Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

सफलताका पाइलाहरू

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

प्रकाशक : मुक्त कमलरी विकास मञ्च, दाङ

प्रकाशन मिति : २०७९

लेआउट : नब्बेडन

मुद्रक : आर.सी. प्रिन्टर्स, घोराही, दाङ
फोन ०८२–५६१७७३, ९८५७८३७७१३

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

संस्थाको भनाई

मुक्त कमलरी विकास मञ्च (एफ.के.डि.एफ) मुक्त कमलरीहरूकै अगुवाईमा वि.सं. २०६७ साल असार १ गते स्थापना भएको हो । दाङ जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा विधिवत रूपमा दर्ता भई निरन्तर क्रियाशील एक गैरसरकारी सामाजिक संस्था हो । यो संस्थाले एक दशकदेखि दाङ, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर जिल्लामा काम गर्दै आइरहेको छ । यो संस्थाले मुक्त कमलरीहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य तथा दीगो जीविकोपार्जन सम्वन्धि काम गर्दै आइरहेको छ । मुक्त कमलरीको संख्या १२ हजार ७ सय ६९ रहेको छ भने दाङमा मात्र ३ हजार ६ सय ५८ जना रहेका छन् ।

पछिल्लो समय IM Swedish Development Partner नेपालले दाङमा मुक्त कमलरी सशक्तिकरण परियोजनामा रही काम गर्दै आएको छ । अन्य परियोजना अन्तर्गत बालविवाह न्यूनिकरण (गर्ल फष्ट फन्ड), आदिवासी जनजाती महिलाहरूको अर्थिक सशक्तिकरण (फिमि इन्टरनेसनल), मुक्त कमलरी सशक्तिकरण परियोजना (आइएम नेपाल) सस्थाहरूसँग सहकार्य गरेर काम गर्दै आएको छ । जिल्लाको घोराही उपमहानगरपालिकाको २, ४ र ८ नं. वडामा मुक्त कमलरी, कमलरी परिवार, विपन्न तथा पीछडिएको समुदाय र दलित

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

समुदायलाई समेटेर १३ वटा महिला समूह र तीनवटा युवा क्लव गठन गरी उनीहरूको सामाजिक, आर्थिक र सांस्कृतिक विकाससँगै सीप र तालिम प्रदान गरी स्वरोजगार एवम् रोजगार बनाउने काम गर्दै आईरहेको छ । समूहमा महिलाहरूलाई छलफलसँगै खर्च हुने पैसा बचत गर्न प्रोत्साहन गरी त्यही पैसाबाट आम्दानी हुने खालका काम गर्न सहयोग गर्दै आइरहेको छ ।

त्यस गरी विभिन्न सरकारी गैरसरकारी संस्थासँग सहकार्य समन्वय गरी महिलाहरूको पहुँच र सहभागितामा पनि वृद्धि गराउँदै आएको छ । विभिन्न निकायबाट पाईने सेवा सुविधाका बारेमा जानकारी गराई सेवा सुविधामा महिलाहरूको पहुँच बढाउने काम पनि गराउने गरेको छ । समाजमा हुने नकारात्मक क्रियाकलाप रोक्न तथा त्यस विरूद्ध सशक्त आवाज उठाउन महिलाहरू सचेत भई अगाडि बढेका छन् ।

बालविवाह, लैंगिक हिंसाका घटना खुलेर गर्ने र त्यसको अन्त्यका लागि अग्रसर हुने गरेका छन् । समूहमा बसेर आफ्नो र समाजका समस्याका बारेमा खुलेर छलफल गरी ती समस्याको समाधानको उपाय खोज्ने काम पनि हुने गरेको छ ।

विभिन्न तालिम, सीप तथा घुम्ति कोषबाट सहुलियतपूर्ण ऋण रकम लिएर व्यवसाय सुरू गरी आय आर्जनको बाटोमा लागि परेका छन् । महिलाहरू आय आर्जनमा जोडिएपछि पुरूषहरूले पनि उनीहरूलाई साथ दिन थालेका छन् । परिवारमा खुसी छाएको छ, कृषिमा लागेका महिलाहरूका खेतबारी हराभरा भएका छन् । अन्य व्यवसायमा लागेकाहरूले आम्दानी गर्न शुरू गरेका छन् । समूहमा आवद्ध भएपछि एकआपसमा आत्मीयता पनि बढेको छ । घर व्यवहार चलाउन पैसाको अभाव टरेको छ । काम गरेर दुईचार पैसा कमाउने भएपछि आफै मालिक बन्न पाउँदा सबैको मुहार उज्यालो भएको छ ।

मुक्त कमलरी विकास मञ्च

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

जि.प्र.का. दाङ द.नं.: ८२८/०६७/०६८ स.क.प.आ.द.नं.: ३०१७२ पान नं.: ३०४४३०४३३

मुक्त कमलरी विकास मञ्च

FREED KAMALARI DEVELOPMENT FORUM (FKDF)

शुभकामना

नेपाल को सन्दर्भमा विभिन्न वर्गका बालबालिकाहरू गरिबीको चपेटा मुनी रहेका छन् । त्यस मध्येबाट थारू जातीमा दास प्रथाका रूपमा कमलरी प्रथा रहेको छ । गरिबीका कारण कुप्रथामा कुल्चिएका कमलरी राम्रो शिक्षा, स्वास्थ्य र रोजगारीको तथा आधारभूत अधिकारबाट बञ्चित रहेका छन् । यसै कारण कमलरी मुक्त भइसकेपछि पनि मुक्त कमलरीहरूको चौतर्फी विकास भएको पाइदैन । साथै विभिन्न दुर्घटना, पारिवारिक विच्छेदन, प्राकृतिक प्रकोप, सामाजिक कुरिती, संगती तथा कुलत जस्ता समस्याहरूबाट सताइएका छन् । मुक्त कमलरी विकास मञ्च (एफ.के.डि.एफ) यस्तै अवस्थाबाट गुज्रिरहेका बालबालिकालाई सक्षम सवल देख्न चाहने उद्देश्य बोकेर काम गर्दै आएको संस्था हो ।

यसरी कमलरीका विषयमा काम गर्ने क्रममा नेपालको मध्यपश्चिमका दाङ, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर र सुर्खेत जिल्लामा विद्यमान कमलरी प्रथा उन्मुलनका लागि आफै कटिबद्ध भएर मुक्त कमलरी अभियानमा रातदिन

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

खटिदै काम गर्दै आएको संस्था हो । मुक्त भइसकेपछि शसक्तीकरण अभियानमा केन्द्रित रहेर यो संस्थाले काम गरिरहेका छ । हाल कमलरी प्रथा उन्मुलन कार्यक्रम अहिले मुक्त कमलरी शसक्तीकरण कार्यक्रममा परिणत भएकोछ । जुन कार्यक्रम (IM Swedish Development Partner) सँग २०२१ देखि मुक्त कमलरी शसक्तीकरणका लागि सञ्चालन हुँदै आइरहेका छ ।

हाल सञ्चालित परियोजना (IM Swedish Development Partner) अन्तर्गतको मुक्त कमलरी शसक्तीकरण कार्यक्रम घोराही उपमहानगरपालिका २, ४ र ८ का वडामा सञ्चालित रहेका छन् । जस कार्यक्षेत्र अन्तर्गत १३ वटा महिला कृषक समुह र ३ वटा युवा समूह रहेका छन् । महिला कृषक समूहसँग मौसमी तथा बेमौसमी तरकारीको बिउ र तर्नेल वितरण गर्ने तथा बाख्रा तथा बंगुर पालन कार्यक्रम गरिरहेकोछ र साथै २ वटा सहकारी श्री डगर कृषि सहकारी संस्था लि. र श्री ओजरार कृषि सहकारी संस्था लि. सँग साझेदारी गर्दै पशुपालन तथा व्यवसाय गर्नेलाई घुम्तिकोष लगानी गर्न सहकारीमा पूँजीगत अनुदान राखेर पनि सहयोग गरिरहेका छ र युवाहरूसँग बालमैत्री, युवामैत्री तथा बालविवाह न्युनीकरण रोकथाम तथा बहुविबाह रोकथाम सम्वन्धी सडक नाटक प्रचारप्रसार विभिन्न जनचेतनामूलक कार्यक्रम गर्दै आईरहेकोछ । यसरी विभिन्न कमलरी परिवार तथा स्वम् कमलरीको जीवनमा पनि एकदमै सकारात्मक भूमिका यस कार्यक्रमले गरिरहेकोछ । यस संस्थाले मुक्त कमलरी विकास मञ्चलाई कार्यक्रम दिदा कमलरी शसक्तिकरणमा थप सहयोग पुगेकोछ । मुक्त कमलरी विकास मञ्च (IM Swedish Development Partner) को साझेदारीमा सञ्चालित कार्यक्रमको उपलब्धका रूपमा यस पुस्तकलाई लिन सकिन्छ । IM Swedish Development Partner संस्थालाई आफ्नो व्यक्तिगत र संस्थागत रूपमा धन्यवाद दिन चाहन्छु ।

हिरामोती चौधरी
अध्यक्ष
मुक्त कमलरी विकास मञ्च दाङ

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

घोराही उप-महानगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
घोराही, दाङ, लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

फोन/फ्याक्स
०८२-५६०१६२, ५६०२४३
५६१२६८, ५६०७००
५६०४९९

शुभकामना

मुक्त कमलरी विकास मञ्चले मुक्त कमलरी तथा वहिष्करणमा परेका महिलाहरूको उत्थानका लागि गर्दै आएको सशक्तीकरणको प्रयास प्रशंसनीय छ । मुक्त कमलरी दिदीबहिनीहरूको जीवन परिवर्तनका लागि विभिन्न सहयोगी संघसंस्थाहरूसँगको सहकार्यमा समुदाय स्तरमा गर्दै आएको कामले सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक उत्थानमा टेवा पुगेको मैले ठानेको छु ।

स्थानीय सरकारका रूपमा रहेको घोराही उपमहानगरले अघि सारेको नीति तथा कार्यक्रमलाई सफल बनाउन संस्थाले समन्वय र सहकार्य गर्दै आएको हुँदा संस्थागत रूपमा कार्यक्रम अझ प्रभावकारी हुने गरेको पाएको छु ।

आईएम नेपालको आर्थिक सहयोगमा मुक्त कमलरी विकास मञ्चद्वारा संचालित मुक्त कमलरी सशक्तीकरण परियोजना मार्फत घोराही उ.म.न.पा.को वडा नम्बर २, ४ र ८ मा मुक्त कमलरी र वहिष्करणमा परेका महिलाहरूले गरिरहेको कामबाट उनीहरूले पाएको सफलतालाई लिपीवद्ध गरी प्रकाशन गर्न लागेको सफलताको कथा पाठकहरूका लागि उपयोगी बनोस्, संस्थाको आन्तरिक जीवनलाई सबल सक्षम, उर्जावान र गतिशील बनाउँदै संस्थाले चालेको अभियानबाट अझ संस्थागत विकासमा कोसेढुङ्गा बनोस् भन्ने कामना सहित हार्दिक शुभकामना व्यक्तगर्दछु ।

धन्यवाद ।

नरुलाल चौधरी
नगरप्रमुख
घोराही उपमहानगरपालिका कार्यालय

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

शुभकामना सन्देश

आई एम स्वीडिस डेभेलप्मेण्ड पार्टनर नेपालको आर्थिक सहयोगमा मुक्त कमलरी विकास मञ्चले दाङ, जिल्लाको घोराही उपमहानगरपालिकामा कार्यान्वयन गर्दै आइरहेको मुक्त कमलरी शशक्तिकरण परियोजनाका उपलब्धिका आधारमा यो सफलताका पाईलाहरू नामक पुस्तिका तयार पारिएको छ । यो पुस्तिकामा महिला तथा युवाहरूले आफ्नो जीवनका सिकाई तथा भोगाईको आधारमा बाह्य संस्थाको सानो सहयोगमा कसरी उन्नती तथा प्रगति गरेका छन् भन्ने कुरालाई गरी उठाइएको छ । यस सफलताका पाईलामा उठाइएका महिलाहरूको कथाहरूको अरू जो सुकैलाई पनि सिक्ने र केही गर्ने प्रेरणा दिनेछ भन्ने कुरामा हामीले विश्वास लिएका छौं । ग्रामिण भेकका र अति सिमान्तकृत महिलाहरूको कोभिडको बाबजुद पनि कसरी आफ्नो जीवनको रथलाई निरन्तरता दिए भन्ने कुरा साँचैनै उदाहरणिय छ ।

अन्त्यमा मुक्त कमलरी शशक्तिकरण परियोजना संचालन गर्न तथा यो सामग्री तयार गर्न हाम्रो संस्थाले आर्थिक सहयोग गर्ने अवसर पाएकोमा हामीलाई खुशी लागेको छ । यस पाठ्य सामाग्रीले सिमान्तकृत समुदायको आर्थिक तथा सामाजिक उन्नती गर्नको लागि टेवा पुऱ्याउन सकोस भन्दै हाम्रो साझेदार मुक्त कमलरी विकास मञ्च प्रति आभार सहति शुभकामना व्यक्त गर्न चाहान्छौं ।

उत्तम अर्याल
देशिय प्रतिनिधि
आई एम स्वीडिस डेभेलप्मेण्ट पार्टनर नेपाल
२०७९ फाल्गुन १५ गते

INDIVIDUELL MÄNNISKOHJÄLP
SWEDISH DEVELOPMENT PARTNER

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top

विषयसूची

समूहमार्फत जीवन परिवर्तन गर्दै १

फेरिदै मुक्त कमलरीका जीवनशैली ५

आर्थिक रुपान्तरण गर्दै पूर्वकमलरी ८

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

समूहमार्फत् जीवन परिवर्तन गर्दै

घोराही -४ सुनपुरकी सुधनी चौधरी बंगुरको स्याहार गर्दै

घोराही -४ सुनपुरकी सुधनी चौधरी पनि पूर्व कमलरी हुनुहुन्छ । उहाँ कमलरी मुक्ति भएपछि व्यावसायिक रूपमा बंगुरपालन गर्नुभएको छ । मुक्त कमलरी विकास मञ्च र आइएम नेपालले विपन्न र मुक्त कमलरीलाई आर्थिक र मानसिक रूपमा सक्षम बनाउने उद्देश्यले स्थापना गरेको सुनौलो पशुपालन महिला समूहमा आवद्ध भएर उहाँले व्यावसायिक रूपमा बंगुर पालन गर्नुभएको हो । विपन्न वर्गको उत्थानका लागि उपलब्ध गराउँदै आएको घुम्ती कोषबाट २० हजार नि:शुल्क ब्याजमा ऋण लिएर व्यावसायिक बंगुरपालन गरेको उहाँले

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

बताउनुभयो । तीनवटा बंगुरबाट व्यावसाय सुरू गरेको उहाँसँग अहिले २० वटा बंगुर छन् । छुट्टाछुट्टै सातवटा खोर छन् । साना र ठूलालाई अलगअलग स्थानमा राख्न सकिने व्यबस्था छ । वंगुर पालनसँगै तरकारी खेती गरेकी सुधनी अहिले हरेक कुरामा अगाडि हुनुहुन्छ । गाउँघरमा हुने हरेक कार्यक्रममा उहाँ सहभागी हुने गर्नुभएको छ । आइ.एम नेपाल र मुक्त कमलरी विकास मञ्चको समाभ्केदारीमा सञ्चालन गरेको मुक्त कमलरी सशक्तिकरण परियोजनाले उहाँलाई जीवन उपयोगी सीप सिकाएकोमा उहाँ दङ्ग हुनुहुन्छ ।

घोराही-४ लक्ष्मीपुरकी नीशा चौधरीले आफूले सञ्चालन गरेको फ्रेस हाउसमा व्यापार गर्दै

घोराही-४ लक्ष्मीपुरकी निशा चौधरी पूर्व कमलरी हुनुहुन्छ । कमलरीबाट मुक्त भएपछि उहाँले आइएम नेपाल र मुक्त कमलरी विकास मञ्चले दिएको कुखुरा काट्ने तालिम गर्नुभयो । सोही तालिमले उहाँलाई व्यावसायी बनाएको छ ।

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

घोराही- ४ लक्ष्मीपुरमा मासिक तीन हजार दिने सटरमा कोठा भाडामा लिएर (निशा फ्रेस हाउस) का नाममा कुखुरा काट्न शुरू गर्नुभएको छ । पहिले एक्लै सुरू गरेको व्यवसायलाई अहिले श्रीमान्ले पनि सघाउने गरेको उहाँले बताउनुभयो । भारतमा कामका लागि गएका श्रीमान् गोपाल चौधरीलाई गत वर्ष घरमा बोलाएर सँगसँगै व्यवसाय गर्नु भएको छ ।

मुक्त कमलरी विकास मञ्च र आइ एम नेपालको सहयोगमा श्री उज्ज्वल पशुपालन महिला समूह गठन गरिएको छ । सो संस्थामा सदस्य रहेर उहाँले मासिक बचत र अन्य जीवन उपयोगी सीप सिकेको बताउनुभयो । स्वदेशमा केही गर्नुपर्छ भन्ने कुरा पनि समूहमा सिकेकाले घर बाहिर रहेका श्रीमान्लाई घरमा बोलाएको उहाँको भनाई छ । समूहमा बसेर धेरै कुरा जानेको, व्यवसाय गर्न हौसला मिल्नुका साथै चारजनाको परिवारलाई सजिलोसँग खर्च पुगेको छ । घर खर्च र दुईवटा बच्चाको पढाई खर्च सबै फ्रेस हाउसको आम्दानीले धानेको उहाँले बताउनुभयो । अब श्रीमान्-श्रीमती दुबै मिलेर व्यवसायलाई थप गर्ने बिचार उहाँको छ ।

मुक्त कमलरी र विपन्न परिवारको जीवनमा परिवर्तन गर्नका लागि IM Swedish Development Partner को सहयोगमा व्यवसायिक कृषि, सरसफाई, समूह व्यवस्थापन, घुम्ती कोष परिचालन जस्ता विविध विषयमा संस्थाले सहजीकरण गर्ने गरेको छ । दाङ जिल्लाको घोराही उपमहानगरपालिका भित्रका तीनवटा वडामा १३ वटा समूह बनाएर महिलाहरूलाई सशक्तीकरणका लागि सहजीकरण गरेको छ ।

समूहमा आवद्ध महिलाहरू बालविवाहको विरूद्धमा आवाज उठाउन सक्ने र बाल विवाहलाई रोक्न सक्ने भएका छन् । गाउँघरमा हुने महिला माथिका विभेदका विरूद्ध आवाज उठाउन सक्ने भएका छन् । समूहमा बस्दा आफ्नो नाम भन्न पनि डराउने, लजाउने महिलाहरू आहिले आफ्ना समस्याका

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

बारेमा खुलेर छलफल गर्ने भएको फिल्डमोटिभेटर सुनिता चौधरी बताउनुहुन्छ । समूहमा बस्न नमान्नेहरू अहिले बैठक बस्ने दिन कुरेर बसेका हुन्छन्, उहाँले भन्नुभयो ।

मुक्त कमलरीहरू आर्थिक समाजिकरूपमा शसक्त हुनुपर्छ भन्ने मान्यताका साथ ४२ वटा सहकारी र एक समूह मार्फत आय आर्जनका विभिन्न काम गरिरहेका छन् । सहकारीमा १४ हजार ७ सय २१ जना सदस्य रहेका छन् । सहकारीबाट घुम्ती कोष अनुदान सहयोग लिएर तरकारी खेती, कुखुरा पालन, बंगुरपालन, किराना पसल र नास्ता पसल सञ्चालन गरेर आय आर्जन गर्दै आएको मुक्त कमलरी विकास मञ्चका केन्द्रीय अध्यक्ष हिरा चौधरीले जानकारी दिनुभयो । उहाँले मुक्त कमलरी सबैलाई आय आर्जनमा जोडेर जीवन परिवर्तन गर्न खोजेको बताउनुभयो ।

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

फेरिदै मुक्त कमलरीका
जीवनशैली

घोराही–८ बेलुवाकी अनिता चौधरी तरकारी खेतीमा व्यस्त

घोराही-८ बेलुवाकी अनिता चौधरी पूर्वकमलरी हुनुहुन्छ । उहाँ कमलरी मुक्त भएपछि कक्षा १० सम्मको अध्ययन पुरा गर्नुभयो । गाउँमा रहेका मक्त कमलरी विकास मञ्च र आइ एम नेपाल सहयोगमा २४ जना दिदीबहिनीहरू मिलेर सगरमाथा महिला समूह खोलेको एक वर्ष भयो । समूहमा आवद्ध भएपछि बचत कसरी गर्ने, आय आर्जनमा कसरी जोडिने र आफ्नो व्यवसायले कसरी जीवन धान्न सकिन्छ भन्ने बारेमा जानकारी लिन पाएको उहाँले बताउनुभयो । सोही तालिम पश्चात व्यवसायमा जोडिन प्रेरणा मिलेको उहाँले बताउनुभयो । आफ्नो छ कट्ठा र भाडाको चार कट्ठा गरी १० कट्ठा जमिनमा तरकारी खेती गरेको उहाँले बताउनुभयो । सहयोगी संस्थाको सहयोगमा

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

दुईवटा टनेल प्राप्त गरेको थिए, ती दुई वटा टनेलभित्र बेमौसमी करेला र टमाटर खेती गरेको उहाँले बताउनुभयो । अरू समयमा २०, २५ रूपैया किलोमा बिक्री हुने करेला बेमौसमी भएकाले एक सय २० देखि ५० रूपैया किलोसम्ममा बिक्री भयो । "टनेल बाहिरको जमिनमा आलु खेती गरेका छौं, आलुबाट पनि राम्रो आम्दानी भयो ।' उहाँले भन्नुभयो । ७० रूपैया किलोका दरले आलु बिक्री गरेको उहाँले बताउनुभयो । सात जनाको परिवार छ सबैको सहयोगले व्यावसायिक तरकारी खेतीले जीवन सहज भएको छ । सहयोगी संस्थाले सीप र पैसा सहयोग गरयो, अलिकती मेहनत गरेको त व्यवसायी बनायो ।

घोराही -८ बेलुवाकी सरिता चौधरी कुखुराको स्याहार गर्दै

घोराही -८ बेलुवाकी सरिता चौधरी पूर्वकमलरी हुनुहुन्छ । उहाँ २०६४ सालमा कमलरी मुक्त भएर माध्यमिक विद्यालय खैरामा कक्षा ३ मा भर्ना हुनुभयो, ८ कक्षासम्म पढाई सोही विद्यालयबाट गर्नुभयो । त्यसपछि सिद्धरत्ननाथ मावि नारायणपुरबाट एसईई गर्नुभयो । मुक्त कमलरी विकास मञ्च र आइएम नेपाल मुक्त कमलरी शसक्तिकरण परियोजना लगाएतका कार्यक्रम ल्याएर सहयोग गरेको छ । जीवन उपयोगी सीप र व्यवसायिक

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

सीपको तालिम पाएपछि घरछेउमा तरकारी खेती र बोइलर कुखुरा पाल्न सुरू गरेको बताउनुभयो । पाँच सय कुखरा राखेको सबै बिक्री पनि भैरहेको उहाँले बताउनुभयो । "व्यापारी घरमै आउछन् बजारको समस्या छैन, आफ्नो व्यवसायले आत्मनिर्भर हुन पाँउदा खुशी लागेको छ ।"

मुक्त कमलरीलाई आयआर्जनमा जोडेर उनीहरूलाई आत्मनिर्भर गराउने उद्देश्य लिएर आइएम संस्थाले सहयोग गरेको मुक्त कमलरी विकास मञ्चका कार्यक्रम संयोजक सुलोचना चौधरी बताउनुहुन्छ । समूहमा आवद्ध महिलाहरूलाई विभिन्न किसिमका सीप सिकाउने गरेको संयोजक चौधरी बताउनुहुन्छ । सुरूमा गाँउमा समूह गठन गर्दा महिलाहरू आफ्नो नाम भन्न पनि हिचकिचाउनुहुन्थ्यो । अहिले सबैकुरा सिक्नु भएको छ । आफ्ना समस्या, जिज्ञासाका बारेमा बोल्न सक्ने हुनुभएको छ । समूहमा नियमित बैठक बस्ने, बचत उठाउने, ऋण लगानी जस्ता कुरामा अगाडि भएको उहाँले बताउनुभयो ।

२०७० साल असार १३ गते नेपाल सरकारले कमलरी मुक्त घोषणा गरेको थियो । मुक्त भएपछि कमलरीहरू संगठीत हुनुपर्छ भन्ने उद्देश्य लिएर (मुक्त कमलरी विकास मञ्च) नामको साझा संस्था स्थापना गरेका थिए । सोही संस्थामार्फत कमलरीहरू आयआर्जनमा जोडिदै गएका छन् । हाल मक्त कमलरी सशक्तिकरण परियोजना मार्फत प्रत्यक्ष रूपमा ५०० जना महिला र अप्रत्यक्ष रूपमा १००० भन्दा बढिले लाभ लिन सफल भएका छन् । विशेष गरी महिलाहरूलाई विभिन्न संघसंस्था तथा सरकारी निकायहरू सँग समन्वय र सहकार्य गर्दै ती संघसंस्थाहरूबाट प्राप्त गर्न सकिने सेवा सुविधामा तालिम तथा सहयोगमा महिलाको पहुँच र सहभागिता बढाउने लक्ष्य उद्देश्यका साथ काम भईरहेको छ ।

मुक्त कमलरी विकास मञ्च (एफ.के.डि.एफ) मुक्त कमलरीहरूको अगुवाईमा वि.सं. २०६७ सालमा विधिवत रूपमा दाङ जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा दर्ता भई निरन्तर क्रियाशिल एक गैरसरकारी सामाजिक संस्था हो । यो संस्था विगत १० वर्षदेखि दाङ, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कञ्चनपुर जिल्लाहरूमा काम गर्दै आइरहेको छ । यो संस्थाले मुक्त कमलरीहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य तथा दिगो जीविकोपार्जन सम्वन्धि काम गर्दै आइरहेको छ । जम्मा मुक्त कमलरी को संख्या १२ हजार ७ सय ६९ रहेको छ भने दाङ जिल्लामा मात्र जम्मा ३ हजार ६ सय ५८ जना रहेको मुक्त कमलरी विकास मञ्चले जानकारी दिएको छ ।

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

आर्थिक रुपान्तरण गर्दै

पूर्वकमलरी

घोराही -२ निमुरियाकी दामी चौधरी तरकारी खेतीको स्याहार गर्दै

घोराही -२ निमुरियाकी दामी चौधरी पूर्व कमलरी हुनुहुन्छ । कमलरी बस्दा उहाँले धेरै दुःख भोग्नुभयो । गुरधौली महिला कृषि समूहमा आवद्ध उहाँले समूहमा बसेर धेरै कुराको ज्ञान लिनुभएको छ । सिकेको कुरालाई आफूमा लागू गर्नुपर्छ भनेर उहाँले बंगुरपालन, तरकारी खेती र घरमै नास्ता पसल पनि संचालन गर्नुभएको छ । यी कामबाट उहाँलाई घर खर्च चलाउन सजिलो भएको छ । "म पूर्व कमलरी हुँ, अर्काको घरमा काम गर्न बसेको बेलाको दुःख भनी साध्य छैन, जुन संस्थाले हामीलाई मुक्ति दियो, उसैले बाँच्न सिकाएको

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

छ," उहाँले भन्नुभयो, "अहिले व्यावसायिक रूपमा काम गर्न थालेपछि आर्थिक रूपमा सबल बन्दै गएको छु ।" समूहमा आवद्ध भएर ज्ञान, सीप आर्जन गर्ने अनि आफूमा लागू गर्दै आउनुभएकी दामीले कमलरी जीवनबाट मुक्ति पाएपछि आफूलाई भाग्यमानी ठान्नुभएको छ ।

घोराही–२ सुर्केडाँगीकी सन्तोषी चौधरीले परिवारका साथ तरकारी खेतीमा

घोराही–२ सुर्केडाँगीकी सन्तोषी चौधरीले अहिले व्यवसायिक रूपमा तरकारी खेती गर्दै आउनुभएको छ । केही वर्ष अघिसम्म उहाँले निर्वाहमुखी खेती गर्दै आउनुभएको थियो । मुक्त कमलरी, विपन्न, असहाय महिलाहरूको उत्थानका लागि पैरवी गर्दै आएको मुक्त कमलरी विकास मन्चले उहाँको गाउँटोलमा स्थापना गरेको जलजला महिला कृषि समूहमा सन्तोषी आवद्ध भएपछि उहाँले व्यवसायिक तरकारी खेतीबारे जानकारी लिनुभयो । 'पहिले निर्वाहमूखी खेती गर्दै आएको थियो, अहिले त सीप र व्यवहारिक पक्षका बारेमा जानकारी पाएपछि व्यवसायिक रूपमा खेती गर्न थालेको छु, कमाई पनि राम्रो भएको छ । यही पेशाबाट घर व्यवहार चलेको छ, उहाँले भन्नुभयो । उहाँ जस्तै ३० जना

महिलाहरू समूहमा आवद्ध भएर सीप सिक्ने, आत्मविश्वास जगाउने तथा वित्तीय साक्षरताका बारेमा धेरै कुराको ज्ञान हासिल गरेर कृषि पेशामा जोडिनुभएको छ ।

घोराही २ सुर्केडाँगीको जलजला महिला कृषि समूह नियमीत बैठक बस्दै

संस्थामा जोडिएर व्यवसायिक तरकारी खेती गर्न थालेपछि सन्तोषी बाह्रै महिना खेतबारीमा व्यस्त हुन थाल्नुभएको छ । यसले उहाँलाई फाईदा धेरै भएको छ ।

मुक्त कमलरी विकास मञ्च कमलरी जीवनबाट मुक्ति पाएको, गरिव, निमुखाहरूको उत्थानका लागि पैरवी गर्न स्थापित संस्थाले खेल्दै आएको भूमिकाका कारण समस्या समाधानसँगै आगामी योजनाहरूका बारेमा अघि बढ्न सहज भएको छ ।

पूर्व मुक्त कमलरीहरूको अगुवाईमा २०६७ सालमा सामाजिक संस्थाका रूपमा स्थापित मुक्त कमलरी विकास मञ्च एक दशकयता संगठित रूपमा दाङ, बाँके, बर्दिया, कैलाली, कन्चनपुर जिल्लाहरूमा लक्षित वर्गको शिक्षा,

Book Size: W: 5.9inch H: 8.7inch Margin top and buttom: 0.7 inch, inside and outside:0.6 inch, Bleed : 0.1 inch

सशक्तिकरण, जीविकोपार्जन तथा पून:स्थापना लगायत हक अधिकारको सवालमा पैरवी गर्दै आएको छ । जसका कारण धेरै मुक्त कमलरीहरूको जीवन परिवर्तन सम्भव भएको हो ।

अझै पनि विगतमा सरकारसँग भएको १० बुँदे सम्झौता कार्यान्वयन हुन नसक्दा कमलरी मुक्ति पछिको पून:स्थापनामा समस्या भएको छ । सरकारले हालसम्म दुईवटा मात्र सहमति कार्यान्वयन गरेको छ । आठवटा बुँदा अझै सहमति गरेको छैन । सरकार र मुक्त कमलरीबीच २०७० जेठ २४ गते १० बुँदे सहमति भएको थियो ।

दाङको घोराही उपमहानगरपालिका वडा नम्बर २, ४ र ८ मा IM Swedish Development Partner को साझेदारीमा मुक्त कमलरी तथा सामाजिक वहिष्करणमा परेका महिलाहरूको सशक्तीकरणमा परियोजनामार्फत गर्दै आएको कामले मुक्तकमलरी, विपन्न महिलाहरूको जीवनमा परिवर्तन आएको छ ।

तीन वटा वडामा १३ वटा महिला समूह गठन गरिएको छ । जसमा करिव ४ सय बढी महिला दिदीबहिनीहरू आवद्धता छ । यति मात्रै होईन, बालबालिकाहरूमा सचेतना बढाउन र भोलिको सुन्दर भविष्य निर्माणका लागि तीनवटै वडामा वडास्तरीय युवा क्लब पनि गठन गरिएको छ । जसबाट बालविवाह अन्त्य, लैंगिक हिंसा निवारणका बारेमा सेचतना फैलाउने काम हुँदै आएको छ ।

दासताको रूपमा रहेको कमलरी प्रथा सरकारले अन्त्यको घोषणा गरे को पनि एक दशक बितेको छ । कुनै समय दासी जीवन बिताउन बाध्य पारिएका कमलरीहरूको जीवन बदल्न तथा सामाजिक रूपान्तरणमा ठूलो भूमिका खेल्ने काम गरेको घोराही उपमहानगरपालिका वडा नम्बर २ का वडा अध्यक्ष चित्रबहादुर चौधरीको धारणा छ । जसका कारण आज उनीहरू समाजका विभिन्न क्षेत्रमा स्थापित हुँदै गएको हुँदा सामाजमा धेरै कुराको आयाम थपिएको उहाँ बताउनुहुन्छ ।