स्थानीय विषय

हाम्रो नगर

(धुलिखेल नगरपालिका)

कक्षा ४

प्रकाशक:

धुलिखेल नगरपालिका

नगर कार्यपालिकाको कार्यालय

धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक

हाम्रो नगर (धुलिखेल नगरपालिका) - कक्षा ४

प्रकाशकः	धुलिखेल नगर कार्यपालिकाको कार्यालय धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक
पहिला संस्करण :	वि.सं २०८२

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

धुलिखेल नगरपालिकाको अनुमति तथा स्वीकृती बिना कुनै व्यक्ति तथा संस्थाले यस पाठ्यपुस्तकको पूरै वा आंशिक रुपमा प्रकाशन गर्न, प्रतिलिपी उतार गर्न, डिजिटल प्रति प्रयोग गर्न पाइने छैन । यदि गरेको पाइएमा प्रतिलिपि अधिकार सम्बन्धी कानुन बमोजिम कारबाही गरिनेछ ।

संयोजन तथा सम्पादनः	डिकबहादुर राई - उपसचिव(दशौं तह) भोजकुमार ठकुरी - अधिकृत(आठौं तह)
सल्लाहकार :	अशोक कुमार ब्याञ्जु श्रेष्ठ - नगर प्रमुख निराजन जङ्गम - नगर उपप्रमुख मोहन प्रसाद मरासिनी - प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत गणेश आचार्य - सामाजिक विकास समिति संयोजक
लेखनः	सानुकाजी महत, दुर्गा पाण्डे, रामशरण बजगाईं, रञ्जित कुमार राई श्रीराम अधिकारी, सुन्दर लामा, कालिका त्रिपाठी
ग्राफिक्स/लेआउटः	दिपेन्द्र श्रेष्ठ
मुद्रणः	न्यू हरिसिद्धि अफसेट प्रेस, धुलिखेल

पाठ्यपुस्तकका सम्बन्धमा कुनै सुझाव भएमा धुलिखेल नगरपालिका शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ ।

हाम्रो भनाइ

नेपालमा स्थानीय पाठ्यक्रमको सन्दर्भमा सर्वप्रथम प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०४९ ले स्थानीय विषय वा मातृभाषा मध्ये एउटा १०० पूर्णाङ्कको विषय राख्ने व्यवस्था गरेको थियो । त्यसपछि विकास भएका पाठ्यक्रमहरूले पनि आधारभुत तहमा स्थानीय विषयको व्यवस्था गर्दै आएको देखिन्छ। यद्यपि यी सम्पूर्ण व्यवस्थाहरू व्यवहारमा कार्यान्वयन हुन सकेनन् । हाल राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ निर्माण भई कार्यान्वयनमा आएको छ। यहि पाठ्यक्रम प्रारुपले निर्दिष्ट गरेको सिद्धान्त तथा स्वरुपमा आधारित भई आधारभुत तह (कक्षा १-३) को एकिकृत पाठ्यक्रम २०७६ देशभर कार्यान्वयनमा आएको छ। त्यसैगरी आधारभुत शिक्षा पाठ्यक्रम (कक्षा ४-५) २०७७ र आधारभूत शिक्षा पाठ्यक्रम(कक्षा ६-८) २०७८ समेत कार्यान्वयनमा आइसकेको छ ।

उक्त पाठ्यक्रमहरूले कक्षा १-३ मा ५ पाठ्यघण्टा र कक्षा ४-८ मा ४ पाठ्यघण्टा भएको स्थानीय विषयवस्तुमा आधारित पाठ्यक्रम विकास गरी स्थानीय तहले लागु गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेको देखिन्छ। स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन २०७६ ले कक्षा १ देखि कक्षा ८ सम्म स्थानीय सरोकारवालाको संलग्नतामा स्थानीय तहलाई पाठ्यक्रम विकास गरी कार्यान्वयन गर्ने अधिकार प्रदान गरेको छ । नेपालको संविधानको अनुसूची ८ मा आधारभूत र माध्यमिक शिक्षा स्थानीय तहको अधिकार रहने व्यवस्था रहेको छ। यिनै व्यवस्था अनुरुप यस धूलिखेल नगरपालिकाले पनि आफ्नो कर्तव्य तथा दायित्त्व बोध गरी वि.सं. २०७८ सालमा नामक स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी कार्यान्वयनमा ल्याएको छ। उक्त पाठ्यक्रममा आधारित भई विद्यार्थीको पठनपाठनमा सहयोग पुग्ने गरी यो पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ ।

यो पाठ्यपुस्तक 'हाम्रो नगर राम्रो नगर' लेखन तथा सम्पादनको लागि वातावरण सिर्जना गर्ने तथा निरन्तर सहयोग प्रदान गर्ने यस नगरपालिकाका नगर प्रमुख श्री अशोक कुमार ब्याञ्जु श्रेष्ठ, उप प्रमुख श्री निराजन जङ्गम लगायत नगरपालिकाका निर्वाचित सम्पूर्ण पदाधिकारीहरूप्रति नगरपालिका हार्दिक आभार प्रकट गर्दछ। पाठ्यपुस्तक लेखनको लागि प्रशासनिक तथा व्यवस्थापकीय प्रक्रिया सञ्चालन गर्ने नगरपालिका शिक्षा तथा खेलकुद शाखा र पाठ्यपुस्तक लेखनको संयोजन तथा सम्पादन गर्ने उपसचिव श्री डिकबहादुर राई, अधिकृत श्री भोजकुमार ठकुरी, तस्विर सङ्कलन लगायत कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने बलराम धिमाल, पवित्रा कोइराला, अशोक घिमिरे र पाठ्यपुस्तक

लेखनको जिम्मेबारी लिनु हुने कार्यदलका सम्पूर्ण सदस्यहरू तथा डिजाइनरप्रति नगरपालिका हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

बालबालिकाहरूमा आफ्नो स्थानीय क्षेत्रमा भएको भाषा, धर्म, संस्कार, संस्कृति, सम्पदा, हावापानी, ऐतिहासिक तथा सामरिक महत्वका वस्तुहरूको पहिचान गर्न सक्ने र तिनीहरूप्रति गर्व गर्न सक्ने स्वावलम्बी नागरिक बनाउने दिशातर्फ उन्मुख स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित भई यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । यो पाठ्यपुस्तकले विद्यार्थीमा निर्धारित सक्षमता विकासका लागि विद्यार्थीलाई सहयोग गर्ने छ । यसले विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्वपूर्ण र आधारभूत सामग्रीका रूपमा कक्षा क्रियाकलापबाट हुने सिकाइलाई मजबुत बनाउन सहयोग गर्ने छ भन्ने विश्वास नगरपालिकाको रहेको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्वपूर्ण सामग्रीका रूपमा बालकेन्द्रित, सिकाइकेन्द्रित, अनुभवकेन्द्रित, उद्देश्यमूलक, प्रयोगमुखी र क्रियाकलापमा आधारित बनाउने प्रयास गरिएको छ । यसलाई अझ परिष्कृत गर्दै लैजानका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत विशेष भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि धुलिखेल नगरपालिका हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

धन्यवाद ।

वि.सं. २०८२

धुलिखेल नगरपालिका
धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक

विषयसूची

क्र.सं.	शीर्षक	पृष्ठ
एकाइ १	**हाम्रो समाज**	१
पाठ १	हाम्रो धुलिखेल	२
पाठ २	हाम्रो सामाजिक चालचलन	५
पाठ ३	हाम्रो सामाजिक दायित्व	८
पाठ ४	सुवाल गाउँको विकास	१३
पाठ ५	धुलिखेलको वातावरण	१७
पाठ ६	सामाजिक समस्या र विकृति	२१
एकाइ २	**हाम्रो परम्परा र कला**	२४
पाठ १	हाम्रो स्थानीय जात्रा	२५
पाठ २	हाम्रो स्थानीय लोकगीत	२९
पाठ ३	हाम्रो स्थानीय लोकबाजा	३४
पाठ ४	हाम्रो पाटीपौवा	३९
एकाइ ३	**प्रकृतिक स्रोत**	४२
पाठ १	हाम्रो जलस्रोत	४३
पाठ २	हाम्रो ऐतिहासिक जलसम्पदा	४७
पाठ ३	हाम्रो सिमसार क्षेत्र	५१
पाठ ४	प्राकृतिक हाम्रो सम्पत्ति	५४
एकाइ ४	**पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ**	५९
पाठ १	कालीदेवी मन्दिर र उद्यन	६०
पाठ २	राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवर	६४

क्र.सं.	शीर्षक	पृष्ठ
पाठ ३	हाम्रो मन्दिर	६७
पाठ ४	हाम्रो चैत्य र गुम्बा	७१
पाठ ५	हाम्रो चर्च	७५
पाठ ६	धुलिखेलको फोहरमैला व्यवस्थापन	७९
एकाइ ५	**पेसा व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलाप**	८३
पाठ १	हाम्रो परम्परागत प्रविधि	८४
पाठ २	हाम्रो कृषिबाली	८८
पाठ ३	हाम्रो पशुपक्षी पालन	९२
पाठ ४	तरकारी खेती	९६
पाठ ५	मसलाबाली	१००
एकाइ ६	**प्रकोप, वतावरण र हरित विद्यालय**	१०४
पाठ १	प्रकोप र विपद्	१०५
पाठ २	वद्यालयमा बालबगैंचा	१०८
पाठ ३	हाम्रो वातावरण	११२
पाठ ४	वातावरण प्रदुषण र असर	११६
पाठ ५	वनजङ्गल र चराचुरुङ्गीहरू	१२०
एकाइ ७	**धुलिखेल नगरपालिका**	१२३
पाठ १	धुलिखेलको इतिहास र भौगोलिक स्वरुप	१२४
पाठ २	धुलिखेलको जनसङ्ख्या र जातिगत विवरण	१२९
पाठ ४	नक्सा कार्य	१३२
पाठ ५	हाम्रो नगरको साहित्यकार	

एकाइ

१

हाम्रो समाज

परिचय :

यस एकाइ अन्तर्गत कक्षा ४ मा धुलिखेल नगरपालिकाको भौगोलिक तथा सामाजिक बनोट, चालचलन, वातावरण, समाजको विकास, सामाजिक समस्या र कुरीति जस्ता विषयहरूको बारेमा विद्यार्थीलाई छलफल, अवलोकन, अन्तर्क्रिया आदि जस्ता क्रियाकलाप सञ्चालन गरी पठनपाठन गराइन्छ।

सिकाई उपलब्धि

क. धुलिखेल नगरपालिकको भौगोलिक तथा सामाजिक अवस्था र विकासको बारेमा लेख्न

ख. समाजमा प्रचलित चालचलनहरूको बारेमा बताउन

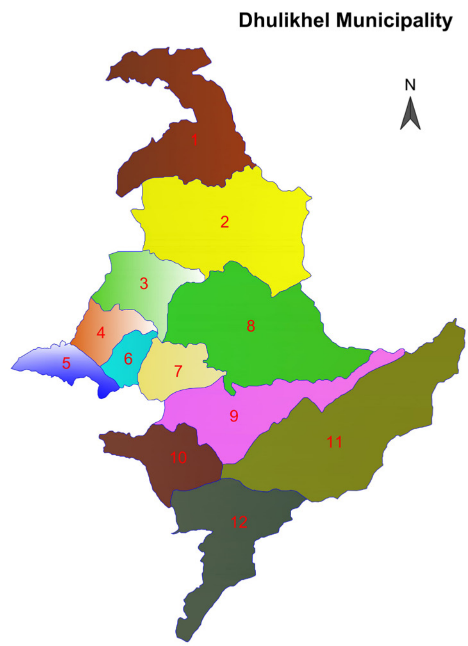
ग. सामाजिक दायित्त्वको बारेमा उल्लेख गर्न

घ. सामाजिक विकासको फाइदाहरू बताउन

ङ. धुलिखेलको वातावरणीय अवस्थाको बारेमा लेख्न

च. सामाजिक समस्या र कुरीति छुट्ट्याउन।

पाठ १ हाम्रो धुलिखेल



धुलिखेल नगरपालिका नेपालको बागमती प्रदेश अन्तर्गत काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा पर्दछ । यो नगरपालिका काठमाडौँदेखि ३० किलोमिटर पूर्वमा रहेको छ । यस नगरपालिकाको धेरै भाग पहाडी भुभागले ढाकेको छ। यसको कुल क्षेत्रफल ५५.४ वर्ग कि.मि रहेको छ। यस नगरपालिकामा जम्मा १२ ओटा वडाहरू रहेका छन् । यहाँ मौसमी हावापानी पाइन्छ। त्यसैले यहाँ धेरै जाडो र धेरै गर्मी हुँदैन। यहाँ ५३ ओटा पार्क निर्माण गरिएको छ। यहाँ सुविधा सम्पन्न धुलिखेल सामुदायिक अस्पतालको स्थापना गरिएको छ । हाम्रो नगरपालिकाबाट उत्तरतिरका गौरिशङ्कर, ल्होत्से, गणेश लगायत २० भन्दा बढि हिमाल देख्न सकिन्छ। धैरै उचाइमा भएर पनि यो नगरपालिकाको बजार क्षेत्र समथर छ। त्यसैले यो नगरपालिका उच्चसमस्थली भौगोलिक संरचनाको अनुपम नमूना हो।

यो नगरपालिकाको बजार क्षेत्रमा नेवार समुदायको बाहुल्यता रहेको छ । अन्य वडाहरूमा विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी, संस्कृति र धर्मका मानिस बसोबास गर्छन्। यो नगरपालिका कला, संस्कृति र रहनसहनमा धनी छ। यिनै विविधताको आधारमा यहाँको मानिसहरूको जीवनशैली पनि फरक फरक रहेको छ । विविधतामा एकता नै यहाँको

समाजको विशेषता हो। यहाँ शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी, विजुली बत्ती, सूचना तथा सञ्चार जस्ता पूर्वाधरको विकास भएको छ। समाजमा मानिसका आधारभूत आवश्यकताहरू सजिलै पूरा भएका छन्। यहाँ मानिसहरूमा सामाजिक सद्भाव्, आपसी सहयोग, समानता, न्याय र सामुहिक भावना जस्ता विशेषताहरू छन्।

क्रियाकलाप

१. विभिन्न समूहमा विभाजित भई आफ्नो कक्षामा भएका साथीहरूको नाम, जात र भाषा लेख्नुहोस्।

२. पाठमा दिइएको धुलिखेल नगरपालिकाको नक्सा हेरेर आ-आफ्नो वडाको नक्सा बनाउनुहोस्।

अभ्यास

१. पाठको आधारमा उपयुक्त शब्दको प्रयोग गरि तलको खाली ठाउँ भर्नुहोस्।

क. धुलिखेल नगरपालिकाको क्षेत्रफल .... वर्ग कि. मि रहेको छ। (५५.४ र ६०.४/६५.४)

ख. विविधतामा एकता धुलिखेल नगरपालिकाको सामाजिक .... हो। (विशेषता/अवगुण/महत्त्व)।

ग. धेरै उचाइमा रहेको समथर भुभागलाई .... भनिन्छ। (उपत्यका/उच्च समस्थली/टार)

घ. हाम्रो समाज विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी धर्म, र .... को साझा फुलबारी हो। (संस्कृति/विकृति/रीति)

ङ. धेरै प्रकारका पूर्वाधारको विकास भएको समाज .... समाज हो। (विकसित/अविकसित/विकासोन्मुख.

२. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. धुलिखेल नगरपालिका कुन जिल्लामा पर्दछ ?

ख. धुलिखेल नगरपालिकालाई कति ओटा वडामा विभाजन गरिएको छ ?

ग. धुलिखेलबाट देखिने दुईओटा हिमालको नाम लेख्नुहोस् ।

घ. धुलिखेल नगरपालिकामा भएको तीनओटा विकास कार्य लेख्नुहोस् ।

ङ. धुलिखेल नगरपालिकाको चारओटा विशेषताहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

च. धुलिखेल नगरपालिकासँग सिमाना जोडिएका नगरपालिकाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

छ. तपाईँको विद्यालय धुलिखेल नगरपालिकाको कति नम्बर वडामा पर्छ ? साथै गाउँ, टोल, बजार र गल्लीको नाम पनि लेख्नुहोस् ।

पाठ २ हाम्रो सामाजिक चालचलन

म कक्षा ४ मा अध्ययनरत छात्रा हुँ। आज छुट्टि भएकाले म आमासँग धुलिखेलको गौखुरेश्वर मन्दिरमा आएको छु। पकुचाबाट गौखुरेश्वर मन्दिरमा आइपुग्दा ढिलो भइसकेको थियो । मन्दिरमा भिडभाड बढिसकेको रहेछ । मन्दिर अगाडि मानिसहरू लामो लाइनमा उभिरहेका थिए । हामी पनि त्यहि लाइनको पछाडि गएर उभियौँ । केहि समयपछि हामी मन्दिरको ढोका अगाडि पुग्यौँ । आमाले मन्दिरमा जुत्ता लगाएर जानु हुँदैन भन्नुभयो । हामी जुत्ता बाहिरै फुकालेर मन्दिरभित्र पस्यौँ। महादेवको दर्शन गरिसकेपछि घर फर्कियौँ ।

मैले बाटोमा निर्मला मिसलाई भेटेँ । आमा र म दुबैजनाले उहाँलाई नमस्कार गर्यौं । उहाँ सामान किन्न पसल जानुभयो । केहिबेर हिँडेपछि हामीले हाम्रो छिमेकी आन्टी डोको बोकेर घरतिर जान लागेको भेट्यौँ । खेताला नपाएर उहाँ एक्लै मल बोकिरहनु भएको रहेछ। उहाँलाई असाध्यै अप्ठ्यारो भएको कुरा बताउनुभयो । त्यसपछि मेरि आमाले भन्नुभयो,"किन एक्लै

बोक्छ्यौ त, म आउँला नि पर्म लाउन । तिम्रो बोकिसकेपछि मेरो बारीमा मिलेर बोकौँला नि, हुँदैन ?" म एकछिन त अकमकिएँ र आमालाई सोधेँ, "के हो आमा यो पर्म भनेको ?" पर्म भनेको कामको वा श्रमको साटासाट गर्ने चलन हो । यस्तो चलनले आपसी सहयोगको

भावना जगाउँछ र खेतबारीको काम गर्न सजिलो हुन्छ । ए ! हो र आमा, त्यसो भए हाम्रो समाजमा अरु कस्ता चाल चलनहरू छन् त ? छन् नि छोरी अरु पनि धेरै चालचलनहरू छन् । जस्तै; ऐँचोपैँचो गर्ने, मिलेर चाडपर्व मनाउने, बाटो, अस्पताल, विद्यालयको नियम पलना गर्ने, आपत पर्दा पैसा सापटि लिने दिने, साथीभाइमा खाजा, कापि, कलम लेनदेन गर्ने, ठूलालाई आदर र सानालाई माया गर्ने आदि । त्यति मात्र कहाँ हो र यहाँ गुठीको पनि चलन रहेको छ । जसको माध्यमबाट नेवारी समुदायका सामाजिक, सांस्कृतिक र धार्मिक क्रियाकलापहरू सम्पन्न गरिन्छ । कुरा गर्दा गर्दै उनीहरू घर अगाडि पुग्छन् । उनीहरू गफ बन्द गरेर आआफ्नो घरभित्र पस्छन् ।

क्रियाकलाप

१. कक्षामा छलफल गरी तलको चार्टमा धुलिखेलमा प्रचलित चालचलनहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **तल दिइएका भनाइहरू ठीक भए (√)र बेठीक भए (X) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. समाजमा चलिआएका विभिन्न सहयोगी व्यवहारहरूलाई सामाजिक चालचलन भनिन्छ । ☐

ख. मन्दिरभित्र पस्दा हामीले जुत्ता लाएर जानु पर्छ । ☐

ग. ऐँचोपैँचो र पर्म जस्ता चलन पकुचामा पहिले देखि नै चलिआएका चलन हुन् । ☐

घ. गुठीको माध्यमबाट समाजका सामाजिक, सांस्कृतिक र धार्मिक क्रियाकलापहरू सम्पन्न गरिन्छ । ☐

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. सर्मिला कति कक्षामा पढ्छिन् ?

ख. धुलिखेलमा प्रचलित कुनै दुईओटा सामाजिक चालचलनको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. सर्मिला र उनकी आमा कुन मन्दिरमा गएका थिए ?

घ. पर्म भनेको के हो ? पर्म गर्दा हुने दुईओटा फाइदाहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. गुठीको माध्यमबाट कस्ता कार्यहरू सम्पन्न गरिन्छ ? दुई वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो सामाजिक दायित्व

सौरभ र रोमिका सञ्जीवनी नमुना माध्यामिक विद्यालयमा कक्षा ४ मा अध्ययनरत विद्यार्थी हुन् । उनीहरू अत्यन्तै मिल्ने साथी हुन् । हिजो सौरभ विद्यालयमा नआएकाले रोमिकाको मुहार अलि मलिन देखिन्थ्यो । आज भने सौरभ विद्यालय चाँडै आइसकेको रहेछ। उसलाई चौरमा देखेर रोमिका खुशि हुँदै कक्षामा झोला राखेर सौरभलाई भेट्न जान्छिन् । सौरभले रोमिकालाई परैबाट देखेर भने ।

सौरभ : शुभप्रभात रोमिका !

रोमिका : शुभप्रभात सौरभ ! के छ तिम्रो खबर ? तिमी हिजो स्कुल किन नआएको नि ?

सौरभ : हेरन स्कुल आउने बेलामा एक्कासी पेट दुखेकाले आउनै सकिनँ। साँच्चै स्थानीय विषयमा हिजो गुरुआमाले के पढाउनु भयो ?

रोमिका : अँ..... हिजो गुरुआमाले हाम्रो सामजिक दायित्व भन्ने पाठ पढाउनुभयो ।

सौरभ : ए त्यसो भए मलाई यसको बारेमा केहि बताइ देऊ न त !

रोमिका : भैहाल्छ नि, सोधन........

सौरभ : सामाजिक दायित्व भनेको के हो त रोमिका ?

रोमिका : समाजका लागि हामीले पूरा गर्नुपर्ने कर्तव्य वा जिम्मेवारीलाई समाजिक दायित्व भनिन्छ रे हाम्रो गुरुआमाले भन्नुभएको ।

सौरभ : त्यसोभए सामाजिक दायित्व कति प्रकारका हुन्छन् त ?

रोमिका : ल सुन, सामाजिक दायित्त्व दुई प्रकारका हुन्छन् : ती हुन् : नैतिक दायित्त्व र कानुनी दायित्त्व ।

असल बानी व्यवहार अपनाउने कार्यलाई नैतिक दायित्त्व भनिन्छ । जस्तै : अनुशासित हुनु, सानालाई माया गर्नु ठूलालाई आदर गर्नु, सामाजिक कार्यमा सहभागी हुनु, सबैलाई समान व्यवहार गर्नु, अशक्तलाई सहयोग गर्नु आदि नैतिक दायित्त्व हुन् ।

सौरभ : ए.... त्यसो भए कानुनी दायित्त्व भनेको चाहिँ के हो नि ?

रोमिका : सामाजिक नियमको पालना गर्नुपर्ने जिम्मेवारीलाई कानुनी दायित्त्व भनिन्छ । जस्तै : सत्य र न्यायको पक्षमा आवाज उठाउनु, हक अधिकारको दुरुपयोग नगर्नु, खराब गतिविधिमा संलग्न नहुनु, सामाजिक नियमको पालना गर्नु आदि ।

सौरभ : ए, हो र ! ऊ त्यहाँ हेर त ! झिलिमिलि पाल टाँगेर त्यसभित्र रक्तदान कार्यक्रम भैरहेको छ ।

रोमिका : अँ.. मैले पनि अघि स्कुल आउँदा मानिसहरूले रगत दिइरहेको देखेको थिएँ ।

सौरभ : यस्तो राम्रो काम कसले सञ्चालन गरेको होला है ?

रोमिका : त्यै त हेरन ! तुलमा धुलिखेल नगरपालिकाद्वारा आयोजित भनेर लेखेको छ नि ।

सौरभ : अँ.. देखेँ देखेँ, रगत नपाएर मानिसको अकालमा ज्यान त जाँदैन नि है । रक्तदान गर्नु भनेको त जीवनदान गर्नु सरह हो ।

रोमिका : हो सौरभ, तिमिले ठिक भन्यौ । हामीले पनि समाजको भलाईको लागि राम्रो काम गर्नुपर्छ बुझ्यौ ?

सौरभ : कस्ता राम्रा काम भन्या तिमीले ?

रोमिका : सडकमा ट्राफिक नियमको पालना गर्ने, आँखा नदेख्ने मानिसलाई बाटो काट्न

सहयोग गर्ने यस्तै.... यस्तै ।

सौरभ : हो नि ! अरु पनि सामाजिक कामहरू गर्न सकिन्छ, जस्तैः- वातावरण जोगाउन रुख रोप्ने, सार्वजनिक ठाउँहरू सफा गर्ने ।

रोमिका : ए हामीलाई अस्तिनै स्कुलबाट हजार सिँढि सफा गर्न लगेको थियो नि, त्यो पनि सामाजिक दायित्त्व नै रहेछ है !

सौरभ : हो हो रोमिका देवीथानमा वृक्षारोपण गरेको, बालगृहमा सहयोग गरेको पनि सामाजिक कार्य नै हो रहेछ । बल्ल बुझेँ मैले ।

घन्टी बज्छ । उनीहरू कक्षामा जान्छन् ।

क्रियाकलाप

१. तलका तस्विर हेरेर त्यहाँ के कस्ता गतिविधि भएका छन् लेख्नुहोस् ।

....

....

....

२. तपाईँले कहिल्यै सामाजिक कार्यमा भाग लिनुभएको छ ? छ भने के केमा लिनुभएको छ कक्षामा पालैपालो भन्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका वाक्यहरू ठिक भए (√) र बेठिक (X) भए चिह्न लगाउनुहोस् ।

क. सौरभ र रोमिका कक्षा ४ मा अध्ययनरत विद्यार्थी हुन् । ☐

ख. समाजप्रति मानिसले पूरा गर्नुपर्ने कर्तव्यलाई सामाजिक दायित्त्व भनिन्छ । ☐

ग. सानै भएकाले विद्यार्थीहरूले सामाजिक कार्यमा भाग लिन सक्दैनन् । ☐

घ. रक्तदान गर्नु भनेको जीवनदान गर्नु सरह हो । ☐

ङ. धुलिखेल नगरपालिकाको वातावरण सफा र स्वच्छ राख्न यहाँका विभिन्न सङ्घ संस्थाले केहि गरेका छैनन् । ☐

२. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. यो पाठको अर्को शीर्षक राख्नु पर्‍यो भने के हुन सक्छ? लेख्नुहोस् ।

ख. विद्यालयले आफ्ना विद्यार्थीहरूलाई कस्ता सामाजिक कार्यमा संलग्न गराउन सक्छ ?

ग. समाजमा मानिसले पूरा गर्नुपर्ने कुनै ४ ओटा नैतिक दायित्वहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. सामाजिक दायित्व कति प्रकारका हुन्छन् ? लेख्नुहोस् ।

सामुदायिक कार्य

१. तलको तालिकामा दिइएका संस्थाहरूले गर्ने सामाजिक कार्य सम्बन्धित संस्थाका पदाधिकारीलाई सोधेर लेख्नुहोस् ।

संस्था	सामाजिक कार्य
रोटरी क्लव	वृक्षारोपण, रक्तदान र छात्रवृत्ति
हेल्प नेपाल बालगृह	
आमा समुह	
बाल क्लव	

पाठ ४ सुवाल गाउँको विकास

मेरो नाम साहिल श्रेष्ठ हो । म धुलिखेल नगरपालिका वडा नं ६ सुवाल गाउँमा बस्छु। मेरो गाउँ विभिन्न जातजाति, भाषा भाषी र धर्म संस्कृतिको फुलबारी हो । यहाँ धेरै जातजातिका मानिसहरूको बसोबास रहेको छ। यहाँको माथिल्लो भागमा होचा थुम्काथुम्की छन्। अलि तल झरेपछि धानखेती हुने रमणीय फाँट छ। फाँटभन्दा अलिकति माथिको हाम्रो टोलमा एउटा ठूलो पिपलको चौत्तारी छ। धुलिखेल बजारबाट लगभग २ कि.मि.को दुरीमा अवस्थित मेरो गाउँमा पहिलाको भन्दा अहिले धेरै नै विकास भएको छ । पहिलेका घरहरू काँचो इँटा र माटोले बनाइएका रहेछन्। तर आजभोली यहाँका प्राय: सबै घरहरू सिमेन्ट र इँटाले बनाइएका छन् । घरहरू २/३ तल्ले, सुन्दर र सुविधा सम्पन्न छन् । यहाँ खानेपानीको धाराहरू घरघरै जोडिएका छन् । यहाँ फराकिलो र ढलान गरेको पक्की बाटो छ। सबैको घरमा विजुली

बत्तीको सुविधा छ। यहाँबाट ५/७ मिनेट हिँडेपछि धुलिखेल सामुदायिक अस्पतालमा पुग्न सकिन्छ। काठमाडौं विश्वविद्यालय पनि हिँडेरै आवतजावत गर्न सकिन्छ।

यहाँबाट धेरै विद्यार्थीहरू धुलिखेल बजारमा स्थापित

संस्थागत र सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययन गर्न जान्छन् । ती विद्यालयहरूका आफ्नै गाडी विद्यार्थीहरूलाई लिन र पुऱ्याउन आउँछन् । यहाँ सबैको हातहातमा मोबाइल छ । घरघरमा इन्टरनेटको सुविधा पनि उपलब्ध छ । जसको सहायताले विश्वभरिका समाचारहरू हेर्न, सुन्न र थाहा पाउन सजिलो भएको छ । आफन्तसँग भिडियो कल गर्न, समाचारहरू आदान प्रदान गर्न पनि सजिलो भएको छ । म पनि आफ्नो पढाइको बारेमा केहि विषयवस्तुमा अलमल भयो भने मोबाइलमा खोज्ने गर्छु । हाम्रो गाउँमा अशिक्षित मानिसको सङ्ख्या अत्यन्त कम छ । यहाँ प्रायः सबैले पढेलेखेका छन् ।

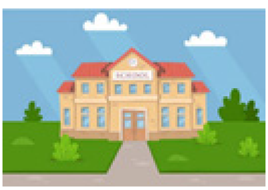
यहाँको मानिसहरूले कृषि, रोजगार, व्यापार, कुखुरापालन, गाईपालन, शिक्षण जस्ता पेशा गरेर जीवन निर्वाह गरेका छन् । कोहि संस्थागत विद्यालय त कोहि सरकारी विद्यालयमा पढाउँछन् । कतिपय मानिसहरू धुलिखेल अस्पताल र काठमाडौं विश्वविद्यालयमा जागिर खान जान्छन् । यहाँ बालगृह, कर कार्यलय र अन्य सेवाप्रदायक संस्थाहरू पनि स्थापना भएका छन् । अरनिको राजमार्ग र वि.पि. राजमार्ग धुलिखेलमा जोडिएकाले हामीलाई काठमाडौं आवतजावत गर्न सजिलो छ । सुवाल गाउँ हरियाली तथा मनमोहक दृश्यले भरिएको छ । हाम्रो गाउँमा गरिबी, रोग, भोक, अशिक्षा र अन्य सामाजिक समस्याहरू छैनन् । घरको छतमा बसिबसि हामी उत्तरमा सुन्दर हिमालको दृष्य अवलोकन गर्न सक्छौँ । यस्तो सुविधा सम्पन्न ठाउँमा बस्न पाएकोमा मलाई असाध्यै खुशी लाग्छ ।

क्रियाकलाप

१. **तलको कविता पढ्नुहोस् र तपाईँको टोलमा भएका सुविधाहरू समेटेर चार हरफमा एउटा अर्को कविता रचना गर्नुहोस् ।**

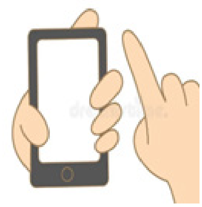
धुलिखेलका बाह्रै वडा घुमेर हेर्दा
कमी छैन कुनै कुरा विकासले बेर्दा
शिक्षा स्वास्थ्य खानेपानी यातायात र सञ्चार
सजिलो छ प्राप्त गर्न बनाउँ यतै घरबार

२. **तलका चित्रहरूको नाम लेख्नुहोस् ।**



....

....



....

....

....

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

समूह क	समूह ख
विद्यालय विश्वविद्यालयको स्थापना	सञ्चारको विकास
वि.पी. र अरनिको राजमार्ग	गरिबी न्यूनीकरण
इन्टरनेटको सुविधा	शिक्षाको विकास
रोजगारको अवसर	यातायातको विकास

२. **तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. तपाईँको घर धुलिखेल नगरपालिकाको कति नं वडामा छ ?

ख. तपाईँको वडामा के के कुराको विकास भएको छ ?

ग. तपाईँ बस्ने टोलको नाम लेख्नुहोस् ।

घ. धुलिखेल बजारमा कस्ता कस्ता विद्यालयहरू छन् ?

ङ. सुवालगाउँ नजिकै रहेको अस्पतालको नाम के हो?

च. विजुली बत्तीको उपयोगिता ५ वाक्यमा लेख्नुहोस्।

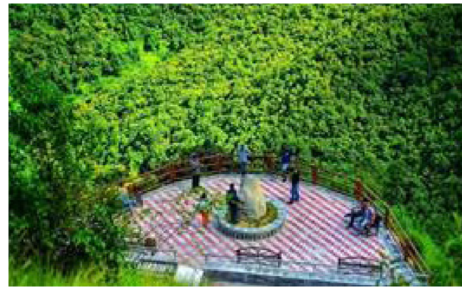
छ) सञ्चारका ६ ओटा साधनहरूको नाम लेख्नुहोस्।

परियोजना कार्य

तपाईँको समुदायका मानिससँग सोधेर त्यहाँको विगतको विकासको अवस्था अहिलेको विकाससँग तुलना गरेर लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ धुलिखेलको वातावरण

सुन्दर शान्त वातावरण रमणीय ठाउँ,
प्रकृतिको उपहार धुलिखेल नाउँ ।
सदरमुकाम काभ्रेको हो स्वर्गको एक टुक्रा,
मनोरम छ हावापानी बस्दा हुन्न दिक्क ।



सोह्र सय पच्चिस मिटर उचाइको स्थान,
यतैबाट हेरौँ हिमाल गरौँ देशको सम्मान ।
हरियाली वनजङ्गल शान्तिवनको छायाँ,
मुटुभरि खोलानाला जीवजन्तुको माया ।

जैविक तथा अजैविक चिजवस्तुमा धनी,
उच्च पहाड समस्थली साह्रै सुन्दर छ नि ।
बिस भन्दा बढि हिमाल दर्शन गर्न मिल्छ,
सफा स्वच्छ हाम्रो नगर शुन्य कार्वन खुल्छ ।

छैन कतै फोहरमैला दुर्गन्धको नाम,
हाम्रो स्वच्छ स्वस्थ सहर प्यारो दिव्यधाम ।
टोलटोलमा गाडी जान्छन् फोहरमैला बोक्न,
सरसफाई बढारकुडार दैनिक हुन्छ रोडमा ।

अग्ला होचा पहाड र थुम्का थुम्की डाँडा,
वृक्षारोपण वर्षैपिच्छे गर्दै माया गाढा ।
बाह्रै वडा सबै टोलको वातावरण राम्रो,
ढुक्कै स्वास फेर्न मिल्छ धुलिखेलमा हाम्रो ।

पिउने गर्छौं खोला नाला मुहानको पानी,
अर्गानिक उत्पादन मिलिजुलि खानी ।
बाँध बाँधि पर्खाल लाउने बाढि पहिरो रोक्ने,
हराभरा नगरचित्र मुटुभित्र खोप्ने ।

क्रियाकलाप

१. **पाठमा लेखिएको कविता सस्वर पालैपालो कक्षाको अगाडि गएर वाचन गर्नुहोस् ।**

२. **वातावरणमा भएका जैविक र अजैविक वस्तुहरूको ५/५ ओटा नाम लेख्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **सहि उत्तरमा गोलो घेरा लगाउनुहोस् ।**

क. धुलिखेलको वातावरण कस्तो छ ?

अ) नरमाइलो आ) रमणीय
इ) प्रदुषित ई) धुलोधुवाँ

ख. धुलिखेल .... मा धनी छ ।

अ) खनिज आ) जलसम्पदा
इ) जैविक तथा अजैविक चिजवस्तु ई) हिमाल

ग. धुलिखेलका सडकहरू हप्तामा कतिचोटि सफा गरिन्छ ?

अ) दिनदिनै आ) हप्तामा दुई पटक
इ) हप्तामा एक पटक ई) हप्तामा तीन पटक

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिका समुद्र सतहबाट कति मिटरको उचाइमा रहेको छ?

ख. धुलिखेलमा पाइने जैविक तथा अजैविक वस्तुहरूको २/२ ओटा नाम लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेलबाट कति ओटा हिमाल हेर्न सकिन्छ ?

घ. फोहरमैला व्यवस्थापनको लागि धुलिखेल नगरपालिकाले के कुराको व्यवस्था गरेको छ ?

ङ. वातावरण संरक्षण गर्ने उपायहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

सामुहिक कार्य

१. तपाईंको विद्यालय हाताभित्रको वातावरण कस्तो छ ? यहाँको वातावरण सुन्दर बनाउन विद्यालयमा गठन गरिएको बाल क्लबले के कस्ता कार्यहरू सञ्चालन गर्दै आएको छ ? समूहमा छलफल गरेर लेख्नुहोस् ।

२. आफ्नो कक्षाका सबै समूहका साथीहरू मिलेर विद्यालय क्षेत्रका सबै फोहरमैला सङ्कलन गरी त्यसको सहि व्यवस्थापन गर्नुहोस् ।

पाठ ६ सामाजिक समस्या र कुरीति

शिक्षक : शुभ प्रभात भाइबहिनीहरू, सञ्चै हुनुहुन्छ तपाईँहरू ?

विद्यार्थीहरू : शुभप्रभात गुरुबा .....हामीलाई ठिक छ हजुरलाई कस्तो छ नि !

शिक्षक : मलाई पनि राम्रो छ । ल भन्नुहोस् त आज हामी कुन पाठ पढ्न लागिरहेका छौँ ।

विद्यार्थीहरू : आज हामी हाम्रो समाजको सामाजिक समस्याको बारेमा पढ्न लागिरहेका छौं हैन त गुरुबा ?

शिक्षक : अँ हो ठिक भन्नुभयो सबैजनाले । अब हामी पहिले हामीले हालसालै देखेका केहि घटनाबारे छलफल गरौँ है त । ल भन्नुहोस् त अस्ति नवदुर्गा जात्रामा के भएको थियो ?

रोनिसः हात उठाउँदै उभिएर भन्छ । है नि गुरुबा देउताको पुजा गर्ने बेलामा मानिसहरूले चोच्छे टोलमा जाँडरक्सी खाएर झगडा गरेका थिए । एउटा अङ्कललाई त कुटेर रगतपच्छे पारिदिए नि । हामिलाई त कस्तो डर लाग्यो भन्या ११ पुलिसहरू नआइपुगेको भए मार्थे होलान् ।

रिजनः अनि त १ हाम्रो पात्लेखेतमा हिजोराती एउटा बुढी आमालाई बोक्सी भनेर गाउँका मान्छेले कुटपिट गरेका थिए । अनि दिसापिसाब खुवाइदिएका नि ! त्यो आमालाई धेरै चोटपटक लागेर धुलिखेल अस्पतालमा उपचार गर्न लगेको छ ।

गुरुबा : हेर कस्ता पापी है मान्छेहरू, बिचरा ती आमा ! रियाले नि यस्तो कुनै घटना देखेको छ कि ?

रिया : छ नि गुरुबा देवीथानमा दसैँको फुलपातीको दिन कालो बोका काटेर मुर्तिलाई रगत चढाएको नि । मलाई त कत्ति धेरै पिर लागेर रोएँ पनि । मम्मीलाई किन यस्तो गरेको भनेको भगवानलाई खुशी पार्न वली चढाएको रे ! खै मैले त मुर्ति हाँसेको देखिन !

लेखक : गुरुबा म एउटा घटना भनु ?

शिक्षक : भन्नुहोस् न के कुरा हो त्यस्तो ?

लेखक : है नि गुरुबा म जनैपूर्णिमामा गोसाइँथान गएको थिएँ । जङ्गलमा चारपाँच जनाले गाँजा खाएर धुँवा उडाउँदै थिएँ । पुलिसले थाहा पाएर पक्रेर लग्यो । अब तिनिहरूलाई जेलमा थुन्छन् रे है ।

गुरुबा : ओहो ! तपाईँहरूले त धेरै कुरा देख्नुभएको रहेछ । मलाई असाध्यै खुशी लाग्यो । तपाईँहरूले देख्नुभएका यी सबै घटनाहरू हाम्रो समाजका समस्याहरू हुन् । हेर्नुहोस हाम्रो समाजमा यस्ता धेर प्रकारका समस्याहरू छन् ।

विद्यार्थी : हो र गुरुबा ? अरु सामाजिक समस्याहरू के के हुन् त ?

शिक्षक : ल सुन्नुहोस है त ! जुवातास खेल्ने, चोरी, डकैती गर्ने, विवाह व्रतबन्धमा फजुल खर्च र देखासेखी , जात्रा र पर्वहरूमा ज्युँदै कुखरा निमोठेर रगत चस्ने, सँगरको पाठोको कोखमा नङले कोपेर रगत चुस्ने मुटु कलेजो झिकेर खाने, धामी झाँक्रीमा विस्वास, हलुका छाँया लाग्ने, खोला लागेर मान्छे मर्छ भन्ने अन्धविश्वास, दाइजो प्रथा, धनी र गरिबविचको भेदभाव आदि यी सबै हाम्रो समाजका समस्याहरू हुन् ।

विद्यार्थी : आम्मै हाम्रो समाजमा यतिका धेरै समस्याहरू रहेछन् । अनि कसरी समाजको विकास हुन्छ त !

गुरुबा : हो नि यी समस्याहरू हामिले बेलैमा समाधान गर्नुपर्छ ।

विद्यार्थी : (एकै स्वरमा) सामाजिक समस्या र कुरीति हटाउन के के गर्नुपर्छ त गुरुबा ?

गुरुबा : जनचेतना जगाउने, खराब संस्कृति मान्न छोड्ने, सबैलाई शिक्षा दिने, खराब काम गर्नेलाई सजाय दिने ।

ल बाँकी कुरा कक्षामा गरौंला है । आजलाई यति नै ।

सबैजना : हस् गुरुबा धन्यवाद !

क्रियाकलाप

१. तलको तालिकामा हाम्रो समाजमा भएका सामाजिक समस्या र कुरितीहरू लेख्नुहोस ।

सामाजिक समस्या	कुरीति
१. ______________	१. ______________
२. ______________	२. ______________
३. ______________	३. ______________
४. ______________	४. ______________
५. ______________	५. ______________

२. सामाजिक समस्या विरुद्ध दुईओटा जनचेतनामूलक नारा तयार पारी प्लेकार्डमा लेख्नुहोस ।

३. सामाजिक समस्या विरुद्ध एउटा छोटो नाटक तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका वाक्य पढेर आफुलाई सही लागेमा ठिक र गलत लागेमा बेठीक चिह्न दिनुहोस् ।

क. जाँडरक्सीको सेवन गर्दा समाजका मानिसहरूबीच झैझगडा हुन्छ ।

ख. पशुपंक्षीलाई निर्मम रुपमा वलि चढाउने सामाजिक प्रचलन असाध्यै राम्रो परम्परा हो ।

ग. हामी बिरामी भएमा अस्पताल नगएर पहिला धामीझाँक्रीकोमा जानुपर्छ ।

घ. हामीले धनी र गरिबबीच भेदभाव गर्नुहुँदैन ।

ङ. सामाजिक समस्या विरुद्ध हामिले जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्नुपर्छ ।

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर लेख्नुहोस ।

क. सामाजिक समस्या भनेको के हो ?

ख. तपाईँको समाजमा व्याप्त दुइओटा सामाजिक समस्याको नाम लेख्नुहोस ।

ग. के पशुपक्षीलाई मन्दिरमा बलि दिने प्रथा राम्रो हो ? आफ्नो विचार २ वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

घ. गाँजा खाने र जुवातास खेल्ने मानिसलाई पुलिसले भेटेमा के गर्छन् ?

३. तपाईँको विचारमा सामाजिक समस्या हटाउन के के उपाय लगाउनुपर्छ ?

क. ____

ख. ____

ग. ____

४. अन्धविश्वासको कारण व्यक्ति तथा समुदायमा पर्ने असरहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

क. ____

ख. ____

ग. ____

एकाइ

२

हाम्रो परम्परा र कला

धुलिखेल विभिन्न कला, संस्कृति र सम्पदाले धनी नगरपालिका हो । यहाँका पाटीपौवा, लोकबाजा, लोकगीत आदि हाम्रो सम्पत्ति हुन् । यहाँ बसोबास गर्ने विभिन्न जातजातिका मानिसहरूको चाडपर्व, जात्रा, उत्सव पनि हाम्रो सांस्कृतिक सम्पत्ति हुन् । यस्ता सम्पत्तिहरू जोगाउनु हाम्रो कर्तव्य हो ।

सिकाइ उपलब्धि

क. स्थानीय जात्राको परिचय दिन

ख. धुलिखेलमा मनाइने गाईजात्रा, बिस्केट जात्रा र कृष्णजात्राको बारेमा वर्णन गर्न

ग. स्थानीय लोकगीत गाउन र लोकबाजाहरू बजाउन

घ. स्थानीय पाटीपौवाका विशेषता बताउन ।

पाठ १ हाम्रो स्थानीय जात्रा

अनिल कक्षा चारमा पढ्छन् । उनको घर पातलेखेतको हनुमान मन्दिरभन्दा केहि तल छ । उनी निकै जिज्ञासु, चञ्चले र रमाइलो स्वभावका छन् । कुनै नयाँ विषयको कुरा सुनेपछि उनी त्यसबारे जान्न उत्सुक हुन्छन् । घरमा आमालाई र विद्यालयमा गुरुहरूलाई प्रश्न गरिरहने उनको बानी छ ।

भदौको महिना थियो । अनिल शनिबार बिहानै उठेर घरभन्दा पारिपट्टि रहेको डाँडागाउँको कालीदेवी मन्दिरमा पूजा गर्न गए । मन्दिरमा केहि मानिसहरू जात्राको बारेमा कुरा गर्दै थिए । उनलाई लाग्यो, "यो जात्रा भनेको के हो ?"

घर फर्कनासाथ अनिलले आमालाई जात्राका बारेमा सोधे । आमाले मस्कुराउँदै भन्नुभयो, "बाबु, जात्रा भनेको विशेष दिनमा देवीदेवताको पूजाआजासहित मनाइने विशेष प्रकारको उत्सव हो ।"

अनिलले आमाको कुरा राम्रोसँग बुझेनन् । उनी अलमलमा परे । आमाले बुझाउने कोसिस गर्दै फेरि भन्नुभयो, "सुन बाबु, जात्रा भनेको बाजागाजा बजाउँदै देवीदेवताको मूर्तीलाई रथ वा खटमा राखेर अथवा मानिसले बोकेर गाउँ, टोल, बजार घुमाउने रमाइलो पर्व हो । देवीदेवताको मुकुट र पहिरन लगाएर बाजाको तालमा नाच्दै रमाइलो गर्ने पर्वलाई पनि जात्रा भनिन्छ । अनि हाम्रो आफ्नो गाउँ, टोल, नगरमा मनाइने जात्रालाई चाहिँ स्थानीय जात्रा भनिन्छ ।"

अनिलले बुझेजस्तो गरेर टाउको हल्लाए । उनले आमालाई जात्रा हेर्न मन लागेको कुरा बताए । "हुन्छ बाबु, आउने शुक्रबार जनैपूर्णिमा छ । त्यसको भोलिपल्ट गाईजात्रा पर्व पर्छ ।

म तिमीलाई गाईजात्रा देखाउन धुलिखेल लैजान्छु ।" खाना पस्किँदै आमाले भन्नुभयो । आमाको कुरा सुनेर अनिल मख्ख परे । उनलाई अब शनिबार कहिले आउला जस्तो भयो ।

शनिबार बिहान चाँडै खाना खाएर अनिल आमासँग स्कुटरमा धुलिखेलतिर लागे । उनले बाटामा पर्ने गौखुरेश्वर महादेवको दर्शन गरे । हजारसिँढीको फेदमा रहेको सेती भैरवको विशाल मुर्ति अगाडि फोटो पनि खिचे । उनी गाईजात्रा हेर्न हतारिएका थिए ।

धुलिखेलको कृष्ण मन्दिर अगाडिको सोरखुट्टे पाटीमा बसेर अनिल गाईजात्रा हेर्न थाले । उनी दङ्ग परे । मानिसहरू अनेक पहिरन र हाउभाउमा जोकरजस्ता भएर हिँडिरहेका थिए । कोही गाईलाई सिँगारेर पूजा गरी डुलाउँदै थिए । मान्छेको तस्बिर टाँगिएका र सिँगारिएका (ताहामच्चा) रथ बोकेर हिँड्नेहरू पनि थुप्रै देखिन्थे । मानिसहरूको लर्को थियो । अनिलले आमाको हात तान्दै भने, "आमा, मानिसहरू गाईजात्रा किन मनाउँछन् ?"

"सुन बाबु, नेवार समुदायमा वर्ष दिनभित्र मरेका आफन्तको सम्झनामा यो पर्व मनाइन्छ । यसलाई उनीहरू 'सापारु' पनि भन्छन् ।" आमाले अनिलको जिज्ञासा मेटाउनुभयो ।

चाँडै खाना खाएकाले अनिल भोकाएका थिए । आमाले उनलाई खाजा खुवाउन धुलिखेल भगवती मन्दिर छेउको नेवारी खाजा घरमा लैजानुभयो । अनिल निकै खुसी देखिन्थे । खाजा खाँदै आमाले अनिललाई धुलिखेलमा गाईजात्रा मात्र नभई नवदुर्गा जात्रा, बिस्केट जात्रा, कृष्णजात्रा पनि रमाइलोसँग मनाइने कुरा बताउनुभयो । यसैगरी धुलिखेलमा भीमसेन जात्रा, हरिसिद्धि जात्रा जस्ता थुप्रै जात्राहरू पनि मनाइने गरेको अनिलले आमाबाट थाहा पाए । अलिलाई धुलिखेलका अरू जात्राबारे पनि जान्ने इच्छा जाग्यो ।

घर फर्कँदै गर्दा अनिलले आमालाई बिस्केट जात्राबारे सोधे । आमाबाट अनिलले बिस्केट जात्राबारे धेरै कुरा थाहा पाए । बिस्केट जात्रालाई नेवारी भाषामा 'बिस्काः' पनि भनिँदो रहेछ ।

यो जात्रा हरेक वर्ष चैत मसान्तदेखि वैशाख १ गतेसम्म मनाइने रहेछ । नयाँ वर्षको खुसीयालीमा यो जात्रा मनाइने रहेछ । परिवार र इष्टमित्र भेला भई देवीदेवताको पूजा गर्ने, भोज खाने गरेर रमाइलोसँग बिस्केट जात्रा मनाइने रहेछ । बिस्केट जात्रामा धुलिखेलको श्रीखण्डपुरमा चाहिँ हरेक वर्ष चैत मसान्तको अघिल्लो दिनमा यसिंद्यो (लिङ्गो) ठड्याएर वैशाख १ गते लिङ्गो ढाल्ने चलन पनि रहेछ । साथै बिस्केट जात्राकै दिनमा त्यहाँ श्वेत भैरव (सेती भैरव), गणेश र कुमारको रथयात्रा गरी सेती भैरव जात्रा पनि मनाइँदो रहेछ ।

"आमा, धुलिखेलको कृष्णजात्राका बारेमा पनि बताइ दिनुहोस् न " सुत्ने बेलामा अनिलले आमालाई भने । खुट्टामा तेल लगाइदिँदै आमाले भन्नुभयो, "धुलिखेलमा कृष्णजात्रा हरेक वर्ष कृष्ण अष्टमी र त्यसको भोलिपल्ट मनाइन्छ । कृष्ण अष्टमीको दिन साइत हेरेर धुलिखेलको शेष नारायण मन्दिरबाट कृष्णको मुर्ति निकालेर सोरखुट्टे पाटीमा राखिन्छ । त्यहाँ व्रतालुहरू र अरू भक्तजनले पूजा गर्छन् । भोलिपल्ट कृष्णको मुर्तिलाई खटमा राखेर बाजागाजा बजाउँदै बजार घुमाइन्छ । साँझपख मुर्तिलाई फेरि मन्दिरमा राखेपछि जात्रा पूरा हुन्छ । अँ साँच्चै, श्रीखण्डपुर र शङ्खु इँटेका नेवार समुदायले पनि रथयात्रासहित कृष्णजात्रा भव्य रूपमा मनाउने गर्छन् नि ।"

जात्राका बारेमा सुन्दासुन्दै अनिल लुटुक्क निदाए । निद्रामै अनिल बर्बराउन थाले, "हेर्नोस् त आमा, म कृष्ण बनेको, यी मेरो बाँसुरी पनि छ ।"

छोराको खुसीमा आमा मख्ख पर्नुभयो । छोराको अनुहार हेरेर मुसुक्क हाँस्नुभयो अनि बत्ती निभाएर आफू सुत्ने कोठातिर जानुभयो ।

क्रियाकलाप

१. **तपाईँले हेर्नुभएको वा तपाईँ आफैँ सहभागी हुनुभएको कुनै जात्राका बारेमा कक्षाकोठामा साथीहरूलाई बताउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **पाठका आधारमा कोष्ठकबाट मिल्ने शब्द छानेर खाली ठाउँमा भर्नुहोस् :**

क. जात्रा भनेको एउटा .... धार्मिक पर्व हो । (दुःखी, रमाइलो, नरमाइलो)

ख. गाईजात्रा .... समुदाइका मानिसहरूले मनाउँछन् । (तामाङ, क्षेत्री, नेवार)

ग. नेवारी भाषामा बिस्केट जात्रालाई .... भनिन्छ । (बिस्का:, सापारु, सिथि नखः)

घ. धुलिखेलमा .... का लागि शेष नारायणमन्दिरबाट कृष्णको मुर्ति निकालिन्छ। (गाईजात्रा, बिस्केट जात्रा, कृष्णजात्रा)

ङ. बिस्केट जात्राको दिनमा श्रीखण्डपुरमा .... जात्रा पनि गरिन्छ । (गाईजात्रा, हरिसिद्धि जात्रा, सेती भैरव जात्रा)

२. **तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :**

क. धुलिखेलमा मनाइने जात्राहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख. कस्ता जात्रालाई स्थानीय जात्रा भनिन्छ ?

ख. गाईजात्रा कहिले मनाइन्छ ?

ग. धुलिखेलमा कृष्णजात्रा कसरी सुरु हुन्छ ?

घ. धुलिखेल र श्रीखण्डपुरको बिस्केट जात्रामा के फरक छ ?

ङ. गाईजात्रा किन मनाइँदो रहेछ ?

पाठ २ हाम्रो स्थानीय लोकगीत

(विद्यालयमा दोस्रो घन्टी बज्यो । कक्षा चारका विद्यार्थीहरू उत्साहित हुँदै रमा भुजेल मिसलाई पर्खिरहेका थिए । उहाँले हिजो घरबाट बाजे बज्यैसँग सोधेर लोकगीत लेखेर ल्याउन भन्नुभएको थियो । गीत सुनाउन उनीहरू निकै हतारिएका थिए ।)

रमा मिस : ज्वजलपा, लास्सो, फ्याफुल्ला, नमस्कार !

विद्यार्थी : नमस्कार मिस !

रमा मिस : हिजो मैले आज कुन पाठ पढ्ने भनेको थिएँ ?

विद्यार्थी : हाम्रो स्थानीय लोकगीतहरू मिस !

रमा मिस : ल, सबैभन्दा पहिला म तिमीहरूलाई लोकगीतका बारेमा बताउँछु ।

विद्यार्थी : हुन्छ मिस ।

रमा मिस : समाजमा पहिलेदेखि नै गाउँदै र चल्दै आएको गीत लोकगीत हो । लोकगीत समाजका मानिसहरूले विभिन्न अवसरमा गाउँछन् । समाजका दुःख, सुख, खुसी, पीडा, चालचलन आदिलाई विषय बनाई विभिन्न भाकामा लोकगीत गाइन्छ ।

अमन : मिस, लोकगीत एउटै किसिमको हुन्छ हो ?

रमा मिस : होइन नि अमन, लोकगीत त भाषा र ठाउँ अनुसार फरक फरक हुन्छ । लोकगीत गाउने आफ्नै तरिका, भाका र लय हुन्छ । अँ साँच्चै, मैले तिमीहरूलाई लोकगीत लेख्न भनेको थिएँ नि । तिमीहरूले लोकगीत लेखेर ल्यायौ त ?

विद्यार्थी : ल्यायौँ मिस ।

सुनिता तामाङ : मिस, अनिल र म मिलेर हामीलाई बाजेले सिकाउनु भएको लोकगीत सुनाऊँ त ?

रमा मिस : हुन्छ, सुनाऊ ।

सुनिता तामाङ : चरिला कामैइ धोङ्ला नै
तिला लासी पाङ्से एदा ङाइ ।
तिला लासी पाङ्से एदा ङाइ
तिलाइ ताला वा सेम लोङ्बा ।
चिला माले ङा मि एलान भर
तिला मुला बिसी हालखबर ।

अनिल तामाङ : चरिला कामैइ धोङ्ला नै
क्यार नाम्साला नाना माइ ।
ताम सानगोले पाङ्ला ङाइ
हङ्सु फाइला, छाङ छाइला ।
धोङरी मि चरा फुरुरु
आइ आत्रागो धुरुरु ।
ङा नोन मुला एलान भर
ठिक नोन मुला हालखबर ।

रमा मिस : स्याबास ! कति राम्रो तामाङ गीत सुनायौ । अब कसले सुनाउने ?

मुना श्रेष्ठ : मिस, अब म सुनाउँछु ।

रमा मिस : ल, अब मुनाले गाउँछिन् । सबैले ध्यान देऊ है ?

मुना श्रेष्ठ : राजामती कुमती जिके वसा पिरती
हाय बाबा राजामती चा ।
राजामती मबिल धासा
कासी वने तेल बुबा
हया ब्यु राजामती चा ।
सँ धासा कुलि कुलि
मिखा धासा बाँला बाँला
सक्वमीया म्हया मचा ला
ख्वा धासा तुयु ख्या
ख्वाले निग ती दु

तही ननीया राजामती चा।

रमा मिस : आहा ! कति राम्रो नेवारी लोकगीत !

(अब अमन परियार जुरुक्क उठे)

अमन : मिस, अब म पनि बुबासँग सिकेको असारे गीत गाउँछु नि

(अमनले गाउन थालिहाले)

चैतमासे धानको त्यो सिरम्ले बाला लौ हाँडीमा भुटेर
च्युरा कुट सानी दहीसित खानी लौ हाँडीमा भुटेर।
गोठमा किलो रित्तै आउन्न भैंसी सित्तै खानलाई घिउ छैन
छोरो लाहुर गाछ पैसो चाइने भाछ गैरी खेतमा बिउ छैन।

माछा मार्ने बल्छी घरमा सबै अल्छी गैरी खेत बाँझै भो
असारको मैलो हिलो छेलोखेलो लाठे यौटा खाँचै भो।
गाउँले दाजुभाइ सबैजना आई आली लाउँछन् खनेर
खेतमा बेठी बाजा दहीच्युरा खाजा ज्याला बाँड गनेर।
अर्म पर्म गरी मेलो सघाउने सबैलाई धन्यवाद
रीतिथिति धान्नु हाम्ले भन्या मान्नु लौ है हजुर धन्यवाद ॥

रमा मिस : स्याबास अमन ! अब म पनि तिमीहरूलाई एउटा तीजको लोकगीत सुनाउँछु अनि लोकगीतको बारेमा छलफल गरौँला है त ?

(रमा मिस थपडी बजाउँदै तीजको लोकगीत गाउन थाल्नुभयो।)

घुम्दै फिर्दै आयो आमा वर्ष दिनको तीज नि
मेरो आँखा तिम्लाई सम्झी सधैँ भिजनी।
सबका आमा लिन आउँदा रुन्छु आमा देखेर
आउँथ्यौ आमा भाकी भए लौरी टेकेर।

दर खान आउँछे छोरी भन्दै बाटो कुरेको
तिम्रै हातले खुवाको आमा छैन भुलेको।
सबैजना माइत जान्छन् तीज मान्न भनी

अहिले मलाई लिन आउने छैन कोही पनि ।

आमा तिम्रो पालामा दर खान्थ्यौँ थालमा
दाइ भाउजूको पालामा आँसु गालामा ।
(गीत गाउँदा गाउँदै रमा मिस रुन थाल्नुभयो ।)

मुना श्रेष्ठ : मिस तपाईँ किन रुनु भएको ?

रमा मिस : लोकगीतमा समाजका दुःख-सुख, खुसी-पीडा मिसिएको हुन्छ । म पनि यस्तै दुःख सम्झेर रोएछु । लोकगीत समाजको गीत हो । यो समाजले गाउँदै र बचाउँदै आएको छ । त्यसैले हामीले पनि धुलिखेलमा गाउने गरिएका लोकगीतहरू सिक्नुपर्छ र तिनीहरूको संरक्षण गर्नुपर्छ । ल त, आजलाई यति नै । भोलि हामी समूहमा मिलेर लोकगीत गाउँछौँ ।

क्रियाकलाप

१. **शिक्षकको सहयोगमा साथी समूह मिली स्थानीय लोकगीत गाएर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. लोकगीत भनेको के हो ?

ख. लोकगीतमा समाजका केकस्ता विषय समावेश हुन्छन् ?

ग. हामीले किन लोकगीत सिक्नुपर्छ ?

घ. लोकगीतलाई किन समाजको गीत भनिन्छ ?

परियोजना कार्य

आफ्ना अभिभावकसँग सोधी समाजमा प्रचलित लोकगीत लेख्नुहोस् र कक्षाको प्रदर्शनी पाटीमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो स्थानीय लोकबाजा

मिति : २०८२।०१।०३

प्रिय साथी नकुल
मिठो सम्झना !

म यहाँ सन्चै छु । त्यहाँ तिमी पनि सन्चै छौ भन्ने आशा गर्दछु । तिमीले पठाएको चिठी पाएँ । आफ्नो समाजको लोकगीतका बारेमा लेखेका रहेछौ । चिठीबाट धेरै कुरा जान्न पाएँ । खुसी लाग्यो । आज म धुलिखेलका लोकबाजाका बारेमा बताउँदै यो चिठी लेख्दै छु ।

तिमीलाई लोकबाजा भनेको के होला भन्ने लागेको होला । हाम्रो विद्यालयका सङ्गीत शिक्षकबाट सिकेको कुरा तिमीलाई बताउँछु । हाम्रो समाजमा धेरै पहिले देखि नै बजाइदै आएका बाजाहरू नै लोकबाजा हुन् । यस्ता बाजा सुरबाजा र तालबाजा गरी दुई किसिमका हुन्छन् । धुन निकाल्ने बाजा सुर बाजा हुन् अनि लय दिने बाजा तालबाजा हुन् । बाँसुरी, सारङ्गी, हार्मोनियम आदि सुर बाजा हुन् । मादल, तबला, ढ्याङ्ग्रो आदि तालबाजा हुन् ।

साथी, धुलिखेलमा धेरै जातजातिका मानिसहरूको बसोबास छ । उनीहरू विभिन्न चाडपर्व, जात्रा, उत्सवहरू मनाउँछन् । यस्ता पर्वहरूमा अनेक किसिमका लोकबाजाहरू बजाउने चलन छ । धुलिखेलमा बसोबास गर्ने बाहुन तथा क्षेत्रीहरूले पूजापाठ गर्दा शङ्ख, घण्ट, डमरू बजाउने गर्छन् । यिनीहरूले भजनकीर्तन गर्दा हार्मोनियम, तबला, मादल बजाउँछन् । बिहे तथा चाडपर्वमा रमाइलो गर्न मादल, खैजडी, पन्चेबाजा बजाउने गर्छन् ।

धुलिखेलका तामाङ जातिमा पनि थुप्रै किसिमका लोकबाजाहरू बजाउने चलन छ । उनीहरूले

डम्फु, टुङ्ना जस्ता बाजाहरू बिहे, छेवर तथा रमाइलो उत्सवमा बजाउँछन् । द्याङ्ग्रो, घ्याबु(झ्याम्टा), स्याङ(घन्टी), लावा(फुकेर बजाइने बाजा) घेवा तथा पूजामा बजाउने चलन छ। च्योदर(डमरु), दुङ (शङ्ख., घ्यालिङ (फुकेर बजाइने बाजा), काङलिङ(मरेको मानिसको आत्माको शान्तिका लागि लामाहरूले बजाउने बाजा) पनि तामाङहरूले विभिन्न सांस्कृतिक उत्सवमा बजाउने गर्छन् ।

धुलिखेलका नेवार समुदायले पनि जात्रा र चाडपर्वमा विभिन्न लोकबाजा बजाउने गर्छन् नि ! धिमय् (धिमे), झ्याम्टा, झ्याली, ढोलक बजाएर नेवारहरू जात्रा तथा पर्वमा खुब नाच्छन् । हाकु पटासी लगाएका महिला र दौरा सुरुवाल लगाएका पुरुषहरूले एकै तालमा बाँसुरी बजाउँदै टोल परिक्रमा गर्दा त कति रमाइलो हुन्छ। भजन खलःले मन्दिरहरूमा हार्मोनियम, तबला, झ्याली, मृदङ्ग बजाई भजन पनि गाउँछन् नि ।

साथी, लोकबाजा भनेका हाम्रो सांस्कृतिक सम्पत्ति हुन् । यसले हाम्रो समाजको परिचय दिन्छ । लोकबाजा जोगाउनु हाम्रो कर्तव्य हो । तिमी पनि कक्षामा साथीहरूसँग यसबारे छलफल गर है। आजलाई यतिमै बिदा चाहन्छु।

उही तिम्रो प्यारो साथी

आकाश तामाङ

क्रियाकलाप

१. **तपाईँको नगरमा जात्रा, चाडपर्व, उत्सव र पूजामा बजाइने तल दिइएका बाजाहरू फुकेर, ठोकेर वा रेटेर कसरी बजाइन्छ ? तालिकामा लेख्नुहोस् ।**

बाजाको नाम	बजाउने तरिका
सहनाई	फुकेर

मादल	
बाँसुरी	
डमरु	
झ्याम्टा	
डम्फु	

सारङ्गी	
धिमे (धिमय्)	
शङ्ख	
तबला	
द्याङ्ग्रो	

२. **हार्मोनियममा 'सारेगम.....' बजाएर र मादलको एउटा ताल बजाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।**

अभ्यास

१ **पाठका आधारमा कोष्ठकबाट मिल्ने शब्द छानेर खाली ठाउँमा भर्नुहोस् :**

क. हाम्रो समाजमा धेरै पहिले देखि नै बजाइदै आएका बाजाहरूलाई .... भनिन्छ । (लोकबाजा, आधुनिक बाजा, ब्यान्ड बाजा)

ख. धिमे .... समुदायका मानिसहरूले बजाउँछन् । (तामाङ, क्षेत्री, नेवार)

ग. तामाङ समुदायमा .... र डम्फु धेरै लोकप्रिय छ । (बाँसुरी, खैजडी, टुङ्ना)

घ. .... सुर बाजा हो । (तबला, बाँसुरी, मादल)

ङ. ठोकेर बजाइने धातुका थालजस्ता बाजालाई .... भनिन्छ । (झ्याम्टा, डमरु, द्याङ्ग्रो)

२. **तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :**

क. कस्तो बाजालाई लोकबाजा भनिन्छ ?

ख. धुलिखेलमा बजाइने पाँचओटा लोकबाजाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. खैजडी धुलिखेलको कुन समुदायको लोकबाजा हो ?

घ. किन हाम्रो लोकबाजाको संरक्षण गर्नुपर्छ ?

ङ. लोक बाजाको संरक्षण गर्ने दुईओटा उपाय लेख्नुहोस् ।

सिर्जनात्मक कार्य

शिक्षकको सहयोगमा तपाईंको समुदायमा प्रचलित लोकबाजा बजाउँदै सामूहिक रूपमा लोकगीत गाएर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ४ हाम्रो पाटीपौवा

हाम्रो बाजेहरूका पालामा जतातते मोटर बाटाहरू बनेका थिएनन् । मोटर गाडीहरूको पनि धेरै प्रयोग हुँदैनथ्यो । टाढा टाढासम्म पनि हिँडेर जानुपर्थ्यो । आजभोलीको जस्तो होटेल र लजहरूको विकास भएको थिएन । बटुवा तथा यात्रीहरू पाटीमा खाना पकाएर खाने र बास बस्ने गर्दथे । खेतबारीमा काम गर्ने खेताला पनि चर्को घाम र पानीमा पाटीमा नै ओत लाग्ने गर्दथे ।

बटुवा, खेताला, गोठाला आदिलाई बास बस्न तथा घामपानी र हुरीबतासबाट जोगिन भनी ओत लाग्न बनाइएको घरलाई पाटी भनिन्छ । पानीको समेत व्यवस्था भएको पाटीलाई पौवा भनिन्छ । परोपकारको भावनाले पाटीपौवा बनाइन्थे । राजा महाराजाले वा समाजका मानिसहरू मिलेर यस्ता पाटीपौवा बनाउने चलन थियो ।

धुलिखेल नगरभित्र पनि विभिन्न पाटीपौवाहरू रहेका छन् । धुलिखेल बजारको सोरखुट्टे पाटी, गणेश पाटी, भीमसेन पाटी, नवदुर्गा पाटी अहिले पनि राम्रो अवस्थामा देख्न सक्छौँ । यसैगरी शङ्खु फेदी र इँटेको पाटी पनि हामीले भ्रमण गर्न र देख्न सक्छौँ । श्रीखण्डपुरको सोरखुट्टे पाटी, शङ्खु पाटीचौरको पाटी जस्ता केहि पाटी चाहिँ अहिले हामी देख्न सक्दैनौँ ।

धुलिखेलको पुरानो बजारमा रहेको नारायण मन्दिर अगाडिको पाटीलाई सोरखुट्टे पाटी भनिन्छ । यो पाटीमा सोरओटा खुट्टा (थाम) रहेका छन् । सोरओटा थाममा ठडिएको हुँदा यो पाटीलाई सोरखुट्टे पाटी भनिएको हो । धुलिखेलको कृष्णजात्रा यही पाटीबाट सुरु

हुन्छ। चाडपर्वको समयमा यो पाटीमा बसेर भजनकीर्तन गर्ने पनि गरिन्छ। यो पाटीले पर्यटक तथा यात्रीहरूलाई एकछिन आराम गर्न सहयोग गरेको छ। यो पाटी टोलका बुढापाका भेला भई बसेर कुराकानी गर्ने ठाउँ पनि बनेको छ।

शङ्खु फेदीको पाटी र इँटेको पाटी धुलिखेलको महत्वपूर्ण सांस्कृतिक सम्पत्ति हो। शङ्खु फेदीमा रहेको शङ्खेश्वरी मन्दिरको छेउमा रहेको शङ्खु पाटी दुई तलाको छ। पाटीका काठ तथा ढुङ्गाहरूमा विभिन्न बुट्टाहरू कुँदिएका छन्। करिब दुई सय वर्ष पुरानो यो पाटी अहिले मर्मत गर्नुपर्ने अवस्थामा छ। शङ्खु इँटेको पाटी पनि दुई तलाको छ। अहिले यो पाटी पुरानै शैलीमा नयाँ बनाइएको छ। पहिले सिन्धुली लगायतका पूर्वका जिल्लाहरूबाट व्यापार गर्न काठमाडौँ आउनुपर्थ्यो। व्यापारी, भरिया तथा बटुवाहरू दाप्चाबाट शङ्खु हुँदै काठमाडौँ आउजाउ गर्थे। त्यो बेलामा थुप्रै व्यापारी, भरिया तथा बटुवाहरू यो पाटीमा खाना बनाएर खान्थे र यही पाटीमा बास बस्थे। वरपर खेतमा काम गर्ने किसानहरू पानी पर्दा यही पाटीमा ओत लाग्थे।

हाम्रो पाटीपौवाहरू हाम्रो सम्पत्ति हुन्। हाम्रो पुर्खाहरूले परोपकारको उद्देश्यले यस्ता पाटीपौवाहरू बनाएका थिए। अहिले समय बदलिएको छ। मानिसहरूले पाटीपौवा जस्ता सम्पत्तिलाई बेवास्ता गर्न थालेका छन्। यिनीहरूको मर्मतसम्भार र संरक्षणमा चासो दिएको पाइँदैन। यो राम्रो बानी होइन। पाटीपौवा हाम्रो पुर्खाले हामीलाई दिएको नासो हो। यसलाई जोगाउनु हाम्रो कर्तव्य हो।

क्रियाकलाप

१. आजभोलि पाटीपौवाहरू कुन कुन काममा प्रयोग हुन सक्छन् ? साथीहरूसँग छलफल गरी सूची तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१. मिल्ने उत्तर छानेर लेख्नुहोस् ।

क. केलाई पौवा भनिन्छ ?

अ. सानो घर　आ. पानी पाइने पाटी　इ. दुई तले पाटी

ख. पहिले पहिले यात्री र बटुवाहरू यात्राको समयमा कहाँ बास बस्थे ?

अ. होटेलमा　आ. लजमा　इ. पाटीपौवामा

ग. धुलिखेल नारायण मन्दिर अगाडिको पाटीलाई के भनिन्छ ?

अ. नवदुर्गा पाटी　आ. भीमसेन पाटी　इ. सोरखुट्टे पाटी

घ. हाम्रो पुर्खाले कुन उद्देश्यले पाटीपौवा बनाएका हुन् ?

अ. बस्ने उद्देश्यले　आ. परोपकारको उद्देश्यले　इ. जग्गा ओगट्ने उद्देश्यले

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

क. पाटी भनेको के हो ?

ख. धुलिखेल नगरभित्र रहेका पाटीपौवाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. सोरखुट्टे पाटी र शङ्खु पाटीको एक एक ओटा विशेषता लेख्नुहोस् ।

घ. धुलिखेल नारायण मन्दिर अगाडिको पाटीलाई किन सोरखुट्टे पाटी भनिएको हो ?

ङ. आजभोलि मानिसहरूले पाटीपौवालाई बेवास्ता गर्नुको कारण के होला ?

एकाइ ३

प्राकृतिक स्रोत

प्रकृतिः प्रकृति भनेको स्वयं उत्पन्न भएको वस्तु हो। प्रकृतिमा पृथ्वी, आकाश, नदी, हिमाल, वन, हावा, पानी, सूर्यको किरण, बोटबिरुवा आदि पाइन्छ।

प्राकृतिक स्रोतहरूः प्रकृतिबाट प्राप्त हुने स्रोतहरू नै प्राकृतिक स्रोत हुन्, जुन मानवले बनाएको हुँदैन। उदाहरणः पानी, हावा, माटो, वन, खनिज, सूर्यको किरण, नदी, पर्वत आदि प्राकृतिक स्रोत हुन्।

सिकाइ उपलब्धि

१. प्राकृतिक स्रोतको परिभाषा बताउन।

२. जलस्रोतहरूको सूचि तयार पार्न।

३. ऐतिहासिक जलसम्पदाको पहिचान गर्न।

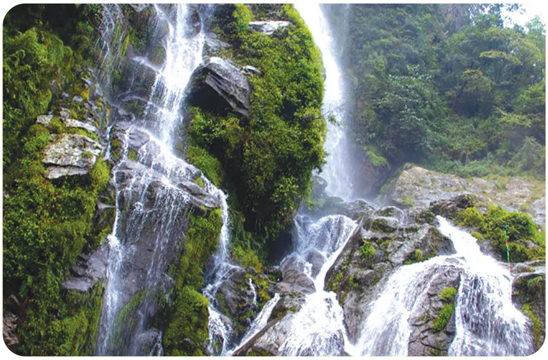
४. सिमसार क्षेत्रको परिचय दिन।

५. स्थल स्रोतहरू उल्लेख गर्न।

पाठ १

हाम्रो जलस्रोत

धुलिखेल नगरपालिकाका पानीका स्रोत



पानी

भन भन बाबु हो भन भन नानी
कहाँबाट पाउने गर्छौं हामी सबले पानी ।
धाराबाट, इनारबाट, आकाशबाट हो त ?
अरु के के हुन सक्छन् पानी पाउने स्रोत ?

सफा राखौँ खोला, नदी, इनार र पोखरी
कहिले पनि नफालौँ फोहर यसका वरिपरि ।
पानी स्वच्छ भयो भने जीवन हुन्छ स्वस्थ
पानी शुद्ध गर्ने विधि जानौँ है प्रशस्त ।

पानी हाम्रो जीवनलाई नभइ नहुने तत्त्व
प्रयोग गरौँ राम्ररी बुझी यसको महत्त्व
बिना पानी कसरी बाँच्ने सोचौँ एक फेर
अमृत जस्तै हो यो पानी नफालौँ है खेर

जलस्रोतको परिचय

जलस्रोत भनेको पृथ्वीमा पाइने विभिन्न प्रकारका पानीका स्रोतहरू हुन् । जलस्रोत विभिन्न प्रकारहरूका छन्, जसमध्ये कुवा र इनार जमिनमुनि रहेको पानी निस्केर बनेका स्रोत हुन्, जसबाट सफा पानी प्राप्त गर्न सकिन्छ । खोलाहरू र नदीहरू निरन्तर बग्ने जलस्रोत हुन् । जस्तै पुण्यमाता खोला धुलिखेल नगरपालिकाको वडा नं ५ मा रहेको छ । यस्तै, ढुङ्गेधारा परम्परागत प्रविधिबाट बनाइएका धारा हुन् । पोखरी भनेको पानी जम्मा गर्ने ठाउँ हो, जसले सिँचाइ, माछापालन गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

जलस्रोतको महत्त्व

सबै सजीव वस्तुहरू (मानिस, जनावर, बिरुवा) जीवित रहन पानी चाहिन्छ। दैनिक जीवनमा पिउन, खाना पकाउन, नुहाउन, लुगा धुन, सरसफाई गर्न आदि काममा पानी अनिवार्य छ। खेतीपातीमा पानीको प्रयोग हुन्छ भने बिजुली उत्पादनमा पनि पानीको प्रयोग हुन्छ। त्यस्तै उद्योग कलकारखानामा पानीको प्रयोग हुन्छ।

क्रियाकलाप

१. **पानीको कुनै एक स्रोत (मूल, खोला, पोखरी आदि) को चित्र बनाउनुहोस् र चित्रमा नाम लेख्नुहोस्।**

२. **तपाईँहरूले आफ्नो घरमा पानी कुनकुन कार्यमा प्रयोग गर्नुहुन्छ ? टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।**

अभ्यास

१. **सही उत्तरमा (√) र गलत उत्तरमा (ह)चिह्न लगाउनुहोस्।**

क. मूलबाट निस्कने पानी प्राकृतिक स्रोत हो। ☐

ख. पोखरीमा पाइपबाट पानी आउँछ। ☐

ग. पानीबिना पनि बोटबिरुवा बाँच्न सक्छन्। ☐

घ. हामीले पानीकास्रोतहरू सफा राख्नुपर्छ। ☐

ङ. धुलिखेल नगरपालिकामा इनार, पँधेरा, ढुङ्गेधारा, र पोखरीजस्ता पानीकास्रोतहरू पाइन्छन्। ☐

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस्।**

क. धुलिखेल नगरपालिकामा पाइने तीनओटा पानीकास्रोतहरूको नाम लेख्नुहोस्।

ख. पानी किन बचत गर्नुपर्छ ?

ग. पानीको मुहान फोहर हुन नदिन के गर्नु पर्छ ?

घ. पोखरीबाट हामीलाई के-के फाइदा हुन्छ ?

ङ. पानीको स्रोतहरूको संरक्षण गर्न हामीले के गर्नुपर्छ ?

पाठ २ हाम्रो ऐतिहासिक जलसम्पदा

परिचय

जल भनेको पानी र सम्पदा भनेको सम्पत्ति हो। पानी जीवनको लागि धेरै महत्त्वपूर्ण छ। हाम्रो पूर्खाहरूले पानी बचाउनका लागि इनार, ताल, कुवा, धारा, ढुङ्गेधारा, पोखरी, र कुलो बनाएर पानी सङ्कलन र प्रयोग गर्ने व्यवस्था मिलाएका थिए।

धुलिखेल नगरपालिकाका जलसम्पदाहरू

धुलिखेल नगरपालिकामा धेरै पुराना पानीका स्रोतहरू छन्। यी पानीका स्रोतहरू स्थानीय बासिन्दाहरूले वर्षौंदेखि प्रयोग गर्दै आएका छन्।

१. पँधेरा र इनार

पहिलेका समयमा धुलिखेलमा धेरै पँधेरा र इनारहरू थिए। मानिसहरू पानी भर्न त्यहाँ जान्थे। अझै पनि केहि पुराना पँधेरा र इनारहरू संरक्षण गरिएका छन्। उदाहरणः धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ४ मा पँधेरा छ भने धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ५ मा इनार रहेको छ।

२. ढुङ्गेधारा

ढुङ्गेधाराबाट निरन्तर पानी बगिरहन्छ। ढुङ्गेधारा परापूर्वकालमा राजाहरूले बनाएका थिए। धुलिखेलमा अहिले पनि धेरै ढुङ्गेधारा भेटिन्छन्। त्यसमध्ये केहि जीवित छन् भने केहि

पानी सुकिसकेका अवस्थामा छन् । धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ६ मा पनि यस्तो ढुङ्गेधारा रहेको छ ।

प्राचिनकाल देखि नै प्राकृतिक मुहानबाट यो धारामा पानी आउने गरेको छ । अहिले पनि धुलिखेल वडा नं ६ का स्थानीय बासिन्दाहरूले दैनिक कामकाजहरू जस्तैः पिउन, नुहाउन, लुगा धुन र धार्मिक कार्यका लागि यो धाराको प्रयोग गर्छन् । यो ढुङ्गेधारा केही राम्रो स्थितिमा भए पनि समय-समयमा सरसफाइ र संरक्षण गर्ने गरेको पाइन्छ ।

३. पोखरी

कतिपय ठाउँमा पानी जम्मा गर्न पोखरी बनाइएका थिए । पोखरीले वातावरणलाई सुन्दर बनाउँछ र पानीको स्रोत पनि हो । धुलिखेल नगरपालिकामा विगतमा धेरै ठाउँमा पोखरीहरू थियो, तर हाल ती पोखरीहरूमा वर्षा याममा मात्र पानी रहने अवस्था छ ।

४. खोला

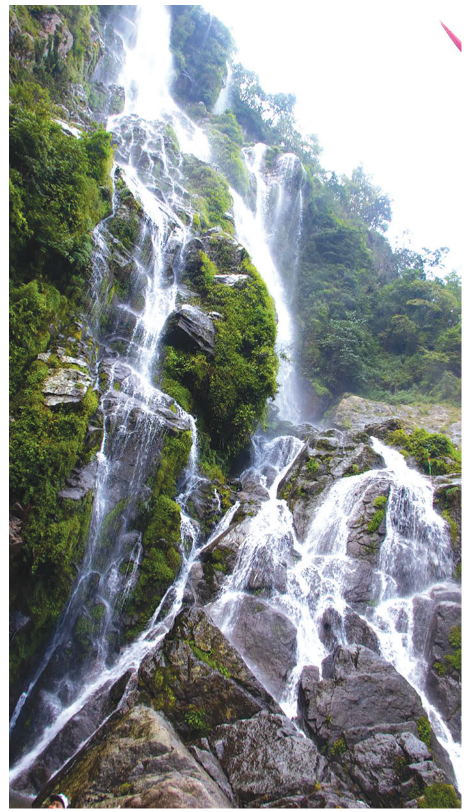
धुलिखेलमा केहि खोलाहरू पनि छन् । यी खोलाहरू खेतीका लागि प्रयोग गर्ने गरेका थिए । जस्तैः धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ५ अवस्थित पुण्यमाता खोला छ । हाल यसमा पानीको सतह घट्दै गएको छ ।

पुण्यमाता खोला धुलिखेल नगरपालिका वडा नं ५, श्रीखण्डपुर भएर बगेको छ । यो खोला बनेपा नगरपालिकामा रहेको त्रिशुल धाराबाट वग्न सुरु भएर बनेपाको चण्डेश्वरी खोलासँग मिसिएर श्रीखण्डपुर हुँदै पनौतीको रोशी खोलामा गएर मिसिन्छ । वर्षायाममा यो खोलाको पानीको सतह उच्च हुन्छ भने सुक्खा मौसममा पानीको मात्रा घटेर सतह कम हुन्छ । यो खोलाको पानीले श्रीखण्डपुर क्षेत्रको भू-भागमा अन्नबालीमा

सिँचाइ गर्न मद्दत पुगेको छ।

वर्तमान समयमा मानिसहरूको हेलचेक्राइको कारणले यो खोला प्रदुषित भएको छ। यसका लागि समुदायद्वारा समय समयमा सरसफाइ अभियान सञ्चालन गर्दै आएको छ।

५. झरना



धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ११ मा कपिलेश्वर झरना रहेको छ। यो झरनाबाट आएको पानी वरपर वस्तीका खेतहरूमा सिँचाईको लागि प्रयोग गर्ने गरिन्छ। यो झरना हेर्नलाई रमणीय भएकाले आन्तरिक पर्यटनमा पनि सहयोग पुर्याउने देखिन्छ।

जलसम्पदाको महत्व

जलसम्पदाहरूले मानव जीवनमा धेरै महत्त्वपूर्ण कार्यहरू गर्छन्। यसले खेती, पिउने पानी, उद्योग र विद्युत् उत्पादनमा मद्दत पुर्याउँछ। जलस्रोतहरू जस्तैः नदी, ताल, कुवा र कुलोहरूले मानव जीवनलाई सरल र समृद्ध बनाउँछन्।

हामीले आफ्नो ऐतिहासिक जलसम्पदाको महत्त्वबारे जान्नुपर्छ। पानीको स्रोतहरूलाई बचाउनु पर्छ। यसको लागि रुख बिरुवा लगाउने, पानीको मुहान र त्यस वरपर फोहर नगर्ने, मुहानलाई हानी पुग्ने गरी भौतिक संरचना निर्माण नगर्ने आदि काम गर्नु पर्दछ।

क्रियाकलाप

१. आफ्नो घर वरपर रहेको जलसम्पदाहरूको नाम टिपोट गर्नुहोस्।

२. आफ्नो घर नजिकैको कुनै एक जलसम्पदाको चित्र बनाएर नाम लेख्नुहोस्। उक्त सम्पदाको सरसफाइ समेत गर्नुहोस्।

अभ्यास

१. खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।

क. ढुङ्गेधाराबाट निरन्तर .... बगिरहन्छ ।

ख. पहिलेका मानिसहरू .... मा गएर पानी भर्थे ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकामा धेरै पुराना .... छन् ।

घ. पोखरीले वातावरणलाई .... बनाउँछ ।

ङ. पानी हाम्रो ....को लागि अति आवश्यक छ ।

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. धुलिखेल नगरपालिकाका मुख्य जलसम्पदाहरू के-के हुन् ?

ख. ढुङ्गेधाराबाट पानी कसरी आउँछ ?

ग. पोखरीहरूको महत्त्व के हो ?

घ. पानीका स्रोतहरू जोगाउन हामीले के गर्नुपर्छ ?

ङ. पहिलेका मानिसहरू पानी लिन कहाँ जान्थे ?

क्षेत्र भ्रमण

तपाईंहरूले नजिकैको पानीका स्रोतहरू (मूल, खोला, पोखरी) अवलोकन गरेर जलस्रोतहरूको नाम टिप्नुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो सिमसार क्षेत्र

परिचय

"सिम" भन्नाले किनारा वा छेउ भन्ने जनाउँछ भने "सार" भन्नाले पानी वा भिजेको भन्ने बुझिन्छ । सिमसार क्षेत्र भनेको पानीले भरिएको ठाउँ हो । यस्ता ठाउँमा वर्षभरि वा केहि महिनासम्म पानी स्थिर वा बगिरहेको हुन सक्छ । यहाँ पानीमा हुने बोटबिरुवा र माछा, भ्यागुता, चरा आदि पाइन्छन् । धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ९ अवस्थित सिमखेतलाई सिमसार क्षेत्रको उदाहरणको रुपमा लिन सकिन्छ । यस सम्बन्धमा एउटा कथा अध्ययन गरौँ है त ।

भ्यागुतो र चरीको कथा

भ्यागुतो : नमस्ते चरी बहिनी ! कता जाँदै छौ ?

चरी : नमस्ते भ्यागुतो दाइ ! म त हावामा उड्दै रमाउँदै यहाँको सिमसार हेर्न आएकी ।

भ्यागुतो : ठिकै गर्यौ ! यो त हाम्रो रमाइलो ठाउँ हो नि – सिमसार !

चरी : हो नि ! यहाँ त पानी छ, माछा छन्, बोटबरिुवाहरू छन् । मलाई त धेरै मन पर्छ ।

भ्यागुतो : मलाई पनि मन पर्छ ! म त पानीमा हामफालेर रमाउँछु । टिल्ली माछा पनि मेरी साथी हो ।

चरी : तर दाइ, केहि मानिसहरूले त यहाँ फोहर फालिरहेका छन् । त्यसले त हाम्रो सिमसार बिग्रिन्छ नि !

भ्यागुतो : हो, त्यसैले हामी सबैले मिलेर सिमसार जोगाउनुपर्छ । नत्र त हामीलाई बस्ने ठाउँ नै रहँदैन ।

चरी : ठिक भन्नुभयो ! म त सबै साथीहरूलाई भन्छु – "सिमसार सफा राखौँ, सबै जनावरको रक्षा गरौं !"

भ्यागुतो : वाह ! कति राम्रो कुरा ! अब हाम्रो कुरा गाउँका मानिसहरूहरूले पनि सुने भने झन् राम्रो !

सिमसारको महत्त्व

माछा र जनावरहरूको घर

सिमसार ठाउँमा माछा, भ्यागुता, चराहरू जस्ता जनावरहरू बस्न पाउँछन् । पानी जम्मा हुन्छ वर्षामा पानी जम्मा भएर जमिन सुक्न दिँदैन । खेतीमा सघाउँछ । सिमसारको पानीले खेतमा सिँचाइ गर्न सजिलो हुन्छ । चराहरू आउँछन् । टाढा देशबाट पनि चराहरू सिमसारमा आउँछन्, हेर्न रमाइलो हुन्छ । वातावरण सफा राख्छ ।

सिमसारले हावा, पानी र जमिन सफा राख्न मद्दत गर्छ । मानिसको जीवनमा उपयोगी मानिसहरू माछा मार्ने, डुङ्गा चलाउने, चराको अवलोकन गर्ने काम गर्छन् । पानीको शुद्धीकरण, बाढी नियन्त्रण, जमिनको भू-क्षय रोकथाममा सहयोग पुग्छ ।

क्रियाकलाप

१. सिमसारमा देखिने जनावर र बोटबिरुवा जस्तैः माछा, भ्यागुतो, चराहरू, पानी, घाँस को चित्र बनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

समूह क	समूह ख
सिमसार	हामफाल्ने जनावर
माछा	जनावरहरू भाग्छन्
भ्यागुतो	राम्रो वातावरण
सफा सिमसार	चराको घर
फोहर सिमसार	पानीमा पौडिने

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. सिमसारको शाब्दिक अर्थ लेख्नुहोस् ।

ख. सिमसार भनेको के हो ?

ग. सिमसार क्षेत्रमा के-के पाइन्छ ?

घ. सिमसार किन बचाउनु पर्छ ?

ङ. सिमसार कसरी बचाउन सकिन्छ ?

पाठ ४ प्राकृतिक स्रोत हाम्रो सम्पत्ति

हामी जहाँ बस्छौं, त्यो ठाउँमा पाइने प्राकृतिक रुपमा पाइने चिजहरूलाई प्राकृतिक स्रोत भनिन्छ। जमिनमा हुने प्राकृतिक स्रोत स्थल स्रोत हुन्। यी स्रोतहरूबाट हामीले खाना, लुगा, घर बनाउने सामग्री आदि प्राप्त गर्छौं।

हामी जहाँ बस्छौं, त्यो ठाउँमा पाइने प्राकृतिक रुपमा पाइने चिजहरूलाई प्राकृतिक स्रोत भनिन्छ। जमिनमा हुने प्राकृतिक स्रोत स्थल स्रोत हुन्। यी स्रोतहरूबाट हामीले खाना, लुगा, घर बनाउने सामग्री आदि प्राप्त गर्छौं।

धुलिखेलका मुख्य स्थल प्राकृतिक स्रोतहरू

माटो : माटो स्थल स्रोत हो। यो खेतमा बाली फलाउन प्रयोग गरिन्छ। किसानले माटोमा धान, गहुँ, तरकारी, फलफूल आदि उब्जाउँछन्। माटो बिना खेती हुँदैन , खेती भएन भने हामीले खाना पाउँदैनौं। त्यसैले माटोको संरक्षण गर्नुपर्छ र यसलाई फोहर गर्नु हुँदैन।

वनजङगल : वनजङ्गलमा धेरै किसिमका बोटबिरुवा, जडिबुटी र जनावरहरू पाइन्छन्। हामीलाई काठ, घाँस, औषधिजन्य जडिबुटी र अक्सिजन वनबाट प्राप्त हुन्छ। वनले वर्षा ल्याउन मद्दत गर्छ। त्यसैले वन कटानी गर्नु हुँदैन र रूख बिरुवा रोप्नुपर्छ। धुलिखेल नगरभित्र प्राकृतिक वनको सङ्ख्या १४ र सामुदायिक वनको सङ्ख्या ३८ रहेको छ।

धुलिखेल नगरपालिकामा रहेका वन जङ्गलहरू

क्र.स.	वनको नाम	वडा नं.
१.	दारिम थुम्का सामुदायिक वन	१२
२.	धनछरे च्यानडाँडा सामुदायिक वन	८
३.	झाँक्री लामीडाँडा सामुदायिक वन	१
४.	भण्डारखर्क सामुदायिक वन	९
५.	मण्डली देवी सामुदायिक वन	३
६.	कटुवा पाखा सामुदायिक वन	८
७.	गैखुरेश्वर सामुदायिक वन	८
८.	कपिलेश्वर सामुदायिक वन	११
९.	घोडा लडेभिर सामुदायिक वन	९
१०.	एक्लेखेत सामुदायिक वन	१२
११.	डुडामुख च्यानडाँडा सामुदायिक वन	२
१२.	बज्रपरे सामुदायिक वन	२
१३.	पानी ट्याङ्की सामुदायिक वन	९
१४.	बतासे डाँडा सामुदायिक वन	१०
१५.	भुटेको सामुदायिक वन	१०
१६.	बैडोल पाखा सामुदायिक वन	९
१७.	फोक्सेभिर सामुदायिक वन	१
१८.	पिप्ले टाड्के सामुदायिक वन	१२
१९.	ठुलो सामुदायिक वन	११
२०.	सोती राँगेबास सामुदायिक वन	२
२१.	शान्तिपुर रोहिणी पाताल सामुदायिक वन	११

क्र.स.	वनको नाम	वडा नं.
२२.	श्री स्वर्गीय होमेन डाँडा सामुदायिक वन	८
२३.	पकुचा दोभान सामुदायिक वन	८
२४.	कालिदेवी सल्लेनी सामुदायिक वन	१२
२५.	डिकापाटो सामुदायिक वन	२
२६.	कामिको पधेरो सामुदायिक वन	९
२७.	चिसापानी सामुदायिक वन	१२
२८.	बिरुवाडाँडा सामुदायिक वन	९
२९.	आइतेपाखा सामुदायिक वन	११
३०.	अल्छेचौर सामुदायिक वन	२
३१.	कर्णेलको सामुदायिक वन	११
३२.	माटाखानी सामुदायिक वन	२
३३.	कालीदेवी सामुदायिक वन	१२
३४.	धोविखोला सामुदायिक वन	९
३५.	ठुलोगैरी सामुदायिक वन	१२
३६.	फस्कोट सुन्दर सामुदायिक वन	११
३७.	ढुङ्गेखोला महिला सामुदायिक वन	१
३८.	गेलालपाटी सामुदायिक वन	२
३९.	फस्कोट वन	१०
३८.	भट्टेडाडाँ सामुदायिक वन	८
३८.	ठूलो वन	७

पहाड/डाँडाकाँडा – पहाड/डाँडाकाँडा हाम्रो सम्पत्ति हो । यहाँ पानीका स्रोत, जडिबुटी र ढुङ्गामाटो, खनिज पदार्थ आदि पाइन्छ । पहाडबाट पानीका झरना र नदीहरू बग्छन् । पहाडमा पाइने ढुङ्गा घर, बाटो, पर्खाल र पुल बनाउन प्रयोग गरिन्छ । यहाँ रहेको जग्गामा

खेतीपाती गर्न, पशुपालन गर्न सकिन्छ। पहाड तथा डाँडाकाँडा हेर्दा सुन्दर देखिन्छन्। यसबाट पर्यटकहरूलाई पनि आकर्षण गर्छ। पहाड तथा डाँडाकाँडाको संरक्षण गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो।

प्राकृतिक स्रोतको उपयोग

मानिसहरूले आफ्नो जीवनलाई सजिलो बनाउन र समाज विकास गर्न यी प्राकृतिक स्रोतहरूको उपयोग गर्छन्। विभिन्न तरिकाले प्राकृतिक स्रोतहरू प्रयोग गरिन्छः

कृषिका लागि : मानिसहरूले जमिनमा अन्न, तरकारी, फलफूल आदिको खेती गर्छन्। यसरी जमिनको उपयोग कृषि कार्यमा हुन्छ।

घर र बाटो बनाउन : जमिनमा घर, विद्यालय, अस्पताल र बाटोहरू निर्माण गरिन्छ। यसले मानिसको जीवन सहज बनाउँछ।

वनको उपयोग : वनबाट दाउरा, जडीबुटी, घाँस, काठजस्ता सामग्री प्राप्त हुन्छन्। वन पैदावरबाट घर बनाउन काठ, खाना पकाउन दाउरा र औषधि बनाउन जडिबुटी प्राप्त हुन्छ।

खनिज उपयोग : जमिनभित्र रहेका सुन, फलाम, तामा जस्ता खनिजहरू निकालिन्छ। यी खनिजहरू गहना, मेसिन र अन्य सामान बनाउन प्रयोग गरिन्छ।

पर्यटन विकास : हिमाल, ताल, नदी, वन आदिमा मानिसहरू घुम्न आउँछन्। यसले पर्यटन विकास हुन्छ। यसले नगरपालिकालाई आर्थिकक्षेत्रमा सहयोग पुऱ्याउँछ।

प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण

हामी वरिपरि धेरै प्राकृतिक स्रोतहरू पाइन्छन्, जस्तै जमिन, पानी, वन र खानीहरू आदि। यी सबैलाई स्थल स्रोत भनिन्छ। स्थल प्रकृतिक स्रोतहरू हाम्रो जीवनका लागि धेरै जरुरी छन्। यदि हामीले यी स्रोतहरूलाई जथाभावी प्रयोग गर्यौं भने भविष्यमा सकिन सक्छन्। त्यसैले स्थल स्रोतहरूको संरक्षण गर्नु आवश्यक छ।

स्थल स्रोत संरक्षण गर्ने तरिकाहरू

रुख नकटौं : धेरै रूख नकटौं, रूख काटेपछि नयाँ रूख रोपौं।

जमिनको राम्रो उपयोग गरौँ : जमिनमा मिलेर खेती गरौं र जमिन नास हुने काम नगरौँ ।

पानी बचाऔँ : पानी अनावश्यक रूपमा नफालौँ । पानी बचाएर मात्र प्रयोग गरौँ ।

खनिजको सावधानी पूर्वक उपयोग गरौँ : खनिजहरूलाई आवश्यकता अनुसार मात्र प्रयोग गरौं ।

सरसफाइ राखौँ : जमिन, नदी र वन सफा राखौँ । जताभावी फोहर नफालौँ ।

क्रियाकलाप

१. **तपाईँको वडामा भएका स्थल प्रकृतिक स्रोतहरूको नाम लेख्नुहोस् ।**

२. **तपाईँको घर नजिकैको वनको चित्र बनाइ रङ भर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. ढुङ्गा, माटो .... बनाउन प्रयोग हुन्छ ।

ख. काठ .... पाइन्छ ।

ग. स्थानीय स्थल प्राकृतिक स्रोतहरू हाम्रो .... को वरिपरि पाइन्छन् ।

घ. हाम्रो गाउँमा .... स्रोतहरू पाइन्छन् ।

ङ. स्थानीय स्रोतहरूको .... गर्नुपर्छ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. प्राकृतिक स्रोत भनेको के हो ?

ख. दुईओटा स्थानीय प्राकृतिक स्रोतको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. वनबाट के-के पाइन्छ ?

घ. माटो के-के काममा प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

ङ. पहाड वा डाँडाकाँडाको महत्त्व लेख्नुहोस् ।

एकाइ ४

पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ

परिचय :

पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ अन्तर्गत कालीदेवी मन्दिर, बलभद्र कुँवर, मन्दिर, गुम्बा तथा चैत्य, चर्च र फोहर मैला व्यवस्थापनका बारेमा यस एकाइमा अध्ययन गरिन्छ ।

सिकाई उपलब्धि

क. कालीदेवी मन्दिर र वरपर भ्रमण स्थलको बारेमा प्रस्तुत गर्न

ख. नगरपालिकाभित्रका मन्दिरहरूका नाम र परिचय दिन

ग. नगरपालिकाभित्रका चैत्य, गुम्बा तथा चर्चहरूको नाम र परिचय दिन

घ. बलभद्र कुँवरको सालिक अवलोकन गरी परिचय दिन

ङ. फोहरमैलाको परिचय र प्रकार प्रस्तुत गर्न

च. फोहरमैला व्यवस्थापनमा सहयोग गर्न ।

पाठ १ कालीदेवी मन्दिर र उद्यान

धुलिखेल नगर पालिका स्थित वडा नं. ८ मा कालीदेवी मन्दिर रहेको छ । उक्त मन्दिर पर्यटकीय दृष्टिले महत्त्वपूर्ण रहेको छ। त्यसको वरिपरि उद्यान पनि रहेको छ। आज हामी कक्षामा त्यसको बारेमा छलफल गर्छौं ।

कालीदेवी मन्दिर

धुलिखेल पर्यटकको आकर्षक गन्तव्य स्थल हो । त्यस मध्ये कालीदेवी मन्दिर पनि एक हो । यो मन्दिर धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ८ मा पर्दछ । यो मन्दिर धेरै पुरानो मानिन्छ । यसको स्थापना पृथ्वीनारायण शाहले गरेका हुन्। नेपालको एकीकरणका सिलसिलामा उनले देवीको स्थापना गरेका हुन् । पृथ्वीनारायण शाहले पूर्वको एकीकरण अभियानका लागि यहाँ काली जगाइ आरम्भ गर्नु भएको भन्ने जनश्रुति रहेको पाइन्छ। यो देवीस्थानको नामले पनि प्रसिद्ध रहेको छ। यो मन्दिर धुलिखेल बजारदेखि पूर्व पट्टिको अग्लो डाँडामा अवस्थित छ । त्यहाँ जानको लागि मोटर बाटोको साथै सिँढीको पनि व्यवस्था रहेको छ। यसलाई हजार सिँढी पनि भनिन्छ।

यहाँ दशैंको बेलामा विशेष मेला लाग्दछ। मौलो पूजा गरी बली दिने चलन छ। मानिसहरू आफ्नो मनोकामना पूरा गर्न यस मन्दिरमा आउँछन्। कोही धार्मिक पर्यटनका लागि आउँछन्।

कोही मनोरञ्जनका लागि आउँछन् । यहाँ कोही आफ्नै देशबाट त कोही बाहिरको देशबाट घुम्न गर्न आउँछन् । आफ्नै देशबाट आउनेलाई आन्तरिक पर्यटक भनिन्छ । बाहिरको देशबाट आउनेलाई बाह्य पर्यटक भनिन्छ ।

उद्यान

मन्दिरको वरिपरि बाक्लो हरियाली जङ्गल रहेको छ । यसले मन्दिरको शोभा बढाइदिएको छ । यसको वरिपरि उद्यान रहेको छ । यहाँ धेरै मानिसहरू दृश्यावलोकन गर्न आउँछन् । उद्यानबाट आनन्द लिन, वरपरको प्राकृतिक वातावरण र यहाँबाट देखिने हिमश्रृङखलाको दृश्यको आनन्द लिन आउँछन् । यहाँ वनभोज खाइ मनोरञ्जन पनि गर्छन् । पर्यटकहरू पदयात्रा गर्न पनि आउने गर्छन् ।

कालीदेवी मन्दिर र उद्यानले मानिस र प्रकृतिको सम्बन्ध स्थापित गर्ने, वातावरणीय स्वच्छता कायम गर्ने, पर्यटकीय गन्तव्यको पहिचान दिने, प्राकृतिक मनोरमता प्रदान गर्ने, धार्मिक आस्थाको जगेर्ना गर्ने, फोटोको पारखीहरूलाई सुन्दरता दिने, वनभोजको आनन्द प्रदान गर्ने आदिले यसको महत्त्वलाई पुष्टि गर्छ । साथै यो मन्दिर र उद्यान धार्मिक र पर्यटकीय दृष्टिले नै महत्त्वपूर्ण रहेको छ । मन्दिरलाई अझ आकर्षक बनाउन मर्मत सम्भार भैरहेको छ । विभिन्न मुर्तिहरू राखेर आकर्षक बनाउन ।

क्रियाकलाप

१. **दिइएको चित्र अध्ययन गरी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र यसको बारेमा तीन ओटा वाक्य लेख्नुहोस् । नजिकको साथीसँग दाजेर मिलाउनुहोस् । त्यसपछि दुई समूहको मिलाएर एउटै बनाउनुहोस । अब कक्षामा सुनाउनुहोस् ।**

२. **सबैले कालीदेवी मन्दिरको महत्त्व मेटाकार्डमा लेख्नुहोस् । टोली नेताले सङ्कलन गर्नुहोस् । छलफल गरेर बुँदा नदोहोरिने गरी भित्तामा टाँस गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. कालीदेवी मन्दिर धुलिखेल नगरपालिका वडा नं ....मा पर्छ । (७, ८, ९)

ख. कालीदेवी मन्दिरको स्थापना.................................. ले गरेका हुन् । (पृथ्वीनारायण शाह, जयपृथ्वी विक्रम शाह, बहादुर शाह)

ग. कालीदेवी मन्दिर जाने सिँढीको बाटोलाई...................... पनि भनिन्छ । (सय सिँढी, पाँच सय सिँढी, हजार सिँढी)

घ. आफ्नै देशका मानिसहरू कालीदेवी मन्दिर घुम्न आउनुलाई...................... पर्यटक भनिन्छ । (आन्तरिक, बाह्य, विदेशी)

ङ. कालीदेवी मन्दिर र उद्यान पर्यटकीय र .... दृष्टिले नै महत्त्वपूर्ण रहेको छ । (घुमफिर, धार्मिक, व्यापारिक)

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. कालीदेवी मन्दिरको स्थापना कसले गरेका हुन् ?

ख. बाह्य पर्यटन भनेको के हो ?

ग. कालीदेवी मन्दिरमा पर्यटकहरू किन आउँछन् ?

घ. कालीदेवी मन्दिर र उद्यानको कुनै दुईओटा महत्त्व लेख्नुहोस् ।

ङ. तपाईंको समुदायमा भएका तीनओटा मन्दिरको नाम लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईंको समुदायमा रहेको कुनै एक प्रख्यात मन्दिरको अवलोकन गर्नुहोस् । त्यहाँका बुढापाका, जानेबुझेका व्यक्तिहरूसँग सोधपुछ गर्नुहोस् । दिइएको तालिका अनुसारको विवरणहरू भर्नुहोस् । अन्त्यमा कक्षाका साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

प्रश्न	विवरण
मन्दिरको नाम के हो ?	
मन्दिर कहाँ रहेको छ ?	
मन्दिरको स्थापना कहिले भएको हो ?	
मन्दिरको स्थापना कसले गरेका हुन ?	
मन्दिरमा मेला जात्रा कहिले लाग्छ ?	
मन्दिरको दुई ओटा महत्त्व के के हुन् ?	

पाठ २ राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवर

बलभद्र कुँवर

जीवनभरी नै देशको लागि महत्त्वपूर्ण योगदान दिएर उपलब्धि हासिल गर्न सक्ने व्यक्तिलाई राष्ट्रिय विभूति भनिन्छ । नेपालमा स्वतन्त्रता स्थापना गर्न विशेष योगदान पुऱ्याएका राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवर र उनको शालिकको बारेमा यस पाठमा चर्चा गरिएको छ।

बलभद्र कुँवरको जन्म वि.सं. १८४५ साल माघ १७ (पुष १५- धुलिखेल नगरपालिका देवीस्थानमा रहेको शिलालेख अनुसार) गते भएको हो। उनी काभ्रेपलान्चोक जिल्लामा पर्ने पाँचखाल नगरपालिकाको भमरकोटमा जन्मिएका हुन् । उनका बुबाको नाम चन्द्रवीर कुँवर हो । आमाको नाम अम्बिकादेवी कुँवर हो । यिनी अमरसिंह थापाका छोरी पट्टिका नाति हुन् । यिनका मामा काजी रणजोर थापा हुन् । बलभद्र कुँवर नेपाली सेनाका कप्तान थिए। यिनले नेपाल अङ्ग्रेज युद्धमा प्रसिद्धि कमाएका थिए। नालापानी युद्धमा गोरखाली सेनाको कप्तानको रुपमा नेतृत्त्व गरेका थिए । उनले नेपालको इतिहासमा एउटा योद्धाको भूमिका निभाएका थिए । त्यसकारण उनलाई नेपाल सरकारले राष्ट्रिय विभूतिद्वारा सम्मान गरेको छ। उनको मृत्यू वि.सं. १८७९ चैत्र २८ गतेका दिन भएको थियो।

बलभद्र कुँवरको शालिक

बलभद्र कुँवर नेपाली स्वतन्त्रता सेनानी हुन् । यिनी नेपाल अङ्ग्रेज युद्धमा बहादुरी प्रदर्शन

गरेर वीर गोर्खालीको नामले प्रख्यात छन् । यिनी नेपालका राष्ट्रिय विभूति हुन् । काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा जन्मिएर राष्ट्रको लागि योगदान पुऱ्याउने व्यक्तिलाई धुलिखेल नगरपालिकाले स्मरण गर्दछ। फलस्वरूप धुलिखेल बजारदेखि माथि देवीस्थान डाँडामा उनको शालिक निर्माण गरिएको छ ।

बलभद्र कुँवरको शिलालेख

उक्त शालिक २०७७ सालमा स्थापना भएको हो। यो शालिकले राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवरको योगदानलाई जीवन्त राख्दछ। पछिल्लो पुस्तासम्मलाई स्मरण गराउँछ। यिनको महानतालाई कदर गरेर देश विदेशबाट मानिसहरू शालिक हेर्न आउँछन् । हामीले पनि देश र जनताको भलाईको निमित्त जीवन समर्पित गरेर यस्तै उदाहरणीय काम गर्नुपर्दछ।

क्रियाकलाप

१. राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवरको तस्बिर वा शालिक हेरेर त्यस्तै चित्र बनाउर्नुहोस् र कक्षाकोठामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

२. राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवरको परिचय पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् र कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

३. मानिसहरू बलभद्र कुँवरको शालिक हेर्न किन आउँछन्। तपाईँको आफ्नो विचार लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

४. कापीमा तलको जस्तै तालिका बनाउनुहोस्। उत्तर लेख्नुहोस् र कक्षामा साथीहरूसँग कापी साटासाट गरी मिले नमिलेको छलफल गरेर सच्याउनुहोस् :

क्रं.सं.	प्रश्न	उत्तर
१	अमरसिंह थापाका छोरी पट्टीको नाति	
२	बलभद्र कुँवरका मामा	
३	बलभद्र कुँवरका आमा	

४	नालापानी युद्धका कप्तान	
५	काभ्रेपलाञ्चोकका राष्ट्रिय विभूति	

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस्:

समूह क	समूह ख
बलभद्र कुँवरको जन्म	१८७९
बलभद्र कुँवरको मृत्यू	अम्बिका देवी
बलभद्र कुँवरको बुबाको नाम	रणजोर
बलभद्र कुँवरको आमाको बुबाको नाम	चन्द्रवीर
बलभद्र कुँवरको मामाको नाम	अमरसिंह
बलभद्र कुँवरको आमाको नाम	१८४५

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस्।

क. बलभद्र कुँवरको जन्म कहिले भएको थियो ?

ख. बलभद्र कुँवरको जन्म कहाँ भएको थियो ?

ग. कस्तो व्यक्तिलाई राष्ट्रिय विभूति भनिन्छ ?

घ. बलभद्र कुँवरलाई किन राष्ट्रिय विभूतिबाट सम्मानित गरिएको हो ?

ङ. धुलिखेल स्थित देवीस्थान डाँडामा बलभद्र कुँवरको शालिक कहिले निर्माण गरिएको हो ?

पाठ ३

हाम्रो मन्दिर

सनातन धर्मावलम्बीहरूको पूजा स्थल मन्दिर हो । मन्दिरभित्र विभिन्न देवी देवताहरूको मुर्ति स्थापना गरिएको हुन्छ। देवताहरूका लागि अलग अलग मन्दिर बनाइएको हुन्छ । तिनीहरूको नाम पनि अलग अलग दिइएको हुन्छ। त्यस्तै धुलिखेल नगरपालिकाभित्र पनि यस्ता थुप्रै मन्दिरहरू रहेका छन् । तिनिहरू मध्ये मुख्य मुख्य मन्दिरहरूको विवरण तल प्रस्तुत गरिएको छ।

क्रं.सं	मन्दिरको नाम	वडा नं.
१	कालीदेवी, गोल्मादेवी मन्दिर	१
२	सतरूद्रेश्वर महादेव, विश्वनाथ, सेतीदेवी,चम्पाकाली देवी मन्दिर	२
३	मण्डलीदेवी, भूमेस्थान, कालीदेवी, कमलामाई, बज्रयोगिनी मन्दिर	३
४	सेतीदेवी मन्दिर	४
५	स्वेत भैरव, नारायण, भगवती, गणेश मन्दिर	५
६	भगवती, लङ्खना माई, गीता मन्दिर	६
७	शेष नारायण, हरिसिद्धि, गणेश मन्दिर	७
८	गौखुरेश्वर महादेव, कालीदेवी मन्दिर	८
९	नित्य चण्डेश्वर महादेव, बछलादेवी, कृष्ण मन्दिर	९
१०	राधाकृष्ण मन्दिर	१०
११	हनुमान, कालीदेवी मन्दिर	११
१२	शङ्खेश्वरी, शैलेश्वरी, धनकाली, कालीदेवी, सेतीदेवी मन्दिर	१२

धुलिखेल नगरपालिकाभित्र धैरै मन्दिरहरू रहेका छन् । त्यस मध्ये केहि मन्दिरहरूको चर्चा गरिन्छ ।

कालीदेवी मन्दिर (देवीटार)

कालीदेवी मन्दिर धुलिखेल न.पा. वडा नं. १ देवीटारमा पर्दछ । यो मन्दिर दियोबस्ने खोलामा उत्पत्ति भएको मानिन्छ। यो मन्दिर धेरै पुरानो मानिन्छ। त्यहाँ रहेको शिलालेखमा सम्वत् १८७३ उल्लेख गरेको पाइन्छ। २०० वर्ष भन्दा अगाडि स्थापना भएको देखिन्छ। मन्दिरमा रहेका घण्टहरूमा वि.सं. १९१५, १९८० उल्लेख गरेको पाईन्छ । त्यसैले यहाँका मानिसहरू यस मन्दिरमा भाकल गर्छन् । भाकल पूरा गर्नका लागि पूजा गर्न आउँछन् । आफ्नो मनोकामना पूरा हुने विश्वास गर्छन् । प्रत्येक दशैंको नवरात्रभरी पूजाआजा गर्छन् । कात्तिक पूर्णिमाको अघिल्लो दिन रातभर बत्ती बालेर बस्छन् । पूर्णिमाको दिन पञ्चवली सहित पूजा गर्छन् । हाल यसको पूनर्निर्माण गरी संरक्षण समेत गरिएको छ।

शेषनारायण मन्दिर

शेषनारायण मन्दिर धुलिखेल नगरपालिकाको वडा नं. ७ मा पर्छ। यो मन्दिर धुलिखेल बजारको केन्द्र भागमा छ। यो मन्दिर तीन तलाको छ। मन्दिरभित्र ढलौटबाट बनेको शेषनारायणको मुर्ति रहेको छ। यस मुर्तिलाई ११ ओटा टाउका भएका शेषनागको छत्रले ढाकिएको छ। मन्दिरको अगाडि गरुडको मुर्ति पनि रहेको छ। मन्दिर भित्र कृष्णको मुर्ति समेत छ। कृष्ण जन्माष्टमीको दिन कृष्णको मुर्तिलाई सोरखुट्टे पाटीमा राखेर विशेष पूजा गरिन्छ।

शङ्खेश्वरी माता

शङ्खेश्वरी माताको मन्दिर शङ्खु खोलाको किनारमा छ। यो धुलिखेल नगरपालिका वडा नं १२ मा पर्छ। यो मन्दिर छाना बिहिन छ। यो मन्दिर मध्यकालमा निर्माण भएको हो। परापूर्व कालमा राजकुमारको वियोगमा उनको आमाले खोजी गर्दै गुराँसे भन्ने ठाउँमा आइपुग्दा आँसु झरेकाले त्यस ठाउँमा कुवा रहेको छ। शङ्खुफेदी आइपुग्दा प्राण त्याग गरेकाले उक्त ठाउँमा शङ्खेश्वरी माताको मन्दिर स्थापना भएको भन्ने जनश्रुति रहेको छ। प्रत्येक वर्ष कृष्णाष्टमीको दिन मेला लाग्ने गर्दछ। दशैंको फूलपाती र अष्टमीको दिन विशेष मेला र पूजा आराधना गर्ने गरिन्छ।

क्रियाकलाप

१. **तपाईँको समुदायमा रहेको कुनै एक प्रसिद्ध मन्दिरको बारेमा सोधखोज गर्नुहोस्। बुँदा टिपोट गर्नुहोस् र तपाईँको मौलिकता झल्कने गरी छोटो परिचय लेख्नुहोस् र शिक्षकलाई देखाउनुहोस्।**

२. **तपाईँको विद्यालय वरिपरि रहेका कुनै तीनओटा मन्दिरहरूको नाम लेख्नुहोस्। तिनीहरूको संरक्षणमा तपाईँले गर्नसक्ने कामहरूको विवरण तयार गर्नुहोस्। त्यसपछि कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।**

अभ्यास :

१. मिल्ने उत्तरमा गोलो घेरा O लगाउनुहोस् :

क. सनातन धर्मावलम्बीहरूले पूजा गर्ने स्थललाई के भनिन्छ ?

अ. मन्दिर   आ. गुम्बा

इ. चैत्य   ई. मस्जिद

ख. गौखुरेश्वर मन्दिर धुलिखेल नगरपालिकाको कति नं. वडामा पर्दछ ?

अ. ६   आ. ७

इ. ८   ई. ९

ग. देवीटार स्थित कालीदेवी मन्दिर कति वर्ष पुरानो मानिन्छ ?

अ. १०० वर्ष   आ. २०० वर्ष

इ. २०० वर्ष भन्दा बढी   ई. ३०० वर्ष

घ. शेषनारायण मन्दिर कति तलाको छ ?

अ. २   आ. ३

इ. ४   इ. ५

ङ. शङ्खेश्वरी माताको मन्दिर कहाँ पर्छ ?

अ. शङ्खुमा   आ. खड्पुमा

इ. धुलिखेलमा   ई. देवीटारमा

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

क. तपाईँको विद्यालय वरिपरि रहेका दुईओटा मन्दिरहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख. विस्केट जात्रा कहिले मनाइन्छ ?

ग. मन्दिर भनेको के हो ?

घ. मन्दिर संरक्षण गर्ने तीनओटा उपायहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. शेषनारायण मन्दिरको छोटो परिचय लेख्नुहोस् ।

पाठ ४

प्राकृतिक स्रोत हाम्रो सम्पत्ति

धुलिखेल नगरपालिका धार्मिक एवं पर्यटकीय स्थल हो । यहाँ धार्मिक र पर्यटकीय महत्त्व बोकेका विभिन्न चैत्य तथा गुम्बाहरू छन् । यसको अस्तित्वलाई जोगाइ राख्नु पर्दछ । आज कक्षा ४ का विद्यार्थीहरूलाई नजिकैको चैत्य र गुम्बाको अवलोकन भ्रमणमा जाँदाको रमाइलो हेरौं :

बज्रध्वज चैत्य

शिक्षक : आज हाम्रो अवलोकन भ्रमणको तयारी भैसकेको छ, हैन त ?

विद्यार्थीहरू : हो सर ।

शिक्षक : आज हामी कहाँ जाँदै छौं ? सबैजनालाई थाहा छ त ?

अरुणिमा : थाहा छ सर, आज हामी चैत्य र गुम्बाको अवलोकन भ्रमण गर्न जाँदैछौं ।

शिक्षक : ठिक भन्नुभयो, पहिले चैत्य अवलोकन गर्न श्रीखण्डपुर जाऊँ त्यसपछि गुम्बामा जाउँला । अब हामी एकैसाथ जाऔं ।

रोशनी : सर, ऊ त्यहाँ धेरै मानिसहरू रहेछन् नि ।

शिक्षक : ए ! ल हेर त, चैत्यमा पूर्व शिक्षक पनि हुनुहुंदो रहेछ उहाँबाटै सबै जानकारी लिउँला हुन्न त ?

विद्यार्थीहरू : सबैजनाले शिक्षकलाई अभिवादन गर्छन् “नमस्कार सर !”

पूर्व शिक्षक : नमस्कार, नमस्कार, तपाईंहरू कुन विद्यालयबाट आउनुभएको हो ?

पूर्णिमा : सर हामीहरू करथरी मा.वि.बाट आएका हौं । सरले हामीहरूलाई यहाँका चैत्यहरूको बारेमा जानकारी गराइदिनुहुन्छ कि ?

पूर्व शिक्षक : हुन्छ ल सुन्नुहोस् र कापीमा टिपोट पनि गर्नुहोस् । ढुङ्गा, माटो, इँटा आदिले बनाइएको स्तुपहरूलाई चैत्य भनिन्छ । यहाँ यस्ता चैत्यहरू धेरै छन् । (जस्तै : दिपङ्कर बुद्ध, महाचैत्य बुद्ध, बज्रध्वज चैत्य, चैत्य विम्व बुद्ध, श्रीखण्ड महाचैत्य आदि ।) चैत्यहरूमा बुद्ध जयन्तीको दिन पूजा गर्ने गरिन्छ । यहाँ बौद्ध धर्मावलम्बीहरूका साथै अन्य धर्मावलम्बीहरूले पनि पूजा गर्ने गर्छन् । पूजा गर्नाले आफ्नो कार्यसिद्धि हुन्छ भन्ने मान्यता छ । यहाँका चैत्यहरूमा ने.सं. ७९३ देखिको शिलालेख रहेको छ ।

विद्यार्थीहरू : राम्रोसँग जानकारी गराइदिनु भएकोमा धन्यवाद सर ।

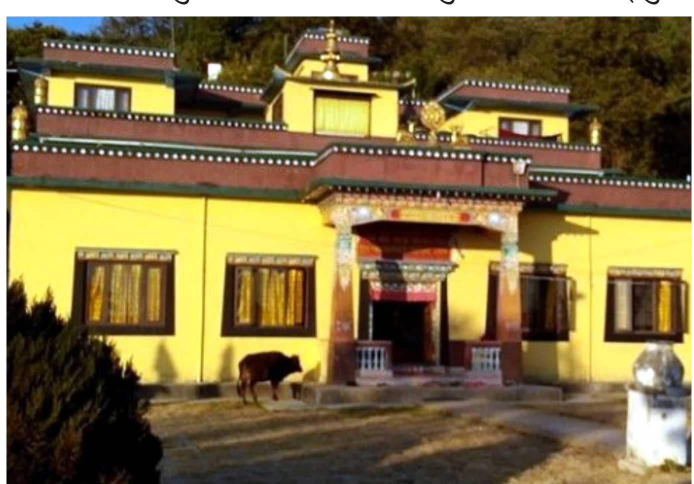
शिक्षक : अब हामी सबैजना गुम्बाको अवलोकल भ्रमणमा जान्छौँ । (सबैजना अघि बढ्छन्)

करण : सर, त्यहीँ रहेछ थुछेछे छोर्डान गुम्बा ।

शिक्षक : हो ! लौ हिड्नुहोस्...... त्यहाँ पुगेर, एकजनाले प्रश्न सोध्नुहोस् र अरूले टिपोट गर्नुहोस् ।

श्रीराम : बुबा नमस्कार । हामीहरूलाई यस गुम्बाको बारेमा केहि जानकारी गराइदिनु होस् न ?

मिनबहादुर : हुन्छ बाबुनानी हो ल सुन : बौद्ध धर्मावलम्बीहरूको मन्दिर, देवालय, ध्यान केन्द्र वा उपासना गर्ने ठाउँलाई गुम्बा भनिन्छ । यो थुछेछे छोर्डान (थुग्छे छेन्पो) गुम्बा धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ११ चिसापानीमा पर्छ । यो गुम्बालाई करुणामय लोकेश्वरका रुपमा लिइन्छ । यिनले सबै प्राणीहरूको करुणा चाहन्छन् । यहाँ तीनओटा ढङ्गाहरू



छन् । यसको लोक मान्यता अनुसार नमोबुद्ध दर्शनका लागि तीनजना दाजुभाइ जान्छन् । फर्कने क्रममा रात परेपछि यहीँ चिसापानीमा बास बस्छन् । बास बसेको ठाउँमा डाकिनी र राक्षसहरू आइ घेर्छन् । तीनभाइको दिव्य शक्तिका कारण डाकिनीहरू ढल्छन् । राक्षसहरू छोडेर भाग्छन् । तीनभाइले ओढेको तीनओटा खास्टोले ढलेका डाकिनीहरूलाई छोप्छन् । त्यसपछि ती तीनओटै शिलामा परिणत हुन्छन् । त्यही मान्यता अनुसार हालसम्म पनि तीनओटा शिलाहरू छन् । त्यसकै स्मरण स्वरुप गुम्बा निर्माण गरिएको हो ।

विद्यार्थीहरू : सबैले एकै स्वरमा भने, "धन्यवाद बुबा"

शिक्षक : अब आजलाई हाम्रो अवलोकन भ्रमण यहीँ सकियो । भोली सबैले प्रतिवेदन तयार गरेर आउनुहोस् । कक्षामा छलफल गर्नुपर्छ ।

विद्यार्थीहरू : हुन्छ सर । (सबैजना घरतिर लाग्छन्)

क्रियाकलाप

१. **तपाईँको समुदाय नजिक रहेका चैत्यको बारेमा छोटो लेख लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

२. **तपाईँ कतै घुम्न जाँदा चैत्यहरू देख्नुभएको छ ? छ भने तपाईँले अवलोकन गरेको र देखेको चैत्यका समानताहरू के के छन् । सूची तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **तपाईँको विचारमा गुम्बाको संरक्षण गर्न अवलम्वन गर्नुपर्ने उपायहरू लेखी कक्षामा टाँस गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तल दिइएका वाक्यहरूमा ठिक भए (√) चिह्न र बेठिक भए (X) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिका धार्मिक एवम् पर्यटकीय स्थल हो ।

ख. नयाँ ठाउँको बारेमा जन्नु पर्दा त्यहाँका मानिससँग बुझ्नु पर्दैन ।

ग. ढुङ्गा, माटो, इँटा आदिले बनाइएको स्तुपहरूलाई चैत्य भनिन्छ ।

घ. चैत्यहरूमा बुद्ध जयन्तीको दिन पूजा गर्ने गरिन्छ ।

ङ. थुछेछे छोर्डान गुम्बामा चारओटा ढुङ्गाहरू रहेको छ ।

२. दिइएको प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

क. श्रीखण्डपुरमा रहेका दुईओटा चैत्यहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख. गुम्बा भनेको के हो ?

ग. थुछेछे छोर्डान गुम्बाको लोकमान्यता पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ हाम्रो चर्च

हनुमान माध्यमिक विद्यालयका शिक्षकले आफ्ना विद्यार्थीहरूलाई बेलाबेलामा अवलोकन भ्रमण गराउनु हुन्छ । नेपाल बहुधार्मिक देश हो । धुलिखेल नगरपालिकामा पनि विभिन्न धर्म मान्ने मानिसहरू बस्छन् । विद्यार्थीहरूले चर्चको बारेमा पनि जान्नु पर्दछ । शिक्षकले चैत्र महिनाको शुक्रबार चर्चको अध्ययन भ्रमण गराउन लैजानुभयो ।

विद्यार्थीहरू कोहि दौंडदै अघि अघि र कोहि दायाँ बायाँ हेर्दै थिए । शिक्षकले भन्नुभयो, “यसरी अनुशासित नभइ हिँड्छौ भने फेरी अवलोकन भ्रमणमा आउन पाउदैनौ है !” बाटोमा विद्यालयहरू देखेपछि साथी साथीमा कुन्नि के के कुरा गर्दै थिए । धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. १० बतासेमा बाटोमा एउटा साइनबोर्ड थियो । सबैको ध्यान साइनबोर्ड तर्फ मोडियो । त्यो चर्चको साइनबोर्ड थियो । उनीहरूले अध्ययन गर्न चाहेको पनि चर्चनै थियो । साइनबोर्डमा जीवन शान्ति मण्डली लेखेको रहेछ । सबैले सुन्ने गरी एकजनाले साइनबोर्ड पढे । नजिकै घर रहेछ । घरमा गएर चर्चको बारेमा सोधखोज गरे । सोचेजस्तै भयो । उनी जीवन शान्ति मण्डलीको पास्टर रहिछन् । पास्टर भेटेपछि एकजना विद्यार्थीले चर्चको बारेमा जानकारी गराइदिन भने ।

पास्टरले चर्चको बारेमा यसरी भन्नुभयो, “चर्च भनेको ईसाइ धर्मावलम्बीहरूको आराधना सङ्गति गर्ने ठाउँ हो । यसलाई गिर्जाघर पनि भनिन्छ । नेपालीमा मण्डली भनिन्छ । हाम्रो चर्च जीवन शान्ति मण्डली हो । यसको स्थापना २०६२ साल चैत्र ५ गते भएको हो । यसमा १६० जना सदस्य (विश्वासी) रहेका छन् । हामी

यशू ख्रिष्टलाई मुक्तिदाताको रुपमा लिन्छौँ । उनको नाममा प्रत्येक दिन बिहान प्रार्थना गर्छौं । स्थिति, प्रशंसा र आराधना गर्छौं । प्रत्येक शनिबार यही चर्चमा प्रार्थना गर्छौँ । बचन बाँड्छौं । क्रिसमसमा मुख्य प्रार्थना गर्छौं । चर्चमा परमेश्वरको सेवाका लागि खटिएका प्रमुखलाई पास्टर भनिन्छ । चर्चमा पास्टर बाहेक अरूपनि सेवकहरू हुन्छन् । चर्च सञ्चालनका लागि विश्वासीहरूले चन्दा दिने गर्छन् ।"

पास्टरले यो घटनालाई अनौठो मान्दै भन्नुभयो, "यसरी यो चर्चको बारेमा बुझ्न कोहि पनि आएका छैनन् । तपाईँहरू पहिलोपटक आउनु भएको छ सबैलाई धन्यवाद"

फर्कदैं गर्दा शिक्षकले नगरपालिकाभित्र यस्ता थुप्रै चर्चहरू रहेको बताउनुभयो । सबै चर्चहरूमा अघि पास्टरले भने अनुसारनै सबै कार्यहरू गरिन्छ । यसरी छलफल गर्दागर्दै विद्यालयमा पुग्छन् । सबैले शिक्षकलाई धन्यवाद दिदै आज रमाइलो भयो भन्छन् ।

क्रियाकलाप

१. **तल दिइएको तालिका कापीमा सार्नुहोस् र समान अर्थ जनाउने शब्द लेखि कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

क्रं.सं.	इसाइ धर्ममा प्रयोग हुने शब्द	सनातन धर्ममा प्रयोग हुने शब्द
१	चर्च	
२	मण्डली	
३	विश्वासी	
४	यशू ख्रिष्ट	
५	पास्टर	

२. **तपाईँहरू आफ्नो मिल्ने साथीहरूको समूह निर्माण गरी बस्नुहोस् । टोली नेता चयन गर्नुहोस् । अवलोकन भ्रमणमा टिपोट गरेका कुराहरू बारेमा प्रश्न बनाउनुहोस् । पालैपालो एउटा समूहले अर्को समूहलाई प्रश्न गर्नुहोस् । उत्तर सहि भए नभएको छानबिन गर्नुहोस् ।**

३. **पाष्टरले गर्ने कामको सूची तयार गर्नुहोस् । तयार गरिएको सूची कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

४. चर्चको छोटो परिचय तयार गर्नुहोस्। कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूमा ठिक उत्तरमा यस्तो (√) चिह्न लगाउनुहोस्।

क. चर्च भनेको के हो ?

अ. ईसाइहरूको प्रर्थना गर्ने ठाउँ आ. बौद्धमार्गीहरूको ध्यान गर्ने ठाउँ

इ. हिन्दुहरूको पूजा गर्ने ठाउँ ई. मुस्लिमहरूको प्रर्थना गर्ने ठाउँ

ख. मण्डली भनेको के हो ?

अ. मन्दिर आ. चर्च

इ. मस्जिद ई. गुम्बा

ग. पास्टर भनेको के हो ?

अ. धर्मगुरु. आ. गुरु रिन्पोछे

इ. चर्चको मुख्य व्यक्ति इ. पण्डित

घ. यशू ख्रिष्ट भन्नाले कसलाई बुझाउँछ ?

अ. मुस्लिम धर्मका प्रवर्तक आ. बुद्ध धर्मका प्रवर्तक

इ. हिन्दु धर्मका प्रवर्तक ई. क्रिश्चियन धर्मका प्रवर्तक

ङ. चर्चमा गरिने मुख्य काम के हो ?

अ. पूजा आ. प्रर्थना

इ. दर्शन ई. छलफल

२ तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस्।

क. चर्च भनेको के हो ?

ख. पाश्चर कसलाई भनिन्छ ?

ग. चर्चमा के के गरिन्छ ?

घ. जीवन शान्ति मण्डलीको बारेमा पाँच वाक्यमा लेख्नुहोस्।

पाठ ६ सामाजिक समस्या र कुरीति

कक्षाकोठामा शिक्षक विद्यार्थी बिचको सम्वाद :

अनमोल : सर, आज हामी घरबाट विद्यालय आइरहेका थियौं । बाटोमा नगरपालिकाकोफोहरमैलासङ्कलन गर्ने गाडी देख्यौं । गाडीमा मानिसहरू फोहर लैजाँदै थिए ।

शिक्षक : ए ! ल राम्रो भएछ । आज हाम्रो पाठ पनि फोहरमैला नै रहेको छ । अमनले भन्नुहोस् त मानिसहरूले के के फोहेरमैला गाडीमा राखेका थिए ? अमन अकमकिन थाल्छन् । त्यतिकैमा आइतमान अगाडि सर्छन् ।

आइतमान : हामीले त्यहाँ तरकारीका बोक्रा, खेर फालिएका खानाको पोका, कागतीका टुक्रा, फलफूलका बोक्रा, परालका त्यान्द्रा, कुखुराका भुत्ला, खसी, राँगाका लादी देखेका थियौँ । त्यसैगरी प्लास्टिक, कागज, बोतलहरू, पुराना झोला, फलामका टुक्राहरू, टिनका पाता, काठका टुक्रा पनि देखेका थियौँ सर ।

शिक्षक : हो, तपाईँहरूले राम्रोसँग हेर्नुभएको रहेछ । ति सबै मानिसले काम नलाग्ने भनेर फालिएका वस्तुहरू हुन् । त्यसलाई नै फोहरमैला भनिन्छ । अमन तपाईँको घरमा के कस्ता फोहेरमैलाहरू देख्नुभएको छ ?

अमन : हाम्रो घरमा आमाले भान्साको काम गर्नुहुन्छ । भान्साबाट तरकारीको बोक्रा, परालको त्यान्द्रा, प्याजको बोक्रा, बढी भएको खाना, केराको बोक्रा, चियापत्ती, बढारेको कसिंगर देखेको छु सर ।

शिक्षक : हो तपाईँले ठिक भन्नुभयो। यस्ता फोहेरहरूलाई कुहिने फोहर भनिन्छ। यी फोहरहरूलाई कुहाएर मल बनाउन सकिन्छ।

सुन्दरी : ए! त्यसो भए नकुहिने फोहरमैला भनेको के हो नि सर ?

शिक्षक : ल सबैले सुन्नुहोस्। प्लास्टिक, फलामका टुक्रा, चाउचाउको खोल, टिनका पाता, सिसाको बोतल नकुहिने वस्तु हुन्। यसलाई पुनः प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसलाई नै नकुहिने फोहरमैला भनिन्छ।

अनमोल : हाम्रो घरमा जस्तै विद्यालयमा पनि फोहरमैला निस्कन्छ हैन त सर ?

शिक्षक : हो नि। विद्यालयमा के के फोहरमैला देख्नुभएको छ आइतमान ?

आइतमान : चाउचाउको खोल, चक्लेटको खोल, विस्कुटको खोल, पोखिएर खेर गएको खाजा, सिसाकलमको धुलो, प्लाष्टिकको झोला, फलफूलको बोक्रा देखेको छु सर।

शिक्षक : हो; विद्यालयमा पनि घरमा जस्तै कुहिने र नकुहिने फोहरमैला रहेको हुन्छ।

सुन्दरी : घरमा भन्दा विद्यालयमा नकुहिने फोहरमैला बढी हुने रहेछ, हैन त सर?

शिक्षक : हो ठिक भन्नुभयो। घरमा भान्साबाट आउने फोहरमैला धेरै हुन्छ। त्यसैले कुहिने बढी हुन्छ। विद्यालयमा प्राय ठोस फोहरमैला धेरै हुन्छ। यो नकुहिने हुन्छ। हामीले सबै फोहरमैलालाई कुहिने र नकुहिने गरी छुट्ट्याउनुपर्छ। कुहिने फोहरमैलाबाट मल बनाउनुपर्छ। नकुहिने फोहरमैलालाई सम्बन्धित निकायले पुनःप्रयोगको व्यवस्थापन गर्नु पर्दछ। नगरपालिकाको गाडी आउने ठाउँमा गाडीमा पठाउनुपर्छ। बुझ्नुभयो नि ?

अमन : अँ बुझ्यौँ सर। हामीले काम नलाग्ने भनी फालिने वस्तुलाई फोहरमैला भनिंदो रहेछ। हाम्रो घर र विद्यालयबाट निस्कने फोहर कुहिने र नकुहिने हुँदो रहेछ। यसलाई छुट्टाछुट्टै व्यवस्थापन गर्नुपर्दो रहेछ हैन त सर ?

शिक्षक : हो ठिक भन्नुभयो।

क्रियाकलाप

१. तपाईँ आफ्ना नजिकैका छिमेकीका चारओटा घरमा जानुहोस्। उनीहरूको घरमा के के फोहरमैला निस्कदो रहेछ ? टिपोट गर्नुहोस्। त्यसपछि तलको तालिका भर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।

क्र.सं.	कुहिने फोहरमैला	नकुहिने फोहरमैला
१		
२		
३		
४		
५		

२. तपाईँको विद्यालयमा के के फोहरमैला हुँदो रहेछ ? अवलोकन गरी बुँदा टिपोट गर्नुहोस्। समूहमा साथीहरूसँग छलफल गर्नुहोस्। त्यसपछि चार्ट पेपरमा कुहिने र नकुहिने फोहरको तालिका तयार गरी प्रकाशन गर्नुहोस्।

३. तपाईँको समुदायमा फोहरमैला व्यवस्थापन कसरी गर्ने गरिएको छ ? समुदायमा रहेका मानिसहरूसँग सोधपुछ गर्नुहोस्। प्राप्त जानकारीहरू सङ्कलन गर्नुहोस्। त्यसपछि एक अनुच्छेद लेखी शिक्षकलाई देखाउनुहोस्।

अभ्यास

१. कुहिने फोहरमैला भनेको के हो ?

२. नकुहिने फोहरमैला भनेको के हो ?

३. फोहरमैला कसरी पैदा हुन्छ ?

४. **तल दिइएका फोहरमैलाको सूची राम्रोसँग अध्ययन गर्नुहोस् । कुहिने र नकुहिने फोहरमैला छुट्टयाई दिइएको तालिकामा भर्नुहोस् :**

(प्लास्टिक, मरेको कुकुर, परालको त्यान्द्रा, धाराको टुटी, कार्टुन, पानीको बोतल, केराको बोक्रा, माटोको कप, बिजुलीको तार, तरकारीको बोक्रा)

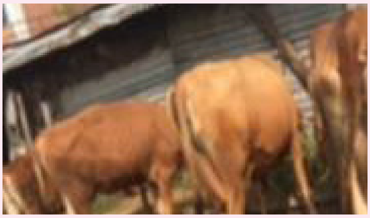
क्रं.सं.	कुहिने फोहरमैला	नकुहिने फोहरमैला
१		
२		
३		
४		
५		

एकाइ ५

पेशा, व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलाप

परिचय :

हाम्रो समुदायका मानीसहरू जीवन निर्वाहकोलागि आफूले जानेको सिप अनुसार काम गरेर पैसा कमाउँछन् । कमाएको पैसा परिवारका सदस्यहरूका लागि खान, लाउन, बास, शिक्षा र स्वास्थ्य उपचारमा खर्च गर्छन् । यसवारे यो एकाइमा चर्चा गरिएको छ ।



सिकाई उपलब्धि

क. स्थानीय परम्परागत प्रविधिको परिचय दिन र प्रयोग गर्न

ख. कृषि सम्बन्धि व्यवसायीक पेसाको पहिचान गर्न

ग. स्थानीय व्यवसायको पहिचान गर्न

घ. अन्नबाली तथा नगदेबालीको परिचय र महत्त्व प्रस्तुत गर्न

ङ. पशुपक्षी पालनको परिचय दिन

च. तरकारी खेतीको परिचय र महत्त्व प्रस्तुत गर्न

ज. स्थानीय मसला बालीको पहिचान गर्न ।

पाठ १ हाम्रो परम्परागत प्रविधि

शैक्षिक भ्रमणको रमाइलो

"आज रमाइलो हुने भयो" राजु र अस्मिता कानेखुसि गर्दै थिए । मिसले सबैजना यता आउ, भन्नुभयो । सबैजना मिसको नजिक गए । "ल हेर ! यो जाँतो हो । यसमा माथिबाट मकै हाल्नु पर्छ । हातोमा समातेर घुमाएपछि वरिपरिबाट पिठो झर्छ ।" अस्मिताले हातो समाउँदै भनिन्, "म घुमाउँछु" मिसले एक मुठी मकै हालिदिनु भयो । अस्मिताले घुमाइन् । जाँतोको वरिपरिबाट पिठो निस्कियो । सबैले तालि बजाए ।

जाँदाजाँदै बाटोमा एकजना डोको बोकेको मानिस भेटियो ।

अस्मिताले सोधिन्, "मिस यो पनि पुरानो प्रविधि हो ?"

"हो नि, तिमीहरू पनि डोको बोक्छौ ?"

मिसले डोको नाम्लो मागि दिनुभयो । डोकोमा आफ्नो व्याग पनि हालिदिनु भयो । "म त बोक्दिन" राजुले भने । अस्मिता र निकिताले पालैपालो डोको बोके । मिसले फोटो खिच्नुभयो । राजुलाई अलि खिन्न भयो ।

अलि वर आउँदा किसान दाइले बाँझो खनेको देखे । सबैले नमस्कार गरे । किसानदाइ पनि थकाइ मार्न डिलमा टुसुक्क बस्नुभयो । कोदालो, कोदाली, गल र घन छरपष्ट थिए । मिसले सामान देखाउदै भन्नुभयो । यी सबै हाम्रा परम्परागत प्रविधिमा प्रयोग गर्ने सामग्रीहरू हुन् । मिसले किसान दाइलाई सामग्री प्रयोग गर्ने तरिका

बताउन अनुरोध गर्नुभयो :

किसान दाइ मख्ख पर्दै भन्नु भयो, “यिनीहरूले यस्तो पनि जान्नु पर्छ र ? लौ सुन; हेरी...यो चाँहि कोदालो हो। खेतबारी खन्न प्रयोग गरिन्छ। यी एसरी खन्ने। अनि कोदालीले माटो फाल्ने र खेतको आलि लगाउने काम गरिन्छ। यी यसरी माटो फाल्ने देख्यौ ? हातले पल्टाउन नसकिने ढुङ्गा गल लगाएर पल्टाउनु पर्छ।

कान्लो लगाउनलाई ठूला ढुङ्गा घनले फुटाएर सानु बनाउनुपर्छ। कान्लो भएन भने पानी पर्दा माटो बगाएर तलतिर लान्छ।” निसान्तले अघि सर्दै भने “कान्लो लगाउने पनि प्रविधि पो रहेछ !”

“हो त माटो थाम्न कान्लो लगाउने प्रविधि प्रयोग गरिन्छ” मिसले भन्नु भयो। “ऊ पर हेर त ! कसरी पानी पारेको ? त्यो चाँहि बारीमा पानी छर्ने प्रविधि हो” मिसले देखाउनु भयो। सबै छक्क परे। “बाबाले सागबारीमा त्यसैगरि पानी छर्ने गरेको छ” निसान्तले भने। अस्मिता र निकिता हेर्न गए। मिसले सबैलाई त्यतै लानुभयो। मिसले निसान्तलाई कसरी पानी छरेको छ बताउन अनुरोध गर्नुभयो। पोखरीबाट पाइपमा पानी ल्याएर पाइपको मुखमा फिरफिरे जोडेपछि पानीको बलले फिरफिरे घुमाउँदा पानी छरेको कुरा निसान्तले बताए। सबैजनाले निसान्तको तरिफ गरे। मिसले सबैलाई विद्यालयमा फर्कन अनुरोध गर्नुभयो। राजुले उत्तेजित हुँदै भने, “लौ हेर ! क्षेत्र भ्रमणको प्रतिवेदन लेख्न भुसुक्कै बिर्सिएछ।”सबैले मिसको मुख तिर हेरे। “घरमा लेखेर ल्याए भैहाल्छ नि” मिसले भन्नुभयो। सबै खुसी भए।

क्रियाकलाप

१. तलको तलिकामा दिइएका परम्परागत प्रविधिमा प्रयोग हुने यन्त्र/सामानको नाम छानेर मिल्ने गरी लेख्नुहोस् :

परम्परागत प्राविधिक कार्य	प्रयोग हुने सामान/यन्त्रको नाम	विकल्प
ढुङ्गा फोर्ने काम	घन	गल, कोदालो, कोदाली, रामो बसिलो, हँसिया, घन, ढुङ्गाकोकान्लो, जाँतो, डोकोनाम्लो हलोजुवा
घाँस काट्ने काम		
मुढो उठाउने काम		
आलि लगाउने काम		
भारी बोक्ने काम		
काठको ढोका बनाउने काम		
खेतबारी खन्ने काम		
खेतबारी जोत्ने काम		
बारीको माटो संरक्षण गर्ने काम		
पीठो पिस्ने काम		

२. तलको तालिकामा दिइएका काम पूरा गर्न कस्तो प्रविधिको प्रयोग गर्नुहुन्छ समूहमा छलफल गरेर लेख्नुहोस् :

प्राविधिक काम	प्रयोग हुने परम्परागत प्रविधि
विद्यालयमा आउँदा जाँदा किताब कापी बोक्ने काम	
काठको धुलो र बालुवाको मिश्रण छुट्याउने काम	
आफ्नो कपाल आफैंले कोर्ने र मिलाउने काम	
मैलो लुगा सफा गर्ने काम	

निश्कर्ष

कामलाई सजिलो बनाउन प्रयोग हुने वैज्ञानिक सोच प्रविधि हो ।

अथवा

प्रविधि भनेको सजिलोसँग काम गर्ने जुक्ति हो ।

अभ्यास

१. घरमा गरिने ३ ओटा कामलाई सजिलो पार्न प्रयोग भएका सामानको नाम लेख्नुहोस् ।

२. तपाईँको घरमा परम्परागत प्रविधि प्रयोग भएको ५ ओटा कामहरूको सूचि बनाउनुहोस् ।

३. तलको तालिका अनुसार उल्लेखित प्रविधिमा प्रयोगहुने सामानको नाम लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

स्थानीय प्रविधि	प्रयोग हुने यन्त्र/सामानको नाम
आलुको बोक्रा ताछेर टुक्रा बनाउन	
धाराको पानी तानेर कौसिमा लान	
घरभित्र घाम र पानी छिर्न नदिएर सितल बनाउन	
कङ्कटमाथि हिड्दा दुःखाइबाट पैताला जोगाउन	

परियोजना कार्य

गाउँघरमा गाई, बाख्रा र भैँसीलाई जथाभावि जानबाट रोक्न कस्तो कस्तो प्रविधिको प्रयोग गरेको देख्नु भएकोछ ? लेखेर ल्याउनुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ २ हाम्रो कृषिबाली

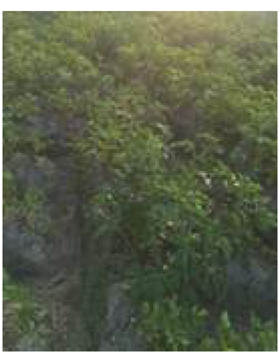
तलको कृषिबालीका चित्रहरू हेर्नुहोस र साथीसँग छलफल गर्नुहोस् । तपाइको घर वरपर हुने कृषिबालीका बारेमा आफ्नो नजिकको साथीलाई भन्नुहोस् । साथीलाई पनि सोध्नुहोस् ।

लसुन

जौ

तोरी

बन्दा


आलु

जैघाँस

गहुँ

कागती

छिमेकी विद्यालयका साथीहरूले कृषिबालीका बारेमा आफ्नो धारणा यसरी प्रस्तुत गरेका छन् :

रेश्मा : मेरो घर श्रीखण्डपुरमा छ । त्यहाँ धान, मकै, आलु, तोरी, लसुन र बन्दाको खेती गर्छन् ।

श्याम : मेरो घर कुतालमा छ । हाम्रो गाउँमा त धान खेती हुदैन । मकै, जौ, गहु, आलु, तोरी, बन्दा, लसुन र फलफूल खेती गर्दछन् ।

दिपक : मेरो घर धुलिखेल बजारमा छ । हाम्रो त खेतीपाति छैन । वि पि मार्गको नजिकमा लसुन, बन्दा, काउली, मकै, गहुँ र केराउ खेती गरेको देखेको छु ।

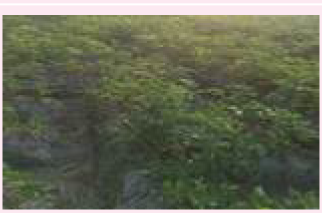
कृतिका : मेरो घर भट्टे डाँडामा पर्छ । मेरो गाउँमा जौ, गहुँ, मकै, तोरी, काउली, मूला, रायो, केराउ, फापर, आलु र फलफूलको खेती हुन्छ ।

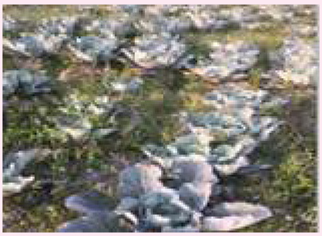
निश्कर्ष

हाम्रो समुदायमा विभिन्न प्रकारका अन्न, फलफूल, तरकारी, दलहन बालीको खेती गरिन्छ । यी सबै कृषिबाली हुन् ।

क्रियाकलाप

१. **तलको तालिकाको चित्र हेर्नुहोस् र तालिका पुरा गर्नुहोस् :**

चित्र	नाम	अन्नबाली / नगदेबाली	यसको उपयोग
			

चित्र	नाम	अन्नबाली / नगदेबाली	यसको उपयोग
			

निश्कर्ष : खानको लागि खेती गरिने कृषिबालीलाई अन्नबाली र बेचेर पैसा लिने कृषिबालीलाई नगदेबाली भनिन्छ ।

२. तल दिइएका जस्तै तालिका बनाई पाँच पाँच ओटा बालीका नाम लेख्नुहोस :

क्र.सं.	प्रश्न	उत्तर
१	फलफूल वर्गका कृषिबाली के के हुन् ?	
२	अन्न वर्गका कृषिबाली के के हुन ?	
३	तरकारी वर्गका कृषिबाली के के हुन ?	
४	दाल खाने कृषिबाली के के हुन्?	

३. तपाईँको समुदायमा के के कृषिबाली उत्पादन हुन्छ ? १० ओटाको सूची बनाउनुहोस् र तल दिइएको जस्तै तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्रस	कृषिबालीको नाम	उपयोग
१		
२		
३		
४		

क्रस	कृषिबालीको नाम	उपयोग
५		
६		
७		
८		
९		
१०		

अभ्यास

१. उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

क. धुलिखेल नगरपालिकामा उत्पादन हुने कृषिबाली.........हो।(नरिवल, आँप, मकै)

ख. ....फलफूल बालीभित्र पर्छ। (ओखर, धनिया, चिनी)

ग. आलु ....वर्गमा पर्ने कृषिबाली हो। (फलफूल, तरकारी, अन्न)

२. कृषिबाली भनेको के हो प्रष्ट पार्नुहोस् ?

३. मानिसको लागि कृषिबाली किन आवश्यक छ ?

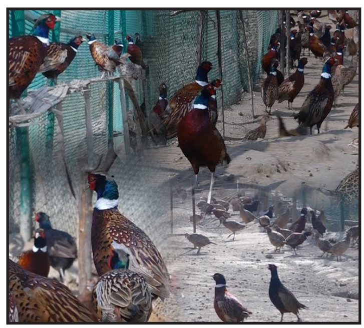
४. धुलिखेल नगरपालिकामा खेती गरिने १० ओटा कृषिबालीहरूको नाम लेख्नुहोस्।

परियोजना कार्य

तपाईंको गाउँ/टोलमा कुनै एकजना कृषकलाई भेट्नुहोस्। उहाँको खेतबारीमा वर्ष भरीमा कुन कुन कृषिबाली लगाउनु हुन्छ ? कुन मौसममा कुन बाली सप्रन्छ सबैकुरा सोधेर एउटा प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।

पाठ ३

हाम्रो पशुपक्षी पालन



शिक्षकले पशुपक्षीका केहि तस्विरहरू भित्तामा टाँस्नुभयो । पशुपक्षी पालनको विषयमा वक्तृत्वकला प्रस्तुत गर्न अनुरोध गर्नुभयो । आदर्श मावि कक्षा ४ का विद्यार्थीहरूको मन्तव्य हेरौं ;

वीर सिंह : आदरणीय शिक्षक ज्यू तथा साथीहरू, माथिको तस्विर हेर्दा मलाई पशुपक्षीप्रति मोह जागेर आउँछ । मानिसहरू यी पशुपक्षीबाट कुनै न कुनै फाइदा लिन्छन्। गाईभैंसीको दुध पौष्टिक र शक्तिबर्धक हुन्छ । पहाडको कठिन ठाउँमा जान घोडा साधन हो । त्यस्तै गधा पनि परिवहनको लागि साधन हो । कुखुरा, लुइँचे, सुतुरमुर्ग जस्ता पक्षीहरूका मासु खुबै स्वादिष्ट हुन्छ । पशुहरूमा खसी, बोका र राँगाको मासु पनि नेपालीहरूले मन पराउँछन् । अन्त्यमा सबैलाई नमस्कार गर्दै विदा हुन्छु, धन्यवाद ।

कमला : आदरणीय शिक्षक तथा साथीहरूमा अभिवादन ! पूर्ववक्ता साथीले भन्नु भएको कुरामा मेरा केहि विमति छ। प्रकृतिमा मासु खाने पशुपक्षी भनेर कुनै पनि जीवको प्रजनन् भएको हुँदैन । मानिसको लागि मासु खुवाउन बाँच्नुपर्ने बाध्यात्मक अवस्था कसरी हुन सक्छ । मासु नखाइ नसक्ने मान्छेले मरेका प्राणीहरूको मासु खाए भैहाल्छ । त्यसकारण पशुपक्षीलाई आफ्नै अस्तित्त्वमा बाँच्न पाउने अधिकार हुनुपर्दछ। मेरो कुरा सुनिदिनु भएकोमा धन्यवाद ।

भवनाथ : सबैलाइ नमस्कार ! पूर्ववक्ता साथीले भन्नुभएका कुराहरूमा म केहि कुरा थप गर्न चाहन्छु । आजको समाजमा मानिसलाई आफ्नै अस्तित्त्व कायम राख्न कठिन छ । अर्थतन्त्रको अभावमा मानिसको जीवन अघि बढ्न सक्दैन । खेतीपाती गरेर पशुपालन गरेर वा पक्षी पालन गरेर अर्थोपार्जन गर्ने होडबाजी चलेको छ। त्यसकारण पशुपक्षीलाई पनि स-सम्मान पाल्नुपर्छ। यीनिहरूबाट हुन सक्नेसम्मको लाभ पनि लिनुपर्दछ। मेरो भनाइ यतिनै हो धन्यवाद

विद्यार्थीको प्रस्तुति सुनेपछि शिक्षकको निश्कर्ष :

गाई, भैँसी, बाख्रा, घोडा र गधा घरमा पाल्ने पशु हुन् । कुखुरा, लुइँचे, सुतुरमुर्ग, बटाइ र टर्कि पनि घरमा पालिने पङ्खी हुन् । माथि उल्लेख गरिएका पशु तथा पक्षी पाल्ने कामलाई पशुपक्षी पालन भनिन्छ । घरमा पालिने पशुपक्षीलाई माया गरेर पाल्नु पर्दछ। यिनीहरूमा चेतनाको स्तर कमजोर हुन्छ। त्यसकारण आफूले पालेका पशुपक्षीबाट अरुको हानि नोक्सानी हुन दिनु हुँदैन । पालेका पशुपक्षी बेचैनी हुन दिनु पनि हुँदैन । पशुपक्षीबाट आफ्नो खरखाँचो पनि टर्नुपर्दछ। पशुपक्षीबाट आएको पैसाले खाने, लाउने र बस्ने व्यवस्थाको लागि खर्च गर्नु पर्दछ। बाँकी रहेको पैसा स्वास्थ्य र शिक्षामा खर्च गर्नुपर्दछ भन्ने आजको निस्कर्ष भयो, सबैलाई धन्यवाद ।

क्रियाकलाप

१. धुलिखेल नगरपालिकाभित्र पशु वा पक्षी पालन गरेको अवलोकन गर्नुहोस् । सोधखोज गरेर तलको तालिका भर्नुहोस् । कक्षाकोठाको भित्तामा टाँसेर प्रस्तुत गर्नुहोस् :

अवलोकन गरेको ठाउँ	पशुपक्षीको नाम	किन पालेको रहेछ ?
धुलिखेल नपा-४ बखुन्डोल	टर्कि	बेच्नको लागि ।

पशुपक्षी पालनबाट आम्दानी गरेर घर व्यवहार चलायो भने पशुपालन व्यवसाय भनिन्छ । जस्तै : कुखुरापालन व्यवसाय, बाख्रापालन व्यवसाय, भैँसीपालन व्यवसाय आदि ।

२. **कुनै पशुपक्षी घर कुर्नका लागि पालिन्छ । कसैले काम गर्न पाल्छन् । कसैले बेचेर घर खर्च गर्छन् । पशुपक्षीबाट आम्दानी गरेर घरखर्च चलायो भने व्यवसाय भनिन्छ । तलको जस्तै तालिका बनाउनुहोस् । पशुपक्षी पालेको घरमा जानुहोस् । तालिका भरेर ल्याउनुहोस् । कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :**

क्र.सं.	पालन गरेको पशु / पक्षीको नाम	किन पालेको हो ?
१		
२		
३		
४.		

अभ्यास

१. **तलको वाक्य पढ्नुहोस् र ठिक भए (√) र बेठिक भए (x) वेठिक चिह्न लगाउनुहोस् :**

क. पशुपक्षीपालन गर्नु राम्रो काम हो । (.......)

ख. पशुपक्षीलाई बेचैनी बनाएर पाल्नुपर्छ । (.......)

ग. बेचेर घरखर्च चलाउन पशुपक्षीपालन गर्नु व्यवसाय हो । (.......)

घ. धन कमाउनको लागि पशुपक्षीपालन गर्न सकिन्छ । (.......)

२. **पशुपक्षी के का लागि पालन गर्नुपर्दछ ?**

३. **पशुपक्षीपालन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने ३ ओटा बुँदाहरू लेख्नुहोस् ।**

४. **पशुपक्षीपालनबाट मानिसलाई के फाइदा हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।**

पाठ ४ तरकारी खेती

टनेलमा तरकारी खेती (धुलिखेल नगरपालिका वडा नं ४, बखुण्डोल)

माथिको टनेलको अवलोकन गर्नुहोस् र दिइएका प्रश्नका बारेमा छलफल गर्नुहोस् :

प्रश्नहरू :

अ. माथि चित्रमा के देख्नुभयो ?

आ. यो प्लाष्टिकको घरभित्र के छ होला ?

इ. तरकारी खेतीको लागि किन यस्तो घर बनाएको होला ?

ई. खुल्ला ठाउँमा तरकारी खेती गऱ्यो भने के हुन्छ ?

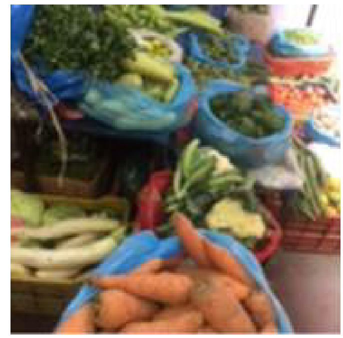
उ. तपाईं गाउँ/टोलमा तरकारी खेती कसरी गर्छन् ?

सबैको भान्सामा दिनहुँ तरकारी पकाउँछन् । तरकारीहरू खेतबारीमा फल्छ । कसैले करेसाबारीमा कसैले कौसीमा तरकरी खेती गर्छन् । कसैले मूलाबारीमा र कसैले घर नजिकै खेतमा तरकारी खेती गर्छन् । कसैले घरमा खानको लागि तरकारी खेती गर्छन् । कसैले तरकारी खेतीबाट आम्दानी गरेर घर व्यवहार चलाउँछन् । व्यवसायिक रुपमा तरकारी खेती

गर्नेहरूले टनेल बनाएर तरकारी लगाउँछन् । टनेलमा तरकारी खेती गर्दा रोग र किराहरूबाट जोगाउन सजिलो हुन्छ । एकनासको तातो राख्न सकिन्छ । माटोको पानी छिटै सुक्दैन ।

क्रियाकलाप

१. तलको चित्र हेरेर तरकारी खेतीको बारेमा नजिकको साथीसँग छलफल गर्नुहोस् ।



सबैले तरकारी खेतीको बारेमा ५/५ ओटा वाक्यहरू लेख्नुहोस् । नजिकको साथीसँग दाँज्नुहोस् र दोहोरिएका वाक्य एउटै बनाउनुहोस् । अब ४ जनाको समूहमा मिलाएर तरकारी खेतीको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् । सबैको अनुच्छेद पढेर कक्षाका साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् र साथीहरूको सुझाव अनुसार संशोधन समेत गर्नुहोस् ।

२. तलको तालिकामा दिएका तरकारीहरूको नाम र उपयोगिता लेख्नुहोस् :

तरकारीको चित्र	नाम	उपयोगिता

सबै तरकारी मानिसलाई उपयोगी र स्वदिष्ट हुन्छन् । कुनै तरकारीले रोगबाट बचाउछ । कुनै तरकारीले शरीरलाई शक्ति दिन्छ । कुनै तरकारीले शरीर बढ्न मदत गर्छ । कुनै तरकारीले हाम्रो छाला राम्रो पार्छ । सबै तरकारीहरू उपयोगी र लाभदायक छन् । तर विषादि हालेको तरकारी खायो भने हामी बिरामी हुन्छौं । बजारबाट किनेर ल्याएको तरकारीलाई राम्रोसँग पोटास पानीले पखालेर मात्र खानु पर्दछ ।

२. **तपाइँको घर छिमेकमा पाइने गुलियो, तितो, अमिलो र टर्रो जातका तरकारीको नामहरूको सूचि बनाउनुहोस् ।**

तितो जातको तरकारी	टर्रो जातको तरकारी	अमिलो जातको तरकारी	गुलियो जातको तरकारी

अभ्यास

१. तल दिएको तरकारीको चित्र र नामको जोडा मिलाउनुहोस् :

लौका

सीमी

काउली

आलु

गाँजर

च्याउ

२. तरकारी कसरी सफा गर्नु पर्दछ ?

३. तपाईँले सँधै खाने गरेको ५ ओटा तरकारीको नाम लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ मसला बाली

तलको बिरुवाहरूको चित्र हेरेर साथीसँग छलफल गर्नुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् :

तेजपात

जिम्बु

प्याज

लसुन

धनियाँ

माथिका सबै बिरुवाहरू मसला जातका हुन् । यिनीहरू बास्नादार हुन्छन् । यी मसलाहरूले माछा, मासु र तरकारी स्वादिष्ठ र बास्नादार बनाउँछ । त्यसकारण मानिसले यसलाई मसला बालीका रुपमा खेती गर्छन् ।

यी बाहेक जिरा, मरिच, ल्वाङ, सुकुमेल, टिमुर, ज्वानु, मेथी र अलाइँची पनि मसला बालीको रुपमा खेती गर्ने गरिन्छ । अजिनामोटो, टेष्टिङ् पाउडर र भेनेगार स्वादिष्ठ

मसला हुन्। तर यी मसलाहरू रसायनिक पदार्थबाट बनाएका हुन्छन्। यस्तो मसलाले हाम्रो पेटभित्रका कमलो भागहरू नष्ट गर्छ। यस्तो मसला हालेको खानेकुरा खानु हुँदैन।

क्रियाकलाप

१. तल केहि मसलाहरूको चित्र दिएको छ चिनेर नाम लेख्नुहोस् र केमा प्रयोग गरिन्छ घरमा सोधेर लेख्नुहोस्:

मसलाको चित्र	मसलाको नाम	केमा प्रयोग गरिन्छ ?

२. तल तालिकामा खानाको नाम दिइएको छ । ती खानाहरूमा कुन कुन मसला हाल्ने गरेको छ ? घरमा सोधेर तालिका भरेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :

क्रस	खानाको नाम	प्रयोग भएको मसलाहरू
१	जाउलो	
२	मासु	
३	काउलीको तरकारी	
४	गोलभेडाको अचार	
५	अमलेट	
६	मासको दाल	
७	गेडागुडीको तरकारी	

३. तपाईँको घर छिमेकमा कुन कुन मसलाको खेती गरिएको छ ? सूचि बनाएर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

१.

२.

३.

४.

५.

अभ्यास

१. तलको वाक्य पढ्नुहोस् र खाली ठाउँमा ठिक शब्द राखेर वाक्य पूरा गर्नुहोस्:

क. अदुवा ....मा हालेर खाने मसला हो । (दुध, भात, चिया)

ख. जाउलोमा ....हालेर बनाउँदा स्वादिष्ट हुन्छ । (भेनेगार, खुर्सानि, ज्वानु)

ग. चाउचाउमा .... हालेको हुन्छ । (अजिनामोटो, मेथी, ज्वानु)

घ. मसलाले खानेकुरालाई ...... बनाउँछ । (खल्लो, टर्रो, स्वादिष्ठ)

२. खानेकुरामा मसला किन हाल्नुपर्छ ?

३. तपाईंको घरमा दिनहुँ प्रयोग हुने ५ ओटा मसलाका नामहरू लेख्नुहोस् ।

४. मसलाका २ ओटा फाइदाहरू लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाइँको घरमा एक हप्ता सम्म पकाएका खानाहरू अवलोकन गर्नुहोस् । आइतबार देखि शनिबार सम्म खानामा कुन कुन मसला प्रयोग भयो ? तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् । तपाइँको निश्कर्ष पनि लेख्नुहोस् ।

प्रश्नहरू

१. धेरै प्रयोग भएको मसला कुन कुन हुन् ?

२. कम प्रयोग भएको मसला कुन कुन हुन् ?

३. कुन मसला कहाँबाट प्राप्त भएको हो ?

४. तपाइँको खेतबारीमा कुन कुन मसला खेती हुन्छ ?

५. तपाइँको परिवारमा सुनाउनुहोस् र छलफल गर्नुहोस् ।

६. तपाइँको आफ्नो विचार लेख्नुहोस् ।

एकाइ
६

प्रकोप, वातावरण र हरित विद्यालय

परिचय :

धुलिखेल नगरपालिकाभित्र पनि प्राकृतिक प्रकोपको कारण विपद् परिरहेका हुन्छ। यसको लागि हामीले वनजङ्गल जोगाउने, वृक्षरोपण गर्ने, सडक, घर जस्ता संरचना बनाउँदा जमिनको स्वरुप नबिगारी बनाउने गर्नुपर्दछ। घर तथा विद्यालय वरपर सफा राख्ने गर्नुपर्दछ। विद्यालयमा बगैँचा बनाई बोटबिरुवा हुर्काउनु पर्दछ। यस एकाइमा हामी प्राकृतिक प्रकोप, हाम्रो वरपरको वातावरण र हरित विद्यालय जस्ता विषयवस्तुहरू अध्ययन गर्नेछौँ।

सिकाइ उपलब्धि

१. प्रकोप / विपद्को परिचय दिन

२. नगरपालिकाभित्रका वनजङ्गलहरू र त्यहाँ पाइने जनावर तथा चराहरूपहिचान गर्न

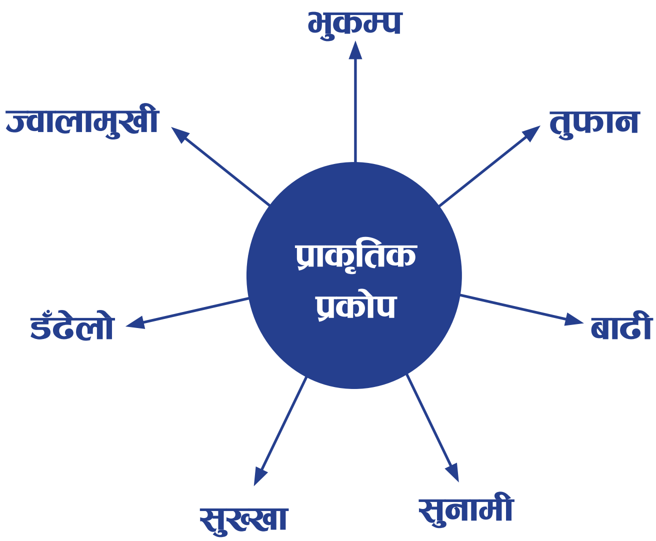
३. विद्यालय बालबगैंचाको परिचय दिन र रेखदेख गर्न

४. वातावरण प्रदूषणको परिचय दिन

५. वातावरण प्रदूषणको असर प्रस्तुत गर्न।

पाठ १

प्रकोप र विपद्



प्रकृतिको खेल अनि मानवको भूल
कहिले कम्पन कहिले बाढी कहिले आगो मूल ।
एकाएक बदलिन्छ समयको चाल
जीवनलाई धम्क्याउदै ल्याउँछ महाकाल ।

भू-कम्प हल्लिन्छ टुट्छ घरवार
बाढीले बगाउँछ गाउँ शहर पार ।
आँधिको गर्जन सुनामीको लहर
प्रकृतीको प्रकोप जहिले कठोर प्रहर ।
मानवनिर्मित प्रकोपले नि बढाईदिन्छ त्रास

विषालु धुँवा, धुलो प्रदुषणको वास ।
औद्योगिक दुर्घटना, आगोको खेल
यातायातको भूलले मृत्युको मेल ।

बढ्दै जान्छ विपद्हरू सचेत नरहे
आफ्नै भूल सुधार गरी अघि नबढे ।
उठौँ बुझौँ विपदलाई, रोक्ने उपाय खोजौँ
सचेतना फैलाउदै सुरक्षित बाटो रोजौ ।

भुकम्प आई काप्न सक्छन, घर ढल्न सक्छन्
मजबुत बनाऔ घर भवन जोखिम टर्न सक्छन् ।
बाढी पहिरो रोक्नलाई वन जोगाउनुपर्छ
नदीलाई खुला छोडी बाटो बनाउनुपर्छ ।

रासायनिक बिष ती गर्ने धर्ती नास
सुरक्षित प्रयोग गरी बचाऔँ प्राणी सास ।
हामीले नै बनाउने हो सुरक्षित भोली यहाँ
सचेत बनौ, सजग रहौ जो रहे नि जहाँ ।

क्रियाकलाप

कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र लेख्नुहोस् ।

१. विपद् के लाई भनिन्छ ?

२. तपाई बसोबास गरिरहनुभएको ठाउँमा घट्न सक्ने प्राकृतिक प्रकोपहरू के के छन् ? भन्नुहोस् ।

३. के प्राकृतिक प्रकोपहरूको न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ ?

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख्नुहोस ।

क. प्रकोप भनेको के हो ?

ख. प्रकोपको कुनै ४ ओटा उदाहरणहरू लेख्नुहोसे ।

ग. प्राकृतिक प्रकोपबाट मानव जीवनमा पर्न सक्ने कुनै २ ओटा असरहरू लेख्नुहोस् ।

घ. प्राकृतिक प्रकोप वा विपद्बाट बच्ने उपायहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. प्राकृतिक प्रकोप न्यूनीकरण गर्न तपाईले के कस्तो भुमिका निभाउन सक्नुहुन्छ छोटकरीमा लेख्नुहोस् ।

२. ठिक भए (√) चिह्न र बेठिक भए (X) चिह्न लगाउनुहोस् ।

क. प्राकृतिक प्रकोपबाट बच्न मानिसको ठूलो भूमिका रहन्छ ।

ख. भुकम्प प्राकृतिक प्रकोपको एक उदाहरण हो ।

ग. मानिसको अनियन्त्रित र अव्यवस्थित क्रियाकलापले पनि प्रकोप वा विपद् आईपर्न सक्दछन् ।

घ. प्राकृतिक प्रकोपलाई न्युनीकरण गर्न सकिदैन ।

ङ. प्राकृतिक र मानवजन्य प्रकोपको प्रभाववारे जनचेतना फैलाउनु पर्दछ ।

परियोजना कार्य

तपाईंको टोल वा वडामा हालसालै घटेको कुनै ३ ओटा प्रकोपहरू टिपोट गर्नुहोस् र त्यस्ता किसिमको घटनाबाट बच्न र न्युनीकरण गर्न तपाईंको समुदायका मानिसहरूको के कस्ता भूमिका रहन्छ सोधखोज गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ २

विद्यालयमा बाल बगैंचा

परिचय

बालबगैंचा भनेको स्कूलको आँगन वा बगैंचामा बालबालिकाहरूका लागि बनाइएको एउटा सुन्दर स्थान हो, जहाँ उनीहरूले खेल्न र रमाइलो गर्न सक्दछन् । यो बगैंचा विशेष गरी बालबालिकाहरूको विकासका लागि तयार गरिन्छ र यसले उनीहरूलाई प्रकृति र वातावरणसँग नजिक बनाउन मद्दत पुर्याउँछ। बगैंचाले विद्यालयको शोभा बढाईदिन्छ। हामीले विद्यालयको वरिपरि विभिन्न किसिमका रङ्गिबिरङ्गि फूलहरू रोपेर विद्यालयको वातावरण सुन्दर र हराभरा बनाउन सकिन्छ।

बालबगैंचाको महत्त्व विभिन्न प्रकारका छन्, जसले बालबालिकाको समग्र विकासमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ। यहाँ केहि मुख्य महत्त्वका पक्षहरू छन् :

१. **प्राकृतिक वातावरणसँग नजिक :** बालबगैंचामा हामी प्रकृति र वातावरणसँग नजिकिन सक्दछौं । हामीले बिरुवा, फूल, फलफूल, र विभिन्न जनावरहरूको जीवनबारे बुझ्न सक्छौं। यसले हामीमा प्राकृतिक संसारप्रति लगाव र आदरको भावना उत्पन्न गर्छ।

२. **शारीरिक विकास :** बालबगैंचामा खेलकुद र शारीरिक गतिविधिहरू हामी वालवालिकाहरूको शारीरिक विकासमा मद्दत पुर्याउँछन्।

३. **मानसिक विकास** : बालबगैँचामा रमाइलो गर्दा हामी बालबालिकाको मानसिक विकास पनि हुन्छ। खेल र रचनात्मक गतिविधिहरूले बालबालिकामा सोच्ने क्षमता र समस्या समाधान गर्ने सीपलाई प्रोत्साहित गर्छ।

४. **सामाजिक व्यवहार** : बाल बगैँचामा अन्य साथीहरूसँग खेल्दा, बालबालिकालाई सहयोग, मित्रता, र सहकार्य सिक्न मद्दत पुग्छ। यसले सामाजिक व्यवहार र व्यक्तिगत प्रोत्साहन गर्छ।

५. **सिर्जनात्मकता र कल्पना** : बालबगैँचामा हामी बालबालिकाले नयाँ कुरा सिक्ने र सिर्जनात्मक गतिविधिहरू गर्नका लागि स्थान पाउँछन्। यसले उनीहरूको कल्पनाशक्ति र रचनात्मक सोचलाई बढाउँछ।

६. **धैर्य र जिम्मेवारीको भावना** : बालबगैँचामा खेती गर्ने, बिरुवा रोप्ने, र उनीहरूको हेरचाह गर्ने प्रक्रियामा बालबालिकाले जिम्मेवारी र धैर्य सिक्न सक्छन् । यसले बालबालिकाहरूको व्यक्तित्व विकासमा मद्दत पुर्याउँछ।

७. **सुरक्षित स्थान** : बालबगैँचा एउटा सुरक्षित स्थान हो, जहाँ बालबालिका स्वतन्त्र रूपमा खेल्न र रमाइलो गर्न सक्छन् । यसले बालबालिकाको सुरक्षा र शान्तिपूर्ण वातावरणको सुनिश्चितता गर्दछ।

८. **शिक्षा र ज्ञान** : बालबगैँचामा बालबालिका पर्यावरण र जीवजन्तुहरूको बारेमा सिक्न सक्छन् । यसले हामी बालबालिहरूको ज्ञानको दायरा फराकिलो बनाउँछ र शैक्षिक दृष्टिकोणले फाइदा पुर्याउँछ।

निष्कर्ष

बालबगैँचा केवल खेल्ने स्थान मात्रै होइन, यो बालबालिकाको समग्र विकासका लागि महत्त्वपूर्ण स्थान हो। यसले बालबालिकाको शारीरिक, मानसिक, र सामाजिक विकासमा मद्दत पुर्याउँछ र तिनीहरूलाई प्रकृतिसँग नजिक बनाउँछ । विद्यालयमा बालबगैँचा हुनु आवश्यक छ ताकि बालबालिका स्वस्थ र खुशी रहन सकून्।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको छोटो उतर दिनुहोस्।**

क. बालबगैँचा भनेको के हो ?

ख. बालबगैँचामा के कस्ता फूलहरू रोप्न सकिन्छ ?

ग. बालबगैँचाको कुनै २ ओटा महत्त्व लेख्नुहोस् ।

घ. बालबगैँचामा हामीले के के गर्न सक्छौँ ?

ङ. बालबगैँचा निर्माण गर्न तपाईले के कस्तो भुमिका निभाउन सकिन्छ ?

२ जोडा मिलाउनुहोस् ।

समूह क	समूह ख
गुलाफ	प्रकास दिन्छ ।
बगैँचा	फूल
पानी हाल्नु	हरियाली
मल	विरुवाको हेरचाह
घाम	माटोको गुण सुधार

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. "बालबगैँचा हरेक विद्यालयको लागि अत्यावश्यक छ ।" किन यसको महत्त्वसहित यो भनाईलाई प्रष्ट पार्नुहोस् ।

ख. बालबगैँचा निर्माणमा तपाईले कसरी सघाउन सक्नुहुन्छ लेख्नुहोस् ।

ग. विद्यालयको बालबगैँचामा के कस्ता विरुवाहरू रोप्न सकिन्छ सुचि बनाउनुहोस् ।

घ. बगैँचाको संरक्षण र हेरचाह गर्न के के गर्नुपर्छ? लेख्नुहोस् ।

ङ. "मेरो बालबगैँचा" शीर्षकमा पाँच वाक्य लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईँको आफ्नो घर वरिपरि भएको विभिन्न जातका फूल तथा विरुवाहरू सङकलन गरी शिक्षकको सहयोगमा विद्यालयको बगैँचामा रोप्नुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो वातावरण

वातावरण हाम्रो जीवनको आधार हो । हामीले सास फेर्ने हावा, पिउने पानी, खाने अन्न सबै वातावरणबाट प्राप्त हुन्छ । तर आजको युगमा वैज्ञानिक प्रगति र मानवीय लापरवाहीका कारण वातावरण दिनप्रतिदिन प्रदूषित हुँदै गएको छ । वातावरण प्रदूषण भन्नाले हावामा धुलो, धुँवा, विषालु ग्याँस, पानीमा फोहर, माटोमा रसायनजन्य पदार्थ आदिको मिसावटलाई जनाइन्छ । यसले मानिस, जनावर, वनस्पति र सम्पूर्ण प्रकृतिमा नकारात्मक असर पुऱ्याउँछ ।

प्रदूषणका मुख्य कारणहरूमा उद्योग-धन्दा, सवारीसाधन, प्लास्टिकको अत्यधिक प्रयोग, र जङ्गल विनाश आदि हुन् । यसको असरस्वरूप जलवायु परिवर्तन, रोगहरू, र प्राकृतिक सन्तुलनमा असन्तुलन देखिन थालेको छ ।

यस समस्याबाट बच्नका लागि वृक्षारोपण गर्नुपर्छ, वातावरणमैत्री व्यवहार अपनाउनुपर्छ, र जनचेतना फैलाउनु आवश्यक छ । वातावरण प्रदूषणका मुख्य प्रकारहरूः

१. **वायू प्रदूषण** – **धुँवा, धूलो, रासायनिक ग्यासहरू ।**

२. **जल प्रदूषण** - फोहर पानी, रासायनिक फोहर, प्लास्टिक ।

३. **माटो प्रदूषण** - विषादी, रसायन, प्लास्टिकजन्य फोहर ।

४. **ध्वनि प्रदूषण** - सवारी साधन, उद्योग, ठूलो आवाजमा सङ्गीत आदि ।

समाधानका उपायहरू

- हरियाली वृक्षारोपण गर्नु ।
- सवारी साधनको न्यून प्रयोग र सार्वजनिक सवारी प्रयोग गर्नु ।
- फोहर व्यवस्थापनमा ध्यान दिनु ।
- रासायनिक पदार्थहरूको न्यूनतम प्रयोग गर्नु ।

निष्कर्ष

वातावरणको रक्षा गर्नु भनेको हाम्रो भविष्यको रक्षा गर्नु हो । यसकारण, हामी सबैले मिलेर प्रदूषण न्यूनीकरणमा योगदान पुर्याउनु अत्यन्त आवश्यक छ ।

अभ्यास

१. **सही उत्तर छान्नुहोस् ।**

१. तलकामध्ये कुनकुरा वातावरण प्रदूषण हो?

क. फूलरोप्नु   ख. धुवाँ निकाल्ने
ग. सफा गर्ने   घ. पानी पिउने

२. ध्वनि प्रदूषण केले गराउँछ ?

क. फोहर   ख. ठूलाआवाजहरू
ग. रुखहरू   घ. पानी

३. सफा वातावरणले के दिन्छ ?

क. रोग   ख. प्रदूषण
ग. स्वस्थ जीवन   घ. दुर्गन्ध

४. वातावरण प्रदुषण रोक्ने उपाय तलका मध्ये कुन हो ?

क. वृक्षारोपण गर्ने   ख. फोहर जथाभावि फाल्ने
ग. वनजङ्गल फडानि गर्ने   घ. फोहर नदीमा लगेर फाल्ने

५. हामीले वातावरणबाट तलका मध्ये कुन कुन चिज पाउन सक्दछौँ?

क. हावा   ख. पिउने पानी

ग. खाने अन्न   घ. माथिका सबै

२. जोडा मिलाउनुहोस् ।

समूह क	समूह ख
धुवाँ	भुमि प्रदूषण
फोहर	जल प्रदूषण
ठूला आवाज	फोहर व्यवस्थापन गर्नु
नदीनाला फोहर हुने	वायु प्रदूषण
वातावरण सफा राख्ने	ध्वनि प्रदूषण

३. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. वातावरण प्रदूषणले हाम्रो स्वास्थ्यमा कस्तो असर पार्छ ?

ख. हामीले वातावरण प्रदूषण कम गर्न के-के गर्न सक्छौँ ?

ग. ध्वनि प्रदूषण भनेको के हो ?

घ. जल प्रदूषण किन हुन्छ ?

ङ. वायु प्रदुषण भनेको के हो ?

च. "सफा वातावरणको महत्त्व" शीर्षकमा पाँच वाक्य लेख्नुहोस् ।

छ. तपाईंको वरपरको वातावरण सफा छ कि छैन ? वातावरण सफा नहुनुको कारण खोजी लेख्नुहोस् ।

ज. यदि सबैले फोहर खुला ठाउँमा फालिहाल्ने हो भने के हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

झ. वातावरण प्रदुषणका मुख्य मुख्य प्रकारहरू लेख्नुहोस् ।

ञ. वातावरण प्रदुषण रोक्ने कुनै ३ ओटा उपायहरू लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

वातावरण प्रदूषण रोक्न सकिने उपायहरूको चित्र बनाउनुहोस् र रङ भरी कक्षाकोठामा प्रदर्शन गर्नुहोस ।

पाठ ४ वातावरण प्रदुषण र असर

वातावरण सम्पूर्ण प्राणी जगतको साझा वासस्थान हो । यसको संरक्षण र संवर्धन गर्नु हरेक सचेत नागरिकको कर्तव्य हो । स्वच्छ वातावरण भयो भने मात्र सम्पूर्ण सजिव जातिको कल्याण हुन्छ । वातावरण प्रदुषणको कारणले गर्दा आजको दिनमा हामी विभिन्न किसिमका शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक समस्याहरू भोग्नु परेको छ । बातावरण प्रदुषण शीर्षकमा भएको शिक्षक र विद्यार्थीहरू बीच भएको एउटा सानो संवाद अध्ययन गरौँ है त ।

लाक्पा : डोल्मा, तिमीले देख्यौ? हिजो विद्यालय नजिकै धेरै धुवाँ थियो । मलाई त सास फेर्न कस्तो गाह्रो भयो नि ।

डोल्मा : हो नि, मलाई पनि आँखा पोल्यो । त्यो त वायु प्रदूषण हो, होइन र?

लाक्पा : हो । हाम्रो वातावरण दिनदिनै फोहर हुँदैछ ।

शिक्षक : के कुरा हुँदैछ भाइबहिनीहरू ?

डोल्मा : सर, हामी वातावरण प्रदूषणको असरबारे कुरा गर्दै थियौं ।

शिक्षक : एकदम राम्रो कुरा गरिरहेका रहेछौ । तपाईँहरूलाई थाहा छ ? वायु, जल, र ध्वनि प्रदूषणले हाम्रो स्वास्थ्यमा नराम्रो असर गर्छ नि ।

लाक्पा : सर, पानी फोहर हुँदा के असर पर्छ ?

शिक्षक : पानी फोहर हुनुलाई जलप्रदुषण भनिन्छ। फोहर पानी पिएर मानिस र जनावर बिरामी पर्छन् । कहिलेकाहीँ त जीवनसमेत गुम्न सक्छ ।

सिता : अनि ठूलो आवाज पनि त प्रदुषण हो नि, होईन र सर ?

शिक्षक : सहि कुरा गर्यौ नानी। ठूलो आवाजले गर्दा हुने प्रदुषणलाई चाहिँ ध्वनि प्रदुषण भनिन्छ । जसको कारणले गर्दा कान दुख्न सक्छ, निद्रा लाग्दैन, पढाइमा ध्यान जान सक्दैन ।

लाक्पा : ओहो! प्रदूषण त धेरै हानिकारक रहेछ ।

शिक्षक : हो त नि । वायु प्रदुषण, जलप्रदुषण, ध्वनि प्रदुषण,माटो प्रदुषण जस्ता विभिन्न किसिमका प्रदुषणहरू हुन्छन् जसको कारणले हाम्रो वातावरणमा नराम्रो असर परिरहेको हुन्छ । प्रदुषणको कारणले वातावरणमा पर्ने असरहरू तिमिहरूलाई थाहा छ कि छैन? ल सुन्नुहोस् म भन्छु है त ।

वातावरण प्रदूषणका असरहरू

शारीरिक असर:

- श्वासप्रश्वासका रोग लाग्न सक्छन् ।
- एलर्जी, छालाका रोग, आँखाको समस्या
- मानसिक तनाव, निद्रामा असर
- सरुवा रोगहरूको फैलावट
- बालबालिका, वृद्धवृद्धा र बिरामीहरू बढी प्रभावित

प्राकृतिक असरः

- नदी, पोखरी र वनस्पतिको विनाश
- मौसमी विकृति (अनियमित वर्षा, गर्मी)
- हिमनदी पग्लने, समुद्री सतह बढ्ने

सामाजिक र आर्थिक असरः

- कृषिमा उत्पादन घट्नु
- पर्यटनमा गिरावट
- गरिव जनतामा बढी असर, स्वास्थ्य खर्चको वृद्धि

डोल्मा : ओहो वातावरण प्रदूषणका असरहरू त कति धेरै रहेछन् हगी ? हामीले त सफा वातावरणका लागि काम गर्नैपर्छ है!

शिक्षक : बिल्कुल ठीक भन्नुभयो डोल्मा। अब तपाईंहरूले घर र विद्यालय दुबै ठाउँ सफा राख्ने प्रयास गर्नुपर्छ। र वातावरण प्रदुषण र यसबाट पर्ने सक्ने सम्भावित असरको बारेमा सबै जनालाई सचेत समेत गराउनु पर्दछ।

दुवै : ठिक छ सर! हामी वातावरण जोगाउनेछौँ र वातावरण प्रदुषण र यसबाट पर्ने सक्ने सम्भावित असरको बारेमा सबै जनालाई भन्नेछौँ। यति राम्रो जानकारीको लागि तपाईंलाई धेरै धरै धन्यबाद सर (घण्टी बज्छ) सर कक्षामा जाने घण्टी पनि बज्यो हामी कक्षाकोठामा जान्छौँ है?

शिक्षक : हुन्छ हुन्छ भाइबहिनीहरू तपाईंहरू कक्षाकोठामा गएर पढेर बस्नू।

दुवैः (एकै स्वरमा) हुन्छ सर।

वातावरण प्रदूषण केवल एउटा स्थानीय समस्या होइन। जसले सम्पूर्ण जीवन चक्रलाई असर पार्दैछ। हामीले आजको पुस्तामा नै वातावरण जोगाउने हो भने मात्र भविष्यका पिँढीले स्वच्छ, स्वस्थ र सुरक्षित जीवन पाउनेछन्। त्यसैले, अब पनि समय छ– सजग बनौं, सचेत बनौं, र वातावरण संरक्षणमा जुटौं।

क्रियाकलाप

वातावरण प्रदुषण कम गर्न तपाईँको वडा कार्यालयसँग के के कार्यक्रम रहेको छ वडा अध्यक्षसँग सोधेर लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **ठिक वा बेठिक छुट्याउनुहोस् ।**

क. वातावरण सबै जीवहरूको साझा घर हो । ☐

ख. वायु प्रदूषणले मानिसलाई कुनै असर गर्दैन । ☐

ग. फोहर पानी पिउँदा स्वास्थ्यमा असर पर्छ । ☐

घ. ठूलो आवाजले ध्यान केन्द्रित गर्न सजिलो हुन्छ । ☐

ङ. हामी सबैले वातावरण सफा राख्नुपर्छ । ☐

२. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

शब्द	अर्थ
वायु प्रदूषण	पानीमा भएको प्रदुषण
जल प्रदूषण	हावामा भएको प्रदुषण
ध्वनि प्रदूषण	एक व्यक्तिबाट अर्कोव्यक्तिमा सर्नु
सरुवा रोग	जोगाउने काम
संरक्षण	ठुलो आवाजले हुने असर

३. **तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर लेख्नुहोस ।**

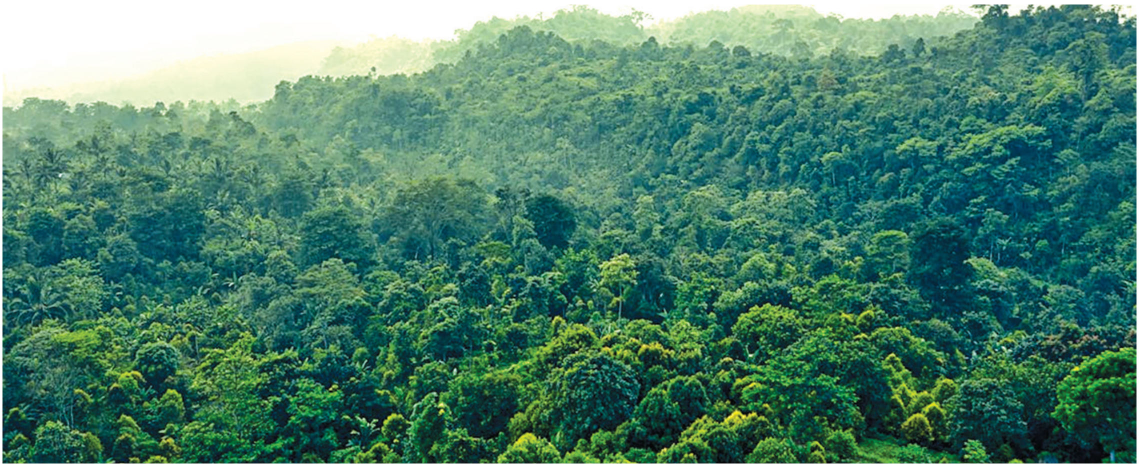
क. वातावरण प्रदूषणले स्वास्थ्यमा पार्ने असरहरू के-के छन् ? तीनओटा लेख्नुहोस् ।

ख. तपाईंले वातावरण सफा राख्न के-के गर्न सक्नुहुन्छ ?

ग. "वातावरण प्रदूषणको असर" विषयमा पाँच वाक्य लेख्नुहोस् ।

घ. "सफा वातावरणको महत्त्व" शीर्षकमा छोटो अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ वनजङ्गल र चराचुरुङ्गीहरू



प्राकृतिक सौन्दर्य, होचा-होचा हरिया पाटनहरूले (घाँसे मैदान) भरिएको, स्वस्थ्यकर जलवायु भएको धुलिखेल नगरपालिका काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको सुन्दर स्थान हो । यहाँ हरियालीले ढाकिएको वनजङ्गलहरू छन् । ती वनजङ्गलहरूमा धेरै किसिमका रुखबिरुवा, जनावर र चराहरू बसोबास गर्छन् ।

धुलिखेल नगरपालिकाको भट्टेडाँडा, रबिगाउँ, बतासेडाँडा, देवीटार, काभ्रेभञ्ज्याङ, शङ्खु, देवीस्थान क्षेत्रहरूमा ठूला-साना वनजङ्गलहरू छन् । अल्छेचउर, धुलिखेल सामुदायिक वन अन्तर्गत पर्ने देवीस्थान जङ्गल, फस्कोट जङ्गल , भण्डारखर्क जङ्गल, ढुङ्गेखोला सामुदायिक वन, भट्टेडाँडा सामुदायि वन यी वनमा साल, चिलाउने, काफल, बाँस, उत्तीस, सल्लो, कटुस, मसला, काफल आदि रुखहरू हुन्छन् । यी रुखहरूले वनलाई हराभरा बनाएका छन् । वनजङ्गलमा बसोबास गर्ने जनावरहरूमा चितुवा, बँदेल, मृग, खरायो, लङ्गुर बाँदर, स्याल आदि छन् भने कालिज, ढुकुर, परेवा, लामपुच्छ्रे, चिल, काग, लाटोकोसेरो, भँगेरा, बकुल्ला जस्ता चराचुरुङ्गीसमेत बस्दछन् । चराहरूको आवाज रमाइलो लाग्छ । यी जनावरहरू तथा चराचुरुङ्गीहरूले वनलाई जीवन्त बनाउँछन् । वनजङ्गलले हामीलाई स्वच्छ हावा, पानी र प्राणीहरूको बसोबासको ठाउँ दिन्छ । हामीले वनजङ्गल नफाडौँ, जनावर र चराहरूलाई नमारौँ, सबैलाई जोगाऔं । हाम्रो दैनिक जीवनमा वनजङ्गलको ज्यादै महत्त्व रहेको हुन्छ ।

वनजङ्गलको फाइदा

१. **अक्सिजनको स्रोत** - वनजङ्गलले धेरै मात्रामा अक्सिजन उत्पादन गर्छन् र कार्बन डाइअक्साइड अवशोषण गर्छन् ।

२. **जैव विविधताको संरक्षण** - वनजङ्गलमा थुप्रै वन्यजन्तु, चराचुरूङ्गी, बोटबिरुवा आदिको वासस्थान हुन्छ ।

३. **माटोको संरक्षण** - वनजङ्गलले माटो कटान (भचयकष्यल० रोक्न मद्दत गर्छ ।

४. **पानी चक्रमा योगदान** - वनजङ्गलले वर्षा गराउन, भूगर्भीय पानी भर्न सहयोग पुऱ्याउँछ ।

५. **औषधीय बनस्पति** - धेरै औषधीय वनस्पति जटिबुटीहरू वनजङ्गलमै पाइन्छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उतर लेख्नुहोस ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकामा पाइने दुईओटा वनजङ्गल को नाम लेख्नुहोस् ।

ख. वनमा बस्ने तीनओटा जनावरको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकाको वनजङ्गल अन्तर्गत पाइने तीनओटा चराहरूको लेख्नुहोस् ।

घ. वनजङ्गल किन आवश्यक छ?

ङ. हामीले जङगली जनावर र चरालाई कसरी जोगाउन सक्छौं ?

च. वन जङ्गलको परिचय दिनुहोस् ।

छ. धुलिखेल नगरपालिका अन्तर्गत पाइने वनजङ्गलहरूको सूचि बनाउनुहोस् ।

ज. वनजङ्गलको पर्यटकीय महत्त्व बारे लेख्नुहोस् ।

झ. वनजङ्गल र चराचुरुङ्गीको महत्व बयान गर्नुहोस् ।

ञ. वनजङ्गल संरक्षणमा विद्यार्थीको भूमिक शीर्षकमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

धुलिखेलको जङ्गलमा पाइने एक रुख, एक जनावर र एक चराको चित्र बनाउनुहोस् ।

(उदाहरणः सालको रुख, बँदेल, चिल)

एकाइ

७

धुलिखेल नगरपालिका

परिचय

धुलिखेल नगरपालिकाको स्थापना पञ्चायत कालमा २०४३ साल फागुन ५ गते धुलिखेल नगरपञ्चायतको रुपमा भएको हो । यसको क्षेत्रफल ५४.६२ वर्ग कि.मि. रहेको छ । यहाँ क्षेत्री, ब्राह्मण, नेवार, तामाङ प्रमुख जाति रहेका छन् । यस एकाइमा धुलिखेल नगरपालिकाको एतिहासिक र भौगोलिक पक्ष बसोबास गर्ने जातजातिहरू र यहाँका साहित्यकारहरूको बारेमा अध्ययन गरिनेछ । साथै आफ्नो वडा र धुलिखेल नगरपालिकाको नक्सा बनाउने अभ्यास समेत गरिनेछ ।

सिकाई उपलब्धि

क. नगरपालिकाको संक्षिप्त इतिहास प्रस्तुत गर्न

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको क्षेत्रफल र भौगोलिक अवस्था प्रस्तुत गर्न

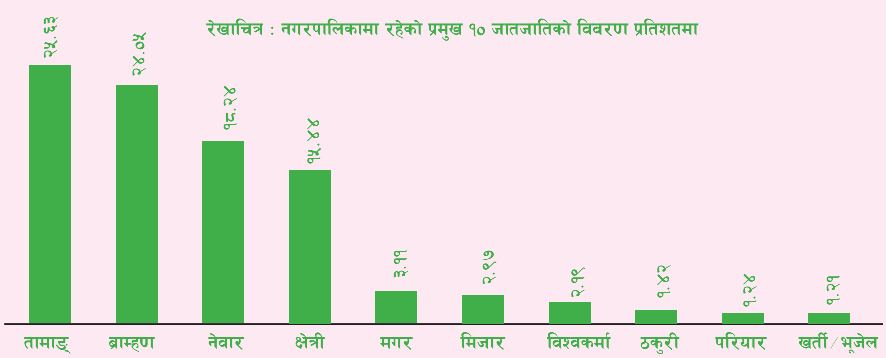
ग. आफ्नो वडाको जातिगत विवरण प्रस्तुत गर्न

घ. धुलिखेल नगरपालिकाको क्षेत्रफल र वनावटको परिचय दिन

ङ. आफ्नो वडाको नक्साङ्कन गर्न

च. काभ्रे जिल्लाको नक्सामा धुलिखेल नगरपालिका पहिचान गर्न

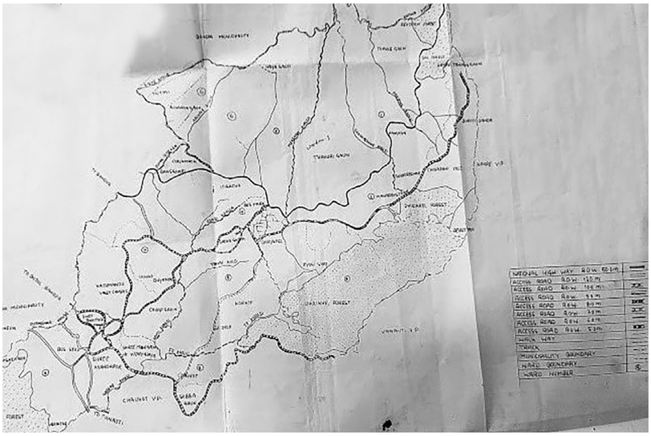
छ. धुलिखेल नगरपालिकाका साहित्यकारहरू र तिनका कृतिहरू पहिचान गर्न ।



रेखाचित्र : नगरपालिकामा रहेको प्रमुख १० जातजातिको विवरण प्रतिशतमा

पाठ १ धुलिखेलको इतिहास र भौगोलिक स्वरूप

संक्षिप्त इतिहास



धुलिखेल नगरपालिकाको पुरानो नक्सा

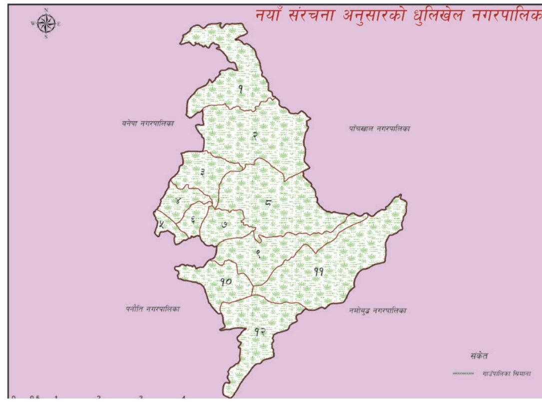
हाम्रो नगरपालिकाको नाम धुलिखेल नगरपालिका हो । यो काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा पर्दछ । यो काठमाण्डौबाट ३० कि.मि. पूर्वमा रहेको पहाडी ऐतिहासिक र पुरानो सहर धुलिखेलको नामबाट यो नगरपालिकाको नाम रहन गएको हो । धुलिखेल नगरपालिका २०४३ साल फागुन ५ गते विधिवत रुपमा घोषण भएको हो । त्यसबेलामा यसको नाम धुलिखेल नगर पञ्चायत थियो । यो घोषणा हुँदा तीनओटा

गाउँ पञ्चायत धुलिखेल, श्रीखण्डपुर र वज्रयोगिनीका सबै भूभाग तथा सुब्बागाउँ गाउँपञ्चायतको आर.टि.ओ रोडको उत्तर तर्फको भूभाग मिलाएर धुलिखेल नगर पञ्चायत बनाइएको हो । शुरूमा यो पालिकामा ९ ओटामात्र वडाहरू थिए (माथिको पहिलो नक्सा) ।

यो पालिकाका पहिलो मेयर श्री बेलप्रसाद माकजु श्रेष्ठ हुनुहुन्थ्यो । पछि २०७३ साल फागुन २७ मा सिमाङ्कन हेरफेर भयो । पहिलेकोमा रवीओपी, देवीटार, नित्यचण्डेश्वरी, पातलेखेत, शारदा बतासे र शङ्खुका केहि भूभागहरू यसमा गाभिन पुगे र वडा पनि १२ ओटा हुनगयो ।

भौगोलिक स्वरुप

धुलिखेल नगरपालिकाको हालको नक्सा

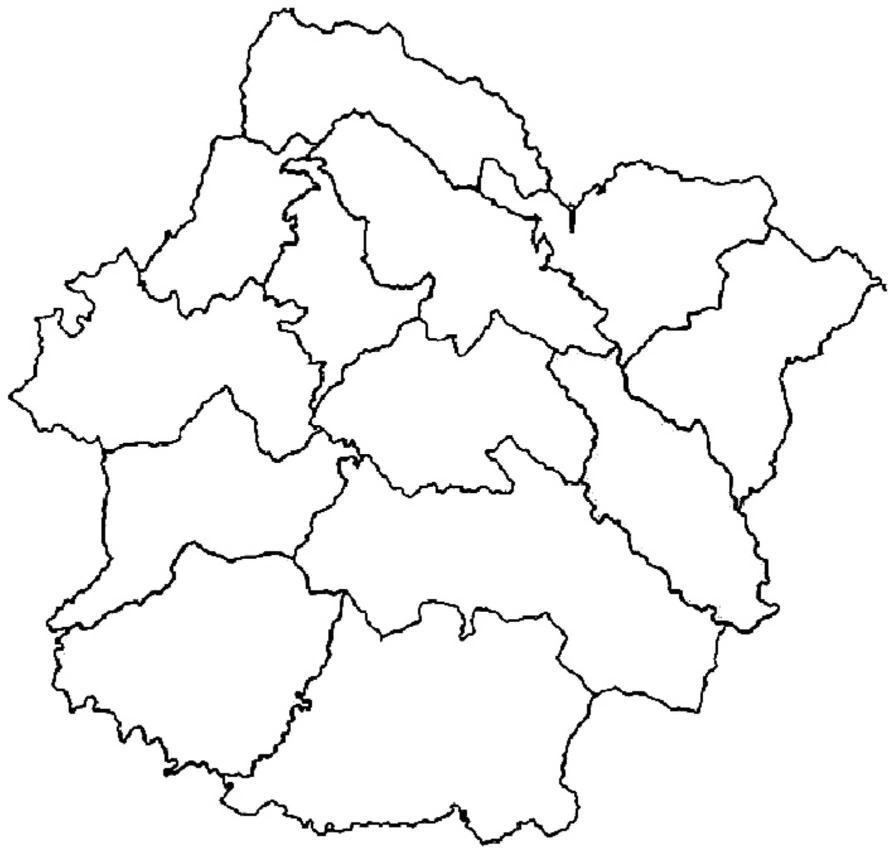


धुलिखेल नगरपालिका गर्मी हुने बेँसी देखि अति जाडो हुने उच्च पहाडी क्षेत्रसम्म रहेकोछ। यो नगरपालिका विश्व मानचित्रमा २७ डिग्री ३६ मिनेट उत्तरी अक्षांश देखि ८५ डिग्री ३३ मिनेट पूर्वी देशान्तरसम्म फैलिएको छ । यसको क्षेत्रफल करीब ५४.६२ वर्ग किलोमिटर रहेको छ। झट्ट हेर्दा कुखुराको भाले आकारको यो नगरपालिकाको पूर्वमा नमोबुद्ध नगरपालिका उत्तरमा पाँचखाल नगरपालिका पश्चिममा बनेपा नगरपालिका र दक्षिणमा पनौती नगरपालिका रहेका छन् ।

हाम्रो यो नगरपालिकामा अधिकांश पहाडी भूभाग रहेको छ भने केहि समथर भूभाग पनि छन् । यहाँ न धेरै जाडो न धेरै गर्मी हुने समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ। टार, फाँट, भिरालो पाखा यो पालिकाको प्राकृतिक बिशेषता हो। यस पालिकाको वडा नं. १, २, ३, ८ र ११ का अधिकांश भूभाग भिरालो पाखो रहेको छ भने केहि टारहरू पनि छन्। हरिया वनजङ्गल, ससाना खोल्सी, गुफा, झरना यहाका लोभ्याउने ठाउँहरू हुन्। वडा नं.४, ५, ६, ७, ९, १० र १२ का भूभाग भने धेरैजसो समथर र थोरै पाखो रहेका छन्। यी ठाउँहरू कृषिका लागि अति राम्रो मानिन्छ। नगरपालिकाको झण्डै ६० प्रतिशत जमिन कृषिका लागि प्रयोगमा आएको पाइन्छ। यहाँको तापक्रम औषतमा अधिकतम ३३ डिग्रि सेल्सियस सम्म पुग्दछ भने वार्षिक औषत वर्षा ५१९ मि.मि.सम्म भएको पाइन्छ । यहाँबाट देखिने हिमालय श्रृङ्खला र सूर्योदय हेर्नका लागि आन्तरिक र बाह्य पर्यटकको घुइँचो नै लाग्दछ । त्यसैले यहाँ पर्यटन व्यवसायको राम्रो भविष्य देखिन्छ।

क्रियाकलाप

तल दिइएको नक्सामा धुलिखेल नगरपालिका पहिचान गरी रङ भर्नुहोस् ।



अभ्यास

१. **तल दिइएका भनाइहरू ठीक भए (√)र बेठीक भए (X) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. हाल धुलिखेल नगरपालिका १२ वडामा विभाजित छ । ☐

ख. धुलिखेलको पूर्वमा पनौती नगरपालिका पर्दछ । ☐

ग. धुलखिेल नगरपालिकाको हावापानी शीतोष्ण प्रकारको छ । ☐

घ. धुलिखेल नगरपालिका २०४३ फागुन ५ मा विधिवत घोषणा भएको हो । ☐

ङ. धुलिखेल नगरपालिकामा पर्यटन व्यवसायको प्रचुर सम्भावना छ । ☐

२. **कोष्ठकमा दिएको मिल्ने विकल्प छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. पहिले धुलिखेल नगरपालिका .... ओटा वडामा विभाजित थियो । (७, ९, १२)

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको हावापानी .... प्रकारको छ। (उष्ण, शीतोष्ण, समशीतोष्ण)

ग. धुलिखेल नगरपालिकाको .... प्रतिशत भूमीमा कृषि गरिएको छ । (४०, ६०, ७०)

घ. धुलिखेल नगरपलिकाको क्षेत्रफल .... वर्ग कि. मि. छ। (५५, ६०, ७५)

ङ. धुलिखेल नगरपालिकाको धेरैजसो भूभाग .... छ । (पहाडी, समथर, उच्च शिखर)

३. **तल दिइएका प्रश्नका उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिका विधिवत रुपमा कहिले घोषणा भएको हो ?

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको छिमेकी पालिकाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकामा स्थापना कालमा कतिओटा वडाहरू थिए ?

घ. धुलिखेल नगरपालिका सुरुमा कतिओटा गाउँपञ्चायत मिलेर बनेको थियो ?

ङ. हालको धुलिखेल नगरपालिका कहिले घोषणा भएको हो ?

च. धुलिखेल नगरपालिकाको हावापानीको बारेमा लेख्नुहोस् ।

छ. धुलिखेल नगरपालिकाको क्षेत्रफल कति छ ?

ज. धुलिखेल नगरपालिकाको भौगोलिक बनावट कस्तो छ ? लेख्नुहोस् ।

झ. हाल धुलिखेल नगरपालिका कति वडामा विभाजित छ ?

परियोजना कार्य

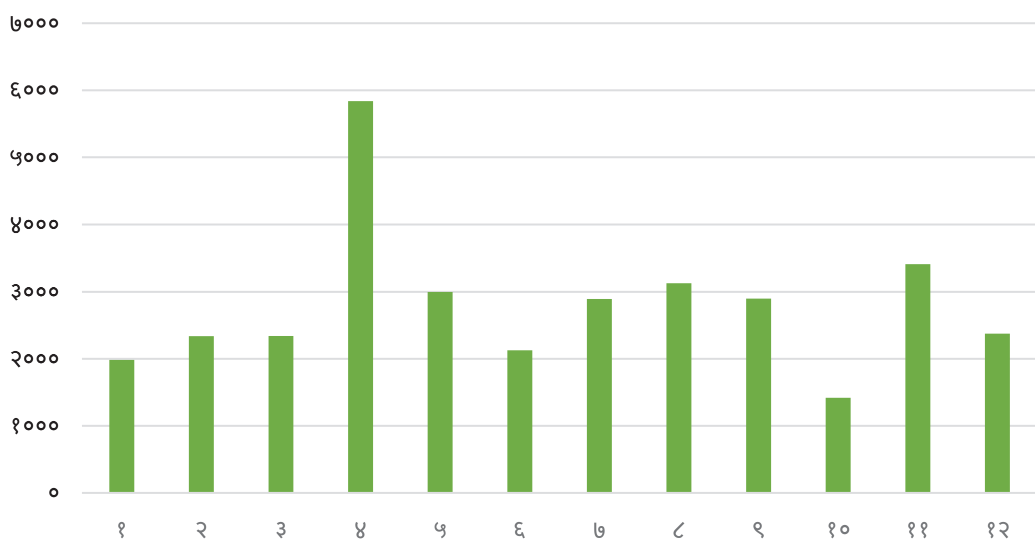
धुलिखेल नगरपालिकाको भौगोलिक बनावट अध्ययन र सोधपुछ गरी लेखेर ल्याउनुहोस् र कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।

पाठ २ धुलिखेलको जनसङ्ख्या र जातिगत विवरण

वडागत जनसङ्ख्या

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार धुलिखेल नगरपालिकाको जनसङ्ख्या ३३,७२६ रहेको छ । यो बाहेक अस्थाई रुपमा बसोबास गर्नेको सङ्ख्या पनि उतिनै रहेको पाइन्छ । १२ ओटा वडामा विभाजित यो पालिकाका ५ ओटा वडाहरू (३,४,५,६,७) सहरी क्षेत्रमा पर्दछन् भने ६ ओटा वडाहरू (२,८,९,१०,११,१२) सहरोन्मुख वडाहरू हुन् बाँकी एउटा वडा (१) भने ग्रामीण क्षेत्रमा पर्दछ ।

जनगणना २०७८ अनुसार धुलिखेल न.पा.को वडागत जनसङ्ख्या विवरण



वडा नं.	१	२	३	४	५	६	७	८	९	१०	११	१२
जनसंख्या	१९८२	२३३५	२३३६	५८३९	२९९७	२१२५	२८८९	३१२३	२८९८	१४१९	३४०७	२३७६

जातजाति

धुलिखेल नगरपालिका पनि बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसंस्कृतियुक्त नगरपालिका हो । यहाँ

विभिन्न जातजातिहरू रहेका छन् । हरेक जातिमा आफ्नै भाषा र संस्कृति पाइन्छ । जनगणना तथ्याङ्क २०७८ अनुसार प्रमुख १० जातजातिले ९५ प्रतिशत भन्दा बढी भाग ओगटेका छन । जसमा तामाङ, ब्राह्मण, नेवार, क्षेत्री, मगर, मिजार, विश्वकर्मा, ठकुरी, परियार, भुजेल रहेका छन् (पहिलो पृष्ठको ग्राफ) । यस नगरपालिकामा ३० जातजातिहरूको बसोबास रहेको पाइन्छ । यहाँ नेपाली भाषा बोल्नेहरू सबभन्दा बढी रहेका छन् । दोस्रोमा तामाङ र तेस्रोमा नेपालभाषा (नेवारी) बोल्नेहरू छन् भने सबभन्दा कम माझी भाषा र चाम्लिङ भाषा बोल्ने १०/१० जना मात्र रहेका छन् । यस नगरपालिकामा १९ भाषा बोल्नेहरू रहेका छन् । यहाँ विदेशी भाषा बोल्नेहरूको पनि बसोबास रहेको छ ।

क्रियाकलाप

निम्न तालिकालाई कापीमा उतारी आफ्ना साथीहरूको नाम, जात र भाषा सोधेर भर्नुहोस् ।

क्र.सं.	साथीको नाम	जातजाति	मातृभाषा

अभ्यास

१. **मिल्ने उत्तर छानी चिह्न(√)लगाउनुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकाको ...... वडा सहरी क्षेत्रमा पर्दछ ।

अ. ५ अ. ६

इ. ९ ई. ११

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको सबभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको वडा कुन हो ?

अ. वडा नं. १ आ. वडा नं.४

इ. वडा नं.७ ई. वडा नं. ११

ग. धुलिखेल नगरपालिकामा तामाङहरूको जनसङ्ख्या ..... प्रतिशत रहेको छ।

अ. १५.४४ आ. १८.२४

ई. २४ ई. २५.६३

घ. धुलिखेल नगरपालिकामा बसोबास गर्नेहरूले बोल्ने भाषाहरू ..... ओटा छन्।

अ. १० आ. ११

इ. १७ ई. १९

ङ. धुलिखेल नगरपालिकामा सबभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको जात कुन हो ?

अ. ब्राह्मण आ. क्षेत्री

इ. तामाङ ई. नेवार

२. **तलका पश्नहरूको उत्तर दिनुहोस्।**

क. धुलिखेल नगरपालिकाको जनसङ्ख्या कति छ ?

ख. सबभन्दा बढी र सबभन्दा कम जनसङ्ख्या भएका वडाहरू कुन कुन हुन् ?

ग. सहरोन्मुख वडा भनेको के हो ?

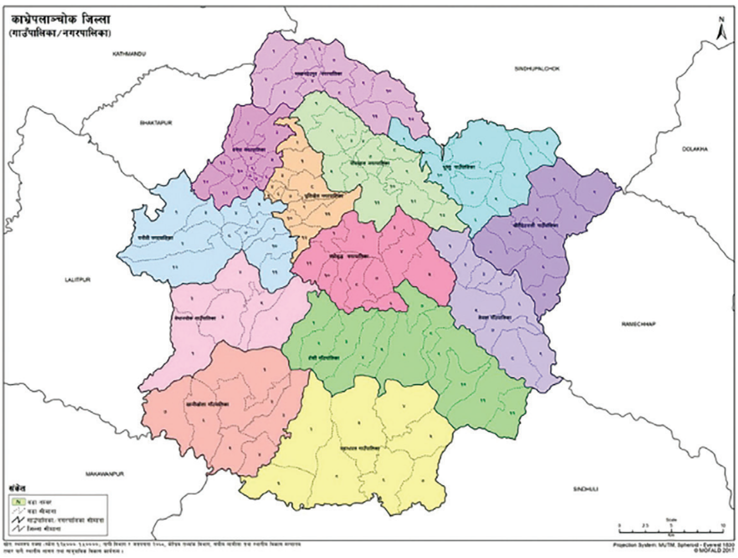
घ. धुलिखेल नगरमा कति जातजाति रहेका छन् ?

ङ. धुलिखेल नगरपालिका बहुजातीय, बहुभाषिक र बहुसांकृतिक नगरपालिका हो। यो भनाईलाई चार वाक्यमा पुष्टि गर्नुहोस्।

परियोजना कार्य

आफु बसोबास गरेको वडामा कुन कुन जातजातिहरू रहेका छन् जानकार व्यक्तिसँग सोधपुछ गरेर सुचि निर्माण गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नहोस्।

पाठ ३ नक्सा कार्य



माथिको नक्सालाई राम्रोसँग हेर्नुहोस् । पहिलो नक्सा काभ्रेपलाञ्चोक जिल्ला र दोस्रो नक्सा धुलिखेल नगरपालिकाको हो । कुनै ठाउँ वा स्थानलाई देखाउन कागजमा उतारेको आकारलाई नक्सा भनिन्छ । यसरी कागजमा कुनै स्थानको आकृति उतार्नुलाई नक्सा लेखन कार्य भनिन्छ । नक्सा बनाउँदा पहिला कुनै स्थानको वरिपरिको घेरालाई राम्ररी कापीमा उतार्नु पर्दछ अनि मात्र स्थानहरूको सङ्केत दिन सकिन्छ । यसका लागि निरन्तर अभ्यास गर्दा नक्सा निर्माण राम्रो हुन जान्छ । नक्सालाई ट्रेश गरेर पनि बनाउन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **माथि दिइएको धुलिखेल नगरपालिकाको नक्सा राम्रोसँग अध्ययन गर्नुहोस् । त्यसबाट आफू बसेको वडा पत्ता लगाउनुहोस् ।**

२. **कापीमा आफू बसेको वडाको नक्सा उतार्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **उपयुक्त विकल्प छानी खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. कुनै ठाउँलाई कागजमा......... उतार्ने कार्य नक्सा कार्य हो । (तस्विर, फोटो, आकृति)

ख. नक्सामाथि पातलो कागज राखी नक्सा उतार गर्ने ....विधि हो । (ट्रेसिङ, ग्राफिक, कार्वन कपि)

ग. नक्सामा कुनै स्थान वा वस्तु देखाउन....... प्रयोग गरिन्छ । (चिह्न, सङ्केत, छाप)

घ. कुनै स्थानको उपयुक्त नक्सा बनाउन निरन्तर.........गर्नुपर्छ । (अभ्यास, ट्रेसिङ, छपाइ)

ङ. नक्सा बनाउँदा दायाँ तर्फ..........दिशा देखाउनु पर्छ । (पूर्व, पश्चिम, उत्तर)

२ **तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. नक्सा भनेको के हो ?

ख. नक्सा निर्माण गर्ने कुनै दुई विधि लेख्नुहोस्

ग. नक्सामा सङ्केतले के जनाउँछ ?

घ. ट्रेस विधिबाट कसरी नक्सा बनाइन्छ ?

ङ. नक्सामा जङ्गल देखाउन कस्तो सङ्केत प्रयोग गरिन्छ ?

परियोजना कार्य

दिइएको काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको नक्सामा धुलिखेल नगरपालिका पत्ता लगाई रङ भर्नुहोस् ।