KUBABARIRA

Ibirego bishobora guhanagurwa n' imbabazi hamwe n' ukuri.

IHAME RY' ICYUMWERU

Impongano bivuga indishyi isimbura ibyaha cyangwa amakosa yacu twakoze. Icyo kiguzi kidufasha kutubera indishyi ya kababaro bityo tugahanagurwaho icyaha. Maze amaherezo yabyo bikavamo imbabazi. Ihame ryo kubabarira ni rimwe mw' ihame ritanga umugisha wo kubohoka mu buzima bwacu haba ku mubiri no mu mibereho ya buri munsi. Iri hame kandi rigira uruhare mu mirimo yacu dukora ndetse n' umubano dufitanye n'abandi muri rusange.

Abantu bakunze kugwa mu mutego wo kuyoborwa n' ibyo bahuye nabyo mu bihe byashize. Byarabananiye kurenzaho ndetse bakabihashya. Bityo bagakwamira ahantu hamwe. Abandi bazahajwe n' ibibazo ugasanga bakomeza kwihagararaho mu mafuti maze bikagabanya icyizere mu nshuti ndetse nabo ubwabo. Mu gihe ubwenge bwacu budahugiye ku byejo hazaza bikomeye kuzahagera. Iyo tudashobora kubabarira tuba turi mu mutego w' ibyakera bityo ntidushobore gutera imbere.

Amategeko ahuriweho n'isi yose adufasha kumenya ikibi n' icyiza. Iyo twakoze ikibi kera bitubera umutwaro ku mutima. Niyo mpamvu kubabarira ari ingenzi: kugira ngo tubone amahirwe yo kwikosora, gusana umutima ndetse no guhanagura icyaha.

Hari ibihe ducamo bikomeye muri twe usanga byaratewe nibyo twaciyemo mu bihe byahise. Akenshi dukenze guhita tubihakana. Kandi ntitwemere ko twababajwe dore ko tudashobora kubihangara kuko twumva umutima wamenetse. Maze tukumva turakaye, tukibasira uwa duhemukeye. Bityo, tukanga kuva kw' izima kugeza ubwo badusabye imbabazi nyazo. Ibi rero bishobora kudutera intimba idasanzwe kubera kwibaza kubyo abandi baduhemukiye. Amaherezo twemera ibyabaye, maze tukababarira uwaduhemukiye maze umutima wacu ukabohoka. Ni muri ubu buryo tugarura ubuyanja mu buzima bwacu, birababaza iyo umuntu atekereje kubyari byaramuboshye. Twemera intenge nkeya zacu, tubabarira abandi ndetse natwe tukibabarira, bityo bikabohora ubuzima bwacu.

INYUNGU

1. Iyo tubabariye abandi twunguka imbaraga zo kugenda twemye mu bihe bizaza. Kubabarira rero bitubohora mu byakera mu byubu maze bikatuganisha mu byejo hazaza.
2. Tugira agahenge mu buzima hagati yacu n' imana ndetse no mubitekerezo. Kutababarira bituma duhora twibuka ibyakera bityo ejo hazaza hakatubera ikibazo. Dufata ibyemezo bipfuye iyo dushaka kwihorera.
3. Tuzagira ubuzima bwuzuye umusaruro ndetse n' ibyishimo. Bizadufasha gusabana n' abandi. Kugira umubano uhagaze neza mu bandi bizana imigisha myinshi mu buzima.
4. Abantu bitabira kubabarira bahunze hakiri kare umutwaro wo mubitekerezo ndetse no kwicuza kuko bashoboye gutera intambwe yo kwibabarira bityo nabo Imana irababarira n' abantu barababarira.
5. Kwitabira kubabarira bitubohora urwango hamwe n' umunabi. Ibi kandi akaba ari byo gipimo cy' ubudakemwa no kugira imbabazi zimazeyo.

INTAMBWE ZIKURIKIZWA

1. Iyereke ibitekerezo byose bibi bikuzirika ku byabaye kera. Kugira ngo rero ushobore kwibohora umutwaro w' bitekerezo bibi ugomba gucocera hamwe ibyo bitekerezo.
2. Ntuzagabanye imigenzere yawe wari ufite yakubuzaga kwibabarira ndetse no kubabarira abandi.

Inzira ni mikorere yo KUBABARIRA

3. Fata icyemezo cyo kuva kw' izima maze utange imbabazi- ibi kandi uzabikore ku bushake.
4. Kubabarira nyakuri ni urugendo rutugeza kw' isanamutima .Uzabikore ubigambiriye rero maze utere intambwe zizakugeza ku mahoro.

Mu gihe yashyizeho amabwiriza / umurongo ukaze maze ukongeraho amategeko uzaba wikurira kwigomeka ndetse n' umujinya mu bana bawe, abakozi cyangwa se abantu. Bazumva nkaho batazigera baba abantu bazima, none se bimaze iki? Kubaho udafite imbabazi bituma ubuzima bukomera kandi ntibugire ibyiringiro.Iyo tutigeze tubabarira usanga dufite imyumvire ireba nabi abantu bose muri rusange. Ku rundi ruhande, imyumvire yo kwigira igisare igutera kubura intego cyangwa se amabwiriza akugenga mu buzima bityo bikakuremamo imyumvire yo kugira umutwe munini.

Kuvugisha ukuri mu mvugo y' urukundo maze ugatanga imbabazi ubu nibwo busobanura bwo kubabarira. Ni tumara gusobanukirwa iri hame natwe tuzababarirwa amafuti yacu, bityo bikadufasha kongera guhagarara twemye. Ibyo rero bidushoboza gutera imbere maze tukabaho nta mwenda wo kwicuza dufite.

Twaba twibeshye cyane iyo twibwira ko ibikorwa byacu n' ibyemezo dufata bitatokowe n' amateka yacu. Turibabaza kandi tukababaza n'abandi iyo tutababariye cyangwa ngo dusabe imbabazi. Ibyiyumviro bigifite imizi ntibivuze ko bitazagaruka. Bikomeza bitugaruka ndetse rimwe na rimwe tutabizi. Kubabarira n' impano ifite agaciro gakomeye kandi ahanini itungwa n' abafite umutima uciye bugufi.

IBAZE KANDI USUBIZE

1. Ese bikorohera bingana iki, kubabarira abaguhemukira?
2. Ese ushobora kwibabarira ku makosa waba warakoze mu buzima?
3. Ese byaba bisobanura wumva ute gukiranuka/ kumvikana?

Ibuka....Intekerezo zibyara ibikorwa, Ibikorwa bibyara ingeso, Ingeso zirema kamere, yacu Nuko kamere igena ejo hacu hazaza!

Isuzume Kuva kuri 1 kugera 10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Kuki wihaye aya manota?										
Nizihe nyungu azabona mu gihe uzamuye amanota yawe?										
Ese ni kihe gikorwa wakwitoza mu ku gerageza inyungu ziri hame??										
Ingengabihe kw' ihame usoma buri munsi	M	T	W	T	F	S	S			