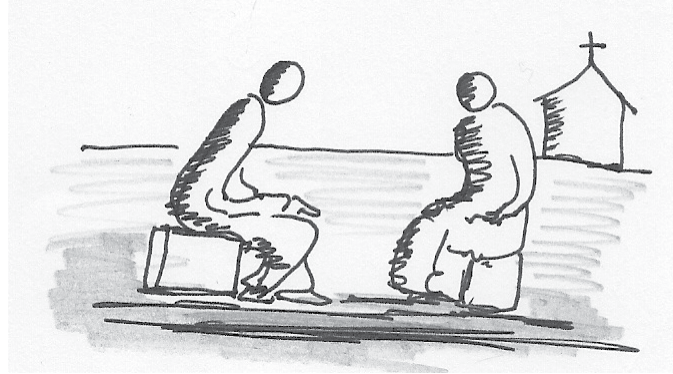


पहिलो चरण आ-आफ्नो समुदायमा काम गर्नको लागि मण्डलीका सदस्यहरूलाई उत्साहित गराउन गरिने बाइबल अध्ययनका क्रमहरूमा आधारित हुन्छ। निम्न कुराहरूले गर्दा बाइबल अध्ययनहरू महत्त्वपूर्ण हुन्छन्:

परमेश्वरले मण्डलीलाई कस्तो हुन र समुदायमा के गर्नका लागि बोलावट दिनुभएको हो ?

- ◆ मानिसहरूलाई विश्वासमा बढ्नका लागि चुनौति र उत्साह प्रदान गर्न ।
- ◆ सानो समूहलाई एक आपसमा सिक्न र बुझ्नेका कुराहरू बाँड्छुँड गर्न ।
- ◆ मानिसहरूलाई सशक्त बनाउन र उनीहरूको आत्मविश्वास बढाउन ।

जब मण्डलीले यस्ता अध्ययनहरू बुझ्न थाल्छ, तब समुदायमा काम गर्ने दर्शन जन्मन्छ। अनि समुदायसँग मिलेर गर्न सकिने व्यावहारिक कुराहरूको बारेमा बिचार गर्नुपर्छ। जब मण्डलीले समुदायसँग मिलेर काम गर्ने दर्शन प्राप्त गर्छ, त्यसपछि त्यो आवश्यकता पूरा गर्नका लागि मण्डली र समुदायसँग के कति श्रोतहरू उपलब्ध छन् भन्ने खोजी गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यसलाई बाइबल अध्ययनद्वारा पक्का गरिन्छ। यस कामलाई महत्त्व दिनुपर्छ किनकि यस्ता सुरुआतहरू दीर्घकालसम्म रहिरहनका लागि अति जटिल हुन्छन्।



### ३. क्रियाकलापहरूमा रमाउने

यस भागमा क्रियाकलापहरूमा रमाउने कुरा समावेश गरिन्छ। यस्ता क्रियाकलापले मानिसहरूलाई उनीहरूको परिस्थितिप्रति सकारात्मक र उत्साहमूलक धारणा राख्न मद्दत पुऱ्याउँछ। हामीले विषयवस्तुसँग मिल्दोजुल्दो खालका उत्साह मनाउने कुराहरूलाई जोड्न खोजेका छौं तर समूहको आवश्यकतालाई मध्यनजर राखी जुनसुकै खालका उत्साहमूलक कार्यकलापलाई छान्न सकिन्छ।

रमाहट किन महत्त्वपूर्ण छ ?

यो परमेश्वरको आराधनाको एक भाग हो

एउटाले अर्कालाई  
प्रोत्साहन दिन यसले मद्दत  
पुऱ्याउँछ



यसले नयाँ  
सम्भावनाहरूको खोजी गर्ने शक्ति  
प्रदान गर्दछ

हामीले के कुरा उत्तम  
गर्चौं भनी थाह गराउँछ

हामी के गर्न सक्छौं भनी  
आत्मविश्वास निर्माण गराउँछ

हामी कसरी बनिँदैछौं सो  
विचार गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ

समूहमा मिलेर असल काम गरिरहदाँ हामीभित्र  
भएका खुबीहरूवारे विचार गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ

## भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

भाग: १ को उद्देश्य:

समुदायसँग मिलेर उनीहरूको भौतिक र आत्मिक आवश्यकता परिपूर्ति गर्न मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु । यसलाई तल उल्लेख गरिएका पाँच मुख्य कदमहरूद्वारा पूरा गर्न सकिन्छ:

मुख्य कदमहरू:

१. मण्डलीका मुख्य अगुवाहरूलाई भेट्ने र मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्ने बारे छलफलको योजना बनाउने ।
२. एकसाथ मिलेर काम गर्ने चुनौतिको बारेमा मानिसहरूलाई जानकारी दिन मण्डलीसँग मिलेर उत्साहमूलक क्रियाकलापहरू गर्ने ।
३. एक वा एकभन्दा बढी बाइबल अध्ययनद्वारा मण्डली र समुदायको लागि परमेश्वरले राखेको अन्तिम इच्छा के हो, प्रष्ट पार्ने ।
४. मण्डली र समुदायको लागि ऐतिहासिक हुने खालको उत्साहमूलक क्रियाकलापहरू गरिरहने ।
५. मण्डली संयोजक समूह (म.स.स.) बनाउने ।



## भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

### कदम १: मण्डलीका अगुवाहरुलाई भेट्ने

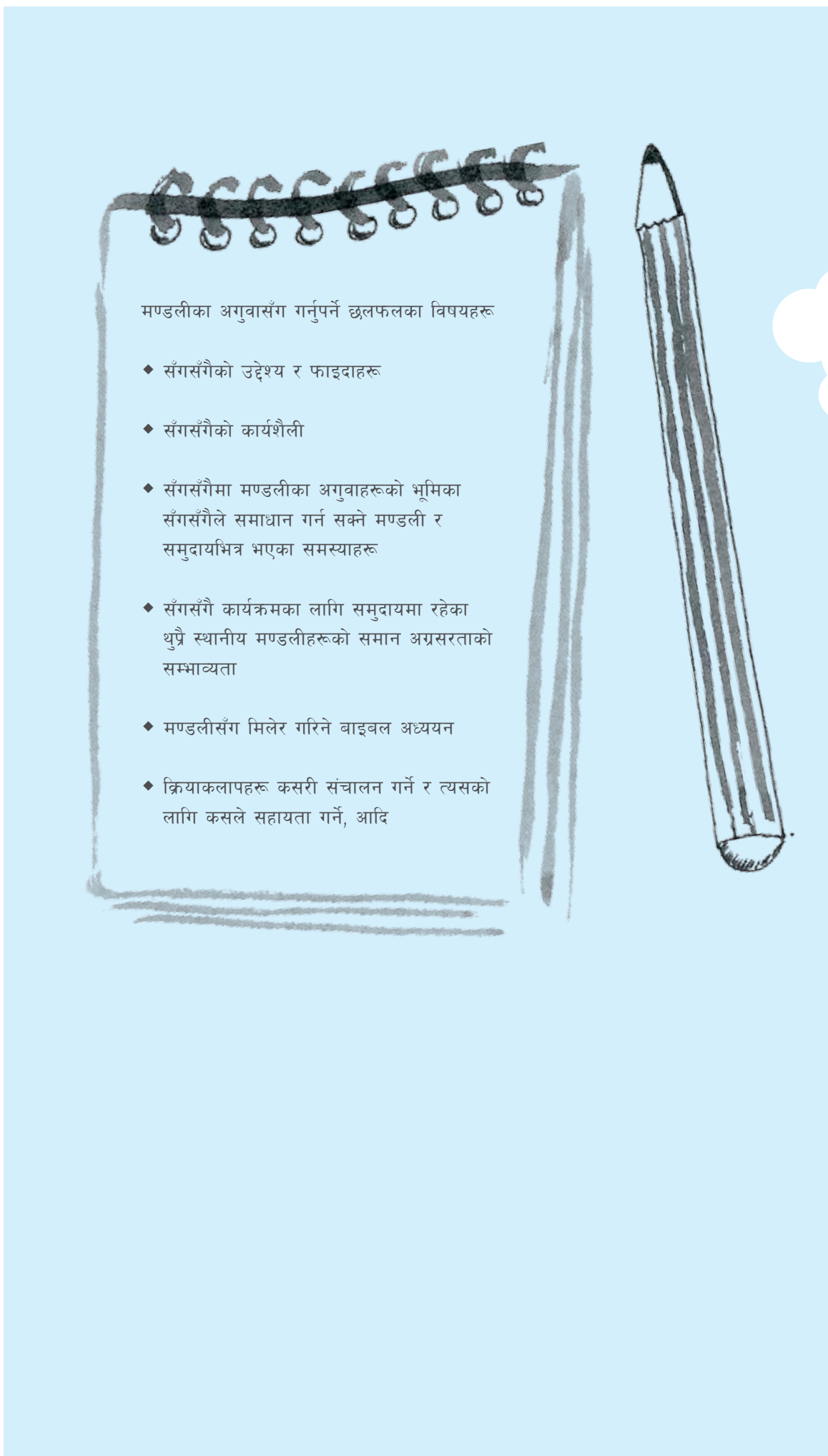
सम्बन्ध निर्माण गर्नु

सँगसँगैको बारेमा छलफल गर्नुअघि मण्डलीका सदस्यहरु र अगुवासँग परिचित हुन उनीहरुसँग केही समय बिताउनु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। मण्डलीका अगुवाहरु के गर्न चाहन्छन् र उनीहरुको अपेक्षाको तह कुन हो भनी पक्का हुन यसो गर्नुपर्छ। मण्डलीका मुख्य अगुवा तथा पास्टरले यस प्रक्रियालाई अनुमति दिएको खण्डमा कतिपय स्थानीय अगुवाहरु यसमा बढी सक्रिय र इच्छुक भएर लाग्न सक्छन्।



कतिपय मण्डलीका अगुवाहरुमा आफ्नै प्रकारका गुप्त समस्याहरु हुन सक्छन्। उनीहरुले अरु नै क्रियाकलापको लागि कोष जम्मा गर्न, समुदायमा सम्मान र इज्जत कमाउन वा समाजमा आफ्नो प्रभाव बढाउन सँगसँगैको प्रयोग गर्न सक्छन्। यसर्थ सहजकर्ता सचेत हुनुपर्छ किनकि त्यस्ता समस्याले यसको उद्देश्य पूरा गर्नमा बाधा ल्याउन सक्छ। यसकारण मण्डलीका अगुवाहरुलाई यसले के गर्छ भनी स्पष्ट बुझाउनु आवश्यक हुन्छ।





मण्डलीका अगुवासंग गर्नुपर्ने छलफलका विषयहरू

- ◆ संगसंगैको उद्देश्य र फाइदाहरू
- ◆ संगसंगैको कार्यशैली
- ◆ संगसंगैमा मण्डलीका अगुवाहरूको भूमिका संगसंगैले समाधान गर्न सक्ने मण्डली र समुदायभित्र भएका समस्याहरू
- ◆ संगसंगै कार्यक्रमका लागि समुदायमा रहेका थुप्रै स्थानीय मण्डलीहरूको समान अग्रसरताको सम्भाव्यता
- ◆ मण्डलीसंग मिलेर गरिने बाइबल अध्ययन
- ◆ क्रियाकलापहरू कसरी संचालन गर्ने र त्यसको लागि कसले सहायता गर्ने, आदि

## भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

## चासोका विषयहरूको सामना

कुनै कारणवश यस प्रक्रियामा अड्चनहरू आउन सक्छन् । यसर्थ सुरुमा नै सबैको चिन्ता र चासोका विषयलाई सम्बोधन गरी यस प्रक्रियाका फाइदाहरूमा जोड दिनुपर्छ । उदाहरणका लागि:

- ◆ मण्डलीको समर्पणता मण्डलीबाट हटेर समुदायपट्टि जाने हो कि भनी मण्डलीका अगुवाहरू चिन्तित हुन सक्छन् । सँगसँगैको कारणले प्रायः मण्डलीमा दिने कुरामा वृद्धि आउने तथ्य औल्याउनुहोस् ।
- ◆ मण्डलीका सदस्यहरूको ध्यान सुसमाचार प्रचारको कामदेखि हट्छ, कि भनी अगुवाहरूलाई चिन्ता हुनसक्छ । सँगसँगैले मण्डली र समुदाय बीचको सम्बन्धलाई सुमधुर गराउने हुनाले मण्डली स्वतः वृद्धि हुन्छ, भनी औल्याउनुहोस् ।
- ◆ सामुदायिक परियोजनाहरू संचालन गर्न आफू र आफ्ना सदस्यहरूसँग प्रर्याप्त स्रोत र समय नहोला कि भनी मण्डलीका अगुवाहरूलाई चिन्ता हुनसक्छ । मण्डली र समुदाय सँगसँगै मिलेर काम गर्ने एउटा प्रक्रिया भएकोले भार पनि दुवैलाई बराबर पर्ने तर्फ औल्याउनुहोस् ।
- ◆ मण्डलीका अगुवाहरूलाई यस प्रक्रियाले लिने समय चिन्ताको विषय हुनसक्छ, । यस कुरामा इमान्दार र वास्तविक हुनुहोस् तर महत्त्वपूर्ण परिवर्तन एकै रातमा सम्भव नहुने तथ्य पनि देखाइदिनुहोस् ।
- ◆ कुनै-कुनै मण्डलीका अगुवाहरू समुदायमा भएका अरु मण्डलीका अगुवाहरूसँग काम गर्न अनिच्छुक हुनसक्छन् । समुदायलाई बचाउनका लागि मण्डलीहरूले सामुहिक साक्षी दिन सक्छन् भन्ने यसको मूल प्रयत्न हो । अन्तरमण्डली सम्बन्धमा यो महत्त्वपूर्ण कडी हुनसक्छ ।



## कदम २: उत्साहमूलक क्रियाकलापहरु - संगसंगै मिलेर काम गर्दा आउने चुनौतिका बारेमा बिचार गर्नु ।

लौरो अवतरण गर्ने खेल

संगसंगै मिलेर काम गर्दा आउने चुनौतिहरुको बारेमा सिक्न यो उपयोगी छ ।

खेलने तरिका

१. आठ जना सम्मको समूहलाई दुईवटा पंक्तिमा आमनेसामने हुने गरी विभाजन गर्ने ।
२. लामो लौरो वा बाँसलाई दुई पंक्तिको बीचमा तेर्सो राखेर एउटा-एउटा औलाले अड्याउन लगाउने ।
३. लौरो एउटै तहमा छ कि छैन र सबैले आ-आफ्नो औलाले अड्याएको छ वा छैन राम्ररी हेर्ने अनि संगसंगै विस्तारै अवतरण गर्न लगाउने । जमिनमा नपुगेसम्म एउटै तहमा छ, छैन, अवलोकन गर्ने ।
४. कुन कुराले यो काम पूरा गर्न मद्दत गर्‍यो र के-के चुनौतिहरु आए, समूहमा छलफल गर्ने ।
५. मण्डलीले मिलेर काम गर्न सक्छ भनी यो खेलद्वारा के सिक्न सकियो, छलफल गर्ने ।

संगसंगै मिलेर काम गर्ने सन्दर्भमा उपयुक्त हुने अरु उत्साहमूलक क्रियाकलापहरु पनि तपाईंलाई थाहा हुनसक्छ । यसर्थ यस खेलको सट्टामा अरु नै खेलहरु पनि तपाईं प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।



भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

कदम ३: बाइबल अध्ययनहरु



येशूको सेवा- स्थानीय मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु ।

बाइबल अध्ययनका यी तीन खण्डलाई तीनवटा फरक-फरक समूहमा तीन पटक वा एउटै समूहलाई क्रमशः तीन फरक-फरक समयमा गराउन सकिन्छ ।

दया

मत्ती ९:३५-३८

१. यस खण्डमा येशूको सेवाकार्यलाई कसरी बयान गरिएको छ ? मत्ती ४:२३-२५ ले के भन्छ ? यसबाट येशूको सेवकाइको बारेमा कुन नयाँ कुरा सिक्न सक्छौं ?
२. “हैरान, असहाय र गोठालाविनाका भेडाजस्तै” मानिसहरुको बारेमा व्याख्या गर्दा तपाईं कस्तो शब्द र उदाहरण प्रयोग गर्नुहुन्छ ?
३. पद ३६ मा अनुवाद गरिएको शब्द ‘दया’ एकदमै गहन शब्द हो । मानिसहरुको यस्तो अवस्थाले येशूलाई वास्तवमै दुःखी तुल्याउँछ । आवश्यकतामा परेका मानिसहरु देख्दा हामी कस्तो व्यवहार गर्छौं ?
४. आवश्यकतामा परेकाहरुलाई सहायता गर्ने प्रयास गर्दा हाम्रो अभिप्राय के हुन्छ ? हाम्रो अभिप्राय येशूको जस्तै छ कि फरक छ ?
५. “फसल त प्रशस्त छ तर खेतालाहरु थोरै छन्” (पद ३७) । आवश्यकतामा परेकाहरुलाई देखेर येशूले यसो किन भन्नुभयो ?

मुख्य बुँदा: हैरान र असहाय मानिसहरुलाई परमेश्वरको राज्यमा न्यानो स्वागत हुन्छ तर येशूको दयाको बारेमा उनीहरुलाई बताउने कामदारहरु थोरै मात्र छन् ।

चङ्गाइ

मत्ती ४:१२-१३, २३-२५



१. येशूले के गर्नुहुन्छ ?

मुख्य बुँदा: आफ्नो सेवाको सुरुआतमा येशू मानिसहरु भएका ठाउँमा जानुभयो र तिनीहरु पनि उहाँकहाँ आए ।

२. कुन कुराले मानिसहरुलाई येशूको बारेमा सुन्न र उहाँकहाँ आउन प्रेरित गर्दछ ?

३. येशूको चङ्गाइको सेवालै हामीलाई परमेश्वरको राज्यको बारेमा के बताउँछ ?

४. तपाईंको मण्डलीले येशूको चङ्गाइको सेवाललाई कसरी चलाइराखेको छ ? चलाएकै छैन कि? मण्डलीमा कसरी परिवर्तन आउनुपरेको छ ?



मुख्य बुँदा: पीडितलाई छुटकारा दिनु, मानिसको शारीरिक र मानसिक पीडा पत्ता लगाई सहायता गर्नु परमेश्वरको राज्यको एउटा मुख्य पक्ष हो ।

पश्चाताप

मत्ती ३:१-२ र ४:१७

१. येशूले किन बपतिस्मा दिने यूहन्नाको 'पश्चाताप गर' भन्ने वाक्यांशलाई दोहोर्याउनुभयो ?
२. परमेश्वरको राज्यमा आउन चाहने मानिसहरूले कुन कुन पापको पश्चाताप गर्नु पर्ने बपतिस्मादाता यूहन्नाले जोड दिए ? सूची बनाउनुहोस् ।
३. आजको समाजका मानिसहरूलाई बपतिस्मादाता यूहन्नाले कुन-कुन पापको पश्चाताप गर्नुपर्छ भन्थे ? सूची बनाउनुहोस् ।
४. येशू र बपतिस्मादाता यूहन्नाले केबाट प्रचार गरे ? परमेश्वरको राज्यका विशेषताहरू के-के हुन् ?
५. तपाईंको मण्डलीले यस्ता विशेषताहरू प्रकट गरेको छ कि छैन ? तपाईंको मण्डलीमा कसरी परिवर्तन आउनुपर्छ ?

मुख्य बुँदा: परमेश्वरले गरीबहरूको अपहेलना र धनाढ्यहरूको धनको गलत प्रयोगलाई सहनुहुन्न ।

निष्कर्ष:

माथिका बाइबल अध्ययनहरूबाट आएका छलफल र उत्तरहरूलाई एकै ठाउँमा ल्याइसकेपछि तल दिइएका मुख्य प्रश्नहरू समेट्नुहोस् ।

१. परमेश्वरको राज्यको बारेमा हामीले के सिक्छौं ?
२. परमेश्वरको राज्य आफ्नै जीवनमा ल्याउनको लागि मैले कसरी परिवर्तन हुनुपर्छ ?
३. समुदायमा परमेश्वरको राज्य अझ मजबुत देखाउन मण्डलीमा कस्तो परिवर्तनको खाँचो छ ?



## भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

### वारतिमैको कथा

#### परिचय

गरीबहरूका निमित्त काम गर्न मण्डलीको भिन्दै खाले भूमिका हुन्छ। परमेश्वरको आराधना गर्ने यो एउटा उत्तम तरिका पनि हो भनी मण्डलीलाई स्पष्ट पार्न यो कथा निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

मर्कस १०:४६-५२

यस कथालाई समूहमा नाटकद्वारा पनि देखाउन सकिन्छ।

#### प्रश्नहरू

१. यस कथामा वारतिमैप्रति मानिसहरूको व्यवहारमा कुन-कुन परिवर्तन आए जस्तो लाग्छ ?
२. यी परिवर्तनका कारणहरू के-के हुन् ?
३. यस भीडलाई वर्तमान मण्डलीको प्रतिनिधि मान्ने हो भने कस्ता खाले नराम्रा व्यवहारहरू मण्डलीमा छन् ?
४. यस्ता नकारात्मक व्यवहारहरूको निराकरणका लागि के गर्न सकिएला ?



छलफलबाट सिक्न सकिने मुख्य बुँदाहरू:

१. त्यस भीडले आजको मण्डलीको संकेत गर्दछ तर प्रभु येशू गरीब तथा असहायप्रति ध्यान पुऱ्याउनका लागि मण्डलीलाई चुनौति दिनुहुन्छ।
२. वारतिमैलाई भीडको बीचमा ल्याउन येशूले भीडहरूलाई नै प्रयोग गर्नुभयो। यसरी नै गरीब र असहायलाई आफ्नो सेवाको केन्द्रबिन्दुमा राख्नका निमित्त मण्डलीको बोलावट भएको हो।
३. येशूले वारतिमैको खाँचो पत्ता लगाउनुभयो। त्यसको उपयुक्त समाधान पनि दिनुभयो। तर त्यो खाँचो पूरा गर्न उहाँले अरुहरूलाई पनि सहभागी बनाउनुभयो।

### कदम ४: उत्सव मनाउने क्रियाकलाप- विगतका उपलब्धीमा उत्सव मनाउने

#### उद्देश्य:

विगतका कुन-कुन क्रियाकलापद्वारा मण्डली र समुदायमा सकारात्मक प्रभाव पऱ्यो र भविष्यमा कस्तो सुधारको आवश्यक पर्ला भनी फर्केर हेर्ने ।



#### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. एउटा लामो कागजलाई कोठाको भुँड वा ठूलो टेबलमा राखी मानिसहरूलाई त्यसको वरिपरी उभिन वा हिंड्न लगाउनुहोस् ।
२. कागजको बीच भागमा पर्ने गरी एक छेउदेखि अर्को छेउसम्म एउटा लामो रेखा तान्नुहोस् र त्यस रेखाले कति समयको प्रतिनिधित्व गर्ने त्यसबारे निर्णय गर्नुहोस्, (समयावधि सुविधाअनुसार एक वर्ष, दश वर्ष वा त्योभन्दा बढी हुनसक्छ ।)
३. विगतमा भएका मुख्य कामहरूमध्ये कुन-कुन उल्लेख गर्ने त्यो समयानुसार क्रमबद्ध रूपमा कोरिएको रेखामा चिन्ह लगाउनुहोस् ।
४. राम्रोसँग सम्पादन भएका कार्यहरूलाई रेखाको माथिपट्टि राख्नुहोस् र राम्रोसँग हुन नसकेका कार्यहरूलाई रेखाको तलपट्टि राख्नुहोस् ।
५. तलका प्रश्नहरू प्रयोग गरी कुनै कार्यहरू किन राम्रोसँग सम्पादन भए र अरुहरू किन हुन सकेनन् भनी छलफल गर्नुहोस् र भविष्यका लागि गर्नुपर्ने कामहरू तय गर्नुहोस् ।

#### प्रश्नहरू:

१. कुनचाहिँ समय अति उत्तम भयो ? किन ?
२. कुन कुरा एकदमै चुनौतिपूर्ण भयो ?
३. भविष्यमा सुधारका लागि के के गर्नुपर्ला ?

#### सुझावहरू

१. रेखालाई थप आकर्षक बनाउन चित्र कोर्न सक्नुहुन्छ ।
२. समूह ठूलो (१० जनाभन्दा बढी) भएमा कोरिएको रेखा सबैले प्रष्ट देख्न र त्यसबारे प्रतिक्रिया जनाउन सक्नु भनी विशेष ध्यान पुऱ्याउनुहोस् । सबैले स्पष्टसँग देख्न नसक्ने भएमा समूहलाई स-साना उप समूहमा विभाजन गरी अन्तमा सबैलाई एकै ठाउँमा राखेर तुलना गर्नुहोस् ।
३. सहभागीहरूलाई एउटै क्रियाकलापमा अल्मलिन नदिएर सहजकर्ताले विभिन्न क्रमहरूमा अगाडि बढाइराख्नु पर्छ । कुनै काम किन राम्रो भयो वा हुन सकेन, अनि भविष्यका लागि कुन कुन कुरा सिक्न सकियो सोबारे खुला छलफल गर्ने अवसर समूहलाई प्रदान गर्नुपर्छ ।

## भाग १: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

### कदम ५: मण्डली संयोजन समूह (मसस) गठन गर्नु

मण्डली संयोजन समूह त्यस्तो समूह हो जसले मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्ने बैठकहरु बस्न र परियोजनाका लागि योजना तथा अनुगमन गर्ने काममा सहजकर्तालाई सहायता गर्दछ। सहजकर्ताले सुरुमा प्रदान गर्ने सहायताले बैठक कहिले र कहाँ बस्ने भनी सबैलाई पक्का गराउँछ, अनि विशेष कार्यका लागि अनुगमन प्रदान गर्दछ।

मण्डली संयोजन समूहले परियोजनाको योजना तथा त्यो संचालन गरेको अनुभवद्वारा आफ्नो क्षमताको विकास गर्ने र सम्बन्धित क्षेत्रमा विशेषज्ञता हासिल गर्ने अवसर पाउँछ, जो पछि गएर सँगसँगैको अर्को चरणको कार्यक्रममा ठूलो समुदायमा प्रयोग गर्न उपयोगी हुन्छ।



### मण्डली संयोजन समूह (मसस) को छनौट तथा तालिमका लागि आवश्यक कदमहरु:

१. कस्ता मानिसहरुलाई यसमा छनौट गर्ने, मण्डली परिवारमा सहमति जुटाउनु पर्छ। यस्तो दायराभित्र निम्न कुराहरु पर्न सक्छन्:
  - ◆ के तिनीहरु मण्डलीका अरु सदस्यहरुद्वारा सम्मानित छन् ?
  - ◆ के तिनीहरु आफ्नो जोस र उत्साहका कारण परिचित छन् ?
  - ◆ के तिनीहरुसँग व्यवहारिक क्षमताहरु छन्।
२. प्रेरित ६:१-७ बाट बाइबल अध्ययन गर्नुहोस्, र मानिसहरुको छनौट गर्दा कुन-कुन तरिका अवलम्बन गर्ने भनी छलफल गर्नुहोस्। कसैले बोलाएर कि स्वेच्छाले समूहका लागि काम गर्ने ? (पृष्ठ संख्या ३७ मा हेर्नुहोस्)
३. समूहको छनौट भइसकेपछि मससका सदस्यहरुको भूमिका तथा नियमित बैठकका लागि समय र स्थान तोक्ने।
४. मससको भूमिका जानकारी गराउन मससका सदस्यहरुको लागि सेमिनारको आयोजना गर्ने। सँगसँगैको अवधारणाका लागि पृष्ठ संख्या ८-१५ र सहजकार्य गर्ने क्षमताको लागि पृष्ठ संख्या १६-२१ अध्ययन गर्न लगाउने।
५. स-सानो परियोजना संचालनका लागि मण्डलीलाई सहायता गर्न मससको भूमिका व्याख्या गर्ने। (समुदायसँग मिलेर मण्डलीले परियोजना सुरु गर्नका लागि यो राम्रो तयारी हुनसक्छ।)
६. बैठकहरुको योजना गर्न र हासिल भएको उपलब्धिको पुनरावलोकन गर्न मससले सहजकर्तासँग मिलेर काम गर्नुपर्छ।

### मससको भूमिका

- ◆ मण्डलीको सहकार्यमा बैठक आयोजना गर्न निर्देशन दिने।
- ◆ साना समूहहरुलाई सहजकार्य गर्न मण्डलीका सदस्यहरुलाई सहभागी बनाउने।
- ◆ छलफलबाट आएका निष्कर्ष र सिकेका कुराको लगत राख्ने।

वाइबल अध्ययन: सात जना डीकनहरूको छनौट



प्रेरित ६: १-७

मानिसहरूले बुझ्ने गरी कथालाई नाटकीय रूपमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ।



१. यस कथामा के भइरहेको छ ?
२. यहाँ के समस्या खडा भएको छ ? के समुदायमा पनि यस्तै खालका समस्या खडा हुन सक्छन् ? कस्ता मानिसहरूलाई छान्न सकिन्थ्यो ?
३. १२ जना चेलाहरूले के निर्णय गरे ? यो निर्णय सही हो कि होइन ?
४. विधवाहरूको हेरचाह गर्ने जिम्मेवारी लिन ७ जनाको नयाँ समूहलाई कसले छान्यो ? १२ चेलाहरूको सल्लाह के थियो ?
५. सँगसँगैको अवधारणा, मण्डली र समुदायमा यो कथा कसरी मिल्दोजुल्दो हुनसक्छ ?
६. थप मानिसहरूसित बाँडचूँड गर्न सँगसँगैबाट कुनै त्यस्तो जिम्मेवारी सृजना हुन्छ ? हुन्छ भने:
  - यसको निर्णय कसरी गर्ने ?
  - तिनीहरूलाई कसले छान्ने ?
  - यी नयाँ व्यक्तिहरूमा के-के गुणहरू हुनुपर्ला ?

## भाग २: हाम्रा स्रोतहरूको प्रयोग

भाग २ को उद्देश्य:

मण्डलीका सदस्यहरूलाई यसबारे बुझाउन उनीहरूसँग भएका आफ्नै स्रोतबाट समाधान हुनसक्ने समस्या र चुनौतिहरूको पहिचान गर्नु ।

मुख्य कदमहरू:

१. उनीहरूसँग भएका कुराहरू मिलाएर काम गर्न उत्साहमूलक क्रियाकलापहरूको प्रयोग गर्ने ।
२. बाइबल अध्ययनहरू गरी उनीहरूले भनेका कुराहरूलाई मनन गर्ने । समूहलाई मिल्ने बाइबल अध्ययनहरू राख्ने ।
३. मण्डलीसँग भएका स्रोतहरू स्पष्ट देखाउनका लागि उत्साहमूलक क्रियाकलापहरू गर्ने र जम्मा भएका सबै जानकारीहरूको लगत राख्न तालिकाको प्रयोग गर्ने ।
४. तालिकामा उल्लेख भएका मण्डलीका आवश्यकता र स्रोतहरूको बारेमा विचार गर्ने ।



### कदम १: उत्साहमूलक क्रियाकलाप-लामो पक्ति बनाउने

आफूसँग भएका स्रोतहरूद्वारा के गर्न सकिन्छ, भनी विचार गर्ने यो राम्रो क्रियाकलाप हो। यसले थुप्रै रमाइलो र खुशीका पलहरू ल्याउँछ।

१. मानिसहरूलाई बराबर संख्यामा दुई पक्तिमा उभिन लगाउने।
२. पक्ति लामो बनाउन उनीहरूले आफूसँग भएका सबै कुरा प्रयोग गर्न सक्ने जानकारी दिने।  
उदाहरणका लागि, कम्मरपेटी, जुत्ताको तुना, कमिज इत्यादि।
३. प्रत्येक व्यक्ति कपडा अथवा कुनै न कुनै कुराद्वारा एक अर्कासित जोडिएको हुनुपर्छ।
४. जसको पक्ति लामो हुन्छ, त्यही समूहले जित्छ।



प्रश्नहरू:

१. आफ्नो पक्ति लामो बनाउन मानिसहरू कतिको तयारीमा थिए ?
२. आफूसँग भएका कुरा प्रयोग गर्न मानिसहरूलाई के कुराले रोकेको थियो ?
३. हामीसँग भएका स्रोतहरूको उपयोग गर्ने विषयमा यस अभ्यासले के सिकाउँछ ?

समूहमा छलफल गर्दा सिकने बुँदाहरू:

- ◆ हामीसँग जति छ, त्यति नै सफलता हासिल गर्न सकिन्छ।
- ◆ कहिलेकाहीं चुनौतिपूर्ण अवस्थाले वास्तविक अगुवाहरू पैदा गर्दछ।
- ◆ जब मानिसहरूमा आवश्यकताको ज्ञान हुन्छ, उनीहरू आफै नै प्रेरित र उत्साहित हुन्छन्।
- ◆ चुनौतिपूर्ण परिस्थितिले सृजनशील बनाउँछ। उदाहरणका लागि: आफ्नो पक्ति लामो बनाउन उनीहरू जमिनमा लम्पसार परेर सुत्न सक्छन्। त्यस्तै, आफूसँग भएका कपडाहरू पनि प्रयोग गर्न सक्छन्।
- ◆ कतिपय सहभागीले असहज महसूस गरी खेल बीचमै छोडिदिन सक्छन्। साभ्का हितका लागि हाम्रा स्रोतहरू चुनौतिपूर्ण र असहज पनि हुनसक्छन्।



भाग २: हाम्रा स्रोतहरूको प्रयोग

कदम २: बाइबल अध्ययनहरू



लाजरस पुनः जीवित भएको

पूरा कथा पढ्नुहोस् (यूहन्ना ११:१-४४) वा यस अध्ययनको मुख्य खण्ड (यूहन्ना ११:१-३, १७, ३२-४४) पढ्नुहोस् । यस कथाले भन्ने चाहेको कुरामा सहभागीहरू प्रस्ट हुन सकून् भनी अभिनयद्वारा कथालाई दृष्यमय बनाउनुहोस् ।



- ◆ यस कथामा के भइरहेको छ ? यस कथामा भएका फरक-फरक पात्रहरू र उनीहरू हरेकले गरेको भूमिकाको सूची बनाउनुहोस् ।
- ◆ येशूले तिनीहरूलाई कसरी यो आश्चर्यकर्ममा सहभागी बनाउनुभयो ?
- ◆ येशू र उहाँको राज्यको बारेमा यस खण्डले के बताउँछ ? हाम्रो आफ्नै बारेमा यसले के बताउँछ ?

मुख्य बुँदा: लाजरसलाई जिवित बनाउँदा येशूले मानिसहरूलाई सहभागी बनाउनुभयो (उनीहरूले येशूलाई चिहान देखाए, ढुङ्गा हटाए, चिहानमा बेरिएको लाजरसको कपडा खोलिदिए) मृत्युमाथि परमेश्वरको अलौकिक शक्ति छ, भन्ने बताउन मात्र नभई मानिसहरूसँग विभिन्न स्रोतहरू छान्नु र ती परमेश्वरको काममा चलाउन सक्छन् भन्ने येशू देखाउन चाहनुहुन्छ ।



## एलीशा र भुँडुल्काहरु

२ राजा ४:१-७



तल दिइएका प्रश्नहरुमा छलफल गर्नुहोस्

१. यस कथाका मुख्य घटनाहरु के-के हुन् ?
२. कसले कस्तो भूमिका खेल्यो ?
३. विधवा र उनका छोराहरुसँग कुन-कुन स्रोतहरु थिए?
४. गरिबी निवारण गर्नका लागि समुदायले आफूसँग भएको कुरा प्रयोग गर्न सक्छन् भन्ने बारे यस कथाबाट हामीले के सिक्छौं ?
५. तलको तालिकामा हेर्नुहोस् र सहभागीहरुलाई तलका कुराहरुलाई आधार बनाई आफ्नो शब्दमा वाक्यांश लेख्न लगाउनुहोस् । यो एउटा साधारण योजना बनाउने क्षमता हो जसद्वारा तिनीहरुले आफ्नै स्रोतको प्रयोग गरी मण्डली वा सामुदायिक परियोजनाका लागि योजना बनाउन सक्छन् ।

उनका खाँचोहरु	उनीसँग भएका स्रोतहरु
आफ्नो श्रीमान्को पुस्तेनी ऋण	अलिकति तेल
आफ्ना छोराहरुको सुरक्षा जो ऋणका कारण दासत्वमा बेचिन सक्थे	खाली भुँडुल्काहरु
भविष्यको आम्दानी	एलीशाको बुद्धि
	प्रार्थना
	पारिवारिक श्रमदान

मुख्य बुँदा: हामीमा भएको स्रोत एक आपसमा बाडचूँड गर्ने इच्छा छ भने गरिबी निवारणका लागि हाम्रा स्रोतले नै ठूलो परिवर्तन ल्याउन सक्छ ।

भाग २: हाम्रा स्रोतहरूको प्रयोग

पाँच हजारलाई भोजन खुवाइएको

मर्कस ६:३०-४४ पढ्नुहोस् ।



तलका प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस् र आएका उपयुक्त उत्तरहरूलाई सेतो पाटीमा (वा ठूलो चार्ट पेपरमा) लेख्नुहोस्:

१. यस कथाका मुख्य पात्रहरू को-को हुन् ?
२. उनीहरूले विशेष कुन काम गरे ?
३. यस कथामा कुन-कुन कुराको खाँचो थियो ? कुन-कुन स्रोतहरू उपलब्ध थिए ?

माथिको प्रश्नोत्तरपछि दुई वा तीन जनाको स-सानो समूह छुट्याउनुहोस् र तलका प्रश्नको उत्तर दिन लगाउनुहोस्:

४. यो आश्चर्यकर्म गर्न येशूले कुन-कुन कदम चाल्नुभयो ?
५. यस कथामा येशूले कुन कुरामा ध्यान दिनुभयो ?
६. चेलाहरूको ध्यान के कुरामा थियो ?

अन्तमा सबैजना पुनः एकैठाउँमा जम्मा हुनुहोस् र तलको विषयलाई समूहमा छलफल गर्नुहोस्:

७. तपाईंको विचारमा किन येशूले ती कदमहरू चाल्नुभयो ? सूची बनाउनुहोस् ।
८. उहाँले कसरी यो आश्चर्यकर्म फरक तरिकाले गर्नुभयो ? किन उहाँले अर्को तरिका अपनाउनुभएन ?
९. मण्डली र समुदायमा भएका खाँचो पूरा गर्न हामीले सहजकार्य गर्न सक्छौं भन्ने कुरामा यस खण्डले कसरी मार्गनिर्देशन गर्दछ ?
१०. हाम्रो समुदायमा हुनसक्ने त्यस्तै खाले आश्चर्यकर्म के के होलान् ?

यस खण्डमा भएका मानिसहरुको आधारमा सहभागीहरुलाई तलको तालिका भर्न लगाउनुहोस्:

उनीहरुका आवश्यकता	उनीहरूसँग भएका स्रोतहरु

तालिका यस्तो हुनसक्छ,

उनीहरुका आवश्यकता	उनीहरूसँग भएका स्रोतहरु
भीड भोकाएको थियो	पाँच रोटी र दुई माछा
भीड अव्यवस्थित थियो	परमेश्वरको सामर्थ्य
भोजन बाँडिनुपर्ने थियो	भीडलाई व्यवस्थित गर्न चेलाहरु
आत्मिक शिक्षा	खाली डालाहरु
	खाना बाँड्नका लागि चेलाहरु
	येशू

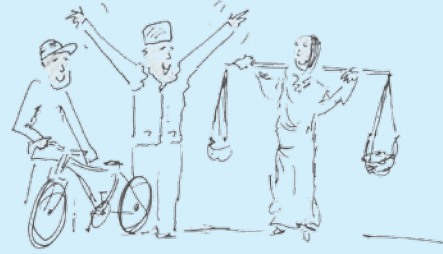
मुख्य बुँदा: हाम्रो जीवन र समाजलाई परिवर्तन गर्न परमेश्वरले हामी र हामीसँग भएका थोकहरुलाई नै चलाउन चाहनुहुन्छ ।

भाग २: हाम्रो स्रोतहरूको प्रयोग

### कदम ३: क्रियाकलापमा रमाउने— हामीसँग भएका थोकमा रमाउने

उद्देश्य:

समुदायमा परिवर्तन र बदलाव ल्याउनका लागि आवश्यक खुबी मण्डली र समुदायका सदस्यहरूमा नै भएको थाहा गराउने ।



क्रमबद्ध निर्देशिका

१. स-सानो समूहहरू बनाउनुहोस् र मण्डली तथा समुदायमा भएका स्रोत, वरदान तथा खुबीहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
२. समूहमा जानुहोस् र बुँदा १ मा छलफलबाट आएका निष्कर्ष (जसले स्रोत, वरदान तथा खुबीहरूको प्रतिनिधित्व गर्छ) लाई जम्मा गर्नुहोस् ।
३. जम्मा गरेका ती वस्तुहरूलाई क्रूसको आकृति आउने गरी भुँडमा राख्नुहोस् र ती फरक-फरक वस्तुहरूले के प्रतिनिधित्व गर्छन्, व्याख्या गर्नुहोस् ।
४. मानिसहरूले भुँडमा राखेका ती सबै वस्तुहरूको लगत राख्नुहोस् ।
५. एउटा कागजमा क्षमता, ज्ञान र अनुभवलाई छुट्टाछुट्टै लेखी त्यसको ठीक तल अरु सूचीहरू राख्नुहोस् ।
६. ठूलो समूहमा तलका प्रश्नहरू छलफल गर्नुहोस्

क) अभि उत्तम प्रकारले सेवा गर्न हाम्रो समुदाय र मण्डलीमा कुन-कुन ज्ञान र खुबीहरू छन् ?

ख) हाम्रो मण्डली र समाजमा अरुको हितका लागि बाँड्न सकिने कस्ता अनुभवहरू छन् ?

सुझाव:

हामीसँग भएका स्रोतहरूमा ज्ञान, समय र प्रार्थना पनि पर्दछ । यी कुरा छलफलमा आएनन् भने त्यसलाई स्मरण गराउनुहोस् ।

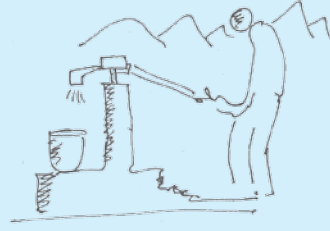
वस्तुहरूलाई जब क्रूसको आकृतिमा राखिन्छ, त्यहाँ भएका स्रोत, वरदान र खुबीहरूलाई सम्बोधन गर्ने गरी मानिसहरूलाई गीत गाउन वा संगीत बजाउन दिनुहोस् ।

## कदम ४: मण्डलीको आवश्यकता र मण्डलीसँग भएका कुराहरुको लेखाजोखा गर्नु:

१. हाल मण्डलीले भोगिरहेको समस्याहरु समूहमा छलफल गर्नुहोस् र मुख्य तीन आवश्यकताहरुलाई प्राथमिकताको सूचीमा राख्नुहोस् ।
२. तपाईंको मण्डलीमा विभिन्न के के स्रोतहरु छन् र मण्डलीको आवश्यकता पूरा गर्न ती कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ ? यो कुरा मनन गर्न तल दिइएको सूची प्रयोग गर्नुहोस् ।



प्राकृतिक स्रोतहरु  
वनस्पती, पानी र खनिज तत्वहरु



मानव स्रोतहरु  
श्रम, सीप र अनुभवहरु



आर्थिक स्रोतहरु  
नगद रुपियाँ, गाईवस्तु, नगदे वाली, खुद्रा सामग्रीहरु



भौतिक स्रोतहरु  
भवन, सडक, पुल तथा इनारहरु



आत्मिक स्रोतहरु  
प्रार्थना, आराधना, उपवास र बाइबल अध्ययनहरु

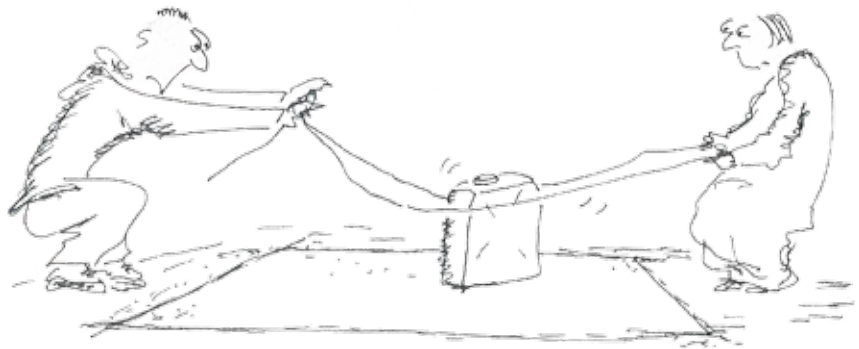
## भाग ३: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता

भाग ३ को उद्देश्य:

आफ्नै स्रोत प्रयोग गरी योजना बनाई क्रियाकलाप गर्न मण्डलीलाई सहायता गर्ने

मुख्य कदमहरू

१. एउटा भाँडोको प्रयोग गरी उत्साहमूलक क्रियाकलाप गर्ने ।
२. बाइबल अध्ययन गर्ने ।
३. सानो परियोजना बनाउन मिनिवस सहितको एउटा तालिका प्रयोग गर्ने ।
४. परियोजना संचालनका लागि स्वयंसेवकहरूको सानो समूह गठन गर्ने ।
५. यी सबैकुराहरू कसरी सम्पन्न भए भनी मूल्याङ्कन गर्ने ।



### कदम १: उत्साहमूलक क्रियाकलाप—ठूलो भाँडो

उद्देश्य: सीमित स्रोत र साधनको दायरामा रहेर कसरी समस्याको समाधान गर्ने र समूहमा कसरी प्रभावकारी रूपमा काम गर्न सकिन्छ भनी पत्ता लगाउन सहभागीहरूलाई मद्दत गर्ने ।

आवश्यक सामग्रीहरू

- ◆ तीन वर्गमिटरको घेरा बनाउनको लागि आवश्यक तार वा डोरी
- ◆ चार मिटर लामो तीन टुक्रा डोरी
- ◆ करिब चार पाँच लिटर पानी भरेको एउटा भाँडो
- ◆ समूहको ध्यान बिगार्नको लागि ठाउँ-ठाउँमा विभिन्न वस्तुहरू
- ◆ कुचो र फोहोर राख्ने भाँडो

मुख्य कदमहरू:

१. तीन वर्गमिटर क्षेत्रमा घेरा बनाउनुहोस् र त्यसको बीच भागमा पानी भरेको भाँडोलाई राख्नुहोस् ।
२. दिइएका सामग्रीहरू मात्र प्रयोग गरी उक्त भाँडोलाई घेराबाट बाहिर निकाल्नुपर्छ भनी समूहलाई प्रष्ट पार्नुहोस् । घेराभित्र कोही जान पाइँदैन । पानीको भाँडो घेराभन्दा बाहिरबाट नै उचालेर हटाउनुपर्छ, जमिनमा घिसार्न, तान्न वा घचेट्न पाइँदैन ।
३. समूहलाई दुईवटा उपसमुहमा विभाजन गर्नुहोस् र दुवैलाई सो काम गर्नको लागि पालैपालो दुई-दुई मिनेटको समय दिनुहोस् ।
४. प्रत्येक समूहले यो काम पालैपालो गर्नेछन् र विपक्षी समूहले उक्त काम गर्न नसक्नु भनी ध्यान अन्तै मोडिदिनको लागि विभिन्न वस्तुहरू ठाउँ-ठाउँमा राख्न सक्छन् ।

काम सफलतापूर्वक सम्पन्न गरिसकेपछि समूहका सबै जना भेला भएर क्रियाकलापबाट सिकेका कुराहरूको बारेमा मूल्याङ्कन गर्ने । मुख्य विषयवस्तुहरू निम्नानुसार हुन सक्छन्:

- ◆ निर्णय र सरसल्लाहमा सबैको सहभागिता हुनु
- ◆ सीप तथा अनुभवहरू पत्ता लगाउनु
- ◆ भूमिका तथा योगदानलाई व्यवस्थित गर्नु

यो अभ्यासका समान कुराहरू के-के हुन् र मण्डलीले आफ्नो खाँचो कसरी पूरा गर्न सक्छ ?

प्रशिक्षकको लागि सुझाव:

पानीको भाँडो उठाउनका लागि दुईओटा डोरीलाई दुईतिरबाट फनफनी बेरेर वा ती डोरीहरूलाई बाँधेर भाँडोको बीच भागमा पर्ने गरी बेर्न सकिन्छ । दुईटै डोरीले भाँडोलाई राम्ररी नबेरेसम्म यसो गरिरहनु पर्छ । जब डोरीले पक्का गरी त्यो भाँडो बाँधिन्छ, विस्तारै जमिनबाट त्यसलाई उठाउन सकिन्छ ।

भाग ३: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता

कदम २: बाइबल अध्ययन



नुन र ज्योती

मत्ती ५:१३-१६ पढ्नुहोस्

यस खण्डलाई चित्रमय बनाई व्याख्या गर्न सक्नुहुन्छ। (उदाहरणका लागि नुन भएको र नभएको खाना चाख्न लगाउने र मैनवत्तीलाई कचौराले छोप्ने)

१. नुनका स्वभाविक गुणहरु के-के हुन् र यसको प्रयोग के-के कुराको लागि हुन्छ ?
२. येशूले किन “तिमीहरु पृथ्वीका नुन हो” भन्नुभयो होला ? समुदायमा तपाईं र तपाईंको मण्डली कसरी नुनजस्तै हुन सक्छ ?
३. नुनमा र नुन हालेको खानेकुरामा नुनिलो स्वाद छैन भने के हुन्छ ? मण्डलीमा यस्तै खाले कुन-कुन समस्याहरु छन् ?
४. बत्तीको प्रयोग किन गरिन्छ ?



५. येशूले “तिमीहरुको ज्योति मानिसहरुको अघि चम्कोस्” भन्नुको तात्पर्य के थियो ? मण्डली कसरी समुदायमा ज्योति बन्नसक्छ ?
६. मण्डलीको नयाँ तत्परताले समुदायमा नुन र ज्योति हुन कसरी सहायता पुऱ्याउँछ ?





### कदम ३: मिनीबस अभ्यास

१. हामी के गर्न चाहन्छौं ?
२. हामी किन यो काम गर्न चाहन्छौं ?
३. हामीले कसरी यो काम गर्न लागेका छौं ?
४. हामीसँग कुन-कुन स्रोतहरू छन् ?
५. समितिमा को-को हुनुपर्छ ?
६. के कुराले हामीलाई पछाडि धकेल्छ ?
७. अगाडि के कुराको सामना गर्नुपर्ला ?



#### उद्देश्य

प्रत्येकले बुझ्ने र सम्झन सक्ने प्रकारले कार्यक्रमको योजना बनाउन यस अभ्यासले सहायता पुऱ्याउँछ । सम्भव भएमा, माथिको चित्रमा देखाइएजस्तै बस र त्यसमाथि भएका सामानहरू स्पष्ट देख्ने गरी चित्र कोर्ने । त्यसपछि त्यही विषयवस्तुमा रहेर प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । यातायातको साधन नपुगेका ठाउँमा भने तल दिइएको चित्र प्रस्तुत गर्न सकिनेछ ।



भाग ३: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता

मिनिबस अभ्यासको उदाहरण

१. हामी के गर्न चाहन्छौं ?  
स्वच्छ पानी आओस् भनी पानीको मूल सुरक्षित राख्न चाहन्छौं ।
२. हामी यो किन गर्न चाहन्छौं ?  
स्वच्छ पानीले हामीलाई स्वस्थ रहन र रोगहरुबाट बच्न मद्दत गर्दछ ।
३. हामीले कसरी यो काम गर्न लागेका छौं ?
  - ◆ यसका लागि योजना बनाउन बैठक बोलाएर
  - ◆ सिमेन्ट किन्नका लागि कोष उठाएर
  - ◆ पानीको मूल सुरक्षित राख्नका लागि आवश्यक निर्माण सामग्री जम्मा गरेर
  - ◆ बस्तुभाउ आउन नपाउने गरी छेकवार लगाएर
४. हामीसँग कुन-कुन स्रोतहरु छन् ?
  - ◆ ढुङ्गा र बालुवा
  - ◆ अलिकती पैसा
  - ◆ काम गर्न सक्ने मानिसहरु
५. समितिमा को-को हुनुपर्छ ?
  - ◆ मण्डलीका अगुवाहरु
  - ◆ मण्डलीका सदस्यहरु
  - ◆ समुदायका अगुवाहरु
  - ◆ गाईबस्तुका मालिकहरु
६. के कुराले हामीलाई पछाडि धकेल्न सक्छ ?
  - ◆ धेरैजना व्यस्त होलान् र समय दिन नसकलान्
  - ◆ प्राविधिक सल्लाहको कमी छ
७. अगाडि के कुराको सामना गर्नुपर्ला ?
  - ◆ भारी वर्षा
  - ◆ समूहमा द्वन्द
  - ◆ गाईबस्तुका धनीहरूसँग सुल्भिन नसकेका विषयवस्तुहरु



योजना निर्माणका लागि सुझावहरू

१. समाधान गर्न चाहेको विषयवस्तुको बारेमा प्रष्ट हुनुहोस् ।
२. गर्न लागेको परियोजना पूरा गर्न समूहसँग पर्याप्त सीप, अनुभव र ज्ञान छ कि छैन सो हेर्नुहोस् । छैन भने अतिरिक्त क्षमता कहाँबाट हासिल गर्न सकिन्छ , छलफल गर्नुहोस् ।
३. मिनीबसको नमुना प्रयोग गर्दा विभिन्न प्रश्न सोधी सबैलाई उत्तर दिन आमन्त्रण गर्नुहोस् ।
४. समूह ठूलो छ भने ४-५ जनाको स-सानो समूहहरूमा विभाजन गर्नुहोस् । प्रत्येक प्रश्नमा थुप्रै उत्तरहरू आए भने सबैभन्दा मुख्य उत्तरलाई प्राथमिकता दिन लगाउनुहोस् ।

कार्य योजना

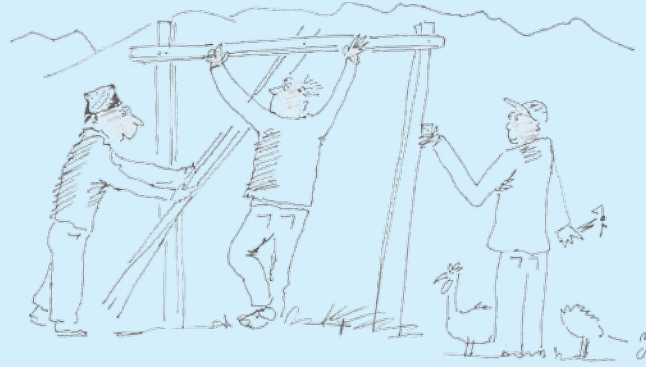
मिनीबस अभ्यास सकिएपछि कार्ययोजना तयार गर्न तल दिइएको तालिका प्रयोग गरी त्यसलाई मण्डलीमा बाँड्नुहोस् ।

योजना	विवरण
हामी के गर्न चाहन्छौं ?	
किन गर्न चाहन्छौं ?	
कसरी गर्न गइरहेका छौं ?	
कुन-कुन स्रोतहरू उपलब्ध छन् ?	
बढी प्रयोग गरेमा खतरा हुनसक्ने स्रोतहरू के-के हुन् ?	
हाम्रो समितिमा को-को हुनुपर्छ ?	
परियोजनाको सुरुदेखि कुन कुराले हामीलाई रोक्न सक्छ ?	
परियोजना सुरु भएपछि हाम्रो मार्गमा कुन-कुन कुरा आइपर्न सक्छन् ?	
हामी कहिलेदेखि सुरु गर्छौं ?	

भाग ३: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता

### कदम ४: परियोजना संचालन गर्न सानो टोली तयार गर्नु ।

समय दिन सक्ने, जोसले पूर्ण र काम सम्पन्न गर्न प्रेरित व्यक्तिहरु छान्नुहोस् । परियोजनामा विशेष क्षमता र रुची भएका मानिसहरु थप गर्नुहोस् । यो टोली नै मसस हुनसक्छ । प्रत्येक कामका लागि आवश्यक फरक-फरक भूमिकाको बारेमा तिनीहरुलाई प्रष्ट पार्नुहोस् । हरेक चुनौतिहरुलाई सकारात्मक रुपमा लिनुहोस् र उनीहरुलाई उत्साह दिइराख्नुहोस् । विस्तृत जानकारीका लागि चरण ४ को काम सुरु गर्नु (पृष्ठ सङ्ख्या १३३-१५३) हेर्नुहोस् ।



### कदम ५: परियोजना कसरी सम्पन्न भयो भनी समीक्षा गर्नु ।

परियोजना कसरी सम्पन्न भयो भनी मसस र पूरै मण्डलीसामु तलको प्रश्न सोधी समीक्षा गर्नुहोस् ।

तिनीहरुले गरेको काम र सिकेका कुराहरुमा मण्डलीले उत्सव मनाउन यो राम्रो अवसर हुनसक्छ ।



## भाग ४: सिकाइ र चिन्तन

सम्पन्न भएका काम र समूहसित सँगै मिलेर काम गर्दा के सिकियो र अझ कसरी राम्ररी गर्न सकिन्थ्यो भनी आवश्यक मूल्याङ्कन र समीक्षा गर्नको लागि यो महत्त्वपूर्ण भाग हो ।

### भाग १ मा चिन्तन: मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्नु

१. समुदायको लागि दर्शन प्राप्त गर्न बाइबल अध्ययन र क्रियाकलापहरूले कसरी सहायता पुऱ्यायो ?
२. कुनचाहिँ बाइबल अध्ययन र क्रियाकलाप सबैभन्दा उपयोगी भयो र किन ?
३. मण्डलीका सदस्यहरूले हाल समुदायसँग भएको सम्बन्धमा कस्तो अनुभव गरिरहेका छन् ?



### भाग २ मा चिन्तन: हाम्रा स्रोतहरूको प्रयोग

१. बाइबल अध्ययन र क्रियाकलापहरूले आफ्नै स्रोत प्रयोग गर्नुको महत्त्व बारेमा कसरी मण्डलीलाई चेतना प्रदान गर्‍यो ?
२. यो भागको अध्ययनबाट उनीहरूले कुन महत्त्वपूर्ण पाठ सिक्न सके ?

### भाग ३ मा चिन्तन: स्थानीय मण्डलीको अग्रसरता

१. सँगसँगै मिलेर परियोजनाको योजना बनाउँदा र संचालन गर्दा मण्डलीका सदस्यहरूले के सिके ?
२. मण्डलीले अर्को पटक के राम्रो गर्नसक्छ ?
३. समुदायसँग मिलेर अर्को परियोजनाको विकास गर्न यस परियोजना संचालन गरेर मण्डलीले कस्तो अनुभव बटुल्यो ?





चरण २  
समुदायलाई दर्शन  
प्रदान गर्नु

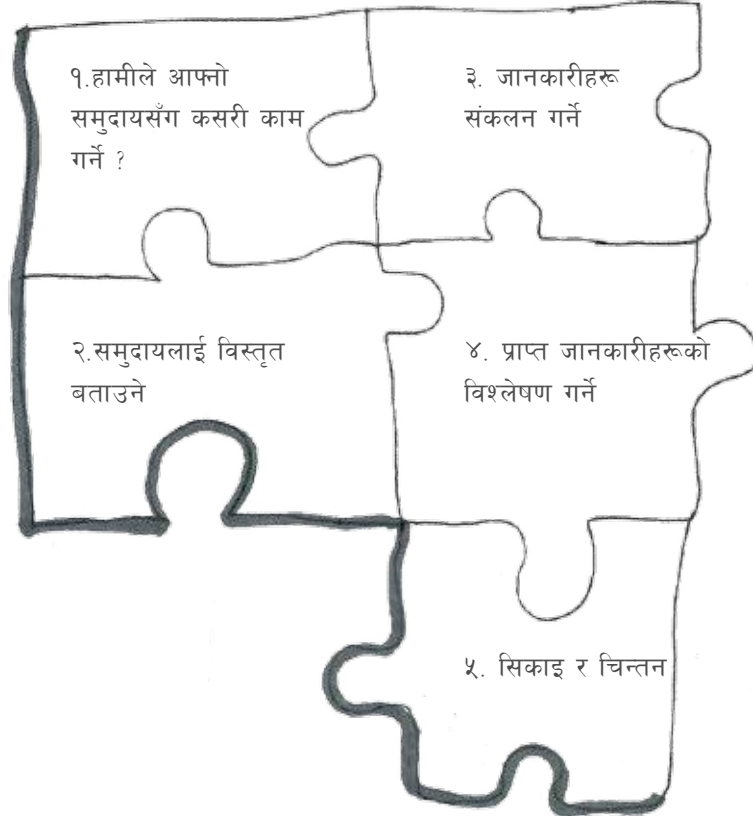


## चरण २ समग्रमा: समुदायलाई दर्शन प्रदान गर्नु

यस चरणको उद्देश्य:

मण्डली र समुदाय दुवैले आ-आफ्नो अवस्था र परिस्थितिलाई राम्रोसँग बुझेर सकारात्मक र नकारात्मक पक्ष पत्ता लगाई आफ्नो महत्वपूर्ण खाँचोलाई प्राथमिकता दिन सकून् भनी सहायता गर्ने

चरण २ लाई पाँच भागमा विभाजन गरिएको छ:



यस चरणभरि नै बाइबल अध्ययनहरू छन् । यसलाई निम्नानुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ:

- ◆ समुदायमा क्रियाकलापहरू गर्नुभन्दा पहिले मण्डलीलाई सँगसँगैको बारेमा सोच्न र प्रार्थना गर्न सहायता गर्नुपर्छ ।

अथवा

- ◆ मण्डली र समुदाय दुवैसँग मिलेर पूरै समुदायलाई सहयोग पुग्ने विभिन्न विषयवस्तुमा अन्तर्क्रिया गर्नुपर्छ । मण्डलीमा फरक मान्यता भएका मानिसहरू हुन सक्छन्, त्यसैले बडो संवेदनशील भएर तिनीहरूको विचारलाई कदर गर्दै यो काम गर्नुपर्छ ।

बाइबल अध्ययन कसरी गर्ने भन्ने कुरा तपाईंको सन्दर्भमा निर्भर गर्दछ ।





## भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

भाग १ को उद्देश्य:

यस्तो सचेतना जगाउने कि जसले गर्दा समुदायका आवश्यकताहरु आफ्नै स्रोतबाट पूरा गर्न सकिन्छ भनी हरेक व्यक्तिले सोच्न सकोस्

प्रमुख कदमहरु:

१. समुदाय र समुदायका अगुवाहरूसँग सम्बन्ध निर्माण गर्ने ।
२. पहिलो सामुदायिक बैठकका लागि योजना तय गर्ने ।
३. बैठकको सुरुमा नै सँगसँगैको उद्देश्य र फाइदाहरुको बारेमा समुदायलाई बताउने । सम्भव भएमा “असल सामरी” भन्ने पाठबाट बाइबल अध्ययन गर्ने ।
४. समुदायसँग मिलेर काम गर्ने सिद्धान्तलाई प्रष्ट पार्न “आगो बाल्ने” र “नदी पार गर्ने” क्रियाकलापहरु प्रयोग गर्ने ।
५. समुदायसँग मिलेर कसरी काम गर्न चाहनुहुन्छ सोको सूची बनाउने ।
६. स्थानीय संयोजन समूह (स्थासस) को छनौट गर्ने र तालिम दिने ।



भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

## कदम १: समुदायसँग राम्रो सम्बन्ध निर्माण गर्ने

समुदायसँग असल सम्बन्ध निर्माण गर्दा सकेसम्म आत्मिय हुन आवश्यक पर्छ। उनीहरूसँग निरन्तर भेटघाट गरी समय बिताउनु पर्ने हुन्छ। परिणामस्वरूप मानिसहरूले तपाईंलाई चिन्न र तपाईंमा भरोसा गर्न सक्छन्। मानिसहरूसित भेटघाट गर्दा तलका कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउनु असल हुन्छ:

- ◆ सिकने मनोवृत्ति लिई उनीहरूलाई शिक्षक ठान्नुहोस्।
- ◆ उनीहरूले गर्व गर्ने ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, उपलब्धिहरू र आकांक्षाहरू पत्ता लगाउनुहोस्।
- ◆ स्थानीयले अभिवादन गर्ने भाषा, तरिका, उखान टुक्का वा उपदेशहरू पनि सिक्नुहोस्।
- ◆ समुदायका प्रभावशाली र प्रमुख व्यक्ति पत्ता लगाउनुहोस्।
- ◆ समुदायलाई उर्जा प्रदान गर्ने र उत्साहित बनाउने कुरा पत्ता लगाउनुहोस्।



## कदम २: पहिलो सामुदायिक बैठकको योजना बनाउने

- ◆ मण्डलीको परियोजना हेर्नलाई समुदायका अगुवाहरूलाई निमन्त्रणा दिनुहोस् र तल दिइएका विषयहरूमा छलफल गर्नुहोस्:
  - परियोजना कसरी सुरु भयो
  - कुन उपलब्धि हासिल भयो
  - आफूले सिकेको पाठहरू
  - समुदायमा के-के कुरा लागू गर्न सकिन्छ
- ◆ समुदायका अगुवाहरूसँग बैठक बस्ने योजना गर्नुहोस् र सबैलाई उपयुक्त हुने ठाउँ खोज्नुहोस्। त्यो ठाउँ मण्डली भवन नहुन पनि सक्छ।
- ◆ मण्डलीका सदस्यहरू र समुदायका अगुवाहरू दुवैलाई समेट्ने गरी बैठक बोलाउनुहोस्
- ◆ पहिलो सामुदायिक बैठकमा चित्रहरू र कथाहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- ◆ आफ्नो समुदायको विकासका लागि उनीहरू नै विशेषज्ञ हुन् र उनीहरूको स्रोतबाट व्यापक परिवर्तन हुनसक्छ भनी जोड दिने खालका कथा र क्रियाकलापहरू प्रयोग गर्नुहोस्। (उदाहरणका लागि 'असल सामरी' बाट बाइबल अध्ययन तथा 'नदी पार गर्ने' क्रियाकलाप
- ◆ सँगसँगैको प्रक्रियामा सहभागी हुने निर्णय गर्न समुदायलाई सहज बनाउनुहोस्।

- ◆ समुदायसँगै मिलेर काम गर्न सहमत हुन सदस्यहरूलाई सहायता गर्नुहोस् ।  
(पृष्ठ सङ्ख्या ६३ हेर्नुहोस्)
- ◆ स्थानीय संयोजन समूहको भूमिकाका बारेमा व्याख्या गर्नुहोस् र यस समूहका लागि मानिसहरु छान्नुहोस् । (पृष्ठ सङ्ख्या ६४ हेर्नुहोस्)

### कदम ३: बाइबल अध्ययन



असल सामरी

लूका १०:२५-३७ पढ्नुहोस्

यस कथाका घटनालाई नाट्य रूपान्तर गरी देखाउन सकेमा मानिसहरुले स्पष्ट झलक पाउन सक्नेछन् ।



१. यस कथामा के भइरहेको छ ? यस कथाका हरेक पात्र र तिनीहरुले गरेको कामको सूची तयार गर्नुहोस् ।
२. तपाईंको विचारमा यस कथामा हरेक व्यक्तिले गरेको क्रियाकलापले कसरी उत्प्रेरणा प्रदान गर्छ ?
३. तपाईंको विचारमा यस कथामा भएका प्रत्येक पात्रहरुमध्ये को कसले आजको समुदायको प्रतिनिधित्व गर्छन् ? र तपाईं आफूलाई कोजस्तो पाउनुहुन्छ ?
४. समुदायमा हाम्रा छिमेकीहरु को-को हुन् ? उनीहरुका आवश्यकताहरु के-के हुन् ? येशूले आफ्नो छिमेकीलाई कसरी प्रेम गर्नुपर्छ, भन्नुभयो ?
५. हाम्रो हुर्काई र संस्कारका कारण निश्चित मानिसहरुको समूहमा सम्बन्ध राख्न गाह्रो पर्न सक्छ । जस्तै: विभिन्न उमेर समूह, शैक्षिक स्तरका मानिसहरु, जातजातिका मानिसहरु, गरीबहरु आदि । हामी कसरी यस्ता खाले भावनाहरुमाथि विजयी हुनसक्छौं ? हाम्रा सन्तानहरुले सबैखाले मानिसहरूसँग सम्बन्ध राख्न सक्नु भनेर कसरी उनीहरुलाई हुर्काउन सक्छौं ?
६. येशूले मण्डलीवाट चाहेको कुरा यस कथाले कसरी जनाउँछ ?

मुख्य बुँदा: समुदायका आवश्यकताहरुलाई मण्डलीले उपेक्षा गर्नुहुँदैन, बरु उनीहरुको आवश्यकता पूरा गरिदिनका लागि स्थानीय स्रोत र समय लिएर समुदायलाई सहायता पुऱ्याउनु पर्छ,, चाहे यो जतिसुकै कठीन र महङ्गो सावित किन नहोस् ।

भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

## कदम ४: क्रियाकलापहरू

### आगो बाल्नु

सँगसँगै मिलेर काम गर्न र समस्याको समाधानको लागि सहायता गर्न यो क्रियाकलापलाई सामुदायिक बैठकको सुरुमा नै प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

मानिसहरूलाई स्वागत, एकाअर्कामा चिनापर्ची र शीर्षकका बारेमा व्याख्या गरिसकेपछि अगुवाले सोध्नुपर्छ: 'अबको दुई मिनेटमा के हामी खाना पकाउन मिल्ने आगो बाल्न सक्छौं ?' अगुवाले रमाइलो गर्न खोजको हो कि भनी सुरुमा मानिसहरू अलमल्ल पर्छन् । त्यसपछि, केहि मानिसहरू दाउरा, सलाई र ढुङ्गा खोज्न दौडन्छन् अनि आगो तुरुन्तै सल्काइन्छ र केहि मिनेटको लागि आगो बल्छ । तर मानिसहरूले थप दाउरा ल्याएनन् भने त्यो विस्तारै निम्न थाल्छ ।

यस उदाहरणलाई हेरिसकेपछि के सिक्न सक्थौं भनी खुला छलफल सुरु गर्नुहोस् ।



### छलफल

१. आगो बाल्ने स्रोत कहाँबाट जुट्यो ?
२. राम्रोसँग बलिरहेको आगोलाई कायम राख्न कसले सहायता गर्‍यो ?
३. हाम्रो क्षेत्रमा कसले 'विकासको आगो' लाई निरन्तरता दिन सक्छ ? कुन-कुन स्रोतहरू उपलब्ध छन् ?
४. यही आगोलाई निरन्तरता दिन विभिन्न संघसंस्थाहरू, मण्डलीका अगुवाहरू, समुदायका अगुवाहरू र सरकारी अधिकारीहरूले के कस्तो भूमिका खेल्न सक्लान् ?
५. यस प्रक्रियालाई सहयोग पुऱ्याउन सक्ने के अरु कुनै संघसंस्था वा समूहहरू छन् ?
६. समुदायका कोही सदस्यहरू यस बैठकमा अनुपस्थित छन् कि ? उनीहरू सहभागी नहुनाको कारण पत्ता लगाउनुहोस् । भविष्यमा ती व्यक्तिहरूलाई बैठकमा सहभागी हुन उत्साह दिनुहोस् ।

## नदी तर्नु

यो एक मूक नाटक हो । यसले बाहिरी सहायतामा भर नपरी आफै विकास गर्ने सोच हालिदिन मद्दत गर्दछ । तीन जना सहभागीहरूलाई यो नाटक पढी अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि बाँकी समूहलाई नाटक देखाई अन्तमा प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।

चकले भुँइमा दुईवटा रेखाहरू कोर्नुहोस् जसले नदीको दुई किनारलाई जनाउँछ । भुँइमा कोर्न नमिल्ने भए डोरीहरू प्रयोग गर्नुहोस् । कागजका स-साना टुक्राहरूलाई फट्को मार्ने ढुङ्गाको रूपमा र ठूला टुक्राहरूलाई टापुको रूपमा प्रयोग गर्नुहोस् ।



दुई जना मानिस नदी किनारमा तर्ने ठाउँ हेर्छन् । नदीको बहाव तीब्र भएकोले दुवै जना डराउँछन् । एक जना तेस्रो व्यक्ति आएर तिनीहरूको समस्यालाई देख्छ । उसले ती दुवै जनालाई नदी पार गर्ने फट्कोहरू देखाउँछ । उसले ती ढुङ्गाहरूमा टेकेर नदी पार गर्न तिनीहरूलाई उत्साह दिन्छ, तर तिनीहरू डराउँछन् । त्यसैले एक जनालाई पिठ्युमा बोकेर ऊ नदी पार गर्न थाल्छ ।



भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

तर नदीको बीच भागमा पुगेपछि ऊ थाक्छ र एकैछिन थकाइ मारन त्यो व्यक्तिलाई टापुमा विसार्छ ।

त्यसपछि त्यो व्यक्ति पुनः नदी किनारमा उभिएको अर्को व्यक्तिकहाँ आउँछ । तर त्यो व्यक्तिले पिठ्युँमा चढेर नदी तर्न इन्कार गर्छ, बरु उसको हात समातेर दुङ्गाहरुमा टेक्दै आफै नदी पार गर्न थाल्छ ।



नदी आधा पार गरिसकेपछि ऊ एकलै तर्न थाल्छ । यसरी तिनीहरु दुवैले नदी पार गर्छन् ।

जब तिनीहरु नदीको अर्को किनारमा पुग्छन् तब आफै नदी पार गर्न सकेकोमा दङ्ग पर्छन् र तर्न सहयोग गर्ने व्यक्तिलाई विसर्दै आफ्नो बाटो लाग्छन् । तार्ने व्यक्तिले उनीहरुको ध्यान आकृष्ट गर्न खोज्छ, तर उसले दुःख भोगेर गरेको सहायतालाई उनीहरुले यादै गर्दैनन् ।



छलफलका प्रश्नहरु

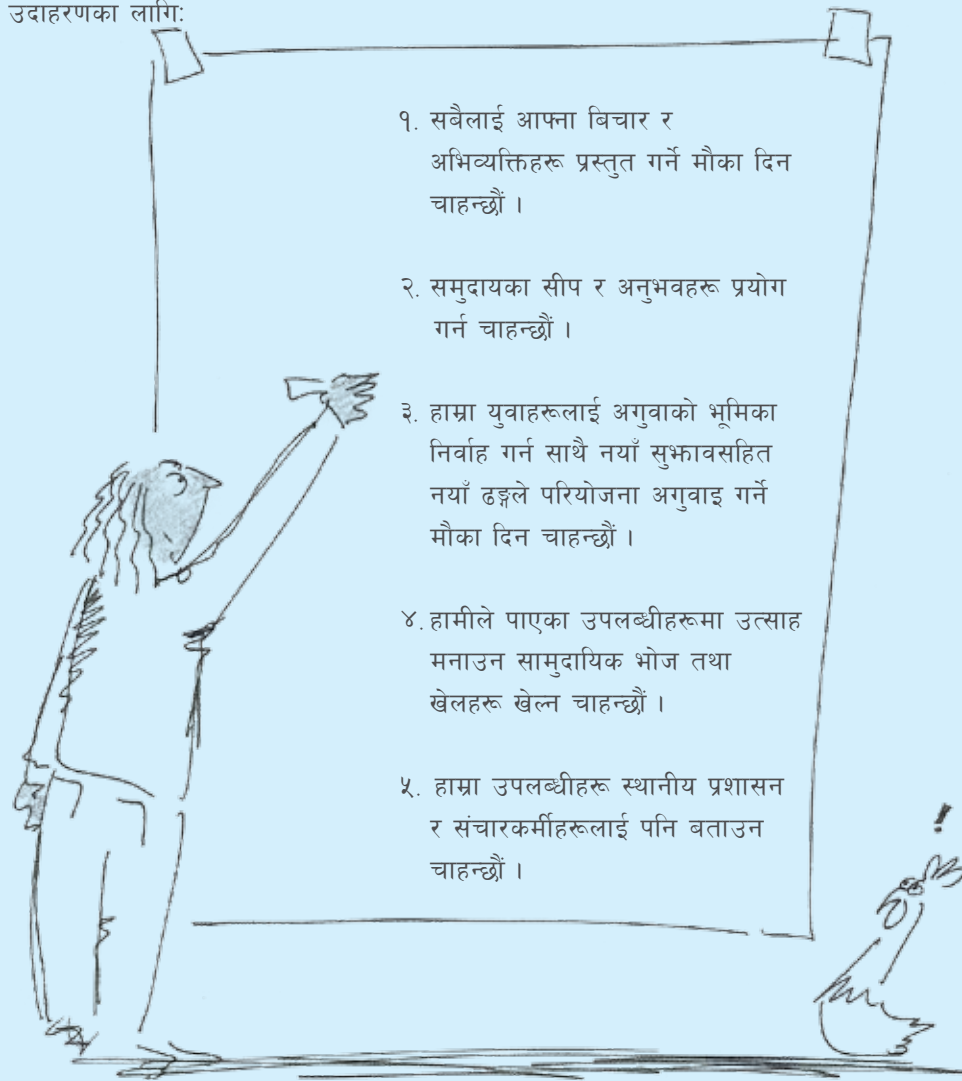
१. यस मूक नाटकमा तपाईंले के देख्नुभयो ?
२. ती दुई मानिसहरुलाई पारी तराउन कुन-कुन तरिकाहरु अवलम्बन गरियो ?
३. वास्तविक जीवनमा यी प्रत्येकले कसको प्रतिनिधित्व गर्छन् ?
४. नदीका दुई किनारहरुले के कुराको प्रतिनिधित्व गर्छन् ?
५. यसो किन भयो ?
६. सामुदायिक परियोजनाले एकअर्कामा निर्भर हुनुपर्छ भन्ने चेतना कसरी निर्माण गर्दछ ?
७. सँगै काम गर्नेहरु एकअर्कामा निर्भर हुनुपर्छ भन्ने कुराको चेतनाको विकास गराउन हामीले के कुरा गर्नुपर्छ ?

## कदम ५: समुदायमा सँगै मिलेर कसरी काम गर्न सक्छौं ?

यो अभ्यासले समुदायलाई सँगै मिलेर कसरी काम गर्न सकिएला भनी सोचन साँच्चै मद्दत गर्दछ। यसका लागि समुदायले प्रतिपादन गरेका सामान्य नियमहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ र सामुदायिक परियोजनालाई मूल्याङ्कन र रेखदेख गर्न सकिन्छ।

साधारण नियमहरू तयार गर्नेबारे समूहलाई विचार मन्थन गर्न लगाउनुहोस्। ती विचारलाई फ्लिपचार्ट वा कागजको ठूलो पानामा लेख्नुहोस्। त्यसपछि ती नियमहरूमध्ये मुख्य पाँच वा दश छान्न लगाउनुहोस्।

उदाहरणका लागि:



यी सामान्य नियम बनाउने क्रममा तपाईंले अरु मानिसहरू जस्तै, अपाङ्ग, महिला तथा बालबालिकाहरू, एच.आई.भी. संक्रमितहरूलाई समेत सोध्नु पर्छ। यसो गर्दा उनीहरूलाई आफ्ना विचार बाँड्ने अवसर प्राप्त हुन्छ।

भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

## कदम ६: स्थानीय संयोजन समूह (स्थासस) को छनौट र तालिम

स्थाससको उद्देश्य:

समुदायले आफ्ना आवश्यकताहरूको जानकारी सङ्कलन, विश्लेषण र सामुदायिक परियोजना कसरी संचालन गर्छन् भनी सुपरिवेक्षण गर्नु नै स्थानीय संयोजन समूहको उद्देश्य हो ।



स्थाससका विशेष कामहरू

- ◆ मानिसहरूलाई नियमित बैठकमा निर्धारित समयमा नै सहभागी हुन उत्साह दिने
- ◆ सामुदायिक परियोजनामा सहभागी हुन मानिसहरूलाई उत्साह दिने
- ◆ सामुदायिक बैठकका लागि समय र स्थानको बारेमा सहमति जुटाउने
- ◆ प्रत्येक बैठकको मस्यौदा तयार गर्ने र सोहीअनुरूप कार्यहरू गर्ने गराउने
- ◆ सूचनाहरू सङ्कलन गर्ने, स्रोतहरू जुटाउने र श्रमदानका लागि मानिसहरूको समूह तयार गर्ने र यस्तै अन्य कामहरू बाँडफाँड गर्ने
- ◆ कामको प्रगति मूल्याङ्कन गर्ने तथा सफलताहरूमा रमाउने
- ◆ स्थानीय मण्डली तथा सामुदायिक अगुवाहरूलाई सहभागी बनाई प्रगतिको प्रतिवेदन पेश गर्ने ।
- ◆ स्थानीय व्यवसायी तथा क्षेत्रीय दाताहरूबाट कोष सङ्कलन गर्ने ।
- ◆ सामुदायिक परियोजनामा सहभागी भएका हरेकको आत्मविश्वास र उत्प्रेरणालाई कायम राख्ने ।
- ◆ यस निर्देशिकालाई माध्यम बनाएर समुदायको बारेमा व्याख्या तथा जानकारीहरू सङ्कलन र विश्लेषण गर्ने ।

स्थाससका सदस्यहरूको छनौट

सदस्यहरू छनौट गर्ने आधारहरू मण्डली र समुदायसँग सहमति गर्ने । सदस्यहरू छनौट गर्ने आधार निम्नानुसार हुनसक्छ:

- के तिनीहरू समुदायमा आदरणीय छन् ?
- के तिनीहरू आफ्नो जोस र उत्साह को कारण परिचित छन् ?
- के तिनीहरूसँग व्यावहारिक सीपहरू छन् ?

स्थानीय संयोजन समूहमा मण्डली र समुदायका सदस्यहरू हुनुपर्छ । सकेमा महिला, युवा तथा असन्तुष्ट व्यक्तिहरूलाई पनि सहभागी गराउनुपर्छ । मण्डली अन्तर्गतको मात्रै होइन तर विभिन्न आस्था र विश्वासको प्रतिनिधित्व गर्ने व्यक्तिहरू पनि यसमा पर्नुपर्छ ।

स्थाससले सँगसँगैको लागि धेरै समय खर्च गर्नु पर्ने हुन्छ । आफ्नो खेतबारीमा काम गरेर पैसा आर्जन गर्ने समय उनीहरूले यसमा लगाउनु पर्ने हुनसक्छ । यसकारण समुदायले उनीहरूलाई सहयोग गर्ने बारेमा विचार गर्नुपर्छ । उदाहरणका लागि: उनीहरूलाई भारा-पर्मा छुट दिने तथा समुदायका अरुहरूबाट आवश्यक सहायता पाउने ।



## स्थाससका सदस्यहरूलाई विशेष भूमिका प्रदान गर्ने

स्थाससका सदस्यहरूलाई विशेष भूमिका प्रदान गर्नुपर्छ। स्थाससका सदस्यहरूलाई दिइएको भूमिकालाई समय समयमा चिन्तन गर्न सकिन्छ, साथै अरु सदस्यहरू उनीहरूको भूमिकामा खुशी छन् वा छैनन् वा भूमिकामा कुनै फेरबदल ल्याउनुपर्छ, कि पर्देन सो विचार गर्नुपर्छ। स्थाससले निर्वाह गर्नुपर्ने भूमिकाहरू निम्नानुसार छन्:



### अगुवा/अध्यक्ष/संयोजक

- ◆ सामुदायिक परियोजनाका गतिविधिहरू बताउने र समुदायमा सँगसँगैको आधिकारिक व्यक्ति तथा प्रवक्ता बन्ने
- ◆ समुदायको अगुवाइ गर्ने
- ◆ बैठकको आयोजना गरी प्रस्तावहरू पेश गर्ने
- ◆ उनीहरूले गरेको कामको निश्चयताको अनुगमन गर्ने
- ◆ विभिन्न समूहका सदस्यहरू र समुदायलाई सँगसँगैको कार्यक्रम कसरी बढिरहेछ, र अझ राम्रो गर्नलाई के चाहिन्छ, सो बारेमा मनन गर्ने
- ◆ समूहलाई परियोजनाको समयावधिभर विभिन्न चुनौतिहरूको समाधान गर्न सहायता गर्ने
- ◆ समूहलाई आफ्ना उपलब्धीहरूमा रमाहट गर्न विभिन्न तरिकाहरू विचार गर्ने

### सचिव

- ◆ सामुदायिक परियोजनाका सदस्यहरूको नाम, ठेगाना र अन्य विवरण राख्ने।
- ◆ स्थाससको तर्फबाट पत्राचारको काम गर्ने
- ◆ सबै पत्रहरू र लगतहरूको प्रतिलिपी राख्ने
- ◆ कार्यक्रमसँग सम्बन्धित आवश्यक कागजपत्रहरू तयारीका साथ राखी सहयोग पुऱ्याउने।

### कोषाध्यक्ष

- ◆ पैसा र अरु स्रोतहरूको सर्वेक्षण गर्ने
- ◆ सबै आम्दानी तथा खर्चहरूको ठीक लगत राख्ने र नियन्त्रण गर्ने
- ◆ तय भएका परियोजनाको लागि आर्थिक नीतिनियमहरू तयार गर्ने
- ◆ साधारण नगद खर्चको प्रणाली प्रभावशाली प्रकारले भएको छ, छैन ध्यान पुऱ्याउने
- ◆ परियोजनाको लागि बजेट तयार गर्ने र समूहमा मासिक तथा त्रैमासिक खर्चहरूको नियमित प्रतिवेदन पेश गर्ने
- ◆ सामुदायिक बैठक बस्नुअघि साधारण नगद खर्च तथा दैनिक नगद खर्चको सम्पूर्ण हरहिसाब मिलाउने
- ◆ कोषको दुरुपयोग भएमा छानविन गरी प्रतिवेदन पेश गर्ने।

### भाग १: हामीले आफ्नो समुदायसँग कसरी काम गर्ने ?

#### स्थाससका सदस्यहरुको गुणहरु

- ◆ परिश्रम गर्ने इच्छा र जाँगर
- ◆ समयमै आउने
- ◆ समूहमा मिलेर काम गर्ने
- ◆ आवश्यक परेको खण्डमा बैठकमा गरिएका छलफलहरुलाई गोप्य राख्ने



#### स्थाससको लागि तालिम

स्थाससले तलका कुराहरुमा तालिम लिएको हुनुपर्छ:

- ◆ सँगसँगैको बारेमा अभिमुखीकरण तालिम
- ◆ आधारभूत सहजीकरण क्षमता र समूहलाई अगुवाइ गर्ने तालिम (पृष्ठ सङ्ख्या १६ देखि २० सम्म)
- ◆ सामुदायिक सामग्रीहरु प्रयोग गरी जानकारीहरु सङ्कलन र विश्लेषण गर्ने तालिम (पृष्ठ सङ्ख्या ६७ देखि ७९ सम्म):
  - समस्याको रुख
  - समुदायको नक्सा बनाउने
  - समयरेखा
  - वरियता तय गर्ने
  - मौसमी पात्रो
  - तथ्याङ्क तालिकाको प्रयो
  - जानकारीहरुको प्राथमिकता तय गर्ने र प्रस्तुत गर्ने

व्यवस्थित बैठक बस्ने र टोली बलियो बनाउने काममा अधिक जानकारी चाहिएमा चरण ४: हेर्नुहोस्

## भाग २: समुदायको वर्णन

### भाग २ को उद्देश्य:

समुदायका मानिसहरु को हुन्, कहाँबाट आए र हालको अवस्था कस्तो छ, भनी आफ्नै बारेमा बताउन समुदायलाई सहजकार्य गर्ने ।

### परिचय

समुदायको बारेमा जानकारी हासिल गर्न कुनै सामग्रीको प्रयोग गर्नुअघि समुदायलाई नै आफ्नो समुदायको भौगोलिक वा अन्य अवस्थाको बारेमा व्याख्या गर्न लगाई छलफल गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

समुदाय कसरी बन्छ र यसलाई कसरी परिभाषित गर्ने भनी समुदायलाई विचारशील तुल्याउन सहजकर्ताले मुख्य भूमिका खेल्नुपर्छ ।

### प्रमुख कदमहरु

१. समुदायका विषयवस्तुहरुलाई समेट्ने खालका बाइबल अध्ययन गर्न मण्डलीलाई उत्साह दिने ।
२. विभिन्न सामग्रीहरुको प्रयोग गरी समुदायको वर्तमान स्थिति बुझ्न सहायता गर्ने ।
३. सूचना सङ्कलन टोली छनौट गर्न समुदायलाई सहजकार्य गरिदिने ।



भाग २: समुदायको वर्णन

कदम १: बाइबल अध्ययन



नहेम्याहले पर्खालको निरीक्षण गरेका

नहेम्याह २:११-१८ पढ्नुहोस्



१. धेरै वर्षको प्रवासी जीवन बिताएपछि नहेम्याह यरुशलेममा फर्कन्छन् । उनले आफ्नो शहर अस्त-व्यस्त र भताभुङ्ग भएको देख्छन् । तब उनी के गर्छन् ?
२. शहरमा आइपुगेपछि शहरको मर्मत गर्नुपर्ने देख्छन् । तपाईंको विचारमा उनले किन यो काम पहिले गर्न चाहेका ?
३. नहेम्याहले सोभैं पर्खाल मर्मतको काम किन थालेनन् ? उनले यस्तो गरेको भए कतिको सफल हुन्थे ?
४. कुनै पनि काम गर्नअघि हाम्रो समुदायको परिस्थिति बुझ्न के कस्ता तरिकाहरु अपनाउन सकिन्छ ?

मुख्य बुँदा: एकैचोटि काम गर्न हामफाल्नुअघि समुदायको आवश्यकता पत्ता लगाउन प्रशस्त समय लिनु आवश्यक हुन्छ । पर्खाल मर्मत गर्नुअघि नहेम्याहले राम्रोसँग निरीक्षण गरेकाले उनलाई काम गर्न र सबैलाई सहमतिमा ल्याउन सजिलो भयो ।

## कदम २: समुदायलाई व्याख्या गर्ने सामग्रीहरूको प्रयोग

यस खण्डमा भएका सामग्रीहरू सामुदायिक बैठकहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। सबै सामग्रीहरू नै प्रयोग गर्नुपर्छ भन्ने छैन तर समुदायको दृष्टिकोण बुझ्न र बुझाउन केही सामग्रीहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ। यस किसिमका सामग्रीहरूले धेरै भन्दा धेरै मानिसहरूलाई सहभागी गराउँदछ। सहजकर्ताले सकेमा अभ्यास गर्नुपर्छ र यसको बारेमा जानकारी राख्नुपर्छ।

यसमा नक्सा, समयरेखा र मौसमी पात्रोजस्ता सामग्रीहरू पर्दछन्। यी चित्रहरूलाई सुरक्षित ठाउँमा लगतको रूपमा राख्नुपर्छ। परियोजना सुरु हुनुअघि समुदायले आफैलाई कस्तो दृष्टिकोणले हेरेको थियो भनी यी चित्रहरूद्वारा बुझाउन सकिन्छ। परियोजनाले के-के भिन्नता ल्यायो, त्यो मूल्याङ्कन गर्न पनि यी सामग्रीहरू प्रयोग गर्न सकिन्छ।

तलका सामग्रीहरू र गतिविधिहरूको विस्तृत व्याख्या तल दिइएका पृष्ठहरूमा उल्लेख गरिएको छ:

- ◆ सामुदायिक मानचित्र (पृष्ठ सङ्ख्या ७०)
- ◆ हाम्रो समुदायको इतिहास (पृष्ठ सङ्ख्या ७१)
- ◆ समुदायको ऐतिहासिक तस्वीर (पृष्ठ सङ्ख्या ७२)
- ◆ मौसमी पात्रो (पृष्ठ सङ्ख्या ७३)
- ◆ हाम्रो समुदायमा कसले के काम गर्‍यो ? (पृष्ठ सङ्ख्या ७५)
- ◆ नाटक (पृष्ठ सङ्ख्या ७७)
- ◆ वरीयता मिलाउने (पृष्ठ सङ्ख्या ७८)

## भाग २: समुदायको वर्णन

## सामुदायिक मानचित्र सामग्री

सामुदायिक मानचित्र विविध तरिकाबाट प्रयोग गर्न सकिन्छ। समुदायलाई आफै निर्धक्कसाथ सहभागी गराउनु नै यस मानचित्रको उद्देश्य हो। कतिपय मानचित्रहरूमा स्थानीय मानिसहरूको जीवनशैली व्यक्त गर्ने सिमानाहरू, भौतिक विशेषताहरू समावेश गरिएको हुन्छ, जस्तै: नदी, खोलानाला, पहाड, प्राकृतिक स्रोतहरू, विद्यालयहरू, अस्पताल आदि।

## क्रमबद्ध निर्देशिका

१. नक्सा कोर्न कागजका केही ठूला पानाहरूलाई टेबुलमा वा भुँइमा राख्नुहोस्। अथवा जमिन वा वालुवामा पनि नक्सा कोर्न सक्नुहुन्छ।
२. नक्सामा भएका मुख्य विशेषताहरू खोलानाला, सडक, ताल तथा पहाडहरूमा चिन्ह लगाउनुहोस्।
३. नक्सामा मुख्य-मुख्य भवन, र स्थानहरू चिन्ह लगाउनुहोस्। जस्तै: विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी, इनार, होटेल, सहकारी संस्था, बजार, फुटबल मैदान इत्यादि।
४. समुदायमा प्रत्यक्ष चासो र सरोकार राख्ने स्थानहरूलाई नक्सामा चिन्ह लगाउनुहोस्। यसमा मानिसहरू र स्रोतहरूलाई खतरा पार्ने स्थान पनि पर्दछन्।
५. छलफलको विषयलाई प्रतिविम्ब गर्नका लागि नक्सामा कुनै वस्तु राख्नुहोस् वा चिन्ह लगाउनुहोस्।
६. हरेक व्यक्तिलाई बराबर सङ्ख्यामा सिमीको दाना वा गिट्टी दिनुहोस्। कुन-कुन विषयहरू महत्त्वपूर्ण छन् भनी देखाउन र छलफल गर्न मानिसहरूले आफूलाई मुख्य लागेको नक्साको भागमा ती दानाहरू राख्नेछन्।



## सुझावहरू

१. समूह ठूलो छ भने त्यसलाई स-साना उपसमूहमा विभाजन गर्नुहोस् र धेरै नक्साहरू प्रयोग गर्नुहोस्। स्मरण रहोस्, प्रतिक्रिया आउन लामो समय लाग्न सक्छ।
२. कतिपय अवस्थामा समूहलाई उमेर र लिङ्गानुसार विभाजन गर्न सकिन्छ।
३. नक्सा बनाउँदा सबभन्दा पहिले सडक र मुख्य ठाउँहरू बनाउनु राम्रो हुन्छ जसले अरु स्थानहरू पत्ता लगाउन मद्दत गर्दछ।
४. यस क्रियाकलापलाई अझ सशक्त बनाउन समूहलाई आफ्नो समुदायको केही चित्रहरू खिचन लगाउनुहोस्।
५. भविष्यको लागि योजना बनाउन नक्सा एकदमै महत्त्वपूर्ण स्रोत बन्न सक्छ। त्यसैले यसलाई मानिसहरूले देख्ने ठाउँमा राख्नुहोस्।
६. सबै आवश्यकताहरूको बारेमा छलफल गरिसकेपछि, नक्सामा भएका ती ठाउँहरूमा मैनवत्ती राखेर बाल्नुहोस् र एक-एक गरी ती ठाउँहरूको लागि प्रार्थना गर्नुहोस्।

### हाम्रो समुदायको इतिहास

समुदायमा हाल यति विकास हुनुमा विगतका के -कस्ता घटनाहरूको योगदान रहेछ, भनी छलफल गर्ने गतिविधि हो यो । यी घटनाहरूमा सामाजिक, राजनैतिक र प्राकृतिक घटनाक्रम समावेश भएको हुनुपर्छ । यस्ता खाले घटनाको विश्लेषणद्वारा विगतका परिवर्तनहरू पत्ता लगाउन सकिन्छ । साथै समाजमा भएका ऐतिहासिक सकारात्मक साथै नकारात्मक परिवर्तन पनि थाहा गर्न सकिन्छ ।

### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. मुख्य घटनाहरूको सूची तयार गर्न कुनचाहिँ समय बिन्दुबाट सुरु गर्ने भनी समूहमा सहमत हुनुहोस् ।
२. समुदायका लागि महत्वपूर्ण र प्रमुख ऐतिहासिक घटनाहरूलाई सूचीबद्ध गर्न कालोपाटी वा कागजको पाना प्रयोग गर्नुहोस् ।
३. सूची बनाइसकेपछि समुदायका लागि यसका फाइदा र चुनौतिहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस् ।
४. यी घटनाहरूले समुदायमा कसरी सकारात्मक वा नकारात्मक परिवर्तनहरू आए, छलफल गर्नुहोस् ।
५. छलफलमा आएका मुख्य बुँदाहरूलाई सारांशमा लेख्नुहोस् र कुनचाहिँ कुराले भविष्य असल बनाउन सक्छ, र समुदायलाई बल प्रदान गर्छ, छलफल गर्नुहोस् ।

### सुझावहरू

१. समूह ठूलो छ भने त्यसलाई चार पाँच जनाको उपसमूहमा विभाजन गर्नुहोस् । तिनीहरूले पछि आएर ठूलो समूहमा महत्वपूर्ण विषयहरू पृष्ठपोषण र छलफल गर्न सक्छन् ।
२. समूहलाई उमेर र लैङ्गिक आधारमा छुट्टयाउन सकिन्छ ।
३. सूचना र जानकारीहरू टिपेर राख्नका लागि ठूला-ठूला कागजका पानाहरू अथवा कालोपाटी पनि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ ।
४. मुख्य सकारात्मक घटनाहरू (जस्तै विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी, सार्वजनिक भवन र पुल निर्माण वा समुदायमा भएका मेलमिलाप) सम्झी उत्सव मनाउनुहोस् र यसमा योगदान दिने महानुभावहरूप्रति धन्यवाद ज्ञापन गर्नुहोस् ।
५. समुदायलाई खराब समयहरू पहिचान गर्न सहायता गर्नुहोस् (जस्तै स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्या, खाने पानी समस्या र प्राकृतिक विपत्ती इत्यादि ।)
६. हालसालै समुदाय वा देशमा भएका घटनाहरूको अनुसन्धान गर्नुहोस् ताकि त्यसलाई सान्दर्भिक घटनाको रूपमा राख्न सकियोस् । उदाहरणका लागि: के एच.आइ.भी. देशका लागि ठूलो समस्या हो ? के कुनै-कुनै प्रजातिका वनस्पति वा जनावरहरू यस क्षेत्रबाट लोप हुँदैछन् ?

## भाग २: समुदायको वर्णन

### समुदायको ऐतिहासिक मानचित्र

इतिहासको कुनै कालखण्डमा त्यो ठाउँमा कस्तो परिस्थिति थियो भनी समुदाय आफैले तस्वीर कोर्छ। त्यति बेलादेखि अहिलेसम्म भएका परिवर्तनहरूको बारेमा छलफल गर्न सहजकर्ताले समुदायलाई उत्साह दिन्छन्। हालको नक्सासँग (पेज ७१ मा कोरिएको) पुरानो नक्सा दाँजेर छलफल गर्दा एकदमै राम्रो हुन्छ।

### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. इतिहासको कुन काल खण्डदेखिको घटनालाई व्याख्या गर्न चाहेको हो, त्यो समूहले नै निर्णय गर्छ। (त्यो समय १० देखि २० वर्ष अगाडिको हुनसक्छ।)
२. ऐतिहासिक विशेष कालखण्ड चर्चा गर्दै नक्सा तयार पार्न मानिसहरू छान्नुहोस् र त्यति बेलाको काल खण्डलाई प्रतिबिम्बित गर्ने प्रमुख शब्दहरू लेख्नुहोस्।
३. सामाजिक र आर्थिक पक्षमा हालको समुदाय कस्तो छ, सो समुदायले नै व्याख्या गरोस्।
४. यी दुई मानचित्रहरू समूहलाई दिनुहोस् र यसमा पाइएका मुख्य भिन्नताहरूको बारेमा छलफल गर्नुहोस्। त्यसपछि तल दिइएका प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस्।
- क. स्वास्थ्य, आम्दानी, भवन निर्माण, कृषि, र सम्बन्ध निर्माणका क्षेत्रमा के कस्ता महत्वपूर्ण परिवर्तनहरू भएका छन्।
- ख. यी परिवर्तनहरूले असल वा खराब के परिणाम ल्याए ?
- ग. भविष्यका लागि हामीले निर्माण गर्न सक्ने असल कुराहरू के-के हुन् ?

### सुझावहरू:

१. विगतका तस्वीरहरू तयार गर्दा बुढापाकाहरूलाई उनीहरूका कथा र सम्झनाहरू भन्ने प्रशस्त समय दिनुपर्छ।
२. विगत र वर्तमानका तस्वीरहरू तयार गर्न समूहलाई उमेर र लिङ्गका आधारमा छुट्टयाउनु राम्रो हुन्छ।
३. यी तस्वीरहरूलाई पछिका बैठकहरूमा प्रयोग गर्न सुरक्षित ठाउँमा राख्नु पर्छ।





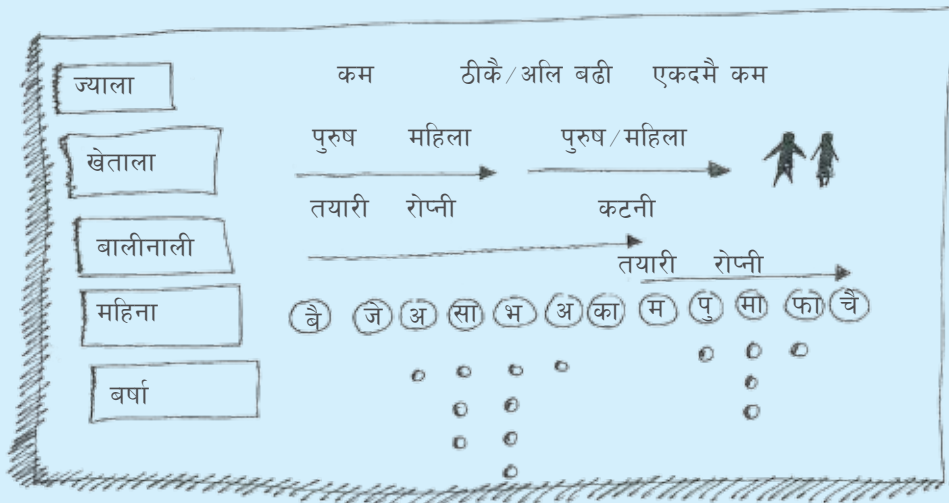
### मौसमी पात्रोहरु

वर्षभरिको फरक-फरक मौसमी अवस्था र बालीनालीको समयका बारेमा लगत राख्न मौसमी पात्रोहरु निकै उपयोगी हुन्छन् । कुन मौसममा बाली रोप्ने तथा कटनीको लागि खेतालाहरुको माग बढी हुन्छ वा कुन मौसममा कस्ताखाले रोगहरु लाग्न सक्छ त्यसको जानकारी हासिल गर्न यस्ता पात्रोहरु उपयोगी हुन्छन् ।



### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. मौसमी पात्रोका लागि ठूला-ठूला कागजका पानाहरु अथवा खुला चउर प्रयोग गर्नुहोस् ।
२. मौसम र कृषिजन्य क्रियाकलापका विभिन्न पक्षहरु व्याख्या गर्न स-साना ढुङ्गाहरु, सिन्काहरु र पातहरु जम्मा गर्नुहोस् । त्यपछि कागजमा वा चउरमा १२ महिनाको नाम कोर्नुहोस् ।
३. वर्षाको आधारमा महिनालाई चिन्ह लगाउन ढुङ्गाहरु वा मार्करको प्रयोग गर्नुहोस् । उदाहरणका लागि एकदमै भारी वर्षा हुने महिनाको लागि पाँचवटा ढुङ्गाहरु र कम वर्षा हुने महिनाको लागि एउटा ढुङ्गा राखेर चिन्ह लगाउनुहोस् ।

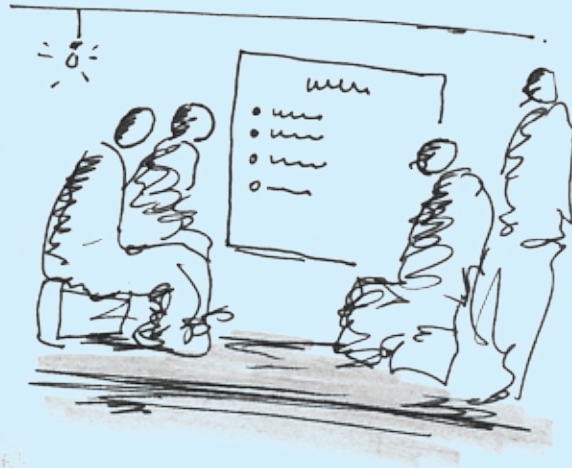


भाग २: समुदायको वर्णन

४. तलका बुँदामा छलफल गर्न समुदायलाई स-साना समूहमा विभाजन गर्नुहोस् :
- क. कुन महिनामा कडा परिश्रम गर्नुपर्छ, के महिला र पुरुषहरूले गर्ने काम विभाजन भएको छ ?
  - ख. कुन महिनामा मानिसहरू रोगको शिकार हुन्छन् ?
  - ग. कुन कुन महिनामा बाली लगाइन्छ, गोडमेल गरिन्छ र कटनी गरिन्छ ?
  - घ. कुन महिनामा खाने कुराको मुल्य बढ्छ ?

१० वा २० वर्षयता भएका परिवर्तनको विषयमा समूहलाई विचार गर्न लगाउनुहोस् । यी परिवर्तनहरू कसरी भए र भविष्यमा यिनले कति निरन्तरता पाउँछन्, छलफल गर्नुहोस् ।

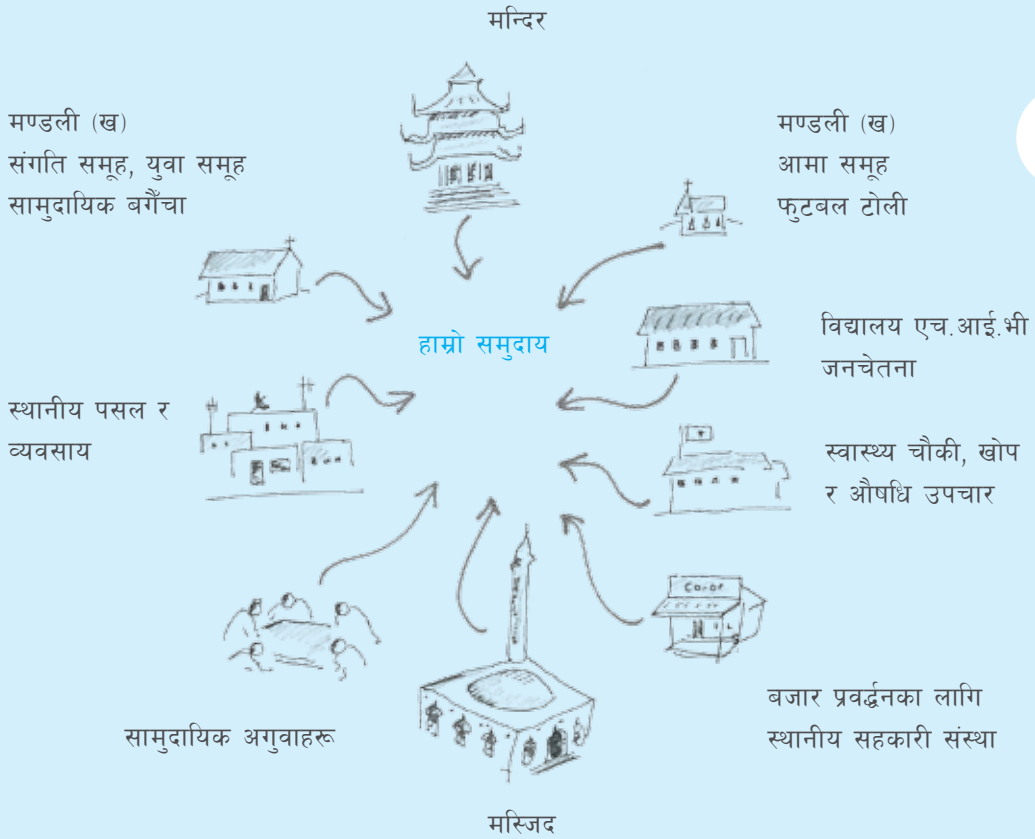
५. सबै समूहबाट आएका सूचना तथा जानकारीहरू एकै ठाउँमा राखी तल दिइएका प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस् ।
- क. कुन महिनामा पारिवारिक परिश्रमको आवश्यकता पर्छ ?
  - ख. कुन-कुन महिनामा अनाजको सुरक्षा गर्न कठिन र चुनौतिपूर्ण हुन्छ ?
  - ग. यस्ता चुनौतिहरूको के गरी सामना गर्न सकिन्छ ?
  - घ. अनाजको संचय कम भएमा समुदायले के गर्छ ?
  - ड. घर-घरमा अनाज भण्डार गर्न मण्डलीले के भूमिका खेल्न सक्छ ?



हाम्रो समुदायमा कसले के गर्छ ?

समुदायमा हाल कसले के गरिरहेको छ सो पत्ता लगाउन यो विधि उपयोग गरिन्छ । यसले हामीलाई दुई प्रकारले सहायता गर्छ ।

- ◆ हाम्रो परियोजना अझ राम्रो बनाउन के-कस्ता स्रोतहरू उपलब्ध छन् सो हेर्न ।
- ◆ कुनै काम अनावश्यक दोहोर्‍याउनबाट बचाउँछ। समुदायहरूले आ-आफ्नै प्रकारले एउटै गाउँमा फरक फरक स्वास्थ्य चौकी स्थापना गर्छन् जो समुदायको लागि बेकारमा ठूलो खर्च हुन सक्छ, र सबैजना एकदमै अन्यौलमा हुन सक्छन् ।



भाग २: समुदायको वर्णन

अघिल्लो पृष्ठमा देखाइएभैं तपाईंको समुदायमा प्रतिनिधित्व जनाउने विभिन्न संघसंस्था तथा समूहहरूको सूची बनाउनुहोस् । तल दिइएको तालिका भर्नुहोस् ।

प्रत्येक संघसंस्थाले समुदायलाई कस्तो सेवा प्रदान गरेको छ, छलफल गर्नुहोस् ।

नयाँ सामुदायिक परियोजनाअन्तर्गत कुनचाहिँ संस्थासित मण्डली र समुदाय सँगसँगै काम गर्न सक्छन्, छलफल गर्नुहोस् ।

संस्था तथा समूहहरू	तिनीहरूले गर्ने काम ?	तिनीहरूसँग हामी कसरी मिलेर काम गर्न सक्छौं ?

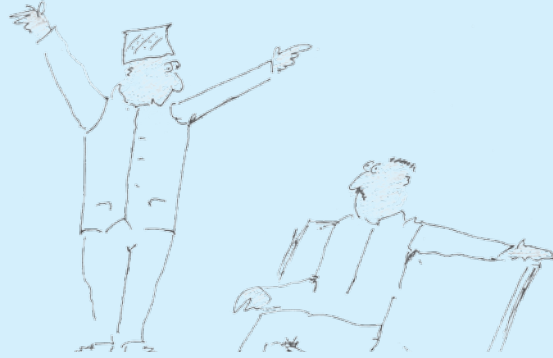
यसबाट आउने निष्कर्षहरू:

- ◆ समुदायमा हाल सञ्चालनमा रहेका संस्थाहरू र तिनीहरूले खेलेको भूमिकाहरूको सूची
- ◆ समुदाय र संस्थाहरूबीचको सम्बन्ध तथा तिनीहरूको सबल र कमजोर पक्षको अन्वेषण
- ◆ संस्थाले सामुदायिक विकासको निम्ति खेलेको भूमिकाको कदर ।

## नाटक

सामाजिक घटनाहरु झल्काउने किसिमको नाटक गर्न मानिसहरुलाई भन्नुहोस् ।

उदाहरणका लागि: तरकारी बेच्ने गाउँले महिलालाई शहरको थोक विक्रेताले उचित मूल्य नदिएको अभिनय गर्न सकिन्छ ।



तलका दिइएका प्रश्नहरुका आधारमा नाटकलाई प्रष्ट पार्नुहोस्:

१. नाटकमा तपाईंले के देख्नु र सुन्नुभयो ? के यस नाटकले समुदायको वास्तविक विषयवस्तुलाई समेटेको छ ?
२. नाटकमा देखाइएको कुनचाहिँ कुरामा तपाईंको समुदाय गौरव गर्छ ? किन ?
३. नाटकमा देखाइएको समुदायको कुन कुराले तपाईंलाई निराश तुल्यायो ? किन ?
४. नाटकमा उठाइएको विषयवस्तु पहिचान गर्नुहोस् । यी विषयवस्तुहरु तपाईंको लागि किन महत्वपूर्ण छन् ?
५. भविष्यमा कसरी परिवर्तन ल्याउन सकिन्छ भन्ने प्रकारको अभिनय गर्न पुनः ती पात्रहरुलाई अनुरोध गर्नुहोस् ।



## आत्मवृत्तान्त

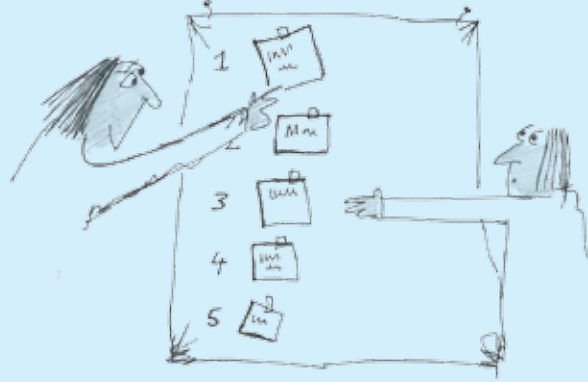
समुदायमा भएका फरक खाले व्यक्तिको अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । ती मानिसहरुको विषयवस्तु कस्ता कस्ता छन् र हरेकका सकारात्मक र नकारात्मक कुरा के हुन् अनि समुदायसँग कस्तो सम्बन्ध छ भनी विचार गर्न लगाउनुहोस् । यसरी विचार गरेका कुराहरुलाई आत्मवृत्तान्त गरी अभिनय गर्न लगाउनुहोस् । आत्मवृत्तान्त एक प्रकारको अभिनय हो । यसमा कुनै एक व्यक्तिले विशेष भूमिका निभाउँदै समूहको अधि अभिनय गर्छ ।

आत्मवृत्तान्तपछि नाटकमा जस्तै प्रश्नहरु सोध्न सकिन्छ ।

## भाग २: समुदायको वर्णन

## वरीयता मिलाउने

विविध कारणहरूले गर्दा समुदायमा आवश्यकताहरूको सृजना हुन्छ, जसको आ-आफ्नै गहन महत्त्व हुन्छ। ती कारणहरू के-के हुन् विचार गर्दै कुनचाहिँ विशेष तथा महत्त्वपूर्ण छ पत्ता लगाउनुपर्छ। यसले गर्दा कम प्रभाव भएका कुराहरूमा समय र परिश्रम खेर जानदेखि रोक्नेछ।



## क्रमबद्ध निर्देशिका:

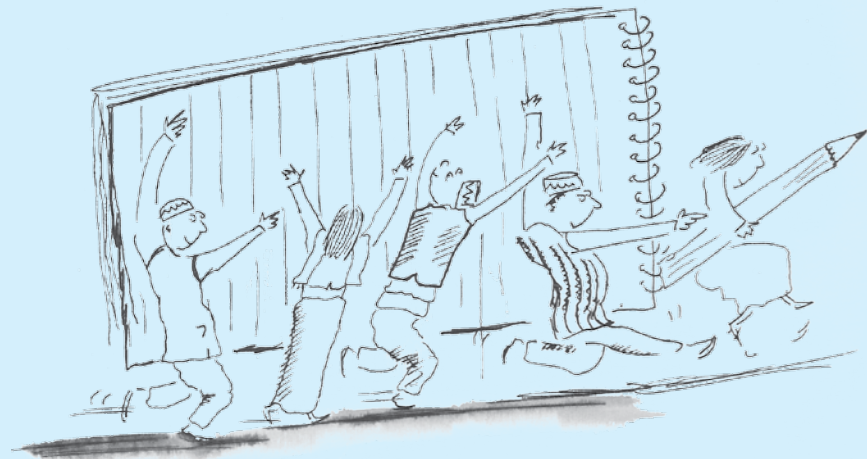
१. विषयवस्तु पत्ता लगाइसकेपछि, कुन कारणले यो बाहिर आयो, समूहमा व्यापक छलफल र बहस गर्नुहोस्।
२. यी कारणहरूलाई विभिन्न कागजका पानाहरूमा लेख्नुहोस्।
३. महत्त्वको आधारमा ती कागजका पानाहरूलाई वरीयता मिलाएर ठूलो कागजमा लेखी भित्तामा टाँस्न लगाउनुहोस्। उनीहरूले मिलाएका क्रममा छलफल गर्न समूहलाई धेरै समय प्रदान गर्नुहोस्।
४. यसले समूहमा उठेका सवालहरूमा गहन दृष्टि प्रदान गर्छ। यसको बारेमा अझ गहन जानकारी चाहिएमा मिलाएको क्रम सबै समूहका लागि मान्य छ, छैन, सोध्नुहोस्।
५. कुनचाहिँ कुराले समुदायमा बढी सकारात्मक प्रभाव पार्न सक्छ, त्यहीअनुसार वरीयता मिलाएर यस अभ्यासलाई अझ अगाडि बढाउन सक्नुहुन्छ। यसरी अरु विषयवस्तुहरूसँग दाँज्दा समूहलाई उनीहरूको सोचाइमा वास्तविक हुन उत्साह मिल्छ, र समुदायको आवश्यकता पूरा गर्न नयाँ उपायहरू आउन सक्छ।

**मुख्य बुँदा:** यो अभ्यास वास्तवमै प्रयोगात्मक छ। यसलाई परियोजनाको विभिन्न कदमहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ, समुदायको आवश्यकता पहिचान र परियोजनाको अन्तमा गरिने मूल्याङ्कन गर्न यो अभ्यास उपयोगी हुन्छ।

### कदम ३: सूचना सङ्कलक टोली (सूसटो) गठन गर्ने

यस प्रक्रियाको अर्को महत्त्वपूर्ण भाग भनेको समुदायबाट सूचना सङ्कलन गर्नु हो। यसले समुदायको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न सहायता गर्छ। तर यसो गर्नका लागि एउटा सूचना सङ्कलक टोली (सूसटो) गठन गर्नुपर्छ। यसो गर्नुभन्दा पहिले सूचना किन सङ्कलन गर्ने, कसको हितका लागि, कसले र कसरी सङ्कलन गर्ने अनि सङ्कलन गरिसकेपछि, यसको प्रयोग कसरी गर्ने भनी विस्तृत जानकारीहरू हासिल गर्नुपर्छ। टोली गठन गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ:

१. टोलीका सदस्यहरू समुदायद्वारा विश्वास गरिएका अनि आफ्ना कुरा राख्न सक्ने हुनुपर्छ।
२. समूहको आकार त्यहाँको क्षेत्रफलमा निर्भर हुन्छ।
३. सङ्कलन गरेको सूचनाहरूलाई राम्रोसँग लेख्न र लगत राख्न जान्ने हुनुपर्छ।
४. सूसटोमा महिला, युवा र अरु सिमान्तकृत वर्गको उल्लेख्य प्रतिनिधित्व हुनुपर्छ।
५. टोली गठन भइसकेपछि मानिसहरूसँग अन्तरवार्ता लिने र सूचनाहरूको लगत राख्ने बारे तालिम दिनुहोस्। स्पष्ट सिकाउन स-सानो भूमिकाहरू दिएर अभ्यास गर्न लगाउनुहोस्।
६. अन्तर्वार्ता लिँदा व्यक्तिगत प्रश्नहरू सोध्नु पर्ने हुन सक्छ। त्यसैले सूसटोका सदस्यहरू अति संवेदनशील हुनुपर्छ। (हेर्नुहोस् पृष्ठ सङ्ख्या ८२: सूचना सङ्कलकमा हुनुपर्ने महत्त्वपूर्ण मनोवृत्ति) सिमान्तकृत वर्गहरूको कुराकानी पनि सुन्नुहोस् ताकि उनीहरूलाई आफ्ना कुराहरू सुनिँदछ भन्ने लागोस्।
७. सूचना सङ्कलन समुदायको हितकै लागि हो, बाहिरका लागि होइन भनी बारम्बार याद दिलाइ राख्नुपर्छ। यसले उनीहरूलाई आफ्नो भविष्यको निर्णय लिनका लागि सशक्त बनाउँछ।



## भाग ३: सूचना सङ्कलन

### भाग ३ को उद्देश्य

आफ्नो समुदायका आवश्यकता र स्रोतहरूको बारेमा पक्का जानकारी हासिल गर्न सूचना सङ्कलन गरी सो आवश्यकता र स्रोतसम्बन्धी बुद्धिमत्तापूर्ण निर्णय लिन समुदायलाई सहजकार्य गर्ने

### मुख्य बुँदाहरू

१. वाइवल अध्ययनलाई हेरेर सूचना सङ्कलन गर्ने मनोवृत्ति भएकाहरूलाई तयार गर्ने ।
२. सूचना सङ्कलन गर्ने विधि र सामग्रीहरूको छनौट गरेर सङ्कलन गरिएका सूचनाहरूलाई समुदायमा ठीक प्रकारले प्रस्तुत गर्ने ।
३. तालिकामा सङ्कलित भएका सूचनाहरू हेरी बढी उपयुक्त हुने सूचनाहरूको प्रयोग गर्नुहोस् ।





## कदम १: सूचना सङ्कलन गर्ने मनोवृत्तिको अन्वेषण

बाइबल अध्ययन: इनारमा पानी भर्न आएकी स्त्री



यूहन्ना ४:१-२६ पढ्नुहोस्



१. यस कथामा के हुन्छ ?
२. येशू र सामरी स्त्रीको बीचमा त्यस्तो के भिन्नता थियो जसले उहाँहरूबीचको वार्तालापलाई कठिन बनायो ?
३. उनीसँगको कुराकानीमा येशूले कस्तो व्यवहार गर्नुभयो ? उहाँको त्यस व्यवहारले ती स्त्रीलाई उहाँसँग कुराकानी गर्न उत्साही कि निरुत्साही बनायो ?
४. येशूलाई तिनीसँग कुराकानी गरिरहेको भेट्टाउँदा चेलाहरूको प्रतिक्रिया कस्तो आयो ?
५. ती स्त्रीप्रति येशूको दयालु स्वभाव र व्यवहारले हामीलाई अचम्भित तुल्याउँछ, कि लज्जित ?
६. जोसँग बातचित गर्दा इज्जतको सवाल उठ्छ, के हामी त्यस्ताहरूसँग कुराकानी गर्न इन्कार गर्छौं ? येशूले त्यस्ता मानिसहरूसँग कस्तो व्यवहार गर्नुभयो ?
७. सूचना सङ्कलन गर्ने सन्दर्भमा बाइबल अध्ययनको यस खण्डबाट कोसँग बातचित गर्ने र कसको कुरा सुन्ने भन्ने बारेमा शिक्षा पाउँछौं ?

मुख्य बुँदा: सांस्कृतिक, लैङ्गिक र धार्मिक भिन्नता हुँदाहुँदै पनि येशूले ती स्त्रीसँग कुराकानी गर्न र उनका सवालहरूको उत्तर दिन समय दिनुभयो ।

### भाग ३: सूचना सङ्कलन

सूचना सङ्कलनका लागि महत्वपूर्ण मनोवृत्तिहरू

सूचना सङ्कलन गर्दा मानिसहरूलाई आदर र मान गर्नुपर्छ। जब हामी यसो गर्छौं तब सङ्कलित सूचनाहरू बढी यथार्थपरक हुन्छन्। सही मनोवृत्ति साथ सूचना सङ्कलन गर्नाले सम्बन्ध निर्माणमा पनि सहायता पुग्दछ।

समुदायमा सूचनाहरू सङ्कलन गर्दा अपनाउनु पर्ने महत्वपूर्ण मनोवृत्तिहरू तल दिइएको छ। यी मनोवृत्तिहरूको बारेमा छलफल गरी कसरी यिनलाई देखाउन सकिन्छ, आपसमा छलफल गर्नु राम्रो हुन्छ।

नम्रता- अन्तर्वार्ता लिइने व्यक्तिसँग हामीमा भन्दा बढी ज्ञान, सीप र अनुभव तथा विषयवस्तु बारे जानकारी हुनसक्छ।



सुन्ने मनोवृत्ति- खुल्ला प्रश्नहरूको सदुपयोग गर्दै मानिसहरूले भन्न चाहेको कुरा सुन्न समय दिने र उनीहरूले भनेको कुरा पक्का गरी बुझेको छु भनी जाँच्ने।



समावेशी- जाति, वर्ग, अशक्त, लिङ्ग र उमेरका आधारमा विना भेदभाव सबैका कुरा सुन्ने।

गोपनीयता- मानिसहरूको व्यक्तिगत विषयलाई सम्मान गर्ने र उनीहरूका कुरा सार्वजनिक नगर्ने।

सृजनशीलता- कसैलाई दिक्क नलाग्ने, डर नलाग्ने तथा रमाइलो हुने प्रकारले सूचना सङ्कलन गर्ने।

समुदायको हितको चाहना-अन्य फाइदाका लागि सूचनाहरूको दुरुपयोग नगर्ने र मतलबी नहुने।

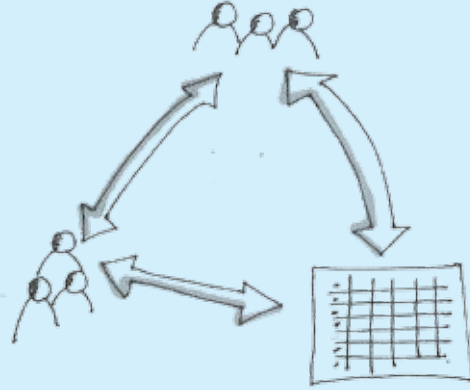


## कदम २: सूचना सङ्कलनका विधिहरू

“असल उत्तरहरू चाहनुहुन्छ भने असल प्रश्नहरू सोध्नुहोस् ।” -अज्ञात

सूचना सङ्कलन गर्दा आफूले सोध्ने प्रश्नहरूबारे आफै स्पष्ट हुनुपर्छ । यसको लागि सूचना सङ्कलन टोलीसँग प्रशस्त समय विताएर सोधिने प्रश्नहरूको बारेमा विचार गर्नु पर्छ । सूचना सङ्कलन गर्दा विविध तरिकाहरू अवलम्बन गर्नु राम्रो हुन्छ । तीन विभिन्न स्रोतबाट सूचना वा जानकारी हासिल गर्न सकिन्छ । ती विधिहरू यसप्रकार छन्:

सामुदायिक प्रतिनिधिहरू: सामुहिक छलफल,  
प्रश्नोत्तर, नक्साङ्कन र समय रेखाको प्रयोग ।



स्थानीय पदाधिकारीहरू: स्वास्थ्यकर्मीहरू,  
स्थानीय प्रशासक र प्रहरी, अन्तरवार्ताद्वारा यी  
स्रोतबाट जानकारी हासिल गर्ने ।

तथ्याङ्क: स्वास्थ्य, शिक्षा, जीवनस्तरको बारेमा  
जानकारीहरू । यी कुराहरू स्थानीय प्रशासन र  
यसै पुस्तकका तालिकाबाट हासिल गर्न  
सकिन्छ ।

सामुदायिक दर्शन र आवश्यकतालाई तय गर्न माथिका स्रोतहरूबाट सूचना सङ्कलन गर्ने । सूचना संकलनमा धेरै प्रकारका विधि र सामग्रीहरू प्रयोग गर्नु नै पर्छ, भन्ने छैन तर सबैले बुझ्ने किसिमको तरिका प्रयोग गर्न सकिन्छ । सूचना सङ्कलन टोलीले यस कामको लागि धेरै अभ्यास गर्नुपर्छ ।

### भाग ३: सूचना सङ्कलन

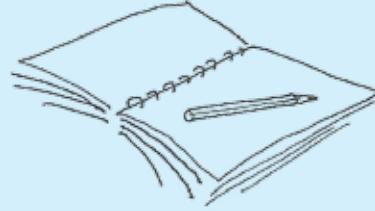
#### सीपहरुको प्रस्तुतीकरण र लगत

##### परिचय

सूचनाहरुको लगत कसरी राखिएको छ, र सामुदायिक बैठक र परियोजनाको विकासका लागि यसलाई कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भनी विचार गर्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यी जानकारीहरु परियोजनाको अन्तसम्मै महत्त्वपूर्ण हुन्छन्। यसमा कुनै परिवर्तन भयो कि भएन भनेर समुदायले पनि हेर्न सक्छ।

##### नोट कापीहरु

सम्बन्धित तथ्याङ्कहरुको बारेमा मानिसहरुले भनेको कुरा लेखिराख्नु राम्रो हुन्छ। टिपोट लेखेले अरुले पनि बुझ्न गरी स्पष्ट लेख्नुपर्छ।



##### नक्साहरु

सूचना सङ्कलन टोलीले लगत नक्साङ्कन गरी राखेमा असल हुन्छ किनभने यसरी लगत राखिएको सूचनाहरु धेरै मानिसहरुले स्पष्टसँग बुझ्न सक्छन्।



##### पोस्टरहरु

तथ्याङ्कलाई ठूला-ठूला पोस्टरहरुमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ, यसमा विद्यालयमा उपस्थित हुने सङ्ख्या, विद्यालय छोड्ने उमेर, विद्यालय जाने केटाहरु र केटीहरुबीचको अनुपात र गाईवस्तुको सङ्ख्या प्रस्तुत गर्न सकिन्छ।

##### नाटक, गीत र कविता वाचन

पत्ता लगाइएका सामग्री र तथ्यहरुलाई नाटक, गीत र कविताद्वारा सृजनशील तरिकाले रमाइलो गर्दै सारांशमा प्रस्तुत गर्न सकिन्छ। कतिपय समुदायले स्थानीय भनाई र उपदेशहरु पनि प्रस्तुत गर्न सक्छन्, जसले संकलित सूचनाहरुको महत्त्वलाई जोड दिन्छ।



## लक्षित समूहहरू

### उद्देश्य:

सानो समूहमा सूचना सङ्कलन गर्नुको महत्त्व बुझ्न सहभागीहरूलाई सहायता गर्ने र यसका लागि साधारण तरिकाहरू उपलब्ध गराउने



### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. कुनै विषयको बारेमा सूचना सङ्कलन गर्नु पहिले तपाईंले सोध्न चाहेको मुख्य प्रश्नहरूको बारेमा सहमत हुने ।
२. बैठकको सुरुमा नै यसको उद्देश्य र महत्त्व व्याख्या गर्ने ।
३. २-३ जनाको स-सानो समूह बनाई विषयवस्तुको बारेमा विचार विमर्श गर्न लगाउने ताकि सुरुवातदेखि नै सबैजना सहभागी हुन सकून् ।
४. छलफलबाट आएका प्रतिक्रियाहरूलाई विभिन्न तरिकाले व्यवस्थित गर्ने । जस्तै: कागजका ठुला पानाहरूमा लेख्ने, व्यक्तिगत प्रतिक्रिया छुट्टै कागजमा लेख्ने ।
५. छलफलमा विषयवस्तुको प्राथमिकताको आधारमा समूहलाई वर्गीकरण गर्न लगाउने । त्यसलाई फ्लिप चार्टमा सूचीबद्ध गर्ने वा व्यक्तिगत कार्डहरूलाई एउटै विषयमा समावेश गर्ने ।
६. छलफलबाट आएका विषयवस्तुहरूलाई वर्गीकरण गरिसकेपछि तिनको गहिराइसम्म पुग्न अझ धेरै प्रश्नहरू सोध्ने ।

छलफल सुरुवातका लागि निम्न प्रश्नहरू सोध्नु राम्रो हुन्छ:

- ◆ यस समुदायका प्रमुख चुनौतिहरू के-के हुन् ?
- ◆ यस समुदायको विकास गर्न रोक्ने बाधा अड्चनहरू के-के हुन् ?
- ◆ समुदायको सुधारका लागि उपलब्ध अवसरहरू के-के छन् ?
- ◆ यस समुदायलाई सहायता गर्न तपाईं के गर्न चाहनुहुन्छ ?
- ◆ यस समुदायको सुधार गर्नका लागि तपाईंलाई कुन कुराले प्रेरणा दिन्छ ?

प्राप्त उत्तरहरूलाई प्राथमिकताको आधारमा वर्गीकरण र सूचीकरण गर्न तलका प्रश्नहरू उपयुक्त हुन्छन्:

- ◆ हामीले सम्बोधन गर्नुपर्ने मुख्य तीन विषयवस्तुहरू के-के हुन सक्छन् ?
- ◆ हामीसँग कस्ता कस्ता चुनौति र समस्याहरूको सम्बोधन गर्ने क्षमता छ ?
- ◆ हामीलाई अभिरुचि र उत्साह भएका मुख्य तीन क्षेत्रहरू कुन-कुन हुन् ?
- ◆ यी चुनौतिहरूमध्ये कुन चाहिँलाई शीर्षकअनुसार राख्न सकिन्छ ?
- ◆ यी चुनौतिहरूमध्ये कुनचाहिँ युवाहरूको लागि र कुन चाहिँ अभिभावकहरूको लागि विशेष होला ?

### भाग ३: सूचना सङ्कलन

#### कदम ३: सूचना सङ्कलनका लागि तालिका र प्रश्नहरू



#### परिचय:

तल दिइएका तालिकाहरूले समुदायको बारेमा सङ्कलित सूचनाहरू जम्मा गर्न सूसटोलाई सहायता गर्दछ। धेरैजसो सूचनाहरू विद्यालय, स्वास्थ्य चौकी र सामुदायिक अगुवाहरूबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ भने अतिरिक्त जानकारीहरू क्षेत्रीय सरकारी केन्द्रहरूको स्वास्थ्य, जनसङ्ख्या तथा शैक्षिक तथ्याङ्कबाट हासिल गर्नु उपयोगी हुन्छ। सङ्कलित सूचनाहरू विश्लेषण गरिसकेपछि कागजका ठूला पानाहरूलाई सामुदायिक भवन वा मण्डलीका भित्ताहरूमा टास्नु राम्रो हुन्छ। सङ्कलन गरिएका सूचनाहरू विश्लेषण गर्न र छलफल गर्नका लागि सहजकर्ताले सामुदायिक प्रतिनिधिहरू र स्थानीय संयोजन समूहसँग समय बिताउनुपर्छ।

तालिका १: जनसङ्ख्या

उमेर	समुदाय		जम्मा
	पुरुष	महिला	
०-५			
६-१५			
१६-२१			
२२-४९			
५५-६५			
६६ भन्दा माथि			
जम्मा			

	पुरुष	महिला	जम्मा
विधुर / विधवाहरू			
एकल अभिभावक			
अपाङ्ग			
अनाथ			

तालिका २: घरपरिवारहरू

	जम्मा	घरपरिवारको औषत आकार
पुरुषप्रधान घर		
महिलाप्रधान घर		
जम्मा		

भाग ३: सूचना सङ्कलन

तालिका ३: सामाजिक समूहहरू



सामाजिक समूहको प्रकार	सदस्यहरूको सङ्ख्या	गतिविधि
युवा समूह		
महिलाहरूको समूह		
पुरुष समूह		
व्यक्तिगत (मिश्रित)		
सहकारीहरू		
कुलहरू		
कलबहरू (फुटबल इत्यादि)		
जम्मा		

तालिका ४: साभ्का रोगहरू

सम्भव भएसम्म स्थानीय स्वास्थ्य चौकीहरूमा गई स्वास्थ्यकर्मीहरूबाट रोगहरूका बारेमा सूचना सङ्कलन गर्नुहोस् । ती सूचनाहरूलाई उपलब्ध क्षेत्रीय तथ्याङ्कहरूसँग दाँजेर हेर्न सकिन्छ ।

रोग	मुख्य पीडित पक्षहरू—पुरुष, महिला, बालबालिका	गत छ महिनामा प्रभावित सङ्ख्या	समुदायमा परेको प्रभाव



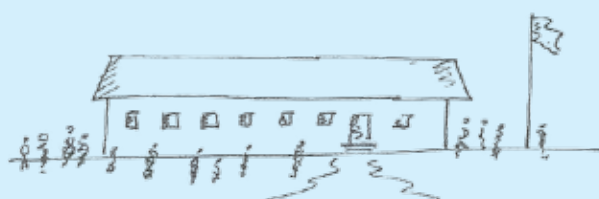


तालिका ५: स्वास्थ्य सुविधाहरु

सुविधा	सङ्ख्या	स्थान	दूरी	सञ्चालक
अस्पताल				
स्वास्थ्य केन्द्र				
औषधालय				
घुम्ती स्वास्थ्य केन्द्र				
निजी स्वास्थ्य केन्द्र				
ग्रामिण औषधी पसलहरु				
डाक्टरहरु				
नर्सहरु				
स्वास्थ्य केन्द्रका अधिकारीहरु				
सामुदायिक स्वास्थ्य स्वयंसेवकहरु				
तालिमप्राप्त सुडेनीहरु				
तालिम नभएका सुडेनीहरु				
दर्ता गरेका आर्युवेदिक वैद्यहरु				
दर्ता नभएका आर्युवेदिक वैद्यहरु				
परम्परागत निको पार्नेहरु				
धामीभाँक्रीहरु				

तालिका ६: शिक्षा

	केटाहरु	केटीहरु	जम्मा
विद्यालय जाने उमेरका बालबालिकाहरुको सङ्ख्या			
विद्यालय गइरहेका बालबालिकाहरु			
विद्यालय नगएका बालबालिकाहरु			
विद्यालय नगएका बालबालिकाहरुको प्रतिशत			
जम्मा			





तालिका १०: प्राथमिक विद्यालयमा भएका सुविधाहरू

स्तर	प्राथमिक विद्यालय १			प्राथमिक विद्यालय २			
	स्रोतहरू	जम्मा उपलब्ध	जम्मा आवश्यक	बाँकी	जम्मा उपलब्ध	जम्मा आवश्यक	बाँकी
बेन्चहरू							
टेबुलहरू							
कक्षाकोठाहरू							
कुर्सीहरू							
केटाहरूको शौचालय							
केटीहरूको शौचालय							
शिक्षकहरू							
शिक्षिकाहरू							
कर्मचारी कक्ष							
शिक्षक आवासहरू							

तालिका ११: स्थानीय प्राथमिक विद्यालयको कार्य प्रस्तुति

	पुरुष	महिला	जम्मा
प्राथमिक तह सकेकाहरूको सङ्ख्या			
माध्यमिक तह भर्नाका लागि योग्यहरूको सङ्ख्या			
माध्यमिक तह भर्ना भएकाहरूको सङ्ख्या			

समुदायमा कुनै माध्यमिक विद्यालय छ ? छ/छैन

छैन भने, माध्यमिक विद्यालय जान सक्नेहरू कहाँ जान्छन् ?

अ) बढी बालबालिकाहरूले विद्यालय जान छोड्ने उमेर:

आ) बालबालिकाहरूले विद्यालय छाड्ने कारणहरू:

केटाहरू: .....

केटीहरू: .....

भाग ३: सूचना सङ्कलन

तालिका १२: माध्यमिक विद्यालयमा भएका सुविधाहरू

स्तर → स्रोतहरू ↓	माध्यमिक विद्यालय १			माध्यमिक विद्यालय २		
	जम्मा उपलब्ध	जम्मा आवश्यक	बाँकी	जम्मा उपलब्ध	जम्मा आवश्यक	बाँकी
बेन्चहरू						
टेबुलहरू						
कक्षाकोठाहरू						
कुर्सीहरू						
केटाहरूको शौचालय						
केटीहरूको शौचालय						
शिक्षकहरू						
शिक्षिकाहरू						
कर्मचारी कक्ष						
शिक्षक आवासहरू						

तालिका १३: यस समुदायमा लिङ्ग र कक्षाका आधारमा माध्यमिक विद्यालयमा भएका बालबालिकाहरूको सङ्ख्या

कक्षा	६	७	८	९	१०	जम्मा	माध्यमिक तहमा हुनुपर्ने विद्यार्थीहरू जो विद्यालय आउदैनन्
लिङ्ग							
पुरुष							
महिला							
जम्मा							

बालबालिकाहरू माध्यमिक विद्यालयमा भर्ना नहुनुको कारण

-----,-----,-----

माध्यमिक विद्यालय छाड्नुको कारण

केटाहरू: -----,-----,-----

केटीहरू: -----,-----,-----

तालिका १४: यस समुदायमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको शैक्षिक स्तर

	पुरुष	महिला	जम्मा
माध्यमिक तह पूरा गरेको			
प्राविधिक विद्यालय पूरा गरेको			
विश्वविद्यालयको पढाई पूरा गरेको			
हाल प्राविधिक विद्यालयमा अध्ययनरत			
हाल विश्वविद्यालयमा अध्ययनरत			



तालिका १५: वस्तुभाउको सङ्ख्या र तिनको प्रयोग

प्रकार	सङ्ख्या	प्रयोग					
		नगद	मासु	दाइजो	कर्मकाण्ड	औषधी	यातायात
स्थानीय चौपाया							
उन्नत प्रजाति							
स्थानीय भेडा							
उन्नत प्रजाति							
स्थानीय बाख्रा							
उन्नत प्रजाति							
गधाहरु							
मौरीको घर							
कुखुरापालन							
अन्य							

तालिका १६: वस्तुभाउका लागि सुविधाहरु र सङ्ख्या

सुविधाको प्रकार	जम्मा	सुविधाको प्रकार	जम्मा
वस्तुभाउको खोजीनीति		कृषि तथा पशु औषधालय	
वस्तुभाउ व्यापार		कृत्रिम बीजारोपण सेवाहरु	
कृषि कर्मचारी		बीउ भण्डारण	
पशुसेवा केन्द्र कर्मचारी		अनुसन्धान केन्द्र	

भाग ३: सूचना सङ्कलन

तालिका १७: बाली उत्पादनका प्रकार र तिनको प्रयोग

प्रयोग प्रकार	खाना	नगद	अन्य प्रयोग		

तालिका १८: प्रत्येक परिवारको औसत फसल

बालीको प्रकार	प्रत्येक परिवारको औसत खेतीयोग्य जमिन	प्रत्येक परिवारको प्रत्येक यामको औसत फसल

अ) कुन महिनामा परिवारको लागि प्रशस्त खानेकुरा हुन्छ ?

आ) परिवारमा खानाको अभाव कुन-कुन महिनाहरूमा हुनुहुन्छ ?

इ) समुदायले खानाको अभावको सामना कसरी गर्छ ?

यस्ता तथ्यहरू मौसमी पात्रो प्रयोग गरेर थाहा पाउन सकिन्छ । (विस्तृत जानकारीका लागि पृष्ठ सङ्ख्या ७२ हेर्नुहोस्)

तालिका १९: सरसफाइसम्बन्धी सुविधाहरू

सुविधाहरू	परिवार सङ्ख्या		जम्मा
	सुविधा भएको	सुविधाविहिन	
खाडल चर्पीहरू			
भाडाँकुँडा राख्ने दराज			
खानेपानी उमाल्ने मेसिन तथा औजार			
फोहर फाल्ने खाडल			
आधुनिक घर			
कपडा सुकाउने डोरी			
नुहाउने कोठा			
करेसावारी			



तालिका २०: नगद आम्दानी

	नगद आम्दानीका लागि महिनामा काम गर्ने औसत घण्टा	
	पुरुष	महिला
वयस्क		
बालबालिका		

भाग ३: सूचना सङ्कलन

तालिका २१: सिलसिला र सारांश

समुदाय र अन्य श्रोतबाट सङ्कलन गरिएका सूचनाहरूलाई सारांशमा प्रस्तुत गर्न तलको तालिकाले सहयोग पुऱ्याउँछ ।

क्षेत्र	तथ्याङ्कबाट आएका मुख्य सिलसिला /विषयवस्तुहरू	सारांश
क) समुदायमा सङ्कलन गरिएका सूचनाहरू - सामुदायिक नक्साङ्कन सामग्री - समुदायको इतिहास सामग्री - हाम्रो समुदायको तस्वीर - मौसमी पात्रो - समस्याको रुख		
ख) जनसङ्ख्या - जनसङ्ख्या तथ्याङ्क - परिवारहरू - सामाजिक समूहहरू		
ग) स्वास्थ्य - साभ्का रोगहरू - स्वास्थ्य सेवाहरू		
घ) शिक्षा - साक्षरता - शैक्षिक सुविधाहरू - पूर्वप्राथमिक तह - प्राथमिक शिक्षा - माध्यमिक शिक्षा		
ङ) खाद्य सुरक्षा - वस्तुभाउ - वस्तुभाउ सेवा - खेतीपाती - सरसफाइ		
च) एच.आई.भी. र एड्स - खाद्य सुरक्षा तस्वीरहरू		



## भाग ४: सूचनाहरुको विश्लेषण

भाग ४ को उद्देश्य:

सङ्कलित सूचनाहरुको विश्लेषण गर्ने क्षमता प्रदान गर्न र आवश्यकता र स्रोतहरुको निष्कर्ष तय गर्न समुदायलाई सहायता गर्ने

### परिचय

सूचनाको विश्लेषणले समुदायले सम्बोधन गर्नुपर्ने मुख्य विषयवस्तु र आवश्यकताहरु पत्ता लगाउन मद्दत गर्छ। यस्ता कार्यले साभ्ना सवाल र विषय पत्ता लगाउन पनि सहायता गर्छ। यो प्रक्रिया अलि लामो हुनसक्छ। यसकारण मानिसहरुलाई हौसला र उत्साह दिइराख्नुपर्छ र सूचनाको विश्लेषणद्वारा पत्ता लगाइएका प्रमुख विषयको सारांश दिनु राम्रो हुन्छ। यसो गर्दा समूहको ध्यान केन्द्रित गरिरहन सकिन्छ।

### मुख्य कदमहरु:

१. समुदायको भेला डाक्नुहोस् र उपयुक्त भए बाइबल अध्ययन गर्नुहोस्। त्यसो गर्न उपयुक्त नभएमा सामुदायिक भेलाको केही दिन अघिदेखि मण्डलीका सदस्यहरूसँग बाइबल अध्ययन राख्नुहोस्।
२. स्थानीय संयोजन समूहसित सङ्कलित सूचनाहरुलाई प्रस्तुत गर्नुहोस्।
३. सङ्कलित सूचनाहरु सत्य छन् वा छैनन्, छलफल गर्दै समुदायलाई उत्साहित पार्नुहोस् र ती विश्लेषण गर्ने वातावरण बनाउनुहोस्।
४. प्राथमिकता तालिकाको प्रयोग गरी प्राथमिकताहरुलाई वर्गीकरण गर्नुहोस्।
५. प्राथमिकतामा परेका एक वा दुई सूचनालाई समस्याको रुख विधि प्रयोग गरी अझ गहिराइमा विश्लेषण गर्नुहोस्।
६. उपलब्ध गराइएको नमुनामा भैं सारांश गरी निष्कर्ष लेख्नुहोस्।



भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण

कदम १: बाइबल अध्ययन- अरुको मनमा ठाउँ बनाउने



खास्टोको छेउ छुनु

लूका ८:४०-५६ पढ्नुहोस्

येशूले विश्वासलाई प्रेरणा दिनुहुन्छ । एकलोपन, कमजोर आत्मविश्वास र हीनताबोध जस्ता कुराहरूलाई छोडेर भीडको बीचमा यी स्त्रीले येशूको खास्टोको छेउ छुने इच्छा गरिन् । येशूले समय दिएर उनीप्रति प्रतिक्रिया जनाउनुभयो ।



प्रश्नहरू

१. येशूले ती स्त्रीको कुन आवश्यकतालाई ध्यान दिनुभयो, भौतिक कि आत्मिक ?
२. सामुदायिक आवश्यकतालाई ध्यान दिँदै मण्डली कसरी समुदायमा चङ्गाइ र शान्तिको निम्ति खास्टोको छेउ बन्न सक्छ ?

चिन्तन

मर्न लागेकी केटीलाई निको पार्न हिंड्नुभएको येशूले ती स्त्रीलाई पनि निको पार्नुभयो । ती स्त्रीलाई उहाँले मूल्यवान् ठान्नुभयो र आफ्ना कुरा राख्नलाई उनलाई मौका दिनुभयो । येशूले ती स्त्रीलाई भन्नुभयो, “मेरी छोरी, तिम्रो विश्वासले तिम्रो निको भएकी छौ । शान्तिसित जाऊ ।” यसो गर्नु निको पार्नुभन्दा महान् थियो, किनकि ती स्त्रीको भित्री आवश्यकता शान्ति र परिपूर्णता थियो ।

मुख्य बुँदा: हाम्रो समुदायमा आत्मिक र भौतिक दुवै खाले चुनौतिहरू हुन्छन् । दुःखमा परेकालाई सहायता गर्न र पापलाई चुनौति दिन परमेश्वरले मण्डलीलाई चलाउन सक्नुहुन्छ ।

## कदम २: सूचनाको प्रस्तुतिकरण

स्थासससँगै मिलेर सङ्कलन गरिएका सूचनाहरूलाई बुझ्ने गरी कागजको ठूलो पानामा मिलाएर लेख्नुहोस्, अनि सामुदायिक बैठकमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

त्यसपछि, स्थाससले सामुदायिक बैठक बोलाउँछ, र सूचनामा भएका महत्वपूर्ण तत्वहरूलाई स्पष्ट रूपमा प्रस्तुत गर्छ । सूचना कसरी सङ्कलन भयो, कसले के गर्‍यो, बाधा अड्चन आयो कि आएन र यसको उद्देश्य के हो? यस्ता सबै कुराहरू पालैपालो गरी तालिकामा क्रम मिलाएर बैठकमा प्रस्तुत गरिनुपर्छ ।



### सूचना प्रस्तुतिकरणका लागि सुझावहरू

- ◆ सामुदायिक बैठकमा प्रस्तुत गर्ने तालिका बनाउँदा सकेसम्म स्पष्ट हुनुपर्छ ।
- ◆ मानिसहरूलाई सङ्ख्यात्मक कुराहरू बुझ्न गाह्रो हुन्छ । त्यसैले सकेसम्म सरल रूपमा चित्रहरूद्वारा प्रतिशत र अन्य कुराहरू व्याख्या गर्नुहोस् (हुन सक्छ भने विद्यालयका गणित शिक्षकहरूलाई पनि सहायताको लागि आग्रह गर्नुहोस्) ।
- ◆ बैठक सुरु हुनअघि नै तालिका प्रस्तुत गर्न दुई जना व्यक्तिहरू छनौट गर्नुहोस् । आत्मविश्वासको कमी भएकाहरूलाई पनि यो कामको लागि उत्साह दिनुहोस् ।
- ◆ समुदाय यस सूचनाको हकदार बन्छ । सम्भव भए यसलाई देख्न सकिने ठाउँमा राख्नुहोस् ।

## भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण

### कदम ३: छलफल

सूचना प्रस्तुतिपछि, पत्ता लगाएर सङ्कलन गरिएका कुरामा सबैजना सहमत छन् कि छैनन् भनी मानिसहरूलाई सोध्नुहोस्। मिल्छ भने सहभागीहरूलाई स-साना समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र छलफलका लागि समय दिनुहोस्। तल दिइएका प्रश्नहरूमा छलफल गर्नुहोस्:

- ◆ यस तालिकामा तपाईं के देख्नुहुन्छ ?
- ◆ यो किन भएको हो ?
- ◆ हाम्रो लागि यो सूचनाको के अर्थ लाग्छ ? यसका सकारात्मक र नकारात्मक पक्षहरू के के हुन् ?
- ◆ छलफलबाट उठेका विषयवस्तुहरूलाई सम्बोधन गर्न समुदायले के गर्नुपर्छ ?



### छलफलको अगुवालाई सुझाव

- ◆ नतिजाको बारेमा छलफल गर्दा मूल प्रश्नहरूको उत्तर कसले दिने, बिचार गर्नुहोस्। त्यो व्यक्ति उत्साह दिन र छलफललाई व्यवस्थित गर्न सक्ने हुनुपर्छ, र छलफललाई उपयुक्त निष्कर्षमा पुऱ्याउनु पर्छ।
- ◆ छलफलको अन्तमा मानिसहरू आफ्नो समुदायको परिवर्तनका लागि आफूसँग भएका स्रोतहरू र काम गर्दा आउने चुनौतिहरू आदिको बारेमा स्पष्ट भएका हुनुपर्छ।

### कदम ४: प्राथमिकताको वर्गीकरण

छलफलका क्रममा प्राथमिकतामा परेका आवश्यकताहरूलाई सूचीबद्ध गर्न तलको तालिका र प्रश्नहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। यस कार्यलाई कालोपाटी वा कागजका पानामा गर्नुपर्छ। पृष्ठ सङ्ख्या ७८ मा प्रस्तुत वर्गीकरण पद्धतिको सहायता लिनुहोस्।

यो समस्या अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण छ, भनी हामी कसरी थाहा पाउन सक्छौं ?

यस विषयमा तत्कालै केही गरिएन भने के होला ?

यो समस्याको हाल गर्न स्थानीय बासिन्दाहरूले के गरिरहेका छन् ?

पत्ता लगाइएका समस्याहरूलाई सम्बोधन गर्न हामीसँग के कस्ता स्रोतहरू छन् ?

के तपाईं यस समस्यालाई परिवर्तन गर्न चाहनुहुन्छ ?



क्र.सं.	प्राथमिकता सूची	यो किन महत्त्वपूर्ण छ ?	यो किन गरिनुपर्छ ?	यो काम गर्न हामीसँग के कस्ता स्रोत र क्षमताहरू छन् ?
१.				
२.				
३.				
४.				
५.				

## भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण

### कदम ५: गहन विश्लेषण

सम्बोधन गर्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण विषयको प्राथमिकता निर्धारण गरेपछि, यसलाई अझ गहन प्रकारले हेर्नु राम्रो हुन्छ। यसो गर्दा समुदायले आवश्यकताको बारेमा कस्तो प्रतिक्रिया दिन्छ, सो विचार गर्न मद्दत पुग्छ। यसको लागि 'किन?' र 'समस्याको रूख' जस्ता दुईवटा तरिका अपनाउन सकिन्छ, जसले विषयवस्तुको मुख्य कारण तथा असरहरू पत्ता लगाई छलफल गर्न मद्दत गर्छ।

### 'किन ?' उपाय

यो तरिका प्रयोग गर्न कागजका केहि पाना र कलमहरू चाहिन्छ। सहजकर्ताले समूहलाई प्रश्नहरू सोध्नुपर्छ। सूचना सङ्कलन गर्दा पत्ता लगाइएका समस्याहरूको विषयमा प्रश्नहरू सोधी यस अभ्यासको सुरुवात गर्नुहोस्। किन यो समस्या आएको ? भनी समस्याको मुख्य कारण पत्ता नलागेसम्म 'तर किन ?' प्रश्न गर्दै जानुहोस्। उदाहरण:

मानिसहरू बिरामी हुन्छन्

किन ?

पानी फोहोर छ

तर किन ?

पानीका मुहानहरू सुरक्षित छैनन्

तर किन ?

पानीका मुहानहरू सुरक्षा गर्न पैसाको अभाव छ

तर किन ?

पैसा सङ्कलन गर्नका लागि समुदाय सङ्गठित छैन

तर किन ?

समुदायमा यसको लागि नेतृत्व र दर्शन छैन

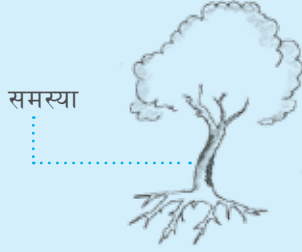
तर किन ?

कसैले पनि समस्यालाई ठूलो रूपमा हेर्दैनन्

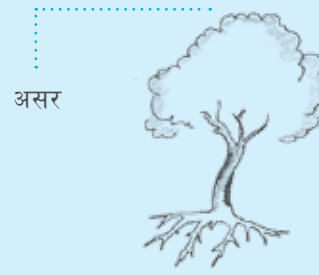
समूहले यो अभ्यासलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्नु भन्ने उनीहरू समस्याको रूख र यसको बनौटलाई पनि निकै सजिलो गरी प्रयोग गर्न सक्छन्।

## समस्याको रुख विश्लेषण

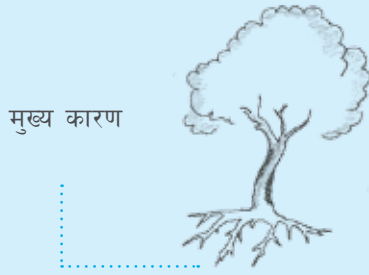
‘किन ?’ तरिकाको विस्तृत रूप समस्याको रुख हो । यसलाई तल व्याख्या गरिएको छ ।



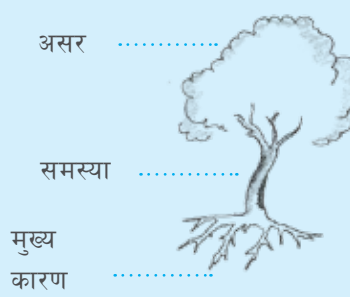
१. समस्याको व्याख्या गर्नुहोस्



२. असरको व्याख्या गर्नुहोस्



३. मुख्य कारणको व्याख्या गर्नुहोस्



४. तपाईं आफैले समस्याको रुख पाउनुभयो

## समस्याको रुख कसरी बनाउने

मुख्य समस्यामा सहमत हुनुहोस् र रुखको बीच भागमा त्यो समस्या लेख्नुहोस् । त्यस समस्याका असरहरू पत्ता लगाई हागाँ र पातहरूमा लेख्नुहोस् । यसका लागि कार्ड वा कागजका टुक्राहरू प्रयोग गर्नुहोस् ।

त्यसपछि, समस्याको मुख्य कारण पत्ता लगाई कागजका कार्ड वा पानाहरूको प्रयोग गरी जराको भागमा ती समस्याहरूलाई लेख्नुहोस् । सहभागीहरूलाई छलफलका लागि उत्साह प्रदान गर्नुहोस् र ती कागजका टुक्राहरूलाई ठाउँ-ठाउँमा राख्न लगाउनुहोस् । मुख्य कारण र असरबीचको सम्बन्ध देखाउनका लागि सीधा धर्काहरू तान्नुहोस् ।

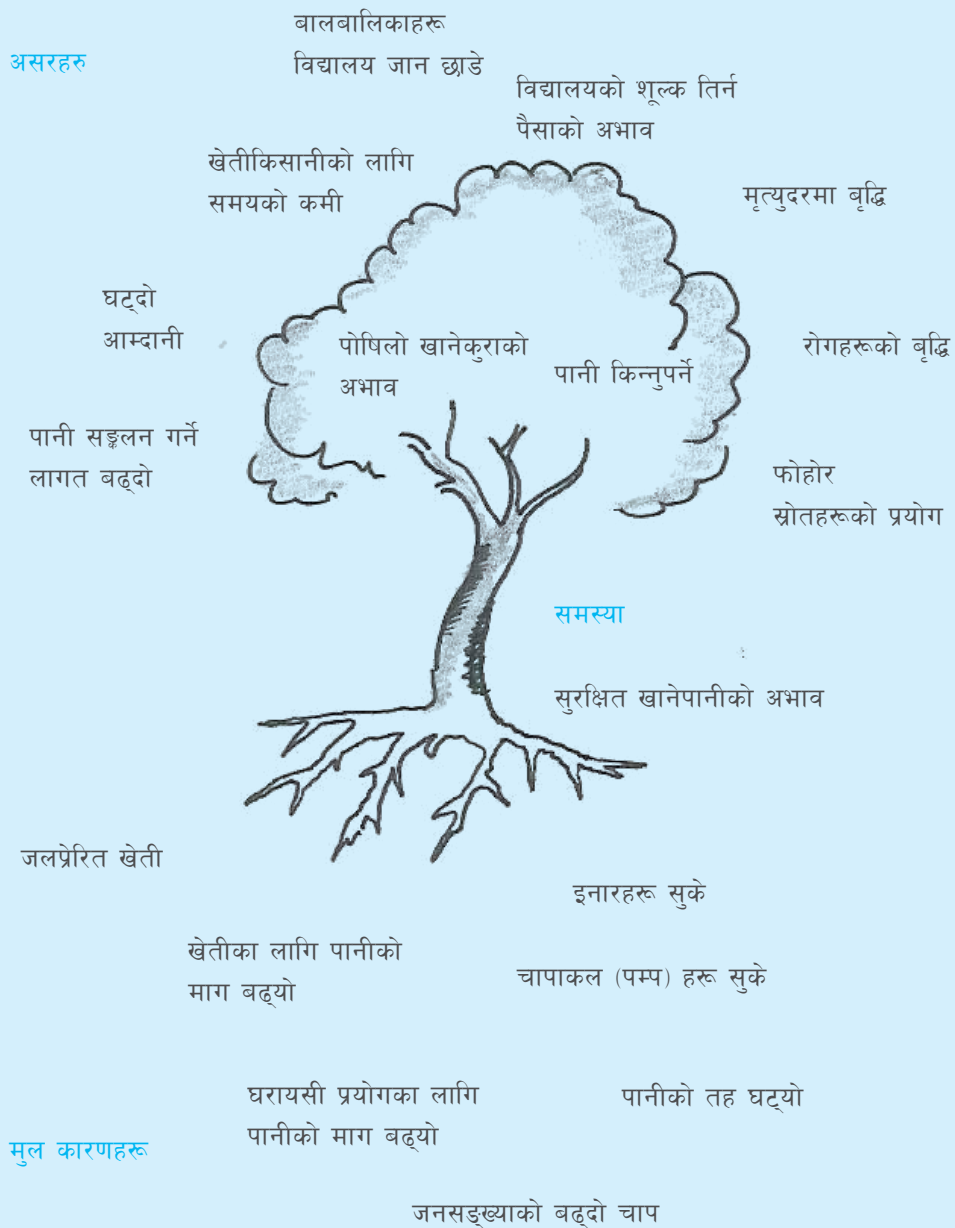
## समस्याको रुखलाई कसरी प्रयोग गर्ने ?

मण्डली र समुदायले समस्याको असरलाई कि मुख्य कारणलाई ध्यान पुऱ्याएको छ भनी पत्ता लगाउन समस्याको रुख अभ्यास राम्रो हुन्छ । समस्याको असरहरूलाई मात्र सम्बोधन गर्न सजिलो हुन्छ तर यसको समाधान अल्पकालीन मात्र हो । मुल कारणलाई सम्बोधन गर्न अलिक गाह्रो हुन्छ तर यसले दीर्घकालीन परिवर्तन ल्याउँछ ।

भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण

उदाहरण १: सुरक्षित खानेपानीको अभावको सम्बन्धमा समस्या रूख

यहाँ अभ्यास गरिएको समस्याको रूख प्रस्तुत छ। मण्डलीले समस्याको मूल जरालाई सम्बोधन गर्ने हो कि यसको असरलाई मात्र हो भनी विचार गर्न यो अभ्यास प्रयोग गर्न सकिन्छ।





उदाहरण २: एच.आई.भी. संक्रमित मानिसहरूप्रति गरिने भेदभावबारे समस्याको रूख

समस्याको मूल जरालाई सम्बोधन गर्ने हो वा यसको असरलाई मात्र भनी विचार गर्न यो अभ्यास प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ

असरहरू



मानिसहरूमा एच.आई.भी. का कारण र प्रभावका बारेमा बुझाइको अभाव

मुल कारणहरू

पूर्वाग्रही चुनौतिका विरुद्धमा नेतृत्वको अभाव

मण्डलीद्वारा दिइने अमिल्दो शिक्षा

नारीलाई भौतिक सामग्रीका रूपमा हेरिनु -सम्मानको अभाव

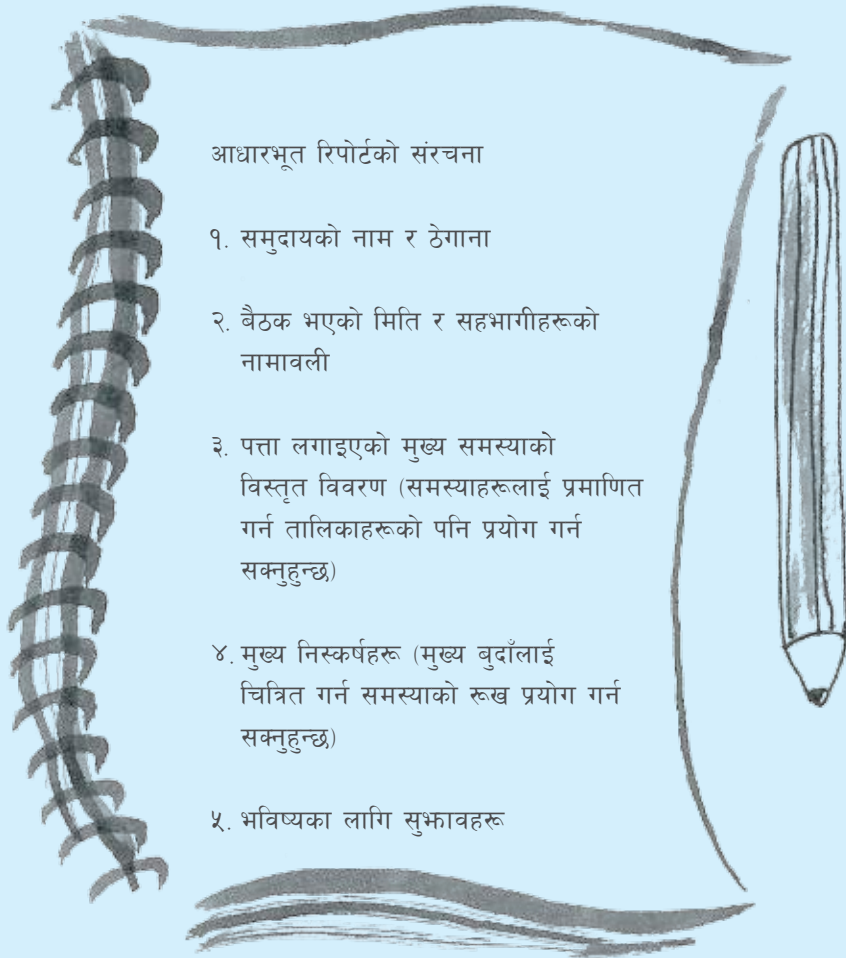
## भाग ४: सूचनाहरूको विश्लेषण

### कदम ६: सूचनाहरूलाई लेख्ने

सङ्कलित सबै सूचनाहरू हेरेर निष्कर्षमा पुगेपछि त्यसलाई एउटा छोटो रिपोर्टको रूपमा लेख्नु उत्तम हुन्छ ।

यसलाई आधारभूत रिपोर्टको रूपमा लिन सकिन्छ, किनभने यसले हालको स्थिति र भविष्यको स्थिति तुलना गर्न सहायता पुऱ्याउँछ ।

भविष्यमा दाताहरूबाट कोष सङ्कलन गर्नका लागि सामुदायिक परियोजनाको विकास रिपोर्ट प्रस्तुत गर्न यो महत्त्वपूर्ण सूचना हुन्छ ।



#### आधारभूत रिपोर्टको संरचना

१. समुदायको नाम र ठेगाना
२. बैठक भएको मिति र सहभागीहरूको नामावली
३. पत्ता लगाइएको मुख्य समस्याको विस्तृत विवरण (समस्याहरूलाई प्रमाणित गर्न तालिकाहरूको पनि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ)
४. मुख्य निष्कर्षहरू (मुख्य बुदाँलाई चित्रित गर्न समस्याको रूप प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ)
५. भविष्यका लागि सुझावहरू

## भाग ५: सिकाइ र चिन्तन

थालिएका सबै कुरा राम्ररी भए वा भएनन् वा उनीहरूसँग काम गर्दा सिकेका कुराबाट कसरी राम्रोसँग काम सम्पन्न हुनसक्यो त्यसको मूल्याङ्कन र चिन्तन गर्न मण्डली र समुदायका लागि यो एउटा महत्वपूर्ण भाग हो ।

भाग १ मा चिन्तन: हाम्रो समुदायसँग हामीले कसरी काम गर्ने

१. समुदायमा असल प्रकारले काम गर्ने विषयमा हामीले के कुरा सिक्यौं ?
२. भविष्यमा प्रभावकारी तवरले काम गर्न मण्डली र समुदायलाई हामीले कसरी सहायता पुऱ्याउन सक्छौं ?
३. छलफल र सूचना सङ्कलन गर्ने बेलामा छेउपरेका र कठिन मानिसहरूलाई पनि सहभागी गराएका छौं ?

भाग २ मा चिन्तन: समुदायको व्याख्या

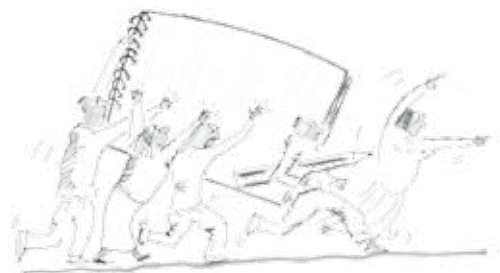
१. के हामीले हाम्रो समुदाय, यसका सबल तथा कमजोर पक्षहरूको ठीक व्याख्या गर्छौं ?
२. हामीले गरेको समुदायको व्याख्याले सबैको धारणालाई प्रतिनिधित्व गरेको छ ?
३. के सामग्रीहरू उपयोगी थिए ? तिनीहरूलाई अझ प्रभावकारी बनाउन के गर्न सकिन्छ्यो ?

भाग ३ मा चिन्तन: सूचना सङ्कलन

१. समुदायका सदस्यहरूबाट सूचना सङ्कलन गर्दा के हामीले उनीहरूकै लागि हो भन्ने भावना सृजना गराउन सक्छौं ?
२. समुदायबाट आवश्यक सबै सूचनाहरू हासिल गर्छौं ? होइन भने अरु कुन स्रोतहरूबाट आएका सूचनाहरू हामीले प्रयोग गर्छौं ?

भाग ४ मा चिन्तन: सूचनाहरूको विश्लेषण

१. प्रस्तुत गरिएका जम्मै सूचनाहरू के समुदायका सबै मानिसहरूले बुझ्न सके ?
२. मुख्य समस्याहरूका बारेमा के कसैको भिन्न विचार छ ?





चरण ३.

परिकल्पना गर्नु र  
कार्य योजना बनाउनु

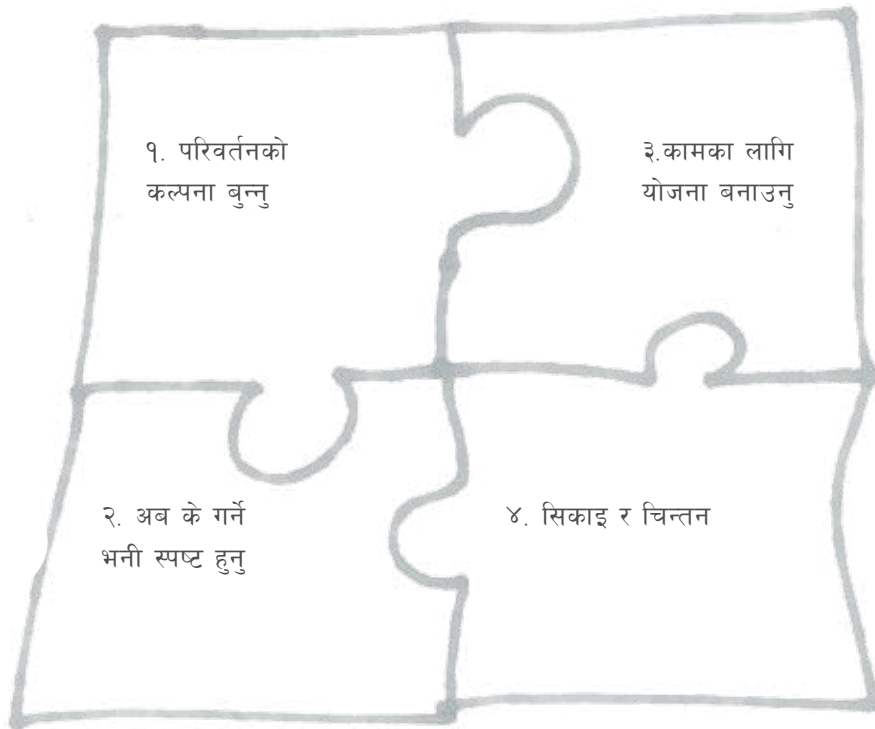


## चरण ३ समग्रमा: परिकल्पना गर्नु र कामका लागि योजना बनाउनु

यस चरणको उद्देश्य:

व्यवहारिक कार्ययोजनाको विकास गरी मानिसहरूलाई कल्पना साकार पार्न सहयोग पुऱ्याउने ।

चरण ३ तलका चार भागमा बनिएको हुन्छ ।



चरण २ मा जस्तै समुदायलाई दर्शन प्रदान गर्न यस चरणमा पनि थुप्रै बाइबल अध्ययनहरू छन् जो मण्डली वा समुदायसँग सजिलो प्रकारले गर्न सकिन्छ ।

## भाग १: सपनाहरु देख्नु

भाग १ को उद्देश्य:

समुदायमा पत्ता लागेका खाँचोहरुलाई परिपूर्ति गर्ने उत्तम उपाय देख्न मानिसहरुलाई केहि समय कल्पना गर्न दिनु

यो अभ्यास बाइबल अध्ययनसँगै गर्ने हो भने पृष्ठ सङ्ख्या ११३ को अध्ययन हेर्नुहोस ।

परिकल्पनासँग परिचय:

सहभागीहरुले पहिलेका चरणहरुमा थाहा पाएका र विश्लेषण गरेका समस्याहरुको समाधानका लागि यस भागले परिकल्पना गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ । समस्याको पहिचान गरिसकेपछि समाधानको लागि तत्कालै योजना बनाउनु खतरनाक सावित हुनसक्छ । हाम्रो अनुभवमा, केहि समय समस्याको समाधानका लागि अरु उपायहरु थाहा पाउन विचार गर्न दिनु राम्रो हुन्छ । यसले हामीलाई परमेश्वरबाट प्रेरित हुने र अगुवाइ पाउने अवसर प्रदान गर्छ । हामीले पत्ता लगाएको समाधानका लागि उपयुक्त निष्कर्षमा पुग्न हामीलाई निर्णय गर्ने समय पनि चाहिन्छ ।

यस चरणमा उनीहरुको परिकल्पना दृष्टिगत हुनसकोस् भनी सहभागीहरुलाई सामग्रीहरु उपलब्ध गराइएको छ ताकि परियोजनामा जानुअघि ती कुरा अरुहरुलाई बाँड्न र संचार गर्न सकियोस् ।



विषय अध्ययन:

केन्याको एक दुर्गम क्षेत्रका मसाई जातिका मानिसहरुले यस्तै कार्यक्रममा उनीहरुले आफ्नै टेलिफोन लाइन होस् भनी सपना देखेका थिए । सहजकर्ताले चाहिँ साकार हुन नसक्ने सपना नदेख्न सम्झाइ बुझाइ गर्दै थिए । तथापि त्यसको १८ महिनाभित्रै एउटा प्रमुख मोबाइल नेटवर्क प्रदायकले त्यहाँको लागि मोबाइल फोन टावरको व्यवस्था गरिदियो । अहिले तिनीहरुको मोबाइलले मज्जाले टावर टिप्छ, साथै चार्ज गर्ने स्रोत पनि जुटेको छ ।

### भाग १: सपनाहरु देख्नु

#### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. आरामदायी र सजिलो महसूस हुने एउटा ठाउँ खोज्नुहोस् ।
२. उनीहरुले समुदायमा देखेका एक वा बढी खाँचोको समाधानका लागि पूरै सेसन सोच विचार गरेर विताउनु पर्ने समूहलाई बताइदिनुहोस् ।
३. सहभागीहरुलाई तपाईंले छानेको कोठा वा ठाउँमा जाने निमन्त्रणा दिनुहोस् र सजिलो महसूस हुने गरी बसेर विचार गर्न उत्साह दिनुहोस् । कति लामो समयसम्म कल्पना गर्ने भनी उनीहरुलाई बताइदिनुहोस् ।
४. तपाईंले छानेअनुसार वा एक घण्टापछि, मानिसहरुलाई उनीहरुका विचारहरु एउटा कार्डमा लेख्न लगाउनुहोस् ।
५. सहभागीहरुलाई स-सानो समूहमा विभाजन गर्नुहोस् र उनीहरुका सपनालाई बाँड्न लगाउनुहोस् वा त्यस अनुसारको चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
६. मिल्दाजुल्दा विचारहरुलाई ठूलो समूहमा छलफल गर्नुहोस् र त्यसलाई कसरी क्रमबद्ध र साभ्ता विचार/परिकल्पना बनाउन सकिन्छ, सो पत्ता लगाउनुहोस् ।



वाइबल अध्ययन



भविष्यका लागि आशावादी हुनुहोस्

जकरिया ८: ३-२३ पढ्नुहोस्

यस खण्डमा यरुशलेमलाई समुन्नत तुल्याउने परमेश्वरको आशिष् उल्लेख गरिएको छ । उहाँले यरुशलेमलाई कसरी आशिष् दिनुहुनेछ, भनी यहाँ एउटा तस्वीर कोरिएको छ ।

१. सहभागीहरूलाई आशिष्का सूचीहरू तयार गर्न वा भविष्यमा हुने यरुशलेमको तस्वीर कोर्न लगाउनुहोस् ।



२. त्यसपछि, भविष्यमा उनीहरूले आफ्नो समुदाय कस्तो होस् भनी चाहेका छन्, सोको तस्वीर कोर्न लगाउनुहोस् ।

३. उनीहरूको तस्वीर एक अर्कालाई देखाउन दुई वा तीन जनाको स-सानो समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । त्यसपछि ठूलो समूहमा बाँड्नको लागि उनीहरूमध्ये कसै कसैलाई बोलाउनुहोस् ।



भाग १: सपनाहरू देख्नु

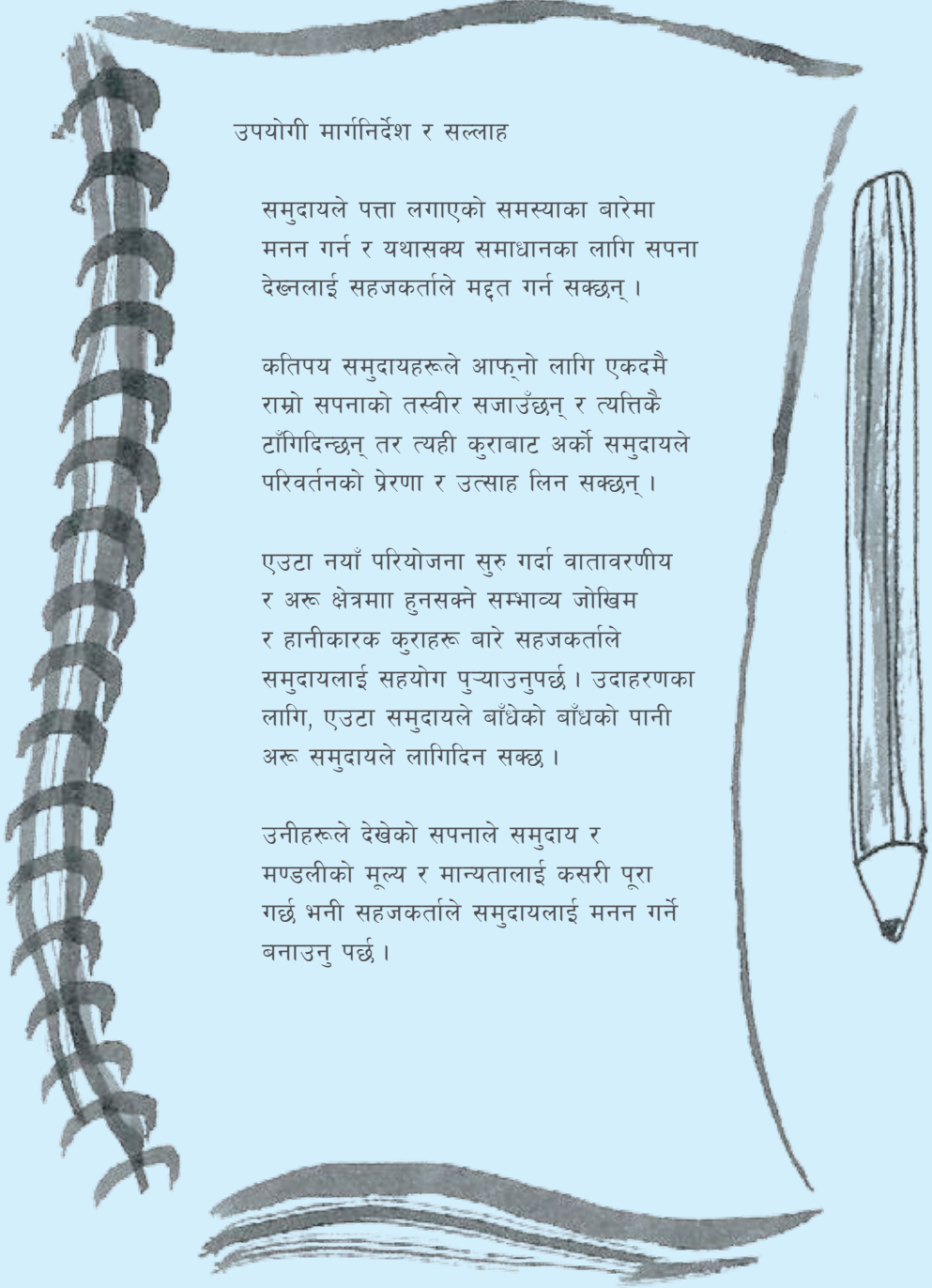
उपयोगी मार्गनिर्देश र सल्लाह

समुदायले पत्ता लगाएको समस्याका बारेमा मनन गर्न र यथासक्य समाधानका लागि सपना देख्नलाई सहजकर्ताले मद्दत गर्न सक्छन् ।

कतिपय समुदायहरूले आफ्नो लागि एकदमै राम्रो सपनाको तस्वीर सजाउँछन् र त्यत्तिकै टाँगिदिन्छन् तर त्यही कुराबाट अर्को समुदायले परिवर्तनको प्रेरणा र उत्साह लिन सक्छन् ।

एउटा नयाँ परियोजना सुरु गर्दा वातावरणीय र अरू क्षेत्रमा हुनसक्ने सम्भाव्य जोखिम र हानीकारक कुराहरू बारे सहजकर्ताले समुदायलाई सहयोग पुऱ्याउनुपर्छ । उदाहरणका लागि, एउटा समुदायले बाँधको बाँधको पानी अरू समुदायले लागिदिन सक्छ ।

उनीहरूले देखेको सपनाले समुदाय र मण्डलीको मूल्य र मान्यतालाई कसरी पूरा गर्छ भनी सहजकर्ताले समुदायलाई मनन गर्ने बनाउनु पर्छ ।



## भाग २: यसपछि के गर्ने स्पष्ट हुनु

### भाग २ को उद्देश्य

यसको प्रमुख उद्देश्य गर्न चाहेको सामुदायिक परियोजनाको बारेमा समूहले विस्तृत रूपमा बिचार गर्न सहायता पुऱ्याउनु नै हो । त्यहाँ हुन लागेको काम र त्यसको स्वामित्व मण्डली र समुदायमा स्थापित गर्न यसले मद्दत गर्दछ ।

### मुख्य कदमहरू

१. उपयुक्त भएमा यसैया ६५ मा आधारित बाइबल अध्ययन गर्ने ।
२. सपना पूरा गर्नुपछि भनी जाड दिन “सपनाको त्रिभुज” प्रयोग गर्ने ।
३. परियोजनालाई फाइदा पुऱ्याउने काममा सबै जना सहमतिमा छन् कि छैनन् जाँच्ने र त्यस परियोजनाका लागि नयाँ खोजी गर्न सिकेका छन् कि छैनन् भन्ने जान्न “बजार जाने” अभ्यास गर्ने ।



भाग २: यसपछि के गर्ने स्पष्ट हुनु

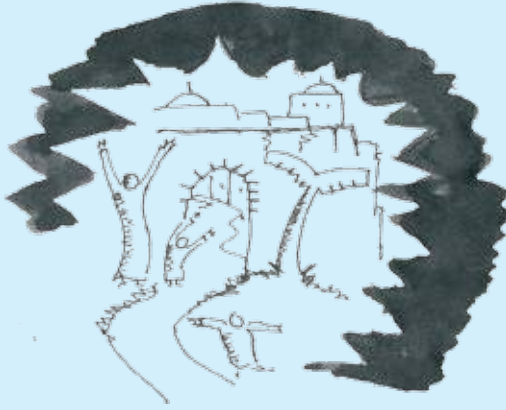
कदम १: बाइबल अध्ययन



यशैयाको दर्शन:

यशैया ६५:१७-२५

इस्राएलीहरुलाई दिइएको गम्भीर चेतावनीका बीचमा परमेश्वरले यशैयाद्वारा भविष्यका लागि आशावादी अगमवाणी दिनुभएको छ ।



१. परमेश्वरले के-के परिवर्तनहरु ल्याउने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ ?
२. कुन-कुन खराब कुराहरु रोकिन लागेका थिए ?
३. कुन-कुन असल कुराहरु हुन लागेका थिए ?
४. समुदायका लागि तपाईंसँग के आशा छ ?
५. यशैयाले देखेको दर्शनको कुनचाहिँ भाग तपाईंको समुदायमा वास्तविक भएको चाहनुहुन्छ ?
६. समुदायका लागि तपाईंसँग थप अरु कुन आशा र दर्शन छ ? तिनीहरु के-के हुन् ?
७. परमेश्वरले आफ्नो प्रतिज्ञा एक दिन पूरा गर्नुहुनेछ भन्ने ज्ञानले अहिले तपाईंले गरेका कामद्वारा कसरी परिवर्तन ल्याउँछ ?

मुख्य बुँदा: परमेश्वरले इस्राएलीहरुको लागि उदेकको परिवर्तन ल्याउने प्रतिज्ञा गर्नुभएको छ । उहाँले हाम्रो समुदायको लागि पनि सोही काम गर्ने प्रतिज्ञा गर्नुहुन्छ ।

## कदम २: सपनाको त्रिभुज

जब समूह भविष्यका लागि सपना देख्न राजी हुन्छन् तब सपना पूरा गर्न आवश्यक विभिन्न तहको अवधारणा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् । त्यसपछि, तल त्रिभुजमा दिइएका विभिन्न अवधारणाहरूलाई समूहमा वर्गीकृत गर्नुहोस् । प्रस्तुत विचारहरू सबैले प्रष्टसँग देख्न सकून् भनी त्रिभुज ठूलो बनाउनुहोस् । यसो गर्दा समूहलाई तिनीहरूले कुनचाहिँ अवधारणालाई उत्तम प्रकारले गर्न सक्छन् भनी प्राथमिकता दिनलाई मद्दत मिल्छ ।

के हामीलाई बाहिरको कुनै सहायता चाहिन्छ ?  
चाहिन्छ भन्ने कुन कुरामा ?

उदाहरण: खानेपानी, फोहोरमैला तथा कृषिसम्बन्धी स्थानीय प्रशासन र संस्थाबाट सरसल्लाह ।

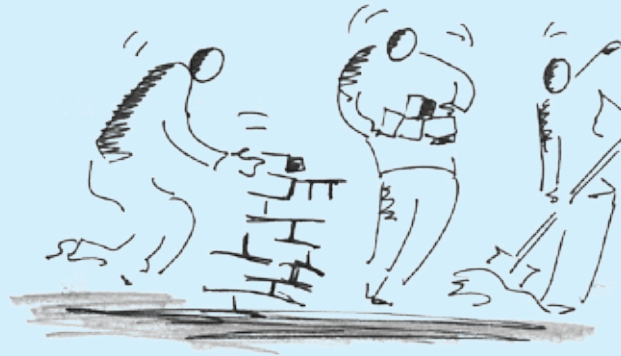
अर्को कुन समुदायसँग हामीले मिलेर काम गर्नुपर्छ होला ?

कुन-कुन स्रोतहरू उनीहरूले प्रदान गर्न सक्लान् ?

उदाहरण: अरु सम्प्रदाय वा धर्महरूले आफ्ना कुन कुन अनुभव, भवन तथा भौतिक सामग्री हामीलाई उपलब्ध गराउन सक्छन् ?

हामी आफै र आफ्नै स्रोतहरूद्वारा के गर्नसक्छौं ?

उदाहरण: आफ्नै श्रम र सामानहरूको प्रयोग गरी इनारहरू खन्न, खेती गर्न र गोदामघर बनाउन सक्छौं ।



## भाग २: यसपछि के गर्ने स्पष्ट हुनु

### कदम ३: बजार जानु

#### उद्देश्य

अग्रसरता लिन वा परियोजनाका लागि विचार गर्न मानिसहरु कति समर्पित छन् सो पत्ता लगाउन यो क्रियाकलाप तयार गरिएको हो ।

तल दिइएका विवरणहरु हेर्नुहोस् अनि कार्डमा चित्र कोर्न वा लेख्न लगाउनुहोस् र त्यसलाई कोठाको विभिन्न भागमा राख्नुहोस् ।  
परियोजनाका लागि उनीहरुमा भएको मन अनुसार अहिले कहाँ छन् भनी सहभागीहरुलाई त्यस छेउमा उभिन लगाउनुहोस् ।



१. अहिलेसम्म घरमै: भइरहेका कुराहरुमा खासै रुचि नभएको (परियोजनामा रुचि छैन) ।

२. बस चढ्ने बाटोतिर जाँदैगरेको (विचार राम्रै छ तर समर्पण छैन) ।

३. बस चढेको (समर्पण त छ तर अझ धेरै कुरा जान्न बाँकी छ) ।



४. बसमा चढेर भयालबाट दृश्यहरु हेरेर रमाउँदै (यसमा समर्पित र उत्प्रेरित भएको) ।

५. बजार परिक्रमा गर्दै र त्यहाँको वातावरण र मानिसहरूसँग रमाउँदै (पूरा समर्पित र चुनौति लिनका लागि तयार) ।

सबैजना कुनै न कुनै ठाउँमा उभिन्छन् । उभिएकाहरुमध्ये केहिलाई किन त्यहाँ उभिएको भनी सोध्नुहोस् । कुन कुराले उनीहरुलाई अझ समर्पित स्थानमा पुग्न सहायता पुऱ्याउन सक्छ ? यी अतिरिक्त अन्तर्दृष्टिहरुले समूहमा विचार हुन नसकेका कुराहरुलाई अन्वेषण गर्न मद्दत गर्दछ । मानिसहरुले गर्न लागेका केही दृष्टिकोणहरुलाई प्रष्ट पार्न यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

यो अभ्यास परियोजनाको विभिन्न समयवधिमा गर्न सकिन्छ, ताकि मानिसहरु सुरुमा जस्तै समर्पित छन् अथवा छैनन् वा केहि परिवर्तन भए सो पत्ता लगाउन सकियोस् ।

## भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

### भाग ३ को उद्देश्य

लक्ष्य निर्धारण र कार्य योजनाको विकासका लागि समुदायलाई सहायता गर्ने

### प्रमुख कदमहरू

१. उपयुक्त भएमा “पानीमा हिँडेको” बाइबल अध्ययन गर्नुहोस् ।
२. मिनिबस अभ्यास गर्दै परियोजनाको कार्य योजना बनाउनुहोस् ।
३. मिनिबस अभ्यासलाई योजनामा रूपान्तर गर्न योजना तालिकाको प्रयोग गर्नुहोस् ।
४. कुन बेला कुन क्रियाकलाप हुनुपर्छ भनी तर्कयुक्त रेखा क्रियाकलाप प्रयोग गर्नुहोस् ।
५. दृष्यहरू प्रयोग गरी योजना बनाउनुहोस् ।
६. विभिन्न योजना तालिकाहरूको पुनरावलोकन गर्नुहोस् ।
७. परियोजना संचालनका लागि समूहको उत्कृष्ट संरचनाको बारेमा विचार गर्नुहोस् ।



भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

कदम १ बाइबल अध्ययन



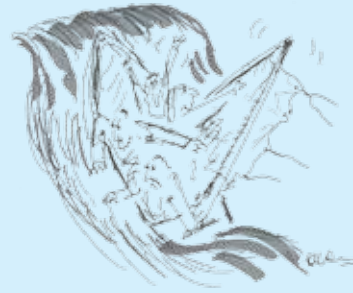
पानीमा हिँड्नु

समुदायमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन र व्यक्ति तथा परिवारहरूको जीवनस्तर उकास्न नै सँगसँगको कार्यक्रम गरिन्छ। यसमा केही जोखिम र साहसिक कामहरू पनि समावेश हुन्छन्। कहिलेकाहीं यसमा मानिसहरूले मन नपराउने र पूर्वाग्रही हुने नयाँ कुरा वा विश्वास पनि समावेश हुनसक्छ।

यो बाइबल अध्ययनले हाम्रो अगाडि आइपर्ने कठिन चुनौतिहरूको सामना गर्नलाई सहायता र अगुवाइ दिन परमेश्वर विश्वासयोग्य हुनुहुन्छ भन्ने देखाउँछ। बाइबल अध्ययनलाई तीन भागमा वर्गीकरण गर्न सक्नुहुन्छ: बतास चलेको देख्नु, पानीमा हिँडेको र येशूलाई हेरेको।

मर्कूस ६:४५-५६ पढ्नुहोस्।

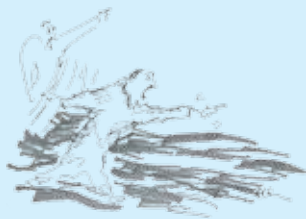
बतास चलेको देख्नु



- परियोजनाको कुनचाहिँ पक्षदेखि तपाईं डराउनुभएको छ वा कुन कुराले परमेश्वरमा भर पर्नेदेखि तपाईंलाई रोकेको छ ?
- यसलाई कसरी व्यावहारिक र आत्मिक तवरले समाधान गर्न सकिन्छ ?
- यी डरहरूलाई हटाउन तपाईंले आज उठाउन सक्ने एउटा तह के हो ?
- जोखिम उठाउन परमेश्वरले सहायता गर्नुभएको कुनै अनुभव तपाईंसँग छ ?

पानीमा हिँड्नु

- तपाईंले विगतमा सामना गरेका चुनौति र समस्याहरूले कसरी तपाईंको आत्मिक वृद्धिमा प्रभाव पार्‍यो ?
- यस परियोजनामा भएका चुनौतिहरूका कारण कसरी परियोजनाको टोलीले वृद्धि हासिल गर्न सक्ला ?
- चुनौतिहरूको मनन र प्रार्थना गर्न हामीले समय र ठाउँ कसरी तयार गरेका छौं?



येशूलाई हेर्ने

- जोखिम लिन हामीलाई कुन कुराले सहायता गर्छ ?
- कसरी हामी एउटाले अर्कालाई उत्साह दिनसक्छौं ?

प्रार्थना

हे परमेश्वर, हामी प्रार्थना गर्दछौं, तपाईंले आफ्नो बाहुलीद्वारा हामीलाई निकाल्न सक्नुहुन्छ। यो शाक्ति कोसिसको बल नभई परमेश्वरको महिमित शक्ति हो। यसले सदाको अनन्त आनन्दमा प्रवेश गर्न बल प्रदान गर्दछ। उहाँले हाम्रो लागि राखिदिनुभएको उज्वल र सुन्दर भविष्यको एउटा भाग हुनका लागि हामीलाई बलियो पार्नुहुने पितालाई धन्यवाद। आमिन।

कलस्सी १:११ (सन्देश)



तल दिइएका उक्तिहरूलाई कागजका टुक्राहरूमा लेख्नुहोस् र कोठाको चारैतिर फिँजाएर राख्नुहोस् । त्यसलाई कालोपाटीमा पनि लेख्न सक्नुहुन्छ । मानिसहरूलाई बोलाईकन उनीहरूलाई उपयुक्त लागेका उक्तिहरू छान्न लगाउनुहोस् । अनि त्यो उक्ति किन राम्रो लाग्यो वा यो अभ्यासमा कुन कुरा अर्थपूर्ण लागे सो अरुहरूलाई बताउन लगाउनुहोस् ।

पानीमा हिँड्न चाहनुहुन्छ भने खुट्टा भिजाउन तयार हुनुहोस् । तब पाइला बढाउन उपयुक्त छ भनी पत्ता लाग्नेछ ।

जब हामी परमेश्वरको उपस्थितिभन्दा आँधीको बहावलाई बढी ध्यान दिन्छौं तब समस्यामा पर्छौं ।

चुनौतिहरूलाई राम्रोसँग पूरा गर्न नसके तापनि तिनले तपाईंको चरित्र निर्माण गर्छ ।

हाम्रो जीवन आफ्नै लागि मात्र जिउनलाई होइन तर अरूलाई उत्साह र सेवा दिनलाई पनि हो ।

परमेश्वरले तपाईंलाई तपाईं डुङ्गाभित्र भएको बेलामा प्रेम गर्नुहुन्छ तर उहाँमा भरपर्नु भयो भने त्यसभन्दा बाहिर के हुनसक्छ ?

एकदमै खाँचो परेको समयमा येशूद्वारा बचाएका पत्रुसले उहाँको महिमा देखे । जब तपाईं असफल हुनुहुन्छ, येशूले तपाईंलाई उठाउनुहुन्छ, -तपाईं एकलै लड्नुहुनेछैन ।

यो जोखिम पत्रुसले उठाउन चाहेको थियो । यसले उनलाई बृद्धि हुन सहायता गर्‍यो ।

सबै तिरबाट तपाईं एकिलनुहुन्छ, तपाईंले आफूसँग परमेश्वर मात्र रहेको पाउनुहुन्छ, अनि तपाईंले खोजेको सबै कुरा त उहाँ नै हुनुहुन्छ भनी थाहा गर्नुहनेछ ।

हावा नचली पानी शान्त भएको बेलामा पनि डुङ्गाबाट बाहिर निस्कनु कठिन नै हुन्छ । तर हाम्रो जीवनमा यस्तो अवस्था एकदमै थोरै हुन्छ ।

आँधीको सामना गर्ने अभ्यासमा तपाईंभित्र के रहेको छ र तपाईंको पछाडि के छ भनी पत्ता लगाउनुहुन्छ ।

जीवनमा आइपर्ने आँधीको प्रतिउत्तरमा हामीले एउटा छनौट गर्न सक्छौं । या त्यसबाट भाग्नौं । त्यसलाई अंगाल्न सक्छौं अथवा आँधीसँगै आउने अवसरप्रति खुला हुन्छौं वा त्यसमै झुण्डिरहन्छौं ?

भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

कदम २: मिनिबस अभ्यास

मण्डलीलाई दर्शन प्रदान गर्ने तालिमको एक भागका रूपमा मण्डलीसँग मिलेर पहिले नै यो अभ्यास गरिसकेका छौं। परियोजनाको कार्ययोजनाका लागि समुदायलाई बिचारशील बनाउन यो अभ्यास दोहोर्‍याउनु उपयुक्त हुन्छ। मण्डलीले यो अभ्यास पहिले नै गरेकाले समुदायमा गर्दा सजिलो महसुस हुनेछ।

उदाहरण

१. हामी के गर्न चाहन्छौं ?

- ◆ युवा आय आर्जन परियोजना

२. हामी यो किन गर्न चाहन्छौं ?

- ◆ युवाहरु आम्दानी गर्न चाहन्छन् र आवश्यकताहरु परिपूर्ती गर्न चाहन्छन्

३. हामी यो कसरी गर्न गइरहेका छौं ?

- ◆ युवाहरुले आम्दानी गर्नसक्ने कुराहरु पत्ता लगाउने
- ◆ सानो समिति गठन गर्ने
- ◆ समितिलाई ज्ञान र सीपमूलक तालिम प्रदान गर्ने

४. हामीसँग कुन-कुन स्रोतहरु छन् ?

- ◆ युवायुवतीहरु

५. हामीलाई यो काममा को-कसको खाँचो छ ?

- ◆ युवाहरु
- ◆ युवा कामदारहरु
- ◆ स्थानीय समुदायका अगुवाहरु
- ◆ स्थानीय मण्डलीका अगुवाहरु

६. के कुराले हामीलाई पछि धकेल्छ ?

- ◆ युवाहरुमा उत्प्रेरणाको अभाव
- ◆ युवाहरुलाई कम समर्थन
- ◆ मण्डलीका अगुवा तथा स्थानीय अगुवाहरुबाट समन्वयनको अभाव

७. हाम्रो अगाडि के बाधा आउन सक्छ ?

- ◆ बजार मूल्यमा परिवर्तन
- ◆ समूहबाट प्रतिबद्धताको अभाव
- ◆ राम्रोसँग हिसाबकिताब राख्न नसक्नु



## योजनालाई मूर्तरूप दिनु

योजनालाई मूर्तरूप दिनका लागि तल दिइएका शीर्षकहरू प्रयोग गर्नुहोस् ।

१. हामीले यो के गर्न गइरहेका छौं ?

उद्देश्य प्राप्तिका लागि यी व्यावहारिक कुराहरू गर्न सक्छौं । उदाहरणका लागि अनाथ र महिलाहरूको लागि सिपमूलक कार्यशालाहरू राख्ने जसको कारण त्यहाँ उत्पादित वस्तु तथा कृषिका उन्नत सामग्रीहरूको विक्रीबाट आय आर्जन गर्न सकिन्छ ।

२. यो हामी किन गर्न चाहन्छौं ?

एउटा परियोजनाले के कुरा प्राप्त गर्न चाहन्छ, र यसको दर्शनको सीमा कहाँसम्म गाँसिएको छ, भन्ने कुराको यो समग्र दिशा निर्देश हो । जसरी मिनीबस यात्राको दिशा छ, त्यसरी नै हाम्रो परियोजनाको पनि एउटा लक्ष्य हुनुपर्छ । असहाय, महिला तथा अनाथहरूको आम्दानी बृद्धि गर्ने वा समुदायको खानेपानी तथा ढल व्यवस्थापन गर्न सहायता पुऱ्याउने हुनसक्छ ।

३. हामी यो कसरी गर्न सक्छौं ?

परियोजनामा संलग्न भएका मानिसहरूले गरेका यी कामहरूद्वारा उनीहरूको उद्देश्य परिपूर्ती भएको छ, भनी पक्का हुनुपर्छ । उदाहरणका लागि, विधवा तथा अनाथहरूलाई आधारभूत व्यावसायिक सीपहरू सिकाउन दक्ष व्यक्तिहरू खोज्ने वा यसको लागि आवश्यक स्थान खोज्ने ।

४. हामीसँग कुन-कुन स्रोतहरू छन् ?

उपलब्ध हुनसक्ने सबैखाले स्रोतहरू परियोजनामा सक्दो सदुपयोग गर्नेतर्फ ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ । यसमा मानवीय श्रम, सीप तथा अनुभवका साथमा प्राकृतिक स्रोतहरू, अन्य सघंसंस्थाहरूसँगको सम्बन्ध, रुपियाँपैसा र प्रार्थना इत्यादि पर्दछन् । साथै जोखिम तथा नासिन लागेका स्रोतहरूको सदुपयोगको बारेमा पनि ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ ।

५. हाम्रो साथमा को-को हुनुपर्छ ?

यसले परियोजनाको ढाँचा तयार गर्न, सञ्चालन र मूल्याङ्कन गर्नका लागि विभिन्न खालका मानिसहरूको संलग्नताको बारेमा ध्यान पुऱ्याउनु पर्छ । यसमा लाभ प्राप्त गर्नसक्ने मानिसहरू साथै परियोजनाका कर्मचारीहरू, मण्डलीका अगुवा तथा स्थानीय समुदायका अगुवाहरू पर्दछन् ।

६. के कुराले हामीलाई पछाडि धकेल्न सक्छ ?

परियोजनालाई बीचमै रोक्न सक्ने कुराहरू यसमा पर्दछन् । जसमा समुदायका विपक्षी सदस्यहरू, कोषको अभाव, सीप र अनुभवको कमी इत्यादि हुन सक्छ ।

७. हाम्रो अगाडि के बाधा आइपर्नसक्छ ?

यसमा ती कुराहरू पर्दछन् जसले परियोजना सुरु भएपछि बाधा अड्चन ल्याउन सक्छ । स्थानीय द्वन्द, मौसमी गड्बडी, परियोजनाका सदस्यहरू विरामी हुनु र सरकारी नीति आदिमा परिवर्तन ।

८. बजेट

परियोजनाका लागि आवश्यक सबै गतिविधिहरूको बारेमा विचार गरिसकेपछि, यसका लागि आवश्यक खर्चको बारेमा विचार पुऱ्याउनु राम्रो हुन्छ ।

भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

कदम ३: परियोजनाको योजना तालिका

मिनीबस अभ्यासबाट प्राप्त जानकारीहरूलाई योजनामा उतार्नका लागि तल दिइएको तालिका प्रयोग गर्नुहोस् । यसलाई परियोजनाको कागजपत्रका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ, र दाताहरूलाई देखाई कोष संकलन गर्न पनि सकिन्छ ।

परियोजनाको नाम	
हामी के गर्न गइरहेका छौं ?	
हामी यो किन गर्न चाहन्छौं ?	
हामी यो कसरी गर्न गइरहेका छौं ? क. कसले के गर्ने ? ख. कहिलेदेखि सुरु गर्ने ? ग. के-के कुराको तयारी गर्नुपर्छ ? घ. कहिलेदेखि तयार गछौं ? ङ. लागत कति लाग्छ ? - कति समय लाग्छ ? - कति पैसा लाग्छ ?	



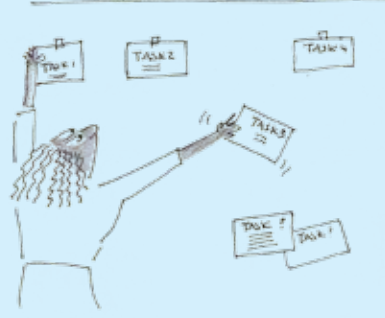
## कदम ४: जिम्मेवारी र भूमिकाहरूको लागि योजना तयार गर्नु

### परिचय

परियोजनाको सुरुमै विभिन्न काम र तिनलाई को-कसले गर्ने भन्ने विषयमा स्पष्ट हुनुपर्छ। यसमा कुन काम पहिले गर्ने भनी प्राथमिकता तय गर्नु पर्छ।

### क्रियाकलापहरूको प्राथमिकता निर्धारण गर्ने:

प्राथमिकता निर्धारण गर्नुको महत्त्व प्रष्ट पार्न तल दिइएको पहेलीमा छलफल गर्नुहोस्। लुगा सुकाउने डोरीको प्रयोग गरी तलको क्रियाकलाप गर्नुहोस्।



एकजना मानिससँग तीनवटा कुराहरू थिए, १. ब्वाँसो २. आलुका पातहरू र ३. बाख्रो। उसको लागि सबै उचितकै महत्त्वपूर्ण थिए। उसले एउटा नदी तर्नुपर्ने भयो तर त्यहाँ भएको डुङ्गाले एकपटकमा ऊ र ऊसँग भएको एउटा कुरालाई मात्र धान्न सक्थ्यो। उसले आलुका पातहरू आफूसँग लिएर गएमा बाख्रो र ब्वाँसो मात्रै किनारमा छोडिन्थे र ब्वाँसोले बाख्रालाई खाइहाल्थ्यो। ब्वाँसोलाई सँगै लिएर गएमा बाख्रो र आलुका पातहरू सँगै छोडिन्थे अनि बाख्राले आलुका पातहरू खाइदिन्थ्यो। अब यो अवस्थामा त्यो मानिसले तीनवटै कुराहरूलाई कसरी सुरक्षित नदी पार गराउन सक्थ्यो ?

समुदायलाई यो पहेली अभिनय गर्न लगाई यसको समाधान पत्ता लगाउन भन्नुहोस्।



(समाधान: पहिलो पटक: बाख्रो आफूसँग पारी लिएर गयो र बाख्रोलाई त्यहीं छोड्यो र फर्कदा: रित्तै फर्क्यो। दोस्रो पटक: ब्वाँसोलाई लिएर गयो र फर्कदा: बाख्रो फिर्ता लिएर आयो। तेस्रो पटक: आलुको पातहरू लिएर गयो र रित्तै फर्क्यो। चौथो पटक: बाख्रोलाई लिएर गयो।)

यस अभ्यासले प्राथमिकताको बारेमा मनन गर्न सहायता गर्छ। समुदायको स्रोत डुङ्गा जस्तै छ। हुनसक्छ सबै कुरा एकै पटकमा गर्न नसकिने होला, यसर्थ प्राथमिकता निर्धारण गर्नुपर्ने हुन्छ। क्रमिक रूपमा गरिएको काम राम्रो हुन्छ। कुनै कुरा पहिले गर्दा त्यो समुदायको लागि नकारात्मक हुनसक्छ। उदाहरणका लागि घर नजिकको रुख विरुवा काटेर बालीनाली लगाउँदा समुदायको आर्थिक स्थितिमा केहि सुधार होला तर यसले गर्दा वर्षा घट्छ र दीर्घकालीन समयमा बालीनालीको उब्जनी घट्न पुग्छ।

### भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

#### लुगा सुकाउने डोरीको अभ्यास

##### परिचय

यस क्रियाकलापले परियोजना पूरा गर्न क्रमिक रूपमा गर्नु पर्ने कार्यहरूको परिकल्पना गर्न सहभागीहरूलाई सहायता पुर्याउने छ। विभिन्न गतिविधिहरूलाई कार्डमा चित्रण गरेर कुनचाहिँ काम पहिले गर्ने भनी समूहमा छलफल गर्नु उपयुक्त हुन्छ।

##### क्रमबद्ध निर्देशिका

१. केहि कार्डहरूमा यो परियोजना पूरा गर्नका लागि आवश्यक उद्देश्य, लक्ष्य र क्रियाकलापहरूको सूची बनाउनुहोस् र त्यसलाई डोरी वा तारमा समूह गरी झुण्डयाउनुहोस्।
२. ती कार्डहरूमा भएका गतिविधिहरू क्रमसँग पर्ने गरी त्यसलाई पुनः मिलाउनुहोस्।
३. प्रत्येक गतिविधिहरू कसरी गर्ने र यसका लागि के कस्तो क्षमता र अनुभवहरूको खाँचो पर्छ छलफल गर्नुहोस्।
४. प्रत्येक क्रियाकलाप गर्ने उत्तम समय कहिले हो र कसले गर्ने, छलफल गर्नुहोस्।
५. परियोजनाको योजना तयार गर्दा आवश्यक पर्ने सक्ने अतिरिक्त ज्ञान प्राप्त गर्न पृष्ठ सङ्ख्या १२८ मा भएको दृष्यमय निर्देशिकाको प्रयोग गर्नुहोस्।





### भाग ३: कामका लागि योजना बनाउनु

#### कदम ५: दृष्यावलीहरु

यसो गर्ने अर्को उपयोगी तरिका कल्पना गर्नु हुनसक्छ। परियोजना संचालन भएको छ महिना भइसकेको र तल देखाइएका मानिसहरुले त्यसमा विभिन्न भूमिका खेलेका अनि सबै कुरा कसरी भए भनेर आफ्ना अनुभूतिहरु व्याख्या गरिरहेका कल्पना गर्न लगाउनु होस। मानिसहरुलाई आ-आफ्नो भूमिकाको बारेमा विचार गर्न १० मिनेटको समय दिनुहोस् र पछि समूहमा ती विचारहरु बाँड्न दिनुहोस्। आएको कुन चिन्तनले डर भल्काउँछ र यस परियोजनामा कुनचाहिँ कुरा सुधार ल्याउन आवश्यक पर्छ, ध्यान पुऱ्याउनुहोस्। साथै कुन भावना असल छ, जसले परियोजनालाई सफलतातर्फ उन्मुख गर्छ, अनि हालको योजनामा त्यो भावना छ कि छैन जाँच्नुहोस्। छैन भने परियोजनामा त्यसलाई समावेश गर्नुहोस्।



#### १. सामुदायिक सदस्यहरु:

विगत छ महिनादेखि तपाईंहरु यस परियोजनामा संलग्न हुनुहुन्छ। यसका ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने राम्रा कुराहरु र चुनौतिपूर्ण कुराहरुको बारेमा व्याख्या गर्न गइरहनुभएको छ।



#### २. मण्डलीका अगुवा:

सुरुदेखि तपाईंले परियोजनालाई सहयोग गरिरहनुभएको छ। यसलाई सञ्चालन गर्दा मण्डली र समुदायमा के असर पऱ्यो र यसलाई सञ्चालन गर्दा समूहमा के प्रभाव पऱ्यो, यसबारे तपाईं बाँड्दै हुनुहुन्छ।



#### ३. सहभागी समुदायका सदस्यहरु:

गत तीन महिनादेखि तपाईंले यस समुदायसंग सहकार्य गरिरहनुभएको छ। यति छोटो समयमै तपाईं यसमा कसरी सहभागी हुनुभयो त्यसबारे समुदायलाई बताउनुहुनेछ। तपाईंलाई अरु मानिसहरुले कसरी ग्रहण गरे र तपाईंले आफ्ना सीप तथा अनुभवहरु कसरी प्रयोग गर्नुभयो त्यो पनि बताउनुहुनेछ।



#### ४. स्थानीय संयोजन समूहको सदस्य:

तपाईं यस परियोजनामा १ वर्षसम्म संलग्न हुनुभयो। यसलाई सञ्चालन गर्न गत ६ महिनादेखि सक्रिय सहयोग गरिरहनुभएको छ। गएको १८ महिनामा आएका उत्साह र चुनौतिका कुराहरुलाई बाँड्दै हुनुहुन्छ।

#### कदम ६: योजनाको पुनरावलोकन

दृष्यावलीहरु र त्यसबाट पाएका शिक्षालाई समावेश गरिसकेपछि परियोजनाले समूहका सबै कुराहरुलाई समेटेको र उनीहरुले गर्न चाहेका कुरामा स्पष्ट पार्न पुनरावलोकन गर्नु राम्रो हुन्छ।



### कदम ७: परियोजना संचालनको ढाँचा

परियोजना बनाउने तथा संचालन गर्ने बारेमा विचार गर्नुभन्दा पहिला यसले समूहका मानिसहरूलाई कसरी सहयोग पुऱ्याउँछ, भनी विचार गर्नु आवश्यक हुन्छ। तल विभिन्न संरचनाहरू छन् जसमध्ये कुनै एउटा छनौट गर्न सक्नुहुन्छ। स्थानीय संयोजन समूह तीमध्ये कुनै एउटा संरचनामा मिल्न सक्छ वा तिनीहरूमध्येकै प्रतिनिधिहरू समावेश गरी एउटा सानो समूह गठन गर्न सकिन्छ।



#### क) परियोजना कार्य समूह

परियोजनाको अवधीमा गठन गरिने यो एउटा समूह हो। समुदायमा भएका विभिन्न परियोजनालाई सहायता पुऱ्याउन यस्ता थुप्रै कार्यसमूहहरू गठन गर्नु राम्रो हुन्छ। यी विभिन्न परियोजना कार्य समूहहरू स्थाससप्रति जवाफदेहि हुन्छन्। यसको संयोजक वा अगुवा छान्ने काम सबभन्दा पहिलो र महत्त्वपूर्ण हो जसले समूहको काम ठीक भए नभएको रेखदेख गर्छ।



#### ख) परियोजना समिति

यो एउटा विशेष भूमिका र कार्य सहितको औपचारिक समूह हो र यसले एउटा विशेष समयवधिभित्र थुप्रै परियोजनाहरूलाई रेखदेख गर्ने क्षमता राख्छ। विभिन्न भूमिकाभित्र अध्यक्ष वा संयोजक, सचिव, कोषाध्यक्ष र समूहका सदस्यहरू पर्दछन्। यसले अरु नयाँ सदस्यहरूको चुनाव गर्न मानिसहरू छान्छ। यसको आफ्नै नियमावली हुन्छ। परियोजना समितिले कहिलेकाहीं विशेष परियोजनाका लागि कार्यभार लिएका स-साना उप-समितिलाई पनि रेखदेख गर्छ जसअन्तर्गत खानेपानी तथा फोहोर व्यवस्थापन, गाईवस्तु तथा स्वास्थ्य जस्ता उप-समितिहरू पर्दछन्।



#### ग) सामुदायिक संस्था

कानुनी हैसियत सहित आफ्नै नियमावली र भूमिका भएको निर्वाचित सदस्यहरूको यो एउटा समूह हो। यो एकदमै औपचारिक हुन्छ तर कानूनी मान्यता प्राप्त संस्था भएकोले कोषको अभिवृद्धिका लागि यो स्थानीय प्रशासन र अन्तराष्ट्रिय एजेन्सीहरूमा जान सक्छ। परियोजना समितिले वर्षौंसम्म गरेको मेहनतको फल यो हो। (अझ राम्रोसँग सामुदायिक संस्थाको गठन र सञ्चालनका लागि पृष्ठ सङ्ख्या १७०-१७४ हेर्नुहोस्)

### चिन्तन

तपाईंको समुदायका लागि अहिले एकदमै उपयुक्त संरचना कुन हुनसक्छ ?

के तपाईं हाल भइरहेको संरचनाअन्तर्गत नै रहेर काम गर्न सक्नुहुन्छ, कि नयाँ संरचना सृजना गर्नु पर्ला ?

## भाग ४: सिकाइ र चिन्तन

सबै कुरा राम्ररी भयो वा भएन तथा सँगसँगै काम गर्दा सिकेका कुराबाट कसरी योजनाको काम सम्पन्न हुनसक्यो भनी मूल्याङ्कन र चिन्तन गर्न मण्डली र समुदायका लागि यो एउटा महत्त्वपूर्ण भाग हो ।

भाग १ मा चिन्तन: परिकल्पना गर्नु

१. “सपनाहरु” देख्ने कुरालाई समुदायसँग कसरी राम्रोसँग व्यवस्थित गर्नुभयो ?

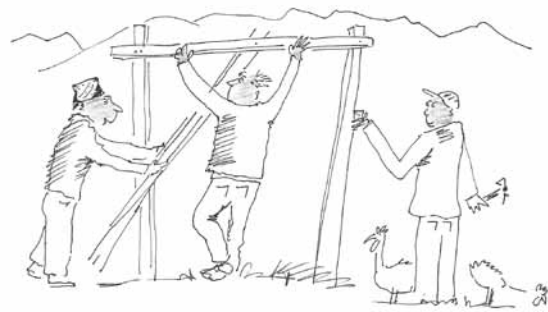
२. के कुरा राम्रो भयो र अर्को पटकमा कुन कुरा राम्ररी गर्नुपर्छ ?



भाग २ मा चिन्तन: पछि के गर्ने भनी स्पष्ट पार्ने

१. समुदायले भोगिरहेको मुख्य समस्याको वारेमा के सबैको बुझाइ एउटै छ ?

२. हामीले सम्बोधन गर्नुपर्ने आवश्यकताहरुलाई समुदायले कति राम्रोसँग प्राथमिकता दिन सक्यो?

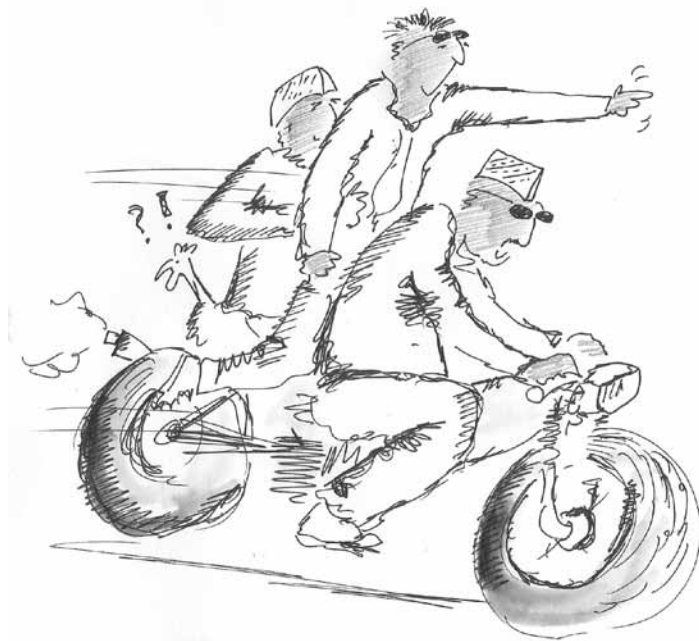


भाग ३ मा चिन्तन: कामका लागि योजना

१. हामीले सँगसँगै कस्तो योजना गर्छौं ?

२. के हामीले बनाएको योजना वास्तविक र साकार पार्न सकिने खालको छ ?

३. हामीले गर्ने निर्णय गरेका कामहरुको प्रगति कसरी मापन गर्न गइरहेका छौं ?





चरण ४:  
कार्य थालनी



## चरण ४ समग्रमा: कार्य थालनी

यस चरणको उद्देश्य:

परियोजना संचालन गर्दा दैनिक आवश्यक पर्ने पक्षहरूमा परियोजना कार्यसमितिलाई सहायता गर्ने

यस चरणका विषयवस्तुहरू

यस चरणमा परियोजनाको व्यवस्थापन र संचालनका लागि सहयोग गर्न थुप्रै गतिविधि, सामग्रीहरू र विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ। क्रियाकलापहरू र सामग्रीहरू एउटै प्रकारले गर्नुपर्छ, भन्ने छैन तर परिस्थितिअनुसार गर्न सक्नुहुन्छ।

सामग्री र गतिविधिहरूको प्रयोग गर्दा खण्ड १२ को सिकाइ र चिन्तनमा सोधिएका प्रश्नहरू हेर्न जरुरी हुन्छ।

१. नहेम्याहको बारेमा बाइबल अध्ययन

२. परियोजनाको उद्देश्य र प्राथमिक कामहरूमा स्पष्ट हुनु

३. परियोजनाको अनुगमन कसरी गर्ने

४. काम बाँडफाँड

५. मानिसहरूको कदर र व्यवस्थापन

६. आफैलाई कसरी उत्प्रेरित गर्ने

७. टोली बनाउने

८. बैठक कसरी प्रभावकारी बनाउने

९. अरुलाई कसरी जानकारी गराइराख्ने

१०. परियोजनाको लगत राख्ने

११. विशेषज्ञबाट सरसल्लाह लिने

१२. सिकाइ र चिन्तन



## १. बाइबल अध्ययन - कार्यान्वयन र अनुगमन



## नहेम्याहले पर्खाल पुनःनिर्माण गरेको

खण्ड क: सँगसँगै काम गर्नु

नहेम्याह २:१७-३:३२ पढ्नुहोस्



पृष्ठ सङ्ख्या ६८ मा नहेम्याहले यरुशलेमको पर्खाल निर्माण गर्नुपर्ने आवश्यकता देखेको कुरा हेर्नुहोस् । यो अनुच्छेदमा हामी पर्खालको वास्तविक पुनर्निर्माणको लागि सबै कुरा संगठित गर्न उनले खेलेको भूमिका हेर्नेछौं ।

१. यस अनुच्छेदमा के भइरहेको छ ?

२. के यो कार्य नहेम्याह र उनका नोकरले मात्र गरेका छन् ? यस कार्यमा अरु को को सहभागी छन् ? यसमा सहभागी भएका व्यक्तिहरूमा: पुजारी (३:१,२२,२८), सुनारहरू, अत्तर बनाउनेहरू र व्यापारीहरू ( ३:८,३२), प्रशासक र अधिकारीहरू (३:१२), स्त्रीहरू (३:१२), स्थानीय वासिन्दाहरू (३:१३,२३,३९) र पहरेदारहरू (३:२९) ।

३. यसरी थुप्रै व्यक्तिहरू समावेश हुँदा पर्खालको पुनर्निर्माण छिटो कि ढिलो भयो ?

४. तपाईंको समुदायमा सँगसँगैमा सहभागी भइसकेको कोही हुनुहुन्छ ? तपाईं ? अब सहभागी हुन को उत्साहित छ ?

५. नहेम्याहले सबै खाले मानिसहरूलाई सहभागी गराए – धनी र गरीब, महिला र पुरुष, स्थानीयबासी र टाढामा बस्नेहरू । तपाईंको परियोजनामा सहभागी हुन चाहनेहरूलाई कसरी सहायता गर्नुहुन्छ ?

खण्ड २: अफ्थारोहरूमाथि विजयी हुनु

नहेम्याह ४:१-२३ पढ्नुहोस्

१. यस अनुच्छेदमा के भइरहेको छ ?

२. नहेम्याह र पर्खालको पुनर्निर्माणमा संगलग्नहरूले के कस्ता अफ्थाराहरूको सामना गरे ?

३. तपाईंले चलाएको परियोजनाले के कुनै अफ्थारोको सामना गरिरहेको छ ?

४. नहेम्याहले यी अफ्थारा कुराहरूको सामना गर्न कुन तरिका अपनाए ? सहायताका लागि प्रार्थना गरे (पद ४), मानिसहरूलाई उत्साहित गराए (पद १४), र काम गर्न थाले (पद २१-२३) ।

५. तपाईंले सामना गरिरहेको अफ्थारोप्रति तपाईं कसरी प्रतिक्रिया गर्नुहुन्छ ?

२. परियोजनाको उद्देश्य र प्राथमिक कामहरूमा स्पष्ट हुनु

परियोजनाको सुरुवात गरिसकेपछि, यसको उद्देश्यको बारेमा सामान्य छलफल गर्नु राम्रो हुन्छ। छलफल गर्दा तलका बुदाँहरू समावेश गर्नुहोस्:

१. समूहलाई परियोजनाको उद्देश्य याद दिलाउनुहोस्।
२. बैठकका लागि मिति र स्थानमा सहमति जुटाउनुहोस्।
३. सहभागीहरूको भूमिका र उत्तरदायित्व याद दिलाउनुहोस्।
४. परियोजनाको आशा र चुनौतिहरूका बारेमा छलफल गर्नुहोस्।
५. आउन सक्ने चुनौतिहरू र तिनको सामना कसरी गर्न सकिन्छ, पहिचान गर्नुहोस्। यसका लागि पृष्ठ सङ्ख्या १२२ मा भएको हामीलाई के कुराले पछाडि धकेल्न सक्छ, भन्ने विषयमा मिनीबस अभ्यास गर्नु राम्रो हुन्छ।





### ३. परियोजनाको अनुगमन कसरी गर्ने

संचालित परियोजनाले कति मानिसको जीवनमा परिवर्तन ल्यायो र के-के काम भइरहेको छ, भनी जान्न यसको प्रगति मापन गर्नुपर्छ। परियोजना कसरी अघि बढिरहेको छ, त्यसबारे सूचनाहरू सङ्कलन गर्नु नै अनुगमन हो। नियमित रूपमा हाजिरी लगत, समुदायबाट आएका प्रतिक्रिया र सुझावहरू तथा उनीहरूका लागि परियोजना कसरी सहयोगी भएको छ, र बजेट तथा खर्चको पुनरावलोकन कस्तो छ, भन्ने कुराहरू यसमा समावेश हुन्छन्। परियोजनाको अन्तमा मूल्याङ्कन गर्नका लागि अनुगमनले थुप्रै उपयोगी सूचनाहरू प्रदान गर्दछ।

परियोजनाको अनुगमन गर्दा सोध्नुपर्ने मुख्य तीन प्रश्नहरू तल छन्:

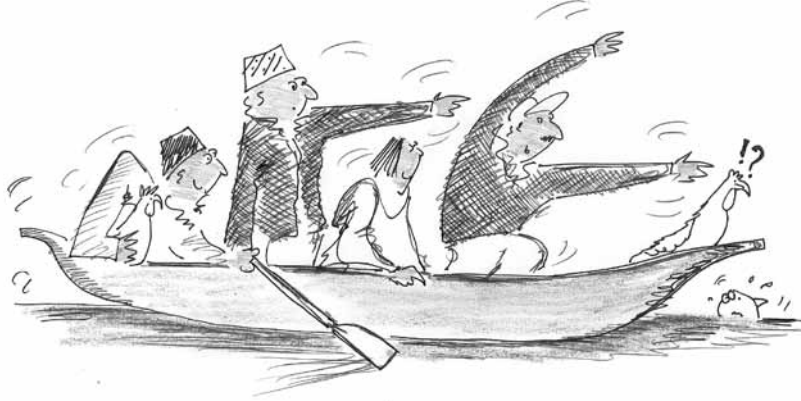
गछौं भनेका कुरा के हामीले गरिरहेका छौं ?



के हामीले परिवर्तन ल्याइरहेका छौं ?

के हामीसँग भएको स्रोत र सीपहरू अझ प्रभावकारी रूपमा प्रयोग गर्न सक्छौं ?

नियमित रूपमा यी प्रश्नहरूमथि चिन्तन मनन भएको छैन भने नचाहेको दिशातर्फ बढिरहनु सम्भव हुन्छ ।



उदाहरणका लागि, स्थानीय विद्यालयको भवनको अनुगमनमा तलका प्रश्नहरू उपयोगी हुन सक्छन्:

- विद्यालयको भवन निर्माणका लागि के हामीसँग आवश्यक स्रोतहरू छन् ?
- के विद्यालय राम्रो मापदण्डअनुसार बन्दैछ ?
- के सबैजना एउटै टोलीमा रहेर काम गर्दैछन् ?
- के सीपहरू प्रभावकारी प्रकारले प्रयोग गरिँदैछ ?
- के परियोजना बजेटभित्रै छ ?

#### बजेटको अनुगमन

बजेट अनुगमन गर्न खर्चसँग यसको तुलना गर्नु पर्छ । यसलाई नियमित रूपमा गरिरहनुपर्छ ताकि आवश्यक परेको खण्डमा फेरबदल गर्न सकियोस् ।

विवरण	बजेट	खर्च
काठ खरीद	रु. ६०,०००	रु. ४५,०००
सिमेन्ट खरीद	रु. २०,०००	रु. २२,५००
गिट्टी तथा बालुवा खरीद	रु. ९,५००	रु. १०,०००
ईट्टा खरीद	रु. ३५,०००	रु. ३२,०००
गाह्रो लगाउनेको ज्याला	रु. २५,०००	रु. ३०,०००
टिनको छाना	रु. १२०,०००	रु. ९५,०००
जम्मा	रु. २,६९,५००	रु. २,३४,५००



अनुगमन तालिका				
परियोजना गतिविधिहरूको सूची	कामहरू कहिले सुरु भए ?	काम कस्तो भयो ? के सुधार गर्न सकिन्थ्यो ?	कामहरूको जानकारी कसले सङ्कलन गर्‍यो ?	भएका कामहरूद्वारा कुन सकारात्मक नतिजा आयो ?
१				
२				
३				
४				
५				
६				
७				
८				

भइरहेको कामको अनुगमन गर्ने योजना बनाउन यो तालिका उपयोगी हुन्छ। सम्भव भएमा यसलाई ठूलो कागजमा कोर्नुहोस् र सार्वजनिक बैठकमा पुनरावलोकन गर्नुहोस्। पृष्ठ सङ्ख्या ८७-९६ सम्म भएको सूचना सङ्कलन खण्डमा भएका तालिकाहरूलाई पनि प्रयोग गर्नु राम्रो हुन्छ ताकि सुरुवातको अवस्था र हालको अवस्था थाहा पाइयोस्।

लगत उपयोगी छ, सत्य छ, र काम लाग्दो छ अनि राम्रोसँग तयार गरी राखिएको छ, भन्ने कुरामा पक्का हुनुहोस्।



#### ४. हामीले के कार्यविभाजन गर्नुपर्छ ?

संयोजकको मुख्य भूमिका कामको कार्यविभाजनको बारेमा विचार गर्नु हो । प्रत्यायोजन कुनै निश्चित काम निश्चित मानिसहरुलाई दिनु हो ।

कार्यविभाजन एकदमै महत्त्वपूर्ण छ किनकि यसले समय उपलब्ध गराउँछ । यसले काम प्रभावकारी ढङ्गले सम्पन्न गर्न र मानिसहरुलाई बढी उत्प्रेरित, आत्मविश्वासी र क्षमतावान हुन सहायता पुऱ्याउँछ । यसले परियोजनाका संयोजकको कामको भार पनि कम गराइदिन्छ । सफल कार्यविभाजनका लागि यहाँ ८ साधारण क्रियाहरु दिइएको छ:



क्रिया १: कसलाई कार्यविभाजन गर्ने भनी निर्णय गर्नुहोस् ।

क्रिया २: कामको कार्यविभाजन गर्दाको फाइदा र महत्त्व दर्शाउनुहोस् ।

क्रिया ३: कामलाई भाग-भाग पार्नुहोस् र कहाँनिर कस्तो सहायताको खाँचो छ निर्णय गर्नुहोस् ।

क्रिया ४: आवश्यक परेको खण्डमा काम गर्ने व्यक्तिलाई तालिम प्रदान गर्नुहोस् ।

क्रिया ५: सुरक्षित वातावरणमा नै उक्त कामको अभ्यास गर्न लगाउनुहोस् अनि सुझाव र प्रतिक्रियाहरु दिनुहोस् ।



क्रिया ६: आवश्यक परेमा कामको सुपरिवेक्षण गर्नुहोस् ।

क्रिया ७: पृष्ठपोषणका लागि सँगसँगै बस्नुहोस् ।

क्रिया ८: भएका कामहरुमा उत्साह मनाउनुहोस् र काम गर्ने व्यक्तिलाई प्रोत्साहन दिनुहोस् ।

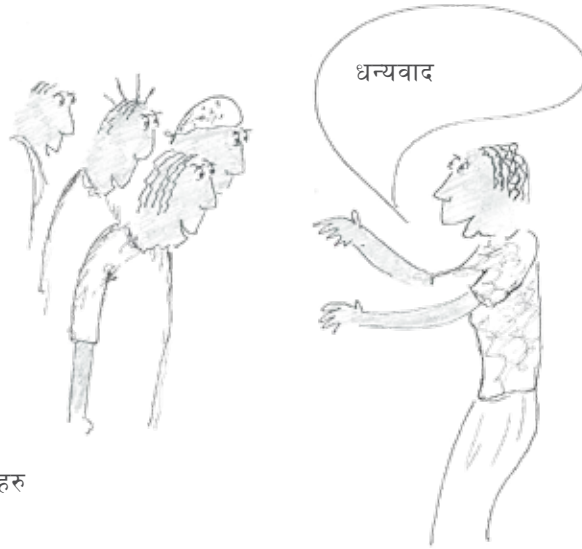


## ५. मानिसहरुको कदर र व्यवस्थापन

परियोजना संचालन गर्दा मानिसहरुलाई प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा सम्लग्न गराउनुपर्ने हुन्छ। हामीले दिएको उत्साह र समर्थनले नै परियोजनाप्रति उनीहरुको समर्पण र लगाव राख्दछ। यसका लागि मानिसहरुको कदर गर्दै बेलाबेलामा पृष्ठपोषण दिने गर्नुपर्छ।

मानिसहरु मुल्यवान छन् भनी देखाउने केही उपायहरु:

१. पहिलो दिनमा उनीहरुलाई स्वागत गर्ने।
२. उनीहरुले गरेको काम सानै किन नहोस् त्यसको लागि धन्यवाद दिने।
३. उनीहरुको विचार सोध्ने र सुन्ने।
४. उनीहरुप्रति अभिरुचि देखाउने।
५. प्रमुख काम सम्पन्न भइसकेपछि उनीहरुसँग उत्सव मनाउने।
६. उनीहरुलाई तालिमको अवसर प्रदान गर्ने।
७. उनीहरुका अनुभवहरुलाई मण्डली वा समुदायमा बाँड्न उत्साह प्रदान गर्ने।
८. उनीहरुलाई सूचना पत्रिकाहरु प्रदान गर्ने।



सकारात्मक प्रतिक्रियाका लागि नियमहरु

- ◆ लगातार दिनुपर्छ।
- ◆ विविधता हुनुपर्छ।
- ◆ इमान्दार हुनुपर्छ।
- ◆ सफलता प्राप्तिका लागि उपयुक्त हुनुपर्छ।
- ◆ एकनास हुनुपर्छ।
- ◆ समय समयमा हुनुपर्छ।
- ◆ सम्भव भएसम्म प्रत्येकका लागि उपयुक्त हुनुपर्छ।

गर्नुपर्ने काम

मानिसहरुलाई कदर गर्नका लागि हाल अवलम्बन गरिएको उपाय र अझ राम्रो उपायको सूची बनाउनुहोस्।

६. आफैलाई कसरी उत्साहित बनाइराख्ने



परियोजनाको अवधीभर मानिसहरूलाई अभिप्रेरित र उत्प्रेरित गराइराख्नुपर्छ । यसका लागि विभिन्न तरिकाहरू छन्:

१. यस निर्देशिकामा भएका वा आफूलाई उपयुक्त लागेको वाइबल अध्ययनहरू ।
२. परियोजनाको अवधीमा भएका मुख्य सफलताहरूमा रमाहट गर्ने अवसरहरू ।
३. सम्भव भएमा प्राप्त सफलताहरूलाई स्थानीय पत्रपत्रिका वा रेडियोद्वारा प्रचार प्रसार ।
४. कुनै कुनै परियोजनामा समुदायमा उत्पादन भएका सरसामग्रीहरूलाई स्थानीय प्रदर्शनीमा राख्नु राम्रो हुन्छ ।
५. प्रर्याप्त कोष भएमा परियोजना टोलीलाई परियोजनाको लोगो सहितको गन्जी वा टोपी दिने ।
६. “साइकल क्रियाकलाप” गर्ने ।

## साइकल क्रियाकलाप

जब एउटा समूह गठन भएर परियोजना सुरु हुन्छ, तब टोलीमा भएकाहरुले सँगसँगै काम गर्नुपर्छ। त्यसका लागि कार्यभार र जिम्मेवारीको पनि बाँड्फाड् गर्नुपर्छ। भैरहेको काममा समूह वा समितिले एका-अर्कालाई सहयोग गर्दैछ भन्ने कुरामा सन्तुलन हुनुपर्छ।

यसलाई बुझ्न साइकल क्रियाकलापको प्रयोग गर्न सक्छौं। यसमा गर्नुपर्ने आवश्यक कामलाई सहयोग पुऱ्याउने क्रियाकलापहरु पछाडिको पाङ्ग्राको तल हुन्छ, र समूहको एकता र भावनालाई कायम राखिराख्न सहयोग पुऱ्याउने क्रियाकलाप अगाडिको पाङ्ग्राको तल हुन्छ।



कामलाई सहायता पुऱ्याउने गतिविधि

समूहको बीचमा राम्रो वातावरण कायम राख्न सहयोग पुऱ्याउने क्रियाकलापहरु

१. अग्रसरता: समूहलाई कामको लागि अग्रसर बनाउने। नयाँ सुझावहरु, छलफलका विषयहरु वा योजनाको बारेमा बोल्न आग्रह गर्ने।
२. सूचनाहरुको लागि आग्रह गर्ने: समूहका स्रोतहरुलाई लेख्ने र त्यसमा प्राप्त हुन सक्ने सूचनाहरुलाई पत्ता लगाउने।
३. जानकारी वा तथ्यहरु दिने अथवा सम्बन्धित अनुभवहरु बाँड्ने
४. आफ्ना धारणाहरु राख्न आग्रह गर्ने: प्राप्त सुझावप्रति मानिसहरुले कस्तो विचार र अनुभूति राख्छन् भन्ने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ।
५. आफ्ना धारणाहरु राख्न आग्रह गर्ने: कति जना धेरै बोल्छन् भने कतिले थोरै मात्र। कहिलेकाँही सबै धारणाहरु प्राप्त गर्ने छिटो तरिका पनि पत्ता लगाउने।
६. व्याख्या गर्ने: बुँदालाई स्पष्ट पार्न व्यवहारिक उदाहरणहरु दिने।
७. स्पष्ट पार्ने: यसलाई स्पष्ट पार्न विभिन्न प्रश्नहरु सोध्ने वा बुँदाहरुलाई दोहोऱ्याउने।
८. सारांश: मुख्य बुँदालाई विस्तृत व्याख्या गर्ने।
९. उत्साह दिने: मित्रभाव राख्ने, अरुले दिएको सुझावलाई कदर गर्ने र त्यसअनुसार अरुलाई प्रोत्साहन र कदर गरेको देखाउने।
१०. पहरेदारी गर्ने: चुप बस्ने व्यक्तिलाई छलफलको मौका दिने।
११. मापदण्ड तय गर्ने: उदाहरणका लागि “अरु कुरामा नअल्मलिईकन मुख्य बुँदाँमा छलफल गरौं”
१२. अप्ठ्यारो कुराहरु मापन गर्ने: उदाहरणका लागि “थप जानकारी नपाएसम्म हामी यो निर्णय गर्न सक्दैनौं।”
१३. व्यक्तिगत र समूहगत अनुभव राख्ने: उदाहरणका लागि “मलाई अल्छी लाग्यो। यो सानो कुरामा हामीले घण्टौं लगायौं।”
१४. सन्तुलन राख्ने: द्वन्दमा भएकाहरुलाई एकाअर्काको दृष्टिकोण बुझ्न सहायता गर्ने।
१५. मुल्याङ्कन गर्ने: समूहले गरेको कामको बारेमा धारणा र प्रतिक्रिया राख्ने अवसरको सृजना गर्नुहोस्।
१६. चिन्ता हटाउने: समस्यालाई बृहत विषयवस्तुसँग गाँस्ने वा समय सुहाउँदो रमाइलो ठट्टा गर्ने।

यसपछि समूहको काम र त्यसमा सुधारको आवश्यक सम्बोधन गर्ने सूची बनाउनुहोस्।

### ७. टोली निर्माण

परियोजनाको अवधिभर नै टोलीलाई संगसंगै काम गर्न सहायता गर्ने अवसर हेरिराख्नुपर्छ। तिनीहरू कस्तो खालको टोलीमा छन् भनी पुनरावलोकन गर्न र सुधार गर्नका लागि तलको क्रियाकलापले टोलीलाई सहायता पुऱ्याउँछ।

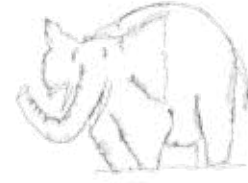
#### अ) चित्र कोर्ने खेल

उद्देश्य

हामी कस्तो खालको समूह हौं र यसलाई अझ राम्रो बनाउन के-कस्तो सुधार गर्न सकिन्छ भनी विचार गर्ने

क्रमबद्ध निर्देशिका

१. हामी समूह, संस्था वा मण्डलीको स्वभाव र गुणको बारेमा विचार गर्न गइरहेका छौं भनी समूहलाई बताउनुहोस्।
२. प्रत्येक सदस्यलाई बोलाई समूहको स्वभाव र गुण चित्रण गर्ने जनावरको चित्र कोर्न लगाउनुहोस्।
३. प्रत्येक चित्रलाई भित्तामा टाँस्ने र चित्र किन कोरेको भनी व्याख्या गर्न लगाउनुहोस्।
४. समान र फरक विचारलाई लेख्नका लागि कागजको ठूलो पाना प्रयोग गर्नुहोस्।
५. समूहले भविष्यमा कसरी उत्तम गर्न सक्छ होला भनेर छलफल गर्नुहोस्।



सुभावहरू

कोरिएका चित्र हरेक सहभागीले देख्न सक्ने गरी ठूलो हुनुपर्छ।

चित्र कोर्ने मानिसहरूले अफ्ठ्यारो मानेमा जनावरहरूको तस्वीर दिई त्यसको बारेमा भन्न लगाउने वैकल्पिक उपाय सोच्नुहोस्।



आ) फिलपचार्ट अभ्यास

कागजको ठूलो पाना वा फिलप चार्टको बीच भागमा एउटा रेखा कोर्नुहोस् र त्यसको एक भागको शीर्षकमा “हाम्रो समूहमा कायम राख्ने कुरा” र अर्को भागको शीर्षकमा “हामीले परिवर्तन गर्नुपर्ने कुरा” लेख्नुहोस् ।

टोलीका सदस्यहरूलाई स-साना कागजका टुक्राहरूमा विचार लेख्न लगाउनुहोस् र त्यसलाई उपयुक्त भागमा टाँस्न लगाउनुहोस् ।

त्यसपछि, यी प्रतिक्रियाहरूलाई साभ्ना शीर्षकमा समूहकृत गरी छलफल अगाडि बढाउनु होस् ।

कायम राख्नुपर्ने कुराहरू	परिवर्तन गर्नुपर्ने कुराहरू

इ) टोलीको प्रगति मूल्याङ्कन

कसरी उनीहरूले सँगसँगै काम गरे, त्यसबारे मनन गर्न लगाउनु टोलीलाई निर्माण गर्ने एउटा तरिका हो । एउटा विशेष काम सम्पन्न भइसकेपछि यो अभ्यास गर्नु राम्रो हुन्छ । कुनै विशेष कामपछि तपाईंको टोलीलाई तलको प्रश्न सोध्नुहोस् र उनीहरूले दिएको उत्तरमा छलफल गर्नुहोस् ।

१. काम सम्पन्न गर्न सहायता पुऱ्याउन तपाईंको टोलीले कुन काम गर्‍यो ?
२. काम सम्पन्न गर्ने कुरामा कुन कुराले बाधा दियो ?
३. कुनचाहिँ कुरा तपाईं फरक तरिकाले गर्न चाहनुहुन्छ ?
४. टोलीको प्रभावकारीताको बारेमा के सिक्नुभयो ?

८. बैठकलाई कसरी प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ

कहिलेकाहीं बैठक लामो र दिक्क लाग्दो हुन्छ। बैठकलाई कसरी गुणस्तर र प्रभावकारी बनाउन सकिन्छ भनी विचार गर्न यस खण्डले सहायता पुऱ्याउँछ। निर्णयमा कसरी सुधार ल्याउने र समूहको गतिलाई कसरी अवलोकन गर्ने सो विचार गर्न पनि यो खण्ड सहयोगी हुन्छ।



बैठकका लागि उपयोगी प्रश्न र सुझाव तल प्रस्तुत गरिएको छ।

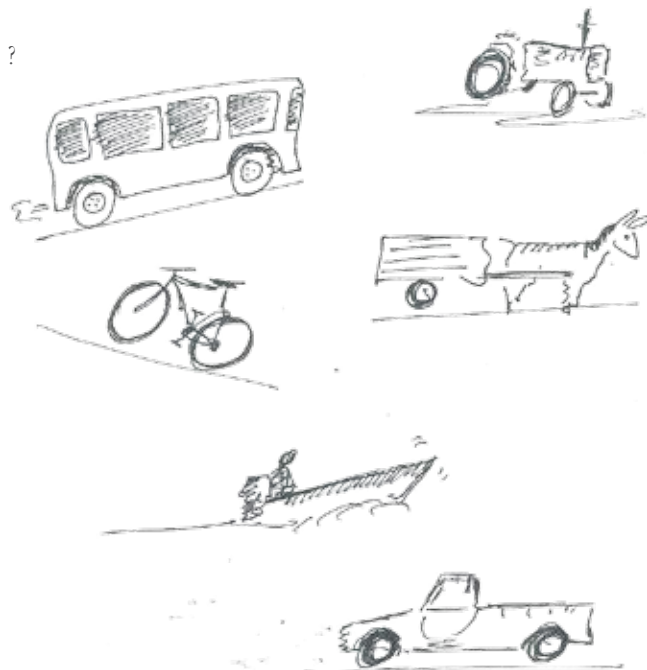
अ) बैठकलाई सवारीको साधनसँग तुलना गर्ने

बैठकलाई सवारीको साधनसँग तुलना गरी विचार गर्नुहोस्। यो के हुन सक्छ ?

यसलाई कोर्नुहोस् र बाँकी समूहसँग बाँड्नुहोस्।

साझा शीर्षकहरु के-के हुन् ?

तपाईंले सम्बोधन गर्नुपर्ने कुनै कुरा छ ?



आ) प्रभावकारी बैठकका लागि जाँच गर्नुपर्ने बुदाँहरू

बैठक अघि

- ◆ किन बैठक बसेको भन्नेमा के सबै प्रष्ट छन् ?
- ◆ बैठक कहिले हुँदैछ के सबैलाई प्रयाप्त जानकारी छ ?
- ◆ के मानिसहरूलाई बैठकको प्रस्तावना र कागजपत्र पहिले नै चाहिन्छ?
- ◆ प्रस्तुत गर्ने कुराको लागि प्रयाप्त समय थियो?
- ◆ के चिया खाजा बन्दोवस्त गर्नुपर्छ ? बीच बीचमा खाली समय पनि चाहिन्छ ?
- ◆ के मानिसहरू आउनुभन्दा पहिले नै ठाउँ तयार गर्नुपर्छ ?



बैठकको अवधिमा

- ◆ के नयाँ सदस्य तथा आगन्तुकहरूलाई स्वागत र परिचय गर्ने काम भयो?
- ◆ के सबै मानिसहरू आए ?
- ◆ के छलफल सकारात्मक छ ?
- ◆ के कुनै निर्णय भएको छ ?
- ◆ के सबै सहभागी भएका छन् ?
- ◆ बैठक प्रस्तावनाअनुसार नै भइरहेको छ के, अध्यक्षले ख्याल गरिराख्नुभएको छ ?
- ◆ के बैठक समयअनुसार चल्दैछ ?
- ◆ निर्णय गर्नुभन्दा पहिले के अध्यक्षले यसलाई छोटकरीमा प्रस्तुत गर्नुभएको छ ?
- ◆ के सचिवले भएका छलफलको लगत र जिम्मेवारीको बारेमा लेखिराख्नुभएको छ ?



बैठक पछि

- ◆ मिनट्स बाँड्नुभन्दा पहिले के यसका मुख्य सदस्यहरूले हेर्नुभएको छ ?
- ◆ अर्को बैठक कहिले हुने सदस्यहरूलाई भनियो ?
- ◆ अर्को बैठकभन्दा पहिले नै के सबैलाई मिनट्स बाँडिएको छ ?
- ◆ अर्को बैठकको प्रस्तावना तयार गर्नका लागि समय छुट्याइएको छ ?



इ) निर्णय गर्ने सरल निर्देशिका

सानो परियोजना संचालनको एउटा चुनौति सही निर्णय लिनु पनि हो । सही निर्णय गर्नको लागि राम्रो तयारी गर्नुहोस् र उनीहरूले गर्ने निर्णयका लागि आवश्यक प्रयाप्त जानकारीहरू दिनुहोस् । ठीक निर्णय गर्ने प्रक्रियामा सहजता ल्याउन संयोजकले तलका प्रश्नहरूमा विचार गर्नुपर्छ ।

क) हामीले के निर्णय गर्ने कोसिस गरिरहेका छौं ? सबै जना यसमा स्पष्ट हुनुपर्छ ।

ख) अरु सम्भाव्यताहरू के-के छन् ? सकेसम्म धेरैलाई स्थान दिनुहोस् । विचार गर्नको लागि समय दिनु राम्रो हुन्छ ।

ग) प्रत्येक सम्भाव्यताहरूले कसरी काम गर्छ ? सकारात्मक र नकारात्मक विचार गर्नुहोस् ।

घ) कुन सुभाव वा सुभावहरूको संयोगलाई हामी छान्न सक्छौं ?

ङ) निर्णयका लागि हामीले के गर्नुपर्छ ?

च) कसले के, कहिले, कहाँ र कसरी गर्ने ?



'एउटा समूह त्यति बेलासम्म समुदाय वन्न सक्दैन जबसम्म एउटाले अर्कालाई आदर भावले सुन्ने बानीको विकास गर्दैन'

- आइभन पोवोरवस्की

## ई) समूहमा के कुरा अवलोकन गर्नुपर्छ

समूह बैठकमा सहजकार्य गरिरहेको व्यक्ति वा अध्यक्षले समूहको छलफललाई सफल निष्कर्षमा पुऱ्याउनका लागि उपयुक्त प्रतिक्रिया आइरहेको छ, छैन अवलोकन गर्नुपर्छ। हामीले तीन विभिन्न तहमा अवलोकन गर्नुपर्ने हुन्छ:

क) विषयवस्तु: समूहले के भन्दैछ ? प्रत्येक व्यक्तिले के भन्दैछ ?

ख) अव्यक्त भावहरु: उनीहरुले कस्तो भावमा प्रतिक्रिया देखाइराखेका छन् अवलोकन गर्ने। उदाहरणका लागि, संकेत, अनुहारको भाव, स्वरको उच्चारण, शरीरको हाउभाउ र बोलीको उतारचढाव आदि।

ग) भावहरु, मनोवृत्ति, वास्ता र लुकेका विषयवस्तुहरु: यी तत्वहरुले समूहको काम र जीवनलाई महत्त्वपूर्ण प्रभाव पारिरहेको हुन्छ। यसकारण यिनको लेखाजोखा राख्नुपर्ने हुन्छ। संवेदनशील अवलोकनले मानिसको भावना थाहा पाउन सकिन्छ तर यो सजिलै गलत अर्थ लाग्न सक्ने पनि हुनसक्छ। यसर्थ यसलाई मानिसको चाहना र मतलबसँग दाँज्नु जरुरी हुन्छ।



९. अरुलाई कसरी जानकार गराइराख्ने



परियोजनाको विकाससँगै यसको प्रगति विवरण मुख्य समूह वा व्यक्तिहरूसँग बाँडिराख्नु राम्रो हुन्छ । यसमा निम्न पक्षहरू समावेश हुनसक्छ:

- ◆ समुदाय र मण्डलीका अगुवाहरू
- ◆ स्थानीय प्रशासन
- ◆ त्यस भेगका अरु मण्डलीहरू
- ◆ सरकारी निकाय जस्तै: वन, फोहोरमैला तथा कृषि विकास विभाग आदि ।
- ◆ समुदायका सदस्य र इच्छुक समूहहरू ।

यसलाई विभिन्न तरिकाले गर्न सकिन्छ:

- ◆ फ्लिप चार्ट वा कागजको पाना प्रयोग गरी जानकारी गराउने ।
- ◆ सरकारी निकाय वा स्थानीय प्रशासनको बैठकमा प्रस्तावना प्रस्तुत गर्ने ।
- ◆ स्थानीय पत्रपत्रिका तथा रेडियोलाई समाचार तथा लेख प्रदान गर्ने ।
- ◆ सम्भव भएमा समुदायको बैठकमा नाटक तथा गीत प्रस्तुत गर्ने ।



## १०. परियोजनाको लगत राख्ने



परियोजनाको विकाससँगै यसका विभिन्न पक्षहरूको लगत राख्नु जरुरी हुन्छ, जसमा निम्न कुराहरू समावेश हुन्छन्:

- ◆ आधारभूत सर्वेक्षण (समुदायले पत्ता लगाएको आवश्यकताहरूको एउटा लेखा)
- ◆ परियोजनाको कार्य योजना (यसका सबै बुदाँहरू मिनिस अभ्यासबाट लिइएका हुन् ।)
- ◆ बजेट तथा खर्चहरू
- ◆ जिम्मेवारी र भूमिकाहरूको सूची
- ◆ प्रगति विवरण (परियोजनाको अनुगमन गर्दा सङ्कलन गरिएका सूचनाहरू)
- ◆ परियोजना योजना तालिका (कहिले के भयो देखाउनलाई प्रयोग गरिने भित्ते चार्ट) ।

परियोजनाको लगत राख्ने व्यक्ति प्रशासनमा दक्ष हुनुपर्छ ।

### ११. विशेषज्ञको राय लिने

तत्कालै चाहिने सीप र अनुभव सम्बन्धित विशेषज्ञको रायद्वारा लिनुपर्ने हुन्छ। यसमा सरकारी निकायहरू र संघसंस्थाहरूले सहायता पुऱ्याउन सक्छन्।

विशेषज्ञको राय उपलब्ध गराउन सक्ने सरकारी निकाय र संघसंस्थाहरूको सूची बनाउनुहोस्।





## १२. सिकाइ र चिन्तन

चरण ४ मा प्रयोग भएका सामग्री तथा क्रियाकलापहरू गर्दा तलका प्रश्नहरू हेर्नुहोस् । जसले तपाईंलाई सिकिराख्न र समुदायको सुधार गर्न सहायता पुऱ्याउँछ ।

१. प्रयोग गरेका सामग्री र क्रियाकलापहरूबाट कुन कुरा सिक्नुभयो ?
२. कसरी तिनीहरूलाई अझ राम्ररी प्रयोग गर्न सक्नुहुन्थ्यो ?
३. सम्लग्न मानिसहरूका लागि यसलाई अझ उपयुक्त बनाउन के गर्नु पर्ला ?
४. कुन क्रियाकलाप र सामग्री तपाईंले गर्नुभएन ? त्यसको लागि कुनै वधा थियो कि ? थियो भने कसरी त्यसलाई सम्बोधन गर्न सकिन्थ्यो ?





चरण ५:  
मूल्याङ्कन



## मूल्याङ्कनको उद्देश्य

परियोजना सम्पन्न भइसकेपछि वा एउटा महत्वपूर्ण विन्दुमा पुगिसके पछि सोधिने तीन मुख्य प्रश्न नै मूल्याङ्कन हो:

- ◆ गछौं भनेको कुरा के हामीले गर्थौं ?
- ◆ के हामीले परिवर्तन ल्याउन सक्यौं ?
- ◆ के हामीले आफ्ना स्रोत र सीपहरु प्रभावकारी रूपले प्रयोग गर्नसक्यौं ?

मूल्याङ्कनका मुख्य दुई उद्देश्य छन्:

- ◆ समुदायका सदस्यहरु (जसले सेवा पाइरहेका र परियोजनाका लागि रुपैया पैसा तथा अन्य स्रोतहरु उपलब्ध गराएका छन्,) प्रति जवाफदेहि हुनु ।
- ◆ गरिरहेको कुरालाई अझ सुधार गर्न के गर्न सकिन्छ, भनी सिक्नु ।

### १. जवाफदेहिता

परियोजनाले सहायता गर्ने समुदायका सदस्यहरु परियोजनाको व्यवस्थापन पक्षबाट जवाफ पाउन हकदार छन् यसर्थ:

- ◆ परियोजना कसरी चलिरहेको छ, उनीहरुले सोध्न सक्छन् ।
- ◆ परियोजना वा सेवाले कुनै परिवर्तन ल्याएको छ कि छैन भनी प्रतिक्रिया दिन सक्छन्
- ◆ निष्क्रिय सेवाग्राही मात्रै नभएर उनीहरु सशक्त स्रोत पनि बन्न सक्छन्

परियोजनालाई आर्थिक तथा अन्य स्रोत, क्षमता र समय उपलब्ध गराई सहायता पुऱ्याउनेप्रति निम्न कारणले जवाफदेहि हुनुपर्छ:

- ◆ पैसा राम्रोसँग सदुपयोग भएको प्रमाणित गर्न
- ◆ सकारात्मक परिवर्तन र असरको प्रमाण उपलब्ध गराउन
- ◆ दाता र परियोजनाको सहकार्यलाई सम्मान गर्न ।

### २. सिकाइ



परियोजनाका  
सहभागीहरु

परियोजनाका  
सहयोगीहरु

अनुभवहरुद्वारा सिकेका कुरा र पाठहरुलाई जम्मा गरी भविष्यमा यसलाई अझ सुधार गर्न सकिन्छ ।



## मूल्याङ्कनको लागि आवश्यक प्रश्न र सामग्रीहरू

परियोजना पूरा गरी मूल्याङ्कन गर्न लाग्दा, परियोजनाको अनुगमनको क्रममा तीनओटा मुख्य प्रश्नहरू सोध्न सकिन्छ ।



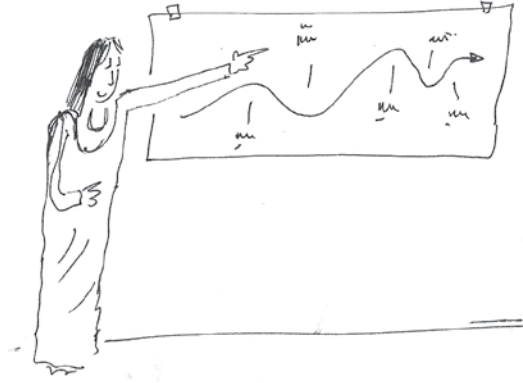
## १. गछौं भनेको कुरा के हामीले गर्नु ?

यसको उत्तरका लागि स्थाससले परियोजनाको योजनालाई हेर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसबाहेक, परियोजनाले सम्बोधन गर्न चाहेको सङ्कलित सूचनाहरूलाई पनि हेर्नुपर्छ। समस्या र सूचनाहरूप्रति पूरा जानकारी हुनको लागि समूह कार्य गर्नु जरुरी हुन्छ। यसो गर्दा हालसम्म भएका परिवर्तनहरू राम्रोसँग तुलना गर्न सकिन्छ।



यस प्रश्नको उत्तर दिन सहायता पुऱ्याउने एउटा उपयोगी सामग्री समय रेखा हो।

समूहलाई एउटा ठूलो कागजको पानाको बीचभागमा तेर्सो रेखा कोर्न लगाउनुहोस्। रेखाको सुरुमा परियोजना सुरुवातको मिति र अन्तमा हालको मिति लेख्नुहोस्। त्यसपछि, समूहले अर्को रेखा कोर्न सक्छ, रेखा कोर्दा परियोजनाको उच्च अवस्थालाई माथि र न्युनको अवस्थालाई तल पर्ने गरी कोर्नुपर्छ। समूहमा माथि र तल भएको समयरेखाको बारेमा यी प्रश्नसहित छलफल गर्नुहोस्, “गछौं भनेको कुरा के हामीले गर्नु ?” परियोजनामा किन ठूला खाले परिवर्तन भए भनी देखाउन पनि सक्नुहुन्छ। अरु सामुदायिक समितिहरू र सरोकारवालाहरूलाई लेखा दिनको लागि यो समयरेखाको राम्रोसँग लगत राख्नुपर्छ।



## २. के हामीले परिवर्तन ल्याउन सक्यौं ?

यस प्रश्नको उत्तरका लागि परिवर्तनका प्रमाणहरु जम्मा गर्ने सामग्रीहरुको बारेमा स्थाससले विचार गर्नुपर्ने हुन्छ ।

### अ) उल्लेखनीय परिवर्तनका कथाहरु

यस तरिकाले हरेकलाई सामुदायिक परियोजनामा भएका परिवर्तनमा उनीहरुले गरेको कामहरुको अनुभव बाँड्नलाई सक्षम बनाउँछ । प्रत्येक व्यक्ति परियोजनामा गरेको अनुभव र आफ्नो जीवनमा आएको परिवर्तनको बारेमा कुरा गर्नलाई उत्साहित हुन्छन् । यस प्रक्रियामा सबैले आफ्नो कथा भन्न पाउनु भनी समयलाई एकदमै राम्रोसँग मिलाउनुपर्छ ।



सबैले आ-आफ्नो कथा भनिसकेपछि त्यसको शीर्षक र महत्त्व बाँड्न लगाउनुहोस् । यसलाई ठूलो कागजको पानामा लेख्नुहोस् । अनि सबैले देख्ने गरी भित्तामा टाँस्नुहोस् ।

जब कथा भन्ने र शीर्षक राख्ने काम सकिन्छ, तब समूहलाई समुदायमा भएको परिवर्तनलाई राम्रोसँग प्रकाश पार्ने उत्कृष्ट तीन वा पाँचवटा कथाहरु श्रेणीबद्ध गर्न भन्नुहोस् । यी कथाहरुलाई प्रतिवेदनमा एउटा प्रमाणको रूपमा प्रयोग गर्नुपर्छ ।

आ) सामुदायिक नक्साङ्कन

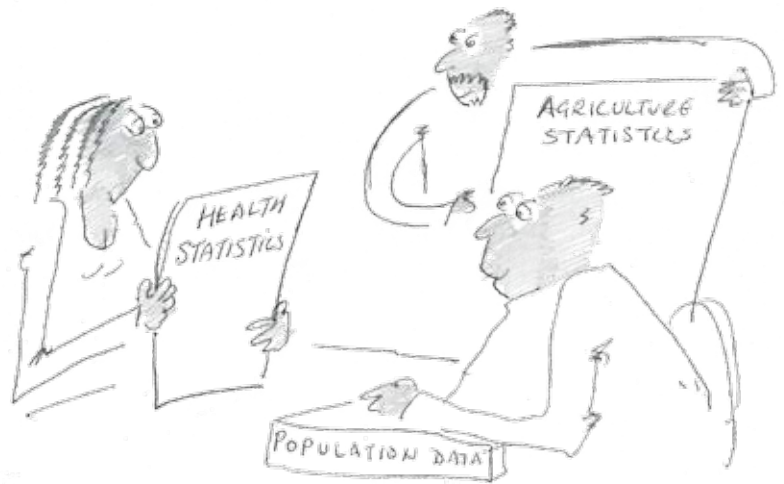
परियोजनाको अन्तमा स्थाससलाई समुदायको नक्सा कोर्न र त्यसलाई पहिला कोरिएको नक्ससँग दाँज्न लगाउनुहोस् । परियोजनाको नतिजाका कारण के नक्सा परिवर्तन भएको छ ? (नक्सा कसरी कोर्ने भनी थप जानकारी पाउन पृष्ठ सङ्ख्या ७० हेर्नुहोस्) ।



इ) स्थानीय तथ्याङ्कहरूको प्रयोग

परिवर्तन भएको छ भनी पक्का गर्न स्थानीय तथ्याङ्कहरू सङ्कलन गर्नु पर्छ । यी तथ्याङ्कहरू स्थानीय सरकारी निकाय वा स्वास्थ्य संस्थाहरूबाट पाउन सकिन्छ । स्थाससले परियोजना सुरु हुनुभन्दा अघिको र परियोजना पूरा भइसकेपछिको तथ्याङ्कहरूलाई तुलना गर्नुपर्छ । स्वास्थ्यमा आएको सुधार, कृषि उत्पादनमा भएको वृद्धि र विद्यालयमा विद्यार्थीको हाजिरीमा आएको सुधार इत्यादि ।

के-के परिवर्तनहरू भए भनी सबै तथ्याङ्कहरूलाई हेरेर स्थाससले सारांश निकाल्नुपर्ने हुन्छ । यो तथ्याङ्क प्रतिवेदनमा समावेश गरिएको हुनुपर्छ र सम्बन्धित तथ्याङ्कसँग मिल्दो हुनुपर्छ ।

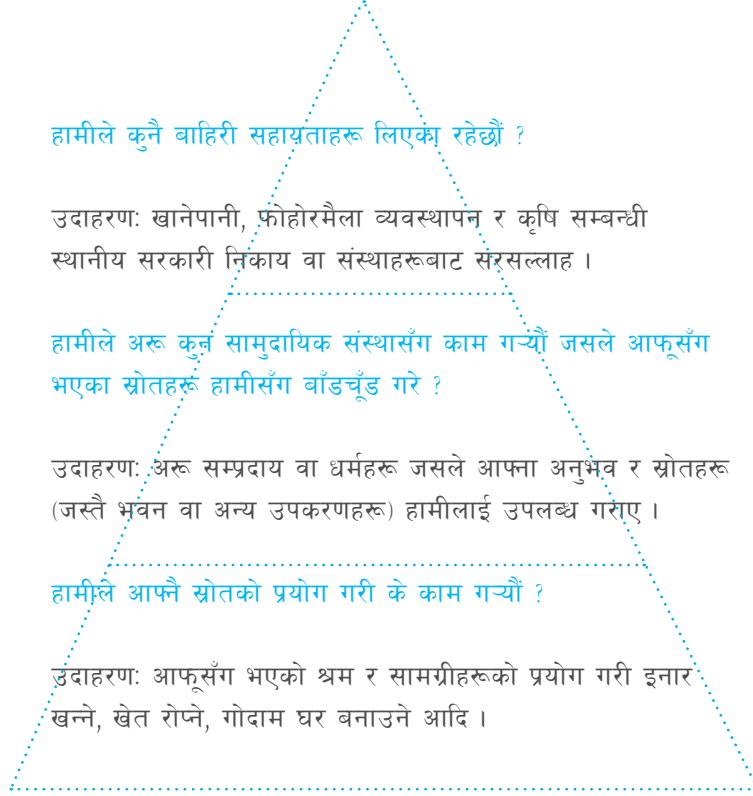




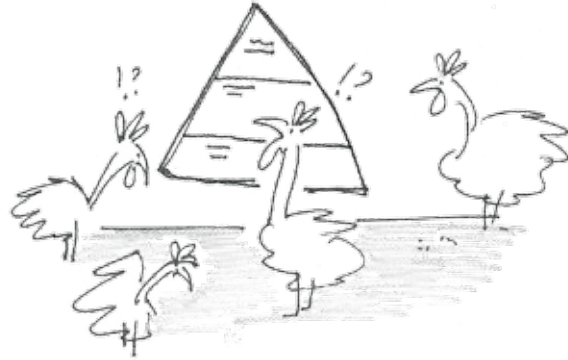
३. के हामीले आफ्ना स्रोत र सीपहरू प्रभावकारी रूपले प्रयोग गर्नसक्यौं ?

अ) स्रोत त्रिभुज

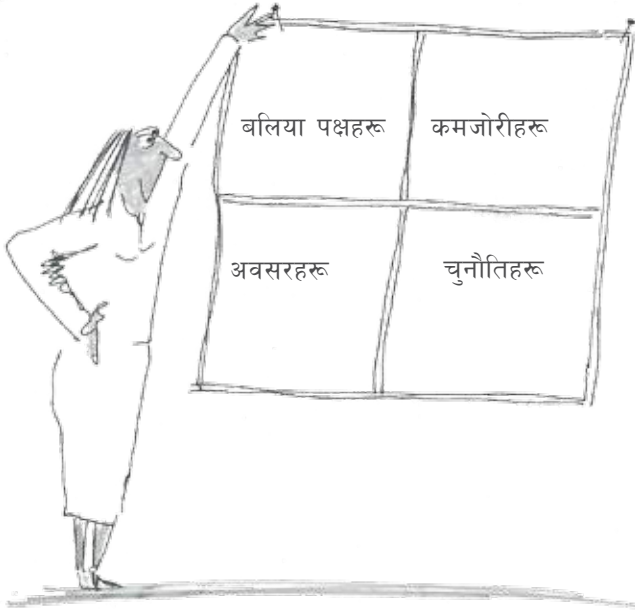
सामुदायिक परियोजना तय गर्दा कुन-कुन स्रोतहरूको प्रयोग भयो भनी हेर्ने यो एउटा राम्रो क्रियाकलाप हो ।



माथि देखाएको जस्तै कालो पाटी वा कागजको पानामा त्रिभुज बनाउनुहोस् र हरेक तहका लागि प्रश्नहरू लेख्नुहोस् । समूहलाई यी प्रत्येक प्रश्नमा अन्तर्क्रिया गर्न बोलाउनुहोस् । अन्तर्क्रियाबाट आएका प्रतिक्रियाहरूलाई कालो पाटी वा कागजको ठूलो पानामा वा स-साना टुक्राहरूमा लेखी त्रिभुजमा टाँस्नुहोस् । त्यसपछि आएका प्रतिक्रियाहरूलाई सारांश गर्नुहोस् र अर्कोपटकमा अझ भिन्न प्रकारले कसरी गर्न सकिन्छ, त्यसमा विचार गर्न समूहलाई आमन्त्रण दिनुहोस् ।



आ) विश्लेषणको बाकस



सम्पन्न परियोजनामाथि समग्रमा विचार गर्न र सबै स्रोतहरूको प्रभावकारी प्रयोग भयो कि भएन भनी विचार गर्न यो क्रियाकलाप राम्रो हुन्छ ।

बाकस विश्लेषणका लागि सुझावहरू

१. ठूलो समूहलाई स-सानो समूहमा विभाजन गर्नुहोस् । यस प्रक्रियामा निर्वाह भएको विभिन्न भूमिकाको आधारमा समूहलाई विभाजन गर्नु राम्रो हुन्छ ।
२. परियोजना कसरी सम्पन्न भयो, प्रतिनिधित्व गर्न प्रत्येक समूहलाई विभिन्न सवारी साधनको चित्र कोर्न लगाउनुहोस् ।
३. प्रत्येक समूहलाई बलिया पक्षहरू, कमजोरीहरू, अवसरहरू र चुनौतिहरू लेखिएका रगिन कार्डहरू दिनुहोस् । परियोजनाको बारेमा आफ्नो विचार राख्न अनुरोध गर्नुहोस् र त्यसको प्रतिक्रिया सम्बन्धित कार्डहरूमा लेख्नुहोस् ।
४. प्रत्येक समूहलाई सवारीका साधनहरूप्रति र बाकस विश्लेषणप्रति उनीहरूको धारणा प्रस्तुत गर्न अनुरोध गर्नुहोस् ।
५. समूहका साभानारा वा शीर्षक छलफल गर्नुहोस् र त्यसलाई ठूलो कागजको पानामा लेख्नुहोस् ।
६. परियोजनाको सुधारका लागि अल्पकालीन कामहरू के-के गर्नुपर्छ, छलफल गर्नुहोस् (आगामी ६ महिनाका लागि) ।
७. परियोजनाको सुधारका लागि दीर्घकालीन के-के कामहरू गर्नुपर्छ, छलफल गर्नुहोस् (आगामी १२ देखि १८ महिना सम्मका लागि) ।

यस अभ्यासले प्रकाश पारेका उपलब्धीहरूमा रमाहट गर्नुहोस् ।

### सँगसँगैबाट पाठहरु लेख्ने

पत्ता लगाइएका कुराहरुलाई समुदायसामु प्रस्तुत गर्नुभन्दा पहिला स्थाससले कार्यक्रमको विभिन्न चरणमा सिकेका पाठहरुलाई पुनरावलोकन गर्नुपर्छ। हरेक चरणको अन्तमा सिकाइ र चिन्तन खण्डमा लेखेका कुराहरुद्वारा यसो गर्न सकिन्छ अथवा समयरेखाको प्रयोग गर्नुपर्छ।

व्यक्तिलाई निरन्तर प्रश्न सोध्ने स्थितिमा छोड्नु 'सिकाइको एउटा प्रमुख उद्देश्य हो।

-विशप क्रिगटन (१८४३-१९०१)

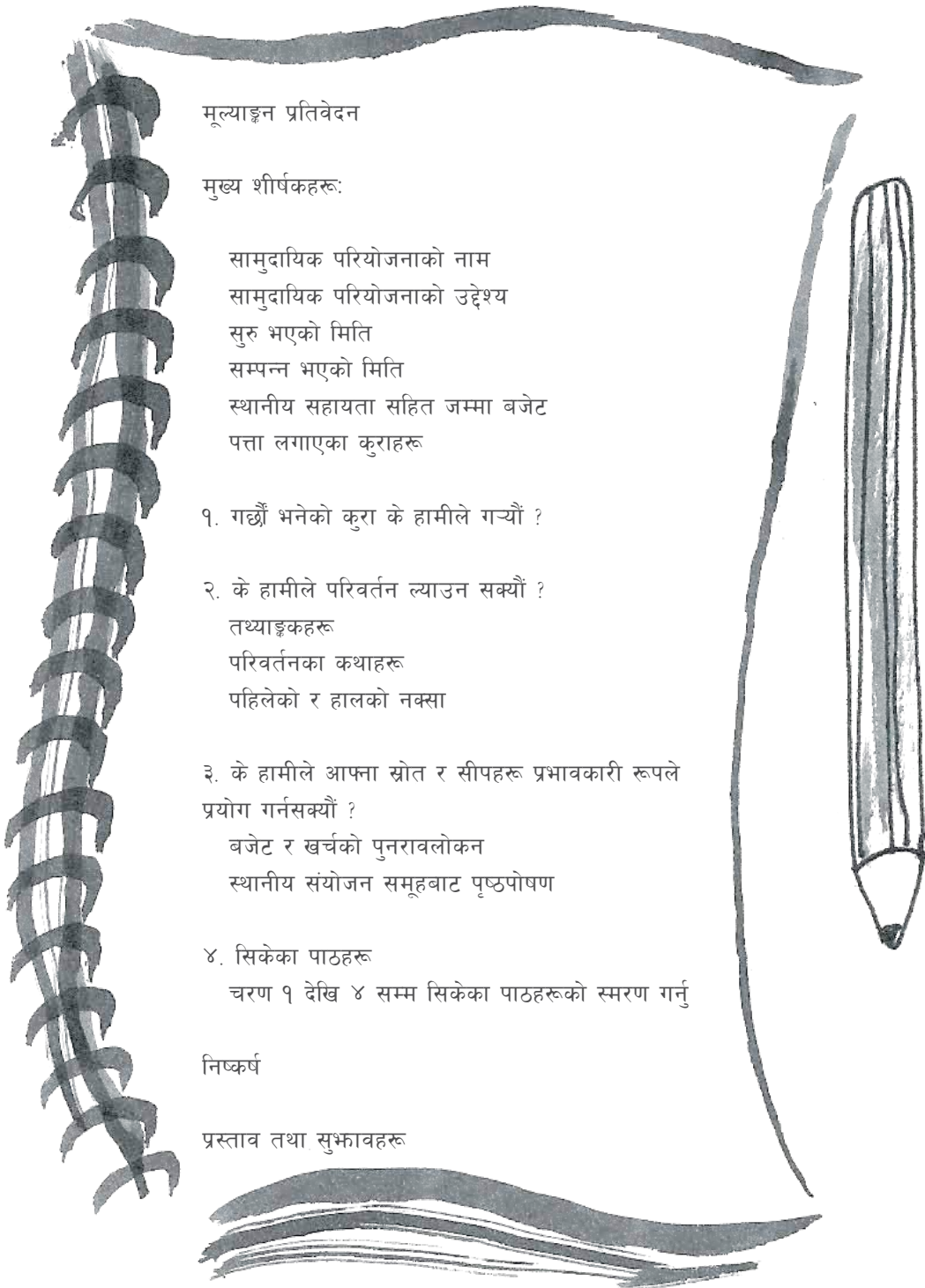
### समुदायलाई पृष्ठपोषण दिनु

स्थाससले सबै सूचनाहरु जम्मा गरिसकेपछि यसको सत्यता जाँच गर्न र अन्तिम चिन्तन वा ज्ञान हासिल गर्न यसलाई समुदायमा प्रस्तुत गर्नुपर्छ। ती सूचनाहरु आफ्नै भनी बुझ्न र परियोजनाको उपलब्धीमा रमाउन यी कुराहरु महत्त्वपूर्ण हुन्छ।



प्रतिवेदनको रूपरेखा

मुख्य तीन प्रश्नहरूको सहायताले जानकारीहरू जम्मा गरी जब समुदायले पुनरावलोकन गर्छ तब त्यसलाई प्रतिवेदनको रूपमा राख्न सकिन्छ। सम्पन्न भएका कुराको जानकारीका लागि एउटा प्रतिवेदन समुदायमा र एउटा प्रतिवेदन स्थानीय सरकारी निकायहरूमा राखिनुपर्छ।



मूल्याङ्कन प्रतिवेदन

मुख्य शीर्षकहरू:

- सामुदायिक परियोजनाको नाम
- सामुदायिक परियोजनाको उद्देश्य
- सुरु भएको मिति
- सम्पन्न भएको मिति
- स्थानीय सहायता सहित जम्मा बजेट
- पत्ता लगाएका कुराहरू

१. गछौं भनेको कुरा के हामीले गर्छौं ?

२. के हामीले परिवर्तन ल्याउन सक्यौं ?

- तथ्याङ्कहरू
- परिवर्तनका कथाहरू
- पहिलेको र हालको नक्सा

३. के हामीले आफ्ना स्रोत र सीपहरू प्रभावकारी रूपले प्रयोग गर्नसक्यौं ?

- बजेट र खर्चको पुनरावलोकन
- स्थानीय संयोजन समूहबाट पृष्ठपोषण

४. सिकेका पाठहरू

चरण १ देखि ४ सम्म सिकेका पाठहरूको स्मरण गर्नु

निष्कर्ष

प्रस्ताव तथा सुझावहरू

## यसपछि के ?

मूल्याङ्कनको कार्य सकिएपछि, उपलब्धिहरूमा रमाहट गर्नुपर्छ, र सिकेका पाठहरूलाई अर्को नयाँ परियोजनामा लागू गर्ने बारे विचार गर्नुपर्छ ।



नयाँ परियोजना चक्र सुरु गर्नुभन्दा पहिले विचार पुऱ्याउनु पर्ने आवश्यक कुराहरू निम्नानुसार छन्:

१. अधिल्लो परियोजनामा सँगसँगै काम गर्दा हामीले सिकेका कुराको सूची छ ?
२. विश्लेषणको चरणमा समुदायले हामीलाई दिएको प्राथमिकताको अर्को सूची हेर्नु आवश्यक छ ?
३. परियोजनाको सुरुमा जम्मा गरेको आधारभूत सूचना के हामी अहिले पनि प्रयोग गर्न सक्छौ ?
४. पहिलेकै संयोजन समूहलाई परिचालन गर्न सक्छौ कि नयाँ समूह गठन गर्नु पर्ला ?
५. अर्को परियोजनाका लागि के हामीलाई अतिरिक्त सहायता र तालिम चाहिन्छ ?

जब सबै जनाले यी प्रश्नहरूमा छलफल गरी सक्छन् तब प्राप्त उपलब्धिहरूमा रमाहट गर्नुहोस् । यसका लागि सामुदायिक भोजको पनि आयोजना गर्न सकिन्छ ।



## अन्तिम धारणा

परमप्रभु परमेश्वरका आत्मा ममाथि छ,  
 किनभने गरीबहरुलाई सुसमाचार सुनाउन  
 परमप्रभुले मलाई अभिषेक गर्नुभएको छ ।  
 मन भाँचिएकाहरुको हृदयलाई बाँध्न,  
 कैदमा परेकाहरुलाई स्वतन्त्रता दिन  
 र बन्धनमा परेकाहरुलाई छुटकाराको घोषणा गर्न  
 उहाँले मलाई पठाउनुभएको छ ।  
 परमप्रभुको प्रसन्नताको वर्ष  
 र हाम्रा परमेश्वरको बदला लिने दिनको घोषणा गर्न,  
 सबै विलाप गर्नेहरुलाई सान्त्वना दिन,  
 र सियोनमा विलाप गर्नेहरुलाई  
 खरानीको सट्टा सुन्दरताको मुकुट  
 र शोकको सट्टा आनन्दको तेल लगाइदिन,  
 निराश मनको सट्टा प्रशंसाको पोशाक पहिराइदिन ।  
 उहाँका गौरवको प्रदर्शन होस् भनेर  
 परमप्रभुले नै रोप्नुभएको धार्मिकताका फलौटहरु तिनीहरु कहलाइनेछन् ।

यशैया ६१:१-३

प्रार्थना

खीष्ट हाम्रो ज्योति  
 तपाईंको प्रेम हाम्रो हृदयमा बल्छ  
 र हामीमा न्यायको तिर्खा उत्पन्न गराउँछ ।

येशू, संसारको ज्योति,  
 अरुकहाँ कसरी पुग्ने भनी हामीलाई सिकाउनुभएको छ,  
 हाम्रा कानहरु खोलिदिनुहोस्  
 ती कथाहरु सुन्नलाई

जसले हामीलाई आवाज दिइरहेका छन् ।  
 तपाईं जो ज्योति र न्यानो हुनुहुन्छ,  
 अन्धकार हटाइदिनुहोस्  
 र हामीमा आशा ल्याइदिनुहोस् ।

येशू, जीवनको ज्योति  
 तपाईंको प्रेमले हामीलाई घेर्नुहोस्  
 हाम्रो हृदयलाई तपाईंतर्फ खिच्नुहोस्  
 तपाईंको चङ्गाइको आत्माले डोऱ्याउनलाई ।  
 आमेन ।







परिशिष्ट

- क. समुदायमा आधारित संस्थाको योगदान
- ख. असल प्रशासन

## क. समुदायमा आधारित संस्थाको विधान

कानुनी दर्ताका लागि संस्थाले सबभन्दा पहिले यसको विधान तयार पार्नु पर्छ । तपाईंको संस्थाले कसरी काम गर्छ, भनी व्याख्या गर्ने यो एउटा औपचारिक र कानुनी दस्तावेज हो ।

आफ्नो संस्थाको विधान कस्तो लेख्ने निर्णय गर्नुहोस् । तपाईंको संस्थाको लक्ष्य र उद्देश्य के-के राख्ने, कस्तो संरचना छ र हुनुपर्छ अनि संस्थाले कसरी काम गरेको चाहनुहुन्छ, छलफल गर्नुहोस् । यी कुराहरूमा छलफल गर्दा तलको मार्गनिर्देशनलाई पछ्याउनुहोस्:

१. नाम: संस्थाको पूरा नाम र छोटकरीको नाम अनि संस्था कस्तो प्रकृतिको हो भनी लेख्नुहोस् ।
२. कानुनी अवस्था: संस्थाको कानुनी अवस्थाको बाहिरी प्रारूपका लागि एउटा दफा राख्नुहोस् ।
३. मिशन, लक्ष्य र उद्देश्यहरू: संस्थाको मिशन, लक्ष्य र उद्देश्यहरू व्याख्या गर्नुहोस् ।
४. सदस्यता

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ को को सदस्य बन्न सक्छन् र कसरी ? उदाहरण, सदस्यताको फाराम भर्ने ।
- ◆ सदस्यहरूको काम, कर्तव्य र अधिकार ।
- ◆ सदस्यता शुल्क राखेको भए त्यसको रकम ।
- ◆ निश्चित अवधीमा सदस्यता शुल्क नतिरेको खण्डमा के गर्ने ? के उनीहरूको सदस्यता खारेज हुनेछ ?

### ५. संरचना र निर्णय

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ कस्तो संरचना हुनुपर्छ, उदाहरणका लागि: वार्षिक साधारण सभा, अन्य सभाहरू, कार्यकारी बोर्ड, उपसमितिहरू इत्यादि ।
- ◆ कुनै-कुनै बैठकका लागि दिनुपर्ने सूचनाको अवधि ।
- ◆ बैठकको आधिकारिकताको लागि कोरममा कति जना हुने ।
- ◆ कुनै निश्चित संरचना वा पदका जिम्मेवारीहरू के-के हुने ।
- ◆ प्रत्येक संरचनाको अधिकार र कर्तव्य के-के हुने ।

### ६. बैठकहरूको प्रक्रिया

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ बैठकको अध्यक्षता कसले गर्ने ।
- ◆ प्रस्तावनाहरूमाथि छलफल कसरी गर्ने ।
- ◆ निर्णयार्थ मत कसरी राख्ने ।
- ◆ माइन्यूट्सहरू कसरी राख्ने, पढ्ने र अनुमोदन गर्ने ।

## ७. कार्यालय सहायकहरुको चुनाव

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ संस्थाको कुन तहमा कार्यालय सहायकहरुको चुनाव गरिन्छ ।
- ◆ कार्यालय सहायकहरु कसरी चुनिन्छन् । उदाहरण: मौखिक नियुक्ति, हात उठाउन लगाएर अथवा नियुक्ति फारम वा मतपत्रको प्रयोग गरेर ।
- ◆ मत प्रक्रियाको नतिजा कसरी घोषणा गर्ने ।
- ◆ खाली पद कसरी परिपूर्ति गर्ने ।

## ८. कर्मचारी

संस्थाले काम गर्ने कर्मचारी राख्दा:

- ◆ कसरी कर्मचारी नियुक्त गरिन्छन् ?
- ◆ उनीहरुको तह अनि काम र कर्तव्य के-के हुने ?
- ◆ उनीहरु कोप्रति जवाफदेहि हुने ?

## ९. अनुशासन

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ सदस्यहरुबाट कस्तो खाले व्यवहारको अपेक्षा गरिन्छ ?
- ◆ कस्तो खाले व्यवहारको अपेक्षा गरिँदैन ?
- ◆ अनुसन्धान र अनुशासनसम्बन्धी सुनुवाइका लागि कस्तो संयन्त्र बनाइएको छ ?
- ◆ कसरी सदस्यहरु अनुशासनमा राखिन्छन् र निलम्बित हुन्छन् ?

## १०. आर्थिक नियन्त्रण

छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस्:

- ◆ आर्थिक लेखा राख्ने जिम्मेवारी कसले लिने र ऊ कोप्रति जवाफदेहि हुने ।
- ◆ चेकहरुमा हस्ताक्षर कसले गर्ने
- ◆ पैसा कसको नाममा कसले बैङ्कमा जम्मा गर्ने ।
- ◆ निश्चित सीमाभित्र रहेर संस्थाको खाताबाट पैसा निकाल्न कसलाई अनुमति दिने ।
- ◆ संस्थाको आर्थिक वर्षको अन्त कहिले हुने ।
- ◆ आर्थिक लेखापरीक्षणको आवश्यकता भए त्यो कहिले र कसलाई पेश गर्ने ? उदाहरण वर्षको एकपटक साधारण सभामा ।

आवद्धता

लेख्नुहोस्

संस्था कोसँग आवद्धता प्राप्त छ ।

यसका लागि कुन-कुन जिम्मेवारी र उत्तरदायित्व निर्वाह गर्नुपर्छ ।

## ख. असल प्रशासन

### अ) समुदायमा आधारित संस्था (सआस) को प्रशासन

समुदायमा आधारित सबै संस्थाहरूमा वैधानिक जिम्मेवार प्राप्त प्रशासनिक निकायको आवश्यकता पर्दछ।

प्रशासन औपचारिक शक्ति, अधिकार र जिम्मेवारीको बाँडफाँड गर्ने एउटा तरिका हो।

प्रशासनिक समिति वा बोर्ड, संस्थालाई समग्रमा अगुवाइ तथा प्रशासन गर्न र समुदायले योगदान गरेको समय र मूल्यअनुसार प्रभावकारी तरिकाले काम भएको छ, वा छैन भनी हेर्न जिम्मेवार हुन्छ।

हरेक संस्था फरक प्रकृतिको हुने हुनाले प्रशासनिक भूमिका पनि फरक हुनुपर्छ। प्रत्येक संस्थामा प्रशासनिक समितिले दिन दिनको परियोजनामा संलग्न भई काम गर्ने मात्रामा फरक हुन्छ। संस्थाका क्रियाकलापहरू ठीक प्रकारले गराउन वैधानिक जिम्मेवारी हुन्छ। प्रायजसो कामको जिम्मेवारी पूर्णकालीन कर्मचारी वा स्वयंसेवकहरूलाई हस्तान्तरण गर्नु पर्ने हुन्छ। उदाहरणका लागि, प्रशासनिक समितिले लेखा राख्न र आर्थिक हरहिसाबको काम राख्न लेखापाललाई अह्राउन सक्छ। तर त्यसलाई प्रत्येक बैठकले जाँच भने गरिरहनुपर्छ। परियोजनाको दैनिक क्रियाकलापमा पूर्णकालीन कर्मचारीले सेवा प्रदान गर्छन् र प्रशासन चलाउँछन् भने प्रशासनिक बोर्डले यसको रेखदेख गर्छ।



### आ) प्रशासनिक बोर्डको भूमिका

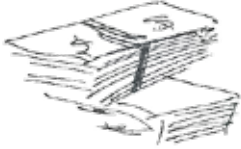
योजना र नीतिनियम

संस्था लक्ष्य उन्मुख होस् भनी नेतृत्ववर्गलाई मार्गनिर्देशन, र दिशा प्रदान गर्ने।



### कानुनी

देशका सबै संवैधानिक र स्थानीय कानून तथा नियमअनुसार भएको पक्का हुने । उदाहरण: कोषसम्बन्धी करार अथवा दातासँगको सहमति, बीमा, संचालन अनुमतिपत्र, भाडाको सहमति पत्र, लाइसेन्स, कपी राइट्स, मानहानी, पेशागत स्वस्थता र सुरक्षा, कर व्यवस्था तथा नियम इत्यादि ।



### आर्थिक

सबै कोषहरूको उपयोगमा आर्थिक प्रतिवद्धता पूरा भइरहेको र त्यसप्रति संस्था जवाफदेहि भएको कुरामा पक्का हुने । उदाहरणका लागि, लेखा राख्ने तरिका, बैङ्क खाता हिसाब मिलान, लेखापरिक्षणहरू, र कोषको प्रतिवेदन इत्यादि ।



### मानव संसाधन

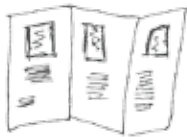
कर्मचारी र स्वयंसेवक दुवैलाई काम गर्ने सुरक्षित वातावरण छ, र तिनीहरूको कामलाई कदर तथा सम्मान गरिन्छ, भनी पक्का हुने । उदाहरण: कार्य विवरण, कर्मचारी करार, तालिम नीति, नियमित अनुगमन तथा सहायता र स्वयंसेवकको करार इत्यादि ।



### सम्पत्ति तथा सर-सामग्रीहरू

कर्मचारीले काम गर्ने स्थान पर्याप्त र सुरक्षित छ, अनि सबै सर-सामग्रीहरू प्रयोगपछि सुरक्षित राखिएको छ, भनी पक्का हुने ।

### बजार व्यवस्थापन र प्रवर्द्धन



मानिसहरूमा परियोजनाको राम्रो छाप परेको छ, र यो समुदायको राम्रो स्थानमा अवस्थित छ, भनी पक्का हुने ।

### प्रतिवेदन र जवाफदेहिता

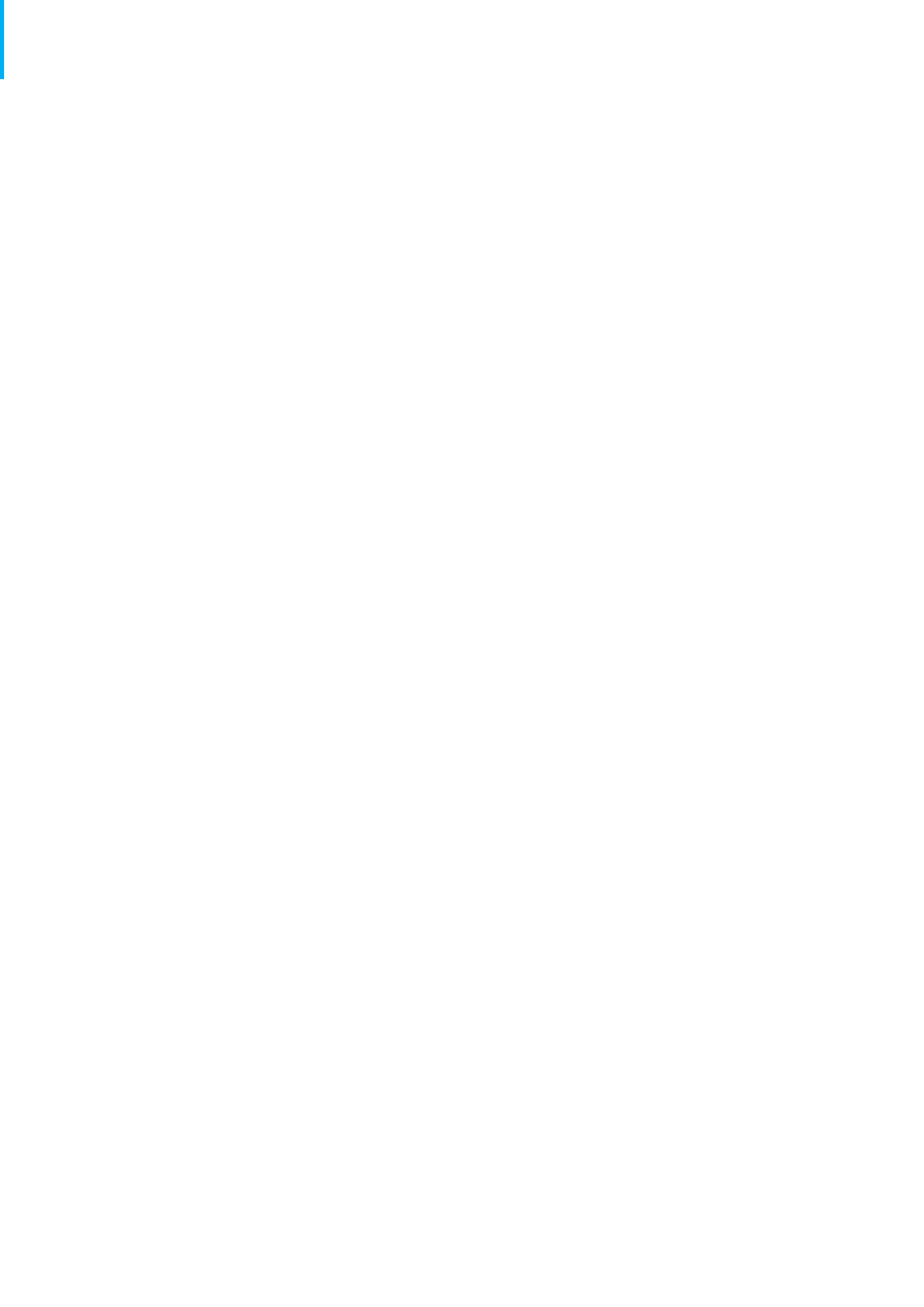


सबै सेवाग्राहीहरू, स्वयंसेवकहरू, कर्मचारी, कोष प्रदायकहरू, र अरु साभेदारहरूलाई बैठकमा बोलाएर समय-समयमा प्रतिवेदन दिएर संस्था जवाफदेहि छ, भनी पक्का हुने । साथै यो बोर्ड समुदायमा भएका गतिविधिहरूको वार्षिक प्रतिवेदन तयार गरेर संस्थाको वार्षिक साधारण सभा (वासास) को बैठकमा प्रस्तुत गर्नको लागि मुख्य जिम्मेवार हुन्छ ।

इ) प्रशासनिक समितिमा कसलाई भर्ना गर्ने ?

- ◆ समर्पित र इच्छुक भई यसमा संलग्न हुन चाहने मानिसहरु
- ◆ सेवाग्राही समूहका मानिसहरु
- ◆ स्थानीय समुदाय, नागरिक समाज र मण्डलीका अगुवाहरु
- ◆ स्थानीय व्यापारीहरु
- ◆ अरु सामुदायिक संस्थाका मानिसहरु
- ◆ स्थानीय सामाजिक वा खेलकुद क्लबका मानिसहरु
- ◆ आर्थिक, कानुनी र कोष सङ्कलन गर्ने क्षेत्रमा दक्षता भएका मानिसहरु
- ◆ सामुदायिक कलाकारहरु, स्वास्थ्य स्वयंसेवकहरु र परमपरागत वैद्यहरु तथा विशेष व्यावहारिक क्षमता र अनुभव भएका मानिसहरु ।
- ◆ कतिपय संस्थाहरुले कोष दाताहरुमध्येबाट कुनै सदस्यलाई बोलाउन सक्छन् । यसका फाइदा र बेफाइदाहरु दुवै छन् । कोषका प्रतिनिधि हुँदा दाताहरूसँग तपाईंको सिधै सम्बन्ध हुन्छ तर कहिलेकाँही तपाईंको समस्यामा उनीहरुको बुझाई हावी हुनसक्छ ।
- ◆ यसले रुचीको विषयमा द्वन्द्व निम्त्याउने र अधिनायकतातर्फ धकेल्दै संस्थाको स्वतन्त्रतामा असर गर्नसक्छ । तसर्थ यसो गर्नुभन्दा पहिले विचार पुऱ्याउनुहोस् ।





परमेश्वरको वचनअनुसार हरेक विश्वासी यस पृथ्वीमा नुनिलो भई जगत्मा ज्योतिभै चम्केर स्वर्गमा हुने परमेश्वर पिताको महिमा गर्न पर्दछ। बाइबलको यसै सत्यतामा आधारित व्यक्तिगत जीवन, मण्डली र समुदायमा एक असाधारण रूपान्तरण ल्याउन व्यवहारिक सहायता गर्न सँगसँगै एक साधारण प्रस्तुति हो।

-रेभ. शेमलाल हेम्ब्रम

मण्डली र समुदाय परिचालन प्रक्रियाको लागि विभिन्न व्यक्तित्वको प्रयासबाट तयार भएको सँगसँगै पुस्तिका हाम्रो माझमा आइपुगेकोमा धेरै खुसी लागेको छ। परमेश्वरले मानिसलाई आत्मिक, भौतिक तथा सामाजिक प्राणी बनाउनुभयो र उसका यी सबै क्षेत्रप्रति चासो राख्नुभयो। मानिसहरूको आत्मिक, भौतिक तथा सामाजिक आवश्यकताहरूको सम्बोधन नभएसम्म पूर्ण शान्तिको महशुस अधुरो हुने एकाले परमेश्वरले अब मण्डलीहरूलाई यी नै कुरा देखाउँदै हुनुहुन्छ। मण्डली प्रभु येशूको शरीर भएकोले उहाँको पाइलामा हिँड्दै समुदायको आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्नका लागि मण्डलीहरूलाई दर्शन दिन र समुदायमा असल परिवर्तन ल्याउन यस पुस्तिकाले ठूलो सहयोग पुर्‍याउँछ भन्ने मेरो विश्वास छ।

-पा जीवन गुरुङ

नेपालमा प्रभु-येशूको मण्डली स्थापना भएको ६० वर्ष भइसक्यो। मण्डली अब पाको भएको छ यद्यपि नयाँ मण्डली जन्मने प्रक्रिया भाँचिएको छैन। अब भने नेपालमा इसाई र इसाई मण्डलीहरूको भूमिका कस्तो हुनुपर्छ भन्ने प्रश्नमा अलमलिरहने बेला गइसकेको छ। प्रभु-येशूले आफू संसारमा आउनाको मुख्य कारण यसरी स्पष्ट गर्नभएको छ: "...म त मानिसहरूले जीवन पाऊन् र त्यो प्रशस्त मात्रामा पाऊन् भन्ने हेतुले आएँ"। मानिसहरूका आत्मा बाँचून- यो प्राथमिकता हो तर त्यसका साथै मानसिक, संवेगात्मक र शारीरिक जीवन सुखमय होस् भन्ने प्रभु-येशूको इच्छा हो। यसैले येशूले प्रदान गर्ने प्रशस्त जीवन आत्मा, मन, हृदय र शरीरसित समेत सम्बन्धित छ।

आफूले सुरु गरेको कामको जिम्मेवारी प्रभु येशूले हामी मण्डलीहरूलाई लगाउनुभएको छ। यही उद्देश्यले प्रेरित विभिन्न देशमा इसाई मण्डलीहरूले मिलेर काम गरिरहेका छन् र परिणाममा कतिपय गरीब मुलुकमा यो साभा प्रयासबाट समुदायमा प्रत्यक्ष परिवर्तन आइरहेको छ। मानिसहरूले हिजोभन्दा केही सुविधा र आन्नदमय जीवन जिउन सिके। प्रस्तुत पुस्तक गरिबी, अशिक्षा, रोग, भोकले पिडित समुदायमा स्थानीय मण्डलीका अगुवा तथा सदस्यहरू, समुदायका अगुवा तथा सदस्यहरू, केही इच्छुक विज्ञ तथा सहजकर्ताको दर्शन, अथक प्रयास र साभा कामद्वारा समुदायमा आएको परिवर्तनको लिपिवद्ध सङ्कलन हो। यो कार्यक्रमलाई अफ्रिकाको स्वाहिली भाषामा "उमोजा" अथवा नेपालीमा "संगसँगै" (togetherness) नामकरण गरिएको छ। यही उद्देश्य राखी उक्त कार्यक्रम नेपाली भाषामा पनि अनुवाद गरिएको छ। यसको सही प्रयोगबाट समुदायमा परिवर्तन अवश्य नै आउनेछ।

आगामी दिनहरूमा यस कार्यक्रममा संलग्न हुने मण्डलीका सबै अगुवा, समुदायका अगुवाहरू, कार्यकर्ताहरू र दक्षता र मार्ग निर्देशन प्रदान गर्ने विज्ञ र सहजकर्ताहरू सबैलाई परमप्रभु परमेश्वरले आशिष् प्रदान गरुन् भनी प्रार्थनाका साथ यस पुस्तिकालाई म यहाँहरूसमक्ष प्रस्तुत गर्दछु।

-प्रा.राजेन्द्र कुमार रोंगोंग पी.एच.डी.



पोष्ट बक्स नं. १२६, थापाथली, काठमाडौं  
फोन नं.: ९७७ ०१ ४२२८ ११८, ४२६८ ९००  
फ्याक्स: ९७७ ०१ ४२२५ ५५९  
इमेल: [communications@umn.org.np](mailto:communications@umn.org.np)  
वेबसाईट: [www.umn.org.np](http://www.umn.org.np)