मानवअधिकार गीत सम्मेलन

०५५ फागुन २३ गते

काठमाडौं

अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र

(इन्सेक)

म्यूजिक नेपाल प्रा.लि.

Digitized By: Bimal Chandra Sharma

स्वर	गीतको बोल	रचना	संगीत	ठेगाना
श्री भोजराज भट्ट	आफ्नो हक...	बोमबहादुर बलायर	भोजराज भट्ट	डडेल्धुरा, महाकाली
गोविन्द आचार्य	स्वतन्त्र भै...	गोविन्द आचार्य	गोविन्द आचार्य	दाङ, तुलसीपुर, राप्ती
शंकर पौडेल (प्राचीन)	कुनै देश...	सुरेन्द्र राना	लक्ष्मण पौडेल	पाल्पा, लुम्बिनी
हरिदेवी कोइराला	एउटै आकाश	हरिदेवी कोइराला	हरिदेवी कोइराला	पोखरा, गण्डकी
रमेश श्रेष्ठ/अनुप दियाली	हिउँद वर्षा...	डम्बर पहाडी	अनुप दियाली	इलाम, मेची
आभाष लाभ	कसैले छेक्न...	डा. राजेन्द्र विमल	आभाष लाभ	जनकपुरधाम, जनकपुर
संजय श्रेष्ठ (क्रस रोड)	ओर्लिएर बस्नु...	अनुराग श्रेष्ठ	संजय श्रेष्ठ	वीरगंज, नारायणी
तीर्थ गन्धर्व/गीता कोइराला	महिला पुरुष...	पुष्पलता आचार्य	तीर्थ गन्धर्व	तनहुँ, गण्डकी
हरि कर्माचार्य (ग्लुमी गाइज)	पंक्षी भए...	भूषण श्रेष्ठ	हरि कर्माचार्य	बनेपा (काभ्रे), वागमती
ममता दिपविम/रीमा गुरुङ	बदलियो रे...	कृष्णहरि बराल	ममता दिपविम	काठमाडौं, वागमती
जे.वी. टुहुरे (रा.ज.सा.मञ्च)	मानिस त..	जे.बी. टुहुरे	जे.बी. टुहुरे	विराटनगर, कोशी
जितेन राई र भूपाल राई	के के...	भूपाल राई	जीतेन राई	पाँचथर, मेची
शर्मिला बर्देवा (इशारा)	छानो हाम्रो...	शुक गुरुङ	शुक गुरुङ	चितवन, नारायणी
हरिश माथेमा (टाईरोज)	सबै मान्छे...	रमण घिमिरे	दीपेश प्रधान	विराटनगर, कोशी
पुरुषोत्तम न्यौपाने/हरिदेवी	आफ्नै देशमा...	हरिदेवी कोइराला	हरिदेवी/पुरुषोत्तम	कास्की, गण्डकी
राजु लामा (मंगोलियन हर्ट)	श्रृष्टिकै सुन्दर...	शिवा वस्नेत	ममता दिपविम	बाह्रबिसे, सिन्धुपाल्चोक
कुन्ती मोक्तान (सुसेली समूह)	जन्मिएपछि...	दिलिप श्रेष्ठ चैनपुरे	शिला ब. मोक्तान	कामपा, वागमती
सुनिता सुब्बा र लासमीत राई	जागजाग...	कालीप्रसाद रिजाल	गणेश परियार	काठमाडौं (विशेष गीत)

Resource Centre

मन्तव्य

इन्सेकको नाम मानवअधिकारसम्बन्धी धर्ना, जुलुस-र्याली, गोष्ठी-सेमिनार, वक्तव्य आदिसँग जोडिएर आउने गरेको थियो । तर मानवअधिकार र सामाजिक न्यायको क्षेत्रमा कार्यरत अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र (इन्सेक)द्वारा आफ्नो स्थापनाको एक दशक पूरा भएको अवसरमा म्यूजिक नेपालसँग मिलेर आयोजना गरिएको यो गीत-संगीतको जमघट यस संस्थाद्वारा यसअघि आयोजित कार्यक्रमहरूभन्दा नौलो छ । मानवअधिकारको संरक्षण र सम्बर्धनका लागि आवश्यक, मानवअधिकारका सैद्धान्तिक अवधारणाहरूको प्रचार-प्रसारका निम्ति प्रभावकारी माध्यमहरुको खोजी गर्ने क्रममा यस्तो कार्यक्रमको आयोजना गर्ने निर्णय गरिएको हो । यो राष्ट्रव्यापी "मानवअधिकार गीत सम्मेलन' मानव अधिकारका सैद्धान्तिक अवधारणाहरूलाई व्यवहारमा उतार्ने दिशाको प्रारम्भिक कदमका रुपमा रहेको मानवअधिकार चेतनाको प्रसार अभियानका निम्ति सहायक हुनेछ भन्ने हामीले विश्वास गरेका छौं ।

प्रजातन्त्र र मानवअधिकार हाम्रो जीवन पद्दतिसँग एकाकार हुन सक्नुपर्छ । त्यसो हुनसक्यो भने मानवअधिकार संस्कृतिको विकास हुनसक्छ । गीत र संगीत जस्तो मान्छेको मन छुने माध्यमलाई मानवअधिकारको मर्मको सम्प्रेषण गर्न प्रभावकारी ढंगले उपयोग गर्न सकिन्छ ।

मानव-गरिमा र आत्मसम्मानलाई गीत र संगीतको माध्यमबाट जगाएर अधिकारको चेतनाको प्रसार गर्ने उद्देश्यका साथ यो कार्यक्रमको आयोजना गरिएको हो । लोकप्रिय गीतहरुमार्फत् मानवअधिकार चेतनाको प्रसार गर्ने मूल उद्देश्यका साथ आयोजना गर्न लागिएको यो गीत सम्मेलनले त्यस दिशामा अलिकति पनि सहयोग पुऱ्याउन सक्यो भने हामी यो प्रयास सफल भएको ठान्ने छौं ।

आजको विश्वमा मानवअधिकारको अवधारणा निकै अगाडि बढिसकेको छ । संयुक्त राष्ट्रसंघले अघि सारेको संसारका सबै ठाउँमा जुनसुकै जात वा रंगका जुनसुकै धर्म मान्ने मानिसका समान अधिकार हुन्छ भन्ने अवधारणाले सैद्धान्तिक रुपमा विश्वभरि नै मान्यता पाइसकेको छ । तर ६ वर्षअघि अष्ट्रियाको राजधानी भियनामा सम्पन्न विश्व मानवअधिकार सम्मेलनले अघि सारेको सबैका लागि सबै मानवअधिकारहरु भन्ने सन्देशलाई आम जनताको तहमा पुऱ्याउने चुनौती भने विश्व मानवअधिकार

अभियानका सामु विद्यमान नै छ ।

जीवनको अधिकार, स्वतन्त्रता र सुरक्षा, यातना र अमानवीय व्यवहारहरुबाट मुक्ति पाउने अधिकार, दासत्व र स्वेच्छाचारी गिरफ्तारी विरुद्धको अधिकार, न्याय पाउने अधिकार, वैचारिक, अभिव्यक्ति एवं धार्मिक स्वतन्त्रता, हिँडडूल वा बसाई-सराईको अधिकार, शान्तिपूर्ण रुपमा भेला हुने वा संघ संगठनमा आवद्ध हुने अधिकारलाई नागरिक तथा राजनीतिक अधिकारको परिभाषाले समेटेको छ ।

आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारभित्र रोजगारीको वा रोजगारीको छनौट गर्ने अधिकार, उचित पारिश्रमिक पाउने वा युनियनमा आवद्ध हुने अधिकार, सामाजिक सुरक्षा र जीवनका लागि चाहिने आधारभूत अधिकार परेका छन् ।

विश्वभरका मानिसका नागरिक तथा राजनीतिक अनि आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारहरुको प्रत्याभूति गर्दै संयुक्त राष्ट्रसंघले दुई वटा छुट्टाछुट्टै अनुबन्धहरु जारी गरेको छ । ती दुई अनुबन्ध र मानवअधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्रको समष्टिगत रुप-"विलअफ राईट्स्"ले आम रुपमा विश्वभरि मान्यता पाएको छ । मानव अधिकारहरूको विश्वव्यापी घोषणापत्र जारी भएको भर्खरै पचास वर्ष पनि पूरा भएको छ । तर मानवअधिकारहरुको अविभाज्य र सर्वव्यापी स्वरुप आज पनि चुनौतीविहीन अवस्थामा रहेको देखिँदैन ।

"जन्मिदा कोही पनि ठूलो-सानो भएर जन्मिदैन । जन्मिदा सबै समान हुन्छन् । त्यसैले संसारका सबै मानिस समान छन्, सबैका अधिकारहरु हुन्छन्" मानवअधिकारहरुको विश्वव्यापी घोषणापत्र सन् १९४८ ले मूलरुपमा अघि सारेको यो अवधारणाप्रति आज विश्वको कुनै पनि भू-भागमा विमति जनाइएको पाइँदैन । मानवअधिकारका सर्वस्वीकृत अवधारणालाई व्यवहारको धरातलमा कसरी उतार्ने भन्ने चुनौती भने आज विश्व-मानवअधिकार अभियानसमक्ष रहेको सबैभन्दा ठूलो चुनौती हो ।

संयुक्त राष्ट्रसंघले अहिलेसम्म जारी गरेका विभिन्न अनुबन्ध, नेपाल अधिकारज्यको संविधान ०४७ र हाम्रा ऐन कानूनहरुले हाम्रा अधिकारहरुको प्रत्याभूति गरेका छन् । तर अधिकारको उपभोग गर्ने कुरा चेतनासँग सम्बन्धित हुन्छ । आफ्ना अधिकारहरुका बारेमा थाहा नपाएसम्म जनताले ती अधिकारहरुको माग पनि गर्न सक्तैनन् ।

कला, गीत र संगीतमा जुन शक्ति हुन्छ, त्यसलाई समाजको उत्थान र आम जनताको शसक्तिकरणका निम्ति उपयोग गर्नुपर्छ भन्ने उद्देश्यका साथ हामीले यो

कार्यक्रमको आयोजना गरेका हौं । यो कार्यक्रमको यस रुपमा आयोजना गर्न म्यूजिक नेपालको सहयोग विना संभव थिएन । त्यसैले म म्यूजिक नेपालका प्रवन्ध निर्देशक सन्तोष शर्मा र उहाँका सहकर्मीहरूप्रति विशेष धन्यवाद प्रकट गर्दछु । अति व्यस्तता हुँदा हुँदै पनि कार्यक्रमको समुद्घाटन गर्न पाल्नुभएका पूर्व प्रधानमन्त्री मनमोहन अधिकारीप्रति कृतज्ञता व्यक्त गर्दछु । कार्यक्रमको प्रत्यक्ष प्रसारण गरेर देशभरका श्रोताहरूमा मानवअधिकारको सन्देश पुऱ्याउन सहयोग गर्नुभएकोमा कार्यकारी निर्देशक मुकुन्द आचार्य र रेडियो नेपाल परिवारप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु । यस अवसरमा रेडियो नेपालको प्रत्यक्ष प्रसारण सुनेर बसिरहनु भएका देशभरका तमाम श्रोताहरूमा मानवअधिकारप्रतिको प्रतिबद्धता झन् झन् बढ्दै जाओस् भन्ने शुभकामना व्यक्त गर्दछु । मानवअधिकार गीत सम्मेलनको सफलताका निम्ति जुट्ने इन्सेक र म्युजिक नेपालका सहकर्मीहरुका साथै सम्पूर्ण कलाकार र अन्य सबै सहयोगी महानुभावहरुमा हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्न चाहन्छु । धन्यवाद

सुशील प्याकुरेल
अध्यक्ष इन्सेक

मन्तव्य

अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र (इन्सेक) तथा म्यूजिक नेपालद्वारा संयुक्त रुपमा आयोजित यस कार्यक्रममा उपस्थित अतिथिज्यूहरुका साथै रेडियो नेपाल सुनिरहनुभएका सम्पूर्ण श्रोतावृन्दमा हार्दिक अभिवादन टक्र्याउँछु ।

म्यूजिक नेपाल मूलतः नेपाली गीत-संगीतको विकासंका लागि प्रतिवद्ध संस्था भएको व्यहोरा सर्वविदितै छ । यसलाई आफ्नो स्थापनाकालदेखि नै पूर्व मेचीदेखि पश्चिम महाकालीसम्मका कलाकार, स्रष्टाबाट अत्यधिक सहयोग प्राप्त भयो । आफ्नो १६ वर्षको यात्रामा यसलाई राष्ट्रका अति उत्तरदायी, तसर्थः अति लोकप्रिय, कलाकारहरुका सिर्जनाको व्यवस्थापन गर्ने सौभाग्य प्राप्त भयो । खासगरी, ०४६ सालपूर्वको अवस्थामा व्यक्तिगत जोखिम उठाएर पनि समाजलाई अँध्यारोबाट उज्यालोतर्फ उन्मुख गराउनुका साथै यसका विभिन्न वर्गलाई आफ्ना हक हितकाबारे संगीतका माध्यमबाट सचेत गराउन थुप्रै कलाकार-सांस्कृतिककर्मीहरुले प्रभावकारी भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ । यिनै स्रष्टा, कलाकार र सांस्कृतिककर्मीसँगको सत्संगको कारण शायद म्यूजिक नेपाल पनि आफ्नो सामाजिक उत्तरदायित्वप्रति केही संवेदनशील छ र लोकहितका लागि संगीतलाई प्रयोग गर्न सकेमा यसको सार्थकतामा वृद्धि हुने कुरामा विश्वास राख्दछ ।

शायद यही कारणले होला अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र (इन्सेक)ले मानवअधिकारबारे चेतना वृद्धि गर्न संगीतको माध्यमलाई प्रयोग गर्ने निर्णय गरेपछि सोको कार्यान्वयनका निम्ति म्यूजिक नेपाललाई संझियो । यसका निम्ति हामी इन्सेक तथा यसका पदाधिकारीप्रति आभारी छौं । निःसन्देह ०४५ सालमा यसको स्थापना भएपश्चात् इन्सेकले मानवअधिकारको क्षेत्रमा अति सराहनीय कार्य गरेको छ । संयुक्त राष्ट्रसंघद्वारा जारी गरिएको मानवअधिकारहरुको विश्वव्यापी घोषणा-पत्रका तीस वटै धाराले अघि सारेका अधिकारहरुको प्राप्ति तथा तिनको रक्षा गर्नु नै आफ्नो मुख्य उद्देश्य मानेर कार्यरत यस संस्थासँग मिलेर मानवअधिकार गीत सम्मेलनको आयोजना गर्न पाउँदा हामी हर्षित छौं । यस सम्मेलनले आशातीत रुपमा मानवअधिकारसम्बन्धी चेतनामा वृद्धि गराउनेछ भन्ने हामीले आशा गरेका छौं ।

यो सम्मेलनपश्चात् अडियो क्यसेटमार्फत् मानवअधिकारसम्बन्धी चेतना वृद्धि

गर्ने कार्यमा निरन्तरता प्रदान गर्ने उद्देश्य राखिएको छ। एक समृद्ध प्रजातान्त्रिक समाजको निर्माणको लागि मानवअधिकारसम्बन्धी दस्तावेजका उल्लेखित बुँदाहरुलाई आत्मसात गर्नु आवश्यक भएको कुरामा म्यूजिक नेपाल विश्वास राख्दछ र यस कार्यमा आफ्नो क्षमताले भ्याएसम्म सघाउने प्रतिवद्धता जाहेर गर्दछ।

अन्त्यमा, म यस गीत सम्मेलनलाई सफल गराउन आफ्नो अति राजनैतिक व्यस्तताका वावजूद पनि यहाँ उपस्थित हुनुभएका सम्मानीय भूतपूर्व प्रधानमन्त्रीज्यूप्रति हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछु। साथै, यसको सफलताका लागि महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान गर्नुहुने वरिष्ठ गीतकार, संगीतकार, गायक, गायिका तथा सहयोगी कलाकार, वाद्यवादकहरुप्रति आभार व्यक्त गर्दछु। साथै यस कार्यक्रमको कार्यान्वयनका लागि गठित इन्सेक तथा म्यूजिक नेपालका पदाधिकारी संलग्न भएको समन्वय समितिका सदस्यहरुलगायत अन्य सहयोगीहरुलाई हार्दिक धन्यवाद प्रदान गर्दछु।

धन्यवाद

सन्तोष शर्मा
प्रबन्ध निर्देशक
म्यूजिक नेपाल

स्वर- भोजराज भट्ट
संगीतः- भोजराज भट्ट
रचनाः- वोमबहादुर बलायर

आफ्नो हक आफैं बुझौं, नबुझे दुःख भोगिन्छ
चेतनाको अभावले, अधिकार खोसिन्छ ॥

समान जन्मेका मान्छे, धनी गरीब बने
जात जाति पर्खालले उचनिच भने ॥

पढ्न पाउने अधिकार, कति काम आयो
गरीबले ऐलेसम्म, कति काम पायो ॥

स्वास्थ्य सेवा कति पुग्यो, कति जीउन पाए
गरीबको झोपडीमा कति घाम उदाए ॥

जीउमा कपडा छैन, पेटमा छैन गाँस
रोकथाम प्रकोपले बाँच्ने छैन आस ॥

राष्ट्रसंघ चेतनाको, ज्योति जगाउँदैछ ।
डर त्रास अन्धविश्वास, सबै भगाउँदैछ ॥

ऐन कानुन सबै बने, संविधान बने ।
मान्छेले जीउन पाउने, मौलिक हक भने ॥

चेतनाको अभावले शोषण हुँदैछ ।
शोषकले गरीब दलाई पोषण गर्दैछ ॥

जाति भेद लिङ्ग भेद रुढीवादी हटाउँ ।
मानिसको सम्मान गरौं, उचनिच मेटाउँ ॥

सबैले जीउनपाउनु, अशक्त लुलाले
बाल, वृद्ध, महिलालाई, नसोस्नु ठूलाले

स्वरः- गोविन्द आचार्य
संगीतः- गोविन्द आचार्य
रचनाः- गोविन्द आचार्य

स्वतन्त्रभै मानिस बाँच्न, पाउनुपर्छ अहिले
मानिसले, मानिसलाई मानिस ठानौं पहिले-२

मान्छे खरीद-बिक्री हुने पीडा पनि झेल्यौं-२
निरंकुश हत्कडीका वन्धनहरु तोड्यौं

जीऊ ढाक्न, दुई छाक् खान,पाउनै पर्छ अहिले
मानिसले, मानिसलाई मानिस ठानौं पहिले । -२

जाति, धर्म रग लिङ्गको विभेद गर्नु हुन्न।
उस्तै रातो रगत् बग्छ, मानिस फरक हुन्न । -२

ओत लाग्ने, घर एउटा, पाउनै पर्छ अहिले ।
मानिसले, मानिसलाई, मानिस ठानौं पहिले ।-२

बाल-वृद्ध असक्तको, रक्षा हुनुपर्छ ।-२
शान्तिपूर्ण जीवन बिताउन पाउनुपर्छ ।

शिक्षा-दिक्षा रोजगार पाउनै पर्छ अहिले
मानिसले, मानिसलाई मानिस ठानौं पहिले ।-३

❑

स्वर : शंकर पौडेल
संगीत : लक्ष्मण न्यौपाने
रचना : सुरेन्द्र राना

कुनै देश हुन्न कुनै भेष हुन्न
मानवताको परिभाषा भित्र
रगत छ एउटै जगत छ एउटै
समानताको परिभाषाभित्र
कुनै देश हुन्न

पूर्वमा बाले पश्चिमा सुन्ने
यस्तो आवाज उठ्नुपर्छ
उत्तरमा उठे दक्षिणमा छुने
यसरी हात जुट्नु पर्छ

कुनै भूगोल हुन्न कुनै सिमाना हुन्न
समानताको परिभाषा भित्र
कुनै देश हुन्न.....

सिक्रीले नबाँध आत्मसम्मानलाई
पर्खालले नघेर स्वतन्त्रतालाई
सबैलाई समान भन्दछ कानुन
बन्दुकले नछेक अभिव्यक्तिलाई
कुनै धर्म छैन, कुनै भाषा छैन
मानवताको परिभाषाभित्र

स्वरः हरिदेवी कोइराला
संगीतः हरिदेवी कोइराला
रचना : हरिदेवी कोइराला

एउटै अकाश एउटै छन् ताराजुन
मान्छे सबै धर्तिका एउटै हुन्

जन्मेपछि जब टेक्छ भैंमा पहिलो पाउले
बाँच्ने हक शुरु हुन्छ मानिसको नाउले ।
उ जन्मदै स्वतन्त्र छ, छैन छेक थुन
खुसी उसको डुल्न फिर्न हाँस्न अनि रुन ।

पढ्ने लेख्ने संघ संस्था खोलने
अधिकार छ डटेर बोलने

कालो गोरो उचनिच छोरा हुन् या छोरी
सुरक्षाले ओत बस्न खान पेट भरी ।
धनी गरीव सानो ठूलो भेदभाव किन ?
न्याय कानून सबको समान हक अधिकार लिन ।

छुवाछुत जाति र पाति
यस्तो चलन साह्रै नै नजाति ।

भाषा भेष संस्कृति र धर्म अनि कर्म
खल्बल्याउनु हुन्न त्यहाँ पर्छ ठूलो मर्म ।
आफै जस्तो मानिसलाई बनाएर दास
यस्तो नियम बनाउने ती हुन् नि बदमास ।

एउटै आकाश एउटै छन् ताराजुन
मान्छे सबै धर्तिका एउटै हुन् ।

महिला पुरुष श्रमिकको बराबरी ज्याला
बालबालिका सुत्केरी र अपाङ्गको ख्याल
राजनीतिमा इच्छा आफ्नो, छैन करकाप
यो नागरिक अधिकारको ठूलो छ है छाप

जथाभावी गरेर दमन
कसैगरी हुँदैन है राष्ट्रमा चयन ।

लिन खोज्दा आफ्नो हक अर्काको नि हेरी
पार्नु हुन्न कसैलाई ठूलो मर्का फेरि
ज्ञान विज्ञान सृजनाको जसले गर्छ काम
सम्मानले इतिहासमा हुनुपर्छ नाम

राजी खुशी विहाबन्धन सम्पत्तिमा रक्षा
निर्धक्क भई चरी सरी जहाँ उड्छ इच्छा
एउटै आकाश एउटै छन् तारा जून
मान्छे सबै धर्तीका एउटा हुन्

❑

स्वर/संगीतः संजय श्रेष्ठ
रचनाः अनुराग श्रेष्ठ

जेलिएर बस्नु पर्दैन दाजुभाइ हो
हेपिएर बस्नु पर्दैन दिदीबहिनी हो
अन्याय र अत्याचारमा बाँच्नु पर्दैन दाजुभाइ, दिदीबहिनी हो
आवाज उठाउ नारा लगाउ हाम्लाई रुँदै बाँच्नु छैन हो

सुन नशामा मातेर हिंड्नेहरु
सुन स्वार्थी बनेर हिंड्नेहरु
मात्तिएर बस्नु हुँदैन दाजुभाइ हो
लोभिएर बस्नु हुँदैन दिदीबहिनी हो

आउ हात समाउ नारा लगाउ हाम्लाई देश छोड्नु छैन हो
नशा र स्वार्थमा बाँच्नु पर्दैन दाजु भाइ दिदीबहिनी हो
सुन अन्यायको अघि घूँडा टेक्नेहरु सगरमाथा पनि झुक्न लागेको छ ।
सुन अत्याचारको अघि आँशु पिउनेहरु नेपाल आमाको छाति सुक्न थालेको छ ।

आत्तिएर बस्नु हुँदैन दाजुभाइ हो
रित्तिएर बस्नु हुँदैन दिदीबहिनी हो
अन्याय र अत्याचारमा बाँच्नु हुँदैन दाजुभाइ दिदीबहिनी हो
आवाज उठाउ, नारा लगाउ हाम्लाई रुँदै बाच्नु छैन हो

तिमीलाई देखेर देशको आत्मा रोएको छ ।
तिम्रो अनुहारमा राष्ट्रघात झल्केको छ ।

❑

स्वर- तिर्थ गन्धर्व र गीता कोइराला
संगीत : तीर्थ गन्धर्व
रचना- पुष्पलता आचार्य

महिला- महिला पुरुष दुवै हुन बराबरः पाउनु पर्छ समान अधिकार ।
पुरुष- सोच्नु पर्‍यो सम्वन्धित निकायः हट्नु पर्‍यो बालमजदुर अन्याय ।
महिला- राख्नु पर्छ सबैले सद्भावः मान्नु हुन्न जातीय भेदभाव ।
पुरुष- परिश्रमको उचित मूल्यः हुनै पर्छ श्रमजीवी बाहुल्य ।
महिला- ठूला-ठूला महल छन् शहरमाः रुँदै हिंड्छन् बालबच्चा सडकमा ।
पुरुष-हुनु हुन्न शोषण र अत्याचारः पाउनु पर्छ बाँच्नलाई अधिकार ।
महिला- शिक्षालाई एकलौटी ठानीः भन्नु हुन्न यो गरीब यो धनी ।
पुरुष- हृदयमा मानवता भरेरः गर्नु पर्छ मानवताको कदर ।
महिला- अन्यायलाई सात डाँडा कटाऔंः हिंसा अनि बलात्कार हटाऔं ।
पुरुष- चालौं कदम सबैले तगडाः साम्य पारौ आपसी झगडा ।
महिला- अधिकार सबैलाई बरारबः अन्त्य गरौ गरीबी वेरोजगार ।
दुवै- चेतनालाई जगाई देउ सबको घरः यसै भन्छ मानव अधिकार ।

स्वरः हरि कर्माचार्य
संगीतः हरि कर्माचार्य
रचनाः भूषण श्रेष्ठ

पन्छी भए आकाशमा उड्न पाउनु पर्छ
मान्छे भए मान्छे जस्तै जिउन पाउनु पर्छ

दासताको परिधिमा मान्छे बस्नु हुन्न
समानता अधिकार हो खोस्न पाइँदैन
सानो ठूलो उँच-नीच केही हैन जाति
बस्नु हुन्न कोही पनि मान्छे भन्दा माथि

कालो गोरो सबैको नै रगत रातो हुन्छ
जस्तो घाउ लागे पनि उस्तै रगत बग्छ
विचारलाई बन्दुकले मार्न सक्ने को छ ?
आस्थालाई थुन्न सक्ने जेल कहाँ कुन छ ?

स्वरः ममता दिपविम र रीमा गुरुङ
संगीतः ममता दिपविम
रचनाः कृष्णहरी बराल

बदलियो रे, संसार धेरै, फेरियो जमाना
नारीका पनि फिर्छन् रे दिन पुग्छन् रे चाहना
सुन्दछु, अचेल, अनेकौं अनेक, म यस्तै समाचार
साँच्चै नै हाम्रा फिर्छन त दिन पाउँछौं त अधिकार
ए हो..... मानव अधिकार
सुन सुन

ढिकी र जाँतो मेलापात मात्रै, होइनन् रे इलम
हँसिया खेल्ने हातमा पनि खेल्छन् रे कलम
लाग्दैन अरे बोक्सीको वात, रुवाउन्नरे सासुले
पछेउरी अब, भिज्दैन भन्छन्, चेलीको आँशुले
ए हो..... चेलीको आँशुले ।

पशुले पनि गर्दैनन् भेद, छोरा र छोरीको
छोपेर आँखा, यो भेद गर्ने, मान्छे पो कस्तो हो
नारी त अब, देउकी र झुमा, अवला हुन्नन् रे
दाजुभाई भन्दा, पछाडि परें, भनेर रुन्नन् रे ।

❑

स्वरः जे.वी. टुहुरे
संगीतः जे.वी. टुहुरे
रचनाः जे.वी. टुहुरे

मानिस त म एउटै देख्छु ठूलो सानो किन ?
रगत सबको रातै देख्छु भेदभाव किन ?
लाटा सिधा निमुखालाई हेप्नु पर्ने किन ?
न्याय खोज्न जुलुस गर्दा दबाउनु किन ?
शोषण गर्ने परिपाटी बनाइ राख्नु हुन्न ।
काम गर्नेको उचित ज्याला दिन्न भन्नै हुन्न
अज्ञानबस मानिसले गर्दा केही भुल ।
दिनु हुन्न ज्ञानीहरुले मृत्यु हुने शुल !!

❑

स्वर : जीतेन राई, भूपाल राई
संगीत : जीतेन राई
रचना : भूपाल राई

के के बाँध्यौं नियममा ? खेस्रा कागतमा
मान्छे सबै बराबर मासु रगतमा

काटे एउटै रगत बग्ने दुख्ने सबैलाई
ज्यानको रक्षा गर्ने हक हुन्छ सबैलाई
जाति रङ्ग मान्नु हुन्न धर्म कानूनले
सानो ठूलो कोही हुन्न मान्छे जन्मले

समानताको न्याय खोज्ने सबको अधिकार
यातनाको विरुद्धमा बोल्ने अधिकार
धनी गरिव भन्नु मात्रै मान्छे बराबर
सबले समान् पाउनुपर्छ मानव अधिकार

❑

स्वर : सर्मिला बर्देवा
संगीत/रचना : सुक गुरुङ

छानो हाम्रो एउटै आकाश
जमीन हाम्रो भिन्दै भएपनि
निर्धक्कले बाँच्न पाउनुपर्छ
मान्छे धनी गरीव भएपनि
छानो .....भिन्दै भए पनि

धर्म कर्म, भाषा, संस्कार सबका आफ्ना आफ्नै छन्
आस्था, विश्वास जातिजातिमा संसारभरी फरक छन्
तर, सबलाई चाहिने कुरा, गाँस, वास, कपास नै त हुन्
मान्छे सबै बराबरी हुन्, विश्वभरी छरिएता पनि
निर्धक्कले बाँच्ने .....मान्छे धनी गरीव भए पनि

खानु पिउनु रुनु हाँस्नु जन्मसिद्ध अधिकार हो
सम्मान पूर्वक बाँच्नु पाउनु, मानव अधिकार हो
मान्छे सबलाई शान्ति चाहिन्छ, शान्तिमा नै जीवन हुन्छ
जीवन जीउन स्वच्छ हावा, सबका सबले पाउनैपर्छ
छानो हाम्रो.....
जमीन हाम्रो.....
निर्धक्कले.....
मान्छे धनी .....

❑

स्वरः हरिश माथेमा
संगीतः दिपेश प्रधान
रचनाः रमण घिमिरे

सबै मान्छे बराबर छन्, सबको रगत रातै हुन्छ
अनि फेरि भेदभाव उँचनीच किन हुन्छ

जन्म दिने आमा उस्तै, सास फेर्ने हावा यौटै
नदीनाला, हिमाल, पहाड हाम्रा सबै साझा यौटै
घाम्ले पोल्ने, जाडो हुँदा, काम्ने हाम्रो जीउ उही
ओड्ने आकाश उही हाम्रो, ओछ्याउने धर्ती उही

केही छैन फरक सबको, हिंड्ने बाटो एकै हुन्छ
अनि फेरि भेदभाव-उँचनीच किन हुन्छ ?

निन्द्रा लाग्छ सबैलाई, थकाई-तिर्खा-भोक लाग्छ
सबैलाई खुशी लाग्छ, उस्तै दुःख शोक लाग्छ
जाति, धर्म लिङ्ग, वर्णको यो पर्खाल तेर्स्याएर
किन हेप्ने, मान्छेलाई, मान्छेले नै सताएर ?

केही छैन अन्तर यहाँ, दुनियाँ नै एउटै छ
अनि फेरि भेदभाव-उँचनीच किन हुन्छ ?

❑

स्वरः पुरुषोत्तम न्यौपाने, हरिदेवी कोइराला
संगीतः हरिदेवी कोइराला
रचना : हरिदेवी कोइराला

आफ्नै देशमा नपाए रोजगार
के हो बाँच्ने जीवनको आधार
धुक्धुकीमा रहिन्जेल यो सास
सब्को हक गाँस, बास कपास ।

क्षमताको दिएर काम
राख्नुपर्छ राष्ट्रले सुनाम
भेदभाव गरेर पक्षपात
नागरिकलाई नपरोस् ठूलो घात

विना काम हात बाँधी बसेर
के को विकास भोको पेट कसेर ।
खेर नहोस्, पढेको प्रमाण
बल्ल हुन्छ राष्ट्रमा निर्माण

पेसा एउटा पाउनुछ अवस्य
फुल्न पर्छ सबैको भविष्य
थिचोमिचो शोषण कहीं नहोस्
यो समाजको सिर्जना मौलाओस् ।

❑

स्वर : राजु लामा
संगीतः- ममता दिपबिम
रचनाः- शिव बस्नेत

श्रृष्टिकै सुन्दर, मानिस हामी, सबै छौं बराबर
जाती र धर्म, भाषाको भरमा, भेदभाव नगर
रगत सबको, रातो नै हुन्छ, उँचनीच कोही छैन्
सबैलाई आफ्नो, स्वतन्त्रता प्यारो, त्यो थिच्न पाइदैन्

मानिसको जुनि, जन्मिए पछि, गाँसवास चाहिन्छ
काम गरी खान, नोकरी पेशा,काम रोज्न पाइन्छ
मजदूर भनि शोषण गर्नु, कसैले हुँदैन
सबै कुराको, सीमा पो हुन्छ, त्यो मिच्न पाइदैन्

कानुनका सामू, कोही हुन्नन् ठूलो सबै छन् बराबर
ससम्मान जिउन, तीस धारै बुझौं, मानव अधिकार
जन्मले मानिस, हुँदैन ठूला, हुन्छ है कामले
भेदभाव छोडी, मित्रता बढाऔं, आपसमा हामीले

❑

स्वर. कुन्ती मोक्तान
संगीतः शीलाबहादुर मोक्तान
रचनाः दिलीप श्रेष्ठ

जन्मिएपछि जिउनलाई खोज्नु,
अन्धेरो छँदा उज्यालो रोज्नु,
मान्छेको अधिकार
मान्छेको अधिकरलाई थिच्ने. मान्छेलाई छ धिक्कार ।

अन्याय गर्ने मानिस माथि, मान्छे नै छ यहाँ
ठूलो र सानो भेदभाव गर्ने, मान्छे नै छ यहाँ,
भेदभाव मलाई नगर भन्नु,
न्यायको लागि संघर्ष गर्नु,
मान्छेको अधिकार
मान्छेको अधिकारलाई थिच्ने, मान्छेलाई छ धिक्कार ।

धेरै छन् मान्छे मान्छे कै सामु, हिनताले झुकेको,
यातना दिने मान्छेलाई के थाहा, मान्छेलाई दुःखेको,
बाँधेको साँग्लो चुडाउन खोज्नु,
झुकेको शिरलाई उठाउन खोज्नु,
मान्छेको शिरलाई उठाउन खोज्नु,
मान्छेको अधिकार
मान्छेको अधिकारलाई थिच्ने, मान्छेलाई छ धिक्कार ।

❑

स्वरः सुनिता सुब्बा र लासमीत राई
संगीतः गणेश परियार
रचनाः कालीप्रसाद रिजाल

जाग जाग दिदी बहिनी उठ तिमी पनि
कति बस्छौ अँध्यारोमा कर्मै यस्तो भनी
संसारमा कहाँ कहाँ पुगिसके नारी
तिमीचाहीं बसेका छौ सधैं आँशु झारी

उही बाबु उनै आमा उस्तै छ नि रगत
तर पनि छोरीलाई हेला गर्छन् जगत
छोराछोरी फूलका थुंगा शोभा भन्छन् धर्को
फेरि किन छोरीलाई व्यवहार अर्को

छोराछोरी छुट्याउदैनन् पशुपंक्षी पनि
कति बस्छौ अँध्यारोमा कर्मै यस्तो भनी

अधिकार दिएको छ कानूनले हक
अघि सर नारी अब नमानेर धक
छोरी देउकी चढाउने रितिथीति रोकौं
चेलीबेटी बेच्नेलाई भ्यालनामा ठोकौं

उठ नारी जुर्मराई शक्ति रुप बनी
कति बस्छौ अँध्यारोमा कर्मै यस्तो भनी

वर्ष अठार नपुगी विहे गर्न हुन्न
वालिग भै आफै रोजे कानूनले छुन्न
दासी भनी अत्याचार गर्न पाईदैन
सौता हाल्न छोड्न पनि त्यसै पाईदैन

आफ्नै भरमा बाँच्नपर्छ तिम्ले पढी गुनी
कति बस्छौ अँध्यारोमा कर्मै यस्तो भनी

मानव अधिकार गीत सम्मेलन
आयोजक समिति

मदन दिपविम
म्यूजिक नेपाल

कुमार बस्नेत
म्यूजिक नेपाल

रमण घिमिरे
म्यूजिक नेपाल

कुन्दन अर्याल
इन्सेक

देविकानन्द तिमिल्सिना
इन्सेक

कृष्ण सुवेदी
इन्सेक

सुमन विष्ट
म्यूजिक नेपाल

संयुक्त राष्ट्र संघद्वारा सन् १९४८ मा मानव अधिकारहरूको विश्वव्यापी घोषणापत्र जारी गरिएको थियो ।

त्यो घोषणापत्र जारी गरिएको झर्खरै पचास वर्षपूरा भएको छ ।

नेपाल अधिराज्यको संविधान २०४७ ले हाम्रा मानवअधिकारहरूको प्रत्याभूति गरेको छ ।

तर

थाहा नपाएसम्म हामी आफ्ना अधिकारहरूको उपभोग पनि गर्न सक्दैनौं ।

मानव अधिकार शिक्षा कार्यक्रम

हरेक शनिबार

रेडियो नेपालमा:

बिहान ८.३० बजे

सगरमाथा एफ.एम.मा

बिहान ७.१५ बजे

मानवअधिकार शिक्षा कार्यक्रम

अनौपचारिक क्षेत्र सेवा केन्द्र (इन्सेक)

पोष्ट बक्स नं. ४९०६

काठमाडौं