

अरुण उपत्यका सन्देश

वर्ष-४, अंक-६, २००५/२०६२

सल्लाहकार

डा. अर्जुन कार्की

संयोजन

लेखनाथ खरेल

सम्पादन

प्रेमकला नेम्बाङ्ग

प्रकाशक



नेपाल ग्रामीण पुनर्निर्माण संस्था

आरआरएन

लाजिम्पाट, काठमाडौं, नेपाल

पो.ब.नं. ८१३०

फोन नं ४४१५४१८

फ्याक्स नं. ४४१८२९६

इमेल : rrn@rrn.org.npवेब साइट : www.rrn.org.np

ले-आउट डिजाइन

ग्राफिक वर्कशप

फोन: ४२४२०७२

मुद्रक

नवयुग सहकारी छापाखाना

बल्खु, काठमाडौं ।

विषयसूची

१. हाम्रो भनाई २
२. मिश्रित खेती र शत्रुजीव व्यवस्थापन
-लेखनाथ खरेल ३
३. सफल व्यक्ति हुनको लागि प्रभाव पार्ने तत्वहरू
-अनन्त घिमिरे..... ५
४. गीत
- शान्ति विक..... ९
५. चेलीबेटी बेचबिखन र देह व्यापार
- इन्दु उपाध्याय १०
६. उठौं र जागौं आफ्नो अधिकारको लागि (कविता)
- केश कुमारी पाण्डे ११
७. नर्सरी स्थापनाबाट पाएको सफलताले किसानहरू
प्रसन्न : -अनन्त घिमिरे..... १२
८. आरआरएन र प्रौढ कक्षा (कविता)
- शारदा दाहाल १५
९. म एउटी महिला वन कुमारी खोरिया
- मनोहर दुत्पाउ १६
१०. वर्ष ८० सरिमाया थापाबाट रचिएको कविता
- इन्दु उपाध्याय..... १७
११. आरआरएनको सहयोगबाट म निकै प्रभावित
भएकी छु -अनन्द घिमिरे..... १८
१२. महिलाहरू बेमौसमी खेतिप्रति आकर्षित
- सुवाष कुमाल २१
१३. सकारात्मक दृष्टिकोणले समाजमा ल्याउने
परिवर्तन - दीपबहादुर राई २३
१४. गतिविधि २४

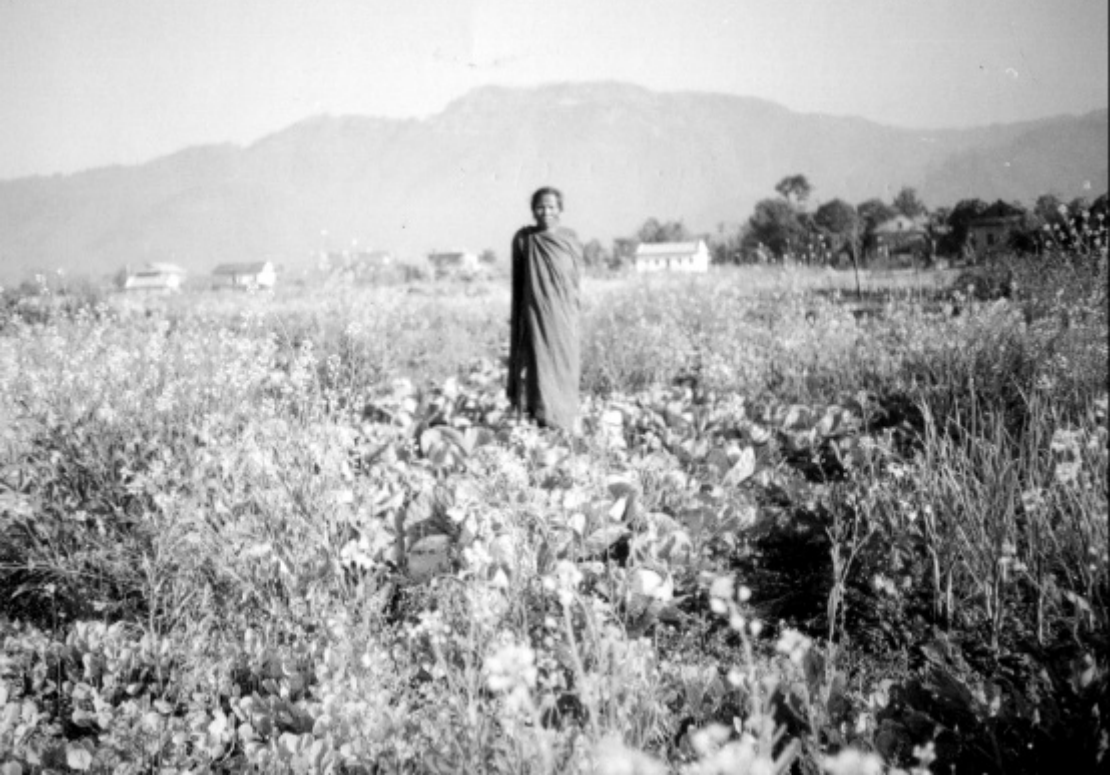
हाम्रो भनाई

नेपाल ग्रामीण पुनर्निर्माण संस्था-आरआरएनले संखुवासभा जिल्लाको ४ वटा गाविसहरू-धुपू, मत्स्यपोखरी, दिदिङ्ग र सित्तलपाटी- र खाँदवारी नगरपालिकामा दिगो ग्रामीण जीविकोपार्जन कार्यक्रम २०५८ देखि संचालन गर्दै आएको छ। ६६ वटा महिला समूहहरूमा संचालित यस कार्यक्रमले विशेष गरी पिछडिएका जनजाति, गरीब, दलित तथा सामाजिक रूपले तिरस्कृत महिलाहरूलाई केन्द्रबिन्दु बनाएको छ। उनीहरूको जीवनस्तर उकास्न महिला सशक्तिकरण, जीविकोपार्जन तथा आयआर्जन, सामुदायिक स्वास्थ्य तथा निर्माणका क्रियाकलापहरू एकीकृत रूपमा संचालन गर्दै आएको छ।

यी कार्यक्रमका क्रियाकलापहरूलाई समेट्दै आवधिक “अरुण उपत्यका सन्देश” प्रकाशनको छैटौँ अंक फेरी पनि पाठकहरू सामू प्रस्तुत गर्ने मौका मिलेको छ। यस अंकमा परियोजना संयोजक लेखनाथ खरेलले आफ्नो लेखमा रसायनिक विषादीको प्रयोगले गर्दा वातावरण र मानव स्वास्थ्यमा पर्ने कूप्रभाव र यसको विकल्पमा मिश्रित खेती र शत्रुजीव व्यवस्थापन विषयलाई प्रष्ट्याउनु भएको छ। यो लेख किसान वर्गहरूको लागि अवश्य नै सूचनामूलक र लाभप्रद हुनेछ। त्यस्तै ८० वर्ष पुगनुभएकी सरीमाँया थापाले यस कार्यक्रमद्वारा संचालित प्रौढ शिक्षा पढेपछि, आफैले लेख्नुभएको कविता साँच्चै नै हृदयस्पर्शी र ज्ञानवर्द्धक छ। वहाँको ज्ञान र साहसको कदर गर्ने पर्छ। अर्को वन संरक्षणमा आधारित एउटी महिला वन कुमारी खोरिया नामक लेख पनि रोचक र लाभदायक छ। त्यस्तै परियोजनामा कार्यरत अन्य कर्मचारीहरू र समूहका महिलाहरूद्वारा आफ्नो अनुभवको आधारमा लिखित सफल व्यक्ति हुनको लागि प्रभाव पार्ने तत्वहरू, चेलीबेटी बेचबिखन तथा देहव्यापार, नर्सरी स्थापनाबाट पाएको सफलताले किसानहरू प्रसन्न विषयक लेखहरू सहित अन्य लेखहरू, कविताहरू, सफलताका कथा, गीत र कार्यक्रमका क्रियाकलापहरू यस अंकमा सम्मिलित गरेका छौं।

यस अरुण सन्देशले आरआरएनद्वारा संखुवासभा जिल्लामा संचालित विभिन्न कार्यक्रमहरूसँग सम्बन्धित जानकारीहरू लिएर आएको छ। आशा छ, यसबाट पाठकहरूलाई ज्ञानार्जन हुनेछ। आगामी अंकहरूको लागि यहाँहरूको सल्लाह र सुझावको सधैं आसा गरेका छौं।

धन्यवाद



मिश्रित खेती र शत्रुजीव व्यवस्थापन

लेखनाथ खरेल

परियोजना संयोजक, आरआरएन, संखुवासभा

विभिन्न किसिमका कीरा तथा रोगले तरकारी बालीलाई नोक्सान पारेर उब्जनीमा बाधा पुऱ्याउँछन् । साधारणतया रासायनिक विषादीहरूको प्रयोगबाट बाली विरुवामा लाग्ने विभिन्न कीरा र रोगको नियन्त्रण त हुन्छ, तर वातावरण र मानव स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्दछ ।

विश्व स्वास्थ्य संगठनको एक तथ्याङ्क अनुसार विकासोन्मुख देशमा प्रत्येक वर्ष करिब २५,००० मानिसहरू कीटनाशक विषादीहरूको कारणबाट मर्ने गर्दछन् । खासगरी तरकारी बालीमा बढी मुनाफा लिने

उद्देश्यले रासायनिक विषादीको अन्धाधुन्ध र अविवेकपूर्ण प्रयोग गर्ने प्रवृत्ति बढ्दै गइरहेको छ । तसर्थ दिगो करेसाबारी स्थापना गर्दा रासायनिक विषादीहरूको कूप्रभाव र यसको विकल्पबारे जानकारी हुनु आवश्यक देखिन्छ ।

रोग कीरा नियन्त्रण मिश्रित खेती निकै प्रभावकारी पाइएको छ । करेसाबारीमा विभिन्न किसिमका बालीहरू मिसाई रोप्नाले धेरै हदसम्म रोग र कीराको रोकथाम हुन्छ । यस तरकारीमा जथाभावी जे मन लाग्यो त्यही बाली एकै ठाउँमा नसोचिकन रोप्ने वा सार्ने नभई विवेकपूर्ण विधि अपनाइन्छ ।

गन्ध र वास्नादार बालीहरू

यस विधिमा विभिन्न बालीहरू यसरी लगाउन सक्नुपर्छ कि जसबाट एउटा बालीको गन्धले अर्को बालीमा लाग्ने कीरा तथा रोगका किटाणुहरू भगाउन सकियोस् जस्तै:

सयपत्री फूलको बोट बगैँचा वरिपरि र जताततै बीच बीचमा लगाउनाले विरुवाको जुका जस्तो: भण्टा ओइलाउने रोग, भटमासको खपटे, सेतो भिँगा र अन्य कीराहरू भागदछन् ।

पुदिना र बन्दासँगै रोपेमा बन्दामा पुतलीको कम प्रवेश हुन्छ ।

लसुन, हाडे लसुन, आलु बारीको किनारामा रोप्नाले आलुको पतेरो भागदछ ।

काउली, ब्रोकाउली, बन्दासँग गोलभेंडा मिसाएर रोप्दा बन्दाको पुतली नियन्त्रण भएको पाइएको छ ।

पुदिनाको बोट, बन्दा र गोलभेंडासँग मिसाएर रोपेमा बन्दा र गोलभेंडाको वास्ना राम्रो बनाउनका साथै कमिला, लाही, कालो खपटे कीरा भागेको पाइएको छ ।

मकैसँग सिमी वा बोडी मिसाएर रोप्दा मकैको डाँटे गवारोको केही हदसम्म नियन्त्रण हुन्छ भने सिमी र बोडीमा लाग्ने थ्रिप्स पनि नियन्त्रण भएको पाइएको छ । सिमी र बोडीले मकैलाई मल पनि थप्दछन् ।

आलु र सिमी मिसाएर रोपेमा आलुको गन्धले सिमीको रातो खपटे भगाउँछ भने सिमीको गन्धले आलुको रातो खपटे भगाउँदछ ।

गाँजर रोपेको जग्गामा प्याज मिसाएर रोपेमा गाँजरको भिँगा र प्याजको भिँगा केही हदसम्म नियन्त्रण भएको पाइएको छ ।

जुनेलो र रहर मिसाएर रोपेमा जुनेलोको जराबाट निस्केको एक किसिमको पदार्थले रहर ओइलाउने रोग नियन्त्रण भएको तथ्य प्रमाणित भएको छ ।

लिक, प्याज, लसुन, धनियाँ, तुलसी, सयपत्री आदि अन्तर बालीको रूपमा वा करेसाबारीको व्याडको छेउछाउमा लगाउँदा यिनीहरूबाट

निस्कने कडा गन्धले लाही, खपटे कीरा, रातो कमिला, पुतलीहरू र अन्य कतिपय हानिकारक कीराहरू भागदछन् ।

रंगीचंगी बालीहरू

विभिन्न कीरा फट्यांग्राहरूको कुनै रंग मन पराउने वा मन नपराउने आफ्नै विशेषता हुन्छ । जस्तै: पहिलो फूल (रायो, तोरी आदि) मा लाही कीरा बढी लाग्छ, तर रातो, गाढा हरियो रंगमा यो कीरा कम लागेको पाइएको छ । तसर्थ अन्य हानिकारक कीराहरूको पनि स्वभाव पत्ता लगाएर करेसाबारीमा विभिन्न रंग भएका बालीहरू मिसाएर लगाउन सके कीरालाई भुक्त्याएर रोग र कीराको केही हदसम्म नियन्त्रण गर्न सकिन्छ ।

पातको बनावट र बुनौट

करेसाबारीमा लगाएका बालीहरूको पातको बनावट र बुनौट अनुसार पनि रोग र कीराको प्रकोप भर पर्न सक्छ । जस्तो: लाही कीराले नरम पात भएको विरुवा—रायो, तोरी, पालुङ्ग बढी मन पराउँछन् भने गवारो र खपटेहरूले खस्रा पात, भएका विरुवाहरू—काक्रो, फर्सी, आदि मन पराउँछन् । विरुवाका पातका बनावट जस्तै: सलक्क परेका पात, गुप्तमुज्ज परेका पात आदि अनुसार पनि रोग कीराको आक्रमण भर पर्न सक्छ । तसर्थ तरकारीबालीका विभिन्न बुनौट र बनावटलाई करेसाबारीमा विवेकपूर्ण तरिकाले हानिकारक कीराको स्वभाव पत्ता लगाई मिसाएर रोप्न सके केही हदसम्म रोग कीरा रोकथाम गर्न सकिन्छ ।

रोग कीरा अवरोधक जातको प्रयोग

धेरैजसो स्थानीय जातका तरकारी बालीहरूमा रोग कीरा अपरोधक क्षमता पाइएको छ । तिनीहरूले विभिन्न रोग कीराको आक्रमण सहन सक्छन र उत्पादनमा खासै असर पर्दैन । जस्तै, स्थानीय जातको टमाटरमा भन्दा उन्नत जातको टमाटरमा रोग कीराको प्रकोप बढी पाइएको छ । तसर्थ तरकारीका स्थानीय जातको प्रयोगबाट पनि रोग कीराबाट बालीनालीको संरक्षण गर्न सकिन्छ ।

सफल व्यक्ति हुनकोलागि प्रभाव पार्ने तत्वहरू

अनन्त घिमिरे

जीविकोपार्जन तथा आयआर्जन अधिकृत, आरआरएन, संखुवासभा

संसारका सबै मान्छेले सफल हुने चाहना राख्छन् । के कोही व्यक्ति म असफल होऊँ भन्ने चाहन्छ, होला र ? तर सबैले सफल हुने चाहना राख्दा राख्दै पनि किन कोही सफल र कोही असफल हुन्छन त ? वास्तवमा सफल हुने व्यक्तिले कहिल्यै पनि आफूलाई हराउने सोच लिएको हुँदैन र लिनु पनि हुँदैन । त्यसैले सफल हुने व्यक्तिले भन्ने गर्दछ, “म सय पटक असफल भए त के भयो फेरि एक सय एक पटक प्रयास गर्दछु ।” सफल हुने व्यक्तिले कुनै फरक काम गरेको हुँदैन तर त्यही काम उसले फरक ढंगले गर्दछ । कुनै काम गर्दा लगनशील भएर धैर्य गन्यो भने सफल नहुने भन्ने केही पनि हुँदैन ।

हामी प्राकृतिक श्रोत, कला, संस्कृति आदिमा निकै धनी छौं । तर त्यसको व्यवस्थापन तथा सही उपयोग गर्न नसकेर हामी पछाडि परेका छौं । यसै सन्दर्भमा जापान श्रोत र साधनको दृष्टिकोणले गरिब छ । तर ज्ञान, सीप र दिमाग लगाएर लगनशील भएर लागे कै कारण

अगाडि बढ्न सफल भएको छ । यसै सन्दर्भमा जापानले तर्बुजा आयात गरेको प्रसंग निकै सान्दर्भिक छ । सामान्यतया तर्बुजा गोलो हुन्छ । जापानले तर्बुजा आयात गर्दा हुवानीमा खाली ठाउँको पनि पैसा तिरेको शुल्कको बारेमा सोच्यो । अनि उसले गोलोको सट्टा चारपाटे तर्बुजाको माग गन्यो । धेरै सोच र मेहनत पश्चात चेप्टो

गर्न सक्षम भएका छन् । हामी नेपालीहरूले पनि सफलतातिर लम्किन जापानीहरू जस्तै आफ्नो दिमागको घेरालाई तोड्नु पर्दछ । यसरी स्व-नेतृत्वमा परिवर्तन गर्ने वा दिमाग तिखार्ने अभियानलाई “घेरा तोड अभियान” भनिन्छ, जुन सफलतालाई चुम्ने प्रमुख मार्गदर्शक हो ।

हामी सबैको चाहना सफलताकै लागि हुँदा हुँदै पनि हामी असफल भएका हुन्छौं । यसको मुख्य कारण हाम्रो दृष्टिकोण हो, जसले हामीलाई सकारात्मकतातिर डोर्न्याईरहेको हुन्छ । वास्तवमा दृष्टिकोण भनेको कुनै पनि वस्तु, घटना प्रतिको हेराई, सोचाई, बुझाई वा त्यसप्रति व्यक्तिको विचार हो । वास्तवमा घटना, परिस्थिति, वस्तुस्थिति एउटै छ तर त्यसलाई ग्रहण गर्ने कुरा व्यक्ति व्यक्तिमा फरक भएको पाइन्छ । एउटै घटना भए पनि कोहीले त्यसलाई ठीक तरिकाले हेरिरहेका हुन्छन् भने कसैले त्यसलाई नकारात्मक तरिकाले हेरिरहेका हुन्छन् । त्यसैले हामीले

मलाइ त लाग्छ
नेपालीहरू पछि पर्नाका
कारण पढेपछि कामहरू
जस्तै खेती किसान,
अन्य व्यवसायिक
कामहरू गर्नु हुँदैन भन्ने
सोचले नै हो ।

बाकसमा राखेर आकार निर्धारण गरी चारपाटे तर्बुजा उत्पादन गर्न सफल भयो ।

दोश्रो विश्व युद्धले तहस नहस पारेपछि पनि जापानका जनताहरू आफ्नै मेहनतले देशको विकास गरी विश्वको धनी मुलुकहरूसँग प्रतिस्पर्धा

हाम्रो दृष्टिकोणलाई सही बनाउन सक्नु पर्दछ ।

दृष्टिकोणका प्रकार

सकारात्मक र नकारात्मक गरी दुई किसिमका दृष्टिकोण हुन्छन् । दृष्टिकोण सकारात्मक र नकारात्मक बनाउन बाहिरबाट प्रभाव पार्ने तत्वहरूमा शिक्षा, वातावरण (पारिवारिक, सामाजिक, राजनैतिक आदि), व्यक्तित्व, धर्म/संस्कृति, आर्थिक अवस्था प्रमुख हुन् । मानिसहरूले सानै उमेर देखि नै आमा-बाबु, साथी-संगी, शिक्षक-शिक्षिका र सामाजिक वातावरणबाट सकारात्मक र नकारात्मक दुवै कुराहरू सिक्किरहेका हुन्छन् । तर सकारात्मक र नकारात्मक शिक्षा भन्ने कुरा शिक्षा ग्रहण गर्ने तरिकामा, व्यक्तिको बोध गर्ने तरिकामा पनि भर पर्दछ । शिक्षाले कहिलेकाँही नकारात्मक

असर पनि त पारेको हुन्छ नि भन्ने सवाल पनि ठीक हो किनभने हामी विद्यालय, क्याम्पस किन जान्छौं ? केवल प्रमाण पत्रको लागि, अनि प्रमाण पत्र के-को लागि ? जागीर वा आय आर्जनको लागि ? तर यथार्थमा शिक्षा ज्ञान आर्जनको लागि हुनुपर्ने होइन र ? प्राय धेरै नेपालीहरू पढेपछि आफूले काम गर्नु हुँदैन भन्ने सोच राख्छन् । पढेपछि टेबलमा बसेर चेक वा सही मात्र गर्ने र अरुलाई काम लगाउने मात्र हो भन्ने सोच्छन् ।

एक जना चिनिया नेताले नेपाल आउँदा भनेका थिए रे, “जबसम्म नेपालमा नेपाली इञ्जिनियर आफैले ईंटा समाउँदैन तबसम्म यहाँको विकास सम्भव छैन ।” मलाई त लाग्छ, नेपालीहरू पछि पर्नाका कारण पढेपछि कामहरू जस्तै खेती किसान, अन्य व्यापारिक

कामहरू गर्नु हुँदैन भन्ने सोचले नै हो । यदि हामीले सकारात्मक कुराहरूलाई ग्रहण गर्दै हामीभित्र भएको उर्जा शक्तिलाई प्रयोग गरेर मेहनत गरेर आफ्नो विकास गर्छौं भने अवश्य पनि हामी अन्य मुलुकहरूका जनताहरूले जस्तै हरेक क्षेत्रमा धेरै सुविधाहरू उपभोग गर्न पाउछौं ।

हामी बाहिरबाट सकारात्मक प्रभाव आओस् भन्ने चाहान्छौं तर आफूबाट अरुमा सकारात्मक प्रभाव जाओस् भन्ने सोचेका हुँदैनौं । त्यसैले आफ्नो चाहाना जस्तै अरुले पनि राखेका हुन्छन् भन्ने सोच्नु पर्दछ । आफ्नो तर्फबाट पनि समाजलाई हतोत्साही बनाउने काम वा नकारात्मक काम नगर्ने र अरुबाट आएको नकारात्मक कुरालाई पनि ग्रहण गर्दिन भन्ने हामीले सोच्यौं भने मात्र समाज अगाडी बढ्न सक्छ ।

सकारात्मकता अभिवृद्धि गर्ने केही पाइलाहरू

लक्ष्य प्रति स्पष्ट र सचेत: हामी सबैको लक्ष्य प्रायः निर्धारित भैसकेको हुन्छ । मात्र किन, कसरी र के का लागि भन्ने मात्र ठूलो कुरो हो । निर्धारित लक्ष्य हामी आफैभित्र लुकेर रहेको हुन्छ । त्यसलाई उजागर गर्न सके मात्र हामी अगाडि बढ्न सक्छौं ।

सकारात्मक पक्षमा जोड: अहिलेसम्म भैसकेको के छ ? हाल भैरहेको के छ ? अब आफूले गर्नुपर्ने सुधार के छ ? अनि मेरो राम्रो पक्ष के छ ? भन्ने कुराको सकारात्मक विश्लेषण हामी आफैले गर्न सक्नु पर्दछ ।

नकारात्मक प्रभावबाट टाढा: हामीलाई कुनै नयां काम गर्ने जोश आएको छ भने साथीसँग सल्लाह र सुझाव लिएर मात्रै अगाडि बढ्न पढ्यो भनी साथी कहां जांदा साथीले आफूमा आएको उर्जामा नैराश्यता थपिदियो भने ऊ नकारात्मकतातिर धकेलिन सक्छ । तर यसको बदला हामीले असफल भएको व्यक्तिलाई नयां उर्जा थपेर सकारात्मकता तथा सफलतातिर अगाडि लैजान सक्छौं । त्यसैले कुनै कुरा कुन रूपमा ग्रहण गर्ने भन्ने अधिकार हाम्रो हातमा

छ। त्यसलाई छानेर राम्रो कुरालाई आत्मसात गर्ने र नराम्रो कुराबाट टाढा रहनु पर्दछ।

आत्मविश्वास र आत्मसम्मान: जस्तोसुकै प्रतिकूल परिस्थितिमा पनि हामीले आत्मविश्वास गुमाउनु हुँदैन। आफूले आफैलाई विश्वास गर्नु पर्दछ। अरुले गर्न सक्ने काम म किन गर्न सकिँदैन ? सक्छु भन्ने धारणा सधैं राखिरहनु पर्दछ। तर मैले जे पनि गर्न सक्छु भन्ने घमण्ड र अति आत्मविश्वास भयो भने यसबाट नकारात्मक प्रभाव पनि पर्न सक्छ। हामीले प्रयोग गर्ने प्रत्येक शब्दमा शक्ति छ। त्यसैले हामीले प्रयोग गर्ने प्रत्येक शब्दलाई पनि बहुत ख्याल राख्नु पर्दछ। कुनै पनि काम गर्न किन नसकिने ? भन्ने कुरा मनमा राख्नु पर्दछ। यस्तै त हो नि भनेर हामीले शक्ति खेर नफालौं, आत्मसम्मान बढाउन सिकौं। आफूले आफैलाई सम्मान गर्न योग्य छु वा छैन अर्थात् आफ्नो भोट पाउन आफू योग्य छु छैन त्यो राम्ररी विश्लेषण गर्नु पर्दछ। अरुको नजरमा गिर्ने काम कहिल्यै नगरौं। शिर ठाडो बनाएर बाँच्न सिकौं। अरुको सम्मान खोज्नु भन्दा पहिले आत्मसम्मान पाउने कोशिश गर्नु पर्दछ।

गर्नुपर्ने काम गरिहाल्ने: आजको काम आजै गर्नुपर्ने काम समयमै गरिहाल्नाले हामीलाई आत्मविश्वास र आत्मसम्मान बढाउनमा सहयोग गर्दछ। एउटा भनाई पनि छ निर्णय गरौं, काम थालौं र अगाडि बढौं (Decide-Act-Move)। गर्छु भनेको कामलाई तुरुन्तै गरिहालौं। निर्णय गर्दा यस्ता कुरामा मात्र निर्णय गरौं जुन हामीले पूरा गरेरै छाडौं। गर्न नसक्ने काम गर्छु भन्ने कुरा सोच्दै नसोचौं। सकारात्मक काममा प्रतिबद्धता जनाइसकेपछि पुनः त्यसलाई त्यसै नछाडौं। काम गर्दा अरुको मुख नताकौं। आफ्नो काम आफै गर्ने बानी बसालौं।

कृतज्ञ हुने स्वभाव/बानी: हामीले अरुबाट पाएको सहयोगबाट अरुलाई सम्मान दिन सिक्नु पर्दछ। अरु प्रति पनि खुशी हुने बानी बसालौं। कृतज्ञ बन्न सिकौं। हामी अहिलेको

अवस्थामा आई पुग्न आफ्नो मात्र प्रयासले गर्दा हो की यसमा अरुको पनि भूमिका छ ? यसलाई राम्ररी बुझौं। वास्तवमा हामी सफल हुनुमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष तत्वहरूबाट सहयोग प्राप्त भइरहेको हुन्छ।

आफूसित भएको अरूसित बाँड्ने: भौतिक सम्पत्ति बाँड्नु मात्र आदान प्रदान होइन। आफूसँग भएका भावनात्मक कुराहरू एक आपसमा बाँड्नु पनि आदान प्रदान गर्नु हो। आफूले केही कुरा दियो भने अरुले पनि केही दिन्छ, भन्ने सोचाई राख्नु पर्दछ। हामी आफ्नो आपत्तिमा अरुबाट सहयोगको आशा गर्दछौं तर अरुको आपत्तिमा पनि आफूले सहयोग पुऱ्याउनु पर्दछ, भन्ने बारे कमैले मात्र सोच्छौं। हामी आफूलाई माथि जान अरुले हात तानि दियोस भन्ने ठान्दछौं तर आफूभन्दा पछाडि भएकाहरूलाई हात तान्न चाहिरहेका हुँदैनौं।

हामीले आफू जस्तै जमात बनाउन आफू भन्दा माथि रहेका मान्छेको खुट्टा तानेर सम्भव छ, की आफूभन्दा तल रहेका मान्छेको हात तानेर सम्भव छ ? एकछिन विचार गरौं त ? वास्तवमा हामी सफल भई अगाडि बढ्न आफूभन्दा माथि त्यो व्यक्ति कसरी पुग्यो ? भन्ने कुरालाई आत्मसात गर्ने र तलको व्यक्तिलाई कसरी आफ्नो ठाउँमा पुऱ्याउने भन्ने सोच राख्नु पर्दछ। हामीले चाहेको बेला लिन र आवश्यक परेको बेला अरुलाई सहयोग गर्ने बानी बसाल्नु पर्दछ। लिन मात्र सिक्यौं र दिन सिकेनौं भने सकारात्मकताको वृद्धि हुन सक्दैन।

निरन्तर रूपमा सिक्ने बानी: हामी सधैं जिज्ञासु हुनु पर्दछ। औपचारिक देखि व्यवहारिक ज्ञानहरू सम्बन्धित मान्छेसँग सिक्ने काम जन्मेदेखि नमरुञ्जेलसम्म निरन्तर रूपमा भइरहेको हुन्छ। सिक्ने कुरा कहिल्यै पनि सकिँदैन। हामी एउटा कुरामा पोख्त भएको जस्तो लाग्छ। तर फेरि अर्को नयां कुरा जन्मिन्छ। अनि हामी अनभिज्ञ हुन्छौं। त्यसैले हामीले आफूभित्र निरन्तर रूपमा सिक्ने बानीको विकास गर्नु पर्दछ।

सफल व्यक्तिहरूका ७ वटा बानीहरू

लेख

१. लक्ष्यप्रति सचेत (Begin with the end in mind): हामी प्रत्येकको आ-आफ्नै किसिमका लक्ष्यहरू हुन्छन् । तर लक्ष्यहरू यसरी तय गर्नु पर्दछ, जसले अन्तिम लक्ष्यमा पुग्न हामीलाई सहयोग पुऱ्याउन सकोस । हरेक प्रकारका लक्ष्यहरूमा हामी सधैं सचेत हुनु जरुरी छ ।

२. आफ्नो जिम्मा आफैँ लिने (Be Pro-active): आफ्नो जिम्मा आफैँ लिने मान्छे (Pro-active) कुरा/काम प्रति बढी जिज्ञासु, सकारात्मक सोचाई राख्ने, काम गरिहाल्ने, दृढ संकल्पित, परिकल्पना गर्ने स्वभावको हुन्छ भने आफ्नो जिम्मा आफैँ नलिने (Non-proactive) मान्छे अरुलाई दोष दिने, नकारात्मक सोच राख्ने र यस्तो गर्थे तर वा भएको भए आदि जस्ता कुराहरूलाई बढावा दिने खालको हुन्छ ।

एउटा भनाई पनि छ, “प्रत्येक यात्राको शुरुआत पहिलो पाइलाबाट हुन्छ, जसलाई समष्टि पाइला (Quantum Jump) भनिन्छ । त्यस्तै अर्को पनि भनाई छ, “तिमी आफ्नो दैलो खोलेर हेर तिम्रा निमित्त उन्नतिका हजार ढोकाहरू खुल्ला छन्”, धेरै जसो मान्छेमा कस्तो धारणा हुन्छ भने देशले मलाई के दियो ? तर यो चाँही सोच्दैनौं कि देशलाई मैले के दिए ? यसरी प्रत्येक व्यक्ति आफ्नो जिम्मेवारीबाट पन्छिन खोज्यो भने व्यक्तिगत जीवनमा ऊ कहिल्यै अगाडि बढ्न सक्दैन ।

३. पहिलो काम पहिला (Put first things first): हामी आफ्नो दिनचर्या कसरी बिताइरहेका हुन्छौं ? दिनभरि गर्ने कामलाई कसरी प्राथमिकीकरण गर्दछौं ? प्रायः काम गर्दा जरुरी काम र महत्वपूर्ण कामको आधारमा प्राथमिकता दिइन्छ । सबै जरुरी काम महत्वपूर्ण हुन सक्छन् तर सबै महत्वपूर्ण कामहरू जरुरी नहुन पनि सक्छन् । हामी हाम्रो लक्ष्यमा पुग्नको लागि कुन-कुन कुरा कति जरुरी र महत्वपूर्ण छ ? लक्ष्य प्रति सचेत मान्छेहरूले महत्वपूर्ण र जरुरी काम के

हो छुट्याउनु पर्दछ । लक्ष्य प्राप्तिको लागि आफ्नो जिम्मा आफैँ लिने (Pro-active) मान्छेले महत्वपूर्ण काम पहिले गर्नु पर्दछ ।

साधारण खालको व्यक्तिले बढी जरुरी र कम महत्वपूर्ण कामलाई प्राथमिकता दिन्छ, तर विशिष्ट व्यक्तिले बढी महत्वपूर्ण र कम जरुरीलाई प्राथमिकता दिन्छ । यति हुँदाहुँदै पनि कहिलेकाहीं महत्वपूर्ण काम गर्दा गर्दै जरुरी काम आइदिन्छ, र महत्वपूर्ण काम छाडेर जरुरी काममा लाग्नु पर्ने हुन्छ । जस्तो प्राथमिकताको आधारमा ३ दिने गोष्ठी महत्वपूर्ण हो कि जरुरी हो त ? सहभागीहरूको राय बुझ्दा यो गोष्ठी प्राथमिकता क्रममा बढी महत्वपूर्ण भएको हुनाले सहभागीहरू अरु काम भएर पनि गोष्ठीमा सहभागी हुन्छन् ।

हामीले आफ्नो दैनिक क्रियाकलापलाई पनि प्राथमिकताको क्रममा राख्न जान्नु पर्दछ । बढी महत्वपूर्ण कामहरू जस्तै योजना बनाउने, कामको तय गर्ने, समिक्षा आदि जस्ता कामहरू गर्नु भने महत्वपूर्ण कामहरू जरुरी भन्दा पहिले नै सकिन्छ, र जरुरी कामहरू सरासर गर्न पाइन्छ ।

हामीले कुनै पनि कामको शुरुआत आफ्नो प्रभाव क्षेत्रबाट गर्नु पर्दछ । हुन त हाम्रो चासो धेरै ठूला ठूला कुराहरूमा रहेको हुन्छ, तर त्यसमा हाम्रो प्रभावले नभ्याउने हुँदा हामीले आफ्नो चासोको घेरालाई प्रभाव क्षेत्रसँग मिलाउने प्रयास गर्नु पर्ने हुन्छ ।

४. जीत-जीत (Win-Win): प्रकृतिले हामीलाई पुग्ने गरी हरेक चिज दिएको छ, तर लोभ पूरा गर्न सक्दैन । मान्छेले भट्ट हेर्दा दुवै पक्षको जीत पनि कही हुन्छ र ? भन्छन् तर आफ्नो लक्ष्यलाई नबिसिकन आफ्नो सिद्धान्तको जीत नै जिन्दगीको सबैभन्दा ठूलो जीत हो । प्रायजसो बच्चाहरूसँग खेल खेल्दा आमा बाबुले हारिदिने गर्दछन् । आमा बाबुको उद्देश्य वा लक्ष्य भनेको आफूले हारेर उनीहरूलाई काममा प्रोत्साहित गर्नु हो । त्यसैले यसमा आमा बाबुको लक्ष्य अनुसार जीत भयो र बच्चाहरूको पनि जीत

भयो । असल नेतृत्व प्रदान गर्ने व्यक्ति वा विशिष्ट व्यक्तिहरूमा जीत-जीतको भावना रहेको हुन्छ । जीत-जीतमा आत्मसन्तुष्टिको कुरा आउंछ । महान व्यक्तिले मात्र अरुको जीतलाई आफ्नो जीत मान्दछन् । तर उनीहरू हार त्यसलाई मान्दछन् जसले आफ्नो मूल्य, मान्यता र सिद्धान्तलाई छोडेर जित्दछन् ।

५. पहिला अरुलाई बुझ अनि आफ्नो कुरा बुझाउ (First seek to understand then to be understood): हामीले हाम्रो धारणा कस्तो बनाइरहेका हुन्छौं भन्ने कुरा विशेष घटना वा परिस्थितिमा मात्र स्पष्ट रूपमा बोध हुन सक्छ । किन की कहिलेकाही हामीले ठीक ठानिरहेको कुरा विल्कूल गलत भइरहेको हुन सक्छ । त्यसैले कुनै पनि व्यक्तिले घटना र परिस्थिति अनुसार आफ्नो धारणा वा सोचाईमा परिवर्तन गर्न सक्नु पर्दछ । यसलाई उदाहरणीय परिवर्तन (Paradigm Shift) भनिन्छ । जो कसैले पनि पहिले अरुको कुरा बुझेर मात्र आफ्नो कुरा बुझाउनु पर्दछ । सोचाईमा परिवर्तन गर्दा सक्रिय सुनाई (Active Listening) को एकदमै जरुरत पर्दछ । मैले धेरै जानेको छु र म जति जाने बुझ्ने अरु कोही छैन भन्ने कहिल्यै पनि सोच्नु हुँदैन ।

६.शक्ति संयोग (Synergy): हामी एकलैले जति काम गर्न सक्छौं । धेरै व्यक्तिहरू मिल्यौं भने धेरै काम सजिलैसँग सम्पन्न गर्न सक्छौं र उपलब्धि पनि तुलनात्मक रूपमा अझ बढी हुन्छ । समान सोच भएका व्यक्तिहरूबीच मिलेर काम गर्दा योग मात्र हुन्छ तर संयोग हुनलाई भिन्न सोच भएको साथीहरूबीच मेलमिलाप हुनु पर्दछ । त्यसैले सबै मिलीजुली काम गर्दा नै काम उपलब्धिमूलक हुन्छ । त्यसैले साथीहरूसँग मिलेर काम गर्दा फरक विचार भएको साथीलाई स्वागत गरौं । किनभने फरक फरक विचारहरू मन्थन हुँदा नयां कुरा वा आविष्कारको जन्म हुन्छ ।

७. निरन्तर रूपमा पुनर्ताजगी (Sharpen the saw): मानिसले सिक्ने कुरा कहिल्यै पनि सकिदैन । त्यसैले सिक्ने प्रक्रियालाई सधैं निरन्तरता दिइरहनु पर्दछ । व्यक्ति निरन्तर रूपमा ताजगी रहनकोलागि मानसिक भौतिक, आध्यात्मिक र व्यवहारिक रूपले तन्दुरुस्त रहनु पर्दछ । सिक्नकोलागि काममा लगनशील, दैनिक अभ्यास, जिज्ञासु, स्वच्छ मन, चिन्तन मनन गर्नु पर्दछ । आफ्नो दिमाग धारिलो बनाउनको लागि कम्तिमा पनि ५ प्रतिशत समय कार्य योजना बनाउन खर्च गर्नु पर्दछ ।

गीत

- शान्ति वि.क.

थालेडाँडा महिला समूह, खाँनपा ९, पाँठा

कुरा बुझेर सुखी ल्याउँ अब सबै मिलेर

समूह मिलाउँ शक्ति छ ठूलो, बुझौं कुरा नपारौं मन लुलो
सासु भन्छिन् न दाउरा पानी छ, बुहारीको गाउँ डुल्ने बानी छ

कुरा बुझेर सुखी ल्याउँ अब सबै मिलेर

चल्छ कुरो पधेरो मेलामा, जानु छैन आम सभा भेलामा
कति पन्यो दाई तिम्रो छातालाई, सुख छैन छोरीको जातलाई

कुरा बुझेर सुखी ल्याउँ अब सबै मिलेर

पानी खाने धारो र पधेरो, गर्छन् कुरा रन बनै अधेरो
आरआरएनले विकास ल्यायो हाम्रो घरमा, बढौं अधि आफ्नो भरमा ।

चेलीबेटी बेचबिखन तथा देह व्यापार

इन्दु उपाध्याय

महिला विकास अधिकृत, संखुवासभा, तुम्लिङ्गटार

नेपालको विशेष गरी ग्रामीण इलाकामा जन्मे हुर्केका चेलीबेटीहरूले सानै उमेरदेखि नै दाउरा, घांस, मेलापात, चुलो र आंगनमा जीवनको बाटो पहिल्याउँदै आएका हुन्छन् । कतिपयका दाजुभाईहरू विद्यालय पढ्न जान्छन् तर चेलीबेटीहरू भने मभेरी मै जिन्दगी गुजार्न बाध्य छन् । हाम्रा ग्रामीण इलाकाहरूमा घर-गृहस्थीका कामहरू गर्ने यिनै चेलीबेटीहरू नै हुन्, जसले भात पकाउन सबभन्दा धेरै दाउरा र पानी ओसारुका साथै भाई बहिनीहरू हेर्नुपर्छ । अनि आमासँग मेलापात पनि जान्छन् । पिठो पिठ्ठे घट्ट र नून तेलको लागि बजार पनि यिनै चेलीबेटीहरूले जानुपर्ने हुन्छ । यतिमात्र नभई बजार बजारमा गई कपडा बुन्ने र कारखानामा अति निम्न ज्याला दरमा काम गर्न पुगेका छन् र आफ्नो घरलाई दियो ज्यानले सघाउँछन् ।

यति गर्दागर्दै पनि यो निर्दयी समाजले उनीहरूमाथि नै धेरै थरीका शोषण र दमन गर्दै आएको छ । राम्रो नोकरी लगाई दिने, विवाह गर्ने, घुमाउन लाने बहानामा समाजका केही कुतत्व मानिसहरूले लाखौं चेलीबेटीहरूलाई भारतको बम्बै, दिल्ली, कलकत्ता, खाडी देशहरू र अन्य देशहरूमा बेचेका छन् । उनीहरू त्यहाँका अधेरा कोठाहरूमा जबरजस्ती र अन्यायपूर्वक देहव्यापार गर्न बाध्य हुन पुगेका छन् । हाम्रो समाजमा आधुनिकताको प्रवृत्तिहरू परिवर्तनमूलक भन्दा विकृतिमूलक हुँदै गइरहेका छन् । यसप्रकार समाजमा चेलीबेटीहरू निरन्तर अन्याय, अशिक्षा, शोषण र उत्पीडनका शिकार बनिरहेका छन् । यो क्रम हिजो भन्दा आज चर्को रूपमा अभिवृद्धि भइरहेको देखिन्छ ।

देह व्यापार युगौं पहिलेदेखि चल्दै

आइरहेको सबभन्दा अमानवीय र अमर्यादित व्यवसाय हो । यो मानवीय भावना अनुकूल माया, स्नेह, समझदारी र सहयोगमा चल्ने व्यवसाय होइन । यो जवानीको तृष्णाले मात्र हुने कुरा नभएर शक्ति, आड, पैसा र प्रभावमा चल्दै आएको एक निन्दनीय व्यवसाय पनि हो । यस्ता खाले व्यवसायको विरुद्धमा जहाँ तर्ही आवाज उठिरहेको भएतापनि संसारका कुनाकापचामा मानवता विरोधी यो व्यापार विभिन्न रूप र रंगहरूमा विद्यमान रही रहेको छ ।

यो कहीं दर्ता भएको व्यवसाय बनेको छ भने कहीं अवैध रूपमा । अमेरिका, फ्रान्स, ईङ्गल्याण्ड, नेदरल्याण्ड, जर्मनी जस्ता देशहरूमा यो एउटा चरम वास्तविकता बनिसकेको छ । त्यस्तै गरी पश्चिमी मुलुकहरूको प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष सम्पर्क या प्रभावमा रहेका देशहरू जस्तै फिलिपिन्स, थाईल्याण्ड, इण्डोनेशिया, भारत, मलेशिया, मेक्सिको, दक्षिण अफ्रिका, केन्या, श्रीलंका तथा अन्य देशहरूमा देह व्यापार एक चर्को तथा गम्भीर समस्या बन्दै गइरहेको छ ।

विकसीत देशहरूको दाँजोमा नेपाल गाउँ नै गाउँले भरिएको एउटा अविकसीत देश हो । यहाँ विभिन्न भाषा र संस्कृतिहरू बोकेका जातिहरू बसोबास गर्दछन् । हाम्रो देशको सुदूर तथा मध्य पश्चिमाञ्चलको केही जिल्लाहरूमा कुमारी केटीहरूलाई देउकी र भुमाको रूपमा मन्दिरमा चढाएर केही पुरुषहरूले आफ्नो मनोकांक्षा पूरा गरेको पनि पाइएको छ । आज भोली द्वन्दको कारणले पनि जीविकोपार्जनको लागि धेरै महिलाहरू गाउँबाट शहर बजार पस्ने गरिरहेका छन् । उनीहरू गलैचा कारखाना, उनीधोगो कारखाना, गार्मेन्ट तथा अन्य कतिपय उद्योग

व्यवसायहरूमा काम गर्दै आइरहेका छन् । त्यस्तैगरी शहरी इलाकाहरूमा दिन दिनै बढ्दै गएको तडक भडक, महंगी, विकृति र बढ्दै गएको आधुनिकताले त्यहाँका चेलीबेटीहरूमा पनि गहिरो प्रभाव पारेको छ ।

आज संसारका करोडौं महिलाहरूलाई उनीहरूको सीप र प्रतिभाको लागि हैन बरु उनीहरूको रूप, रंग, उमेर र मिजासकोलागि अवसरहरूको ढोका खोलिएको छ, फलस्वरूप संसारमा पचासौंलाख महिलाहरू प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रूपमा देह व्यापारमा सामेल हुँदै आएका छन् । हाम्रो देशको भौगोलिक सिमा पद्धतिका आफ्नै विशेषताहरू छन् ।

नेपाल र भारतबीचका खुला सिमानाको कारणले पनि चेलीबेटीहरूको विक्री वितरणमा लागेका गिरोह तथा अपराधीहरूको समूहलाई बल मिलेको प्रष्ट देखिन आउँछ । विदेशका कोठीहरू तथा वेश्यालयहरूमा बेचिएका कतिपय भुक्तभोगी महिलाहरूका अनुसार तिनीहरूलाई काठमाण्डौंका गलैंचा कारखानामा ट्रेनिङ्कालागि जाने भनी सजिलैसँग सिमापार गराइएको थाहा हुन आएको छ ।

समष्टिमा भन्नुपर्दा चेलीबेटी तथा देह व्यापारको गम्भीर तथा बढ्दो समस्यालाई नियन्त्रण गर्न श्री ५ को सरकारले एउटा प्रगतिशील कानूनको तर्जुमा गरी त्यसमा उल्लेखित बुंदाहरूलाई इमान्दारिता पूर्वक लागू गर्नुपर्छ । यस्ता कुसंस्कार अन्त्य गर्न र दलालहरूलाई सजाय दिन संचार माध्यमहरूले पनि सक्रिय भूमिका खेल्नुपर्दछ । ती कुराहरूलाई प्रभावकारी रूपमा रेडियो, टिभिजिन र पत्रपत्रिकाहरू मार्फत जनता समक्ष पुऱ्याउनु पर्छ ।

चेलीबेटीहरूलाई विभिन्न खालका डर, धम्की, दबाव, नैराश्यता आदिबाट मुक्त गर्न तथा बेचिएका चेलीबेटीहरूलाई पुनर्स्थापना गर्न श्री ५ को सरकार तथा सम्बन्धित संघसंस्थाहरूले प्रतिबद्ध भई दरिलो पाइला चाल्नु पर्ने आजको प्रमुख आवश्यकता देखिएको छ ।

उठौ र जागौं आफ्नो अधिकारको लागि

केश कुमारी पाण्डे

एकता महिला समूह, चेवा

उठौं जागौं दिदी बैनी हामी सबै उठौं महिलाहरूको अधिकारलाई समान पार्न जुटौं पुरुष भन्दा महिलाहरू पछि परेको छ महिला पुरुष समान हुन यो गीत गाइएको छ कति विकास गरिसके अरु देशका नारीले महिला हकलाई छाड्दैन घाँसको भारीले

पुरुषहरूको दबावमा नबसौं महिलाहरू बस्नु बसी सक्यौं हामी यहाँ भन्दा पहिला महिला मात्र नजानु अब दाउरा घाँस काट्न पुरुष समान हुनैपर्छ महिला शासन हाक्न उठौं जागौं दिदी बैनी महिला सबै उठौं महिलाहरूको अधिकारलाई सुशासन पार्न जुटौं

छोराछोरीको भेदभावले लेखपढ गर्न नपाएको त्यसकारणले महिला पुरुष समान नभएको नामै लेख्न नजानेर प्रौढ शिक्षा पढेको देशको विकास गर्नलाई अघि बढेको कति विकास गरि सके अरु देशका नारीले हामीलाई कहिले छाड्दैन घाँसको भारीले

आरआरएनले दियो हामीलाई शिक्षा दिक्षा बढी लेख पढ गर्न जान्ने भयौं प्रौढ शिक्षा पढी आरआरएनले महिलाहरूलाई समूह गठन गराएको महिलाहरूको जीवन स्तर माथी बढाएको समूहमा पैसा उठाई कोषमा जम्मा पार्नलाई धेरै पैसा पारेर गाउँको विकास गर्नलाई

उठौं जागौं जागौं दिदी बैनी महिला सबै उठौं महिलाहरूको अधिकारलाई समान पार्न जुटौं समूहमा बसीकन धेरै तालिम गरियो, तालिमबाट धेरै कुरा अनि ज्ञान पाइयो विहान उठी काम सकी तालिम गर्न जाँदै घरमा फर्की श्रीमान्को गाली वचन खाँदै

आफ्नो अधिकारको लागि राखौं सरोकार महिलाहरूलाई चाहिन्छ, मानव अधिकार उठौं जागौं दिदी बैनी महिला सबै उठौं महिलाहरूको अधिकारलाई समान पार्न जुटौं ।

नर्सरी स्थापनाबाट पाएको सफलताले किसानहरू प्रसन्न

अनन्त घिमिरे

जीविकोपार्जन तथा आयआर्जन अधिकृत, आरआरएन, संखुवासभा



संखुवासभा जिल्लामा संचालित विभिन्न कार्यक्रमहरूमध्ये दिगो ग्रामीण जीविकोपार्जन कार्यक्रम (Sustainable Rural Livelihood Programme-SRLP) पनि एक हो । धुपू, मत्स्यपोखरी, दिदिङ्ग सित्तलपाटी गा.वि.स. र खाँदबारी नगरपालिकाका विशेष गरी पिछ्छिडएका क्षेत्रहरूका जनजाति, गरीब, दलित तथा सामाजिकरूपले तिरस्कृत ६६ वटा महिला समूहहरूमा संचालित यस कार्यक्रमले महिला सशक्तिकरण, जीविकोपार्जन तथा आयआर्जन,

सामुदायिक स्वास्थ्य तथा सानोतिनो पूर्वाधार निर्माण सम्बन्धी कामहरू महिला समूह मार्फत एकीकृत रूपमा संचालन गर्दै आएको छ ।

मार्च २००२ देखि शुरु गरिएको यस कार्यक्रम अन्तर्गत शुरुमा महिलाहरूलाई विभिन्न किसिमका चेतनामूलक कार्यक्रमद्वारा सशक्त बनाउने र त्यसपछि उनीहरूलाई संस्थागत हिसाबले सहकारीमा दर्ता गराएर दिगो बनाई समुदायलाई नै जिम्मा लगाउने मुख्य उद्देश्य रहेको यस कार्यक्रमबाट विभिन्न क्षेत्रमा महिलाहरूले

उल्लेखनीय प्रगति गर्दै आएका छन् । ३२ जना सदस्य रहेको खाँदवारी नगरपालिका वार्ड नं.४ लोके पाङ्मा स्थित लाली गुराँस महिला समूहका सदस्य घोषा राईले यस कार्यक्रमद्वारा संचालित ५ दिने फलफूल तथा वन नर्सरी व्यवस्थापन तालिम लिएपछि २०५९ मंसिर महिनामा एउटा व्यवस्थित फलफूल नर्सरी स्थापना गरेकी थिइन् । गाउँले किसान तथा लाली गुराँस महिला समूहका सदस्यहरूको आवश्यकता र माग अनुसार स्थापना भएको सो फलफूल नर्सरी स्थापना गर्नको लागि समूहका सम्पूर्ण महिला सदस्यहरूले ठूलो सहयोग गरेका थिए । नर्सरी स्थापना गर्ने क्रममा नै नर्सरीको लागि उचित ठाउँको छनौट गर्ने, ठाउँ उपलब्ध गराउने, छहारीको लागि चित्राको व्यवस्था गर्ने, जङ्गलको माटो संकलन गर्ने आदि काममा समूह सदस्यहरू सक्रिय रूपमा लागेका थिए । नर्सरी स्थापना गरिसकेपछि त्यसको राम्रो रेखदेखको लागि समूह सदस्यहरूले एकजुट भएर निर्णय गरेका थिए । समूहका सदस्यहरू जागरुक भएर लागेकै कारण संस्थाले पनि सो कार्यमा थप ढेरा पुगोस् भन्ने हिसाबले नर्सरी स्थापनाको लागि आवश्यक फलफूलका बीउ, प्लाष्टिक, पोलिव्याग, सिंचाइको लागि आवश्यक पाइप तथा हजारी उपलब्ध गराएको थियो । उक्त नर्सरीमा ३,००० वटा सुत्तला, २,००० वटा कागती र १,१२५ वटा जुनार गरी जम्मा ५,१२५ बीउहरू रोपिएको छ, जसमा ४५,००० वटा स्वस्थ र राम्रा विरुवाहरू उत्पादन भएका थिए ।

यस कार्यमा घोषा राईलाई वहांको श्रीमानले पनि धेरै सहयोग गर्नुभएको थियो । समूहले गरेको राम्रो व्यवस्थापन र संस्थाका प्रतिनिधिहरूको प्राविधिक सहयोग तथा सम्बन्धित फिल्डका कर्मचारीहरूको राम्रो रेखदेखका कारण ज्यादै राम्रा र स्वस्थ फलफूलका विरुवाहरू उत्पादन गर्न सो समूह सफल भयो । विरुवाहरू २ वर्षको भइसकेपछि उनीहरूले त्यसलाई कसरी विक्री वितरण गरी नाफा कमाउन सकिन्छ, भनी समूह सदस्यले छलफल गरी उनीहरूले कृषि विकास कार्यालय र आरआरएनसंग पत्र लेखी सो

विरुवाहरूलाई खरिद गर्नको लागि अनुरोध गरे । संस्थाले जिल्ला कृषि विकास कार्यालयसंग समन्वय गरी जम्मा ७०० वटा सुत्तला, ७०० वटा कागती र २५० वटा जुनारका विरुवाहरू प्रति विरुवा रु. ७/- का दरले समूहलाई वितरण गरी उनीहरूको माग परिपूर्ति गरेको थियो । यसमा जिल्ला कृषि विकास कार्यालयले ५०, आरआरएनको तर्फबाट २५, र समूहले २५ प्रतिशत रकम बेहोरेको थियो । त्यसै गरी सो समूहले आरआरएनद्वारा संचालित आरपीएन कार्यक्रम भोजपुरलाई समेत १,१०० वटा सुत्तलाका विरुवाहरू विक्री गरेको थियो । यस्तै अर्का नर्सरी नाईके राम बहादुर राईले पनि सुत्तला, कागती र जुनार गरी जम्मा २,७५० वटा विरुवाहरू विक्री गरेर जम्मा रु. १९,२५० कमाएका छन् । समूहको निर्णय अनुसार रकमको २५ प्रतिशत समूहको खातामा जम्मा भएको र बाँकी रकम नर्सरी नाईकेले लिएको थियो । अरु बाँकी विरुवाहरू विक्री गरी लगभग ५,००० जती आमदानी गरेका थिए ।

दुई वर्षको अथक परिश्रमपछि नर्सरीबाट पाएको आमदानीले नर्सरी नाईके घोषा राई र समूह सदस्यहरू सबै खुशी छन् । यसै सन्दर्भमा घोषा राई भन्छिन्, “आरआरएनले यस नर्सरी स्थापनामा सहयोग गरी हाम्रो हितमा काम गरी हामीलाई आय आर्जनका विभिन्न बाटोहरू देखाईदिएको छ । यसमा हामीले सोचेभन्दा पनि धेरै सफल भएका छौं । यो सफलता प्राप्त गर्नुमा समूहको सबैभन्दा ठूलो हात छ । त्यसैले हामी साँच्चै नै समूहमा बसेर सामूहिक काममा निरन्तर लागि पयौं भने सफल भईदोरहेछ । महिलाहरूले पनि अवसर पाए भने गर्न नसक्ने भन्ने कुनै पनि काम हुँदो रहेनछ, भन्ने मलाई विश्वास बढेको छ ।” अझ उनी भन्छिन्, “मेरो जग्गा पनि ज्यादै थोरै छ, र त्यसबाट आएको उत्पादनले वर्षमा ६ महिना पनि खान धौ धौ पर्छ । त्यसैले धान, मकै खेती भन्दा त यस्तै नर्सरी र तरकारी खेती गर्नु भने थोरै जग्गाबाट पनि राम्रो आमदानी लिन सकिने रहेछ ।” यस्ता किसिमका क्रियाकलापहरूबाट दिगो जीविकोपार्जन तथा आय

आर्जनमा थप टेवा पुगी जीवनस्तरमा सुधार हुन सक्ने कुरामा उनी विश्वस्त छिन्। अहिले आएर उनले फेरि फलफूलको नर्सरीलाई विस्तार गर्ने र व्यावसायिक तरकारी खेतीतिर लाग्ने कुरा बताउँछिन् र आफ्नो समूह सदस्यहरूलाई पनि यही सन्देश दिन्छिन्।

त्यस्तै लाली गुराँस समूहका अध्यक्ष श्रीमती कल्पना काफ्ले भन्छिन्, “आरआरएनले हामीलाई नर्सरी स्थापना गर्ने तरिका सिकाएको छ। ५० प्रतिशत, अनुदानमा बीउ दिएर नयाँ नयाँ किसिमका तरकारीहरू फलाउन सिकाएको छ। उन्नत जातका फलफूलका बिरुवाहरू दिएको छ, उन्नत तरिकाले पशुपालन गर्न सिकाएको छ। संस्थाले प्राविधिक कुरामा सहयोग गरेमा आफ्नो समूहको हित हुने जस्तोसुकै काम गर्न पनि तत्पर रहेको कुरा अध्यक्ष काफ्लेले बताउँछिन्। तर संस्थाले त बाटो मात्र देखाइदिने हो त्यसको देखासिकी गरेर हामीले समूहलाई अगाडि बढाउँदै लैजानुपर्दछ। सधैं अरुको मुख ताक्ने बानी राम्रो हैन, त्यसैले हामी आफैँमा आत्मनिर्भर हुन सिकनुपर्दछ भनी आफ्नो समूहलाई सिकाउँछिन्। उनीहरूले आफ्नो समूहको खातापाता राख्न, समूह बैठक गर्न र अन्य सामूहिक काम गर्नको लागि हालसालै समूहको पूर्ण सक्रियतामा एउटा सामुदायिक भवनको पनि निर्माण गरेका छन्। यसैगरी संस्थाबाट लिएको वन नर्सरी व्यवस्थापन तालिमबाट प्रभावित भएर खाँदबारी नगरपालिका वार्ड नं. ४ कै डाँफे मुनाल महिला समूहकी अध्यक्ष बाल कुमारी राईले पनि एउटा फलफूल नर्सरीको स्थापना गरेकी थिईन्, जसमा १,५०० वटा सुन्तला, २,००० वटा कागती र ५०० वटा जुनारका बिरुवाहरू उत्पादन भएका थिए। नर्सरीको सम्पूर्ण जिम्मेवारी नर्सरी नाईकेले नै लिनुभएको थियो र त्यसको व्यवस्थापनमा समूहले पनि उत्तिकै जिम्मेवारी बहन गरेको थियो। उक्त नर्सरीका बिरुवाहरू समूहभित्र र समूह बाहिर विक्री गरी नर्सरी नाईके र समूह दुवैलाई निकै फाईदा भएको कुरा बाल कुमारी राई बताउँछिन्। समूहमा र समूह बाहिर छुट्टाछुट्टै नियम बनाई नर्सरी नाईकेले

विक्री गर्ने र ७५ प्रतिशत नर्सरी नाईकेले र २५ प्रतिशत रकम समूहको कोषमा राख्ने निर्णय भए अनुसार उक्त रकम समूहको कोषमा जम्मा गरी समूहको आम्दानी बढाउने उदाहरणीय काम पनि उनीहरूले गरेकाछन्। पाङ्गमा क्षेत्र विशेष गरेर अमिलो जातका फलफूल खेतीको लागि पकेट क्षेत्र भएकोले यस्ता नर्सरीहरू स्थापना गरेर बिरुवाहरू विक्री गरी नगद आर्जन गर्न सकिने प्रशस्त सम्भावना भएकोले यसलाई आय आर्जनको मुख्य श्रोतको रूपमा लिन सके दिगो जीविकोपार्जनमा थप टेवा पुग्न सक्ने कुरा पनि उनी समूहमा राख्छिन्।

पाङ्गमाका महिला समूहहरूले फलफूल नर्सरी स्थापनाबाट पाएको सफलताको देखासिकी गरी जनवरी २००४ मा कोशी महिला समूह, नर्कटेका महिलाहरू पनि जागरुक भई उनीहरूले एउटा फलफूल नर्सरी स्थापना गरेका छन्। यस नर्सरीमा हाल करीव १०० वटा जति सुन्तला, ५०० वटा कागती र ५०० वटा जुनारका बिरुवाहरू छन्। समूह सदस्यहरू नर्सरी गोडमेल गर्ने, पानी हाल्ने र अन्य काम पालैपालो गरी गर्ने गर्दछन्। नर्सरीमा सिंचाई गर्नकोलागि २०० मीटर पाइप नर्सरी नाईके मिला राईले आफैँ किनेकीछिन् भने नपुग १०० मीटर पाइप संस्थाबाट उपलब्ध गराइएको छ। नर्सरी नाईके एवं समूह सदस्यहरू आफूले स्थापना गरेको नर्सरी फुर्सद हेरी दिनहुँ जसो अवलोकन गर्ने गर्दछन् र आफ्नो नर्सरी राम्रो भएकोमा उनीहरू प्रसन्न छन्। नर्सरीमा भएका बिरुवाहरू हाल एकदम राम्रा र स्वस्थ छन्। समूहले बेला बेलामा कीराहरूबाट बचाउनको लागि विषादीहरू पनि छिट्टै काम गरिरहेको छ। हाल नर्सरीमा भएका सो बिरुवाहरू विक्री गर्नकोलागि तयारी अवस्थामा छन् र समूहले पनि विक्री वितरणको लागि पहल गरिरहेको छ। यस विषयमा संस्थाले पनि गत वर्षहरूमा जस्तै समूहबाट माग आएमा कृषि विकास कार्यालयसंग समन्वय गरी बिरुवाहरू खरिद गर्ने सोच बनाएको छ।

सित्तलपाटी, खाँदबारी नगरपालिका वार्ड नं. २, ३, ४ र ५ फलफूल खेतीको लागि विशेष पकेट

क्षेत्रको रूपमा स्थापित भएकोले सो क्षेत्रहरूमा फलफूल खेती अझ विशेष गरेर अमिलो जातका फलफूलहरू जस्तै:- सुन्तला, कागती, जुनार आदिको प्रशस्त सम्भावनाहरू छन् । त्यसैले यी क्षेत्रहरूमा स्थानीय स्तरमा नै फलफूलको नर्सरी स्थापना गरी ती बिरुवाहरूलाई लगाएर फलफूल खेतीलाई व्यावसायिकरूपले अगाडि बढाउनसक्ने एउटा सम्भावना छ भने फलफूलको नर्सरी स्थापना गरी त्यसैलाई आय आर्जनको मुख्य श्रोतको रूपमा अगाडि बढाउन सक्ने अर्को सम्भावना छ । यही सम्भावनालाई मध्यनजर गर्दै एक दुई जना सदस्यहरूले त यसलाई आफ्नो व्यवसायको रूपमा अगाडि बढाईसक्नु भएको छ । स्थानीय स्तरमै विद्यमान यी सम्भावनाहरूलाई बुझेर अरु समूह सदस्यहरू यो व्यवसायतिर आकर्षित हुँदै गईरहेका छन् । फलफूल तथा तरकारी खेतीबाट थोरै जग्गाबाट पनि धेरै र आकर्षक आमदानी लिन सकिने हुँदा अन्न खेतीका साथसाथै तरकारी खेती र फलफूल खेतीलाई पनि व्यावसायिक रूपले अगाडि बढाउन सके उनीहरूको दिगो जीविकोपार्जनमा थप टेवा पुग्नगई जीवनस्तरमा सुधार आउन सक्ने कुरामा दुईमत छैन ।

वास्तवमा आरआरएन संस्थाले जीविकोपार्जनका विभिन्न बाटाहरू देखाएर किसानहरूलाई जागरुक गराएको कारण आजकल उनीहरू कुन काम कसरी गर्ने र सो काम गर्दा के फाइदा हुन्छ भन्ने कुरा सोच्न सक्ने भइसकेका छन् । उनीहरू समूहलाई परेको समस्यालाई समूहमा बसेर छलफल गरी त्यसलाई समाधान गर्नेतिर सबै एकजुट हुन्छन् । एकैले गर्दा सम्भव नहुने कुरा र समूहमा बसेर गर्दा सजिलै गर्न सकिंदो रहेछ भन्ने कुरा पनि उनीहरूले महसुस गर्न थालेका छन् । जीविकोपार्जनको लागि कुन पेशा अपनायो भने बढी फाइदा हुन्छ भनेर उनीहरू आफैँ निर्णय गर्छन् र समूहको बचतलाई पनि त्यसै अनुसार आवश्यकताका आधारमा लगानी गर्दछन् । उनीहरू समूहमा काम गर्दा परेको समस्यालाई समाधान गर्न संस्थाको मात्र आशा नगरी सम्बन्धित निकायसम्म पुगेर समस्या भन्नसक्ने भइसकेका छन् । साँच्चै नै भन्नुपर्दा उनीहरू धेरै कुरामा आफैँमा आत्मनिर्भर हुन थालेका छन् र आफ्नो समूहलाई अगाडि बढाउने क्रममा समूहको संस्थागत क्षमतामा पनि निकै वृद्धि भएको छ ।

आरआरएन र प्रौढ कक्षा

- शारदा दाहाल

थालेडाँडा महिला समूह, खान्पा-९, पाठा

दुइहजार उनन्साठी चैत्र पाँचगते
बुधवार विहानको भण्डै सात बजे
प्रौढ कक्षा शुरु भयो नाम पाठ देखि
सिसाकलम इरेजर र कापी नाम लेखि

दिइएको थियो पढी लेखि गर्न
एक वर्षसम्म पढी ज्ञान बुद्धि भर्न
पाठ आए अक्षर र अंक लेखिएका
कतै ठूला कतै साना अक्षर देखिएका

गणित आयो पहिलो पाना एक दश सम्म
जोड घटाउ गुणा भाग भयो सम्म गन्न
समस्या छन् हिसाबमा व्यावहारिक कुरा
जति पढे लेखे पनि कहिल्यै हुन्न पूरा

आज बित्यो एक वर्ष चैत्र पाँच गते
आरआरएनको प्रौढ कक्षा सबैलाई नमस्ते
फेरी आउ आरआरएन प्रौढ कक्षा लिई
बीउ बिजन साथ लिई विकासहरु दिई ।

म एउटी महिला वन कुमारी खोरिया

मनोहर दुत्पाउ

सामाजिक परिचालक, आरआरएन, संखुवासभा

लेख

हाम्रो समाज पितृसतात्मक प्रणालीमा आधारित छ। यहाँका पुरुषहरू समाजका प्रतिष्ठित र इमान्दार मान्छे, भन्छन्। साँच्चै नै पुरुषहरू जति सबै सत्य नै छन्? इमान्दार र इज्जतदार नै छन् त? घर परिवारमा महिलालाई दबाएर महिलाको महिमा बुझ्न सकेनौं भने हामी आफूलाई पुरुष नै भनौं त? हुनसक्छ, यस संसारमा महिलाको महिमा बुझ्न सक्ने मान्छेहरू कमै होलान्। यहाँ पुरुषले मात्र होइन, महिलाले पनि महिलाको मर्म बुझेको पाइँदैन। महिलाहरू अगाडि बढ्नको लागि उनीहरूको घरपरिवारका सदस्यहरूले नै मुख्य भूमिका खेल्नुपर्छ। यसै सन्दर्भ मित्दोजुल्दो यहाँ मैले एउटा वन कुमारी खोरियाको कथा सुनाउँछु।

वन कुमारी खोरिया भन्नुहुन्छ, नेपालमा जन्मेर, हुर्केको म वन कुमारी खोरिया, मेरो घर पनि नेपालको चारै दिशामा छ। आजभन्दा करीव

२० वर्ष अगाडि मेरो विवाह नेपालको ग्रामीण पहाडी क्षेत्रमा भएको थियो। मेरो घर नेपालको चारै दिशाको कृना कन्दरमा पर्दछ। सायद नेपालमा बस्ने नेपालीहरूले त मलाई कीराले सम्म पनि चिन्दछन्। नेपालमा मात्र नभएर संसारमा मलाई नचिन्ने मान्छे नै छैन। यदि मलाई नचिन्ने मान्छेहरूलाई म कसरी मान्छे भनौं। अब सुनौं, बुझौं र हेरौं मलाई कत्तिको चिन्नु हुंदो रहेछ त? म तपाईंहरूको दैनिक प्रयोगमा आउने एक औजार हो। यसो हेर्नुस् त तपाईंहरूले खाना बनाउने चुलोमा लगाइएको दाउरा त्यो मेरो हात हो। अब नचिनौं त आजभन्दा करीव २० वर्ष अगाडि म यति सुन्दरी थिए।

मेरो अनुहार कलिलो थियो। म हरियो सारी र हरियो नै व्लाउज लगाउँथे। मेरो कपालको केश सुनको थियो। म गमक भएर डाँडा-काँडामा



बस्थे । त्यसैले मलाई सबैले भन्ने गर्थे हरियो वन नेपालको धन । हामीले खाना बनाउंदा दैनिक रूपमा प्रयोग गरिरहेको दाउरा त्यो वन कुमारीको हात हो । के हामीले वन कुमारीलाई गोडमेल गरी कोरीवाटी गरिदिएका छौं त ? अब त उसको कपालको केश पनि परिवर्तन भएर सेतो रङ्गको सुंगुरको जगर जस्तो भएको छ । उसको अनुहार चाउरी परेको छ । के आजसम्म मलाई खाना दिनु भएको छ ? चैत्र वैशाखमा मैले कमाएको पैसाले नयाँ पाउलो फेरी लुगा लगाउंछु । तपाईंहरूले आएर घांस, पात, स्याउलाको लागि सबै उराठै

लाग्दो पारेर काटनु हुन्छ । के मलाई तपाईंहरूले खाना दिएर पालेको छ र मैले लगाएको लुगा पनि फुकालेर दिऊ ? अर्काले लगाएको लुगा फुकाएर लैजान तपाईंहरूलाई लाज लाग्दैन ? ठिकै छ तपाईंहरूलाई लाज लाग्दो रहेनछ म त बुढी भइहालें । म मरेर गए पनि मेरो साना सन्तानहरूलाई (बीउ-बिरुवाहरू) बचाएर सदुपयोग गर्ने गाउँ-गाउँमा मेरो महिला साथीहरू एकजुट भएका छन् । उनीहरू समूहमा बाँधिनुभएको छ । आशा छ वहांहरूले अवश्य नै मेरा शाखा सन्तानहरूलाई हुर्काएर राख्नु हुनेछ ।

वर्ष ८० सरीमाँया थापाबाट रचिएका कविता

ईन्दु उपाध्याय

संखुवासभा जिल्ला, खाँदवारी नगरपालिका, ९ पाँठा स्थित थालेडाँडा महिला समूहकी सदस्य सरीमाँया थापा, वर्ष ८०, आरआरएनद्वारा संचालित अनौपचारिक शिक्षामा सहभागी भएपछि आफ्नो मनोभावनाहरू गीत तथा कविताहरू मार्फत व्यक्त गर्ने क्षमताको वृद्धि हुनुका साथै सजिलैसँग पुस्तक तथा पत्र पत्रिका र चिठ्ठीहरू लेख्न पढ्न सक्नेहुनुभएको छ । उनी यसै सन्दर्भमा भन्छिन्, “संखुवासभा जिल्लामा आरआरएनको स्थापना कालदेखि हालसम्म संचालन भएका अनौपचारिक शिक्षा अति उपलब्धिमूलक रहेको छ । संस्थाद्वारा सहूलियत दरमा वितरण गरिएका बेमौसमी तथा मौसमी जातका तरकारीको बीउहरू खासगरी –प्याज, काउली, बन्दा, गोलभेंडा, घिउसिमी, खुर्सानी, मूला, अदुवा, रायोसाग आदि उत्पादन गरेर बजारमा विक्री गरी आयआर्जन बढाउनमा टेवापुगेको छ । अझ ताजा तरकारीको प्रयोगबाट आफ्नो स्वास्थ्य पनि तन्दुरुस्त हुन्छ । उक्त कार्यक्रमबाट महिला सशक्तिकरणको पाटो अझ दरिलो रूपमा देखा परेको विचार व्यक्त गर्नुभएको छ साथै आरआरएनको सुनौलो भविष्यको कामना पनि गर्नुभएको छ । प्रस्तुत छ वहाले लेख्नु भएको कविता:

डोरी र नाम्लो कम्मरमा बाँधी हातमा खुर्पाली
दुःखको काम गर्दामा गर्दै गयो है जिल्दगी
वारी र पारी न्याउली चरी चिल गिद्ध माभै वन
उमेर ८० को भएपनि उस्तै छ अझै मन

असारै महिना हिलो र आली कात्तिकमा सित मात्रै
सुखीलाई आउँछ पढ्नु र लेख्नु दुखीलाई गीत मात्रै
अँधेरी खोला गुहेली पाक्यो चरीको रिदन
दुःख र सुख जत्तिको होला के कहूँ वेदना

आगो र बल्दा कसरी जल्छ त्यो पारी सारा वन
सम्भरेर ल्याउँदा त्यसरी जल्छ यो पापी मेरो मन

सुरती खानु अमलै लिए आगो त सलाई
बरबरी आँसु मोती भैं गियो के भयो मलाई

खनी र खोस्री उकेरा लाउनु भदौरे सिमीलाई
घरै र भरी छोरा र नाति के भयो तिमीलाई
राजाले खेल्ने नौचकी पासो रानीले खेल्ने तास
यो पाँठा डाँडा छोडेको दिन कहाँ होला मेरो बास

भंगेरी चरी गुँडेमा लायो धर्मसाल पाटीमा
हास र उड्यो ईन्द्रजाल पुग्यो जीउ भिज्यो मट्टिमा
आकाशै भरि भिलि र मिली के राम्रो लाग्यो घाँम
यो गीत रच्ने पाँठा गाउँ बस्ने सरी माया हो मेरो नाम ।

आरआरएनको सहयोगबाट म निकै प्रभावित भएकी छु

अनन्त घिमिरे

जीविकोपार्जन तथा आयआर्जन अधिकृत, आरआरएन, संखुवासभा

नेपाल ग्रामीण पुनर्निर्माण संस्था (आरआरएन) अन्तर्गत दिगो जीविकोपार्जन कार्यक्रम, संखुवासभाद्वारा सञ्चालित खा.न.पा.-४, डाँफे मुनाल महिला समूहकी अध्यक्ष श्रीमती बाल कुमारी राई र संस्था प्रतिनिधि श्री मनोहर दुत्पाउबीच भएको कुराकानी ।

संस्था प्रतिनिधि: तपाईंको घरमा कति जना परिवार सदस्य हुनुहुन्छ र के व्यवसाय गर्नुहुन्छ ?

बाल कुमारी: मेरो परिवारमा जम्मा ८ जनाको परिवार छौं, र हाम्रो मुख्य पेशा वा व्यवसाय भनेको खेतीपाती नै हो ।

संस्था प्रतिनिधि: तपाईंहरूले त समूह पनि संचालन गरिराख्नु भएको छ । समूह बनाउनु पर्दछ भन्ने कुरा कसरी ज्ञान भयो ?

बाल कुमारी: जुनसुकै काम गर्दा पनि एकलैले भन्दा समूहमा मिलेर गर्थौं भने सजिलो र भरपर्दो हुन्छ भन्ने मनमा लागिरहेको थियो । त्यति नै बेला आरआरएन संस्थाले पनि महिला समूह मार्फत काम गर्ने भन्ने थाहा पाएपछि हाम्रो मागको आधारमा संस्थाको सहयोगमा समूह गठन गर्थौं ।

संस्था प्रतिनिधि: समूह गठन भएपछि तपाईंहरूले के कस्ता किसिमका कामहरू गर्दै आइरहनुभएको छ ?

बाल कुमारी: हामीले समूहमा बचत संकलन तथा ऋण परिचालनको काम गरेका छौं । त्यस्तै संस्थाको सहयोग र हाम्रो माग अनुसार विभिन्न किसिमका चेतनामूलक तालिमहरू जस्तै:- नेतृत्वसीप विकास, लैङ्गिक सचेतना, कानूनी साक्षरता, मानव

अधिकार/बाल अधिकार, समूह लेखा व्यवस्थापन, सुरक्षित मातृत्व, स्वास्थ्य र सरसफाई, तरकारी खेती, पशुपालन, फलफूल तथा वन नर्सरी व्यवस्थापन आदि जस्ता तालिमहरू हामीले पाएका छौं ।

संस्था प्रतिनिधि: तपाईं पढ्न लेख्न जान्नुहुन्छ ?

बाल कुमारी: पहिले हाम्रो पालामा गाउँमा महिलाहरूले पढ्नु हुँदैन भन्ने धारणा थियो । त्यसैले पढ्न पाईएन । पढ्न लेख्न जानिएन भने निकै समस्या हुने रहेछ । अहिले बुढेसकालमा आएर आरआरएन संस्थाबाट सञ्चालन गरिएको प्रौढ कक्षाबाट म र समूहका सदस्यहरू सामान्य पढ्न लेख्न सक्ने भएका छौं । हामीले त पढ्न सकेनौं तर अब छोराछोरीहरूलाई चाहीं पढाउनुपर्ने रहेछ भन्ने चेतना हामीमा आएको छ ।

संस्था प्रतिनिधि: तपाईंहरूले समूहको बचतलाई कसरी परिचालन गरिरहनुभएको छ ?

बाल कुमारी: हाम्रो समूहमा जम्मा ३२ जना सदस्यहरू छौं र हाम्रो बचत अहिले जम्मा रु. १७,०६८ भएको छ । प्रत्येक महिना हामी बैठक बसेर १०/१० रुपैयाँको दरले बचत गर्छौं र सो बचत समूहका सदस्यहरूलाई आवश्यकताका आधारमा विभिन्न किसिमका आयमूलक काम गर्नको लागि लगानी गर्दछौं । पहिले पहिले हामीले

गाउँबाट साहु महाजनहरूको खुट्टा ढोगेर जग्गा धितो राखी चर्को व्याजमा ऋण लिनुपर्थ्यो र भनेको समयमा पनि ऋण लिन पाइदैनथियो । तर, अहिले आफ्नै समूहको बचत हुंदा समूहमा बसेर छुलफल गरी त्यसलाई परिचालन गरिरहेका छौं । संस्थाबाट पनि समय समयमा हामीले समूह, बचत तथा ऋण परिचालन सम्बन्धी तालिमहरू पनि पाएका छौं जसले गर्दा समूह परिचालनमा ज्यादै सरल सजिलो महसूस भएको छ । यो समूह बचतले हामीलाई निकै फाइदा भएको हामीले अनुभव गरेका छौं ।

संस्था प्रतिनिधि: विभिन्न किसिमका तालिमहरू लिएर तपाईंको समूहलाई के फाइदा भएको छ ?

बाल कुमारी: महिलाहरू पहिले शिक्षित पनि नभएकोले र उनीहरूलाई अवसर नदिईएको हुनाले दुई चार जना मान्छेको अगाडि र आफ्नो मनमा लागेको कुराहरू बोल्न सक्दैनथे भने अहिले महिला समूह गठन गरेर हामीले आफ्नो हक अधिकार बुझ्न सक्ने भएका छौं । विभिन्न किसिमका तालिमहरूमा भाग लिईरहंदा हाम्रो बोल्ने क्षमतामा वृद्धि भएको छ । अहिले मेरो समूहका सदस्यहरू आफूलाई मनमा लागेका कुराहरू समाजमा स्पष्ट रूपले राख्न सक्ने भएका छन् । त्यसैले महिलाहरूले पनि अवसर पाए भने कुनै पनि काम गर्न नसक्ने भन्ने छैन रैछ, भन्ने विश्वास समाजमा बढेको छ । पहिले घरबाट बाहिर निस्कन समेत नदिने पुरुषहरूले आजकल आफ्नो परिवारलाई विभिन्न किसिमका तालिम तथा भ्रमणहरूमा घरबाट पठाउन पनि हिचकिचाउँदैनन् र उनीहरूलाई पनि अवसर दिनुपर्दछ भन्ने भावनाको विकास भएको छ । साथै हामीले समूहमा बसेर विभिन्न किसिमका आयआर्जन व्यवसायको

पहिचान गर्न सक्ने भएका छौं । विभिन्न किसिमका सामाजिक काममा पनि अगाडि बढेका छौं । यो सबै चेतना हामीलाई आरआरएन संस्थाले दिएको छ । हामी साह्रै खुशी छौं ।

संस्था प्रतिनिधि: के तपाईं तरकारी खेती पनि गर्नुहुन्छ ?

बाल कुमारी: हो, पहिले त आफूलाई खानको लागि अलि अलि गर्थे तर अहिले तरकारी खेतीको महत्व पनि विस्तारै बुझ्दै जान थाले । करेसाबारी खेतीबाट शुरु गरेको तरकारी खेतीलाई अहिले मैले विस्तार गरी व्यवसायिकतातिर लम्कने प्रयास गर्दैछु । दैनिक खानामा तरकारीको सेवनले अहिले हाम्रो परिवार पनि निकै हृष्टपुष्ट छ र कुपोषणको कारणले लाग्ने रोगहरूमा निकै कमी आएको छ । आफूले खाएर बढी भएको तरकारी बेची घरखर्च चलाउनमा सहयोग पुग्ने र तरकारी खेतीमा थोरै जग्गाबाट पनि आकर्षक आमदानी लिन सकिने कुरा चरितार्थ भएपछि मलाई पनि यसप्रति चासो बढ्न थाल्यो र अहिले मैले ३ रोपनी जग्गामा तरकारी लगाएको छु । म मौसमी साथै बेमौसमी तरकारी खेती पनि गर्छु । बेमौसमी तरकारी खेतीमा मैले गत सालदेखि वर्षामा प्लाष्टिक घरमा गोलभेंडा खेती गर्दै आएको छु ।

संस्था प्रतिनिधि: सरदरमा वार्षिक तरकारी खेतीबाट कति जति आमदानी लिनुहुन्छ ?

बाल कुमारी: म मौसमी तरकारी खेतीबाट एक सिजनमा ४०,००० जति र बेमौसमी तरकारी खेतीबाट २०,००० जति आमदानी लिन्छु । अब ममा तरकारी खेतीबाट थोरै जग्गाबाट पनि मनगो आमदानी लिन सकिने रहेछ भन्ने विश्वास बढेको छ । म पनि केही गर्न सक्ने रहेछु भन्ने आत्मविश्वास ममा जागेको छ । त्यसैले मैले यही तरकारी खेती व्यवसायलाई

आफ्नो जीविकोपार्जन तथा आय आर्जनको प्रमुख श्रोतको रूपमा अगाडि बढाएर लैजाने निधो गरेकी छु। साँच्ची नै भन्नुपर्दा यस्ता आयआर्जनका बाटाहरू देखाएर आरआरएन संस्थाले मेरो आंखा खोलीदिएको छ र मेरो जीवन पद्धतिमा नयाँ परिवर्तन ल्याईदिएको छ। मैले जस्तै अरु समूह सदस्यहरूले पनि यसरी नै तरकारी खेती व्यवसायमा लाग्न सके जीवनस्तरमा छिट्टै सुधार आउने कुरामा कुनै दुईमत हुन सक्दैन।

संस्था प्रतिनिधि: अनि दिदी तपाईंले पशुपालन पनि गर्नुभएको छ ?

बाल कुमारी: हो पशुपालन पनि गर्छु। अहिले त भन्नु संस्थाबाट लघु ऋण कार्यक्रम अन्तर्गत ईन्द्रेणी मूल समूहबाट सस्तो व्याजदरमा रु. १०,००० ऋण लिएकी छु। सो पैसाबाट धान चामलको खेलोफड्को गरेकी छु र बंगुरका पाठा पनि किनेकी छु। खेलोफड्कोबाट र बंगुरपालनबाट मलाई निकै फाईदा भएको छ र त्यसैबाट आएको फाईदाले नियमित रूपमा मासिक किस्ता पनि असुली गर्दै आएको छु। अब पनि यस्तो खालको ऋणको कार्यक्रम ल्याउन सके हामी जस्ता न्यून आय भएका गाउँले किसानहरूलाई आय आर्जनमा थप टेवा पुग्न सक्ने थियो।

संस्था प्रतिनिधि: के तपाईंको समूहले गाउँमा पूर्वाधार विकासको पनि काम गर्नुभएको छ ?

बाल कुमारी: थुप्रै भएका छन् सर। खानेपानी, कुवा, सिंचाई आदिमा हाम्रो अगुवाई र संस्थाको सहयोगमा हामीले हाम्रो समूह तथा समुदायलाई जागरुक बनाएका छौं। तर, यस्ता विकास निर्माणको कार्यमा हामी आफैँ लागिपर्नु पर्ने रहेछ। अरुले बनाईदेला भनेर अरुको मुख ताक्ने हो भने हामी निकै पछाडि पर्ने रहेछौं। अनि अर्को कुनै पनि

कुरामा हामी आफैँ लागिपर्नुपर्ने भने हामीलाई हाम्रो पसिना र परिश्रमको माया लाग्दो रहेछ र सो योजना पनि दिगो हुने रहेछ भन्ने कुरा आज हामीले आफैँले गरेर अनुभव गरेका छौं।

संस्था प्रतिनिधि: आफ्नो समूहलाई कसरी अगाडि लैजाने सोच बनाउनुभएको छ ?

बाल कुमारी: हामीलाई अब महिलाले पनि केही गर्न सक्छन् भन्ने विश्वास र जोस बढेको छ। हामीले हाम्रो समाजमा समूहमा बसीकन थुप्रै परिवर्तनहरू ल्याईसकेका छौं। हामीले हाम्रो समूहलाई आफैँमा आत्मनिर्भर भई संस्थागत हिसाबले अगाडि बढाउने सोच बनाएका छौं। यसै सिलसिलामा हामीले मूल समूह मार्फत सहकारीको रूपमा स्थापित महिलाहरूको उदाहरणीय बहुउद्देश्यीय सहकारी संस्थाको रूपमा परिचित गराउने सोच बनाएका छौं। हाल हामीले हाम्रो टोलमा गठन गरिएका ७ वटा मूल समूहलाई समेटेर एउटा ईन्द्रेणी मूल समूहको पनि निर्माण गरिसकेका छौं।

संस्था प्रतिनिधि: अबै केही भन्नु छ ?

बाल कुमारी: आरआरएन संस्था यस्तै किसिमका कार्यक्रमहरू लिएर सधैं हाम्रो घरदैलोमा घुमिरहोस्।

संस्था प्रतिनिधि: हवत् त धन्यवाद दिदी। तपाईंहरूले समूहमा बसेर आफूलाई र समाजलाई निकै अगाडि बढाउनुभएको रहेछ। तपाईंहरूको समूहले अबै यसरी नै प्रगतिको शिखर चुम्न सकोस् र आफ्नो लक्ष्यमा पुग्न सकोस्। यही शुभकामना छ म र हाम्रो संस्थाको तर्फबाट पनि।

बाल कुमारी: हवत् त सर, मलाई आफू र आफ्नो समूहको बारेमा यसरी खुलस्त रूपले बोल्ने अवसर दिनुभएकोमा धन्यवाद साथै नमस्कार।

✍

महिलाहरू बेमौसमी तरकारी खेतीप्रति आकर्षित

सुवास कुमाल

सामाजिक परिचालक, एसआरएलपी, आरआरएन, संखुवासभा



दिगो ग्रामीण जीविकोपार्जन कार्यक्रम, आरआरएनद्वारा सञ्चालित खाँदवारी नगरपालिका वार्ड नं. ८ र ९, पाँठा क्षेत्रका ६ वटा महिला समूहमध्ये नमूना, लप्से सगम र थलेडाँडा महिला समूह र माथिल्लो पाँठाका महिला सदस्यहरूले यस कार्यक्रम सञ्चालन भएदेखि नै बेमौसमी बन्दा खेती गर्दै आएका छन्। २ वटा समूहमा गरी जम्मा सदस्य संख्या ५० जना छन्। मगर, तामाङ्ग र दलितहरूको बाहुल्यता रहेको यो क्षेत्रका अधिकांश समूह सदस्यहरूलाई आफ्नो खेतीबाट आएको आयस्ताले वर्षभरी खान पुग्दैन। यो ठाउँ

सदरमुकाम खाँदवारीदेखि ३ कोष टाढा पर्दछ। यस क्षेत्रको उचाई लगभग १५०० मिटर रहेको छ। यहाँको हावापानी चिसो भएकोले अन्य क्षेत्रमा हिउँद महिनामा हुने तरकारीहरू पनि गर्मी महिनामा सजिलै गर्न सकिन्छ। यस क्षेत्रबाट बजार आउन अलिक टाढा भएता पनि थोरै मात्रामा भए पनि मौसमी तथा बेमौसमी तरकारी खेती गरेर त्यसबाट आय आर्जन गरि नै रहेका छन्।

शुरुमा समूह गठन गरेपछि यस कार्यक्रम अन्तर्गत विभिन्न किसिमका मौसमी तथा बेमौसमी

तरकारी खेती सम्बन्धी तालिमहरू दिएर उनीहरूलाई तरकारी खेतीको महत्व बारे जानकारी गराईएको थियो ।

पहिला त्यहाँका महिलाहरूले आफूले खानको लागि मात्र परम्परागत तरिकाले तरकारी खेती गर्दथे । तर, हाल समूहमा बसेपछि सो क्षेत्रमा प्याज, सिमी, बन्दा, काउली, गाँजर, गोलभेंडा आदि तरकारीहरू करेसावारीको रूपमा लगाउन थालेका छन् । कसै कसैले व्यावसायिक रूपमा पनि तरकारी खेती गर्न शुरु गरिसकेका छन् । शुरुमा बन्दाको नाम मात्र थाहा भएको तर बन्दाको बेर्ना तयार गर्न समेत नजानेका महिला समूह सदस्यहरूले तरकारी खेती तालिम लिएपछि बेमौसमी बन्दा सफलतापूर्वक उत्पादन गरी बिक्री वितरण गर्न समेत थालेका छन् । तरकारी खेतीलाई व्यवसायको रूपमा नै अगाडि बढाउने सदस्यहरूमा नमूना महिला समूहकी सदस्य देव कुमारी मगर हुन् भने अर्की सदस्य थालेडाँडा महिला समूहकी सदस्य लिला मगर हुन् । शुरुमा बन्दाको नर्सरी गर्दा नै बेर्ना ढल्ने रोगले सताएको र पछि बेर्ना सारिसकेपछि बन्दाको पुतलीको लाभले दुःख दिएको र रातो कमिलाले पनि सताएको कुरा समूह सदस्यहरू बताउँछन् । संस्थाका कर्मचारीहरूको प्राविधिक सहयोगका कारण उनीहरू अहिले यी समस्याहरूबाट मुक्त भईसकेका छन् । रोग तथा कीरा व्यवस्थापनमा उनीहरू रासायनिक विषादीलाई भन्दा गाउँघरमा सर्वसुलभ तरिकाले उपलब्ध हुने वनस्पतिक विषादीलाई बढी प्राथमिकता दिन्छन् ।

यस क्षेत्रमा वैशाखको पहिलो हप्तामा बन्दाको नर्सरी राखी जेठको पहिलो हप्तातिर उनीहरू बिरुवा सार्ने गर्दछन् । शुरुमा बेमौसमी तरकारी खेतीको शुरुआत गर्दा उनीहरूको अथक परिश्रम र संस्थाका कर्मचारीहरूको प्राविधिक सहयोगको कारण राम्रो सफलता पाएकोले यसलाई अझ बिस्तार गर्नतिर उनीहरू तल्लीन छन् । नर्सरी स्थापना गर्नको लागि जङ्गलको माटो ल्याउने, बारीको राम्ररी खनजोत गर्ने, राम्ररी पाकेको

गोबरमल छर्ने, लाईनमा बिरुवा सार्ने र नियमित रूपमा गोडमेल तथा रोगकीरा नियन्त्रण गर्ने हुनाले यसबाट उनीहरूले राम्रो सफलता प्राप्त गरेका छन् । यसरी जेठमा रोपेको बन्दा श्रावणको अन्तिम हप्तातिर बजारमा निकालेर उनीहरूले सोचेभन्दा पनि राम्रो आमदानी पाएका छन् । यो बन्दा खेतीलाई व्यावसायिक रूपमा अगाडि बढाउने क्रममा नमूना महिला समूहकी सदस्य देव कुमारी मगरले गत वर्षदेखि १ कठ्ठा जग्गामा बन्दा रोप्दै आएकी छिन् र उनले सो जग्गाबाट २०० केजी बन्दा उत्पादन गरेकी छिन् ।

आफूले उत्पादन गरेको तरकारीलाई खाँदवारी बजारमा लगी प्रति के.जी. रु. ३० का दरले बेची रु. ६,००० आमदानी गरेकी छिन् । सो जग्गाबाट लिएको आमदानीले उनले घरखर्च, केही खेलोफडको तथा पशुपालन र तरकारी खेती व्यवसायमा थप टेवा पुगेको कुरा उनी बताउँछिन् । हाल उनले २ कठ्ठा जग्गामा बन्दाको बिरुवा सारिसकेकी छिन् । मौसमी साथसाथै बेमौसमी तरकारी खेतीमा बढी जोड दिएमा आफूले उत्पादन गरेको तरकारीले राम्रो भाउ पाउने र थोरै उत्पादनबाट पनि आकर्षक आमदानी लिन सकिने रहेछ, भन्ने कुरामा उनी विश्वस्त छिन् । त्यस्तै थलेडाँडा महिला समूहकी सदस्य लिला थापा मगर पनि यो बेमौसमी बन्दा खेतीबाट प्रभावित भएकी छिन् । उनले शुरुको वर्षमा ३०० के.जी. बन्दा फलाएर रु.३० का दरले बेची रु.९,००० आमदानी गरेकी थिईन् ।

अब उनले यसलाई व्यवसायको रूपमा अगाडि बढाउने निधो गरेकी छिन् । समूहमा दुई चार जना सदस्यहरूले पाएको यो सफलताबाट समूहका अरु महिला सदस्यहरूले पनि देखासिकी गरी बेमौसमी बन्दा खेती गर्न थालेका छन् । परिश्रम र लगनशील भएर लागि परेमा महिलाले पनि जस्तोसुकै किसिमको काम गर्न सक्ने रहेछन् भन्ने कुरामा उनीहरूलाई आत्मविश्वास बढ्न थालेको छ । खेलोफडको तथा तरकारी खेती गरेर कमाएको पैसाले केही सानोतिनो काम गर्नको लागि कसैको मुख ताकिरहनु नपर्ने भएकोले काम गर्ने वातावरण पनि सहज भएको उनीहरू बताउँछन् ।

सकारात्मक दृष्टिकोणले समाजमा ल्याउने परिवर्तन

दिप बहादुर राई

सामाजिक परिचालक, आरआरएन, संखुवासभा

मानव जीवनको अन्तिम तथा मुख्य लक्ष्य सुख र शान्ति प्राप्त गर्नु हो । सुख शान्ति किनेर र खोजेर पाईदैन । यसलाई पाउन कतै भौतारिनु, देश विदेश घुम्नु, मठ मन्दिर धाउनु पर्दैन र जङ्गलमा तपस्या गरिरहनु पनि पर्दैन । त्यस्तै प्रशस्त रुपैयाँ, पैसा, महंगो गरगहना, बङ्गला, जग्गा, मोटर आदि भौतिक साधनहरु पनि सुख र शान्तिका श्रोतहरु होईनन् । सुख र शान्ति त आफ्नै घर, आँगन, चूलो चौका तथा गोठ कटेरा अनि आफ्नै परिश्रम र पसिनाले तुल्याएको ढिंडो, रोटी र साग, सिस्नोमा सजिलै पाउन सकिन्छ । यिनैबाट आफू रमाउन जाने आनन्द र मिठासको सुख र शान्ति मिल्दछ । तर यी सबै प्राप्तिका लागि आफूसँग जे जस्ता वस्तुहरु छन् तिनीहरूलाई सकारात्मक आँखाले हेर्ने र बुझ्न सक्नुपर्दछ । अनि परिवार र समाजमा दिलैदेखि खुनेको आपसी प्रेम, सद्भावना, आदर र मेलमिलाप हुनुपर्दछ । शुद्ध प्रेमलाई हृदयमा बास बसाई परिवार र समाजमा एकले अर्कोलाई हेर्ने आँखा र बुझे हृदयमा सकारात्मक दृष्टिकोण फस्टाउन दिनुपर्दछ । यही सकारात्मक दृष्टिकोणबाट शुद्ध प्रेम र सद्भावना पैदा हुन्छ, र शुद्ध प्रेम र सद्भावनाबाट हृदयलाई विश्राम मिल्दछ । हृदयले विश्राम पाउने भनेको चिन्ता मुक्त हुनु हो, सुख र शान्ति पाउनु हो । मानिस वृद्ध अवस्थासम्म पुग्दा पनि प्रेम र ज्ञान बढ्दै भने जान्छ । यसर्थ आपसमा संकोच, ईर्ष्या, लाज, कपट, रिस, बैगुन जस्ता नकारात्मक पक्ष त्याग गर्नुपर्दछ ।

कूनै पनि काम हडबड र अविवेकी तरीकाले गरियो भने त्यो काम आपत्तिको कारण बन्न पुग्छ, र जीवनचक्रको सञ्चालनमा बाधा अड्चन नआउला भन्न सकिन्न । जीवन चक्रका लागि पति र पत्नीको सम्बन्ध सबैभन्दा नजिकको हुन्छ, र त्यही नाताले छोराछोरीको जन्म र नयाँ पुस्ताको सिर्जना हुन्छ । ती नयाँ सिर्जनालाई सत्य जीवनको

गोरेटोमा हिडाउने पहिलो जिम्मेवारी पति पत्नी दुवैको हुने हुँदा अभिभावक स्वयं आफू सत्मार्गमा लागेको हुनुपर्दछ । बाँस भ्याङ्गमा बाँस, काँसको भ्याङ्गमा काँस भन्ने पुरानो नेपाली भनाई जस्तै हरेक पति पत्नी सत्मार्गमा लागे उनीहरूबाट जन्मने सन्तानले पनि उनीहरूको अनुसरण गर्छन् र परिवारमा सुख शान्ति ल्याइ समाज र देशको लागि पनि एक असल नागरिक बन्छन् । यस्तो सत्मार्ग नै सकारात्मक गोरेटो हो । सकारात्मक गोरेटोमा हिंडुनको लागि सबैभन्दा पहिले त हेराई, कुकाई र सोचाई एवं विचार सकारात्मक हुनु जरुरी छ ।

यस्तो सुख र शान्ति वातावरण परिवारमा ल्याउन पहिले आफ्नो शुद्ध कमाईमा सन्तोष लिन सक्नुपर्दछ । आफ्नो लागतभन्दा बढीको सुख र भौतिक आनन्दलाई त्याग्नुपर्दछ । पति र पत्नीको एक आपसमा स्पष्टसँग विचार राखी समझदारी कायम गर्नुपर्दछ, र विगतमा भएका कमी कमजोरी, गल्ली, नकारात्मक विषयलाई कहिल्यै पनि कोट्याउनु हुँदैन । बरु त्यसको सट्टा वर्तमानलाई महत्वपूर्ण सम्भरेर भविष्यको योजना तर्फ अग्रसर हुनुपर्दछ । चित्त नबुझेको कुरा सार्वजनिक रुपमा नभएर शान्त कोठामा आफूहरू मात्र बसी बहस गर्नुपर्दछ । दाम्पत्य जीवन सुखमय बनाउने मूल कडी आपसी विश्वास र सद्भाव जस्तो दरिलो अर्को कुनै माध्यम हुनै सक्दैन । जुन घरका श्रीमान् श्रीमती एक आपसमा विश्वास गर्छन्, एकले अर्काको सकारात्मक पक्ष वा गुण मात्र केलाएर हेर्ने गर्दछ, उनीहरू शुद्ध प्रेममा रमाएका हुन्छन् । यस्तो परिवारका सन्तानहरूलाई सुख र शान्ति प्राप्त हुन्छ । प्रत्येक परिवारका सदस्यहरूले एकअर्कामा सद्भावना, विश्वास र प्रेम सहित सकारात्मक जीवन बिताउनु नै समाज र देशको विकास पनि अधि बढ्नु हो ।

वन नर्सरी स्थापना तथा सामाजिक वन व्यवस्थापन तालिम

गाउँ गाउँमा नर्सरी स्थापना र सामाजिक वन स्थापना गर्ने उद्देश्यले २-५ मे, २००५ मा विभिन्न २० वटा महिला समूहका २० जना महिला समूहका प्रतिनिधिहरूलाई ४ दिने वन नर्सरी स्थापना तथा सामाजिक वन व्यवस्थापन तालिम सामुदायिक अध्ययन तथा तालिम केन्द्र, तुम्लिङ्गटारमा संचालन गरिएको थियो । उक्त तालिममा मकालु वरुण राष्ट्रिय निकुञ्जका श्री सुनिल नेपाल र श्री सुजन महर्जनले सहजीकरण गर्नुभएको थियो ।



अन्तरक्रिया कार्यक्रम सम्पन्न

दिगो ग्रामीण जिविकोपार्जन कार्यक्रम, आरआरएन, संखुवासभाद्वारा विगतमा गरेका कार्यक्रमहरूको समिक्षा तथा आगामी दिनमा कार्यक्रमलाई कसरी अगाडि बढाउने भन्ने उद्देश्यले गत मे ३०, २००५ मा जिल्लास्तरीय एकदिने अन्तरक्रिया कार्यक्रम रेडक्रस हल, खाँदवारीमा सम्पन्न भयो । विभिन्न सरकारी कार्यालय तथा गैर सरकारी संघ संस्थाका प्रमुख तथा प्रतिनिधिहरू साथै विभिन्न क्षेत्रहरूबाट महिला समूहका प्रतिनिधिहरूको सहभागिता रहेको सो कार्यक्रमको सञ्चालन कार्यक्रम संयोजक श्री लेखनाथ खरेलले गर्नुभएको थियो ।

त्यस्तै गरी स्वागत मन्तव्य जिल्ला संयोजक श्री रुद्र थापाले गर्नुभएको थियो । कार्यक्रमको उद्देश्य तथा विगत ३ वर्षभित्र भए गरेका

कार्यक्रमहरूको प्रगति विवरण जीविकोपार्जन तथा आय आर्जन अधिकृत श्री अनन्त घिमिरेले प्रस्तुत गर्नुभएको थियो । उपस्थित प्रतिनिधिहरूले कार्यक्रममा सरकारी कार्यालय तथा गैर सरकारी संघ संस्थाहरूले काम गर्दा हातेमालो गरेर अगाडि बढ्न सके उपलब्ध श्रोत र साधनको सही सदुपयोग भई समुदायको जीवनस्तर उकास्नमा थप टेवा पुग्न सक्ने कुरा व्यक्त गरेका थिए । साथै विगतमा पाएका सफलताहरूलाई अझ विस्तार गरी भावी कार्यक्रमहरूमा समावेश गरेर लैजानुपर्ने कुरामा पनि जोड दिईएको थियो ।

कार्यक्रमको अन्तमा प्रमुख अतिथि तथा स्थानीय विकास अधिकारी श्री मेघनाथ काफ्लेज्यूले कार्यक्रमको समिक्षा गर्दै यस्ता चेतनामूलक कार्यक्रमलाई विस्तार गरी जग बलियो भयो भने मात्रै कुनै पनि काममा दिगोपन आउँछ, भन्ने कुरा व्यक्त गर्नुभएको थियो ।

अनुसन्धानमूलक बङ्गुर पालन कार्यक्रम

खाँदवारी नगरपालिका वडा नं. २, चेवामा, कोशी, सूर्यमुखी, खेम्पालुङ्ग र अरुण उपत्यका गरी ४ वटा महिला समूहभित्रका अति गरीब र दलित परिवारका २१ जना सदस्यहरूलाई जम्मा २१ वटा पाखीबास कालो जातका बङ्गुरका पाठाहरू फेब्रुवरी २००५ मा वितरण गरिएको थियो । यो कार्यक्रम अन्तर्गत किस्ताबन्दी रुपमा समूहले ६०, र संस्थाले ४०, बेहोर्ने गरी सम्भौता भएको थियो । शुरुमा सम्बन्धित क्षेत्रमा नै ३ दिने अभिमुखीकरण तालिम दिएर यो कार्यक्रम शुरु गरिएको थियो ।

समूहमा बङ्गुर वितरण गरेपछि त्यसको व्यवस्थापन सम्बन्धी एउटा थप तालिमको महसुस गरेकोले २२-२४ मे, २००५ मा पुनर्ताजगी तालिमको आयोजना गरिएको थियो । सो तालिम प्रशिक्षकको रुपमा फरवार्ड संस्थासंग समन्वय गरी संचालन गरिएको थियो भने संस्थाबाट जीविकोपार्जन तथा आय आर्जन अधिकृत श्री अनन्त घिमिरेले तालिमको उद्देश्यमाथि प्रकाश पार्नुभएको थियो । तालिम व्यवस्थापन तथा सहजीकरणमा श्री रविन तामाङ्ग तथा श्री टिकाराम कुमालले सहयोग गर्नुभएको थियो ।

तालिमको अन्तिम दिन सहभागी महिलाहरूले बङ्गरपालन व्यवस्थापन सम्बन्धी थप जानकारी दिएकोले तालिम निकै उपलब्धिमूलक भएको र अब यो व्यवसायलाई अझ राम्रो गरेर लैजाने कुरा व्यक्त गरेका थिए ।

अन्तरसमूह भ्रमण

गत १७-१८ मार्च, २००५ मा उपभोक्ताहरूको चाहना बमोजिम मत्स्यपोखरीमा स्थापना गरिन लागिएका २ वटा पेल्ट्रिक सेट स्थापना गर्दा चाहिने सामग्री, सीप, पूँजी र श्रोत सम्बन्धी जानकारी लिन संखुवासभाकै दिदिङ्ग गाविसमा आरआरएनद्वारा स्थापना गरिएको पेल्ट्रिक सेटको अवलोकन भ्रमण संस्थाकी महिला विकास अधिकृत सुश्री ईन्दु उपाध्यायको नेतृत्वमा हिमाली महिला समूह, आहाले, दिदिङ्गको आतिथ्यमा दिगो ग्रामीण जीविकोपार्जन कार्यक्रम, संखुवासभाको आर्थिक सहयोगमा सम्पन्न भयो ।

साक्षरोत्तर कक्षा सहयोगी कार्यकर्ता तालिम

गत ९-१५ मे, २००५ मा १० जना समूह सदस्यहरूलाई साक्षरोत्तर कक्षा सहयोगी कार्यकर्ता तालिम सम्पन्न भयो । समूहको माग अनुसार कार्यक्रमका विभिन्न क्षेत्रहरूमा साक्षरोत्तर कक्षा संचालन गर्नको लागि सो तालिम समूहबाट नै सहयोगीहरू छनौट गरी संचालन गरिएको थियो । यस तालिममा प्रशिक्षकको रूपमा जिल्ला शिक्षा कार्यालयको अनौपचारिक कक्षा सम्बन्धी श्रोत व्यक्ति सुश्री सुभद्रा बज्राचार्यले सहजीकरण गर्नुभएको थियो । तालिम पश्चात कार्यक्रमका विभिन्न क्षेत्रहरूमा जम्मा २३ वटा महिला समूहका २९८ जना सदस्यहरू सो कक्षामा सामेल भई पढिरहेका छन् ।

लैङ्गिक सचेतना तालिम

खाँदबारी नगरपालिका र धुम्र सित्तलपाटी, दिदिङ्ग र मत्स्यपोखरी गाविसमा स्थापित महिलाका समूह प्रतिनिधिहरू सम्मिलित २१ जना सहभागीको चाहना बमोजिम ३ दिने लैङ्गिक सचेतना सम्बन्धी तालिम सामुदायिक अध्ययन तथा तालिम केन्द्र, तुम्लिङ्गटारमा

२५-२७ मे, २००५ मा सम्पन्न भएको थियो । उक्त तालिमको सहजीकरण संखुवासभाका श्रोतव्यक्तिहरू श्रीमती मन्दाकिनी निरौला र श्री चवन चन्द्र बस्नेतले गर्नुभएको थियो ।

बर्खे तरकारी खेती र स्वास्थ्य तथा सरसफाई सम्बन्धी छुट्टाछुट्टै तालिम

गत अप्रिल र मे २००५ मा स्थानीय महिला सदस्यहरूको चाहना बमोजिम उनीहरूकै घर दैलोमा कार्यक्रमका १० वटा क्षेत्रहरूमा छुट्टाछुट्टै १०/१० वटा बर्खे तरकारी खेती तथा स्वास्थ्य र सरसफाई तालिम भयो । बर्खे तरकारी खेती तालिममा सहजकर्ताको रूपमा विभिन्न किसिमका स्थानीय अगुवा कृषकहरू, स्थानीय श्रोत व्यक्तिहरू तथा जिल्ला कृषि विकास कार्यालयसंग समन्वय गरी संचालन गरिएको थियो भने स्वास्थ्य र सरसफाई तालिम जिल्ला स्वास्थ्य कार्यालयसंग समन्वय गरी सम्पन्न गरिएको थियो ।



प्रस्तावना/प्रतिवेदन लेखन तालिम

गत ९-१३ मार्च, २००५ सम्म दिगो ग्रामीण जीविकोपार्जन कार्यक्रम भित्र रहेका अगुवा महिला सदस्यहरू, स्थानीय कर्मचारीहरू र महिला मूल समूहमा पदाधिकारीहरूलाई लक्षित गरी महिला प्रतिनिधिहरूको क्षमता अभिवृद्धि गर्ने उद्देश्यले प्रस्तावना/प्रतिवेदन लेखन तालिम परियोजना कार्यालय, तुम्लिङ्गटारमा सम्पन्न भयो । उक्त तालिमको सहजीकरण प्रशिक्षक श्री बुद्धि तामाङ्गले गर्नुभएको थियो ।