

**MPISEMO  
KUBAHO NEZA**

**Mfite**

**Icyerekezo**

**Intego**

**Ingamba**

**n'Ibikorwa**

**byo**

**kugera ku iterambere ryihuse  
n'ubuzima bwiza**

**Juvenal TURATSINZE**

**2020**

# **MPISEMO KUBAHO NEZA**

**Mfite:**

 **Icyerekezo**

 **Intego**

 **Ingamba**

 **Ibikorwa**

**byo kugera ku iterambere ryihuse  
n'ubuzima bwiza.**

**Juvenal TURATSINZE**

**2020**

## Ishakiro

Ijambo ry'ibanze .....	5
Itangiriro .....	6
Igice cya 1: Amahame, ingeso n'uburyo byo kugira imibereho myiza .....	8
1.1. Amahame yo kubakiraho imibereho myiza .....	8
1.2. Ingeso zubaka imibereho myiza .....	9
1.3. Uburyo bwo kubaka imibereho myiza .....	10
Igice cya 2: Ingamba zo kubaka imibereho myiza .....	15
Igice cya 3: Kubaka imibereho myiza ku giti cyawe .....	23
3.1. Kugira icyerekezo n' intego by'ubuzima .....	24
3.2. Ingamba n'ibikorwa byo kubaka imibereho myiza .....	24
3.2.1. Kwita k'umubiri .....	25
3.2.2. Kongera Ubumenyi .....	31
3.2.3. Guhanga no kugira umurimo .....	33
3.2.4. Kongera ubukungu cyangwa amikoro .....	35
3.2.5. Kubana neza no gushyira hamwe.....	36
3.2.6. Kugira urukundo .....	38
3.2.7. Kugira ukwemera n'indangagaciro .....	39
3.3. Umwitozo: Kubaka ubuzima bwawe bwiza .....	40
3.3.1. Isuzume uko ubayeho ubuzima bwawe .....	40
3.3.2. Kwiha icyerekezo, intengo, ingamba na gahunda y'ibikorwa byo kubaka ubuzima bwawe.....	46
3.3.3. Gukora gahunda y'ibikorwa byawe bwite .....	51

## Mpisemo Kubaho Neza

Igice cya 4 : Kubaka imibereho myiza mu rugo .....	54
4.1 Gushinga no kubaka urugo.....	54
4.2. Gukomeza Urugo .....	56
Igice cya 5: Kwishyirahamwe mu kubaka imibereho myiza .....	64
Igice cya 6: Guteze imbere aho dutuye, mu Mudugudu, Akagari, Umurenge, Akarere no mu Gihugu .....	67
Igice cya 7: Guhanga no kwiyemeza imirimo.....	72
7.1. Umurimo wawe bwite.....	72
7.2. Umurimo mu rugo cyangwa mu muryango.....	75
7.3. Umurimo mu mashyirahamwe n’amakoperative .....	77
7.4. Imirimo n’imyuga aho utuye mu Kagari, Umurenge no mu Karere.....	78
Igice cya 8: Kwiga no kwihugura .....	80
8.1. Uburyo bwo kwiga no kwihugura.....	80
8.2. Iby’ingenzi byo kwiga .....	83
8.3. Igihe cyo kwiga no kwihugura .....	89
8.4. Aho kwigira no kwihugurira .....	90
8.5. Amikoro yo kwiga no kwihugura .....	90
Igice cya 9: Ingeso mbi zo kwirinda ngo ugire imibereho myiza .....	92
Umusozo.....	98

Ijambo ry'ibanze

Ndagushimiye, wowe ufashe iki gitabo mu biganza byawe, umwanya ugiye gufata wo kugisoma. Ndizera ko kigiye kukubera umusemburo wo kugira ibitekerezo byiza n'imbaraga nyinshi, zo guhaguruka maze ugaharanira kugira imibereho myiza ndetse ugafasha n'abandi kuyigeraho.

Buri muntu wese yifuza kugira imibereho myiza kuva akiri muto kugeza apfuye, ariko kenshi abantu bose ntabwo bagera kuri icyo mibereho myiza bifuzwa, ahubwo bakaba mu bukene kubera impamvu nyinshi zitandukanye. Uko imibereho y'umuntu yagenda kose, biterwa kenshi n'uko nyir'ubwite atekereza, ibyemezo afata ndetse n'amahitamo ye mu buzima bwa buri muni.

Iki gitabo rero kiragufasha guhitamo inzira iboneye y'imibereho myiza wifuza; gutekereza ku mibereho yawe kandi ugukora imyitozo igufasha guhitamo icyerekezo, intego, ingamba ndetse n'ibikorwa wagenderaho ngo ugere ku mibereho myiza wifuza.

Imwe mu ngamba zikomeye zo kubakiraho imibereho myiza, ni ugufatanywa n'abandi. Ni ngombwa kumenya ko imibereho y'umuntu ku giti cyeye idashobora kuba myiza icyo icy'abandi ari mibi. Kubaho neza bisaba kugira *'ubuntu'*, bishingiye ku kwiyumvisha ko: *'Ndiho neza kuko abandi bariho neza'*. Gukorera hamwe no gufatanywa bizana amahirwe kandi bigatuma abantu bose bava mu bukene, bagatera imbere mu buryo bwihuse.

Ndagushimira rero umwanya wawe ufashe wo gusoma iki gitabo cyose kandi ugakora imyitozo irimo. Mugihe usoma ni byiza kwifashisha ikaramu yo kwandika mu myanya yabigenewe ibitekerezo uagenda ugira ku byo usoma n'ibisubizo ku bibazo birimo ndetse n'ingamba uagenda ufata z'ibikorwa wiyemeje.

Ndagushishikariza kandi gufasha abandi, baba abo mubana mu rugo, inshuti, abaturanyi, abo mukorana n'abandi muhurira ahantu hatandukanye, kugirango nabo bagire amahirwe yo gusoma iki gitabo no gukora imyitozo irimo, bityo ufatanye nabo inzira yo kugera ku mibereho myiza.

Nkwifuriye kugira ubuzima bwiza kandi burambye.

Juvenal Turatsinze

## Itangiriro

Buri muntu wese ku giti ke yifuza kugira imibereho myiza kuva akiri muto kugeza apfuye. Kubaka imibereho myiza ni urugendo rusaba ko umubiri ugira ibyangombwa biwurinda kandi biwubaka, bikawuha imbaraga ukenera buri muni kugirango ushobore kuzuzanya inshingano zawo.

Umuntu abana n'abandi mu gihe cy'ubuzima bwe, kandi abantu babaho ari magirirane, nta muntu rero ubaho adakeneye abandi. Abantu babana mu miryango yabo n'ahandi hose bahurira haba aho batuye, aho bakorera, aho biga, aho basengera n'ahandi. Aho hose buri muntu yifuza kubaho neza kandi akabana neza n'abandi, bityo abantu bose hamwe bagatera imbere.

Kugirango abantu babeho neza bisaba ko buri wese abigiramo uruhare, kuko icyo abantu babana, ntawabaho neza birambye abandi bamerewe nabi. Ni ngombwa ko buri wese amererwa neza kugirango abantu bose babeho neza birambye. Buri muntu wese rero afite inshingano zo kugira uruhare mu mibereho myiza ye n'iy'abo babana bihereye ku bagize umuryango we kugeza aho atuye n'ahandi hose ahurira n'abandi.

Kugirango ugire imbereho myiza kandi irambye, iki gitabo kiragufasha kugira icyerekezo n'itegeko, gufata ingamba no kugena ibikorwa bituma ugira imibereho myiza ku giti cyawe, nyuma ukagaragaza uruhare mu iterambere ry'abandi. Mu buryo bufatika, iki gitabo kirimo imyitozo usabwa gukora ngo igufashe gutekereza maze uhite icyerekezo, itegeko, ingamba n'ibikorwa byo kugufasha kugera ku mibereho myiza wifuza, ndetse ugafasha n'abandi kuyigeraho. Iyi myitozo izagufasha kugira uruhare rufatika mu iterambere ry'urugo rwawe niba wubatse cyangwa urwo ubamo, aho atuye guhera mu Mudugudu, Akagari, Umurenge, Akarere, ndetse no mu gihugu muri rusange.

Iki gitabo kigizwe n'ibice bikurikira:

**Igice cya 1: Amahame, ingeso n'uburyo bwiza bwo kubaka imibereho myiza** - Amahame ni wo musingi wo kubakiraho imibereho myiza, ikomeye kandi iramba. Ingeso ni uburyo bwiza umuntu yimenyereza bugatuma atekereza neza kandi agakora ibintu byiza bituma atere imbere;

**Igice cya 2: Ingamba zo kubaka imibereho myiza** - Hari ingamba z'ingenzi buri muntu wese agomba gufata ku buryo bw'umwihariko kugirango agere ku mibereho myiza irambye yifashishije ibyo afite kandi mu gihe kihuse

**Igice cya 3: Kubaka imibereho myiza ku giti cyawe** - umuntu ku giti cye agomba kugira icyerekezo, intego, ingamba na gahunda z'ibikorwa byo kubaka imibereho ye myiza;

**Igice cya 4: Imibereho myiza mu rugo:** Kugirango umuryango cyangwa urugo rutere imbere bisaba ko abarutuye bagira icyerekezo, intego, ingamba na gahunda z'ibikorwa bahuriyeho bigamije kubaka urugo rwabo kandi abanyamuryango bose, umugore, umugabo, abana, bakabaho neza bagatera imbere;

**Igice cya 5: Kwishyirahamwe ngo benshi bagire imibereho myiza** - Kwishyirahamwe kw'abantu bagafatanya ni imwe mu nzira zihutisha impinduka ituma umuntu wese agera ku mibereho myiza ye n'abandi mu buryo bwihuse;

**Igice cya 6: Guteze imbere aho utuye, mu Mudugudu, Akagari, Umurenge, Akarere no mu gihugu** - ni ngombwa ko buri wese agira uruhare mu iterambere ry'aho atuye haba mu mudugudu, akagari, umurenge, akarere, ndetse no mu gihugu;

**Igice cya 7 Guhanga no kwiyemeza imirimo** - Umurimo ni ngombwa mu buzima bwa buri wese, kuko umurimo mwiza ariwo utanga imibereho myiza;

**Igice cya 8: Kwiga no kwihugura** - Kubaka imibereho myiza irambye bisaba kwiga no kwihugura bihoraho. Ni ngombwa rero ko umuntu wese ahora yiga kandi yihugura;

**Igice cya 9: Ingeso mbi zo kwirinda ngo ugire imibereho myiza.**

Habaho ingeso mbi abantu bamwe bakunda kugira, zikabagiraho ingaruka mbi z'ubukene ndetse no kubaho nabi. Kutirinda izi ngeso mbi ni uguhitamo kuba umukene.

Nk'uko byavuzwe haruguru, mu bice by'iki gitabo harimo imyitozo yo kugufasha gutekereza cyane kugirango ugire kandi wandike icyerekezo, intego, ingamba ndetse n'ibikorwa bigamije ku gufasha wowe n'abandi mufatanije, kugera ku mibereho myiza n'iteremabere rirambye. Ni "igitabo-mukoro," cyanditswe nk'imfashanyigisho kuko urasabwa gukora imyitozo irimo, uko ugenda ugisoma. Kugirango ibyo wize uhite ubushyira mu bikorwa.

## **Igice cyo 1: Amahame, ingeso n'uburyo byo kugira imibereho myiza**

### **1.1. Amahame yo kubakiraho imibereho myiza**

Amahame ni wo musingi wo kubakiraho imibereho myiza ikomeye kandi irambye. Amahame adufasha kumenya no guhitamo ibintu by'ingenzi byubaka imibereho myiza. Ayo mahame niyo dushingiraho mu guhitamo icyerekezo, intego, ingamba ndetse n'ibikorwa byubaka imibereho myiza yacu.

Amwe mu mahame y'ingenzi ni aya akurikira:

**Imana niyo itanga ubuzima:** Imana niyo irema umuntu kandi ikamuha ubushobozi bwo kumubeshaho. Kwemera no kwizera ko Imana ishobora byose, bituma umuntu yicisha bugufi, bityo agahora ayisaba ko imuyobora ikanamushoboza mu byo akora byose. Kwemera Imana bituma umuntu yizera ko ibintu byose bishoboka, iyo akoze ibishoboka byose byiza kandi byubaka. Imana niyo itanga ubuzima, ariko umuntu niwe ugira uruhare mu kubugira bwiza cyangwa ububi.

**Buri muntu wese yaremwe mu buryo bw'umwihariko:** Nta muntu Imana yaremeye uteye kimwe n'undi; buri muntu wese yamuremanye umwihariko. Buri muntu agira ubushobozi n'impano bye byihariye. Kubera uwo mwihariko wa buri wese, bituma buri muntu agira agaciro ke bwite kandi akagira akarusho ku bandi; niyo mpamvu abantu bakenerana kandi bakuzuzanya.

**Buri muntu wese afite ubushobozi buhambaye:** Imana yaremeye umuntu imuha ubushobozi, imbaraga n'ubwenge bihambaye byo gukoresha ngo azane impinduka zituma agera ku mibereho myiza yifuza kuri we bwite ndetse no ku bandi. Niyo mpamvu umuntu wese iyo ahereye ku byo afite uko bingana kose, ashobora kubibyaza umusaruro mwinshi cyane wamutunga, ndetse agasagurira n'abandi.

**Umuntu abaho mu gihe kirangira:** Umuntu wese agira umunsi wo kuvuka, akagira iminsi yo kubaho, akagira n'umunsi wo gupfa. Abantu twese igihe tubaho ku isi kirabaze kandi ni Imana ubwayo ikigena. Muri ibi bihe abantu barambye babaho imyaka iri hafi y'Ijana (100). Ni ngombwa rero ko umuntu



wese azirikana ko yahawe iminsi ibaze, yo gukoramo ibyo ashoboye byose akiriho, bityo akazasiga umurage mwiza ku Isi.

**Umuntu asarura ibyo yabibye:** Umuntu ahura n'ingaruka z'ibyo akora byaba byiza cyangwa bibi. Iyo ukora ibyiza, ibyiza birakugarukira; wakora ibibi nabyo bikazakugiraho ingaruka mbi. Kandi ntacyo umuntu yabona atakoze. Utagize icyo akora ntacyo abona kimuturutseho, kandi iyo ushoye bike, usarura bike. Umusaruro wose rero uzabona uzaturuka mu bikorwa byawe n'imbaraga washyizemo. Ngo: "Udakora ntakarye."

### *1.2. Ingeso zubaka imibereho myiza*

Ingeso ni uburyo bwiza umuntu yimenyereza bukagena uko atekereza, uko abona ibintu ndetse n'uko abikora. Ingeso mbi zituma umuntu akora ibintu bibi, bikazana ingaruka mbi. Ingeso nziza zituma umuntu akora ibintu byiza bitanga umusaruro mwiza n'imibereho myiza.

Zimwe mu ngeso nziza usabwa kugira ni izi zikurikira:

**Guhora uzirikana icyerekezo n'intego byawe:** Ibyo ugiye gukora byose bigomba gushingira ku kerekezo n'intego wahaye imibereho yawe. Icyo wakora cyose kitaganisha ku kerekezo n'intego byawe biba ari imfabusa ku gihe cyawe n'ibyawewe. Igikorwa k'ingenzi ni igifasha umuntu agera ku kerekezo n'intego yihaye.

**Gufata iya mbere no kwibwiriza:** Guhorana ubushake bwo gukora utikoresheje bituma umuntu ahorana imbaraga zirimo ubushake bwo kudapfusha ubusa umwanya ngo agere ku ntego. Kwibwiriza ni intsinsi y'ubunabwo ituma umuntu afata ibyemezo vuba kandi akabishyira mu bikorwa.

**Guharanira inyungu zawe n'iz'abandi:** Kugirango abantu bishimire gukorana, bakoreshe imbaraga zabo zose igihe kirekire batinuba, bisaba ko buri wese aba afite inyungu mu bikorwa biri gukorwa mu buryo bwumvikamyweho. Mu mikoranire harimo umuntu ushobora guhenda undi ubwenge, ibyo ntabwo bituma ubufatanye buramba kuko igihe kiragera hakagira umenya ko ahomberamo, maze akavanamo inyungu ze cyangwa ubwitange bukagabanuka.

**Guhora umuntu yiyungura ubushobozi:** Kugirango umuntu ashobore gukemura ibibazo bihora bivuka bisaba ko ahora yongera ubushobozi mu bumenyi, mu mikorere no mu mitekerereze. Ni ngombwa rero ko buri muntu wese ahorana gahunda yo kongera ubumenyi n'ubundi bushobozi bwe.

**Gutega amatwi:** Nta muntu uba kamara kandi ntawe umenya byose. Niyo mpamvu umuntu agomba kugira gahunda yo gutega amatwi abandi kugirango yumve ibitekerezo n'inama zabo zamwubaka.

**Gufatanya n'abandi:** Gufatanya ibikorwa bishingira ku kerekezo n'intego bihuriweho bibyara umusaruro usumba uwari kuboneka hatarimo gufatanya. Gukorera hamwe rero ni inzira igeza abantu ku iterambere n'impinduka byihuse.

### 1.3. Uburyo bwo kubaka imibereho myiza

#### **Kwimenya neza**

Kugirango ugire icyo ugeraho kiza mu mibereho yawe, mbere na mbere ni ngombwa kumenya uwo uri we, ukisobanukirwa, ukamenya impamvu uriho kandi ukamenya neza uwo ushaka kuba we. Kugirango ushobore kongera imbaraga zawe ni ingenzi kumenya impano karemano zawe, maze ukazubakiraho kugira ngo wongere ubushobozi buzatuma ukora icyo ushaka.

Kugirango umenya uburyo n'ingamba uzakoresha ngo ugire umusaruro mwinshi ni ngombwa kwisuzuma ukimenyaho ibintu bine (4) by'ingenzi kuri wowe bikurikira:

- 1) **Imbaraga** zawe wifitemo, ugashaka uburyo bwo kuzikomeza ngo uzubakireho mu byo ukora byose ;
- 2) **Intege nke** zikuranga mu bushobozi, ukareba uburyo uzigabanya cyangwa ugabanya ingaruka zazo mu byo ukora ;
- 3) **Amahirwe** uhura nayo ngo ukore ibishoboka byose ngo uyakoreshe maze aguhe inyungu mu byo ukora ;
- 4) **Inzitizi** zitaguturutseho ariko zikubangamira mu byo ukora. Kumenya ibi bintu uko ari bine bituma wishakamo ingamba n'ibisubizo byihariye bituma ukoresha imbaraga ufite, ukagabanya intege nke, ukagurikirana amahirwe, kandi ukurinda imbogamizi, ngo ukomeza

kujya imbere mu byo ukora kandi ukazagera ku ntego n'icyerekezo wihaye.

### **Gufata neza umubiri**

Uko umuntu agenda akura mu myaka, umubiri we urakura, kandi ukagenda usaza. Ni ngombwa rero ko umuntu awitaho akawusana buri muni awuha indyo yuzuye, awugirira isuku, akora imyitoto ngororamubiri kandi aruhuka igihe gihagije.

### **Kongera ubumenyi**

Ni byiza ko umuntu agira akamenyero nibura ko gufata isaha imwe ku muni yo kongera ubumenyi bwe, cyanecyane iyo yarangije amashuri. Kuko ubumenyi bwinshi buva mu bitabo. Teganya gusoma nibura impapuro 20 ku muni cyangwa igitabo kimwe mu kwezi, cyangwa ibitabo icumu (10) mu mwaka. Mu kongera ubumenyi ushobora no kureba ibiganiro byiza byubaka kuri radiyo, televiziyo ndetse no kuri murandasi. Gufata nibura isaha imwe ku muni yo kongera ubumenyi bwawe, ituma uhinduka impuguguke izakenenwa, bityo ibyo uzi ukabibyaza umusaruro.

### **Gucunga neza igihe**

Ni byiza kumenya ko igihe ari impano itakara ntigaruke bamwe bakaba bagiha agaciro nk'akamafaranga. Kugirango umenye agaciro k'amafaranga isaha imwe yawe ifite, fata amafaranga yose winjiza mu kwezi maze uyagabanye umubare w'amasaha yose ukora mu kwezi. Niba uhembwa cyangwa winjiza amafaranga ibihumbi ijana na mirongo itandatu (160,000 Frw) ukaba ukora amasaha 40 mu cyumweru cyangwa 160 mu kwezi, ubwo isaha yawe ifite agaciro k'amafaranga Igihumbi (1,000 Frw). Ni ukuvuga ko iyo upfushije ubusa isaha imwe, uba utakaje amafaranga igihumbi (1,000 Frw). Fata ingamba zo kudatakaza igihe cyawe, ndetse n'ingamba zo kongere agaciro k'igihe cyawe ubyaza umusaruro mwinshi ibyo ukora, cyangwa uhitamo gukora ibyinjiza amafaranga kurusha ibindi.

### **Guhanga imirimo**

Imirimo yo gukora ni myinshi, kuko aho ibibazo biri haba hari amahirwe y'imirimo. Aho tuba hose haba ibibazo byinshi bifatwe n'abantu tubana cyangwa duturanye. Gushaka ibisubizo kuri ibyo bibazo niyo nzira yo guhanga

imirimo. Iyo ubonye ikibazo wakemura urakiga, ukareba uburyo bwihariye wowe wagikemura utanga ibisubizo. Ibikorwa wiyemeze byo gukemura ibyo bibazo ni byo biguha umurimo wo gukora. Kugirango uwo murimo uwukore neza bigusaba ko wongera ubumenyi bukenewe ngo ubone ibisubizo byiza kurusha iby'abandi. Fata rero iya mbere ushake ibibazo abantu bahura nabyo kandi wabonera ibisubizo bidasanzwe, ubikoreshe mu guhanga imirimo kandi ufate ingamba zo kongera ubumenyi kugirango ibyo ukora bigire agaciro kanini.

### **Gucunga neza amafaranga**

Amafaranga ni igipimo kigaragaza agaciro k'umusaruro w'akazi wakoze. Amafaranga rero ni igikoresho umuntu akoresha kugirango agurane umusaruro we n'uw'abandi akeneye. Umuntu atunga amafaranga, ntabwo ari amafaranga amutunga. Kubaho neza ntabwo ari ugutunga amafaranga menshi. Umuntu agira imibereho myiza iyo ashoboye kubona ibyo akeneye. Ariko kenshi abantu barenga ku byo bakeneye bagashaka ibirenze bifuzwa, wenda bidafite umumaro. Ibi biterwa kenshi no kwifuzwa iby'abandi bafite, umuntu agashaka ko abonwa uko atari. Kwifuzwa ibyo udakeneye ngo ubeho bitera ingeso mbi z'amashyari ndetse no kwirarira kenshi bigusha umuntu mu gihombo no kugira imibereho mibi.

Amafaranga kuyabona ntibyoroha bisaba kuyakorera. Iyo uyabonye rero ni ngombwa kuyakoresha neza, uyifashisha mu gushaka ibyo ukeneye, wirinda kwaza ugura ibyo wifuzwa by'umunezero mugufi ariko bitagufitiye umumaro.

Uburyo bwiza bwo gucunga neza amafaranga ni ukugira konti mu bigo by'imari unyuzaho amafaranga yawe yose, kandi buri kwezi ugakora ingengo y'imari igaragaza amafaranga yawe uko yinjira n'uko asohoka. Amafaranga akoreshwa neza iyo ashowe mu bikorwa biganisha ku kerekezo n'intego byawe.

### **Kuzigama no gushora imari**

Kwiteganiriza ni umuco mwiza. Kenshi abantu bakoresha umusaruro cyangwa amafaranga babonye mu gihe gito agashira, ntibagire ayo basigarana. Gukoresha amafaranga nabi bigaragarira kenshi mu buryo abantu bakoresha imishahara bahembwa buri kwezi. Abantu benshi bageza ku italiki yo guhembwa bafite amadeni yo kwishyura kandi bafite n'ibindi bintu bakeneye

kugura. Iyo bimeze bityo, amafaranga bahembwe yose bahita bayakoresha agashira bityo ugasanga ntayasigaye yo kuzigama yakwifashishwa haramutse havutse ikibazo cyihutirwa. Iyo ngeso yo kutazigama igusha abantu benshi mu kaga, kandi igatuma umuntu abaho mu buzima bubu burangwa buri gihe n'ubukene.

Ni ngombwa rero gukora ibishoboka byose ugafata umushahara wawe, maze ugakuramo nibura Makumyabiri ku Ijana "20%" yo kuzigama. Ibi byoroha iyo ufite konti muri banki yo kwizigamira, maze buri kwezi ukayashyiraho.

Ubundi buryo bwiza bwo kuzigama ni ugufata mu mafaranga wakoreye ukagira ayo ushora mu bikorwa bifite agaciro kandi bizabyara inyungu mu minsi iri imbere, cyangwa mu mitungo itimukanywa yongeraga agaciro uko ibihe bihita, nk'amasambu cyangwa inyubako.

### **Kugira inshuti nziza**

Abantu benshi bagira abantu babana nabo ariko batagira icyo babamarira, uretse kubatesha igihe no gufusha ubusa amafaranga cyangwa imitungo yabo. Ngo iyo abantu bose ari inshuti zawe burya nta nshuti uba ufite. Inshuti ni umuntu uzana agaciro mu mibereho yawe iyo mubana, akaguhanga inkunga cyane mu bitekerezo n'inama. Inshuti ni iguha agaciro, ni igushyigikira mu gutera imbere, kandi ikakwihanganira, ikakuba hafi mu gihe uhuye n'ibibazo.

Muri iyi minsi aho ikoranabuhanga ryoroshye mu gutumanaho, n'imbuga nkoranyambaga, usanga abantu bataho umwanya munini bahanga amakuru hagati yabo, ariko kenshi nta mumaro urimo. Hari aho usanga umuntu amara amasaha umunani (8) ku munsu areba iby'abandi batangaje cyangwa yandikirana n'abandi, ariko nta nyungu bitanga. Ibyo bidafite inyungu ni ukubwirinda. Shishoza rero uhitamo abantu koko b'inshuti zawe bafite ingeso nziza kandi ugene umwanya wo gusabana nabo mu buryo biguteza imbere, cyangwa mu buryo na none butuma umererwa neza ukazagera ku mibereho myiza wifuzwa.

### **Gufatany n'abandi**

Mu byo wakora byose ukenera abandi bantu bagufasha. Abantu ni magirirane kandi baruzuzanya. Ntawihaza muri byose. Ngo: *Abishyize hamwe ntakibananira*. Niyo mpamvu mu bikorwa uteganyaga byose, ugomba gutekereza ku bufasha n'ubufatanye uzakenera bityo ugashaka abo muzafatanyaga,

bazagutera inkunga y'ubumenyi, amakuru cyangwa amikoro. Gushaka abo muzafatanyaga mu bikorwa ni ngombwa kureba abo muhuje cyangwa bashyigikiye intego n'icyerekezo byawe.

### **Kugira gahunda y'ibikorwa**

Mu byo ukora byose ni ngombwa kugira gahunda iboneye y'ibikorwa byawe. Gahunda ituma umenya guha umwanya mwiza ibikorwa by'ingenzi kurusha ibindi. Gucunga neza igihe no gukoresha neza amafaranga ufite, bityo ibike ukabibyaza ibyinshi kandi mu gihe gito. Niyo mpamvu usabwa kugira gahunda y'ibikorwa byawe buri muni, mu cyumweru, mu kwezi ndetse no mu mwaka.

Kugira buri gihe gahunda y'ibikorwa byoroshye gahunda yo kwesa imihigo neza kandi vuba, kandi ukagira n'uburyo bwiza bwo gusuzuma umusaruro w'ibyo ukora.

### **Kubakisha ibyo ufite**

Icyo ushaka kugeraho cyose, cyaba umushinga muto cyangwa munini, ushobora kukigeraho uhereye ku bintu ufite, niyo byaba bike cyane. Abantu bamenyekanye cyane ku Isi bageze kuri byinshi by'ubukire hafi ya bose babaga baratangiye ku bintu bike cyane, bimeze nk'ubusa, ariko babitangiraho bakagera kuri byinshi cyane bitangaje.

None rero nawe wisuzugura ibyo ufite ubu, uhubwo byishimire uko bingana ubihe agaciro, kuko nibyo ugomba gutangiraho ngo ugera kubyo ushaka. Ibyo ufite ubu ubicunge neza, urebe uko wabikoresha neza ngo ubibyaze inyungu, cyangwa biguheshe ibindi ukeneye byo kukugeza ku ntego yawe.

## **Igice cya 2: Ingamba zo kubaka imibereho myiza**

Hari ingamba z'ingenzi buri muntu wese agomba gufata ku buryo bw'umwihariko, kugirango agere ku mibereho myiza irambye mu gihe kihuse kandi akoresheje ibyo afite. Izo ngamba ni izi zikurikira: 1) Kugira icyerekezo n'intego, 2) Kwiyubaka no kwiyongerera ubushobozi, 3) Gufatanyaga n'abandi no gukorera hamwe, 4) Gukora umurimo, 5) Gucunga neza igihe no kugira gahunda, 6) Kugendera ku mahame n'indangacaciro, 7) Kwiyobora no kuyobora abandi neza, 8) Gucunga neza umutungo, 9) Kwifashisha ikoranabuhanga, n' 10) Kubungabunga ibidukikije.

### **1) Kugira icyerekezo n'intego**

Kugira icyerekezo n'intego ni ukumenya aho ujya mu buzima. Icyerekezo n'intego bitanga inzira iboneye y'ubuzima ku muntu ku giti ke no ku bantu benshi bashyize hamwe. Kutagira icyerekezo n'intego bituma umuntu abaho akora ibyo ataremewe gukora akazarangiza ubuzima bwe mu bukene. Ngo: *Utazi iyo ajya inzira zose zimugezayo*, kenshi akagera aho atazi, kenshi akagwa mu mwobo. Icyerekezo nicyo gituma umuntu agera ku ntego y'ubuzima Imana yamuremeye. Icyerekezo gituma umuntu amenya inshingano yaremewe gusohozza mu buzima bwe ku isi. Ni ngombwa rero ko umuntu wese amenya icyerekezo afite kugirango agere ku ntego z'ubuzima bwiza. Kugirango abantu bagere ku ntego basangiye, bakenera kugira icyerekezo bahuriyeho kugirango bafatanye bahuje bityo buzuzanye kandi bagere vuba ku ntego basangiye kandi bifuzaga.

Kumenya icyerekezo n'intego bisaba kwisuzuma no gutekereza, umuntu akimenya, akanavumbura impamvu nyamukuru y'ubuzima bwe. Umaze kuvumbura icyerekezo, ni ngombwa kucyandika mu magambo make, nyuma ukazajya uyifashisha buri gihe ngo akuyobore mu guhitamo intego, ingamba ndetse n'ibikorwa byose uteganya mu buzima bwawe.

Na none abantu kugirango bafatanye, bagere ku ntego n'impinduka bashakaga bisaba ko bamenya icyerekezo basangiye, kandi bahuriyeho. Icyerekezo gituma abantu bahuza imbaraga bityo umusaruro ukiyongera kandi bakawugeraho vuba.

Muri iki gitabo urasangamo ibisobanuro n'imyitoto bigufasha kumenya no kwandika icyerekezo cyawe, ndetse no guhuza ikekerekezo n'abandi mufatanije ubuzima haba mu rugo, mu kazi no mu mashirahamwe atandukanye abantu bahuriramo. Biratuma kandi uhuza icyerekezo cyawe n'icyerekezo rusange k'Igihugu, aricyo gishamikiyeho gahunda za Leta z'iterambere mu nzego zose z'Igihugu.

## **2) Kwiyubaka no kwiyongerera ubushobozi**

Umuntu, nk'ikiremwa k'ikinyabuzima, kuva avutse kugeza apfuye arakura buri muni mu bice byose bimugize. Ibice by'umubiri n'ibigize ubuzima bigomba gukura neza kugirango bishobore gusohoza neza inshingano zabyo. Mu gihe cyose umuntu ariho, asabwa gukora ibishoboka byose ngo afate neza umubiri we ugire imbaraga, ndetse yongere ubumenyi n'imatekerereze.

Umubiri ukenera gukura neza, ukagira imbaraga kandi ukarindwa indwara. Ibi bisaba umuntu kwiyitaho, aya neza, agira isuku, akora imyitoto ngororamubiri, aruhuka bihagije ndetse akanidagadurira mu rugero rukwiye imyaka ye.

Umuntu ni ikiremwa Imana yahaye ubwenge bwo gutekereza no guhitamo, kandi kigafata ibyemezo. Kugirango umuntu ahitemo neza kandi ashobore gukora ibintu byiza, bisaba ubumenyi buhagije. Umuntu buri gihe asabwa guhora yongere ubumenyi, kugirango ashobore kubona ibisubizo n'inzira ziboneye mu byo akora byose. Ubumenyi buva mu kwiga amashuri, gukurikirana izindi nyigisho zitangwa ahantu hatandukanye, kwiyigisha umuntu asoma ibitabo, ibinyamakuru, akurikira ibiganiro kuri radio, televiziyo, ashaka amakuru kuri murandasi, n'ahandi henshi. Bitewe n'inshingano z'umuntu, ni ngombwa ko umuntu ahora yihugura mu ngeri zose zirebana n'ubuzima bwe bwose.

Imibereho myiza isaba kugira imitekerereza myiza, ifasha guhitamo hagati y'ikiza n'ikibi. Imitekerereze myiza ishingira ku mahame n'indangagaciro umuntu agomba kugenderaho. Kuzirikana amahame n'indangagaciro ni ngombwa kuko nibyo soko y'umuco n'imihindukire biganisha ku myitwarire myiza bigatuma umuntu agira agaciro, akabaho neza kandi akabana neza n'abandi.



Icyo ugiye gukora cyose uge wibaza impamvu. Wibaze uti: “Kuki?” Niba igisubizo wihaye kikunyuze, usuzume niba impamvu ubonye ishingiyeye ku kerekezo n’itego wihaye. Niba atari ibyo, icyo gikorwa nta kamaro cyakugirira, wakireka. Igikorwa cyose kitakuganisha ku kerekezo n’itego wihaye kiba kigutesha igihe. Wakireka hakiri kare, ugashaka ibikorwa bifite impamvu igufitiye akamaro.

### **3) Gufatanya n’abandi no gukorera hamwe**

Nta muntu ubaho wenyine, kuko ubuzima ni magirirane. Ibyo umuntu akora byose, byaba ibigamije inyungu ze cyangwa iza benshi, bisaba gukorana no kuzuzanya n’abandi. Gukorana neza n’abandi bisaba kubana neza n’abandi. Gukorana n’abandi bisaba kugirirana ikizere n’ubwubahane hagati y’abantu, aho buri wese aha undi agaciro. Bisaba ko buri wese aha mugenzi we agaciro, akamwubaha, ndetse akanamugirira urukundo. Iyo abantu bakorana bizerana bitanga imbaraga nyinshi ku buryo ibyo biyemeje babigeraho kumu buryo bworoshye.

Tuzi imvugo igira iti: *“Abishyize hamwe ntakibananira”* kandi ngo: *“Umutwe umwe wifasha gusara”*. Gushyirahamwe no gukorera hamwe bitanga imbaraga nyinshi zituma buri wese agera ku byo yifuza vuba kandi atavunitse cyane. Gufatanya no gushyirahamwe muri byose cyanecyane mu rugo, mu kazi, mu mashyirahamwe, aho abantu batuye, haba mu midugudu, mu mirengye, mu turere, no mu gihugu muri rusange. Ndetse bimaze kugaragara neza ko kwishyira hamwe mu bimina, amashyirahamwe, amakoperative, amasosiyete byihutisha cyane iterembere mu bukungu bigashyira ubukene.

### **4) Gukora umurimo**

Nta muntu ubaho neza adakora. Gukora umurimo ni inshingano kandi umurimo niwo uha umuntu agaciro. Umurimo ntabwo ari akazi gahemba gusa. Umurimo ni ikintu cyose umuntu akora kigamije kuzana impinduka mu mibereho ye ndetse n’iy’abandi. Kuva umuntu ari muto agomba gukora icyo ashoboye cyose. Niyo mpamvu abana bagomba gutozwa n’ababyeyi babo gutangira gukora bakiri bato, batangiriye ku mirimo mito yo mu rugo no mu mashuri.

Kugirango abantu bagere ku mpinduka nziza mu buzima bisaba ko bakora imirimo myiza irangwa n’ibikorwa byiza kandi by’ingirakamaro. Nta gikozwe

ntacyagerwaho mu buzima. Niyo mpamvu buri muntu wese agomba gushaka ibyo akora nk'umurimo biha agaciro imbaraga ze, ubumenyi afite, ndetse n'impano yahawe n'Imana. Iyo umuntu ashingiye ku kerekezo n'intego yihaye akenera guhitamo ibikorwa bituma agera kucyo ashaka. Umuntu ahitamo ibyo akora ku giti ke cyangwa afatanyaga n'abandi, kandi agashaka imbaraga n'ubumenyi kugirango ibyo akora, abikore neza bibyare umusaruro ufatika, umugirira umumaro ndetse n'abandi.

### **5) Gucunga neza igihe no kugira gahunda**

Umwe mu mitungo kamere Imana yahaye umuntu ni igihe. Imana yahaye abantu bose igihe kingana. Guhera ku muntu ukomeye ufite inshingano zihambaye kugeza ku muntu wo hasi ufite inshingano ziciriritse, twese abantu dufite amasaha Makumyabiri n'Ane (24) ku munsi. Kuri buri wese, igihe azabaho ku isi kirabaze kandi gihora kigenda mu masegonda, mu minota, mu masaha, mu minsi, mu byumweru, mu mezi no mu myaka. Imyaka umuntu abaho, n'ubwo ntawuyimenya ariko irabaze. Mu byo dukora byose rero, igihe kiba kibaze kandi kigenda, umunsi w'urupfu uzagera kuri buri wese, ubuzima ku Isi burangire.

Tumenyereye kuvuga ngo '*Igihe ni amafaranga*', ariko iyo urebye neza ahubwo usanga igihe ari ubuzima. Iyo ukoresheje igihe neza biguha ubuzima bwiza, wagikoresha nabi bikavamo igihombo cyangwa bikabyara ingaruka zangiza ubuzima. Gukoresha igihe neza ni ugukora ibintu bya ngombwa mu gihe runaka. Buri gikorwa kikagenerwa igihe cyacyo, kandi umuntu akirinda abantu cyangwa ibintu bituma atakaza igihe ku busa. Igihe gitakaye ntabwo kigaruka. Bitewe n'uko ukoresha igihe cyawe, wakira cyangwa ugakena. Igihe ni umutungo kamere duhabwa n'Imana. Igihe wagishora rero ukakibyaza umusaruro, ubukungu ndetse n'ubukire.

Kugirango umuntu adapfusha igihe ke ubusa, bisaba kugira gahunda zo gucunga igihe neza, buri gikorwa umuntu akigenera igihe. Ibi bisaba kugira gahunda y'ibikorwa by'umunsi, icyumweru, ukwezi n'umwaka, ndetse n'imyaka myinshi. Bisaba kandi ko umuntu yiha intego n'imihigo byo kugeraho mu gihe cya vuba (munsi y'amazi 12), igihe kiringaniye (hagati y'umwaka umwe n'imyaka 5) ndetse no mu gihe kirekire (hejuru y'imyaka 5).

Gukorera kuri gahunda zigamije intego mu gihe runaka, bituma umuntu acunga igihe ke neza, akayobora neza imibereho ye bityo akagera ku buzima bwiza yifuza vuba kandi atavunitse cyane.

## **6) Kugendera ku mahame n'indangaciro**

Amahame n'indangaciro ni byo bituyobora mu byo dukora, uburyo twitwara mu buzima, bigatuma duhitamo hagati y' ikiza n'ikibi. Ni ngombwa kugira no kugendera ku mahame n'indangaciro, kuko nibyo bitwereka inzira nziza kandi bigatuma ibyo dukora bigira ingaruka, impinduka nziza birambye. Amwe mu mahame n'indangaciro z'ingenzi ni izi zikurikira:

***Kumenya no kubaha Imana:*** Kumenya ko hari Imana isumba byose yaturemye nk'abantu, ikaba ariyo ishobora byose, ni umusingi wa mbere wo kubaka ubuzima bufite icyerekezo n'intego. Kumenya ko Imana yakuremanye ubushobozi, imbaraga n'ubwenge biguha amahirwe n'ibyiringiro byo kugera ku buzima bwiza wifuza. Ibyo ukora byose ni ngombwa gusaba Imana kukuyobora no kugushoboza.

***Kugira urukundo:*** Kugirira abandi bantu urukundo rudasaba ikiguzi, baba abo mu muryango wawe; inshuti; abo mubana muri byinsi. Haba mu kazi; abaturanyi; abenegihugu ndetse n'abantu bose muri rusange. Ni indangaciro y'ubumuntu kandi ikaba inkingi ikomeye y'ubuzima bwiza kuri bose.

***Gukunda umurimo:*** Umurimo niwo uhisha umuntu wese ishema n'agaciro. Umuntu wese yaremewe kuzagira umumaro ku isi. Imana yahaye buri muntu wese impano y'ubushobozi bwo kugira ikintu kihariye yakora neza kurusha abandi bantu bose, kikazana impinduka nziza idasanzwe mu bantu. Kumenya ibyo ushoboye, ukabikora ukabibyaza umusaruro, bikagutunga ndetse bikagirira abandi akamaro ni isooko y'ubuzima bufite agaciro kandi buhesha Imana icyubahiro.

***Kuba inyangamugayo:*** Imwe mu ndangaciro zikomeye ni ukugira ubunyangamugayo bushingiye ku kuri no ku budahemuka. Kuba inyangamugayo biranga imico myiza umuntu afite. Ubunyangamugayo butuma abandi bakugirira ikizere bigaha agaciro ibyo uvuga n'ibyo ukora. Ubunyangamugayo buha umuntu amahirwe yo gufatanya

n'abandi bantu b'inyangamugayo, bityo mukagera kuri byinsi bifite umumaro.

**Gukunda Igihugu:** Igihugu ni umubyeyi kandi ni ingobyi ihetse abantu bose bagituye. Igihugu umuntu atuye ni cyo akuramo aho atura akabana n'abandi, ndetse akabona ibimutunga. Bityo gukunda igihugu mbere na mbere, ni ugukunda abandi bantu bagituye nk'abavandimwe, ni ugukunda ibidukikije birimo, ndeste cyanecyane no gukunda umuco w'igihugu. Gukunda igihugu bishyirwa mu bikorwa iyo umuntu agira uruhare kandi atanga umuganda we mu guharanira ubusabane hagati y'abagituye, kubungabunga ibidukikije n'umuco mwiza uranga abanyagihugu, ndetse no kugira uruhare rugaragara mu iterambere ryacyo

## **7) Kwiyobora no kuyobora abandi neza**

Ubuzima ni urugendo rw'inzira ndende, umuntu ahuriramo n'ibyiza ndetse n'ibibi. Kugirango umuntu ashobore kugenda iyo nzira azagere ku kerekezo n'intego by'ubuzima yifuza, bisaba kuba umuntu yifitemo ubushobozi bwo kwiyobora ndetse no kuyobora abandi.

Buri muntu wese afite muri we ubushobozi bwo kwiyobora ndetse no kuyobora abandi, ariko kugirango umuntu ahangane n'imbongamizi ahura nazo mu nzira y'ubuzima bimusaba guhora yongera ubushobozi bwe mu buyobozi, binyuze mu kongera ubumenyi, kwimenyereza, no kumva inama z'abandi.

Muri iki gihe isi yugarijwe n'ibibazo byinshi birimo indwara z'ibyorezo; ubukungu butifashe neza n'abantu batabanye neza, ibyo bibazo bisaba imbaraga n'ubushobozi budasanzwe kugirango abantu bahangane nabyo maze bashobore kwigeza ku buzima bwiza bifuzwa.

## **8) Gucunga neza imitungo n'amafaranga**

Ntabwo wacunga imitungo cyangwa amafaranga utagira. Ni ngombwa rero gushaka no kongera imitungo n'amafaranga byawe. Imitungo n'amafaranga biva mu bikorwa. icya mbere rero ni uguhanga cyangwa gushaka imirimo wakora kugirango ubone imitungo n'amafaranga ukeneye yo kugutunga, ukagira imibereho myiza.

Imibereho mibi irangwa n'ubukene bwo kubura ibintu by'ibanze bitunga umuntu. Ubukene kenshi buterwa n'uburyo abantu ubwabo bakoresha kandi bacunga imitungo n' amafaranga yabo batunze. Imikoreshereze n' imicungire mibi y'umutungo n' amafaranga nibyo kenshi bitera ubukene.

Umutungo kamere wa mbere Imana yahaye buri wese ni ubwenge bwe, n'amaboko yo gukora, ndetse n'igihe byo gukoresha nk'igishoro k'ibanze. Hari kandi n'imitungo kamere rusange dusanga ku isi, ariyo ubutaka, amazi, n'indi byose twifashisha ngo tubone imirimo n'umusaruro udutunga. Gukoresha neza iyo mitungo twirinda gusesagura ni inkingi ikomeye yo kugira no kwiteganiriza imibereho myiza kandi irambye.

Muri ibihe hari ibishuko byinshi bituma abantu bakoresha nabi amafaranga babona, cyanecyane aturuka mu mishahara. Birababaza kubona umuntu afata amafaranga yamuruhije, akayamarira mu bintu bizana umunezero w'igihe gito, bityo ntihabeko kwiteganiriza. Niyo mpamvu umuntu agomba guhitamo neza uko akoresha amafaranga.

Urugero rw'uburyo bwiza bwo gukoresha amafaranga umuntu aba yakoreye mu kwezi ni ukuyagabanyamo ibice bitatu bikurikira: 1) kutarenze mirongo Itandatu ku Ijana "60%" yo kugura no kuriha ibikenewe mu buzima bwa buri muni, 2) nibura kuzigama Makumyabiri ku Ijana "20%" ndetse gashora nibura Makumyabiri ku Ijana "20%." Iyo ubigenje gutya ubukungu bwawe bugenda bukura cyane, kandi ntabwo ushobora guhungabanywa n'ibihe bibi bitunguranye, kuko uba warizigamiye bihagije.

## **9) Kwifashisha ikoranabuhanga**

Muri iki gihe hariho ikoranabuhanga ry'ingeri zose ryifashishwa mu gukemura ibibazo bitandukanye kandi rikoroshya imibereho, cyanecyane ikoranabuhanga rishingiye ku makuru n'itumanaho. Mu bice bitandunanye by'ubuzima, ikoranabuhanga ubu rituma abantu babona ibintu byiza bidahenda kandi bikaboneka vuba. Urugero rugaragara cyane mu byo za mudasobwa, murandasi na terefoni zigendanwa zikora muri iyi muni, haba mu itumanaho, muri serivisi z'imari, ubuvuzi, umutekano n'ibindi.

Ni ngomwa rero ko buri wese agerageza gusobanukirwa n'ikoranabuhanga rihari yakwifashisha ngo rimworohereze mu byo akora byose, bityo ryihutishe ibyo imirimo ye mu iterambere yifuza.

## **10) Kubungabunga ibidukikije**

Ntabwo abantu bagira imibereho myiza kandi irambye, aho baba hatari iby'ingenzi kandi byiza umubiri ukenera ari byo: umwuka mwiza duhumeka, ubutaka bwiza bwera ibiribwa, amazi meza, aho dutuye heza n'ibindi. Kugirango ibyo bitazabura buri muntu wese afite ishingano zo kubungabunga ibidukikije, yirinda ibihumanya. Kugirango tubigereho hari ibyo dusabwa by'umuwuhariko : kugirira isuku aho dutuye, gutera ibiti, kwirinda gukoresha ibitari ngombwa.

### **Igice cya 3: Kubaka imibereho myiza ku giti cyawe**

Umuntu wese kuva akivuka akenera ibintu bimumutunga, haba ibifatika ndetse n'ibidafatika. Ibifatika ni nk'ibiryo, imyenda, inzu yo kubamo, naho ibidafatika ni nk'urukundo n'ikizere. Ibintu nk'ibyo iyo umuntu abibuze cyangwa adafite ibihagije bimutera kugira imibereho mibi irangwa n'ubukene. Ubwo bukene kenshi bushingira mu kubura ibintu bikenerwa by'ibanze.

Umuntu akenera ibintu byinshi ngo agire imibereho myiza. Umuhanga w'umunyamerika witwa Abraham Maslow (1908-1970), niwe wasesenguye ibyo umuntu akenera mu buzima, maze abikubira mu cyo yise inzego z'ibikenerwa n'umuntu. Ahereye kubikomeye yasanze bikubiye mu nzego eshanu zikurikirana:

- 1) **Ibitunga umubiri** (Umwuka wo guhumeka, amazi, ibiryo, icumbi, gusinzira, imyambaro, kororoka, ...)
- 2) **Umutekano** (Ukwishyira ukizana, akazi, imitungo, ...)
- 3) **Urukundo** (Ubucuti, umuryango, kubana n'abandi...)
- 4) **Agaciro** (Ikizere, icyubahiro, kwemerwa n'abandi, ikiciro k'imibereho, uburenganzira)
- 5) **Akamaro** (ubushatse bwo kugira akamaro mu bandi no kuba ikitegererezo).

Urwego rwa mbere n'urwa kabiri zigizwe n'ibikenerwa by'ibanze. Iyo umuntu atabibona bihagije, arangwa n'imibereho y'ubukene bukabije. Urwego rwa gatatu n'urwa kane rurangwa n'ibirebana, n'imyumvire n'imatekerereze y'ubuzima, naho urwego rwa gatanu rurebana n'uko umuntu yumva yuzuye agasendera, akabasha no gufasha bandi.

Umuntu mu guharanira kugira imibereho myiza, akora ibishoboka kugirango ibikenerwa kuri izo nzego zose abigereho ku giti ke ndetse afashe n'abandi kubigeraho.

Ingingo zikurikira ziragufasha kubona no gufata inzira nziza kandi zihuse zituma ugira imibereho myiza kandi irambye.

### 3.1. Kugira icyerekezo n'itego by'ubuzima

**Icyerekezo:** Buri muntu wese akenera kugira icyerekezo. Muri iyi minsi ijamba icyerekezo rimaze kumenyekana cyane. Icyerekezo cyangwa intumbero rivugwa mu ijamba ry'amahanga ko ari: **"Viziyo"**. Kugira icyerekezo cy'ubuzima ni ukugira ishusho y'ubuzima bwiza ushaka kuzabamo, iyo shusho ukayibona neza mu bitekerezo. Icyerekezo kigaragaza uko umuntu ashaka kubaho. Kugirango usobanikirwe icyerekezo cyawe bisaba kugishyira mu magambo, ukayandika mu nteruro nkeya zuzuye, zisobanura neza kandi zitanga ishusho y'ubuzima bwiza wifuza kugeraho.

**Urugero rw'icyerekezo cy'umuntu:** *Ndi umuntu ubayeho neza, mfite ibintunga bihagije kandi mfite ubwenge, ubushobozi n'amahirwe byo gukora ibyo nifuza bitanga umusaruro uhagije kandi bimpesha agaciro.*

**Intego:** Intego ni umugambi nyamukuru ukubiyemo ibyo umuntu akora byose ngo agere ku mibereho myiza yifuza. Ibikorwa byose bishingira ku ntego, kuko igikorwa cyose gikozwe kigomba kuganisha ku ntego. Igikorwa kitaganisha ku ntego, kiba ntacyo kimaze uretse gupfusha ubusa igihe n'amikoro gitwara.

Abayapani bafite uburyo bwiza butuma umuntu amenya intego ye, bise **'IKIGAI'**. Bavuga ko intego itangwa n'uruhurirane rw'ibintu bine, ari byo: 1) icyo ukunda gukora, 2) icyo ufiteye ubushobozi gukora, 3) icyo abantu bakeneye, ndetse n' 4) icyo wahemberwa. Iyo ubonye ikintu wakora cyujuje ibyo uko ari bine, kiba ariyo ntego yawe y'ubuzima ubereyeho. Iyo ntego yerekana umuhamagaro ufite mu buzima.

**Urugero rw'Intego:** *Kugira imibereho myiza nifuza, impesha agaciro, nkagirira abandi umumaro mbafasha kurwanya ubukene no kugira ubuzima bwiza.*

### 3.2. Ingamba n'ibikorwa byo kubaka imibereho myiza

Ingamba ni uburyo umuntu akoresha ahereye ku byo afite kugirango agera ku kerekezo yifuza. Iki gitabo kirerekana ingamba zirindwi umuntu ashingiraho kugirango agire imibereho myiza. Izo ngamba ni izi zikurikira: 1) Kwita ku mubiri, 2) Kongera Ubumenyi, 3) Guhanga no gukora umurimo, 4) Kongera ubukungu, 5) Kubana neza n'abandi, 6) Kugira urukundo, 7) Kwemera kugira indangagaciro.

Buri ngamba ishyirwa mu ngiro n'ibikorwa byihariye bikurikira:



### 3.2.1. Kwita k'umubiri

Umuntu agizwe n'umubiri, umwuka cyangwa roho. Umubiri rero ni nk'inzu umuntu atuyemo. Umubiri uravuka ariko ugenda usaza ndetse ugapfa. Hagati yo kuvuka no gupfa umubiri ubaho mu gihe runaka kigenwa n'Imana ubwayo. Mu gihe cy'ubuzima ku isi umubiri ukenera ibiwutunga ngo ukure, ugire imbaraga, ukore neza kandi ubeho neza. Iyo umubiri utabonye ibyo ukeneye ugira ibibazo birimo kunanirwa, kurwara ndetse no gupfa. Ni ngomwa ko umuntu afata umubiri we neza awuha ibyo ukeneye. Mu byo umubiri ukenera by'ingenzi harimo: Indyo nziza yuzuye, isuku, imyitozo ngororamubiri, kuruhuka ndetse no kwidagadura.

**Kurya neza.** Umubiri ukenera igihe cyose indyo yuzuye. Mu ndyo yuzuye hagomba kubamo ibyubaka umubiri, ibitanga imbaraga n'ibiwurinda indwara. Niyo mpamvu utagomba kurya gusa ibyo ukunda cyangwa umenyereye, ahubwo ugomba kurya indyo yuzuye. Hari uwavuze ati: « *Nutarya ibiryo nk'umuti, uzarya imiti nk'ibiryo.* » Ni ukuvuga ko iyo utariye indyo yuzuye, ukarya gusa ibikuryoheye, amaherezo umubiri wawe urarwara ugakenera gufata imiti ngo ubeho. Hari indwara nyinshi ziterwa no kurya nabi. Ni ngombwa rero kumenya ko amafunguro yawe agize n'indyo yuzuye, akaba ariyo ufata.

**Ibiribwa byubaka umubiri:** Ibiribwa byubaka umubiri biwufasha gukura no kwisana ubwawo. Bifasha imitsi kwirema, uruhu rukisana iyo rwacitse, amagufwa agakura mu ngufu no mu burebure, bikanafasha imisatsi n'inzara gukura. Bimwe muri ibyo biribwa ni inyama z'inka n'iz'ihene, amafi, inyama z'inkoko, ibikomoka ku matungo birimo amagi, amata, foromaje, ibishyimbo, ubunyobwa, rantiye, udusimba turibwa, ...

**Ibiribwa bitera imbaraga :** Ibiribwa bitera imbaraga biha umubiri imbaraga ukeneye ngo umuntu akore, agende, yiruke, aseke, arye anahumeke. Bimwe muri ibyo biribwa ni ibijumba, imyumbati, ubugari, imyungu, umuceri, porici, ibitoki, umugati, ingano, amasaka hamwe n'ibindi binyampeke.

**Ibiribwa birinda indwara:** Ibiribwa birinda indwara birinda umubiri gufatwa n'indwara. Ibiribwa byifitemo za vitamini, bifasha ubwirinzi bw'umubiri bigatuma ugumana ubuzima bwiza. Ingero z'ibiribwa

birinda indwara; imyembe, inanasi, inyanya, puwavuro, karoti, isombe, avoka, ipapayi, intoryi, imboga rwatsi (dodo), imboga nka epinari,...

Buri wese rero asabwa kwita ku mirire ye n'iy'abandi ashinzwe hategurwa amafunguro akungahaye ku ntungamubiri kandi akaba ateguranywe isuku, bityo hakabaho kwirinda indwara zituruka ku mirire mibi, ndetse n'igwingira.

Mu byo turya n'ibyo tunywa, tugomba kwirinda ibintu byangiza umubiri, harimo kunywa ibiyobyabwenge, itabi, ibisindisha, ibinyobwa birimo isukari nyinshi n'ibindi. Tugomba kwirinda kandi kurya no kunywa birenze urugero ibintu bimwe na bimwe bitera umubyibuho ukabije.

***Umwitozo wo gusuzuma uko imirire yawe yifashe:***

*Waba ufite indwara cyangwa ibibazo biterwa n'imirire mibi? Niba ufite izo ndwara, ni izihe? Cyangwa ibyo bibazo ni ibihe? Wabyirinda ute?*

-----  
-----  
-----

*Muri aka kanya suzuma imirire yawe, wibaza ibi bikurikira: Ese amafunguro mfata arimo indyo zuzuye? Ni ibihe biribwa ngiye kongera mu ndyo yange? Ni ibihe biribwa ngiye kugabanya mu ndyo yange?*

-----  
-----  
-----

*Ese buri munsi urira igihe? Ese ku munsi unywa amazi meza kandi ahagije? Fata ingamba guhera uyu munsi zo kugiramgo ugire imirire yuzuye.*

-----  
-----  
-----

***Kugira isuku ku mubiri:*** Isuku y'umubiri ni imwe mu ngeso nziza zo gufata neza umubiri: Gukaraba umubiri buri muni, koza amenyo, kwambara imyenda imeshe, gukaraba intoki kenshi ku muni cyanecyane mbere yo kurya. Ibi byose ni umuco wo kugira isuku no gusa neza, byose bigamije kwirinda indwara zishobora guturuka ku mwanda.

Isuku ntabwo igarukira ku mubiri gusa, ahubwo igomba kuranga n'aho tuba mu nzu zacu, aho dukorera, ndetse n'aho tunyura hose. Gukoresha amazi meza n'ubwiherero bufite isuku nabyo ni ingenzi mu isuku igamije imibereho myiza ya buri wese. Kugirira isuku y'aho turi hose, twirinda kuhazana umwanda ni inshingano za buri wese. Kuko indwara nyinshi ndetse n'ibyorezo bikwirakwizwa n'isuku nke igaragara mu bantu.

Bitewe n'uko isuku ari isoko y'ubuzima buzira umuze, ni byiza ko buri wese aharanira kugira isuku, cyanecyane abantu bakuru bakayitoza abana bakiri bato bagakura barayigize umuco.

Mu guharanira kugira isuku buri gihe, urasabwa ibi bikurikira: Kunywa amazi meza kandi atetse, gukaraba intoki kenshi, kwiyuhagira buri muni, kwambara imyenda imeshe, guhanagura ibikoresho ukoresha no guta imyanda ahabigenewe.

***Umwitoto wo gusuzuma uko isuku yawe yifashe:***

*Waba waragize indwara n'ibibazo biterwa n'isuku nke? Ni ibihe bibazo wagize? Wabyirinda ute?*

-----  
-----  
-----

*Ni iki ku mubiri wawe utagirira isuku ihagije? Ni iki waba ukora gitera umwanda mu rugo, aho ukorera cyangwa aho unyura?*

-----  
-----  
-----

*Ugiye gukora iki ngo utunganye isuku ku mubiri wawe ndetse n'ahandi uba cyangwa unyura hose?*

-----
-----
-----

**Gukora imyitoto ngororamubiri na siporo:** Gukora imyitoto ngororamubiri ni uburyo bwo gufasha umubiri kumera neza. Biwufasha kandi kugumana ubudahangarwa bwo guhangana n'indwara ziwuzahaza harimo n'umunaniro. Iyo myitoto ituma ingingo zitandukanye z'umubiri zikora neza kandi zigahorana imbaraga. Imyitoto ngororamubiri ifasha ingingo zitandukanye ariko cyanecyane zituma umutima ukora neza n'amaraso akagenda neza mu mubiri, agakwirakwira hose, bityo akagaburira neza ingingo zose z'umubiri zigakomeza gukora neza. Bizirinda ibyago by'indwara no gucika intege.

Siporo ituma ubwonko buvubura imisemburo ituma umuntu yishima kandi akumva aguwe neza. Iyo ukora siporo, ugira imbaraga, ukumva umerewe neza kandi ibyo bituma wigirira ikizere. Gukora siporo bifasha umutima n'ibihaha gukora neza. Imyitoto ngororamubiri ishobora gutuma umuntu atibasirwa n'indwara z'umutima, zikunze guhitana abantu benshi.

Hari imyitoto itandukanye umuntu yakora irimo siporo zihuza abantu benshi cyangwa imyitoto umuntu yakora ku giti ke yo kunanuura cyangwa gukoresha ingingo, urugero: kugenda, kwiruka, koga, gukina imikino itandukanye nk'umupira, cyangwa kugana ibyumba byabugenewe bizwi nka *Gym*, hakorerwa imyitoto ngororamubiri inyuranye.

Muri iyo myitoto ni byiza guhitamo iyo wagira akamenyero, ukayikora buri gihe, nibura iminota mirongo itatu ku munsu cyangwa amasaha atatu mu cyumweru.

Buri muntu wese agomba kugira gahunda ihoraho ya buri gihe yo gukora imyitoto ngororamubiri cyangwa siporo bityo bikamurinda indwara zitandukanye.

***Umwitoto wo gusuzuma uko ukora siporo n'imyitoto ngororamubiri:***

*Waba ufite indwara n'ibibazo biterwa no kudakora imyitoto ngororamubiri cyangwa siporo ihagije? Ni ibihe bibazo? Wabyirinda gute?*

-----  
-----  
-----  
*Ni iyihe myitozo ukora ku buryo buhoraho? Ukora imyitozo rusange cyangwa ukora uri wenyine? Uyikora ryari?*  
-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----  
*Kora hagunda yawe yo gukora buri gihe imyitozo ngororamubiri na siporo byaba ari ku giti cyawe cyangwa ufatanije n'abandi?*  
-----  
-----  
-----

**Kuruhuka neza:** Umubiri ukenera kuruhuka, binyuze mu gusinzira ndetse no kwidagadura, kugirango ugarure imbaraga zo gukomeza gukora neza. Ingingo nyinshi z'umubiri zirakora, zikaruha maze zigakenera kuruhuka. Ibice bitandukanye by'umubiri iyo bitaruhutse bitangira gukora nabi cyangwa bikaba byarwara ndetse bigapfa. Uhereye ku bwoko butekereza bukenera kuruhuka, niyo mpamvu ari ngombwa gusinsiza. Gusinzira n'uburyo bwa mbere butuma ibice bitandukanye by'umubiri bigira umwanya wo kuruhuka bityo bigasubirana imbaraga zo gukora neza. Abahanga mu by'ubuzima bavuga ko umuntu akeneye amasaha nibura Arindwi (7) yo gusinzira ku munsu.

Hari ubundi buryo bwo kuruhuka nko kwicara umuntu akaganira n'abandi, akareba cyangwa agakora ibimushimisha nko kureba imikino, filimi, ibitaramo, gukina amakarita, gutembera n'ibindi.

Kugena amasaha yo gusinzira buri munsu ni ngombwa cyane ndetse no kugira gahunda y'ibikorwa biruhura umubiri ku munsu, mu cyumweru, mu kwezi ndetse no mu mwaka.

***Umwitozo wo gusuzuma uko uruhuka:***

*Waba ufite indwara cyangwa ibibazo biterwa no kutaruhuka bihagije? Ni ibihe? Wabyirinda gute?*

---

---

---

*Usinzira amasaha angahe ku munsu? Uryama kuva ryari kugeza ryari? Usinzira amasaha ahagije?*

---

---

---

*Ni ibihe bikorwa ukora ku munsu, mu cyumweru, mu kwezi no mu mwaka biruhura umubiri wawe? Kora gahunda nziza yo kuryama no gusinzira.*

---

---

---

**Kwidagadura:** Umubiri ukenera kwidagadura ngo umuntu anezerwe. Hari ibikorwa byo kwidagadura byiza bituma umubiri uruhuka, kenshi bigatuma umuntu agira amarangamutima atanga umunezero utuma abaho yishimye, aseka kenshi, bityo akagira ubuzima bwiza.

Muri ibyo bikorwa umuntu yavugamo: Gusabana no kuganira n’abandi, kubyina, kuririmba, kumva indirimbo, gukina, siporo, gutembera, kureba sinema, gukirikira ibiganiro bisetsa birimo urwenya, gushushyanya, kwandika, n’ibindi.

***Umwitoto wo gusuzuma uburyo widagadura:***

*Waba ubona umwanya uhagije wo kwidagadura? Niba uwubura biterwa n’iki?*

---

---

---

*Ni ibihe bikorwa byo kwidagadura ukora cyangwa wifuza gukora?*

---

---

---

*Ni ryari uteganya kugira ibikorwa byo kwidagadura? Gahunda uteganya ni iyihe?.*

---

---

---

### 3.2.2. Kongera Ubumenyi

Ubumenyi ni igice kimwe kigize ubuzima bw'umuntu, kandi ubumenyi butuma umuntu abaho neza. Niyo mpamvu umuntu buri gihe kuva avutse ahora yongera ubumenye buturutse ku byo yiga, abona, yumva ndetse akora. Ibyo umuntu azi nibyo bimuyobora mu byo atekereza kandi akora bigira ingaruka nziza cyangwa mbi mu buzima bwe cyangwa ubw'abandi. Ubumenyi butuma umuntu atandukanya ikiza icyiza n'ikibi, amenya igifite akamaro, ndetse butuma umuntu ashobora kubona ibisubizo by'ibibazo biriho. Ubumenyi bwiza rero nibwo cyane butuma umuntu ahitamo neza, maze agakora ibituma ubuzima bwe n'ubw'abandi buba bwiza.

Guhorana ubuzima bwiza bisaba abantu guhora bongera ubumenyi, cyangwa bakora ibikorwa byo kwiga mu mashuri, gusoma, kwandika, gushakashaka, no gukora ibindi byose byongera ubumenyi.

**Kwiga :** Ubumenyi bwinshi buva mu mashuri. Buri muntu wese akenera kwiga kuva ari umwana guhera mu mashuri y'ibanze, akuzze akajya mu yisumbuye, ndetse akazagera muri kaminuza. Urangije amashuri neza bamuha impamyabumenyi cyangwa impamyabushobozi zituma agira amahirwe mu buzima yo kubona akazi no gukora ibindi bituma agera ku mibereho myiza. Guharanira kwiga mu mashuri ni ngombwa kuri buri muntu wese, kandi kwiga biri mu burenganzira bw'ibanze. Ariko amashuri siyo yonyine atanga ubumenyi kandi kwiga ntabwo birangirira mu mashuri. Niyo mpamvu umuntu iyo akiriho ariko atakiri mu mashuri

akomeza kwiga akoresheje ubundi buryo nko gusoma, kwandika, gukora ubushakashatsi n'ibindi.

**Gusoma:** Ibitabo n'ibindi bisomwa ni isoko y'ubumenyi. Kumenyera gusoma ni umuco mwiza utuma umuntu ahora yiyongera ubumenyi. Kubera ko ubumenyi bugenda buhinduka, ibyo umuntu yize mu mashuri birasaza, bigasaba ko umuntu ahora avugurura ubumenyi bwe akagira ubumenyi bujyanye n'igihe.

**Kwandika:** Kwandika bituma umuntu atekereza cyane kandi abyara ubumenyi bushya kandi akabusangiza n'abandi. Kwandika rero ni inzira imwe ikomeye yo kongera ubumenyi.

**Ibindi byongera ubumenyi:** Hari ibindi byongera ubumenyi nko gukurikirana ibiganiro mbwirwaruhame, ibyo kuri televiziyo, ku maradiyo, kuri za videwo, muri za sinema no gushaka amakuru kuri murandasi.

Kwiga no kongera ubumenyi bihoraho, umuntu ahagarara kwiga iyo yapfuye. Ni ngombwa kugira umuco wo kwiga no kongera ubumenyi buri gihe, kandi ukamenyerezwa n'abakiri bato.

***Umwitoto wo gusuzuma umuco wawe wo kongera ubumenyi :***

*Wumva warize amashuri ahagije ? Uteganya gukomeza cyangwa gusubukura amashuri ? Urashaka kwiga iki ? Urashaka kubona iyihe mpamyabumenyi ?*

.....  
.....  
.....  
.....

*Ufite akamenyero ko gusoma ibitabo ? Usoma ibitabo bingahe mu kwezi cyangwa mu mwaka ? Wifuza gusoma ibitabo bingahe mu mu kwezi cyangwa mwaka ? Ujya wandika ibyo utekereza byagirira abandi akamaro ?*

.....  
.....  
.....  
.....



*Ni ubuhe buryo bundi ukorerasha mu kongera ubumenyi bwawe ? Ukoresha amasaha angane ku munsu cyangwa mu cyumweru yo kongera ubumenyi bwawe usoma cyangwa ukora ibindi byongera ubumenyi ?*

---

---

---

---

*Ibirangaza bikubuza umwanya wo kwihugura wifuza kwirinda ni ibihe ? Kora gahunda y'ibikorwa byo kwiga no kongera ubumenyi, ugiye kuzajya ukora buri munsu, mu cyumweru, mu kwezi no mu mwaka.*

---

---

---

---

### **3.2.3. Guhanga no kugira umurimo**

Umurimo ni inkingi ikomeye yubaka ubuzima bwa buri muntu. Umuntu wese akenera gukora umurimo kugirango abeho. Umurimo niwo utuma umuntu abona ibimutunga, ibyo arya bya buri munsu n'ibindi byose akenera mu buzima. Umuntu wese umaze gukura, agomba kugira umurimo akora wo kumutunga, kandi ugirira akamaro n'abandi. Hari uburyo bubiri bwo kubona umurimo. Hari : Kwihangira umurimo ubyara inyungu nka rwiyemezamurimo cyangwa gushaka akazi nk'umukozi ukorera umushahara.

Muri iyi minsi akazi gatanga umushahara kabaye gake, akaba ariyo mpamvu bisigaye bigoye kukabona, bigatuma haboneka abantu benshi babuze akazi bahinduka abashomeri. Mu bashomeri usangamo abantu barangije amashuri ariko bakabura akazi kabaha umushahara. Usanga baraho ntacyo bakora kandi bafite ubumenyi bwinshi bukenewe mu gihugu.

Gukora umurimo uwo ariwo wose ntibisaba gusa ubumenyi, ubumenyigiro n'ubumenyere, ahubwo bisaba cyane ubushake, ubwitange no gukunda gukora ; kwiyemeza gukoresha imbaraga ; gushora umutungo uhari no gukoresha neza igihe. Akenshi abantu babura imirimo kubera kubura

ubumenyi buhagije, ariko cyanecyane biterwa n'umyumvire mibi ituma abantu batagira ubushake n'umuhate uhagije wo gukora imirimo ihari cyangwa ntibatekereze guhanga imirimo ikenewe ngo ikemure ibibazo bihari.

Kubona cyangwa guhanga umurimo wo gukora kandi ufiteye umuntu akamaro n'abandi bisaba mbere na mbere gukunda umurimo no kuwitangira, kugira ubumenyi mu murimo runaka wo gukora. Ibyo byongera amahirwe yo kubona umurimo wo gukora kandi ufite agaciro.

Mu bihugu bikiri mu nzira y'iterambere nk'u Rwanda, abantu benshi bakora umurimo w'ubuhinzi n'ubworozi, kandi bagatungwa n'ibiva mu musaruro wabyo. Uwo musaruro uvamo ibibatunga, ibindi bagasagurira amasoko ngo babone amafaranga yo kugura ibindi bakeneye. Ubuhinzi n'ubworozi bikoze kiyambere bitanga imirimo myinshi kandi itanga umusaruro mwinshi wongera ubukungu bw'abayikora, ndetse n'uw'igihugu muri rusange.

Indi mirimo, ariko isaba ubumenyi bwihariye, iboneka mu nganda, ubucuruzi no gutanga za serivise. Muri ibyo bice byose harimo amahirwe y'imirimo y'akazi gahembwa.

Kugira cyangwa guhanga umurimo bisaba gukunda gukora, kugira ubushake n'ubumenyi mu murimo runaka. Umurimo utanga umusaruro niwo uha agaciro umuntu uwukora.

***Umwitozo wo gusuzuma uburyo uhanga, ukanakora imirimo:***

*Waba utarabona umurimo wo gukora? Niba udafite umurimo biterwa ni iki? Ufite ubuhe bumenyi bwatuma ubona cyangwa uhanga umurimo?*

-----  
-----  
-----  
-----

*Niba ubu ufite umurimo ubu, ese wishimiye uwo murimo ukora? Niba utawishimiye biterwa ni iki? Ni iki wakora kugirango wishimire umurimo ukora?*

-----  
-----

-----  
-----  
*Niba wishimiye umurimo wawe, ni iki wakora kugirango utere imbere maze wongere umusaruro n'agaciro kawo ?*  
-----  
-----  
-----

### 3.2.4. Kongera ubukungu cyangwa amikoro

Umuntu akenera amikoro cyangwa kugira ubukungu buhagije, kugirango abone ibimutunga kandi bimuha ubuzima bwiza. Amikoro aturuka mu mafaranga umuntu ahembwa cyangwa ava mu musaruro w'ibyo akora byose. Amikoro kandi ava mu bindi umuntu atunze bibyara umusaruro ndetse n'amafaranga. Umuntu rero akenera amikoro ahagije kugirango agire imibereho myiza. Niyo mpamvu buri gihe umuntu akora ibishoboka byose kugirango yongere amikoro; umusaruro w'ibyo akora kandi akoresha neza ibyo afite byose bimuha ubukungu.

Umuntu agomba kubungabunga umutungo n'amikoro bye akabibyaza umusaruro n'ubukungu bimuha ibyo akenera byose ngo agire imibereho yifuzwa.

#### ***Umwitoto wo kureba uburyo wongera ubukungu n'amikoro:***

*Niba uri umukozi uhembwa buri kwezi umushahara, uhembwa amafaranga angahe mu kwezi? Ese ubona umushahara wawe uhagije? Use utekereza ko ukoresha neza umushahara wawe? Uzigama amafaranga angahe?*  
-----  
-----  
-----  
-----

*Ni iki ukora kugirango ukoreshe neza umushahara uhembwa? Ni ibiki ushoramo amafaranga yawe? Ni iki ukora kugirango umushahara wawe uziyongere? Ni iki ukora ngo witeganirize mu minsi iri imbere?*

---

---

---

---

*Niba wikorera, winjiza inyungu y'amafaranga angahe mu kwezi? Inyungu iva mu byo ukora yaba ituma ugira imibereho myiza wifuza? Uteganya gukora iki, ngo ibyo ukora byongere inyungu?*

---

---

---

*Ese ushobora kwizigamira? Uzigama angahe mu kwezi? Ese utegenya gushora imari mu mushinga runaka wazaguha inyungu nini mu minsi iri imbere?*

---

---

---

*Ni iyihe mishinga ufite yo kuzamura ubukungu bwawe mu minsi iri imbere?*

---

---

---

### **3.2.5. Kubana neza no gushyira hamwe.**

Nta muntu ubaho wenyine, abantu barabana kandi ni magirirane. Umubano mu bantu uba mwiza iyo abantu buzuzanya kandi bakarangwa n'urukundo. Gukorera hamwe bibyara imbaraga nyinshi, kandi bikagira umusaruro munini. Cyanecyane iyo abantu bahuje icyerekezo n'intego. Kugiramgo bigende neza bisaba kwirinda ibintu bibi bikunze kuba mu bantu birangwa n'amacakubiri; amashyari; kwangana; guhimana ; kurenganya no kutita ku bandi. Iyo abantu birinze ibyo bibi bakabana neza, bakuzuzanya bagera kuri byinshi, bagatera

imbere. Kubana neza nibyo bikwiye kugaragara hagati y'abagize urugo; umuryango; hagati y'inshuti; abaturanyi, abakorana ; no hagati y'abantu bose muri rusange.

Abantu rero iyo babana neza bagafashanya bagera kuri byinshi bituma buri wese yunguka kandi akagera byihuse ku mibereho myiza. Kubana neza no gufatanya byihutisha iterembere, kandi abantu benshi bakagera ku mibereho myiza vuba.

***Umwitozo wo gusuzuma uko ubanye kandi ufatanya n'abandi :***

*Umubano wawe n'abandi bantu wifashe ute, hagati y'abo mubana mu rugo (uwo mwashakanye, abana n'ababyeyi)?*

---

---

---

---

*Umubano wawe n'abandi bantu wifashe ute, hagati yawe n'inshuti, abo mukorana, abaturanyi n'abandi mugira ibyo muhuriraho.*

---

---

---

---

*Hari abantu waba ufitanye nabo ikibazo ? Ibyo bibazo byatewe ni iki ? Urateganya gukora iki kugirango ibyo bibazo n'amakimbirane birangire ? Ni iki ugiye kwirinda cyangiza umubano wawe n'abandi ?*

---

---

---

---

*Ni iki ugiye gukora kugirango ugire umubano unozwe hagati yawe n'abandi bantu bose ufite icyo muhuriraho? Ni iki uteganya gukora cyatuma usabana n'abandi, kandi ufashanya n'abandi kugira imibereho myiza kurusha ?*

----- ----- -----
-------------------------

### 3.2.6. Kugira urukundo

Urukundo rugize igice kinini cy'ubuzima. Kubaho neza birangwa no gukunda ndeste no gukundwa cyanecyane n'abantu bo hafi mu muryango. Aha twahera ku rukundo hagati y'abashakanye cyangwa abateganya gushakana. Hagati y'ababyeyi n'abana, hagati y'abavandimwe ndetse n'inshuti. Urukundo kandi si amarangamutima gusa, ahubwo rugizwe n'ibikorwa byiza umuntu akorera abo akunda, cyangwa akorerwa n'abamukunda. Urukundo rero ni ngombwa cyane mu buzima kuko nirwo rutanga umunezero n'ibyishimo byo kubaho. Ibyo watunga byose ariko nta rukundo bihinduka imfabusa.

Urukundo kugirango rubeho kandi rukure, rusaba rero ibikorwa n'igihe. Kugirango urukundo rurambe bisaba kururinda ibibi bya rusenya. Ibyo bisaba guhana umwanya wo kuganira, kungurana ibitekerezwa, gufashanya no gushyigikirana mu byiza ndeste no mu bibi.

Urukundo niyo nkingi y'umunezero mu buzima. Urukundo ruzima kandi rurambye rusaba ibikorwa bihora byo kurushyigikira.

***Umwitoto wo gusuzuma uburyo ukundana n'abandi:***

*Urukundo rwawe ruhagaze rute hagati yawe n'uwo mwashakanye cyangwa umukunzi wawe? Ni iki kitameze neza wumva ko cyakosorwa?*

----- ----- -----
-------------------------

*Urukundo rwawe ruhagaze rute hagati yawe n'abana bawe, n'ababyeyi bawe? Ni iki kitameze neza wumva ko cyakosorwa?*

Urukundo rwawe ruhagaze rute hagati yawe n' inshuti zawe? Ni iki kitameze neza wumva ko cyakosorwa?

Uateganya gukora iki kugirango urukundo rwawe mu bantu bose rube rudafite amakemwa?

### 3.2.7. Kugira ukwemera n'indangagaciro

Kugira ukwemera n'ingangagaciro bizima niwo musingi w'ubuzima bwiza bw'agaciro kandi buzasiga umurage. Ubumuntu bwa buri wese bushingira ku kwemera kwe ndetse n'indagagaciro zimuranga. Ukwemera n'indangagaciro nibyo umuntu ashingiraho ahitamo hagati y'ikiza n'ikibi, bityo agafata ibyemezo bizima byubaka ubuzima bwe ndetse n'ubw'abandi. Ukwemera n'indangagaciro bigaragaza umuco w'umuntu n'uburere yahawe mu buzima bwe. Ni ngombwa rero kugira ukwemera n'indangagaciro zigaragaza ko umuntu afite ingeso nziza z'ubumuntu n'ubuntu. Ukwo kwemera n'indangagaciro byiza bigaragarira mu rukundo, mu bunyangamugayo, mu bupfura, kugira ukuri n'ibindi.

***Umwitoto wo gusuzuma ukwemera n'indangagaciro zawe:***

*Wemera iki? Ukwemera kwawe gushingiye ku ki?*

-----  
-----  
*Indagagaciro zikuranga ni izihe? Ingeso nziza ugaragaza zishingiye ku ndangagaciro ni izihe?*

-----  
-----  
*Ni izihe ngeso mbi ufite wumva ugomba kureka? Ni iki wirinda ngo udateshuka ku kwemera kwawe n'indagagaciro zawe?*

-----  
-----  
*Ni iki ukora kugirango wongere imbaraga mu kwemera kwawe no gukomeza indangagaciro zawe.*

### **3.3. Umwitozo: Kubaka ubuzima bwawe bwiza**

Uyu mwitozo uragufasha kugira inzira z'ubuzima bwiza bushingiye ku kerekezo, intego, ingamba n'ibikorwa byiza. Ndagusaba rero ko wafata umwanya uhagije ugakora witonze uyu mwitozo.

Uyu mwitozo uragufasha kwisuzuma, gutekereza no guhitamo icyerekezo, intengo, ingamba n'ibikorwa bwo kwiyubaka ukaba umuntu wuzuye, ushoboye kwigeza ku buzima bwiza, ugafasha n'abandi kubugeraho.

#### **3.3.1. Isuzume uko ubayeho ubuzima bwawe**

**Amazina yawe:** .....

**Imyaka:** Umwaka wavutsemo: .....,      Imyaka ufite ubu: .....



Imyaka wifuza kubaho: .....

Imyaka isigaye ku yo wifuza kubaho:.....

**Suzuma uko ubuzima bwawe buhagaze:**

Fata umwanya usubize amaso inyuma, use nk'ureba sinema y'ubuzima bwawe, urebe uko wabayeho kugeza uyu munsi. Umaze kunyuzwa amaso mu buzima bwawe bwose, wibaze maze urebe niba wishimiye ubuzima bwose ubayemo. Urebe ibyagenze neza ndetse n'ibyaba bitaragenze neza. Urangije gusuzuma ubuzima bwawe mu bice byose wihe amanota ku ijana, agaragaza uko wishimiye buri gice cy'ubuzima bwawe uko buhagaze ubu, ndetse nu'ko ubwishimiye muri rusange uyu munsi.

**Suzuma ubuzima bwawe uko buhagaze uyu munsi mu bice birindwi bitanduganye, maze ugene (kujanisha) uko uhagaze kuri buri gice, ndetse nuko ubuzima bwawe buhagaze muri rusange :**

**1) Umubiri** ( Ibaze uri kwa muganga akagukorera isuzuma ry'umubiri wawe wose uko yasanga. Yasanga uhagaze ute?): .....%

**2) Ubumenyi** (Wareba ubumenyi wakuye mu mashuri wize, n'ahandi, hose, maze ugasuzuma uko uhagaze mu bumenyi ukeneye kugira): .....%

**3) Umurimo** (Wareba imirimo ufite ubu, ukibaza uko uyishimiye uherye ku buryo ukoresha ubumenyi ufite, n'umushahara cyangwa umusaruro ubona) : .....%)

**4) Ubukungu** ( Wareba imitungo ufite ubu n'agaciro kayo mu mafaranga, n'uburyo iyo mitungo yagutungaga): .....%

**5) Urukundo** (Wareba uko urukundo rwawe n'uwo mwashakanye ruhagaze, ndetse na hagati yawe n'abana, n'ababyeyi): .....%

**6) Umubano n'abandi** ( Wareba uko ubanye n'abandi bantu, inshuti n'abandi): .....%

**7) Imyemerere n'indangagaciro** (Wareba imyemerere n'indagaciro zawe, ugasuzuma uburyo uzigenderaho): .....%

**Ubuzima bwawe bwose muri rusange** (Umaze gusuzuma ibyo bice birindwi no kureba uko bihagaze, wagena uko ubuzima bwawe bwose muri rusange buhagaze utekereje uko ubwifuzaga: .....%).

Muri rusange ubuzima bwawe kugeza uyu munsi usanze bwarabaye bwiza ku ruhe rugero. Ni iki k'ingezi ugiye gukora kugirango mu myaka ushigaje kubaho ubuzima bwawe bube bwiza uko ubyifuzaga.

Muri ibi bihe abantu benshi mu bihugu binyuranye babaho imyaka irenga 75. Niba rero ufite iri munsi y'icya gatatu k'iyoyi, ni ukuvugaga munsi ya makubyabiri n'itanu (25), uracyari muto, ushigaje igihe kinini cyo kubaho, kandi uracyafite amahirwe menshi yo guhitamo uko uzubakira ubuzima bwawe. Uracyafite umwanya uhagije wo gutekereza neza ku kerekezo n'intego by'ubuzima bwawe ndetse no kubakira umusingi ukomeye, uzubakiraho ubuzima bwawe mu myaka myinshi iri imbere.

Niba ufite hagati y'imyaka 25 na 50, ugeze mu cya kabiri cy'ubuzima bwawe aho ubuzima bwawe bugomba kuba bwarafashe umurongo uboneye, ushingiyeho kubwo wahisemo bishingiyeho ku kerekezo, intego by'ubuzima bwawe wihaye. Muri iyi myaka wagombye kuba ufite ibikorwa bifatika kandi bitanga umusaruro utuma ubaho ubuzima wifuzaga. Ariko ntabwo rirarenga, niba utaragere aho wifuzaga, watekereza neza icyo wakora ngo ugire ubuzima bwiza ushaka mu myaka iri imbere.

Niba ufite imyaka irenze Mirongo Itanu "50," umaze gukura kandi ushigaje kubaho imyaka iri munsi y'iyoyi umaze kubaho. Aho wagomye kuba umaze kugera kuri byinshi mu buzima bwawe, ahubwo urimo gufasha abandi, ufasha abandi gutangira no kubakira ubuzima bwabo. Ugeze mu gihe cyo gutegura umurage uzasiga ku isi. Ariko nabwo ntabwo rirarenga, niba wumva hari ibyo utarageraho, watekereza icyo wakora ngo ugire ubuzima bwiza ushaka mu myaka iri imbere.

## **Kumenya uwo uri we**

Kumenya uwo uri we nibyo bituma umenya uko witwara ngo ngo wubake ubuzima bwiza wifuza nk'umuntu. Kuba uri umuntu bigusaba kwitwara kimuntu, ukamenya ko uri umuntu ufite uburenganzira kandi akagira n'inshingano. Ariko kenshi usanga abantu batimenya, ngo bamenye neza ubushobozi n'imbaraga bafite muri bo nk'abantu. Buri muntu wese Imana yamuhaye ubwenge, imbaraga n'ubushobozi bwo gutekereza cyane, kuvumbura, guhitamo no gukora ibikorwa binyuranye, ndetse no gushobora guhangana n'ibibazo ahura nabyo mu buzima, bityo agashobora kubaho neza nk'uko abyifuza. Kugirango rero umuntu ashobore gukora ibituma abaho neza bisaba kwimenya neza, akamenya uwo ariwe, kandi akamenya ko afite ubwenge, ububasha n'ubushobozi yakoresha akagera ku byo yifuza.

### **Umwitoto wo kumenya uwo uri we:**

*None wowe uri inde? Ufite ubuhe bushobozi n'ububasha wakoresha ngo ugere k'uko ushaka kuba we ndetse n'ibyo wifuza.*

*Vuga uwo uri we mu magambo make ushingiyeye kuri kamera yawe, no kwemera kwawe n'indangagacaciro zawe.*

*Uri nde? Sobanura uwo uri we mu magambo atatu:*

1) .....

2) .....

3) .....

*Ni ubuhe bushobozi n'imbaraga wiyiziho, wakubakiraho maze ukagera ku byo ushaka. Vuga ubushobozi bukomeye butatu ufite:*

1) .....

2) .....

3) .....

Abantu benshi ntabwo biha agaciro bakwiye, kuko batazi neza abo aribo, ndetse ngo bamenye neza ubushobozi n'ububasha bafite. Niyo mpamvu usanga kenshi abantu bisuzugura cyangwa bakirarira.

Umuntu yisuzugura iyo yiha agaciro gake kuko afite. Kwisuzugura bituruka kenshi ku mateka umuntu yabayemo ndetse n'uburere yahawe, uko yabwiwe kenshi ko adashoboye cyangwa hari ibyo adakwiye. Bityo bituma yiyumvisha ko adashoboye kugere ku byo afitiye uburenganzira. Urugero rufatika rugaragara mu kuntu Abanyafurika birabura benshi babayeho mu bukene henshi ku isi. Kubera amateka y'ubucakara n'ubukoroni ndetse nibyo bigishijwe n'abakoroni, Abanyafurika bafite imitekerereze kenshi yo kwisuzugura cyangwa yo kudafata ubuzima mu maboko yabo ngo bikure mu bukene, bagohora bategereje inkunga y'abagiraneza izaza ku bakura mu bukene bwabo.

Hari n'ubwo n'abantu birarira, kuko baba batewe ipfunwe n'uko bari cyangwa babayeho, noneho bagashaka kwigaragaza neza uko batari. Kwirarira bitera umuntu ibibazo byinshi byo gushaka kugira ibintu adafitiye ubushobozi, bigatuma atira ibitari ibye, aguza amafaranga cyangwa yiba ngo agire ibintu cyangwa aboneke uko ashaka ko abantu bamubona. Ingero zikunze kugaragara ku basore birarira iyo bashaka abakobwa bazabana. Kugirango umukobwa atamucishamwo ijisho, akajya kusura yatiye imodoka, akamuzana mu nzu yatiye, akamusohokana mu mafaranga yagujije, akazakoresha ubukwe bw'agatangaza mu nguzanyo n'intwererano. Urugo rwubatswe muri uko kwirarira ntabwo ruramba, nibyo muri iyi minsi bitera za gatanya nyinshi mu bashakanye.

***Gutekereza:*** Ni ibiki ugiye gukora cyangwa gushyiramo imbaraga ngo wiyubake, ube uwo uri we, kandi biguhesha agaciro kurushaho.

-----  
-----  
-----

## Kumenya umutungo wange

Umutungo urakenerwa mu kubaka imibereho myiza. Ni byiza rero kumenya umutungo wawe uko uhagaze kugirango ufate ingamba kandi ugene ibikorwa byo kuwongera.

Aha wareba imitungo yose umaze kugwiza, ukayiha agaciro, bityo noneho ugateranya ukamenya agaciro k'umutungo wawe ufite kugeza uyu muni. Kumenya umitungo n'agaciro ufite ni ngombwa kugirango ufate ingamba zo kuwubungabunga, ndetse no kuwongera.

*Uko umutungo wanjye uhagaze kugeza uyu muni:*

1) *Utimukanwa*

a. *Amasambu: .....Frw*

b. *Amazu: ..... Frw*

2) *Ibinyabiziga (Imodoka, Moto, n'ibindi):.....Frw*

3) *Amafaranga ari muri za banki, ibigega n'ahandi:..... Frw*

4) *Indi mitungo ibarika:..... Frw*

*Igiteranyo cy'umutungo wawe wose hamwe: ..... Frw*

***Gutekereza:*** Ni izihe ngamba Eshatu wafata zo kongera umutungo cyangwa agaciro k'umutungo ufite ubu.

1).....

2).....

3).....

## Kumenya ibyo umaze kugeraho

Kugirango umenye aho ugeze ushyira mu bikorwa intego yawe y'ubuzima, ni byiza kwisuzuma ukareba ibyo umaze kugeraho.

*Ushingiye ku cyerekezo n'itego z'ubuzima ufite, wavuga ibintu bitatu by'ingenzi umaze kugeraho biguha agaciro, byakugiriye umumaro, ndetse bikakagirira n'abandi, haba mu rugo rwawe, umuryango wawe, ndetse n'abandi bantu muri rusange.*

*Ibyo maze kugeraho:*

1).....

2).....

3).....

***Gutekereza :*** *Uhereye ku byo umaze kugeraho, n'ibihe washyiramo imbaraga kurushaho byakugeza ku kerekezo cyawe ndetse n' itego wihaye? Ibyo ngiye gukora ni ibi bikurikira :*

1).....

2).....

3).....

**3.3.2. Kwiha icyerekezo, intengo, ingamba na gahunda y'ibikorwa byo kubaka ubuzima bwawe.**

***Icyerekezo :*** *Uhereye ku buzima umaze kunyuramo, ibyo umaze kugeraho, noneho n'ibyo ushaka kugeraho mu gihe kiri imbere, tekereza kandi wandike icyerekezo (**vision**) cyawe:*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

***Intego:*** *Uhereye ku buzima umaze kunyuramo n'ibyo umaze kugeraho, noneho n'ibyo ushaka kugeraho mu gihe kiri imbere, tekereza kandi wandike intego (**purpose**) yawe:*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

***Ingamba n'ibikorwa biganisha ku kerekezo cy'ubuzima bwiza***

*Hitamo ibikorwa birebana no :*

***Kugira umubiri uzira umuze***

*Kugira imirire myiza : .....*  
.....

*Kugira isuku : .....*  
.....

*Gukora imyitozo ngororamubiri : .....*  
.....

*Kuruhuka :*  
.....  
.....

*Ibindi: .....*  
.....

***Kongera ubumenyi.***

*Kwiga: .....*  
.....

*Gusoma Ibitabo: .....*  
.....

*Kwandika: .....*  
.....

*Gukurikira ibiganiro: .....*  
.....

*Ibindi: .....*  
.....

***Kugira umurimo unoze. Hitamo ibikorwa birebana ni:***

*Guhanga umurimo: .....*  
.....

*Gushaka akazi: .....*  
.....

*Kuzamuka mu ntera: .....*  
.....

*Ibindi: .....*  
.....

***Guteza imbere ubukungu***

*Kongera umusaruro: .....*  
.....

*Konegra umushahara: .....*  
.....

*Kuzigama: .....*  
.....

*Gushora imari: .....*  
.....

*Ibindi: .....*  
.....

***Kubana n'abandi:***

*Gutsura umubano n'inshuti: .....*  
.....



*Kuvugana neza n'abandi: .....*

.....

*Kwirinda amakimbirane no kwiyinga: .....*

.....

*Ibindi: .....*

.....

***Kugira urukundo***

*Kunoza urukundo n'uwo mwashakanye, cyangwa uwo ushaka kurushingana nawe: .....*

.....

*Kugaragariza urukundo abana cyangwa ababyeyi: .....*

.....

*Kugaragariza urukundo inshuti n'abandi: .....*

.....

***Kunoza ibyemerere n'indangagaciro***

*Kongera imbaraga zo kugira imyemerere ihamye: .....*

.....

*Kugendera kurushaho ku ndangagaciro zihamye: .....*

.....

***Imihigo yo kugerako mu mezi 12 ari imbere:***

*Gushimangira uwo ndiwe: .....*

.....

*Kongera ubumenyi: .....*

.....

*Kunoza umurimo : .....*

.....

*Kongera umutungo: .....*

.....

*Kugirira abandi umumaro: .....*  
*.....*

***Imihigo yo kugerako mu myaka itanu (5) ari imbere:***

*Gushimangira uwo ndiwe: .....*  
*.....*

*Kongera ubumenyi: .....*  
*.....*

*Kunoza umurimo : .....*  
*.....*

*Kongera umutungo: .....*  
*.....*

*Kugirira abandi umamaro: .....*  
*.....*

***Imihigo yo kugeraho myaka icumi (10) iri imbere:***

*Gushimangira uwo ndiwe: .....*  
*.....*

*Kongera ubumenyi: .....*  
*.....*

*Kunoza umurimo : .....*  
*.....*

*Kongera umutungo: .....*  
*.....*

*Kugirira abandi umumaro: .....*  
*.....*

***Umurage nzasiga ku isi***

*Ikintu kimwe k'ingenzi wifuzaga kuzibukirirwaho, nyuma y'imyaka irenga 10 warapfuye :*

.....  
.....  
.....

Ibyo umaze kuzuza muri uyu mwitoto biguhaye icyerekezo, intego, ingamba n'ibikorwa bigiye kugufasha kubaka ubuzima bwiza bwawe, bityo ube umuntu wuzuye kandi ushobora gufasha abandi nabo kugera ku buzima bwiza, ndetse no kugira uruhare rufatika mu iterambere mu gihugu.

### 3.3.3. Gukora gahunda y'ibikorwa byawe bwite

Kugira akamenyero ko gukora gahunda y'ibikorwa mu gihe runaka bituma umutu yirinda guta igihe kandi ibikorwa bye bikuzuzanya bityo bikagera ku ntego byihuse.

#### **Ibikorwa by'umunsi (To Do List)**

*Mbere y'uko utangira umunsi hitamo ibikorwa bitanu by'ingenzi kandi byihutirwa muri uwo munsi. Andika ibikorwa bitanu (5) uhereye ku by'ingenzi kurusha ibindi. Muri byo harimo ibikorwa by'akazi, ibyongera umusaruro, ibyubaka umubiri, ibyongera ubumenyi, ibituma uruhuka, n'ibindi:*

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....

#### **Ibikorwa byo mu cyumweru cyangwa mu kwezi (Weekly or Monthly Action Plan)**

*Mbere y'uko utangira ikindi cyumweru cyangwa ukwezi hitamo ibikorwa bitanu (5) by'ingenzi kandi byihutirwa mu cyumweru cyangwa mu kwezi*

*gukurikira. Mur'ibyo hagomba kubamo ibikorwa by'akazi cyangwa byongera umusaruro, ibyubaka umubiri, ibyongera ubumenyi, ibyongera ubukunngu, gutsura umubano n'urukundo, kuboneza imyemerere n'indangacaro n'ibindi:*

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....

**Imihigo yo kugeraho mu mwaka umwe, itanu cyangwa icumi**

*Kugirango ugere ku mibereho wifuzza mu gihe runaka bisaba kwiha imihigo cyangwa gufata ingamba ugomba kugeraho. Ibi bituma ugira ubushake, kandi ushobora gukoresha ibyo ufite n'igihe ufite mu gukora ibikorwa by'igenzi bituma ugera ku ntego wihaye.*

*Mbere y'uko umwaka mushya utangira hitamo kandi wandike imihigo itanu wihaye kugeraho mu mwaka, mu myaka Itanu (5) cyangwa mu myaka Icumi (10). Iyo mihigo izaba zigamije mu buryo bufatika ibi bikurikira: kubaka umubiri, kongera ubumenyi, kongera ubukunngu, kubaka urugo, kwiteganiriza, kubana neza, n'ibindi.*

**Imihigo mu mwaka umwe**

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....

**Imihigo mu myaka itanu (5)**

- 1).....

2).....

3).....

4).....

5).....

***Imihigo mu myaka icumi (10)***

1).....

2).....

3).....

4).....

5).....

Ndizere ko urangije iki gice umaze kubona no kwandika neza ikitegerezo n'ntego byawe, gufata ingamba, kwiha gahunga y'ibikorwa ugiye gukora, ndetse no kwiga imihigo yo kwesa ukuzagera ku iterambere n'imibereho myiza wifuza.

Kubaka imibereho myiza ni urugendo ruhoraho, niyo mpamvu usabwa buri gihe kwisuzuma. Ni byiza rero ko buri mezi atandatu wongera gufata iki gitabo, ugasubiramo ibyo wanditse, ukareba aho ugeze ubishyira mu bikorwa, ndetse bibaye ngombwa ukagira ibyo uhindura kugirango bijyane n'intambwe umaze gutera, amahirwe mashya ufite, ndetse n'imbogamizi uhura nazo. Ubu nibwo buryo iki gitabo kizaguherekeza mu rugendo rwawe rwo kugira imibereho myiza kandi ukazayigeraho neza kandi byihuse.

## Igice cya 4 : Kubaka imibereho myiza mu rugo

### 4.1 Gushinga no kubaka urugo

Urugo niwo muryango w'ibanze. Umuryango w'ibanze ugizwe n'umugabo, umugore n'abana. Urugo ni ifatiro ry'umuryango mugari, ndete n'igihugu. Urugo nirygo shingiro ry'imibereho myiza n'iterembere mu gihugu. Mu buzima bw'umuntu, gushinga no kubaka urugo niwo mushinga ukomeye kurusha indi mishinga yose ku isi. Kwiyemeza gushinga urugo, gushaka no guhitamo umuntu muzabana nk'umugabo n'umugore, nicyo kemezo gikomeye mu buzima bw'umuntu, niyo mpamvu buri muntu wese agomba kubyitondera. Gushaka no kubaka urugo nta gerageza ribamo byaba ari ku muhungu ndetse no ku mukobwa. Iyo ushatse, ugashyingirwa, ukubaka urugo ntibyoroza kwisubiraho, cyanecyane iyo mu maze kubyara abana. Gushaka rero bisaba ko umuntu abamaze gukura mu buzima, azi neza icyo ashaka, kandi yujuje ibya ngombwa byose urugo rusaba kugirango azashobore kuzarwubaka rugakomera.

Abantu benshi iyo bakiri bato batarashaka bibwira ko urukundo gusa hagati y'umuhungu n'umukobwa ruhagije kugirango abashakanye bazagire urugo rukomeye kandi rutekanye. Ariko inyigo nyinshi zakoze ubushakashatsi ku ngo zisenyuka, zisanze ko abashakanye bananirana kubana atari uko babuze urukundo hagati yabo. Kenshi umwe cyangwa bese bavuga ko nubwo bumva bagikundana, ariko ko kwihanganirana byabananiye kubera impamvu zinyuranye. Aha rero bigaragara ko hagati y'abashakanye kenshi urukundo bafitanye rudahagije rwonyine gusa kandi rutihanganira byose, akaba ariyo mpamvu muri iyi minsi za gatana zabaye nyinshi.

Kunanirana no gutandukana kw'abashakanye bituruka ku mpamvu zo kutabona ibintu kimwe no kutumvikana ku bintu by'ingenzi mu kubaka urugo. Impamvu za gatanya mu bashakanye zigira ingaruka zikomeye zo kubura umunezero n'umutekano mu bana no mu miryango abashakanye bakomokamo.

Umusingi w'urugo rukomeye uturuka ku bantu bahuye buzuye, basobanukiwe, bazi icyo bashaka. Bombi bagomba kuba bumva kimwe impamvu bashaka kubana no gushinga urugo. Ari umuhungu cyangwa umukobwa, buri wese agomba kuba afite icyerekezo, intego ndetse na gahunda y'ibikorwa byo

kubaka imibereho myiza ye n'iy'urugo ashaka kubaka; bityo babiri buzuye iyo bahuye barafatanya bagahuza, maze bakagira icyerekezo, intego n'ibikorwa bimwe bahuriyeho bizubaka urugo rwabo. Urugo rero rukomeye rwubakira ku kerekezo kimwe, intego imwe na gahunda y'ibikorwa bimwe byo kubaka urugo rwa babiri bareshya, bakundana kandi bubahana. Niyo mpamvu mbere yo gushyingirwa, abashaka kubana bakeneye umwanya uhagije wo kwiga no kuganira bakamenyana bihagije ku mpamvu bashaka kubana, kandi bakumvikana ku kerekezo, intego na gahunda y'ibikorwa byose bateganya mu rugo rwabo, kugirango bahuze kandi bazashobore kuzuzanya. Iyo niyo nzira izatuma bahangana n'ibigeregezo cyangwa inzitizi bazahura nazo mu rugo rwabo, ntihagire ikibabuza urukundo; amahoro n'umunezero.

***Umwitozo urebana no gushinga urugo:***

*Niba ufite gahunda yo gushaka kubaka urugo, shaka umwanya wicarane n'uwo mwifuzza kurunshingana muganire ku mpamvu yo gushinga urugo, mwumvikane ku kerekezo, intego ndetse n'ibikorwa by'ingenzi muzakora ngo mwubakane urugo rukomeye.*

*Iby'ingezi byo kuganiraho harimo: Abana muzabyara n'uburyo mwifuzza kuzabarera; imirimo muzakora yo kubatunga; uko muzacunga amafaranga n'imitungo yanyu; umitungo wanyu, aho mushaka kuzatura, uko muzabana n'imiryango muturukamo; uko muzabana n'inshuti n'ibindi. Ibyo niba mubyumva kimwe bizabafasha kwirinda amakimbirane, kandi bazoroha kubona inzira yo kumvikana no gushyigikirana muri byose.*

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

#### 4.2. Gukomeza Urugo

Urugo rwiza rutanga amahoro, urukundo, ibyishimo n'umunezero utuma abarugize, umugabo, umugore n'abana babana neza, bagakoresha ibyo bafite neza kandi bakagira imibereho myiza. Urugo rwiza ni ishingiro ry'imibereho myiza ku bantu bose. Gukomeza urugo ni inshingano zihoraho ku bashakanye ndeste n'abana babo. Nk'uko byavuzwe haruguru urugo rukomeye ntabwo rushingira k'urukundo gusa, ahubwo rukenera cyanecyane ko abashakanye bahuza impamvu, icyerekezo, intego n'ibikorwa byo kubaka urugo rwabo.

Niba mu maze igihe mubana ariko mutarigeze muganira ku buryo burambuye ngo mwumvikane ku kerekezo, intego na gahunda z'ibikorwa by'urugo rwanyu mu gihe kirekire, uyu ni mwanya wo kubikora kuko nibyo bizakomeza urugo rwanyu kurusha kandi rutere imbere muri byose mu buryo bwihuse runshingiye ku igenemigambi rihamye.

Uyu mwitoto ukurikira ni ufasha umugabo n'umugore kugira icyerekezo, intego na gahunda y'ibikorwa byo kubaka urugo rukomeye kandi ruzagira amahoro, urukundo, umunezero n'iterambere birambye.

#### **Umwitoto: Kubaka urugo rwiza**

##### **Umwirondoro:**

Amazina y'Umugabo :..... ; Imyaka afite :.....

Amazina y'Umugore :.....; Imyaka afite :.....

Umwaka mwashyingiranyweho:..... Imyaka mumaranye: .....

Aho mutuye, Akagari:.....; Umurenge:.....;

Akarere:.....

##### **Ibyo mwagezeho:**

Abana mwabyaranye (Amazina n'imyaka): .....

.....



Imirimo mufite ibatunze n'amafaranga mwingiza mu kwezi: .....

Umutungo wimukanwa mufite (Amasambu, amazu n'ibindi):

Ibikorwa mwakoze bifitiye abandi akamaro: .....

**Imbogamizi**

Ibyo muhura nabyo bihungabanya urugo rwanyu n'uburyo mugerageza kubikemura:

**Icyerekezo cyanyu cy'urugo** -Mu magambo make mutange ishusho nziza mwifuzza y'urugo rwanyu n'imibibereho myiza y'abarugize:

**Intego zanyu z'urugo** – Mu magambo make muvuge impamu urugo rwanyu rubeyereho n'icyo rugamije:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Ingamba n'ibikorwa** muteganya kugirango mugira imibereho myiza mu rugo.

Hitamo ibikorwa birebana no:

**Kugira umubiri uzira umuze kubagize urugo rwanyu**

Kugira imirire myiza: .....

Kugira isuku:.....

Gukora imyitozo

ngororamubiri:.....

Kuruhuka: .....

Ibindi:.....

**Kongera ubumenyi no gutanga uburere.**

Kurera abana: .....

Kwiga amashuri: .....

Gusoma Ibitabo: .....

Kwandika: .....

Gukurikira ibiganiro: .....

Ibindi: .....

**Kugira umurimo unoze.** Hitamo ibikorwa birebana no:

Guhanga umurimo: .....

Gushaka akazi: .....

Kozamuka mu ntera: .....

Ibindi: .....

**Guteza imbere ubukungu**

Kongera umusaruro: .....

Kongera umushahara: .....

Kuzigama: .....

Gushora imari: .....

Ibindi: .....

**Kubana n'abandi:**

Gutsura umubano n'inshuti: .....

Kuvugana neza n'abandi: .....

Kwirinda amakimbirane no kwiyinga: .....

Ibindi: .....

**Kugira urukundo mu muryango:**

Kunoza urukundo hagati y' abashakanye: .....

.....

.....

Kubaka urukundo mu bana: .....

.....

.....

Kugaragariza urukundo n'abagize umuryango mugari, inshuti  
n'abandi:

.....  
.....  
**Kunoza imyemerere n'indangagaciro mu muryango:**

Kongera imbaraga ko kugira imyemerere ihamye: .....

.....  
.....

Kurushaho kugendera ku ndangagaciro zihamye: .....

.....  
.....

**Gukora gahunda y'ibikorwa by'abagize urugo**

Umugabo; umugore bafatanije; abana n'abandi batuye urugo, ni byiza guhuriza hamwe bagakora gahunda y'ibikorwa mu gihe runaka. Ibi bituma buri wese ugize urugo yirinda guta igihe kandi ibikorwa bikoze bikuzuzanya bityo bikagera ku ntego z'urugo byihuse.

**Ibikorwa byo ku munsi**

Mbere y'uko umunsi utangira umuntu uri mu rugo wese afatanije n'abandi ahitamo ibikorwa by'ingenzi kandi byihutirwa bigera kuri bitanu (5) byo gukora mu munsi. Abigena ashingiye ku ntego n'ibikorwa rusange byo mu rugo byumvikanyweho. Muri byo hagomba kuba harimo ibikorwa by'akazi cyangwa byongera umusaruro, ibyubaka umubiri, kurera abana, kwiga cyangwa kongera ubumenyi, ibyo kuruhuka, n'ibindi:

1).....

2).....

3).....

4).....

5).....

**Ibikorwa byo mu cyumweru cyangwa mu kwezi**

Mbere y’uko ikindi cyumweru gitangira abagize urugo bahitamo ibikorwa bitanu by’ingenzi kandi byihutirwa byo gukora mu cyumweru gikurikira. Bahitamo ibikorwa bigera kuri bitanu (5) bahereye ku by’ingenzi kurusha ibindi. Muri byo hagomba kuba harimo: ibikorwa by’akazi cyangwa byongera umusaruro, ibyubaka umubiri, uburere bw’abana, ibyongera ubumenyi, ibyongera ubukungu, gutsura umubano n’urukundo, kuboneza imyemerere; indangacaro n’ibindi:

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....

**Intego zo kugeraho mu mwaka umwe, itanu ndetse n’icumi:**

Mbere y’uko umwaka mushya utangira abagize urugo bagira umwiherero wo kuganira ku byo bateganya kugeraho mu mwaka cyangwa imyaka iri imbere. Baricara bagahitamo kandi bakandika intego, ingamba n’imihigo bihaye kugeraho mu mwaka, mu myaka itanu ndetse no mu myaka Icumi iri imbere. Bareba intego zigamike mu buryo bufatika ibi bikurikira: kubaka umubiri, uburere bw’abana, kwiga cyangwa kongera ubumenyi, kongera ubukungu no twiteganiriza, kubana neza, n’ibindi.

**Intego/Imihigo mu mwaka utaha**

- 1).....
- 2).....

3).....

4).....

5).....

**Intego/Imihigo mu myaka itanu (5)**

1).....

2).....

3).....

4).....

5).....

**Intego/Imihigo mu myaka icumi (10)**

1).....

2).....

3).....

4).....

5).....

Ndizere ko wowe n’abo mubana mu rugo mwafatanije gusoma iki gice, mukaba mwarakoze n’imyitozo irimo yabafashije kubona no kwandika neza ikitegererezo n’intego byanyu, gufata ingamba ndetse no kwiha gahunga y’ibikorwa mugiyeye gukora bizabageza ku iterambere n’imibereho myiza mwifuza.

Kubaka imibereho myiza kw’abagize urugo ni urugendo rukomeye kandi ruhoraho, niyo mpamvu musabwa buri gihe kwisuzuma. Ni byiza rero ko nibura rimwe mu mwaka, mwese abagize urugo mwafata igihe cy’umwihereho mukongera gufata iki gitabo, mugasubiramo ibyo mwanditse, mukareba aho mugeze mubishyira mu bikorwa, ndetse bibaye ngombwa mukagira ibyo muhindura kugirango bijyane n’intambwe mumaze gutera, n’amahirwe

## Mpisemo Kubaho Neza

mashya mufite, ndetse imbogamizi muhura nazo. Ubu nibwo buryo iki gitabo kizabaherekeza mu rugendo rwo kubaka urugo rwanyu n'imibereho myiza by'abarugize bose.

## Igice cya 5: Kwishyirahamwe mu kubaka imibereho myiza

Ngo 'Abashyize hamwe ntakibananira'. Iyo abantu bashyize hamwe bagafatanyaga bagera kuri byinshi kandi vuba. Mu gitabo kindi nanditse mu rurimi rw'Icyongereza, 'The Formula for Accelerated Change', nagaragaje ikigereranyo cy'uko iyo abantu bafatanije mu bikorwa bashingiye ku kerekezo kimwe bahuriyeho, bizana impinduka yihuta bihaniste (*exponential growth*). icyo kigereranyo kigaragaza ko iyo abantu babiri bafatanije bahuje icyerekezo ntibatagira umusaruro wikuba kabiri gusa, ahubwo wikuba kane ( $4=2^2$ ). Iyo ari batanu, wikuba inshuro 25 ( $=5^2$ ), baba 10 ukikuba inshuro 100 ( $=10^2$ ). Iyo abantu bishyize hamwe, bagafatanyaga ni inzira ituma umuntu wese agera ku mpinduka nziza ashaka afatanije n'abandi ku buryo bwihuse.

Mu rwego rw'iterambere, iyo abantu bashyize hamwe, bagakorera mu mashyirahamwe, mu makoperative ndetse no mu masosiyete bashobora gukora mu buryo bworoshye, ibikorwa bigamije iterambere n'imibereho myiza cyangwa bibyara inyungu. Kugirango bigende neza n'uko abantu bishyirahamwe bahuje icyerekezo, intego, ingamba ndetse na gahunda z'ibikorwa. Kandi kugirango amashyirahamwe, amakoperative ndetse n'amasosiyete agende neza bisaba ko agira mategeko n'imirongo genderwaho yumvikanyweho n'abayagize.

Kugirango ushobore gutera imbere vuba mu mibereho no mu bukungu, n'ingenzi kwitabira kujya mu mashyirahamwe, amakoperative cyangwa amasosiyete yagufasha kugera ku ntego z'imibereho myiza wifuza ufatanije n'abandi.

Niba uri mu ishyirahamwe, koperative cyangwa sosiyete, wafata umwanya wo kuyisuzuma kugirango urebe uko wayiteza imbere bityo wowe n'abo muri kumwe ibafashe kugera ku ntego muhuriyeho kandi mwiyejeje.

**Gusuzuma ishyirahamwe, koperative cyangwa sosiyete ubamo:**

Ishyirahamwe/koperative/sosiyete mwarishyizeho ryari? .....

Wowe umaze mo imyaka ingaha?: .....

Ishyirahamwe ryanyu rifite ababyamuryango bangahe? .....



Andika icyerekezo cy'ishyirahamwe ryanyu? .....

.....

Ishyirahamwe rwanyu rifite iyihe ntego? .....

.....

Rimaze kugeza kuki abarigize? .....

.....

Ni ibihe bibazo mwahuye nabyo? Mwakoze iki ngo bikemuke?

.....

Inshingano zawe zihariye mu ishyirahamwe ni izihe? .....

.....

Wowe umaze gukuramo iki? .....

.....

Ni bihe bikorwa mufite ubu? .....

.....

Ni ibihe bikorwa muteganya mu minsi iri imbere ? .....

.....

Ni izihe nyungu muteganya gukura mu bikorwa by'ishyirahamwe mu minsi iri imbere ? .....

.....

Ni izihe mpinduka mwifuzaza ko ishyirahamwe rizana mu mibereho y'abanyamuryango, wowe ku giki cyawe cyangwa se ku bandi bantu muri rusange ? : .....

.....  
.....

Wumva hakorwa iki muri ibi bikurikira ngo ishyirahamwe ryanyu rigere kuri byinshi :

Icyerekezo, intego n'ingamba: .....

Abanyamuryango: .....

Amategeko : .....

Ubuyobozi : .....

Ibikorwa : .....

Umutungo: .....

Wifashishije ibi bibazo biri hejuru ni byiza gushaka abandi banyamuryango b'ishyirahamwe, koperative cyangwa sosiyete yanyu mugafatanyaga kubiganiraho, mutanga ibizubizo byabafasha kuryubaka, bityo rigashobora kuzana impinduka nziza mu mibereho yanyu.

## Igice cyo 6: Guteze imbere aho dutuye, mu Mudugudu, Akagari, Umurenge, Akarere no mu Gihugu

Buri muntu wese agira aho atuye, akaba umuturanyi, umuturage ndetse n'umwengihugu. Ntabwo abantu bashobora kugira imibereho myiza aho batuye hameze nabi, hatari ibintu by'ingenzi bikenerwa. Niyo mpamvu wowe umaze kureba uko umeze ku giti cyawe, n'uko mubayeho mu rugo rwanyu, ari ngombwa kureba uko mubayeho hamwe n'abandi aho mutuye, haba mu mudugudu, mu kagari, mu murenge, mu karere ndetse no mu gihugu.

Ngo *'nta mukire ku gasozi k'abakene'*. Ni ikibazo kubaho neza abaturanyi bawe, abaturage muturanye ku musozi umwe bo bari mu bibazo by'ubukene n'ingorane. Niyo mpamvu gufatanya n'abandi kugirango mukemurire hamwe ibibazo muhuriyeho ari ngombwa cyane.

Buri muturage wese agira inshingano ndetse n'uburenganzira mu gihugu ke. Niyo mpamvu buri wese afite inshingaho zo kugira uruhare mu iterambere ry'aho atuye kandi akabungabunga ibyiza bihari ahuriyeho n'abandi. Guhuriza hamwe ibikorwa rusange bigamije imibereho myiza byoroshywa n'inzego z'ubuyobozi ziriho. Inzego z'ubuyobozi zigena ibikorwa rusange bifitiye abantu bose akamaro, kandi zigashyiraho uburyo buri muturage wese agiramo uruhare ku giti ke cyangwa afatanije n'abandi.

Ubuyobozi bukungurira buri wese kugira uruhari muri gahunda za Leta zigamije iterambere n'imibereho myiza y'abaturage muri rusange. Izi gahunda zigaragarira mu mirongo rusange y'iterambere ubuyobozi bw'igihugu buba bwaragennye mu kerekezo k'igihugu, porogaramu za Leta z'igihe kirekire, ingamba zitandukanye mu nzego zose z'ubuyobozi guhera hejuru mu nzego za guverinoma, kumanuka mu ntara, uturere, imirenge, utugari, no mu midugudu.

Zimwe mu nshingano za buri muntu wese, ni ugukora akazi ke neza kandi agatera inkunga ibikorwa rusanye bya Leta, atanga imisoro asabwa n'amategeko, ndetse yitanga igihe cyose bibaye ngombwa. Agira kandi uruhare mu bikorwa rusange by'umuganda, isuku, umutekano n'ibindi.

Gahunda rusange za Leta z'iterambere zorohera abaturage kugera ku buzima bwiza mu bice by'ubuzima, aho Leta itanga serivise zitandukanye, zikurikira:

### **1)Kugira ubuzima bwiza buzira umuze**

Hari serivisi z'ubuzima zifasha kwirinda indwara ndetse no kuzivuzza. Ni muri uru rwego buri wese asabwa kwita cyane ku mirire myiza, isuku, imyitozo ngororamubiri, kuruhuka bihagije n'ibindi kugirango yirinde indwara. Kandi buri muntu asabwa kugana ibigo bibungabunga ubuzima igihe agize indwara cyangwa akeneye izindi serivisi z'ubuzima.

### **2) Kongera ubumenyi**

Hariho amashuri y'ingeri zose kuva mu ku y'inshuke; amashuri mato; amashuri yisumbuye n'amashuri makuru ndetse na Kaminuza. Muri ibi bihe abana bose bafite amahirwe angana yo kwiga, ndetse amashuri abanza n'ayisumbuye amaze kugera hose ku buryo abana bose bafite amahirwe menshi yo kwiga imyaka 12 y'amashuri abanza n'ayisumbuye. Amashuri makuru nayo amaze kuba menshi ku buryo abigamo n'abayarangiza biyongera buri mwaka. Buri wese arasabwa gufata ayo mahirwe yo kwiga agira umwete wo kwiga amashuri yose ashoboye.

Kongera ubumenyi kandi ntabwo bikorerwa mu mashuri gusa, umuntu ashobora kwiyigisha akoresheje ubundi buryo burimo gusoma ibitabo, gukurikira ibiganiro n'ibindi. Muri iki gihe hifashishijwe ikoranabuhanga, umuntu ashobora kwigira kuri murandasi (Internet) ari iwe mu rugo (distance learning) ku buryo bidasaba amikoro menshi. Leta yashyizeho ibikoresho by'ibanze mu itumanaho ku buryo murandasi igera henshi mu gihugu, bityo aho umuntu wese ari mu gihugu yayifashisha.

### **3) Kugira umurimo**

Inzego za leta zitanga akazi kuri benshi, ariko cyanecyane Leta yorohera abikorera guhanga imirimo. Abakozi benshi bahembwa bakora mu bigo byigenga. Abaturage benshi barikorera mu mirimo itandukanye yaba iy'ubuhinzi; ubucuruzi ndetse n'ubukorikori. Leta ishyiraho amategeko, gahunda n'ibikorwa byorohera abantu guhanga no gukora imirimo mu bice bitandukanye by'ubukungu.

Umurimo ni inshingano ya buri wese. Buri muntu akenera gukora umirimo umutunze kandi ufite akamaro mu iterambere ry'igihugu n'imibereho myiza y'abaturage.

#### **4) Guteza Imbere Ubukungu**

Leta igira uruhare mu bukungu bwa buri wese cyane yubaka ibikorwa remezo bikenerwa na benshi, aribyo: kubaka imihanda; gukwirakwiza amazi; amashayarazi; imiyoboro ya murandasi n'ibindi. Leta kandi yorohereza ibigo by'imari gukora no gufasha abikorera gukoresha serivisi z'imari bakabona uburyo bwo gushora imari mu bikorwa byunguka, kandi bitanga akazi mu bantu.

Kugirango ubukungu bwiyongere abantu basabwa guhanga ibikorwa byo gushoramo imari, bibyara inyungu kandi bitanga akazi. Kugirango imari yo gushora iboneke, abantu basabwa kuzigama. Umuco mwiza wo kuzigama utuma abantu bishakamo imari yo gushora, bityo n'ibigo by'imari bikabona amafaranga yo kuguriza abafite imishinga myiza ibyara inyungu.

#### **5) Kubana n'abandi**

Leta ishyiraho amategeko n'imirongo ngenderwaho kugirango abantu babane neza, buzuzanya ntawe ubangamiye undi. Hariho inzego z'ubutabera, ubucamanza cyangwa ubwunzi zifasha abantu gukemura ibibazo igihe byavutse, cyangwa guhana abakoze ibyaha nk'uko bigenywa n'amategeko. Buri muntu wese rero asabwa kugira imyitwarire myiza ku bandi, gukurikiza amategeko y'igihugu n'amabwiriza ya Leta, bituma abantu babana neza mu mahoro n'ubusabane.

Mu rwego rwo kubana neza no kuzuzanya, hashimangirwa uburinagire hagati y'abantu bose, cyanecyane hagati y'abagabo n'abagore. Uburinganira busaba ko amategeko aha abantu bose amahirwe angana, bigatuma buri wese akoresha imbaraga ze zose mu gufatanya n'abandi kugera ku iterambere n'imibereho myiza kuri bose.

#### **6) Kugira urukundo**

Itegeko ry'Imana rigira riti : *"Ukunde mugenzi wawe nk'uko wikunda."* Umuntu niwe uhitamo ku bushake bwe gukunda abandi. Mu myiryango y'abantu yose habamo amategeko n'imirongo ngenderwaho yashyizweho n'abantu ubwabo ngo babigendereho maze babane neza. Leta igira uruhare mu gushyiraho amategeko mbonezamubano atuma abantu babana ntawe ubangamiye undi mu buzima bwa buri muntu ku giti cye.

Urukundo rutanga amahirwe menshi yo kugira ubuzima bwiza. Urukundo ni uburenganzira no guhitamo bya buri wese, ariko gukunda abandi biri mu nyungu za buri wese. Umuntu rero agomba guhitamo gukunda kugirango abeho neza. Urukundo rugomba kugaragara hagati y'abantu bose, cyanecyane hagati y'abashakanye, abana n'ababyeyi, imiryango n'inshuti zabo, no hagati y'abandi bantu mu rusange.

## 7) Kunoza imyemerere n'indangagaciro

Imyemerere ni uguhitamo kwa buri wese. Amategeko aha umuntu wese uburenganzira bwo kwemera ariko atabangamiye abandi. Kandi abantu basabwa kugendera ku ndangagaciro zituma bagira imyitwarire n'imigirire yubaka, kandi ifasha abantu bose gutera imbere, bakamererwa neza ntawe ubangamiye undi.

### **Umwitozo wo kumenya uburyo wagira uruhare mu itereambere ry'aho utuye no mu gihugu:**

Sobanukirwa kandi umenye icyerekezo, intego, ingamba n'ibikorwa rusange by'iterambere byateganijwe n'inzege za Leta guhera ku rwego rw'Igihugu, ukamanuka mu Ntara, Akarere, Umurenge, Akagari, ndetse kugera mu Mudugudu.

Tekereza kandi ukore gahunda y'uruhare rwawe n'abagize umuryango wawe muri gahunda z'iterambere ry'aho utuye mu Mudugudu, Akagali, Umurenge, Akarere, Intara ndetse no mu Gihugu.

Hitamo ibintu bibiri by'ingenzi uzajya ukora bityo ukagira uruhare rufatika muri gahunda za Leta z'iterambere mu bice bikurikira:

Kwirinda indwara no kwivuzza:

1.).....

2.).....

Kubaka amashuri no guteza imbere ireme ry'uburezi:

1.).....

2.).....

Mpisemo Kubaho Neza

Gutura heza kubaka no kubungabunga ibikorwa remezo:

1.).....

2.).....

Kongera ubukungu no guhanga imirimo :

1.).....

2.).....

Kunoza imibanire myiza y'abaturage :

1.).....

2.).....

Kubungabunga ibidukikikije :

1.).....

2.).....

Umaze gusoma iki gice, ndetse no gukora iyo mwitozo, wakwegera abaturanyi ndetse n'abayobozi bakwegereye mukaganira ku ngamba n'ibikorwa byo guteza imbere aho mutuye n'ukuntu mwagira uruhare mu iterambere ry'igihugu muri rusange.

## Igice cya 7: Guhanga no kwiyemeza imirimo

### 7.1. Umurimo wawe bwite

Umurimo ni ngombwa mu buzima bwa buri wese, kuko umurimo mwiza ariwo utanga imibereho myiza. Gukora umurimo biri mu mpamvu zo kubaho ku isi. Abemera Imana kandi basoma Ibyanditswe byera bazi ko Imana imaze kurema Isi, yaremye umuntu ikamuha inshingano zo gucunga ibiri ku Isi byose no kubibyaza umusaruro. Niyo mpamvu umurimo umuntu akora ariwo umuha agaciro ku isi.

Umuntu wese yahawe n’Imana ibyo akeneye by’ibanze ngo agire ibyo akora abibyaze umusaruro wo kumutungira we n’abe. Yahaye buri wese ubwenge, igihe n’umutungo kamere ugizwe n’ubutaka, amazi n’umwuka. Muri ibyo yaremye byose niho hari ibintu umuntu akenera cyangwa akoresha bituruka. Ibiribwa biva mu butaka, iyo umuntu ahinze agasarura; intebe yo kwicaraho ikoze mu giti iva mu biti, iyo umuntu abitemye, akabyumisha akabibaza, akabicamo imbaho akabiteranya; niba ufite telefone cyangwa mudasobwa, nabyo biva mu mabuye y’agaciro ava mu butaka. Igikenerwa cyose gishobora kuboneka iyo umuntu akoresheje ubwenge, agafata ibyo Imana yaremye, akabihindura, akabikoramo icyo ashaha cyamugirira umumaro.

Guhanga umurimo ni ukureba igikenewe cyangwa ikintu cyakemura ikibazo runaka, maze ukakibonera igisubizo ukora ikintu kizifashishwa ngo icyo kibazo gikemuke. Aho tuba hose hari ibibazo byinshi bikenera ibisubizo, cyanecyane ahantu hari ubukene haba hari ibibazo byinshi. Ibyo bibazo rero nibyo bitanga amahirwe yo guhanga imirimo. Uko ikibazo gikomeye kandi gihuriweho n’abantu benshi, niko igisubizo cyacyo kigira agaciro kanini, kikabyara imirimo izagira umusaruro munini kandi uzabyara ubukungu bwinshi.

None rero niba nta kazi ufite, cyangwa niba ako ufite ubu kataguha umusaruro uguhagije, ni ngombwa ko ushaka cyangwa uhanga umurimo wakora utuma ukoresha impano zawe. Mu guhitamo umurimo wakora, washingira kuri ibi bintu bine by’ingenzi bikurikira : 1) Gutekereza ukamenya ikintu ukunda gukora, cya kintu ukora ukishima niyo waba nta mushahara ubona ; 2) Ikintu ufitemo ubumenyi n’ubuhanga, ku buryo ugisobanukiwe kurusha abandi; 3) Ikintu gikenewe n’abantu kuko kibakemurira ikibazo; 4) Ikintu gifitiye abantu akamaro ku buryo ukibakoreye baguhemba.



N’ubwo abantu benshi bavuga ko babuze imirimo, ibyo gukora birahari kandi ni byinshi byatanga imirimo. Gusa abantu ntibabona imirimo bifuzwa kubera impamvu myinshi, zirimo: (i) Kwisuzugura, iyo umuntu areba ikintu, akibwira ko atagishobora; (ii) kwiyemera, iyo umuntu asuzugura imirimo imwe n’imwe, akumva ko atayikora kuko yamushyira hasi; (iii) ubunembwe, iyo umuntu atinya imirimo imusaba imbaraga nyinshi no kwitanga; (iv) kugira ubumenyi buke, aho umuntu adafite ubumeyi mu byo ashaka gukora; n’ibindi. Kugira rero umurimo ni uguhitamo, ni ukwiyemeza gukora. Nta murimo usuzuguritse ubaho kandi nta murimo mubi ubaho. Ngo: “Nta murimo mubi ubaho, keretse uwo kuroga!”

Niba rero udafite umurimo cyangwa umurimo ufite ubu utaguha umusaruro wifuzwa cyangwa utuma udakoresha ubushobozi n’impano byawe byose, ni ngombwa gufata iya mbere ugashaka cyangwa ugahanga umurimo wifuzwa kandi ukunda gukora, ufitemo ubumenyi, ukemurira abantu ibibazo kandi uzahemberwa.

***Umwitoto wo gushaka cyangwa guhanga umurimo w’ umuntu ku muntu ubwegiti cye:***

*Ni iki ukunda kandi wakora ukishima niyo waba nta mushahara ubona?: -----*

-----  
-----

*Ni iki wakora kandi ufitemo ubumenyi n’ubuhanga, ku buryo igisobanukiweho kurusha abandi?: -----*

-----  
-----

*Ni ibihe bibazo ubona abantu bafite, kandi wabonera ibisubizo, ukabikemura mu rwego rw’akazi?: -----*

-----  
-----

*Ni ikihe kibazo wakemurira abantu bakabibonamo agaciro n’umumaro ku buryo baguhemba?: -----*

-----  
-----

-----  
-----  
*Umaze gusubiza ibyo bibazo byo hejuru, kora urutonde rw'imirimo Itatu wumva wakora ngo ukemura ibibazo abantu bahura nabyo:*

1)-----

2)-----

3)-----

*Muri yo mirimo itatu, hitamo umurimo umwe ugiye gutangira gukora uhereye ku mikoro ufite, cyangwa wabona: -----*

*Ni ibiki ukeneye ngo utangire uwo murimo:*

1) *Abantu muzafatanyaga cyangwa bagutera inkunga: -----*

2) *Ibikoresho by'ibanze:-----*

3) *Amafaranga yo gutangiza: -----*

--

*Birumvikana ko ari ngombwa ko mbere yo gutangira, ugomba kubanza kwiga isoko ukamenya neza abantu bakeneye ibyo ugiye gukora, byaba serivise cyangwa ibintu bifatika. None, ni bande ubona ko bazakenera ibyo wiyemeje gukora, kandi bakakwishyura? Bavuge: -----*

*Kora gahunda yo gutangira ibikorwa bigize umurimo wiyemeje guhanga no gukora. Andika ibyo ugiye gutangiriraho:: -----*

-----

### 7.2. Umurimo mu rugo cyangwa mu miryango

Umuco wo gukunda umurimo no gukora, ukomoka mu miryango abantu barererwamo, bagakuriramo. Nta rugo rwabaho rudafite ibya ngombwa byo kurutunga biva mu mirimo yabarugize. Ibiva mu mirimo nibyo bitunga urugo, uherye ku bikenerwa by'ibanze birimo ibiryo, inzu yo kubamo, imyenda yo kwambara n'ibindi. Urugo rwitunze rugira agaciro. Iyo mu rugo hataboneka ibikenerwa, abarugize babaho mu bukene, ntibagire imibereho myiza bifuzwa. Kugirango ibikenerwa biboneke ni uko abagize urugo babona umusaruro uhagije uturuka mu mirimo bakora.

Umuryango wose rero ufite inshingano zo kuwutoza abawugize gukunda no gukora imirimo, ndetse no guhanga imirimo. Kenshi usanga imiryango imwe ifite imyuga yihariye yagiye ihererekana mu bisekuru, aho ababyeyi batoza abana babo imyuga yabo, cyanecyane imyuga y'ubukorikori, ubucuruzi, n'indi. Abana kakomoka muri iyo miryango bakura bakunda iyo myuga, bazi kuyikora kandi kenshi akaba ariyo izavamo imirimo ibatunga bakuze. Usanga ari byiza kuko muri iyo miryango ifite imyuga nk'iyi nta bukene bukunze kubamo.

***Umwitoto wo kugira imirimo cyangwa imyuga mu rugo cyangwa umuryango:***

*Mu rugo rwanyu mufite umwuga mwihariye ukomoka mu bisekuru byanyu? Niba muwufite, ni uwuhe mwuga? Mukora iki? Ni bande bawukoramo? Ubunjiriza amafaranga ahagije cyangwa niwo utunze umuryango? Ni iki mwakora ngo uwo mwuga muwuteze imbere, ugire umusaruro mwinshi?-----*

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

*Mu rugo rwanyu ni bande bakora, bafite umurimo? Bakora iki? Amafaranga bahembwa cyangwa binjiza arahagije?: -----*

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
*Mu rugo rwanyu ni bande badakora ? Kuki badakora ? Ese nta bushobozi bafite bwo gukora ? Niba babufite babuze iki ngo babone imirimo cyangwa bahange imirimo?:* -----  
-----  
-----  
-----  
-----

*Uhereye ku bumenyi n'ubushobozi abagize urugo bafite, ni iyi mirimo itatu bashobora gukora:*

1)-----

2)-----

3)-----

*Muri yo mirimo itatu, ni uwuhe umurimo umwe abagize urugo batangira gukora muhereye ku mikoro mufite, cyangwa mwabona.* -----  
-----

*Ni ibiki mukeneye ngo mutangire uwo murimo :*

1) *Abantu muzafatanyaga cyangwa babatera inkunga :* -----  
-----

-

2) *Ibikorsho by'ibanze :*-----  
-----

-

3) *Amafaranga yo gutangiza:* -----

*Birumvikana ko ari ngombwa ko mbere yo gutangira, mugomba kubanza kwiga isoko mukamenya neza abantu bakeneye ibyo mugiyeye gukora, byaba serivise cyangwa ibintu bifatika. None ni bande ubona ko bazakenera ibyo mwiyeje gukora, kandi bakabishyura. Mubavuge:* -----

*Mukore gahunda yo gutangira ibikorwa bigize umurimo mwiyejeje gukora. Andika ibyo ugiye gutangiraho:: -----*

### 7.3. Umurimo mu mashyirahamwe n’amakoperative

Mu mashyirahamwe n’amakoperative ni ahantu hafasha abantu guteza imbere imirimo abantu bashyize hamwe. Amashyirahamwe n’amakoperative kenshi ahuza abantu bahuriye ku mirimo imwe, bagamiye kwiteza imbere no gushyigikira imirimo yabo ngo bongere umusaruro. Niyo mpamvu habaho amashyirahamwe n’amakoperative y’abahinzi, abacuruzi, abanyenganda, abadozi, abubatsi, abayobozi b’ibinyabiziga bitandukanye, n’abandi.

Kwishyira hamwe bituma abantu bakora imirimo imwe, bahuje imbaraga maze bakiteza imbere, bakagira imibereho myiza.

#### ***Umwitoto wo guteza imbere imirimo mu mashyirahamwe n’amakoperative :***

*Ni ayahe mashyirahamwe cyangwa amakoperative ubamo?-----*

*Mu ishyirahamwe cyangwa koperative ubamo bishingiye ku yihe mirimo cyangwa imyuga ? :-----*

-----  
-----  
*Ni ibihe bikorwa mufite bigamije guteza imbere imirimo cyangwa umwuga muhuririyeho ?:* -----  
-----  
-----  
-----  
-----

*Ese mufite gahunda yo gutoza abakiri bato imirimo cyangwa imyuga muhuririyeho?:*-----  
-----  
-----  
-----

#### 7.4. Imirimo n’imyuga aho utuye mu Kagari, Umurenge no mu Karere

Ubukungu bw’Akagari, Umurenge n’Akarere n’imiberereho mwiza yabahatuye bishingiye ku mirimo n’umusaruro w’abaturage baho. Iyo abaturage bafite imirimo myiza kandi ibaha umusaruro mwiza, bagira imibereho myiza. Niyo mpamvu ari ngombwa ko abaturage n’abayobozi babo bashakira hamwe ibyo babyazamo imirimo itanga akazi, bahereye ku bukungu kamere buhari. Mu turere twinshi habaye inyigo zigaragaza imirimo runaka yatezwa imbere igatanga akazi ku bantu benshi bahatuye. Ni byiza kumenya amahirwe y’imirimo aboneka aho abantu batuye.

***Umwitozo wo guteza imbere imirimo mu Kagari, Umurenge n’Akarere:***

*Ni iyihe mirimo ikorwa na benshi batuye Akagari, Umurenge, n’Akarere utuyemo?:* -----  
-----  
-----  
-----

*Ese iyo mirimo ubona ituma abaturage bayikora bagira imibereho myiza? Ni iki cyakorwa ngo iyo mirimo bakora ishobore kubaha umusaruro uhagije kandi ubatunga?: -----*

-----  
-----  
-----

*Ni iyihe mirimo yindi ubona yakorwa mu Kagari, Umuremge n'Akarere utuyemo kandi igatanga umusaruro munini? Hakorwa iki ngo iyo mirimo iboneke kandi itere imbere?: -----*

-----  
-----  
-----

*Ese hari amashuri yigisha imyuga urubyiruko mu Kagari, Umurenge no mu Karere utuyemo? Niba ahari, yigisha iyihe myuga? Abanyeshuri bigamo, babona akazi iyo barangije kwiga?-----*

-----  
-----  
-----

*Ni iki wumva cyakorwa ngo imirimo n'imyuga bitere imbere mu kagari, Umurenge no mu Karere utuye?-----*

-----  
-----  
-----

## Igice cya 8: Kwiga no kwihugura

Kubaka imibereho myiza irambye bisaba kwiga no kwihugura bihoraho. Kubaho neza bisaba ko umuntu agira amakuru, ubumenyi n’ubwenge bituma ashobora kubona inzira nziza yo gufata, guhitamo ibyo gukora, kubikora neza ndetse no kubona ibisubizo by’ibibazo agomba gukemura. Ni ngombwa rero ko umuntu wese yiga kandi agahora yihugura. Ngo: “Iyo uhagaritse kwiga no kwihugura, uba watangiye gupfa!”

### 8.1. Uburyo bwo kwiga no kwihugura

Hariho uburyo bwinshi bwo kwiga no kwihugura umuntu akoresha. Muri bwo twavugaga ubu bukurikira: Gutega amatwi, gusoma ibitabo, kwandika ibitekerezo, gukora ubushakashatsi no kwimenyereza ibikorwa.

**1) Gutega amatwi:** Umuntu yigira ku bandi ahereye ku barimu mu mashuri n’abigisha batandukanye batanga inyigisho. Uburyo bwa mbere bwo kwiga ni ugutega amatwi neza abandi, ukumva kandi ugasobanukirwa neza n’ibyo bavugaga. Waba utabyumvishe ukaba wababaza ibibazo. Umunyeshuri mwiza, uba umuhanga akamenya ni utega mwarimu amatwi. Iyo dukurikirana inyigisho izo arizo zose, ni ngombwa gutega amatwi umwigisha, tutarangaye kugirango dukuremo ibishya tutazi bituma twongera ubumenyi. Inyigisho ntabwo ziva gusa ku barimu n’abigisha, ahubwo ziva no ku bantu bose duhura buri gihe. Abantu bose umuntu ahura nabo mu buzima abigiraho byinshi mu byo bavugaga n’ibyo bakora. Niyo mpamvu, gutega amatwi no kwitegereza umuntu wese iyo avugaga ari ingenzi kugirango byongere ubumenyi n’ubwenge bugufasha mu kubaka imibereho myiza.

*Ni abahe barimu cyangwa abigisha wakunze gutega amatwi? Wabigiyeho iki cyahinduye imibereho yawe?: -----*

-----  
-----  
-----

*Ni ibiki bituma urangara ntutege amatwi iyo abandi bantu bakubwira cyangwa bakwigisha?: -----*



*Ni izihe ngamba ugiye gufata ngo urusheho gutega amatwi abarimu, abigisha n'abandi bantu bose bakubwira ?* -----  
-----  
-----

**2) Gusoma ibitabo:** Ubumenyi n'amakuru menshi ubisanga mu bitabo byanditswe n'abantu bo mu bihe bitandukanye. Ibitabo nibwo buryo bumenyereye abantu bakoresheje kuva kera mu guhererekanya amakuru n'ubumenyi. icyo ushaka kumenya cyose wagisanga mu bitabo, byaba ari ibirebana n'ubuhanga, amakuru, amateka cyangwa imibereho y'abantu. Ushaka rero ubumenyi agomba guhora asoma ibitabo.

*Ukunze gusoma ibihe bitabo? Usoma ibitabo by'abahe banditsi ?* -----  
-----  
-----

*Usoma iki buri munsu cyangwa mu cyumweru? Usoma ibitabo bingaha mu kwezi cyangwa mu mwaka ?* -----  
-----  
-----

*Niba udakunda gusoma cyangwa utabona umwanya uhagije wo gusoma ibitabo, ugiye gukora iki ngo ugire akamenyero ko gusoma ibitabo ?* -----  
-----  
-----

**3) Kwandika ibitekerezo :** Kugira ibitekerezo ukabyandika bituma utekereza cyane, maze nawe ubwawe ukabyara ubumenyi. Iyo umuntu yandika amenya byinshi. Niyo mpamvu abahanga benshi bazwi cyane babaye abanditsi b'ibitabo.

*Ukunda kwandika? Hari inyandiko wandise? Wanditse izihe nyandiko? Zatangaga ubuhe butumwa? Ukwandika byakunguye iki? Abantu bakiriye gute ibyo wanditse?: -----*

*Niba utaratangira kwandika ariko ubishaka, wumva uzandika ku biki? Urateganya gutangira kwandika ryari? Kora gahunda yo kwandika: -----*

**4) Gukora ubushakashatsi:** Tumenyereye ko ubushakashatsi bukorwa n’abahanga bo mu bigo by’amashuri ya kaminuza n’ubushakashatsi bagamije gutangaza ibyo bavumbuye. Ariko buri muntu wese ashobora gukora ubushakashatsi iyo atekereza gukora ikintu gishya atamenyereye. Gutera imbere no kuzana impinduka bisaba ibitekerezo bishya n’uburyo bwo gukora bushya, kandi butamenyerewe. Niyo mpamvu ushaka guhanga udushya bimusaba gukora ubushakashatsi ngo avumbure udushya. Gukora ubushakashatsi rero byongera ubumenyi ku muntu ubukora n’abasoma ibyo yatangaje.

*Ni ubuhe bushakashatsi wakoze? Wabukuyemo iki gishya?: -----*

*Ni ubuhe bushakashatsi urimo gukora cyangwa utegenya gukora? Ni zihe nyungu wizera gukuramo?: -----*

**5) Kugerageza no kwimenyereza ibikorwa :** Iyo utangiye gukora ikintu uvumbura byinshi cyane cyane iyo wimenyereza cyangwa uri mu igerageza. Kenshi uko ibintu wabisomye cyangwa wabyumvishe, iyo ubikoze kenshi ntabwo bigenda nkuko wabiteganyaga, bityo ukabona ibintu bushya bituma uvumbura ukamenya byinshi utari uzi.

*Ni ibiki wagerageje gukora bikagenda uko utabiteganyaga ? Wamenye ibiki bishya?: -----*

-----  
-----

*Ni ibihe bintu wifuzza kwimenyereza cyangwa kugerageza ngo umenye uko bikora neza, maze ubikoreshe?: -----*

-----  
-----

## 8.2. Iby'ingenzi byo kwiga

**1) Kumenya no kubaha Imana :** Umuntu wemera Imana ni ngombwa ko ahora ashaka kuyimenya, akamenya impamvu yamuremye n'icyo imushakaho. Kumenya Imana bisaba umuntu guhora asoma kandi yiga Ijambo ryayo, kugirango avugane nayo, abane nayo, maze imufashe kandi imuyobore mu nzira ze yose.

*Ni iki ukora buri gihe cyangwa uteganya gukora ngo urushaho kumenya Imana no gushyikirana nayo?: -----*

-----  
-----  
-----  
-----

**2) Kwimenya :** Kwimenya neza nk'umuntu ntibyoroha bisaba kwiyiga cyane. Kwimenya bisaba gusuzuma imitekerereze, amarangamutima, uko umubiri ukora, imico n'ibindi byose bikugize nk'umuntu. Kutimenya neza bituma umuntu ahuzagurika mu byo akora kuko atamenya icyo ashaka neza. Ni ngombwa rero ngo wimenye neza, umenya ibyiza bikuranga ndetse n'ibibi bityo, kugirango umenye impinduka ukeneye izaguha imibereho myiza wifuzza. Kwimenya neza bituma umenya neza agaciro ufite bityo ugahitamo kubaho mu buryo buguhesha agaciro n'icyubahiro.

*Ni ibiki ujya ukora cyangwa bikakubaho biguturutseho ariko bikagutangaza ?  
Wumva biterwa n'iki ni iki? Wumva uba wabikoreye iki ? :wabikoze ku zihe  
mpapmvu ?:* -----  
-----  
-----

*Ni iki ugiye gukora ngo wimenye neza, bityo ukore ibijyane nibyo wifuza ?* -----  
-----  
-----

*Ni gute ugiye kubaho biguhesha agaciro n'icyuhahiro byawe ?* -----  
-----  
-----  
-----

**3) Kumenya kubaka urugo :** Urugo ni ishingiro ry'umuryango w'ibanze, n'umuryango mugari, ndetse n'igihugu. Urugo niho abantu bavukira, babonera uburere bw'ibanze butanga umusingi w'icyo bazaba bakuze. Mu rugo niho kenshi abantu bakura indangagaciro n'umuco uzabaranga kandi ukabayobora mu buzima bwabo. Iyo urugo rudashoboye kurera neza abana baruvukamo, bituma bagira ubuzima buruhije. Ngo : *Umwana apfa mu iterura*, cyangwa no : *Igiti kigororwa kikiri gito*. Iyo urugo rudakomeye rugira ibibazo bituma umugabo, umugore n'abana bose babaho ubuzima bubi kenshi burangwa n'ubukene n'umutima mubi.

Muri iyi minsi ingo nyinshi cyanecyane izimaze igihe gito zishinzwe havukamo za gatanya ndetse n'ubukene bwinshi, kenshi kubera ko umusore ahura n'umukobwa bikihutira kubaka urugo nta bumenyi bafite buhagije ngo bashobore kubahiriza inshingano zabo nk'umugabo n'umugore. Mbere yo gushinga urugo, ndetse no mu gihe cyo kubana nyuma ni ngombwa ko abashyiririrwa bagira umwanya wo kumenyana bihagije kandi no gusobanukirwa neza icyo bisaba n'uko bikorwa. Umugabo n'umugore bakeneye kumenya neza inshingano n'imyitwarire basabwa ngo bese bazagire ubushobozi bwo kubaka urugo rukomeye ruzarangwa n'imibereho myiza, amahoro n'umunezero.

*Niba utenganya gushinga urugo cyangwa ufite urugo, waba waragize amahugurwa yo kuguha ubumenyi buhagije mu kubaka urugo, kubana neza no kurera abana? Ni ayahe mahugurwa wabonye? Ese yakugiriye akahe kamaro?:* -----  
-----  
-----

*Ni ubuhe bumenyi ukeneye bwazagufasha kubaka urugo rukomeye, rurimo urukundo, umunezero n'imibereho myiza wifuza?:*-----  
-----  
-----

**4) Kumenya abandi :** Gusobanukirwa abandi bantu bituma umuntu abana neza nabo. Umugabo akeneye gusobanukirwa umugore we ; n'umugore akeneye gusobanukirwa umugabo we. Iyo umugabo cyangwa umugore adasobanukiwe mugenzi we bitera ibibazo byo kutumvikana neza. Ababyeyi n'abana hari ubwo batumvikana bitewe no kutamenyana neza. Inshuti, abakorana n'abahuriye ku bindi bisaba ko bamenyana neza ngo basabane kandi bafashanye. Iyo rero umuntu adasobanukiwe n'abandi bitera kutumvikama neza, byavamo amakimbirane. Kumenya abandi rero bisaba kubiga kugirango umenye ibyo abandi batekereza n'impamvu bakora ibyo bakora. Niyo nzira yo kwirinda ubwumvikane buke, kwirinda no gukemura amakimbirane avuka hagati y'abantu.

*Ni iki ukora buri gihe cyangwa uteganya gukora ngo urushaho kumenya abandi bantu, ushobore gushyikirana neza n'abo mubana, inshuti cyangwa abo mukorana?:* -----  
-----  
-----

**5) Gusobanukirwa ibidukikije:** Mu buzima bwa buri muni dukenera ibidukikije twifashisha ngo tubeho. Niyo mpamvu rero bidusaba gusobanukirwa ibidukikije byose, uburyo bikora kugirango tubibungabunge kandi tubibyaze umusaruro tutabyangije.

*Ni ibihe mu bidukikije ushaka gusobanukirwa ngo ubibyaze umusaruro kurushaho kandi ubibungabunga neza ? -----*

**6) Kumenya amateka :** Umuntu amenya amateka ye bwite, ay'umuryango we, ay'igihugu ke ndetse n'ay'isi muri rusange ni ingenzi kugirango amenye impamvu ibintu bimwe biriho cyangwa bibaho. Ubumenyi bw'ayo mateka butuma umuntu acunga neza igihe arimo kandi akiteganiriza neza n'igihe kizaza. Ngo : « *Utazi iyo ava ntamenya iyo ajya.* » Amateka umuntu ayamenya atega amatwi ukumva inkuru z'abayazi, asoma ibitabo by'amateka cyangwa akurikira inkuru zafashwe zigashyirwa mu mavidewo, zikanyuzwa kuri televiziyo, kuri murandasi, n'ahandi.

*Ni gute umenya amateka yawe, ay'umuryango wawe, igihugu cyawe ndetse n'amaketa y'isi?: -----*

*Ni ubuhe buryo ugiye gukoresha ngo umenya neza amateka yawe, ay'umuryango wawe, igihugu cyawe, ndetse n'amateka y'isi?-----*

**7) Kumenya indimi :** Kumenya kuvuga no kwandika neza indimi nyinshi ukeneye uhereye ku rurimi rw'amavuko n'izindi zivugwa cyane biguha amahirwe yo gushyikirana n'abandi bantu bakomoka mu mpande nyinshi z'isi, bityo bikaguha amahirwe yo gufatanya no gukorana n'abandi. Kumenya indimi kandi bituma ushobora gusoma inyandiko nyinshi zanditse mu ndimi z'ahandi, bityo ukongera ubumenyi bwawe. Mu isi hari indimi abantu benshi bavuga cyane, zirimo : Icyongereza, Igifaransa, Igiswahili, n'Ik'esipanyori, n'izindi. Kuvuga zimwe muri izo ndimi bitanga amahirwe yo kumenya byinshi, gusabana n'abandi bitanga amahirwe y'imibereho myiza.

*Ni izihe ndi uvuga kandi ukandika neza?: -----*

-----  
-----  
-----

*Ni izihe ndimi ushaka kumenya neza? Ni iki ugiye gukora kugirango wige neza izo ndimi, uzumve, uzivuge kandi uzandike neza? : -----*

-----  
-----  
-----

**8) Kumenya kuvuga neza:** Kuvuga neza cyane cyane mu ruhame bifasha umuntu gushyikirana n’abandi bantu benshi. Abantu benshi ntabwo biborohera kuvuga mu ruhame babwira abantu benshi, kuko iyo umuntu atarabimenyera bitera ubwoba. Kuvuga neza mu ruhame nta mususu bisaba kubyiga no kubyimenyereza.

*Ni ryari ujya ubona umwanya wo kuvuga mu ruhame? Byaba bikorohera kuvuga neza udategwa, nta bwoba, nta mususu?: -----*

-----  
-----

*Ni ibiki ugiye gukora ngo ushobore kuvuga neza mu ruhame?-----*

-----  
-----  
-----

**9) Kumenya kuyobora:** Kumenya kwiyo bora, ugashobora no kuyobora abandi bituma umuntu ashobora guhitamo no gukomeza inzira nziza y’imibereho ye, agafasha abandi kugera ku byo bifuzwa, abajya imbere akabayobora ku ntego bihaye. Kuyobora neza bisaba ubumenyi bwigwa ndetse bisaba no kubyimenyereza. Kuyobora neza birigwa, kandi bisaba ko umuntu ahora yihugura, yivugurura, kugirango ahangane n’impinduka zihoraho.

*Mu nshingano z'ubuyobozi wagize cyangwa ufite ubu, ni ibihe bibazo ukunze guhura nabyo haba mu rugo, mu kazi, mu nshuti n'ahandi?: -----*

*Ni ibiki ushaka gukora cyangwa kwiga ngo ugire ubumenyi n'ubushobozi bwo kuyoboba neza?-----*

**10) Kumenya gucunga umutungo:** Kutamenya gucunga umutungo bituma abantu batamenya kubyaza umusaruro ibyo bafite maze bikabatera ubukene budashira. Gucunga umutungo neza bisaba ubumenyi bwigwa kandi bikimenyerezwa. Kenshi gucunga umutungo bisaba kumenya kubara no kumenya uko ibintu bikora kugirango ubikoreshe neza ubibyaze umusaruro kandi byongere umutungo.

*Ni ibihe bibazo ujya uhura nabyo mu gucunga umutungo? Wari wagira igihombo mu byo ucungamubyo gucunga?: -----*

*Ni ibiki ugiye gukora ngo umenye neza gucunga umutungo, waba uw'amafaranga cyangwa uw'ibintu?-----*

**11) Kumenya gukoresha ikoranabuhanga:** Muri ibi bihe by'ikinyejana cya makumyabiri na rimwe (21), ikoranabuhanga ryifashishwa muri byose. Ikoranabuhanga ryoroshya ibintu byinshi, rigatuma kubikora byihuta, bigatwara umwanya muto kandi bigasaba amafaranga make. Niyo mpamvu muri iyi minsi ikoranabuhanga rituma habaho iterambere n'impinduka byihuse. Kudasobanikirwa ikoranabuhanga ririho bidindiza umuntu agasigara inyuma, ndetse akaba yahera mu bukene.



*Ni irihe koranabuhanga ukoresha rigufasha mu byo ukora buri muni, bityo rikakorehereza imibereho cyangwa ukaribyaza inyungu? -----*

*Ni irihe koranabuhanga ushaka kumenya no gukoresha ngo urusheho kujyana n'ibihwe bigezweho kandi imibereho yawe ibe myiza kurushaho?-----*

### 8.3. Igihe cyo kwiga no kwihugura

Kwiga no kwihugura bihoraho. Iyo warangije amashuri asanzwe, kwiga no kwihugura neza bisaba kugena umwanya mwiza mu gihe cyawe. Kugirango wige bihagije, bisaba kugena umwanya wihariye ungana nibura nk'isaha imwe ku muni, cyangwa amasaha atanu (5) mu cyumweru, amasaha makubiyabiri (20) mu kwezi, cyangwa amasaha agera nibura kuri magana Abiri mu mwaka (200) mu mwaka. Iyo wubahirije igihe kingana gityo cyo kwiga no kwihugura, bituma uhorana ibitekerezo bishya biguha ibisubizo bishya kandi byiza bikugeza ku mibereho myiza irambye kandi mu buryo bwihuse.

*Ni ryari ufata umwanya wo kwiga, kandi ni amasaha angahe ufata yo kwihugura ku muni, mu kwezi ndetse no mwaka?: -----*

*Niba utari usanzwe ufite gahunda ihoraho yo kwiga no kwihugura, ni ryari wiyemeje kuzajya ufata umwanya wo kwiga no kwihugura?: -----*

#### 8.4. Aho kwigira no kwihugurira

Kwiga no kwihugura bisaba umutuzo ngo bitange umusaruro munini mu gihe gito. Niyo mpamvu bisaba ko umuntu ashaka ahantu hatuje kandi hatari ibirangaza. Haba mu nzu yawe, bisaba ko uba uri ahantu hatuje. Ushobora kujya no hanze y’aho uba, ndetse no mu mazu y’amasomero bitewe naho wumva hagufasha. Ibyo ari byo byose, ni byiza kugira ahantu hihariye ho kwigira hatanga umutuzo.

*Ni hehe ukunda kwigira haguha umutuzo? Ni izihe mbogamizi uhura nazo zituma utabona ahantu hatunganye ho kwigira cyangwa kwihugurira?: -----*

-----  
-----  
-----  
-----

#### 8.5. Amikoro yo kwiga no kwihugura

Hari ubwo abantu baba bashaka kwiga cyangwa kwihugura ariko bagahura n’imbogamizi. Kenshi izo mbogamizi zituruka ku mikoro make yo kugura ibitabo, kuriha amahugurwa aba yateguwe, cyangwa kubura uburyo buhagije bwo kujya kuri murandasi. Inzira ya mbere yo gukemura ikibazo cy’amikoro ni ukugena amafaranga mu ngingo y’imari yawe cyangwa y’urugo, yo kwiga no kwihugura. Ariko ni byiza ko n’umuntu yitabira amahirwe yo kwiga no kwihugura atangwa n’inzego za Leta, amatorero; n’ibindi bigo bishinzwe guhugura abaturage, kandi bifite mu nshingano zazo kurwanya ubujiji.

*Ukoresha amafaranga angahe mu kwiga no kwihugura ku giti cyawe, cyangwa mu rugo rwawe? Ayo mafaranga uyatanga ku biki byongerera ubumenyi?: -----*

-----  
-----  
-----

*Guhera uyu munsi urumva uzajya ugena amafaranga angahe buri kwezi yo kwiga no kwihugura, ugura ibitabo, ujya mu masomero, ukoresha murandasi, ujya mu mahugurwa cyangwa mu biganirwa mbwirwaruhame?: -----*

-----

Mpisemo Kubaho Neza

-----
-----
-----

### Igice cya 9: Ingeso mbi zo kwirinda ngo ugire imibereho myiza

Hariho ingeso mbi zikunze kugaragara mu bantu. Abantu bamwe bagira ingeso zibatera ibibazo by'ubukene cyangwa zikagira ingaruka z'ibibazo byo kubaho nabi no gusaza nabi. Ushaka imibereho myiza agomba kwirinda ingeso mbi zikurikira:

**1) Kwisuzugura:** Kudasobanukirwa agaciro n'ubushobozi ufite nk'umuntu, bituma wisuzugura ukumva ko hari ibintu byinshi utashobora gukora cyangwa utageraho. Ibi bituma ucika intege ukaba nta kintu ugerageza gukora bigatuma ntacyo ugeraho mu buzima.

*Niba wumva ko ujya wisuzugura cyangwa uzi abantu bisuzugura, wakora iki ngo biveho?:* .....

.....

.....

**2) Gusuzugura abandi no kwiyemera :** Kudaha agaciro abandi bantu, bituma umuntu yiyambura amahirwe yo gufatanya n'abandi bagira akamaro mu buzima bwe. Gusuzugura bituma umuntu yumva ko hari ibyo arusha abandi, bigatuma atabona uburyo bwo guhabwa ku mpano, ubumenyi n'ubushobozi abandi baba bafite. Ibi bituma umuntu aba nyamwigendaho, bikazamubyarira igihombo gikomeye.

*Niba wumva ko ujya usuzugura abandi ndetse ukiyemera, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo bye kubahobikurweho?:*

.....

.....

.....

**3) Ubunebwe :** Kubaho umuntu atagira umwete wo gukora, agahora yicaye cyangwa aryamye, yinuba cyangwa akora ibintu bidafite akamaro bitera ubukene.

*Niba wumva ko ujya ugira ubunebwe cyangwa uzi abantu babugira, wakora iki ngo byo kubaho?:bavuvemo?:*

.....

.....  
.....

**4) Guhuzagurika :** Abantu benshi ntibagira gahunda y’ibyo bagomba gukora. Bitera ibibazo iyo umuntu abyuka atazi neza ibyo ari bukore uwo mu muni ; ndetse agatangira icyumweru, ukwezi cyangwa umwaka nta ntego zo kugeraho afite. Ibi bituma atamenya icyo agomba gukora n’igihe cyo kugikora. Niyo mpamvu imyaka ishira indi igataha, uwo muntu agasanga ntacyo yagezeho, ndetse akazasaza ntacyo yimariye

*Niba wumva ko ujya uhuzagurika kubera kutagira gahunda, cyangwa uzi abantu bibaho, wakora iki ngo biveho?:* .....

.....  
.....

**5) Kurangara :** Abantu benshi bata igihe barangajwe n’ibintu batibuka. Muri iyi minsi hari ibirangaza cyane nka televiziyo n’imbuga nkoranyambaga ; aho abantu bwamwe bamaraho amasaha arenga atandatu (6) ku muni. Ibyinshi umuntu ataho amasaha menshi ni ibyo kwinezeza igihe gito gusa, ariko nta musaruro.

*Niba wumva ko ujya urangazwa n’ibintu bitagufitiye umumaro, cyanecyane tereviziyo, imbuga mkoranyambaga, inkuru z’abantu, cyangwa uzi abantu bibaho, wakora iki ngo bihagarare?: bahindure uwo mwitworo?:*

.....  
.....  
.....

**6) Kugira ishyari :** Kureba abandi ukifuzza ibyabo, ndetse ukumva utishimiye ibyo bafite wifuzza ariko udafite. Biheza, biheza umuntu mu bitekerezo bibi bimubuza kwireba ngo agire icyo yikorera kimuteza imbere, ahubwo agahora ashaka icyagirira nabi abo afitiye ishyari.

*Niba wumva ko ujya ugirira ishyari abandi, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo babireke?:* .....

.....  
.....

**7) Kwaya /Gusesagura :** Gukoresha nabi umutungo cyangwa amafaranga uyakoresha mu bintu bidafite umumaro bitera ubukene. Ni ngo ngombwa kugena uko ukoresha neza umutungo wawe cyangwa amafaranga yawe.

*Niba wumva ujya upfusha umutungo wawe ubusa, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo babireke? :*  
.....  
.....

**8) Kugira amadeni mabi :** Kuguza amafaranga si bibi ariko iyo ayo ugurijwe uyashoye mu bintu bizabyara inyungu. UmwendaAriko umwenda uba ikibazo iyo ari uwo gukoresha mu bintu byo kwinezeza by'igihe gito biturutse mu kwifuzza. Imyenda nkiyo ihoraho ituma umuntu ahora mu bukene budashira kandi agata agaciro mu bandi.

*Niba wumva ko ugira imyenda ihoraho ariko idafite icyo yakumariye cyiza kiramba, cyangwa uzi abantu bahora mu myenda, wakora iki ngo ntibizongere kubaho ?bihagarare ? : .....*  
.....  
.....  
.....

**9) Kugira umururumba :** Gukunda ibintu cyane rimwe na rimwe utanakeneye, bituma uhora uhangayitse ngo utabibura. Gutunga byinshi udakeneye kandi ukaba utabisangira n'abandi bibabitera umutwari w'ubusa. Gusangira n'abandi iyo ufite icyo ubarushije bitera amahirwe yo gutunga byishi.

*Niba wumva ko ujya ugira umururumba cyangwa ubugugu, cyangwa uzi abantu babigira, wakora iki ngo ubihagarike ? :*  
.....  
.....  
.....

**10) Guhorana n'inshuti mbi :** Inshuti mbi ni abantu ukunda kuba uri kumwe nabo, ariko bagutesha igihe, cyangwa bagukoresha ibintu bidafite umumaro, cyangwa byo kwangiza no gupfusha amafaranga ubusa.

*Niba wumva ko ubana n'inshuti mbi, cyangwa uzi abantu bazigira, wakora iki ngo babireke ? : .....*  
.....  
.....

**11) Kwangana:** Kugirira urwango abandi bantu bitera amarangamutima mabi atwara imbaraga nyinshi mu muntu, bigatuma adashobora gukora ibintu byubaka. Kwirinda kugira abanzi birinda kugira umutwaro utsikamira umutima n'ibitekerezo byiza byubaka.

*Niba wumva ko ugira abanzi cyangwa ugira abo wanga, niba kandi uzi abantu bibaho, wakora iki ngo bye kubahoubihagarike ? :.....*  
.....  
.....  
.....

**12) Kuryoherwa n'ibihuha :** Guta umwanya ku nkuru mpimbano zidafite ukuri na gihamya, bituma umuntu ata igihe kandi agakora ibyo atari akwiriye gukora.

*Niba wumva ko ujya uta igihe ku nkuru mpimbano, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo bye kubaho? : .....*  
.....  
.....

**13) Kubeshya :** Abantu bamwe babigize akamenyero kutavugisha ukuri nkana. Hari abumva ko gushobora kubeshya ari ukugira ubwenge, bityo bakabikoresha kugirango bagera ku nyungu zabo, ariko bahutaza uburenganzira bw'abandi. Umuntu ubeshya kenshi, igihe kiragera akavumburwa, bikamutesha agaciro ku buryo bukomeye kuko atongera kugirirwa ikizere.

*Niba wumva ko ujya ubeshya, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo ubihagarike ? :.....*

.....

**14) Kwiba :** Abantu bamwe bishimira gufata iby’abandi nta burenganzira babifiye. Kwiba ni ingeso mbi cyane, kenshi yitwa andi mazina. Aho kuvuga ko kanaka yibye, bakagira bati : « Kanaka yihaye ibitari ibye; ; kanaka yanyereje umutungo; kanaka agira akaboko karekare, n’ibindi.» Ubundi ukumva umuntu aravuze ati : *Ntawakira atibye!* Abantu benshi babonye ko inzira y’ubusamo yo gukira ari ukwiba. Ruswa, bamwe bita inyoroshyo, yabaye icyorezo, ariko ni ubujura nk’ubundi kuko umuntu uriye ruswa aba atwaye ibyo adafitiye uburenganzira, kandi bitera igihombo abantu benshi.

*Niba ujya wiha ibitari ibyawwe, niyo byaba bito, bike cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo babireke?: .....*

.....

**15) Kugira umwanda :** Umwanda ku mubiri, mu rugo, aho gukorera n’ahandi hose abantu banyura bigira ingaruka mbi zitera indwara mu bantu.

*Niba ujya ugira isuku idahagije aho ari ho hose, cyangwa se ukaba uzi abantu bibaho, wakora iki ngo babireke ? :*

.....

**16) Kunywa no kurya ibyangiza umubiri :** Ibiyobyabwenge, inzoga, itabi n’indyo zangiza umubiri usanga abantu bamwe babifata nk’aho nta kibazo biteye, bakirengagiza kandi bazi ingaruka mbi byabagiraho.

*Niba wumva ko ujya urya cyangwa unywa ibintu bimwe byangiza umubiri, cyangwa uzi abantu babikora, wakora iki ngo babireke ? :*

.....



## Mpisemo Kubaho Neza

.....
.....

Mu mibereho ya buri muni ni, ngombwa ko umuntu ahora azirikana ko habaho ibigeragezo bishobora kumugusha mu ngeso mbi. Ni ngombwa rero kwirinda ingeso mbi wihatira buri muni kugendera ku ndangagaciro n'amahame y'ubumuntu, kandi uharanira kwiha no kugumana agaciro kawe buri gihe.

## Umusozo

Ndagushimira wowe umaze gusoma iki gitabo no gukora imyitozo irimo. Ndizera ko washoboye gusuzuma imibereho yawe ukamenya uko ihagaze, kandi bigatuma ugira ubushake n'ibitekerezo bishya byo kubaka ubuzima bwiza muri iki gihe n'ikizaza.

Ndizera ko wihaye kandi wandise icyerekezo , intego, ingamba na gahunda y'ibikorwa bizakugeza ku mibereho myiza wifuza.

Ndagusaba kwegera abandi bantu, uhereye kubo mubana mu rugo, abavandimwe, inshuti ndetse n'abandi haba mu kazi, mu mashyirahamwe no mu baturanyi, ubafashe nabo gufata inzira ihamye yo kugira imibereho yabo myiza, nabo bifashishije iki gitabo.

Uzagera ku musaruro mwiza kurushaho, niwiyemeza kuba umusemburo w'iterambere n'imibereho myiza y'abo mubana mu rugo n'aho utuye, mu baturanyi uhereye mu mudugudu, mu kagari, mu murenge, mu karere ndetse no mu gihugu.

Kugira icyerekezo , intego, ingamba ndetse n'ibikorwa uhuriyeho n'abandi niyo nzira yo kurandura ubukene burundu, hakabaho iterambere ryihuse kandi rituma bagera ku buzima bwiza kandi burambye.

Umwanditsi.

Juvenal TURATSINZE

# MPISEMO KUBAHO NEZA

Umuntu wese yifuza kugira imibereho myiza. Ariko ikibazo abantu benshi bagira ni ukumenya icyo bagomba gukora kugirango bagire imibereho myiza bifuzwa mu gihe kirambye.

Iki gitabo kiragufasha kumenya iby'ingenzi ugomba gukora kugirango ugere ku buzima bwiza wifuza mu gihe cyihuse; muri byo harimo guhitamo icyerekezo n'itego, gufata ingamba no kugira gahunda y'ibikorwa bigamije iterambere ryawe n'abandi.

Mu gitabo urasangamo imyitozo igufasha guhitamo no kwandika icyerekezo, itego, ingamba na gahunda y'ibikorwa by'iterambere byawe, ndetse n'iby'urugo rwawe, amashyirahamwe ubamo; ndetse no mu gutanga umusanzu wawe mu iterambere ryaho utuye mu mudugudu, Akagari, Umurenge, Akarere ndetse no mu Gihugu .

Ibikubiye muri iki gitabo bizagufasha kuba buri gihe uri mu nzira nziza iboneye, y'imibereho myiza kuri wowe, abo mubana mu rugo, mu nshuti ndetse no mu baturanyi.



## JUVENAL TURATSINZE

Ni impuguke mu mishinga y'iterambere. Ni umwanditsi ku birebana n'impinduka izana iterambere ryihuse. Afite impamyabushobozi y'ikiciro cya gatatu mu nyigo z'iterambere n'impabyabushobozi ya Enjeniyeri mu ikoranabuhanga ry'ubuhinzi no gutunganya ibikomoka ku buhinzi.