मानव अधिकार रक्षकहरूको समष्टिगत सुरक्षा सम्बन्धी पुस्तिका

"मानव अधिकार रक्षकहरूको पहिचान : संरचनात्मक विभेद विरुद्धको अभियान"

WOREC

FORUM-ASIA

मानव अधिकार रक्षकहरूको समष्टिगत सुरक्षा सम्बन्धी पुस्तिका

परिवर्तनका संवाहक: मानव अधिकार रक्षकहरूको सुरक्षा, पहिचान र मान्यता

"मानव अधिकार रक्षकहरूको साहस, प्रतिवद्धता र समर्पण मानव अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धनको मेरुदण्ड हो । उनीहरू राज्य तथा समाजका लागि उत्तरदायी शासन, समानता र मानव अधिकारको सुनिश्चितताका सम्वाहक हुन्" । - संयुक्त राष्ट्र महासचिव एन्टोनियो गुटेरेस

"महिला मानव अधिकार रक्षकहरू केवल आफ्ना अधिकारको लागि मात्र नभई उनीहरूले समाजमा भएका हरेक प्रकारका असमान शक्ति सम्बन्ध र संरचनात्मक विभेद साथै दमनको विरुद्धमा चुनौती दिइरहेका छन्" । - हिना जिलानी, अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार अधिवक्ता एवं संयुक्त राष्ट्रसंघकी पूर्व विशेष प्रतिनिधि

विश्वभरिका मानव अधिकार रक्षकहरू शान्ति, लोकतन्त्र र न्याययुक्त समाज निर्माणमा सक्रिय भूमिका खेलिरहेका छन् । उनीहरू सामाजिक परिवर्तनका संवाहक, विकासका सूत्रधार, र मानव अधिकार उल्लंघन विरुद्धको अग्रपङ्तिका अभियन्ता हुन् । तर आज उनीहरूमाथि हुने धम्की, दुर्व्यवहार, असुरक्षा, अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता माथिको नियन्त्रण जस्ता चुनौतीहरू दिन प्रतिदिन बढिरहेका छन् ।

यस्ता चुनौतीहरू बीच, २०१७ मा संयुक्त राष्ट्रसंघले सर्वसम्मतिले पारित गरेको प्रस्तावले मानव अधिकार रक्षकहरूको भूमिकालाई सम्मान गर्ने मात्र होइन, उनीहरूको संरक्षण सुनिश्चित गर्न अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डहरूको कार्यान्वयन गर्नका लागि सबै राष्ट्रहरूलाई आह्वान गरेको छ ।[१]

यो पुस्तिकाको मुख्य उद्देश्य मानव अधिकार रक्षकहरूको समष्टिगत सुरक्षाको आवश्यकता र महत्वलाई जोड दिनु हो । साथै यो पुस्तिकाले उनीहरूको समग्र सुरक्षालाई सुदृढ बनाउन व्यावहारिक उपायहरू, रणनीतिहरूको सम्बन्धमा समेत जानकारी प्रदान गर्दछ ।

१ https://undocs.org/A/RES/72/247

विषयसूचि :

को हुन् मानव अधिकार रक्षक ? २

को हुन् महिला मानव अधिकार रक्षक ? २

को हुन सक्छन् मानव अधिकार रक्षक ? ३

मानव अधिकार रक्षकहरु किन जोखिममा छन् ? ४

मानव अधिकार रक्षकहरुले भोग्दै आएका मुख्य जोखिमहरु ४

मानव अधिकार रक्षकलाई किन साथ, संरक्षण र सहयोग आवश्यक छ ? ६

जोखिम व्यवस्थापन गर्न के गर्ने ६

» व्यक्तिगत तहमा ६

» सामाजिक तहमा ७

» राज्यको तहमा ७

मानव अधिकार रक्षकहरुको समष्टिगत सुरक्षा भनेको के हो ? ९

मानव अधिकार रक्षकहरुको समष्टिगत सुरक्षाको मुख्य तत्वहरु ९

» भौतिक सुरक्षा ९

» डिजिटल सुरक्षा १०

» मनोसामाजिक सुरक्षा १०

सुरक्षाको लागि के गर्ने १२

मानव अधिकार रक्षकहरुका लागि कानुनी संरक्षणका प्रावधानहरु १४

मानव अधिकार रक्षकहरूको संरक्षणमा सबैको साझा जिम्मेवारी १६

सन्दर्भ सामग्रीहरु

को हुन् मानव अधिकार रक्षक ?

समाजमा भएको विभेदलाई महशुस र विश्लेषण गरी मानव अधिकारको संरक्षण र सम्वर्द्धनका लागि आवाज उठाउने वा पैरवी गर्ने हरेक व्यक्ति मानव अधिकार रक्षक हुन् । संयुक्त राष्ट्र संङ्घद्वारा सन् १९९८ मा पारित मानव अधिकार रक्षक सम्बन्धी घोषणापत्रको परिभाषा अनुसार "मानव अधिकार रक्षक भन्नाले त्यस्ता व्यक्ति, समूह तथा संस्थाहरू हुन् जो विभिन्न प्रकारका मानव अधिकार हनन्का विरुद्ध क्रियाशील छन् तथा सबै व्यक्ति तथा समुदायको आधारभूत स्वतन्त्रताको लागि कार्य गर्दछन्" ।

को हुन् महिला मानव अधिकार रक्षक ?

महिला भित्रको विविधतालाई आत्मसात गरी महिला लगायत अन्य पछाडि पारिएका समुदायका मानव अधिकारहरूको हनन्का घटना बिरुद्ध आवाज उठाउने, रक्षा र सम्मानका लागि दबाब सिर्जना गर्ने, पैरवी गर्ने तथा महिला तथा पछाडि पारिएका समुदायहरूलाई आफ्ना अधिकारहरू प्रति सचेत गराउँदै अधिकार प्राप्तिका लागि सङ्गठित गर्ने, महिला हिंसा बिरुद्धको अभियानमा संलग्न महिला अधिकारकर्मीहरूलाई महिला मानव अधिकार रक्षक भनिन्छ । जसले समाजमा विद्यमान असमान शक्ति सम्बन्धबाट सिर्जित हरेक प्रकारका विभेद र हिंसा विरुद्धका साथै यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य अधिकार, पर्यावरणीय अधिकार, श्रम अधिकार, पहिचानको अधिकार लगायतका सवालहरूमा पनि आवाज उठाउँछन् ।

को हुन सक्छन् मानव अधिकार रक्षक ?

मानव अधिकार रक्षक भन्नाले जुनसुकै देश, उमेर, लैङ्गिकता, यौन अभिमुखीकरण, धर्म, जाति, वर्ग वा सामाजिक पहिचानका व्यक्ति हुन सक्छन् । तिनीहरूको पेसा वा भूमिका जे भए पनि जसले शान्तिपूर्ण तरिकाले मानव अधिकारको प्रवर्द्धन र संरक्षणमा योगदान दिन्छन्, उनीहरू मानव अधिकार रक्षक हुन सक्छन् ।

उदाहरणका रूपमा निम्न व्यक्तिहरू हुन सक्छन्:

» अभियन्ताहरू (महिला, युवा, समुदाय, भूमि अधिकार आदि)

» राजनीतिक कार्यकर्ता

» ट्रेड युनियन नेताहरू वा सदस्यहरू

» नागरिक समाज संस्थाका कर्मचारीहरू

» पत्रकारहरू (सामाजिक सञ्जाल सहित)

» कानुन व्यवसायीहरू

» सडक व्यापारीहरू

» स्वास्थ्यकर्मीहरू

» शिक्षकहरू

» कलाकारहरू

- मानव अधिकार रक्षकहरूलाई तिनीहरूले मानव अधिकारको पक्षमा के गर्छन् भन्ने आधारमा चिनिन्छ । उनीहरूले सबै प्रकारका मानव अधिकारहरू, नागरिक, राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक र सांस्कृतिक अधिकारको प्रवर्धन गर्छन् ।
- उनीहरूले व्यक्तिगत वा समूहको तर्फबाट काम गर्छन् ।
- नागरिक समाज औपचारिक संस्था (जस्तै गैर-सरकारी संस्था (NGO, ट्रेड युनियन) वा अनौपचारिक समुदायमा आधारित महिला तथा युवा समूह र सञ्जालहरू पनि हुन सक्छ ।

ती सबै मानव अधिकार रक्षकहरू हुन् । मानव अधिकार रक्षकको पहिचान उनीहरूले गरेका काम र प्रतिबद्धताबाट हुन्छ, न कि उनीहरूको पेसागत हैसियत वा सामाजिक स्थितिबाट । विशेषगरी महिला, यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक र वातावरणीय तथा भूमि अधिकार, यौन तथा प्रजनन् स्वास्थ्य अधिकार, श्रमको मान्यता र पहिचानको अधिकार लगायतका मुद्दामा क्रियाशील मानव अधिकार रक्षकहरूले समाजमा पछाडि पारिएका समूहको अधिकार सुनिश्चित गर्न विशेष योगदान पुऱ्याएका छन्, जसको मान्यता र सम्मान आवश्यक छ ।

मानव अधिकार रक्षकहरू किन जोखिममा छन् ?

मानव अधिकार रक्षकहरू समाजमा मानव अधिकार, न्याय, समानता र स्वतन्त्रताको पक्षमा आवाज उठाउने व्यक्तिहरू हुन् । उनीहरूले राज्य, शक्ति संरचना, वा सामाजिक प्रणालीमा विद्यमान असमानता, विभेद, उत्पीडन, र दमनको विरूद्धमा आवाज उठाउने भएकोले जोखिममा पर्ने गर्दछन् । मानव अधिकार रक्षकहरूमा पनि महिला, यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक, सामाजिक रुपमा पछाडि पारिएका वर्गलाई प्रतिनिधित्व गर्ने मानव अधिकार रक्षकहरू भने थप जोखिम तथा हिंसाको सामना गर्दछन् । महिला मानव अधिकार रक्षकहरूले समाजमा रहेका हरेक प्रकारका असमानता, समाजमा रहेका विभेदकारी सामाजिक मूल्य मान्यता, लैङ्गिक विभेद, पितृसत्तात्मक सोच तथा व्यवहारको विरुद्धमा साथै राज्यका विभेदकारी नीति तथा व्यवस्थाको विरुद्धमा प्रश्न उठाउने भएका कारण उनीहरूले थप जोखिमको सामना गर्दछन् ।

मानव अधिकार रक्षकहरूले भोग्दै आएका मुख्य जोखिमहरू

» व्यक्तिगत तथा सामूहिक स्तरमा धम्की, डर देखाउने कार्यहरू, र सामाजिक निगरानी
» भौतिक आक्रमण, दुर्व्यवहार तथा हिंसात्मक कार्यहरू
» जबरजस्ती गिरफ्तारी, मनोमानी कानुनी कारबाही, र कानूनी प्रक्रियाको दुरूपयोग
» समुदाय वा संस्थागत स्तरमा सामाजिक बहिष्कार तथा अस्वीकार
» परिवारका सदस्यहरूलाई लक्षित गरिने धम्की र दबाब
» चरित्र हत्या, सार्वजनिक छवि बिगार्ने नियोजित प्रयासहरू
» लैङ्गिकता, यौनिकता र गतिशीलता माथि नियन्त्रण तथा भेदभाव
» अभिव्यक्ति स्वतन्त्रता माथि अङ्कुश र आवाज दवाउने प्रयास
» व्यक्तिगत सुरक्षासँग जोडिएको गोपनीयता उल्लङ्घन
» लैङ्गिक तथा यौन हिंसा, साथै अनलाइन दुर्व्यवहार र डिजिटल हिंसा
» लगातारको तनावले उत्पन्न हुने गहिरो थकान र काम प्रतिको अरुचि (बर्नआउट)

उच्च जोखिममा रहेका समूहहरू

» महिला मानव अधिकार रक्षकहरू
» यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक समुदायका मानव अधिकार रक्षकहरू
» अपाङ्गता भएका मानव अधिकर रक्षकहरू
» जातीय, वर्गीय वा सामाजिक रूपमा पछाडि पारिएका समुदायका मानव अधिकार रक्षकहरू

उनीहरूले राज्य र समाजमा विद्यमान असमान शक्ति सम्बन्ध र संरचनात्मक विभेदको विरुद्धमा आवाज उठाउने हुँदा उनीहरूले थप जोखिम तथा चुनौतीहरूको सामना गर्ने गर्दछन् ।

सबै मानव अधिकार रक्षकको अनुभव एउटै हुँदैन; उनीहरूको पहिचान, सामाजिक अवस्था, वर्ग, जात, लिङ्ग, यौनिकता, वा अन्य सामाजिक संरचनाका कारण उनीहरूले भोग्ने जोखिम र प्रभाव फरक-फरक हुन्छ । अन्तरविविधता (intersectionality)को दृष्टिकोणले हेर्दा, महिला, यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक, तथा सामाजिक रूपमा पछाडि पारिएका समुदायबाट आउने मानव अधिकार रक्षकहरू अझ बढी जोखिममा पर्छन् । महिला मानव अधिकार रक्षकहरूलाई विशेष रूपमा हानिकारक सामाजिक-सांस्कृतिक परम्परा, मुल्य-मान्यताहरू, र पितृसत्तात्मक सोचले लक्षित गर्छ; जसले उनीहरूको गतिशीलता र यौनिकता माथि नियन्त्रण गर्दछ । यसका अतिरिक्त, मानव अधिकार रक्षकको रूपमा राज्यले औपचारिक मान्यता र पहिचान नदिँदा र उनीहरूको सुरक्षाका लागि स्पष्ट कानुनी प्रावधान तथा संस्थागत संयन्त्र नहुनुले थप संरचनात्मक जोखिम सिर्जना गर्दछ । यस्तो अवस्थाले मानव अधिकारका पक्षमा वकालत गर्ने व्यक्ति मात्र होइन, समग्र मानव अधिकारका लागि आवश्यक सामाजिक वातावरणलाई पनि कमजोर बनाउँछ ।

मानव अधिकार रक्षकलाई किन साथ, संरक्षण र सहयोग आवश्यक छ ?

» मानव अधिकार रक्षकहरूले मानव अधिकारका उल्लङ्घन विरुद्धको लडाइँमा महत्वपूर्ण भूमिका खेल्छन्, जुन भेदभाव र अन्याय विरुद्धको सङ्घर्षको मुख्य पाटो हो ।

» राज्य र गैरराज्य दुबै पक्षहरूलाई मानवधिकारको सम्मान र संरक्षण गर्न निरन्तर माग गरेवापत मानव अधिकार रक्षकहरू कहिलेकाँही नकारात्मक भएको आरोप लाग्छ वा नकारात्मक रूपमा लिइन्छन् । यसले गर्दा उनीहरूलाई विभिन्न स्वरूपका ज्यादती हुने सम्भावना पनि रहन्छ ।

जोखिम व्यवस्थापन गर्न के गर्ने :

व्यक्तिगत तहमा :

सामाजिक तहमा :

सामाजिक सांस्कृतिक रुपान्तरण

सहयोगी संयन्त्र तथा सञ्जालको निर्माण

सम्मान र इच्छा अनुसारको स्थानान्तरण (Relocation)

राज्यको तहमा :

- मान्यता, पहिचान, सुरक्षा र संजालिकरणको प्रत्याभूति
- राष्ट्रिय तथा अन्तराष्ट्रिय प्रतिवद्धता
- राज्यले नीति तथा संयन्त्र निर्माण र प्रभावकारी कार्यन्वयन
- आपत्कालिन कोष
- प्रभावित केन्द्रित न्याय प्रणाली
- सामाजिक सुरक्षा

“कुनै पनि तालिम वा योजना

“मानव अधिकार रक्षकहरूलाई पूर्ण रूपमा सुरक्षित बनाउने जिम्मेवारी राज्यको हो । तर, जब सुरक्षाको प्रत्याभूति तत्काल हुन सक्दैन तब मानव अधिकार रक्षकहरू स्वयंले सम्भावित जोखिमबारे सचेत भई, आफ्ना सीप, रणनीति, र समष्टिगत सुरक्षा उपायहरू सुदृढ गर्दै जोखिम घटाउन सक्छन् । यसका साथै, राज्य र सम्बन्धित सबै पक्षलाई उत्तरदायी बनाउँदै, मानव अधिकार रक्षकहरूको सुरक्षा सुनिश्चित गर्ने साझा प्रयास आवश्यक छ ।”

मानव अधिकार रक्षकहरूको समष्टिगत सुरक्षा भनेको के हो ?

समष्टिगत सुरक्षा भन्नाले मानव अधिकार रक्षकहरूको शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक, डिजिटल, सामाजिक र साङ्गठनिक पक्षलाई समेट्दै जोखिम न्यूनिकरण र दिगोपनलाई केन्द्रमा राख्ने समग्र सुरक्षाको दृष्टिकोण हो। यो दृष्टिकोणले म साङ्गठनिक ानव अधिकार रक्षकहरूलाई उनीहरूको व्यक्तिगत र सामाजिक सन्दर्भमा देखिने बहुआयामिक चुनौतीहरूको पहिचान गर्दै, सजग योजना, समन्वय र सक्रिय कार्यान्वयनको माध्यमबाट सुरक्षा सुनिश्चित गर्न सहयोग पुर्‍याउँछ।

विशेष गरी महिलाहरू, यौनिक तथा लैङ्गिक अल्पसंख्यक, जातीय र सामाजिक रूपमा पछाडि पारिएका समुदायका रक्षकहरू बहुपक्षीय हिंसा र उत्पीडनको उच्च जोखिममा पर्छन्। यस्तो अवस्थामा उनीहरूको सुरक्षाका लागि सामाजिक संरचना, शक्ति सन्तुलन, तथा भित्री-बाहिरी अनुभवका आधारमा सम्वेदनशील सुरक्षा रणनीति विकास गर्नु अपरिहार्य हुन्छ। समष्टिगत सुरक्षाले भिन्न-भिन्न सुरक्षा पक्षहरूलाई अलग्गै नभई, आपसमा अन्तरसम्बन्धित रूपमा समेट्छ, जसमा शारीरिक सुरक्षा, मनोसामाजिक समर्थन, डिजिटल पहुँचको सुरक्षा, र संस्थागत प्रक्रिया सबै सँगसँगै समाहित हुन्छन्। यस प्रकारको दृष्टिकोणले केवल जोखिमबाट जोगाउने काम मात्र होइन, न्याय, गरिमा र सुरक्षित वातावरणमा मानव अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धन गर्न सक्षम बनाउने दिगो आधार तयार गर्छ।

मानव अधिकार रक्षकहरूको समष्टिगत सुरक्षाको मुख्य तत्वहरू

भौतिक सुरक्षा :

भौतिक सुरक्षा भन्नाले मानव अधिकार रक्षकहरूलाई उनीहरूको शरीर, जीवन, बासस्थान, कार्यस्थल, वा सार्वजनिक स्थानमा हुने कुनै पनि खालको हिंसा, नियन्त्रण, अथवा आक्रमणबाट सुरक्षित राख्ने संरचनात्मक र व्यवहारिक उपायहरूको समग्र दृष्टिकाणलाई जनाउँछ। यसल केवल शारीरिक आक्रमणको जोखिम मात्र होइन, राज्य र गैर-राज्य पक्षबाट हुने लैङ्गिक, जातीय, वर्गीय, यौनिकता र पहिचानमा आधारित भेदभावकारी आक्रमण तथा नियन्त्रण प्रयासहरू प्रति पनि संवेदनशील रहनुपर्ने आवश्यकता देखाउँछ। भौतिक सुरक्षा भनेको "केवल आत्मरक्षा" मात्र नभई शक्ति सम्बन्धहरूलाई चुनौती दिँदै, समावेशी, पहुँचयोग्य र सुरक्षित स्थान निर्माण गर्ने राजनीतिक अभ्यास पनि हो।

डिजिटल सुरक्षा :

डिजिटल सुरक्षा एक प्रविधिको प्रयोगबाट उत्पन्न हुने जोखिमबाट जोगिनु मात्र नभई डिजिटल संसार भित्र कायम असमानता, सत्ताको प्रयोग, डिजिटल प्रविधि माथिको पहुँचको विभाजन, र सूचना माथिको नियन्त्रणको सवाल समेत हो । यो मानव अधिकार रक्षकहरूलाई अनलाइन उत्पीडन, ट्रोलिङ, निगरानी, गोपनीयता हनन्, वा गलत सूचना (disinformation) मार्फत हुने आक्रमणबाट सुरक्षित राख्नुका साथै उनीहरूको डिजिटल स्वायत्तता, पहुँच र आवाज सुरक्षित राख्ने प्रक्रिया हो । डिजिटल सुरक्षा भनेको सबै लैङ्गिक र सामाजिक पृष्ठभूमिका रक्षकहरूको लागि स्वतन्त्र, न्यायपूर्ण र सुरक्षित साइबर स्पेस सुनिश्चित गर्ने सामूहिक प्रयास हो ।

मनोसामाजिक सुरक्षा :

मनोसामाजिक सुरक्षाले मानव अधिकार रक्षकहरूको मानसिक, भावनात्मक र सामाजिक भलाइलाई केवल व्यक्तिगत जिम्मेवारीका रूपमा मात्र नभई, संस्थागत, संरचनागत र समुदायगत समर्थन प्रणालीको रूपमा हेर्छ । यसले स्व-हेरचाह, पारस्परिक हेरचाह (collective care), र शक्ति सन्तुलनका विषयहरूलाई जोड दिंदै, रक्षकहरूलाई सामाजिक बहिष्कार, लैङ्गिक हिंसा, आघात् (Trauma) असर, र भावनात्मक थकानसँग जुध्न सशक्त बनाउने प्रक्रिया हो । मनोसामाजिक सुरक्षा भनेको मानव अधिकार रक्षकहरूको मनोसामाजिक सुरक्षाको लागि मात्र नभई मानव अधिकार को आन्दोलनको दिगोपना र रुपान्तरणका लागि अपरिहार्य छ ।

मानव अधिकार रक्षकहरूको समग्र सुरक्षा सुनिश्चित गर्न सञ्जालिकरणलाई बलियो बनाउनु अत्यावश्यक छ । मानव अधिकार रक्षकहरू बीचको प्रभावकारी समन्व्य, सहकार्य र अनुभव, स्रोत, तथा सीपको साझा आदानप्रदानले उनीहरूको व्यक्तिगत र सामूहिक क्षमता दुवैलाई थप बलियो बनाउँछ । यसले व्यक्तिगत स्तरमा मात्र होइन, मानव अधिकार आन्दोलनलाई पनि दिगो र प्रभावकारी बनाउँछ । अतः मानव अधिकार संरक्षणको लागि सञ्जालिकरणलाई केन्द्रित गरी यसको सुदृढीकरणलाई प्राथमिकता दिनु अपरिहार्य छ ।

सुरक्षाको लागि के गर्ने :

भौतिक सुरक्षाका लागि

- » वरपरको अवस्था प्रति सधैं सतर्क रहनुहोस् ।
- » नजिकको अस्पताल, प्रहरी कार्यालय बारे जानकारी राख्नुहोस् ।
- » अपरिचितलाई पूर्ण रुपमा विश्वास नगर्नुहोस् ।
- » संवेदनशील कागजातहरू आवश्यक नभएसम्म नबोक्नुहोस् ।
- » कार्यालयमा ताला, CCTV क्यामरा, सुरक्षा गार्डको व्यवस्था गर्नुहोस् ।
- » आगन्तुकहरूको विवरण अभिलेख राख्नुहोस् ।
- » सार्वजनिक ठाउँमा मात्र भेटघाट गर्नुहोस् ।
- » जोखिम मूल्याङ्कन गरी क्रियाकलाप अगाडि बढाउनुहोस् ।
- » आपत्कालीन सम्पर्क नम्बर सुरक्षित तर पहुँचयोग्य स्थानमा राख्नुहोस् ।
- » धम्की तथा सुरक्षा सम्बन्धी घटनाहरूको विश्लेषण गर्नुहोस् ।
- » साझा सिकाइ र सहयोग मार्फत 'म एक्लो छैन, हामी सँगै छौं' भन्ने भावना बलियो बनाउने भावनात्मक समर्थन संयन्त्र विकास गर्नुहोस् ।
- » मानव अधिकार रक्षकहरूको क्षमता विकासमा सहजीकरण गर्ने ।
- » समूह सञ्जालसंगको आवद्धता ।

डिजिटल सुरक्षाका लागि

- » प्रत्येक खाताका लागि फरक र बलियो पासवर्ड (कम्तीमा १५ अक्षर र सिम्बोलहरू) को प्रयोग गर्नुहोस् ।
- » पासवर्ड व्यवस्थापन उपकरण प्रयोग गर्नुहोस् ।
- » सुरक्षित संचार माध्यम (End–to–End Encryption) प्रयोग गर्नुहोस् ।
- » संवेदनशील सूचनाको आदानप्रदान गर्दा भर्चुअल नेटवर्क VPN प्रयोग गर्नुहोस् ।
- » उपकरणमा रहेको तथ्याङ्क (डेटा) वर्गीकरण गरेर संवेदनशीलता मूल्याङ्कन गर्नुहोस् ।
- » संवेदनशील डेटा इन्क्रिप्ट गर्नुहोस् र ब्याकअप राख्नुहोस् ।

मनोसामाजिक सुरक्षाका लागि

» काम र व्यक्तिगत जीवनमा सन्तुलन राख्नुहोस् ।
» सन्तुलित भोजन, पर्याप्त निद्रा र नियमित व्यायाम गर्नुहोस् ।
» आफ्ना भावना बारे सोच्ने, बुझ्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।
» स्व:हेरचाहका अभ्यासहरू गर्नुहोस् ।
» आफन्त, साथी वा सहकर्मीहरूसँग खुलेर कुरा गर्नुहोस् ।
» तनाव उत्पन्न गराउने संरचनात्मक कारण पहिचान गर्नुहोस् र तिनबाट सुरक्षित रहने आफ्नो सीमा निर्धारण गर्नुहोस् ।
» विश्वासपात्र साथी, महिला समूह, वा समर्थन सञ्जालसँग संवाद गर्नुहोस् र संघर्ष सामूहिक हो भन्ने अनुभूति जागृत गर्नुहोस् ।
» आवश्यक परेमा मनोविद् वा अन्य विशेषज्ञको सहयोग लिन नहिचकिचाउनुहोस् ।

मानव अधिकार रक्षकहरूका लागि कानुनी संरक्षणका प्रावधानहरू

- मानव अधिकार रक्षक सम्बन्धी घोषणापत्र (१९९८) ले हरेक व्यक्तिलाई मानव अधिकारको संरक्षण र प्रवर्द्धनमा लक्षित शान्तिपूर्ण काम गर्न वा क्रियाकलापमा सम्लग्न हुने अधिकार भएको कुरामा जोड दिन्छ (धारा १, ११) ।
- नेपाल सरकार गृह मन्त्रालयद्वारा मानव अधिकारकर्मीका सुरक्षा र संरक्षण सम्बन्धी आदेश २०७७
- कुनै पनि व्यक्तिलाई कानूनको दृष्टिमा समानता प्राप्त हुनेछ र कुनै पनि प्रकारको भेदभाव बिना कानूनको समान संरक्षण प्राप्त गर्ने अधिकार हुनेछ । (नेपालको संविधान, धारा १८)
- कसैलाई पनि बिना कारण पक्राउ, थुनामा राख्ने वा देश निकाला गर्ने कार्य गर्न पाइनेछैन । हरेक व्यक्तिलाई स्वतन्त्रता र व्यक्तिगत सुरक्षाको अधिकार हुनेछ । (नेपालको संविधान, धारा १७ र २९; साथै नागरिक तथा राजनीतिक अधिकार सम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि - ICCPR को धाराहरू ९ र १०)
- प्रत्येक नेपाली नागरिकलाई विचार, अभिव्यक्ति, संगठन खोल्न, शान्तिपूर्ण सभा र राजनीतिक क्रियाकलापमा भाग लिन स्वतन्त्रता छ । (नेपालको संविधान, धारा १७ (२))
- कुनै पनि व्यक्तिलाई शारीरिक वा मानसिक यातना, अमानवीय व्यवहार वा अपमानजनक सजाय दिन पाइँदैन । (नेपालको संविधान, धारा २२)
- कुनै पनि व्यक्तिको गिरफ्तारी, अभियोजन वा थुनावास कानूनी प्रक्रिया र प्रमाणको आधारमा मात्र हुनुपर्ने संवैधानिक सुनिश्चितता छ । (नेपालको संविधान, धारा २७, ३० र ३१ साथै फौजदारी कार्यविधि संहिता)

नेपालले अनुमोदन गरेका अन्तर्राष्ट्रिय मानव अधिकार सन्धिहरू (जस्तैः UDHR, ICCPR, CEDAW आदि) पनि मानव अधिकार कर्मीलाई संरक्षण दिन कानुनी रूपमा बाध्यकारी छन् ।

मानव अधिकार रक्षकहरूको काम सुरक्षित वातावरणमा मात्र सम्भव हुन्छ । यदि उनीहरू स्वयं सुरक्षित छैनन् भने मानव अधिकारको रक्षा सम्भव हुँदैन । त्यसैले मानव अधिकार रक्षकहरूको सुरक्षा सुनिश्चित गर्नु मानव अधिकार संरक्षणको आधारभूत शर्त हो ।

मानव अधिकार रक्षकहरूको संरक्षणमा सबैको साझा जिम्मेवारी

मानव अधिकार रक्षकहरूले मानव अधिकार, समानता, न्याय, स्वतन्त्रता र लोकतन्त्रको प्रवर्धनमा अतुलनीय योगदान पुऱ्याउँछन् । विशेष गरी महिला मानव अधिकार रक्षकहरूले लैङ्गिक समानता, महिला सशक्तिकरण र लैङ्गिक हिंसा विरुद्धको संघर्षमा महत्वपूर्ण भूमिका खेलिरहेका छन् । उनीहरूको भूमिका नीतिगत, कानुनी र सामाजिक रूपमै अपरिहार्य छ । यसकारण, समुदाय, परिवार र राज्यबाट मानव अधिकार रक्षकहरूको महत्वपूर्ण योगदानलाई मान्यता मानव अधिकारको आधारभूत आवश्यकता हो । यो सहयोग सार्वजनिक वक्तव्य, नीतिगत प्रतिबद्धता र कानुनी संरक्षण मार्फत अभिव्यक्त हुनुपर्छ र मानव अधिकार रक्षकहरू विरुद्ध गरिने सबै प्रकारका हिंसा, धम्की, दमन र विभेदको स्पष्ट र कडा रूपमा भर्त्सना गर्नुपर्छ ।

संयुक्त राष्ट्रसंघ मानव अधिकार परिषद्को प्रस्तावहरू र महासभाको निर्णयहरूले पनि राज्यहरूलाई मानव अधिकार रक्षकहरूको सुरक्षा र संरक्षणमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न प्रोत्साहित गरेको छ। मानव अधिकार रक्षकहरूले स्वतन्त्र रुपमा काम गर्ने वातावरण सिर्जनाका लागि आफ्नो सार्वजनिक समर्थनले मात्र होइन, व्यवहारिक र प्रभावकारी सुरक्षा उपायहरू पनि आवश्यक हुन्छ ।

अहिले विश्वभर मानव अधिकार रक्षकहरूलाई राज्यबाट नकारात्मक रुपमा चित्रण गर्ने प्रवृत्ति बढिरहेको छ । यस्तो वातावरणमा राज्यका प्रतिनिधिहरू र सबै सामाजिक नेतृत्वकर्ताहरूले मानव अधिकार रक्षकहरूको कामको मान्यता, पहिचान र सम्मान हुने वातावारण निर्माणका लागि सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्नुपर्नेछ। मानव अधिकार रक्षकहरूले काम गर्न सुरक्षित वातावरण सृजना गर्नु राज्य र समाज दुवैको दायित्व हो, जसले हाम्रो साझा रुपमा मानव अधिकार र सामाजिक न्यायलाई सुनिश्चित गर्दछ ।

ओरेकको बारेमा

महिला पुनर्स्थापना केन्द्र (ओरेक) विगत ३४ वर्षदेखि मानव अधिकार स्थापनार्थ सङ्घर्षरत गैरसरकारी संस्था हो । महिला तथा जातीय, वर्गीय, क्षेत्रीय, यौनिक र लैङ्गिक पहिचान आदिका आधारमा पछाडि पारिएका समुदायको अधिकारका लागि कार्यरत यस संस्था विभेदको अन्तर्निहित कारणलाई विश्लेषण गर्दै कारण र परिणाम दुवै सम्बोधनका लागि क्रियाशील छ ।

समाजमा विद्यमान असमान शक्ति सम्बन्धले महिलालाई कमजोर र दोस्रो दर्जाको रूपमा हेरिने विभेदकारी दृष्टिकोण विद्यमान छ । जसका कारण महिलाहरू विभिन्न प्रकारका हिंसा भोग्न र सहन बाध्य छन् भने उनीहरूको नेतृत्वलाई सहजै स्वीकारिएको छैन । तसर्थ संस्थाले व्यक्तिगत नै राजनीतिक हो भन्ने अवधारणालाई अवलम्बन गर्दै महिला अधिकार प्राप्तिका निम्ति नीतिगत सम्बोधन र सोचमा रूपान्तरण अनिवार्य सर्त हो भन्नेमा विश्वासका साथ कार्य गर्दछ । सोहीअनुसार महिलाको सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक अधिकारका लागि समुदायमा आधारित महिला तथा किशोरी सञ्जाल तथा संस्थाहरूसँगको नेतृत्व, सहकार्य र समन्वयमा सामूहिक अभियानहरू सञ्चालन गर्दै आइरहेको छ । साथै महिलाको जीवनका भोगाइहरूको अभिलेखीकरण र विश्लेषणद्वारा ज्ञान उत्पादन र व्यवस्थापन गर्दै स्थानीयस्तरदेखि अन्तर्राष्ट्रियस्तरसम्म तथ्यमा आधारित पैरवी गर्दछ ।

फोरम-एसियाको बारेमा

मानव अधिकार तथा विकासका लागि एसियाली मञ्च (फोरम-एसिया) एसिया विश्वको २३ मुलुकमा ९० सदस्य रहेको सञ्जाल हो । फोरम एसियाले पैरवी, क्षमता विकासमा सहजीकरण र ऐक्यबद्धता मार्फत मानव अधिकार र दिगो विकास सम्बन्धी एसिया र बाहिरका मुलुकहरूमा विभिन्न आन्दोलन र पहललाई सुदृढ गर्ने काममा सम्लग्न हुँदै आएको छ । यसले संघ संस्था र मानव अधिकार रक्षकहरूको सहकार्य र सहयोगमा विकासको अधिकार लगायतका सबैका लागि सबै अधिकारको प्रवर्द्धन तथा संरक्षणका काम गर्दछ ।

सन् १९९१ मा स्थापित फोरम-एसियाले आफ्नो सचिवालय वैङ्कमा सन् १९९२ मा स्थापना गरेको हो । त्यसै बेलादेखि जेनेभा, जाकार्ता र नेपालको काठमाडौंमा समेत आफ्नो कार्यालय खोलेको छ । फोरम-एसियाले संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय आर्थिक तथा सामाजिक परिषद्मा परामर्शदातृ हैसियत (कन्सल्टेटिभ स्टाटस) राख्छ । साथै आसियान अन्तर-सरकारी मानव अधिकार आयोग (ए.आई.सी.एच.आर) सँग पनि यसको परामर्शदायी सम्बन्ध छ ।

References:

GUIDELINES FOR A SAFER (WORKING) ENVIRONMENT, UNITED NATIONS HUMAN RIGHTS OFFICE OF THE HIGH COMMISSIONER - Cambodia

THE DECLARATION ON HUMAN RIGHTS DEFENDERS, FORUM ASIA

नेपालको संविधान २०७२

WOREC

FORUM-ASIA

Contact info:

फोन:(९७७)०१-५१८६३७४, ०१-५१८६०७३

Email: ics@worecnepal.org

Website: www.worecnepal.org

हटलाइन नं :१६६००१७८९१०