

# স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী কোর্স

নয়টি কর্মশালা নিয়ে গঠিত সহায়কদের এই নির্দেশিকাটি  
স্থানীয় সমাজগুলিকে সকলের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা বিষয়ে  
শিখতে, মূল্য দিতে এবং প্রচার ও সম্মুন্নত করতে সাহায্য করবে।



“প্রত্যেকেরই ধর্ম, বিবেক ও চিন্তার  
স্বাধীনতায় অধিকার রয়েছে। এ অধিকারের সঙ্গে ধর্ম  
বা বিশ্বাস পরিবর্তনের অধিকার এবং সেই সঙ্গে প্রকাশ্যে বা একান্তে,  
একা বা অন্যদের সাথে মিলিতভাবে শিক্ষাদান, অনুশীলন, বা আচারব্রত  
পালনের মাধ্যমে ধর্ম বা বিশ্বাস ব্যক্ত করার অধিকারও অন্তর্ভুক্ত  
থাকবে।”

মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র  
অনুচ্ছেদ ১৮



## সহায়কদের নির্দেশিকা

ধন্যবাদ এবং িকারোঁ ত	5
স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদেরকে কেন প্রয়োজন	6
স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির পেছনে কারা আছেন?	7
আমাদের অংশীদারদের পক্ষ থেকে বার্তা	8

### অংশ ক উপকরণগুলি কীভাবে ব্যবহার করবেন

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির পরিচিতি	11
কীভাবে উপকরণগুলো ব্যবহার করতে হবে	13
প্রতিটি অধিবেশনের জন্য কীভাবে প্রস্তুতি নিতে হবে	15
সহায়কদের জন্য পরামর্শ	17
জটিল প্রশ্নের মোকাবেলা	21
প্রতিক্রিয়া/মতামত এবং অনুমতি	29

### অংশ খ কোর্সের উপকরণ

অধিবেশন 1	মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ	32
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	35
	সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প ও উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট	41
অধিবেশন 2	চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ	46
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	49
	বাঁশি আর ঢোলের সঙ্গীত - একটি ফরব গল্প	56
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট	60
	সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প: পিটারের গল্প, পাকিস্তান	64
অধিবেশন 3	আমাদের বিবিধ পরিচয়	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ	65
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	68
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট, সামেহ এবং হানার গল্প, মিশর	75
অধিবেশন 4	ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ	78
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	80
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট	85
	দুই মিনিটের ক্ষুদ্র-নাট্যদৃশ্য: টীকায়ুক্ত সংস্করণ	92
	সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প: যাজক জেমস এবং ইমাম আশফার গল্প	95
অধিবেশন 5	আমাদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ	96
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা	99
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট	107
	সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প: এমিনার গল্প, বসনিয়া হার্জেগোভিনা	109

অধিবেশন 6	গল্প থেকে অনুপ্রাণিত - কৌশল দিয়ে ক্ষমতায়িত	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ .....	111
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা .....	114
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট .....	121
	ভারত, ডেনমার্ক এবং কিরগিজস্তানের সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প .....	124
অধিবেশন 7	কৌশল প্রসঙ্গে	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ .....	126
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা .....	128
অধিবেশন 8	আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ .....	132
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা .....	135
	উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট .....	140
অধিবেশন 9	আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলবে)	
	অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ .....	144
	অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা .....	146

## অংশ গ

## তথ্যনির্দেশমূলক উপকরণ

ফরব সম্পর্কিত মানবাধিকারের মূল অঙ্গিকারসমূহ .....	151
ফরব বিষয়ে আপনার দেশের তথ্য .....	153
শিখতে থাকুন: অধিকতর উপকরণ এবং অনলাইন কোর্সসমূহ। .....	155
অনুশীলনের সূচীপত্র .....	159

### আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ

ডানের লিঙ্কগুলোয় কোর্সটি পরিচালনার জন্য প্রয়োজনীয় সবকিছু খুঁজে পাবেন, যার মধ্যে রয়েছে:

- প্রতিটি অধিবেশনের জন্য পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনা
- উপস্থাপনার জন্য স্ক্রিপ্ট এম এস ওয়ার্ডেও দেয়া হয়েছে যাতে প্রেক্ষাপট ও অংশগ্রহণকারীদের কথা বিবেচনা করে সম্পাদনা ও পরিবর্তন করতে পারেন।
- বিলিপত্র
- অনুশীলনে ব্যবহার করার জন্য খেলার কার্ড এবং পোস্টারসমূহ

[www.forb-learning.org/bn/changemakers/course-materials](http://www.forb-learning.org/bn/changemakers/course-materials)

এই লিংকে আনুষঙ্গিক  
উপকরণসমূহ  
পাওয়া যাবে

### অন্যান্য ভাষায় সংস্করণসমূহ

সহায়কদের এই নির্দেশিকাটি এবং সমস্ত আনুষঙ্গিক উপকরণ একাধিক ভাষায় প্রদান করা হয়েছে। স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি আপনার ভাষায় আছে কিনা এখানে দেখুন।

[www.forb-learning.org/bn/changemakers/languages](http://www.forb-learning.org/bn/changemakers/languages)

এই লিংকে অন্যান্য  
ভাষায় সংস্করণসমূহ  
পাওয়া যাবে

## ধন্যবাদ এবং স্বীকারোক্তি

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির উপকরণসমূহ তৈরি এবং পরীক্ষা-নিরীক্ষায় গভীরভাবে সহায়তা করার জন্য তথ্যনির্দেশকারী দলের সদস্যদেরকে বিশেষভাবে ধন্যবাদ।

- গালিনা কোলোডজিনস্কাইয়া, আন্তঃধর্মীয় পরিষদ, কিরগিজস্তান
- হালা ফরিদ ফারিস, মিশর
- হাম্মাদ হাদ্দাদ, তাকারোব ফর সিভিল সোসাইটি ডেভেলপমেন্ট, জর্ডান
- হিদায়া মৌলিদি দুদ, জানজিবাব ইন্টারফেইথ সেন্টার, তানজানিয়া
- ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সেন্টার ফর স্টাডি অব সোসাইটি অ্যান্ড সেকুলারিজম, ভারত
- শঙ্কর জিমি এম.আই. সোরমিন, কমিউনিয়ন অব চার্চেস ইন ইন্দোনেশিয়া
- মেলিসা নুগুয়েন, ভিয়েতনাম ফ্রিডম অফ রিলিজিয়ন অর বিলিফ রাউন্ডটেবল
- মাইক গ্যাব্রিয়েল, ন্যাশনাল ক্রিস্টিয়ান ইভাঞ্জেলিক্যাল অ্যালায়েন্স অব শ্রীলঙ্কা (এনসিইএএসএল)
- তেহমিনা কাজী, স্বতন্ত্র ফোরব পরামর্শদাতা এবং প্রশিক্ষক, ইউকে
- শঙ্কর উকোহা এনগওবিয়া দ্য প্রেসবিটারিয়ান চার্চ অব নাইজেরিয়া

নানাবিধ অবদান এবং মতামতের জন্য নিম্নোক্ত ব্যক্তিবর্গকেও ধন্যবাদ: লিসা উইনথার, ক্রিস্টিন টভেইট এবং আলেকজান্ডার বোরেলো ক্রসবি (স্টেফানুস অ্যালায়েন্স ইন্টারন্যাশনাল), ক্রিস্টিনা প্যাট্রিং এবং নিকলাস একলোড (এসএমএফ ফেইথ ইন ডেভেলপমেন্ট), তাবিথা শ্রোডার-কুডসেন, ইডা স্মিড এবং ফিলিপ বাফ-পেডারসেন (CKU), গ্রি জিরাউ এবং সিডসেল-মারি উইনথার প্রাগ (ফ্যাবো) এবং চিয়ান ইউ লিম এবং মাইকেল ওয়েইনার (UN OHCHR).

যারা সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিজ্ঞতার গল্পগুলো দিয়েছেন তাদের প্রত্যেককে বিশেষভাবে ধন্যবাদ!

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি বাংলায় অনুবাদ ও প্রফরিডিংয়ের জন্য মোহাম্মদ আশিকুল ইসলাম, ফারজানা মাহমুদ এবং ক্রিয়েটিভ পাথওয়েজ বিডি-কে ফরব শিক্ষার মাধ্যমটির পক্ষ থেকে ধন্যবাদ।

ইংরেজি ভাষায় লিখিত এই উপকরণগুলির মূল সংস্করণটি নরওয়েজিয়ান পররাষ্ট্র মন্ত্রণালয় (এনএমএফএ) এবং সুইডিশ আন্তর্জাতিক উন্নয়ন সহযোগিতা সংস্থা সিডা থেকে প্রাপ্ত আর্থিক সহায়তায় প্রস্তুত করা হয়েছে। ইউনাইটেড স্টেটস এজেন্সি ফর ইন্টারন্যাশনাল ডেভেলপমেন্ট (ইউএসএইড) এর মাধ্যমে আমেরিকান জনগণের উদার আর্থিক সহায়তায় এই বাংলা সংস্করণটি সম্ভবপর হয়েছে। এই নির্দেশিকার বিষয়বস্তুর সম্পূর্ণ দায়ভার কেবল রচয়িতার। নির্দেশিকাটিতে উল্লেখিত মতামত এবং ব্যাখ্যাগুলোর সাথে এনএমএফএ এবং সিডা একমত নাও হতে পারে এবং সেখানে ইউএসএইড ও মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র সরকারের দৃষ্টিভঙ্গি প্রতিফলিত হয়েছে এমন ধারণাও যথার্থ নয়।



## স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদেরকে কেন প্রয়োজন

বিশ্ব জুড়ে মানুষ ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) সম্পর্কিত অধিকার লঙ্ঘনের দ্বারা প্রভাবিত হচ্ছে এবং অনেক জায়গায় এই লঙ্ঘনগুলি আরও অবনতির দিকে যাচ্ছে। সমস্যার প্রকৃতি, তীব্রতা এবং মাত্রায় অনেক ভিন্নতা থাকলেও বৈষম্য, ঘৃণাত্মক বক্তব্য, অপরাধ এবং সহিংসতা বিশ্বব্যাপী একটা সাধারণ ব্যাপার হয়ে উঠেছে।

শান্তিপূর্ণভাবে (ধর্মীয়) চর্চা এবং বিশ্বাস ব্যক্ত করার অধিকারের উপর সরকারী বিধিনিষেধও একটি প্রধান সমস্যা যা বিশ্বব্যাপী সুশীল সমাজগুলোর ক্রমাগত বিলুপ্তির জন্য দায়ী। অনেক অঞ্চলে করোনা ভাইরাস মহামারীর কারণে বৈষম্য এবং ঘৃণার বিদ্যমান পরিস্থিতি আরও অবনতির দিকে ধাবিত হয়েছে।

ফরব লঙ্ঘন পুরুষ এবং নারীদেরকে ভিন্নভাবে প্রভাবিত করে। যেমন, ধর্ম-ভিত্তিক ব্যক্তিগত আইন এবং জেন্ডার/লিঙ্গ-ভিত্তিক সহিংসতার দ্বারা নারীরা প্রায়ই বৈষম্যের শিকার হয়।

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার নানা ধরনের লঙ্ঘন মানুষের ব্যক্তিগত জীবনে নিদারুণ কষ্ট বয়ে আনে এবং সমাজকে অস্থিতিশীল করে তোলে। এই অবস্থার পরিবর্তন খুবই জরুরী হয়ে উঠেছে এবং এই পরিবর্তন সমাজের উপরের মহল থেকে নিচে এবং নিচের মহল থেকে উপরে, উভয় দিক থেকেই ঘটা জরুরী।

আইনের সংস্কার এবং আইনের প্রয়োগে বৈষম্যহীনতা নিশ্চিত করার জন্য আইন প্রণেতা এবং সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তাদের দৃঢ় প্রয়াস ছাড়া সমাজে সমতা, শান্তি এবং ন্যায্যবিচার প্রতিষ্ঠা করা সম্ভব নয়। পরিবর্তনের তাগিদে নিচের মহল থেকে যতক্ষণ না চাপ সৃষ্টি করা হবে এবং সহায়তা প্রদান করা হবে ততক্ষণ পর্যন্ত উপরের মহল থেকে এই ধরনের দৃঢ় পদক্ষেপ গ্রহণের সম্ভাবনা নেই বললেই চলে। উপরন্তু, কর্মক্ষেত্রে, স্কুলে এবং বাড়িতে মানুষ দৈনন্দিন যেসব লঙ্ঘনের শিকার হয় তা আসলে সমাজের অন্যান্য সদস্যদের দ্বারাই সংঘটিত হয়। তাই, পরিবর্তন নিচের মহল থেকেও আসা দরকার।

অনেক মানুষ সমাজে ফরব লঙ্ঘন সম্পর্কে চিন্তিত হলেও, এ বিষয়ে কীভাবে তাৎপর্যবাহী কিছু করা যায় সে ব্যাপারে তারা অনিশ্চিত। পরিবর্তনের জন্য বাস্তব পদক্ষেপ নিতে যে জ্ঞান এবং দক্ষতার প্রয়োজন সেটা তাদের নেই। স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি এই ক্ষমতায়নে অবদান রাখতে চায়, কেবল জ্ঞান এবং দৃষ্টিভঙ্গির উপর আলোকপাত করেই নয়, বরং আন্তঃধর্মীয় বোঝাপড়া, মানবাধিকার-ভিত্তিক পদ্ধতি এবং কৌশলের উপরও দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

আমরা আশা করছি যে, নিজস্ব সামাজিক প্রেক্ষাপটে পরিবর্তন আনতে আপনিও অবদান রাখতে চান এবং স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির উপকরণ ও উপকরণসমূহ আপনাকে এ বিষয়ে সহায়তা করবে।

ক্যাথরিন ক্যাশ

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত শিক্ষার মাধ্যম

## স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির নেপথ্যে কারা আছেন?

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি তৈরি করেছে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত শিক্ষার মাধ্যমটি, কিন্তু তাদেরকে এ ক্ষেত্রে সাহায্য করেছেন অনেক ব্যক্তি এবং সংস্থা যারা সবার জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) প্রচার ও সমুন্নত করার প্রতি অঙ্গীকারবদ্ধ।

ফরব সম্পর্কিত শিক্ষার মাধ্যমটি ব্যক্তি, সমাজ এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণকারীদের ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে শিখতে, চিন্তাভাবনা করতে এবং এর প্রচারে সাহায্য করার জন্য শিক্ষার উপকরণ, কোর্স এবং নেটওয়ার্কিং এর সুযোগ প্রদান করে। এটি নর্ডিক ইকুমেনিকাল নেটওয়ার্ক অন ফ্রিডম অব রিলিজিয়ন অর বিলিফ (NORFORB) এর একটি প্রকল্প যা বিশ্বজুড়ে বিভিন্ন ধর্ম এবং বিশ্বাসভিত্তিক সমাজ, মানবাধিকার ও উন্নয়ন সংস্থা এবং শিক্ষা প্রতিষ্ঠানগুলোর সাথে সংলাপ এবং সহযোগিতায় জড়িত।

ফরব সম্পর্কিত শিক্ষার মাধ্যমটির অন্যান্য উপকরণগুলোর মধ্যে রয়েছে আটটি চলচ্চিত্রের একটি সেট (বিভিন্ন ভাষার সংস্করণ রয়েছে) যেখানে ব্যাখ্যা করা হয়েছে যে ফরব-এর সাথে কী বিষয়গুলো জড়িত এবং কখন এটা সীমিত হতে পারে; আরও রয়েছে ফরব প্রশিক্ষকদের জন্য অনলাইন সহজলভ্য কোর্স; ফরব এবং জেভার বা লিঙ্গ সম্পর্কিত একটি অনলাইন কোর্স এবং ফরব সহায়কদের অনুশীলনের জন্য সরঞ্জামসমূহ।

এ সম্পর্কে আরও জানতে আমাদের ওয়েবসাইটে যান [forb-learning.org/bn](http://forb-learning.org/bn)

## কোর্সটি কীভাবে তৈরি করা হয়েছিল

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি ২০২০-২০২১ সালে ফরব শিক্ষার প্ল্যাটফর্মটির কর্মকর্তাদের দ্বারা আফ্রিকা, এশিয়া, মেনা (MENA) অঞ্চল এবং ইউরোপের দশটি দেশের নাগরিক সমাজ সংস্থা এবং বিশ্বাসভিত্তিক সমাজগুলোর একটি রেফারেন্স গ্রুপ-এর সহযোগিতায় তৈরি করা হয়েছিল। রেফারেন্স গ্রুপটিতে খ্রিস্টান, মুসলিম, বৌদ্ধ এবং অ-ধর্মীয় প্রেক্ষাপটের মানুষেরাও অন্তর্ভুক্ত ছিলেন।

আমাদের লক্ষ্য ছিল এমন একটি কোর্স তৈরি করা যেটি হবে প্রাসঙ্গিক, সহজলভ্য এবং যে কোনো নিরাপদ প্রেক্ষাপটে তৃণমূল পর্যায়ে ব্যবহারযোগ্য। অর্থাৎ আমরা এমন একটি কোর্স তৈরি করতে চেয়েছি যেটা যেকোন দক্ষ সহায়ক (মানবাধিকার সম্পর্কে তার জ্ঞান থাকুক বা নাই থাকুক) যেকোন অংশগ্রহণকারীদের (শিক্ষাগত যোগ্যতা যাই হোক না কেন) জন্য এমনভাবে পরিচালনা করতে পারবেন যে সেখানে প্রাসঙ্গিক বিষয়গুলো স্বতঃস্ফূর্তভাবে ফুটে উঠবে।

সুতরাং, আমরা তিনটি বিষয়ের উপর আলোকপাত করেছি:

- এমন একটি পদ্ধতি তৈরি করা যা পুরোপুরি মানুষকেন্দ্রিক, যেখানে তত্ত্ব এবং পাঠ্য-নির্ভর পদ্ধতির পরিবর্তে ধারণার প্রবর্তন এবং অন্বেষণের বাহন হিসাবে মত বিনিময়, গল্প বলা, পরীক্ষামূলক শিক্ষণ এবং ভিজুয়াল কমিউনিকেশন বা দৃষ্টি নির্ভর যোগাযোগ পদ্ধতি ব্যবহার করা হবে।
- স্থানীয় সমাজে তাৎপর্যবাহী কিছু করার জন্য বাস্তব উপায় নির্ধারণ করা।
- কোর্সটির পরিচালনা যথাসম্ভব সহজ করা - সহায়কদের জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত উপকরণ তৈরি করা।

কোর্সটির উন্নয়ন এবং নমুনা তৈরি করার পরে ভারত, জর্ডান, নাইজেরিয়া এবং তানজানিয়া থেকে রেফারেন্স গ্রুপের সদস্যরা স্থানীয় সমাজের ১২-২৫ জনের দলের সাথে কোর্সটির কার্যকারিতা যাচাই করে। অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ট্যাক্সি ড্রাইভার, দোকানদার, দর্জি, শিক্ষক, সমাজকর্মী, কোরান স্কুলের শিক্ষক, গির্জার সদস্য, যুব দলের নেতা এবং বিশ্ববিদ্যালয়ের ছাত্ররা অন্তর্ভুক্ত ছিল। অংশগ্রহণকারী এবং সহায়কদের প্রতিক্রিয়া অত্যন্ত ইতিবাচক ছিল এবং তাদের মতামতগুলো কোর্সে সমন্বয় করা হয়েছে।

Nordic Ecumenical Network on  
Freedom of Religion or Belief  
**NORFORB**

**FORB** Learning  
Platform

## আমাদের অংশীদারদের বাণী

### ওয়ার্ল্ড কাউন্সিল অব চার্চেস-এর পক্ষ থেকে মুখবন্ধ

“১৯৪৮ সালে মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রে চিন্তা, বিবেক এবং ধর্মীয় স্বাধীনতাকে আমাদের অবিচ্ছেদ্য অধিকার হিসেবে ঘোষণা করার পর থেকেই জাতিগুলি এই অধিকারের মধ্যে থাকা ধারণাগুলি বুঝতে এবং ব্যাখ্যা করতে চেষ্টা করেছে। ফলশ্রুতিতে বিশ্বজুড়ে অসংখ্য আইন, মানদণ্ড- এবং নীতি বিতর্কিত এবং গৃহীতও হয়েছে। তবুও দুঃখজনক হলেও সত্যি যে অধিকাংশ ক্ষেত্রেই মানুষ এই অধিকারটি পূর্ণাঙ্গভাবে উপভোগ করতে পারেনি। কিন্তু কোন দেশ এইসব আইন, কাঠামো এবং ঘোষণা ততক্ষণ কোন সুফল পাবে না যতক্ষণ সাধারণ মানুষ এগুলির মাঝে নিহিত গুঢ়ার্থ জানতে এবং বুঝতে পারছে। সকল মানবাধিকারের প্রচার ও সুরক্ষার সূচনা হয় ঘরে, পরিবারে, প্রতিবেশী এবং সমাজের মধ্যে। যে সমাজগুলোতে মানবাধিকার এবং আইনগত মানদণ্ড- সম্পর্কে মানুষের তেমন কোন ধারণা বা জ্ঞান নেই সেই সমাজগুলোকে লক্ষ্য করেই স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি তৈরি হয়েছে। কোর্সটি এমনভাবে সাজানো হয়েছে যাতে গল্প বলা এবং দৃষ্টি-নির্ভর পদ্ধতির মাধ্যমে কোন ধারণার বৈধতার প্রতি আপত্তি তোলা, মনোভাব পরিবর্তন করা এবং ভিন্ন বিশ্বাসের মানুষদের ভয় দূর করা সহজ হয়। কোর্সটি স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদেরকে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অধিকার বিষয়ে পরামর্শক বা অধিবক্তা হয়ে উঠতে সাহায্য করবে।

ওয়ার্ল্ড কাউন্সিল অব চার্চেসের সদস্য চার্চসমূহ এবং অন্যান্য অংশীদার যারা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার গুঢ়ার্থ অনুধাবন এবং গ্রহণ করার মাধ্যমে ধর্ম ও বিশ্বাস নির্বিশেষে সব মানুষের জন্য এই স্বাধীনতার প্রযোজ্যতা প্রচার করতে চায় তাদের সবার জন্য এই কোর্সটি একটি মূল্যবান সরঞ্জাম।

“আমাদের ভিন্নতাগুলি আমাদেরকে আলাদা বা বিচ্ছিন্ন করার উদ্দেশ্যে নয়।

আমরা যথার্থই”

ভিন্ন যাতে করে একে অপরের প্রয়োজন আমরা উপলব্ধি করতে পারি।”

আর্চবিশপ ডেসমন্ড টুটু

জেনিফার ফিলপট-নিসেন, প্রোগ্রাম এক্সিকিউটিভ - হিউম্যান রাইটস অ্যান্ড ডিজআরমামেন্ট  
ওয়ার্ল্ড কাউন্সিল অব চার্চেস

“সাধারণত ধর্মীয় সহনশীলতা, শান্তিপূর্ণ সহাবস্থান এবং অসাম্প্রদায়িকতার মত মূল্যবোধগুলো বাংলাদেশের সকল ধর্মের অনুসারীরাই প্রতিপালন করে থাকে। দেশের সাধারণ মানুষ বিভিন্ন ধর্মের বেশ কিছু উৎসব অত্যন্ত উৎসাহ উদ্দীপনার সাথে উদযাপন করে। যদিও সমাজের ভিত্তি সহনশীলতার উপরেই প্রতিষ্ঠিত, ধীরে ধীরে অসহিষ্ণুতা ও সাম্প্রদায়িকতার বিষবাস্প ছড়াচ্ছে বলে ইঙ্গিত পাওয়া যায়। তরুণদের উগ্রপন্থীকরণ, নারীদের বিরুদ্ধে ঘৃণাত্মক বক্তব্য এবং ধর্মীয় সম্প্রদায়গুলোর মধ্যে অশ্রদ্ধা ও বিভেদ ছড়ায় এমন সাম্প্রদায়িক ঘটনা আমরা অনেক সময় প্রত্যক্ষ করছি। প্রদত্ত প্রেক্ষাপটে, স্থানীয় চেঞ্জমেকারস কোর্সের বাংলা অনুবাদটি সুশীল সমাজ এবং মানবাধিকার সুরক্ষাকারীদেরকে সহনশীলতা, বহুত্ববাদ ও ধর্মীয় স্বাধীনতার অধিকার প্রতিষ্ঠায় সক্রিয় ভূমিকা পালনের জন্য একটি কার্যকর হাতিয়ার হতে পারে। কোর্সটি মিথস্ক্রিয় এবং সহজে বোধগম্য।”

ফারজানা মাহমুদ, আইনজীবী এবং পরামর্শক

“সবার জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা অর্জনের লক্ষ্যে নিয়োজিত ফরব শিক্ষার মাধ্যমটির কাজকে সমর্থন করতে পেরে আদ্রা (ADRA) বাংলাদেশ গর্বিত। বাংলাদেশের ধর্মীয়ভাবে বৈচিত্র্যময় প্রেক্ষাপটে স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি অত্যন্ত প্রতিশ্রুতিময়। সংলাপ এবং বোঝাপড়াকে উৎসাহিত করার ক্ষেত্রে কোর্সটির অনন্য ক্ষমতা আমাদেরকে অনুপ্রাণিত করেছে। বিভিন্ন ধর্মীয় দৃষ্টিভঙ্গির সূক্ষ্ম ও জটিল দিকগুলিকে আমলে নিয়ে তৈরি করা এই কোর্সটির বিষয়বস্তু ইতিবাচক পরিবর্তন ঘটাতে আমাদের লক্ষ্যের সাথে সহজেই মিলে যায়। আমরা বাংলায় কোর্সটির প্রকাশনাকে সমর্থন করতে পেরে আনন্দিত। বাংলাদেশের সমৃদ্ধ ধর্মীয় প্রেক্ষাপটে ফরব-এর প্রচার এবং

সিউংনোয়ান অ্যালেন শিন, কাফ্রি ডিরেক্টর, এডভেনটিস্ট ডেভেলপমেন্ট এন্ড রিলিফ এজেন্সি, বাংলাদেশ

“দক্ষিণ এশিয়ায় ফরব সুরক্ষার জন্য তৃণমূল পর্যায়ে ফরব-এর প্রচার একটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। এবং যারা এ বিষয়ে অবদান রাখতে আগ্রহী তাদের জন্য স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি অত্যন্ত উপকারে আসবে। সাফরব (SAFFORB) নেটওয়ার্কটি এই কোর্সের উপকরণসমূহ ব্যবহার করতে উনুখ এবং তারা আশা পোষণ করে যে, এই অঞ্চলের বিভিন্ন শিক্ষা সংশ্লিষ্ট, শান্তি-প্রতিষ্ঠাকারী এবং আন্তঃধর্মীয় প্রতিনিধিরাও এই কোর্সটি ব্যবহার করবে যাতে করে দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন করা যায় এবং পরিবর্তনের জন্য পদক্ষেপ নিতে যে সামাজিক ক্ষমতায়ন প্রয়োজন সে বিষয়েও কাজ করা যায়।”

স্যামুয়েল জয়কুমার, সমন্বয়ক, সাউথ এশিয়ান ফোরাম ফর ফ্রিডম অব রিলিজিয়ন অর বিলিফ (সাফরব)

“ফরব-এর মাধ্যমে শান্তিপূর্ণ ও অন্তর্ভুক্তিমূলক সমাজ গঠনের লক্ষ্যে ৭টিরও বেশি দেশ জুড়ে ৫০টি অংশীদারদের নিয়ে গঠিত জয়েন্ট ভেঞ্চার ফর স্ট্র্যাটেজিক রিলিজিয়াস অ্যাকশন (JISRA) স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটিকে আন্তরিকভাবে অভিনন্দন জানায় কেননা এই কোর্সটির ফরব সংশ্লিষ্ট উপকরণগুলো প্রেক্ষাপটের সাথে সহজেই মানিয়ে নেওয়া যায়, এবং বিভিন্ন ভাষায়ও পাওয়া যায়। পরিবর্তনের বিভিন্ন প্রতিনিধিদেরকে (বিশেষ করে নারী, তরুণ এবং অন্যান্য প্রতিনিধি যাদের আনুষ্ঠানিক শিক্ষার যথেষ্ট সুযোগ নেই) প্রস্তুত করার জন্য এই কোর্সটি জিসরা (JISRA)’র অংশীদারদের প্রয়োজনীয় সরঞ্জাম সরবরাহ করে এবং ধর্মীয় সম্প্রদায়গুলোর নিজেদের মধ্যে এবং একে অপরের সাথে সংলাপ সহজতর করার পাশাপাশি সুশীল সমাজকে শক্তিশালী করার জন্য তাদের কাজে সহায়তা করে। ফরব শিক্ষার মাধ্যমটি শেখার যে সুযোগ তৈরি করেছে তার জন্য আমরা কৃতজ্ঞ এবং ভবিষ্যতে এতে আর কী কী যুক্ত হয় সেই অপেক্ষায় রয়েছি।”

ক্রিস্টিনা মাসদাম, জিসরা কনসোর্টিয়াম কোঅর্ডিনেটর

“সেন্টার ফর স্টাডি অব সোসাইটি অ্যান্ড সেকুলারিজম বেশ কয়েকবার স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি ব্যবহার করেছে। কোর্সটি খুবই অংশগ্রহণমূলক এবং কোর্সটিতে অন্তর্ভুক্ত কার্যকলাপসমূহও অংশগ্রহণকারীদের জন্য উপভোগ্য। কার্যকলাপগুলোর মধ্যে রয়েছে খেলা, ভিন্ন চরিত্রে অভিনয় এবং গল্প বলা ইত্যাদি। এই কার্যকলাপের মাধ্যমে তারা ব্যক্তিগত সংকোচের উর্ধ্বে উঠে নিজেদেরকে মেলে ধরতে সক্ষম হয়, এবং ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত যে সমস্যাগুলি তারা এবং তাদের সমাজ প্রায়ই মুখোমুখি হয় সেগুলি নিয়েও আলোচনা করে। ভিন্ন ধর্মীয়, জাতিগত এবং লিঙ্গ বা জেন্ডার প্রেক্ষাপটের অংশগ্রহণকারীরা একে অপরের কাছ থেকে শিখতে এবং পারস্পরিক দৃষ্টিভঙ্গি বুঝতে সক্ষম হয়। কোর্সটি আনন্দদায়ক শিক্ষা নিশ্চিত করে। কিছু অংশগ্রহণকারী তাদের মহল্লায় ভিন্ন ধর্মের মানুষদের মধ্যে শান্তিপূর্ণ সহাবস্থান নিশ্চিত করার জন্য সমাজ পরিবর্তনকারী হয়ে উঠেছেন।”

ইরফান প্লুকৌশলী, পরিচালক সেন্টার ফর স্টাডি অব সোসাইটি অ্যান্ড সেকুলারিজম, ভারত

“২০১৯ সালের ডিসেম্বর মাসে বিশ্বের সবচেয়ে প্রবীণ ধর্মীয় নেতাদের একটি দল ৫০ বছরের পুরনো বিশ্ব আন্তঃধর্মীয় আন্দোলন সংস্থা রিলিজিয়নস ফর পিস-এর জন্য একটি নতুন কৌশলগত দিকনির্দেশনা তৈরি করতে একত্রিত হয়েছিলেন। তৃণমূল পর্যায়ে চিন্তা, বিবেক এবং বিশ্বাসের স্বাধীনতা সমন্বয় করাই ছিল তাদের মূল অঙ্গীকার। তাদের উপলব্ধি অনুযায়ী যে কোনও ধর্ম বা বিশ্বাস চর্চার স্বাধীনতা এমন একটি বিষয় যা সকল মানুষ এবং প্রতিষ্ঠানগুলোকে সুশীলতা, মানবাধিকার এবং গণতন্ত্রের প্রতি সামগ্রিকভাবে দায়বদ্ধ করে রাখে। অধিকারনির্ভর পছন্দ তৈরি এই উপকরণগুলি প্রয়োজনীয় সংলাপ এবং শান্তি প্রতিষ্ঠার যে কোনও প্রচেষ্টার ক্ষেত্রে মূল্যবান হবে।”

আজ্জা কারাম, মহাসচিব, রিলিজিয়নস ফর পিস

# অংশ ক



কীভাবে এই উপকরণসমূহ  
ব্যবহার করতে হবে

## স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির পরিচিতি

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি হল নয়া মুখোমুখি কর্মশালার একটি ধারাবাহিক সংকলন যা এমনভাবে তৈরি করা হয়েছে যেন প্রাপ্তবয়স্ক এবং অল্প-বয়সীরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) সম্পর্কে জানতে, মূল্য দিতে এবং নিজেদের সমাজে তা প্রচার করতে সক্ষম হয়।

সহায়কদের নির্দেশিকা এবং সমস্ত আনুষঙ্গিক উপকরণগুলি সবার ব্যবহারের জন্য প্রদান করা হয়েছে। নিজের প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করার জন্য আপনি এগুলো পরিবর্তন করতে পারবেন। উপকরণগুলি এই [লিংকে](#) একাধিক ভাষায় পাওয়া যাবে।

আনুষঙ্গিক  
উপকরণসমূহ  
পাবেন এই  
[লিংকে](#)

### কোর্সের লক্ষ্যসমূহ

- সমাজগুলির অভ্যন্তরীণ এবং পারস্পরিক বিচিত্রতা চিহ্নিত করতে এবং সেগুলোকে মূল্য দিতে সহায়ক ভূমিকা রাখা।
- ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা'র অধিকার সহ মানবাধিকারগুলি বুঝতে এবং মূল্য দিতে সহায়ক ভূমিকা রাখা।
- নিজেদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট সমস্যা চিহ্নিত করা।
- একসাথে সেই সমস্যাগুলি মোকাবেলা করার উপায় খুঁজে বের করা।

### কোর্সটি কাদের জন্য তৈরি করা হয়েছে?

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি ভূগমূল পর্যায়ের মানুষের জন্য তৈরি করা হয়েছে - যারা তাদের সম্প্রদায় এবং সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত সমস্যা নিয়ে উদ্বিগ্ন এবং এ ব্যাপারে তাৎপর্যবাহী কোন পরিবর্তন খুঁজে পেতে আগ্রহী।

কোর্সটিতে অংশগ্রহণের জন্য অংশগ্রহণকারীদের কোনো পূর্বলব্ধ জ্ঞান, অভিজ্ঞতা, এমনকি মানবাধিকারের প্রতি সমর্থনেরও প্রয়োজন নেই। যা প্রয়োজন তা হল উন্মুক্ত মন, শান্তিপূর্ণ সহাবস্থান এবং সমতাভিত্তিক সমাজ গড়ে তোলার প্রতি আগ্রহ এবং সম্মিলিতভাবে শেখা ও চিন্তাভাবনা করার একটি মিথস্ক্রিয় প্রক্রিয়ায় জড়িত হওয়ার ইচ্ছা। এই কোর্সটি লিখতে পড়তে জানে এমন অংশগ্রহণকারীদের ক্ষেত্রে ব্যবহার করা যেতে পারে, তবে বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী এবং স্থানীয় ধর্মীয় নেতাদের সাথে ব্যবহারের জন্যও এই কোর্সটি একটি দারুণ সম্পদ হতে পারে।

যদিও কোর্সটি ১২-২৪ জনের দল বিবেচনায় রেখে তৈরি করা হয়েছে, তবে এর থেকে বড় বা ছোট দলের জন্যও কোর্সটিকে সহজে মানিয়ে নেয়া যেতে পারে।

আফ্রিকান, মধ্যপ্রাচ্য এবং এশিয়ান প্রেক্ষাপটের কথা বিশেষভাবে মাথায় রেখে কোর্সটি তৈরি করা হলেও, আমরা বিশ্বাস করি যে এর বিষয়বস্তু যেকোন প্রেক্ষাপটের ক্ষেত্রেই উপযোগী।

“কোর্সটির সবচে ভালো দিক হলো এটা চিন্তাকর্ষক এবং মানুষের উদ্বিগ্নের সাথেও প্রাসঙ্গিক, একই সাথে এটা পরিচালনা করা সহজ এবং অনেক আনন্দদায়কও বটে। এটা একটা অসাধারণ অভিজ্ঞতা ছিল!”

হিদায়্যা দুদ, সহায়ক, তানজানিয়া

“কোর্সটি রূপান্তরকারী - অধিবেশনগুলির অগ্রগতির সাথে সাথে দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন দেখতে পাচ্ছিলাম। আমরা শীঘ্রই কোর্সটি পুনরায় পরিচালনা করবো।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সহায়ক, ভারত

“কী কী উপায়ে মানবাধিকার লঙ্ঘনের প্রতিক্রিয়া জানানো যেতে পারে সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের চোখ সম্পূর্ণভাবে খুলে দিয়েছে এই কোর্সটি। কর্ম পরিকল্পনায় তাদের দক্ষতা আরও তীক্ষ্ণ করতেও এটা সাহায্য করেছে। এর ফলে নিজ সমাজে তারা আরও কার্যকর পরিবর্তনকারী হয়ে উঠবেন।”

হাম্মাম হান্নাদ, সহায়ক, জর্ডান

## কোর্সটির সহায়ক কে হতে পারবেন?

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি মিথষ্ক্রিয়া ভিত্তিক যেখানে দলীয় অনুশীলন, খেলা, গল্প, আলোচনা এবং রোল প্লে বা ভিন্ন চরিত্রে অভিনয় করার পাশাপাশি উপস্থাপনাও রয়েছে। প্রাপ্তবয়স্ক এবং অল্পবয়সীদের সাথে মিথষ্ক্রিয় শিক্ষণ প্রক্রিয়ায় নেতৃত্ব দেওয়ার সামান্য অভিজ্ঞতা আছে এমন যে কেউ এতে নেতৃত্ব দিতে পারেন। সহায়কদের নির্দেশিকা এবং আনুষঙ্গিক উপকরণগুলিতে প্রতিটি অধিবেশন কীভাবে চালাতে হবে সে সম্পর্কে বিস্তারিত নির্দেশনা এবং সেইসাথে পরামর্শও প্রদান করা হয়েছে।

কোর্সটির সহায়ক হতে মানবাধিকার কিংবা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে আপনাকে অভিজ্ঞ বা জ্ঞানী হতে হবে এমন কোন কথা নেই। সমস্যাগুলি উপস্থাপনার জন্য স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট সহ প্রয়োজনীয় সমস্ত তথ্যও সরবরাহ করা হয়েছে। কোর্স সহায়কের ভূমিকা একজন বিশেষজ্ঞ হওয়া নয়, বরং পারম্পরিক শিক্ষণ প্রক্রিয়ার মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীদের সঠিক দিকে ধাবিত করা।

সহায়কদের যেটা সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন তা হল প্রেক্ষাপটের প্রতি সংবেদনশীলতা। যেমন, কোন বিষয় আলোচনার জন্য অতি সংবেদনশীল বা বিপজ্জনক কিনা সেটা বিচার করার ক্ষমতা এবং সেই অনুযায়ী প্রক্রিয়াটিকে মানানসই করে নেওয়ার ক্ষমতা, সেইসাথে সংবেদনশীলতা বা উত্তেজনা দেখা দিলে দলীয় গতিশীলতা রক্ষা করার ক্ষমতা।

পরামর্শ! ১৭-২০ পৃষ্ঠায় সহায়ক হিসেবে আপনার দক্ষতা বিকশিত করার জন্য বিভিন্ন পরামর্শ পাবেন। পৃষ্ঠা ১৫-এ প্রতিটি অধিবেশনের জন্য কীভাবে প্রস্তুতি নিতে হবে তার নির্দেশনা পাবেন।

## কোর্সটিতে কোন বিষয়গুলি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে এবং কীভাবে সাজানো হয়েছে?

কোর্সটিতে দুই ঘণ্টার নয়টি মুখোমুখি অধিবেশন রয়েছে। এটি দুটি খন্ডে বিভক্ত।

কোর্সটির ১ম খন্ডে (অধিবেশন ১-৫) জ্ঞান এবং দৃষ্টিভঙ্গি উন্নয়নের উপর আলোকপাত করা হয়েছে যাতে সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে গড়ে উঠতে আমাদের মস্তিষ্ক এবং হৃদয় - দুটোই তৈরি হতে পারে। মানবাধিকার এবং ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার প্রতি অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের দৃষ্টিভঙ্গীর ব্যাপারে জানবে ও সচেতন হবে, এবং ভিন্ন পরিচয়ের মানুষদের প্রতি তাদের মনোভাব কেমন সে বিষয়ে গভীরভাবে চিন্তা-ভাবনা করবে। অংশগ্রহণকারীরা প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণেও দক্ষতা অর্জন করবে।

কোর্সটির ২য় খন্ডে (অধিবেশন ৬-৯), ফরব এবং অন্যান্য মানবাধিকার প্রচার ও সমুল্লত করার জন্য বিভিন্ন কৌশলগুলো শিখবে এবং নিজেদের দ্বারা চিহ্নিত ফরব সমস্যাগুলি মোকাবেলায় তাদের কর্ম পরিকল্পনা কেমন হওয়া উচিত তার দিকনির্দেশনাও পাবে। এই অধিবেশনগুলি দক্ষতা এবং কর্ম বা পদক্ষেপের উপর আলোকপাত করবে।

আরো বিস্তারিত জানার জন্য কোর্স উপকরণ দেখুন।

“কার্যকলাপগুলিতে প্রাণবন্ততা ছিল, গল্পগুলিও ছিল চমৎকার আর অংশগ্রহণকারীও কথা বলতে আগ্রহী ছিল। আমি মনে করি এই কোর্সটি ভূগমূল পর্যায়ের মানুষ থেকে শুরু করে মানবাধিকার সম্পর্কে আগ্রহ এবং মাঝারি পর্যায়ের জ্ঞান রয়েছে এমন যেকোন ব্যক্তির জন্য অত্যন্ত কার্যকর হবে। একজন সহায়ক হিসেবে এই কোর্সটির পরিচালনা আমার জন্য এক রোমাঞ্চকর অভিজ্ঞতা ছিল।”

উকোহা এনগোবিয়া, সহায়ক, নাইজেরিয়া

“এই কোর্সটি এক কথায় অদ্বিতীয় - অনেক আলোচনার সূত্রপাত করেছে এই কোর্সটি! মুসলিম, খ্রিস্টান, বাহাই এবং দ্রুজ অংশগ্রহণকারীদেরকে নিয়ে গঠিত দলটিও ছিল সত্যিই বৈচিত্র্যময়। অভিন্ন মতামত বা স্বার্থের জায়গাটা খুঁজে পাওয়া যদিও সবসময় সহজ হয়নি কিন্তু চমৎকার আলোচনা হয়েছে।”

হাম্মাম হান্দাদ, সহায়ক, জর্ডান

## উপকরণসমূহ কীভাবে ব্যবহার করতে হবে

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি নয়টি অধিবেশনের মাধ্যমে শেখার জন্য তৈরি করা হয়েছে। এর জন্য সময় লাগবে ১৮-২০ ঘণ্টা। এই অধিবেশনগুলি তিন দিনে, দুইটি সপ্তাহান্তে বা দীর্ঘ সময় ধরে পরিচালনা করা যেতে পারে - যেমন প্রতি সপ্তাহে একটি অধিবেশন।

অধিবেশনগুলির জন্য প্রয়োজনীয় সমস্ত উপকরণ আমরা সরবরাহ করেছি যাতে করে সহায়কদের জন্য কোর্সটি পরিচালনা করা যথাসম্ভব সহজ হয়।

প্রতিটি অধিবেশনের জন্য অধিবেশন পরিকল্পনা তৈরি করাই আছে এবং সেইসঙ্গে প্রাক-প্রস্তুত স্ক্রিপ্ট বা লিপি, পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনা, বিলিপত্র, অনুশীলনের জন্য কার্ড এবং পোস্টারের মতো উপকরণ সহ আনুষঙ্গিক উপকরণগুলিরও একটি সেট দেয়া আছে।

এই উপকরণগুলির মধ্যে অনেকগুলি ওয়ার্ড ডকুমেন্ট হিসাবে পাওয়া যাবে এবং ডাউনলোড করা যাবে। এগুলি আপনি সম্পাদনা করতে পারবেন এবং আপনার প্রেক্ষাপট ও দলের প্রয়োজনের সাথে মানানসই করে নিতে পারবেন। চাইলে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড এবং বিলিপত্রের লেখাগুলোও অনুবাদ করে নিতে পারেন।

এই লিংকে  
আনুষঙ্গিক  
উপকরণসমূহ  
পাবেন

পরামর্শ! সকল কোর্স  
উপকরণগুলো একাধিক ভাষায়  
পাওয়া যাবে। অন্যান্য ভাষার  
সংস্করণ এখানে পাওয়া যাবে।

### ঝুঁকি এবং নিরাপত্তা বিবেচনা

কিছু প্রেক্ষাপটে, মানবাধিকার সম্পর্কে খোলাখুলিভাবে আলোচনা করা বিপজ্জনক। এই কোর্সটি পরিচালনার ফলে আপনি বা অংশগ্রহণকারীরা বিপদে পড়তে পারেন কিনা বা এর ফলে দ্বন্দ্ব এবং সংবেদনশীল বিষয়গুলি আরও অবনতির দিকে যেতে পারে কিনা সে সম্পর্কে গভীরভাবে চিন্তা করুন। কী কী আলোচনা করা সম্ভব, কার সঙ্গে, কোথায়, এবং কীভাবে? কীভাবে আপনি ঝুঁকি কমাতে পারেন - যেমন কোর্সের বিষয়বস্তু অভিযোজিত বা সীমিত করে? কীভাবে নিরাপত্তা জোরদার করা যেতে পারে - যেমন স্থানীয় নেতাদের সম্পৃক্ত করে এবং তাদের সমর্থন লাভ করে? পরামর্শের জন্য অন্যান্যদেরকে জিজ্ঞাসা করুন এবং প্রথমে অংশগ্রহণকারীদের একটি 'নিরাপদ' দলের জন্য কোর্সটি পরিচালনা করার চেষ্টা করুন। কোর্সটি কেবল তখনই পরিচালনা করবেন যখন এটা করা নিরাপদ।

## কোর্সটি পরিচালনা করতে কোন ধরনের প্রযুক্তি এবং উপকরণ লাগবে?

### উপকরণসমূহ

- উপকরণগুলির অধিকতর সহজ ব্যবহারের জন্য একটি প্রিন্টার বা ফটোকপিয়ার দরকার হবে। এগুলি পাওয়া সম্ভব না হলে ফ্লিপ চার্ট, কলম, বা বালিতে লেখা বা আঁকার জন্য লাঠি ব্যবহার করেও কোর্সটি পরিচালনা করতে পারবেন।
- পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনাগুলি দেখানোর জন্য একটি কম্পিউটার এবং প্রজেক্টর লাগবে। উপস্থাপনাগুলি সবার সুবিধার জন্য সরবরাহ করা হয়েছে কিন্তু এগুলো ব্যবহার করতেই হবে এমন কোন কথা নেই।
- কর্মশালার মৌলিক উপকরণ যেমন ফ্লিপ চার্ট, কলম এবং আঠাযুক্ত ছোট কাগজ (স্টিকি নোট) এবং কিছু দৈনন্দিন জিনিসপত্র যেমন একটি নরম বল বা উলের বল প্রদান ইত্যাদি লাগবে। প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহের একটি তালিকা প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনায় এবং পৃষ্ঠা ১৫-এ দেওয়া আছে (প্রতিটি অধিবেশনের জন্য কীভাবে প্রস্তুতি নেবেন)।

## আমি কি কার্যকলাপ ছাটাই বাছাই এবং সংযোজন করতে পারি? আমাকে কি নয়টি অধিবেশনই পরিচালনা করতে হবে?

আন্তঃধর্মীয় আলোচনা বা সচেতনতা উন্নয়নমূলক কার্যকলাপগুলোর সাথে আপনি হয়তো জড়িত আছেন এবং উক্ত কার্যকলাপগুলোতে নতুন ধারণার সন্নিবেশ করতে চান। আপনার নিজের তৈরি শিক্ষণ প্রক্রিয়ায় এই কোর্সটি থেকে কার্যকলাপগুলো বাছাই করে সংযোজন করতে পারবেন।

এই কোর্সটির নয়টি অধিবেশন একটি যৌক্তিক অগ্রগতির জন্য আবশ্যিক। সম্পূর্ণ কোর্সটি পরিচালনা করতে না চাইলে ১ম খন্ড (অধিবেশন ৫)-এর পরে থেমে যেতে পারেন। তবে এর ফলে অংশগ্রহণকারীরা হতাশ হতে পারেন। কেননা ৫টি অধিবেশনে তারা মানবাধিকারের সমস্যাগুলি সম্পর্কে জানতে পারবেন ঠিকই কিন্তু সেগুলো মোকাবেলার জন্য কোন সরঞ্জাম তারা পাবেন না।

অধিবেশন ৩ (আমাদের বিবিধ পরিচয়) বাদ দেয়া হলেও ১ম খন্ডের বাকি অধিবেশনগুলির প্রবাহ বাধাগ্রস্ত হবে না। তবে অধিবেশন ৩-এ পারস্পরিক ভিন্নতাকে কেন্দ্র করে সৃষ্ট গণবাধা ধারণা এবং ভিন্নতার সেই দেয়াল পেড়িয়ে সাদৃশ্যের জায়গাগুলোতে ‘অন্যদের’ প্রতি আমাদের দৃষ্টিভঙ্গি কেমন এবং তাদের পরিস্থিতি সম্পর্কে আমাদের সচেতনতার উপর আলোকপাত করা হয়েছে। ‘অন্যদের’ প্রতি অংশগ্রহণকারীদের ইতিবাচক মনোভাব সম্পর্কে আত্মবিশ্বাসী না হওয়া পর্যন্ত এই অধিবেশনটি বাদ দেয়া ঠিক হবে না।

তবে অংশগ্রহণকারীদের সবাই যদি মানবাধিকার বোঝে এবং ফরব দ্বারা সুরক্ষিত অধিকারগুলি জানে এবং সেগুলোকে মূল্য দেয়, তাহলে প্রেক্ষাপটের জন্য মানানসই করে নিয়ে কোর্সটি অধিবেশন ৫ থেকেও শুরু করা যেতে পারে।

“এই কোর্সের উপকরণগুলি বোঝা এবং ব্যবহার করা সত্যিই সহজ - এটা সহায়ক এবং অংশগ্রহণকারী সবার জন্যই সহজ। কোর্সটিকে সাজানও হয়েছে সুন্দরভাবে। আমার অংশগ্রহণকারীদের একজন, স্থানীয় যুব নেতা, তার যুব দলের জন্য কোর্সটি পরিচালনা করার আগ্রহ প্রকাশ করেন। অতএব বোঝাই যাচ্ছে যে এই কোর্সটি কতোটা সহজলভ্য এবং এটা পরিচালনা করা কতো সহজ!”

হিদায়া হুদ, সহায়ক, তানজানিয়া

“কোর্সটির উপকরণ বা উপকরণের মধ্যেই প্রয়োজনীয় সবকিছু খুঁজে পাওয়া যায় এবং সেগুলো ব্যবহার করাও সহজ। তবে একজন সহ-সহায়ক (co-facilitator) থাকলে আরও ভালোভাবে কোর্সটি পরিচালনা করা সম্ভব। এর ফলে একজন সহায়ক দলটিকে শেখানোর দিকে মনোনিবেশ করতে পারবেন এবং অন্যজন প্রযুক্তিগত বিষয়গুলি দেখবেন এবং কোন অংশগ্রহণকারীর বাড়তি সাহায্য লাগলে তাকে সাহায্য করতে পারবেন।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সহায়ক, ভারত

## প্রতিটি অধিবেশনের জন্য কীভাবে প্রস্তুতি নেবেন

অধিবেশন পরিকল্পনাতে অধিবেশন কীভাবে পরিচালনা করতে হবে সে বিষয়ে বিস্তারিত বর্ণনা দেয়া আছে। প্রতিটি অধিবেশনের প্রস্তুতির জন্য নিম্নলিখিত পদক্ষেপগুলি অনুসরণ করুন:

### ১. অধিবেশনের জন্য আনুষঙ্গিক উপকরণগুলো সংগ্রহ করুন

প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনায় আপনি সেই অধিবেশনের জন্য আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহের একটি সরাসরি লিঙ্ক পাবেন, এতে থাকবে:

- অধিবেশনটির জন্য পাওয়ারপয়েন্ট উপস্থাপনা
- উপস্থাপনা বা গল্পের স্ক্রিপ্ট বা লিপি, এবং
- অনুশীলনে ব্যবহারের জন্য মুদ্রণযোগ্য উপকরণ, যেমন কার্ড, পোস্টার এবং বিলিপত্র।

এই লিঙ্কে  
আনুষঙ্গিক  
উপকরণসমূহ  
পাবেন

### ২. পড়ুন, চিন্তা করুন, মানানসই করুন!

মনোযোগ দিয়ে অধিবেশন পরিকল্পনাটি পড়ুন।

এই অধিবেশনের অনুশীলনগুলি অংশগ্রহণকারীদের জন্য কতোটা উপযোগী হবে সে সম্পর্কে চিন্তা করুন। এক্ষেত্রে অনুশীলনগুলিকে আরও উপযোগী করার বা পরিবর্তন করার কোন সুযোগ আছে কি?

সেই অনুযায়ী অধিবেশন পরিকল্পনা, অনুশীলন এবং পাওয়ারপয়েন্ট (যদি ব্যবহার করা হয়) উপস্থাপনাগুলিকে মানানসই করে নিন।

পরামর্শ! অনুবাদ করুন  
-পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড এবং  
বিলিপিতে ইংরেজি ভাষার  
পরিবর্তে অংশগ্রহণকারীদের  
ভাষা ব্যবহার করতে পারেন।

### ৩. উপস্থাপনা তৈরি করুন এবং চর্চা করুন

সাতটি অধিবেশনে উপস্থাপনা অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে। এই উপস্থাপনাগুলির জন্য স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলিও সরবরাহ করা হয়েছে। (মানবাধিকার এবং ধর্মের স্বাধীনতা বা বিশ্বাস সম্পর্কে নিজ জ্ঞানের প্রতি আত্মবিশ্বাসী হলে নিজের মতো করে উপস্থাপনা তৈরি করতে পারেন - তবে স্ক্রিপ্ট থেকে মূল বিষয়বস্তুগুলি অন্তর্ভুক্ত করতে ভুলবেন না!)

নিচের মতো করে উপস্থাপনা প্রদানের প্রস্তুতি নিন:

#### স্ক্রিপ্টটি পড়ুন এবং সম্পাদনা করুন

স্ক্রিপ্টটি কয়েকবার পড়ুন এবং বিষয়বস্তু সম্পর্কে চিন্তা করুন। এমন কিছু কি আছে যা আপনি সম্পাদনা করতে, মানানসই করে নিতে বা সংযোজন করতে চান? যেমন, আপনার দেশের তথ্য বা উদাহরণ যোগ করা। যেগুলো পরিবর্তন করতে হবে সেগুলো পরিবর্তন করুন। (স্ক্রিপ্টের একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড ডকুমেন্ট আনুষঙ্গিক উপকরণগুলিতে দেয়া আছে)

#### পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড সম্পাদনা করুন/ফ্লিপ চার্ট শীট প্রস্তুত করুন

স্ক্রিপ্টে করা যেকোনো পরিবর্তন অনুসারে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলো সম্পাদনা করুন। আপনি যদি পাওয়ারপয়েন্ট ব্যবহার না করেন, তাহলে স্লাইড থেকে মূল বিষয়বস্তু নিয়ে একটি ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করতে পারেন।

#### উপস্থাপনা প্রদানের চর্চা করুন

প্রয়োজনীয় প্রযুক্তি ব্যবহার করার এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড বা ফ্লিপ চার্ট শীটগুলির মাধ্যমে উপস্থাপনা প্রদানের চর্চা করুন।

#### অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে প্রতিক্রিয়া জানাতে পারে সে বিষয়ে চিন্তা করুন

অংশগ্রহণকারীদের কী ধরনের প্রশ্ন বা প্রতিক্রিয়া থাকতে পারে? আপনার প্রতিক্রিয়াই বা কেমন হতে হবে? পৃষ্ঠা ২১-এ ‘জটিল প্রশ্নের মোকাবেলা’ অংশটিতে এ বিষয়ে প্রস্তুতি নেয়ার জন্য সহায়ক তথ্য পাবেন। মনে রাখবেন যে অংশগ্রহণকারীদের প্রশ্নের উত্তরে ‘আমি জানি না’ বলাটা কোন ভুল নয়! কেউ প্রত্যাশা করছে না যে আপনি একজন বিশেষজ্ঞ - আপনারও অনেককিছু জানার থাকতে পারে।



#### ঐচ্ছিক: আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন

কিছু অধিবেশন পরিকল্পনার মধ্যে স্বল্পদৈর্ঘ্য চলচিত্র এবং পাঠ্যের লিঙ্ক রয়েছে যা আপনাকে আত্মবিশ্বাসী এবং প্রস্তুত হতে সাহায্য করবে।

## ৪. আপনার সরঞ্জামসমূহ প্রস্তুত রাখুন!

অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য দরকারী সমস্ত উপকরণ তৈরি বা সংগ্রহ করুন। প্রতিটি অধিবেশনে ব্যবহারের জন্য যেসব উপকরণগুলো লাগতে পারে সেগুলোর একটি তালিকা নীচে দেওয়া হয়েছে। প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনার ‘প্রস্তুতি নিন’ অংশে আপনি সেই অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় অতিরিক্ত উপকরণগুলির একটি তালিকা পাবেন - উদাহরণস্বরূপ, বিলিপত্র বা খেলার সরঞ্জাম, যেমন একটি স্যুপের পাত্র বা উলের বল।

### সাধারণ উপকরণসমূহের তালিকা

সবগুলি অধিবেশনের জন্য আপনার নিম্নলিখিত উপকরণগুলির প্রয়োজন হবে:

- ফ্লিপ চার্ট এবং ফ্লিপ চার্টে লেখার কলম
- সাধারণ কলম এবং কাগজ
- আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ
- টেপ বা পোস্টার লাগানোর অন্যান্য উপকরণ, ফ্লিপ চার্ট শীট ইত্যাদি।
- পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড দেখানোর জন্য একটি কম্পিউটার এবং প্রজেক্টর (ঐচ্ছিক)

## ৫. কক্ষটিকে উপযোগী করুন

প্রতিটি অধিবেশন পরিকল্পনার ‘প্রস্তুতি নিন’ অংশে কীভাবে কক্ষটি সাজাবেন (যেমন চেয়ারগুলি কীভাবে সাজাতে হবে, দেওয়ালে কী লাগাতে হবে) সে সম্পর্কিত নির্দেশাবলী পাবেন।

### দ্রষ্টব্য

অধিবেশন পরিকল্পনাগুলিতে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য দুই ঘন্টা সময় ধার্য করা হয়েছে। তবে পরীক্ষণ প্রক্রিয়ার অভিজ্ঞতা থেকে দেখা গিয়েছে যে, কোন কোন অধিবেশনে কিছু দলের দুই ঘন্টা থেকে কম সময় লেগেছে, আবার অন্য দলগুলি আলোচনার জন্য আরও সময় নিতে অধিবেশনগুলি দীর্ঘ করতে চেয়েছে। আলোচনা চালিয়ে যাওয়ার জন্য অধিবেশনের কার্যক্রমে ‘ফ্লেক্স-টাইম’ বা ‘নমনীয়-সময়সীমা’ যুক্ত করতে পারেন।

“কোর্স পরিচালনার জন্য প্রস্তুতি নিতে সময় লাগে কেননা অনেক উপকরণ পড়ে দেখতে হয়। তবে আগেভাগে প্রস্তুতি নেয়া থাকলে কোর্সটি পরিচালনা করা সহজ হয়ে যায়। কোর্সটিতে সবকিছু পরিষ্কারভাবে ব্যাখ্যা করা হয়েছে। দ্বিতীয়বার কোর্সটি পরিচালনার সময় প্রস্তুতি নিতে আর অতো বেশি সময় লাগে না!”

হাম্মাম হান্নাদ, সহায়ক, জর্ডান

“প্রথমে আপনাকে সহায়কদের নির্দেশিকাটি ভালোভাবে পড়তে হবে এবং তারপর প্রতিটি অধিবেশনের প্রস্তুতির জন্য সময় ব্যয় করতে হবে। প্রতিটি অধিবেশনের একটি চিত্র মানসপটে তুলে ধরুন এবং প্রতিটি অনুশীলন কিভাবে হবে তা নিয়ে গভীরভাবে ভাবুন। কোন অধিবেশন কীভাবে পরিচালনা করতে হবে সে সম্পর্কে আপনি যদি অনিশ্চিত হন তবে সহ-সহায়কের সাথে অধিবেশন পরিচালনার মহড়া দিতে পারেন।”

উকোহা এনজিওবিয়া, সহায়ক, নাইজেরিয়া

## সহায়কদের কাজের বিষয়ে পরামর্শ

### সহায়ক কী?

#### সংজ্ঞা

সহায়তা করা: মানে হলো কোন কাজ বা প্রক্রিয়া সহজ, সহজতর বা সম্ভব করা

একজন সহায়ক অংশগ্রহণকারীদের জন্য শিক্ষণ প্রক্রিয়া, দৃষ্টিভঙ্গি অন্বেষণ এবং নতুন দক্ষতা অর্জনের প্রক্রিয়াটি সহজতর করে তোলেন।

#### একজন সহায়কের দায়িত্ব:

- অংশগ্রহণমূলক পদ্ধতি ব্যবহার করে অংশগ্রহণকারীদের নিজেদের মধ্যে ভাব বিনিময় করা এবং সমস্যাগুলো নিয়ে আনন্দদায়ক বা আন্তরিক বা অনুপ্রেরণামূলক উপায়ে আলোচনা জড়িত হওয়ার বিষয়ে সহায়তা করা।
- এমন একটি পরিবেশ তৈরি করা যেখানে পারস্পরিক আস্থা থাকে, মন খুলে কথা বলা যায়, সবাই মিলে শেখা যায়, এবং মতের পার্থক্যকে সম্মান করা হয়। যেমন অংশগ্রহণকারীদের দলকে মূল শর্তগুলো বা গ্রাউন্ড রুলস নির্ধারণ করতে সহায়তা করা।
- দলে ক্ষমতার ভারসাম্যহীনতা (power imbalances) সনাক্ত করা এবং ভারসাম্য ফিরিয়ে আনা, এবং প্রত্যেকেই যেন অংশগ্রহণের সুযোগ পায় এবং নিজেকে দলের একজন গুরুত্বপূর্ণ সদস্য বলে ভাবে তা নিশ্চিত করা।
- শিক্ষার একটি কাঠামো প্রদান করা এবং শিক্ষণ প্রক্রিয়াটিতে অংশগ্রহণকারীদের অগ্রগতি নিশ্চিত করা।
- নিজের প্রস্তুতিমূলক দায়িত্বগুলো (হাউসকিপিং) সঠিকভাবে পালন করা - যেমন, অধিবেশনের প্রস্তুতি, সভার স্থান নির্ধারণ, স্থানটি সবার অংশগ্রহণের জন্য উপযোগী করা, অংশগ্রহণকারীদের অবহিত করা ইত্যাদি।

এই নির্দেশিকার উপকরণগুলি এমনভাবে তৈরি করা হয়েছে যাতে উপরোক্ত দায়িত্বগুলো পালন করা আপনার জন্য সহজ ও সুবিধাজনক হয়। বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনায় অংশগ্রহণভিত্তিক অনুশীলন, শিক্ষণ প্রক্রিয়ার একটি সুস্পষ্ট কাঠামো এবং অধিবেশনের জন্য কীভাবে প্রস্তুতি নিতে হবে সে সম্পর্কে স্পষ্ট নির্দেশিকা প্রদান করা হয়েছে।

#### একজন সহায়ক যানন:

- শিক্ষক বা বক্তা/প্রভাষক - অংশগ্রহণমূলক শিক্ষণ প্রক্রিয়ায় সহায়ক নিজেকে অংশগ্রহণকারীদের সমকক্ষ একজন হিসেবে উপস্থাপিত করেন এবং শিক্ষণ প্রক্রিয়ার নির্দেশনা প্রদান করেন যাতে প্রত্যেকে অবদান রাখতে পারেন।
- বিশেষজ্ঞ - একজন সহায়ক যদিও প্রতিটি অধিবেশনের প্রস্তুতি গ্রহণ এবং নির্দেশনা প্রদানের দায়িত্বে থাকেন, কিন্তু এমন হওয়া বিচিত্র নয় যে অংশগ্রহণকারীদের কেউ কেউ সহায়কের থেকে বিষয়টি সম্পর্কে আরও বেশি জানবেন! অধিবেশনে প্রত্যেকের জ্ঞানেরই প্রতিফলন থাকতে হবে।
- মনোযোগের কেন্দ্রবিন্দু - একজন ভাল সহায়ক অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদের তুলনায় কম কথা বলেন, এবং তাদেরকে আলোচনার প্রতি আকৃষ্ট করেন।

আপনি কি ফরব সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার শিক্ষা সহজতর করার বিষয়ে আরও জানতে আগ্রহী? ফরব প্রশিক্ষণের উপর প্রশিক্ষকদের অনলাইন কোর্সটি বিনামূল্যে পেতে আবেদন করুন। ফরব সংশ্লিষ্ট গুরুতর লঙ্ঘনের প্রেক্ষাপটে মানবাধিকার শিক্ষা প্রদানে সক্রিয়ভাবে নিযুক্ত ব্যক্তিদের অগ্রাধিকার দেওয়া হবে।

### সহায়তা প্রদান সংশ্লিষ্ট কিছু সাধারণ পরামর্শ

অধিবেশনগুলির জন্য ভালো প্রস্তুতি রাখুন এবং সময় বরাদ্দ করার বিষয়ে নমনীয় থাকুন

আপনার প্রস্তুতি যতো ভালো হবে, আপনার আত্মবিশ্বাসও ততো বেশী থাকবে। কার্যকলাপগুলিকে আগেভাগেই অংশগ্রহণকারী দলটির জন্য মানানসই করে নিন এবং অধিবেশন চলাকালীন প্রতিটি কার্যকলাপের জন্য সময় হাস বা বৃদ্ধি করার বিষয়ে নমনীয় থাকুন।

খোলা মনের আলোচনার জন্য অংশগ্রহণকারীদের উজ্জীবিত করুন

দৃষ্টিভঙ্গির পরিবর্তন সাধন করতে এমন একটি পরিবেশের দরকার হয় যেখানে কোন কিছু সমর্থন করার জন্য মানসিকভাবে প্রস্তুতি নেয়ার আগেই সেটা আমাদের উপর চাপিয়ে দেয়া হয় না এবং যেখানে অন্যের বক্তব্য মনোযোগ দিয়ে শোনা, চিন্তা-ভাবনা করা এবং বিকশিত হওয়ার মতো একটি সংস্কৃতি থাকে। অংশগ্রহণকারীরা যাতে অসম্মতি জানাতে পারে এবং আপনার মতামতের থেকে ভিন্ন একটি অবস্থানে পৌঁছাতে পারে সেজন্য তাদেরকে সুযোগ করে দিন। এমন যুক্তিতর্ক এড়িয়ে চলুন যে যুক্তিতর্ক কাউকে বিজয়ী বা পরাজিত বলে গণ্য করতে পারে।

জটিল প্রশ্নের সহজ উত্তর এড়িয়ে চলুন

অধিকার লঙ্ঘনের কারণগুলি সাধারণত জটিল যেখানে সংস্কৃতিগত প্রথা এবং ক্ষমতার কাঠামোর মতো বহু বিষয় জড়িত থাকে। কোন কিছু অতি-সরলীকরণ হয়ে যাচ্ছে কিনা সে বিষয়ে সতর্ক থাকুন, বিশেষত একটি বা দুটি কারণে

ফরব প্রশিক্ষক কোর্স  
এখানে আমাদের অনলাইন  
TOI কোর্সটি সম্পর্কে তথ্য  
পাবেন।

অধিকার অস্বীকারের প্রতি দায়বদ্ধতা কমানোর ক্ষেত্রে, যেমন ধর্মীয় পরিচয়ের ক্ষেত্রে অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতালব্ধ বিভিন্ন কারণ বা প্রভাবকগুলি বিশ্লেষণ করতে উৎসাহিত করুন।

জেনে বুঝে সঠিক শব্দ প্রয়োগ করে আলোচনা করুন এবং গৎবাঁধা ধারণাকে নিরুৎসাহিত করুন। সরলীকরণের প্রলোভনকে প্রতিহত করুন এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে সরলীকরণ এড়িয়ে চলতে সাহায্য করুন - যেমন, “মুসলিমরা হলো...”, “হিন্দুরা মনে করে...” বা “নারীরা পারে না...”। অংশগ্রহণকারীদের মনে করিয়ে দিন যে, কোন গোষ্ঠীর/সমাজের অনেক সদস্যের অভিন্ন অভিজ্ঞতা বা বিশ্বাস থাকলেও, সরলীকরণ করার আগে বিষয়টি যাচাই করতে হবে (যেমন, “কখনও কখনও”, “অনেক ক্ষেত্রে”)।

ভোগান্তি বা কষ্টের তুলনা এড়িয়ে চলুন কোন কোন ব্যক্তি বিশেষ বা সম্প্রদায়গুলো সবচেয়ে বেশি ভোগান্তির শিকার হয় সে বিষয়ে তুলনা, প্রতিযোগিতা বা তর্কের পরিবর্তে সংহতি এবং সহমর্মিতাকে উৎসাহিত করুন।

#### ‘আমি জানি না’ বলতে দ্বিধা করবেন না

মনে রাখবেন যে সহায়কও একজন শিক্ষার্থী! কোন প্রশ্নের উত্তর জানা না থাকলে, অন্য কেউ উত্তরটি দিতে পারে কিনা জিজ্ঞাসা করুন। নিজেকেই সব প্রশ্নের উত্তর দিতে হবে এমন তাগিদ বা চেষ্টা থেকে বিরত থাকুন, বিশেষ করে যদি প্রশ্নটিতে মতামত জড়িত থাকে (যেমন, “ঘৃণাত্মক মন্তব্যের প্রতিক্রিয়া করার সর্বোত্তম উপায় কী?”)। বরং, দলটিকে জিজ্ঞাসা করুন কিভাবে তারা প্রশ্নটির উত্তর দেবে এবং ভিন্ন মত বা ধারণাগুলির প্রতি নিজেদেরকে মেলে ধরবে।

#### দল হিসেবে কাজ করুন এবং তথ্যপঞ্জি বা রেকর্ড রাখুন

সহায়করা অভিজ্ঞতা থেকে এবং একে অপরের কাছ থেকে শেখে! ২-৩ জন সহায়কদের একটি দলে কাজ করার চেষ্টা করুন যেখানে আপনারা একসঙ্গে কোর্সের পরিকল্পনা, পরিচালনা এবং মূল্যায়ন করতে পারবেন। প্রতিটি অধিবেশনের ক্ষেত্রেই পরিকল্পনায় অভিযোজন, পরিবর্তন, নতুন ধারণা, সাফল্য এবং জটিলতা সহ আর কী কী ঘটেছিল তা টুকে রাখুন। এটা আপনাকে পরবর্তী কর্মশালার পরিকল্পনা করতে সহায়তা করবে।

### সহায়করা সাধারণত যেসব প্রতিবন্ধকতার সম্মুখীন হয়ে থাকেন

সহায়তা প্রদান সংশ্লিষ্ট প্রতিবন্ধকতাসমূহ: অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে মিথস্ক্রিয়ায় ক্ষমতার গতিপ্রকৃতি (পাওয়ার ডাইনামিকস)

সমাজে ক্ষমতার ভারসাম্যহীনতার একটি পদ্ধতিগত নমুনা দেখা যায় - যেমন পুরুষ এবং নারীদের মধ্যে, জাতি ভেদে, আদিবাসী কিংবা ধর্মীয় গোত্র বা সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রে; প্রাপ্তবয়স্ক এবং শিশু/অল্পবয়সীদের মধ্যে; শারীরিকভাবে সক্ষম ব্যক্তি এবং প্রতিবন্ধী ব্যক্তির মধ্যে; শিক্ষিত মানুষ এবং অল্প শিক্ষিত মানুষের মধ্যে। এই ভারসাম্যহীনতা অংশগ্রহণকারীদের একে অপরের সাথে এবং সহায়কের সাথে সম্পৃক্ত হবার বিষয়টা প্রভাবিত করবে। ফরব প্রশিক্ষণে ধর্মীয় নেতাদের অংশগ্রহণ দলের গতিপ্রকৃতিকে প্রভাবিত করে, যেমনটি দেখা যায় সেইসব বিষয়ের আলোচনায় যেগুলোর ব্যাপারে স্থানীয় সংস্কৃতিগত প্রথা অনুযায়ী নারীদের মতামত বিবেচনা করা হয় না বা এরকম নানাবিধ বিষয়ের আলোচনা ক্ষেত্রে (যেমন ধর্মতত্ত্ব)। সামাজিক মিথস্ক্রিয়ায় ক্ষমতার গতিপ্রকৃতি (পাওয়ার ডাইনামিকস) প্রায়ই সুগু থাকে, তাই শেখার জন্য একটি ইতিবাচক অবস্থা নিশ্চিত করতে সহায়কদেরকে এ বিষয়টির উপর নজর রাখতে হবে এবং যথাযথভাবে পরিচালনা করতে হবে।

অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে মিথস্ক্রিয়ায় ক্ষমতার গতিপ্রকৃতির (পাওয়ার ডাইনামিকস) ভারসাম্য রক্ষার জন্য এখানে কিছু পরামর্শ রয়েছে:

- চোখ কান খোলা রাখুন! অংশগ্রহণকারীরা কতোটা প্রভাবশালী বা শান্ত, তারা কোথায় বসে আছে, তাদের অভিজ্ঞি কেমন এবং কীভাবে তারা একে অপরের সাথে এবং আপনার সাথে সম্পৃক্ত হচ্ছে সেদিকে নজর রাখুন।
- ক্ষমতার নেতিবাচক গতিপ্রকৃতিকে সূক্ষ্মতার সাথে প্রতিহত করুন এবং সংশোধন করার জন্য আপনার নিজের ক্ষমতা প্রয়োগ করুন। যেমন, মূল শর্ত বা গ্রাউন্ড রুলস উল্লেখ করুন এবং সকল অংশগ্রহণকারীদের মতামত এবং ধারণা সাদরে বরণীয় - সেটা সবাইকে স্মরণ করিয়ে দিন।
- অংশগ্রহণমূলক অনুশীলন এবং ছোট দল নিয়ে কাজ করুন যাতে কার্যকলাপ এবং আলোচনায় অংশগ্রহণকারীদের সম্পৃক্ততা ও অংশগ্রহণ আরও বৃদ্ধি পায়। একই সদস্যরা যেন সবসময় একইসাথে কাজ না করে সেদিকে নজর রাখুন।
- আলোচনায় নেতৃত্ব দেয়ার সাথে সাথে সবাইকে কথা বলার সুযোগ দেয়া এবং প্রত্যেকের কথা শোনার ক্ষেত্রে সুনির্দিষ্ট নিয়ম অনুসরণ করুন।
- লাজুক অংশগ্রহণকারীদের কথা বলতে উৎসাহিত করুন, বিশেষত তারা কিছু বলতে চাচ্ছে বলে মনে হলে (উদাহরণস্বরূপ, অস্থায়ীভাবে হাত তোলা বা মাথা নাড়া)। আপনার নিজস্ব শারীরিক ভাষা ব্যবহার করুন, যেমন অংশগ্রহণকারীদের কাছাকাছি যাওয়া বা চোখে চোখে যোগাযোগের মাধ্যমে তাদের উৎসাহিত করা।

- প্রশংসা করুন কিন্তু সমর্থন করা থেকে বিরত থাকুন।
- যাদের বক্তব্য শোনা হয় নি তাদেরকে কোন একটা দায়িত্ব দিন - যেমন দলীয় কাজের প্রতিবেদন পেশ করা।
- কখনই এমন মন্তব্য সমর্থন করবেন না যেগুলো অন্যদের প্রতি অবমাননাকর, বা যেসব মন্তব্যে শ্রেষ্ঠত্বের মনোভাব বা অহংকার প্রকাশ পায়, অথবা যেগুলো ক্ষতিকর, নিষ্ঠুর বা বৈষম্যমূলক। এ ধরনের মন্তব্য করা হলে সে বিষয়ে আপত্তি জানান, বিশেষ করে যদি এগুলি প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে অন্য অংশগ্রহণকারীদের লক্ষ্য করে করা হয়। মূল শর্ত বা গ্রাউন্ড রুলসগুলি পড়ুন বা “আপত্তিকর” মন্তব্যটি যিনি বা যারা করেছেন তাকে বা তাদেরকে এর পেছনের কারণ ব্যাখ্যা করতে বলুন যে কেন তারা এরকম মন্তব্য করেছে এবং অন্যান্য অংশগ্রহণকারীদেরকে উদ্ভূত পরিস্থিতি সম্পর্কে তাদের মতামত জানাতে বলুন।
- অনেক ক্ষেত্রে প্রেক্ষাপটের উপর নির্ভর করে, মেয়ে শিশু এবং নারীদের, ছেলে শিশু এবং পুরুষদের সাথে একই দলে একসাথে কথা না বলে আলাদাভাবে কথা বলা সহজতর (এবং কিছু ক্ষেত্রে আবশ্যিকীয়) হতে পারে। ভিন্ন বয়সী, বা ভিন্ন ধর্মীয় বা সাংস্কৃতিক সম্প্রদায়ের ক্ষেত্রেও এটি প্রযোজ্য।

#### সহায়তা দানের অন্তরায়: সংবেদনশীল বিষয়সমূহ

মানবাধিকার আমাদের মূল্যবোধ, অনুভূতি এবং মতামতকে সম্পৃক্ত করে এবং আমাদের বৈশ্বিক দৃষ্টিভঙ্গি এবং গণ বাধা ধারণগুলির ন্যায্যতা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারে। কিছু সংখ্যক অংশগ্রহণকারী মনে করতে পারে যে কোর্সটির বিষয়বস্তু তাদের মূল্যবোধ, বিশ্বাস এবং রীতিনীতির সাথে সাংঘর্ষিক বা ছমকি-স্বরূপ। অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে এমন কেউ যদি থাকেন যাকে বা যাদেরকে মানবাধিকার লঙ্ঘনের ভোগান্তির শিকার হতে হয়েছে তবে ঐ মানসিক আঘাতের কারণেও তাদের প্রতিক্রিয়া প্রভাবিত হতে পারে।

অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে যদি খিটখিটে মেজাজ দেখা যায়, কথা বলতে অনিচ্ছুক বলে মনে হয়, আলোচনা প- করার চেষ্টা দেখা যায় বা তারা আক্রমণাত্মক হয়ে উঠছে বলে মনে হয়, তাহলে বুঝতে হবে যে তারা সংবেদনশীল বিষয়গুলির দ্বারা ছমকি বা অস্বস্তি বোধ করছে। একজন সহায়ক হিসেবে, আপনার ভূমিকা হল সবার জন্য একটি নিরাপদ পরিবেশ বজায় রাখার মাধ্যমে আলোচনা পরিচালনা করা, দলীয় গতিপ্রকৃতি বা গ্রুপ ডাইনামিকস বজায় রাখা এবং পারস্পরিক শিক্ষণের উপযোগী এমন একটি পরিবেশ নিশ্চিত করা যেখানে কারোর দোষ-গুণ বিচার করা হয় না (নন-জাজমেন্টাল) এবং একই সঙ্গে আলোচনাকে মানবাধিকার/ফরব-এর সাথে প্রাসঙ্গিক বা সামঞ্জস্যপূর্ণ রাখা।

সংবেদনশীল বিষয় এবং উত্তেজনা মোকাবেলার জন্য কিছু সাধারণ পরামর্শ:

- অধিবেশন শুরু করার আগে অধিবেশনটি কেমন হতে পারে সে সম্পর্কে চিন্তা করুন, সংবেদনশীল বিষয়গুলি চিহ্নিত করুন এবং উদ্ভূত পরিস্থিতি কীভাবে সামলাতে হবে তা নিয়ে ভাবুন।
- বিতর্কিত আলোচনা এড়াতে তাড়াহুড়া করবেন না। অংশগ্রহণকারীদেরকে অস্বস্তিকর বা গোলমালে প্রশ্ন করার অনুমতি দিন।
- তর্কে জড়িয়ে পড়বেন না। আপনি কোন বিতর্কিত নন - আপনি একজন সহায়ক।
- মনে রাখবেন যে মানবাধিকার শিক্ষার সাথে আলোচনায় দক্ষতা তৈরি করার বিষয়টিও জড়িত - বিশেষত যেসব বিষয়ে মতভেদ রয়েছে সেসব বিষয়ে আলোচনার দক্ষতা। দলটিকে সব ব্যাপারে একমত হতে হবে এরকম কোন কথা নেই!
- গ্রাউন্ড বা ক্ষেত্র তৈরি করুন - গ্রাউন্ড রুলস বা মূল শর্তগুলি উল্লেখ করুন এবং সহানুভূতি ও বিশ্বাস তৈরি করে এমন অনুশীলনগুলির জন্য সময় ব্যয় করুন।
- অংশগ্রহণকারীদেরকে মন খুলে এবং আরও ঐকান্তিকভাবে অংশগ্রহণে উদ্বুদ্ধ করতে আপনার নিজের অবদান ও অভিজ্ঞতার কথা ব্যক্ত করুন।
- উত্তেজনা দেখা দিলে মূল শর্তগুলি পড়ে শোনান এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে ভিন্ন অভিমত শোনার এবং সম্মান করার গুরুত্বের কথা মনে করিয়ে দিন।
- মানবাধিকারের প্রতি কারো আপত্তি থাকতেই পারে - সেটা স্বীকার করুন। ব্যাখ্যা করুন যে মূল্যবোধ এবং ধারণাগত দ্বন্দ্বের বিষয়গুলো আলোচনা ও সেগুলো বোঝার চেষ্টা করার মাধ্যমে আমরা প্রত্যেকেই উপকৃত হই।
- প্রতিহত করার ক্ষমতাকে অনুপ্রাণিত করুন! আলোচনা চালিয়ে যেতে এটিকে একটি সরঞ্জাম হিসাবে ব্যবহার করুন, দলের সদস্যদেরকে সমস্যা সম্পর্কে মতামত, প্রতিক্রিয়া বা উদ্বেগ বিনিময় করতে বলুন। রূপান্তরমূলক শিক্ষা গ্রহণের জন্য দলীয় প্রেক্ষাপটে (গ্রুপ সেটিং-এ) নেতিবাচক মনোভাব সম্পর্কে খোলাখুলিভাবে আলোচনা করা জরুরী।

- দলের মধ্যে উত্তেজনা দেখা দিলে সেটা স্বীকার করুন এবং মোকবেলা করুন। বিরতি নিন এবং বলুন যে, কক্ষের ভেতর এক ধরনের উত্তেজনা অনুভব করতে পারছেন। অংশগ্রহণকারীদেরকে মতভেদগুলো সনাক্ত করতে বলুন এবং দ্বিমত করা ঠিক কিনা তা জিজ্ঞাসা করুন। তারা কীভাবে বিষয়টি সামলাতে চায় সে সম্পর্কে দলের মতামত জিজ্ঞাসা করুন। যেমন, তারা একটি ছোট দল বা একটি পৃথক অধিবেশনে সমস্যাটি নিয়ে আলোচনা করতে চাইতে পারে, অথবা তারা আলোচনা বন্ধ করতে চাইতে পারে। এ বিষয়ে আপনার ব্যক্তিগত ইচ্ছা-অনিচ্ছা থাকলে তা প্রকাশ করুন। যেমন, আপনি পরামর্শ দিতে পারেন যে, যতক্ষণ না দলটির প্রত্যেকে একে অপরকে আরও ভালভাবে জানছে এবং তাদের মধ্যে পারস্পরিক বিশ্বাস এবং বোঝাপড়া তৈরি হচ্ছে, ততক্ষণ এই বিষয়ে আলোচনা বন্ধ থাকবে।
- কোন নির্দিষ্ট বিষয়ে মতপার্থক্যের কারণে অধিবেশন পন্ড-হওয়ার এবং সম্পর্কের ক্ষতি হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে বলে মনে হলে এ বিষয়ে আলোচনা আপাতত বন্ধ করুন এবং একমত তৈরি করা যেতে পারে এমন বিষয়গুলির উপর পুনরায় আলোকপাত করুন। কোসটি কোনো বিতর্ক ফোরাম নয়।
- খুব বেশি আশা করবেন না! মতভেদের জায়গাগুলিতে সংলাপ গড়ে তোলার জন্য নম্রতার সাথে চেষ্টা চালিয়ে যান। যে কারো ক্ষেত্রেই মজ্জাগত গৎবাঁধা ধারণা এবং প্রথাগুলির ব্যাপারে ছুট করে এবং প্রকাশ্যে মন পরিবর্তন করার সম্ভাবনা খুব কম। তবে বিকল্প দৃষ্টিভঙ্গির সংস্পর্শে আসলে এবং সহমর্মিতার সম্পর্ক গড়ে তোলার ফলে সময়ের সাথে সাথে মতামত পুনর্বিবেচনার সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায়।

#### সহায়তা প্রদান: কঠিন ব্যক্তি

কখনও কখনও একজন অংশগ্রহণকারী, ইচ্ছাকৃত বা অনিচ্ছাকৃতভাবে, দলের সংহতি এবং কার্যকারিতাকে প্রতিহত করার চেষ্টা করতে পারে, যেমন আলোচনায় আধিপত্য দেখানোর মাধ্যমে বা ফোন নিয়ে ব্যস্ত থাকার মাধ্যমে। এ ধরনের সমস্যার সমাধান ব্যক্তি এবং পরিস্থিতি ভেদে ভিন্ন হয়, তবে নিম্নলিখিত কৌশলগুলি সাহায্য করতে পারে।

- যখন একজন অংশগ্রহণকারী খুব বেশি সময় ধরে কথা বলে তখন তার মন বুঝে এবং হাস্যরস ব্যবহার করে তাকে সামলাতে হবে। যেমন, কোন মন্তব্যের মাধ্যমে তার বক্তব্য দ্রুত থামিয়ে দিন: “এটা একটা ভাল কথা বলেছেন, আপনাকে ধন্যবাদ! অন্যরা কি মনে করেন?” অথবা হাসিমুখে আপনার ঘড়ির প্রতি তার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন।
- আধিপত্য-আরোপকারী অংশগ্রহণকারীকে কোন দায়িত্ব দিন, যেমন ফ্লিপ চার্টে দলীয় ধারণাগুলি লেখার দায়িত্ব। ফলশ্রুতিতে তাদের আধিপত্য বিস্তার করার প্রবণতাটি সাময়িকভাবে হলেও ক্ষান্ত হবে।
- দলীয় গতিপ্রকৃতি (গ্রুপ ডাইনামিকস) যখন ভালো বলে মনে হবে না, তখন সেটা স্বীকার করুন এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে মূল শর্তগুলি মনে করিয়ে দিন। সবাইকে মনে করিয়ে দিন যে মূল শর্তগুলি অনুযায়ী কারও বক্তব্যের মাঝখানে তাকে থামিয়ে দেয়া বা বাধা দেয়া যাবে না, সম্পূর্ণ আলোচনাটি গোপনীয় রাখতে হবে, ফোন ব্যবহার করা যাবে না এবং প্রত্যেকের মতামতকে সম্মান করতে হবে। মূল শর্তগুলি প্রয়োগ করা যে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর দায়িত্ব সে বিষয়টি গুরুত্বের সাথে তুলে ধরুন এবং সমস্যা সমাধানের জন্য দলীয়ভাবে চাপ প্রয়োগ করার সুযোগ দিন।
- যে অংশগ্রহণকারী অত্যন্ত আধিপত্যপরায়ণ এবং অন্যদের সাথে কথা বলার সময় শ্রদ্ধাশীল আচরণ করেন না, প্রয়োজনে তার সাথে স্বতন্ত্রভাবে কথা বলুন - যেমন বিরতির সময়। তাদের অংশগ্রহণ যে আপনার কাছে মূল্যবান সে কথাটি বলে আলোচনা ও দলীয় কার্যকলাপের অন্তরায়গুলি উল্লেখ করুন, সমাধান কীভাবে করা যায় তা জিজ্ঞাসা করুন এবং কীভাবে তারা শেখার পরিবেশ উন্নত করতে সাহায্য করতে পারে সেগুলি নিয়ে আলোচনা করুন।
- অন্তিম উপায় হিসাবে একজন অংশগ্রহণকারীকে দলটি ছেড়ে যেতে বলতে হতে পারে। এই ধরনের পদক্ষেপের ফলে উদ্ভূত নেতিবাচক অনুভূতি এবং তাদের উপস্থিতির কারণে দলে উদ্ভূত নেতিবাচক অনুভূতির তুলনামূলক বিবেচনা যাচাই করে দেখা উচিত।

উৎস: ‘সহায়কদের জন্য পরামর্শ’ অংশটি দ্য হিউমেন রাইটস রিসোর্স সেন্টার এবং স্ট্যানলি ফাউন্ডেশন দ্বারা প্রকাশিত ন্যাশনাল ফ্লাওয়ারস এট এ্যাল-এর ‘দ্য হিউম্যান রাইটস এডুকেশন হ্যান্ডবুক’ থেকে নেয়া হয়েছে। এটি অনুমতি নিয়ে ব্যবহার করা হয়েছে।

## জটিল প্রশ্নের উত্তর মোকাবেলা

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি পরিচালনার সময় অংশগ্রহণকারীরা মানবাধিকার সম্পর্কে জটিল প্রশ্ন করতে পারেন। এখানে আমরা এরকম কিছু সম্ভাব্য প্রশ্ন এবং অনুমেয় আপত্তি তুলে ধরেছি এবং সেগুলির উত্তর দেওয়ার জন্য কিছু ধারণা লিপিবদ্ধ করেছি। প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী এবং প্রেক্ষাপট একে অন্যের থেকে ভিন্ন, তাই প্রতিটি আপত্তি বা প্রতিক্রিয়া আপনার জন্য হয়তো প্রাসঙ্গিক হবে না। তবুও, আমরা আশা করছি যে, এই তালিকাটি আপনাকে জটিল আলোচনার জন্য প্রস্তুত হতে সাহায্য করবে।

আপনি যখন কারোর আপত্তির ব্যাপারে প্রতিক্রিয়া জানাবেন তখন তার আপত্তিতে যদি সত্যতা থাকে এবং আপনার নিজেরও এরকম কোন অভিজ্ঞতা থেকে থাকে তাহলে সেটা উল্লেখ করতে ভুলবেন না। আরও মনে রাখবেন যে 'বিষয়টা আমার জানা নেই' বলে উত্তর দেওয়াটা কোন ভুল কিছু নয়। আমরা আশা করি যে, এই কোর্সটি আপনাদের সবাইকে একসাথে উত্তর খুঁজতে সাহায্য করবে। দৃষ্টিভঙ্গী পরিবর্তনের প্রক্রিয়াগুলি সাধারণত ধীরগতির এবং এই পরিবর্তন ধীরে ধীরে হয়। অবিলম্বে মতামত পরিবর্তনের আশা না করে পরিবর্তনের বীজ বপন এবং সেই বীজে পানি দেওয়ায় মনোনিবেশ করুন।

ফরব এর সাথে কী জড়িত এবং কখন এটি সীমিত হতে পারে সে সম্পর্কে বাস্তবিক প্রশ্নগুলির জন্য, অনুগ্রহ করে এই বিষয়ে আমাদের স্বল্পদৈর্ঘ্য চলচ্চিত্রগুলির ধারাবাহিক সংকলনটি দেখুন।

ফরব সম্পর্কিত কোন নির্দিষ্ট সমস্যা কীভাবে মোকাবেলা করা যায় এবং পরিস্থিতির পরিবর্তন করা যায়, সে ব্যাপারে অনেক জটিল প্রশ্ন আসতেই পারে। অনুগ্রহ করে ৬-৯ অধিবেশনের উপকরণগুলি ব্যবহার করুন (যা কৌশল এবং কর্ম পরিকল্পনার উপর আলোকপাত করে) এই ধরনের প্রশ্নের উত্তর খুঁজতে দলগুলিকে সাহায্য করুন।

প্রকৃত ঘটনাকে কেন্দ্র করে  
উত্থাপিত ফরব সম্পর্কিত  
প্রশ্ন মোকাবেলার জন্য এই  
চলচ্চিত্রগুলি দেখুন।

### ঝুঁকি এবং নিরাপত্তা বিবেচনা

কিছু প্রেক্ষাপটে, মানবাধিকার সম্পর্কে খোলাখুলিভাবে আলোচনা করা বিপজ্জনক। এই কোর্সটি পরিচালনার ফলে আপনি বা অংশগ্রহণকারীরা বিপদে পড়তে পারেন কিনা বা এর ফলে দ্বন্দ্ব এবং সংবেদনশীল বিষয়গুলি আরও অবনতির দিকে যেতে পারে কিনা সে সম্পর্কে গভীরভাবে চিন্তা করুন। কী কী আলোচনা করা সম্ভব, কার সঙ্গে, কোথায়, এবং কীভাবে? কীভাবে আপনি ঝুঁকি কমাতে পারেন - যেমন কোর্সের বিষয়বস্তু অভিযোজিত বা সীমিত করে? কীভাবে নিরাপত্তা জোরদার করা যেতে পারে - যেমন স্থানীয় নেতাদের সম্পৃক্ত করে এবং তাদের সমর্থন লাভ করে? পরামর্শের জন্য অন্যান্যদেরকে জিজ্ঞাসা করুন এবং প্রথমে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে 'নিরাপদ' একটি দলের জন্য কোর্সটি পরিচালনা করার চেষ্টা করুন। কোর্সটি কেবল তখনই পরিচালনা করবেন যখন এটা করা নিরাপদ।

### দ্রষ্টব্য

আপত্তি জানাবেন নাকি বক্তব্যটি ভালো করে শুনবেন?

কিছু বক্তব্যের পরিপ্রেক্ষিতে বক্তাকে আপত্তি জানানো এবং বলা যে 'আপনার দৃষ্টিভঙ্গীটা খারাপ' বা 'আপনার এই ধারণা ভুল' - এধরনের প্রতিক্রিয়া আপনাকে প্রলুব্ধ করতে পারে। কিছুক্ষেত্রে আলোচনা বন্ধ রাখা এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে মূল শর্তগুলি মনে করিয়ে দেওয়া আবশ্যকীয় হয়ে উঠতে পারে, বিশেষত যদি দলের অন্যরা আক্রান্ত বা অপমানিত বোধ করে। কোন সংবেদনশীল আলোচনায়, সহায়ক এবং আপত্তি উত্থাপনকারী উভয়ই যখন অভিন্ন স্বার্থের জায়গাটা (সে জায়গাটা যতো ক্ষুদ্রই হোক না কেন) খুঁজে বের করার চেষ্টা করছেন, সেরকম পরিস্থিতিতে অধিকাংশ ক্ষেত্রেই দৃষ্টিভঙ্গী পরিবর্তনের জন্য প্রয়োজন মনোযোগ দিয়ে অন্যের বক্তব্য শোনা এবং শ্রদ্ধাশীলভাবে যুক্তি প্রদর্শন। এক্ষেত্রে বিরতির সময় বা অধিবেশনের পরে উক্ত অংশগ্রহণকারীর সাথে স্বতন্ত্রভাবে আলোচনা উপকারে আসতে পারে, বিশেষত যদি আপত্তি উত্থাপনকারী অংশগ্রহণকারী আলোচনায় আধিপত্য বিস্তার করা বা দলের মধ্যে নেতিবাচক পরিবেশ সৃষ্টি করার জন্য দায়ী হয়।

## মূল ভাব - সংখ্যাগুরু বনাম সংখ্যালঘু

আপত্তি: সংখ্যাগুরুদের বেশি অধিকার থাকা উচিত! গণতান্ত্রিক ব্যবস্থায় সিদ্ধান্ত নেওয়ার অধিকার তাদের আছে।  
আপত্তি: সংখ্যালঘুরা যদি এখানে বাস করতে চায় তাহলে তাদেরকে আমাদের বিশ্বাস এবং জীবনধারা মেনে নিতে হবে, এটা আমাদের দেশ।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- গণতন্ত্রে যে রাজনৈতিক দল সর্বাধিক ভোট পায় তাকে সরকার গঠনের জন্য আমন্ত্রণ জানানো হয়। কিন্তু গণতন্ত্রকে টেকসই ও সুস্থ রাখতে হলে সেই গণতান্ত্রিক সরকারকে সবার স্বার্থ রক্ষা করতে হবে। সব নাগরিকের সমান অধিকার না থাকলে, গণতন্ত্র সংখ্যাগুরুদের স্বৈচ্ছাচারতন্ত্রে পরিণত হতে পারে - ভেবে দেখুন যদি দুইটি নেকড়ে বাঘ এবং একটি ভেড়াকে রাতের খাবারে কী থাকতে হবে সেই বিষয়ে ভোট দিতে বলা হয় তাহলে কী ঘটতে পারে!
- যদি আমাদের সরকার বা রাষ্ট্র সংখ্যালঘুদের অধিকার অস্বীকার করে এবং যদি এদেশে সংখ্যালঘুদেরকে সংখ্যাগুরুদের বিশ্বাস এবং জীবনধারা মেনে চলতে হয় - তাহলে এদেশের সংখ্যাগুরু মানুষদের একাংশ যারা অন্য দেশে সংখ্যালঘু হিসেবে বসবাস করে তাদের জন্য এর মর্মার্থ কেমন হবে? সেই দেশের সরকারের কি এদেশের সরকারের মতো অনুরূপ পদক্ষেপ নেয়া এবং তাদের অধিকার অস্বীকার করা যুক্তিযুক্ত হবে?
- গণতন্ত্রও মানবাধিকারের উপর নির্ভরশীল। বাক ও তথ্যের স্বাধীনতা, সমাবেশ ও সংঘবদ্ধ হওয়ার স্বাধীনতা, সংবাদপত্রের স্বাধীনতা এবং ভোট দেওয়ার সর্বজনীন অধিকার ছাড়া অবাধ ও সুষ্ঠু নির্বাচন অসম্ভব। এই অধিকারগুলি ব্যতীত নাগরিকরা রাজনৈতিক দল গঠন করতে পারে না, কাকে ভোট দিতে হবে সে সম্পর্কে একটি সচেতন মতামত তৈরি করতে পারে না।
- সংস্কৃতি ও ঐতিহ্যের বৈচিত্র্য সমাজকে বিভিন্ন উপায়ে সমৃদ্ধ করে, যেমন শিল্পকলার চর্চা ও খাদ্যের মাধ্যমে।

আপত্তি: মানবাধিকার শুধুমাত্র সংখ্যালঘুদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- যেকোন সংখ্যালঘু সম্প্রদায় বা গোষ্ঠীর মানুষের জন্য মানবাধিকার গুরুত্বপূর্ণ কেননা তারা প্রায়শই বড় ধরনের ঝুঁকির সম্মুখীন হয়, যেমন বৈষম্য। মানবাধিকার সবার জন্য, মানবাধিকার সবাইকে ক্ষমতার অপব্যবহার থেকে রক্ষা করতে চায় এবং সবার মঙ্গল করতে চায়। কেউ বিনা কারণে গ্রেফতার হতে চায় না, নির্যাতন বা বৈষম্যের শিকার হতে চায় না, এবং কেউ চায় না যে তাদের সন্তানরা শিক্ষা থেকে বঞ্চিত হোক। আমরা সংখ্যাগুরু বা সংখ্যালঘু যাই হই না কেন, আমরা সবাই সেই সমাজে বাস করতে চাই যেখানে আমাদের মানবিক মর্যাদা অধিকার দ্বারা সুরক্ষিত এবং বৈষম্য বা নির্যাতনের মতো সমস্যাগুলি থেকে সুরক্ষিত।
- প্রত্যেকেরই একাধিক পরিচয় আছে। একজন ব্যক্তি কোন ধর্মীয় বা আদিবাসী সংখ্যাগুরু গোষ্ঠী বা সম্প্রদায়ের সদস্য হতে পারে কিন্তু একই সাথে সে অন্য ধরনের সংখ্যালঘু সম্প্রদায়েরও অন্তর্গত হতে পারে - যেমন যদি তার কোন ধরনের শারীরিক বা মানসিক প্রতিবন্ধীতা থাকে।

## মূলভাব- পশ্চিমা মূল্যবোধ এবং চক্রান্ত/পটভূমি

আপত্তি: পশ্চিমা শক্তিগুলি মানবাধিকার ব্যবহার করে অন্য দেশের অবস্থানকে নিচে নামাতে চেষ্টা করে এবং ক্ষতি করে, যদিও তারা নিজেরাই মানবাধিকারের মানদণ্ডকে সম্মান করে না। মানবাধিকার রাজনৈতিক ক্ষমতার লড়াইয়ে নিছক হাতিয়ার মাত্র।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- যে কোনো সরঞ্জাম বা হাতিয়ার যতো ভালোই হোক না কেন - এর অপব্যবহার হতে পারে। রাজনৈতিক ক্ষমতার লড়াইয়ে কখনো কখনো মানবাধিকারের অপব্যবহার করা হয়। এটাও সত্য যে মানবাধিকার বিষয়ে কোনো দেশেরই নিখুঁত রেকর্ড বা তথ্যপঞ্জি নেই (যদিও কিছু সরকারের অন্যদের চেয়ে অনেক ভালো তথ্যপঞ্জি বা উপাত্ত আছে)। কোন কোন সরকার মানবাধিকারের স্পষ্ট লঙ্ঘন করা সত্ত্বেও অন্যদেরকে একইধরনের লঙ্ঘনের জন্য নির্লজ্জভাবে আপত্তি জানায়। কিন্তু এর মানে এই নয় যে মানবাধিকার আমাদের জন্য, অর্থাৎ আমরা যারা এই অধিকারগুলির ধারণকারী, তাদের জন্য গুরুত্বহীন। এই অধিকারগুলি আমাদের স্বাধীনতা, নিরাপত্তা এবং সার্বিক মঙ্গলকে কেন্দ্র করেই।
- সমাজে অসংখ্য মানবাধিকার লঙ্ঘন ঘটে - যেমন বৈষম্য এবং ঘৃণাত্মক অপরাধের মাধ্যমে। এমনকি সরকার ব্যর্থ হলেও, নাগরিক হিসেবে আমরা আমাদের সমাজে মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করতে অবদান রাখতে পারি। আমরা একে অন্যের অধিকার আদায়ের জন্য পাশে দাঁড়াতে পারি এবং অধিকার সমুন্নত করার ক্ষেত্রে সরকারের ব্যর্থতার প্রতি আপত্তি জানাতে সংঘবদ্ধ হতে পারি। যখন আমরা এরকম কিছু করি, তখন সরকারের (সেটা পশ্চিমা সরকারই হোক বা অন্য সরকারই হোক) জন্য মানবাধিকারের লঙ্ঘন চালিয়ে যাওয়া কঠিন হয়ে ওঠে। সরকারগুলো রাজনৈতিক খেলা খেলে - কিন্তু প্রশ্ন সেখানে নয়, প্রশ্ন হলো, আমরা নিজেরা আমাদের সমাজে মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করার জন্য কী করতে পারি।

আপত্তি: মানবাধিকার তিনদেশী একটি ধারণা যার মূলে রয়েছে পশ্চিমা মূল্যবোধ এবং সাংস্কৃতিক সাম্রাজ্যবাদ।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রটির খসড়া করা হয়েছিল বিশ্বের বিভিন্ন দেশের ভিন্ন ভিন্ন ধর্ম ও বিশ্বাসের প্রতিনিধিদের দ্বারা। এই প্রতিনিধিরা জোর দিয়ে বলেছিলেন যে মানবাধিকার মানুষের মর্যাদা এবং দৈনন্দিন জীবনে আমাদের নিত্য চাহিদাগুলোর সাথে সম্পর্কিত। বিশ্বের প্রায় সব দেশই মানবাধিকারের এই ঘোষণায় সমর্থন দিয়েছে এবং এগুলোর প্রতি সম্মান প্রদর্শন, সুরক্ষা এবং প্রচার করতে সম্মত হয়েছে।
- মানবাধিকার আসলে আমাদের দৈনন্দিন জীবনে আমাদের প্রয়োজনীয় চাহিদাগুলির সাথে সম্পর্কিত - বিদ্যালয়ে, ক্ষেত্রে-খামারে, কর্মক্ষেত্রে, বাড়িতে এবং পাড়া বা মহল্লায় আমাদের একে অপরের সাথে কীভাবে আচরণ করা উচিত এবং অন্যের কাছ থেকে কী রকম আচরণ পাওয়া উচিত তার সাথে সম্পর্কিত - যারা আমাদের উপর ক্ষমতা রাখেন, যেমন বাড়িওয়ালা, নিয়োগকর্তা, শিক্ষক বা পরিবারের সদস্য এবং কর্তৃপক্ষের দ্বারা নির্ধারিত হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার সাথে সম্পর্কিত। যারা এই বিষয়গুলি আমাদের সবার কাছেই গুরুত্বপূর্ণ।
- মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রে প্রণীত অধিকারগুলি দেখুন এবং প্রশ্ন করুন। এগুলোর মধ্যে কোনোটি কি এমন কিছু সাথে সম্পর্কিত যেগুলোকে আমরা মানুষের চাহিদা হিসেবে গণ্য করি? কোন নির্দিষ্ট অধিকারগুলোকে আপনি 'তিনদেশী' বলে মনে করেন? এমন কিছু আছে কি যা আমরা নিজেদের জন্য চাই না?

আপত্তি: মানবাধিকার ব্যক্তিতান্ত্রিক। আমাদের সংস্কৃতিতে, ব্যক্তিগত অধিকারের চেয়ে সামষ্টিক কর্তব্য এবং সম্পর্ক বেশি গুরুত্বপূর্ণ। দায়িত্বের তোয়াক্কা না করে সবাই যদি নিজেদের অধিকার আদায় নিয়ে ব্যস্ত থাকে তাহলে আমাদের সমাজের কাঠামোটাই ভেঙে যাবে।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- এটা সত্য যে মানবাধিকারের সূচনা ব্যক্তি অধিকার থেকেই। স্বতন্ত্র একজন ব্যক্তিরও অধিকার থাকা গুরুত্বপূর্ণ - কারণ স্বতন্ত্র ব্যক্তি হিসাবে আমরা বিভিন্ন লঙ্ঘনের ঝুঁকির মুখে থাকি - যেমন, দুর্নীতিগ্রস্ত কর্মকর্তা কিংবা পরিবারের কোন অত্যাচারী সদস্যদের দ্বারা। এ ধরনের ক্ষেত্রগুলোতে ন্যায়বিচার এবং সাহায্যের সুযোগ আমাদের থাকা উচিত।

- মানবাধিকারের সূচনা ব্যক্তি অধিকার থেকে হলেও অনেক মানবাধিকার আমাদের সম্মিলিত উদ্যোগগুলিরও সুরক্ষা করা। যেমন, আমাদের পরিবার গঠনের অধিকার রয়েছে, সমাবেশের স্বাধীনতা আমাদেরকে দলে দলে সংঘটিত হওয়ার অধিকার দেয়, এবং ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা আমাদেরকে পছন্দের বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজের অংশীভূত হওয়ার, ধর্মীয় সংগঠন তৈরি করার এবং একসাথে প্রার্থনা করার অধিকার দেয়। আদিবাসী ও সংখ্যালঘুদের রক্ষা করে এমন কিছু দলীয়/গোত্রীয় অধিকারও রয়েছে।
- মানবাধিকারের সাথে দায়িত্বও জড়িত। প্রত্যেকেরই দায়িত্ব অন্য মানুষের অধিকারকে সমর্থন দেয়া এবং সম্মান করা - মানুষের সাথে ভাল আচরণ করা এবং এমন একটি সমাজের জন্য কাজ করা যেখানে কেউ ক্ষমতার অপব্যবহারের শিকার হবে না। সেই দায়িত্ব সবাই নিলে সমাজের কাঠামো আরও মজবুত হয়।

## মূলভাব - একটি দস্তহীন হাতিয়ার এবং অপ্রাসঙ্গিক বিষয়

আপত্তি: রাষ্ট্রগুলো ক্রমাগত মানবাধিকার লঙ্ঘন করে এবং তাদেরকে বাধা দেয়ারও কেউ নেই। রাষ্ট্রগুলো মানুষকে রক্ষা করতে ব্যর্থ হয়। তাই যদি হয় তাহলে এসবের কী দরকার? মানবাধিকার কাগজে কলমে ব্যবহৃত শব্দ মাত্র। আপত্তি: মানবাধিকার হয়তো পশ্চিমাদের জন্য বা শহরের মানুষের জন্য প্রযোজ্য, কিন্তু গ্রামীণ জীবনে এর কোনো প্রভাব নেই।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকার লঙ্ঘনকারী সরকারগুলোকে থামানোর জন্য কোনও আন্তর্জাতিক আইন শৃঙ্খলা রক্ষাকারী বাহিনী নেই। আন্তর্জাতিক সংস্থাগুলি প্রায়ই গুরুতর মানবাধিকার লঙ্ঘন বন্ধ করতে ব্যর্থ হয়। আর সরকার মানবাধিকার রক্ষার জন্য আইন ও নীতি প্রণয়ন করলেও তৃণমূল পর্যায়ে এর প্রভাব কম পড়ে। তবুও, মানবাধিকার অর্থহীন নয়।
- নিরব দর্শক হয়ে মানবাধিকার অর্জন করা যায় না। মানবাধিকারকে সাধারণ মানুষের জন্য একটি জলজ্যাত বাস্তুতে পরিণত করা এমন একটি প্রক্রিয়া যা সমাজে ও জাতির মধ্যে শুরু করতে হয়। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই এই প্রক্রিয়াটি বেদনাদায়কভাবে ধীর গতির (বিশেষত যখন ক্ষমতায় থাকা ব্যক্তির পরিবর্তন বিমুখ হন) - যার জন্য প্রয়োজন ধৈর্য, সাহসিকতা এবং সুনিপুন কৌশল। পরিবর্তনের দিকে যাত্রা প্রায়ই দীর্ঘ এবং ছোট ছোট পদক্ষেপ নিয়ে গঠিত। অনেক কিছুই অল্প সময়ের মধ্যে অর্জন করা অসম্ভব হলেও, পরিবর্তনের সেই যাত্রাটি শুরু করা গুরুত্বপূর্ণ।
- ভাল আইন, প্রবিধান এবং নীতিগুলি আন্তর্জাতিক, জাতীয় এবং স্থানীয় পর্যায়ে গুরুত্বপূর্ণ, কিন্তু পরবর্তী অত্যাবশ্যিক পদক্ষেপটি হলো কার্যকর প্রতিষ্ঠান গড়ে তোলা। অর্থাৎ এটা নিশ্চিত করা যে নিয়মনীতিগুলি সবাই জানবে এবং এই নিয়মনীতিগুলির প্রতি দায়বদ্ধ প্রত্যেকেরই এগুলো মেনে চলবে। প্রত্যন্ত গ্রাম থেকে সুপ্রিম কোর্ট পর্যন্ত - প্রতিটি স্তরে সচেতনতা, দক্ষতা এবং জবাবদিহিতার ব্যবস্থা গড়ে তোলা এই পুরো প্রক্রিয়ার সাথে জড়িত।
- অনেক ধরনের অধিকার লঙ্ঘন আমাদের সমাজেই ঘটে থাকে। মানবাধিকার অর্জনের বিষয়টি তৃণমূল পর্যায়ে সাধারণ মানুষের মধ্যে অধিকার সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি এবং দৃষ্টিভঙ্গি, মূল্যবোধ এবং আচরণ পরিবর্তনের উপর নির্ভর করে।
- আমাদের অর্জন নিতান্তই কম নয়! দাসপ্রথা বিলুপ্ত করার প্রচারণা, সবার জন্য ভোটের অধিকার অর্জন, নারীদের পারিবারিক সহিংসতা থেকে রক্ষা করে এমন আইন প্রণয়ন, প্রান্তিক এলাকার পরিবারগুলির জন্য স্বাস্থ্যসেবা ও বিদ্যুতের মতো সরকারি পরিষেবাগুলির সুযোগ নিশ্চিত করা - এগুলো মানবাধিকারের কয়েকটি উদাহরণ মাত্র যা বিশ্বজুড়ে সাধারণ মানুষের জীবনকে উন্নত করেছে। অতীত প্রজন্মের সংগ্রামের দ্বারা আমরা কতো অধিকার অর্জন করেছি তা ভুলে যাওয়া স্বাভাবিকভাবেই সহজ।

## মূলভাব – মানবাধিকারের প্রতি ধর্মীয় আপত্তি

দ্রষ্টব্য

ধর্মীয় আপত্তিগুলি জটিল এবং সংবেদনশীল ব্যাপারগুলিকে স্পর্শ করে। আবার ধর্মীয় ব্যাখ্যা এবং যুক্তিগুলিও প্রেক্ষাপটভেদে অত্যন্ত বৈচিত্র্যময় হয়। নিচে প্রস্তাবিত উত্তরগুলিতে সাধারণ পরামর্শ প্রদান করা হয়েছে, এখানে কোন নির্দিষ্ট ধর্মীয় শিক্ষার আলোচনা অন্তর্ভুক্ত করা হয়নি।

আপনার দলের ক্ষেত্রে এই সমস্যাগুলি সামলানো যদি কঠিন বলে মনে হয়, তাহলে এমন একজন সহায়তাকারী (Resource person)-কে আমন্ত্রণ জানাতে পারেন যার বিশ্বাস ও ঐতিহ্য আপত্তি-উত্থাপনকারী অংশগ্রহণকারীদের থেকে ভিন্ন না হলেও অধিবেশন পরিচালনায় আপনাকে সাহায্য করতে পারবে। মানবাধিকারের জন্য কাজ করে এমন কোন ধর্মীয় সংগঠন বা নেতা আছে কি যাদের সাথে আপনি যোগাযোগ করতে পারেন?

যুক্তি মূল্যায়ন করার ক্ষেত্রে অংশগ্রহণকারীর প্রশ্ন/আপত্তির পেছনের কারণ বা প্রেরণা বিবেচনা করাও গুরুত্বপূর্ণ - তিনি/তারা কি সত্যিই কৌতূহলী? তিনি/তারা কি জানতে চান যে নিজ বিশ্বাসের প্রতি সত্য থেকেও মানবাধিকারের জন্য কাজ করতে পারা যায় কিনা? নাকি তিনি/তারা সক্রিয়ভাবে দলটিতে বিভেদ তৈরি করার চেষ্টা করছেন?

মনে রাখবেন যে কোন প্রশ্নের উত্তরে ‘আমি জানি না’ বলাটা কোন ভুল নয়। এরকম ক্ষেত্রগুলিতে পুরো কোর্স জুড়ে আলোচিত বিষয়গুলির সাথে অংশগ্রহণকারীদের বিশ্বাস কীভাবে সম্পর্কিত তা নিয়ে দলটিকে ভাবতে পরামর্শ দিতে পারেন।

ফরব এবং ধর্মতত্ত্ব  
এখানে বিভিন্ন ধর্মের জন্য  
উপকরণগুলো পাবেন

আপত্তি: মানবাধিকার মানুষের সৃষ্টি। আমরা ঐশ্বরিক ইচ্ছা এবং আইন অনুসরণ করি। আমাদের ধর্ম আমাদের প্রয়োজনীয় সমস্ত উত্তর প্রদান করে - আমাদের মানবাধিকারের প্রয়োজন নেই!

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- মানবাধিকার মানুষের সৃষ্টি। তা সত্ত্বেও, প্রতিটি ধর্মেই এমন অনেক পণ্ডিত, নেতা এবং সদস্য রয়েছেন যারা বিশ্বাস করেন যে মানবাধিকারের বিষয়বস্তুগুলি মানবিক মর্যাদা, ন্যায়বিচার এবং দায়িত্ব সম্পর্কে তাদের ধর্মের মূল শিক্ষাকে ব্যাপকভাবে তুলে ধরে। ভিন্ন ধর্মাবলম্বী হলেও একসাথে মানবাধিকার অন্বেষণ করার মধ্যে দিয়ে আমরা সেইসব অভিন্ন মতাদর্শের (Common Ground) উপাদানগুলি খুঁজে পেতে পারি।
- মানবাধিকার ধর্মীয় শিক্ষার ভিন্ন একটি কার্য সম্পাদন করে। যেখানে ভিন্ন ধর্মাবলম্বী মানুষেরা কেউই একে অন্যের প্রতি সহনশীল নয়, সেখানে মানবাধিকার আমাদেরকে এমন একটি সাধারণ ভাষা প্রদান করে যা ব্যবহার করে কাঙ্ক্ষিত সমাজ গড়ে তোলার লক্ষ্যে আমরা সবাই কথা বলতে পারি। মানবাধিকার এমন একটি আইনি কাঠামোও সরবরাহ করে যা আমরা রাষ্ট্রের জবাবদিহিতা নিশ্চিত করার জন্য ব্যবহার করতে পারি - যাতে রাষ্ট্র মানুষের মর্যাদা এবং ন্যায়বিচারকে সম্মান করে।
- অনেক ধর্ম ও বিশ্বাসের প্রতিনিধিরা মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রের খসড়া তৈরিতে জড়িত ছিলেন এবং খসড়াগুলি জাতিসংঘের সকল সদস্যদের দ্বারা জোড়ালোভাবে বিতর্কিত হয়েছিল। প্রস্তাবিত অধিকারগুলি ধর্মীয় এবং মানবিক মূল্যবোধের সাথে কীভাবে সম্পর্কিত তা নিয়েও অনেক বিতর্ক হয়েছিল। লক্ষ্য ছিল এমন একটি ঘোষণা তৈরি করা যা সত্যিকার অর্থে সর্বজনীন হবে - এবং সেখানে এমন সব অধিকার থাকবে যেগুলোর প্রতি ধর্ম বা আদর্শ নির্বিশেষে প্রত্যেকেই একমত হতে পারবে।

আপত্তি: আমি মানবাধিকার এবং/অথবা ফরব এর জন্য কাজ করতে পারবো না, কারণ এগুলো আমার ধর্মে গ্রহণযোগ্য নয়।

অংশগ্রহণকারীরা একমত নয় এরকম কোন অধিকার বা অধিকার বাস্তবায়নের উপায় নিয়ে আলোচনার ফলে অধিবেশন সহজেই লক্ষ্যচ্যুত হতে পারে। আপত্তিকারী কোন বিশেষ অধিকারটি সম্পর্কে উদ্দিগ্ন তা জিজ্ঞাসা করুন। সেই নির্দিষ্ট অধিকারটির বিষয়ে ঐক্যমতে পৌঁছানো যদি কোর্সের লক্ষ্য অর্জনের চাবিকাঠি না হয়ে থাকে তাহলে সমর্থনের জায়গাগুলিতে পুনরায় দৃষ্টিপাত করার চেষ্টা করুন এবং ধীরে ধীরে ঐক্যমতের ক্ষেত্রকে প্রশারিত করুন।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আপত্তি উত্থাপনকারীকে জিজ্ঞাসা করুন যে ফরব-এর সাথে সম্পর্কিত কোন মানবাধিকার বা অন্য কোন বিষয় আছে কিনা যেগুলো তার ধর্মীয় ঐতিহ্যের মূল্যবোধকে তুলে ধরে এবং মানবাধিকার সম্পর্কিত এমন কোন সমস্যা আছে কিনা যেগুলো তারা মোকাবেলা করতে চায়। উল্লেখ করুন যে এই কোর্সের উদ্দেশ্য শক্তিশালী সমাজ পরিবর্তনকারী হয়ে ওঠা যাতে করে সমাজের সমস্যাগুলি মোকাবেলা করতে পারা যায়, কিন্তু তাই বলে সব বিষয়ে আমাদেরকে একমত হতে হবে এমন কোন কথা নেই।

- ব্যক্তি, গোষ্ঠী এবং সমাজের উপর সংশ্লিষ্ট অধিকার লঙ্ঘনের প্রভাব সম্পর্কিত বাস্তব উদাহরণ দেওয়ার চেষ্টা করুন। এই ধরনের প্রভাব দ্বারা সৃষ্ট ক্ষয়ক্ষতির সাথে আমাদের ধর্মে উল্লেখিত মানবিক মর্যাদা ও মানুষের প্রতি ভালোবাসার বার্তাগুলি কীভাবে সম্পর্কিত?
- নৈতিকতা এবং মূল্যবোধ প্রচার ও সমুল্লত করার জন্য আইনের মাধ্যমে অধিকার সীমিত করা কোন ভালো পদ্ধতি নাও হতে পারে।
- অংশগ্রহণকারীরা যে অধিকারটি নিয়ে আপত্তি তুলেছে সে অধিকারের বিষয়ে তাদেরকে জিজ্ঞাসা করুন যে তাদের ধর্মে (বা ধর্মগুলিতে) এই অধিকার সম্পর্কে কী বলা হয়েছে এবং যারা এই অধিকার চর্চা করেন তাদেরকে কেমন পরিস্থিতিতে পড়তে হয়। তাদের ধর্মে কি এ বিষয়ে কেবল এই একটি প্রাসঙ্গিক কথাই বলা আছে এবং এর ব্যাখ্যাও কি কেবল এই একটিই যেটা তারা উল্লেখ করেছেন? এই অধিকারকে অন্য কোনভাবে সমর্থন করে এরকম কিছু কি তাদের ধর্মে লেখা/উল্লেখ আছে, বা এধরনের কোন মূল্যবোধ, ব্যাখ্যা বা অনুবাদ - কিছু কি আছে? সময়ের সাথে সাথে ধর্মীয় শিক্ষা কি পরিবর্তিত হয়েছে?
- একই ধরনের ধর্মীয় সংখ্যাগুরু জনগোষ্ঠী নিয়ে গঠিত দেশগুলির ক্ষেত্রেও মানবাধিকার এবং ফরব সংশ্লিষ্ট বিষয়গুলি মোকাবেলার পছাতে যথেষ্ট ভিন্নতা দেখা যায়। মানবাধিকার আইন প্রণয়নের জন্য মুসলিম, বৌদ্ধ বা খ্রিস্টানদের অভিন্ন বা একক কোন পছা নেই।

পরামর্শ! মানবাধিকারের প্রতি অধিকারবদ্ধ একজন ধর্মীয় নেতা বা ধর্মতাত্ত্বিককে এই ধরনের আলোচনায় সাহায্য করতে অনুরোধ করুন!

প্রশ্ন: অন্যান্য ধর্মের জন্য সমান অধিকারকে সমর্থন করার মানে কি এই হয় না যে সব ধর্মকেই আমি সমানভাবে সত্য বলে মনে করি? ফরব সমুল্লত করার জন্য আমাকে কি নিজের ধর্মকে একমাত্র সত্য ধর্ম হিসেবে বিবেচনা করা বন্ধ করতে হবে?

আপত্তি: আমাদের ধর্মই শ্রেষ্ঠ ধর্ম, তাহলে আমরা কেন অন্যদেরকে সমান অধিকার দেব?

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আপনার ধর্মই একমাত্র সত্য ধর্ম - এই বিশ্বাসের অধিকার ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা দ্বারা সুরক্ষিত আছে। ফরব অন্যদের ধর্ম বা বিশ্বাসকে একমাত্র সত্য বলে বিশ্বাস করার অধিকারও রক্ষা করে। মনে রাখতে হবে যে, মানবাধিকার বা আন্তর্জাতিক আইন ধর্মীয় সত্যতা যাচাই এর প্রশ্নে কোন রায় দেয় না। মানুষকে ঘিরেই মানবাধিকার এবং এর ভিত্তি মানুষের মর্যাদা ও নৈতিকতার উপর। মানবাধিকারগুলি আমাদের সবার জন্য একটি নিরাপদ জায়গা তৈরি করে যেখানে একে অন্যের সাথে কীভাবে সম্মান এবং মর্যাদার সাথে আচরণ করতে হবে তার একটি ন্যূনতম মানদণ্ড- নির্ধারণের মাধ্যমে নিজেদের মধ্যে হাজারো ভিন্নতা থাকা সত্ত্বেও একসাথে মিলেমিশে বসবাস করার সুযোগ তৈরি করে।
- অধিকাংশ ধর্মই মানুষের মর্যাদার প্রতি গুরুত্ব তুলে ধরে এবং ‘অন্যের কাছ থেকে যেমন আচরণ আমরা প্রত্যাশা করি ঠিক তেমন আচরণই অন্যদের সাথে করা উচিত’-এই মৌলিক নীতির (golden rule) কোন না কোন সংস্করণ অন্তর্ভুক্ত করে। অংশগ্রহণকারীদেরকে জিজ্ঞাসা করুন তাদের ধর্মের এরকম কোন মৌলিক নীতি রয়েছে কিনা এবং এর সাথে সম্পর্কিত কী শিক্ষা তারা পেয়েছেন। মানুষের সমান অধিকার না থাকলে এই মৌলিক নীতি মেনে চলা সম্ভব কিনা জিজ্ঞেস করুন।
- মানবাধিকারের ন্যূনতম মান অনুযায়ী মানুষের প্রতি সমতার সাথে আচরণ করা আর তাদের বিশ্বাসকে সমর্থন করা এক কথা নয়। বৈষম্য, সহিংসতা বা অধিকার অস্বীকার করার মতো পছাগুলি অনুসরণ না করেও আমরা অন্য মানুষের বিশ্বাসের প্রতি ভিত্তিগত দিক থেকে ভিন্নমত পোষণ করতে পারি। ধর্ম চর্চার অধিকারে সীমাবদ্ধতা আরোপ কেবল তখনই অনুমোদিত যখন সংশ্লিষ্ট ধর্মীয় চর্চাটি অন্যান্য মানুষের অধিকার, স্বাধীনতা, জনস্বাস্থ্য ইত্যাদির জন্য হুমকি হয়ে দাঁড়ায়।
- এমন কোন অধিকার আছে যা আমরা নিজেদের জন্য চাই, কিন্তু অন্যের সেই অধিকার থাকা উচিত নয় বলে মনে করি? আজ যদি আমরা অন্যদের এই অধিকারগুলি অস্বীকার করি, তাহলে আমরা কীভাবে নিশ্চিত হতে পারি যে এমন একটা সময় আসবে না যখন রাষ্ট্র মনে করবে আমাদের অধিকারগুলোকেও অস্বীকার করা বেঠিক কিছু নয়? একজনের অধিকার না থাকা মানে কারোরই অধিকার নেই। এহেন পরিস্থিতিতে, আমাদের থাকার মধ্যে থাকবে কেবল রাষ্ট্রীয়ভাবে বরাদ্দ কিছু অস্থায়ী আইনী সুযোগ-সুবিধা যেগুলো রাষ্ট্র চাইলে যেকোন সময় অপসারণ করতে পারে।
- মানবাধিকার এমন একটি বিষয় যা আমাদের ধর্ম বা বিশ্বাসের সেইসব অনুসারীদেরকেও সুরক্ষা দেয় যারা অন্যান্য দেশে সংখ্যালঘু হিসেবে বসবাস করে। যদি এটা দাবী করা হয় যে আমাদের দেশের সংখ্যাগুরুরা বা রাষ্ট্রই নির্ধারণ করবে কার অধিকার থাকবে বা থাকবে না - তার মানে এই দাঁড়ায় যে অন্যান্য রাষ্ট্র বা সমাজের সংখ্যাগুরুরাও যদি সেখানে বসবাসরত আমাদের ধর্মের অনুসারীদের অধিকার অস্বীকার করে তবে এতে তাদের কোন ভুল হবে না।

## মূলভাব: স্বাধীনতা এবং নিয়ন্ত্রণ

প্রশ্ন: তারা এমনভাবে ধর্ম চর্চা করে যা আমাদের সংস্কৃতির সাথে মানানসই নয়। তাছাড়া ঐ ধর্মের সবাই কিন্তু এই ভাবে ধর্ম চর্চা করে না - তাই এই ধরনের ধর্ম চর্চা কোনভাবেই অপরিহার্য হতে পারে না। এটা যদি অপরিহার্য নাই হয় তাহলে এরকম ধর্ম চর্চা নিষিদ্ধ করার ক্ষমতা কি আমাদের থাকা উচিত নয়?

প্রশ্ন: শীর্ষতম ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানই যখন বলে দেয় যে একটি বিশেষ ধর্মের চর্চা একটি বিশেষ উপায়ে হওয়া উচিত, তাহলে আমরা কেন তাদেরকে ভিন্নভাবে চর্চা করতে দেব?

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- ধর্মগুলি অত্যন্ত বৈচিত্র্যময়। যেকোন ধর্মেই কোন কিছু করার বিভিন্ন উপায় থাকতে পারে। এবং এই সম্ভাবনা খুব ক্ষীণ যে সকল ধর্মাবলম্বীরা অন্য একটি ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানকে মেনে চলবে। এই ক্রমবর্ধমান চলমান বিশেষ ভিন্ন ও বৈচিত্র্যপূর্ণ উপায় অবলম্বনকারী সবাই কিন্তু একে অপরের সাথে মিলেমিশেই বসবাস করে।
- ধরা যাক যে আপনাকে অন্য দেশে পালিয়ে যেতে হবে। সেই দেশের সমাজ যদি আপনার নিজের মতো করে ধর্ম চর্চার অধিকার অস্বীকার করে বা আপনাকে এমনভাবে ধর্ম চর্চা করতে বাধ্য করে যা আপনার বিবেক বিরুদ্ধ - তাহলে আপনার কেমন লাগবে?
- কোন বিশেষ উপায়ে বা পন্থায় ধর্ম চর্চা করার জন্য কাউকেই প্রমাণ করতে হবে না যে এইভাবে ধর্ম চর্চা করা তার ধর্ম অনুযায়ী অপরিহার্য। এক্ষেত্রে আমাদের স্বাধীনতা থাকা উচিত। ধর্ম চর্চার স্বাধীনতাকে সীমিত করতে হলে রাষ্ট্রকে দেখাতে হবে যে প্রস্তাবিত সীমাবদ্ধতা বা নিষেধাজ্ঞা আবশ্যিকীয় - যেমন জনস্বাস্থ্য বা অন্যদের অধিকার ও স্বাধীনতা রক্ষার জন্য। স্বাধীনতার উপর অপ্রয়োজনীয় বিধিনিষেধ আরোপ করা হলে অসন্তোষ ও সামাজিক উত্তেজনা দেখা দেয়। এভাবে রাষ্ট্রের হাতে অত্যধিক ক্ষমতা ও স্বৈচ্ছাচারীতার প্রবণতা চলে আসে, ফলে সমাজ গণতন্ত্র থেকে দূরে সরে গিয়ে একনায়কতন্ত্রের দিকে ধাবিত হয়।

## মূলভাব: আঘাত হানা এবং সম্প্রীতি

প্রশ্ন: আঘাত বা আক্রমণের শিকার হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার অধিকার আছে কি?

আপত্তি: সংখ্যালঘু/মুক্তচিন্তাবিদদের তাদের ধর্ম সম্পর্কে অবাধে কথা বলার/চর্চার অনুমতি দেওয়া হলে সেটা আমাদের মূল্যবোধ এবং সামাজিক সংহতিকে ক্ষুণ্ণ করার ঝুঁকি তৈরি করে।

আপত্তি: অন্যদের ধর্মীয় অনুভূতিতে আঘাত দেয়া কারোই উচিত নয়। ধর্মদ্রোহিতা এবং অন্যান্য আপত্তিকর বক্তৃতা এবং আচরণ নিষিদ্ধ করা উচিত। এভাবেই আমরা সম্প্রীতি বজায় রাখতে পারি এবং পবিত্রতা রক্ষা করতে পারি। আপত্তি: ধর্মকে নেতিবাচকভাবে চিত্রিত করা থেকে আমাদের সুরক্ষা পাওয়া উচিত - কেননা এর ফলে বৈষম্য তৈরি হয়।

সম্ভাব্য প্রতিক্রিয়া:

- আন্তর্জাতিক আইন অনুসারে প্রত্যেকেরই স্বাধীনভাবে নিজের বিশ্বাস ধারণ করার, চর্চা ও প্রকাশ করার অধিকার রয়েছে, যতক্ষণ না সেই চর্চাটি অন্যের অধিকার এবং স্বাধীনতা খর্ব করে। আন্তর্জাতিক আইন আমাদের কাছে মূল্যবান বলে গণ্য কোন বিষয়ের সমালোচনা অথবা অপছন্দনীয় কোন কিছু দেখা বা শোনা থেকে সুরক্ষা দেয় না। আহত বোধের অনুভূতি থেকে সুরক্ষা পাওয়ার কোন মানবাধিকার নেই।
- সামাজিক সম্প্রীতি রক্ষার জন্য আপত্তিকর/আক্রমণাত্মক বক্তৃতা এবং আচরণ নিষিদ্ধ করা যৌক্তিক এবং নৈতিক বলে মনে হতে পারে। তবে আক্রমণাত্মক কী - তা সংজ্ঞায়িত করা অসম্ভব। কিছু মানুষ তাদের নিজেদের ধারণা ছাড়া অন্য যেকোন ধারণার নিছক অস্তিত্ব দ্বারাও আহত বোধ করে। আন্তর্জাতিক আইন অনুসারে, ঘৃণা ও সহিংসতাকে উৎসে দেয়া হয় এরকম বক্তব্য বা বক্তৃতা নিষিদ্ধ। সাধারণত ধর্মদ্রোহিতা, ধর্মত্যাগ এবং 'সামাজিক সম্প্রীতি রক্ষা'র আইনগুলির ব্যাপ্তি এর চেয়ে অনেক বেশি হয়। এসব আইনে যে প্রবণতাটি লক্ষ্য করা যায় তা হলো:
  - আইনগুলি অস্পষ্ট, ফলত কোন বিষয়গুলি অবৈধ বলে বিবেচিত হবে তা জানাটা দুর্লভ হয়ে ওঠে।
  - (তাত্ত্বিকভাবে না হলেও প্রায়োগিক ক্ষেত্রে) আইনগুলি অপরাধকে সংজ্ঞায়িত করতে সংখ্যাগুরুদের দৃষ্টিভঙ্গির উপর নির্ভর করে।
  - এক হাতে তালি বাজে না এই ধারণার বশবর্তী হয়ে অবমাননা এবং মিথ্যা অভিযোগকে উৎসে দেয়।
  - সংখ্যাগুরুদের পছন্দ নয় এমন ধর্মীয় বিশ্বাসের চর্চা ও প্রকাশ যারা শান্তিপূর্ণভাবে করে থাকে তাদেরও শাস্তি হওয়া উচিত - এহেন ধারণাকে সমর্থন করে সহিংসতাকে প্রেরণা যোগায়।
  - এর ফলে যারা শান্তিপূর্ণভাবে ধর্ম বা বিশ্বাসের চর্চা বা প্রকাশ করে তাদেরকে সামাজিক উত্তেজনার জন্য দোষী সাব্যস্ত করা হয়, যদিও এর সম্পূর্ণ দায়ভার তাদের ঘাড়ে যাওয়া উচিত যারা ঘৃণা ও সহিংসতা দিয়ে ধর্ম বা বিশ্বাসের শান্তিপূর্ণ চর্চা বা প্রকাশকে বাধাগ্রস্ত করে।

- পবিত্রতাকে সুরক্ষার জন্য ধর্ম এবং ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানের উপহাস বা সমালোচনা নিষিদ্ধ করা সঠিক বলে মনে হতে পারে। কিন্তু ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানগুলিকে শক্তিশালী এবং আরও বিশ্বস্ত করতে বাহ্যিক এবং অভ্যন্তরীণ সমালোচনা গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে। ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানগুলিতে মানুষেরাই নিযুক্ত হয় এবং মানুষই ভুল করে। সমস্যাগুলি মোকাবেলা করা তখনই সম্ভব যখন আমরা নির্ভয়ে তাদের সম্পর্কে কথা বলতে পারি। ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানে শিশু নির্যাতন সংক্রান্ত সাম্প্রতিক কেলেঙ্কারিগুলি এই স্বাধীনতার গুরুত্বকে তুলে ধরে।
- ‘সম্প্রীতি’ কি আসলে সংখ্যালঘু এবং মুক্তচিন্তাবিদদের বিশ্বাস এবং নিজ পরিচয় সম্পর্কে নীরব থাকার উপর নির্ভরশীল? এটা কি এমন এক ভনিতা যেখানে সংখ্যাগুরুদের কাছে যুক্তিযুক্ত মনে হলেই সম্প্রীতি, না হলে নয়? সম্প্রীতি ও সংহতি বিষয়ে কেবল সংখ্যাগুরুদের মতামতই যদি যথেষ্ট হয় তাহলে কি দীর্ঘমেয়াদে একটি স্থিতিশীল, শান্তিপূর্ণ সমাজ আমরা প্রত্যাশা করতে পারি?
- অপদস্থতা/অবমাননার বোধ থেকে সুরক্ষা পাওয়ার কোনও মানবাধিকার নেই। প্রকৃতপক্ষে, একটি সুস্থ সমাজের জন্য সমালোচনা, বৈচিত্র্যতা ও পরস্পরবিরোধী মতামতের প্রতি সহনশীলতা অত্যাবশ্যিক। কিন্তু রাষ্ট্র, গণমাধ্যম এবং/অথবা সংখ্যাগুরু সমাজ যখন সংখ্যালঘুদের ধর্মের বিরুদ্ধে নেতিবাচক এবং দ্বন্দ্বমূলক প্রচারণায় জড়িত হয়, তখন উক্ত ধর্মানুসারীদের প্রতি বৈষম্য এবং সহিংসতা জন্ম নেয়। বিভিন্ন ব্যক্তির বিবৃতি বা বক্তব্যগুলি ঘৃণাত্মক বা সহিংসতার প্রতি উস্কানিমূলক না হলেও অনেকসময় এরকম বৈষম্য ও সহিংসতা ঘটতে দেখা যায়। মানবাধিকারের প্রতি শ্রদ্ধা এবং সমাজের স্থিতিশীলতা রাষ্ট্র এবং গণমাধ্যমের নৈতিক ও নিরপেক্ষ আচরণের উপর নির্ভরশীল। রাজনীতিতে, গণমাধ্যমে এবং জনসাধারণের আলোচনা বা বক্তৃতাতে নৈতিকতা সমৃদ্ধ রাখা এবং ঘৃণাত্মক বক্তৃতা ও উসকানির প্রতি তাৎক্ষণিক প্রতিক্রিয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

## প্রতিক্রিয়া এবং অনুমতি

সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে আপনার অভিজ্ঞতার গল্পগুলি বলুন এবং আপনার প্রতিক্রিয়া এবং পরামর্শ প্রদান করুন!

আপনি কীভাবে এই উপকরণগুলি ব্যবহার করছেন এবং পরিবর্তনের জন্য পদক্ষেপ নেওয়ার ক্ষেত্রে এই উপকরণগুলি কেমন অবদান রেখেছে সে সম্পর্কে আমরা শুনতে আগ্রহী! কোন বিষয়গুলো কার্যকর ছিল এবং কোন কোন ক্ষেত্রে উপকরণগুলিকে উন্নত করার সুযোগ রয়েছে?

এই লিংকে গিয়ে আপনার প্রতিক্রিয়া এবং অভিজ্ঞতার গল্পগুলি আমাদের পড়ার জন্য জমা দিতে পারবেন:  
[www.forb-learning.org/changemakers-your-experiences](http://www.forb-learning.org/changemakers-your-experiences)

এই উপকরণগুলি ব্যবহার করার আগে আমার কি কোন অনুমতি চাওয়ার বা কাউকে জানানোর দরকার আছে?

না। এই সহায়ক নির্দেশিকার বিষয়বস্তু এবং আনুষঙ্গিক সমস্ত উপকরণ যেকোনো নিজের প্রেক্ষাপটের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ করে অন্যদের শিক্ষা দিতে এবং সকলের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা প্রচার ও সমুল্লত করতে ব্যবহার করতে পারবেন।

উপকরণগুলি ব্যবহার করার সময় দয়া করে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা শিক্ষার মাধ্যমটির [www.forb-learning.org/bn](http://www.forb-learning.org/bn), কথা উল্লেখ করুন এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে জানান যে এখানে থেকে তারা অতিরিক্ত তথ্য, শিক্ষা উপকরণ এবং অনলাইন কোর্সগুলি পেতে পারে।

ভিন্ন কোন প্রকাশনায় এই নির্দেশিকা থেকে নির্দিষ্ট অনুশীলনগুলি অন্তর্ভুক্ত করার জন্য আমার কি অনুমতি নেওয়ার দরকার আছে?

না। আপনার প্রকাশনায় এই নির্দেশিকা থেকে যেকোনো অনুশীলনের শিক্ষা বা এর অভিযোজিত বা অনুবাদিত সংস্করণ অন্তর্ভুক্ত করতে পারেন। তবে অনুমতি ছাড়া এখানে ব্যবহৃত চিত্রগুলি ব্যবহার করতে পারবেন না। লিখিত কোন কিছু ব্যবহার করার সময় অনুগ্রহ করে ফরব শিক্ষার মাধ্যমটিকে উৎস হিসেবে উল্লেখ করুন এবং মূল উপকরণসমূহের সাথে নিম্নরূপে লিঙ্ক করুন:

সূত্র: স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্স, ধর্ম বা বিশ্বাস শিক্ষার মাধ্যম।

[www.forb-learning.org/changemakers](http://www.forb-learning.org/changemakers)

আমরা আপনার প্রকাশনা সম্পর্কে শুনতে চাই! তথ্য দিতে [ফিডব্যাক বা প্রতিক্রিয়া ফর্মটি](mailto:info@forb-learning.org) ব্যবহার করুন।

আমি কি সহায়ক নির্দেশিকাটি এবং আনুষঙ্গিক উপকরণগুলি নিজের ভাষায় অনুবাদ এবং প্রকাশ করতে পারি?

যারা ইংরেজি জানেন না তাদের জন্য ফরব শিক্ষার উপকরণগুলি নিজ ভাষায় পাওয়ার প্রয়োজনীয়তা আমরা বুঝি। আপনি অবাধে বিষয়বস্তুর একাংশ অনুবাদ এবং ব্যবহার করতে পারেন। আপনি যদি পুরো কোর্স এবং সহায়কদের নির্দেশিকা অনুবাদ করতে চান তাহলে অনুগ্রহ করে নিম্নলিখিত ইমেল ব্যবহার করে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন। [info@forb-learning.org](mailto:info@forb-learning.org)

### কপিরাইট

এই প্রকাশনাটি ক্রিয়েটিভ কমন্স কপিরাইট সিসি বিওয়াই-এসএ এর অধীনে সুরক্ষিত। অর্থাৎ আপনি যে কোনও উপায়ে উপকরণগুলিকে নিজ প্রেক্ষাপটের জন্য উপযোগী করে ব্যবহার করতে পারবেন তবে এক্ষেত্রে আপনাকে অবশ্যই স্পষ্টভাবে ফরব শিক্ষার মাধ্যমকে উৎস হিসেবে স্বীকৃতি দিতে হবে এবং আপনার অভিযোজিত সংস্করণগুলি আমাদেরকে ও অন্যরা যারা এই একই কপিরাইট বা গ্রন্থস্বত্ব শর্তাবলী ব্যবহার করে তাদেরকে সরবরাহ করতে হবে।

সহায়ক নির্দেশিকাটির চিত্রসমূহ এবং 'ঢোল ও বাশীর সঙ্গীত' গল্পে লিখিত অংশ এবং চিত্রগুলো সবই কপিরাইট দ্বারা সুরক্ষিত। এগুলো অনুমতি ছাড়া প্রকাশ বা অভিযোজিত করা যাবে না। আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

সম্পূর্ণ গ্রন্থস্বত্ব ফরব শিক্ষার মাধ্যমটির পৃষ্ঠপোষক নেটওয়ার্ক NORFORB -এর পক্ষে SMC Faith in Development, ২০২১-দ্বারা সংরক্ষিত।

আপনার গল্প  
এবং প্রতিক্রিয়া  
এখানে  
প্রদান করুন

অংশ খ



কোর্সের উপকরণসমূহ

# অধিবেশন ১-৫

## ১ম অংশ: যাত্রার প্রস্তুতি

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির লক্ষ্য হল অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের নিজ সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) পরিস্থিতির পরিবর্তনকারী হিসেবে প্রস্তুত করা। ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা পরিস্থিতি পরিবর্তনের প্রক্রিয়াটি দীর্ঘ এবং কখনও কখনও একটি কঠিন যাত্রা হয়ে উঠতে পারে। প্রস্তুতি নেয়া থাকলে এরকম যাত্রা কিছুটা হলেও সহজ হয়!

কোর্সটির ১ম খন্ড ‘যাত্রার প্রস্তুতি’ - জ্ঞান এবং দৃষ্টিভঙ্গী বিকশিত করার উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে যাতে আমাদের মস্তিষ্ক এবং হৃদয় পরিবর্তনের যাত্রার জন্য প্রস্তুত হতে পারে। এটি অংশগ্রহণকারীদেরকে সাধারণভাবে মানবাধিকার এবং বিশেষ করে ফরব-এর প্রতি দৃষ্টিভঙ্গী ও ফরব সম্পর্কিত জ্ঞান অন্বেষণের এবং ভিন্ন পরিচয়ের মানুষদের প্রতি তাদের মনোভাব নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা করার সুযোগ সৃষ্টি করে। এই অংশটি প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের দক্ষতা অর্জনেও সহায়ক হবে।

অধিবেশন ১-৫ এমন একটি প্রক্রিয়া শুরু করে যেখানে প্রতিটি অধিবেশনে পূর্ববর্তী অধিবেশনটি থেকে লব্ধ জ্ঞান এবং চিন্তাভাবনার প্রতিফলন থাকবে।

- অধিবেশন ১ মানবাধিকারের সাধারণ ধারণা প্রদান করে।
- অধিবেশন ২ বিশেষভাবে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার ধারণা প্রদান করে।
- অধিবেশন ৩ আমাদের বিবিধ পরিচয়, বিশেষাধিকার এবং প্রতিকূলতার বিষয়গুলির উপর আলোকপাত করে।
- অধিবেশন ৪ ফরব-এর লক্ষণগুলির উপর আলোকপাত করে এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে অনুশীলনের মাধ্যমে নানাবিধ লক্ষণ সনাক্ত করতে সক্ষম করে।
- অধিবেশন ৫ অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের সমাজে ফরব সম্পর্কিত সমস্যা চিহ্নিত করার মাধ্যমে নিজ প্রেক্ষাপটে ফরব বিশ্লেষণ করতে সক্ষম করে তোলে।

এই অধিবেশনগুলি থেকে লব্ধ জ্ঞান এবং গভীর চিন্তা-ভাবনা কোর্সের ২য় খন্ডের জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ ভিত্তি তৈরি করে। ২য় খন্ডটি সমাজ পরিবর্তনের নিমিত্তে যাত্রার পরিকল্পনা, কর্ম পরিকল্পনার এবং সেই সঙ্গে মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার বিভিন্ন কৌশলগুলির উপর আলোকপাত করে। অধিবেশন ৫-এর প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণ সংশ্লিষ্ট যাবতীয় বিষয়বস্তু ২য় খন্ডের অধিবেশনগুলিতে তথ্যনির্দেশমূলক উপকরণ হিসাবে ব্যবহৃত হবে।

# অধিবেশন ১

## মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

অনেক প্রেক্ষাপটে মানবাধিকারকে প্রাত্যহিক জীবন ও স্থানীয় সংস্কৃতির সাথে সম্পর্কহীন একটি অপ্রাসঙ্গিক বিষয় বা নব্য-উপনিবেশিক পশ্চিমা এজেন্ডার অংশ হিসাবে বিবেচনা করা হয়। দুর্ভাগ্যবশত, মানবাধিকারের প্রতি এই ধরনের নেতিবাচক মনোভাবের কারণে আমরা এই হিতকর সরঞ্জামটিকে উপেক্ষা করি, অথচ আমরা চাইলেই এই সরঞ্জামটি ব্যবহার করে সমাজে মানুষের জীবনধারা আরও উন্নত করতে পারি। আন্তর্জাতিক এবং জাতীয় আইন অনুসারে আমাদের এবং অন্যদের যে অধিকারগুলো থাকা উচিত সে সম্পর্কে আমরা সবাই যদি অবগত না থাকি, তাহলে মানবাধিকার লঙ্ঘনকারীরা নির্বিঘ্নে লঙ্ঘন চালিয়ে যেতে পারবে।

অধিবেশনটির দুটি অংশ আছে:

#### ১ম অংশ: ভূমিকা

এই অংশটির লক্ষ্য কোর্সটির কাঠামো সম্পর্কে ধারণা দেয়া এবং অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে পারস্পরিক সখ্যতার সুযোগ তৈরি করা। এই অংশে, আলোচনার জন্য যে মূল শর্ত গুলো (ground rule) মেনে চলতে হবে সেগুলোর দিকেও দৃষ্টিপাত করা হবে। এই মূল শর্তগুলো নির্ধারণ করা সেই দলগুলির জন্য বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ যে দলগুলিতে বিশ্বাস বা আস্থার অভাব থাকতে পারে, বা যে দলগুলির ক্ষেত্রে পুরো বিষয়টি সংবেদনশীল।

#### ২য় অংশ: মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব

এই অংশটির লক্ষ্য হল অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে মানবাধিকার সম্পর্কে জ্ঞান এবং শ্রদ্ধাবোধ তৈরি করা, এবং তাদের ব্যক্তিগত ও সামাজিক জীবনের বিভিন্ন চাহিদার সাথে অধিকারগুলির যোগসূত্রতা তৈরি করা। পরবর্তী সকল অধিবেশনের জন্য এটি একটি গুরুত্বপূর্ণ ভিত্তি তৈরি করবে।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি মানবাধিকার সম্পর্কিত জ্ঞান এবং ইতিবাচক দৃষ্টিভঙ্গি তৈরির উপর আলোকপাত করে।

অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা:

- তাদের দৈনন্দিন জীবনের জন্য গুরুত্বপূর্ণ অন্তত ছয়টি মানবাধিকারের একটি তালিকা তৈরি করতে পারবে এবং তাদের সমাজে লক্ষিত হয় এমন অন্তত একটি অধিকারের কথা উল্লেখ করতে পারবে।
- তারা ব্যাখ্যা করতে পারবে যে, মানবাধিকারগুলি তাদের দৈনন্দিন জীবনে গুরুত্বপূর্ণ ও প্রাসঙ্গিক, এবং প্রত্যেকেই এমন একটি সমাজ গঠনে ভূমিকা রাখতে পারে যেখানে মানবাধিকারকে মর্যাদা দেয়া হবে এবং সুরক্ষিত রাখা হবে।

#### দ্রষ্টব্য

সহায়ক হিসেবে আপনি শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলির উপর নজর বুলিয়ে সহজেই মূল্যায়ন করতে পারবেন যে প্রক্রিয়াটি কতোটা ভাল চলছে, এবং অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান, দৃষ্টিভঙ্গি ও দক্ষতার কোন জায়গাগুলিতে কেমন অগ্রগতি হচ্ছে তাও নির্ণয় করতে পারবেন। শিক্ষার এই উদ্দেশ্যগুলি অংশগ্রহণকারীদেরকে বলার জন্য নয় বরং তাদের কাছ থেকে কী ধরনের অর্জন প্রত্যাশা করা হচ্ছে তার একটি তালিকা রাখার জন্য এখানে উল্লেখ করা হয়েছে।

যেকোনো অধিবেশনে উল্লেখিত শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলির বাস্তবতা নির্ভর করছে অংশগ্রহণকারীদের প্রারম্ভিক অবস্থার উপর - অর্থাৎ, মানবাধিকারের প্রতি তাদের বিদ্যমান দৃষ্টিভঙ্গির উপর। কেবল একটি একক অধিবেশনে এই উদ্দেশ্যগুলির অগ্রগতি অর্জন সম্ভবপর নাও হতে পারে - তবে কোর্সের অগ্রগতির সাথে ধীরে ধীরে উন্নতি ঘটতে পারে।

পরামর্শ! অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ অংশে শিক্ষার উদ্দেশ্য, বিষয়বস্তু, সংশ্লিষ্ট বিভিন্ন কার্যকলাপের জন্য বরাদ্দ সময়, এবং প্রয়োজনীয় উপকরণসমূহের একটি তালিকা দেখতে পারেন।

পরামর্শ! মানবাধিকার সম্পর্কিত জটিল প্রশ্নগুলো কীভাবে কৌশলের সাথে মোকাবেলা করতে হবে সে বিষয়ে একটি নির্দেশনা পাওয়া যাবে ২১ থেকে ২৮ পৃষ্ঠায়।

## অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়



অভিনন্দন এবং ভূমিকা অভিনন্দন জানানো, অংশগ্রহণকারীদের পরিচয়, কোর্সটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ, এবং মূল শর্তগুলির অনুশীলন	৩০ মিনিট
পূর্ণাঙ্গ অনুশীলন: জীবন নামের স্যুপ স্যুপের পাত্রে বিভিন্ন উপাদানের চিত্র ব্যবহার করে মানুষের চাহিদাগুলি সম্পর্কে জানা।	৩৫ মিনিট
হাঁটা এবং কথা বলার অনুশীলন: মানবাধিকার গ্যালারি এই অনুশীলন অংশগ্রহণকারীদেরকে মানুষের চাহিদা ও মানবাধিকারের মধ্যে যোগসূত্রতা খুঁজে পেতে সাহায্য করে।	২৫ মিনিট
উপস্থাপনা: মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব মানবাধিকারের মূল চুক্তিগুলিকে তুলে ধরে মানবাধিকার সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা প্রদান, মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করার জন্য রাষ্ট্রের কর্তব্যসমূহ এবং সাধারণ মানুষের ভূমিকাসমূহ আলোচনা করা।	১৫ মিনিট
সমাপনী আলোচনা অধিবেশনের বিষয়গুলি নিয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে গভীরভাবে চিন্তা করার সুযোগ দেয়া এবং অধিবেশনটি শেষ করা।	১৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘণ্টা

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

এই অধিবেশনটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকায় প্রদত্ত প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণগুলো ছাড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির প্রয়োজন হবে:

- একটি ছোট ঝুড়ি।
- ছোট ছোট কাগজ।
- ‘জীবন নামের স্যুপ’ লেবেলযুক্ত একটি স্যুপের পাত্র (আপনাদের প্রেক্ষাপটে যে ধরনের পাত্র সাধারণত ব্যবহৃত হয়ে থাকে)।
- ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’-গুলির মুদ্রিত অনুলিপি (printout) - আগেই প্রস্তুত রাখুন।
- ‘মানবাধিকার গ্যালারি পোস্টার’-এর মুদ্রিত অনুলিপি।
- আপনি যদি অংশগ্রহণকারীদের জন্য ‘কী ভাবছেন’ শীর্ষক অতিরিক্ত অনুশীলনটি পরিচালনা করতে চান তাহলে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য ১০টি করে পাথর, বা মুদ্রা বা কাগজ প্রস্তুত রাখুন।

এখানে এই অধিবেশনের আনুষঙ্গিক উপকরণগুলো পাওয়া যাবে



### (ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত: আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

অধিবেশনটির জন্য প্রস্তুতির অংশ হিসাবে মানবাধিকার সম্পর্কে আরও জানতে এই স্বল্পদৈর্ঘ্য [চলচ্চিত্রগুলি](#) দেখুন। এগুলি আপনাকে আত্মবিশ্বাসী হতে এবং প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার ক্ষেত্রে সাহায্য করবে। তবে দুঃশ্চিন্তার কিছু নেই কেননা একজন সহায়কের ভূমিকা কিন্তু বিশেষজ্ঞ হওয়া নয়, বরং পারস্পরিক শিক্ষণ প্রক্রিয়াটির নেতৃত্বদান করা।

### কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটির জন্য চেয়ারগুলিকে চক্রাকারে সম্মুখমুখী করে সাজালে ভালো হবে। কক্ষের ভেতর সহজে চলাচল করার মতো যথেষ্ট জায়গা আছে কিনা সেদিকে লক্ষ্য রাখুন। বড় কক্ষ হলে ভালো হবে কিন্তু সেখানে কোন টেবিল থাকার প্রয়োজন নেই।



চলচ্চিত্র



‘জীবন নামের স্যুপ’

‘জীবন নামের স্যুপ’ এবং ‘মানবাধিকার গ্যালারি’ অনুশীলন দুটি ছিল মনশ্চক্ষু খুলে দেয়ার মতো এক অভিজ্ঞতা। এই অনুশীলনগুলি করার মাধ্যমে কিছু অংশগ্রহণকারী প্রথমবারের মতো বুঝতে পেরেছিলেন যে মানবাধিকার তাদের দৈনন্দিন জীবনে কিছু না কিছু অর্থ বহন করে। কোন মানবাধিকারগুলো তাদের আছে তারা এটাও জানতেন না, ফলত এটা তাদের কাছে মানবাধিকার আবিষ্কার করার মতো এক অভিজ্ঞতা হয়ে ওঠে।”

উকোহা এনজিওবিয়া, সহায়ক, নাইজেরিয়া

# বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা ১ম অংশ: ভূমিকা

## ১ম অংশ: ভূমিকা ৩০ মিনিট

যেহেতু এটি প্রথম অধিবেশন, তাই অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে পারস্পরিক বোঝাপড়া তৈরি করতে, মূল শর্তসমূহ নির্ধারণ এবং কোর্সের লক্ষ্য ও কাঠামো সম্পর্কে ধারণা দিতে কিছু সময় ব্যয় করা গুরুত্বপূর্ণ।

### দ্রষ্টব্য

অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে ভালো জানাশুনা থাকলে এই অংশটির জন্য সময় কিছুটা কম ব্যয় করলেও চলবে। তবে দলের অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে আস্থার অভাব থাকতে পারে বলে মনে হলে সুসম্পর্ক তৈরির জন্য আপনাকে একটু বেশি সময় ব্যয় করতে হতে পারে। সেক্ষেত্রে কোর্সটির সূচনা হয়তো একটি দীর্ঘ প্রথম অধিবেশন দিয়েই করতে হবে। কোন দলের যদি এই অংশটির জন্য আরও বেশি সময় প্রয়োজন হয় তাহলে বাড়তি কোন কার্যকলাপ যুক্ত করা যেতে পারে।

## ১. অভ্যর্থনা ৩ মিনিট

আপনার দলের প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে সঠিক উপায়ে সম্ভাষণ জানান, যেমন, তাদের উপস্থিতির জন্য তারিফ করে কিছু কথা বলুন, গানের একটি কলি গেয়ে শুনান বা প্রার্থনা দিয়ে শুরু করুন।

## ২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: বাক্যটি সম্পূর্ণ করুন ১২ মিনিট

### উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনে অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের পরিচয় দেয়ার সুযোগ পাবে এবং কোর্সটিতে তাদের অংশগ্রহণের পেছনে কী অনুপ্রেরণা কাজ করছে সেটা আপনি বুঝতে পারবেন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

বৃত্তাকারে বসা অংশগ্রহণকারীদের কাছে যান এবং প্রত্যেককে নিম্নলিখিত বাক্যগুলি সম্পূর্ণ করতে বলুন। (প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী একটি বাক্যে জবাব দেবে - তাদের উত্তর যেন দীর্ঘ না হয়!)

"আমার নাম... এবং আমি এই কোর্সে অংশগ্রহণ করেছি এ কারণে যে..."

### অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

প্রত্যেকের উত্তর দেয়া শেষ হলে, তাদের উত্তরগুলি থেকে যে অভিন্ন মূল বিষয়টি ফুটে ওঠে তা খুব সংক্ষিপ্তভাবে উল্লেখ করুন। উত্তরগুলির জন্য অংশগ্রহণকারীদের ধন্যবাদ জানান এবং বলুন যে কোর্সটি থেকে তাদের প্রত্যাশা কিছুটা হলেও পূরণ হবে এবং আপনি এরপর কোর্সের লক্ষ্য এবং কাঠামো সম্পর্কে বলবেন।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

পরামর্শ! ১ম অংশ: ভূমিকার জন্য খুব বেশি সময় যেন ব্যয় না হয় সেদিকে নজর রাখুন। ২য় অংশের জন্যও আপনাকে সময় বাঁচাতে হবে!

## ৩. কোর্সটি শুরু করুন ৫ মিনিট

### উদ্দেশ্য

এই সংক্ষিপ্ত আলোচনার উদ্দেশ্য হলো অংশগ্রহণকারীদের কোর্সের লক্ষ্য, পদ্ধতি, বিষয় এবং ব্যবহারিকতার একটি সংক্ষিপ্ত বর্ণনা দেওয়া।

### কী বলতে হবে

পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-৬ এর বিষয়বস্তু যা ফ্লিপ চার্ট শীটেও রয়েছে সেগুলো একটু দেখে নিন। (ফ্লিপ চার্ট শীট ব্যবহার করলেও) পাওয়ারপয়েন্টে বক্তার জন্য দেয়া টিকা টিপ্পনি দেখে নিন।

### দ্রষ্টব্য

আপনার দলটিতে মানবাধিকার বিষয়টি যদি খুব বিতর্কিত বলে মনে হয় তাহলে স্লাইড ৫-এ উল্লেখিত 'কোর্সের বিষয়সমূহ' পাঠ্যটিতে স্থানীয়ভাবে গ্রহণযোগ্য বা সম্পূর্ণ ধারণাগুলির সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ শব্দ ব্যবহার করতে পারেন।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

## ৪. মূল শর্তগুলোর অনুশীলন: ঝুড়িতে রাখি ১০ মিনিট

### উদ্দেশ্য

আমরা কীভাবে কথা বলবো এবং একে অপরের কথা শুনবো সে সম্পর্কে সাধারণ প্রত্যাশাসহ একটি নিরাপদ পরিবেশ তৈরির জন্য মূল শর্তগুলো (গ্রাউন্ড রুলস) গুরুত্বপূর্ণ।

### সরঞ্জামসমূহ

- একটি ঝুড়ি।
- কাগজের ছোট টুকরো।
- কলম।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

নিম্নলিখিতভাবে ব্যাখ্যা করুন:

এই কোর্স চলাকালীন আমরা চাই যে প্রত্যেকে নিরাপদ এবং সম্মানিত বোধ করুক - কথা বলার এবং তাদের চিন্তাভাবনা, ধারণা ও অভিজ্ঞতা সমানভাবে ব্যক্ত করার সুযোগ পাক। এরকম একটি পরিবেশ তৈরির জন্য কিছু মূল শর্ত থাকা প্রয়োজন যেগুলোর সাথে সবাই একমত হবে এবং মেনে চলবে। এই মূল শর্তগুলি ব্যবহারিক ক্ষেত্রে (যেমন সময়মত আসা বা ফোনগুলিকে নিঃশব্দ করে রাখা), বা একে অপরের সাথে আমরা কীভাবে সংযোগ স্থাপন করবো সে ব্যাপারেও প্রয়োগ করা যেতে পারে (যেমন সম্মানের সাথে অন্যের কথা শুনানো বা সবাইকে কথা বলার সুযোগ দেয়া)।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

চক্রাকারে বসা অংশগ্রহণকারীদের সম্মুখে একটি ঝুড়ি রাখুন। সবাইকে একটি ছোট কাগজ এবং কলম দিন। প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে এমন দুটি মূল শর্ত লিখতে বলুন যে শর্তগুলি মেনে চলা দলের সবার জন্য প্রয়োজন বলে তারা মনে করেন এবং লেখা শেষ হলে সেটা যেন তারা ঝুড়িতে রেখে দেন। ঝুড়ি থেকে কাগজগুলি সংগ্রহ করে সবগুলি শর্ত পড়ুন এবং একটি ফ্লিপ চার্টে লিখুন।

যদি সেখানে নিম্নলিখিতভাবে শর্তগুলির কোনটি বাদ থাকে, সেগুলি যুক্ত করুন:

- সক্রিয়ভাবে শোনা - অন্য কেউ কথা বলার সময় তার বক্তব্য সম্মানের সাথে শোনা।
- অনির্দিষ্টভাবে কিছু বলার পরিবর্তে আপনার নিজের অভিজ্ঞতা থেকে কথা বলুন ('তারা', 'আমরা' এবং 'আপনি'-এর পরিবর্তে 'আমি' বলুন)।
- কারো বক্তব্যের প্রতি বিনয়ের সাথে আপত্তি জানিয়ে প্রশ্ন করতে ভয় পাবেন না, তবে ব্যক্তিগতভাবে আক্রমণ করা থেকে বিরত থাকুন - ধারণাগুলিতে মনোযোগ স্থির করুন।

সবাই মূল শর্তগুলোর প্রতি একমত কিনা জিজ্ঞাসা করুন।



## ৫. (ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত অনুশীলন: আপনি কী ভাবছেন ১৫ মিনিট

দলের অংশগ্রহণকারীদের একে অপরকে জানার জন্য আরও সময় প্রয়োজন বলে মনে হলে, অধিবেশনটিতে ১৫ মিনিট সময় যোগ করতে পারেন এবং নিম্নোক্ত অনুশীলনটি অন্তর্ভুক্ত করতে পারেন।

### উদ্দেশ্য

অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সংযোগ স্থাপন করতে সাহায্য করা এবং সবার মধ্যে নানাবিধ বিষয়ে যে সাদৃশ্য থাকে তা চিহ্নিত করা।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

- ৪-৬ জন অংশগ্রহণকারী নিয়ে দলটিকে বিভক্ত করুন।
- প্রত্যেককে ১০টি মুদ্রা/ছোট পাথর/কাগজের টুকরো ইত্যাদি দিন।
- সবার সামনে দিয়ে ঘুরে এসে, প্রথম ব্যক্তিকে তার পছন্দের কিছু বলতে বলুন (যেমন পড়া)। অন্য সবাই যারা একই জিনিস পছন্দ করে তাদেরকে মাঝখানের ঝুড়িটিতে একটি মুদ্রা রাখতে বলুন।
- এরপর দ্বিতীয় ব্যক্তি তার পছন্দের কিছু বলবে এবং অন্য অংশগ্রহণকারীরা যারা উক্ত বিষয়টি পছন্দ করে তারা ঝুড়িতে আরেকটি মুদ্রা রাখবে।
- এভাবে চালিয়ে যেতে থাকুন যতক্ষণ না কোন একজন অংশগ্রহণকারীর সবগুলি মুদ্রা ফুরিয়ে যায়।



সম্মিলিত  
অনুশীলন



দলীয়  
অনুশীলন

## ২য় অংশ: মানবাধিকার সম্পর্কে ধারণা প্রদান

### ১. সম্মিলিত অনুশীলন: জীবন নামের স্যুপ ৩৫ মিনিট

#### বর্ণনা

একটি পাত্রে স্যুপের বিভিন্ন উপাদানের চিত্র ব্যবহার করে এই অনুশীলনটি আমাদের (এবং পৃথিবীর প্রতিটি মানুষের) চাহিদাগুলি অন্বেষণ করতে অংশগ্রহণকারীদেরকে সাহায্য করবে। জীবনকে মর্যাদাপূর্ণ করতে যে উপাদানগুলি প্রয়োজন সেগুলো প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী তার ব্যক্তিগত পছন্দ অনুযায়ী আগে থেকেই তৈরি করা কার্ডে লিখবে এবং উক্ত ‘জীবন নামের স্যুপ’-এর পাত্রটিতে রাখবে।

#### উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনটির পরে থাকবে ‘মানবাধিকার গ্যালারি’ অনুশীলনটি, যা এই অনুশীলনে চিহ্নিত চাহিদাগুলিকে মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রে বর্ণিত অধিকারগুলির সাথে সংযুক্ত করে। এই দুটি অনুশীলন একটি আরেকটির সাথে সম্পর্কিত তাই একসাথে পরিচালনা করতে হবে। অনুশীলন দুটি একসাথে পরিচালনা করা হলে, অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের দ্বারা চিহ্নিত চাহিদাগুলি দিয়ে নিজেরাই বুঝতে পারবে যে মানবাধিকার কীভাবে তাদের দৈনন্দিন জীবনের সাথে সম্পর্কিত।

#### উপকরণ এবং অগ্রিম প্রস্তুতি

যে জিনিসগুলো লাগবে:

- একটি সাধারণ স্যুপ রান্নার পাত্র বা বড় সসপ্যান বা কড়াই। কড়াইটির বাইরের দিকে ‘জীবন নামের স্যুপ’ কথাটি লেখা একটি চিরকুট বা লেবেল থাকতে হবে।
- ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’, কাগজে মুদ্রিত করে কাটতে হবে। প্রয়োজনে, কার্ডগুলির ইংরেজি লেখাগুলো অংশগ্রহণকারীদের ভাষায় অনুবাদ করে ব্যবহার করতে পারেন।
- কয়েকটি কলম।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

ঘরের মাঝখানে স্যুপের পাত্রটি রাখুন এবং এর চারপাশে মেঝেতে ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’ এবং কিছু কলম রাখুন। সবাইকে কার্ডগুলিকে ঘিরে বৃত্তাকারে দাঁড়াতে বলুন।

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

- জীবন অনেকটা এক পাত্র স্যুপের মতোই যাতে বিভিন্ন উপাদান থাকে। সুস্বাদু স্যুপ বানাতে হলে যেমন নানান ধরনের উপাদান দিতে হয়, ঠিক তেমনি জীবনের জন্যও প্রয়োজন নানান ধরনের উপাদান।
- জীবনের কিছু উপাদান, যেমন (সাংস্কৃতিকভাবে যথার্থ কোন বিলাসবহুল জিনিসের নাম উল্লেখ করুন), জীবনকে আরও সহজ করে তোলে। কিন্তু বাসস্থান, খাদ্য বা স্বাস্থ্যসেবার মতো অন্যান্য উপাদানগুলো আমাদের প্রত্যেকের জন্যই অপরিহার্য। এই উপাদানগুলি না পেলে জীবন কষ্টকর হয়ে ওঠে এবং আমরা শারীরিক, মানসিক, সামাজিক বা আধ্যাত্মিকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হই। মানুষ হিসেবে আমরা আমাদের মর্যাদা হারিয়ে ফেলি।
- এই অনুশীলনে আমরা আমাদের জীবনের অপরিহার্য উপাদানগুলি সম্পর্কে চিন্তা করবো। আসুন আমরা ‘জীবন নামের স্যুপ’ রান্না করে ফেলি! অর্থাৎ, দেখে নেই যে মর্যাদাপূর্ণ জীবন-এর জন্য কী কী উপাদান লাগে।
- স্যুপের পাত্রের চারপাশে মেঝেতে রাখা কার্ডগুলিতে মর্যাদাপূর্ণ জীবনের জন্য গুরুত্বপূর্ণ উপাদানের নাম লেখা আছে। কিছু কার্ডে কোনকিছু লেখা নেই যাতে করে এই কার্ডগুলিতে মর্যাদাপূর্ণ জীবনের জন্য কী প্রয়োজন সে সম্পর্কে আমরা আমাদের নিজস্ব ধারণা লিখে বা ছবি আঁকে ব্যক্ত করতে পারি।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৩০ মিনিট

- দলটিকে জানান যে তাদের কাছে কার্ডগুলি দেখার জন্য ২ মিনিট সময় আছে এবং কোনটি তাদের কাছে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তা নিয়ে চিন্তা করতে বলুন।
- এরপর অংশগ্রহণকারীদেরকে একবার ঘুরে এসে তাদের প্রত্যেককে একটি করে কার্ড নিতে বলুন যেটাতে এমন একটি উপাদান উল্লেখ করা আছে যা একটি মর্যাদাপূর্ণ জীবনের জন্য গুরুত্বপূর্ণ বলে তারা মনে করেন।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

পরামর্শ! এই লিংকে একাধিক ভাষায় কোর্সের উপকরণগুলো পাওয়া যাবে

পরামর্শ - সময়ের দিকে নজর রাখুন। পরবর্তী আলোচনার জন্য কিছু সময় আপনাকে হাতে রাখতে হবে!

কার্ডটি হাতে নেয়ার পর প্রত্যেককে আলাদাভাবে একটি বাক্যে বলতে বলুন কেন এটি গুরুত্বপূর্ণ এবং তারপর কার্ডটি পাত্রে রাখতে বলুন।

- যতক্ষণ না অংশগ্রহণকারীরা মনে করছে যে আর কোন গুরুত্বপূর্ণ কার্ড নেই, ততক্ষণ পর্যন্ত তাদেরকে ঘিরে হাঁটুন ও পর্যবেক্ষণ করুন। তারা ফাঁকা কার্ড নিয়ে সেখানে গুরুত্বপূর্ণ উপাদানের নাম লিখে পাত্রে যোগ করতে পারেন। এই সময় তারা যেন একে অপরের পছন্দ সম্পর্কে মন্তব্য না করেন।
- তাদের কাছে যে কার্ডগুলি প্রয়োজনীয় মনে হয়েছে সেই কার্ডগুলি পাত্রে রাখা হয়ে গেলে, দলটিকে বলুন যে আমরা এখন ‘জীবন নামের স্যুপ’ তৈরি করে ফেলেছি। নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি নিয়ে তাদেরকে আলোচনা করতে বলুন:
  - আমরা যে উপাদানগুলি যুক্ত করেছি তার মধ্যে এমন কোন উপাদান আছে কি যেটা মর্যাদাপূর্ণ জীবনের জন্য অপরিহার্য নয়? - আমরা কি কোন উপাদান (কার্ড) ভুলে গেছি এবং মেঝেতেই ফেলে রেখেছি। কেন?
  - আমাদের জীবনে ‘অপরিহার্য উপাদান’ না থাকলে সেটা আমাদের উপর কী প্রভাব ফেলে? চিন্তা করুন এবং বলুন।
  - পৃথিবীর অন্য কোন দেশে একটি দল যদি এই অনুশীলনটি করে তবে আপনি কি মনে করেন সেখানে তাদের চাহিদাগুলো আপনার চাহিদা থেকে অনেক ভিন্ন হবে নাকি কিছু মানবিক চাহিদা সর্বজনীন - এত মৌলিক যে প্রত্যেকটি মানুষেরই ক্ষেত্রেই সেগুলি অভিন্ন?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বলে আলোচনাটি শেষ করুন যে, বিশ্বেজুড়ে মানুষের মধ্যে অনেক সাদৃশ্য রয়েছে, কারণ আমরা মানুষ এবং আমাদের চাহিদাগুলি অভিন্ন।

## ২. হাঁটা এবং কথা বলার অনুশীলন: মানবাধিকার গ্যালারি ২৫ মিনিট

বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীরা পূর্ববর্তী অনুশীলন থেকে পাওয়া ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’-গুলোর সাথে কক্ষে বোলানো মানবাধিকার (মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র দ্বারা স্বীকৃত)-এর পোস্টারগুলি মিলিয়ে দেখবে।

উদ্দেশ্য

অনুশীলন দুটি পর পর পরিচালনা করা হলে, অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের দ্বারা চিহ্নিত চাহিদাগুলি দিয়ে নিজেরাই বুঝতে পারবে যে মানবাধিকার কীভাবে তাদের দৈনন্দিন জীবনের সাথে সম্পর্কিত।

উপকরণসমূহ এবং অগ্রিম প্রস্তুতি

- ৩০টি ‘মানবাধিকার গ্যালারি’ পোস্টার মুদ্রণ করুন। কক্ষের দেয়ালে পোস্টারগুলি লাগিয়ে দিন। প্রয়োজনে, পোস্টারগুলির ইংরেজি লেখা অংশগ্রহণকারীদের ভাষায় অনুবাদ করে মুদ্রণ করুন।
- পোস্টারগুলি পড়ুন এবং গ্যালারিতে প্রদর্শিত মানবাধিকারগুলির মধ্যে এক বা একাধিক মানবাধিকার আপনার প্রেক্ষাপটে লঙ্ঘন হয়েছে কিনা তা নিয়ে ভাবুন। বিষয়টি নিয়ে আগে থেকেই চিন্তা করলে আলোচনায় নেতৃত্ব দেয়া আপনার জন্য সহজ হবে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

আগের অনুশীলনটি থেকে সবগুলো ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’ অংশগ্রহণকারীদের হাতে দিন।

অংশগ্রহণকারীদের জিজ্ঞাসা করুন তারা মানবাধিকার সম্পর্কে শুনেছেন কিনা। তাদেরকে বলুন যে দেয়ালে টাঙ্গানো পোস্টারগুলি আন্তর্জাতিক মানবাধিকার চুক্তি অনুসারে পৃথিবীর প্রতিটি পুরুষ, নারী এবং শিশুর অধিকারগুলো তুলে ধরেছে। এই আন্তর্জাতিক চুক্তিতে বিশ্বের প্রায় সবগুলি দেশের সরকার স্বাক্ষর করেছে।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

## অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ২৩ মিনিট

- গ্যালারিটি হেঁটে হেঁটে দেখা (১৫ মিনিট)

কক্ষটিতে টাঙ্গানো প্রতিটি পোস্টার দেখতে পুরো কক্ষটি একবার ঘুরে আসুন। প্রতিটি পোস্টারের কাছে গিয়ে পোস্টারে লেখা কথাগুলি পড়ুন। কারও কাছে সেই মানবাধিকারটির সাথে সম্পর্কিত ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’ আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করুন এবং কেউ হ্যাঁ বললে তাকে সেই চাহিদাটি বলতে বলুন। (প্রতিটি পোস্টার এবং এর সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ কার্ডে একই চিহ্ন বা আইকন থাকবে, যা এই প্রক্রিয়াটিকে সহজ করতে পারে) আলোচনা না বাড়িয়ে অবিলম্বে পরবর্তী পোস্টারে যান - আপনাকে প্রতি মিনিটে দুটি করে পোস্টারের সাথে কার্ডগুলি মিলিয়ে দেখতে হবে!

কোন একটি নির্দিষ্ট পোস্টারের জন্য কেউ যদি কোন কার্ডের কথা উল্লেখ করতে না পারে তাতে দুঃশ্চিন্তার কিছু নেই। পরের পোস্টারগুলির সাথে অন্য কার্ডগুলি মেলাতে থাকুন। শেষের পোস্টারটির পর, আইকন বা চিহ্ন দেখে বাদবাকী পোস্টারগুলি মিলিয়ে ফেলুন।

- আলোচনার প্রশ্ন (৮ মিনিট)

সবগুলি পোস্টার পড়া এবং মানুষের চাহিদা কার্ডগুলোর সাথে মেলানো শেষ করার পর, আলোচনা করুন:

- এই অধিকারগুলি কি একটি মর্যাদাপূর্ণ জীবনের জন্য যেসব চাহিদা থাকতে পারে সেগুলিকে প্রতিফলিত করে - অন্য কথায় সেগুলি কি আমাদের জীবনের সাথে প্রাসঙ্গিক?
- এই অধিকারগুলির মধ্যে কোনগুলি আমাদের দেশে/সমাজে সমুন্নত এবং সুরক্ষিত এবং কোনগুলি নয়? দলটির জন্য এই প্রশ্নের উত্তর দেয়া কঠিন হলে, এমন কিছু মানবাধিকার উল্লেখ করুন যেগুলি আইনগতভাবে বা চর্চাগতভাবে অস্বীকার করা হয়েছে।

পরামর্শ! অধিবেশনটি দীর্ঘ করা সম্ভব হলে এই অনুশীলনে আলোচনার জন্য আরও কিছুটা সময় যোগ করতে পারেন।

## অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বলে আলোচনা শেষ করুন যে, আমরা এখন পর্যন্ত যে অনুশীলনগুলি করেছি তা আমাদের চাহিদাগুলি অন্বেষণ করতে এবং মানবাধিকার কী এবং আমাদের চাহিদাগুলি কীভাবে মানবাধিকারের সাথে সম্পর্কিত তা বুঝতে সাহায্য করেছে। এই অনুশীলন থেকে একটা কথা পরিস্কার যে, মানবাধিকার আমাদের চাহিদা এবং আমরা যে ধরনের সমাজে থাকতে চাই তার সাথে ঘনিষ্ঠভাবে জড়িত। আমরা এখন একটি উপস্থাপনার/প্রেজেন্টেশনের মাধ্যমে মানবাধিকার সম্পর্কে আরও কিছু শিখবো।

প্রত্যেককে তাদের কার্ডগুলি স্যুপের পাত্রে ফিরিয়ে দিতে বলুন। কেননা পরবর্তী অধিবেশনেও পাত্র এবং কার্ডগুলির প্রয়োজন হবে!

## ৩. উপস্থাপনা: মানবাধিকার – মানুষের চাহিদা – মানুষের দায়িত্ব ১৫ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনাটি অংশগ্রহণকারীদেরকে মানুষের চাহিদা, মানবাধিকার এবং মানুষের দায়িত্বগুলোর আলোকে মানবাধিকারের মৌলিক বিষয়গুলির সাথে পরিচয় করিয়ে দেয় এবং মূল আন্তর্জাতিক চুক্তিসমূহ, রাষ্ট্রের দায়িত্ব এবং সমাজের সদস্যদের নৈতিক দায়িত্ব সম্পর্কে ধারণা প্রদান করে। এটি কোর্সের বাকি অংশের জন্য একটি গুরুত্বপূর্ণ ভিত্তিও তৈরি করে।



উপস্থাপনা

### উপকরণসমূহ

- উপস্থাপনার স্ক্রিপ্ট এই গাইডের ৪১তম পৃষ্ঠায় পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৭-২৮ সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ, এবং উক্ত স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে স্ক্রিপ্টটি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
- \* অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে স্ক্রিপ্টটির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড (Word) সংস্করণও দেয়া হয়েছে।

## আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর 'কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে' নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন।

স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং প্রেক্ষাপট অনুযায়ী মানিয়ে নিন (বা স্লাইডগুলিতে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলির জন্য ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন)। ২১-২৮ পৃষ্ঠায় 'জটিল প্রশ্ন' অংশটি পড়ুন এবং অংশগ্রহণকারীদের কাছ থেকে প্রত্যাশিত আপত্তির ভিত্তিতে কোন অতিরিক্ত বিষয় যোগ করতে হবে কিনা তা নিয়ে ভাবুন। স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলির সাথে উপস্থাপনা পরিবেশন করার চর্চা করুন।

পরামর্শ! অংশগ্রহণকারীদেরকে উপস্থাপনা শেষ না হওয়া পর্যন্ত প্রশ্ন/মন্তব্য করা থেকে বিরত থাকতে বলুন।

## ৪. সমাপনী আলোচনা ১৫ মিনিট

### উদ্দেশ্য

উপস্থাপনাটির বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের মন্তব্য বা প্রশ্ন থাকলে সেগুলো শুনুন এবং তারপর এই প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন:

### আলোচনাটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

উপস্থাপনাটির বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের মন্তব্য বা প্রশ্ন থাকলে সেগুলো শুনুন এবং তারপর এই প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন:

- মানবাধিকারের সূচনা একে অপরের প্রতি সমতা, মর্যাদা এবং দায়িত্বের নীতি থেকে। আমাদের সংস্কৃতি, ঐতিহ্য এবং ভাষাগত কোন ধারণা, গল্প বা প্রবাদগুলো মানবাধিকারের সাথে সম্পর্কযুক্ত?
- আমরা কি চাই যে আমাদের সমাজে মানবাধিকার বাস্তবে পরিণত হোক? আমরা কি জালিহা আর মাগডালেনার মতো সমাজে পরিবর্তন আনতে অবদান রাখতে পারি?

এই বলে আলোচনা শেষ করুন যে পরবর্তী অধিবেশনে আমরা চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অধিকারের উপর আলোকপাত করবো। আমরা পুরো কোর্স জুড়ে আমাদের সমাজে পরিবর্তন আনতে পারি কিনা এবং কীভাবে তা নিয়ে চিন্তা ভাবনা করবো।



সম্মিলিত  
আলোচনা

পরামর্শ! পৃষ্ঠা ২১-২৮-এ জটিল প্রশ্নের উত্তর কীভাবে দিতে হবে সে সম্পর্কে পরামর্শ দেয়া আছে

পরামর্শ! মানবাধিকার কার্ডগুলি ফেলে দেবেন না - পরবর্তী অধিবেশনে কার্ডগুলি আপনার দরকার হবে!

### সূত্র

আপনি কী ভাবছেন: সহায়ক দলের পরিচিতি পর্বের 'মি ঠু' অনুশীলন থেকে অভিযোজিত, লায়ন্স ক্লাব ইন্টারন্যাশনাল।  
Activities for Facilitating Introductions ([temp.lionsclubs.org/EN/pdfs/icebreakers.pdf](http://temp.lionsclubs.org/EN/pdfs/icebreakers.pdf))

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## মানুষের চাহিদা - মানবাধিকার - মানুষের দায়িত্ব

অধিবেশন ১-এর উপস্থাপনা স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৭-২৮-এ চিত্রিত হয়েছে।

### মানবাধিকার: প্রাথমিক ধারণা



আমাদের পরিচয় যাই হোক না কেন, এবং আমরা যেখানেই থাকি না কেন ধর্ম, জাত, জেভার/লিঙ্গ বা বয়স নির্বিশেষে মৌলিক চাহিদাগুলো কিন্তু সবার একই। কেউ বিনা কারণে গ্রেফতার হতে চায় না, নির্যাতন বা বৈষম্যের শিকার হতে চায় না এবং কেউ চায় না যে তাদের সন্তানরা না খেয়ে থাকুক। আমরা সবাই এমন এক সমাজে বাস করতে চাই যেখানে এই ধরনের সমস্যাগুলি থেকে আমরা সুরক্ষিত।



মৌলিক, সর্বজনীন চাহিদাগুলি কিন্তু প্রত্যেকটি মানুষের জন্যই অভিন্ন বা একই। এই চাহিদা পূরণ না হলে, আমাদের শারীরিক, মানসিক এবং আত্মিক উন্নতি বাধাগ্রস্ত হয়।

### মানবাধিকার



বিশ্বের প্রায় সব সরকার স্বীকার করেছে যে স্থান-কাল নির্বিশেষে প্রত্যেকেরই এই চাহিদাগুলো রয়েছে এবং সরকারের দায়িত্ব হলো এই চাহিদাগুলিকে সম্মান করা এবং পূরণ করার জন্য যথাসাম্য চেষ্টা করা।



মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করতে বিশ্বের প্রায় সবগুলি রাষ্ট্র সর্বজনীন মানবাধিকার অর্থাৎ প্রতিটি ব্যক্তির অধিকার এবং সেই অধিকারগুলিকে সম্মান করা, রক্ষা করা এবং সমুন্নত ও প্রচার করার বিষয়ে সরকারের কর্তব্যসমূহের বিষয়ে সম্মত হয়েছে।



সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তিনটি মানবাধিকার চুক্তি হল

- মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র যা আমরা পোস্টারে দেখেছি। আরও দুটি বিশদ চুক্তি যা অধিকারসমূহকে আরও গভীরভাবে ব্যাখ্যা করে:
  - নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি (ICCPR) এবং
  - অর্থনৈতিক, সামাজিক ও সাংস্কৃতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি (ICESCR)
- এই দুটি চুক্তি মেনে চলা অনুসমর্থনকারী দেশগুলির জন্য আইনত বাধ্যতামূলক।



এই মানচিত্রে সবুজ রঙের মধ্যে থাকা প্রতিটি দেশই এই দুইটি চুক্তির প্রতি অঙ্গীকারবদ্ধ হয়েছে।

এই সবগুলো দেশের সরকার স্বীকার করেছে যে, আন্তর্জাতিক আইনের অধীনে তিনটি বিষয়ে তাদের দায়িত্ব রয়েছে:



- আইনে উল্লেখিত মানবাধিকার এবং সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তাদের গৃহিত পদক্ষেপগুলোকে মর্যাদা দেয়া। উদাহরণস্বরূপ, কোনো বৈষম্যমূলক আইন থাকা উচিত নয় এবং কাউকে নির্যাতন করা উচিত নয়।
- মানবাধিকার সুরক্ষিত করার জন্য, রাষ্ট্র বা অন্য কারোর দ্বারা অধিকার লঙ্ঘন হলে প্রত্যেকে যাতে বিচার চাইতে পারে তা নিশ্চিত করা।
- মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করা যাতে করে প্রত্যেকেরই অধিকার নিশ্চিত হয়। উদাহরণস্বরূপ, প্রত্যেকের স্বাস্থ্যসেবা ও শিক্ষার সুযোগ রয়েছে তা নিশ্চিত করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করা। সম্পদ ও সংস্থানের ভিত্তিতে প্রতিটি রাষ্ট্রেরই অবস্থান ভিন্ন, তাই এই সামাজিক ও অর্থনৈতিক অধিকারগুলিকে বাস্তবে পরিণত করা একটি দীর্ঘ ধারাবাহিক প্রক্রিয়া।



রাষ্ট্রগুলো সম্মত হয়েছে যে প্রতিটি মানুষেরই সমানভাবে এই অধিকারগুলো রয়েছে। মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণার প্রথম অনুচ্ছেদে বলা হয়েছে, “প্রত্যেকটি মানুষই স্বাধীন অবস্থায় সম-মর্যাদা ও অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করে।”



দুঃখের বিষয়, অনেক সরকার এই প্রতিশ্রুতিগুলো পালন করে না ফলে অনেক মানুষেরই অধিকার লঙ্ঘন হয়েছে। নারী, মেয়ে শিশু, সংখ্যালঘু, প্রতিবন্ধী এবং অভিবাসীরা অধিকার লঙ্ঘনের বিশেষ ঝুঁকির মধ্যে থাকে। লিঙ্গ/জেন্ডার-ভিত্তিক সহিংসতা অধিকার লঙ্ঘনের এমন একটি উদাহরণ যা বিশ্বের প্রতিটি দেশে হর হামেশাই ঘটে থাকে।

### মানবাধিকারের সমালোচনা



কোনো সরকার যখন অধিকার লঙ্ঘন করে বা অধিকার লঙ্ঘন থেকে জনগণকে রক্ষা করতে ব্যর্থ হয়, তখন সেই সরকারকে শাস্তি দেওয়ার মতো কোনও আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী থাকে না। সরকারকে মানবাধিকার মেনে চলতে বাধ্য করার জন্য কোনও আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী যদি নাই থাকে, তাহলে মানবাধিকার কি দস্তহীন নয়? মানবাধিকার আসলে পরিবর্তনের কার্যকর হাতিয়ার নয় - এটা কেবল কাগজে ছাপা শব্দ!



এই ধরনের উক্তিগুলো পুরোপুরি মিথ্যা নয় - কিছু সরকারকে প্রভাবিত করা খুব কঠিন! তবে অনেক দেশেই মানবাধিকার লঙ্ঘনের আন্তর্জাতিক ও অভ্যন্তরীণ সমালোচনা ইতিবাচক পরিবর্তন ঘটাতে সক্ষম হয়েছে। আন্তর্জাতিক পুলিশ বাহিনী ছাড়াও মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার অনেক উপায় রয়েছে।



মানবাধিকারের সমালোচনা করার পেছনে আরও কিছু বিষয় লক্ষ্য করা যায়। যেমন, মানবাধিকারের প্রতি আপনার দৃষ্টিভঙ্গি নিম্নোক্ত উক্তিগুলির সাথে সাদৃশ্যময় হতে পারে -

- মানবাধিকার হয়তো আপনার কাছে একটি পারিভাষিক শব্দ মাত্র এবং এমন একটি বিষয় যেখানে নিজে জড়িত হওয়াটা আপনার কাছে জরুরী নয় কেননা আপনার মতে এটা মূলত আইনজীবী এবং রাজনীতিবিদদের বিষয়।
- অথবা আপনি হয়তো মনে করেন দৈনন্দিন জীবন থেকে মানবাধিকার অনেক দূরে সরে গেছে - যা নিয়ে এখন মাথা ঘামানো কেবল রাজধানীর অভিজাতদেরই সাজে।
- অথবা আপনি হয়তো মনে করেন যে, আন্তর্জাতিক রাজনীতির রঙ্গভূমিতে মানবাধিকার এমন একটি নতুন অস্ত্র যা অবলম্বন করে কিছু সরকার কপটভাবে তাদের বিরোধীদের সমালোচনা করে যদিও তারা নিজেরাই হরহামেশা মানবাধিকার লঙ্ঘন করে।

প্রকৃতপক্ষে, মানবাধিকার আইনের সাথে সম্পর্কিত রাজনীতিবিদরা আইন তৈরি করেন এবং আইনজীবীরা আদালতের মাধ্যমে মানবাধিকারের জন্য লড়াই করতে পারেন। এবং হ্যাঁ এটা সত্যি যে, ‘মানবাধিকার’ শব্দটি কখনও কখনও রাজনৈতিক উদ্দেশ্যে ব্যবহার এবং অপব্যবহার করা হয়।

কিন্তু মানবাধিকারের পরিসর আরও অনেক অনেক ব্যাপক!

## মানবাধিকার এবং আমরা



মানবাধিকার আসলে আমাদের দৈনন্দিন জীবনের চাহিদাগুলির সাথে সম্পর্কিত; স্কুলে, ক্ষেত্রে-খামারে, কর্মক্ষেত্রে, বাড়িতে এবং আশেপাশে কী ঘটে তার সাথে সম্পর্কিত; আমাদের একে অপরের সাথে কীভাবে আচরণ করা উচিত এবং অন্যের কাছ থেকে কীরকম আচরণ পাওয়া উচিত তার সাথে সম্পর্কিত; যারা আমাদের উপর ক্ষমতা রাখেন, যেমন বাড়িওয়ালা, নিয়োগকর্তা, শিক্ষক বা পরিবারের সদস্য -এদের দ্বারা নির্যাতিত হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার সাথে সম্পর্কিত; এবং অবশ্যই, পুলিশ, আদালত, সেনাবাহিনী এবং সরকারের মতো কর্তৃপক্ষের দ্বারা নির্যাতিত হওয়া থেকে সুরক্ষা পাওয়ার সাথে সম্পর্কিত।

পরিশেষে বলা যায় যে, মানবাধিকার সেই সমাজের সাথে সম্পর্কিত যে সমাজে বাস করতে আমরা আগ্রহী এবং যেরকম সমাজ গড়ে তোলার জন্য কাজ করতে চাই।

মানবাধিকারকে বাস্তব রূপ দিতে হলে সমাজের প্রত্যেককেই একটি ভূমিকা পালন করতে হবে। অনেক মানবাধিকার লঙ্ঘন ঘটে কারণ সাধারণ মানুষ অন্য মানুষের অধিকারকে সম্মান করে না - যেমন, আমরা কিছু মানুষের সাথে এমনভাবে আচরণ করি যেন তারা আমাদের সমান বা সমকক্ষ নন। সরকার, ব্যবসা প্রতিষ্ঠান এবং বিভিন্ন ব্যক্তি মানবাধিকার লঙ্ঘন চালিয়ে যেতে সক্ষম হয় কারণ মানুষ একে অন্যের পাশে এসে দাঁড়ায় না এবং পরিবর্তনের চেষ্টাও করে না। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই আমরা নীরব দর্শকের ভূমিকা পালন করি।



আমরা সরকার নই - আমরা আন্তর্জাতিক মানবাধিকার চুক্তিতে স্বাক্ষর করিনি। মানবাধিকার মেনে চলা হচ্ছে কিনা তা নিশ্চিত করার কোন আইনগত দায়িত্ব আমাদের নেই। কিন্তু আমরা যুক্তি ও বিবেকসম্পন্ন মানুষ এবং একে অন্যের প্রতি আমাদের নৈতিক একটা দায়িত্ব রয়েছে। মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণা অনুযায়ী:

“প্রতিটি মানুষ সম-মর্যাদা ও অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। তাঁদের বিবেক এবং বুদ্ধি আছে; সুতরাং প্রত্যেকেরই একে অপরের প্রতি ভ্রাতৃত্বসুলভ মনোভাব নিয়ে আচরণ করা উচিত।”

“প্রতিটি ব্যক্তি এবং সমাজের প্রতিটি অঙ্গ [...] পাঠদান ও শিক্ষার মাধ্যমে এই স্বাধীনতা ও অধিকারসমূহের প্রতি শ্রদ্ধাবোধ জাগ্রত করতে সচেষ্ট হবে।”

অন্যদের জীবনের উপর ইতিবাচক বা নেতিবাচক প্রভাব বিস্তার করার ক্ষমতা যখন আমাদের তৈরী হয়, তখন মানবাধিকারকে সম্মুখত রাখাও আমাদের নৈতিক দায়িত্বে পরিণত হয়। কারণ পক্ষেই সবকিছু করা সম্ভব নয় - কিছু পরিস্থিতিতে আমাদের করণীয় কী তা নির্ধারণ করাও কঠিন হয়ে ওঠে। কিন্তু অন্যান্য সংঘটিত হতে দেখলে সাহায্য করার জন্য আমরা কিছু অন্তত করতে পারি। চেষ্টা করাটাও হয়তো আমাদের নৈতিক দায়িত্ব।

কিছু করা একজন ভালো প্রতিবেশী হওয়ার মতোই সহজ।

## একজন সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প



শাফাক হাসান দক্ষিণ লন্ডনের একজন ব্রিটিশ মুসলিম নারী। সাম্প্রতিক বছরগুলিতে যুক্তরাজ্যে ঘৃণাত্মক অপরাধ অনেক বেড়ে গেছে। মুসলিম, বিশেষ করে মুসলিম নারীরা, যারা শাফাকের মতো মাথা ঢেকে রাখেন, তারা প্রায়শই অনলাইনে এবং রাস্তায় এধরনের ঘৃণাত্মক অপরাধের লক্ষ্যবস্তুতে পরিণত হন। এরকম প্রেক্ষাপটে, ভিন্ন ভিন্ন ধর্মীয় ঐতিহ্যের মানুষের মধ্যে বন্ধুত্ব এবং উদারতার দৈনন্দিন কার্যকলাপগুলি অনেক বেশি তাৎপর্য বহন করে।

শাফাক বলেন যে, তার অমুসলিম প্রতিবেশী অপ্রত্যাশিতভাবে তাকে এবং তার ১৪-বছর বয়সী ছেলে আয়ানকে ঈদ উদযাপনের জন্য উপহার দিলে মানবতার প্রতি তার বিশ্বাস ফিরে আসে।



শাফাক টুইটারে উপহারের একটি ছবি পোস্ট করে মন্তব্য করেছিলেন:

“আমাদের অমুসলিম প্রতিবেশী আলজেরিয়ান খেজুর এবং আমার ১৪-বছর বয়সী ছেলের জন্য একটি জায়নামাজ দিয়ে আমাদের সম্পূর্ণভাবে অবাক করেছেন।আমার ছেলেটা পুরো মাস রোজা রেখেছিল। তিনি ২০ বছরেরও বেশি সময় ধরে আমাদের প্রতিবেশী, কিন্তু ঈদের উপহার দিয়ে আমাদের সম্পূর্ণভাবে অবাক করে দিয়েছেন।”

“আমি বুঝতে পারিনি যে, তিনি আয়ানের রোজা রাখার বিষয়টি লক্ষ্য করেছেন।এই উপহার পেয়ে আমার ছেলে খন্য বোধ করেছে।তারা বন্ধুসুলভ প্রতিবেশী, তারা আমার মায়ের হাতের বিরিয়ানির ভক্ত তাই আমরা সবসময়ই তাদের বিরিয়ানি পাঠাই।আমাদের এখানকার সমাজটি একটি বৈচিত্র্যময় সমাজ।আয়ান এবং তার ধর্মীয় বিশ্বাসের প্রতি আমাদের প্রতিবেশীর সুবিবেচনা এবং অনুপ্রেরণা আমাদের হৃদয়কে গভীরভাবে স্পর্শ করেছে।”



জালিহা এবং ম্যাগডালেনাও একটি সম্পূর্ণ ভিন্ন প্রেক্ষাপটে তাৎপর্যবাহী কিছু অবদান রাখতে সক্ষম হয়েছে।জালিহা জাজিবারের পেয়া দ্বীপের একজন ধর্মপ্রাণ মুসলমান, একজন দাদী ও স্থানীয় স্কুলের কোরান শিক্ষক।



জালিহা বলেন,

“আমাদের সমাজে বিদ্যমান অশান্তি নিয়ে আমি চিন্তিত।এখানকার রাজনৈতিক নেতাদের উপর তরুণদের কোনো আস্থা নেই এবং তাদের জন্য কোনো সুযোগও নেই।”



তিনি আরও বলেন,

“মূল ভূখণ্ডের অনেক খ্রিস্টান বাসিন্দা এখানে পর্যটন শিল্পে কাজ করতে আসেন।কর্মসংস্থানের সুযোগ কমে যাওয়ার জন্য আমার পরিচিত অনেক মুসলমান খ্রিস্টানদেরকে দায়ী করে।বছ বছর ধরে চলমান রাজনৈতিক অস্থিরতা এবং ধর্মীয় উত্তেজনার আমি একজন জীবন্ত সাক্ষী।আমি দেখেছি গির্জা পুড়িয়ে দেওয়া হচ্ছে, ঘৃণাত্মক বক্তব্য সম্বলিত বিলিপত্র বিতরণ করা হচ্ছে, গির্জায় যাওয়ার পথে খ্রিস্টানদের হয়রানি করা হচ্ছে।আমি দেখতে পাচ্ছি আমাদের যুবসমাজ আরও উগ্রবাদী হয়ে উঠছে এবং এটা আমাকে চিন্তিত করে।সেজন্যই আমি উইমেনস ইন্টারফেইথ কমিটিতে (আন্তঃধর্মীয় নারী পরিষদে) যুক্ত হয়েছি।”



“আমি আমাদের দ্বীপে ধর্মীয় সহিংসতা প্রতিরোধে সাহায্য করতে চাই।কোরান স্কুলে আমি বাচ্চাদের শেখাই যে সহনশীলতা এবং ভালবাসা আমাদের ধর্মের ভিত্তিপ্রস্তর।ভবিষ্যৎ আমাদের সন্তানদের উপরই নির্ভর করছে, তাদেরকে পথ দেখানো আমাদের দায়িত্ব।”



ম্যাগডালেনা মূল ভূখণ্ডের একজন খ্রিস্টান বাসিন্দা যিনি জাজিবারে চলে এসেছিলেন।তিনিও আন্তঃধর্মীয় কাজে জড়িত।পোশাক এবং ধর্মের কারণে তিনি বৈষম্যের সম্মুখীন হয়েছেন, কিন্তু খ্রিস্টান ও মুসলমানদের মধ্যে বিভেদ মেটাতে তিনি দৃঢ় প্রতিজ্ঞ।তিনি উনগয়া অঞ্চলের মহিলা পরিষদে যোগদান করেন যেটি আন্তঃধর্মীয় প্রতিবন্ধকতা এবং নারীর অধিকার নিয়ে কথা বলে।

“আমি ইসলাম সম্পর্কে আরও জানতে এবং মুসলিমরা কীভাবে জীবনযাপন করে তা বোঝার জন্য পরিষদটিতে যোগ দিয়েছিলাম,” তিনি বলেন।“আমরা সবাই নারী, আর তাই প্রত্যেকেই আমরা বৈষম্যের মুখোমুখি হই - আমাদের অবশ্যই এক অন্যের পাশে এসে দাঁড়াতে হবে এবং একে অপরকে সমর্থন করতে হবে।”



শাফাকের প্রতিবেশী এবং জালিহা ও ম্যাগডালেনার মত অসংখ্য মানুষ আছে। আমাদের মত সাধারণ মানুষ, যারা তাদের নিজেদের ছোট ছোট প্রয়াসে সমাজে মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করার চেষ্টা করছেন – তারাই স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী!

আমরা যে যেই হই না কেন, মানবাধিকারকে বাস্তবে পরিণত করতে আমরা কিছু অস্তত করতে পারি!

#### উৎস

Faith Matters [www.faith-matters.org](http://www.faith-matters.org)

<https://www.faith-matters.org/family-surprised-by-presents-from-non-muslim-neighbour-to-celebrate-eid/>

Zanzibar Inter-faith Centre (ZANZIC)

<https://www.facebook.com/ZanzicMeansPeace/>

<https://english.danmission.dk/project/zanzibar-peacebuilding-through-interfaith-dialogue/>

# অধিবেশন ২

## চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা বিষয়ে ধারণা প্রদান

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বর্ণনা

ফরব = চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা

ছোট করে এবং সহজে বলার জন্য চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতাকে প্রায়ই ‘ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা’ বা ফরব বলে উল্লেখ করা হয়। আমরা এই সংক্ষিপ্ত রূপটি এই নির্দেশিকার অনেক জায়গায় ব্যবহার করেছি। তবে ভুলে যাবেন না যে, ফরব-এর মধ্যে চিন্তা এবং বিবেকের স্বাধীনতাও অন্তর্ভুক্ত।

চিন্তা, বিবেক ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার প্রায় সর্বত্রই বিতর্কিত। বেশীরভাগ মানুষই তাদের নিজস্ব বিশ্বাস ও ধারণাগুলিকে সঠিক এবং সত্য হিসেবে মনে করে এবং ভাবে যে অন্য মানুষদেরও বিশ্বাস এবং আচরণ তাদের মতোই হওয়া উচিত। ভিন্ন বিশ্বাস ও ধারণা পোষণকারী ব্যক্তিদের সাথে আমাদের সুসম্পর্ক না থাকলে, এই ‘অন্যদের’কে কোনো না কোনভাবে নিকৃষ্ট, বা ‘আমাদের’ মূল্যবোধ ও সংস্কৃতির জন্য, এমনকি জাতীয় ঐক্য ও নিরাপত্তার জন্য হুমকি হিসেবে বিবেচনা করাটা সহজ হয়ে ওঠে। এরকম ঘটনা কটরভাবে ধর্মীয় কিংবা অত্যন্ত ধর্মনিরপেক্ষ, উভয় সমাজেই ঘটতে পারে।

মানব সংস্কৃতির অন্যান্য দিকগুলির মতোই, ধর্ম এবং বিশ্বাসেরও ‘ভাল এবং মন্দ’ দুইটি দিকই আছে। কখনও কখনও বিশ্বাস, চর্চা এবং এগুলির সাথে জড়িত নেতা এবং সংগঠনগুলি সমাজে নানাবিধ সমস্যা সৃষ্টি করে। আবার অনেক সময়, ধর্ম এবং বিশ্বাস এমনভাবে প্রকাশ করা হয় যা বিশ্বাসী বা ধার্মিকদের ক্ষমতায়ন করে এবং বৃহত্তর সমাজেরও উপকারে আসে।

কিন্তু, চিন্তা, বিবেক, ধর্ম এবং বিশ্বাস সম্পর্কে আন্তর্জাতিক মানবাধিকার কী বলে? আমাদের কী কী অধিকার আছে? একটি রাষ্ট্র ধর্ম বা বিশ্বাসের চর্চার উপর কোন কোন ক্ষেত্রে নিষেধাজ্ঞা আরোপ করতে পারবে বা পারবে না?

এই অধিবেশনটি ফরব সংশ্লিষ্ট অধিকারগুলির সাথে আমাদের পরিচয় করিয়ে দেয় এবং এই অধিকার যদি সীমিত করতেই হয় তাহলে কখন ও কীভাবে কর্তৃপক্ষ সেটা করতে পারে সে সম্পর্কে ধারণা দেয়। অধিবেশনটিতে অংশগ্রহণকারীরা তাদের অধিকার সম্পর্কে জানার সুযোগ পাবে এবং তাদের মূল্যবোধ, দৈনন্দিন জীবন এবং সমাজের সাথে এই অধিকারগুলি কীভাবে সম্পর্কিত তা নিয়েও ভাবার সুযোগ পাবে।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকারের গুরুত্ব সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান এবং উপলব্ধি বিকশিত করার ক্ষেত্রে সহায়ক হবে।

অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা:

- ফরব-এর মূলমন্ত্রটি ব্যাখ্যা করতে পারবে; বৈষম্য, জবরদস্তি বা সহিংসতা ছাড়াই ধর্ম বা বিশ্বাস ধারণ, বেছে নেয়া/পরিবর্তন করা এবং চর্চা করার অধিকার।
- দৈনন্দিন জীবনের সাথে ফরব কীভাবে সম্পর্কিত তা ব্যাখ্যা করতে পারবে।
- অধিকারের সীমাবদ্ধতাগুলি সাধারণভাবে ব্যাখ্যা করতে পারবে এবং বুঝতে পারবে যে ফরব-কে কখনই অন্য মানুষের ক্ষতি করার অজুহাত হিসাবে ব্যবহার করা যাবে না।

## অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়



প্রারম্ভিক অনুশীলন: সবকিছু বলুন!

আগের অধিবেশনের শিক্ষণীয় বিষয়গুলি অংশগ্রহণকারীদেরকে মনে করিয়ে দিন।

১০ মিনিট

গল্প এবং আলোচনা অনুশীলন: কোন এক কালে

গল্পটি শুনে অংশগ্রহণকারীরা বুঝতে পারবে যে ফরব দ্বারা সুরক্ষিত বিষয়গুলি তাদের কাছে মূল্যবান কিনা।

৪৫ মিনিট

উপস্থাপনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা বিষয়ে ধারণা প্রদান

এটি এই কোর্সের একটি মূল উপস্থাপনা। ফরব কী সুরক্ষা করে এবং কখন অধিকার সীমিত হতে পারে সে বিষয়গুলি এইখানে তুলে ধরা হয়েছে।

১৫ মিনিট

সম্মিলিত আলোচনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা

আগের অধিবেশনের বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা।

১০ মিনিট

চিন্তা-ভাবনা এবং আলোচনা অনুশীলন: আমাদের সময়ে ফরব

নিজেদের দৈনন্দিন জীবনে অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে ফরব-এর অধিকার ব্যবহার করে তা চিহ্নিত করতে সাহায্য করবে এই অনুশীলনটি।

৩৫ মিনিট

সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

অংশগ্রহণকারীদেরকে অনুপ্রাণিত করার জন্য পুরো কোর্স জুড়ে গল্প অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।

৫ মিনিট

মোট সময়

২ ঘন্টা

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন – আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

এই অধিবেশনটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকায় প্রদত্ত প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণগুলো ছাড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:

- একটি নরম বল।
- পূর্ববর্তী অধিবেশনে ব্যবহৃত স্যুপের পাত্র এবং মানুষের চাহিদা কার্ড।
- বিলিপত্র অথবা ‘কোন এক কালে’ অনুশীলনটির দলীয় আলোচনার প্রশ্ন সম্বলিত একটি ফ্লিপ চার্ট শীট।
- বিলিপত্র অথবা ‘আমাদের সময়ে ফরব’ অনুশীলনটির দলীয় আলোচনার প্রশ্ন সম্বলিত একটি ফ্লিপ চার্ট শীট।
- পাওয়ারপয়েন্ট/চলচিত্র ব্যবহার করতে না চাইলে নিম্নলিখিতগুলি প্রস্তুত রাখুন:
  - কোন এক কালে: গল্পটি যে পোস্টারগুলিতে চিত্রিত করা হয়েছে সেগুলো মুদ্রণ করুন।
  - পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড থেকে মূল বিষয়বস্তু সহ ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি প্রস্তুত রাখুন। ‘আমাদের সময়ে ফরব’ অনুশীলনটির জন্য এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪৭
  - ৫৯ মুদ্রণ করুন।

এখানে এই অধিবেশনের আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ পাওয়া যাবে।



(ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত - আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

আপনার প্রস্তুতির অংশ হিসাবে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে আরও জানতে এই [স্বল্পদৈর্ঘ্য চলচিত্রগুলি](#) দেখতে পারেন। এই চলচিত্রগুলি আপনার আত্মবিশ্বাস এবং প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার ক্ষমতা তৈরি করতে সাহায্য করবে। চলচিত্রগুলির এই সংকলনটিতে (প্লেলিস্ট) প্রায় ৫-১০ মিনিটের আটটি চলচিত্র রয়েছে। আপনার কাছে যদি সেগুলি দেখার সময় না থাকে তবে অন্তত এই চলচিত্রগুলি দেখুন চলচিত্র ২ (ধারণ করার বা বেছে নেওয়ার অধিকার), চলচিত্র ৩ (চর্চার অধিকার) এবং সামান্য দীর্ঘ চলচিত্র ৮ (অধিকারের সীমাবদ্ধতা)।

কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটির জন্য চেয়ারগুলিকে চক্রাকারে এবং সম্মুখমুখী করে এমনভাবে সাজাতে হবে যাতে মাঝখানে অনেকখানি জায়গা ফাঁকা থাকে। দলটির অংশগ্রহণকারীদের সহজে চলাচলের জন্য পর্যাপ্ত জায়গা যেন থাকে সেদিকে লক্ষ্য রাখুন। একটা বড় রুম থাকলে ভালো কিন্তু কোন টেবিল থাকার প্রয়োজন নেই।



চলচিত্র



‘কোন এক কালে’

“কোন এক কালে’ শীর্ষক অনুশীলনটি এমন অনেক আলোচনার সূত্রপাত করেছে যা অংশগ্রহণকারীদেরকে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করেছিল। এর ফলে অংশগ্রহণকারীদের অনেকেই মনের জানালা খুলে যায়। তারা নিজ সমাজের প্রতিচ্ছবি দেখতে পায়। লিঙ্গ/জেন্ডার সংশ্লিষ্ট রীতি থেকে শুরু করে বিদ্যমান অবস্থা থেকে বেড়িয়ে আসা ঠিক হবে কিনা - এরকম প্রশ্নগুলোও আলোচনায় উঠে আসে।”  
হাম্মাম হাদ্দাদ, সহায়ক, জর্ডান

## বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

### ১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: সবকিছু বলুন! ১০ মিনিট

#### বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীরা একে অপরের কাছে একটি বল ছুঁড়ে দেবে, তবে বলটি ছুঁড়ে দেয়ার আগে পূর্ববর্তী অধিবেশনের অন্তত একটি শিক্ষণীয় বিষয় (যেটা তার স্মরণে আছে) ব্যক্ত করবে।

#### উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনটি বিনোদন ও মিথষ্ক্রয়ার সাথে অধিবেশনটি শুরু করতে সাহায্য করবে। অনুশীলনটির উদ্দেশ্য হলো আগের অধিবেশন থেকে দলের অংশগ্রহণকারীরা যা শিখেছে, অনুভব করেছে এবং ভেবেছে সে বিষয়গুলো মনে রাখতে এবং সেগুলো একে অপরের সাথে বিনিময় করতে সাহায্য করা। দলে নতুন অংশগ্রহণকারী যোগ দিলেও আগের অধিবেশনে শেখানো বিষয়গুলো বুঝতে তার অসুবিধা হবে না।

#### উপকরণসমূহ

- একটি নরম বল।
- ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’ সম্বলিত স্যুপের পাত্র (আগের অধিবেশনে ব্যবহৃত)।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবার মাঝখানে ‘মানুষের চাহিদা কার্ড’গুলি সহ স্যুপের পাত্রটি রাখুন। ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত তিনটি কার্ড যেন অন্য কার্ডগুলির উপরে থাকে যাতে করে খেলাটি শেষ হলে আপনি সহজেই সেগুলো পেতে পারেন।

সবাইকে স্বাগত জানান এবং বলুন যে, আগের অধিবেশনটির উপর দ্রুত নজর বুলিয়ে এই অধিবেশনটি শুরু করবেন। দলের সবাইকে স্যুপের পাত্রের চারপাশে চক্রাকারে একটু দূরে দূরে দাঁড়াতে বলুন।

এবার বলুন যে তারা যাকে খুশি তাকে বলটি ছুঁড়ে দেবে। যে অংশগ্রহণকারীর কাছে বলটি থাকবে, তিনি একটি বাক্যে আগের অধিবেশনটির বিষয়ে যা মনে আছে সেটা বলবেন - যেমন, আগের অধিবেশনে উল্লেখিত গল্পটির কথা, বা এমন কিছু যেটা তিনি শিখেছে, বা কোন অনুভূতি বা চিন্তা ইত্যাদি। বাক্যটি বলার পর, সে অন্য যেকোন অংশগ্রহণকারীকে বলটি ছুঁড়ে দেবে যাতে প্রত্যেকে কথা বলার সুযোগ পায়। এই অধিবেশনে নতুন কোন অংশগ্রহণকারী দলটিতে যুক্ত হয়ে থাকলে, তার কাছে যখন বলটি ছুঁড়ে দেয়া হবে তখন তাকে সজোড়ে বলতে হবে ‘সবকিছু বলুন’ এবং তারপর বলটি অন্য কাউকে ছুঁড়ে দিতে হবে।

#### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

আগের অধিবেশন থেকে আপনার মনে আছে এমন একটি কথা বলে একজন অংশগ্রহণকারীর দিকে বলটি ছুঁড়ে দিয়ে অনুশীলনটি শুরু করুন। অংশগ্রহণকারীদের বক্তব্যের পরিপ্রেক্ষিতে ‘ধন্যবাদ’ এবং ‘চমৎকার’ ইত্যাদি বলে তাদেরকে অনুপ্রাণিত করুন! প্রতিটি ব্যক্তি একবার বল না ধরা পর্যন্ত অনুশীলনটি চালিয়ে যান।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

আগের অধিবেশনের বিষয়গুলো মনে রাখার জন্য দলটিকে অভিনন্দন জানান এবং খুব সংক্ষিপ্তভাবে তারা যে মূল বিষয়গুলো বলতে ভুলে গেছেন সেগুলো উল্লেখ করুন। এবার মাঝখানে রাখা স্যুপের পাত্রটি থেকে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত তিনটি কার্ড হাতে নিন। কার্ডগুলি ধরে রাখুন এবং সবাইকে বলুন যে আমরা এই অধিবেশনে চিন্তা, বিবেক, ধর্ম এবং বিশ্বাসের স্বাধীনতার অধিকার সম্পর্কে জানবো।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

## ২. গল্প এবং আলোচনা অনুশীলন: কোন এক কালে ৪৫ মিনিট

### বর্ণনা

‘বাঁশি আর ঢোলের সংগীত’ গল্পটিকে ঘিরেই এই অনুশীলনটি। এর চারটি অংশ রয়েছে: গল্প বলা - সম্মিলিত আলোচনা - দলীয় আলোচনা - প্রতিক্রিয়া/উপসংহার।

### উদ্দেশ্য

ফরব দ্বারা সুরক্ষিত বিষয়গুলি অংশগ্রহণকারী এবং তাদের ঐতিহ্য ও সংস্কৃতিতে মূল্যবান কিনা এবং কীভাবে সে বিষয়ে গভীরভাবে ভাবতে সহায়তা করাই এই অনুশীলনটির লক্ষ্য। ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার সাথে সম্পর্কিত সাতটি মূল বিষয়: চিন্তা করা, বিশ্বাস করা, অংশীভূত হওয়া, চর্চা করা, প্রশ্ন করা, পরিবর্তন করা এবং প্রত্যাখ্যান করা - ইত্যাদির উপর আলোকপাত করে এই গল্পটি।

### উপকরণসমূহ

- গল্পের স্ক্রিপ্ট (পৃষ্ঠা ৫৬ বা এই লিঙ্কে দেখুন)।
- অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-২৩ - যেগুলোর মাধ্যমে গল্পটি চিত্রিত হয়েছে সেগুলো অথবা স্লাইডের ছবিগুলোর মুদ্রিত পোস্টার। (এগুলো ছাড়াও অনুশীলনটি করা সম্ভব)
- দলীয় কাজের জন্য ‘কোন এক কালে’ অনুশীলনটি সম্পর্কিত বিভিন্ন প্রশ্ন নিয়ে তৈরি বিলিপত্র (প্রতি ৩-৪ জন অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি) অথবা একটি ফ্লিপ চার্ট শীটে প্রশ্নগুলো থাকতে হবে।

### আগাম প্রস্তুতি

গল্পটি পড়ুন অথবা নিজের মতো করে বলার চর্চা করুন যাতে সুন্দর করে শুধিয়ে গল্পটি বলতে পারেন এবং কখন কোন পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড বা পোস্টারটি দেখাবেন সে সম্পর্কে আত্মবিশ্বাসী থাকতে পারেন।

আপনি যদি পোস্টার ব্যবহার করেন, তাহলে পোস্টারগুলো দেয়ালে ক্রমানুসারে ঝুলিয়ে ফেলুন। এতে করে সঠিক সময়ে সঠিক পোস্টারটির প্রতি নির্দেশ করা সহজ হবে।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৩৫ মিনিট

- গল্প বলা (১৫ মিনিট)  
বলুন যে, আপনি এখন একটি গল্প পড়ে শোনাবেন এবং তারপর সম্মিলিতভাবে এবং ছোট ছোট দলে গল্পটি নিয়ে আলোচনা করা হবে।  
গল্পটি বলুন এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড/পোস্টারগুলোর প্রতি অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করুন। প্রগাঢ় অনুভূতির সাথে গল্পটি পড়ার চেষ্টা করুন।
- দ্রুত সম্মিলিত আলোচনা (৫ মিনিট)  
নিম্নলিখিত প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে হাত তুলতে বলুন - প্রতিটি প্রশ্নের জন্য শুধু একটি বা দুটি উত্তর গ্রহণ করুন।
  - গল্পটি আমাদেরকে কী শিক্ষা দেয় বা এর মূল কথাটি কী?
  - এই গল্পের চরিত্রগুলির আচার-আচরণে কোন প্রশংসনীয় ব্যাপার ছিল কি?

(ঢোল এবং বাঁশির ধারণার সাথে অংশগ্রহণকারীদের নিজস্ব প্রেক্ষাপটের সাদৃশ্য খুঁজে পাওয়া কঠিন বলে মনে হলে বলুন যে, ধারণাটি আসলে ঐ গ্রামবাসীদের বিশ্বাস এবং ধর্মীয় চর্চার প্রতিনিধিত্ব করে।)

- ছোট ছোট দলে আলোচনা (১৫ মিনিট)  
অংশগ্রহণকারীদেরকে ৩-৪ জনের এক একটি দলে বিভক্ত করুন, প্রতিটি দলকে দলীয় কাজ হিসেবে প্রশ্নগুলির একটি করে অনুলিপি দিন।  
সাতটি মূল বিষয়ের উপর আলোকপাত করতে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ২৪ দেখান, অথবা একটা ফ্লিপ চার্ট শীটে ওই বিষয়গুলোর তালিকাটি দেখান। বলুন যে এখনকার প্রতিটি বিষয়ই কোনো না কোনোভাবে গল্পটির সাথে সম্পর্কিত।  
(মূল বিষয়সমূহ: চিন্তা করা, বিশ্বাস করা, অংশীভূত হওয়া, চর্চা করা, প্রশ্ন করা, পরিবর্তন করা এবং প্রত্যাখ্যান করা)



গল্প

এখানে গল্প, পোস্টার ও বিলিপত্রগুলি পাওয়া যাবে

পরামর্শ! ছোট ছোট দলে আলোচনার জন্য পর্যাপ্ত সময় যেন হাতে থাকে সেদিকে খেয়াল রাখুন।

- দলগুলিকে নিম্নলিখিত প্রশ্নসমূহ নিয়ে আলোচনা করতে বলুন:
  - এই বিষয়গুলি গল্পের কাহিনীর সাথে এবং গল্পের যে চরিত্রগুলি আপনার ভালো লেগেছে বা লাগেনি সেই চরিত্রগুলির সাথে কীভাবে সম্পর্কিত?
  - আপনার সংস্কৃতি বা ধর্মীয় প্রথায় প্রচলিত এমন কোন গল্প আছে কি যেখানে চিন্তা করা, বিশ্বাস করা, অংশীভূত হওয়া, চর্চা করা, পরিবর্তন করা, প্রশ্ন করা বা প্রত্যাখ্যান করা সম্পর্কে ইতিবাচক কিছু বলা হয়েছে?
  - এই কাজগুলি করার অনুমোদন থাকলে তাতে কি সমাজের উপকার হয় নাকি এটা সমাজের জন্য হুমকি হয়ে দাঁড়ায়? নাকি দুটোই ঘটতে পারে?
  - এই কাজগুলো করতে সক্ষম ব্যক্তিদের ছাড়া কি ইতিবাচক সমাজ পরিবর্তন সম্ভব?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১০ মিনিট

প্রতিটি দলকে তাদের আলোচনায় যে বিষয়টি অনুপ্রেরণাদায়ক, গুরুত্বপূর্ণ বা কঠিন বলে মনে হয়েছে এরকম একটি বিষয় বলতে বলুন।

নিম্নলিখিত বক্তব্যগুলি বলে অধিবেশনটি শেষ করুন:

- ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকারের সাথে যেসব মূল্যবোধ এবং অধিকার সম্পর্কিত সেগুলো জানার জন্যই এই গল্পটি নিয়ে আলোচনা করেছি এবং ভেবেছি।
- এই মূল্যবোধ এবং অধিকারগুলি খুব সাধারণ কোন বিষয়ও যেমন নয় তেমনি কোন অবিতর্কিত বিষয়ও নয়। এই বিষয়গুলো কিছুটা হলেও উদ্বেগের কারণ হতে পারে। যেমন, আপনি হয়তো ভাবছেন:
  - সবাই যদি নিজের সিদ্ধান্ত নিজেই নিতে পারে আর কীভাবে জীবনযাপন করতে হবে তা বেছে নিতে স্বাধীন হয়, তাহলে কি আমাদের সংস্কৃতি, ঐতিহ্য এবং বিশ্বাস হুমকির সম্মুখীন হবে না?
  - আমাদের কী নিশ্চয়তা আছে যে মানুষ এই স্বাধীনতাগুলিকে ভালো কিছুর জন্যই ব্যবহার করবে? কিছু মানুষের খারাপ চিন্তা ও উদ্দেশ্য থাকে। সবাইতো আর জিয়ানার মতো বন্ধুদের জীবন আরও উন্নত করতে চায় না। কখনও কখনও মানুষ তাদের বিশ্বাসকে অন্যদের ক্ষতি সাধনের ঢাল হিসেবে এমনভাবে ব্যবহার করে যাতে করে তার এহেন আচরণ ন্যায্যতা পায় - যেমন চায়ের দোকানদার ওনোকে যেভাবে হয়রানি করেছিল এবং 'সবার জন্য উন্মুক্ত' লেখা ফলকগুলি ভেঙে দেওয়ার জন্য একটি দল সংগঠিত করেছিল।
- এই প্রশ্নগুলি গুরুত্বপূর্ণ এবং এগুলোর উত্তর খুঁজে বের করার চেষ্টা আমরা চালিয়ে যাব। তবে, চিন্তা করা, বিশ্বাস করা এবং অপছন্দের বিষয়গুলি নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারার স্বাধীনতা না থাকলে মানুষের পক্ষে কোন ইতিবাচক পরিবর্তন ঘটানো সম্ভব নয় - উদাহরণ হিসেবে গল্পটিতে বাজারের ভেতর যে বৈষম্য সৃষ্টি হয়েছিল সেই বিষয়টি উল্লেখ করা যেতে পারে।
- তাহলে মানুষের কোন অধিকারগুলি থাকা উচিত এবং সরকার কখন সেই অধিকারগুলিকে সীমিত করতে পারবে? এই পর্যায়ে আমরা জানবো যে, আন্তর্জাতিক মানবাধিকার আইনে এ সম্পর্কে কী বলা আছে।

### ৩. উপস্থাপনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে ধারণা প্রদান ১৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনাটি ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট অধিকারগুলি সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা প্রদান করে এবং কোন কোন ক্ষেত্রে এই অধিকারগুলি সীমিত হতে পারে সে সম্পর্কেও ধারণা দেয়। এই অংশটি কোর্সটির জন্য যে জ্ঞান থাকা দরকার তার একটি মূল ভিত্তি তৈরি করে।

উপকরণসমূহ

- উপস্থাপনাটির স্ক্রিপ্ট এই নির্দেশিকার ৬০তম পৃষ্ঠায় পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ২৫-৪৬ সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ, এবং উক্ত স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে স্ক্রিপ্টটি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
- স্ক্রিপ্টটির ওয়ার্ডে সম্পাদনাযোগ্য একটি সংস্করণ অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে পাওয়া যাবে।



## আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং প্রেক্ষাপটের জন্য উপযোগী করে সম্পাদন করুন (অথবা স্লাইডগুলিতে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলি নিয়ে ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন) এবং স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলির সাথে একসাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।

### দ্রষ্টব্য

এই উপস্থাপনার জন্য কয়েক মিনিট সময় বেশি নিতে পারেন। আপনার দেশে ফরব সংক্রান্ত সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ আইনসমূহ এবং সেগুলো কীভাবে আন্তর্জাতিক নিয়মের সাথে সম্পর্কিত - সে বিষয়ে তথ্য যোগ করুন। সহায়ক নির্দেশিকাটির ১৫৩-১৫৪ পৃষ্ঠায় এই তথ্য কীভাবে খুঁজে পেতে হবে সে সম্পর্কে পরামর্শ এবং লিঙ্কগুলি পাওয়া যাবে।

একাধারে বেশিক্ষণ কথা বলবেন না, কারণ মানুষ বেশিক্ষণ মনোযোগ ধরে রাখতে পারে না! প্রয়োজনে উপস্থাপনার পর উদ্দীপনাদায়ক কিছু ব্যবহার করুন। অন্যান্য কার্যকলাপের জন্য সময় কমিয়ে (যেমন, প্রারম্ভিক অনুশীলনটি বাদ দিয়ে) এই অংশের জন্য সময় একটু বেশি নিতে পারেন বা পূর্ণাঙ্গ অধিবেশনটির জন্য বেশি সময় বরাদ্দ করতে পারেন।

পরামর্শ! আপনার উপস্থাপনা শেষ না হওয়া পর্যন্ত অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন/মন্তব্য করতে বারণ করুন।

## ৪. সম্মিলিত আলোচনা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা ১০ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পূর্ববর্তী উপস্থাপনা নিয়ে একটু আলোচনা করুন যাতে করে অংশগ্রহণকারীরা যা শিখেছে সেটা আত্মস্থ করতে পারে।

### আলোচনাটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে

অংশগ্রহণকারীদেরকে জিজ্ঞাসা করুন বিষয়টি সম্পর্কে তাদের কোন মন্তব্য বা প্রশ্ন আছে কিনা এবং এরপর নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন:

- উপস্থাপিত অধিকারগুলির মধ্যে কোনটি আপনার কাছে গুরুত্বপূর্ণ?
- উপস্থাপিত অধিকারগুলির মধ্যে এমন কোন অধিকার রয়েছে কি যেটা সমর্থন করা কঠিন কিংবা বিব্রান্তিকর?

১০ মিনিট পর সম্মিলিত আলোচনাটি শেষ করুন। বলুন যে, দলটি এখন একটি অনুশীলনের মাধ্যমে বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা এবং অন্বেষণ চালাবে।

মনে রাখবেন: আপনি একজন সহায়ক, কোন বিশেষজ্ঞ নন! অতএব, অংশগ্রহণকারীদের কোনো প্রশ্নের উত্তর কীভাবে দিতে হবে তা আপনার জানা না থাকলে, উত্তর দেয়ার জন্য উদগ্রীব হওয়ার কিছু নেই; কোন চাপ নেবেন না! বরং আত্মবিশ্বাসের সাথে বলুন যে, এই কোর্সটি পারস্পরিক অন্বেষণের একটি প্রক্রিয়া এবং আপনার ভূমিকা হলো আলোচনাটিকে সুষ্ঠুভাবে এগিয়ে নেয়া, বিশেষজ্ঞ হওয়া নয়।

## ৫. সম্মিলিত অনুশীলন: আমাদের সময়ে ফরব ৩০ মিনিট

### বর্ণনা

এটি একটি ‘চিন্তা করা-জুটি বাধা-মত বিনিময় করা’র অনুশীলন যেখানে অংশগ্রহণকারীরা তাদের দৈনন্দিন জীবনে কীভাবে চিন্তা করে, বিশ্বাস করে, অংশীভূত হয়, চর্চা করে, প্রশ্ন করে, আপত্তি তোলে এবং প্রত্যাখ্যান করে ইত্যাদি বিষয় প্রতিফলিত হবে।

### উদ্দেশ্য

দৈনন্দিন জীবনে আমরা যে চিন্তা, বিবেক, ধর্ম এবং বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট অধিকারসমূহ ব্যবহার করে থাকি সেটা অংশগ্রহণকারীদেরকে বোঝানোই এই অনুশীলনটির লক্ষ্য। মানবাধিকার যে বাস্তবেও গুরুত্বপূর্ণ, এবং এটা শুধু তাত্ত্বিক একটি বিষয় নয় সে ধারণাটিই এই অনুশীলন থেকে সহজে প্রতিয়মান হবে।

### উপকরণসমূহ এবং আগাম প্রস্তুতি

- এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪৮-৬০ বা এই স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণগুলি অধিবেশনের আগেই দেয়ালে ঝুলিয়ে দিন।
- প্রতিটি ৩-৪ জনের ছোট দলের জন্য একটি করে প্রশ্নাবলীর অনুলিপি বা আগে থেকে তৈরি রাখা প্রশ্নাবলী সম্বলিত ফ্লিপ চার্ট শীট দলীয় কাজের জন্য প্রদান করুন।



সম্মিলিত আলোচনা

পরামর্শ! ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে জটিল প্রশ্নের উত্তর কীভাবে দিতে হবে সে সম্পর্কিত নির্দেশনা পাওয়া যাবে ২১-২৮ পৃষ্ঠায়।



সম্মিলিত অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

প্রতি দুইজন করে অংশগ্রহণকারীকে অন্যদের থেকে একটু দূরে সরে দাঁড়াতে বলুন। নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যক্ত করুন:

এখন আমরা আমাদের দৈনন্দিন জীবনে ফরব এর তাৎপর্য কী তা জানতে চেষ্টা করবো। শুরুতে, প্রত্যেকেই আমরা নীরবে কিছুক্ষণ চিন্তা করবো। এরপর আমরা জোড়ায় জোড়ায় নিজেদের চিন্তাভাবনা নিয়ে আলোচনা করবো। অবশেষে, আমরা সম্মিলিতভাবে বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করবো।

নিচে লেখা বিষয়গুলি পড়ে শোনান (বা অনুরূপ কিছু বলুন) এবং একই সাথে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪৭-৫৯ অথবা এই স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণগুলির দিকে অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করুন।

“আপনার জীবনের যেকোন একটি সাধারণ দিন নিয়ে ভাবুন। কখন এবং কীভাবে আপনি আপনার চিন্তাভাবনা, বিশ্বাস, প্রশ্ন এবং আপনার ধর্মীয় বা ধর্ম-নিরপেক্ষ অংশীভুক্ততা (রিলিজিয়াস অর নন-রিলিজিয়াস বিলজিং) বা পরিচয়ের অনুভূতি ব্যক্ত করে থাকেন? যেমন:

- যে খাদ্যগুলি আপনি খান বা খান না,
- আপনি যেসব বস্ত্র পরিধান করেন বা করেন না,
- প্রার্থনা বা আচার-অনুষ্ঠানে বা জীবনের গুরুত্বপূর্ণ মুহূর্তগুলি উদযাপনের সময়,
- আপনি যা কিছু পাঠ করেন,
- আপনার পরিবার, বন্ধু বা সহকর্মীদের সাথে কথোপকথনে এবং আপনি যেভাবে আপনার বাচ্চাদের বড় করেন বা
- আপনি যেভাবে সমাজের সেবা করে থাকেন বা সামাজিক উদ্বেগের বিষয়গুলির সাথে যেভাবে জড়িত হয়ে থাকেন।”

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ৩০ মিনিট

চিন্তা করুন! (৫ মিনিট)

প্রত্যেককে পাঁচ মিনিট সময় নিয়ে তাদের জীবনের একটি সাধারণ দিনের কথা নীরবে ভাবতে বলুন। যেকোন সাধারণ দিনে কখন এবং কীভাবে তারা তাদের চিন্তাভাবনা, বিশ্বাস, প্রশ্ন এবং ধর্মীয় বা ধর্ম-নিরপেক্ষ পরিচয়/ অংশীভুক্ততা ব্যক্ত করে থাকেন?

জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)

অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের জুটির সাথে নিজস্ব চিন্তাভাবনাগুলি আলোচনা করতে বলুন এবং নিচের যে প্রশ্নগুলি নিয়ে আলোচনা করতে তারা স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করবেন তা নিয়ে আলোচনা করতে বলুন।

- আপনি আপনার ধারণা ব্যক্ত করেছেন বা কোন বিষয় নিয়ে প্রশ্ন তুলেছেন এরকম একটি ঘটনা বর্ণনা করুন। ফলাফল কী হয়েছিল এবং কেমন লেগেছিল?
- এমন একটি ঘটনা বলুন যেখানে আপনি আপনার ধারণা ব্যক্ত করতে, আপত্তিকর কোন বিষয় নিয়ে প্রশ্ন তুলতে বা আপনার পরিচয় প্রকাশ করতে পারেননি। তখন আপনার কেমন লেগেছিল?
- দৈনন্দিন জীবনে নিজের ধারণা এবং পরিচয় ব্যক্ত করতে পারাটা কি আপনার জন্য গুরুত্বপূর্ণ? যে ধারণা বা চর্চাগুলি আপনি ভুল বলে মনে করেন সেগুলি সম্পর্কে প্রশ্ন তুলতে পারাটা কি গুরুত্বপূর্ণ?
- আপনাকে যদি নিজের বিশ্বাসের পরিবর্তে অন্যদের ধারণা ও বিশ্বাসের ভিত্তিতে জীবনযাপন করতে বাধ্য হতে হয় তাহলে কেমন লাগবে?

মত বিনিময় করুন (১৫ মিনিট)

সবাইকে সম্মিলিত আলোচনায় ফিরে আসতে বলুন। আমরা আমাদের জুটিদের সাথে যে প্রশ্নগুলি নিয়ে আলোচনা করেছি এবং ভেবেছি সেগুলি নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলোর সাথে সম্পর্কিত:

- চিন্তা, বিবেক, ধর্ম এবং বিশ্বাসের স্বাধীনতা দ্বারা সুরক্ষিত অধিকারগুলি কি আমাদের কাছে গুরুত্বপূর্ণ?
- এই অধিকারগুলি না থাকলে আমাদের কেমন লাগে?

অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন করুন যে, জুটির মধ্যে আলোচনার ভিত্তিতে কেউ এই সম্পর্কিত চিন্তাভাবনা, অনুভূতি বা অভিজ্ঞতা ব্যক্ত করতে চান কিনা। কাউকে এ বিষয়ে চাপাচাপি করবেন না, স্বেচ্ছায় কেউ কিছু ব্যক্ত করতে চাইলে, করতে পারে। কিছুক্ষণ পরে, দলটিকে জিজ্ঞাসা করুন যে মানুষের অভিন্ন বৈশিষ্ট্যগুলির মানে কি এই নয় যে চিন্তা-বিশ্বাস-অংশীভুক্ততা-চর্চা-প্রশ্ন-পরিবর্তন এবং প্রত্যাখ্যান করার অধিকারের ক্ষেত্রে সকলেরই একই রকম চাহিদা রয়েছে? এই অধিকারগুলো কি কোন বিশেষ ধর্ম বা বিশ্বাসের অন্তর্ভুক্ত মানুষদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ?

পরামর্শ! আলোচনার শুরুটা যদি ধীর গতির হয় তবে আপনার নিজের জীবনে ফরব সম্পর্কিত কোন বিষয় নিয়ে কিছু বলতে পারেন।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

আলোচনায় তাদের চিন্তাভাবনা, মতামত ও সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য সবাইকে ধন্যবাদ জানিয়ে অনুশীলনটি শেষ করুন।

## ৬.সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প ৫ মিনিট

### বর্ণনা

একজন সাধারণ ব্যক্তি কীভাবে তার ফরব অধিকার আদায়ের জন্য লড়েছিলেন এবং সমাজ পরিবর্তনে অবদান রেখেছিলেন সেই গল্পটি সম্পর্কে সংক্ষিপ্ত আলোচনা দিয়ে অধিবেশনটি শেষ করুন। আগামী অধিবেশনে কী কী বিষয় থাকতে পারে তার সংক্ষিপ্ত বিবরণ দিন।

### কী বলতে হবে

নিম্নলিখিত মন্তব্যগুলি করুন। যদি সম্ভব হয় পিটারের গল্পটি ব্যাখ্যা করতে এই অধিবেশনের পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ৬১-৬৩ ব্যবহার করুন।

- আজ আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট অধিকার সম্পর্কে জেনেছি এবং আন্তর্জাতিক আইন অনুসারে আমাদের এবং বিশ্বের সব মানুষের অধিকার সম্পর্কে শিখেছি।
- এটি বেশ জটিল একটি মানবাধিকার এবং হয়তো কিছু বিষয় আমরা বুঝতে পারিনি বা কিছু বিষয়ে একমত হতে পারিনি। কিন্তু এটাও নিশ্চিত যে, কিছু জিনিস আমরা ঠিকই বুঝতে পেরেছি এবং কিছু বিষয়ে একমতও হয়েছে। সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে যাত্রা শুরু করার জন্য এইটুকুই হতে পারে একটা শুভ সূচনার স্থান।
- আমাদের মত সাধারণ মানুষও সমাজে বিদ্যমান সমস্যাগুলির ক্ষেত্রে তাৎপর্যবাহী পরিবর্তন সৃষ্টিতে অবদান রাখতে পারে।
- পৃষ্ঠা ৬৪-এ পিটারের গল্প পড়ুন, (অধিবেশনটির ডাউনলোডযোগ্য উপকরণগুলিতেও এই গল্পটি পাওয়া যাবে)।
- পরবর্তী অধিবেশনে আমরা আমাদের পরিচয়, বিশেষাধিকার এবং প্রতিকূলতার বিষয়গুলি জানতে কিছুটা সময় ব্যয় করবো। এবং পরবর্তী অধিবেশনগুলিতে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট অধিকার লঙ্ঘন এবং কীভাবে আমরা এরকম লঙ্ঘন প্রতিরোধ করতে তাৎপর্যবাহী কিছু করতে পারি সে সম্পর্কে আরও কিছু শিখবো।



সংক্ষিপ্ত  
আলোচনা



‘বাঁশি আর ঢোলের সংগীত’

"অংশগ্রহণকারীরা এই গল্পটি অনেক পছন্দ করেছিল। এই গল্পটিই ছিল অধিবেশনের সেরা অংশ। গল্পটির চরিত্রগুলি, চিত্রসমূহ, এবং মূলভাব সবকিছুর সাথেই তারা সম্পৃক্ত হতে পেরেছিল।"

হিদায়া দুদ, সহায়ক, তানজানিয়া

# বাঁশি আর ঢোলের সংগীত

লিখেছেন ক্যাথরিন ক্যাশ এবং সিডসেল-মারি উইনথার প্রাগ  
চিত্রিত করেছেন টবি নিউসোম

এই গল্পটি 'কোন এক কালে অনুশীলন'-টির জন্য ভিত্তি তৈরি করে। গল্পটিকে অধিবেশন ২-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-২৩ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।



## বাঁশি আর ঢোলের সংগীত



বহু বছর আগে এক এলাকায় দুটি গ্রাম ছিল।



একটি গ্রাম ছিল বনের মধ্যে। এই গ্রামের মানুষ তাদের ঢোলের বাদ্য আর নাচের জন্য বিখ্যাত ছিল। কোন শিশু সোজা হয়ে বসতে শেখার সাথে সাথে তাকে একটি ঢোল দেওয়া হতো। কিছু ঢোল ছিল খুবই ছোট। এগুলোর শব্দ বৃষ্টির একটানা রিমঝিম সঙ্গীতের মতো শোনাতো। আবার তাদের এমন ঢোলও ছিল যেগুলোর শব্দ শোনাতো বজ্রধ্বনির মতো আর সেই ঢোলগুলো বহন করতে দুজন মানুষ লাগতো। ঢোলের বাদ্য তাদের জীবনের সাথে ওতোপ্রতোভাবে জড়িয়ে ছিল - আনন্দ উদযাপন, শোক এবং এই দুইয়ের মাঝে আর যা কিছু আছে সবকিছুতেই ঢোল বাজানো হতো। ওই গ্রামের মানুষেরা বিশ্বাস করত যে ঢোলের বাদ্য তাদের জীবনধারা ও বনের দেবতার মধ্যে সম্প্রীতি স্থাপন করতো।



নীচের উপত্যকায় অবস্থিত গ্রামটির মানুষগুলো কখনই ঢোল বাদকদের বুঝতে পারতো না। ঢোলের বাদ্য তাদের কাছে সংহতিনাশক এবং অপপ্রীতিকর বলে মনে হতো এবং ঢোলে একটা সাধারণ টোকা পড়লেও তারা ছটফট করে উঠতো। এই গ্রামে ছেলে শিশুর জন্ম হলে, তার বাবা কাঠ বা হাড় দিয়ে একটি বাঁশি বানিয়ে শিশুটির গলায় বেঁধে দিত। ছেলেটি তার জীবনের শেষ অবধি বাঁশিটি তার গলায় পড়ে থাকতো। তাদের ঐতিহ্যবাহী কিছু সুর ছিল যা আয়ত্ত করতে অনেক বছর লাগতো। এই গ্রামের কিছু পুরুষ বাঁশি বাজানোতে এতোই দক্ষ ছিল যে তাদের বাঁশির সুমধুর সুরে স্বর্গের ঈশ্বরও বিমোহিত হয়ে ফসলের জন্য বৃষ্টি এবং রোদ প্রদান করতেন। সেইসব পুরুষদেরকে সর্বোচ্চ সম্মানে সম্মানিত করা হতো।



যদিও ঢোল বাদকেরা তাদের জিনিসপত্র বিক্রি করতে বাঁশিবাদকদের গ্রামের সাপ্তাহিক বাজারে যেত, কিন্তু দুই গ্রামের মানুষ একে অন্যের সাথে মেলামেশা করতো না। বাজারে ঢোল বাজানো নিষিদ্ধ ছিল। অনেক বাঁশিবাদক দোকান মালিকেরা ঢোলবাদকদের কাছে কিছু বিক্রি করতে চাইতো না এবং ঢোলবাদকেরাও বাঁশিবাদকদের প্রতি বিরক্তি প্রকাশ করতো।



বাঁশিবাদকদের গ্রামে বাস করতো জিয়ানা নামের এক অল্পবয়সী মেয়ে। তার কৌতূহল এবং উদারতার জন্য সবাই তাকে ভালোবাসতো। তার বয়স যখন ১০ বছর তখন তার বাবা অসুস্থ হয়ে পড়েন। একদিন, তিনি মেয়েকে তার কাছে ডেকে বললেন, “মা আমার, আমি আর বেশি দিন বাঁচব না। আমার বাঁশিটি নাও আর এটা পরে থাকো যাতে ঐ বাঁশির মাঝেই তুমি সবসময় আমাকে নিজের পাশে খুঁজে পাও।” জিয়ানা দুঃখে কাতর হয়ে পড়েছিল। মেয়েদের বাঁশি বহন করার প্রথা ছিল না, কিন্তু শীঘ্রই সে নিজেকে প্রশ্ন করলো, “কেন আমাকে বাঁশি বাজাতে দেওয়া হবে না?” যে রাতে তার বাবা মারা যায়, সেই রাতেই জিয়ানা বাঁশিটি তার গলায় বেঁধে নেয়।



জিয়ানা বড় হতে থাকলো। মাকে সবজি চাষে সাহায্য করা এবং বাজারের দোকানে সেই সবজি বিক্রি করার জন্য সে কঠোর পরিশ্রম করতো। পরিশ্রমী এবং উদার মনের হওয়া সত্ত্বেও গলায় বাঁশি ঝুলিয়ে রাখার কারণে জিয়ানার গ্রামের মানুষেরা প্রায়ই তাকে উপহাস করতো। কখনও কখনও তারা তাকে বোঝানোর চেষ্টা করতো যাতে সে বাঁশিটি আর না পরে, কিন্তু সে তাদের কথা শুনতো না। সুযোগ পেলেই জিয়ানা বনে চলে যেত বাবার বাঁশিটা বাজানোর জন্য।



এমনই কোনো এক দিনে জিয়ানা শুনতে পেল ঢোলের ক্ষীণ আওয়াজ। কৌতূহলবশত, সে ঢোলের শব্দ অনুসরণ করে বনের মধ্য দিয়ে একটি খোলা স্থানে গিয়ে পৌঁছাল, যেখানে সে দেখতে পেল একজন কিশোর ছেলে ঢোল বাজাতে বাজাতে গান করছে, আর তার বোন গাছ থেকে ফল পাড়ছে। জিয়ানা ওদেরকে এর আগে বাজারেও দেখেছে। তাই সে ওদেরকে চিনতে পেরেছিল - ওনো ও আইরিস - ওরা ভাই বোন।

গাছের আড়ালে লুকিয়ে জিয়ানা তার বাঁশি বাজাতে শুরু করলো। বাঁশির সুর আর ঢোলের তাল এক সুন্দর সঙ্গীতে পরিণত হলো।

গান শেষ হলে, জিয়ানা সাবধানে গাছের আড়াল থেকে খোলা জায়গায় বের হয়ে আসলো। ওনো এবং আইরিস বাঁশিওয়ালা মেয়েটিকে দেখে অবাক হয়ে গেলেও হেসে উঠলো এটা বুঝতে পেরে যে ঠিক তাদেরই মতো জিয়ানারও নিজ গ্রামে তার বাদ্যযন্ত্রটি বাজানোর অনুমতি নেই। আইরিস জিয়ানাকে কিছু ফল দিল, এবং সন্ধ্যার আগ পর্যন্ত তিনজন গান আর গল্প করে কাটিয়ে দিল।



এরপর যেদিন বাজার বসল, সেদিন জিয়ানা তার নতুন বন্ধুদেরকে চায়ের দোকানের সামনে দেখতে পেল। দোকানের মালিক তাদেরকে চিৎকার করে বলছিল, “দূর হও, নোংরা ঢোলবাদকের দল!” ওনো রেগে গেলেও আইরিস তাকে টেনে অন্যদিকে নিয়ে গেল। দোকান মালিকের ছেলে ওনোর জন্য চা ঢালছিল; তাকে দেখে লজ্জিত মনে হচ্ছিল।



জিয়ানা আগে কখনো ‘ঢোলবাদকদের প্রবেশ নিষিদ্ধ’ লেখা ফলকটি সম্পর্কে ভাবেনি। আজ ওটা দেখে তার মনে পড়লো যে, সে এবং তার মা কখনই ঢোলবাদকদের দোকান থেকে কিছু কেনে না। এ কথা মনে হতেই তার হৃদয়টা ভারী হয়ে উঠল।

সেই দিন রাতে জিয়ানা তার মায়ের সাথে এ ব্যাপারে কথা বললো। সে তার মাকে প্রশ্ন করলো কেন তারা কখনই ঢোলবাদকদের দোকানে যায় না। উত্তরে মা তাকে বললেন, “চেনা জানা জিনিসের মধ্যে থাকাই ভালো”। কিন্তু জিয়ানা এই কথার মর্ম বুঝতে পারলো না। সে একটার পর একটা প্রশ্ন করতেই থাকলো - কেন সবাইকে সবখানে সাদর অভ্যর্থনা জানানো উচিত নয়। একইসাথে সে ওনো এবং আইরিসের দোকানের সুস্বাদু ফলগুলোর উচ্ছ্বসিত প্রশংসা করতে থাকলো। অবশেষে, জিয়ানার মা রাজি হলেন যে, এরপর যেদিন বাজার বসবে সেদিন তিনি ওদের দোকান থেকে কিছু ফল কিনবেন।



এদিকে চায়ের দোকানের মালিকের বাসায় মালিকের ছেলে ব্রোন যখন ঢোলবাদকদের প্রতি তার বাবার আচরণ নিয়ে প্রশ্ন তোলে তখন তাদের মধ্যে বড়সড় একটা গড়গোল বেধে যায়। দোকানের মালিক ছিলেন গ্রামের সবচেয়ে সম্মানিত বাঁশি বাদক এবং একজন গর্বিত মানুষ। তার বাবা এবং দাদাও ছিলেন দক্ষ সঙ্গীতজ্ঞ, কিন্তু এক্ষেত্রে ব্রোন ছিল তার জন্য এক গভীর হতাশার কারণ। সর্বাঙ্গিক চেষ্টা সত্ত্বেও ব্রোন সবচেয়ে মৌলিক সুরটাও আয়ত্ত করতে পারেনি। অন্যদিকে বছরের পর বছর ধরে জোরপূর্বক অনুশীলন এবং নিষ্ঠুর মন্তব্যের শিকার হওয়ার দরুন ব্রোন বাঁশির প্রতি আগ্রহ ও শ্রদ্ধা হারিয়ে ফেলেছিল। দূর থেকে ভেসে আসা ঢোলের ক্ষীণ হৃদয়ের প্রতি সে আকর্ষণ অনুভব করতো এবং অন্যরকম এক জীবনের স্বপ্ন দেখতো।



সময় গড়াতে থাকে আর এদিকে জিয়ানা, আইরিস এবং ওনো একসাথে খেলার জন্য বনে দেখা করতে থাকে। তারা স্বপ্ন দেখতো এমন এক সময়ের যে সময় সবাই সাদর অভ্যর্থনা পাবে, ঢোল ও বাঁশি খোলামেলাভাবে বাজানো যাবে এবং বাজারেও তারা তাদের সুন্দর সঙ্গীত একসাথে বাজাতে পারবে।



প্রতি সপ্তাহে, ওনো এবং আইরিস সবজির দোকানে জিয়ানা এবং তার মায়ের সাথে দেখা করতো, আর জিয়ানার মাও তাদের কাছ থেকে ফল এবং বাদাম কিনতেন। একদিন, ওনো লক্ষ্য করলো যে জিয়ানার মা তার বেলেটের সাথে ঝুলানো ঢোলটির দিকে কৌতূহলীভাবে তাকিয়ে আছেন।

এটা দেখে, ওনো বলল, “এটা হলো হাসির ঢোল। এই ঢোলের শব্দ মনে সুখের অনুভূতি জাগায়। আমি এই ঢোল বাজালে শিশুরা নাচে আর হাসে।” জিয়ানার মা মুগ্ধ হলেন।

অন্যান্য ঢোলবাদকেরা চারপাশে জড়ো হতে শুরু করে। জিয়ানা এবং তার মা তাদের ঢোলগুলি সম্পর্কেও তাদেরকে জিজ্ঞাসা করে। সেদিন জিয়ানার মায়ের সবজিগুলি খুব তাড়াতাড়ি বিক্রি হয়ে যায়। কিছু প্রতিবেশী দোকানের মালিকরা তাদের বাজারের অংশে ঢোলবাদকদের সাদরে ঢুকতে দেয়ার জন্য জিয়ানার মায়ের প্রতি বিরক্ত ছিল, কিন্তু তিনি যুক্তি দিয়েছিলেন যে সবাই যদি একে অন্যের কাছ থেকে কিনতে পারে তাহলে সবারই ভালো হবে।



তাদের দোকানের পাশে একজন বৃদ্ধ ব্যক্তি মশলা বিক্রি করছিলেন, কিন্তু তার বেচাকেনা ভালো হচ্ছিল না। বেচাকেনা কিভাবে বাড়ানো যায় সে বিষয়ে ওনো তাকে পরামর্শ দিলো একটা বিজ্ঞপ্তি ঝুলিয়ে দিতে যেখানে লেখা থাকবে “সবার জন্য উন্মুক্ত”। ওনো বৃদ্ধ লোকটির জন্য বিজ্ঞপ্তিটি তৈরি করে সেখানে একটি বাঁশি ও ঢোলের ছবিও ঐক্রে দিয়েছিল।

বৃদ্ধ ব্যক্তির বিক্রি বাড়তে থাকে এবং ধীরে ধীরে অন্যান্য দোকান মালিকদের মধ্যেও একই উপলব্ধি আসতে শুরু করে। ঢোল ও বাঁশি বাদকদের মালিকানাধীন দোকানগুলোতে “সবার জন্য উন্মুক্ত” বিজ্ঞপ্তিটি একইভাবে প্রদর্শিত হতে শুরু করে। এতে করে বাজারটাও জমজমাট হয়ে উঠতে শুরু করে।



কিন্তু সবকিছুই যে সুন্দরমতো চলছিল এমন নয়। ব্রোনের বাবা বাজারে তার সীমানার মধ্যে ঢোলবাদকদের প্রবেশের আশঙ্কায় আতঙ্কিত ছিলেন। তিনি এই ব্যাপারটাকে তাদের পুরানো জীবনধারণের জন্য হুমকি বলে ভাবছিলেন। অন্যান্য যারা তারই মতো মনোভাব পোষণ করতো তাদেরকে জড়ো করলেন যাতে একসাথে তারা ‘সবার জন্য উন্মুক্ত’ লেখা ফলকগুলি ছিঁড়ে ফেলতে পারেন এবং ঢোলবাদকদের হয়রানি করতে পারেন। ফলত: বাজারে ক্রমশ উত্তেজনা বাড়তে থাকে এবং বাজার পরিষদও এ ব্যাপারে উদ্বেগ হয়ে ওঠে।



ব্রোন তার বাবার পরিকল্পনায় অংশ নিতে অসম্মতি জানায়। সে বরং বৃদ্ধ মশলা বিক্রেতাকে নিয়ে বাজার পরিষদের সাথে কথা বলে তাদেরকে রাজি করালো যে বাজারে সবার জন্য উন্মুক্ত একটি সঙ্গীতানুষ্ঠানের আয়োজন করা হবে। ব্রোনের আশা ছিলো যে তার বাবা এবং অন্যান্য ঢোলবাদকদের গল্প ও গান শুন্যার পর হয়তো তাদেরকে মেনে নিবে।



সঙ্গীতানুষ্ঠানের কথা ছড়িয়ে পড়লো এবং দূরদূরান্ত থেকে মানুষ আসলো দেখতে। এদিন স্বাভাবিকের চেয়ে অনেক বেশি বেচাকেনা করেন দোকান মালিকরা।

অবশেষে, সঙ্গীতানুষ্ঠানের সময় হল। বৃদ্ধ মশলা বিক্রেতা তার কাঠের বাঁশিতে একটি সুন্দর সুর বাজালেন যার সাথে গান গাইলেন তার মেয়ে। গানটি ছিল ভালো ফসল দেবার জন্য ঈশ্বরের বন্দনা নিয়ে। বৃদ্ধ মশলা বিক্রেতা ব্যাখ্যা করলেন যে অভাব-অনটন ও কষ্টময় তারুণ্যের দিনগুলি পার করে এতো বছর পরেও কেন গানটি তার কাছে এখনও এতো অর্থবহ।

ব্রোনের বাবা ভিড়ের মধ্যে কিছু ঢোলবাদকের মুখে হাসি এবং তাদেরকে মাথা নাড়তে দেখে ভ্রু কুঞ্চিত করলেন।



বুদ্ধ লোকটি ওনো এবং আইরিসকে মঞ্চে আমন্ত্রণ জানালেন। তারা তাদের ঢোলের গল্প বললো এবং বনের ভেতর দিয়ে যে ছোট নদী বয়ে গেছে তার প্রাণবন্ত বয়ে চলার প্রতি এবং ফলের গাছগুলিকে সুরক্ষিত রাখার জন্য ঝড়ের দেবতার প্রতি শ্রদ্ধা জানাতে কৌতুকপূর্ণ বাদ্যসঙ্গীত ও গান পরিবেশন করলো। বাঁশিবাদকদের গ্রামের সবাই প্রথমবারের মতো বুঝতে পারলো ঢোলবাদকদের কাছে ঢোল যন্ত্রটির মর্ম কী। ব্রোনের বাবা মুখ ভারী করে শ্রুতি করলেন।



অবশেষে, জিয়ানা ওনো এবং আইরিসের সাথে মঞ্চে উঠে আসলো। সে তার বাবার কথা ভেবে বাঁশি ঠোঁটে রাখল এবং তিনজন একসাথে বাজাতে লাগল। মঞ্চের চারপাশ জুড়ে হতবাক এক নীরবতা নেমে এল কেননা এর আগে কখনো বাঁশি ও ঢোল একসঙ্গে শোনাও যায়নি বা কোনো মেয়েকে কখনো বাঁশি বাজাতেও দেখা যায়নি।

জিয়ানার বাঁশি থেকে সূর্য ও বৃষ্টির প্রতি বন্দনার সুর আর ওনোর ঢোলের বাদ্য থেকে নৃত্যময়ী ছোট নদীর বয়ে চলার ছন্দ একসাথে মিলে বাতাসে ভেসে থাকলো।

গান শেষ হলে ভিড়ের মধ্যে মানুষগুলো কেবল একে অন্যের দিকে তাকাতে থাকলো। কেউ কেউ ইতস্ততভাবে হাততালি দিল আবার কেউ কেউ ঘুরে তাকালো। ব্রোনের বাবা জিয়ানার প্রতি রেগে ফেটে পড়লেন। “বিশ্বাসঘাতক!” বলে চিৎকার করে রাগান্বিতভাবে চলে গেলেন।

বাবার দিকে বিষাদময় চোখে তাকিয়ে ছিল ব্রোন। কী যেন কী ভেবে মাথা ঝাঁকিয়ে গলা থেকে বাঁশিটা সে খুলে ফেললো। বাঁশিটা তার বাবার দোকানে রেখে গ্রাম ছেড়ে সে চিরতরে চলে গেল।



সঙ্গীতানুষ্ঠানের পর দুটি গ্রামেই এ নিয়ে তুমুল আলোচনা হয়। বাজারের সব দোকান কি সবার জন্য উন্মুক্ত করা উচিত? মেয়েদের কি বাঁশি বাজাতে দেওয়া উচিত এবং বাঁশি ও ঢোল কি কখনো একসাথে বাজানো উচিত? অনেক দিন পেরিয়ে গেলেও গ্রামবাসীরা এ ব্যাপারগুলোতে একমত হতে পারেনি।

ঢোলবাদকদের অভিজ্ঞতা শোনার পর এবং সবার আন্তরিকতা দেখে, বাজার পরিষদ রায় দেয় যে,

“বাজারে সব মানুষের সাথে ভালো ব্যবহার করা হবে!”

ঢোল বাজানোর উপর থেকে নিষেধাজ্ঞা প্রত্যাহার করা হয় এবং অবশিষ্ট ‘ঢোলবাদকদের প্রবেশ নিষিদ্ধ’ লেখা ফলকগুলি সরিয়ে ফেলা হয়। কিন্তু যন্ত্র বাজানো সংক্রান্ত অন্যান্য প্রশ্নের জবাবে পরিষদ কোন একটি পক্ষ সমর্থন করতে অস্বীকার করে এবং এই সিদ্ধান্তে উপনিত হয় যে, প্রত্যেকের অকপট বিশ্বাসের প্রতি সম্মান প্রদর্শন করা হবে এবং সে স্বাধীনভাবে নিজ বিশ্বাস অনুসরণ করতে পারবে।



বাজারের সবগুলো দোকানে ঢোলবাদকদের সাদরে অভ্যর্থিত হতে অনেক বছর লেগেছিল। কিন্তু প্রতি সপ্তাহেই জিয়ানা, ওনো এবং আইরিসকে একসঙ্গে বাঁশি ও ঢোলের সংগীত পরিবেশন করতে দেখা যেত। এক সময় তাদের আঙুলগুলোও শক্ত হয়ে যেতে থাকলো, চুলও ধূসর হতে শুরু করলো, শুধু থেকে গেলো তাদের সম্মিলিত ঢোল ও বাঁশির সংগীত।

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## চিত্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কে প্রাথমিক ধারণা

অধিবেশন ২-এর এই স্ক্রিপ্টটি পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ২৫-৪৬ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

দ্রষ্টব্য: এই উপস্থাপনাটি ‘বাঁশি আর ঢোলের সংগীত’ গল্পটির সাথে সম্পর্কিত। দলটিকে যদি গল্পটি বলতে না চান তবে আপনাকে স্ক্রিপ্টটি সম্পাদনা করতে হবে। এই সহায়ক নির্দেশিকার ৫৫ পৃষ্ঠায় এবং আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে গল্পটি পাওয়া যাবে।

### ভূমিকা



ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা কী বা কাকে সুরক্ষা দেয়?

আপনার মনে হতে পারে যৌক্তিক উত্তর হল ধর্ম এবং বিশ্বাসকে। কিন্তু প্রকৃতপক্ষে, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা ধর্মীয় বা অন্যান্য বিশ্বাসকে সুরক্ষা দেয় না। এটি ঈশ্বর বা পবিত্রতার ধারণাকেও সুরক্ষা দেয় না। অন্য প্রতিটি মানবাধিকারের মতো এটি মানুষকে সুরক্ষা দেয়।

এই অধিকারের পূর্ণাঙ্গ নাম ‘চিত্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা’ যা প্রতিটি মানুষের অধিকার রক্ষা করে তা সে যেই হোন না কেন, যে ধর্মেই বিশ্বাসী বা অনুসারী হোন না কেন।



ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা এই ধারণার উপর ভিত্তি করে যে সমস্ত মানুষেরই নিম্নোক্ত মৌলিক চাহিদাসমূহ রয়েছে:

- কোনটি ভাল এবং সত্য সে বিষয়ে চিন্তা করা এবং সিদ্ধান্ত নেওয়া
- অভিন্ন বিশ্বাস, চর্চা এবং পরিচয় সম্পন্ন কোন গোষ্ঠীর অংশভুক্ত হওয়া
- এবং কোন ধারণা বা চর্চা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারা, নিজ বিশ্বাস সম্পর্কে মন পরিবর্তন করা এবং বিবেকের বিরুদ্ধাচরণ হয় এমন কিছু করতে অসম্মতি জানানো।

চিত্তা করা, বিশ্বাস করা, অংশভুক্ত হওয়া, চর্চা করা, প্রশ্ন করা, মন পরিবর্তন করা, প্রত্যাখ্যান করা।

### আমাদের কী কী অধিকার আছে



চুক্তিগুলিতে কী লেখা আছে তা দেখে নেওয়া যাক:

নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার বিষয়ক আন্তর্জাতিক চুক্তি - আইসিসিপিআর-এর ১৮ অনুচ্ছেদটির দ্বারা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সুরক্ষিত হয়েছে। এটি একটি আইনগতভাবে বাধ্যতামূলক চুক্তি এবং ১৭৩টি দেশ এই আন্তর্জাতিক আইনগুলি অনুসরণ করার বিষয়ে অঙ্গীকারবদ্ধ হয়েছে। আপনার দেশ আইসিসিপিআর-কে অনুসমর্থন দিয়েছে কিনা তা অংশগ্রহণকারীদের বলুন।



১৮ অনুচ্ছেদের প্রথম বাক্যটিতে লেখা আছে:

“প্রত্যেকেরই ধর্ম, বিবেক ও চিন্তার স্বাধীনতা রয়েছে।”



প্রত্যেকেরই নিজের ব্যাপারে চিন্তা করার অধিকার আছে, উদাহরণ হিসেবে বলা যায় গল্পের জিয়ানার কথা, যে মেয়ে হওয়া সত্ত্বেও ভেবেছিল যে তাকে গলায় বাঁশি ঝুলাতে দেওয়া উচিত।



বিবেক অনুযায়ী চলার অধিকার আমাদের আছে - যেমন ব্রোন তার বাবার দলে যোগদানের প্রস্তাব প্রত্যাখ্যান করে কারণ তার বাবা যে পদক্ষেপ নিতে যাচ্ছিল সেটা তার কাছে ভুল বলে মনে হয়েছিল।



ধর্মীয় বা অ-ধর্মীয় বিশ্বাস ধারণ করার এবং ধর্মীয় বা বিশ্বাস ভিত্তিক পরিচয়ে পরিচিত হওয়ার অধিকার আমাদের আছে - আমরা কিছু বিশ্বাস করতেই পারি এবং কোনকিছুর সাথে যুক্ত বা অংশভুক্ত হতেই পারি। বাঁশিবাদক ও ঢোলবাদক গ্রামবাসীদের মতো আমাদের মধ্যেও অনেকেরই মনে কিছু ব্যাপারে আন্তরিক বিশ্বাস রয়েছে। আমাদের বিশ্বাস এবং সমাজের অন্যান্য মানুষ যারা একই বিশ্বাসে বিশ্বাসী তারা আমাদের কাছে অনেক মূল্যবান।



কিন্তু আমরা যে সমাজেই বাস করি না কেন বা আমাদের বিশ্বাস যতটাই সত্য বা সঠিক হোক না কেন, এমন কিছু মানুষ আছে যারা কোন না কোন কারণে তাদের বিশ্বাস বা সমাজের উপর থেকে আস্থা হারিয়ে ফেলে - যেমন ব্রোন তার বাঁশি খুলে রেখে সমাজ ছেড়ে চলে যায়।



আন্তর্জাতিক মানবাধিকার আইনে নিজ ধর্ম বা বিশ্বাসে বহাল থাকার অধিকারের পাশাপাশি নিজ ধর্ম বা বিশ্বাস ত্যাগ কিংবা পরিবর্তন করার অধিকারটিও সুরক্ষিত করা হয়েছে।



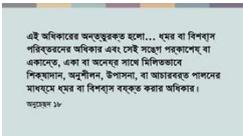
চিন্তা করা, বিশ্বাস করা, প্রশ্ন করা, এবং বিশ্বাস পরিবর্তন করার এই অধিকারগুলিকে প্রায়ই আত্মগত স্বাধীনতা বলা হয়। আমাদের মনে এবং আত্মায় যা ঘটে, যা আমাদের আত্ম-পরিচয় এবং চেতনার উৎস, যেমন আমরা কে বা কারা - এইসব বিষয়ের সাথে এই অধিকারগুলি সম্পর্কিত।

এই কারণে, এগুলো নির্বিকল্প অধিকার। আন্তর্জাতিক আইনের অধীনে কোনো ব্যক্তি বা সরকারের এই অধিকারগুলিকে কখনই বাধাগ্রস্ত/সীমিত করার অনুমতি নেই।

তবে, আমাদের মন ও আত্মায় ঘটিত অনুভব বা উপলব্ধির মধ্যেই কিন্তু ধর্ম এবং বিশ্বাস সীমাবদ্ধ নয় বরং এর ব্যাপ্তি অনেক বেশি - আমরা যা করি এবং কথা ও কাজে কীভাবে আমাদের বিশ্বাসকে ব্যক্ত করি সেগুলি নিয়েই ধর্ম এবং বিশ্বাস।



আমাদের গল্পে, গ্রামবাসীদের জীবন বিভিন্ন আচরিত চর্চায় পূর্ণ ছিল - যেমন, গলায় বাঁশি ঝুলিয়ে রাখা থেকে শুরু করে দৈনন্দিন জীবনে ঢোলের বাদ্য বাজানো ইত্যাদি। এসবের মধ্যে দিয়ে তাদের বিশ্বাস এবং অংশভুক্ততা ব্যক্ত হতো। ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা এই অধিকারগুলোকে সুরক্ষা দেয়। আসুন চুক্তিটি আবার দেখি:



অনুচ্ছেদ ১৮-এ

“উল্লেখিত অধিকারের অন্তর্ভুক্ত হলো ধর্ম বা বিশ্বাস পরিবর্তনের অধিকার এবং সেই সঙ্গে প্রকাশ্যে বা একান্তে, একা বা অন্যের সাথে মিলিতভাবে শিক্ষাদান, অনুশীলন, উপাসনা, বা আচারব্রত পালনের মাধ্যমে ধর্ম বা বিশ্বাস ব্যক্ত করার অধিকার।”

একান্তে প্রার্থনা করার অধিকার যেমন আমাদের রয়েছে তেমনি অভিন্ন সম্মিলিত উপাসনা এবং ঐতিহ্য সম্বলিত সমাজের অংশ হিসেবে নিজ ধর্ম বা বিশ্বাসকে অন্যদের সাথে মিলিতভাবে ব্যক্ত করার অধিকারও আমাদের আছে। কিন্তু সেটা সমাজের সদস্যদেরকে নিয়ন্ত্রণ করার অধিকার নয়, এই অধিকার রাষ্ট্রের সাথে সম্পর্কিত। রাষ্ট্রকে নিশ্চিত করতে হবে যে ধর্মীয় ও বিশ্বাসভিত্তিক সমাজগুলি চাইলে একটি আইনি পরিচয় দাবী করতে পারে, যে পরিচয়কে কাজে লাগিয়ে তারা ব্যাঙ্ক অ্যাকাউন্ট খুলতে পারবে, কর্মকর্তা/কর্মী নিয়োগ করতে পারবে এবং নিজস্ব ভবনও তৈরি করতে পারবে।

ব্যক্তি বা গোত্রের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাস চর্চা করার বিভিন্ন উপায় রয়েছে। জাতিসংঘের বিশেষজ্ঞরা সুরক্ষিত কার্যকলাপগুলির প্রচুর উদাহরণ প্রদান করেছেন। যেমন, আমাদের অধিকার আছে:



- উপাসনার জন্য একত্রিত হওয়া, উৎসব পালন এবং অবকাশ উদযাপন করা।
  - ধর্মীয় পোশাক পরা এবং বিশেষ খাদ্যাভ্যাস অনুসরণ করা।
  - ভিন্ন উপাসনালয়, কবরস্থান থাকা এবং ধর্মীয় চিহ্ন প্রদর্শন করা।
  - সমাজে কোন ভূমিকা পালন করা, যেমন দাতব্য সংস্থা গঠন করা এবং
  - ধর্ম বা বিশ্বাস সম্পর্কে কথা বলা এবং নেতৃত্বের প্রশিক্ষণ দেয়া বা নেতৃত্বানীয় পদে নিয়োগ করা।
- আপনি হয়তো এখন ভাবছেন, “বেশ তো - আমি আমার সমাজের জন্য এই ধরনের অধিকারগুলোই চাই!” অথবা আপনি হয়তো কোনো কিছু নিয়ে চিন্তিত হয়ে পরেছেন!

### সেচ্ছাসেবকতা এবং সমতা - অন্যদের ক্ষতি করবেন না!



যেসব ব্যক্তি বা গোত্র তাদের ধর্ম বা বিশ্বাসকে অন্যের প্রতি ঘৃণা বা সহিংসতার জন্ম দিতে ব্যবহার করে, যারা অন্যদের প্রতি বৈষম্য করে বা যারা নিজ গোত্রের মধ্যে অন্যদের দমন ও নিয়ন্ত্রণ করে তাদের সম্পর্কে কী বলা যায়?

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা মানে কি এই যে তারা এরকম কিছু করার ক্ষেত্রে স্বাধীন তা তাদের কৃতকর্ম অন্য মানুষের উপর যেমন প্রভাবই ফেলুক না কেন?

না - তাদের এমনটি করার স্বাধীনতা নেই!



মানবাধিকার চুক্তিগুলিতে কেবল আমাদের অধিকারগুলির কথাই বলা হয়নি বরং আমাদের অধিকারের সীমা কতোটুকু সেটাও বলা হয়েছে। অন্যভাবে বললে এই কথাটার মানে দাঁড়ায় - অধিকার প্রয়োগের ক্ষেত্রে আমাদের দায়িত্বগুলো কী বা কেমন।

দায়িত্ব যাই হোক না কেন সেগুলোর মূল লক্ষ্য হলো কেউ তাদের অধিকার এবং স্বাধীনতাকে এমনভাবে ব্যবহার করবে না যে তাতে অন্য মানুষের ক্ষতি হয়। মানবাধিকার চুক্তি অনুযায়ী এটি প্রতিটি মানুষের নৈতিক দায়িত্ব এবং সরকারের আইনগত দায়িত্ব হলো প্রত্যেকের অধিকারকে সম্মান করা এবং ক্ষয়ক্ষতি থেকে সুরক্ষা দেয়া আসুন দেখা যাক যে কীভাবে ক্ষয়ক্ষতি থেকে সুরক্ষা দেয়া যেতে পারে।



প্রথমত: জবরদস্তি করা নিষিদ্ধ।

ধর্ম বা বিশ্বাসের বিষয়গুলোতে জবরদস্তি অনুমোদিত নয়। কোনকিছুতে বিশ্বাস করা এবং অংশভুক্ত থাকা নিজের ইচ্ছার বিষয়। কর্তৃপক্ষ, বিশ্বাসভিত্তিক সমাজ এবং পরিবার হুমকি বা ভীতি প্রদর্শন কিংবা সহিংসতার আশ্রয় নিয়ে কাউকে কোন কিছু বিশ্বাস বা অবিশ্বাস করতে, চর্চা করতে বা না করতে, ধর্মের অন্তর্ভুক্ত হতে বা না হতে বাধ্য করতে পারবে না।



দ্বিতীয়ত: বৈষম্য করা নিষিদ্ধ।

চুক্তিটির ২য় অনুচ্ছেদ সব ধরনের বৈষম্য নিষিদ্ধ করে - তা ধর্ম, জাতি, লিঙ্গ, ভাষা বা অন্য যে বিষয়ের উপর ভিত্তি করেই হোক না কেন। যেসব রাষ্ট্র মানবাধিকার চুক্তিতে স্বাক্ষর করেছে তারা সবার সাথে সমান আচরণ করতে এবং সমাজে বৈষম্যের অবসান ঘটাতে সক্রিয়ভাবে কাজ করতে সম্মত হয়েছে - যেমন আমাদের গল্পে বাজার পরিষদ যেটা করেছে।



তৃতীয়ত: অধিকার লঙ্ঘন করা যাবে না!

অনুচ্ছেদ ৫ অনুযায়ী কোনো সরকার, গোত্র, বা ব্যক্তি কোন একটি মানবাধিকারকে এভাবে ব্যাখ্যা করতে পারবে না যে সেই মানবাধিকারটি তাকে অন্য মানবাধিকার লঙ্ঘন করার অধিকার দেয়।

এবং অনুচ্ছেদ ২০ বৈষম্য, বৈরিতা ও সহিংসতার প্ররোচনার মাধ্যমে ধর্মীয় বিদ্বেষ উৎসে দেয়া বা সমর্থন করা নিষিদ্ধ করে।

এই বিষয়টি তর্কের উর্ধ্বে যে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা কোন সরকার বা ব্যক্তিকে অন্য মানুষের অধিকার পদদলিত করার অধিকার দেয় না তা সেই সরকার বা ব্যক্তির ধর্মের প্রতি যে দায়বদ্ধতাই থাকুক না কেন। ব্রোনের বাবার কাছে টোলবাদকদেরকে হয়রানি করাটা সঠিক কাজ মনে হলেও এমনটা করার কোনো অধিকার তার ছিল না।

সহিংসতাকে উৎসে দেওয়া বা ন্যায্যতা দেয়ার জন্য ধর্মকে ব্যবহার করা হয়েছে বা মানুষের ক্ষতি সাধন করা হয়েছে এমন ধর্মীয় চর্চার প্রচুর উদাহরণ আপনার নিশ্চয়ই জানা আছে। আবার আপনি হয়তো এটাও জানেন যে ধর্ম বা বিশ্বাস শান্তিপূর্ণভাবে পালন করার ক্ষেত্রেও অন্যায়ভাবে বাধা দেয়া হয়।

## ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার সীমাবদ্ধতা



তাহলে, এ সংক্রান্ত বিধানগুলো কী কী? কখন একটি সরকার ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সীমিত করতে পারবে? চলুন বিধানগুলো একনজরে দেখে নেওয়া যাক।

প্রথমত, চিন্তা এবং বিশ্বাস করার অধিকার (আত্মগত স্বাধীনতা) কখনই সীমিত হতে পারে না। দ্বিতীয়ত, ধর্ম বা বিশ্বাসের চর্চা সীমিত করা যেতে পারে – কেবল যদি নিম্নোক্ত চারটি শর্ত মানা হয় তবেই।



1. সীমাবদ্ধতাসমূহ বর্ণনা করে একটি **আইন** থাকতে হবে। অন্যভাবে বললে, পুলিশ যা খুশি তাই যেন করতে না পারে।
2. যে সমস্যা সমাধানের জন্য সীমাবদ্ধতাটি আরোপ করা, সেই সমস্যার সাথে এর **সামঞ্জস্য** থাকতে হবে। যেমন, কোনো ধর্মীয় সম্প্রদায় যদি স্পিকার খুব জোরে বাজায় তাহলে তাদেরকে স্পিকারের শব্দ কমাতে হবে, অন্যথায় জরিমানা আদায় করা যেতে পারে। এক্ষেত্রে তাদেরকে এক জায়গায় মিলিত হতে সম্পূর্ণভাবে নিষেধ করা সামঞ্জস্যপূর্ণ হবে না।
3. সমস্ত সীমাবদ্ধতাগুলি **বৈষম্যহীন** হতে হবে - এগুলি সবার জন্য প্রযোজ্য হতে হবে।
4. নিম্নোক্ত বিষয়গুলির মধ্যে কোনো একটিকে রক্ষার জন্য সীমাবদ্ধতাটি **অপরিহার্য** হতে হবে: জননিরাপত্তা, জনস্বাস্থ্য, জনস্বাস্থ্য, জনসাধারণের নৈতিকতা বা অন্যান্য মানুষের অধিকার এবং স্বাধীনতা।

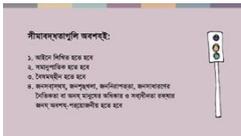
এখানে অপরিহার্য শব্দটি সত্যিই গুরুত্বপূর্ণ। সরকার বা সংখ্যাগুরু সম্প্রদায় এই লক্ষ্যগুলি অর্জনের জন্য সীমাবদ্ধতাটিকে কাম্য মনে করলেও তা সীমাবদ্ধতা আরোপের জন্য যথেষ্ট কারণ নয়। সীমাবদ্ধতাটিকে অপরিহার্য হতে হবে। অন্য কথায়, (ধর্মীয়) চর্চা দ্বারা সৃষ্ট সমস্যা সমাধানের জন্য অধিকারের উপর সীমাবদ্ধতা আরোপ করা ছাড়া যদি অন্য কোন উপায় না থাকে, কেবল তখনই সীমাবদ্ধতা আরোপ করা যাবে, অন্যথায় নয়। অর্থাৎ অধিকার সীমিত করা হল একটি অন্তিম উপায়। তবে কখনও কখনও এই উপায়টি অবলম্বন করা বাধ্যতামূলক হয়ে পড়ে।



যেমন, একটি উপাসনালয়ে অনেক বেশি মানুষ একসাথে গেলে সেটা সবার জন্যই বিপজ্জনক হতে পারে। তাই, জননিরাপত্তার স্বার্থে কর্তৃপক্ষকে উপাসনালয়ে মানুষের সংখ্যা সীমিত করতে হতে পারে।

করোনা ভাইরাস মহামারীর সময় উপাসনার জন্য জমায়েতের উপর জনস্বাস্থ্যমূলক নিষেধাজ্ঞা অনেক দেখা গেছে - কিছু কিছু ক্ষেত্রে এই নিষেধাজ্ঞাগুলি অপরিহার্য, সামঞ্জস্যপূর্ণ এবং বৈষম্যহীনও ছিল বটে তবে কিছু কিছু ক্ষেত্রে এগুলো ছিল অত্যন্ত বৈষম্যমূলক এবং অসামঞ্জস্যপূর্ণ।

নারীদের বিশেষ অঙ্গ কর্তনের (ফিমেল জেনিটাল মুটিলাটিও) উপর নিষেধাজ্ঞা এমন একটি সীমাবদ্ধতার উদাহরণ যা নারীদের অধিকার এবং স্বাধীনতা রক্ষা করে। এই প্রথাটিকে সাংস্কৃতিক বা ধর্মীয় রীতি যা হিসেবেই দেখা হোক না কেন, এটা নারীদের স্বাস্থ্যকে বিপন্ন করে এবং ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার নামে কখনই এই রীতি বা চর্চাকে ন্যায়সঙ্গত বলে দাবী করা সম্ভব নয়।



এই শর্তগুলো খুবই গুরুত্বপূর্ণ। এই শর্তগুলো না থাকলে, সরকার তার অপছন্দের যে কোনও সম্প্রদায় বা তাদের আচরণের উপর সীমাবদ্ধতা আরোপ করতে পারবে। সীমাবদ্ধতা একটি অন্তিম উপায়, রাষ্ট্রের জন্য এটা কোনো নিয়ন্ত্রণের হাতিয়ার নয়। এর পরের অধিবেশনগুলিতে, আমরা বিশৃঙ্খলে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার বিভিন্ন ধরনের লঙ্ঘনের বিষয়ে আরও গভীরভাবে জানবো।

# সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

নিম্নলিখিত গল্পটি অধিবেশন ২-এর সমাপনী মন্তব্যের অংশ হিসাবে দেয়া হয়েছে। অধিবেশন ২-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৬১-৬৩-এ এটা চিত্রিত হয়েছে।

## পিটারের গল্প, পাকিস্তান

পিটার একজন যুবক যিনি পাকিস্তানের লাহোর শহরের মুসলিম অধ্যুষিত এলাকা কোট লাখপাটের খ্রিস্টান সমাজের জন্য পার্থক্য তৈরী করতে সক্ষম হয়েছেন। প্রতিদিন সকালে, পিটার স্থানীয় খ্রিস্টান টিভি স্টেশনে একজন যাজক দ্বারা উপস্থাপিত একটি ধর্মীয় অনুষ্ঠান দেখে তার দিন শুরু করেন। তিনি বলেন, “ধর্মগ্রন্থ পড়ার বা বাইবেল অধ্যয়ন দলে অংশ নেওয়ার মতো এতো সময় আমার নেই কিন্তু এই ধর্মীয় অনুষ্ঠানটি দেখে দিনের শুরু করাটা আমার কাছে চমৎকার লাগে”।

একদিন সকালে, খ্রিস্টান টিভি চ্যানেল বন্ধ হয়ে গেল। প্রথমে, পিটার ধরে নিয়েছিলেন যে কোনও প্রযুক্তিগত সমস্যা হয়েছিল। চ্যানেলটির সম্প্রচার যখন এক সপ্তাহ পরেও চালু হলো না, তখন পিটার এবং এলাকার নিয়মিত দর্শকদের একটি দল টিভির সেই যাজকের কাছে গিয়েছিলেন। সেই যাচক তাদের জানালেন যে চ্যানেলটি অন্যান্য এলাকায় ঠিকমতোই কাজ করছে।

আসলে ব্যাপারটা কি ঘটেছে এটা খুঁজতে গিয়ে তারা জানতে পারলেন যে স্থানীয় মসজিদের একজন ইমাম ক্যাবল টেকনিশিয়ানের সাথে যোগাযোগের মাধ্যমে তাদের এলাকায় চ্যানেলটির সংযোগ বিচ্ছিন্ন করার ব্যবস্থা করেছিলেন। কারণ একজন স্থানীয় মৌলভি এটাকে খ্রিস্টান ধর্মপ্রচার বলে গণ্য করেছিলেন।

পিটার বলেন, “ভাবতে পারেন আমরা কতটা অবাক হয়েছিলাম? আমরা আমাদের মুসলিম প্রতিবেশীদের সাথে ঘনিষ্ঠভাবে থাকি এবং তাদের সাথে আমাদের কোনো সমস্যা নেই।”

দলটি জানত যে পরিস্থিতিটি সংবেদনশীল, তাই তারা পরামর্শ এবং তথ্যের জন্য একটি জাতীয় সর্ব-খ্রিস্টান সংস্থার সাথে যোগাযোগ করেছিল। সংস্থার পরামর্শ অনুসারে তারা প্রথমে কেবল টেকনিশিয়ানের সাথে দেখা করে। সম্প্রচারটির সংযোগ স্থাপন করতে তার কোনো আপত্তি ছিল না কিন্তু তিনি বলেছিলেন যে তিনি ইমামের বিরুদ্ধে যেতে পারবেন না। দলটি সিদ্ধান্ত নিল যে ইমামের সাথে তাদের একটি সংলাপ প্রয়োজন।

দলের একজন প্রতিনিধি চ্যানেলটি সম্প্রচারের অনুমতি আদায়ের জন্য উক্ত ইমামের সাথে তিন ঘণ্টারও বেশি সময় কাটিয়েছেন, কিন্তু তাতে কোনো লাভ হয়নি। পরের দিন, প্রতিনিধি আবার ইমামের সাথে সংলাপে বসলেন এবং মানবাধিকার, ধর্ম ও বিশ্বাসের স্বাধীনতা এবং পাকিস্তানের সংবিধান দ্বারা প্রতিটি নাগরিককে দেওয়া অধিকার সম্পর্কে আলোচনা করলেন। অনেক সময় ধরে যুক্তি প্রদর্শনের পর, ইমাম চ্যানেলটি সম্প্রচারের অনুমতি দিতে সম্মত হন, কিন্তু অনুরোধ করেন যে খ্রিস্টান দর্শকরা যেন মুসলমানদের প্রার্থনার সময় টিভির আওয়াজ কমিয়ে রাখেন যাতে প্রতিবেশীদের প্রার্থনায় ব্যাঘাত না হয়।

“আমরা অনেক আনন্দিত হয়েছিলাম!” পিটার বলেন, “যদিও কিছু মানুষের জন্য এটা নিছকই একটি টিভি অনুষ্ঠান সম্প্রচার, খ্রিস্টান হিসাবে আমাদের জীবনে এটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ একটি ব্যাপার”।

### সূত্র

দ্য ইকুমেনিক্যাল কমিশন ফর হিউম্যান ডেভেলপমেন্ট (ইসিএইচডি), পাকিস্তান। নিরাপত্তার কারণে আসল নামের পরিবর্তে ছদ্মনাম পিটার ব্যবহার করা হয়েছে।



গল্প

# অধিবেশন ৩

## আমাদের বিবিধ পরিচয়

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বর্ণনা

কোন বিষয়গুলি আমাদের পরিচয় গঠন করে এবং কীভাবে এই বিষয়গুলি সমাজে আমাদের জন্য বিশেষাধিকারের সুযোগ এবং/বা প্রতিকূলতার কারণ হয়ে দাঁড়ায় ইত্যাদি ব্যাপারগুলোই এই অধিবেশন থেকে আমরা জানার চেষ্টা করবো। মানুষের পরিচয়ের বিভিন্ন দিকগুলোর সাথে জড়িত নানাবিধ প্রতিকূলতার উপর এই অধিবেশনটি আলোকপাত করে - যেমন, সংখ্যালঘুদের ধর্মীয় বা অন্যান্য বিষয় এবং লিঙ্গ, বয়স বা শ্রেণীভেদে যেসব প্রতিকূলতা দেখা যায় ইত্যাদি।

ধর্মীয় পরিচয়কে অনেক সমাজে একটি প্রধান 'বিভক্তি' হিসাবে বিবেচনা করা হয়। তবে আমাদের অন্যান্য অনেক পরিচয় এবং জীবনের অভিজ্ঞতা অভিন্ন থাকে। এই অধিবেশনের অনুশীলনগুলি এই বিষয়টিকেই তুলে ধরেছে।

এটি একটি অত্যন্ত মিথষ্ক্রিয় অধিবেশন যা জ্ঞান বা তত্ত্ব নির্ভর শিক্ষা থেকে আমাদেরকে কিছফনের জন্যে হলেও দূরে রাখবে। এটি পরীক্ষামূলক শিক্ষণ প্রক্রিয়ার উপর আলোকপাত করে এবং অংশগ্রহণকারীরা যাতে একে অপরের সাথে মতামত ও চিন্তাভাবনাগুলি বিনিময়ের মাধ্যমে শিখতে পারে সেই সুযোগটি তৈরি করে।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি 'অন্যদের' প্রতি ইতিবাচক মনোভাব এবং বিশেষাধিকার ও প্রতিকূলতার বিষয়গুলি চিহ্নিত করার উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা:

- অনুধাবন করবেন যে, ধর্মীয় পরিচয় হলো তাদের বিবিধ পরিচয়ের একটি অংশ মাত্র এবং ধর্মীয় বিভক্তি সত্ত্বেও তাদের অন্যান্য পরিচয় এবং জীবনের অভিজ্ঞতা কিন্তু 'অন্যদের' থেকে মোটেও ভিন্ন নয়।
- অনুধাবন করবেন যে, আমাদের পরিচয়ের বিভিন্ন দিকগুলো আমাদেরকে বিশেষাধিকার পেতে এবং/অথবা প্রতিকূলতার দিকে ঠেলে দেয়। এর ফলে কিছু মানুষ যেখানে একাধিক প্রতিকূলতার সম্মুখীন হয় সেখানে অন্যরা আবার একাধিক বিশেষাধিকারের সুযোগ পায়।
- যারা তাদের পরিচয়ের কোন একটি দিকের কারণে সুবিধাবঞ্চিত তাদের সাথে একাত্মতা প্রকাশ করুন। সমাজ পরিবর্তনের জন্য মানুষের মধ্যে বিরাজমান বিভক্তির দেয়াল ডিঙ্গিয়ে একত্রিত হওয়ার প্রয়োজন।

#### দ্রষ্টব্য

মনে রাখবেন যে, এই উদ্দেশ্যগুলি অর্জনের বাস্তবতা অংশগ্রহণকারীদের প্রারম্ভিক দৃষ্টিভঙ্গির উপর নির্ভর করবে - যেমন, অন্যান্য গোত্র বা সম্প্রদায়ের প্রতি প্রগাঢ় নেতিবাচক মনোভাব থাকা ইত্যাদি। অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান, দৃষ্টিভঙ্গি এবং পদক্ষেপ গ্রহণের দক্ষতায় কেমন অগ্রগতি হচ্ছে বা না হচ্ছে এবং কোন ক্ষেত্রগুলোতে অগ্রগতি হচ্ছে তা যেন সহায়ক সহজেই নির্ধারণ করতে পারেন সেজন্যই শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ এখানে সংযোজন করা হয়েছে। একটি অধিবেশনে এরকম কোন অর্জন না দেখা গেলেও কোর্সের অগ্রগতির সাথে সাথে ধীরে ধীরে এইসব বিষয়গুলিতেও অগ্রগতি ঘটতে পারে।

## অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা	২ মিনিট
প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা আছে ভাগ্যে অংশগ্রহণকারীদেরকে বৈষম্য এবং সংহতির বিষয়ে চিন্তা করতে সাহায্য করে।	১৫ মিনিট
সম্মিলিত অনুশীলন: এক পা এগিয়ে কারা বৈষম্য এবং অন্যান্য অধিকার লঙ্ঘনের শিকার হয় সে সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে চিন্তা করতে সাহায্য করে।	৪৫ মিনিট
উদ্দীপক: চেয়ার অদলবদল এটা একটা শারীরিক অনুশীলন যেখানে বক্তব্যের সাথে যারা একমত পোষণ করবেন তারা চেয়ার অদলবদল করবেন।	১০ মিনিট
সম্মিলিত অনুশীলন: আমাদের সামাজিক পরিচয় অংশগ্রহণকারীদের নিজেদের পরিচয়ের একাধিক দিক এবং অন্যান্য ধর্মের মানুষদের সাথে তাদের পরিচয়ের কিছু দিক কীভাবে সাদৃশ্যপূর্ণ সে বিষয়ে ভাবতে সাহায্য করে।	৪০ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য: পরিচয় এবং গৎবাঁধা ধারণা এই মন্তব্যগুলি পূর্ববর্তী অনুশীলনসমূহের বার্তাগুলিকে একত্রিত করে।	৮ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

### প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

#### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

- এই অধিবেশনটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকায় প্রদত্ত প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণগুলো ছাড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:
- বাইরের খোলা জায়গা অথবা এমন একটি বড় কক্ষ যেখানে অংশগ্রহণকারীরা সবাই একটি সারিতে দাঁড়াতে পারবে এবং সেখান থেকে ঘরের অন্য প্রান্তের দিকে ১০ ধাপ এগিয়ে যেতে পারবে।
- ‘যা আছে ভাগ্যে’ অনুশীলনের জন্য বিলিপত্র।
- প্রতি আটজন প্রতিযোগীর জন্য একটি করে কেঁচি (যেমন ১৭-২৪ জনের দলের জন্য তিনটি)।
- চরিত্র কার্ডের মুদ্রিত সংস্করণ এবং সেগুলো কেটে রাখা (এক ধাপ এগিয়ে অনুশীলনটির জন্য)।
- পড়ে শোনানোর জন্য বিবৃতির তালিকা (এক পা এগিয়ে অনুশীলন)।
- পড়ার জন্য বিবৃতির তালিকা (চেয়ার অদলবদল অনুশীলন)।

এখানে এই অধিবেশনের আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ পাওয়া যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটি একটি অত্যন্ত সক্রিয় অধিবেশন হবে। অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য কক্ষে যথেষ্ট জায়গা থাকতে হবে যাতে চেয়ারগুলো রাখার পরও চারপাশে চলাফেরা করা সহজ হয় (চেয়ারগুলি দেয়ালের দিকে ঠেলে দিতে পারেন)। টেবিল থাকলে সেটা চলাফেরায় বাধা সৃষ্টি করবে। চেয়ারগুলিকে চলাচলের জায়গা থেকে দূরে ঠেলে দিয়ে অধিবেশন শুরু করুন যেন অংশগ্রহণকারীরা ঘরের মধ্যে অবাধে চলাফেরা করতে পারে।



‘এক পা এগিয়ে’

“এক পা এগিয়ে অনুশীলনটি ছিল একদমই যথাযথ একটি অনুশীলন! এই অনুশীলনটি থেকে পরিষ্কার দেখা গেছে যে, মানুষ কীভাবে পিছিয়ে পড়ে এবং কারোর নামের পাশে লেবেল এঁটে দিয়ে বা গত্বাঁধা ধারণার ছাঁচে ফেলে গণ্য করার ফলে তাদের জীবন কীভাবে প্রভাবিত হয়। অনুশীলনটির পর আলোচনার জন্য আমাদের অনেক সময় লেগেছিল।”

হান্নাম, সহায়ক, জর্ডান

“এক পা এগিয়ে অনুশীলনটি করার মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীরা বুঝতে পেরেছে যে একই রকম বুদ্ধিমত্তা, সক্ষমতা এবং কঠোর পরিশ্রম থাকা সত্ত্বেও কিছু মানুষ কেন পিছিয়ে পড়ে। প্রত্যেকটি মানুষই সম-মর্যাদা এবং অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করলেও সামাজিক কাঠামো কীভাবে বিশেষাধিকারভোগী গোষ্ঠী কিংবা লিঙ্গ/ জেন্ডারের সুবিধার জন্য তৈরি হয় সেটা ক্রমে বাড়তে থাকা ব্যবধান থেকে দিনের আলোর মতো পরিষ্কার হয়ে ওঠে।”

ইরফান ইঞ্জিনিয়ার, সহায়ক, ভারত

## বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

### ১. স্বাগতম ২ মিনিট

কী বলতে হবে

অধিবেশনে সবাইকে স্বাগত জানান এবং নিম্নলিখিতগুলি বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

এই অধিবেশনের মূলভাব হলো ‘আমাদের বিবিধ পরিচয়’। অধিবেশনটির উদ্দেশ্য যেমন সমাজের বিভিন্ন অংশগুলির মধ্যে বিরাজমান ভেদাভেদগুলির উপর আলোকপাত করা, তেমনি আমাদের সাদৃশ্য বা মিলগুলির দিকেও নজর দেয়া। অধিবেশনটি খুবই মিথস্ক্রিয় হবে, অনেক আলোচনা এবং মতামতের আদান প্রদান হবে।



সংক্ষিপ্ত  
আলোচনা

### ২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা আছে ভাগ্যে ১৫ মিনিট

বর্ণনা

একটি ছবি কেটে টুকরো করার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে ১ মিনিট সময় দেয়া হবে, কিন্তু গুটিকতক অংশগ্রহণকারীর কাছেই কেবল কেঁচি থাকবে।

উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনের মাধ্যমে অধিবেশনটির একটি বিনোদনমূলক ও মিথস্ক্রিয় সূচনা হবে। জন্মলগ্ন থেকেই মানুষের অবস্থানের ভিন্নতা এবং মানুষের মধ্যে সংহতির উপকারীতা সম্পর্কে চিন্তা করতে সাহায্য করবে অনুশীলনটি। (অধিবেশন ১-এর বিষয়বস্তু স্মরণ করিয়ে দিতে মানবাধিকারের প্রতিরূপ হিসেবে স্যুপের পাত্রের ছবিটি রাখতে হবে)



সম্মিলিত  
অনুশীলন

#### উপকরণসমূহ

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে স্যুপের পাত্রের ছবিটির একটি অনুলিপি দিতে হবে।
- প্রতি আটজন অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি কেঁচি দিতে হবে।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৩ মিনিট

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে স্যুপের পাত্রের একটি অনুলিপি দিন (ফটোকপিয়ার না থাকলে ছবিটি এঁকে দিতে পারেন)। গুটিকতক অংশগ্রহণকারীকে (আটজনের মধ্যে একজনকে) একটি কেঁচি দিন। অনুশীলনটির উদ্দেশ্য ব্যাখ্যা করবেন না। অংশগ্রহণকারীদেরকে কী করতে হবে শুধু সেটা বলুন। যেমন, বলতে পারেন:

“আমি ‘শুরু করুন!’ বলার সাথে সাথে যেভাবেই হোক ১ মিনিটের মধ্যে কেবল স্যুপের পাত্রের ছবিটি ছিড়ে আলাদা করতে হবে। নিজের কল্পনাশক্তি ও সৃজনশীলতা দিয়ে কাজটি করুন। গুটিকতক ভাগ্যবান ছাড়া আপনাদের আর কারো কাছেই কিন্তু কেঁচি নেই।”

অনুশীলনটিকীভাবে পরিচালনা করবেন ১১ মিনিট

‘শুরু করুন’ বলুন এবং ১ মিনিটের জন্য একটি টাইমার সেট করুন। ১ মিনিট শেষ হওয়ার সাথে সাথে সবাইকে থামতে বলুন এবং তাদের স্যুপের পাত্রটি তুলে ধরতে বলুন যাতে করে সবাই দেখতে পারে যে তারা কাজটা কেমন করেছে।

প্রত্যেককে তাদের প্রচেষ্টার জন্য প্রশংসা করুন এবং জিজ্ঞাসা করুন:

- আপনি কীভাবে কাজটা করলেন?
- কেঁচি না থাকার কারণে আপনার কেমন লাগছিল?
- আপনার কাছে কেঁচি ছিল, তো আপনার কেমন লাগলো?
- কেউ কি কেঁচিটি ধার নেয়া বা দেয়ার কথা ভেবেছিলেন? কেন/কেন নয়?

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

- এই অনুশীলনটি দেখায় যে, বিশৃঙ্খলে এবং আমাদের সমাজে জন্ম থেকেই অবস্থানের প্রকট ভিন্নতা নিয়ে আমাদের জীবনযাত্রা শুরু হয়। বাবা-মা'র সামাজিক এবং অর্থনৈতিক অবস্থাই শুধু নয় বরং আরও অনেককিছুর উপর নির্ভর করে আমাদের জীবন কেমন হবে। কিছু মানুষ ভাগ্যবান যে তারা বিভিন্ন ধরনের সুযোগ-সুবিধা (যেমন, কাঁচি) নিয়ে জন্মগ্রহণ করে। অনেকে আবার এতোটা ভাগ্যবান হয় না।
- কখনও কখনও বিশেষাধিকার বঞ্চিত মানুষগুলো তাদের অবস্থা পরিবর্তনের চেষ্টা না করেই (যেমন, কেঁচি ধার না করেই) বরাদ্দ ভূমিকা এবং অবস্থান মেনে নেয় বা মেনে নিতে হবে বলে মনে করে। অন্যদিকে বিশেষাধিকারপ্রাপ্ত মানুষেরাও অন্যদেরকে 'কেঁচি' ব্যবহারের সুযোগ দেয়ার কথাটি বিবেচনা করে দেখেন না।
- মর্যাদাপূর্ণ জীবন নিশ্চিত করতেই মানবাধিকারের সূত্রপাত। মানবাধিকার সম্পর্কে আরও সচেতন হওয়ার মাধ্যমে আমরা ভিন্নভাবে চিন্তা করতে শিখি। অন্যায় মেনে নিতে আমরা বাধ্য নই। আমাদের কাছে কেঁচি নেই বলে আমরা পরাজয় স্বীকার করে নেব এমন কোন কথা নেই। আমরা 'কেঁচি' চাইতে পারি! মানবাধিকার বিশেষাধিকারপ্রাপ্ত ব্যক্তিদেরকে সুবিধাবঞ্চিতদের অধিকারের পক্ষে দাঁড়াতে অনুপ্রাণিত করে।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

এই বলে শেষ করুন যে - এই অধিবেশনের বাকি অংশে কারা বিশেষাধিকারপ্রাপ্ত এবং কারা আমাদের সমাজে অবিচার বা নিপীড়নের শিকার হচ্ছে সেই বিষয়ে আমরা চিন্তাভাবনা করবো। প্রত্যেকেই যাতে মর্যাদাপূর্ণ একটি জীবন যাপন করতে পারে এবং 'স্যুপের পাত্র'টির অর্থাৎ, মানবাধিকারের সুযোগ পায় তা নিশ্চিত করতে আমরা কী করতে পারি সে সম্পর্কে ভাবতে এই অনুশীলনটির অভিজ্ঞতা আমাদের সহায়ক হবে এই আশা নিয়ে শেষ করছি।

দ্রষ্টব্য

হাতে সময় থাকলে, অধিবেশনটি দীর্ঘ করার পরিকল্পনা করতে পারেন। শেষ করার আগে, দলটিকে দ্বিতীয়বারের মতো অনুশীলনটি করার সুযোগ দিন। তবে, এইবার স্যুপের পাত্রের ছবিটি (এক মিনিটের মধ্যে) কাটার আগে কীভাবে একে অনাকে সহযোগিতা করতে হবে তা নিয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে আলোচনা করতে এক মিনিট সময় দিন। অনুশীলন শেষে তাদেরকে প্রশ্ন করুন যে, সহযোগিতা করতে তাদের কেমন লেগেছে। মন্তব্য করুন যে, সহযোগিতাপূর্ণ মানসিকতা তৈরির মধ্যে দিয়ে আমরা আমাদের সমাজ এবং নিজেদের জন্য দ্বিতীয় সুযোগ তৈরি করতে পারি। অনুশীলনটি দুইবার করতে চাইলে দ্বিগুণ সংখ্যক বিলিপত্র মুদ্রণ করতে ভুলবেন না!

### ৩. সম্মিলিত অনুশীলন: এক পা এগিয়ে ৪৫ মিনিট

বর্ণনা

ভিন্ন চরিত্রে অভিনয় করার এই সহজ অনুশীলনটিতে, অংশগ্রহণকারীরা তাদেরকে দেওয়া চরিত্রগুলির ভূমিকায় অবতীর্ণ হবে। এরপর সহায়ক তাদের চরিত্র অনুযায়ী একটি মন্তব্য করবেন, তারা যদি একমত হন, তবে এক পা এগিয়ে যাবেন। অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে শারীরিক ব্যবধান বৃদ্ধির মধ্যে দিয়ে সমাজের বিভিন্ন গোষ্ঠী যেসব সুবিধা এবং অসুবিধাগুলি ভোগ করে তা স্পষ্ট হয়ে ফুটে উঠবে।

উদ্দেশ্য

- ধার্মিক-অধার্মিক সকল মানুষের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা/মানবাধিকার-এর গুরুত্ব উপলব্ধি করতে অংশগ্রহণকারীরা অন্য প্রেক্ষাপটের মানুষের ভূমিকায় অবতীর্ণ হবে। এতে করে তাদের উপলব্ধি বা অনুধাবনের প্রক্রিয়াটি সহজ হবে।
- অন্যান্য ধর্ম বা বিশ্বাসের মানুষেরা দৈনন্দিন জীবনে যে প্রতিকূলতাগুলির সম্মুখীন হয় সে সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।
- ধর্ম/বিশ্বাস এবং অন্যান্য পরিচয় যেমন লিঙ্গ/জেন্ডার ও জাতি ইত্যাদি কোথায় গিয়ে একত্রিত হয় এবং ফলশ্রুতিতে কিছু মানুষ কীভাবে একাধিক প্রতিকূলতার সম্মুখীন হয় সে বিষয়টি চিত্রিত করা।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

### উপকরণসমূহ

- জায়গা/কক্ষটি যথেষ্ট বড় হতে হবে যাতে অংশগ্রহণকারীরা দেয়াল বরাবর এক সারিতে একে অপরের পাশে দাঁড়াতে পারে এবং ঘরের অন্য দিকে প্রায় ১৫টি ছোট ধাপে এগিয়ে যেতে পারে।
- চরিত্র কার্ডের অনুলিপি বন্টন করতে হবে।
- পড়ে শোনানোর জন্য বিবৃতির একটি তালিকা রাখতে হবে।

### আগাম প্রস্তুতি

নিচে প্রদত্ত নির্দেশনা অনুযায়ী চরিত্র কার্ড এবং বিবৃতি প্রস্তুত করুন:

- সূচনা বিন্দু হিসাবে চরিত্র কার্ড এবং বিবৃতিগুলির একটি প্রমিত সেট বেছে নিন। অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে বিভিন্ন আঞ্চলিক প্রেক্ষাপটের জন্য চরিত্র এবং বিবৃতির প্রমিত সেট প্রদান করা হয়েছে। আপনার ভৌগোলিক এবং সাংস্কৃতিক প্রেক্ষাপটের জন্য সবচেয়ে উপযুক্ত সেটটি বেছে নিন।

এরপর:

- কোন চরিত্রটি ব্যবহার করতে হবে তা বেছে নিন। সম্পাদনা এবং মুদ্রণের জন্য প্রতিটি চরিত্র সেটে প্রায় ৩০টি চরিত্র কার্ড দেয়া হয়েছে। প্রতি অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি চরিত্র কার্ডের প্রয়োজন হবে। চারিত্রিক বৈচিত্র্য এবং প্রাসঙ্গিকতা বিচার করে যে কার্ডগুলি সবচেয়ে বেশি উপযুক্ত সেগুলি বেছে নিন। কীভাবে চরিত্র নির্বাচন করতে হবে এবং কীভাবে সেগুলো প্রেক্ষাপটের সাথে মানিয়ে নিতে হবে তার সম্পূর্ণ নির্দেশনা নথিতে পাওয়া যাবে।
- আপনি কোন বিবৃতিগুলো ব্যবহার করবেন তা বেছে নিন। পড়ে শোনানোর জন্য ১২-১৫টি বিবৃতি দরকার হবে। আপনার দেশের ক্ষেত্রে প্রাসঙ্গিক কিনা তার ভিত্তিতে প্রমিত তালিকা থেকে বিবৃতি নির্বাচন করুন।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৮ মিনিট

- বলুন যে, আমাদের সমাজে কারা সুবিধা পায় এবং কারা প্রতিকূলতার সম্মুখীন হয় এবং এর ফলে তাদের জীবনের উপর কেমন প্রভাব পড়ে - এই বিষয়গুলি নিয়ে আমরা এখন চিন্তা করবো।
- বলুন যে, দলটি এখন সম্মিলিতভাবে 'ভিন্ন চরিত্রে অভিনয়' অনুশীলনটি করবে। প্রত্যেককে একটি চরিত্র দেওয়া হবে। কক্ষটির একপাশে সম্মুখমুখী হয়ে সবাই এক সারিতে দাঁড়াবে। আপনি একটি করে বিবৃতি বলবেন এবং অংশগ্রহণকারীরা যে চরিত্রের ভূমিকায় অবতীর্ণ হয়েছেন সেই চরিত্রগুলোর কাছে যদি বিবৃতিটি গ্রহণযোগ্য হয় তাহলে তাদেরকে এক পা এগুতো হবে - এটাই তাদের কাজ।
- চরিত্রগুলিকে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে যথেষ্টভাবে বিতরণ করুন এবং তাদেরকে নিজেদের চরিত্র কার্ডগুলি গোপন রাখতে বলুন। একজন পুরুষ যদি একজন নারীর চরিত্র পায় বা এর উল্টোটাও ঘটে তাতে কোন সমস্যা নেই।
- নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি করুন এবং এগুলো নিয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে ভাবতে বলুন যেন অর্পিত চারিত্রিক ভূমিকায় অবতীর্ণ হওয়া তাদের জন্য সহজ হয়। এ জন্য কয়েক মিনিট সময় ব্যয় করতে হবে।
- ভাবুন যে কার্ডের চরিত্রটিই আপনি:
  - আপনার শৈশব কেমন ছিল?
  - আপনার দৈনন্দিন জীবন কেমন - আপনি যেকোন একটি সাধারণ দিনে কী করেন, কার সাথে মেলামেশা করেন, আপনার আয় এবং জীবনধারা কেমন?
  - আপনার কাছে ভয়ের বিষয় কোনগুলি এবং আপনি কী আশা করেন?

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৩৫ মিনিট

- ভিন্ন চরিত্রে অভিনয় (১৫ মিনিট)  
অংশগ্রহণকারীদেরকে কক্ষটির একপাশে একটি সারিতে পাশাপাশি দাঁড়াতে বলুন। তাদেরকে বলুন যে আপনি বেশ কয়েকটি বিবৃতি পড়বেন। যদি তারা মনে করেন যে, তাদের ভূমিকা/চরিত্রটি উক্ত বিবৃতির সাথে একমত হবে, তাহলে তারা এক পা এগিয়ে যাবেন। যদি তারা মনে করেন যে, তাদের ভূমিকা/চরিত্রটি উক্ত বিবৃতির প্রতি অসম্মতি জানাবে, তাহলে তারা তাদের জায়গায় স্থির থাকবেন।

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে, এই খেলাটির উদ্দেশ্য এক পা এক পা করে এগিয়ে যাওয়া নয় - যে চারিত্রিক ভূমিকায় তারা অবতীর্ণ হয়েছেন সেই চরিত্রগুলির বাস্তবতার প্রতি যথাসম্ভব সং থাকাটাই গুরুত্বপূর্ণ। অনুশীলনের সময় অংশগ্রহণকারীরা যেন কথা না বলেন সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।

এখানে আপনার এলাকার জন্য চরিত্র কার্ড এবং বিবৃতিগুলি পাবেন

উচ্চস্বরে একটি বিবৃতি পড়ুন। প্রতিটি বিবৃতির পর, অংশগ্রহণকারীদেরকে ভাবতে সময় দিন যে তাদের চরিত্র বিবৃতিটির সাথে সম্মত হবে কিনা এবং তারা এক পা সামনে যাবেন কিনা। সবগুলো বিবৃতি পড়া শেষ হলে, অংশগ্রহণকারীদের কিছুটা সময় দিন যেন কক্ষটিতে অন্যদের তুলনায় তাদের অবস্থান সম্পর্কে তারা ভালোভাবে অবহিত হতে পারে। তবে খেয়াল রাখবেন যেন কোন অংশগ্রহণকারী তার চরিত্রটির কথা অন্য কাউকে না জানায়।

• সম্মিলিত আলোচনা (২০ মিনিট)

অংশগ্রহণকারীদেরকে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলো করুন (চূড়ান্ত দুটি প্রশ্নের জন্য যথেষ্ট সময় রাখতে প্রতিটি প্রশ্নের একটি বা দুটি উত্তর গ্রহণ করুন, এর বেশি নয়)

- অনুশীলনের সময় কী হয়েছিল?
- এগিয়ে যেতে বা এগিয়ে যেতে না পেরে কেমন অনুভব করেছেন?
- পরস্পরের মধ্যে ক্রমবর্ধমান ব্যবধান দেখে কেমন লাগলো?
- অর্পিত চরিত্রের ভূমিকা পালন করা কি সহজ বা কঠিন ছিল?
- অনুশীলনটির সময় এমন কখনও মনে হয়েছিল যে আপনার উপর অর্পিত চরিত্রটির মৌলিক মানবাধিকার উপেক্ষিত হয়েছে, তার ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা উপেক্ষিত হয়েছে? কখন?

অংশগ্রহণকারীরা কে কী চরিত্রের ভূমিকায় অবতীর্ণ হয়েছিলেন তা তাদেরকে বলতে বলুন।

- এই কক্ষে আমাদের অবস্থানের ব্যবধান কি সমাজে বিরাজমান বৈষম্যের বাস্তবতাকে প্রতিফলিত করে? কাদেরকে পেছনে ফেলে রাখা হচ্ছে - নারী, সংখ্যালঘু, দরিদ্র মানুষ?
- মানুষের জীবনে এর পরিণতি কী রকম হতে পারে?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ২ মিনিট

এই বলে শেষ করুন যে, আন্তর্জাতিক মানবাধিকার চুক্তি অনুসারে, প্রত্যেকটি মানুষই স্বাধীন অবস্থায় সম-মর্যাদা ও অধিকার নিয়ে জন্মগ্রহণ করে - যেমন আমরা একই সারি থেকে যাত্রা শুরু করি। কিন্তু জন্মের মুহূর্ত থেকেই আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসভিত্তিক পরিচয়, সামাজিক মর্যাদা, পুরুষ বা নারী হিসেবে বৈষম্যের শিকার হতে থাকি যা আমাদের জীবনে ব্যাপক প্রভাব ফেলে। অনেক মানুষ পিছিয়ে পড়ে।

## ৪. উদ্দীপক: চেয়ার অদলবদল করা ১০ মিনিট

### বর্ণনা

সহায়কের বিবৃতির সাথে একমত হলে অংশগ্রহণকারীরা চেয়ার অদল বদল করবেন।

### উদ্দেশ্য

উদ্দীপনা বৃদ্ধির পাশাপাশি এটা অনুধাবন করা যে বিভক্তির দেয়াল পেড়িয়ে ঠিকই আমাদের মধ্যে সাদৃশ্য রয়েছে।

### আগাম প্রস্তুতি

পড়ে শোনানোর জন্য বিবৃতিগুলির একটি তালিকা তৈরি করুন। নীচের তালিকাটিকে আপনার দলটির জন্য মানানসই করে নিন।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবাইকে চক্রাকারে বসতে অনুরোধ করুন। বলুন যে, আরও গুরুতর আলোচনায় যাওয়ার আগে আমরা একটি তড়িৎ কিন্তু আনন্দদায়ক অনুশীলন করবো। বলুন যে, আপনি একটি বিবৃতি পড়বেন এবং যারা বিবৃতির সাথে একমত হবেন তারা চেয়ার অদলবদল করবেন।



সম্মিলিত  
অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

বিবৃতিগুলো পড়ুন:

- যারা (সব সম্প্রদায়ের কাছে জনপ্রিয় স্থানীয় খাবার) খেতে পছন্দ করেন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- যারা (সব সম্প্রদায়ের কাছে জনপ্রিয় সঙ্গীতশিল্পীকে) পছন্দ করেন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- যারা (সব সম্প্রদায়ের কাছে জনপ্রিয় স্থানীয় ক্রীড়া দল) পছন্দ করেন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- যারা (সব সম্প্রদায়ের কাছে জনপ্রিয় টিভি অনুষ্ঠান) দেখেন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- প্রত্যেকে যারা সূর্যালোক উপভোগ করেন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- প্রত্যেকে যারা বৃষ্টি হলে খুশি হন তারা চেয়ার অদলবদল করুন।
- প্রত্যেকে যারা একে অপরকে মেনে নেয়ার সংস্কৃতি দিয়ে সমৃদ্ধ শান্তিপূর্ণ সমাজে বাস করতে চান তারা চেয়ার অদলবদল করুন ॥

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে

অংশগ্রহণের জন্য সবাইকে ধন্যবাদ জানান এবং বলুন যে - মনে হচ্ছে একে অপরের সাথে আমাদের অনেক মিল রয়েছে - এবং আমাদের কিছু স্বপ্নও অভিন্ন।

## ৫. আলোচনা অনুশীলন: আমাদের সামাজিক পরিচয় ৪০ মিনিট

উদ্দেশ্য

অন্যান্য ধর্মীয় (বা বিশ্বাসভিত্তিক) পরিচয়সম্পন্ন মানুষদের সাথে নিজেদের সাদৃশ্য খুঁজে পেতে এবং এ ধরনের পরিচয় কীভাবে তাদের দুর্বলতার সাথে জড়িত তা নিয়ে ভাবতে সহায়তা করা।

যে উপকরণসমূহ লাগবে

- ১০টি 'পরিচয়' এর তালিকা সহ একটি ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩, অথবা ৩নং স্লাইডটির বিষয়বস্তু সম্বলিত ফ্লিপ চার্ট শীট।

আগাম প্রস্তুতি

- ১০টি পরিচয় বেছে নিন এবং একটি ফ্লিপ চার্ট শীটে সেগুলো তালিকাভুক্ত করুন  
আমাদের যে ধরনের 'পরিচয়' থাকতে পারে তার ১৫টি নিচে দেয়া হয়েছে। এইগুলির মধ্যে সেই ১০টি 'পরিচয়' বেছে নিন যেগুলো আপনার দলের অংশগ্রহণকারীদের জন্য সবচেয়ে প্রাসঙ্গিক এবং গুরুত্বপূর্ণ। আলোচনাটিকে হালকা মেজাজের আমেজ দিতে এবং আলোচনার প্রশংসিত অংশগ্রহণকারীদের কাছে খুব সংবেদনশীল মনে হলে আলোচনা চালিয়ে যাওয়ার জন্য 'নিরাপদ' বিকল্প হিসেবে খেলাধুলা এবং সঙ্গীতের মতো 'বিনোদনধর্মী' কিছু পরিচয় অন্তর্ভুক্ত করতে পারেন। এমন কোনও পরিচয় অন্তর্ভুক্ত করবেন না যা প্রক্রিয়াটিকে লক্ষ্যচ্যুত করতে পারে বা যে পরিচয়ের আলোচনা থেকে উত্তপ্ত বিতর্ক শুরু হতে পারে - বিতর্ক এই অনুশীলনের উদ্দেশ্য নয়।

পরিচয়সমূহ

- |   |                           |
|---|---------------------------|
| — ধর্ম বা বিশ্বাস                                 | — শিক্ষাগত স্তর           |
| — লিঙ্গ/জেন্ডার                                   | — শখ                      |
| — ফুটবল বা অন্য যেসব ক্রীড়া সংঘ আপনি সমর্থন করেন | — শ্রেণী/অর্থনৈতিক অবস্থা |
| — জাতি/জাতিত্ব                                    | — বর্ণ                    |
| — জাতীয়তা  | — বয়স                    |
| — সঙ্গীতবোধ                                       | — প্রথম ভাষা              |
| — পারিবারিক পরিষ্টি                               | — যৌন অভিমুখীতা           |
|   | — সক্ষমতা/অক্ষমতা         |



সম্মিলিত  
আলোচনা

- দৃষ্টি-নির্ভর সহায়ক উপকরণগুলো প্রস্তুত করুন  
একটি ফ্লিপ চার্ট শীটে আপনি যে ১০টি পরিচয় বেছে নিয়েছেন সেগুলো লিখুন। আপনি যদি পাওয়ারপয়েন্ট ব্যবহার না করেন, তাহলে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩ থেকে আলোচনার প্রশ্ন সম্বলিত আরেকটি ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৪ মিনিট

- দুজন করে অংশগ্রহণকারীকে একত্রে থাকতে বলুন এবং পাশের দুজন থেকে একটু দূরে থাকতে বলুন। তারা যদি বসতে চায় তো ভালো, কিন্তু বসতেই হবে এমন কোন কথা নেই।
- নিম্নলিখিত বিষয়টি ব্যাখ্যা করে অনুশীলনটি শুরু করুন:  
প্রায়ই আমরা এমন বিষয়ের উপর নজর দেই যেগুলো আমাদেরকে পরস্পর থেকে বিচ্ছিন্ন করে। যেমন, ধর্ম নিয়ে চিন্তা করার সময় ‘তারা’ বলতে আমরা বোঝাই অন্য ধর্মের মানুষদেরকে, এবং ‘আমরা’ বলতে বোঝাই তাদেরকে যাদের ধর্মীয় বিশ্বাস এবং ঐতিহ্য আমার থেকে আলাদা নয়। ধর্মীয় পরিচয় খুব শক্তিশালী ব্যাপার। কিন্তু আমাদের প্রত্যেকেরই অনেক পরিচয় রয়েছে এবং এই পরিচয়গুলোই নির্ধারণ করে দেয় যে আমি কে বা আমরা কারা। যেমন, একজন (স্থানীয় ভাষা) বক্তা, একজন সিলটি বা চাটগাইয়া বা ঢাকাইয়া, বা (ফুটবল ক্লাব) এর অঙ্গ ভক্ত! আমরা এখন আমাদের বিভিন্ন পরিচয় এবং কীভাবে এই পরিচয়গুলো অন্যদের পরিচয়ের সাথে সম্পর্কযুক্ত হয় তা নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা করার জন্য একটি অনুশীলন করবো।  
ফ্লিপ চার্ট/পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩ থেকে ১০টি পরিচয় এবং আলোচনার প্রশ্নগুলি পড়ুন।

#### আলোচনার প্রশ্নসমূহ

- আপনার পরিচয়ের কোন বিষয়গুলি আপনি কীভাবে নিজেকে দেখছেন তার উপর সবচেয়ে শক্তিশালী প্রভাব ফেলে?
- আপনার পরিচয়ের কোন বিষয়গুলি অন্যরা আপনাকে কীভাবে দেখছে তার উপর সবচেয়ে বেশি প্রভাব ফেলে?
- আপনার পরিচয়ের কোন বিষয়গুলির জন্য আপনার মনে হয় যে, আপনি প্রায়ই প্রতিকূলতার সম্মুখীন হন বা বিশেষাধিকার পান?

#### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে ৩৫ মিনিট

- চিন্তা করুন (৫ মিনিট)  
প্রত্যেককে তাদের পরিচয় নিয়ে ভাবতে বলুন এবং তারা কীভাবে প্রদত্ত প্রশ্নগুলোর উত্তর দেবে সে সম্পর্কে একা একা ৫ মিনিট সময় ধরে চিন্তা করতে বলুন।
- জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)  
প্রতি দুজন অংশগ্রহণকারীকে একসাথে প্রশ্নগুলো নিয়ে আলোচনা করতে বলুন। এজন্য তাদেরকে ১০ মিনিট সময় দিন। জোর দিয়ে বলুন যে খুব বেশি ব্যক্তিগত বিষয় বলার কোন দরকার নেই - যে বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা করতে তারা তারা স্বাচ্ছন্দ্য বোধ করেন, কেবল সেগুলো নিয়ে আলোচনা করাই যথেষ্ট।
- মত বিনিময় করুন (২০ মিনিট)  
সবাইকে সম্মিলিত আলোচনায় ফিরিয়ে আনুন। দলের সাথে তাদের চিন্তাভাবনাগুলি ব্যক্ত করতে বলুন। কোন অংশগ্রহণকারী স্বেচ্ছায় যা বলতে চান, বলতে পারেন। কিন্তু এ বিষয়ে তাকে চাপ দেয়া যাবে না। এই আলোচনায় যেহেতু ব্যক্তিগত অনেক বিষয় উঠে আসবে, তাই মনোযোগ দিয়ে শোনার দিকে লক্ষ্য দিন। একজনের গল্প শুনে এর প্রতিক্রিয়া হিসেবে অন্য একজন অংশগ্রহণকারী তার নিজস্ব অনুভূতি বা অভিজ্ঞতার কথা ব্যক্ত করতেই পারে তবে, তাদেরকে একে অপরের অভিজ্ঞতার বিষয়ে সমালোচনা করা থেকে বিরত রাখুন।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করতে হবে ১ মিনিট

মত বিনিময় করার জন্য সবাইকে ধন্যবাদ জানান এবং বলুন আপনি আশা করছেন যে, অনুশীলনটি তাদের পরিচয়ের বিভিন্ন দিক সম্পর্কে চিন্তা করতে সাহায্য করেছে।

## ৬. সমাপনী মন্তব্য: পরিচয় এবং গৎবাঁধা ধারণা ৮ মিনিট

### বর্ণনা

এই অধিবেশনের সমাপনী মন্তব্য একটি ছোট উপস্থাপনার আকারে দেয়া যেতে পারে যার মাধ্যমে অধিবেশনটির অনুশীলনগুলি থেকে শিক্ষণীয় বিষয়সমূহের একটি যোগসূত্র তৈরি হয়। উপস্থাপনায় কিছু তত্ত্ব এবং একজন সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প রয়েছে।

### উদ্দেশ্য

অধিবেশনের মূল বিষয়গুলির উপর জোর দেওয়া: প্রত্যেকেরই একাধিক পরিচয় রয়েছে এবং এই পরিচয়গুলির ভিত্তিতে প্রতিটি মানুষই কোন সুবিধা বা অসুবিধা ভোগ করে থাকে। ‘অন্যদের’কে একটি বিশেষ পরিচয়ের ভিত্তিতে বিবেচনা করা উচিত নয় কেননা তাতে করে ঐ একটি পরিচয়ের ভিত্তিতেই আমরা তাদের সবকিছুকে সংজ্ঞায়িত করে ফেলি।

### উপকরণসমূহ

- সমাপনী মন্তব্যের স্ক্রিপ্ট এই নির্দেশিকার ৭৫ পৃষ্ঠায় পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪ ও পরবর্তী স্লাইডগুলোর সাথে অবিকল মিলে যায়। উক্ত স্ক্রিপ্ট স্লাইডগুলিতে বক্তার মন্তব্য অংশে দেয়া আছে।
- স্ক্রিপ্ট বা লিপির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণও অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে দেয়া হয়েছে।

### আগাম প্রস্তুতি

পড়ুন এবং প্রয়োজনে স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলিকে প্রেক্ষাপটের সাথে মানিয়ে নিন (অথবা স্লাইডের মূল বিষয়গুলির জন্য ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন)। স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি প্রদর্শনের সাথে সাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।

### সূত্র

পট লাক: স্টার এক্সারসাইজ থেকে সংগৃহীত: জর্জ ল্যাকি, ফ্যাসিলিটিটিং গ্রুপ লার্নিং, পৃষ্ঠা-১০৯।

ওয়ান স্টেপ ফরওয়ার্ডস: ইউরোপীয় কমিশনের কম্পাস ম্যানুয়াল এবং এডুকেশন ফর পিস ট্রেইনিং ম্যাটেরিয়ালস থেকে সংগৃহীত। <http://www.educationforpeace.com/english/forb.php>

আমাদের সামাজিক পরিচয়: দ্য সোশ্যাল আইডেন্টিটি হুইল, ইউনিভার্সিটি অব মিশিগান ইনক্লুসিভ টিচিং প্রোগ্রাম থেকে সংগৃহীত। <https://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/social-identity-wheel/>



উপস্থাপনা

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## পরিচয় এবং গণ্বাঁধা ধারণা

অধিবেশন ৩-এর সমাপনী মন্তব্যের জন্য প্রদত্ত এই স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪-১৩ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।



এই অধিবেশনে, আমরা অন্বেষণ করেছি যে কীভাবে আমাদের বিবিধ পরিচয়গুলি আমাদের নিজেদের এবং অন্যদের প্রতি দৃষ্টিভঙ্গি ও আচরণকে প্রভাবিত করে। আমরা আমাদের প্রত্যেকের বিবিধ পরিচয় এবং কীভাবে এই পরিচয়গুলি প্রায়ই ধর্মীয় সীমানার ভেতরে বা বাইরেও সাদৃশ্যময় হয় সে সম্পর্কে চিন্তা করবো। হিন্দু, মুসলিম এবং অ-ধর্মীয় নারীরা সমাজে একইরকম প্রতিকূলতা এবং প্রতিবন্ধকতার সম্মুখীন হন। একই রকম সমস্যার সম্মুখীন হোন বৌদ্ধ, খ্রিস্টান এবং শিখ প্রতিবন্ধী মানুষেরা, বা অন্য যেকোন বিশ্বাস বা ধর্মের অল্প শিক্ষিত মানুষেরা। আমাদের মধ্যে মিলের পাশাপাশি পার্থক্যও আছে।



ধর্মীয় পরিচয় ব্যবহারের মাধ্যমে প্রায়ই আমাদের মধ্যে বিভেদ সৃষ্টি হয়। এর ফলে অন্য সমাজের মানুষদেরকে দেখে আমাদের মনে হয় যেন তাদের একটি একক পরিচয় রয়েছে - যেমন, ইহুদি, মুসলিম, বৌদ্ধ ইত্যাদি, এবং যেন তাদের সেই একক পরিচয়ের কারণে প্রত্যেকেই তারা একইভাবে চিন্তা করে, তাদের মধ্যে একই রকম অনুভূতি কাজ করে এবং প্রতিক্রিয়াও তাদের একই রকম হয়।

হরহামেশাই দেখা যায় যে, আমরা একে অন্যকে গণ্বাঁধা ধারণার ছাঁচে ফেলে চিহ্নিত করি। প্রায়ই আমরা সচেতন বা অবচেতনভাবে ধরে নেই যে, একটি নির্দিষ্ট ধর্ম বা বিশ্বাসের মানুষেরা বয়স, লিঙ্গ, শ্রেণী, জাতীয়তা ও রাজনৈতিক দৃষ্টিভঙ্গি নির্বিশেষে একই রকম হয় এবং এক্ষেত্রে তারা তাদের ধর্মীয় বিশ্বাস এবং চর্চাগুলো পালন করলো কি না করলো সেটাও আমরা বিবেচনা করি না।



হরহামেশা এটাও দেখা যায় যে, আমরা অন্যদেরকে তাদের ধর্মের ভিত্তিতে বিবেচনা করি এবং ধরেই নেই যে তাদের অন্যান্য বৈশিষ্ট্যগুলিও ধর্ম দ্বারাই নির্ধারিত। সুতরাং, কোন গোত্র বা সমাজের কেউ যদি একটা ভুল করে, তাহলে আমরা ভেবে বসি যে তাদের ধর্ম অনিষ্টকর বা অনৈতিক বিষয়ে শিক্ষা দেয়।



ভিন্ন ভিন্ন সমাজের মানুষদের মধ্যে সম্পর্ক না থাকলে সহজেই আমরা অনুমান করে বসি যে ‘অন্যরা’ ‘আমাদের’ থেকে সম্পূর্ণ আলাদা - যেন ‘তাদের’ আগ্রহ, চাহিদা, মূল্যবোধ এবং অনুভূতিগুলো ‘আমাদের’ থেকে আলাদা। এইরকম ধারণার কারণে আমরা ভেবে নেই যে তাদের মধ্যে এমন কোন অন্তর্দৃষ্টি বা প্রজ্ঞা নেই যা থেকে আমরা কিছু শিখতে পারি। এমনকি তাদেরকে আমরা সাংস্কৃতিক বা নৈতিকভাবে নিজেদের থেকে অধস্তন বলে গণ্য করে বসি।



বরং সমাজের অন্যান্য গোত্রের মানুষদেরকে যদি কেবল মানুষ হিসাবে বিবেচনা করি, তাদের বিবিধ পরিচয় এবং জীবনের অভিজ্ঞতাগুলি (এমন অনেক পরিচয় ও অভিজ্ঞতা যেগুলো আমাদের মধ্যেও আছে) নিয়ে চিন্তা করি তাহলে হয়তো আমরা একে অপরকে মূল্য দেয়ার, একে অপরের প্রতি সহমর্মী হওয়ার এবং পারস্পরিক সাদৃশ্যগুলির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করার পথ খুঁজে পাবো, যে পথ আমাদের মধ্যে বিরাজমান দেয়াল পেড়িয়ে সম্পর্ক গড়ে তোলার উপায় বাতরে দেবে।

কিছু পরিচয় আমাদেরকে সামাজিক প্রতিকূলতার দিকে ঠেলে দেয়, আবার কিছু পরিচয় আমাদেরকে বিশেষাধিকার দেয়। বিশেষাধিকারগুলিকে চিহ্নিত করতে পারলে আমরা বুঝতে পারবো যে কখন আমরা সেইসব সমস্যার সমস্যার উৎসে পরিণত হই যেগুলো অন্যদের জন্য প্রতিকূলতা সৃষ্টি করে। আমাদের বিবিধ পরিচয়গুলোকে চিহ্নিত করার মধ্যে দিয়ে তৈরি হয় সেই সম্ভাবনা ও সুযোগ যা প্রতিকূলতা ও বৈষম্যের বিরুদ্ধে রুখে দাঁড়াতে এবং বৈষম্যের শিকার হওয়া মানুষদের পাশে দাঁড়িয়ে প্রতিবাদ করার প্রতি আমাদের ধাবিত করে।

## সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প



সামেহ একজন খ্রিস্টান যুবক এবং হান্না একজন মুসলিম তরুণী যারা মিশরের ক্যানা প্রদেশের হিজাজা গ্রামের বাসিন্দা। তারা গ্রামের মুসলিম ও খ্রিস্টান সমাজগুলোর বিভক্তি নির্মূল করতে একসাথে কাজ করে।

হান্না বলেন,

“আমি শিশুদেরকেও দেখেছি যে একসাথে বসতে বা মেলামেশা করতে অস্বীকার করে, কারণ তাদের ধর্ম আলাদা।”

সামেহ বলেন,

“আমার কাছে মনে হয়েছে যে একসাথে কাজ করলে এই বিষয়টা মোকাবেলা করা বা তাদের দৃষ্টিভঙ্গি পরিবর্তন করাটা সহজ হবে। আমরা চাই যে এই এলাকার শিশুরাই পরিবর্তনের সেই বীজ হোক।”



তারা বুঝতে পেরেছিলেন যে, শিশুরা ফুটবল খেলতে চায়, কিন্তু ফুটবল খেলার একমাত্র জায়গা ছিল ক্যাথলিক চার্চের বাইরের চত্বরটিতে। তাই এরা দুজন স্থানীয় পুরোহিত ফাদার ফ্রান্সিসের কাছে যায়, যিনি খুবই সহায়ক ছিলেন এবং তাদের কার্যক্রম সংগঠিত করতেও সহায়তা করেছিলেন।

তিনি বলেন,

“এই গ্রামে সামেহ আর হান্না যা করছে তা আমাদের সত্যিই প্রয়োজন এবং আমরা আশা করি এটা অন্য গ্রামগুলিতেও ছড়িয়ে পড়বে।”



মুসলিম শিশুরা প্রথমে সেখানে যেতে চায়নি, কিন্তু শেষ পর্যন্ত তারা সবাই হান্নার নেতৃত্বে সেখানে যায়। হান্না বলে,

“ধীরে ধীরে কিন্তু অবিচলভাবে আমি শিশুগুলিকে একসাথে মেশানোর চেষ্টা করেছি। প্রথমে তারা প্রত্যাখ্যান করলেও, ধাপে ধাপে তারা নিজেরাই নতুন এক মিশ্র দলে পরিণত হয়েছে।”

হান্না এবং সামেহ বাচ্চাদের বাবা-মাকে এই দলটির কার্যকলাপ দেখার জন্য আমন্ত্রণ জানিয়েছিল। শিশুদের মধ্যে পারস্পরিক মিথস্ক্রিয়ার নিদর্শন দেখে তাদের মায়েরাই প্রথম ইতিবাচক সাড়া দেয়।

সামেহ বলেন,

“আমাদেরকে বদলাতে হবে, আর বদল বা পরিবর্তনের শুরু হয় একটি ধারণার উপর বিশ্বাস রাখার মধ্যে দিয়ে,”

অন্যদিকে, হান্না বলেন,

“আমরা দুজন একটি জীবন্ত উদাহরণ। আমাদের ধর্ম ভিন্ন হলেও আমরা একসাথে কাজ করি। আমরা একে অপরের পরিপূরক এবং আমাদের উদ্দেশ্যও একই। শিশুরাই আমাদের লক্ষ্য।”

## উপসংহার



বেলা শেষে, আমরা সবাই চাই জীবন নামের সুপটা সমৃদ্ধ এবং সুস্বাদু হোক! আমরা একই মানব পরিবারের অন্তর্গত এবং আমাদের সবারই মৌলিক চাহিদা আর অধিকারগুলো একই। যখন আমরা সবার অধিকারের জন্য কাজ করতে একত্রিত হই তখন আমাদের প্রয়াস অনেক বেশি কার্যকর হয়।

পরবর্তী দুটি অধিবেশনে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন সম্পর্কে আরও বিশদভাবে শিখবো এবং আমাদের সমাজে এই লঙ্ঘনগুলি কেমনভাবে ঘটে তা চিত্রিত করার চেষ্টা করব। আশা করি, সেই জ্ঞান আমাদেরকে স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে গড়ে উঠায় পরবর্তী পদক্ষেপটি নিতে সাহায্য করবে।

## উৎস

তাদুদিয়া, <http://www.taadudiya.com>

আপনি এখানে হানা এবং সামের একটি ইউটিউব চলচ্চিত্র খুঁজে পাবেন যেখানে তারা তাদের অভিজ্ঞতার গল্পটি আরবীতে (ইংরেজি সাবটাইটেল সহ) বর্ণনা করেছে:

[What is your story? Egypt](#)

দুঃখজনকভাবে, হানা ২০১৯ সালে একটি ট্র্যাফিক দুর্ঘটনায় মারা যান।

# অধিবেশন ৪

## ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বর্ণনা

বিশ্বের বিভিন্ন এলাকায় বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন এবং এইসব লঙ্ঘনের কারণে কীভাবে সমস্ত ধর্মের মানুষ এবং অধার্মিকেরা প্রভাবিত হয় - সে বিষয়টিই তুলে ধরে এই অধিবেশনটি। সচরাচর যেসব ফরব লঙ্ঘনগুলি ঘটে থাকে এবং যে লঙ্ঘনগুলির শিকার হওয়ার আশঙ্কা রয়েছে, সেই ধরনের ফরব লঙ্ঘনগুলি সনাক্ত করার দক্ষতা তৈরিতে এই অধিবেশনটি অংশগ্রহণকারীদের জন্য সহায়ক হবে।

অধিবেশনটি লঙ্ঘন সম্পর্কিত ২০-মিনিটের উপস্থাপনা দিয়ে শুরু হয়। এই উপস্থাপনার কিছু বিষয় আপনার প্রেক্ষাপটে বিতর্কিত হতে পারে। অংশগ্রহণকারীদের সাথে কোন বিষয়গুলি নিয়ে গঠনমূলক আলোচনা নিরাপদ এবং সম্ভব তা মূল্যায়নের ভিত্তিতে উপস্থাপনাটিকে উপযোগী করে নিতে হবে।

উপস্থাপনার পরে, অধিবেশনটি অত্যন্ত মিথষ্ক্রিয় হয়ে উঠবে, ৭৫-মিনিটের একটি নাট্য অনুশীলন থাকবে যেখানে সমস্ত অংশগ্রহণকারীরা জড়িত থাকবেন। অধিবেশনটি নাইজেরিয়ার দুইজন সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প দিয়ে শেষ হয়েছে।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন সম্পর্কিত জ্ঞান এবং আন্তর্জাতিকভাবে ফরব-এর পরিস্থিতি এবং লঙ্ঘনগুলি সনাক্ত করার দক্ষতা জোরদার করার উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা সক্ষম হবে:

- বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন সম্পর্কে বর্ণনা করতে
- বাস্তব পরিস্থিতিতে সাধারণ ফরব লঙ্ঘন চিহ্নিত করতে
- ধার্মিক কিংবা অধার্মিক নির্বিশেষে সবাই যে ফরব লঙ্ঘনের দ্বারা প্রভাবিত হয় তা উপলব্ধি করতে এবং তাদের ভোগান্তির প্রতি সহানুভূতিশীল হতে।

### অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা ফরব কী তা অংশগ্রহণকারীদের মনে করিয়ে দেয়া এবং অধিবেশনটির সূচনা করা।	৫ মিনিট
উপস্থাপনা: ফরব লঙ্ঘনগুলি জানা সমগ্র বিশ্বে সংঘটিত বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন সম্পর্কে জ্ঞানদানমূলক আলোচনা।	২০ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা উপস্থাপনাটি নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা-ভাবনা এবং আলোচনা করার সুযোগ তৈরি করা।	১০ মিনিট
নাট্য অনুশীলন: দুই মিনিটের ফরব ক্ষুদ্র-নাটক অংশগ্রহণকারীদেরকে আনন্দদায়ক, মিথষ্ক্রিয় উপায়ে ফরব লঙ্ঘন চিহ্নিত করার সুযোগ দেয়।	৮০ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারী গল্প অধিবেশনটির বিভিন্ন অংশগুলোর মধ্যে যোগসূত্র স্থাপন করে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

## প্রস্তুতি গ্রহণ

১৫ পৃষ্ঠায় দেয়া ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনটির জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটির ব্যাপারে আপনিই ভালো জানেন! দলের প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণকে প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে নিতে পরিবর্তন এবং সম্পাদনা করতে পারেন।

### প্রস্তুতি গ্রহণ

এই অধিবেশনটি পরিচালনা করতে পৃষ্ঠা ১৬-এর তালিকায় প্রদত্ত প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় উপকরণগুলো ছাড়াও নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে::

- মোটামুটি ছয়জন অংশগ্রহণকারীর প্রতিটি দলের জন্য ক্ষুদ্র নাটকের দৃশ্যগুলির পর্যাপ্ত মুদ্রিত সংস্করণ যাতে প্রতিটি দলকে অর্পিত দৃশ্যের জন্য দুইটি করে কপি থাকে।

### এখানে এই

অধিবেশনের জন্য আনুষঙ্গিক উপকরণ পাবেন চলচ্চিত্র



### (ঐচ্ছিক) অতিরিক্ত - আত্মবিশ্বাস গড়ে তুলুন!

প্রস্তুতির অংশ হিসাবে, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন সম্পর্কে আরও জানতে এই [ব্লগদৈর্ঘ্য চলচ্চিত্রগুলি](#) দেখতে পারেন।

### কক্ষটিকে অধিবেশনের জন্য উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটির জন্য চেয়ারগুলিকে চক্রাকারে এবং সম্মুখমুখী করে সাজালে ভালো হবে। বড় একটি কক্ষ (বা অতিরিক্ত কক্ষ) থাকলে ভালো হবে কেননা এতে করে দলগুলি একে অপরের থেকে কিছুটা দূরে নাটক অনুশীলন করতে পারবে।



চলচ্চিত্র



‘উপস্থাপনা’

## বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

### ১. অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা ৫ মিনিট

#### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই সংক্ষিপ্ত ভূমিকাটি অংশগ্রহণকারীদেরকে কোর্স প্রক্রিয়ার সাথে সম্পৃক্ত হতে সাহায্য করবে। এই ভূমিকাটি অধিবেশন ২-এ ফরব সম্পর্কে শেখা বিষয়গুলো অংশগ্রহণকারীদেরকে স্মরণ করিয়ে দেবে এবং অধিবেশন ৪ ও ৫-এর মূল বিষয় ‘মানবাধিকার লঙ্ঘন’-এর উপর আলোকপাত করবে।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

#### উপকরণ

- অধিবেশন ১-এর মূল শর্তসমূহের ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৪-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩ বা একটি ফ্লিপ চার্ট শীট যেখানে লেখা থাকবে ‘চিন্তা করুন - বিশ্বাস করুন - অংশীভূত হোন - চর্চা করুন - প্রশ্ন করুন - পরিবর্তন করুন - প্রত্যাখ্যান করুন’।

#### কী বলতে হবে

অধিবেশন সবাইকে স্বাগত জানান এবং নিম্নলিখিত মন্তব্যগুলিকে আপনার দলটির জন্য মানিয়ে নিয়ে পেশ করুন।

- অধিবেশন ২-এ ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অর্থ কী তা আমরা জেনেছি। ফরব-কে ব্যাখ্যা করতে ব্যবহৃত মূল বিষয়গুলি কি আপনার মনে আছে? (দেখুন দলটি মূল বিষয়গুলি স্মরণ করতে পারে কিনা: ‘ভাবুন - বিশ্বাস করুন - অংশীভূত হোন - চর্চা করুন - প্রশ্ন করুন - পরিবর্তন করুন - প্রত্যাখ্যান করুন’। এরপর স্লাইড ৩ প্রদর্শন করুন এবং সেখানে লেখা শব্দগুলো পড়ে শোনান।)
- ফরব কখন সীমিত হতে পারে সে সম্পর্কেও আমরা শিখেছি। আমরা শিখেছি যে, আত্মগত স্বাধীনতা (ইনার ফ্রিডম) - চিন্তা করা, বিশ্বাস করা এবং বিশ্বাস সম্পর্কে মন পরিবর্তন করার স্বাধীনতা সীমিত হতে পারে না। কিন্তু আমাদের ধর্ম এবং বিশ্বাস সম্পর্কিত চর্চাগুলি সীমিত হতে পারে যদি সেগুলোর কারণে কোন বিশেষ উপায়ে অন্যদের ক্ষতি হয়। আমরা আরও শিখেছি যে বৈষম্য, জবরদস্তি এবং সহিংসতার প্ররোচনা নিষিদ্ধ।
- পরবর্তী দুটি অধিবেশনে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘনের উপর আলোকপাত করা হবে। এই অধিবেশনে আমরা লঙ্ঘনের ধরন এবং বিশৃঙ্খলে লঙ্ঘনের উদাহরণগুলি দেখবো এবং এর মাধ্যমে বুঝতে পারবো যে লঙ্ঘনগুলির দ্বারা বিশৃঙ্খলে সব ধর্ম ও বিশ্বাসের মানুষেরা কীভাবে প্রভাবিত হয়ে থাকে। পরবর্তী অধিবেশনে আমরা আমাদের সমাজে সংঘটিত লঙ্ঘনগুলি বিশদভাবে তুলে ধরার চেষ্টা করবো।
- এই অধিবেশনগুলি কঠিন মনে হতে পারে কেননা আমরা যে গল্পগুলি শুনবো তা আমাদেরকে কষ্টকর ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতার কথা মনে করিয়ে দিতে পারে এবং উত্থাপিত কিছু বিষয় সমাজে কী হওয়া উচিত বা উচিত নয় সে সম্পর্কে আমাদের ধারণাগুলির ন্যায্যতা নিয়ে প্রশ্ন তুলতে পারে। এমন কিছু বিষয় এই দলীয় আলোচনায় আসতে পারে যার ব্যাপারে আমরা একমত নই। সুতরাং, এই অধিবেশনে গ্রাউন্ড রুলস বা মূল শর্তগুলি মনে রেখে একে অপরকে শুনতে হবে ও মত বিনিময় করতে হবে! (শর্তগুলি কী তা অংশগ্রহণকারীদের মনে করিয়ে দিতে মূল শর্তগুলির ফ্লিপ চার্ট শীট ব্যবহার করুন।)
- লঙ্ঘনের গল্পগুলো শুনে আমরা হতাশ বা অসহায় বোধ করতে পারি। কিন্তু আমাদেরকে সমস্যাগুলি সনাক্ত করতে হবে এবং বুঝতে হবে যাতে করে সেগুলি সম্পর্কে কিছু করতে এবং অবস্থার পরিবর্তন ঘটাতে পারি।

## ২. উপস্থাপনা: ফরব লঙ্ঘন কী তা জানা ২০ মিনিট

### বর্ণনা ও উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনাটি বিভিন্ন ধরনের ফরব লঙ্ঘন এবং সমগ্র বিশ্বে ফরব-এর অবস্থা কেমন সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান বৃদ্ধির প্রতি নজর দেয়। এই অধিবেশনের অবশিষ্ট অংশ এবং পরবর্তী অধিবেশন (যেখানে অংশগ্রহণকারীরা ফরব-এর প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের দক্ষতা অর্জন করবে)-এর জন্য যে জ্ঞানের প্রয়োজন তার একটি ভিত্তি তৈরি করবে এই উপস্থাপনাটি।



উপস্থাপনা

### উপকরণসমূহ

- এই নির্দেশিকার ৮৫ পৃষ্ঠায় উপস্থাপনার স্ক্রিপ্টটি পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪-৩৯ এর সাথে মিলে যায়, এবং উক্ত স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে স্ক্রিপ্টটি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
- স্ক্রিপ্টটির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণ অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে দেয়া হয়েছে।

### আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং সেগুলোকে আপনার প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে নিন (অথবা স্লাইডে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলির জন্য ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন) এবং স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি প্রদর্শনের সাথে সাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।

TIP! Ask people to save questions/comments until the end of your presentation.

### দ্রষ্টব্য

এই উপস্থাপনাটি দীর্ঘ (প্রায় ২০ মিনিটের কাছাকাছি) এবং এতে অনেক উদাহরণ রয়েছে। আপনার দলটির জন্য যে উদাহরণগুলি কম প্রাসঙ্গিক বলে মনে হয় সেগুলি আপনি চাইলে বাদ দিতে পারেন। আপনি যদি চান এখানকার কিছু কিছু উদাহরণ সরিয়ে আপনার প্রেক্ষাপটের গল্পগুলি দিতে পারেন। মূল বার্তাগুলিকে বোঝ করে হাইলাইট করা হয়েছে। আপনার বক্তব্যে এইগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন!

## ৩. সম্মিলিত আলোচনা ১০ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পূর্ববর্তী উপস্থাপনার উপর একটি আলোচনা যা অংশগ্রহণকারীদেরকে শিক্ষণীয় বিষয়গুলো আত্মস্থ করতে সাহায্য করবে।

### কীভাবে আলোচনাটি পরিচালনা করবেন

উপস্থাপনা ও আলোচনাটি সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদেরকে কোন মন্তব্য বা প্রশ্ন থাকলে সেগুলি বলতে বলুন।

এরপর নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির সাথে সামঞ্জস্য রেখে জিজ্ঞাসা করুন:

- উপস্থাপনাটিতে এমন কিছু কি ছিল যা আপনি জানতেন না বা শুনে/দেখে অবাক হয়েছেন?
- উপস্থাপনায় প্রদত্ত কোন গল্পটি আপনার কাছে সবচেয়ে পরিচিত মনে হয়েছে?
- আমাদের প্রেক্ষাপটে কোন ধরনের লঙ্ঘনগুলি সবচেয়ে বেশি সমস্যাযুক্ত বলে আপনি মনে করেন?

১৫ মিনিট পর সম্মিলিত আলোচনাটি শেষ করুন। ব্যাখ্যা করুন যে, দলটি এখন একটি অনুশীলনের মাধ্যমে বিষয়গুলি নিয়ে আলোচনা এবং অন্বেষণ চালাবে।

### দ্রষ্টব্য

কোন অংশগ্রহণকারী যদি নেতিবাচকভাবে ‘বক্তৃত্তা’ দেয়ার চেষ্টা করে বা আলোচনাটিকে ‘উত্তপ্ত’ করতে চেষ্টা করে, তবে তাকে বাধা দিন। অংশগ্রহণকারীদের মন্তব্যের জন্য তাদেরকে ধন্যবাদ দিন এবং তাদের অনুভূতির প্রতি সমর্থন প্রকাশ করুন, বিশেষত যদি কোন মানসিক আঘাত ও দুর্বলতার অভিজ্ঞতা এরকম অনুভূতির উৎস হয়। প্রয়োজনে তাদেরকে মূল শর্তগুলো মনে করিয়ে দিন। আলোচনাটিকে এমন বিষয়ের দিকে ঘুরিয়ে দেয়ার চেষ্টা করুন যে বিষয়ে কথা বলতে তারা নিরাপদ বোধ করবে। যেমন, এমন কোন গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপারে প্রশ্ন করুন যে ব্যাপারে তাদের একমত হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

## ৪. নাট্য অনুশীলন: ২ মিনিটের ফরব ক্ষুদ্র নাটক ৮০ মিনিট

### বর্ণনা

এই অনুশীলনে, প্রদত্ত দৃশ্যগুলির উপর ভিত্তি করে দলগুলি ক্ষুদ্র (২-মিনিটের) নাটকের মহড়া দিবে। বিভিন্ন উপায়ে ঘটিত ফরব লঙ্ঘনের পরিস্থিতি এই দৃশ্যগুলিতে চিত্রিত হবে। এরপর সম্মিলিত আলোচনায় নাটকগুলি উপস্থাপন করা হবে এবং অংশগ্রহণকারীরা দৃশ্যগুলোতে ফরব লঙ্ঘনগুলি চিহ্নিত করবে।

### উদ্দেশ্য

অনুশীলনটির লক্ষ্য হল উপস্থাপনা থেকে লব্ধ তাত্ত্বিক জ্ঞানকে ফরব লঙ্ঘন সনাক্তকরণে ব্যবহারিক দক্ষতায় রূপান্তর করা এবং অংশগ্রহণকারীদের নিজেদের প্রেক্ষাপটে লঙ্ঘনগুলি নিয়ে গভীরভাবে ভাবতে সহায়তা করা।

### উপকরণসমূহ এবং আগাম প্রস্তুতি

- আপনার কতগুলি দল থাকবে তা নির্ধারণ করুন: ৬-১০ জনের ২-৩টি দল থাকলেই সবচেয়ে ভালো হয়, কারণ বেশিরভাগ দৃশ্যই ন্যূনতম ছয়টি চরিত্রের প্রয়োজন হবে। অনুশীলনটির জন্য সময় নির্ধারিত করা হয়েছে সর্বাধিক তিনটি দলের ভিত্তিতে (সর্বাধিক ৩০ জন অংশগ্রহণকারী)। অধিবেশনটির জন্য বেশি সময় বরাদ্দ না করা গেলে অতিরিক্ত দল যোগ করবেন না!
- দৃশ্যের প্রাসঙ্গিকতা এবং দলের সংখ্যার উপর ভিত্তি করে পাঁচটি নাট্য দৃশ্যের মধ্যে কোনটি ব্যবহার করতে হবে তা বেছে নিন। প্রতিটি দলকে একটি করে ভিন্ন দৃশ্য বাছাই করে দিন। এই নির্দেশিকার পৃষ্ঠা ৯২-৯৪ এবং অধিবেশনটির উপকরণসমূহের লিঙ্কে দৃশ্যগুলি দেয়া আছে।
- বাছাইকৃত প্রতিটি দৃশ্যের দুটি মুদ্রিত কপি সংশ্লিষ্ট দলটিকে প্রদান করুন।
- অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪০ অথবা বৈষম্য, সরকারী নিষেধাজ্ঞা, সরকারের ব্যর্থতা এবং সহিংসতা শব্দগুলি একটি ফ্লিপ চার্টে লিখে উপস্থাপন করুন।



দলীয় অনুশীলন

এখানে নাট্যদৃশ্যের বিলিপত্রগুলো পাওয়া যাবে।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে ৫ মিনিট

নিচের মতো করে ব্যাখ্যা করুন:

- আমরা যেসব ফরব লঙ্ঘনের সম্মুখীন হতে পারি সেগুলো সনাক্ত করতে পারার জন্য আমরা একটি নাটক-ভিত্তিক অনুশীলন করবো।
- আমরা একাধিক দলে বিভক্ত হবো। প্রতিটি দলকে একটি দৃশ্য দেয়া হবে, যা আসলে কয়েকটি চরিত্রের মধ্যে ঘটে যাওয়া কিছু ঘটনা। আপনার দায়িত্ব হলো ২ মিনিটের মধ্যে এই দৃশ্যটিতে অভিনয় করা!
- নাটকটির দৃশ্য তৈরি করতে এবং এর মহড়া দেয়ার জন্য ১৫ মিনিট সময় থাকবে। খুব বেশি সময় যেহেতু থাকছে না, তাই খুব দ্রুত ভূমিকা ভাগ করুন এবং তারপর নিজে থেকে বুঝে নিন কী করতে হবে!
- ১৫ মিনিট পর, দলের অন্যদের সামনে আপনি আপনার নাটকটি পরিবেশন করবেন।
- গল্পে বিশদ বিবরণ যোগ করতে চাইলে করুন, কিন্তু নাটকটি যেন ২ মিনিটের বেশি সময় না নেয় সেদিকেও লক্ষ্য রাখুন।
- চিন্তার কিছু নেই! কেননা আমরা স্বতঃস্ফূর্ত পরিবেশনা বা অভিনয় চাইছি - মার্জিত অভিনয় নয়। গল্পের বিষয়টা আপনার অভিনয়ে উঠে আসলেই অভিনয় সফল হবে!

অংশগ্রহণকারীদেরকে দলে দলে বিভক্ত করার পর তাদেরকে দৃশ্যগুলো দিন।

## অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৭৫ মিনিট

### • নাটকের মহড়া (১৫ মিনিট)

দলগুলোকে মহড়া শুরু করতে বলুন এবং এক্ষেত্রে তাদেরকে সাহায্য করুন।

#### দ্রষ্টব্য

এই অনুশীলনে সময়ের দিকে নজর রাখা খুবই গুরুত্বপূর্ণ! মহড়ার জন্য বরাদ্দ সময় ১৫ মিনিটের বেশি যেন না হয়, কেননা এর ফলে অনুশীলনটির গুরুত্বপূর্ণ অংশ নাট্য-পরিবেশনা/আলোচনার জন্য সময় কমে যাবে। নাট্য-পরিবেশনা/আলোচনা অংশটিতেও সময় ব্যবস্থাপনা জরুরী যাতে করে নিশ্চিত করা যায় যে প্রতিটি দল সমপরিমাণ সময় ও সুযোগ পায়।

### • পরিবেশনা এবং আলোচনা (৫০ মিনিট)

সময়: প্রতিটি দলের উপস্থাপনার জন্য ১৫ মিনিট সময় বরাদ্দ করার পর, ৫ মিনিট সময় হাতে রাখুন। প্রতিটি দল তাদের দুই মিনিটের নাটক দুবার উপস্থাপন করবে। প্রথমবার তারা কোনো বাধা ছাড়াই নাটকটি উপস্থাপন করবে। দ্বিতীয়বার, অন্যান্য অংশগ্রহণকারীরা নাটকটিতে ফরব লঙ্ঘন ঘটতে দেখা মাত্রই বলবেন ‘খামুন!’। নাটকটির পরিবেশনা তখন সাময়িকভাবে থামাতে হবে (চরিত্রগুলি তাদের জায়গাতেই থাকবেন)। এ পর্যায়ে পাওয়ারপয়েন্টের ৪০ নম্বর স্লাইডটি প্রদর্শন করে যে অংশগ্রহণকারী(রা) ‘খামুন!’ বলেছেন তাকে/তাদেরকে সংক্ষিপ্তভাবে নিম্নলিখিত প্রশ্নের উত্তর দিতে বলুন:

- এটি কোন ধরনের লঙ্ঘনের উদাহরণ এবং কে লঙ্ঘন করেছে (যেমন বৈষম্য বা সহিংসতার রূপে সামাজিক বৈরিতা, সরকারী নিষেধাজ্ঞা বা জনগণকে রক্ষা করতে সরকারের ব্যর্থতা)?

পরবর্তী কেউ ‘খামুন’ না বলা পর্যন্ত নাটকটি চালিয়ে যেতে হবে এবং উপরের প্রশ্নটির পুনরাবৃত্তি করতে হবে। প্রতি নাটকে তিনটি লঙ্ঘন রয়েছে। ৯২-৯৪ পৃষ্ঠায় সহায়কদের জন্য নাট্যদৃশ্যের সংস্করণে এই লঙ্ঘনগুলো

কী তা দেখতে পাবেন। দলটি দুবার নাটক পরিবেশন করার পরে যদি সময় থাকে তবে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি ব্যবহার করে একটি বিশদ আলোচনা শুরু করুন:

- এই নাট্যদৃশ্যে কী পরিবর্তন করা উচিত? কোন প্রতিষ্ঠান বা ব্যক্তির ভিন্নভাবে কাজ করা উচিত বা কোন আইন বা নিয়ম ভিন্ন হওয়া উচিত?
- পরিবর্তন করার জন্য কে ইতিবাচক উপায়ে হস্তক্ষেপ করতে পারে? সমাজের একজন সদস্য, কর্মী, সংগঠন বা কোন সিদ্ধান্ত গ্রহণকারী কি এক্ষেত্রে তাৎপর্যবাহী কোন অবদান রাখতে পারেন?

নাট্য পরিবেশনা/আলোচনা প্রক্রিয়ার জন্য প্রতিটি দলকে ১৫ মিনিট সময় বরাদ্দ করুন, কিন্তু সময় ব্যবস্থাপনার প্রতি কঠোর থাকুন! (যদি আপনার শুধুমাত্র দুটি দল থাকে তবে সময় কিছুটা বাড়াতে পারেন) পরিবেশনার মাঝখানেই কোন দলকে থামিয়ে দিতে হলে সেজন্য ক্ষমা প্রার্থনা করে ব্যাখ্যা করুন যে, প্রত্যেককেই পরিবেশন করার জন্য সমান সময় ও সুযোগ দেয়া উচিত। প্রতিটি দলের জন্য বরাদ্দ ১৫ মিনিট সময় শেষ হলে, করতালি দিয়ে তাদেরকে অভিনন্দন জানান!

### • সম্মিলিত মত বিনিময় সময় (১০ মিনিট)

সবগুলো দলের নাট্যদৃশ্য উপস্থাপন ও আলোচনা শেষ হবার পর সার্বিক পরিবেশনার জন্য সবাইকে আবারও অভিনন্দন জানান। তারপরে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উপর ভিত্তি করে একটি বিশদ আলোচনা শুরু করুন:

- আমরা নাটকগুলিতে যে লঙ্ঘনগুলি দেখেছি সেগুলি কি কখনও কখনও আমাদের সমাজেও ঘটে থাকে?
- সামগ্রিকভাবে মানুষের এবং সমাজের উপর এর প্রভাব কী রকম হয়?

অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের গল্প বা অভিজ্ঞতা বিনিময় করতে স্বাচ্ছন্দ্যবোধ করলে এ ব্যাপারে তাদেরকে উৎসাহিত করুন। অংশগ্রহণকারীরা তাদের ব্যক্তিগত গল্প বলার সময়, সম্পূর্ণ প্রেক্ষাপট নিয়ে প্রশ্ন করুন। যেমন, এই ধরনের অভিজ্ঞতা সমগ্র সমাজের জন্য কী অর্থ বহন করে? সামাজিক এই বিষয়টি তুলে ধরতে চেষ্টা করুন যে, লঙ্ঘন শেষ পর্যন্ত সবার ক্ষতি করে কারণ লঙ্ঘনের দ্বারা উত্তেজনা সৃষ্টি হয় এবং পুরো সমাজ ঝুঁকির সম্মুখীন হয়।

## সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প ৫ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

পরিবর্তন যে সম্ভব এই কথাটি বিশ্বাস করতে অংশগ্রহণকারীদেরকে অনুপ্রাণিত করাই সমাপনী মন্তব্যের লক্ষ্য।

### উপকরণসমূহ

অধিবেশন ৪-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪১-৪৪ বা স্লাইড ৪১ এর একটি মুদ্রিত সংস্করণ।

### কী বলতে হবে

- আমাদেরকে সমাজে বিদ্যমান যেসব সমস্যার মুখোমুখি হতে হয় সেগুলো আলোচনা করার সময় সহজেই আমরা আশাহত হয়ে যাই। কিন্তু পরিবর্তন সম্ভব - এমনকি এমন পরিস্থিতিতেও যেখানে চরম ঘৃণা ও সহিংসতা বিদ্যমান! আসুন একটা আশা জাগরণী গল্প দিয়ে আমরা এই অধিবেশনটি শেষ করি।
- ৯৫ পৃষ্ঠায় প্রদত্ত যাজক জেমস এবং ইমাম আশফার গল্পটি পড়ে শোনান (অধিবেশনটির ডাউনলোডযোগ্য উপকরণগুলিতেও গল্পটি পাওয়া যাবে)।
- পরিবর্তন ঘটানো একটি ধীর কিন্তু একই সাথে অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ প্রক্রিয়া। এই প্রক্রিয়া শুরু হয় যখন আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা পরিস্থিতি সম্পর্কে সচেতন হই - শুধুমাত্র নিজেদের জন্য নয় বরং দেশ ও সমাজের সকলের জন্য।



সংক্ষিপ্ত  
আলোচনা

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন কী তা বুঝা

অধিবেশন ৪-এর উপস্থাপনার জন্য প্রয়োজনীয় স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪-৩৯ দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

**দ্রষ্টব্য:** এই উপস্থাপনাটি দীর্ঘ (প্রায় ২০ মিনিটের কাছাকাছি) এবং এতে অনেক উদাহরণ রয়েছে। আপনার দলটির জন্য যে উদাহরণগুলি কম প্রাসঙ্গিক বলে মনে হয় সেগুলি চাইলে আপনি বাদ দিতে পারেন। কিছু কিছু উদাহরণ বাদ দিয়ে সেখানে আপনার প্রেক্ষাপটের গল্পগুলি সংযোজন করতে পারেন। ‘...গল্প’ অংশের মূল বার্তাগুলিকে বোল্ড করে হাইলাইট করা হয়েছে। আপনার বক্তব্যে এইগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন! পাওয়ারপয়েন্টের মূল স্লাইডের মুদ্রিত সংস্করণ ব্যবহার করে অংশগ্রহণকারীদেরকে বিষয়বস্তু অনুধাবন করতে সাহায্য করুন।

### ভূমিকা



ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অভাবের কারণে সব দেশেই সকল ধরনের মানুষ সমস্যার সম্মুখীন হয়। লঙ্ঘনের তীব্রতা, লঙ্ঘনকারী এবং লঙ্ঘনের শিকার করা হচ্ছে পার্থক্য কেবল সেখানে।



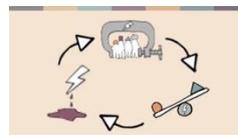
এই উপস্থাপনায় আমরা বৈষম্য, অধিকারের সীমাবদ্ধতা এবং সহিংসতা সম্পর্কে বাস্তব জীবন থেকে নেয়া কিছু গল্প শুনবো।



এই লঙ্ঘনগুলি রাষ্ট্র এবং সমাজের মানুষ উভয়ের দ্বারাই ঘটে থাকে। আমরা প্রায়ই এই ধরনের লঙ্ঘনগুলিকে সরকার দ্বারা লঙ্ঘন এবং সামাজিক বৈরিতা হিসাবে আখ্যায়িত করে থাকি। কিন্তু লঙ্ঘন পরিবার এবং ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজের মধ্যেও ঘটতে পারে।



এছাড়াও একটি চতুর্থ ধরনের লঙ্ঘন রয়েছে: সমাজের বাসিন্দাদেরকে এই ধরনের লঙ্ঘনের হাত থেকে রক্ষা করতে সরকারের ব্যর্থতা হলো সেই চতুর্থ ধরনের লঙ্ঘন। রাষ্ট্রের দায়িত্ব হলো এর ভূখণ্ডের মধ্যে থাকা প্রতিটি মানুষকে বৈষম্য, তাদের অধিকারের উপর অযাচিত সীমাবদ্ধতা আরোপ এবং সহিংসতা থেকে সুরক্ষা দেয়া। অনেক রাষ্ট্র এটা করতে ব্যর্থ হয়।



বৈষম্য, সহিংসতা এবং অধিকারের উপর নিষেধাজ্ঞা সাধারণত একটি আরেকটিকে অধিক্রম করে এবং পরস্পর সম্পর্কিত। যেমন, কোনো বিশেষ নিষেধাজ্ঞা বৈষম্যমূলক হতে পারে এবং সহিংসতার পেছনেও এর হাত থাকতে পারে। প্রায়ই দেখা যায় যে, সরকার দ্বারা লঙ্ঘন এবং সামাজিক বৈরিতা একটি অন্যটিকে উসকে দেয়, ফলে একটি দুর্গুণ্ড তৈরি হয়।

সরকারী যেসব আইন সংখ্যালঘুদের প্রতি বৈষম্যমূলক সেগুলো সমাজে অসহিষ্ণুতাকে বৈধতা দেয়। ফলশ্রুতিতে সমাজে বৈষম্য, হয়রানি এবং সহিংসতা দেখা দেয় যা কর্তৃপক্ষ দেখেও দেখে না; এবং মানুষ যখন দেখে যে এরকম অন্যায়ের কোন বিচার নেই, তখনই বৈষম্য, হয়রানি এবং সহিংসতা আরও ভয়াবহ রূপ ধারণ করে।

আসুন বাস্তব জীবন থেকে নেয়া কিছু গল্পের মধ্যে দিয়ে বিশ্বের বিভিন্ন জায়গায় বৈষম্য, নিষেধাজ্ঞা এবং সহিংসতা কেমন হতে পারে তা দেখে নেয়া যাক! এই গল্পগুলোর ঘটনার সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ কোন ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা আপনারও থাকতে পারে।

## বৈষম্যের গল্প



বৈষম্য হ্রহামেশাই হয় এবং জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে প্রভাবিত করে।

রেভ কুমার শ্রীলঙ্কার একটি গ্রামের একজন যাজক। তার পরিবার গ্রামের বৌদ্ধ সংখ্যাগরিষ্ঠ সমাজের দ্বারা বৈষম্যের সম্মুখীন হয়েছিল। শিক্ষক এবং সহপাঠীরা তার সন্তানদের উত্যাঙ্গ করতো। তারা রেভ কুমারের বাড়িকে একটি অবৈধ উপাসনালয় বলে আখ্যায়িত করে এবং এই অজুহাতে বাড়ির বিদ্যাৎ এবং জল সরবরাহ বন্ধ করে দেয়।<sup>1</sup>



কিছু সরকার সরকারী অর্থ বরাদ্দের ক্ষেত্রে বৈষম্য করে - যেমন সংখ্যালঘুদের এলাকায় অবকাঠামো, স্বাস্থ্য বা শিক্ষায় অনেক কম বিনিয়োগ করে। এই ধরনের বৈষম্য দীর্ঘমেয়াদী পরিসরে সাম্প্রদায়িক উত্তেজনা এবং রাজনৈতিক অস্থিতিশীলতার ঝুঁকি বয়ে আনে।

প্রতিষ্ঠানগুলি যেভাবে কাজ করে তাতেও বৈষম্য ঘটতে পারে। যেমন, পাপ মার্জনার মিনতিতে (কনফেশনাল রিলিজিয়াস একটিভিটিস) বা যেসব পাঠ্যপুস্তকে তাদের সমাজের ব্যাপারে নিন্দাচার করা হয়েছে সেগুলো পাঠে বাধ্য করার মাধ্যমে স্কুলের শিশুরাও বৈষম্যের সম্মুখীন হতে পারে। বিরল ক্ষেত্রে, কোনো সম্প্রদায়কে শিক্ষা থেকে বঞ্চিত করা হয়, যেমন বাহা'ইদের ইরানের বিশ্ববিদ্যালয়ে পড়ার অনুমোদন নেই।<sup>2</sup>

## নিষেধাজ্ঞা এবং বৈষম্যের গল্প



অনেক ধরনের আইন দ্বারা নিষেধাজ্ঞা তৈরী হয় যা প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে সমাজে বৈষম্যের জন্ম দেয়।

বিভিন্ন বিধানের পরিকল্পনা আপাতদৃষ্টিতে নিরপেক্ষ মনে হলেও সাধারণত দেখা যায় যে, এ ধরনের বিধানসমূহই সেই বাধা হয়ে দাঁড়ায় যা পরবর্তীতে সংখ্যালঘুদের উপাসনালয় নির্মাণে অন্তরায়ের কারণ হয়ে দাঁড়ায়। রাশিয়ায় বিভিন্ন শ্রেণীর সংখ্যালঘুরা বিভিন্ন সমস্যার সম্মুখীন হয়েছে - যেমন নির্মাণের অনুমতি না পাওয়া, অথবা নির্মাণ শুরু হওয়ার পরে তা ধ্বংস করা বা পৌরসভা কর্তৃক ইজারা বন্ধ করা।<sup>3</sup>



ধর্মীয় সম্প্রদায়ের নিবন্ধন নিয়ন্ত্রণ সংশ্লিষ্ট আইনগুলি নিষেধাত্মক এবং বৈষম্যমূলকও হতে পারে।

আলজেরিয়ায় সে দেশের সরকার ধর্মীয় সম্প্রদায় নির্বিশেষে সকল সম্প্রদায়কে যেকোন ধরনের কার্যক্রম পরিচালনা করার আগে একটি সমিতি হিসাবে নিবন্ধন করতে বাধ্য করে। সংখ্যালঘু আহমেদিয়া সম্প্রদায়ের নিবন্ধন মঞ্জুর করা হয়নি। ২০২০ সালের শেষের দিকে, এই সমাজের সদস্যদের বিরুদ্ধে ২২০টি আইনি মামলা হয়েছে যেখানে তারা অননুমোদিত স্থানে প্রার্থনা করার মতো অপরাধের জন্য অভিযুক্ত হয়েছে।<sup>4</sup>



কিছু সরকার সংখ্যাগরিষ্ঠ সম্প্রদায়ের ধর্মীয় চর্চাকেও সীমাবদ্ধ করে। ২০২০ সালে, তুর্কমেনিস্তানের লেবাপ প্রদেশের কর্মকর্তারা সরকারি কর্মচারীদের, যেমন শিক্ষক ও নার্সদের জুম্মার নামাজ পড়তে না যাওয়ার নির্দেশ দিয়েছিলেন এবং ছুঁকি দিয়েছিলেন যে তাদেরকে মসজিদে দেখা গেলে চাকরি থেকে বরখাস্ত করা হবে।<sup>5</sup>

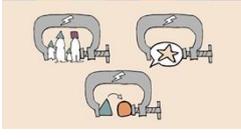
<sup>1</sup> স্থানীয় সূত্র

<sup>2</sup> The Guardian, <https://www.theguardian.com/world/2013/feb/27/bahai-student-expelled-iranian-university>

<sup>3</sup> Forum 18, [https://www.forum18.org/archive.php?article\\_id=2508](https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2508)

<sup>4</sup> US State Dept., <https://www.state.gov/reports/2020-report-on-international-religious-freedom/algeria/>

<sup>5</sup> Forum 18, [https://www.forum18.org/archive.php?article\\_id=2555](https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2555)



আসুন আরও কয়েক ধরনের আইন সম্পর্কে চিন্তা করি যেগুলো সীমাবদ্ধতা তৈরি করতে পারে: পারিবারিক আইন এবং ধর্মদ্রোহিতা বা ধর্মত্যাগের আইন।

#### পারিবারিক আইন

বিবাহ, বিবাহবিচ্ছেদ, উত্তরাধিকার এবং সন্তানদের হেফাজতকে নিয়ন্ত্রণ করে এরকম ধর্মনিরপেক্ষ এবং ধর্মীয় আইনগুলোর দ্বারাও অধিকার খর্ব হতে পারে এবং বৈষম্যের সূচনা করতে পারে।



ভারতে, ধর্মনিরপেক্ষ বিশেষ বিবাহ আইনে (সেক্যুলার স্পেশাল ম্যারেজ একট) আন্তঃধর্মীয় নারী ও পুরুষের বিয়ের ৩০ দিন আগে ম্যাজিস্ট্রেটকে অবহিত করতে হয়। ম্যাজিস্ট্রেট আবেদনটি তদন্ত করেন এবং আবেদনকারীদের বাড়িতে নোটিশ পাঠান। অনেক আন্তঃধর্মীয় জুটি এর ফলে মর্জাদাভিত্তিক সহিংসতার (অনার-বেসড ভায়োলেন্স) ঝুঁকির সম্মুখীন হয়।<sup>6</sup>



রেবতী মাসুসাই একজন মালয়েশিয়ান। তার বাবা-মা মুসলিম হলেও, তাকে লালন পালন করেন তার হিন্দু দাদি/নানী। পরবর্তীতে রেবতী একজন হিন্দু ব্যক্তিকে বিয়ে করায় এবং ইসলামে ফিরে যেতে অস্বীকার করায় একটি ধর্মীয় আদালত তাকে ৬ মাসের জন্য ইসলামিক পুনঃশিক্ষা (ইসলামিক রে-এডুকেশন) কেন্দ্রে পাঠায়।<sup>7</sup>



কখনও কখনও ধর্মীয় পারিবারিক আইন এবং ধর্মত্যাগের আইনগুলো সংখ্যালঘুদের বেআইনী আক্রমণের শিকারে পরিনত করে।

প্রতি বছর, পাকিস্তানে শত শত হিন্দু এবং খ্রিস্টান মেয়ে অপহরণ, জোরপূর্বক বিয়ে ও ধর্মান্তরকরণের শিকার হয়। মাইরা শাহবাজের সাথে ঠিক এমনটিই ঘটেছিল যখন তার বয়স ১৪ বছর। তার বাবা-মা তাকে ফিরিয়ে আনার জন্য আদালতে গিয়েছিলেন, কিন্তু পাকিস্তানে ইসলাম ত্যাগ করা নিষিদ্ধ, উপরন্তু খ্রিস্টান পিতামাতারা মুসলিম শিশুদের হেফাজত পায় না, তাই হাইকোর্ট তাকে তার অপহরণকারীর কাছে ফিরিয়ে দেওয়ার রায় দেয়। দুই সপ্তাহ পর মাইরা পালিয়ে যায়। তিনি গা ঢাকা দিয়ে আছেন এবং তার বিয়ে বাতিল করার জন্য ও আইনগতভাবে আবার খ্রিস্টান হতে লড়াই করে চলেছেন।<sup>8</sup>



#### ধর্মদ্রোহিতা এবং ধর্মত্যাগের আইন

ধর্মদ্রোহিতা এবং ধর্মত্যাগ (নিজ ধর্ম ত্যাগ করা) সংশ্লিষ্ট আইনগুলিকে প্রায়ই সম্প্রীতি বজায় রাখার জন্য ন্যায়সঙ্গত বলে বিবেচনা করা হয়। কিন্তু, এই আইনের বিপরীত প্রভাবও রয়েছে। কিছু দেশে এই আইনের অপব্যবহার করা হয়। ব্যক্তিগত প্রতিহিংসা চরিতার্থ করার জন্য মিথ্যা অভিযোগের আশ্রয় নেয়া হয়। কিন্তু আইনগুলি প্রায়ই বাক স্বাধীনতা ও চালচলনকে এমনভাবে বাধাগ্রস্ত করে যার ফলে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংকটাপন্ন হয়ে পড়ে - বিশেষ করে তাদের ক্ষেত্রে যাদের (ধর্মীয় বা অন্যান্য) বিশ্বাসের প্রতি রাষ্ট্র বা সংখ্যাগরিষ্ঠ সমাজ শ্রদ্ধাশীল নয়।

আহমদী (যারা মোহাম্মদের পরেও একজন নবী আছে বলে বিশ্বাস করেন), নাস্তিক এবং রাষ্ট্র বা ধর্মীয় ক্ষমতাস্বত্বের সমালোচক যারা - অধিকাংশ ক্ষেত্রেই তারা ঝুঁকিতে থাকেন; তবে যে কেউই এই ধরনের আইনের নেতিবাচক প্রভাবের শিকার হতে পারেন।

<sup>6</sup> The Leaflet, <https://www.theleaflet.in/india-needs-to-overhaul-laws-on-interfaith-marriage-and-religious-conversion/>

<sup>7</sup> Forum Asia, <https://www.forum-asia.org/?p=7086>

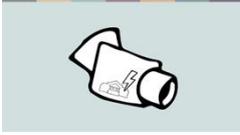
<sup>8</sup> UK Parliament, <https://edm.parliament.uk/early-day-motion/57474/maira-shahbaz-and-child-abduction-forced-conversion-and-marriage-in-pakistan>



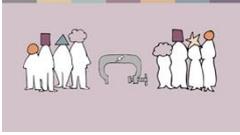
২০২০ সালে, উত্তর নাইজেরিয়ার একটি ধর্মীয় আদালত ১২-বছর-বয়সী একটি মুসলিম ছেলেকে নবী অবমাননার অভিযোগে ১০ বছরের কারাদণ্ডে দণ্ডিত করে। ২০২১ সালে একটি ধর্মনিরপেক্ষ আপিল আদালত দ্বারা তার উপর আরোপিত দন্ডদেশ বাতিল করা হলেও প্রতিহিংসামূলক আক্রমণের ঝুঁকির কারণে এই এলাকায় তার পরিবারের বসবাস করাটা অনিরাপদ হয়ে ওঠে।<sup>9</sup>



সাম্প্রদায়িক আইন অনুসারে সহিংসতার উসকানিমূলক বক্তব্য নিষিদ্ধ হওয়া উচিত। যেসব বিশ্বাস সংখ্যাগরিষ্ঠদের অপছন্দ সেগুলো কেউ চর্চা বা ব্যক্ত করলে তার শাস্তি হওয়া উচিত এই ধারণা সমর্থনের মধ্যে দিয়ে ধর্মদ্রোহিতা এবং ধর্মত্যাগের আইনগুলি সহিংসতা দমন করার পরিবর্তে বরং উসকে দেয়।



**রাষ্ট্রীয় পর্যবেক্ষণ ও নিয়ন্ত্রণ**  
রাষ্ট্রীয় কার্যকলাপের আরেকটি দিক যা সীমাবদ্ধতা তৈরি করে তা হল সরকারী নজরদারি, পর্যবেক্ষণ এবং বিশ্বাসকেন্দ্রিক বা ধর্মীয় সম্প্রদায়ের আর্থিক বিষয় ও কার্যকলাপে নিয়ন্ত্রণ। যেমন, শ্রীলঙ্কার কিছু গীর্জা রাষ্ট্রীয় কর্তৃপক্ষের দ্বারা নিরীক্ষিত হয়েছে বলে দাবী করা হয়েছে<sup>10</sup> - যা সুশীল সমাজের ক্রমশ বিলুপ্তির একটি বিস্তৃত প্রবণতার চিত্র তুলে ধরে।  
পশ্চিম চীনের চেয়ে বেশি নজরদারি আর কোথাও দেখা যায় না। সেখানে উইঘুর সংখ্যালঘু সদস্য(যাদের অধিকাংশই মুসলিম)-দের সনাক্ত করতে এবং তাদের অবস্থান সম্পর্কে পুলিশকে অবহিত করতে নিরাপত্তা ক্যামেরা ব্যবহার করা হয়েছে।<sup>11</sup>



**সামাজিক সীমাবদ্ধতা**  
পরিবার, ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায় এমনকি বৃহত্তর সমাজের মধ্যেও অধিকার সীমাবদ্ধ হতে পারে। পুরুষ এবং নারীদের উপর এর প্রভাব অধিকাংশ ক্ষেত্রেই ভিন্ন হয়। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই নারীদেরকে সুযোগ থেকে বঞ্চিত করা হয় - যেমন ধর্মতত্ত্ব (থিওলোজি) অধ্যয়ন করতে না দেয়া, এবং নারীদের আচরণ ও ধর্মীয় চর্চায় পারিবারিক বা সামাজিক নিয়ন্ত্রণ থাকা ইত্যাদি।  
সংখ্যাগরিষ্ঠ সমাজ প্রায়ই সংখ্যালঘু নারীদের ধর্মীয় অভিব্যক্তি বা প্রকাশকে সীমাবদ্ধ করে, যেমন, চাকরি পাওয়ার ক্ষেত্রে নারীদেরকে তাদের ধর্মীয় পরিচয় লুকানোর জন্য চাপ প্রয়োগ করে।



মারিয়া মিশরে বসবাসকারী একজন খ্রিস্টান তরুণী। বিশ্ববিদ্যালয় থেকে স্নাতক ডিগ্রী পাওয়ার পর, মারিয়াকে একটি ব্যাঙ্কে চাকরির প্রস্তাব দেওয়া হয়েছিল কিন্তু বলা হয়েছিল যে চাকরিটা করতে হলে তাকে হিজাব পরতে হবে। ভিন্ন একটি ধর্মীয় পরিচয় নিয়ে নিজেকে জাহির করা বা এই ভান-ভনিতার বিষয়টি মারিয়ার কাছে ঠিক মনে হয়নি, তাই চাকরির প্রস্তাবটি তিনি প্রত্যাখ্যান করে দেন।<sup>12</sup>

<sup>9</sup> BBC news, <https://www.bbc.com/news/world-africa-55756834>

<sup>10</sup> স্থানীয় সূত্র

<sup>11</sup> New York Times, <https://www.nytimes.com/2019/04/14/technology/china-surveillance-artificial-intelligence-racial-profiling.html>

<sup>12</sup> সূত্র: নিরাপত্তার কারণে প্রকৃত নামের পরিবর্তে ছদ্মনাম মারিয়া ব্যবহার করা হয়েছে।

## সহিংসতার গল্প



আসুন এবার সহিংসতা নিয়ে চিন্তা করি। ঘৃণাত্মক বক্তৃতা এবং ঘৃণামূলক অপরাধগুলি সবচেয়ে হরহামেশা ঘটা সহিংসতাগুলির মধ্যে অন্যতম। উপাসনালয় এবং সেখানে যারা যান তারা ঘৃণামূলক অপরাধের বিশেষ ঝুঁকিতে থাকেন।

ব্রাজিলে, ঐতিহ্যবাহী আফ্রো-ব্রাজিলীয় ধর্মের অনুসারীরা নব্য-পেন্টেকোস্টাল খ্রিস্টান প্রতিবেশীদের দ্বারা সহিংস আক্রমণের সম্মুখীন হচ্ছে কেননা নব্য-পেন্টেকোস্টাল খ্রিস্টানরা তাদের ধর্মকে পৈশাচিক বলে গণ্য করে। ফাদার মার্সিও, যিনি ক্যাডম্বলে ধর্মের একজন পুরোহিত, তার মন্দিরে ২০টিরও বেশি হামলার কথা জানিয়েছেন। পুলিশ কোনো ব্যবস্থা নেয়নি।<sup>13</sup>



নারী এবং পুরুষরা ভিন্নভাবে প্রভাবিত হয়ে থাকে।

সুইডেনের মুসলিম নারীরা, বিশেষত যারা হিজাবের মতো ধর্মীয় পোশাক পরেন, জন-সমাগমের স্থানগুলিতে অপরিচিতদের দ্বারা ঘৃণামূলক অপরাধের শিকার হওয়ার বেশি ঝুঁকিতে থাকেন। অন্যদিকে, মুসলিম পুরুষরা প্রতিবেশী বা সহকর্মীদের কাছ থেকে ঘৃণামূলক অপরাধের শিকার হওয়ার বেশি ঝুঁকিতে থাকেন।<sup>14</sup>



অনেক এলাকায়, করোনা ভাইরাস মহামারী বৈষম্য এবং ঘৃণার বিদ্যমান অবস্থাকে আরও শক্তপোক্ত করেছে।

ভারতে মুসলমানদের একটি ধর্মীয় উৎসবের পর ভাইরাস প্রাদুর্ভাবের সূচনা হলে তাদের বিরুদ্ধে ‘করোনা জিহাদ’ পরিচালনার অভিযোগ করা হয়েছিল। আহমেদ শেখ একজন মুসলমান, তিনি ফুটপাথের বিক্রেতা। জীবিকা নির্বাহের জন্য তাকে অনেক কষ্ট করতে হয়। ২০২০ সালের এপ্রিলে, হিন্দু জাতীয়তাবাদীদের একটি দল তাকে তার দোকান গুটিয়ে নিয়ে চলে যেতে বলে এই অজুহাতে যে, মুসলমানরা নাকি করোনা ছড়িয়ে দেওয়ার ষড়যন্ত্র করছিল। আহমেদ অনুন্নয় বিনয় করলে তাকে লাঠি দিয়ে বেধড়ক মারধর করা হয়। তিনি পুলিশের কাছে অভিযোগ করতে গেলে, রাস্তায় বিক্রি বেআইনি বলে মামলাটি নথিভুক্ত করতে অস্বীকার করে পুলিশ।<sup>15</sup>



সমাজে অধিকার লঙ্ঘনের সবচেয়ে চরম রূপ হলো সাম্প্রদায়িক সহিংসতা এবং জঙ্গী হামলা।

যাজক স্যামুয়েল উত্তর বুরকিনা ফাসোতে থাকেন। দেশটির ধর্মীয় সহনশীলতার ঐতিহ্য জঙ্গী গোষ্ঠীগুলি ক্রমাগত ক্ষুণ্ণ করেই চলেছে। ২০১৯ সালে, গির্জাগুলিতে আক্রমণ তাদের কৌশলের অংশ হয়ে ওঠে। যাজক স্যামুয়েল এখন নিজ দেশে বাস্তুচ্যুত মানুষদের একটি শিবিরে বসবাস। তিনি বলেন,

“এই হামলাগুলো আমাদের এখানকার মানুষদের জীবন ছিন্নভিন্ন করে দিয়েছে। আমরা দুঃখ-কষ্টে জর্জরিত।”

২০১৯ সাল থেকে সন্ত্রাসী হামলা বেড়েছে, সবাইকেই প্রভাবিত করেছে এবং ১০ লক্ষেরও বেশি মানুষ বাস্তুচ্যুত হয়েছে।<sup>16</sup>

<sup>13</sup> RioOnWatch, <https://riononwatch.org/?p=40117>

<sup>14</sup> The Swedish National Council for Crime Prevention, <https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2021-03-31-islamofobiska-hatbrott-ytrar-sig-i-manga-olika-former.html>

<sup>15</sup> Sabrang India, <https://sabrangindia.in/article/stop-targeting-discriminating-against-and-attacking-vendors-and-hawkers-national-hawker>

<sup>16</sup> Open Doors UK, <https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/burkina-faso>



যদিও আন্তর্জাতিক পরিসংখ্যানে ইসলামের সাথে সম্পর্কযুক্ত জঙ্গী গোষ্ঠীগুলিরই প্রাধান্য দেখা যায়, কিন্তু ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় প্রেক্ষাপটে অন্যান্য গোষ্ঠীগুলি আরও ভয়াবহ হুমকির জন্য দায়ী।

কিছু পশ্চিমা দেশে সুরক্ষায় নিয়োজিত প্রতিষ্ঠানগুলি অতি-ডানপন্থী উগ্রপন্থীদেরকেই সবচেয়ে বড় অভ্যন্তরীণ জঙ্গীবাদী হুমকি বলে গণ্য করে।<sup>17</sup> এই দলগুলো ধর্মীয় সংখ্যালঘুদের উপর আক্রমণ করে। ২০১৮ সালে, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের পিটসবার্গের একটি উপাসনালয়ে এগারো জন ইহুদিকে হত্যা করা হয়েছিল। এবং ২০১৯ সালে নিউজিল্যান্ডের খাইস্টচার্চ এলাকার একটি মসজিদে ৫১ জন মুসলমানকে হত্যা করা হয়েছিল।



পুলিশ, সুরক্ষা সেবা বিভাগ এবং সামরিক বাহিনীর সহিংসতা, অথবা রাষ্ট্র কর্তৃক নিয়োগকৃত হাঙ্গামাকারী জনতা যেকোন ব্যক্তি বা সমগ্র সমাজকে আক্রমণ করতে পারে। পশ্চিম চীনে উইঘুরদের পরিস্থিতি চরম সরকারী সহিংসতার একটি পরিষ্কার চিত্র তুলে ধরে। উইঘুর নারীরা জোরপূর্বক বন্ধ্যাকরণ এবং গর্ভনিরোধের শিকার হয়েছে, যার ফলে জন্মহার ব্যাপক হারে হ্রাস পেয়েছে। এবং হিজাব পড়া বা দাড়ি রাখার কারণে প্রায় ১৮ লক্ষ উইঘুরদের পূর্ণপ্রশিক্ষা শিবিরে পাঠানো হয়েছে। শিবিরে নির্যাতন ও ধর্ষণ সহ বন্দীদের ভাষা ও ধর্মকে অস্বীকার করা এবং রাষ্ট্রীয় আদর্শের শিক্ষা দেয়ার খবর পাওয়া গেছে। চীন সরকার এই শিবিরগুলোকে স্বৈচ্ছাসেবা শিক্ষা কেন্দ্র বলে দাবি করে।<sup>18</sup>

### সরকারী দায়িত্ব এবং ব্যর্থতা



জনগণকে রক্ষা করতে সরকারের ব্যর্থতার উপর শেষবারের মতো আলোকপাত করা যাক। মানবাধিকার রক্ষার দায়িত্ব সরকারের। যখন তারা তা করতে ব্যর্থ হয়, তখন বৈষম্য এবং সহিংসতা বাড়তে থাকে, কিন্তু স্বতন্ত্র ক্ষেত্রে কার্যকর পুলিশি পদক্ষেপ লঙ্ঘন বন্ধ করতে সহায়ক হতে পারে।



২০১৭ সালে, একজন বৃদ্ধ মহিলা ইসলাম থেকে খ্রিস্টান ধর্মে ধর্মান্তরিত হয়েছিলেন। তিনি দক্ষিণ কিরগিজস্তানে মৃত্যুবরণ করেন। তার মেয়ে তাকে পৌরসভার কবরস্থানে দাফন করার চেষ্টা করলে, স্থানীয় ইমামের নেতৃত্বে একটি দল সহিংসভাবে প্রতিবাদ করে। বিঘটির প্রতি জনসাধারণের নজর বাড়তে থাকলে কর্তৃপক্ষের টনক নড়ে কিন্তু ইতোমধ্যে বারংবার কবরটি খনন করা হয়। অপরাধীদের অভিযুক্ত করা হলে ধর্মান্তরিতদের বিরুদ্ধে উগ্র কণ্ঠস্বরগুলো ধীরে ধীরে নেমে আসে।<sup>19</sup>



কর্তৃপক্ষ প্রায়ই পরিবার, ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজে সংঘটিত লঙ্ঘনগুলোর ক্ষেত্রে হস্তক্ষেপ করতে ব্যর্থ হয়। নাদিয়া, জর্ডান দেশের ২২ বছর বয়সী একটি খ্রিস্টান মেয়ে এবং বিশ্ববিদ্যালয়ের ছাত্রী। সে তার সহপাঠী মুসলমান একটি ছেলের প্রেমে পড়েছিল। তার পরিবার জানতে পেরে তাকে বাড়ি থেকে বের হতে দিতে অস্বীকার করে এবং তার উপর নির্যাতন চালায়। নাদিয়া পালিয়ে যেতে সক্ষম হয় কিন্তু দুই মাস পর তার বাবা তাকে খুঁজে বের করে হত্যা করে। আদালত তার 'সম্মান' বা মর্যাদা দ্বারা প্ররোচিত হত্যার অভিসন্ধিকে একটি সহনীয় ঘটনা বলে বিবেচনা করে কারাগারে না পাঠানোর সিদ্ধান্ত নেয়।<sup>20</sup>

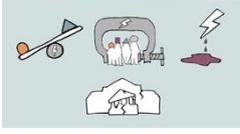
<sup>17</sup> United States Congress, <https://www.congress.gov/116/bills/s894/BILLS-116s894is.xml>

<sup>18</sup> The Guardian, <https://www.theguardian.com/world/2020/sep/04/muslim-minority-teacher-50-tells-of-forced-sterilisation-in-xinjiang-china>

<sup>19</sup> Forum 18, [https://www.forum18.org/archive.php?article\\_id=2248](https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2248)

<sup>20</sup> স্থানীয় সূত্র

## উপসংহার



এই উপস্থাপনায় আমরা সরকার এবং সমাজের মানুষদের দ্বারা সংঘটিত বৈষম্য, সীমাবদ্ধতা এবং সহিংসতার দিকে দৃষ্টি দিয়েছি। জনগণকে রক্ষা করতে রাষ্ট্রীয় ব্যর্থতার উপরও আলোকপাত করেছি। আমরা যে গল্পগুলি শুনেছি তা থেকে আমরা কয়েকটি সিদ্ধান্তে উপনীত হতে পারি:



- লঙ্ঘন সব ধরনের দেশেই ঘটে এবং সব ধর্ম ও বিশ্বাসের মানুষকে প্রভাবিত করে। বিভিন্ন প্রেক্ষাপটে পার্থক্য কেবল কে প্রভাবিত হচ্ছে, লঙ্ঘনের ব্যাপকতা কেমন, কতোটা ঘন ঘন ঘটছে, কতোটা গুরুতর, এবং সরকার এই ধরনের লঙ্ঘনের সাথে কতোটা জড়িত।



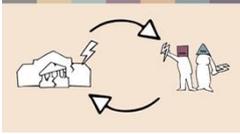
- বিভিন্ন ধরনের আইন এবং সরকারী নীতি অধিকার লঙ্ঘনের জন্য দায়ী হতে পারে।



- সাধারণত, সংখ্যালঘুরা সবচেয়ে বেশি ক্ষতিগ্রস্ত হয়, সেইসঙ্গে সংখ্যাগরিষ্ঠদের মধ্যে যারা ভিন্নধারার চিন্তা করে তারাও। তবে সংখ্যাগরিষ্ঠ সমাজগুলোও লঙ্ঘনের দ্বারা ক্ষতিগ্রস্ত হতে পারে - বিশেষ করে জঙ্গী সহিংসতার দ্বারা।



- আমরা যে গল্পগুলি শুনেছি সেগুলি থেকে দেখা যায় যে, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার লঙ্ঘনগুলি কীভাবে অন্যান্য অধিকারের লঙ্ঘনকেও জড়িত করে - যেমন, শিক্ষার অধিকার বা বিবাহের অধিকার বা জীবন যাপনের অধিকার। ঘৃণাত্মক অপরাধ, জোরপূর্বক বিবাহ, সম্মান বা মর্যাদা দ্বারা প্ররোচিত হত্যা, জোরপূর্বক বন্ধ্যাকরণ থেকে শুরু করে পুরুষ এবং নারীদের উপর কীভাবে পৃথক ধরনের প্রভাব পরে তা অনেক গল্পতেই আমরা দেখতে পেয়েছি।



- কয়েকটি গল্প থেকে জেনেছি যে, অধিকার লঙ্ঘন, লঙ্ঘন ঠেকাতে সরকারের ব্যর্থতা এবং সরকার দ্বারা সংঘটিত লঙ্ঘন কীভাবে একটি অন্যটিকে আরও জোড়ালো করে তুলে এবং একটি দুষ্টিচক্রের সূচনা করে।



ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘন সাধারণ মানুষের জন্য ব্যাপক দুর্ভোগ ও কষ্ট বয়ে আনে। এর ফলে সমাজও অস্থিতিশীল হয়ে ওঠে। পরিণতিতে, সবাই অর্থনৈতিক ও সামাজিক অনিশ্চয়তার শিকার হয়।

আমরা যেই হই না কেন, যে ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজের অংশভূতই হই না কেন, নিজেদের দেশে সকল মানুষের জন্য ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতাকে সম্মান করার মাধ্যমে আমরা অনেক কিছু অর্জন করতে পারি। সব ক্ষেত্রেই দেখা যায় যে, একই বিশ্বাসে বিশ্বাসী মানুষ যারা অন্যান্য দেশে সংখ্যালঘু হিসেবে বাস করে, তাদের জন্য সম-অধিকারের প্রতিষ্ঠা দেখতে আমরা অধীর অপেক্ষায় থাকি। প্রত্যেকের জন্য সমান অধিকার, সবার জন্য একটি সুখী, নিরাপদ পৃথিবী তৈরি করবে।

# দুই মিনিটের ক্ষুদ্র নাট্যদৃশ্য

## সহায়কদের জন্য টিকায়ুক্ত সংস্করণ

এই পৃষ্ঠাগুলিতে আপনি অধিবেশন ৪-এর 'দুই-মিনিটের ফরব ক্ষুদ্র-নাটক' অনুশীলনের জন্য প্রস্তাবিত নাট্যদৃশ্যগুলি পাবেন। প্রতিটি দৃশ্যে তিনটি ফরব লঙ্ঘন রয়েছে। পাঁচটি নাট্যদৃশ্য প্রদান করা হয়েছে যেখান থেকে আপনার দলগুলির জন্য নাট্যদৃশ্য বেছে নিতে পারবেন।

## নাট্যদৃশ্য: পথে এবং কর্মস্থলে

একজন নারী কাজে যাচ্ছেন। তিনি এমন পোশাক পরেছেন যার ফলে বোঝা যাচ্ছে যে তিনি এলাকার ধর্মীয় সংখ্যালঘুদের একজন। তার পোশাকের কারণে একজন পথচারী তাকে উতাজিত করতে শুরু করে। কেউ তাকে সাহায্য করে না। তিনি একজন পুলিশ কর্মকর্তাকে দেখে তাকে সাহায্যের আবেদন জানান। উতাজকারী পালিয়ে যায় কিন্তু পুলিশ কর্মকর্তা কোনভাবেই সাহায্য করে না। তিনি তার অফিসে যেয়ে দেখেন তার একজন অধস্তন সহকর্মী পদোন্নতি উদযাপন করছেন। অর্থাৎ, আবারও তাকে পদোন্নতির জন্য বিবেচনা করা হয়নি।

### চরিত্রসমূহ

যে চরিত্রগুলি অপরিহার্য: নারী, উতাজকারী, পুলিশ অফিসার, পথচারী।

অতিরিক্ত চরিত্র: আরও একজন সহকর্মী এবং পথচারী

### এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

একজন ব্যক্তিকে ধর্মীয় পরিচয়ের কারণে কীভাবে হয়রানি, বৈষম্য এবং কর্তৃপক্ষের নির্লিপ্ততার শিকার হতে হয় সেই বিষয়টি এই নাট্যদৃশ্যটিতে উঠে এসেছে।

- সামাজিক বৈরিতা: হয়রানি/ঘণামূলক অপরাধ।
- সুরক্ষা দিতে সরকারের ব্যর্থতা: পুলিশ কর্মকর্তা সাহায্য করতে আগ্রহী নন।
- সামাজিক বৈরিতা: বৈষম্য - কর্মক্ষেত্রে সংখ্যালঘুদের বাধার এমন এক দেয়াল যে দেয়াল কেউ দেখেও দেখে না।

## নাট্যদৃশ্য: উপাসনার স্থান

একটি ধর্মীয় সংখ্যালঘু সম্প্রদায় এক টুকরো জমি কিনেছে এবং কর্তৃপক্ষের কাছ থেকে একটি উপাসনালয় নির্মাণের অনুমতি পেয়েছে। তারা নির্মাণ শুরু করলেও ভবনটি নিয়মিত ভাঙচুর করা হয়। তারা পুলিশ এবং স্থানীয় কর্তৃপক্ষের সাথে যোগাযোগ করার পরে তাদেরকে জানানো হয় এ বিষয়ে কর্তৃপক্ষ বা পুলিশের কিছু করার নেই। অবশেষে উপাসনালয়টি তৈরি করলেও, সেখানে উপাসনা করতে যেয়ে তাদেরকে সংখ্যাগরিষ্ঠ সম্প্রদায়ের সদস্যদের দ্বারা হয়রানি এবং কূটন্ত্রির সম্মুখীন হতে হয়।

### চরিত্রসমূহ

যে চরিত্রগুলি অপরিহার্য: সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের দুইজন সদস্য, পুলিশ কর্মকর্তা, স্থানীয় কর্তৃপক্ষের প্রতিনিধি, সংখ্যাগরিষ্ঠ সম্প্রদায়ের দুইজন সদস্য

অতিরিক্ত চরিত্র: সংখ্যালঘু এবং সংখ্যাগরিষ্ঠ সম্প্রদায়ের আরও সদস্য

### এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই নাট্যদৃশ্যটি ধর্মকে কেন্দ্র করে সামাজিক বৈরিতা এবং এক্ষেত্রে পদক্ষেপ নেয়ার ব্যাপারে কর্তৃপক্ষের ব্যর্থতার উপর আলোকপাত করে।

- সামাজিক বৈরিতা: স্থাপনার স্থানে ভাঙচুর করা।
- সুরক্ষা দিতে সরকারের ব্যর্থতা: কর্তৃপক্ষের ব্যবস্থা গ্রহণে অনীহা।
- সামাজিক বৈরিতা: উপাসনালয়ের বাইরে হয়রানি করা।

## নাট্যদৃশ্য: বিদ্যালয়ে ফরব

অন্য দিনগুলোর মতোই একটি সাধারণ দিনে, সংখ্যালঘু সম্প্রদায়ের একটি ১২ বছর বয়সী ছেলে সরকারি প্রাথমিক বিদ্যালয়ে যায়। সংখ্যাগরিষ্ঠ ধর্মীয় রীতি অনুযায়ী প্রার্থনার মাধ্যমে দিনটি শুরু করতে হয় এবং তাকেও এ প্রার্থনায় অংশ নিতে হয়। প্রার্থনার পরে, ইতিহাস শিক্ষার ক্লাস শুরু হলে, শিক্ষক পাঠ্যপুস্তক থেকে যা পড়েন সেখানে উক্ত সংখ্যালঘু ধর্মীয় সম্প্রদায় সম্পর্কে অবমাননাকর উক্তি থাকে। শিক্ষার পর বিরতিতে, সহপাঠীরা ছেলেটির ধর্মীয় পরিচয়ের কারণে তাকে উত্যক্ত করে এবং তাকে খেলায় নিতে অস্বীকার করে।

### চরিত্রসমূহ

যে চরিত্রগুলি অপরিহার্য: ছাত্র, একজন ধর্ম/ইতিহাস শিক্ষক, দুইজন সহপাঠী  
অতিরিক্ত চরিত্র: আরও কয়েকজন শিক্ষক এবং সহপাঠী

#### এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

রাষ্ট্রের সাথে সম্পর্কিত ব্যক্তি এবং কর্তৃপক্ষের দ্বারা ফরব-এর প্রাতিষ্ঠানিক লঙ্ঘন (পাঠ্যপুস্তক অনুমোদনকারী শিক্ষা প্রতিষ্ঠান, স্কুল, শিক্ষক) এবং এই লঙ্ঘনের দ্বারা কীভাবে সামাজিক বৈরিতার সূচনা হয় তার উপর আলোকপাত করে এই দৃশ্যটি।

- সরকারী লঙ্ঘন: সংখ্যাগরিষ্ঠ ধর্মের প্রার্থনায় বাধ্যতামূলকভাবে সংখ্যালঘুদের অংশগ্রহণ।
- সরকারী লঙ্ঘন: পাঠ্যপুস্তকে বৈষম্যমূলক শিক্ষা উপকরণ।
- সামাজিক শত্রুতা: সহপাঠীদের দ্বারা উত্যক্ত হওয়া।

## দৃশ্য: পরিবারে ফরব

একজন ১৭ বছর বয়সী কিশোরী শিক্ষক হওয়ার প্রশিক্ষণ নিতে বিশ্ববিদ্যালয়ে যেতে চায়। তার বাবা-মা এই অনুমতি দিতে অস্বীকার করছেন। তারা চায় পরিবারের সম্মান রক্ষার জন্য সে বরং বিয়ে করুক। তারা যুক্তি দেখায় যে, তাদের ধর্মে মেয়েদের শিক্ষার প্রতি কোন গুরুত্ব আরোপ করে না কেননা নারীদের ভূমিকা বাড়িতে থাকা। কিশোরীটি এই বিশ্বাসের সাথে একমত নয় এবং নিজের সিদ্ধান্ত নিজে নিতে চায়। জোর করে তাকে বিয়ে দেয়া হতে পারে এই আশঙ্কায় সে অন্য শহরে একজন পরিচিত বয়স্ক নারীর সাথে থাকতে পালিয়ে যায়। তার পরিবার তাকে নিখোঁজ হিসেবে পুলিশে অভিযোগ জানায়। খুঁজে পাবার পর, পুলিশ তাকে তার ইচ্ছার বিরুদ্ধে তার বাবা-মার কাছে ফিরিয়ে দেয়। পরের দিন কিশোরীটিকে এমন একজনের সাথে বিয়ে দেয়া হয় যাকে সে আগে কখনো দেখেনি এবং তাকে বাড়ি থেকে বের হতে দেওয়া হয় না।

### চরিত্রসমূহ

যে চরিত্রগুলি অপরিহার্য: মেয়ে, তার মা এবং বাবা, বন্ধু, পুলিশ অফিসার, মেয়েটির স্বামী  
অতিরিক্ত চরিত্র: পরিবারের আরও সদস্য, বিয়েতে উপস্থিত লোকজন, আরও পুলিশ অফিসার

#### এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই দৃশ্যে নারীর অধিকার এবং একইসাথে ফরবও কীভাবে লঙ্ঘিত হয়েছে সে বিষয়টি তুলে ধরা হয়েছে।

- সামাজিক বৈরিতা (পরিবারে লঙ্ঘন): কিশোরীকে শিক্ষার অনুমতি দিতে অস্বীকার করা। এখানে কিশোরীর শিক্ষার অধিকার লঙ্ঘিত হয়েছে। কী বিশ্বাস করতে হবে বা বর্জন করতে হবে (যেমন, নারীদের শিক্ষার প্রতি সৃষ্টিকর্তার দৃষ্টিভঙ্গি সম্পর্কে) সে ব্যাপারে নিজে সিদ্ধান্ত নেওয়া এবং সেই অনুযায়ী কাজ করতে পারার অধিকার লঙ্ঘিত হয়েছে। অতএব, উক্ত কিশোরীর ক্ষেত্রে এই লঙ্ঘন একই সাথে তার শিক্ষা এবং ফরব অধিকারের লঙ্ঘন।

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

- সুরক্ষা দিতে সরকারের ব্যর্থতা: পুলিশ কিশোরীটিকে তার ইচ্ছার বিরুদ্ধে, জোরপূর্বক বিয়ে দিয়ে দেয়ার আশঙ্কা থাকা সত্ত্বেও তার বাবা-মার কাছে ফিরিয়ে দেয়।
- সামাজিক বৈরিতা (পরিবারে লঙ্ঘন): জোরপূর্বক বিয়ে দেয়া এবং চলাফেরার স্বাধীনতা সীমিত করা।

দ্রষ্টব্য

আন্তর্জাতিক আইন অনুসারে, বাবা-মার অধিকার আছে সন্তানদেরকে নিজেদের বিশ্বাস অনুযায়ী লালন-পালন করার। তবে বাবা-মায়েরও উচিত সন্তানদের ধর্ম বা বিশ্বাস (এবং জীবনের অন্যান্য দিক) সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমবর্ধমান ক্ষমতাকে শ্রদ্ধা করা।

## দৃশ্যকল্প: প্রতিবাদ - দুর্নীতি এবং সহিংসতা

একটি সরকারি বিশ্ববিদ্যালয়ের একজন ছাত্রী দৈনিক শিক্ষার্থী-পত্রিকায় তার অধ্যাপকের বিরুদ্ধে যৌন হয়রানির প্রতিবেদন পেশ করেন। বিশ্ববিদ্যালয়টির একজন ছাত্র-সাংবাদিক উক্ত বিষয়ে অধ্যক্ষের সাক্ষাৎকার গ্রহণ করেন। বিশ্ববিদ্যালয় ঘটনাটি ধামাচাপা দিতে চায়, তাই সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে গুজব রটায় যে, উক্ত ছাত্র-সাংবাদিক ধর্মীয় বিশ্বাস ও ধর্মীয় নেতাদের সমালোচনা করেছেন। ফলশ্রুতিতে, উক্ত ছাত্র-সাংবাদিক এবং সংবাদপত্রটির বিরুদ্ধে ধর্মদ্রোহিতার অভিযোগ তুলে একদল সহিংস জনতা বিশ্ববিদ্যালয় চত্বরে বিক্ষোভ করতে জড়ো হয়। বিশ্ববিদ্যালয় কর্তৃপক্ষ এই বিক্ষোভকে অজুহাত হিসাবে ব্যবহার করে দৈনিক শিক্ষার্থী-পত্রিকাটি বন্ধ করতে সচেষ্ট হয়। ধর্মীয় অবমাননার অভিযোগে পুলিশ ওই ছাত্র-সাংবাদিককে আটক করেছে।

চরিত্রসমূহ

যে চরিত্রগুলি অপরিহার্য: ছাত্র, সাংবাদিক, বিশ্ববিদ্যালয়ের অধ্যক্ষ, বিক্ষুব্ধ জনতা (দুইজন), পুলিশ কর্মকর্তা  
অতিরিক্ত চরিত্র: আরও জনতা

এই দৃশ্যে যে লঙ্ঘনগুলি রয়েছে

এই দৃশ্যটিতে সংগঠিত হওয়ার অধিকার, মত প্রকাশের স্বাধীনতা, এবং ফরব কীভাবে একইসাথে লঙ্ঘিত হতে পারে তা উঠে এসেছে এবং সেই সঙ্গে মানবাধিকার লঙ্ঘন ও দুর্নীতির মধ্যে যোগসূত্রটাও ফুটে উঠেছে।

- সরকারি লঙ্ঘন: অপরাধ ঢাকতে (রাষ্ট্র মালিকানাধীন) বিশ্ববিদ্যালয় ধর্মীয় সমালোচনা সংক্রান্ত অভিযোগের আশ্রয় নেয়।
- সামাজিক বৈরিতা: সহিংস জনতা।
- সরকারি লঙ্ঘন: পুলিশ ছাত্র-সাংবাদিককে গ্রেফতার করে।

উপরন্তু, দৈনিক ছাত্র-পত্রিকা বন্ধ করার মাধ্যমে সংগঠিত হওয়া এবং মত প্রকাশের স্বাধীনতার অধিকার লঙ্ঘিত হয়।

# সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

নিচের গল্পটি অধিবেশন ৪-এর সমাপনী মন্তব্যের অংশ হিসাবে পড়ুন। অধিবেশনটির পাওয়ার পয়েন্ট স্লাইড ৪১-৪৪-এ গল্পটি চিত্রিত করা হয়েছে।

## যাজক জেমস এবং ইমাম আশফার গল্প

এরা হলেন যাজক জেমস এবং ইমাম আশাফা। ১৯৯২ সালে, তারা বিরোধী রক্ষী বাহিনীর তরুন নেতা ছিলেন, যারা উত্তর নাইজেরিয়ায় ধর্মীয় সংঘাতের সময় একে অপরের বিরুদ্ধে ভয়াবহ লড়াই করেছেন। যাজক জেমস, এরকমই একটি যুদ্ধে তার হাত হারান, আর ইমাম আশাফা তার আধ্যাত্মিক গুরু এবং দুই নিকটাত্মীয়কে হারান। দু'জন একে অন্যের প্রধান শত্রুতে পরিণত হন এবং প্রতিশোধ নিতে প্রতীজ্ঞাবদ্ধ হন।

কয়েক বছর পরে, একটি দৈবাৎ সভা সবকিছু বদলে দেয়। পোলিওর বিরুদ্ধে শিশু টিকাদানের বিষয়ে সমাজের নেতাদের একটি বৈঠকের সময়, এই দুই ধর্মীয় নেতার একজন অভিন্ন বন্ধু তাদেরকে একত্রিত করেন। বন্ধুটি অনুরোধ করে তাদের বলেন, “আমি জানি রাষ্ট্রে শান্তি ফিরিয়ে আনার ক্ষমতা তোমাদের আছে। আমি চাই তোমরা কথা বল।”

যদিও তাদের কারোরই একে অন্যের সাথে কথা বলার কোন ইচ্ছাই ছিল না, কিন্তু নাইজেরিয়ার প্রতি তাদের ভালবাসা এবং দেশের অগ্রগতির জন্য নিজেদের তীব্র অনিচ্ছা বিসর্জন দেয়ার অভিন্ন কারণ তারা খুঁজে পেয়েছিলেন।

“তখন মুসলমানদের প্রতি আমার ঘৃণার কোন সীমা ছিল না,” যাজক জেমস স্মরণ করেন। তিনি বলতে থাকেন, “ঈশ্বরের কাছে আমরা কৃতজ্ঞ যে একে অন্যকে শোনার এবং নিরাপদ আলোচনার পরিবেশ তৈরি করতে পেরেছিলাম; অন্যথায় হয়তো আমরা আজও কেবল দূর থেকেই অনুমান করে যেতাম।” তিনি আরও বলেন, “আমরা একটি নির্মম শিক্ষা পেয়েছি।”

ইমাম আশাফা স্মরণ করেন যে, ১৯৯২ সালে কাডুনায় সহিংসতার পরে, তিনি এবং তার রক্ষী বাহিনী প্রতিশোধের পরিকল্পনা করছিলেন। কিন্তু একদিন, তার মসজিদে নামাজের সময়, তিনি অনুধাবন করলেন, “কোরান আমাদেরকে এই শিক্ষা দেয় যে মন্দকে পরিবর্তন করার জন্য যা ভাল তা গ্রহণ করা উচিত। সুতরাং, আপনি যদি একজন মুসলমান হন এবং আঘাতকারীদের ক্ষমা করতে অস্বীকার করেন, তাহলে আপনি কীভাবে মোহাম্মদের প্রকৃত অনুসারী হতে পারবেন?”

দুই ধর্মীয় নেতাই প্রতিশোধ এবং প্রতিহিংসার আশুনে পুড়েছেন। কিন্তু তারা এটাও বুঝতে পেরেছিলেন যে মনে বিদ্বেষ পুষে রেখে তারা সত্যিকারের নেতা হতে পারবেন না।

ইমাম আশাফা এবং যাজক জেমসের মধ্যে ধীরে ধীরে স্থায়ী আস্থা জন্ম নেয়। তাদের সম্পর্ক একটি বন্ধুত্বে পরিণত হয় যার ফলশ্রুতিতে তারা মুসলিম-খ্রিস্টান আন্তঃধর্মীয় মধ্যস্থতা কেন্দ্র প্রতিষ্ঠা করেন।

কেন্দ্রটি শান্তিপূর্ণ সহাবস্থানকে সমর্থন করে এবং এই অঞ্চলে সহিংস ধর্মীয় সংঘাতের পুনরাবৃত্তি রোধ করার লক্ষ্যে কাজ করে। কেন্দ্রটি নাইজেরিয়া এবং তার বাইরের এলাকাতেও সহিংসতার পরে শান্তি চুক্তি প্রতিষ্ঠা করতে সাহায্য করেছে এবং স্থানীয় বিশ্বাস-ভিত্তিক সংস্থাগুলিকে সমস্ত ধর্মের মানুষের মধ্যে শান্তিপূর্ণ সহাবস্থানের পক্ষে পরামর্শ দিয়ে যাচ্ছে।

সূত্র

টানেনবায়ুম. <https://tanenbaum.org/peacemakers-in-action-network/meet-thepeacemakers/imam-muhammad-ashafa-pastor-james-wuye/>



গল্প

# অধিবেশন ৫

## আমাদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

পূর্ববর্তী তিনটি অধিবেশনে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার এবং মানবাধিকার লঙ্ঘন সম্পর্কে শিখেছি, মানবাধিকারের প্রতি আমাদের দৃষ্টিভঙ্গি নিয়ে গভীরভাবে ভেবেছি এবং পরিচয় সংশ্লিষ্ট বিভিন্ন বিষয়, বিশেষাধিকার, এবং প্রতিকূলতা ইত্যাদি অন্বেষণ করেছি। আগের অধিবেশনগুলি থেকে লব্ধ জ্ঞানের উপর ভিত্তি করে, অধিবেশন-৫ একটি মিথস্ক্রিয় প্রক্রিয়ার মাধ্যমে আমাদেরকে নিজেদের সমাজ বা দেশের ক্ষেত্রে ফরব প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণ করতে সাহায্য করবে।

এটি কোর্সের ১ম খন্ডের শেষ অধিবেশন। এই খন্ডের প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণ কোর্সের ২য় খন্ড জুড়ে একটি মানবিন্দু হিসাবে ব্যবহৃত হবে।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের দক্ষতা তৈরির প্রতি দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

অধিবেশন শেষে অংশগ্রহণকারীরা সক্ষম হবেন:

- সমাজের বিভিন্ন ব্যক্তি এবং সম্প্রদায়গুলি ফরব সম্পর্কিত যেসব সমস্যা/লঙ্ঘনগুলির সম্মুখীন হয়, সেগুলো বর্ণনা করতে।
- সমাজে ফরব লঙ্ঘনগুলির দ্বারা নারী এবং মেয়ে শিশুরা কীভাবে পুরুষ এবং ছেলে শিশুদের থেকে আলাদাভাবে প্রভাবিত হয় তা চিহ্নিত করতে।
- ফরব লঙ্ঘনের শিকার ভিন্ন সম্প্রদায়ের মানুষের প্রতি সহমর্মী হতে।

### অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা	৩ মিনিট
অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা	১২ মিনিট
প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা কিছু মঙ্গলকর অংশগ্রহণকারীরা তাদের সমাজের ইতিবাচক বিষয়গুলি সনাক্ত করবে।	১০ মিনিট
উপস্থাপনা: পরিস্থিতি কীভাবে আরও খারাপ হয় (বা আরও ভাল হয়) প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের জন্য 'নিপীড়নের তিনটি পর্যায়' নামক একটি টুল/সরঞ্জামের ধারণা প্রদান	৬০ মিনিট
ম্যাপিং অনুশীলন: আমাদের শহরের একটি ফরব মানচিত্র, প্রথম খন্ড অংশগ্রহণকারীরা মিথস্ক্রিয় অনুশীলনের মাধ্যমে ফরব প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের ভিত্তি তৈরি করবে	৫ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের শহরের একটি ফরব মানচিত্র, ২য় খন্ড অংশগ্রহণকারীরা অনুশীলনটির ১ম খন্ডে যা তৈরি করেছেন তা বিশ্লেষণ করবেন।	২৫ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীর গল্প বিরাজমান সমস্যাগুলি নিয়ে একটি আশাব্যঞ্জক মন্তব্য দিয়ে অধিবেশনটি শেষ হবে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘণ্টা

## অধিবেশন ৫-এ কোর্সটি শেষ করতে হলে

‘২য় খন্ড: পরিবর্তনের যাত্রা’ কোর্স থেকে বাদ দিতে চাইলে, অথবা কিছু অংশগ্রহণকারী ২য় খন্ডে যোগ দিতে না চাইলে, এই অধিবেশনের শেষে নিম্নলিখিত কার্যকলাপগুলি যোগ করতে পারেন। ‘যা কিছু মঙ্গলকর’ অনুশীলনটি বাদ দিয়ে এবং ম্যাপিং অনুশীলনটির সময় ১০ মিনিট কমিয়ে এনে অথবা অধিবেশনটি দীর্ঘ করার মাধ্যমে উক্ত কার্যকলাপগুলো যুক্ত করা যেতে পারে।

মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত

কোর্সটি থেকে অংশগ্রহণকারীরা কী শিখেছেন সে বিষয়ে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করে ১৫ মিনিট অভিনন্দন জানাতে এবং বিদায় উদযাপন করতে ভুলবেন না!

১৫ মিনিট

ধন্যবাদ জ্ঞাপন এবং বিদায় সন্তাষণ

৫ মিনিট

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।



### আরও একটু বেশি জানতে

অধিবেশনটির উপকরণসমূহ পড়ার পাশাপাশি, আপনার দেশে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অবস্থা (সকল ধর্মের বা ধর্ম-নিরপেক্ষ মানুষদের জন্য) সম্পর্কে জানলে আপনার প্রস্তুতিটা খুব ভালো হবে। অধিকাংশ ক্ষেত্রেই, আমরা কেবল আমাদের নিজস্ব সম্প্রদায় বা সমাজের বৃহত্তম সম্প্রদায়গুলির সমস্যা সম্পর্কে জ্ঞাত থাকি। তাই এই বিষয়ে একটু পড়াশুনা করলে অংশগ্রহণকারীদেরকে অনেক বেশি সাহায্য করতে পারবেন! আপনি এ সংক্রান্ত তথ্য কোথায় পেতে পারেন সে বিষয়ে কিছু পরামর্শ পাবেন ১৫৩-১৫৪ পৃষ্ঠায়।

### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উল্লেখিত অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সাধারণ উপকরণসমূহ ছাড়াও, এই অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত উপকরণগুলির দরকার হবে:

- ‘যা কিছু মঙ্গলকর’ অনুশীলনের জন্য উলের একটি নরম বল বা গোছা।
- ‘আমাদের শহরের একটি ফরব মানচিত্র’ অনুশীলনের জন্য আগে থেকে তৈরি করা ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’।
- ‘মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত’ নামক মূল্যায়ন অনুশীলনটি করতে হলে প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য বিলিপত্রের একটি করে কপি লাগবে।

এখানে অধিবেশনটির  
আনুষঙ্গিক  
উপকরণসমূহ পাওয়া  
যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

চেয়ারগুলিকে সামনের দিকে মুখ করে চক্রাকারে সাজান যেন মাঝখানে অনেকখানি জায়গা ফাঁকা থাকে। অংশগ্রহণকারীদের স্বাচ্ছন্দে চলাফেরা করার জন্য যেন পর্যাপ্ত জায়গা থাকে সেদিকে লক্ষ্য রাখুন। কক্ষটি বড় এবং কোন টেবিল না থাকলে ভালো হবে!



‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’

“আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র অনুশীলনটি অংশগ্রহণকারীরা উপভোগ করেছে - অনুশীলনটি খুবই কার্যকর হয়েছে। দৈনন্দিন জীবনে তারা যেসব লজনের সম্মুখীন হন সেগুলি নিয়ে গভীরভাবে চিন্তাভাবনা ও আলোচনার সুযোগ পান। অনুশীলনটি সৃজনশীল, বিশ্লেষণাত্মক, যৌক্তিক চিন্তাভাবনা এবং দলগত দক্ষতা বিকাশের জন্য খুবই কার্যকর।”

হাম্মাম হাদ্দাদ, সহায়ক, জর্ডান

## বিস্তারিত অধিবেশন পরিকল্পনা

### ১. অভ্যর্থনা ৩ মিনিট

#### কী বলবেন

অধিবেশনে সবাইকে স্বাগতম জানান। নিম্নোক্ত বিষয়গুলো ব্যাখ্যা করে অধিবেশনটি শুরু করুন:

- আগের ৩টি অধিবেশনে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকারগুলো আলোচনা করেছি। আমাদের কী কী অধিকার আছে এবং কোন কোন ধরনের লঙ্ঘন ঘটতে পারে সে সম্পর্কে আমরা জেনেছি। এইসব মানবাধিকার আমাদের জীবনে কতোটা অর্থবহ সে বিষয়েও গভীরভাবে চিন্তাভাবনা করেছি এবং পরিচয়, বিশেষাধিকার ও প্রতিকূলতার বিষয়গুলিও অন্বেষণ করেছি।
- এই অধিবেশনে, আমরা নিজস্ব প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের প্রতি দৃষ্টিপাত করবো যেন বিভিন্ন ব্যক্তি বা সম্প্রদায় কী সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে তা আমরা সনাক্ত করতে পারি। আমরা সবাই একসাথে আমাদের শহরের ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা'র একটি 'মানচিত্র' তৈরি করবো। তবে সমস্যাগুলির প্রতি দৃষ্টিপাত করার আগে, আসুন ইতিবাচক বিষয়গুলি নিয়ে একটু চিন্তা করি!



সংক্ষিপ্ত  
আলোচনা

### ২. প্রারম্ভিক অনুশীলন: যা কিছু মজ্জলকর ১২ মিনিট

#### দৃষ্টব্য

এই অনুশীলনটি আনন্দদায়ক এবং অর্থপূর্ণ, কিন্তু অধিবেশনটির জন্য অপরিহার্য নয়। 'আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র' বিষয়ে সম্মিলিত আলোচনার জন্য সময় একদম মাপা, তাই সেখানে সময় বাড়াতে এই অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।



সম্মিলিত অনুশীলন

#### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

আমাদের সমাজে বিরাজমান সমস্যাগুলোর দিকে নজর দেয়ার আগে সমাজের ইতিবাচক যে বিষয়গুলি আমরা কদর করে থাকি সেগুলোকে দৃশ্যত তুলে ধরার জন্যই এই আনন্দদায়ক অনুশীলনটি করা।

#### উপকরণসমূহ

- একটি উলের বল (বা গোছা)।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

দলটিকে চক্রাকারে দাঁড়াতে বলুন। (চক্রটি ততোটুকু বড় হওয়া উচিত যতোটুকু বড় হলে অংশগ্রহণকারীরা সহজেই একে অপরের কাছে উলের বলটি ছুঁতে পারবেন।)

#### নিম্নলিখিত বিষয়টি ব্যাখ্যা করুন:

- আমরা একে অন্যের কাছে উলের বলটা ছুঁতে দেব।
- বলটি ছুঁতে দেয়ার আগে, প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে নিম্নলিখিত বাক্যটি সম্পূর্ণ করতে হবে, “আমাদের শহরে বসবাসের একটি ভাল দিক হলো...”। যেমন, “এই শহরে বসবাসের একটি ভাল দিক হলো নিজের পরিবারের কাছাকাছি থাকতে পারা”, অথবা এখানে প্রিয় ফুটবল দল রয়েছে বা স্কুল কাছে ইত্যোমধ্যেই যেটা বলা হয়ে গেছে সেটা আরেকজন বলতে পারবে না, তাই অনুশীলনটা যতোই এগোতে থাকবে বাক্যটি পূরণ করা ততোই কঠিন হয়ে উঠবে!
- বলটি ছোঁড়ার সময়, উলের একপ্রান্ত এক হাতে ধরে রেখে অন্য হাত দিয়ে বলটি অপরজনের কাছে ছুঁতে দিন। এর ফলে আপনার আগের এবং পরের অংশগ্রহণকারীর সাথে উলের সুতো দিয়ে একটা সংযোগ তৈরি হবে। পুরোটা অনুশীলন জুড়ে উলের সুতো ধরে রাখুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

বাক্যটি সম্পূর্ণ করে আপনার অপর পাশের কারো কাছে উলের বলটি ছুঁড়ে দিয়ে অনুশীলনটি শুরু করুন। মনে রাখবেন যে উলের বলটির এক প্রান্তের উল আপনাকে ধরে থাকতে হবে! ধীরে ধীরে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে একটি ‘উলের জাল’ তৈরি হবে।

### অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

সবাই একবার করে বলটি ধরে ফেলার পর, অনুশীলনটি থামান, কিন্তু সবাইকে তখনও উল ধরে রাখতে বলুন। নিম্নলিখিত বিষয়গুলি নিয়ে চিন্তা করে অনুশীলনটি শেষ করুন:

- আমাদের মাঝের জায়গাটা এখন কেমন দেখাচ্ছে? মাকড়সার জাল বা মাছ ধরার জালের মতো নয় কি?
- এই অধিবেশনটিতে আমরা আমাদের দেশের বা সমাজের সমস্যাগুলোর উপর দৃষ্টিপাত করলেও মনে রাখা জরুরী যে, এখানে ভালো মানুষ এবং ভালো বিষয়ও রয়েছে। ফলপ্রসূ অনেক কিছু আছে!
- সমস্যাগুলো পরিবর্তনের জন্য কাজ করার সময় এই বিষয়গুলো মনে রাখা জরুরী। কেননা এই সমস্ত বিষয় যেমন শক্তি এবং প্রেরণা যোগাবে তেমনি সমস্যা মোকাবেলায় ভাল মানুষ এবং ভাল বিষয়াদির নেটওয়ার্ক আমাদের জন্য দরকারী সংস্থানও হয়ে উঠতে পারে।

### ৩. উপস্থাপনা: পরিস্থিতি কীভাবে আরও খারাপ (বা আরও ভাল) হয় ১০ মিনিট

#### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই ক্ষুদ্র উপস্থাপনাটি সেই প্রক্রিয়াগুলির ব্যাপারে অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞানকে মজবুত করবে যেগুলোর দ্বারা সমাজে মানবাধিকার লঙ্ঘনের বিদ্যমান পরিস্থিতির আরও অবনতি ঘটে। উপস্থাপনাটি প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের জন্য দরকারী একটি টুল বা সরঞ্জামও প্রদান করে যা পরবর্তী অনুশীলন ‘আপনার শহরের ফরব মানচিত্র’-এ ব্যবহৃত হবে।



উপস্থাপনা

#### উপকরণসমূহ

- এই নির্দেশিকার ১০৭ পৃষ্ঠায় উপস্থাপনার স্ক্রিপ্টটি পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-১৩’র সাথে মিলে যায় এবং এই স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে স্ক্রিপ্টটি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে।
- স্ক্রিপ্টটির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণ অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে পাওয়া যাবে।

#### আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন (অথবা স্লাইডগুলিতে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলির জন্য

পরামর্শ! আপনার উপস্থাপনা শেষ না হওয়া পর্যন্ত অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন/মন্তব্য করা থেকে বিরত থাকতে বলুন।

## ৪. ম্যাপিং অনুশীলন: আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র, ১ম অংশ ৬০ মিনিট

### বর্ণনা

এই অনুশীলনটি একটি শহরের ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’ এবং কিছু চরিত্রের একটি সেট ব্যবহার করে অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের প্রেক্ষাপটে ফরব সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার লঙ্ঘনগুলি বিশ্লেষণ করতে এবং বিশদভাবে তুলে ধরতে সহায়তা করবে। অংশগ্রহণকারীদের নিজস্ব অভিজ্ঞতা ও জ্ঞান এবং সেই সঙ্গে সহায়ক হিসাবে আপনার জ্ঞান ও অভিজ্ঞতা এই অনুশীলনটিতে কাজে আসবে। অনুশীলনটির দুটি অংশ আছে এবং এই দুই অংশের মাঝখানে উদ্দীপক পর্ব রয়েছে।

### উদ্দেশ্য

ফরব সমস্যাগুলি অংশগ্রহণকারীদের প্রেক্ষাপটে কীভাবে বিভিন্ন মানুষকে প্রভাবিত করে সে সম্পর্কে তাদের জ্ঞান এবং উপলব্ধির বিকাশ সাধন করতে এবং সাধারণ একটি দৃষ্টিনির্ভর নমুনা ব্যবহার করে মানবাধিকার লঙ্ঘনের ম্যাপিংয়ের দক্ষতা শিখতে সহায়তা করবে।

### উপকরণসমূহ

- আগে থেকে তৈরি করা ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’ (নীচের নির্দেশাবলী দেখুন)
- ফ্লিপ চার্টে লেখার জন্য কলম



সম্মিলিত অনুশীলন



### আগাম প্রস্তুতি

অধিবেশনটির জন্য প্রস্তুতি নেয়ার সময় আপনার দেশে ফরব-এর সামগ্রিক অবস্থা নিয়ে পড়াশোনা থাকলে এই অনুশীলনে আরও ভালো অবদান রাখতে সক্ষম হবেন। ১৫৩-১৫৪ পৃষ্ঠায় সংশ্লিষ্ট উপকরণগুলির লিঙ্ক দেয়া আছে।

অধিবেশনটি শুরুর আগে নিম্নলিখিত ব্যবহারিক প্রস্তুতিগুলি গ্রহণ করুন:

- আপনার শহরের ফরব ম্যাপ তৈরি করুন  
একটি ব্লকে চারটি ফ্লিপ চার্ট শীট টেপ দিয়ে একসাথে জুড়ে দিন। শীটগুলিতে কোন গ্রাম/শহরের মানচিত্র আঁকুন। মানচিত্রটিতে এমন ১০টি ভিন্ন স্থানের নাম লিখুন বা ছবি আঁকুন যেখানে মানুষেরা ধর্ম বা বিশ্বাস সম্পর্কিত সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে। (৯৮ পৃষ্ঠায় প্রদত্ত চিত্রটি দেখুন)  
‘মানচিত্রে’ অন্তর্ভুক্ত করার জন্য প্রস্তাবিত স্থানগুলির একটি তালিকা নিচে দেয়া আছে। আপনার প্রেক্ষাপটের জন্য অপ্রাসঙ্গিক যেকোন স্থান বাদ দিয়ে সেখানে প্রাসঙ্গিক স্থান যুক্ত করুন। বাসাবাড়ি, উপাসনার স্থান সহ দোকানপাটের মতো জনসমাগমের স্থান এবং থানার মতো ‘দাণ্ডরিক’ স্থানগুলিও অন্তর্ভুক্ত করেছেন কিনা সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।  
মানচিত্র আঁকার সময়, স্থানগুলির মধ্যে যথেষ্ট ফাঁকা রাখুন, তবে ঘনিষ্ঠভাবে সম্পর্কিত স্থানগুলিকে কাছাকাছি রাখুন; যেমন, বিভিন্ন সরকারি অফিস। একটি ফ্লিপ চার্ট শীটে সবকিছু একসাথে অন্তর্ভুক্ত করার চেষ্টা করবেন না - অনুশীলনের সময় চিত্রগুলির মাঝখানে লেখার জন্য জায়গার দরকার হবে।  
মানচিত্রে অন্তর্ভুক্ত করার জন্য প্রস্তাবিত স্থানসমূহ: বাসাবাড়ি, স্কুল, হাসপাতাল, উপাসনালয়, বাজার, কারখানা, খামার, বাস, থানা এবং আদালত, পরিকল্পনা বিষয়ক সরকারি কার্যালয়, ধর্ম বিষয়ক সরকারি কার্যালয়, এবং জন্ম, মৃত্যু ও বিবাহ নিবন্ধনের জন্য সরকারি কার্যালয়।

(বিকল্প সংস্করণ: দলটিকে একাধিক দলে বিভক্ত করুন এবং প্রতিটি দলকে মানচিত্র তৈরি করতে বলুন। সম্মিলিত পর্যালোচনা দিয়ে শেষ করুন। ২০ মিনিট সময় যোগ করুন।)

- বিভিন্ন চরিত্রের উল্লেখ সহ ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন  
নিম্নলিখিত চরিত্রগুলির উল্লেখ রেখে ১-২টি ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন। আপনার দেশের প্রেক্ষাপটের সাথে প্রাসঙ্গিক ধর্মের নাম দিয়ে আন্ডারলাইন করা শব্দগুলিকে প্রতিস্থাপন করুন। যেমন, ‘ক্ষুদ্র সংখ্যালঘু নারী’ লেখার পরিবর্তে আপনি লিখতে পারেন ‘বাহাই নারী’। লেখাটি বড় এবং পরিষ্কার হওয়া উচিত যাতে সবাই কিছুটা দূর থেকে পড়তে পারে।

### চরিত্রসমূহ

- সংখ্যাগরিষ্ঠ ছেলে/পুরুষ
- সংখ্যাগরিষ্ঠ মেয়ে/নারী
- সংখ্যাগরিষ্ঠ ধর্মীয় নেতা
- বৃহত্তম সংখ্যালঘু ছেলে/পুরুষ
- বৃহত্তম সংখ্যালঘু মেয়ে/নারী
- বৃহত্তম সংখ্যালঘু ধর্মীয় নেতা
- ক্ষুদ্র সংখ্যালঘু ছেলে/পুরুষ
- ক্ষুদ্র সংখ্যালঘু মেয়ে/নারী
- ক্ষুদ্র সংখ্যালঘু ধর্মীয় নেতা
- সংখ্যাগরিষ্ঠ ধর্ম থেকে সংখ্যালঘু ধর্মে রূপান্তরিত নারী
- সংখ্যালঘু থেকে সংখ্যাগরিষ্ঠ ধর্মে রূপান্তরিত পুরুষ
- নাস্তিক পুরুষ যার মতামত সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে প্রকাশিত বক্তব্য থেকে স্পষ্ট হয়ে উঠেছে
- আন্তঃধর্মীয় দম্পতি (পুরুষ এবং নারীর ধর্ম আলাদাভাবে উল্লেখ করুন)
- আপত্তিকারী: সংখ্যাগরিষ্ঠ যে নারীর আচরণ/ধারণা সংখ্যাগরিষ্ঠ সাংস্কৃতিক নিয়মের বিরুদ্ধে যায়
- সমালোচক: একজন ব্যক্তি যিনি ধর্মীয় ধারণা বা চর্চাসমূহ, ধর্মীয় ভূমিকাধারীর আচরণ, বা রাষ্ট্র কীভাবে ধর্মের প্রতি আচরণ করে ইত্যাদি নিয়ে সমালোচনা করেন।

অধিবেশন শুরু করার আগেই মানচিত্রের ফ্লিপ চার্ট এবং চরিত্রগুলির ফ্লিপ চার্ট শীট (গুলি) দেয়ালে টাঙ্গিয়ে দিন)

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১০ মিনিট

- ফ্লিপ চার্ট ‘মানচিত্র’টি উপস্থাপন করুন।  
দলটিকে ফ্লিপ চার্ট-এর মানচিত্রটিকে ঘিরে চক্রাকারে দাঁড়াতে বলুন। নিম্নোক্তভাবে ব্যাখ্যা করুন:
  - বিভিন্ন বাস্তব পরিস্থিতিতে ও স্থানে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট সমস্যার সম্মুখীন হই। যেমন, বাসে বা সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে ঘৃণাত্মক বক্তব্যের শিকার হওয়া, কর্মক্ষেত্রে বৈষম্যের সম্মুখীন হওয়া বা রাষ্ট্রের সাথে নীতি বা আইন সংক্রান্ত ব্যাপারে অথবা স্থানীয় সরকারি কর্মকর্তা বা পুলিশ বাহিনীর সাথে বোঝাপড়ার সময় সমস্যার সম্মুখীন হওয়া।
  - এই স্থান বা পরিস্থিতিগুলির কয়েকটি এই ‘মানচিত্রে’ দেয়া হয়েছে। (মানচিত্রে আপনার আঁকা/লিখিত স্থানগুলির তালিকাটি দেখান)।
  - এই মানচিত্রটি আমাদের শহর বা এলাকার মানচিত্র, তবে আমরা আমাদের দেশ সম্পর্কে আরও বিস্তৃতভাবে চিন্তা করতে পারি। চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত সমস্যাগুলি আমরা এই মানচিত্রে নির্দেশ করতে যাচ্ছি।
- চরিত্রগুলি উপস্থাপন করুন  
বলুন যে, আমাদের ম্যাপিং এর সূচনা বিন্দু হিসেবে কিছু চরিত্র থাকবে যারা আমাদের মানচিত্রের এক বা একাধিক স্থানে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে।  
ফ্লিপ চার্ট শীটে লেখা চরিত্রের তালিকাটি পড়ুন। সমস্যাগুলির সম্মুখীন হতে পারে এমন কোনও চরিত্র অনুপস্থিতি কনি তা জিজ্ঞাসা করুন এবং দলটির সমর্থন থাকলে অনুপস্থিতি চরিত্রটি যোগ করুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৫০ মিনিট

- চিন্তা করুন (৫ মিনিট)  
প্রত্যেককে নীরবে এমন একটি চরিত্র বেছে নিতে বলুন যে চরিত্রটিকে তারা তাদের দেশ/সমাজে চিন্তা, বিবেক, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে বলে মনে করেন।  
তাদেরকে ‘মানচিত্র’টি দেখতে বলুন এবং নিম্নলিখিত প্রশ্নটি নিয়ে ৩ মিনিট ভাবতে বলুন: মানচিত্রের কোন কোন জায়গায় আপনার বেছে নেয়া চরিত্রটি তার ধারণা বা ধর্মীয় পরিচয়, চর্চা বা বিশ্বাসের কারণে সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে? তারা কী সমস্যার সম্মুখীন হতে পারেন?  
সবাইকে পরিস্কারভাবে বুঝিয়ে দিন যে, এই অনুশীলনটি মানবাধিকার লঙ্ঘনজনিত ভুক্তভোগীদের অভিজ্ঞতা ম্যাপিং-এ আলোকপাত করবে, লঙ্ঘনকারীদের উপর নয়।

- মতামত বিনিময় করুন এবং নথিভুক্ত করুন (৪৫ মিনিট)

১. একজন অংশগ্রহণকারীকে প্রশ্ন করুন যে, তিনি কোন চরিত্রটি বেছে নিয়েছেন এবং খুব সংক্ষেপে, মানচিত্রের কোন কোন স্থানে চরিত্রটি সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে এবং এগুলি কী ধরনের সমস্যা তা বলতে বলুন।

সংক্ষেপে চরিত্র এবং সমস্যাগুলির ধরণ ফ্লিপ চার্ট শীটের সেই স্থানগুলোর পাশে টুকে রাখুন যেখানে চরিত্রটি সমস্যার সম্মুখীন হতে পারে। যেমন, বাসের পাশে ‘আন্তঃধর্মীয় দম্পতি - হয়রানি’ লিখতে পারেন। কেউ যদি ২ মিনিটের মধ্যে সবগুলো স্থান ও সমস্যা উল্লেখ করতে না পারেন, তবুও তাকে থামিয়ে দিন। প্রত্যেকেই যাতে নিজেদের চিন্তাগুলো ব্যক্ত করার যথেষ্ট সুযোগ পায় সেজন্যই সময়ের এই বাধ্যবাধকতা!

২. অন্য কেউ একই চরিত্র বেছে নিয়েছে কিনা এবং এই চরিত্রটি সম্পর্কে তাদের আরও কোন বক্তব্য আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করুন। এই সময়, আলোচনা এবং অভিজ্ঞতা ব্যক্ত করতে অংশগ্রহণকারীদেরকে উৎসাহ দিন।
৩. জিজ্ঞাসা করুন যে অন্য কোন চরিত্র একই স্থানে একই সমস্যার সম্মুখীন হবে কিনা। সংশ্লিষ্ট সমস্যার পাশে এই চরিত্রগুলি টুকে রাখুন।

অন্য আরেকজন অংশগ্রহণকারীকে তার বেছে নেয়া চরিত্র সম্পর্কে প্রশ্ন করুন এবং উপরের ১-৩ এর পুনরাবৃত্তি করুন। অনুশীলনটির জন্য বরাদ্দ ৪৫ মিনিটের মধ্যে ৩৫ মিনিট পর্যন্ত একে একে চরিত্রগুলি ধরে এগিয়ে যান। এই সময়, যে সকল অংশগ্রহণকারীদের ভেবে রাখা সম্ভাব্য সমস্যাগুলো এখনও আলোচনা করা হয়নি তাদের প্রত্যেককে ম্যাপে প্রাসঙ্গিক জায়গায় সমস্যা এবং সংশ্লিষ্ট চরিত্রটি লিখতে বলুন। শেষ কয়েক মিনিটে তারা ম্যাপে কী লিখেছেন সেগুলো পড়ে ফেলুন।

অনুশীলনটির বাকী অংশ উদ্দীপক পর্বের পরে একটি সম্মিলিত আলোচনার মাধ্যমে চলবে।

## ৫. উদ্দীপক: হাঁটুন এবং থামুন ৫ মিনিট

### বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীর নির্দেশনা অনুযায়ী যা বলা হবে তার উল্টোটা করবে।

### উদ্দেশ্য

সমস্যার উপর দৃষ্টিনিবন্ধ এই অধিবেশনে অংশগ্রহণকারীদের উদ্দীপনা বাড়ানো এবং মেজাজ হালকা করা।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচের ধাপগুলো অনুসরণ করুন:

- দলটিকে ঘরের চারপাশে দূরে দূরে সরে যেতে বলুন।
- অংশগ্রহণকারীদেরকে নির্দেশ দিন যে আপনি ‘হাঁটুন’ বললে তারা যেন হাঁটে এবং ‘থামুন’ বললে তারা যেন হাঁটা বন্ধ করে। ২০ থেকে ৩০ সেকেন্ডের জন্য যেকোনো ক্রমে এই নির্দেশ দুটি দিতে থাকুন।
- এবার বলুন যে নির্দেশদুটির অর্থ অদলবদল করা হয়েছে, তাই ‘হাঁটুন’ মানে ‘থামুন’ এবং ‘থামুন’ মানে ‘হাঁটুন’। আরও ৩০ সেকেন্ডের জন্য নির্দেশ দুটি দিতে থাকুন।
- দুটি নতুন নির্দেশ যোগ করুন: যখন তারা ‘নাম’ শুনবে তখন প্রত্যেকেই তাদের নিজের নাম উচ্চস্বরে বলবে; এবং যখন তারা ‘তালি’ শুনবে তখন প্রত্যেকেই একবার তালি দিবে। হাঁটতে থাকা অথবা থেমে থাকা অবস্থায় তারা এটা করবে।
- ‘হাঁটুন’ এবং ‘থামুন’ (যার অর্থ এখনও বিপরীত আছে) এর সাথে নতুন দুটো নির্দেশ একসাথে অনুশীলন করুন।
- অবশেষে, বলুন যে শেষ দুটি নির্দেশের অর্থ অদলবদল করা হয়েছে - যখন আপনি ‘নাম’ বলবেন তখন প্রত্যেকেই তালি দিবে এবং অন্য নির্দেশটির ক্ষেত্রেও উল্টোটা করবে।
- পাঁচ মিনিট পর্যন্ত খেলাটি চালিয়ে যান।



সম্মিলিত অনুশীলন

সম্মিলিত অনুশীলন এখানে এই অনুশীলনের জন্য একটি ভিডিও টিউটোরিয়াল পাবেন।

## ৬. বিশ্লেষণ অনুশীলন: আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র, ২য় খন্ড ২৫ মিনিট

### বর্ণনা

উদ্দীপক পর্বের আগে এই অনুশীলনটির ১ম খন্ড আমরা করেছি। অনুশীলনটির এই খন্ডে তিন পর্যায়ের নমুনাটি ব্যবহার করে ম্যাপিং অনুশীলনের পর্যবেক্ষণগুলি অংশগ্রহণকারীরা বিশ্লেষণ করবে।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

প্রত্যেককে ফ্লিপ চার্ট মানচিত্রটির সামনে চক্রাকারে বসতে বলুন

- দলটিকে বলুন, আলোচনায় যে মডেল বা নমুনাটি সম্পর্কে তারা শিখেছে তা ব্যবহার করে ম্যাপিংয়ের ফলাফলগুলি বিশ্লেষণ করতে।
- জিজ্ঞাসা করুন যে, কোন অংশগ্রহণকারী পর্যায় তিনটি স্মরণ করতে পারেন কিনা। তাদের উত্তর দেয়া হলে আবারও পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ১৩ দেখান বা একই শব্দ সম্বলিত ফ্লিপ চার্ট দেখান।
- বিভ্রান্তিমূলক তথ্যের অর্থ তাদের মনে আছে কিনা তা জিজ্ঞাসা করুন এবং প্রয়োজনে মনে করিয়ে দিন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ২০ মিনিট

নিচের প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন এবং ফাঁকা ফ্লিপ চার্ট শীটে আলোচনার মূল বিষয়গুলি লিখুন। যদি আলোচনায় অতিরিক্ত সমস্যা বা চরিত্র উঠে আসে, তাহলে মানচিত্রেও এগুলো টুকে রাখুন।

- আমাদের মানচিত্রে কি বিভ্রান্তিমূলক তথ্য, বৈষম্য এবং সহিংসতার উদাহরণ আছে?
- আমরা যে সমস্যাগুলি চিহ্নিত করেছি সেগুলো দ্বারা কারা প্রভাবিত হয়?
  - আমাদের সম্প্রদায়ের মধ্যে কারা বিশেষভাবে দুর্বল?
  - নারী এবং মেয়ে শিশুরা কি পুরুষ এবং ছেলে শিশুদের তুলনায় ভিন্ন ধরনের সমস্যা এবং দুর্বলতার সম্মুখীন হয়?
- সংঘটনের হার (ফ্রিকোয়েন্সি), মাত্রা (স্কেল), এবং প্রভাব (ইমপ্যাক্ট) বিবেচনায় সমস্যাগুলি কতটা গুরুতর?
  - সংঘটনের হার: আমরা যে সমস্যাগুলি চিহ্নিত করেছি সেগুলো কি মাঝে মাঝে বা ঘন ঘন ঘটে? এগুলোর মধ্যে কোনোটি কি নিয়মতান্ত্রিক - অর্থাৎ সামাজিক কাঠামোর অংশে পরিণত হয়েছে?
  - মাত্রা: সমস্যাগুলোর দ্বারা কি অল্প কিছু বা অনেক মানুষ প্রভাবিত হয়? কোন সমস্যা অধিকাংশ মানুষকে প্রভাবিত করে?
  - প্রভাব: কোন সমস্যাগুলি ভুক্তভোগীদের উপর গুরুতর প্রভাব ফেলে? দলটিকে মনে করিয়ে দিন যে অল্প কিছু মানুষ প্রভাবিত হলেও, যদি উক্ত মানবাধিকার লঙ্ঘন সেই মানুষগুলোর উপর বিধ্বংসী প্রভাব ফেলে, তবে সমস্যাটি একটি গুরুতর সমস্যা।
- সমস্যাগুলোর পেছনে কাদের ভূমিকা রয়েছে?
  - রাষ্ট্র কি সক্রিয়ভাবে মানবাধিকার লঙ্ঘন করছে, নাকি অন্যদের দ্বারা সৃষ্ট সমস্যার বিষয়ে নিষ্ক্রিয় থাকছে, নাকি ফরব-এর প্রচারে সক্রিয় ভূমিকা পালন করছে?
  - আমরা নিজেরাও কি সচেতন বা অচেতনভাবে সমস্যাগুলোর জন্য দায়ী?
- এমন কোন চরিত্র - ব্যক্তি বা ধর্মীয় সম্প্রদায় - আছে কি যাদের সমস্যাগুলি আমরা সত্যিই জানি না বা সঠিকভাবে বুঝতে পারি না? আমরা কি তাদের অভিজ্ঞতা সম্পর্কে জানার চেষ্টা করতে পারি এবং আমাদের মানচিত্র এবং বিশ্লেষণে সেটা যুক্ত করতে পারি?
- এই সমস্যাগুলো চিহ্নিত করতে পেরে আপনার অনুভূতি কী?

আলোচনা চলাকালীন, অংশগ্রহণকারীদের দেয়া উদাহরণগুলোতে ফরব লঙ্ঘনগুলি প্রায়শই কীভাবে অন্যান্য মানবাধিকার লঙ্ঘনের সাথে জড়িত থাকে তা তুলে ধরার চেষ্টা করুন, যেমন, নারীদের অধিকার, শিক্ষার অধিকার বা কর্মসংস্থানের অধিকার। সব মানবাধিকারই একটি অন্যটির সাথে যুক্ত। সবগুলো মানবাধিকারই আমাদের প্রয়োজন!

### দ্রষ্টব্য

এই অনুশীলনটির জন্য ২০ মিনিটের বেশি সময় ব্যবহার করে ফেলাটা খুব সহজ। একটি প্রশ্ন নিয়ে বেশিক্ষণ আলোচনা না করে যতো বেশি প্রশ্ন নিয়ে আলোচনা করা যায়, করুন। এই আলোচনার জন্য আরও সময় বরাদ্দ করতে হলে 'যা কিছু মঙ্গলকর' অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।



সম্মিলিত অনুশীলন

পরামর্শ! আমাদের শহরের ফ্লিপ চার্ট শীটের ফরব মানচিত্রটি সংরক্ষণ করুন, সন্তব হলে দেয়ালেই ঝুলিয়ে রাখুন। পরবর্তী সবকটি অধিবেশনের জন্য সেগুলো প্রয়োজন হবে।

## ৭. সমাপনী মন্তব্য এবং সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প ৫ মিনিট

### বর্ণনা

এই ক্ষুদ্র আলোচনাটি দিয়ে অধিবেশনটি শেষ হবে। এই আলোচনায় একজন সাধারণ ব্যক্তির সমাজ পরিবর্তনের গল্প শোনান যে গল্পে তিনি ফরব-এর অধিকার আদায়ের জন্য লড়েছিলেন। পরবর্তী অধিবেশনে কোন বিষয়গুলো থাকবে তা অংশগ্রহণকারীদেরকে জানিয়ে দিন।

### কী বলতে হবে

নিম্নোক্ত বক্তব্যগুলো তুলে ধরুন। সম্ভব হলে এমিনার গল্পটি ব্যাখ্যা করতে অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্টের ১৪-১৯ স্লাইডগুলি (বা স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণ) ব্যবহার করুন।

- আমরা এখন স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির ১ম খন্ডের পঞ্চম অধিবেশনের শেষে রয়েছি।
- এই অধিবেশনগুলিতে আমরা মানবাধিকার, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা, পরিচয়, বিশেষাধিকার, প্রতিকূলতা এবং আমাদের দেশ ও সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার পরিস্থিতি সম্পর্কে জেনেছি ও দেখেছি। মানুষ যেসব সমস্যার সম্মুখীন হয় সেগুলোর উপরও আলোকপাত করেছি।
- সমস্যাগুলি কী বা কী পরিবর্তন করতে হবে - সে সম্পর্কে আমরা সবসময় একমত হতে পারি নি। তবে এমন কিছু বিষয়ও ছিল বা রয়েছে যেগুলোর ব্যাপারে আমরা একমত হতে পারি এবং যে পরিবর্তনগুলি আমরা সবাই দেখতে চাই।
- চিহ্নিত সমস্যাগুলির মুখোমুখি দাঁড়িয়ে আমাদের কাছে দুটি পথ থাকে: হতাশাগ্রস্ত এবং ক্ষমতাহীন বোধ করা অথবা প্রকৃত কোন সমস্যাকে চিহ্নিত করে সেটাকে পরিবর্তন করা (তা সে সমস্যাটা যত ছোটই হোক না কেন) এবং স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী হিসেবে গড়ে ওঠার প্রচেষ্টা ধরে রাখা।
- ১০৯ পৃষ্ঠা থেকে এমিনার গল্পটি পড়ুন এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ১৪-১৯ (বা এই স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণগুলি) দেখান।
- আসুন এমিনাকে তার অবদানের জন্য এবং নিজেদেরকে এই কোর্সের ১ম খন্ড সম্পূর্ণ করার জন্য সাধুবাদ জানাই। কোর্সের ২য় খন্ডে, কীভাবে পরিবর্তন ঘটানো সম্ভব - কী পদ্ধতি ব্যবহার করা যেতে পারে এবং সেজন্য কর্ম পরিকল্পনা কী হবে সেসব বিষয়ে আমরা আলোকপাত করবো।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

## যে দলগুলি কোর্সটির কেবল ১-৫ অধিবেশন পর্যন্তই অংশগ্রহণে ইচ্ছুক তাদের জন্য অতিরিক্ত বিষয়বস্তু

কোর্সটিকে ১ম খন্ডেই শেষ করতে হলে অনুগ্রহ করে অধিবেশন ৫ এর শেষে নিম্নলিখিত উপাদানগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন। হয় অধিবেশনটি ২০ মিনিট দীর্ঘ করুন অথবা অনুশীলন ১: যা কিছু মঙ্গলকর' বাদ দিন ও ম্যাপিং অনুশীলন থেকে ৫ মিনিটে সময় কমিয়ে দিন।

## ৮. মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত ১৫ মিনিট

কোর্সটি থেকে প্রাপ্তি কী সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে ভাবতে সাহায্য করবে এই সহজ ব্যক্তিগত মূল্যায়ন অনুশীলনটি।

### উপকরণসমূহ

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য 'মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত' অনুশীলনটির একটি করে বিলিপত্র
- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে কলম



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে বিলিপত্র দিন। বলুন যে, কোর্সটি থেকে তাদের প্রাপ্তি কী সে বিষয়ে এখন একটি মূল্যায়ন অনুশীলন করা হবে। কোর্সটির মূল্যায়নের জন্য পৃষ্ঠাগুলি রেখে দেবেন কিনা বা স্মৃতিচিহ্ন হিসাবে এগুলো তারা বাড়িতে নিয়ে যেতে পারবেন কিনা সে সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিন। পৃষ্ঠাগুলি আপনি রেখে দিতে চাইলে অংশগ্রহণকারীরা যেন সেখানে তাদের ব্যক্তিগত কিছু না লেখে সে বিষয়টি পরিস্কারভাবে ব্যক্ত করুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৩ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে নিচের বিষয়গুলো নিয়ে চিন্তা করতে বলুন:

- কোর্সটি থেকে কী জ্ঞান এবং ধারণা অর্জন করেছেন তা নিয়ে চিন্তা করুন, এবং মস্তিস্কের চিত্রটিতে সেগুলি লিখে ফেলুন।
- কোর্সটি থেকে কী অনুভূতি, আবিষ্কার বা নতুন দৃষ্টিভঙ্গি অর্জন করেছেন তা নিয়ে ভাবুন এবং হৃদয়ের চিত্রটিতে সেই অনুভূতিগুলি লিখে ফেলুন।
- পদক্ষেপ নেওয়া বা ভিন্নভাবে কিছু করার জন্য আপনার যে ধারণাগুলো রয়েছে তা নিয়ে ভাবুন। এবং হাতের চিত্রে সেগুলো লিখে ফেলুন।
- যতটুকু সম্ভব (মস্তিস্ক, হৃদয়, হাত সম্পর্কে) সুনির্দিষ্ট থাকতে চেষ্টা করুন। অনুশীলনটির জন্য তাদেরকে ৫ মিনিট সময় দিন।

আপনার দলটির আকারের উপর ভিত্তি করে, হয় প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে মস্তব্য (মস্তিস্ক-হৃদয়-হাত অনুশীলনের সাথে প্রাসঙ্গিক হতে হবে) করতে বলুন বা অংশগ্রহণকারীদেরকে জোড়ায় জোড়ায় ভাগ হয়ে নিজেদের মধ্যে ধারণা বিনিময় করতে বলুন। (৮ মিনিট)

(বিকল্প সংস্করণ: তিনটি পৃথক ফ্লিপ চার্ট শীটে একটি মস্তিস্ক, হৃদয় এবং হাত আঁকুন। অংশগ্রহণকারীদেরকে আঠায়ুক্ত ছোট কাগজে উপরের প্রশ্নগুলির উত্তর লিখতে বলুন এবং লেখা শেষ হলে সেগুলি ফ্লিপ চার্ট শীটে আটকে দিন। ফলাফলগুলি নিয়ে সম্মিলিতভাবে আলোচনা করুন।)

### ৯. ধন্যবাদ জ্ঞাপন এবং বিদায় ৫ মিনিট

কোর্স চলাকালীন, অংশগ্রহণকারীরা একে অপরকে আরও ভালভাবে জানতে পেরেছে এবং তাদের সময় ও প্রচেষ্টা দিয়ে অবদান রেখেছে। কোর্স চলাকালীন তারা যে নতুন ধারণা, অন্তর্দৃষ্টি, দক্ষতা অর্জন করেছে ও সম্পর্ক গড়ে তুলেছে এবং কোর্সটিতে অবদান রেখেছে সেজন্য তাদেরকে ধন্যবাদ দিন এবং আনন্দ উদযাপন করুন।

অংশগ্রহণকারীদের অবদানের প্রতিদান স্বরূপ এবং তাদেরকে ধন্যবাদ জ্ঞাপনের জন্য খুব সংক্ষিপ্ত একটি অনুষ্ঠান উদযাপন করতে পারেন। যেমন কোন গান গেয়ে শোনাতে পারেন, কিছু কথা বলতে পারেন, বা প্রার্থনা করতে পারেন, অথবা নৃত্য করতে পারেন। অংশগ্রহণকারীদেরকে কোর্স সম্পন্ন করার সনদপত্র দিতে পারেন (মুদ্রণযোগ্য সনদপত্র আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে পাওয়া যাবে)।

#### সূত্র

ওয়াক অ্যান্ড স্টপ: মার্ক কলার্ড, প্লেমিও।

[www.playmeo.com/activities/energizer-warm-up-games/walk-stop/](http://www.playmeo.com/activities/energizer-warm-up-games/walk-stop/)

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## পরিস্থিতি কীভাবে আরও খারাপ (বা ভাল) হয়

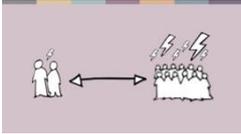
অধিবেশন ৫-এ উপস্থাপনার জন্য এই স্ক্রিপ্টটি পাওয়ারপয়েন্টের ৩-১৩ স্লাইড দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

### ভূমিকা



আগের অধিবেশনে:

- ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা'র লঙ্ঘনগুলি কেমন হয় এবং সেগুলো কীভাবে মানুষের জীবনকে প্রভাবিত করে তার উপর আমরা দৃষ্টিপাত করেছি।
- কে বা কারা লঙ্ঘনকারী - রাষ্ট্র, আইন এবং/অথবা কর্মকর্তাদের সক্রিয়তা বা নিষ্ক্রিয়তা, বা সমাজের মানুষ,
- এবং এই লঙ্ঘনগুলি কেমন হতে পারে তা অন্বেষণ এবং সনাক্ত করার জন্য আমরা কিছু নাটক দেখেছি।



কীভাবে লঙ্ঘনগুলি সহনীয় পর্যায়ে থেকে খারাপের দিকে যায় - ব্যক্তি বিশেষকে প্রভাবিত করে এমন বিক্ষিপ্ত ঘটনা থেকে শুরু করে জনগনের অধিকারের উপর সুব্যবস্থিত, ব্যাপক আকারের গুরুতর আক্রমণ, ইত্যাদি নিয়ে আমরা এখন চিন্তা ভাবনা করবো। কীভাবে পরিস্থিতি আরও খারাপ হয় সে বিষয়ে আলোকপাত করার একটি উপায় হল - বিভ্রান্তি, বৈষম্য এবং সহিংসতা - এই তিনটি পর্যায় সম্পর্কে চিন্তা করা।

### নিপীড়নের তিনটি পর্যায়

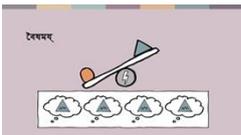


প্রথম পর্যায়টি হলো বিভ্রান্তিমূলক তথ্য। এই পর্যায়ে ব্যক্তি বিশেষ বা বিভিন্ন গোত্রের মানুষের সম্পর্কে, যেমন ধর্মীয় সংখ্যালঘুদের সম্পর্কে, কুসংস্কার, গণ্ডাধা ধারণা এবং মিথ্যা অভিযোগের অপপ্রচার করা হয়। এই ধরনের পক্ষপাতদুষ্ট ধারণাগুলি অনেক ভাবে ছড়ায়- যেমন বাবা-মা, শিক্ষক এবং পাঠ্য বই থেকে শিশুরা যেসব শেখে তার দ্বারা, রেডিও বা সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমের দ্বারা বা রাজনীতিবিদদের বক্তৃতা এবং ধর্মীয় নেতাদের প্রচারণার দ্বারা।



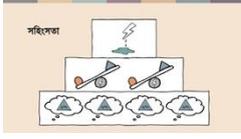
কোন সমাজই পক্ষপাতদুষ্ট ধারণা থেকে মুক্ত নয়, কিন্তু এসব পক্ষপাতদুষ্ট এবং গণ্ডাধা ধারণাগুলির মোকাবেলা করা না হলে, এবং বিশেষত রাজনৈতিক ও ধর্মীয় নেতাদের মাধ্যমে এইসব ধারণার প্রচারণা চালানো হলে তা অসহিষ্ণুতামূলক সংস্কৃতির জন্ম দেয় এবং সম্প্রদায়গুলির মধ্যে উত্তেজনা বৃদ্ধি করে।

এর ফলে অন্যদের বিরুদ্ধে কেবল বৈষম্যমূলক চিন্তাভাবনা, আলোচনা ইত্যাদিই নয় বরং পদক্ষেপ নেয়াটাও সাধারণ মানুষ থেকে শুরু করে স্থানীয় কর্মকর্তা এমনকি সরকারের জন্যও সহজ কিংবা স্বাভাবিক হয়ে ওঠে। ভুল তথ্য বৈষম্যকে দৃশ্যত গ্রহণযোগ্য বলে মনে করতে শেখায়। এর সবচেয়ে চরম রূপ হলো বিভ্রান্তিমূলক তথ্য ব্যবহার করে মানুষকে প্ররোচিত করা যাতে তারা মনে করে যে অন্যদের প্রতি কেবল বৈষম্যই নয়, বরং সহিংসতাও সমর্থনযোগ্য এমনকি ন্যায়সঙ্গত।



বৈষম্য মানুষকে জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে প্রভাবিত করে। গত অধিবেশনে, আমরা সরকার দ্বারা সংঘটিত বৈষম্যের উদাহরণ দেখেছিলাম- যেমন পারিবারিক এবং ব্যক্তিগত পরিচয় সংশ্লিষ্ট বৈষম্যমূলক আইন, পুলিশ ও আদালত দ্বারা আইনগুলোর বাস্তবায়নে বৈষম্য এবং শিক্ষার মতো অন্যান্য সেবাগুলোর বিধানে বৈষম্য। আমরা বেসরকারি খাতেও বৈষম্যের উদাহরণ দেখেছি যা কর্মসংস্থানে প্রবেশাধিকারকে প্রভাবিত করে।

কোনো সমাজই বৈষম্য থেকে মুক্ত নয়, তবে ব্যাপক ও নিয়মতান্ত্রিক বৈষম্য তখনই টিকে থাকে যখন এটি অজ্ঞতা ও অসহিষ্ণুতার সংস্কৃতির ওপর প্রতিষ্ঠিত হয়। সংখ্যাগরিষ্ঠরা যখন এধরনের বৈষম্যকে প্রত্যাখ্যান করে তখন বৈষম্য টিকতে পারে না।



অপরদিকে, বিভ্রান্তিমূলক তথ্য যেমন বৈষম্যের ভিত্তি তৈরি করে, তেমনি বিভ্রান্তিমূলক তথ্য ও বৈষম্য একসাথে হলে তা সহিংসতার ভিত্তি তৈরি করে। সমাজে সহিংসতার অনেক রূপ থাকতে পারে - ভাঙচুর থেকে হয়রানি, ছমকি থেকে শারীরিক নির্যাতন। অন্যদিকে রাষ্ট্রীয় সহিংসতার উদাহরণ হিসেবে উল্লেখ করা যায় নির্বিচারে কারাবাস, নির্যাতন এবং জেডার বা লিঙ্গ-ভিত্তিক সহিংসতা।

### মাত্রা, সংঘটনের হার এবং প্রভাব



বিভ্রান্তি, বৈষম্য এবং সহিংসতা, এই তিন ধরনের সমস্যাই মাত্রা, সংঘটনের হার, এবং প্রভাবের ক্ষেত্রে বিভিন্ন স্তরের হতে পারে। কোন একটি লক্ষণ কিছু ব্যক্তি থেকে শুরু করে বিশাল গোষ্ঠীকেও প্রভাবিত করতে পারে। লক্ষণ বিক্ষিপ্ত, নিয়মিত বা নিয়মতান্ত্রিক হতে পারে - যার অর্থ এটি গঠনতন্ত্র এবং সামাজিক কাঠামোর সাথে ওতোপ্রোতোভাবে জড়িত। এবং ক্ষতিগ্রস্ত মানুষের উপর এর প্রভাব সীমিত বা বিধ্বংসীও হতে পারে।



বিভিন্ন দেশ থেকে অর্জিত অভিজ্ঞতার আলোকে বলা যায় যে, পক্ষপাতদুষ্ট ধারণা এবং বিভ্রান্তিমূলক তথ্যের ব্যাপকতা এবং তীব্রতা যতো বেশি হয়, বৈষম্যও ততো বেশি ব্যাপক এবং গুরুতর হয়ে ওঠে। এবং এই দুই-এর ব্যাপকতার সাথে একই তালে সহিংসতার ব্যাপকতা ও তীব্রতা বৃদ্ধি পায় বা এর আশঙ্কা বাড়ে। এদের একটি অন্যটিকে উসকে দেয়। এগুলো হতাশাব্যঞ্জক মনে হতে পারে, কিন্তু কীভাবে অবস্থা আরও খারাপ হয় তা বুঝতে পারলে অবস্থার উন্নতি কীভাবে করা যাবে সেটা বুঝতে পারাটা সহজ হবে।

### উপসংহার

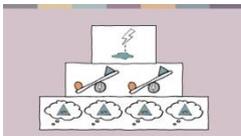


সবকিছুর সূচনা হয় আমাদের চিন্তাধারা, কথা বলা এবং একে অন্যের প্রতি আচরণের ধরন দিয়ে। সুতরাং এখানে আমাদের প্রত্যেকেরই কিছু না কিছু করার সুযোগ আছে - যেমন, আমাদের পরিবারে এবং ব্যক্তিগত নেটওয়ার্কে। সামাজিক পর্যায়েও এ সম্পর্কে কিছু করতে পারাটা অসম্ভব কিছু নয় - যেমন এক্ষেত্রে আমাদের ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজ, বিদ্যালয় এবং কর্মক্ষেত্রের কথা উল্লেখ করা যেতে পারে।

অবশ্য, এই প্রচেষ্টা যথেষ্ট নয়। মানুষের জন্য ক্ষতিকর এবং বৈষম্যমূলক দাণ্ডিক ব্যবস্থাসমূহ (অফিসিয়াল সিস্টেমস) পরিবর্তন করতে হবে - অন্যায্য আইন থেকে শুরু করে স্কুল শিক্ষক, পুলিশ বা অন্যান্য কর্মকর্তাদের আচরণ - অনেক কিছুই বদলাতে হবে।



এই ধরনের পরিবর্তন সম্ভব করার জন্য আমাদের প্রয়োজন সংখ্যালঘুদের যারা তাদের অধিকার সম্পর্কে জানেন এবং অধিকার আদায়ের জন্য প্রস্তুত, এবং সংখ্যাগরিষ্ঠ সম্প্রদায়ের সেইসব মানুষদেরকে যারা সংখ্যালঘুদের পাশে দাঁড়ানোর জন্য প্রস্তুত। আমাদের আরও প্রয়োজন হবে রাজনৈতিক ও ধর্মীয় নেতাদের যারা মানবাধিকারকে সম্মান করা, সুরক্ষা দেয়া এবং এর প্রচার ও সমুল্লত করার প্রতি নিজেদের দায়িত্বটা বোঝেন।



এই ধরনের প্রচেষ্টাকে বাস্তবে পরিণত করা একটি ধীর এবং কঠিন প্রক্রিয়া। কিন্তু এই প্রক্রিয়াটি শুরু হয় যখন আমরা আমাদের প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণ করি এবং সমস্যাগুলি কী তা চিহ্নিত করি। বিভ্রান্তি - বৈষম্য - সহিংসতা শীর্ষক তিন-পর্যায়ের এই নমুনাটি ব্যবহার করলে সম্পূর্ণ কাজটি আমাদের জন্য সহজ হবে।

### স্বীকারোক্তি

এই স্ক্রিপ্টটি জোহান ক্যানডেলিনের তৈরি 'থ্রি ফেজ অব নিপীড়ন' মডেলের উপর ভিত্তি করে তৈরি হয়েছে।

# সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

নিম্নলিখিত গল্পটি অধিবেশন ৫-এর সমাপনী মন্তব্যের অংশ হিসাবে পড়ে শুনতে হবে। অধিবেশন ৫-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৬১-৬৩-এ গল্পটি চিত্রিত হয়েছে।

## এমিনার গল্প, বসনিয়া হার্জেগোভিনিয়া

১৯৯৫ সালে বসনিয়ার যুদ্ধের শেষে, বসনিয়া হার্জেগোভিনিয়ার ধর্মীয় ভূচিত্রের নাটকীয় পরিবর্তিত ঘটে। মুসলিম সংখ্যাগরিষ্ঠ কিছু এলাকা খ্রিস্টান সংখ্যাগরিষ্ঠ হয়ে ওঠে এবং এর বিপরীতটাও ঘটে। জাতিগত এবং ধর্মীয় উত্তেজনা থেকেই যায়, এবং যারা তাদের আদি বাড়ির এলাকায় ফিরে যান, তাদেরকে ঝুঁকির মধ্যে বসবাস করতে হয়।

এ হলো এমিনা। এমিনা ইতিবাচক পরিবর্তনে অবদান রাখতে চান, তাই তিনি নাহলা নামের একটি বসনিয়ান এনজিও দ্বারা পরিচালিত মানবাধিকার প্রশিক্ষণ কোর্সে অংশ নেন।

“আমি কোর্সটি থেকে অনেককিছু অর্জন করেছি। আমি ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অর্থ বুঝতে পেরেছি এবং আমার নিজের প্রেক্ষাপটে লঙ্ঘনগুলিকে সনাক্ত করতে শিখে গেছি। আমি সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোতে ঘৃণাত্মক বক্তব্য সনাক্ত করে সেগুলোর বিরুদ্ধে অভিযোগ করতে শুরু করি।”

কোর্সটি শেষ হলে, নাহলা এমিনাকে এক দল তরুন স্বেচ্ছাসেবকদের সাথে পরিচয় করিয়ে দেয়। এই দলটি গণ্যমান্য এবং নির্ভরযোগ্য স্থানীয় ও জাতীয় সংবাদমাধ্যমগুলোতে প্রকাশিত ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা লঙ্ঘনের প্রতিবেদনগুলি নথিভুক্ত করে দেশে ঘটে যাওয়া সমস্ত ঘটনার বাৎসরিক তালিকা সংকলন করতো।

এমিনা বলেন, “আমাদের কাছে কিছু প্রশ্ন রয়েছে যেগুলো ব্যবহার করে আমরা ঘটনাগুলিকে শ্রেণিবদ্ধ করি, যেমন কোন সমাজ প্রভাবিত হয়েছে এবং লঙ্ঘনের ধরন কেমন - ছমকি, সম্পত্তির উপর আক্রমণ বা মানুষের উপর আক্রমণ ইত্যাদি।”

দলটি তাদের প্রতিবেদনগুলি বসনিয়ার কর্তৃপক্ষ, গণমাধ্যম এবং অর্গানাইজেশন ফর সিকিউরিটি অ্যান্ড কোঅপারেশন ইন ইউরোপ (ওএসসিই)-এর মতো আন্তর্জাতিক সংস্থাগুলিতে পাঠায়। ওএসসিই বার্ষিক প্রতিবেদনে প্রায়ই স্বেচ্ছাসেবকদের পাঠানো এই তথ্যগুলো অন্তর্ভুক্ত করে।

এমিনা বলেন, “আমি মনে করি আমাদের প্রতিটি পদক্ষেপ তাৎপর্যবাহী কিছু অবদান রাখতে পারে, তা সে পদক্ষেপ যতো ক্ষুদ্রই হোক না কেন। লঙ্ঘনগুলিকে নথিভুক্ত করা এবং এগুলোর প্রতি আন্তর্জাতিক দৃষ্টি আকর্ষণ করার মাধ্যমে কর্তৃপক্ষকে বিষয়গুলি গুরুত্ব সহকারে বিবেচনার জন্য রাজী করানো যায়। মানবাধিকার লঙ্ঘন সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি আমাদের নিজেদের পক্ষপাতদ্রষ্টতা সনাক্ত করতেও সাহায্য করে।”

সূত্র

এমিনা ফারল্যাক, পিআরভিআই এন্ড নাহলা সেন্টার ফর এডুকেশন এন্ড রিসার্চ



গল্প

# অধিবেশন ৬-৯

## ২য় খন্ড: পরিবর্তনের যাত্রা

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির লক্ষ্য হল অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) বিষয়ে সমাজ পরিবর্তনকারী হয়ে উঠতে সাহায্য করা। পরিবর্তন করার প্রক্রিয়াটি দীর্ঘ এবং কখনও কখনও এই যাত্রাটি কঠিন হয়ে ওঠে। যেকোনো যাত্রার মতোই, এই যাত্রার জন্যও একটি মানচিত্র থাকতে হবে এবং জানতে হবে যে ক অবস্থান থেকে ক অবস্থান পর্যন্ত কীভাবে ভ্রমণ করবেন!

কোর্সটির ২য় খন্ড অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের ‘পরিবর্তন যাত্রা’ পরিকল্পনা করতে সাহায্য করবে। ফরব এবং অন্যান্য অধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য ব্যবহার করা যাবে এরকম বিভিন্ন কৌশল (বা পদ্ধতি) সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীরা শিখবে এবং তাদের চিহ্নিত একটি ফরব সমস্যার জন্য কর্ম পরিকল্পনার নির্দেশনা পাবে। অধিবেশনগুলি দক্ষতা এবং কাজের উপর দৃষ্টিপাত করে - অর্থাৎ কথাকে কাজে পরিণত করতে অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রস্তুত করে তোলে!

২য় খন্ডে দুটি জোড়ায় বিভক্ত চারটি অধিবেশন রয়েছে। প্রতিটি জোড়াতেই শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলো অভিন্ন এবং একই শিক্ষণ প্রক্রিয়া অনুসরণ করা হয়েছে।

- অধিবেশন ৬ এবং ৭ কৌশল সম্পর্কিত জ্ঞান এবং এই কৌশলগুলি ব্যবহার করে অংশগ্রহণকারীরা কীভাবে মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করতে পারবে সে বিষয়ে আলোকপাত করে। অংশগ্রহণকারীদের অনুপ্রাণিত করার জন্য এই অধিবেশনগুলিতে সেই সকল সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প রয়েছে যারা এই কৌশলগুলো ব্যবহার করে তাৎপর্যপূর্ণ পরিবর্তন ঘটাতে পেরেছেন।
- অধিবেশন ৮ এবং ৯ কর্ম পরিকল্পনা এবং সমাজে পরিবর্তন আনার জন্য সুনির্দিষ্ট ধারণা তৈরি করার উপর দৃষ্টিপাত করে। এই দুইটি অধিবেশনে অংশগ্রহণকারীদের কর্ম পরিকল্পনার দক্ষতা বৃদ্ধি পাবে। তারা কর্ম পরিকল্পনার বিভিন্ন সরঞ্জাম ব্যবহার করে অনুশীলনগুলি করবে। আপনার দলটি কেমন তার উপর ভিত্তি করে এই কর্ম পরিকল্পনাগুলি (কোর্সটি সম্পন্ন করার পর) প্রয়োগযোগ্য বাস্তব পরিকল্পনা বা ‘নমুনা’ পরিকল্পনা হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে।

# অধিবেশন ৬

## গল্প থেকে অনুপ্রাণিত - কৌশল দিয়ে ক্ষমতায়িত

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

অধিবেশন ৬ এবং ৭-কে একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবলে ভালো হবে, কেননা এই অধিবেশন দুটির শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ এবং শিক্ষণ প্রক্রিয়াটিও অভিন্ন।

অধিবেশন ৬ ও ৭ এর শিক্ষার উদ্দেশ্য অভিন্ন হওয়ায় এবং একই শিক্ষণ প্রক্রিয়া অনুসরণ করার কারণে এই দুটি অধিবেশনকে একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা যায়।

মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার অনেক উপায় রয়েছে যেখান থেকে ১৫টি কৌশল তুলে ধরা যেতে পারে। অধিবেশন ৬ এবং ৭ এই কৌশলগুলির প্রাথমিক ধারণা প্রদান করে। অধিবেশন ৬-এ একটি উপস্থাপনা থাকলেও, এখানে তত্ত্ব নির্ভর শিক্ষণের পরিবর্তে গল্প শোনা এবং পারস্পরিক মত বিনিময়ের মাধ্যমে শেখা ও অনুপ্রেরণা যোগানোর উপর আলোকপাত করা হয়েছে।

এক বা একাধিক কৌশল সম্পর্কে গভীর জ্ঞান প্রদানের পরিবর্তে, এই অধিবেশন দুটি পরিবর্তন ঘটানোর বিভিন্ন উপায় সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের চোখ খুলে দেয়। ১৫৫-১৫৮ পৃষ্ঠাতে, এই কৌশলগুলি সম্পর্কে আরও গভীরভাবে শেখার জন্য পরামর্শ এবং অতিরিক্ত উপকরণ দেয়া আছে।

### ১৫টি কৌশলের সংক্ষিপ্ত বিবরণ

জরুরী কৌশল: প্রতিরোধ করা; দমন ও রক্ষা করা; সাহায্যের জন্য ফোন করা, ডাকা এবং সাবধান করা।

পরিবর্তনের কৌশল: প্রচার-প্রচারণা; পরামর্শ; প্রণোদনা প্রদান; অস্বীকার করা বা আপত্তি জানানো।

গড়ে তোলার কৌশল: সচেতনতা; সম্পৃক্ততা; দক্ষতা; সম্পর্ক এবং নেটওয়ার্ক তৈরি করা।

নিরাময় কৌশল: বস্তুগত এবং মনোসামাজিক সহায়তা; নথি লেখন; হাইলাইট করা এবং স্মরণ করা; বিচার ও ক্ষতিপূরণ দাবি করা।

#### দ্রষ্টব্য

৬-৭ অধিবেশনের বিষয়বস্তু সেন্টার ফর ভিকটিমস অব টরচার দ্বারা পরিচালিত নিউ ট্যাকটিকস ইন হিউম্যান রাইটস প্রজেক্টের তৈরি কৌশলের পদ্ধতিগত কাঠামোর অভিযোজিত সংস্করণ ব্যবহার করে প্রস্তুত করা হয়েছে। [www.newtactics.org](http://www.newtactics.org) এই ওয়েবসাইটটি আপনাকে অনেক অনুপ্রেরণা দিতে পারে!



### শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ

অধিবেশন ৬ এবং ৭ মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার কৌশল সম্পর্কিত জ্ঞান বিকাশের উপর আলোকপাত করে।

এই অধিবেশনের শেষে, অংশগ্রহণকারীরা:

- মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য চারটি ভিন্ন ধরনের কৌশলের সহজ ব্যাখ্যা দিতে সক্ষম হবে এবং প্রতিটি কৌশলের জন্য পদক্ষেপের উদাহরণ দিতে পারবে।
- নিজেদের সমাজে মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার ইচ্ছা প্রকাশ করবে।
- অংশগ্রহণকারীরা নিজেদের সমাজে ফরব প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য ব্যক্তিগতভাবে গ্রহণ করা সম্ভব এমন অন্তত পাঁচটি পদক্ষেপ, এবং তারা যেসব দল/সংস্থার সাথে জড়িত সেগুলোর মাধ্যমে গ্রহণ করা সম্ভব এমন আরও পাঁচটি পদক্ষেপ চিহ্নিত করবে।

## দ্রষ্টব্য

মনে রাখবেন যে এই শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলির বাস্তবতা নির্ভর করবে আপনার দলটির প্রারম্ভিক অবস্থার উপর। অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞান, দৃষ্টিভঙ্গি এবং পদক্ষেপ গ্রহণের দক্ষতায় কেমন অগ্রগতি হচ্ছে বা না হচ্ছে এবং কোন ক্ষেত্রগুলোতে অগ্রগতি হচ্ছে তা যেন সহায়ক সহজেই নির্ধারণ করতে পারেন সেজন্যই শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ এখানে সংযোজন করা হয়েছে। একটি অধিবেশনে এরকম কোন অর্জন না দেখা গেলেও কোর্সের অগ্রগতির সাথে সাথে ধীরে ধীরে এইসব বিষয়গুলিতেও অগ্রগতি ঘটতে পারে।

## অধিবেশনের বিষয়বস্তু



অধিবেশনের বিষয়বস্তু প্রারম্ভিক অনুশীলন: সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্পগুলো আলোচনায় অংশগ্রহণকারী দল সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প থেকে অনুপ্রেরণা নিয়ে অধিবেশনটির সূচনা করে।	২০ মিনিট
গভীরভাবে চিন্তার অনুশীলন: দর্শক এবং নিরাময়কারী কেন আমরা কখনও কখনও অবিচার বন্ধ করার জন্য কাজ করি এবং কখনও কখনও করি না সে সম্পর্কে গভীরভাবে চিন্তা ও মত বিনিময়ের সুযোগ সৃষ্টি করে।	২৫ মিনিট
স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন: আমি কে? এটি একটি চিত্রাঙ্কন অনুশীলন। যেসব ভিন্ন ভিন্ন প্রেক্ষাপটে আমাদের পক্ষে তাৎপর্যপূর্ণ কিছু করা সম্ভব সেইগুলো নিয়ে গভীর চিন্তা-ভাবনা ও মত বিনিময়।	১৫ মিনিট
উপস্থাপনা: কৌশলসমূহের প্রাথমিক ধারণা প্রদান এটি একটি মূল উপস্থাপনা যেখানে অগ্নিকাণ্ডের চিত্র ব্যবহার করে মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার চার ধরনের কৌশল (জরুরী, পরিবর্তন, গড়ে তোলা এবং নিরাময়ের কৌশল) সম্পর্কে ধারণা প্রদান করা হয়েছে।	১০ মিনিট
সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া নিয়ে দলীয় অনুশীলন: জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে অংশগ্রহণকারীরা “জরুরী” কৌশল এবং সেগুলি ব্যবহার করার বিভিন্ন উপায় নিয়ে সৃজনশীল আলোচনা করবেন।	৪৫ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য অধিবেশনের বিভিন্ন শিক্ষণীয় বিষয়গুলির মধ্যে যোগসূত্র স্থাপন করা।	২ ঘণ্টা
মোট সময়	২ ঘণ্টা

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি  
নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের  
যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

### অধিবেশনটির জন্য দরকারি উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উল্লেখিত অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সাধারণ উপকরণসমূহ ছাড়াও, এই অধিবেশনটি  
পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে ফ্লিপ চার্ট শীট এবং রঙিন কালির কলম।
- আগের অধিবেশনে তৈরি করা ‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’-এর ফ্লিপ চার্ট শীট।
- ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: জরুরী কৌশল’ শির্যক একটি ফ্লিপ চার্ট শীট এবং যথেষ্ট সংখ্যক  
আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ।
- কৌশলসমূহের সারাংশ সম্বলিত পোস্টার এবং জরুরী কৌশলের সবগুলি পোস্টারের মুদ্রিত  
সংস্করণ।
- (ঐচ্ছিক) পাওয়ারপয়েন্ট ব্যবহার না করলে পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-১০-এ প্রদত্ত সমাজ  
পরিবর্তনকারীদের গল্পের চিত্রগুলি মুদ্রণ করতে পারেন।

এখানে অধিবেশনটির  
আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ  
পাওয়া যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

চেয়ারগুলিকে সামনের দিকে মুখ করে চক্রাকারে সাজালে ভালো হবে। অধিবেশন শুরু হওয়ার আগে দেয়ালে ‘ফরব মানচিত্র’ এবং ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: জরুরী কৌশল’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি আটকে দিন।



‘আমি কে?’

“দর্শক-নিরাময়কারী’ এবং ‘আমি কে’ অনুশীলন দুটি অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে মিশ্র অনুভূতি তৈরি করেছিল। সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম এবং অন্যান্য অনেক ক্ষেত্রে আমরা যে ক্রমাগত নিছক দর্শকের ভূমিকা পালন করি তা উপলব্ধি করতে পেরে অংশগ্রহণকারীরা দুঃখবোধ করে। কিন্তু পরিবর্তনের বাস্তব কৌশলগুলো শেখার মধ্যে দিয়ে সক্রিয় পরিবর্তনকারী হয়ে ওঠার অনেক আশাও জাগ্রত করেছিল এই অনুশীলন দুটি। দলের অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে কৌশলগুলি ব্যবহার করার প্রতি দৃঢ় প্রত্যয় সৃষ্টি হয়েছিল।”

উকোহা গোবিয়া, সহায়ক, নাইজেরিয়া

## অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা

### ১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্পগুলি আলোচনার দল ২০ মিনিট

#### বর্ণনা

তিনটি গল্প পড়া হবে এবং দলীয় আলোচনা করা হবে।

#### উদ্দেশ্য

কোর্সটির ২য় খন্ডের প্রক্রিয়াটি শুরু করা এবং সমাজ পরিবর্তনের জন্য অন্যদের দ্বারা গৃহীত পদক্ষেপ থেকে অনুপ্রেরণা নিয়ে অধিবেশনটির একটি শুভ সূচনা প্রদান করা।

#### উপকরণসমূহ

- পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ১-১০ বা স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণ।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

অধিবেশনে সবাইকে অভ্যর্থনা জানান এবং নিম্নলিখিতভাবে ব্যাখ্যা করুন:

- এ পর্যন্ত অধিবেশনগুলোতে আমরা মানবাধিকার, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অধিকার এবং অধিকার লঙ্ঘন সম্পর্কে শিখেছি। আমাদের সমাজে ফরব লঙ্ঘনগুলি কী ধরনের তাও আমরা ম্যাপ করেছি।
- এখন থেকে আমরা কাজে দৃষ্টিপাত করবো! এই অধিবেশন এবং এর পরবর্তীতে আমরা বিভিন্ন পদ্ধতি বা কৌশলগুলো দেখবো যেগুলো মানবাধিকার প্রচার ও সম্মুদিত করার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। কীভাবে এই কৌশলগুলি ব্যবহার করা যেতে পারে সে সম্পর্কে চিন্তাভাবনা করবো। চূড়ান্ত দুটি অধিবেশনে আমরা কর্ম পরিকল্পনা উন্নয়নের উপর দৃষ্টিপাত করবো।
- আমরা এমন মানুষদের তিনটি গল্প শুনবো যারা তাদের সমাজে ‘ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা’ পরিস্থিতি পরিবর্তনের চেষ্টা করছে।

#### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৬ মিনিট

- অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-১০ বা এই স্লাইডগুলির মুদ্রিত সংস্করণ ব্যবহার করে ১২৪-১২৫ পৃষ্ঠায় দেয়া ‘সমাজ পরিবর্তনকারীদের’ গল্প তিনটি পড়ুন।
- পাশাপাশি বসা তিনজন করে অংশগ্রহণকারীকে নিম্নোক্ত বিষয়ে আলোচনা করতে বলুন: কোন গল্পটি আপনাকে সবচে বেশি টেনেছে বা অনুপ্রাণিত করেছে এবং কেন?

#### এই বলে শেষ করুন যে

হয়তো গল্পগুলিতে বর্ণিত পরিস্থিতি আমাদের নিজস্ব পরিস্থিতি থেকে অনেক আলাদা এবং গল্পের চরিত্রদের গৃহীত পদক্ষেপগুলি আমাদের জন্য প্রাসঙ্গিক নয়, কিন্তু এই সৃজনশীল এবং সাহসী সমাজ পরিবর্তনকারীরা সেই অনুপ্রেরণা যোগায় যে অনুপ্রেরণা থেকে আমরা বিশ্বাস করতে পারি যে পরিবর্তন সম্ভব এবং এর জন্য সংগ্রাম করা অর্থহীন নয়; আমরা প্রত্যেকেই কিছু না কিছু পার্থক্য তৈরি করতে পারি, তা সেটা যতো ছোটই হোক না কেন।

### ২. গভীর চিন্তা ও মত বিনিময় অনুশীলন: দর্শক এবং নিরাময়কারী ২৫ মিনিট

#### বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীরা গভীরভাবে চিন্তা করে আলোচনা করবে যে, কোন অন্যান্য থামাতে কতোবার তারা হস্তক্ষেপ (যতো ক্ষুদ্রই হোক না কেন) করেছে এবং কতোবার তারা কিছুই করেনি। যে বিষয়/প্রভাবকগুলো আমাদের হস্তক্ষেপ করার সম্ভাবনা বাড়িয়ে দেয় সেগুলি নিয়েও আলোচনা করবে।



দলীয় আলোচনা অনুশীলন



সম্মিলিত  
অনুশীলন

## উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনের উদ্দেশ্য হল:

- অংশগ্রহণকারীদেরকে অনুধাবন করতে সাহায্য করা যে, আমরা প্রত্যেকেই কোনো না কোনো সময়ে ‘দর্শক’ (অন্যায় ঘটতে দেখেও চুপ থাকা) এবং ‘নিরাময়কারী’র (অন্য কারো বা নিজের অধিকারের জন্য প্রতিবাদ করা - তা যতো তুচ্ছভাবেই হোক না কেন) ভূমিকায় অবতীর্ণ হয়েছি।
- অধিকার লঙ্ঘনের ক্ষেত্রগুলিতে আরও সক্রিয় ‘নিরাময়কারী’ হতে স্বেচ্ছায় যেসব সিদ্ধান্ত গ্রহণ করা যায় এবং পদক্ষেপ নেয়া যায় সেগুলি সনাক্ত করতে অংশগ্রহণকারীদের সহায়তা করা।

### উপকরণসমূহ

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে A4 কাগজের পাতা।
- যথেষ্ট সংখ্যক কলম বা পেন্সিল যেন প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি বা দুটি করে দেয়া যায়।
- ফ্লিপ চার্ট/হোয়াইটবোর্ড এবং মার্কার কলম।

## অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে A4 কাগজ দিন এবং কাগজটা অর্ধেক করে ভাঁজ করতে বলুন এবং প্রথমার্ধের শীর্ষে ‘দর্শক’ এবং দ্বিতীয়ার্ধের শীর্ষে ‘নিরাময়কারী’ শব্দ দুটি লিখতে বলুন।

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

- এখন আমরা এমন একটি অনুশীলন করবো যা পরিবর্তন ঘটানোর অভিজ্ঞতা সম্পর্কে ভাবতে আমাদেরকে সাহায্য করবে।
- একজন দর্শক হলেন এমন কেউ যিনি কোন অন্যায় (যেমন সহিংসতা বা বৈষম্য) ঘটতে দেখেও চুপ করে থাকেন এবং কিছুই করেন না।
- একজন নিরাময়কারী এমন একজন ব্যক্তি যিনি অন্যায়ের শিকার এক বা একাধিক ব্যক্তির পক্ষ নিয়ে কিছু বলেন বা করেন।
- জোর দিয়ে বলুন যে আমরা সবাই বিভিন্ন সময়ে এই দুটি ভূমিকাই পালন করেছি।

## অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ২০ মিনিট

- লিখুন এবং আঁকুন (৫ মিনিট)

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে তাদের বিলিপত্রে এই ভূমিকাগুলি পালনের একটি উদাহরণ লিখতে বা আঁকতে বলুন। এই উদাহরণ তারা যেকোন দৈনন্দিন পরিস্থিতি থেকে দিতে পারেন, যেমন সহপাঠীকে উত্যক্ত করতে দেখে সাহায্যের জন্য ডাকাডাকি করেছে, বা পরিবারের কোন সদস্য বা সহকর্মীর সাথে কেউ দুর্ব্যবহার করার সময় প্রতিবাদ করেছে; অথবা, কোন একটি অন্যায় ঘটনার সময় যে কোন কারণেই হোক তারা নিরব দর্শকের ভূমিকা পালন করেছে এবং সাহায্যের জন্য কাউকে ডাকেনি বা প্রতিবাদ করেনি।

- সম্মিলিত আলোচনা (১৫ মিনিট)

কোন না কোন সময় প্রত্যেকটি মানুষই উভয় ভূমিকা পালন করে থাকে - এই কথাটি জোর দিয়ে বলে আলোচনাটি শুরু করুন। এরপর দুই বা তিনজন ইচ্ছুক অংশগ্রহণকারীকে নীরব দর্শক বা নিরাময়কারী হিসেবে তাদের অভিজ্ঞতার উদাহরণ দিতে বলুন। তাদের উল্লেখিত নির্দিষ্ট ঘটনা নিয়ে আলোচনা করার প্রয়োজন নেই কেননা সেটা এই অনুশীলনের জন্য প্রাসঙ্গিক বিষয় নয়। শুধু এটাই তুলে ধরা দরকার যে সবারই এই দুই রকম ভূমিকা গ্রহণের অভিজ্ঞতা থাকে। এরপর দলটিকে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি জিজ্ঞাসা করুন:

- এই অনুশীলনটি করতে আপনার কেমন লেগেছে?
- আপনি কেন কখনও কখনও রুখে দাঁড়ান আবার কখনও কখনও কিছুই করেন না? ভূমিকার এই পার্থক্যের পেছনে কারণ কী?
- নিরব দর্শক না হয়ে বরং নিজের এবং অন্যের অধিকারের জন্য রুখে দাঁড়াতে সক্ষম একজন মানুষ হতে হলে আপনার কী কী সাহায্য লাগবে?

ফ্লিপ চার্ট শীট/হোয়াইটবোর্ডে তাদের দেয়া উত্তরগুলি লিখুন।



সম্মিলিত আলোচনা

শেষোক্ত প্রশ্নের উত্তরে অংশগ্রহণকারীর যা বলেছেন সেখান থেকে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি তুলে আনতে চেষ্টা করুন, অথবা এই বিষয়গুলি নিয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন করুন এবং উত্তর দিতে তাদেরকে অনুপ্রাণিত করুন:

- ভুক্তভোগীর সাথে সম্পর্ক থাকলে বা তার প্রতি সহমর্মিতা বোধ করলে আমাদের পদক্ষেপ নেয়ার সম্ভাবনা বেড়ে যায়।
- আমাদের সাথে যখন আরও কেউ থাকে, বিশেষ করে একটি সংগঠিত দলের অংশ হিসাবে আমরা পদক্ষেপ নেওয়ার ক্ষেত্রে আরও আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠি।
- লঙ্ঘনের বিষয় এবং ‘সিস্টেম’ বা ‘ব্যবস্থা’ সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে - যেমন, নিয়মগুলি কী এবং কার কাছে অভিযোগ করতে হবে বা সাহায্য চাইতে হবে সে সম্পর্কে জ্ঞান থাকলে আমরা আরও আত্মবিশ্বাসী হতে পারি।
- প্রস্তুতি থাকলে (পরিস্থিতিটা কেমন এবং কোন দিকে ধাবিত হতে পারে তা নিয়ে চিন্তা করে পদক্ষেপের আগাম পরিকল্পনা করা থাকলে) লঙ্ঘন মোকাবেলায় আমরা আরও আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠি। একই রকম পরিস্থিতি আগেও মোকাবেলা করে থাকলে আমরা আত্মবিশ্বাসী হয়ে উঠি। মানবাধিকার লঙ্ঘন মোকাবেলার চর্চা করার জন্য ভিন্ন চরিত্রে অভিনয় (রোল প্লে) একটি দারুণ উপায় হতে পারে।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ৩ মিনিট

পাওয়ারপয়েন্টের স্লাইড ১১ প্রদর্শন করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলি গুরুত্বের সাথে তুলে ধরে আলোচনাটি শেষ করুন:

- নীরব দর্শক না হয়ে বরং নিরাময়কারী হওয়ার জন্য আমরা সচেতন সিদ্ধান্ত নিতে পারি। যেমন, অধিকার লঙ্ঘনের দ্বারা ক্ষতিগ্রস্ত মানুষের সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা, দল হিসেবে সংগঠিত হওয়া, প্রয়োজনীয় তথ্য খোঁজা এবং কীভাবে আমরা একসাথে কাজ করতে চাই সেই পরিকল্পনা করা।
- আমরা সবসময় কাজ করতে পারব না - আর পারলেও সেটা করা নিরাপদ বা গঠনমূলক হবে না! কিন্তু আমরা যদি সম্পর্ক গড়ে তুলি এবং একত্রে কাজ করি তাহলে পদক্ষেপ নেয়ার সম্ভাবনাও বাড়বে এবং সেটা কার্যকরও হবে।
- ‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’র ফ্লিপ চার্ট শীটের প্রতি সবার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন। সবাইকে মনে মনে চিন্তা করতে বলুন যে চিহ্নিত সমস্যাগুলির মধ্যে থেকে তারা কোন কোন সমস্যার নিরাময়কারী হতে চান। (তাদেরকে চিন্তা করার সুযোগ দিন, উত্তরের জন্য তাড়া দেবেন না)
- বাকি অধিবেশনগুলিতে, কীভাবে আমরা এই সমস্যাগুলির ক্ষেত্রে দর্শক হয়ে না থেকে বরং নিরাময়কারী হতে পারি তা নিয়ে ভাববো।

### ৩. চিত্রাঙ্কন অনুশীলন: আমি কে? ১৫ মিনিট

দ্রষ্টব্য

এই অনুশীলনটি আনন্দদায়ক এবং এর বিশেষ অর্থও রয়েছে, কিন্তু অধিবেশনের প্রক্রিয়ার জন্য অপরিহার্য নয়। অন্যান্য অনুশীলনের জন্য আরও বেশি সময় দিতে হলে এই অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

অংশগ্রহণকারীরা তাদের ব্যক্তিগত এবং পেশাগত নেটওয়ার্ক চিত্রিত করবে এবং সনাক্ত করবে যে ‘কোথায়’ তারা কোন পার্থক্য তৈরি করতে পারে।

উপকরণসমূহ

- ফ্লিপ চার্ট শীট এবং কলম

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

প্রত্যেককে একটি ফ্লিপ চার্ট শীট এবং একটি ফ্লিপ চার্ট/রঙীন কলম দিন।

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

আমরা সবাই এমন একটি সমাজের অংশ যেখানে প্রচুর মানুষের সাথে আমাদের সম্পর্ক থাকে এবং আমরা বিভিন্ন ভূমিকা পালন করে থাকি, যেমন আমাদের পরিবারে, কর্মক্ষেত্রে বা ধর্মীয় সম্প্রদায়ে, বন্ধু মহলে এবং পরিচিতদের নেটওয়ার্কে।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচের বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

আমরা এখন আমাদের ব্যক্তিগত নেটওয়ার্ক চিত্রিত করার চেষ্টা করবো। কাগজের মাঝখানে নিজেদের আঁকুন এবং তারপরে কাগজের অন্যান্য অংশে আপনার নেটওয়ার্কগুলি আঁকুন। সেটা হতে পারে:

- পরিবার এবং বন্ধুবান্ধব।
- কর্মস্থল এবং সহকর্মী/স্কুল এবং সহপাঠী।
- ধর্মীয় সম্প্রদায়, এবং অন্য যেকোন আনুষ্ঠানিকভাবে স্বীকৃত (ফর্মালিসেড) দল বা আনুষ্ঠানিক নেটওয়ার্ক যাদের সাথে আপনি কোন না কোনভাবে জড়িত - হতে পারে ব্যক্তিগত শখের কারণে; যেমন ক্রীড়া দল, বা নারীদের দল।
- সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে আপনার নেটওয়ার্ক।

চিত্রিত প্রতিটি দল বা নেটওয়ার্কের ভেতরে বা এদের মাধ্যমে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা প্রচার ও সমৃদ্ধ করার জন্য আপনি কী ধরনের ভূমিকা পালন করতে পারেন সে সম্পর্কে চিন্তা করুন। এ জন্য আপনার হাতে সময় থাকবে ১০ মিনিট।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ৪ মিনিট

প্রত্যেককে চক্রাকারে দাঁড়িয়ে তাদের অঙ্কিত চিত্রগুলি ধরে রাখতে বলুন। চিত্রগুলি কতটা প্রাণবন্ত ও আকর্ষণীয় এবং সেগুলো আমাদের বিভিন্ন ভূমিকাগুলিকে কীভাবে তুলে ধরেছে সে সম্পর্কে মন্তব্য করুন।

নিম্নলিখিত মন্তব্যগুলি করুন:

- চিত্রিত বিভিন্ন পরিস্থিতির প্রতিটিতে আমরা একজন দর্শক বা সক্রিয় নিরাময়কারী হওয়ার ভূমিকা পালন করতে পারি। এই নেটওয়ার্ক এবং দলগুলির মধ্যে এবং এদের মাধ্যমে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা প্রচার ও সমৃদ্ধ করার ক্ষেত্রে আমরা একেত্রে একেটি সম্পদ হয়ে উঠতে পারি।
- কোর্সের বাকি অংশে আপনি যা কিছু শুনবেন এবং করবেন সেখানে অনুগ্রহ করে ৩টি প্রশ্ন সম্পর্কে চিন্তা করবেন। (পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ১২ অথবা একই প্রশ্ন সম্বলিত ফ্লিপ চার্ট দেখান)
  - আমি কী করতে পারি?  
যেমন, পিতামাতা, সন্তান, বন্ধু বা প্রতিবেশী হিসাবে আমার ভূমিকার ক্ষেত্রে। কর্মক্ষেত্রে অথবা ব্যক্তিগত জীবনে আমার ভূমিকার মাধ্যমে আমি কী করতে পারি - যেমন নিজের ধর্মীয় সম্প্রদায়ে?
  - যদি আমরা সংগঠিত হই এবং একসাথে কাজ করি তাহলে আমরা কী করতে পারি?  
যেমন আমার ধর্মীয় সম্প্রদায়, যুব গোষ্ঠী বা কর্মক্ষেত্র থেকে কি কোন উদ্যোগ নেয়া যেতে পারে?
  - আমরা অন্যান্য ব্যক্তি/প্রতিষ্ঠানকে কী করতে উৎসাহিত করতে পারি?  
কিছু কাজ আছে যেগুলো আমরা করতে পারি না, কিন্তু অন্যরা পারে - যেমন ভিন্ন একটি ধর্মীয় সম্প্রদায়, বা স্থানীয় স্কুলের প্রধান শিক্ষক। আমরা কাকে পদক্ষেপ নিতে উৎসাহিত করতে পারি?

## ৪. উপস্থাপনা: কৌশলসমূহ সম্পর্কে ধারণা প্রদান ১০ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনার লক্ষ্য হল যেসব বাস্তব উপায়ে অংশগ্রহণকারীরা মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করতে পারবে সেগুলো সম্পর্কে তাদের মধ্যে সচেতনতা তৈরি করা। মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করতে ব্যবহারযোগ্য চার ধরনের কৌশল সম্পর্কে এখানে ধারণা প্রদান করা হবে।



উপস্থাপনা

### উপকরণসমূহ

- উপস্থাপনাটির স্ক্রিপ্ট এই নির্দেশিকার ১২১ পৃষ্ঠায় পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ১৩-২৪ এর সাথে সাদৃশ্যপূর্ণ এবং এই স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে দেয়া আছে।
- স্ক্রিপ্টটির একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণ অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে দেয়া আছে।

### আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট এবং পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং প্রেক্ষাপটের জন্য উপযোগী করে সম্পাদনা করুন (অথবা স্লাইডগুলিতে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলি নিয়ে ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন) এবং স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলির প্রদর্শনের সাথে সাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।

পরামর্শ! আপনার উপস্থাপনা শেষ না হওয়া পর্যন্ত অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন/মন্তব্য করা থেকে বিরত থাকতে বলুন।

## ৫. আলোচনামূলক অনুশীলন - জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে ৪৫ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই দলীয় আলোচনার অনুশীলনটিতে ফরব সম্পর্কিত সমস্যাগুলি মোকাবেলায় মানুষ কীভাবে জরুরী কৌশল ব্যবহার করে থাকে সে সম্পর্কে বাস্তব উদাহরণ দেখে অংশগ্রহণকারীরা জরুরী কৌশলগুলো শিখবেন। অংশগ্রহণকারীরা তাদের সমাজে ফরব প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য কোন কৌশলগুলো কীভাবে ব্যবহার করা যায় তা নিয়ে সৃজনশীল দলীয় আলোচনায় মগ্ন হবেন এবং এর মাধ্যমে তাদের জ্ঞান এবং কর্ম দক্ষতা বৃদ্ধি পাবে।



দলীয় অনুশীলন

### উপকরণসমূহ

- সবগুলি ‘জরুরী কৌশল’ পোস্টারের মুদ্রিত সংস্করণ।
- আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ এবং কলম।
- ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: জরুরী কৌশল’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীট।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৪ মিনিট

নিম্নলিখিত বিষয়গুলি তুলে ধরুন:

- এই অধিবেশনের বাকি অংশে আমরা জরুরী কৌশলগুলির উপর আলোকপাত করবো এবং আমাদের সমাজে ফরব সম্পর্কিত সমস্যাগুলি মোকাবেলা করতে সেগুলো ব্যবহার করতে পারি কিনা তা নিয়ে চিন্তা-ভাবনা করবো। পরবর্তী অধিবেশনে অন্যান্য কৌশলগুলি দেখব।
- এই অনুশীলনটিতে আমরা জরুরী কৌশল সম্পর্কেও শিখবো এবং আমাদের সমাজে এই কৌশলগুলি ব্যবহার করে কী পদক্ষেপ নেয়া যায় তা নিয়েও তুমুল আলোচনা করবো। এজন্য আমাদেরকে এই প্রশ্নগুলো নিয়ে ভাবতে হবে: আমি কী করতে পারি, আমরা কী করতে পারি, এবং আমরা অন্যদেরকে কী করতে উৎসাহিত করতে পারি?
- কিন্তু শুরু করার আগে, আসুন ফরব-এর ক্ষেত্রে ‘জরুরী’ বলতে কী বুঝায় তা আরেকবার স্মরণ করার চেষ্টা করি। জরুরী কৌশল ব্যবহার করা হয় যখন কোন একটি এলাকায় কোন একজন ব্যক্তির মানবাধিকার লঙ্ঘন ঘটেছে বা ঘটতে যাচ্ছে তখন। তাই যদি হয়, তবে এই কৌশলগুলি ব্যবহার করে কী ধরনের ফরব লঙ্ঘন মোকাবেলা করা সম্ভব?

পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ২৪ দেখান এবং এই উদাহরণগুলি পড়ুন:

- হয়রানি, যেমন সংখ্যালঘু নারীদের রাস্তায় হয়রানি
- ঘৃণাত্মক বক্তব্য (অনলাইনে বা মুখোমুখি)
- ঘৃণাত্মক অপরাধ যেমন ভাঙচুর বা হামলা
- উপাসনালয়ে আক্রমণ
- সাম্প্রদায়িক সহিংসতা
- নির্বিচারে গ্রেফতার

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪০ মিনিট

- দলীয় আলোচনা (২০ মিনিট)
  - অংশগ্রহণকারীদেরকে তিনটি দলে বিভক্ত করুন।
  - তিনটি জরুরী কৌশল রয়েছে: প্রতিরোধ করা - দমন ও রক্ষা করা - এবং সাহায্যের জন্য ডাকা/ সাবধান করা। বলুন যে প্রতিটি দল এই কৌশলগুলির যেকোন একটিতে দৃষ্টিপাত করবে।
  - প্রতিটি দলকে আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ এবং কলম, কৌশলের পোস্টার, আনুষঙ্গিক গল্পের পোস্টার, এবং আলোচনার জন্য প্রশ্ন সম্বলিত বিলিপত্র দিন।
  - দলগুলিকে নিম্নলিখিত নির্দেশাবলী দিন: পোস্টারগুলিতে যা লেখা আছে তা পড়ুন। এরপর বিলিপত্রে প্রদত্ত প্রশ্নগুলি নিয়ে আলোচনা করুন। কীভাবে এই কৌশলটি ব্যবহার করে পদক্ষেপ নেয়া যায় তা নিয়ে গভীরভাবে চিন্তাভাবনা করে ছোট কাগজে পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা বা মতগুলো লিখে ফেলুন। আলোচনার জন্য ২০ মিনিট সময় পাবেন।
- সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া (২০ মিনিট)
  - প্রতিটি দলকে তাদের কৌশল এবং পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি উপস্থাপন করতে ৫ মিনিট সময় দিন। ছোট আঠায়ুক্ত কাগজে লেখা তাদের পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: জরুরী পদক্ষেপ’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীটে আটকে দিন।
  - উপস্থাপনার পরে, নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি আলোচনার জন্য আহ্বান করুন:
    - সবগুলি দল অন্য দলগুলির পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ শুনেছেন। জরুরী পরিস্থিতি মোকাবেলার উপায় সম্পর্কে কারও কি আর কোন ধারণা আছে?
    - ধারণাগুলো ভেবে বের করাটা কি কঠিন ছিল?
    - কোন ধারণাগুলো আপনার সবচেয়ে ভালো লেগেছে?

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন ১ মিনিট

দলটিকে উৎসাহিত করুন, এবং প্রত্যেকটি ধারণার জন্য তাদের প্রশংসা করুন এবং স্বীকার করুন যে ধারণা নিয়ে ভাবা সহজ কাজ নয় - বিশেষ করে জরুরী কৌশলের ক্ষেত্রে, যেখানে পদক্ষেপ নেওয়া ঝুঁকিপূর্ণ বা এমনকি বিপজ্জনকও হতে পারে।

৬. সমাপনী মন্তব্য: ৫ মিনিট

নিম্নলিখিত মন্তব্যগুলি করুন, ২৬-২৮ স্লাইডগুলি দেখান এবং অধিবেশনটি শেষ করুন:

- অধিবেশনের শুরুতে আমরা নিরব দর্শক থেকে নিরাময়কারী হয়ে ওঠার উপায় সম্পর্কে আলোচনা করেছিলাম। সম্পর্ক গড়ে তোলা, একসাথে কাজ করা, তথ্য খোঁজা এবং পরিকল্পনা ও প্রস্তুতি নিয়েও আমরা আলোচনা করেছি।
- যেসব প্রশ্নগুলো আমরা এতোক্ষণ আলোচনা করছিলাম সেগুলিই জরুরী কৌশলের সাথে জড়িত, যেমন:
  - ফরব সঙ্কটের কারণে কে, কোথায় এবং কখন প্রভাবিত হতে পারে তা সনাক্ত করা।
  - এইসব জরুরী পরিস্থিতি ঘটানোর আগেই কীভাবে আমরা সাড়া দিতে পারি সে সম্পর্কে চিন্তা করা
  - যেমন: সামাজিক মাধ্যমে ঘৃণাত্মক বক্তব্য বা পথে-ঘাটে হয়রানি দেখলে আমি কীভাবে প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করবো? নাকি আমরা চাই এমন একটি দলে যোগ দিতে যেখানে সবাই একত্রে পরিকল্পনা করে, প্রস্তুতি গ্রহণ করে ও কাজ করে? আমরা কি চাই এরকম কোন দলের হয়ে আরও সংগঠিত, সক্রিয় প্রতিক্রিয়া গড়ে তুলতে?
  - প্রতিক্রিয়া ব্যক্ত করার আগে প্রয়োজনীয় সমস্ত তথ্য এবং পরিচিতদের ফোন নম্বর বা ঠিকানা আছে কিনা তা দেখে নেয়া।
  - এবং অবশ্যই, আমরা যেন নিরাপদ থাকি এবং সমস্যাটাকে আরও জটিল করে না তুলি সেজন্য সম্ভাব্য ঝুঁকি নির্ধারণ করা।



সংক্ষিপ্ত  
আলোচনা

- অবশ্য, এমনও হতে পারে যে জরুরী কৌশল আসলে সেই কৌশল নয় যেটা আমরা ব্যবহার করতে চাই। হয়তো, সচেতনতা বৃদ্ধি বা পরিবর্তনের প্রচারণা চালানোর দায়িত্বটা আমাদেরকে দেয়া হলেই ভালো হবে। কারোর পক্ষেই সবকিছু করা সম্ভব নয় আর সবকিছু করার চেষ্টা করাটাও কারো উচিত নয়।
- পরবর্তী অধিবেশনে আমরা পরিবর্তনের কৌশল, গড়ে তোলার কৌশল এবং নিরাময় কৌশল সংশ্লিষ্ট পদক্ষেপের ধারণা নিয়ে সৃষ্টিশীল দলীয় আলোচনা করবো। আমাদের লক্ষ্য থাকবে সর্বোচ্চ সংখ্যক পদক্ষেপের ধারণা বের করা আনা!
- এরপর, কোর্সের শেষ দুটি অধিবেশনে, আমরা সবকিছু সংক্ষেপ করতে শুরু করব - যে সমস্যাগুলি আমরা মোকাবেলা করতে চাই, এবং চিহ্নিত পদক্ষেপগুলির মধ্যে যেগুলো আমাদের ক্ষেত্রে সবচেয়ে কার্যকর ও বাস্তবসম্মত হবে, শুধু সেগুলো নিয়েই আমরা চিন্তা করবো।
- সবাইকে তাদের সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য ধন্যবাদ জানিয়ে অধিবেশন শেষ করুন।

#### সূত্র

বাইস্ট্যাভার-হিলার: হিউম্যান রাইটস এডুকেশন হ্যান্ডবুক, ক্রিস্টি রুডেলিয়াস-পামার, মিনেসোটা ইউনিভার্সিটি হিউম্যান রাইটস রিসোর্স সেন্টার থেকে সংগৃহীত।

[https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Human\\_rights\\_education\\_handbook.pdf](https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Human_rights_education_handbook.pdf)

কৌশলসমূহ সম্পর্কে ধারণা প্রদান/জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে -এর মূল উপস্থাপনা এবং অনুশীলনগুলি নিউ ট্যাকটিকস ইন হিউমেন রাইটস প্রজেক্ট-এর কৌশলের নমুনা থেকে সংগৃহীত।

[www.newtactics.org](http://www.newtactics.org)

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## মানবাধিকার প্রচার বা সমুন্নত করার কৌশলসমূহ

অধিবেশন ৬-এ উপস্থাপনার জন্য এই স্ক্রিপ্টটি পাওয়ারপয়েন্টের ১৩-২৪ স্লাইড দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

### ভূমিকা



এই অধিবেশন এবং এর আগেটিতে আমরা বিভিন্ন ব্যক্তিদের গল্প শুনেছি যারা তাদের সমাজে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংক্রান্ত পরিস্থিতি আরও ভাল করার জন্য অনেক কিছু করেছেন বা করছেন। নিজেদের সমাজে ফরব-এর সমস্যার কথাও আমরা স্মরণ করেছি (আমাদের শহরের ফ্লিপ চার্ট শীটে ফরব-এর প্রতি সবার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন)।

আমরা এখন বিভিন্ন কৌশল সম্পর্কে শিখবো যেগুলো সমাজ পর্যায়ে মানবাধিকারের প্রচার ও সুরক্ষার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। এ পর্যায়ে আমরা আমাদের সমাজে যে সমস্যাগুলি চিহ্নিত করেছি সেগুলো মোকাবেলা করার জন্য কীভাবে এই কৌশলগুলি আমরা ব্যবহার করবো তা নিয়ে চিন্তা করবো।



কিন্তু, কৌশল বলতে আমরা কী বুঝি? কৌশলকে সংজ্ঞায়িত করা হয় এভাবে যে 'কোন লক্ষ্য অর্জনের জন্য পরিকল্পিত পদক্ষেপের তালিকা'।



মানবাধিকার সম্পর্কিত কাজের জন্য চারটি ভিন্ন ধরনের কৌশল রয়েছে। এই চার ধরনের কৌশলগুলো সহজে বুঝার জন্য আমরা অগ্নিকান্ডকে রূপকার্থে মানবাধিকার লঙ্ঘন বলে ভাবতে পারি। অগ্নিকান্ড এমন আগুন নয় যার চারপাশে বসে আরামদায়ক উষ্ণতা উপভোগ করা যায়; এটা বিপজ্জনক, নিয়ন্ত্রণের বাইরে চলে যাওয়া আগুন। মানবাধিকার লঙ্ঘনের মতোই আগুন মানুষের ক্ষতি করে - আঘাতে জর্জরিত করে, আহত করে, জীবনহানি করে এবং সম্পত্তি ধ্বংস করে।

তাহলে আমরা কীভাবে অগ্নিকান্ড বন্ধ করবো? আমরা চার ধরনের কাজ করে থাকি:

### 1. জরুরী কৌশল



জরুরী কৌশলগুলি হল অগ্নিকান্ড ঘটানোর আগেই দমন করা, আগুন নিভিয়ে দেওয়া এবং মানুষকে বাঁচানো। একটা বাচ্চাকে দিয়াশলাইয়ের জ্বলন্ত কাঠি নিয়ে খেলতে দেখলে আপনি কী করবেন? আপনি ওটা নিভিয়ে দেবেন এবং দিয়াশলাইটা তার কাছ থেকে নিয়ে নেবেন, তাই না? আগুন ধরার আগেই তা প্রতিরোধের চেষ্টা করবেন।

আপনি যদি খুব দেরি করে ফেলেন তাহলে হয়তো দেখা যাবে যে ছোটখাট একটা অগ্নিকান্ড শুরু হয়ে গেছে। সেক্ষেত্রে অগ্নি নির্বাপক যন্ত্র বা এক বালতি পানি দিয়ে এটা নিজেই নেভাবার চেষ্টা করবেন। আপনি অগ্নিকান্ডটি প্রতিরোধ করে ঝুঁকিতে থাকা মানুষ এবং সম্পত্তি রক্ষা করার চেষ্টা করবেন।

কিন্তু অগ্নিকান্ডটা যদি এতো বড় হয়ে যায় যে সেটা আপনি বা আপনারা নেভাতে পারছেন না, তাহলে দমকল বাহিনীকে সাহায্যের জন্য ডাকবেন এবং মানুষদেরকে সতর্ক করবেন এবং তাদের ঘর থেকে বের হয়ে আসার জন্য বলবেন।

মানবাধিকারের জরুরী কৌশল ঠিক এমনই! আমরা মানবাধিকার লঙ্ঘন সংশ্লিষ্ট জরুরী কৌশল ব্যবহার করি তখনই যখন এরকম কোন লঙ্ঘন কোন নির্দিষ্ট এলাকায় কোন নির্দিষ্ট মানুষদের সাথে ঘটছে বা ঘটানোর আশংকা রয়েছে। এর মানে হলো লঙ্ঘন প্রতিরোধ বা দমন করতে এবং মানুষকে রক্ষা করতে সরাসরি হস্তক্ষেপ করা বা সাহায্যের জন্য ডাকা এবং বিপদগ্রস্ত মানুষদেরকে সতর্ক করা।



তাহলে, কোন ধরনের ফরব লঙ্ঘনের জন্য আমরা 'জরুরি' কৌশল ব্যবহার করতে পারি? হয়রানি, ঘণাত্মক বক্তব্য, হামলা, সম্পত্তি ভাংচুর, উপাসনালয়ে হামলা, সাম্প্রদায়িক সহিংসতা এবং নির্বিচারে গ্রেপ্তার এইগুলো সবই হলো সেই ধরনের লঙ্ঘনের উদাহরণ যা নির্দিষ্ট স্থানে, নির্দিষ্ট সময়ে, নির্দিষ্ট ব্যক্তি বা গোষ্ঠীর সাথে ঘটতে পারে।

যদিও জরুরী কৌশলগুলি ব্যবহার করে এরকম তাৎক্ষণিক ঘটনাগুলিতে সাড়া দেয়া যায়, তবে এর জন্য আমাদের প্রস্তুতও থাকতে হয়। জানা থাকতে হয় যে আমাদের কী করতে হবে। ঠিক যেভাবে মানুষেরা দমকল বাহিনীর নম্বর মনে রাখে বা কীভাবে অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র ব্যবহার করতে হয় তা শিখে, তেমনি করে আমরাও লঙ্ঘন প্রতিরোধ বা থামানোর উপায়গুলি সম্পর্কে জানতে পারি, এবং লঙ্ঘন ঘটলে সাহায্যের জন্য ডাকাডাকি করতে পারি বা ফোনও করতে পারি।

## 2. পরিবর্তনের কৌশল



অগ্নিকাণ্ড ঘটে এবং বিভিন্ন কারণে ছড়িয়ে পড়ে - যেমন বৈদ্যুতিক তারের ঝুঁকিপূর্ণ সংযোগ। পরিবর্তনের কৌশল হলো সেই পরিস্থিতিগুলিকে পরিবর্তন করা যেগুলো অগ্নিকাণ্ডের দিকে ধাবিত করে। যেমন, নির্মাণ সংক্রান্ত বিধি-বিধান যা বৈদ্যুতিক তার সংযোগের নিরাপত্তার নিশ্চয়তা প্রদান করে।

মানবাধিকার লঙ্ঘনগুলিও বিভিন্ন কারণে ঘটে - যেমন সমাজে মানুষদের সুরক্ষার জন্য দরকারী নিয়মগুলো না থাকা বা এই নিয়মগুলি অনুসরণ করা হচ্ছে কি না সেটা নিশ্চিত করা যাদের দায়িত্ব, তাদের দায়িত্বের প্রতি অবহেলা অথবা সমাজে 'তারের সেই সংযোগেই' ত্রুটি থাকা।



এমন অনেক মানবাধিকার লঙ্ঘন আছে যেগুলো সমাধানের একমাত্র উপায় নিয়ম পরিবর্তন করা বা কোনকিছু করার পছন্দ বদলে ফেলা। ৪টি ভিন্ন উপায়ে সেটা করা যেতে পারে:

- সমস্যাটি সকলের দৃষ্টিগোচর করতে প্রচারণা ও প্রতিবাদ করে,
- যাদের পরিবর্তন করার ক্ষমতা আছে তাদেরকে বোঝানো যে এই সমস্যা সম্পর্কে তাদের কিছু করা উচিত - এ বিষয়টাকে পরামর্শ করা বলে আখ্যায়িত করা যাক,
- ভিন্নভাবে আচরণ করার জন্য মানুষকে প্রণোদনা প্রদান করে,
- অথবা নেতিবাচক আইন বা সামাজিক রীতিনীতির প্রতি শান্তিপূর্ণভাবে আপত্তি তুলে বুঝিয়ে দেয়া যে আমরা সেগুলি সমর্থন করি না।

এগুলো পরিবর্তনের কৌশল। সমাজের দীর্ঘমেয়াদী, এবং অধিকতর নিয়মাবদ্ধ সমস্যা যেগুলো বহু এলাকায় অনেক মানুষকে প্রভাবিত করে সেগুলোর উপর আলোকপাত করে এই কৌশলটি।

## 3. গড়ে তোলার কৌশল



অগ্নিকাণ্ড প্রতিরোধ করার আরেকটি উপায় হল জনসচেতনতা তৈরি করা এবং দৃষ্টিভঙ্গি পরিবর্তন করা। যেমন, গুরু মাটিতে জ্বলন্ত সিগারেট ছুড়ে ফেলার বিপদ সম্পর্কে সচেতনতা। এছাড়াও আমরা জনসাধারণের সম্পৃক্ততা তৈরি করতে পারি - যেমন অগ্নিনির্বাপনের কাজে আরও বেশি মানুষকে স্বেচ্ছাসেবক হিসেবে জড়িত করে এবং দক্ষতা তৈরি করে - যেমন, অগ্নিনির্বাপক যন্ত্র কীভাবে ব্যবহার করতে হয় সেটা সবাই জানে কিনা তা নিশ্চিত করে।

মানবাধিকারের ক্ষেত্রে গড়ে তোলার কৌশল হলো মানবাধিকারের সংস্কৃতি গড়ে তোলার জন্য দীর্ঘমেয়াদী কাজ। এর অর্থ এমন একটি সমাজের দিকে ধাবিত হওয়া যেখানে প্রত্যেকে নিজেদের এবং অন্যের অধিকারগুলি জানবে, মানবাধিকারের প্রতি শ্রদ্ধাকে স্বাভাবিক এবং ন্যায্য বলে বিবেচনা করবে, কীভাবে অন্যের অধিকারকে সম্মান করতে হবে এবং অধিকার রক্ষার্থে তার পাশে দাঁড়াতে হবে এবং অধিকার লঙ্ঘিত হলে কী করতে হবে তা জানবে।



এমন একটি সমাজ গঠনের সাথে ৪টি বিষয় জড়িত:

- মানবাধিকারের গুরুত্ব সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি করা, ঘটমান লঙ্ঘনসমূহ এবং সেগুলোর ক্ষতিকর দিকগুলো সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি করা।
- সম্পৃক্ততা তৈরি করা - মানবাধিকারের প্রচার ও সংশ্লিষ্ট পদক্ষেপ নেওয়ার জন্য আরও বেশি সংখ্যক মানুষকে অঙ্গীকারবদ্ধ করা।
- দক্ষতা তৈরি করা - যাতে মানুষ জানে কীভাবে মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করতে হয়।
- বিভিন্ন মানুষ এবং সংস্থা, যারা বিভিন্ন জায়গায় ভিন্ন ভিন্ন কাজ করছে, কিন্তু সমন্বিত পদ্ধতিতে অভিন্ন লক্ষ্যের জন্য কাজ করছে, তাদের মধ্যে নেটওয়ার্ক তৈরি করা।

এগুলি দীর্ঘমেয়াদী কৌশল যা পরিবর্তনের পূর্ব-শর্ত তৈরি করে এবং অন্যান্য কৌশলগুলি ব্যবহারের জন্য একটি ভিত্তি তৈরি করে।

#### 4. নিরাময় কৌশল



অবশেষে, আমাদের নিরাময় কৌশল আছে অগ্নিকাণ্ডের মতোই মানবাধিকার লঙ্ঘন মানুষ, সম্পত্তি এবং সমাজের ক্ষতি করে। মানবাধিকার লঙ্ঘন ঘটে যাওয়ার পর মানুষের দেখাশোনা করার জন্য আমরা যা করি সেগুলোর সাথে সম্পর্কিত নিরাময়ের কৌশল।



মানুষ যেন স্বাভাবিক অবস্থায় ফিরে আসার জন্য প্রয়োজনীয় চিকিৎসা, উপকরণ এবং মনোসামাজিক সহায়তা পায় সেটা নিশ্চিত করা এই কৌশলটির আংশিক উদ্দেশ্য। তবে কৌশলটি মর্যাদা এবং ন্যায়বিচারের সাথেও সম্পর্কিত।

- শাক দিয়ে যাতে মাছ ঢাকা না হয় তা নিশ্চিত করতে কী ঘটেছে তা নথিভুক্ত করা,
- মানুষকে কথা বলার এবং যা ঘটেছিল তা স্মরণ করার সুযোগ দেওয়া, এবং
- তারা ন্যায়বিচার এবং ক্ষতিপূরণ পায় কিনা তা নিশ্চিত করা।

#### উপসংহার



মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার এই ভিন্ন ভিন্ন কাজের পদ্ধতিগুলো গুরুত্বপূর্ণ। এগুলো একটি অন্যটির পরিপূরক, একটি অন্যটির সাথে জড়িত এবং একই সাথে প্রয়োগযোগ্য।

কোনও একক ব্যক্তি বা সংস্থার পক্ষে সবগুলি কৌশল ব্যবহার করা সম্ভব নয় - আমাদের ভিন্ন ভিন্ন ভূমিকা, দক্ষতা এবং সুযোগ রয়েছে যেগুলো কোন কৌশল ব্যবহার করতে হবে সে সম্পর্কে আমাদের পছন্দকে প্রভাবিত করে। গুরুত্বপূর্ণ বিষয় হলো প্রত্যেকেই কিছু না কিছু করতে সক্ষম। একই লক্ষ্যের দিকে ধাবিত ব্যক্তিবর্গ এবং সংস্থাগুলির নেটওয়ার্কের মাধ্যমে, সততই আমরা অবস্থার পরিবর্তন ঘটাতে সক্ষম।

আমরা সবাই মানবাধিকার লঙ্ঘনের দাবানল বন্ধ করতে অবদান রাখতে পারি। আমরা সেই সমাজ গঠনে অবদান রাখতে পারি যেখানে আমাদের পরিবার, সমাজ ও সরকার মানবাধিকারকে সম্মান করবে।

#### স্বীকারোক্তি

এই উপস্থাপনাটি সেন্টার ফর ভিকটিমস অব টরচার দ্বারা পরিচালিত নিউ ট্যাকটিকস ইন হিউম্যান রাইটস প্রকল্পের তৈরি কৌশলের পদ্ধতিগত কাঠামোর অভিযোজিত সংস্করণ ব্যবহার করে প্রস্তুত করা হয়েছে। [www.newtactics.org](http://www.newtactics.org)

# সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প

অধিবেশন ৬-এর 'স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্প আলোচনার দল' শীর্ষক অনুশীলনটি শুরু করার সময় নিম্নলিখিত গল্পগুলি পড়ে শোনাতে হবে। অধিবেশন ৬-এর পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-১০-এ গল্পটি চিত্রিত হয়েছে।

## রাহুলের গল্প

রাহুল পূর্ব ভারতের ভাগলপুরে থাকেন। শহরের জনসংখ্যার প্রায় ৮০% হিন্দু ও ১৮% মুসলিম, এবং শহরে সহিংসতার ইতিহাস রয়েছে। এ শহরে ১৯৮৯ সালে দাঙ্গায় ৫০,০০০ মানুষ বাস্তুচ্যুত হয় ১০০০ জনেরও বেশি মুসলমান নিহত হওয়ার খবর পাওয়া গেছে।

রাহুল, একজন হিন্দু, শহরের আন্তঃধর্মীয় শান্তি কেন্দ্রের কার্যক্রমের সাথে তিনি জড়িত। তারা বিভেদের দেয়াল ভেঙ্গে সেখানে সম্পর্ক এবং আস্থা গড়ে তুলতে কাজ করে, যেমন শান্তি পরিষদের মাধ্যমে বার্ষিক সাংস্কৃতিক উৎসবের আয়োজন করে এবং ধর্মীয় নেতাদের সাথে সংযোগ স্থাপন করে। এই দীর্ঘমেয়াদী শান্তিরক্ষামূলক কর্মকাণ্ডগুলো এমন এক ভিত্তি তৈরি করেছে যার ফলে কোন ঘটনা নিয়ন্ত্রণের বাইরে চলে যাওয়ার উপক্রম হলেই জরুরী পদক্ষেপ নেওয়া যায়। উক্ত এলাকায় এরকম জরুরী পদক্ষেপ গ্রহণ প্রায়ই দরকার হয়।

নির্বাচনী প্রচারণার সময় সহিংসতা প্রায় সবসময়ই ঘটে থাকে।

২০১৯ সালে, একজন হিন্দু জাতীয়তাবাদী নির্বাচনী প্রার্থী একটি মুসলিম এলাকার মধ্য দিয়ে মিছিলের নেতৃত্ব দিচ্ছিলেন এবং দাঙ্গা ছড়ানোর প্রচেষ্টায় ঘৃণাত্মক বক্তৃতা ও কটুক্তি করছিলেন। কিছু মুসলিম যুবক জ্রুঙ্ক হয়ে চিংকার করলে প্রার্থী সহিংসতা শুরু করেন, যার ফলে দোকানপাট ও বাড়িঘর ক্ষতিগ্রস্ত হয়। ফলত, দাঙ্গা অন্যান্য এলাকায় ছড়িয়ে পড়ার এবং আরও সহিংস হয়ে ওঠার গুরুতর ঝুঁকি তৈরি হয়েছিল। রাহুল এবং তার সহকর্মীরা জানতেন এটা কতোটা বিপজ্জনক হতে পারে।

পরের দিনগুলিতে, রাহুল এবং তার সহকর্মীরা সহিংসতার সর্বাধিক ঝুঁকিতে থাকা মুসলিম এবং হিন্দু পাড়াগুলোতে সামাজিক সভা করেন। সভায়, শান্তি রক্ষার্থে স্বেচ্ছাসেবকদের দল গঠন করা হয়েছিল, যারা তাদের নিজ নিজ এলাকায় ঘরে ঘরে গিয়েছিলেন।

রাহুল বলেন: গুরুত্বপূর্ণ ব্যাপার এই যে, পুরুষ এবং নারী স্বেচ্ছাসেবকরা জোড়ায় জোড়ায় একসাথে যেতেন, যাতে করে যেই দরজা খুলুক না কেন তার সাথে তাদের কোন একজন নির্দিধায় কথা বলতে পারে।

স্বেচ্ছাসেবকরা বিলিপত্র বিতরণ করেছেন, কথা বলেছেন এবং তাদের প্রতিবেশীদের কথা শুনেছেন। দাঙ্গা বাধলে ধর্ম যেটাই হোক না কেন প্রত্যেকের জন্যই যে পরিস্থিতি অত্যন্ত খারাপ হবে সে বিষয়ে জোর দিয়েছেন। সৌভাগ্যক্রমে, পাড়ায় সংঘটিত সভা এবং স্বেচ্ছাসেবকদের প্রচেষ্টা শহরের পরিস্থিতি শান্ত করতে সাহায্য করেছিল।

## সূত্র

সেন্টার ফর স্টাডি অব সোসাইটি এন্ড সেকুলারিজম, ভারত



গল্প

## কোনো বইকে এর প্রচ্ছদ দিয়ে বিচার করবেন না

### - মানব গ্রন্থাগার™, ডেনমার্ক

১৯৯০ দশকের মাঝামাঝি সময়ে চার বন্ধু শহুরে সহিংসতার বিরুদ্ধে প্রচারণার জন্য একটি যুব সংগঠন শুরু করে। এর সদস্য সংখ্যা বৃদ্ধি পায় এবং একটি ডেনিশ সঙ্গীত উৎসবের সংগঠক তাদেরকে এমন একটি আয়োজনের ধারণার জন্য অনুরোধ জানায় যে আয়োজনের মাধ্যমে উৎসবের দর্শকদের মধ্যে আলোচনার সুযোগ হবে। তারা তখন মানব গ্রন্থাগারের ধারণাটি পেশ করেন। এটা এমন এক গ্রন্থাগার যেখান থেকে দর্শনার্থীরা মানব 'পুস্তক' ধার করতে পারবে: মানব 'পুস্তক' আসলে এমন মানুষ যারা তাদের পরিচয়, জীবনের অভিজ্ঞতা এবং মতামত সম্পর্কে মর্যাদাপূর্ণ আলোচনায় ইচ্ছুক।

মানব পুস্তক হলেন স্থানীয় সমাজের মানুষ যারা স্বেচ্ছায় তাদের 'গল্প' অন্যদেরকে বলেন যাতে এটা তাদের জন্য একটা শিক্ষণীয় অভিজ্ঞতা হয়, যার ফলে সমাজে ভুল তথ্য থেকে গড়ে ওঠা গণব্যাধি ধারণা হ্রাস পায়। সাধারণত স্বেচ্ছাসেবক তারা ই হন যাদের পরিচয়ের সাথে যুক্ত আছে কোন কুসংস্কার বা নিন্দা - যেমন তাদের ধর্ম, বিশ্বাস, জাতিত্ব, যৌন অভিমুখিতা, অক্ষমতা বা এইচআইভি পজিটিভ হওয়ার মতো বিষয়সমূহ। হিউম্যান লাইব্রেরি অর্গানাইজেশনটির এখন ৮৫টিরও বেশি দেশে কার্যক্রম রয়েছে।

সূত্র

দ্য হিউম্যান লাইব্রেরি অর্গানাইজেশন [www.humanlibrary.org](http://www.humanlibrary.org)



গল্প

## পদক্ষেপ নিতে প্ররোচিত করার ক্ষমতা, কিরগিজস্তান

২০১০ সালের বিপ্লবের পর, অসহিষ্ণু ভাঙচুরকারীদের একটি ছোট দল প্রোটেষ্ট্যান্ট এবং অর্থোডক্স খ্রিস্টান সম্প্রদায়ের উপাসনালয় লুটপাট শুরু করে। প্রায় ছয় মাস ধরে এই হামলা চলতে থাকে। অনেক অভিযোগ সত্ত্বেও, প্রসিকিউটরের কার্যালয়, ধর্ম বিষয়ক রাষ্ট্রীয় পরিষদ বা স্বরাষ্ট্র মন্ত্রণালয়ের পক্ষ থেকে কোনও প্রতিক্রিয়া পাওয়া যায়নি। এমনকি কর্তৃপক্ষ সম্প্রদায়গুলিকে পরামর্শ দেয় যে, তারা নিজেরাই যেন সমস্যাটি মোকাবেলা করে।

হতাশ হয়ে ধর্মীয় নেতারা একত্রিত হয়ে ঘটনাগুলো এবং এ ব্যাপারে কর্তৃপক্ষের নিষ্ক্রিয়তা তুলে ধরতে একটি জাতীয় সংবাদপত্রের সাথে যোগাযোগ করেন। এই তথ্য রাষ্ট্রপতির কাছে পৌঁছালে তিনি মামলাটা সরাসরি তার নিজের নিয়ন্ত্রণে নিয়ে নেন। চার দিনের মধ্যে হামলাকারীদের দলের সব সদস্য ধরা পড়ে ॥

সূত্র

নেল্ল্যা সাকিরভ, পাস্তোর, ইউনাইটেড মেথডিস্ট চার্চ ইন বিশকেক



গল্প

# অধিবেশন ৭

## অধিবেশন ৭

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

আগের অধিবেশনটিতে আমরা মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার কৌশলগুলি সম্পর্কে জানতে শুরু করেছি। এই ৭ম অধিবেশনেও আমরা আমাদের এই জানার প্রয়াশ চালু রাখবো। দুটি অধিবেশনই শিক্ষার উদ্দেশ্যে অভিন্ন হওয়ায় এবং একই শিক্ষণ পদ্ধতি অনুসরণ করার কারণে অধিবেশন ৬ এবং ৭-কে একটি ‘জুটি’ হিসেবে ভাবা যেতে পারে। এই অধিবেশনটির শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলো অধিবেশন ৬-এর ‘অধিবেশন পরিকল্পনা’ অংশে পাওয়া যাবে। আপনার দলের অংশগ্রহণকারীরা কতটা আলাপী তার উপর নির্ভর করে এই অধিবেশনটি দুই ঘন্টার কম সময়েও শেষ হতে পারে।

### অধিবেশনটির বিষয়বস্তু



অভ্যর্থনা এবং ভূমিকা আগের অধিবেশনে উপস্থাপিত চার ধরনের কৌশলের কথা অংশগ্রহণকারীদেরকে স্মরণ করিয়ে দেয়া।	৫ মিনিট
দলীয় আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে, ১ম অংশ অংশগ্রহণকারীরা পরিবর্তন, গড়ে তোলা ও নিরাময়ের কৌশলগুলো আলোচনা করবে এবং তাদের প্রেক্ষাপটে এগুলো কীভাবে প্রয়োগ করা যেতে পারে সেই উপায়গুলো নিয়ে গভীরভাবে ভাববে?	৫০-৬৫ মিনিট
উদ্দীপক: মস্তিষ্ক থেকে পা পর্যন্ত এটি একটি শারীরিক অনুশীলন যেখানে অংশগ্রহণকারীরা সহায়কের চালচলন অনুকরণ করবেন।	৫ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে, ২য় অংশ দলীয় কাজ থেকে প্রাপ্ত পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি নিয়ে সম্মিলিত আলোচনা।	২০-৪০ মিনিট
সমাপনী অনুশীলন: ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র অংশগ্রহণকারীরা ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র ব্যবহার করে তারা যা শিখেছে সে সম্পর্কে তাদের অনুভূতি প্রকাশ করবে।	৫ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

### প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

#### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উল্লেখিত অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সাধারণ উপকরণসমূহ ছাড়াও, এই অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:

- ‘পরিবর্তন’, ‘গড়ে তোলা’ এবং ‘নিরাময়’ কৌশল/গল্পের পোস্টারগুলির মুদ্রিত সংস্করণ।
- পরিবর্তনের কৌশল, গড়ে তোলার কৌশল, নিরাময় কৌশল - এই তিনটি কৌশলের প্রতিটির জন্য একটি করে মোট তিনটি ফ্লিপ চার্ট শীট আগে থেকে তৈরি করে রাখতে হবে এবং এগুলোর শিরোনাম হবে ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: কৌশলের ধরন’
- অধিবেশন ৬ থেকে প্রাপ্ত ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা: জরুরী কৌশল’ ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৫-এ তৈরি করা ‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’-এর ফ্লিপ চার্ট শীট।
- প্রচুর সংখ্যক আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ বা স্টিকি নোট এবং কলম।

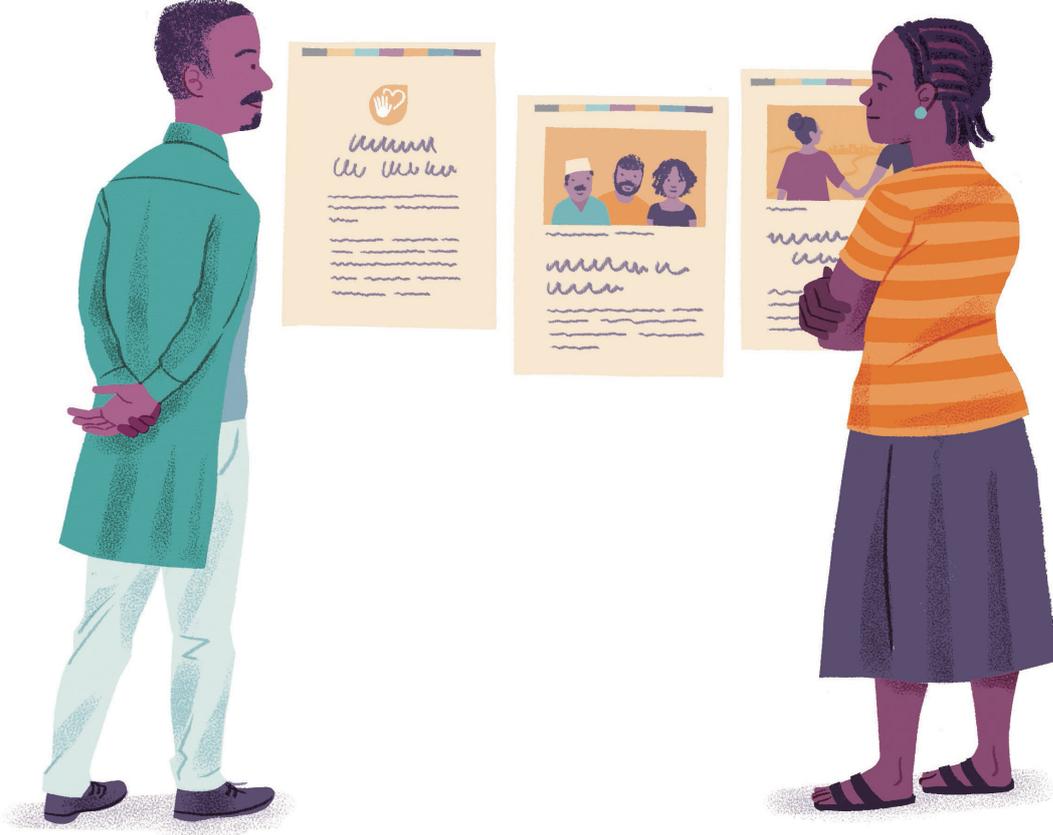
এখানে অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ পাওয়া যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

অধিবেশন শুরু করার আগে, চেয়ারগুলিকে সামনের দিকে মুখ করে চক্রাকারে রাখুন।

পরিবর্তন, গড়ে তোলা, নিরাময় কৌশল এবং গল্পের পোস্টারগুলি তিনটি পৃথক টেবিলে (একটি টেবিলে কেবল এক ধরনের পোস্টার) রাখুন যাতে অংশগ্রহণকারীরা চারপাশে ঘিরে বসতে পারে। পোস্টারগুলির জন্য 'পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা'র ফ্লিপ চার্ট শীট, আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ এবং কলম টেবিলে রাখুন।

অধিবেশন ৫ থেকে প্রাপ্ত 'ফরব মানচিত্র'-এর ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি এবং অধিবেশন ৬ থেকে প্রাপ্ত জরুরী কৌশলের পোস্টারগুলি দেয়ালে আটকে দিন।



‘কৌশল প্রসঙ্গে’

“এই অধিবেশনটি ছিল চমৎকার। অধিবেশনটির কার্যকলাপগুলি অংশগ্রহণকারীদেরকে মানবাধিকার লঙ্ঘনের বিরুদ্ধে প্রতিক্রিয়া জানাবার অনেক উপায় খুঁজে পেতে সহায়তা করেছিল। কৌশলগুলির ধারণা অনুধাবন করতে এবং নিজেদের সমাজে মানবাধিকারের প্রচার ও সমৃদ্ধ করার জন্য অংশগ্রহণকারীরা কী ভূমিকা পালন করতে পারে সে সম্পর্কে ভাবনার উদ্দেক করতে পোস্টারগুলো বেশ কার্যকর ভূমিকা রেখেছিল। কে কোন কৌশল ব্যবহার করবে তা নিয়েও অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে বেশ উদ্দীপনা ছিল।”

হাম্মাম হাদ্দাদ, সহায়ক, জর্ডান

## অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা

### ১. স্বাগতম এবং ভূমিকা ৫ মিনিট

#### উদ্দেশ্য

পূর্ববর্তী অধিবেশনে উপস্থাপিত মানবাধিকার প্রচার ও সম্মত করার চার ধরনের কৌশলের কথা অংশগ্রহণকারীদেরকে স্মরণ করিয়ে দেওয়া।

#### উপকরণসমূহ

অধিবেশনটির পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড বা কৌশলসমূহের সারমর্ম সম্বলিত পোস্টারসমূহ, (যে নথিতে কৌশলসমূহের পোস্টারগুলো রয়েছে সেই নথির পৃষ্ঠা ২-এ এগুলো পাওয়া যাবে)।

#### কী বলতে হবে

অধিবেশনে সবাইকে স্বাগত জানান। পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ও বা কৌশলসমূহের সারমর্ম সম্বলিত পোস্টারগুলোতে লিখিত বক্তব্য অনুসারে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি তুলে ধরুন।

আগের অধিবেশনটিতে আমরা মানবাধিকার লঙ্ঘন মোকাবেলা করার কৌশলগুলো সম্পর্কে জেনেছি। আপনাদের কি মনে আছে যে আমরা মানবাধিকার লঙ্ঘন বোঝানোর জন্য অগ্নিকান্ডের চিত্র ব্যবহার করেছিলাম এবং অগ্নিকান্ড মোকাবেলা করার উপায়গুলি নিয়ে কথা বলেছিলাম?

- অগ্নিকান্ড ঘটলে আমরা আগুন ছড়িয়ে পড়া রোধ করি এবং নিভিয়ে ফেলতে চেষ্টা করি, সাহায্যের জন্য অন্যদেরকে ডাকি এবং সবাইকে সতর্ক করি। এগুলো জরুরী কৌশল।
- আরও ভালো অগ্নি নিরাপত্তা আইন এবং বিপজ্জনক পণ্যের উপর নিষেধাজ্ঞা আরোপের জন্য আমরা প্রচারাভিযান এবং পরামর্শের আশ্রয় নেই। এগুলো পরিবর্তনের কৌশল।
- আমরা জনসচেতনতা, সম্পৃক্ততা এবং দক্ষতা বৃদ্ধির চেষ্টা করি যাতে সবাই জানতে পারে যে কীভাবে আগুন প্রতিরোধ করা যায় এবং নিভিয়ে ফেলা যায়। এগুলো গড়ে তোলার কৌশল।
- এবং আমরা অগ্নিকান্ডে আহত ব্যক্তিদের দেখাশোনা করি, মৃতদের স্মরণ করি এবং ক্ষতিগ্রস্তদের এবং তাদের পরিবারের জন্য ন্যায্যবিচার এবং ক্ষতিপূরণ দাবী করি। এগুলি নিরাময়ের কৌশল।

জরুরী, পরিবর্তন, গড়ে তোলা এবং নিরাময় কৌশল হল চার ধরনের কৌশল যা মানবাধিকার লঙ্ঘন মোকাবেলা করতে ব্যবহার করা যেতে পারে।

আগের অধিবেশনটিতে আমরা নিজেদের সমাজে ঘৃণাত্মক বক্তব্য বা হয়রানির মতো সমস্যাগুলি মোকাবেলা করার জন্য জরুরী কৌশল ব্যবহার করে কী পদক্ষেপ নেয়া যায় সেগুলি নিয়ে আলোচনা করেছি।

এই অধিবেশনে, আমরা বাকী তিন ধরনের কৌশলের উপর আলোকপাত করবো: পরিবর্তনের কৌশল, গড়ে তোলার কৌশল এবং নিরাময় কৌশল।



সংক্ষিপ্ত আলোচনা

## ২. দলীয় আলোচনা: কৌশল প্রসঙ্গে ৫০-৬৫ মিনিট

### বর্ণনা

টেবিলে রাখা ৩ ধরনের কৌশলগুলোর পোস্টার অংশগ্রহণকারীরা ঘুরে ঘুরে দেখবে। এই কৌশলগুলি যারা ব্যবহার করেছেন তাদের গল্পগুলো অংশগ্রহণকারীরা পড়বেন এবং পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা নিয়ে সূচিন্তিত আলোচনা করবেন।

### উদ্দেশ্য

মানবাধিকার প্রচার ও সম্মত করার কৌশল সম্পর্কে অংশগ্রহণকারীদের জ্ঞানের ভিত্তি আরও মজবুত ও গভীর করা এবং নিজেদের প্রেক্ষাপটে ব্যবহার উপযোগী বাস্তবসম্মত পদক্ষেপের ধারণা নিয়ে চিন্তাভাবনা করা।

### উপকরণসমূহ

- পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৪ (দলীয় আলোচনার নির্দেশাবলী) বা নির্দেশাবলী সহ একটি ফ্লিপ চার্ট শীট।
- পরিবর্তন, গড়ে তোলা এবং নিরাময় কৌশল/গল্পগুলোর সবগুলি পোস্টারের মুদ্রিত কপি।
- শিরোনাম সহ তিনটি ফ্লিপ চার্ট শীট ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ: কৌশলের ধরন’ (তিন ধরনের কৌশলের প্রতিটির জন্য একটি করে)।
- আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ এবং কলম।

### আগাম প্রস্তুতি

‘কক্ষটিকে উপযোগী করুন’ অংশে বর্ণিত উপায়ে কৌশল/গল্পগুলোর পোস্টার এবং পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি তিনটি টেবিলে (প্রতি টেবিলে কেবল এক ধরনের কৌশল, যেমন গড়ে তোলার কৌশল) ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি রাখুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

অনুশীলনটি চলাকালীন স্লাইড ৪ (বা নির্দেশাবলী সহ একটি ফ্লিপ চার্ট শীট) প্রদর্শন করুন।

### নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

- আমরা এখন দলীয়ভাবে সৃজনশীল আলোচনার একটি অনুশীলন করবো। এই অনুশীলনে আমরা তিনটি দলে বিভক্ত হয়ে তিন ধরনের কৌশল নিয়ে আলোচনা করবো - পরিবর্তনের কৌশল, গড়ে তোলার কৌশল এবং নিরাময় কৌশল। পোস্টারগুলি পড়ার জন্য এবং কোন একটি কৌশল নিয়ে গভীরভাবে চিন্তা করার জন্য প্রতিটি দল ২০ মিনিট সময় পাবে। এর পরে, প্রতিটি দল পরের টেবিলটিতে যাবে এবং পরবর্তী কৌশলটি নিয়ে আরও ২০ মিনিট সময় ব্যয় করবে। তারপর আরও একবার একই কাজটি করবে।
- পড়ুন এবং চিন্তা করুন: পোস্টারগুলি পড়ার জন্য প্রথমে কয়েক মিনিট সময় ব্যয় করুন এবং আগের দলটি দ্বারা লিখিত কৌশল সংশ্লিষ্ট পদক্ষেপের ধারণাগুলি সম্পর্কে চিন্তা করুন।
- সূচিন্তিত আলোচনা: আমাদের শহরের ফরব মানচিত্রে আমরা যে সমস্যাগুলি চিহ্নিত করেছি ( ফরব মানচিত্রের ফ্লিপ চার্ট শীটটির প্রতি সবার দৃষ্টি আকর্ষণ করুন) সেগুলি সম্পর্কে চিন্তা করে, সেই সমস্যাগুলি মোকাবেলা করার জন্য কী উপায়ে এই কৌশলগুলি ব্যবহার করা যেতে পারে তা নিয়ে গভীরভাবে ভাবুন।
- আঠায়ুক্ত ছোট কাগজে আপনার ধারণাগুলি লিখুন এবং ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’ শীর্ষক শীটে সেগুলি আটকে দিন। অনুগ্রহ করে আপনার ধারণাগুলি স্পষ্টভাবে লিখুন, যাতে অন্যরা সেগুলি পড়তে পারে! এই পর্যায়ে, আপনার ধারণাগুলি বাস্তবসম্মত হলো কিনা সেটা গুরুত্বপূর্ণ নয় - যতটা সম্ভব সৃজনশীল হোন!
- ভাবার চেষ্টা করুন যে আমাদের প্রাত্যহিক জীবনে ব্যক্তি হিসেবে অথবা দল বা সংস্থার সাথে যুক্ত হয়ে আমরা কী পদক্ষেপ নিতে পারি। যেমন আমরা আমাদের বিশ্বাসকেন্দ্রিক সমাজের সাথে যুক্ত হয়ে কিছু করতে পারি, বা কর্মক্ষেত্রেও কিছু করতে পারি, কিংবা তরুণদের একটি দলের মাধ্যমে বা একদল মানুষকে একত্রিত করার মাধ্যমে কিছু করতে পারি।



দলীয় অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪৫-৬০ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে তিনটি দলে বিভক্ত করুন। প্রতিটি দলকে যেকোন এক সেট পোস্টার নিয়ে কাজ শুরু করতে বলুন। ২০ মিনিট শেষ হলে প্রতিটি দলকে অন্য টেবিলে রাখা পোস্টারগুলো দেখতে বলুন। দলগুলি যখন তাদের কাজে ব্যস্ত তখন তাদের অগ্রগতি ঘুরে ঘুরে দেখুন।

(এই অনুশীলনটি উদ্দীপক পর্বের পরে সম্মিলিত আলোচনার মধ্যে দিয়ে শেষ হবে।)

### ৩. উদ্দীপক: মস্তিষ্ক থেকে পা পর্যন্ত ৫ মিনিট

বর্ণনা

এটি একটি শারীরিক ক্রিড়া যেখানে অংশগ্রহণকারীরা সহায়কের বক্তব্য অনুসরণ করবেন। অনুশীলনটি বিভিন্ন উপায়ে মানানসই করে নেয়া যেতে পারে।

উদ্দেশ্য

উদ্দীপনা বৃদ্ধি করা।

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে আরও সৃজনশীল হতে এখন আমাদের উদ্দীপনা বৃদ্ধি করতে হবে! প্রত্যেককে একে অন্যের থেকে একটু দূরে দূরে দাঁড়াতে বলুন। তাদেরকে বলুন যে পরবর্তী কয়েক মিনিট তারা যেন আপনার মতো করে অঙ্গভঙ্গি করে এবং আপনি যা বলবেন তারাও যেন সেটা বলে।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

নিচে লেখা শরীরের বিভিন্ন অঙ্গগুলোর নাম বলুন এবং সেই সঙ্গে দুই হাত উক্ত অঙ্গের উপর রাখুন: মাথা, মুখ, কাঁধ, কনুই, নিতম্ব, হাঁটু, পায়ের আঙ্গুল। প্রথমে ধীরে ধীরে শব্দগুলি বলুন, তারপরে শব্দগুলি পুনরাবৃত্তি করুন, ক্রমে ক্রমে আরও দ্রুত হতে থাকুন।

### ৪. সম্মিলিত প্রতিক্রিয়া: কৌশল প্রসঙ্গে ২০-৪০ মিনিট

এটি 'কৌশল প্রসঙ্গে' দলীয় আলোচনারই চলমান অংশ।

অনুশীলনটি কীভাবে চালিয়ে যাবেন

টেবিল থেকে 'পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি নিন, সাথে আগের অধিবেশন থেকে 'জরুরী পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট শীটটিও নিন। কক্ষের দেয়ালে একই সারিতে যথেষ্ট ফাঁকা রেখে চারটি শীট আটকে দিন।

অংশগ্রহণকারীদেরকে শীটগুলির চারপাশে জড়ো হয়ে পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি পড়তে বলুন। কয়েক মিনিট পর, পদক্ষেপের একটি পছন্দনীয় ধারণা (আঠায়ুক্ত ছোট কাগজে লিখিত) অংশগ্রহণকারীদেরকে বেছে নিতে বলুন যেটা তাদের প্রেক্ষাপটে 'কার্যকর' হবে বলে তারা মনে করছেন। এরপর ফ্লিপ চার্ট শীট থেকে উক্ত কাগজগুলো নিয়ে তাদেরকে সম্মিলিত আলোচনায় ফিরে আসতে বলুন।

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে পালাক্রমে তাদের বেছে নেওয়া পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাটি বলতে বলুন, এবং কেন তারা এটি বেছে নিয়েছেন সে প্রশ্ন জিজ্ঞেস করুন। এরপর যারা মনে করেন এটি একটি ভালো ধারণা তাদেরকে হাত তুলতে বলুন। যারা হাত তুলবেন তাদের একজন বা দুজনকে প্রশ্ন করুন কেন তারা এই ধারণাটিকে ভাল বলে মনে করছেন।

অংশগ্রহণকারীদের মতামত ব্যক্ত করা শেষ হলে, যদি সময় থাকে তাহলে তাদেরকে জিজ্ঞাসা করুন যে তাদের পছন্দের কোনো (পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট) ধারণা বাদ পড়েছে কিনা বা কেউ সেটা (দেয়ালে আঠা দিয়ে লাগানো কাগজে লিখিত ধারণা) নিতে ভুলে গেছে কিনা।

অংশগ্রহণকারীদের বাছাই করা সমস্ত কাগজ সংগ্রহ করে সেগুলো একটি নতুন ফ্লিপ চার্ট শীটে রাখুন, এবং এর শিরোনাম দিন 'পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট পছন্দনীয় ধারণাসমূহ'।

অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

ধারণা প্রদান ও সক্রিয় অংশগ্রহণের জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে ধন্যবাদ জানান। এই বলে শেষ করুন যে, আমরা কৌশল এবং পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি সম্পর্কে যা শিখেছি এগুলি আমাদের শেষ দুটি অধিবেশনে কাজে আসবে। শেষ দুটি অধিবেশনে আমরা পদক্ষেপের পরিকল্পনা তৈরি করবো।



সম্মিলিত অনুশীলন



সম্মিলিত আলোচনা

## ৫. সমাপনী অনুশীলন: ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র ৫ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

অংশগ্রহণকারীরা তাদের মুখ এবং শরীরের ভঙ্গি দিয়ে ইমোটিকন বা অভিব্যক্তির চিত্র ফুটিয়ে তুলবেন এবং এর মাধ্যমে কৌশল সম্পর্কিত অধিবেশন থেকে তারা যা শিখেছেন সে সম্পর্কে তাদের অনুভূতি ব্যক্ত করবেন। যথেষ্ট সময় না থাকলে এই অনুশীলনটি বাদ দিতে পারেন।

### কীভাবে অনুশীলনটি পরিচালনা করবেন

অংশগ্রহণকারীদেরকে উঠে দাঁড়াতে বলুন। কৌশলের অধিবেশনটি থেকে তারা যা শিখেছেন সে সম্পর্কে তাদের অনুভূতি ব্যক্ত করে এমন একটি শব্দ মনে মনে ভাবতে বলুন। তাদেরকে বলুন যে, মুখ ও অঙ্গভঙ্গি কাজে লাগিয়ে অনুরূপ একটি অভিব্যক্তির চিত্র ফুটিয়ে তুলতে।

প্রত্যেকে তাদের অভিব্যক্তির চিত্রটি ফুটিয়ে তোলার পর যে শব্দটি তারা ভেবেছেন সেটা বলতে বলুন।

### অনুশীলন এবং অধিবেশনটি কীভাবে শেষ করবেন

সবার বক্তব্য শোনা শেষ হলে, স্বীকার করুন যে ইতিবাচক এবং নেতিবাচক দুই ধরনের অনুভূতি থাকা অস্বাভাবিক কিছু নয়, যেমন অনেক নতুন তথ্যের ভারে বিহ্বল হয়ে যাওয়া বা ফরব প্রচার ও সমুন্নত করার দায়িত্ব সম্পর্কে ভীত বোধ করা ইত্যাদি।

স্বীকার করুন যে, অধিবেশনটিতে অনেক তথ্য ছিল এবং অনেকগুলি কৌশলও পর্যালোচনা করা হয়েছে। আরও বলুন যে, একজন ব্যক্তি বা সংস্থার পক্ষে সবকিছু করার চেষ্টা করা সুবিধাজনক বা বাস্তবসম্মত নয়। তাই আমাদের প্রয়োজন সেইসব ভিন্ন ভিন্ন কর্তা বা ভূমিকাধারীকে যারা একে অন্যের পরিপূরক কাজগুলো করে থাকেন।

এই সমস্ত কৌশলগুলি পর্যালোচনার অর্থ এই যে - আমাদের পরিচয় কী এবং প্রেক্ষাপট কেমন তার উপর ভিত্তি করে সন্তবপর এবং কৌশলগত কাজের জায়গাগুলো খুঁজে বের করা। শেষ দুটি অধিবেশনে কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করার সময় আমরা নির্দিষ্ট একটি সমস্যা এবং ব্যবহারযোগ্য পদক্ষেপের ধারণাগুলি বেছে নেব।

কেউ সবকিছু একা করতে পারে না - কিন্তু আমরা প্রত্যেকেই কিছু না কিছু করতে পারি, এবং সম্মিলিতভাবে এই ছোট ছোট অবদানগুলিই পরিবর্তন বয়ে আনে।

### সূত্র

টকিং ট্যাকটিকস: নিউ ট্যাকটিকস ইন হিউম্যান রাইটস প্রজেক্ট-এর তৈরি কৌশলের নমুনার উপর ভিত্তি করে মূল অনুশীলনটি তৈরি করা হয়েছে। [www.newtactics.org](http://www.newtactics.org)



সম্মিলিত অনুশীলন

# অধিবেশন ৮

## আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

শিক্ষার অভিন্ন উদ্দেশ্য এবং একই শিক্ষণ প্রক্রিয়া থাকায় অধিবেশন ৮ ও ৯-কে একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা যেতে পারে। এই অধিবেশনগুলিতে মনগড়া (ভিজুয়াল) একটি পরিবর্তনের যাত্রার জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করতে অংশগ্রহণকারীরা পূর্ববর্তী অধিবেশন দুটি থেকে লব্ধ জ্ঞান এবং পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি ব্যবহার করবে।

অংশগ্রহণকারীরা যে সমস্যাটি নিয়ে কাজ করতে চান তা চিহ্নিত করবেন এবং সেই সমস্যাটির প্রতি আরও বাস্তবমুখী উপায়ে অগ্রসর হতে বিভিন্ন নির্দেশনা পাবেন - যেমন লক্ষ্য নির্ধারণ করা, ভিন্ন ভিন্ন কর্তা বা ভূমিকাধারীকে সনাক্ত করা এবং তাদেরকে সম্পৃক্ত করা, কৌশল এবং পদক্ষেপ বেছে নেয়া, বার্তা তৈরি করা এবং ঝুঁকি মূল্যায়ন করা।

সময় যেহেতু বেধে দেয়া তাই একটি পূর্ণাঙ্গ কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করার পরিবর্তে দক্ষতার সাথে কর্ম পরিকল্পনা উন্নয়ন করতে শেখা এবং অনুশীলন করাই এই অনুশীলনটির লক্ষ্য। কর্ম পরিকল্পনাগুলি তৈরি হয়ে গেলে, অংশগ্রহণকারীরা বাস্তব ক্ষেত্রেও সেগুলো প্রয়োগ করতে পারবেন, অথবা মহড়া দেয়ার জন্যও ব্যবহার করতে পারবেন। এতে করে তাদের দক্ষতার বিকাশ হবে এবং যেকোন পরিবর্তনের প্রক্রিয়ায় এই দক্ষতাকে তারা কাজে লাগাতে সক্ষম হবেন।



### শিক্ষার উদ্দেশ্য

এই অধিবেশনটি কর্ম পরিকল্পনা তৈরির দক্ষতার উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে।

অধিবেশন ৮ এবং ৯ এর শেষে অংশগ্রহণকারীরা সক্ষম হবেন:

- সমাজে ফরব প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য সাধারণ কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করতে।
- ফরব এবং অন্যান্য মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য ব্যক্তিগতভাবে গ্রহণ করা সম্ভব এরকম বাস্তবমুখী পদক্ষেপের কথা উল্লেখ করতে।
- ফরব এবং অন্যান্য মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার পদক্ষেপ নেওয়ার অঙ্গিকার ব্যক্ত করতে।

প্রযোজ্য ক্ষেত্রে, অংশগ্রহণকারীরা:

- প্রশিক্ষণের পরে তাদের কর্ম পরিকল্পনা বাস্তবায়ন করবেন।

#### দ্রষ্টব্য

সব মানবাধিকারগুলিই একটি অন্যটির সাথে সম্পর্কযুক্ত। সাধারণত, ফরব লঙ্ঘন হলে অন্যান্য অধিকারও লঙ্ঘন হয় - যেমন, নারীর অধিকার, শিক্ষার অধিকার, চাকরি বা মত প্রকাশের স্বাধীনতার অধিকার। অর্থাৎ, ফরব প্রচার ও সমুন্নত করতে হলে অন্যান্য মানবাধিকারের উপরও আলোকপাত করতে হতে পারে।

এই অধিবেশন এবং পরেরটিতে অংশগ্রহণকারীরা নির্দিষ্ট কিছু সমস্যা বেছে নেবেন এবং সেগুলো মোকাবেলার জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবেন। তাই অন্যান্য মানবাধিকারের প্রতিও অংশগ্রহণকারীদের দৃষ্টি আকর্ষণ করুন।

## অধিবেশনটির বিষয়বস্তু



প্রারম্ভিক অনুশীলন: আমার প্রশংসা করুন দলের প্রতি এবং পরিবর্তনের জন্য প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর পরিপূরক অবদানের গুরুত্বের কথা স্মরণ করিয়ে দেয়া।	৫ মিনিট
সম্মিলিত অনুশীলন: সমস্যাটি কী? অংশগ্রহণকারীরা কর্ম পরিকল্পনা উন্নয়নের জন্য কয়েকটি সমস্যা চিহ্নিত করবে।	৫২ মিনিট
উদ্দীপক: পরিবর্তন ঘটানো ডিঙি, আনন্দদায়ক এবং শারীরিক - অংশগ্রহণকারীরা খুঁকে হাঁটতে হাঁটতে এবং ফিসফিস করে কথা বলতে বলতে একসাথে লাফিয়ে উঠে চিৎকার করে বলবেন 'বদলে দিন'।	৫ মিনিট
উপস্থাপনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা এই উপস্থাপনাটিই অধিবেশনটির মূল বিষয়বস্তু। এখানে একটি যাত্রা'র চিত্র ব্যবহার করে কর্ম পরিকল্পনা উন্নয়নের প্রক্রিয়া বর্ণনা করা হয়েছে।	১০ মিনিট
দলীয় অনুশীলন: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা এই অংশে কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রক্রিয়াটি শেখানো হবে যা ব্যবহার করে অংশগ্রহণকারীরা একটি কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবেন।	৪৫ মিনিট
সমাপনী মন্তব্য	৩ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর 'কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে' নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি  
নির্ধারণ রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের  
যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উল্লেখিত অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সাধারণ উপকরণসমূহ ছাড়াও, এই অধিবেশনটি  
পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে 'আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা' শীর্ষক বিলিপত্র।
- অধিবেশন ৫-এ তৈরি করা 'আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র' ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৬-৭-এ তৈরি করা 'পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা'-এর ফ্লিপ চার্ট শীট।
- কৌশলসমূহের সবকয়টি পোস্টার।

এখানে এই অধিবেশনটির  
আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহ  
পাওয়া যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

এই অধিবেশনটির জন্য চেয়ারগুলিকে চক্রাকারে রাখলে ভালো হবে। 'আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা' শীর্ষক দলীয়  
অনুশীলনটিতে প্রতিটি দলের জন্য একটি বড় টেবিল এবং চেয়ার থাকলে ভালো হবে। অধিবেশন শুরু করার আগে  
টেবিলে ফ্লিপ চার্ট শীট, কলম এবং 'আমাদের পরিবর্তন যাত্রা'র বিলিপত্রগুলি রাখুন।

'ফরব মানচিত্র', 'পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ'-এর ফ্লিপ চার্ট শীট, এবং কৌশলের পোস্টারগুলিকে দেয়ালে  
আটকে দিন।



‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’

“অধিবেশনটি ছিল বেশ আনন্দদায়ক! পরিবর্তনের যাত্রার মানচিত্র তৈরি করাটা অংশগ্রহণকারীরা উপভোগ করেছেন। কোর্স শেষ হওয়ার পর পরিবর্তন ঘটাতে কে কী করবেন সে সম্পর্কে তাদের সবার মধ্যেই স্বচ্ছ ধারণা তৈরি হয়েছিল।”

হিদায়া দুদ, সহায়ক, তানজানিয়া

“কর্ম পরিকল্পনা উন্নয়ন বিষয়ক এই অধিবেশনটির বিভিন্ন কার্যকলাপ অংশগ্রহণকারীদের দক্ষতা বৃদ্ধি করতে সাহায্য করেছে। এর ফলে তারা সমাজ পরিবর্তনকারী হিসাবে আরও দক্ষ হয়ে উঠবেন।”

হাম্মাম হাম্মাদ, সহায়ক, জর্ডান

“অংশগ্রহণকারীরা একটি দল গঠনের সিদ্ধান্ত নেন। তারা দলীয়ভাবে পরামর্শ ও সচেতনতা বৃদ্ধি করা এবং সংঘবদ্ধ হওয়ার মাধ্যমে তাদের শহরে ফরব প্রচার ও সম্মুখিত করার জন্য একসাথে কাজ চালিয়ে যাবেন।”

উকোহা গোবিয়া, সহায়ক, নাইজেরিয়া

## অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা

### ১. প্রারম্ভিক অনুশীলন: আমার প্রশংসা করুন ৫ মিনিট

#### বর্ণনা

অংশগ্রহণকারীরা চক্রাকারে অবস্থান করবেন এবং প্রত্যেকে তাদের বাম পাশের অংশগ্রহণকারীকে উদ্দেশ্য করে একটি প্রশংসা বাক্য বলবেন।

#### উদ্দেশ্য

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর স্বতন্ত্র গুণাবলী এবং দক্ষতা দলের জন্য প্রয়োজনীয় এবং কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রক্রিয়ায় তাদের প্রত্যেকের অবদানই গুরুত্বপূর্ণ - এ বিষয়টি তুলে ধরা।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

সবাই চক্রাকারে বসুন। অধিবেশনে সবাইকে স্বাগতম জানান এবং বলুন যে আমরা একে অপরের প্রশংসা দিয়ে অধিবেশনটি শুরু করবো!

#### অধিবেশনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারী তাদের বাম দিকের ব্যক্তির দিকে তাকাবেন এবং তিনি কোন বিশেষ অবদান দিয়ে দলকে সমৃদ্ধ করেছেন তা নিয়ে ভাববেন - যেমন ভাল ধারণা, অভিজ্ঞতা বা হাস্যরসের বোধ ইত্যাদি।

চক্রটির এক প্রান্ত থেকে প্রত্যেকে তার বাম দিকের অংশগ্রহণকারীর দিকে তাকিয়ে একটি বা দুটি শব্দ দিয়ে দলে উক্ত অংশগ্রহণকারীর অবদান ব্যক্ত করবেন।

#### অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন

সুন্দরভাবে একে অন্যের প্রশংসা করার জন্য অংশগ্রহণকারীদেরকে নিজেদের উদ্দেশ্যে করতালি দিতে বলুন। নিম্নলিখিত বিষয়গুলি তুলে ধরুন:

- আমাদের প্রত্যেকের কিছু অনন্য গুণাবলী রয়েছে - আমরা একে অপরের পরিপূরক এবং প্রত্যেকের অবদানই গুরুত্বপূর্ণ।
- মানবাধিকারের প্রতি শ্রদ্ধাশীল সমাজ গড়ে তোলার ক্ষেত্রেও একই কথা প্রযোজ্য - একসাথে কাজ করার সময়ই আমরা সবচেয়ে বেশি দক্ষ হয়ে উঠি। প্রত্যেকের অবদান, যত ছোটই হোক না কেন, গুরুত্বপূর্ণ, কারণ আমাদের সবার এই ছোট ছোট অবদানগুলোই সম্মিলিতভাবে পরিবর্তনের প্রেরণা যোগায়।
- এই অধিবেশন এবং এর পরেরাতিতে আমরা কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবো। কিন্তু প্রথমে আমাদেরকে নিশ্চিত করতে হবে যে আমরা প্রত্যেকেই এই প্রক্রিয়ায় অনন্য অবদান রাখবো!

### ২. আলোচনা অনুশীলন: সমস্যাটা কী ৫২ মিনিট

#### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনে, অংশগ্রহণকারীরা সেইসব বাস্তব সমস্যা বেছে নিবেন যেগুলি মোকাবেলার জন্য তারা কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করতে আগ্রহী। কোর্সে যে পদ্ধতিটি ব্যবহার করা হয়েছে তা এই প্রক্রিয়াটিতে প্রত্যেকের অবদান নিশ্চিত করে।

#### উপকরণসমূহ

- আগের অধিবেশন থেকে প্রাপ্ত পাঁচটি “পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা”-এর ফ্লিপ চার্ট শীট।
- ‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’ ফ্লিপ চার্ট শীট।
- ফ্লিপ চার্ট এবং কলম।



সম্মিলিত অনুশীলন



সম্মিলিত অনুশীলন

## আগাম প্রস্তুতি

‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’ অনুশীলনটির (১৩৭ পৃষ্ঠা) জন্য কয়টি কর্ম পরিকল্পনা দল থাকবে তা আগে থেকেই নির্ধারণ করুন। প্রতি দলে ৪-৮ জন অংশগ্রহণকারী থাকতে পারেন। যেহেতু (পরবর্তী অধিবেশনে) প্রতিবেদন পেশ করার জন্য সময় বেধে দেয়া থাকবে তাই মূল দলটিকে সর্বোচ্চ তিনটি দলে বিভক্ত করতে পারেন, এর বেশি নয়।

## অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

প্রত্যেককে ফরব মানচিত্র/পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলির ফ্লিপ চার্ট শীট ঘিরে দাঁড়াতে বলুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

এই কোর্সের উদ্দেশ্য হলো আমাদেরকে স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী হয়ে উঠতে সাহায্য করা। এই শেষ দুইটি অধিবেশনে যে কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা হবে তা দলগুলি তাদের সমাজে বিদ্যমান মানবাধিকার সম্পর্কিত সমস্যা মোকাবেলায় ব্যবহার করতে পারবেন। প্রশ্ন হল সমস্যাটা কী?

‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’ অনুশীলনটিতে আমরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত সমস্যাগুলো চিহ্নিত করেছি। উক্ত সমস্যাগুলি নিয়ে আমাদের পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলোর ব্যাপারে গভীরভাবে চিন্তাভাবনা করেছি এবং আমাদের পছন্দের ধারণাগুলিও বেছে নিয়েছি। এই ধারণাগুলির প্রত্যেকটিই সেইসব বিষয়ের সাথে সম্পর্কিত যেগুলোকে আমরা সমস্যা বলে মনে করি।

এই অনুশীলনে, চিহ্নিত ফরব সমস্যাগুলো থেকে নির্দিষ্ট কয়েকটি সমস্যা বেছে নিয়ে সেগুলো মোকাবেলার জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবো। অনেক ধরনের মানবাধিকার সমস্যা রয়েছে যেগুলো মোকাবেলা করা জরুরী। কিন্তু আজকে আমরা কেবল ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার উপর আলোকপাত করবো। তবে এই কোর্সটি থেকে লব্ধ দক্ষতা ব্যবহার করে যেকোন সামাজিক সমস্যা মোকাবেলা করার জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা যাবে।

## অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৫০ মিনিট

### • চিন্তা করুন (৫ মিনিট)

অংশগ্রহণকারীদেরকে ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’, এবং বিশেষ করে ‘পছন্দনীয় পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি দেখতে বলুন, এবং নীরবে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি সম্পর্কে চিন্তা করতে বলুন:

- আমাদের পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাগুলি কোন সমস্যাগুলি মোকাবেলা করার চেষ্টা করে?
- এই সমস্যাগুলির মধ্যে কোনটি মোকাবেলা করা সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ?
- কোন সমস্যাটির ক্ষেত্রে আমরা তাৎপর্যবাহী অবদান রাখতে পারি?

### • জুটি গঠন করুন (১০ মিনিট)

অংশগ্রহণকারীদেরকে জোড়ায় জোড়ায় বিভক্ত হতে বলুন এবং নিম্নোক্তভাবে কাজগুলি করতে বলুন:

কোন সমস্যাটি মোকাবেলা করা জরুরী এবং কোন সমস্যাটির ক্ষেত্রে আপনার পক্ষে তাৎপর্যবাহী অবদান রাখা সম্ভব সে সম্পর্কে চিন্তা করে এমন একটি সমস্যা বেছে নিন যেটার জন্য আজই একটা কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা উচিত বলে আপনারা দুজন মনে করেন। সমস্যাটিকে যথাসম্ভব বাস্তব এবং সুনির্দিষ্টভাবে তুলে ধরুন। যেমন, সমস্যাটিকে ‘অসহনশীলতা’ বলে আখ্যা দেয়ার পরিবর্তে আপনি বলতে পারেন:

- স্থানীয় স্কুলে সংখ্যালঘু শিশুদেরকে হয়রানির শিকার হতে হচ্ছে, বা
- স্থানীয় ধর্মীয় বা রাজনৈতিক নেতার দ্বারা অথবা স্থানীয় গণ মাধ্যমে ঘৃণাত্মক বক্তব্য ছড়িয়ে দেয়া হচ্ছে।

সংখ্যালঘু (বা সকল) নারীরা ঝুঁকিতে আছেন বলার পরিবর্তে, আপনি বলতে পারেন:

- (সংখ্যালঘু) মেয়েদের মধ্যে স্কুল থেকে ঝড়ে পড়ার হার উচ্চ,
- নারীরা, বিশেষত সংখ্যালঘু নারীরা, পথে-ঘাটে হয়রানির শিকার হচ্ছেন, বা
- বাল্য বিবাহ ও জোরপূর্বক বিবাহ ঘটছে।

এবং সরকার প্রশাসন দ্বারা বৈষম্য করা হচ্ছে বলার পরিবর্তে আপনি বলতে পারেন:

- স্থানীয় পুলিশ সংখ্যালঘুদের বিরুদ্ধে সংঘটিত অপরাধ সঠিকভাবে তদন্ত করে না, বা
- উক্ত সম্প্রদায় উপাসনালয় নির্মাণের অনুমতি পাচ্ছে না।

### • মত বিনিময় করুন (১০ মিনিট)

প্রতিটি জুটিকে একটি বাক্যে তাদের বেছে নেয়া সমস্যাটি বলতে বলুন।

ফ্লিপ চার্ট শীট বা হোয়াইটবোর্ডের বাম দিকে একটি তালিকায় সমস্যাগুলি লিখুন। তালিকাটির ডান দিকে জায়গা রাখুন যাতে অংশগ্রহণকারীরা যে সমস্যাটি মোকাবেলা করতে চায় সেটির পাশে টিক চিহ্ন দিয়ে ভোট দিতে পারে।

পরামর্শ! উদাহরণগুলিকে আপনার প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে নিন।

- **ভোট দিন এবং বেছে নিন** (২০ মিনিট)  
প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে এমন দুটি সমস্যার পাশে টিক চিহ্ন দিতে বলুন যেগুলির জন্য দলটির কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা উচিত বলে তারা ব্যক্তিগতভাবে মনে করেন।  
দলীয়ভাবে ভোটের ফলাফল নিয়ে আলোচনা করুন এবং সম্মিলিতভাবে সর্বোচ্চ তিনটি সমস্যার কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করার সিদ্ধান্ত নিন (যদি আপনার দলে ১২ জনের কম অংশগ্রহণকারী থাকে তবে একটি বা দুটি সমস্যাই যথেষ্ট কেননা প্রতিটি সমস্যার জন্য ন্যূনতম চারজন অংশগ্রহণকারী থাকতে হবে)।  
জোর দিয়ে বলুন - কর্ম পরিকল্পনা তৈরির যে দক্ষতা আজ আমরা শিখবো তা ব্যবহার করে সেইসব সমস্যাগুলোর ব্যাপারেও পরবর্তীতে কাজ করতে পারবো যেগুলো যথেষ্ট ভোট না পাওয়ায় বেছে নেয়া হয়নি।
- **ছোট দলে বিভক্ত হোন** (৫ মিনিট)  
দলটিকে চক্রাকারে দাঁড়াতে বলুন। এবং কোন অংশগ্রহণকারী কোন দলে (সর্বোচ্চ তিনটি দল, ১ থেকে ৩) থাকবেন তা বলে দিন।  
প্রতিটি দলের জন্য একটি সমস্যা প্রদান করুন এবং অংশগ্রহণকারীদেরকে বলুন যে তাদের দলগুলি অধিবেশনের পরবর্তী অংশে সেই সমস্যাটির কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবে।  
যদি কোন অংশগ্রহণকারী দৃঢ়ভাবে অন্য একটি দলে যুক্ত হওয়ার ইচ্ছা প্রকাশ করে (হয়তো ঐ দলের কারোর সাথে তার দৃষ্টিভঙ্গি ও জ্ঞানের সাদৃশ্য রয়েছে), তাহলে উক্ত দলের কোন অংশগ্রহণকারী দল বদল করতে ইচ্ছুক কিনা জিজ্ঞাসা করুন।

### ৩. উদ্দীপক: পরিবর্তন করুন ৫ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

উদ্দীপনা বৃদ্ধি করার একটি শারীরিক অনুশীলন।

অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন

দলটিকে চক্রাকারে দাঁড়াতে বলুন এবং যতটা সম্ভব নিচু হতে বলুন (ব্যক্তিগত সামর্থ অনুযায়ী)। সবাইকে একসাথে ফিসফিস করে বলতে বলুন ‘পরিবর্তন করুন: বদলে দিন!’ এই শব্দগুলি বারবার পুনরাবৃত্তি করতে বলুন, প্রতিবার আরও জোরে এবং একটু করে উঁচু হতে হতে। আওয়াজ ক্রমান্বিত বাড়তে থাকবে এবং দলটি ধীরে ধীরে পুরোপুরি উঠে দাঁড়াবে এবং অবশেষে সবাই যতটা সম্ভব উচ্চতায় ঝাপিয়ে উঠে চিৎকার করে বলতে থাকবে: ‘পরিবর্তন করুন: বদলে দিন!’

### ৪. উপস্থাপনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা ১০ মিনিট

বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই উপস্থাপনাটির লক্ষ্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরির দক্ষতা বৃদ্ধি করা। এটি একটি যাত্রার চিত্রকল্প ব্যবহার করে কর্ম পরিকল্পনার প্রক্রিয়া এবং সরঞ্জামের ধারণা প্রদান করে যা অংশগ্রহণকারীরা পরবর্তী অনুশীলনটিতে ব্যবহার করবে।

#### উপকরণসমূহ

- উপস্থাপনার স্ক্রিপ্ট এই নির্দেশিকা ১৪০ পৃষ্ঠায় পাওয়া যাবে।
- স্ক্রিপ্টটি এই অধিবেশনের পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইড ৩-২৪-এর সাথে মিলে যায় এবং স্ক্রিপ্টটি স্লাইডগুলির বক্তার মন্তব্য অংশে অন্তর্ভুক্ত করা আছে।
- স্ক্রিপ্টের একটি সম্পাদনাযোগ্য ওয়ার্ড সংস্করণও প্রদান করা হয়েছে

আগাম প্রস্তুতি

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। স্ক্রিপ্ট ও পাওয়ারপয়েন্ট স্লাইডগুলি পড়ুন এবং প্রেক্ষাপটের জন্য উপযোগী করে সম্পাদন করুন (অথবা স্লাইডগুলিতে উল্লেখিত মূল বিষয়গুলি নিয়ে ফ্লিপ চার্ট শীট তৈরি করুন) এবং স্লাইড/ফ্লিপ চার্ট শীটগুলির সাথে একসাথে উপস্থাপনার চর্চা করুন।



সম্মিলিত অনুশীলন

পরামর্শ! নিজে করে অন্যদেরকেও অনুপ্রাণিত করুন - ধীরে ধীরে আরও উচ্চ স্বরে এবং উচ্চতরভাবে বলতে থাকুন উপস্থাপনা



উপস্থাপনা

পরামর্শ! আপনার পস্থাপনা শেষ না হওয়া পর্যন্ত অংশগ্রহণকারীদেরকে প্রশ্ন/মন্তব্য করা থেকে বিরত থাকতে বলুন।

## ৫. দলীয় কাজ: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা ৪৫ মিনিট

### বর্ণনা এবং উদ্দেশ্য

এই অনুশীলনটি এই অধিবেশনের বাকি অংশ এবং পরবর্তী অধিবেশনের সূচনা জুড়ে চলবে।

এই অনুশীলনটিতে দলগুলো পূর্ববর্তী উপস্থাপনায় বর্ণিত কর্ম পরিকল্পনার সরঞ্জাম ব্যবহার করে কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবে। কর্ম পরিকল্পনাটি তৈরি হয়ে গেলে, সেটা সমাজের প্রকৃত সমস্যা মোকাবেলার জন্য বাস্তবায়ন করা হবে নাকি কর্ম পরিকল্পনায় দক্ষতা বৃদ্ধির উপায় হিসাবে এটাকে একটি নমুনা পরিকল্পনা হিসেবে ব্যবহার করা হবে তা নির্ভর করবে দলগুলির ধরন বা প্রকৃতির উপর।

ফ্লিপ চার্টে 'যাত্রা'র একটি চিত্র এঁকে ও বর্ণনা যুক্ত করার মাধ্যমে অংশগ্রহণকারীরা তাদের কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবেন।



দলীয় অনুশীলন

### উপকরণসমূহ

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে 'আমাদের পরিবর্তন যাত্রা' শীর্ষক বিলিপত্র।
- ফ্লিপ চার্ট, ফ্লিপ চার্টে লেখার কলম, সাধারণ কলম।

### আগাম প্রস্তুতি

দুইটি ফ্লিপ চার্ট শীটের ছোট দিকগুলো টেপ দিয়ে জোড়া লাগিয়ে একটি বড় কাগজে পরিণত করুন। প্রতিটি দলের জন্য একটি করে এমন কাগজ তৈরি করুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ৫ মিনিট

স্লাইড ২৪ আবার প্রদর্শন করুন এবং নিম্নলিখিত বিষয়গুলি ব্যাখ্যা করুন:

এই অধিবেশনের শুরুতে আমরা কয়েকটি সমস্যা বেছে নিয়েছিলাম এবং দলে দলে বিভক্ত হয়েছিলাম। উপস্থাপনা অংশে 'আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা' শীর্ষক নমুনাটি সম্পর্কে আমরা জেনেছি। এখন উক্ত নমুনাটি ব্যবহার করে প্রতিটি দল তাদের বেছে নেয়া সমস্যাটি মোকাবেলার জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করবে।

এই কর্ম পরিকল্পনা আমরা সমাজের প্রকৃত সমস্যা মোকাবেলার জন্য প্রয়োগ করতে পারি অথবা কর্ম পরিকল্পনার দক্ষতা শেখার জন্য নমুনা পরিকল্পনা হিসেবেও ব্যবহার করতে পারি।

প্রত্যেক দলের টেবিলে একটা বড় ফ্লিপ চার্ট শীট পাবেন যার উপর আপনাদেরকে পরিবর্তন যাত্রা আঁকতে এবং বর্ণনা করতে হবে। এ কাজটিকে সহজ করার জন্য 'আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা'র নমুনা কপি দেয়া হয়েছে যেটা আপনি বাড়িতেও নিয়ে যেতে পারেন।

আপনার কাজ হল উক্ত নমুনাটির বিভিন্ন উপাদান ব্যবহার করে সমস্যাটি মোকাবেলা করার জন্য ফ্লিপ চার্ট শীটে একটি কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করা। এই অধিবেশনের বাকি অংশ এবং পরবর্তী অধিবেশনের প্রথম অংশ জুড়ে এই কাজটি করতে হবে। এর জন্য সময় পাবেন এক ঘন্টার একটু বেশি।

স্লাইড ২৫ প্রদর্শন করে নিম্নলিখিত বিষয়গুলি তুলে ধরুন:

পরিকল্পনা তৈরি করার পদক্ষেপগুলি নিম্নরূপ:

- সমাজ পরিবর্তনকারী কারা তা নির্ধারণ করুন: পরিকল্পনাটি বাস্তবায়ন করার মতো দল বা সংস্থা কোনগুলি?
- আপনার দলকে যে সমস্যাটি নিয়ে কাজ করতে বলা হয়েছে সেই সমস্যাটি সংক্ষেপে লিখে ফেলুন।
- যেসব সুনির্দিষ্ট মনোভাব, আচরণ বা নিয়ম আপনি পরিবর্তন করতে চান সেগুলো চিহ্নিত করুন।
- সমস্যাটি সঠিকভাবে তুলে ধরার (টু মিরর ইওর প্রবলেম) জন্য একটি লক্ষ্য নির্ধারণ করুন।
- কাঙ্ক্ষিত মনোভাব, আচরণ এবং নিয়মগুলি চিহ্নিত করুন।
- সংশ্লিষ্ট অন্যান্য 'ব্যক্তিদেরকে' যুক্ত করুন - যেমন, ক্ষতিগ্রস্ত মানুষ, অন্যান্য মানুষ, সংস্থা বা কর্তৃপক্ষ যারা এই সমস্যার অংশ এবং এ বিষয়ে তাৎপর্যবাহী কিছু করার ক্ষমতা রাখে।
- লক্ষ্য অর্জনের জন্য একটি কৌশল ও প্রধান কার্যকলাপগুলি বেছে নিন এবং সেগুলো সমন্বিত করুন।
- এই কার্যকলাপগুলি বাস্তবায়নের জন্য প্রয়োজনীয় প্রধান পদক্ষেপগুলি চিহ্নিত করুন - তবে আজকে এ বিষয়টিতে বেশি সময় ব্যয় করবেন না!
- সমস্যাটির সাথে সম্পৃক্ত ব্যক্তিদের জন্য আপনার বার্তাগুলি কী তা নির্ধারণ করুন। কী যুক্তি দিলে তাদের মনে প্রত্যয় জন্মাবে?

- পরিশেষে, যাত্রাপথে আপনি কী ধরনের ঝুঁকির সম্মুখীন হতে পারেন তা সম্পর্কে চিন্তা করুন।

উপরের এই ক্রম অনুসারেই যে অগ্রসর হতে হবে এমন কোন কথা নেই, তবে এই ক্রমটি ধরে ধাপে ধাপে অগ্রসর হলেই কাজটা সম্ভবত সহজ হবে।

নিম্নলিখিত বিষয়গুলির উপর জোর দিন:

প্রতিটি প্রশ্ন নিয়ে গভীরভাবে চিন্তার জন্য দীর্ঘ সময় লাগাটা অসম্ভব কিছুই নয়, কিন্তু এই অনুশীলনের লক্ষ্য হল পরিকল্পনাটির একটি ‘কাঠামো’ ও একটি সার্বিক চিত্র দাঁড় করানো যেন এটা সম্পর্কে গভীরভাবে চিন্তা-ভাবনা করাটা সহজতর হয় এবং পরবর্তীতে এটাকে আরও উন্নত করে বাস্তবায়ন করা সম্ভব হয়।

প্রতিটি অংশের জন্য ৮ মিনিট বা তার থেকে কম সময় ব্যয় করুন! মনে রাখা জরুরী যে এই পর্যায়ে আমরা কেবল একটি খসড়া পরিকল্পনা তৈরির জন্যই চিন্তা ভাবনা করছি। আপনাদের স্বতঃস্ফূর্তভাবে উদ্ভূত চিন্তাভাবনা এবং ধারণাগুলি লিখে ফেলুন। কিন্তু ধারণাগুলি লিপিবদ্ধ করার সময় শব্দ চয়ন ও সুন্দর করে বাক্য গঠনের জন্য অযথা সময় ব্যয় করবেন না - আপনি কি বলতে চাচ্ছেন তা একটি বাক্য বা বুলেটযুক্ত তালিকা হিসেবে প্রকাশ করাই যথেষ্ট হবে।

ফ্লিপ চার্টে লিখিত ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’র কথা ভুলে যাবেন না! আপনার কর্ম পরিকল্পনায় এই পদক্ষেপগুলোর একটি বা দুটি অন্তর্ভুক্ত করতে পারেন।

**অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ৪০ মিনিট**

অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের দলের হয়ে কাজ শুরু করতে বলুন। ঘুরে ঘুরে তাদের অগ্রগতি লক্ষ্য করুন এবং করণীয় কী সেটা তারা বুঝেছে কিনা তা যাচাই করুন।

সময়ের দিকে লক্ষ্য রাখুন! প্রতি ১০ মিনিট পর পর পরবর্তী প্রশ্নটি নিয়ে তাদেরকে কাজ করতে বলুন।

দলগুলির উপর নজর রাখুন এবং তাদের উত্তর যেন প্রাসঙ্গিক থাকে সেদিকে লক্ষ্য রাখুন। প্রয়োজনে তাদেরকে পরামর্শ ও প্রেরণা দিন। প্রদত্ত প্রশ্নগুলির কোন একটির উত্তর খুঁজে পাওয়া কঠিন হলে, এবং সে বিষয়ে দলটিকে সাহায্য করা আপনার পক্ষে সম্ভব না হলে, তাদেরকে বলুন - পুরোনো প্রশ্নটি নিয়ে পরে আবার চিন্তা করা যাবে, আপাতত পরবর্তী প্রশ্নটি নিয়ে ভাবুন।

## ৬. সমাপনী মন্তব্য ৩ মিনিট

অধিবেশনের সময় ফুরিয়ে আসলে সবগুলি দলকে তাদের কঠোর পরিশ্রম ও প্রচেষ্টার জন্য অভিনন্দন জানান এবং বলুন যে, পরবর্তী অধিবেশনেও পরিবর্তনের যাত্রার কর্ম পরিকল্পনা চালু থাকবে। পরবর্তী অধিবেশনের আগ পর্যন্ত কর্ম পরিকল্পনা সম্পর্কে চিন্তা চালিয়ে যেতে তাদেরকে উৎসাহিত করুন এবং বলুন যে নতুন কোন ধারণা পেলে সেটা যেন তারা লিখে রাখেন এবং পরবর্তী অধিবেশনে পেশ করেন।



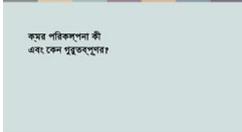
সংক্ষিপ্ত আলোচনা

# উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট

## আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা – কর্ম পরিকল্পনার জন্য একটি দৃষ্টিনির্ভর সরঞ্জাম

অধিবেশন ৮-এ উপস্থাপনার জন্য এই স্ক্রিপ্টটি পাওয়ারপয়েন্টের ৩-২৪ স্লাইড দ্বারা চিত্রিত করা হয়েছে।

### কর্ম পরিকল্পনা কি এবং কেন গুরুত্বপূর্ণ?



কর্ম পরিকল্পনা কী এবং কেন গুরুত্বপূর্ণ? **কর্ম পরিকল্পনা হল আমাদের বর্তমান অবস্থান থেকে কাঙ্ক্ষিত অবস্থানে পৌঁছানোর পরিকল্পনা।**

দীর্ঘ ভ্রমণে যাওয়ার সময় ভালো হয় যদি আমাদের কাছে একটা মানচিত্র থাকে এবং কীভাবে ভ্রমণ করবো তার একটা পরিকল্পনা থাকে। ধরা যাক আমরা বাস স্টেশনে পায়ে হেঁটে যাব, তারপর বাসে এবং অতঃপর ট্রেনে করে যাত্রা করবো। ট্রেন থেকে নেমে আমাদের চূড়ান্ত গন্তব্যে যাওয়ার জন্য হয়তো একটা গাড়ি ভাড়া করব। মানচিত্র এবং পরিকল্পনা ছাড়া আমরা আমাদের গন্তব্যে পৌঁছাতে নাও পারি, বা সেখানে পৌঁছাতে আমাদের আরও বেশি সময় লাগতে পারে।



কর্ম পরিকল্পনা খানিকটা মানচিত্রসহ ভ্রমণ পরিকল্পনার মতো – গন্তব্যে পৌঁছানোর জন্য আমরা যে পদক্ষেপগুলির পরিকল্পনা করি তা এখানে ফুটে ওঠে এবং আমাদেরকে কৌশলী হতে এবং ভেবে চিন্তে অগ্রসর হতে সাহায্য করে।

আমরা সবাই কর্ম পরিকল্পনা করি। কখনও কখনও কর্ম পরিকল্পনাগুলো খুবই সাধাসিধা হয়। প্রায় প্রবৃত্তিগতভাবেই আমরা এসব পরিকল্পনাগুলো করি অর্থাৎ মনে মনে পরিকল্পনা করি এবং স্মরণ রাখি। কিন্তু জটিল সমস্যা - যেটা আমরা আগে মোকাবেলা করিনি এবং যেটা দলীয়ভাবে মোকাবেলা করা প্রয়োজন - সেটার জন্য আমাদেরকে আরও সতর্কতার সাথে পরিকল্পনা করতে হয় এবং পরিকল্পনাগুলো লিখে রাখতে হয় যাতে সবাই সেগুলি মনে রাখতে পারে।



এই উপস্থাপনার বাকি অংশে কর্ম পরিকল্পনা তৈরির জন্য 'আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা' শীর্ষক একটি সাধারণ দৃষ্টিনির্ভর সরঞ্জাম ব্যবহার করতে শিখব।

### ভ্রমণকারী



পরিবর্তনের তাগিদে ভ্রমণের জন্য যখন আমরা কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করি, তখন প্রথম যে প্রশ্নটি আসে সেটা হলো 'আমরা কারা?'

কারা সেই ভ্রমণকারী যারা পরিবর্তনের তাগিদে যাত্রায় যাচ্ছেন? কিছু ভ্রমণকারীকে পায়ে হেঁটে যাত্রা করতে হয় আবার অন্যরা দেখা যায় যে গাড়ি বা বিমানে যাত্রা করেন। একইভাবে ব্যক্তি, গোষ্ঠী বা সংস্থা হিসাবে আমাদের বিভিন্ন সুযোগ, শক্তি এবং দুর্বলতা রয়েছে এবং বিভিন্ন ঝুঁকিরও সম্মুখীন হতে হয়। 'আমরা কারা?' এই প্রশ্নটি আমাদেরকে এই বিষয়টিই মনে করিয়ে দেয়।

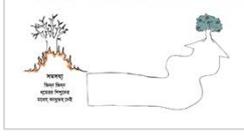


আসুন একটি কাল্পনিক পরিবর্তনের যাত্রা তৈরি করি এবং ধরে নেই যে আমরা আমাদের শহরের ভিন্ন ভিন্ন ধর্মীয় বা বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের একদল তরুণ বন্ধু।

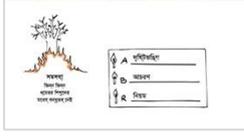
### আমাদের আদ্যস্থল



আমরা যখন যাত্রার পরিকল্পনা করি, তখন প্রথমেই জানতে হবে যে আমরা যাত্রাটা কোন স্থান থেকে শুরু করবো। পরিবর্তনের যাত্রা'র আদ্যস্থল হলো কোন একটি সমস্যা, এবং সেই সমস্যাটিকে সংজ্ঞায়িত করার মাধ্যমে আমরা সেই যাত্রা শুরু করি। আমরা যতো বেশি সুনির্দিষ্টভাবে সমস্যাটিকে সংজ্ঞায়িত করবো, ততোই সহজ হবে পরিবর্তন ঘটানোর উপায়টি সনাক্ত করা।



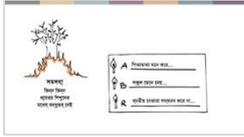
তাই সমস্যাটিকে ‘অসহিষ্ণুতা’ বলে আখ্যা দেয়ার পরিবর্তে, আমরা বলতে পারি যে ‘ভিন্ন ভিন্ন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়গুলোর শিশুদের মধ্যে বন্ধুত্ব নেই’। এই বিবৃতিটি বিরাজমান অসহিষ্ণুতার ফলাফল, এবং কারণও বটে।



এই ধরনের সমস্যাগুলির বিভিন্ন অন্তর্নিহিত কারণ রয়েছে যেগুলি এই সমস্যাগুলোর জন্য দায়ী। এই অন্তর্নিহিত কারণগুলি হতে পারে:

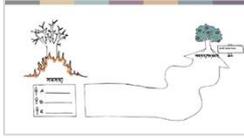
- মানুষের সমস্যায়ুক্ত মনোভাব,
- সমস্যায়ুক্ত আচরণ - মানুষ যা করে
- সমস্যায়ুক্ত আইন, নিয়ম কিংবা নীতি।

এই ধরনের মনোভাব, আচরণ এবং নিয়ম একত্রিতভাবে সমস্যাগুলো সৃষ্টি করে। তাই যদি হয় তাহলে আমরা কি আসলে চিহ্নিত সমস্যাটির সাথে সম্পর্কিত কোন নির্দিষ্ট মনোভাব, আচরণ বা নিয়ম পরিবর্তন করতে চাই?



আমাদের উদাহরণটির ক্ষেত্রে বলা যেতে পারে যে ‘ভিন্ন সম্প্রদায়ের শিশুদের সাথে বন্ধুত্ব হওয়ার বিষয়ে অভিভাবকদের নেতিবাচক মনোভাব রয়েছে’, বা ‘স্কুলটি ভিন্ন ভিন্ন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়গুলোর শিশুদের মধ্যে উত্সাহিত করার প্রবণতার বিষয়ে উদাসীন’, বা ‘একজন স্থানীয় ধর্মীয় নেতা বলেছেন যে ভিন্ন সম্প্রদায়ের শিশুদের মধ্যে বন্ধুত্ব সমর্থন করা উচিত নয়’। এগুলি হল মনোভাব, আচরণ এবং নিয়ম যা সমস্যাগুলো সৃষ্টির জন্য দায়ী।

### আমাদের গন্তব্য

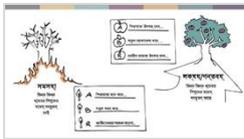


পরিবর্তনের তাগিদে যাত্রার সময় জানাটা জরুরী যে আমরা কোথায় যেতে চাই! কিন্তু, গন্তব্য নির্ধারণ করাটা খানিকটা জটিল। আমরা সবাই শান্তি, ন্যায়বিচার ও বৈষম্যহীনতার একটা অবস্থানে পৌঁছাতে চাই! কিন্তু নির্দিষ্ট একটি সময়সীমার মধ্যে আমরা কী অর্জন করতে পারি সে সম্পর্কে আমাদের দৃঢ় এবং বাস্তববাদী হতে হবে।



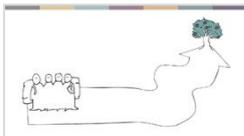
যেমন আমাদের একটা লক্ষ্য এমন হতে পারে যে ‘ভিন্ন ভিন্ন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের শিশুদের মধ্যে বন্ধুত্ব থাকতে হবে’। এই লক্ষ্য অর্জনের জন্য পুরাতন ও নেতিবাচক মনোভাব, আচরণ বা নিয়মের পরিবর্তে কী ধরনের নতুন মনোভাব, আচরণ বা নিয়ম দেখতে চাই তা নিয়ে আমরা চিন্তা করতে পারি।

যেমন, ‘অভিভাবকরা তাদের সন্তানদেরকে ভিন্ন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের শিশুদের সাথে বন্ধুত্ব স্থাপনে উৎসাহিত করবে’, বা ‘স্কুল সক্রিয়ভাবে উত্সাহিততা মোকাবেলা করবে’, বা ‘ধর্মীয় নেতারা ভিন্ন ভিন্ন সম্প্রদায়ের শিশুদের মধ্যে বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক স্থাপনে উৎসাহিত করবে’।



সুতরাং দেখা যাচ্ছে যে, আমাদের সমস্যা এবং লক্ষ্যগুলি একটি অন্যটির অবিকল প্রতিকৃতির মতো। সমস্যা এবং লক্ষ্য সংশ্লিষ্ট কার্ডগুলিকে আমাদের পরিবর্তনের যাত্রার কাঠামো হিসেবে বিবেচনা করা যেতে পারে। পরিবর্তনের প্রক্রিয়াটি কোথায় শুরু হবে এবং এই পরিবর্তন আমাদেরকে কোথায় নিয়ে যাবে?

### যেসব মানুষের সাথে আমাদের যাত্রাপথে দেখা হয়

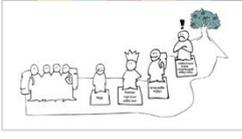


একটি দীর্ঘ ভ্রমণের সময় আমাদের অনেক মানুষের সাথে দেখা হয় – যেমন সহযাত্রীরা যারা একই দিকে যাচ্ছেন, টিকেট অফিসাররা যারা আমাদের টিকেট দেখতে চান, বা যারা রাস্তা অবরোধ করে আমাদেরকে অন্য পথে যেতে বাধ্য করে। তাহলে প্রশ্ন জাগে যে - যাত্রায় কাদের সাথে আমাদের দেখা হতে পারে?



যাত্রাপথে থাকতে পারে:

- সমস্যায় ভুক্তভোগী মানুষেরা (এই ক্ষেত্রে শিশুরা),
- সমস্যা সম্পর্কে কিছু করার ক্ষমতাসম্পন্ন মানুষেরা (যেমন, স্কুল বোর্ড এবং কর্মকর্তাগণ, পিতামাতা এবং ধর্মীয় নেতারা)।



আরও থাকতে পারে:

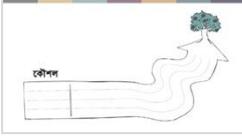
- সহযাত্রীরা; যাদের আমাদেরই মতো একই লক্ষ্য রয়েছে এবং যাত্রাপথে আমাদের সাহায্য করতে পারে। যেমন, স্থানীয় কোন আন্তঃধর্মীয় পরিষদ এক্ষেত্রে আমাদের মিত্র হতে পারে।
- বা যারা আমাদের লক্ষ্যের বিরোধিতা করে এবং আমাদের পথ রোধ করতে চেষ্টা করে। হতে পারে এটা সমাজের এক বা একাধিক অসহিষ্ণু ব্যক্তি, সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোতে যার বা যাদের প্রভাব রয়েছে।



এইসব ব্যক্তি, সংস্থা এবং প্রতিষ্ঠানগুলোর কথা মাথায় রেখে কর্ম পরিকল্পনা লেখা উচিত যাতে করে আমরা উপযুক্ত কৌশল এবং কর্ম পরিকল্পনা বেছে নিতে পারি।

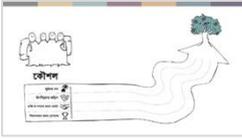
কারা এই পরিবর্তনের বিষয়ে আমাদেরকে সাহায্য করতে পারে? কাকে বোঝাতে বা রাজি করাতে হবে - এবং কী বিষয়ে? এবং কারা এই পরিবর্তনের পথ রোধ করার চেষ্টা করতে পারে?

### গমনপথ বেছে নেয়া



যেকোন স্থান থেকে অন্য একটি স্থানে যাওয়ার জন্য সাধারণত অনেকগুলি পথ থাকে - বিভিন্ন গমনপথও যেমন থাকে তেমনি থাকে পরিবহনের ভিন্ন ভিন্ন মাধ্যম। প্রশ্ন হলো আমরা কোন পথটি নেব?

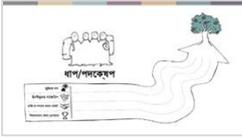
আমরা কোন গমনপথটি অবলম্বন করবো তা নির্ধারণ করবে আমাদের কৌশল। মনে রাখবেন, ১৫টি ভিন্ন কৌশল রয়েছে - সচেতনতা তৈরি করা থেকে শুরু করে আইনী পরামর্শ, লজ্জন নথিভুক্ত করা ইত্যাদি। এই কৌশলগুলি ব্যবহার করার জন্য ইতোমধ্যেই আমরা পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট প্রচুর ধারণা লিখে রেখেছি! এ ধারণাগুলোকে এখন কাজে লাগানোর সময়।



আমাদের উদাহরণটির ক্ষেত্রে: আমরা কি একটি আন্তঃধর্মীয় ফুটবল দল তৈরি করে বাচ্চাদের মানসিকতা পরিবর্তনের প্রতি দৃষ্টিপাত করবো, অথবা উৎসাহিত করার ঘটনা নথিভুক্ত করে স্কুল বোর্ডকে দিব যাতে তারা এ ব্যাপারে পদক্ষেপ নেয়, নাকি ইতিবাচক সম্পর্ক সৃষ্টিতে অবদানের জন্য শিক্ষকদের প্রণোদনার ব্যবস্থা করবো যেমন, বৈচিত্র্য সমর্থন ও প্রচার করা এবং শ্রেণীকক্ষে পারস্পরিক শ্রদ্ধা নিশ্চিত করার ক্ষেত্রে যে শিক্ষকের অবদান সবচেয়ে বেশি থাকবে তার জন্য পুরস্কারের ব্যবস্থা করা? নাকি আন্তঃধর্মীয় বন্ধুত্বকে উৎসাহিত করার জন্য ধর্মীয় নেতাদের বুঝাবো বা রাজী করাবো? নাকি এগুলোর কয়েকটি বা সবকটিই আমরা করবো?

করার মতো বহু কিছু আছে। সবকিছুই হয়তো আমরা করতে পারবো না, কিন্তু আমাদের লক্ষ্য অর্জন করতে হলে একাধিক কিছু আমাদের করতে হবে। যেমন, একটা ফুটবল দল শুরু করার কোন মানে হবে না যদি প্রধান ধর্মীয় নেতারা এর নিন্দা করেন এবং কেউ অংশগ্রহণ করতে সাহস না করে। সফল কর্ম পরিকল্পনায় সাধারণত কয়েকটি ভিন্ন কিন্তু পরিপূরক কৌশল থাকে।

### যাত্রার ধাপ/পদক্ষেপসমূহ



কোন কৌশলগুলি ব্যবহার করতে হবে সেই সিদ্ধান্ত নেওয়ার পরে, সেগুলি কীভাবে ব্যবহার করতে হবে সে সম্পর্কে আমরা চিন্তা করবো। কোন দৃঢ় পদক্ষেপ নিতে হবে এবং কোনটি আগে বা কোনটি পরে? বেছে নেয়া কৌশলগুলির প্রত্যেকটির ক্ষেত্রে কে কী করবে এবং কখন করবে? কীভাবে আমরা ফুটবল দল সংগঠিত করবো এবং এর প্রচার চালাবো, বা কীভাবে জরিপ পরিচালনা করবো? কে কোন ধর্মের নেতাদের সাথে কথা বলবে?

## বার্তা



কারোর সাথে কথা বলার আগে আমাদের ভেবে নেয়া উচিত যে আমরা কী বলবো। কোন ধরনের তথ্য বা যুক্তি ব্যবহার করলে সম্ভাব্য মিত্ররা আমাদের সাথে যোগ দেবেন বা অন্যরা তাদের মনোভাব বা আচরণ পরিবর্তন করতে রাজি হবেন? কি রকলে ক্ষমতাস্বত্বের পদক্ষেপ নিতে রাজি হবেন? এবং আমাদের বার্তাটিকে কি এমনভাবে প্রস্তুত করা যায় যাতে করে আমরা বিরোধিতা এড়াতে পারি?

উদাহরণস্বরূপ:

পিতামাতারা হয়তো শুনতে চাইবেন যে ভিন্ন সম্প্রদায়ের শিশুদের সাথে সম্পর্ক গড়ে তোলা কেন তাদের সন্তানদের ভবিষ্যতের জন্য লাভজনক হবে এবং সেইসাথে তাদেরকে আশুস্ত করার মতো প্রকৃত পরিস্থিতির তথ্য যেমন, তাদের সন্তানরা ফুটবল দলে নিরাপদে থাকবে এবং তাদের সুরক্ষার প্রতি নজর রাখা হবে।

স্থানীয় আন্তঃধর্মীয় পরিষদ শুনতে আগ্রহী হবে যে ফুটবল দলগুলির ব্যবস্থাপনার জন্য ভিন্ন সম্প্রদায়গুলোর প্রাপ্তবয়স্কদের কীভাবে আমরা জড়িত করবো।

এবং স্কুল বোর্ড হয়তো শুনতে আগ্রহী হবে যে একটি উৎপীড়ন-বিরোধী নীতি কীভাবে স্কুলের নাম আরও উজ্জ্বল করতে পারে।

## বাধা এবং ঝুঁকি



একটি দীর্ঘ ও কঠিন যাত্রায় ভ্রমণকারীরা বাধা, বিপদ এবং ঝড়ের সম্মুখীন হতে পারে। কিন্তু গন্তব্যে পৌঁছানোর জন্য এইগুলি তাদেরকে এড়াতে বা অতিক্রম করতে হবে। প্রতিটি পরিবর্তন প্রক্রিয়ার সাথেই বাধা এবং ঝুঁকি জড়িত থাকে। আগে থেকে এই ব্যাপারগুলো চিন্তা করলে আমাদেরই ভালো হবে - যেমন যতোটা সম্ভব নিরাপদ একটি গমনপথ বেছে নেয়া এবং উদ্ভূত বিভিন্ন পরিস্থিতি কীভাবে মোকাবেলা করা যায় তার পরিকল্পনা করা।

যেসব কাজ এবং পদক্ষেপ আমরা গ্রহণ করবো বলে ভেবেছি সেগুলি করা হলে আমরা কোন কোন বাধা এবং ঝুঁকির মুখোমুখি হতে পারি? এইগুলির মধ্যে কোনো কাজ কি খুব ঝুঁকিপূর্ণ এবং ঝুঁকি কমানোর উপায় আছে কি?

যেমন, কিছু কিছু প্রেক্ষাপটে স্থানীয় রেডিও স্টেশনে আন্তঃধর্মীয় ফুটবল দলগুলির প্রচারণা হয়তো অসহিষ্ণু গোষ্ঠীগুলির অবাঞ্ছিত দৃষ্টি আকর্ষণ করতে পারে এবং তারা বিরোধীদেরকে সংগঠিত করতে পারে। আমরা চাই আমাদের শুরুটা শান্তিপূর্ণ হোক যাতে করে আমরা সম্প্রদায়গুলোর সমর্থন পাই।

## উপসংহার



কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রক্রিয়াটি আমরা এখন সফলভাবে শেষ করেছি। পরিবর্তনের যাত্রার জন্য আমরা চিহ্নিত করেছি:

- আদ্যস্থল বা যাত্রা শুরুর স্থান – সমস্যা
- আমাদের গন্তব্য – লক্ষ্য
- যাত্রাপথে যাদের সাথে আমাদের দেখা হতে পারে - মিত্র, প্রতিপক্ষ এবং সেইসব মানুষ যাদেরকে আমরা কোনো না কোনোভাবে প্রভাবিত করতে চাই
- গমনপথ - বেছে নেয়া কৌশলসমূহ এবং এগিয়ে যাওয়ার জন্য দৃঢ় পদক্ষেপ
- আমরা বার্তা এবং পথে যে ঝুঁকির সম্মুখীন হতে পারি সে সম্পর্কেও চিন্তা করেছি।

যেকোন ধরনের সমস্যা মোকাবেলা এবং কৌশল নির্ধারণের জন্য এই প্রক্রিয়াটি ব্যবহার করে একটি সহজ এবং বিস্তারিত কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করতে পারবেন।

এখন আপনার নিজের চেষ্টা করার সময় এসেছে - আপনি যে সমস্যাটি মোকাবেলা করতে চান সেটার জন্য আপনার নিজের পরিবর্তনের যাত্রা'র কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করুন!

# অধিবেশন ৯

## আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলছে)

### অধিবেশনটির সংক্ষিপ্ত বিবরণ

কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রক্রিয়াটি অধিবেশন ৮ এ শুরু হয়ে এই অধিবেশনে শেষ হবে। এটি কোর্সের শেষ অধিবেশন। একটি মূল্যায়ন অনুশীলন এবং আনন্দ উদযাপনের মধ্যে দিয়ে অধিবেশনটি শেষ হবে।

শিক্ষার উদ্দেশ্যসমূহ এবং শিক্ষণ প্রক্রিয়াটি অভিন্ন হওয়ায় অধিবেশন ৮ এবং ৯-কে একটি 'জুটি' হিসেবে ভাবা যেতে পারে। এই অধিবেশনের শিক্ষার উদ্দেশ্যগুলোর জন্য অনুগ্রহ করে অধিবেশন ৮-এর অধিবেশন পরিকল্পনা অংশটি দেখুন।

### অধিবেশনের বিষয়বস্তু এবং সময়

অধিবেশন ৯ একটি দীর্ঘ অধিবেশন এবং এর জন্য প্রায় ২ ঘন্টা ৩০ মিনিট সময় বরাদ্দ করা হয়েছে। তবে কয়টি দলকে প্রতিবেদন পেশ করতে হবে সেই সংখ্যাই নির্ধারণ করবে অধিবেশনের বিভিন্ন কার্যকলাপের জন্য কতটা সময় লাগবে। দলের সংখ্যা তিনের বেশি হলে অধিবেশনটি দীর্ঘায়িত করার প্রয়োজন হতে পারে। দলের সংখ্যা তিনের কম হলে, আড়াই ঘন্টার কম সময়েই অধিবেশনটি শেষ করা যাবে।

শেষ ৩০ মিনিট একটি মূল্যায়ন অনুশীলন এবং আনন্দ উদযাপনের জন্য বরাদ্দ করা হয়েছে।



দলীয় অনুশীলন: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলছে) অংশগ্রহণকারীরা অধিবেশন ৮-এ শুরু করা কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রক্রিয়াটি চালিয়ে যাবে।	৩০ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা - উপস্থাপনা এবং প্রতিক্রিয়া দলগুলি তাদের কর্ম পরিকল্পনা উপস্থাপন করবে এবং আলোচনা করবে।	১০-২০ মিনিট/দল
উদ্দীপক: সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিব্যক্তিপূর্ণ প্রতিকৃতি (স্কালচার) প্রতিটি দল তাদের কর্ম পরিকল্পনাটিকে ফুটিয়ে তুলতে দেহভঙ্গি ব্যবহার করবে।	৫ মিনিট
সম্মিলিত আলোচনা: আমরা এখান থেকে কোথায় যাব? অংশগ্রহণকারীরা কোর্সের পরে ব্যক্তিগতভাবে এবং সম্মিলিতভাবে কী পদক্ষেপ নিতে চান তা নিয়ে আলোচনা করবেন।	২৫ মিনিট
মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত কোর্সটি থেকে অংশগ্রহণকারীরা কী শিখেছেন সে বিষয়ে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করা	২০ মিনিট
আনন্দ উদযাপন কোর্স চলাকালীন জ্ঞান, দৃষ্টিভঙ্গি ও দক্ষতার বিকাশ এবং সেই সাথে অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সুসম্পর্ক তৈরি হওয়া নিয়ে আনন্দ উদযাপন করুন।	১০ মিনিট
মোট সময়	২ ঘন্টা ৩০ মিনিট

## প্রস্তুতি গ্রহণ

পৃষ্ঠা ১৫-এর ‘কীভাবে প্রতিটি অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিতে হবে’ নির্দেশিকাটি অনুসারে অধিবেশনের জন্য প্রস্তুতি নিন। মনে রাখবেন - আপনার দলটি সম্পর্কে আপনিই ভালো জানেন! তাই দলটির প্রয়োজন অনুযায়ী অধিবেশনের যেকোনো উপকরণ প্রেক্ষাপটের সাথে মানানসই করে পরিবর্তন করুন।

### অধিবেশনের জন্য সময় নির্ধারণ

এই অধিবেশনে দলীয় কাজ এবং সম্মিলিত আলোচনার জন্য কতোটুকু সময় বরাদ্দ করবেন তা আগেভাগেই নির্ধারণ করুন। কতগুলি দলকে তাদের কর্ম পরিকল্পনা উপস্থাপন করতে হবে তার উপর নির্ভর করে সময় বরাদ্দ করতে হবে।

#### অধিবেশনটির উপকরণসমূহ

পৃষ্ঠা ১৬-এ উল্লেখিত অধিবেশনের জন্য প্রয়োজনীয় সাধারণ উপকরণসমূহ ছাড়াও, এই অধিবেশনটি পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত সরঞ্জামগুলির দরকার হবে:

- অধিবেশন ৮ থেকে প্রাপ্ত প্রতিটি দলের ‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৫ থেকে প্রাপ্ত ‘আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীট।
- অধিবেশন ৬-৭ থেকে প্রাপ্ত ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’ শীর্ষক পাঁচটি ফ্লিপ চার্ট শীট।
- কৌশলগুলোর সবকয়টি পোস্টার।

এখানে অধিবেশনটির আনুষঙ্গিক উপকরণগুলি পাওয়া যাবে।

### কক্ষটিকে উপযোগী করুন

অধিবেশন ৮-এর দলগুলি তাদের দলীয় কাজ বহাল রেখে এই অধিবেশনটি শুরু করবে। সেই অনুযায়ী টেবিল ও চেয়ার সাজান।

পূর্ববর্তী অধিবেশনের ‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’ অনুশীলন থেকে প্রাপ্ত ফ্লিপ চার্ট শীট টেবিলে রাখুন। কিছু কলম ও আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ প্রদান করুন।

আনুষঙ্গিক উপকরণ হিসেবে দেয়ালে ‘ফরব মানচিত্র’, ‘পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণাসমূহ’-এর ফ্লিপ চার্ট শীটগুলি এবং কৌশলের পোস্টারগুলো আটকে দিন।

‘মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত’



‘মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত’

## অধিবেশনটির বিস্তারিত পরিকল্পনা

মনে রাখবেন:

দলীয় কাজ এবং সম্মিলিত আলোচনার জন্য সময় বেধে দিতে হবে!

### ১. দলীয় কাজ: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা (চলছে) ন্যূনতম ৩০ মিনিট

উপকরণসমূহ

পূর্ববর্তী অধিবেশনে প্রতিটি দলের তৈরি ‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’ শীর্ষক ফ্লিপ চার্ট শীট, ফ্লিপ চার্ট লেখার কলম, সাধারণ কলম এবং আঠায়ুক্ত ছোট কাগজ।



দলীয় অনুশীলন

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন

কোর্সের শেষ অধিবেশনে সবাইকে স্বাগত জানান। পুরো কোর্স জুড়ে অংশগ্রহণকারীদের চমৎকার অবদানের কথা স্বীকার করে তাদেরকে উৎসাহিত করুন।

আগের অধিবেশনে গঠিত কর্ম-পরিকল্পনা’র দলগুলিতে অংশগ্রহণকারীদেরকে যোগ দিতে বলুন যাতে করে তারা ‘পরিবর্তনের যাত্রা’র কাজ চালিয়ে যেতে পারেন। দলগুলি ইতোমধ্যেই কৌশল এবং কার্যকর পদক্ষেপগুলি নিয়ে কাজ শুরু না করে থাকলে তাদেরকে এ ব্যাপারে উৎসাহিত করুন। কাজটি শেষ করার জন্য কতটুকু সময় বাকী আছে তা দলগুলিকে জানিয়ে দিন।

### ২. সম্মিলিত আলোচনা: আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা – উপস্থাপনা এবং প্রতিক্রিয়া ১৫ – ২০ মিনিট / দল

বর্ণনা

এটি ‘আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা’ অনুশীলনটির শেষ অংশ। এই অংশে দলগুলি তাদের কর্ম পরিকল্পনা উপস্থাপন করবে এবং অন্যদের মতামত শুনবে।

দ্রষ্টব্য

আপনার দলটি যদি খুব ছোট হয় এবং অংশগ্রহণকারীরা সবাই যদি কেবল একটি পরিকল্পনা নিয়েই কাজ করে থাকে, তাহলে উপস্থাপনা পর্বটি বাদ দিন এবং ‘অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করতে হবে’ অংশে উল্লিখিত প্রশ্নগুলি উত্থাপন করে সমাপনী আলোচনাটি শুরু করুন।



সম্মিলিত আলোচনা

অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ১ মিনিট

ব্যাখ্যা করুন যে প্রতিটি দলের ‘পরিবর্তনের যাত্রা’ সবার সামনে উপস্থাপন করার জন্য দলটিকে ৫ মিনিট সময় দেয়া হবে। এরপর তাদের পরিকল্পনা নিয়ে সম্মিলিতভাবে আলোচনা করা হবে। স্পষ্টভাবে সবাইকে বুঝিয়ে দিন যে, এই আলোচনার উদ্দেশ্য হল একে অপরকে সমর্থন করা, উৎসাহিত করা এবং সাহায্য করা - সম্মিলিতভাবে ধারণাগুলিকে বিকশিত করা। সেরা কর্ম পরিকল্পনা তৈরির প্রতিযোগিতা নয় এটা। তাছাড়া, নিখুঁত পরিকল্পনা করার মতো সময়ও ছিল না - তাই প্রতিযোগিতার প্রশ্ন এখানে পুরোপুরি অবাস্তব!

অনুশীলনটি কিভাবে পরিচালনা করবেন

প্রতিটি দলকে একে একে উপস্থাপনা পেশ করার জন্য (৫ মিনিট) এবং তাদের কর্ম পরিকল্পনার ব্যাপারে অন্যান্যদের মতামত শোনার জন্য আমন্ত্রণ জানান (সর্বোচ্চ ১৫ মিনিট)।

এই পর্যালোচনামূলক আলোচনাটি পরিচালনার জন্য নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি ব্যবহার করুন:

- এই কর্ম পরিকল্পনার কোন বিষয়টি/গুলো আপনার ভালো লেগেছে?
- পরিকল্পনাটিকে কীভাবে আরও ভালো করা যায় সে বিষয়ে আপনার কি কোন পরামর্শ আছে? যেমন, আরও বেশি মানুষের সাথে একসাথে কাজ করা বা অন্যান্য কৌশল ব্যবহার করা ইত্যাদি।
- এই কর্ম পরিকল্পনায় ব্যবহৃত কোন কৌশল/পদক্ষেপ কি অকার্যকর, অবাস্তব, বা খুব ঝুঁকিপূর্ণ বলে মনে হচ্ছে আপনার কাছে?
- যে কৌশল/পদক্ষেপের পরিকল্পনা করা হয়েছে এর দ্বারা দৃষ্টিভঙ্গি, আচরণ এবং নিয়মসমূহ পরিবর্তনের লক্ষ্যটি বা সেই লক্ষ্যের দিকে অগ্রগতি অর্জন করা সম্ভব হবে কি?

সময় বন্টনের প্রতি কঠোর থাকুন। প্রতিটি দল যেন উপস্থাপনা করার এবং মতামত শোনার ন্যায়সঙ্গত সুযোগ পায় সেদিকে লক্ষ্য রাখুন।

**অনুশীলনটি কীভাবে শেষ করবেন** ২ মিনিট

অংশগ্রহণকারীদেরকে তাদের চমৎকার কাজ এবং সম্পৃক্ততার জন্য অভিনন্দন জানান। জোর দিয়ে বলুন যে, এই কর্ম পরিকল্পনা বাস্তব ক্ষেত্রে ব্যবহার করা না হলেও, তাদের এই (কর্ম পরিকল্পনা তৈরির) দক্ষতা ভবিষ্যতে যে কোন ধরনের পরিবর্তন প্রক্রিয়ায় ব্যবহার করতে পারবেন।

### ৩. উদ্দীপক – সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিব্যক্তিপূর্ণ প্রতিকৃতি ৫ মিনিট

**উদ্দেশ্য**

উদ্দীপনা বৃদ্ধি করা।

**কীভাবে অনুশীলনটি পরিচালনা করবেন**

অংশগ্রহণকারীদেরকে নিম্নোক্ত নির্দেশাবলী দিয়ে অনুশীলনটি শুরু করুন: প্রতিটি দলের সবাই এমনভাবে দেহভঙ্গি করুন যাতে করে প্রত্যেক দলের কর্ম পরিকল্পনাটি তাদের দেহভঙ্গি দিয়ে ফুটে ওঠে। এর জন্য আপনারা ৪ মিনিট সময় পাবেন। সময় শেষে আমি হাত তালি দিলে প্রত্যেকে তার অবস্থানে অনড় হয়ে যাবেন। এরপর আমরা জীবন্ত এই ভাস্কর্যগুলো দেখবো এবং করতালি দিয়ে অভিনন্দন জানাবো!

পরামর্শ! আগের অনুশীলনটি করার সময় দলটিকে ক্লান্ত বলে মনে হলে উদ্দীপক পর্বটি দলীয় উপস্থাপনার মাঝামাঝি সময়ে পরিচালনা করুন।

### ৪. সম্মিলিত আলোচনা: এখান থেকে আমরা কোথায় যাব? ন্যূনতম ২৫ মিনিট

**বর্ণনা**

এই সম্মিলিত আলোচনাটি দিয়ে কোর্সটি শেষ হবে। কোর্স শেষ হওয়ার পর অংশগ্রহণকারীরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য কী করতে চায় তার উপর আলোকপাত করা হবে।

**অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করতে হবে**

নিচের মতো করে বলুন:

আমরা সবাই এখন কোর্সের শেষ পর্যায়ে আছি। কোর্সটি ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সংশ্লিষ্ট মানবাধিকারের উপর আলোকপাত করেছে।

আমরা পরিচয়, বিশেষাধিকার এবং প্রতিকূলতা নিয়ে চিন্তাভাবনা করেছি। মানবাধিকার, ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা এবং মানবাধিকার লঙ্ঘন সম্পর্কে জেনেছি। বেশ কিছু কৌশল সম্পর্কে শিখেছি যা মানবাধিকার প্রচার ও সমুন্নত করার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। 'পরিবর্তনের যাত্রা'র জন্য কর্ম পরিকল্পনাও আমরা তৈরি করেছি।

কিন্তু এখান থেকে আমরা এখন কোথায় যেতে চাই - ব্যক্তি হিসাবে এবং একটি দল হিসাবে? কীভাবে আমরা সমাজ পরিবর্তনকারী হয়ে উঠতে অগ্রসর হতে পারি?

**অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন**

অংশগ্রহণকারীদেরকে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলি নিয়ে ভাবতে এবং আলোচনা করতে আহ্বান জানান।

- এই কোর্স থেকে অর্জিত শিক্ষার ভিত্তিতে, প্রত্যেকেই আমরা স্বতন্ত্র ব্যক্তি হিসেবে দৈনন্দিন জীবনে ভিন্নভাবে করতে পারি এমন কিছু কি আছে?
- আমরা কি দলীয়ভাবে আমাদের কোন একটি পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা/পরিকল্পনা নিয়ে কাজ চালিয়ে যেতে এবং বাস্তবায়ন করতে চাই? কোন পরিকল্পনা/ধারণাটি নিয়ে আমরা অগ্রসর হতে চাই? কে কে অংশ নিতে চান? অংশগ্রহণে ইচ্ছুক হলে, আমাদের পরবর্তী পদক্ষেপ কী হওয়া উচিত?
- অন্যান্য যেসব সম্প্রদায়/গোষ্ঠীর সাথে আমরা সরাসরি জড়িত (যেমন বিশ্বাসভিত্তিক সম্প্রদায়, কর্মক্ষেত্র বা নারী গোষ্ঠী) সেগুলোর মাধ্যমে কি কোন একটি পদক্ষেপ সংশ্লিষ্ট ধারণা নিয়ে আমরা অগ্রসর হতে পারি?
- এমন কোন সংগঠন বা দল আছে কি যাদের সাথে আমরা জড়িত না থাকলেও এ বিষয়ে আলোচনা করতে পারি এবং তাদেরকে পদক্ষেপ গ্রহণে উৎসাহিত করতে পারি? তারা কারা বা কী?



সম্মিলিত আলোচনা

উপরোক্ত প্রতিটি প্রশ্নের উত্তর চারটি ফ্লিপ চার্ট শীটে নিম্নোক্ত শিরোনামের নিচে লিখে ফেলুন:

- আমি যা করতে চাই।
- দলীয়ভাবে আমরা যা করতে চাই।
- অন্যান্য দল/সংস্থার অংশ হিসাবে আমরা যা করতে চাই।
- অন্যদেরকে যে কাজগুলো করতে উৎসাহিত করতে চাই।

ফ্লিপ চার্টে লিখিত উত্তরগুলি একটা আরেকটার উপর এসে পড়লে চিত্তিত হবার কিছু নেই - সুন্দর করে সারিবদ্ধভাবে লেখাটা এক্ষেত্রে জরুরী নয়। জরুরী বিষয়টি হলো পরবর্তী পদক্ষেপ নেয়ার বিভিন্ন উপায় সম্পর্কে চিন্তা করা।

আলোচনায় উল্লেখ করুন যে, বিভিন্ন গবেষণার ফলাফল অনুযায়ী পরিবর্তন অর্জন করা তখনই সহজ হয় যখন একই লক্ষ্য নিয়ে কাজ করে এবং সমন্বিতভাবে বিভিন্ন পরিপূরক পদক্ষেপ গ্রহণ করে এমন ব্যক্তি, গোষ্ঠী এবং সংস্থার একটি বিস্তৃত নেটওয়ার্ক থাকে।

## ৫. মূল্যায়ন অনুশীলন: মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত ২০ মিনিট

এই ব্যক্তিগত মূল্যায়ন অনুশীলনটি অংশগ্রহণকারীদেরকে কোর্স থেকে তাদের প্রাপ্তি কী তা নিয়ে পরিস্কার ধারণা পেতে সাহায্য করবে।

### উপকরণসমূহ

- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য 'মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত' অনুশীলনটির একটি করে বিলিপত্র
- প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীর জন্য একটি করে কলম



স্বতন্ত্রভাবে অনুশীলন

### অনুশীলনটি কীভাবে শুরু করবেন ২ মিনিট

প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে বিলিপত্র দিন। বলুন যে, কোর্সটি থেকে তাদের প্রাপ্তি কী বা কতোটুকু সে বিষয়ে এ পর্যায়ে একটি মূল্যায়ন অনুশীলন করা হবে। কোর্সটির মূল্যায়নের জন্য বিলিপত্রগুলি রেখে

দেবেন কিনা বা অংশগ্রহণকারীরা এগুলো স্মৃতিচিহ্ন হিসাবে বাড়িতে নিয়ে যেতে পারেন কিনা সে সম্পর্কে সিদ্ধান্ত নিন। বিলিপত্রগুলি রেখে দিতে চাইলে অংশগ্রহণকারীরা যেন সেখানে ব্যক্তিগত কোন তথ্য না লেখেন সে বিষয়টি পরিস্কারভাবে ব্যক্ত করুন।

### অনুশীলনটি কীভাবে পরিচালনা করবেন ১৮ মিনিট

নিচের বিষয়গুলো নিয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে নিরবে চিন্তা করতে বলুন:

- কোর্সটি থেকে কী জ্ঞান এবং ধারণা অর্জন করেছেন তা নিয়ে চিন্তা করুন, এবং মস্তিষ্ক-এর চিত্রটিতে সেগুলি লিখে ফেলুন।
- কোর্সটি থেকে কী অনুভূতি, আবিষ্কার বা নতুন দৃষ্টিভঙ্গি অর্জন করেছেন তা নিয়ে ভাবুন এবং হৃদয়ের চিত্রটিতে সেই অনুভূতিগুলি লিখে ফেলুন।
- পদক্ষেপ গ্রহণ বা ভিন্নভাবে কিছু করার জন্য আপনার ব্যক্তিগত ধারণাগুলো নিয়ে চিন্তা করুন। হাতের চিত্রে সেগুলো লিখে ফেলুন।
- যতটুকু সম্ভব (মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত সম্পর্কে) সুনির্দিষ্ট থাকতে চেষ্টা করুন। অনুশীলনটির জন্য তাদেরকে ৫ মিনিট সময় দিন।

অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যার উপর ভিত্তি করে, হয় প্রত্যেক অংশগ্রহণকারীকে একটি করে মন্তব্য (প্রাসঙ্গিক হতে হবে) করতে বলুন বা তাদেরকে জোড়ায় জোড়ায় ভাগ হয়ে নিজেদের মধ্যে ধারণা ও মতের বিনিময় করতে বলুন। (১০ মিনিট)

(বিকল্প সংস্করণ: তিনটি পৃথক ফ্লিপ চার্ট শীটে একটি মস্তিষ্ক, হৃৎপি- এবং হাত আঁকুন। অংশগ্রহণকারীদেরকে আঠায়ুক্ত ছোট কাগজে উপরের প্রশ্নগুলির উত্তর লিখতে বলুন এবং লেখা শেষ হলে সেগুলি ফ্লিপ চার্ট শীটে আটকে দিন। ফলাফল নিয়ে সম্মিলিতভাবে আলোচনা করুন।)

## ৬. আনন্দ উদযাপন! ১০ মিনিট

কোর্স চলাকালীন, অংশগ্রহণকারীরা একে অপরকে আরও ভালভাবে জানতে পেরেছেন এবং কোর্সে তাদের সময় ও চেষ্টা দিয়ে অবদান রেখেছেন। কোর্স চলাকালীন অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সুসম্পর্ক তৈরি হওয়া, নতুন ধারণা, অন্তর্দৃষ্টি ও দক্ষতা অর্জন করা এবং সর্বোপরি কোর্সটিতে তাদের মূল্যবান অবদানের জন্য তাদেরকে ধন্যবাদ দিন এবং আনন্দ উদযাপন করুন!

অংশগ্রহণকারীদের অবদানের প্রতিদান স্বরূপ এবং তাদেরকে ধন্যবাদ জ্ঞাপনের জন্য খুব সংক্ষিপ্তভাবে একটি অনুষ্ঠান উদযাপন করতে পারেন। যেমন কোন গান গেয়ে শোনাতে পারেন, কিছু কথা বলতে পারেন, বা প্রার্থনা করতে পারেন, অথবা নৃত্য করতে পারেন।

অংশগ্রহণকারীদেরকে কোর্স সম্পন্ন করার সনদপত্র দিতে পারেন (মুদ্রণযোগ্য সনদপত্র আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে পাওয়া যাবে)।



‘স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারী’

“একজন সমাজ পরিবর্তনকারী হওয়া এমন একটি যাত্রা, যে যাত্রা সবারই শুরু করা উচিত।”

অংশগ্রহণকারী, নাইজেরিয়া

খন্ড গ



তথ্যনির্দেশমূলক  
উপকরণসমূহ

## ফরব সম্পর্কিত মানবাধিকারের মূল অঙ্গিকারসমূহ

### মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্র (ইউডিএইচআর), অনুচ্ছেদ ১৮

প্রতিটি মানুষের চিন্তা, বিবেক এবং ধর্মের স্বাধীনতার অধিকার রয়েছে; এই অধিকারের মধ্যে রয়েছে তার ধর্ম বা বিশ্বাস পরিবর্তন করার স্বাধীনতা, এবং একা বা সমাজের অন্যদের সাথে, প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগতভাবে শিক্ষা প্রদান, চর্চা, উপাসনা এবং পালন করার মধ্যে দিয়ে ধর্ম বা বিশ্বাস প্রকাশ করার স্বাধীনতা।

### নাগরিক ও রাজনৈতিক অধিকার সম্পর্কিত আন্তর্জাতিক চুক্তি (আইসিসিপিআর), অনুচ্ছেদ ১৮

1. প্রতিটি মানুষের চিন্তা, বিবেক এবং ধর্মের স্বাধীনতার অধিকার রয়েছে; এই অধিকারের মধ্যে রয়েছে তার ধর্ম বা বিশ্বাস পরিবর্তন করার স্বাধীনতা, এবং একা বা সমাজের অন্যদের সাথে, প্রকাশ্যে বা ব্যক্তিগতভাবে শিক্ষা প্রদান, চর্চা, উপাসনা এবং পালন করার মধ্যে দিয়ে ধর্ম বা বিশ্বাস প্রকাশ করার স্বাধীনতা।
2. কারও উপর এমন জবরদস্তি করা যাবে না যার ফলে তার পছন্দের ধর্ম বা বিশ্বাস ধারণ বা গ্রহণ করার স্বাধীনতা খর্ব হয়।
3. কেবল জননিরাপত্তা, শৃঙ্খলা, স্বাস্থ্য, নৈতিকতা, মৌলিক অধিকার এবং স্বাধীনতা রক্ষার জন্য অপরিহার্য এবং আইনসম্মত সীমাবদ্ধতাগুলোই ধর্ম বা বিশ্বাস প্রকাশের স্বাধীনতাকে সীমিত করতে পারে
4. সাম্প্রতিক চুক্তিতে স্বাক্ষরকারী রাষ্ট্রপক্ষসমূহ পিতামাতার, এবং প্রযোজ্য ক্ষেত্রে আইনী অভিভাবকদের, নিজস্ব বিশ্বাসের সাথে সামঞ্জস্য রেখে সন্তানদের ধর্মীয় ও নৈতিক শিক্ষা নিশ্চিত করার স্বাধীনতার প্রতি শ্রদ্ধাশীল হওয়ার অঙ্গিকার জ্ঞাপন করে।

### শিশু অধিকার বিষয়ক সনদ (সিআরসি), অনুচ্ছেদ ১৪

1. রাষ্ট্রপক্ষ শিশুর চিন্তা, বিবেক এবং ধর্মের স্বাধীনতার অধিকার স্বীকার করবে।
2. মানবাধিকার চর্চা বিষয়ে শিশুদের ক্রমবর্ধমান ক্ষমতার সাথে সমঞ্জস্যপূর্ণভাবে দিকনির্দেশনা প্রদানের প্রতি পিতামাতার, এবং প্রযোজ্য ক্ষেত্রে আইনী অভিভাবকদের অধিকার এবং কর্তব্যকে রাষ্ট্রপক্ষ স্বীকার করবে।
3. ধর্ম বা বিশ্বাস প্রকাশ করার স্বাধীনতা কেবল সেই ধরনের সীমাবদ্ধতার অধীন হতে পারে যা আইন দ্বারা স্বীকৃত এবং জননিরাপত্তা, শৃঙ্খলা, স্বাস্থ্য, নৈতিকতা, মৌলিক অধিকার এবং স্বাধীনতা রক্ষার জন্য অপরিহার্য।

দ্রষ্টব্য

মানবাধিকার ঘোষণাপত্র যেমন রাজনৈতিকভাবে বাধ্যতামূলক আন্তর্জাতিক অঙ্গিকার তেমনি কোভেনান্ট, কনভেনশন এবং চুক্তিগত আন্তর্জাতিক আইনের অধীনে বাধ্যতামূলক অঙ্গিকার। তবে, মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণাপত্রটি এতই ব্যাপকভাবে গৃহীত যে এটি এখন চিরায়িত আন্তর্জাতিক আইন হিসাবে বিবেচিত হয়।

## আরও দেখুন

হিউমেন রাইটস কমিটির সাধারণ মন্তব্য ২২ দেখুন আইসিসিপিআর-এর অনুচ্ছেদ ১৮-এর ব্যাখ্যায় বিশেষজ্ঞ নির্দেশনা প্রদান করে।

<https://www.equalrightstrust.org/ertdocumentbank/general%20comment%202022.pdf>

ধর্ম বা বিশ্বাসভিত্তিক সকল প্রকার অসহিষ্ণুতা এবং বৈষম্য দূর করার বিষয়ে জাতিসংঘের ঘোষণা।

<https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/religionorbelief.aspx>

বৈষম্য, বৈরিতা বা সহিংসতাকে উসকে দেয় এমন জাতীয়, জাতিগত বা ধর্মীয় বিদ্বেষপূর্ণ পরামর্শ নিষিদ্ধ করার জন্য রাবাত প্লান অফ অ্যাকশন।

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomOpinion/Articles19-20/Pages/Index.aspx>

জাতিসংঘের মানবাধিকার বিষয়ক হাইকমিশনারের কার্যালয়ের এই লিঙ্কে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত আন্তর্জাতিক মানবাধিকারের মানদণ্ডগুলির একটি সম্পূর্ণ সংকলন পাবেন:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/Standards.aspx>

নিচের লিঙ্কটিতে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত জাতিসংঘের বিশেষ প্রতিবেদকের কাজের তথ্য পাওয়া যাবে:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/FreedomReligionIndex.aspx>

## আরও জানুন

নিচের লিঙ্কে গিয়ে ফরব শিক্ষার মাধ্যমটির আটটি স্বল্পদৈর্ঘ্য চলচ্চিত্র দেখুন যেখানে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার সাথে কী কী জড়িত এবং কখন এই স্বাধীনতা সীমিত হতে পারে তার ব্যাখ্যা দেয়া আছে।

[www.forb-learning.org/bn/films-on-forb](http://www.forb-learning.org/bn/films-on-forb)



চলচ্চিত্র

## নিজ দেশের ফরব সম্পর্কিত তথ্য খুঁজুন

### তথ্যের উৎস নির্বাচন করার বিষয়ে সাধারণ পরামর্শ

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটি পরিচালনার আগে আপনার দেশে ফরব এবং মানবাধিকারের পরিস্থিতি সম্পর্কে ভালোভাবে জেনে নিলে সুবিধা হবে। এর ফলে জাতীয় পর্যায়ে বিরাজমান আইনী সমস্যা এবং আপনার দেশের বিভিন্ন সম্প্রদায়গুলির অভিজ্ঞতা এই কোর্সের শিক্ষণ প্রক্রিয়ায় এবং আলোচনায় সমন্বিত করার সুযোগ পাবেন।

জাতীয় পর্যায়ে তথ্যের উৎসগুলি সন্ধান করার চেষ্টা করুন, যেমন এনজিওগুলি থেকে। নির্ভরযোগ্য আন্তর্জাতিক উৎস থেকেও পরিপূরক তথ্যগুলি যোগ করতে পারেন।

তথ্য সন্ধান করার সময় মনে রাখবেন যে, প্রেক্ষাপটের বিবেচনা ছাড়া, এবং সেই প্রেক্ষাপটে অন্যান্য বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়গুলি কীভাবে প্রভাবিত হচ্ছে ইত্যাদি বিষয়গুলো বিবেচনা না করে উক্ত প্রেক্ষাপটের একটি বিশেষ সম্প্রদায়ের বাস্তব পরিস্থিতি অনুধাবন করা অসম্ভব একটি ব্যাপার। এমন কোন দেশ নেই যেখানে শুধুমাত্র একটি বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের অধিকার লঙ্ঘিত হয়। সকল ক্ষেত্রেই, একাধিক সম্প্রদায় প্রভাবিত হয়, বিভিন্ন উপায়ে এবং বিভিন্ন মাত্রায়। তাই বলে কোন বিশেষ সম্প্রদায়ের উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করে এরকম নির্ভরযোগ্য উৎসগুলিকে এড়িয়ে যাওয়া ঠিক হবে না - বরং একাধিক সম্প্রদায় সম্পর্কে একাধিক উৎস থেকে তথ্য নিলে ভালো হবে।

### বিশ্লেষণাত্মকভাবে চিন্তা করুন!

তথ্য পড়ার সময়, অপপ্রচার এবং পক্ষপাতদুষ্টতার ব্যাপারে সতর্ক ও সচেতন থাকুন। কিছু সরকার বিভ্রান্তি, ভয়ভীতি এবং জবরদস্তি ব্যবহার করে মানবাধিকার পর্যবেক্ষণ এবং প্রতিবেদনে বাধা দেয়। তাই নিজ দেশের পরিস্থিতি সম্পর্কে সরকারের প্রদত্ত তথ্য নির্ভরযোগ্য নাও হতে পারে।

কখনও কখনও অন্য দেশের সরকার বা ধর্মীয় এবং সুশীল সমাজের কর্তাদের দেওয়া তথ্য পক্ষপাতদুষ্ট বা বিভ্রান্তিকর হতে পারে। কখনও কখনও এ ধরনের তথ্যে রাজনৈতিক উদ্দেশ্যমূলক পক্ষপাতদুষ্টতা থাকতে পারে। প্রায়ই দেখা যায় যে, কিছু তথ্য কেবল একটি নির্দিষ্ট সম্প্রদায়ের উপর দৃষ্টিপাত করার কারণে অনভিপ্রেতভাবে সার্বিক পরিস্থিতির একটি বিভ্রান্তিকর চিত্র তুলে ধরে। তাই, বিভিন্ন উৎস ব্যবহার করুন, আপনার তথ্য যাচাই করুন এবং বিশ্লেষণাত্মকভাবে চিন্তা করুন!

### তথ্যের আন্তর্জাতিক উৎস

এখানে তথ্যের কিছু মূল্যবান উৎস দেয়া হয়েছে। আপনার দেশের সাথে সম্পর্কিত অংশগুলি খুঁজে পেতে এগুলো ব্রাউজ করুন।

দ্য ইউএস স্টেট ডিপার্টমেন্ট - বিশ্বের প্রায় প্রতিটি দেশে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার অবস্থার বার্ষিক প্রতিবেদন।

[www.state.gov/international-religious-freedom-reports](http://www.state.gov/international-religious-freedom-reports)

ইউএস কমিশন অন ইন্টারন্যাশনাল রিলিজিয়াস ফ্রিডম (ইউএসসিআইআরএফ)- বিভিন্ন দেশে ফরব অধিকারের গুরুতর লঙ্ঘন সহ ফরব-এর বার্ষিক প্রতিবেদন।

[www.uscirf.gov/annual-reports](http://www.uscirf.gov/annual-reports)

পিউ রিসার্চ সেন্টার - বিশ্বজুড়ে ধর্ম সম্পর্কিত সরকারী বিধিনিষেধ এবং সামাজিক বৈরিতার তথ্য।

<https://www.pewresearch.org/topic/religion/religious-freedom-restrictions/>

মাইনরিটি রাইটস গ্রুপ ইন্টারন্যাশনাল - বিভিন্ন দেশের সংখ্যালঘু এবং আদিবাসী সম্প্রদায় সম্পর্কিত তথ্যের ডিরেক্টরি।

<https://minorityrights.org/directory>

ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা সম্পর্কিত জাতিসংঘের বিশেষ প্রতিবেদক - বিষয়ভিত্তিক এবং দেশভিত্তিক প্রতিবেদন।

<https://www.ohchr.org/en/issues/freedomreligion/pages/freedomreligionindex.aspx>

ফোরাম ১৮ - মধ্য এশিয়া, দক্ষিণ ককেশাস, রাশিয়া, বেলারুশ, ক্রিমিয়া এবং তুরস্কে ফরব লজনের পর্যবেক্ষণ ও বিশ্লেষণ।

[www.forum18.org](http://www.forum18.org)

ওএসসিই অঞ্চলে (ইউরোপ, ককেশাস, মধ্য এশিয়া, উত্তর আমেরিকা) ধর্মীয় পরিচয় ভিত্তিক ঘণাত্মক অপরাধের প্রতিবেদন

[hatecrime.osce.org](http://hatecrime.osce.org)

এইড টু দ্য চার্চ ইন নিড - ধর্মীয় স্বাধীনতা সম্পর্কিত বৈশ্বিক প্রতিবেদন ২০২১

<https://acnuk.org/our-campaigns/religious-freedom-in-the-world-report-2021/>

যেসব প্রতিবেদনে বিশেষ কোন বিশ্বাসকেন্দ্রিক সম্প্রদায়ের উপর আলোকপাত করা হয়েছে

এন্টি-সেমিটিজম ওয়ার্ল্ডওয়াইড - কান্টর সেন্টার থেকে বার্ষিক প্রতিবেদন।

<https://cst.tau.ac.il/annual-reports-on-worldwide-antisemitism/>

বেষম্য দূর করার জন্য ইসলামভীতি/মুসলিম-বিদ্বেষ এবং ধর্ম বা বিশ্বাস ভিত্তিক অসহিষ্ণুতা প্রতিরোধ করা: ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতার উপর জাতিসংঘের বিশেষ প্রতিবেদকের প্রতিবেদন, ২০২১।

[www.ohchr.org/en/documents/ahrc4630-countering-islamophobiaanti-muslim-hatred-eliminate-discrimination-and](http://www.ohchr.org/en/documents/ahrc4630-countering-islamophobiaanti-muslim-hatred-eliminate-discrimination-and)

চিত্তার স্বাধীনতা বিষয়ক প্রতিবেদন - হিউম্যানিস্ট ইন্টারন্যাশনাল থেকে বার্ষিক প্রতিবেদন।

<https://fot.humanists.international/>

বিশ্বব্যাপী আহমদীদের নিপীড়ন - ইন্টারন্যাশনাল হিউম্যান রাইটস কমিটি (একটি এনজিও যা আহমদী অধিকারের জন্য কাজ করে) থেকে জাতিসংঘের কাছে পেশকৃত প্রতিবেদন।

<https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Report-Persecution-of-Ahmadis-Worldwide.pdf>

যিহোবাস উইটনেসদের বিশ্বব্যাপী নিপীড়ন - ইউএসসিআইআরএফ এর তথ্য প্রতিবেদন।

<https://www.uscifr.gov/publication/issue-update-global-persecution-jehovahs-witnesses>

ওয়ার্ল্ড ওয়াচ লিস্ট - খ্রিষ্টিয়ানস ফ্রম অপেন ডোরস-দের উপর নিপীড়নের বার্ষিক প্রতিবেদন।

<https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/>

গণতন্ত্র ও মানবাধিকার এবং বিশেষত, ফরব সম্পর্কিত বিশদ উপকরণসমূহ

আইডিয়া ইন্টারন্যাশনাল বিশ্বের সব দেশে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা ও গণতন্ত্রের পরিস্থিতি পর্যবেক্ষণ করে। মানচিত্রে আপনার দেশের উপর ক্লিক করুন এবং তথ্য খুঁজে পেতে বাম পাশের মেনুটি ব্যবহার করুন।

<https://www.idea.int/gsod-indices/#/indices/world-map>

সিভিকাস (CIVICUS) ফরব এর সাথে ঘনিষ্ঠভাবে সম্পর্কিত অভিব্যক্তি, সমাবেশ এবং সংঘবদ্ধ হওয়ার স্বাধীনতা সহ নাগরিক সমাজের কর্মের আয়তা আরোপিত বিধিনিষেধগুলোর উপর নজর রাখে।

<https://monitor.civicus.org/>

ফ্রিডম হাউস - ২১০টি দেশ ও অঞ্চলে জনগনের রাজনৈতিক অধিকারে সুযোগ, এবং নাগরিক স্বাধীনতা বিষয়ে রেটিং এবং প্রতিবেদন প্রকাশ করে। তথ্য খুঁজতে আপনার দেশে ক্লিক করুন।

<https://freedomhouse.org/explore-the-map>

হিউম্যান রাইটস ওয়াচ ১০০টিরও বেশি দেশের মানবাধিকার পরিস্থিতি নিয়ে বার্ষিক প্রতিবেদন তৈরি করে। (সবচেয়ে সাম্প্রতিক প্রতিবেদনের জন্য নীচের লিঙ্কে ২০২১-কে বর্তমান সালটি দিয়ে প্রতিস্থাপন করুন)

<https://www.hrw.org/world-report/2021>

অ্যামনেস্টি ইন্টারন্যাশনাল-এর কান্ট্রি প্রোফাইলে ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা বিষয়ক তথ্য পাওয়া যাবে।

[www.amnesty.org/en/countries/](http://www.amnesty.org/en/countries/)

## শিখতে থাকুন: আরও উপকরণ এবং অনলাইন কোর্স

### ফরব সম্পর্কে জানুন

ফরব শিক্ষার মাধ্যম এবং নরফরব (NORFORB) সদস্যরা বিভিন্ন উপকরণ ও কোর্স সরবরাহ করে যাতে আপনি আরও গভীরভাবে বিষয়গুলো বুঝতে ও শিখতে পারেন।

[Learn about religious freedom \(forb-learning.org\)](http://forb-learning.org)

উপকরণসমূহে যা যা অন্তর্ভুক্ত রয়েছে:

- [বেশকিছু চলচিত্র](#) যেখানে ফরব, ন্যায়বিচারের সুযোগ, ধর্মীয় বিষয়ে জ্ঞান, এবং প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণের সরঞ্জাম সম্পর্কে ধারণা দেয়া হয়েছে।
- [ফরব সম্পর্কে](#) একটি অনলাইন, চাহিদামাফিক কোর্স।
- [ফরব এবং লিঙ্গ বা জেন্ডার](#) বিষয়ে একটি অনলাইন, চাহিদামাফিক কোর্স।
- এবং ফরব ও লিঙ্গ/জেন্ডার, এবং ফরব ও সুশীল সমাজের সঙ্ঘটিত আয়তা বা জায়গা-এর মতো [বিষয়ভিত্তিক প্রসঙ্গগুলির](#) উপর প্রতিবেদন।

### ফরব সংশ্লিষ্ট সহায়তা প্রদানের দক্ষতা বিকাশ করুন

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের কোর্সটির পাশাপাশি, ফরব শিক্ষার মাধ্যমটি আরও যে যে সুবিধাগুলি প্রদান করে:

- ফরব [সহায়কদের সরঞ্জামসমূহ](#) - ফরব সংশ্লিষ্ট মানবাধিকার শিক্ষা প্রদানের সাথে যুক্ত যে কেউ অনুশীলনের এই সরঞ্জামসমূহ ব্যবহার করতে পারবে। (২০২৩ সালের বসন্তে প্রকাশিত হবে)
- ফরব [প্রশিক্ষক/সহায়কদের](#) জন্য ১০-সপ্তাহ ব্যাপী অনলাইন কোর্স, যার জন্য সপ্তাহে প্রায় ৬ ঘন্টা সময় ব্যয় করতে হবে, (স্থান সীমিত)।
- নেটওয়ার্কিং সুযোগ - নতুন উপকরণ এবং কোর্স সম্পর্কে সর্বশেষ তথ্য পেতে এবং নেটওয়ার্কিং ইভেন্টে অংশগ্রহণ করতে আমাদের ফরব সহায়ক এবং প্রশিক্ষকদের [নেটওয়ার্কে যোগ দিন](#)।

### জরুরী কৌশল: প্রতিরোধ করুন, থামুন, সাহায্যের জন্য ডাকুন এবং সতর্ক করুন

এখানে শেখার জন্য অন্যান্য সংস্থা দ্বারা প্রদত্ত নির্বাচিত কিছু উপকরণ এবং অনলাইন কোর্সের একটি লিঙ্ক রয়েছে।

জরুরী কৌশল: প্রতিরোধ করুন, থামুন, সাহায্যের জন্য ডাকুন এবং সতর্ক করুন

মানবাধিকারের প্রতি তাৎক্ষণিক হুমকি মোকাবেলায় জরুরী কৌশল ব্যবহার করা হয়। নিম্নলিখিত উপকরণগুলি এই কৌশলগুলি ব্যবহার করতে সহায়ক হতে পারে।

#### অনলাইন কোর্সসমূহ

##### ঘৃণাত্মক বক্তব্য বুঝা এবং প্রতিরোধ করা

ফেসিংফ্যাক্টস দ্বারা প্রদত্ত একটি কোর্স। ফেসিংফ্যাক্টস একটি শিক্ষামূলক উদ্যোগ যার লক্ষ্য ইউরোপে ঘৃণাত্মক অপরাধ এবং বক্তব্যের মোকাবেলা করা। এই কোর্সটির পাঠ্যের অনেকটা অংশ ভিন্ন ভিন্ন প্রেক্ষাপটের জন্য প্রযোজ্য হবে। আরও যেসব কোর্সগুলো রয়েছে সেগুলিও দেখতে পারেন, যেমন 'ইহুদী-বিদ্বেষী ঘৃণাত্মক অপরাধ বোঝা এবং চিহ্নিত করা'।

##### শান্তি প্রক্রিয়ার প্রতি সমর্থন এবং নির্বাচন সহিংসতা প্রতিরোধ করা

ইউনাইটেড স্টেটস ইনস্টিটিউট অফ পিস দ্বারা প্রদত্ত অনলাইন কোর্সসমূহ

ফরব শিক্ষার মাধ্যম  
[Learn about religious freedom \(forb-learning.org/bn\)](http://forb-learning.org/bn)

**FORB** Learning Platform

#### উপকরণসমূহ

##### রাস্তায় হয়রানি

সব নারীরাই রাস্তায় হয়রানির শিকার হন। তবে সংখ্যালঘু নারীরা ঘৃণামূলক এবং অথবা যৌন হয়রানির বিশেষ ঝুঁকির মধ্যে থাকেন। একজন ভুক্তভোগী বা দর্শক হিসেবে এ ধরনের হয়রানি কীভাবে মোকাবেলা করতে হবে সে সম্পর্কিত ধারণা ও কৌশল পাবেন এখানে:

পরিবর্তনের কৌশল: প্রচারণা, পরামর্শ, প্রণোদনা এবং অমান্য করা

পরামর্শ এবং প্রচারাভিযান পরিবর্তন করার জন্য মূল কৌশল। নিম্নলিখিত উপকরণ এবং কোর্সে এই কৌশলগুলি ব্যবহারের নির্দেশনা পাবেন।

#### অনলাইন কোর্সসমূহ

##### অ্যাডভোকেসি এ্যাসেনশিয়ালস

টিয়ারফান্ড দ্বারা প্রদত্ত অনলাইন কোর্স। এই লিঙ্কে গিয়ে একটি প্রোফাইল তৈরি করুন এবং কোর্স ক্যাটালগে ‘অ্যাডভোকেসি এ্যাসেনশিয়াল’ খুঁজুন।

##### এ্যাঙ্ক অ্যাডভোকেসি একাডেমি

এ্যাঙ্ক অ্যালায়েন্স দ্বারা প্রদত্ত অনলাইন কোর্স। কোর্সটি দেখতে ঋখনড়.ডেভম-এ একটি প্রোফাইল তৈরি করুন।

##### নন-ভায়োলেন্ট এ্যাকশন, এ্যাঙ্ক সিভিল রেজিস্ট্রেশ

ইউনাইটেড স্টেটস ইনস্টিটিউট অফ পিস দ্বারা প্রদত্ত অনলাইন কোর্স।

#### উপকরণসমূহ

##### অ্যাডভোকেসি সরঞ্জামসমূহ - বি দ্য চেঞ্জ ইউ ওয়ান্ট টু সি

তৈরি করেছে আফ্রিকা প্লাটফর্ম ফর সোশাল প্রটেশন এ্যাঙ্ক দ্য কমনওয়েলথ ফাউন্ডেশন।

##### অ্যাডভোকেসি সরঞ্জামসমূহ - আ রুটস গাইড

তৈরি করেছে টিয়ারফান্ড।

##### অ্যাডভোকেসি: আ গাইড ফর স্মল এন্ড ডায়াসপোরা অর্গানাইজেশনস

তৈরি করেছে ইন্ট্র্যাক

##### গেম অন - আ প্যাকটিক্যাল গাইড টু ক্যামপেইনিং

তৈরি করেছে উইগওয়াম এবং ফাইনেপ।

গড়ে তোলার কৌশল: সচেতনতা, সম্পৃক্ততা, দক্ষতা এবং নেটওয়ার্ক  
গড়ে তোলার কৌশলগুলি জনসচেতনতা এবং জড়িত (সব ধরনের কৌশল ব্যবহারের দক্ষতাসম্পন্ন) ব্যক্তিদের  
নেটওয়ার্কিং-এর দ্বারা পরিবর্তনের জন্য দীর্ঘমেয়াদী ভিত্তি তৈরি করতে ব্যবহৃত হয়।

#### অনলাইন কোর্সসমূহ

##### পডকাস্ট, ভিডিও ব্যবহার করা এবং অনলাইনে নিরাপদ থাকা

অ্যাডভোকেসি অ্যাসেম্বলির ওয়েবসাইটে বিনামূল্যে বেশকিছু স্বল্পদৈর্ঘ্য অনলাইন কোর্স পাবেন যেগুলো  
বিভিন্ন বিষয়ে ব্যবহারিক দক্ষতা অর্জনে সহায়ক হবে।

##### আন্তঃধর্মীয় সংলাপ

KAICIID বা কাইসিড আন্তঃধর্মীয় সংলাপের বিভিন্ন পদ্ধতি নিয়ে বেশ কয়েকটি অনলাইন কোর্স  
প্রদান করে

##### শান্তি-প্রতিষ্ঠা এবং আরও অনেক কিছু

ইউনাইটেড স্টেটস ইনস্টিটিউট অফ পিস দ্বারা পরিচালিত বেশকিছু অনলাইন কোর্স।

[www.usip.org/academy/catalog/religious-engagement-peacebuilding-common-ground-approach](http://www.usip.org/academy/catalog/religious-engagement-peacebuilding-common-ground-approach)

[usip.org/academy/catalog/introduction-religion-and-peacebuilding](http://usip.org/academy/catalog/introduction-religion-and-peacebuilding)

##### নিজ বিশ্বাসের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণভাবে জীবন যাপন

কর্মক্ষেত্রে এবং সমাজে অন্তর্ভুক্তি, বৈচিত্র্য এবং বিশ্বাসের স্বাধীনতা প্রচার ও সমুন্নত করার উপায় নিয়ে  
একটি কর্মশালা যা নেতা এবং প্রভাবক পর্যায়ের ব্যক্তিদের জন্য সহায়ক হবে।

#### উপকরণসমূহ

##### দ্য ইন্টারফেইথ উইক গরঞ্জামসমূহ

ইন্টারফেইথ নেটওয়ার্ক ফর দ্য ইউ-কে দ্বারা প্রকাশিত সমাজভিত্তিক আন্তঃধর্মীয় কার্যক্রম সংগঠিত  
করার জন্য একটি ব্যবহারিক নির্দেশিকা।

##### দ্য ফেইথ ফর রাইটস টুলকিট

মানবাধিকার শিক্ষা মডিউলের একটি সেট যেখানে ধর্ম, বিশ্বাস এবং ফেইথ ফর রাইটস ফ্রেমওয়ার্কের  
১৮টি প্রতিশ্রুতির সাথে যুক্ত মানবাধিকারগুলির মধ্যে সম্পর্ক অন্বেষণ করা হয়েছে।

##### শিক্ষক এবং যুব কর্মীদের জন্য অনলাইনে ঘণাত্মক বক্তব্য সম্পর্কিত সরঞ্জামসমূহ

শিক্ষক এবং অন্যান্য যারা শিশু এবং অল্পবয়সীদের প্রতি অনলাইনে ঘণাত্মক বক্তব্য সংক্রান্ত সমস্যা  
মোকাবেলায় কাজ করছেন তাদের জন্য সেলমা অনলাইন সরঞ্জামসমূহ বিভিন্ন উপকরণ প্রদান করে থাকে।

##### বিভিন্নতা (প্লুরালিজম) প্রচারের জন্য অনলাইন শিক্ষক প্রশিক্ষণ কোর্স

শ্রেণীকক্ষে অন্তর্ভুক্তিমূলক পরিবেশ এবং বিভিন্নতা প্রচারের উপর শিক্ষক প্রশিক্ষণ কোর্স। ইংরেজী ও  
আরবী ভাষায় এই কোর্সটি প্রদান করেছে হার্ডওইয়ার্ড গ্লোবাল

ইমেইল: [info@hardwiredglobal.org](mailto:info@hardwiredglobal.org)

##### রিলিজিয়নস ফর পিস দ্বারা প্রদত্ত ধর্মভিত্তিক উপকরণসমূহ

দ্য আব্রাহামিক জুইশ, ক্রিষ্টিয়ান এন্ড ইসলামিক ফেইথস ইন সাপোর্ট ফর সিটিজেনশিপ; ফ্রিডম অব থট,  
কনশেনস এন্ড রিলিজিয়ন অর বিলিফ, এ্যান্ড প্রটেশন অব ভলনোরাবল কমিউনিটিস।

নিরাময় কৌশল: নথিভুক্ত করা, স্মরণ করা, ন্যায়বিচার এবং ক্ষতিপূরণ দাবী করা, বস্তুগত এবং মনোসামাজিক সহায়তা প্রদান করা।

নিরাময় কৌশল লঙ্ঘনের দ্বারা প্রভাবিত মানুষ এবং সমাজের জন্য ন্যায় ও যথাযথ বিচার নিশ্চিত করার জন্য ব্যবহৃত হয়।

#### অনলাইন কোর্সসমূহ

##### মানবাধিকার লঙ্ঘনসমূহ নথিভুক্ত করা

অ্যাডভোকেসি অ্যাসেম্বলির ওয়েবসাইটে বিনামূল্যে প্রদত্ত বেশকিছু স্বল্পদৈর্ঘ্য কোর্স খুঁজে পাবেন যা নথিভুক্তির দক্ষতা বিকাশে সাহায্য করবে। কোর্সগুলিতে রয়েছে:

- প্রামাণিক সাক্ষ্য ব্যবহার করে মানবাধিকার লঙ্ঘন নথিভুক্ত করা এবং এর প্রতিবেদন পেশ করা।
- ভিডিও প্রমাণ ধারণ, সংরক্ষণ এবং আদান-প্রদান করা।

##### সমাজ ভিত্তিক মনোসামাজিক সহায়তা (সিবিপিএস)

তিনটি মডিউল নিয়ে গঠিত এই অনলাইন কোর্সটি আপনাকে সিবিপিএস সম্পর্কে প্রাথমিক বিষয়গুলো শিখতে সাহায্য করবে। তৈরি করেছে চার্ল অব সুইডেন (অ্যাক্ট অ্যালায়েন্সের জন্য)।

## অনুশীলনসমূহের সূচিপত্র

### সাধারণ অনুশীলন

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
বাক্যটি সম্পূর্ণ করুন	অংশগ্রহণকারীদের পরিচয় - অংশগ্রহণকারীরা কী অনুপ্রেরণা থেকে এই কোর্সটিতে যোগ দিয়েছে সেটি তুলে ধরা	35
আপনি কী ভাবছেন	অংশগ্রহণকারীদের পরিচয় - অংশগ্রহণকারীদের মধ্যে সাদৃশ্যগুলি তুলে ধরা	36
ঝুড়ি এগিয়ে দেয়া	মূল শর্তসমূহের অনুশীলন	36
আমার প্রশংসা করুন	দলে অংশগ্রহণকারীদের পরিপূরক অবদানসমূহ তুলে ধরা	135
সবকিছু বলুন	প্রারম্ভিক অনুশীলন যা আগের অধিবেশনটি থেকে শেখা বিষয়গুলো অংশগ্রহণকারীদের মনে করিয়ে দেয়	49
যা কিছু মঙ্গলকর	সমাজের ভাল দিকগুলি তুলে ধরা	99
চেয়ার অদলবদল করা	উদ্দীপক সবার মধ্যে সাধারণ সাদৃশ্যগুলি তুলে ধরে	71
উদ্দীপক	হাঁটুন এবং থামুন	103
মস্তিষ্ক থেকে পা পর্যন্ত	উদ্দীপক	130
পরিবর্তন করুন	উদ্দীপক	137
সমাজ পরিবর্তনকারীদের অভিব্যক্তিপূর্ণ প্রতিকৃতি	উদ্দীপক	147
অভিব্যক্তির চিত্র	সমাপনী অনুশীলন-অংশগ্রহণকারীরা যা শিখেছে সে বিষয়ে তাদের অনুভূতির উপর আলোকপাত করে	131
মস্তিষ্ক, হৃদয়, হাত	মূল্যায়ন অনুশীলন	148

### মানবাধিকার, বৈষম্য এবং সামাজিক পরিচয় অন্বেষণের অনুশীলনসমূহ

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
জীবন নামের সূচনা এবং মানবাধিকার গ্যালারি	দুইটি অনুশীলন যেগুলো যৌথভাবে অংশগ্রহণকারীদের অভিজ্ঞতালব্ধ চাহিদার সাথে মানবাধিকারের সর্বজনীন ঘোষণার সংযুক্ততা অন্বেষণ করতে সাহায্য করে	37, 38
যা আছে ভাগ্যে	বিশেষাধিকার এবং প্রতিবন্ধকতা, এবং সংহতির উপকারীতা	68
এক পা এগিয়ে	অংশগ্রহণকারীদেরকে নিজেদের প্রেক্ষাপটে আর্থ-সামাজিক প্রতিবন্ধকতা এবং বৈষম্য সনাক্ত করতে সাহায্য করে	69
আমাদের সামাজিক পরিচয়	অন্যান্য ধর্মীয়/বিশ্বাসভিত্তিক পরিচয়ের মানুষদের সাথে নিজেদের সাদৃশ্য খুঁজে পেতে অংশগ্রহণকারীদের সাহায্য করে	72

## ফরব অন্বেষণমূলক অনুশীলন

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
কোন এক কালে	ফরব যে বিষয়গুলোকে সুরক্ষা দেয় সেগুলো অংশগ্রহণকারীদের কাছে মূল্যবান কিনা তা নিয়ে গভীরভাবে ভাবতে সাহায্য করে	50
আমাদের সময়ে ফরব	নিজেদের দৈনন্দিন জীবনে ফরব অধিকার কীভাবে ব্যবহার করে থাকেন সে বিষয়ে অংশগ্রহণকারীদেরকে ভাবতে সাহায্য করে	52
ফরব বিষয়ে দুই-মিনিটের ক্ষুদ্র নাটক	ফরব লঙ্ঘন চিহ্নিত করার দক্ষতা বিকাশ করে	82
আমাদের শহরের ফরব মানচিত্র	দুইটি খন্ড নিয়ে গঠিত একটি অনুশীলন যা ফরব প্রেক্ষাপট বিশ্লেষণে অংশগ্রহণকারীদেরকে সাহায্য করে	101, 104

## কর্ম পরিকল্পনা ও মানবাধিকার প্রচার ও সম্মত করার পদ্ধতিগুলির উপর দৃষ্টি নিবদ্ধ অনুশীলনসমূহ

অনুশীলন	উদ্দেশ্য	পৃষ্ঠা
সমাজ পরিবর্তনকারীদের গল্পগুলি আলোচনার দলসমূহ	অনুপ্রাণিত করে এবং পদক্ষেপ নিয়ে আলোচনার জন্য সুযোগ তৈরি করে	114
দর্শক এবং নিরাময়কারী	সেইসব প্রভাবক বা কারণগুলি সনাক্ত করতে সাহায্য করে যেগুলির কারণে আমরা নিরব দর্শকের ভূমিকায় অবতীর্ণ না হয়ে বরং পদক্ষেপ গ্রহণ করি	114
আমি কে?	যে যে ক্ষেত্রগুলিতে পদক্ষেপ নেয় সম্ভব সেই ক্ষেত্রগুলি সনাক্ত করতে অংশগ্রহণকারীদেরকে সাহায্য করে	116
জরুরী কৌশল প্রসঙ্গে	অধিবেশন ৬-এ উপস্থাপিত কৌশলসমূহ নিয়ে দলীয় আলোচনা	118
কৌশল প্রসঙ্গে	মানবাধিকার প্রচার ও সম্মত করার জন্য কৌশলভিত্তিক পদক্ষেপের ধারণা নিয়ে সৃজনশীল আলোচনা	129
সমস্যাটা কি?	যে সমস্যাগুলির জন্য কর্ম পরিকল্পনা তৈরি করতে চান সেগুলি বেছে নিতে অংশগ্রহণকারীদেরকে সহায়তা করে	135
আমাদের পরিবর্তনের যাত্রা	কর্ম পরিকল্পনা অনুশীলন	138, 146
আমরা এখান থেকে কোথায় যাব?	অংশগ্রহণকারীদের পরবর্তী পদক্ষেপগুলি সনাক্ত করতে সহায়তা করে	147

অনেক মানুষ তাদের সমাজে ফরব লঙ্ঘন সম্পর্কে চিন্তিত হলেও, এ বিষয়ে কীভাবে তাৎপর্যবাহী কিছু করা যায় সে ব্যাপারে তারা অনিশ্চিত।

স্থানীয় সমাজ পরিবর্তনকারীদের এই কোর্সটি হল নয়াটি মুখোমুখি কর্মশালার একটি ধারাবাহিক সংকলন যা এমনভাবে তৈরি করা হয়েছে যাতে করে প্রাপ্তবয়স্ক এবং অল্প-বয়সীরা ধর্ম বা বিশ্বাসের স্বাধীনতা (ফরব) সম্পর্কে জানতে, মূল্য দিতে এবং নিজেদের সমাজে প্রচার করতে সক্ষম হয়।

সহায়কদের এই নির্দেশিকা এবং এর আনুষঙ্গিক উপকরণসমূহে অধিবেশন পরিকল্পনা, উপস্থাপনা স্ক্রিপ্ট বা লিপি, পাওয়ারপয়েন্ট, গল্প, পোস্টার এবং খেলার কার্ড সহ সবকিছুই খুঁজে পাবেন যা আপনাকে কোর্সটি চালাতে সাহায্য করবে। আমরা আশা রাখছি যে এই উপকরণসমূহ আপনার এলাকায় পরিবর্তনের প্রক্রিয়া শুরু করার ব্যাপারে সহায়ক হবে।

forb-learning.org



THE LOCAL  
CHANGEMAKERS  
COURSE

Nordic Ecumenical Network on  
Freedom of Religion or Belief  
**NORFORB**

**FORB** Learning  
Platform

কোর্সটি তৈরি করেছে নরফরব-এর প্রকল্প ফ্রিডম অব রিলিজিয়ন অর বিলিফ লার্নিং প্ল্যাটফর্ম  
কপিরাইট নরফরব নেটওয়ার্কের পক্ষে © এসএমসি ফেইথ এই ডেভেলপমেন্ট ২০২২, [www.smc.global](http://www.smc.global)  
লেখক: ক্যাথরিন ক্যাশ। গ্রাফিক ডিজাইন এবং আইকনস কেমসবি ডিজাইন/ক্রিস্টিনা স্কলিন-বরগ এবং ইভা-মেরি ওয়াডমেন  
চিত্র: টবি নিউসাম | পাওয়ারপয়েন্ট চিত্র: গ্রাই জিয়েক  
বাংলা প্রফররিডিং: ফারজানা মাহমুদ, আইনজীবী এবং পরামর্শক | বাংলা অনুবাদ: মোহাম্মদ আশিকুল ইসলাম, পরামর্শক (ক্রিয়েটিভ পাথওয়েজ বিডি)  
ISBN: 978-91-85141-35-7 | যোগাযোগ: [info@forb-learning.org](mailto:info@forb-learning.org) | ওয়েবসাইট: [www.forb-learning.org](http://www.forb-learning.org)