स्थानीय विषय

हाम्रो नगर

कक्षा ७

प्रकाशकः

धुलिखेल नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक

हाम्रो नगर - कक्षा ७

प्रकाशकः धुलिखेल नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक

पहिलो संस्करण : वि.सं. २०८२

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

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

संरक्षक : अशोक कुमार ब्याञ्जु श्रेष्ठ - नगर प्रमुख

सल्लाहकार : निराजन जङ्गम - नगर उपप्रमुख
मोहन प्रसाद मरासिनी - प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
गणेश आचार्य - सामाजिक विकास समिति संयोजक

लेखनः सानुकाजी महत, दुर्गा प्रसाद पाण्डे, रामशरण बजगाँई
रन्जित कुमार राई, श्रीराम अधिकारी, कालिका त्रिपाठी, सुन्दर लामा

संयोजन तथा सम्पादनः डिकबहादुर राई - उपसचिव (दशौँ तह)

सम्पादनः भोजकुमार ठकुरी - अधिकृत (आठौँ तह)
श्रीराम अधिकारी- विज्ञ (प्रधानाध्यापक)

ग्राफिक्स/लेआउटः दिपेन्द्र श्रेष्ठ

मुद्रणः न्यू हरिसिद्धि अफसेट प्रेस, धुलिखेल

मुद्रण प्रतिः ६०० प्रति

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 आधारभूत तहमा स्थानीय विषयको व्यवस्था गर्दै आएको देखिन्छ। यद्यपि यी सम्पूर्ण व्यवस्थाहरू व्यवहारमा कार्यान्वयन हुन सकेनन्। राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारुप २०७६ ले निर्दिष्ट गरेको सिद्धान्त तथा स्वरूपमा आधारित भई आधारभूत तह (कक्षा १-३) को एकीकृत पाठ्यक्रम २०७६ आधारभूत 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 लागू गर्नुपर्ने व्यवस्था गरेको छ। 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 एकल अधिकार क्षेत्रभित्र रहेको छ। यिनै व्यवस्था अनुरुप यस धुलिखेल नगरपालिकाले पनि आफ्नो कर्तव्य तथा दायित्त्वबोध गरी वि.सं. २०७८ मा 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' लेखन तथा सम्पादनको लागि वातावरण सिर्जना गर्नु हुने तथा निरन्तर मार्गदर्शन प्रदान गर्नुहुने नगर प्रमुख श्री अशोक कुमार ब्याञ्जु श्रेष्ठ, उप प्रमुख श्री निराजन जङ्गम, सामाजिक विकास समितिका संयोजक गणेश आचार्य तथा नगरपालिकाका निर्वाचित सम्पूर्ण पदाधिकारीहरूप्रति नगरपालिका हार्दिक आभार प्रकट गर्दछ। पाठ्यपुस्तक लेखनको लागि नेतृत्व दिनु हुने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत श्री मोहन प्रसाद मरासिनीज्यू, लेखा शाखा, सम्पत्ती व्यवस्थापन शाखाको व्यवस्थापकीय प्रक्रिया र पाठ्यपुस्तक लेखनको संयोजन तथा सम्पादन गर्ने उपसचिव श्री डिकबहादुर राई, भाषा तथा विषयवस्तु सम्पादन गर्ने श्रीराम अधिकारी, तस्विर सङ्कलन लगायत कार्यमा सहयोग पुऱ्याउने बलराम धिमाल, पवित्रा कोइराला, अशोक घिमिरे र पाठ्यपुस्तक लेखनको जिम्मेवारी लिनु हुने सानुकाजी महत, दुर्गा प्रसाद पाण्डे, रामशरण बजगाईँ, रन्जित कुमार राई, श्रीराम अधिकारी, कालिका त्रिपाठी र सुन्दर लामा तथा डिजाइनर दिपेन्द्र श्रेष्ठप्रति नगरपालिका हार्दिक धन्यवाद प्रकट गर्दछ।

बालबालिकाहरूमा आफ्नो स्थानीय क्षेत्रमा भएको भाषा, धर्म, संस्कार, संस्कृति, सम्पदा, हावापानी, ऐतिहासिक तथा पुरातात्त्विक महत्त्वका 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 अपेक्षा गरिएको छ। यसले विद्यार्थीको सिकाइमा सहयोग पुऱ्याउने एउटा महत्त्वपूर्ण र आधारभूत सामग्रीका रूपमा कक्षा क्रियाकलापबाट हुने सिकाइलाई मजबुत बनाउन सहयोग गर्ने छ भन्ने विश्वास नगरपालिकाको रहेको छ। यस पाठ्यपुस्तकलाई 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
काभ्रेपलाञ्चोक

विषयसूची

क्र.सं.	शीर्षक	पृष्ठ
एकाइ १	**हाम्रो समाज**	१
पाठ १	हाम्रो स्थानीय समाज	२
पाठ २	धुलिखेल नगरपालिकाको विगत र वर्तमान	६
पाठ ३	हाम्रो नगरको भौगोलिक र सामाजिक बनोट	११
पाठ ४	असल समाज र समूह	१६
पाठ ५	सामाजिक समस्या	२२
एकाइ २	**हाम्रो परम्परा र कला**	२७
पाठ १	हाम्रो नगरको जातीय संस्कार र संस्कृति	२८
पाठ २	हाम्रो वेशभूषा र परिकार	३३
पाठ ३	नेवाः बाजा	३७
पाठ ४	नेवाः चाडपर्व	४०
पाठ ५	धुलिखेलको कलाकृति	४४
एकाइ ३	**प्राकृतिक स्रोत**	४९
पाठ १	पिउने पानी	५०
पाठ २	धुलिखेल खानेपानी आयोजना	५४
पाठ ३	खानेपानी व्यवस्थापनमा नगरपालिकाको भूमिका	५७
पाठ ४	लोपोन्मुख र लोप भएका प्राकृतिक स्रोत	६०
एकाइ ४	**पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ**	६३
पाठ १	देवीस्थान गढीको यात्रा	६५
पाठ २	श्वेतभैरव मन्दिर	७१
पाठ ३	धुलिखेलका परम्परागत पोखरीहरू	७५

क्र.सं.	शीर्षक	पृष्ठ
पाठ ४	हाम्रो कपिलेश्वर झरना र गुफा	८०
पाठ ५	धुलिखेलको पर्यटन	८४
पाठ ६	फोहर पानी व्यवस्थापन	८७
एकाइ ५	**पेसा व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलाप**	९१
पाठ १	होमस्टे	९२
पाठ २	बेमौसमी तरकारी खेती	९५
पाठ ३	कृषि प्रणाली र मलखाद	९९
पाठ ४	करेसाबारी	१०६
पाठ ५	टनेल खेती	१०९
पाठ ६	मौरी पालन	१११
पाठ ७	लोपोन्मुख स्थानीय पेसा व्यवसाय	११४
एकाइ ६	**प्रकोप, वतावरण र हरित विद्यालय**	११७
पाठ १	विपद् जोखिम न्यूनीकरण	११८
पाठ २	हरित विद्यालय	१२२
पाठ ३	दिगो विकास	१२६
पाठ ४	हाम्रो स्रोत	१३३
एकाइ ७	**धुलिखेल नगरपालिका**	१३६
पाठ १	हाम्रो नगरको जनसङ्ख्या	१३७
पाठ २	नगरपालिकाबाट उपलब्ध हुने सेवा	१३९
पाठ ३	हाम्रो सार्वजनिक स्थल	१४२
पाठ ४	स्थानीय व्यवस्थापिका र कार्यपालिका	१४५
पाठ ५	नगरपालिकाको काम	१४८
पाठ ६	न्यायिक समिति	१५१
पाठ ७	धुलिखेलका बहुआयामिक व्यक्तित्वहरू	१५५

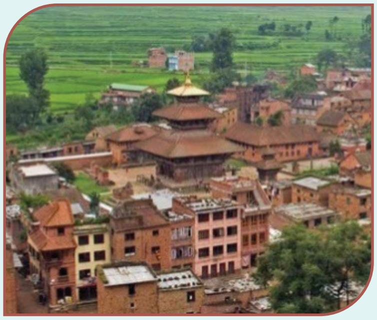
एकाइ

१

हाम्रो समाज

परिचय :

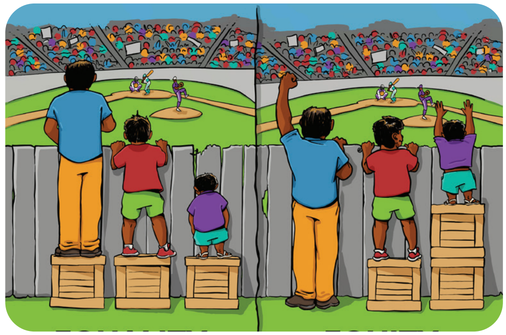
यस एकाइ अन्तर्गत कक्षा ७ मा धुलिखेल नगरपालिकाको भौगोलिक तथा सामाजिक बनोट, जनसङ्ख्या, सामाजिक समानता र भिन्नता, विगत र वर्तमानको तुलना, धुलिखेलको विकासमा पुर्खाको योगदान, सामाजिक समस्या(अन्धविश्वास र बालश्रम) जस्ता विषयहरूको बारेमा विद्यार्थीलाई छलफल, अवलोकन, अन्तरक्रिया आदि जस्ता क्रियाकलाप सञ्चालन गरी अध्ययन अध्यापन हुन्छ ।



सिकाई उपलब्धि

- ☑ स्थानीय समाजको समानता, भिन्नता र विशेष कार्य बताउन
- ☑ नगरपालिकाको सामाजिक बनोट पहिचान गर्न
- ☑ नगरपालिकाको भौगोलिक बनोट तथा जनसाङ्ख्यिक अवस्था उल्लेख गर्न
- ☑ आफू बसेको समाजको विगत र वर्तमान अवस्थाको तुलना गर्न
- ☑ असल समाज निर्माणमा पुर्खाको योगदान प्रस्तुत गर्न
- ☑ समूहगत कार्यका फाइदा र जोखिम उल्लेख गर्न
- ☑ सामाजिक समस्या (अन्धविश्वास र बालश्रम)को बारेमा बताउन ।

पाठ १ हाम्रो स्थानीय समाज



मानव सामाजिक प्राणी हो । मानिसले समाजमा बस्दा मात्र आफ्नो जीवनलाई सार्थक बनाउन सक्छ । समाज भनेको मानिसहरूको एक समूह हो जसले साझा संस्कृति, मूल्य र नियमहरू अनुशरण गर्छ । यो छरछिमेकी, परिवार, विद्यालय, गाउँ वा सहरजस्ता साना ठुला समूहहरू मिलेर बनेको हुन्छ । समाजले व्यक्तिलाई सहयोग, सहकार्य, नैतिक मूल्यमान्यता तथा भाषा, धर्म, संस्कृति र परम्पराको ज्ञान दिन्छ ।

कुनै निश्चित भौगोलिक क्षेत्रभित्र बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूको समूहलाई स्थानीय समाज भनिन्छ । हाम्रो स्थानीय समाज धुलिखेल पनि विभिन्न संस्कृतिले भरिएको, ऐतिहासिक र धार्मिक महत्त्व बोकेको समाज हो । धुलिखेलको समाज बहुसांस्कृतिक र बहुभाषिक छ । यहाँ नेवार, तामाङ, ब्राह्मण, क्षेत्री, मगर, भुजेल, दलितलगायतका विभिन्न जातजाति बसोबास गर्छन् । उनीहरूले आआफ्नो संस्कृति, भाषा र परम्परालाई जोगाइरहेका छन् । यसरी फरक फरक पृष्ठभूमिबाट आएका मानिसहरूले एउटै स्थानमा मिलेर बस्दा सामाजिक विविधता मात्र नभई सामाजिक ऐक्यबद्धता पनि प्रकट हुन्छ ।

धुलिखेलको समाजमा धेरै विशेषता छन् । यहाँका मानिसहरू मेहनती र सहयोगी स्वभावका छन् । धुलिखेलको ग्रामीण समाजको जीवनशैली कृषिमा आधारित छ । सहरी क्षेत्रमा व्यापार, व्यवसाय, शिक्षा र पर्यटनले समाजलाई नयाँ रूप दिएको छ । धुलिखेललाई धार्मिक र सांस्कृतिक दृष्टिले पनि समृद्ध समाज मानिन्छ । यहाँका मन्दिर, गुम्बा, स्तूप र ऐतिहासिक स्मारकहरूले यहाँको मौलिकता झल्काउँछन् । नेवार समुदायका चाड तथा जात्रा, तामाङहरूको ल्होसार, ब्राह्मण-क्षेत्रीहरूको दशैं-तिहार आदिले यहाँको सामाजिक जीवनलाई अझ रङ्गीन बनाएका छन् ।

हाम्रो स्थानीय समाज धुलिखेल, विविधता र एकताको सुन्दर उदाहरण हो । यहाँ फरक फरक जाति, भाषा, धर्म र संस्कृतिका मानिसहरू बिच आपसी सहयोग, मेलमिलाप र सद्भाव देखिन्छ । यही विशेषताले नै हाम्रो समाजलाई अद्वितीय र गौरवमय बनाएको छ ।

धुलिखेलमा सामाजिक समानताका लागि भएका प्रयासहरू

क) समावेशीकरण

धुलिखेल नगरपालिकाले लैङ्गिक समानता र सामाजिक समावेशीकरण रणनीति २०७९ लागु गरेको छ, जसले सबै वर्ग, जाति, लिङ्ग र समुदायलाई समावेशी बनाउने लक्ष्य राखेको छ । यस रणनीतिमा निम्न विषयहरू समेटिएका छन् :

- महिला, दलित, अपाङ्गता भएका व्यक्ति र अन्य बञ्चित समुदायको सशक्तीकरण
- समान अवसर सुनिश्चित गर्ने नीति निर्माण
- स्थानीय तहमा समावेशी प्रतिनिधित्व

ख) शिक्षा, स्वास्थ्य र गरिबी निवारण

धुलिखेलले दिगो विकास लक्ष्यअन्तर्गत शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षित खानेपानी र गरिबी निवारणमा उल्लेखनीय प्रगति गरेको छ । नगरमा सुबिधासम्पन्न धुलिखेल सामुदायिक अस्पताल, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र तथा स्वास्थ्य चौकी र धुलिखेल आयुर्वेदिक औषधालयमार्फत् नगरबासीलाई स्वास्थ्य सुबिधा उपलब्ध गराउँदै आएको छ । धुलिखेलका ९८.९९% जनता स्वास्थ्य बिमा कार्यक्रममा आबद्ध छन् । ८४% जनताको घरमा सुरक्षित खानेपानीको पहुँच पुगेको छ । नगरपालिकाले स्थानीय विद्यार्थीहरूलाई स्नातक तहसम्म निःशुल्क शिक्षाको प्रबन्ध गरेको छ । विपन्न विद्यार्थीहरू र अपाङ्गता भएका विद्यार्थीको लागि विशेष र समावेशी शिक्षा प्रदान गर्दै आइरहेको छ । गरिबी निवारण कोष स्थापना गरी सिप विकास तथा आय आर्जन कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ । महिला, दलित, युवा, आदिबासी, जनजाति, अपाङ्गता परिषद् गठन गरी कार्यक्रमहरू सञ्चालन भएका छन् । दलित परिषद्बाट आरन सुधार, बाजा वितरण, सिलाई मेसिन वितरण कार्यक्रम गरी आर्थिक असमानता कम गर्ने प्रयास गरिएको छ । महिला परिषद्बाट सिलाई बुनाई, ड्राइभिङ, बारिस्ता तथा माला बनाउने तालिम, बेमौसमी तरकारी खेती तालिममार्फत स्वरोजगार सिर्जना गर्ने र गरिबी निवारण गर्ने प्रयास गरेको छ ।

धुलिखेलका सामाजिक समानता चुनौतीहरू

- भौगोलिक अवस्थितिका कारण ग्रामीण वडामा सेवा पहुँचको असमानता कायम रहनु
- दलित र विपन्न समुदायमा उच्च शिक्षा र रोजगारीको अवसर सीमित हुनु
- न्यून रूपमा भए पनि लैङ्गिक हिंसा र सामाजिक विभेदको अवस्था विद्यमान हुनु
- अपाङ्गता भएका व्यक्तिको भौतिक पहुँच अझै अपूर्ण हुनु
- लैङ्गिक तथा जातीय विभेद पूर्ण रूपमा अन्त्य नहुनु

सामाजिक असमानता

सामाजिक असमानता भनेको समाजमा उपलब्ध अधिकार, अवसर, सुविधा, स्रोत र साधनहरूको असमान वितरण हो । यसलाई असमान व्यवहार पनि भनिन्छ । यस्तो अवस्थामा समाजमा कुनै समूहले धेरै फाइदा र विशेष अधिकार पाउँछन् भने कुनै समूह अधिकारबाट बञ्चित हुन्छन् । समाजमा व्याप्त लैङ्गिक भेदभाव, वर्गीय विभेद, धार्मिक असहिष्णुता, रङ्गभेद, जातीय भेदभाव, शैक्षिक भेदभाव, ज्यालामा गरिने भेदभाव आदि सामाजिक असमानताका उदाहरणहरू हुन् ।

सामाजिक असमानताका प्रमुख कारणहरू	सामाजिक असमानताले पार्ने नकारात्मक प्रभाव	समाधान गर्ने उपाय
❍ धनी र गरिब बिचको खाडल ❍ लैङ्गिक असमानता ❍ भौगोलिक असमानता ❍ कानुनको कार्यन्वयन हुन नसक्नु ❍ शिक्षा र चेतनाको अभाव ❍ गरिबी, बेरोजगारी ❍ अन्धविश्वास ❍ पुरुषप्रधान समाज	❍ मानव अधिकार हनन् ❍ सामाजिक द्वन्द्व, झगडा र मनमुटाव ❍ सामाजिक विकासलाई चुनौती ❍ धनी धनी र गरिब गरिब नै रहने खतरा ❍ मानसिक रोगको वृद्धि	❍ जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन ❍ गरिबी न्यूनीकरण कार्यक्रम सञ्चालन ❍ सबै प्रकारको भेदभावको अन्त्य ❍ कानुनी सजायको व्यवस्था ❍ अनिवार्य शिक्षा र रोजगारको अवसरमा वृद्धि ❍ छोरा छोरीमा समान व्यवाहार ❍ समान काम समान ज्याला

क्रियाकलाप

१. **तल दिइएका व्यवहारहरू समानता हुन् कि असमानता हुन् ? छुट्याएर कापीमा लेख्नुहोस् ।**

जातीय भेदभाव, धार्मिक सहिष्णुता, रङ्गभेद, छुवाछुत, समान कामको लागि समान ज्याला, शिक्षा र स्वास्थ्यमा सबैको समान पहुँच

२. **सामाजिक समानता कायम गर्ने उपयुक्त नारा लेखी प्लेकार्ड बनाउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. सामाजिक समानता भनेको के हो ?

ख. सामाजिक असमानताको कुनै दुई उदाहरणहरू लेख्नुहोस् ।

ग. सामाजिक समानताको महत्त्व चार बुँदामा उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. स्थानीय सरकारले सामाजिक समानता कायम गर्न र असमानता हटाउन कुन कुन कुरामा ध्यान दिनुपर्ला ? आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

ङ. सामाजिक असमानताको कारण र यसले समाजमा पार्ने नकारात्मक असरहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

च. कानुनले सबैलाई कस्तो व्यवहार गर्नुपर्छ ?

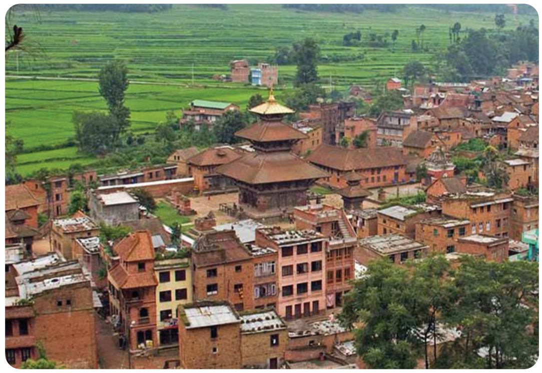
छ. तपाईँको कक्षाकोठामा समानता कायम गर्न तपाईँ र तपाईँको शिक्षकले कस्तो भूमिका निर्वाह गर्नुभएको छ ? बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. **तपाईँको समाजमा सामाजिक असमानताले निम्त्याएको कुनै घटनाको बारेमा एउटा समाचार तयार पार्नुहोस् ।**

पाठ २ धुलिखेल नगरपालिकाको विगत र वर्तमान

शिक्षक बिना पहरी र कक्षा ७ का विद्यार्थीहरूबिचको कुराकानी:



शिक्षक : शुभप्रभात भाइबहिनीहरू !

विद्यार्थीहरू : शुभप्रभात गुरुआमा !

शिक्षक : आज म तपाईँहरूलाई धुलिखेल नगरपालिकाको विगत र वर्तमानको बारेमा बताउन लागिरहेको छु । ध्यान दिएर सुन्नुहोस् है ।

विद्यार्थी : हस् गुरुआमा ।

शिक्षक: धुलिखेल नेपालको काभ्रपलाञ्चोक जिल्लामा अवस्थित एउटा सानो नगरपालिका हो । यहाँको इतिहासको अध्ययन गर्दा यो ठाउँ नेपालको काठमाडौँ-तिब्बत व्यापार मार्गमा पर्ने प्रमुख व्यापारिक केन्द्र थियो । यहाँ नेवार संस्कृति, भाषा र कलाको प्रभाव परेको पाइन्छ । यहाँका पुराना मन्दिरहरू र मूर्ति पत्थरबाट बनेका छन् । यहाँका मानिसहरूले भगवती, हरिसिद्धि, नारायण, गौखुरेश्वर, जस्ता मन्दिरहरूको निर्माण गरेका थिए ।

विद्यार्थी : त्यति बेलाका मानिसहरूको आर्थिक क्रियाकलापबारे पनि बताउनु न गुरुआमा ?

शिक्षक : यहाँका मानिसहरूको आर्थिक क्रियाकलाप कृषि, पशुपालन, व्यापार, काष्ठकला र धातुकलामा आधारित थियो । समाजमा जाति अनुसारको पेसा सम्हाल्नु यहाँको परम्परा थियो । नेवारले व्यापार, दमाईले सिलाउने जस्ता पुख्र्यौली पेसा गर्दथे । यहाँका मानिसले धान, मकै, गहुँ, आलु, फापर, जुनेलो, बोडी, भटमास, सुन्तला, कागती जस्ता कृषिबाली लगाउँथे । गाईवस्तु, भैँसी, बाख्रा, कुखुरा आदि पालेर आम्दानी गर्थे । तिब्बतसँग व्यापार गरेर नुन, ऊन र अनाजबाट फाइदा लिन्थे । नेवारी कालिगडले सुनचाँदीका गहना, माटोका भाँडा, काष्ठकलाका सामनहरू निर्माण गर्थे ।

विद्यार्थी : त्यसो भए त्यस समयमा शिक्षा र स्वास्थ्यको अवस्था कस्तो थियो त गुरुआमा ?

शिक्षक : शिक्षाको त्यति राम्रो व्यवस्था थिएन । गुरुकुल शिक्षा प्रचलनमा थियो । स्वास्थ्य सेवाको पनि त्यति राम्रो सुविधा थिएन । मानिसहरू बिरामी पर्दा झारफुक गर्न धामी झाँक्री घर आउँथे ।

देवी, देवता, भुत, प्रेत, पिचास जस्ता अदृश्य शक्तिमा मानिसको विश्वास थियो । २००७ सालपछि सञ्जीवनी माध्यमिक विद्यालयको स्थापना भएपछि यहाँ बिस्तारै अन्य विद्यालयहरू खुल्न थाले ।

विद्यार्थी : यहाँका मानिसले पहिले कस्ता कस्ता चाडपर्वहरू मनाउँथे गुरुआमा ?

शिक्षक : यहाँका मानिसले दशैं, तिहार, माघे सङ्क्रान्ति जस्ता चाडपर्व मान्दथे । नेवार समुदायमा सिथि नःखः, नवदुर्गा जात्रा, हरिसिद्धि जात्रा, भैरव जात्रा र गाईजात्रा धुमधामले मनाइन्थ्यो । यहाँ हिन्दु र बौद्ध धर्मबिच धार्मिक सहिष्णुता थियो । बौद्ध गुम्बा र यहाँका मन्दिरहरू एकताको प्रतीक थिए ।

विद्यार्थी : अनि समाजको विकासको अवस्था कस्तो थियो नि ?

शिक्षक : समाजमा महिलाको अवस्था त्यति सम्मानित थिएन । उनीहरू शिक्षाबाट बञ्चित थिए । आर्थिक रूपमा पछाडि परेका थिए । समाजमा दलित समुदायले ठूला जातिको भेदभाव सहनु पर्थ्यो । विकासका पूर्वाधारहरू बनेका थिएनन् । समाजमा बिजुली, सडक, खानेपानी, सूचना, सञ्चार जस्ता सुबिधाको अभाव थियो ।

वर्तमान समयमा धुलिखेल नगरपालिका एक समृद्ध नगरपालिकाको रूपमा स्थापित छ । यहाँ विकासका पूर्वाधार जस्तैः शिक्षा, स्वास्थ्य, खानेपानी, सूचना तथा सञ्चारको राम्रो सुबिधा छ । यस नगरपालिकाका ग्रामीण तथा सहरी इलाकामा विद्युतको राम्रो सुविधा छ । समाजमा जातीय तथा लैङ्गिक भेदभावको अन्त्य भइसकेको पाइन्छ ।

अब धुलिखेल नगरपालिकाको वर्तमान अवस्थाको लागि तलको विषयवस्तु पढ्नुहोस् है त ?

शिक्षा

सामुदायिक र संस्थागत विद्यालय गरी हालसम्म धुलिखेल नगरपालिकामा २७ ओटा सामुदायिक विद्यालय, १२ ओटा संस्थागत विद्यालय र एउटा धार्मिक विद्यालय सञ्चालनमा रहेको छ । क्याम्पस र काठमाडौं विश्वविद्यालयको स्थापनाले धुलिखेल नगरपालिकालाई नेपालभरिको उत्कृष्ट शैक्षिक गन्तव्यको रूपमा स्थापित गराएको छ ।

स्वास्थ्य

धुलिखेल नगरपालिका देशकै पहिलो स्वस्थ सहर घोषणा भएको छ । स्वास्थ्यका क्षेत्रमा यस नगरपालिकाले ठुलो फड्को मारेको छ। यहाँ रहेको देशकै उत्कृष्ट धुलिखेल सामुदायिक अस्पतालले आधुनिक स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिरहेको छ । त्यस्तै यहाँको पतञ्जली आयुर्वेदिक अस्पताल र धुलिखेल आयुर्वेदिक औषधालयले आयुर्वेदिक उपचार सेवा प्रदान गर्दै आइरहेको छ । हाल धुलिखेल नगरपालिकामा एउटा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र, छ ओटा स्वास्थ्य चौकी र तीनओटा नगर स्वास्थ्य केन्द्र सञ्चालनमा रहेका छन् । यसैगरी निजी मेडिकलहरूले पनि सीमित स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिरहेका छन् ।

पर्यटन र आर्थिक विकास

धुलिखेल पर्यटकीय सहर हो। यहाँको आर्थिक विकासमा पर्यटनको ठुलो महत्त्व रहेको छ। यहाँबाट सगरमाथा सहित २० भन्दा बढी हिमालहरूको दृश्यावलोकन गर्न सकिन्छ । यहाँका मन्दिरहरू, देवालय, गुम्बा, पाटीपौवाहरूले पनि पर्यटकलाई आकर्षित गरेका छन् । पर्यटन विकासको लागि इको टुरिजम र होमस्टेहरूले ग्रामीण पर्यटनको विकासमा थप टेवा पुऱ्याएको पाइन्छ। सुविधा सम्पन्न होटेल र लजहरूको स्थापनाले आन्तरिक तथा वाह्य पर्यटकहरूलाई चाहेजस्तो सुविधा उपलब्ध गराएका छन् । यहाँ धुलिखेल लज रिसोर्ट, हिमालयन होराइजन रिसोर्ट, मिरावेल रिसोर्ट, द्वारिका होटल, आगन्तुक होटल, हिमालय दृष्य, अरनिको होटल, दुसित थानी, होटल सारथी, धुलिखेल भिलेज रिसोर्ट आदि २० भदा बढी पर्यटकको लागि सुविधा सम्पन्न होटलहरु रहेका छन् । पर्यटन क्षेत्रको विकासको लागि धुलिखेल नगरपालिकाले पर्यटन परिषद गठन गरेको छ। यस परिषदबाट पर्यटन क्षेत्रको विकासको लागि अल्पकालिन, मध्यकालिन र दिर्घकालिन रुपमा योजना बनाइ कार्याज्वयन भइरहेको छ। धुलिखेल नगरपालिकाले यसको लागि मास्टर प्लान समेत बनाएको छ।

यातायात

यहाँका सबै वडाहरूमा कच्ची र फराकिला सडकहरूको निर्माण गरिएका छन् । कतिपय वडाका बाटो ढलान तथा पिच गरिएका छन् । विपी राजमार्ग र अरनिको राजमार्ग जस्ता राष्ट्रिय राजमार्ग छन् । धुलिखेलको विकासमा सहयोग पुऱ्याएका छन् ।

बिजुली, इन्टरनेट र सूचना प्रविधिको पनि व्यापक विस्तार र विकास भएको छ। सबैको हातहातमा मोबाइल छ। कम्प्युटर, टेलिभिजन र ल्यापटपको प्रयोगले कार्यलयहरूलाई प्रविधिमैत्री बनाएको छ।

सामाजिक सांस्कृतिक तथा आर्थिक विकास

समाजबाट छुवाछुत, जातीय भेदभाव र लैङ्गिक असमानता हट्दै गएका छन् । केही मानिसहरू रोजगारको सिलसिलामा विदेश गएका छन् । धुलिखेलमै व्यापार व्यवसाय, पर्यटन, कृषि, पशुपालन र सेवा क्षेत्रमा काम गर्ने मानिसहरूको जीवनशैली पनि उच्च स्तरको छ ।

सहरीकरण

बढ्दो सहरीकरणले यहाँको जनसङ्ख्या वृद्धि भएको छ । आवासीय आवश्यकता पूरा गर्न घरजग्गा प्लानिङ गरी घडेरीमा रुपान्तरण गर्ने कार्य तीव्र रूपमा अगाडि बढेको पाइन्छ ।

समग्रमा धुलिखेल नगरपालिकाको वर्तमान अवस्था प्रगतिशील बाटोमा अगाडि बढेको छ । वनजङ्गलको संरक्षण, वातावरण तथा सरसफाई कार्यक्रम र पार्कहरूको निर्माणले यो नगरपालिकालाई सुन्दर शान्त र विकसित नगरपालिकाको रूपमा स्थापित गरेको छ ।

अभ्यास

१. **ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिका काठमाडौँ र तिब्बत व्यापार मार्गको बिचमा पर्दछ ।

ख. प्राचीन कालमा यहाँ गुरुकुल शिक्षा प्रचलनमा थियो ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकामा अझै पनि जातीय भेदभाव व्याप्त छ ।

घ. धुलिखेलमा अरनिको र बि.पी. गरी २ ओटा राजमार्गका केही भाग पर्दछन् ।

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिका कुन जिल्लामा रहेको छ ?

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको विगतको अवस्था कस्तो थियो ? ४ बुँदामा उल्लेख गर्नुहोस् ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकासँग जोडिएका २ ओटा राजमार्गको नाम लेख्नुहोस् ।

घ. धुलिखेल नगरपालिकामा शिक्षा विकासको वर्तमान अवस्थाबारे छोटकरीमा लेख्नुहोस् ।

ङ. ५ वर्ष पहिले तपाईंको समाजको विकासको अवस्था कस्तो थियो ? हालको विकासको

अवस्थासँग तुलना गरेर लेख्नुहोस् ।

च. वर्तमान धुलिखेलको विकासका पूर्वाधार निर्माणले समाजमा आएका सकारात्मक परिवर्तनहरू बुँदागत रूपमा लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. **धुलिखेल नगरपालिको विकासमा बेलप्रसाद श्रेष्ठको योगदान शीर्षकमा एउटा छोटो प्रतिवेदन लेख्नुहोस् ।**

शीर्षकः

उद्देश्यः

विधिः

पत्ता लगाइएका तथ्य :

निष्कर्ष :

पाठ ३ हाम्रो नगरको भौगोलिक र सामाजिक बनोट

धुलिखेल ३, काभ्रेपलाञ्चोक
२०८२/०२/०२

प्यारो साथी अनुष्का,

आशा छ तिमी र तिम्रो परिवारमा सबैलाई सञ्चै होला । मलाई पनि यहाँ सञ्चै छ । अघिल्लो पत्रमा तिमीले मलाई धुलिखेलको सामाजिक र भौगोलिक बनोटको बारेमा सोधेकी रहिछौ । त्यसैले आज म यो पत्रमा सोही विषयमा लेख्दै छु ।

समाजमा रहेका सामाजिक विविधता वा फरकपनलाई सामाजिक बनोट भनिन्छ । धुलिखेल नगरपालिकाको सामाजिक बनोट विविधतापूर्ण छ । यस नगरपालिकामा विभिन्न जात, जाति, धर्म, भाषा र संस्कृतिका मानिसहरू बसोबास गर्छन् । यहाँ हिन्दु, इसाई, बौद्ध, मुस्लिम लगायत विभिन्न धर्मावलम्वीहरू रहेका छन् । त्यसैले यसलाई बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक नगरपालिका पनि भनिन्छ । यही विविधताभित्रको एकता, सहिष्णुता, सद्भाव, सहकार्य, सहयोग र समन्वय यस नगरपालिकाको विशेषता हो । यही विशेषता नै यहाँको पहिचान हो ।

धुलिखेल नगरपालिकाको मुख्य सामाजिक विशेषताहरू

१. **जातीय विविधता :** यहाँ ब्राह्मण, क्षेत्री, तामाङ, नेवार, मगर, पहरी, गुरुङ, दलित लगायत विभिन्न जातका मानिसहरू बसोबास गर्छन् । बजार क्षेत्रमा नेवार समुदायको बाहुल्य रहेको छ । विशेष गरी धुलिखेल नगरपालिका नेवार संस्कृतिको प्रमुख केन्द्र हो । अन्य जातिको जीवनशैली र संस्कृतिमा पनि धुलिखेल नगरपालिका धनी छ । यहाँ दशनामी र भुजेलको पनि आफ्नै परम्परा, रहनसहन र संस्कार रहेको छ ।

२. **सांस्कृतिक विविधता :** नेवार संस्कृति प्रमुख भएकाले विशेषतः यहाँ नेवारी समुदायका

मानिसहरूले मान्ने परम्परा र चाडपर्वहरू महत्त्वपूर्ण छन् । नेवारी समुदायमा योमरी पुन्ही, गाईजात्रा, विस्केट जात्रा जस्ता चाडपर्व धुमधामसँग मनाइन्छ ।

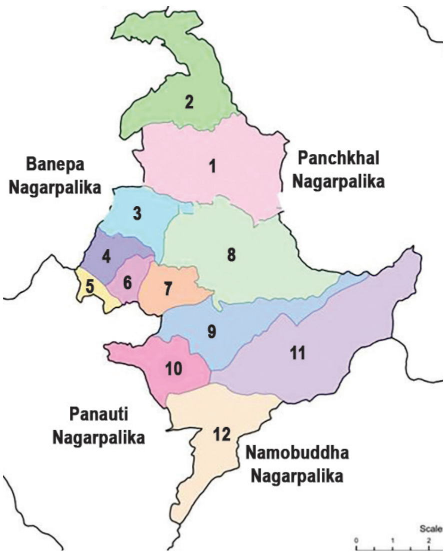
३. **भाषिक विविधता :** धुलिखेलको मुख्य भाषा नेपाली हो। यहाँ नेवारी, तामाङ, मगर, पहरी, आदि भाषाहरू बोल्ने समुदाय पनि छन् । बसाईंसराईका कारण यहाँ अन्य भाषा बोल्ने मानिसहरू पनि रहेका छन् ।

४. **धार्मिक सहिष्णुता :** यहाँ बहुसङ्ख्यक मानिसहरू हिन्दु धर्मावलम्वी भएता पनि बौद्धधर्म मान्नेको सङ्ख्या पनि धेरै छ । त्यसैगरी इसाई धर्म मान्नेहरूको सङ्ख्या पनि दिन प्रतिदिन बढ्दै गएको पाइन्छ । एक धर्मका अनुयायीहरू अर्को धर्मको धार्मिक संस्कार, परम्पराको सम्मान गर्छन् । आपसमा मिलेर चाडपर्व मनाउने र शुभकामना आदनप्रदान गर्छन् ।

५. **सामाजिक एकता :** विविधतामा एकता नै यहाँको विशेषता हो । यिनै विविधतायुक्त साझा फुलबारीमा रमेका यहाँका मानिसहरूमा "हामी" भन्ने भावना छ । विशेष गरी वि.सं.२०७८ को जनगणना अनुसार यस नगरपालिकाभित्र ३० प्रकारका जातजातिको बसोबास रहेको छ । जातजाति र धर्मको आधारमा फरक समुदायमा रहन सहन, लवाइ-खवाइ, जात्रापर्वमा पनि फरकपना रहेको छ ।

साथी अब म धुलिखेलको भौगोलिक बनोटको बारेमा लेख्दैछु ।

धुलिखेल नगरपालिका नेपालको बागमती प्रदेश काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा रहेको सानो तथा सुन्दर नगरपालिका हो । धुलिखेल जिल्लाको सदरमुकाम पनि हो । यसका अधिकांश भाग पहाडी भूभागले ढाकेको छ । यो काठमाडौँबाट ३० कि. मि. पूर्वमा रहेको छ । यो नगरपालिका २७ डिग्री ३६' र ३१ डिग्री २६' उत्तरी अक्षांश र ८५ डिग्री ३३'२१.८३" पूर्वी देशान्तरमा अवस्थित रहेको छ । यसको क्षेत्रफल ४४.६२ वर्ग कि. मि. रहेको छ ।



धुलिखेल नगरपालिकाको पूर्वमा पाँचखाल र नमोबुद्ध नगरपालिका, उत्तरमा बनेपा र पाँचखाल नगरपालिका, दक्षिणमा नमोबुद्ध र पनौती नगरपालिका र पश्चिममा बनेपा नगरपालिका रहेका छन् ।

यस नगरपालिकाको औसत तापक्रम २० डिग्री सेल्सियस रहेको छ । गर्मीमा अधिकतम ३० डिग्री र जाडोमा न्यूनतम तापक्रम ० डिग्रीसम्म हुने गरेकोछ । यहाँको अधिकांश भूभाग खेतीयोग्य छ । यहाँबाट नेपालका २० भन्दा बढी हिमालको अवलोकन गर्न सकिन्छ । त्यसैले यहाँ हिउँदको समयमा आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकको घुईंचो लाग्छ । यस नगरपालिकाको ग्रामीण भन्दा सहरी क्षेत्रको जनघनत्त्व बढी रहेको छ ।

राष्ट्रिय जनगणना २०७८ अनुसार यस नगरपालिकामा ८५७० घरपरिवाररहेका छन् भने कुल जनसङ्ख्या ३३७२६ रहेको छ । जसमा १६४६२ पुरुष र १७२६४ महिलाको सङ्ख्या रहेको छ । यस नगरपालिकाको जनघनत्व ६१३ प्रति वर्ग किलोमिटर रहेको छ भने यसमा लैङ्गिक अनुपात ९५.३५ छ ।

धुलिखेल नगरपालिकाको वडागत जनसङ्ख्या

वडाहरू	महिला सङ्ख्या	पुरुष सङ्ख्या	जम्मा
१	१०६४	९१८	१९८२
२	१२२२	१११३	२३३५
३	११७९	११५७	२३३६
४	२८५८	२९८१	५८३९
५	१५३४	१४६३	२९९७
६	१०७७	१०४८	२१२५
७	१४८४	१४०५	२८८९
८	१५८२	१५४१	३१२३
९	१४९९	१३९९	२८९८
१०	७३५	६८४	१४१९
११	१७७६	१६३१	३४०७
१२	१२५४	११२२	२३७६
कूल जम्मा	१७२६४	१६४६२	३३७२६

वडा कार्यलय रहेको स्थान :

वडा	वडा कार्यलय	वडा	वडा कार्यलय
१	देवीटार	७	नारायण स्थान
२	रविगाउँ	८	भट्टेडाँडा
३	चोलामाथ	९	काभ्रेभञ्ज्याङ
४	बखुन्डोल	१०	शारदा बतासे
५	श्रीखन्डपुर	११	पातलेखेत
६	भगवतीस्थल	१२	शङ्खुपाटीचौर

यति भन्दै म आज बिदा हुन चाहन्छु । बाँकी कुरा अर्को पत्रमा गरौँला ।

तिम्रो प्यारो साथी
प्रमिला बडाल

क्रियाकलाप

१. **स्तम्भचित्रमा धुलिखेल नगरपालिकाको बाह्रैओटा वडाको जनसङ्ख्या प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

२. **तल दिइएका जातिहरू धुलिखेल नगरपालिकाको कुन कुन ठाउँमा बसोबास गर्छन् ? समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् ।**

जाति बसोबास स्थल :..

बाहुनक्षेत्री : ....

नेवार : ....

पहरी : ....

तामाङ : ....

भुजेल : ....

३. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

क) क्षेत्रफल	२० डिग्री सेल्सियस
ख) अक्षांश	३३७२६ जना
ग) वडाको जनसङ्ख्या	५४.६२ वर्ग कि.मि.

घ) कुल जनसङ्ख्या		२७ डिग्री ३६ र ३१ डिग्री २६ उत्तरी

ङ) औसत तापक्रम		१२

अभ्यास

तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. सामाजिक बनोट भनेको के हो ?

ख. समाजमा कस्ता कस्ता विविधताहरू रहेका हुन्छन् ?

ग. तपाईंको वडाको सामाजिक बनोट कस्तो रहेको छ ? छोटो टिप्पणी तयार पार्नुहोस् ।

घ. २०७८ सालको जनगणना अनुसार धुलिखेल नगरपालिकाको कुल जनसङ्ख्या कति रहेको छ ?

ङ. ग्रामीण समाज र सहरी समाजको भिन्नतालाई तालिका बनाएर प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

च. धुलिखेल नगरपालिकासँग सिमाना जोडिएका नगरपालिकाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

छ. धुलिखेल नगरपालिका विभिन्न धर्म, संस्कृति, भाषा र जातजातिको साझा फूलबारी हो । यो भनाइलाई पुष्टि गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. तपाईंको समाज, टोल वा गाउँको जातिगत, भाषिक र धार्मिक विवरण टिपोट गरेर ल्याउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. धुलिखेल नगरपालिकाको भौगोलिक तथ्य भर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क. क्षेत्रफल :

ख. अक्षांश र देशान्तर :

ग. वडाको सङ्ख्या :

घ. कुल जनसङ्ख्या :

ङ. औसत तापक्रम :

पाठ ४ असल समाज र समूह

अनुशासित र सभ्य मानिसहरू बसोबास गर्ने ठाउँलाई असल समाज भनिन्छ । अर्को शब्दमा यसलाई सभ्य समाज पनि भन्न सकिन्छ । असल समाज निर्माण गर्नका लागि धेरै कुराको आवश्यकता पर्दछ । ती कुराहरू असल समाजका आधारभूत तत्त्वहरू हुन् । उदाहरणका लागि समानता, स्वतन्त्रता, आपसी सहयोग, मेलमिलाप, आदरसम्मान असल समाज निर्माणका आवश्यक तत्त्वहरू हुन् । त्यसैगरी यातायात, सञ्चार, खानेपानी, स्वास्थ्य, शिक्षाजस्ता पूर्वाधारहरूको विकास, रोजगारीको अवसर, कृषि, उद्योग, व्यापार तथा पर्यटनको विकास भएको समाज पनि असल समाज हो । असल समाजमा शान्ति सुरक्षाको स्थिति मजबुत हुन्छ । कुनैपनि प्रकारका सामाजिक समस्या, विकृति र कुप्रथा जस्ता बाधाहरू हुँदैनन् । सामाजिक न्याय सामाजिक एकता, आर्थिक विकास र शिक्षाको अवसरहरू प्राप्त भएको समाज असल समाज हो ।

असल समाजको आवश्यकता तथा महत्त्व धेरै हुन्छ । सभ्य नागरिकको परिचय दिन, विकास निर्माणका कार्यहरू राम्ररी सञ्चालन गर्न, सामाजिक एकता कायम गर्न, दिगो विकास गरी वातावरण जोगाउन पनि असल समाजको आवश्यकता छ । सामाजिक न्यायका लागि पनि असल समाजको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ ।

अशिक्षा, गरिबी, कुरीति, सामाजिक विभेद, शोषण दमन, असमानता, चोरी, डकैती, लागु पदार्थ दुर्व्यसनी, जातीय भेदभाव, महिला शोषण र अन्धविश्वास जस्ता तत्त्वहरूले असल समाज निर्माणमा बाधा उत्पन्न गराउँछन् । हामीले समयमै यस्ता बाधालाई चिन्न सक्यौं भने तीनको समाधान गरी असल समाज निर्माण गर्न सजिलो हुन्छ ।

समूहगत कार्य

समूहगत कार्य भनेको एक समूहका सदस्यहरूले साझा लक्ष्य प्राप्तिका लागि मिलेर गर्ने कार्य हो । यसमा व्यक्तिहरूले आआफ्नो अनुभव, ज्ञान, क्षमता, सिप र जुक्तिको प्रयोग गरी समूहको साझा उद्देश्य पूरा गर्छन् । यसका निम्नलिखित फाइदाहरू छन् :

समूहगत कार्यको फइदा

१. सामूहिक फाइदाको लागि योगदान

२. सामूहिक भावनाको विकास

३. सबैको विचारको कदर

४. समूहमा काम गर्ने बानीको विकास

५. सामूहिक सफलता, दिगो विकास, उत्पादकत्त्वमा वृद्धि

६. सामाजिक समस्याको सजिलै समाधान

समूहगत कार्यका बेफाइदा

१. दायित्त्ववोधमा अस्पष्टता

२. समन्वयको अभाव

३. समूह विवाद

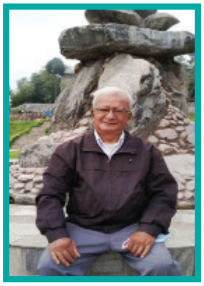
४. निर्णय प्रक्रियामा ढिलासुस्ती

५. असमान योगदान

६. परनिर्भरता

असल समाज निर्माणमा पुर्खाको योगदान

"धुलिखेल विकासका पाँच हस्ती"


बेलप्रसाद श्रेष्ठ

रामचन्द्र घिनान्जु

दुर्गाप्रसाद शास्त्री

श्रीलाल माकजु

हरिकृष्ण न्हसिजु

धुलिखेल गाउँ पञ्चायत हुँदाको समयमा यो ठाउँको कुनै विकास भएको थिएन । मद्रासी जोगी कालीबाबाको सल्लाहमा बेलप्रसाद श्रेष्ठले चन्दा सङ्कलन गरेर ल्याएको रु. १८००० (अठार हजार) र कालीबाबाको सहयोगमा धुलिखेलमा हरिसिद्धी कन्या स्कुलको स्थापना गरियो जहाँ छात्रा मात्र अध्ययन गर्न पाउँथे । त्यो समयमा यहाँ खानेपानीको चरम अभाव थियो । शौचालयको अभावमा बाहिर जतासुकै फोहर हुन्थ्यो । पानीको निहुँमा महिलाहरूमा सँधैजसो झैझगडा हुने गर्थ्यो । धुलिखेलमा बेलप्रसाद श्रेष्ठले धुलिखेल लजको स्थापना गरी यसको पहिलो तल्लामा शौचालय बनाउनु भएको थियो । सामाजिक मान्यता अनुसार घरभित्र शौचालय बनाएमा देउता रिसाउने विश्वास धुलिखेलबासीमा थियो । त्यसैले बेलप्रसाद श्रेष्ठलाई समाजका मानिसले सामाजिक बहिष्कार गरेको जस्तो व्यवहार गर्न थाले । उहाँले आफ्नो लजबाट अमेरिकनहरूसँग पैसा लिएर सेवा दिन थाल्नुभयो । उनीहरूलाई नेपाली भाषा पनि सिकाउन थाल्नुभयो । त्यसैबेला Peace corps भन्ने संस्था मार्फत उहाँलाई अमेरिकाको क्यालिफोर्निया जाने अवसर प्राप्त भयो । अमेरिकाको विकासबाट प्रभावित श्रेष्ठले धुलिखेलमा विकास गर्नाका लागि "जि टि जेट" नामक जर्मन संस्थाको सहयोगमा कलाँती भूमिडाँडाको खार्साखोलाबाट धुलिखेलमा खानेपानी ल्याउनका लागि ठूलो प्रयास गर्नुभयो । तर यसका लागि धुलिखेललाई गाउँ पञ्चायतबाट नगर पञ्चायत बनाउनुपर्ने भयो । उहाँकै पहलमा थोरै जनसङ्ख्या भएको त्यो बेलाको धुलिखेलका वरिपरिका केही भूभागहरू जोडेर दशहजार जनसङ्ख्या पुऱ्याइयो । यतिबेलासम्म धुलिखेलका मूर्धन्य व्यक्तित्वहरू शिक्षाविद् श्री दुर्गा प्रसाद शास्त्री, समाजसेवी हरिकृष्ण न्हसिजु, रामचन्द्र घिनान्जु, श्रीलाल माकजुहरूको पनि समाज विकासमा अग्रसरता बढिरहेको थियो । दुर्गाप्रसाद शास्त्रीले धुलिखेललाई नगर पञ्चायत बनाउनका लागि तत्कालीन राजालाई बिन्तीपत्र लेख्नुभयो । राजाले हुकुम भएअनुसार यिनै पाँच जनाको अग्रसरतामा धुलिखेल नगर पञ्चायतको चुनाव भयो । बेल प्रसाद श्रेष्ठ प्रधानपञ्च हुनुभयो ।

त्यसपछि धुलिखेल खानेपानी आयोजनाको निर्माण गरी धुलिखेलमा खानेपानीको समस्या समाधान गरियो । माथि उल्लेखित पाँच जनाको समूहले बिस्तारै धुलिखेलमा सडक, बिजुलीबत्ती, अस्पताल र अन्य आवश्यक पूर्वाधारको विकासका लागि अहोरात्र खटेर सबै क्षेत्रको विकास गर्नुभयो । अष्ट्रियामा रहनुभएका रामकण्ठ माकजुलाई नेपालमा बोलाएर धुलिखेल अस्पतालको निर्माण गराउन, डा.सुरेशराज शर्माको काठमाडौँ भ्याली क्याम्पसलाई धुलिखेलमा ल्याएर काठमाडौँ विश्वविद्यालय बनाउन धुलिखेल नगर पञ्चायतबाट निर्णय गरी ६० रोपनी जग्गा उपलब्ध गराउन पनि यही पाँच जनाको समूहको उल्लेखनीय भूमिका रहेको छ ।

यसरी धुलिखेल नगरपालिकाको विकासका लागि यी पाँच जनाको समूहले दाता खोज्ने, विकासको योजना बनाउने, जनशक्ति उत्पादन गर्ने र आवश्यकता अनुसारका विकास कार्य सञ्चालन गर्ने कार्यमा अहोरात्र खटेर आजको समृद्ध धुलिखेलको निर्माण गरेको पाइन्छ । उहाँहरूको योगदानको कामको उच्च मूल्याङ्कन गर्दै उहाँहरूको नाम र हरि मञ्जुश्रीको सम्पादनमा पुस्तकहरू पनि निम्नानुसार छपिएका छन् ।

- धुलिखेलका सारथी बेलप्रसाद श्रेष्ठ
- स्मृतिमा दुर्गाप्रसाद शास्त्री
- हरिकृष्ण न्हसिजु स्मृति ग्रन्थ
- समाजसेवाका सहनायक रामचन्द्र घिनान्जु
- धुलिखेलका रुपान्तरकहरू

(*स्रोत:* **हरि मञ्जुश्री** संस्थापक अध्यक्ष शब्दयात्रा प्रकाशन)

असल समाज निर्माणमा पुर्खाको योगदान महत्त्वपूर्ण हुन्छ । उनीहरूले समाजको सामाजिक मूल्य, संस्कृति, परम्परा बनाउन सहयोग गरेका हुन्छन् । उनीहरूको योगदानलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छ :

१. नैतिकता र मूल्यमान्यताको संरक्षण

२. शिक्षा र अनुभवको हस्तान्तरण

३. पाटीपौवा, धार्मिक स्थलको निर्माण

४. सामाजिक एकताको प्रवर्धन

५. संस्कृति र परम्पराको हस्तान्तरण

६. मेला, पर्व, जात्रा तथा चाडपर्वहरू मिलेर मनाउने

७. धार्मिक सहिष्णुता

८. स्थानीय प्रविधिको विकास र प्रयोग

९. सामाजिक नीति नियमको निर्माण र हस्तान्तरण

क्रियाकलाप

१. **आफ्नो समाजका विशिष्ट व्यक्तिहरूसँग सोधखोज र अन्तरक्रिया गरी असल समाज निर्माणमा पुर्खाहरूको योगदान के कस्तो रहेको छ ? लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१ **खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. असल समाजलाई .... समाज पनि भनिन्छ ।

ख. असल समाजमा शान्ति .... स्थिति मजबुत हुन्छ ।

ग. पुर्खाहरूको योगदानले सामाजिक नीति नियमको .... र हस्तान्तरण भएको हो ।

घ. समूहगत कार्यमा .... बाँडफाँड हुन्छ ।

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. असल समाज भनेको के हो ?

ख. असल समाजका चारओटा आधारहरू लेख्नुहोस् ।

ग. समाज विकास र निर्माणमा पुर्खाहरूको योगदान बारे चर्चा गर्नुहोस् ।

घ. समूहगत कार्य भनेको के हो ? यसका कुनै २ ओटा फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ. असल समाज निर्माणमा विद्यार्थीको भूमिका के के हुन सक्छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

१. **धुलिखेल नगरपालिकाको विकासमा विशिष्ट योगदान पुऱ्याउने कुनै एक व्यक्तिको योगदानको चर्चा गर्नुहोस् ।**

व्यक्तिको नामः

योगदानः

क्षेत्रः

ल्याएको परिवर्तनः

समयः

प्राप्त प्रेरणाः

२. **तपाइँको समुदायको पहिलाको विकासको अवस्थासँग अहिलेको विकासको अवस्था तुलना गरेर लेख्नुहोस् ।**

पाठ ५ सामाजिक समस्या

गोर्खापत्र राष्ट्रिय दैनिक ३० वैशाख २०८२

सम्पादकीय

अन्धविश्वास

हाम्रो समाजमा विभिन्न प्रकारका सामाजिक समस्या देख्न सकिन्छ । ती मध्ये अन्धविश्वास एक जटिल सामाजिक समस्या हो । अन्धविश्वास भनेको विज्ञान, विवेक, तर्क र तथ्यबाट टाढा रहेको अवैज्ञानिक मान्यता हो जसले मानिसलाई अज्ञानताको अँध्यारो बाटोतिर धकेल्छ । यसले व्यक्ति र समाज दुबैलाई नकारात्मक असर पार्दछ । यस्ता तर्क र प्रमाणहीन चलन नेपाली समाजमा जहिँतहीँ देख्न पाइन्छ । जसको कुनै वैज्ञानिक आधार हुँदैन । यस्ता विश्वासहरू प्रायः अज्ञानता, डर, परम्परा र पुर्खादेखिको चलन चलाउने नाममा समाजमा फैलिएर रहेका छन् । उदाहरणका लागि बिरामी हुँदा झारफुक गर्ने, कालो बिरालोले बाटो काट्दा साइत बिग्रेको ठान्ने, भुत, प्रेत, पिचाशमा विश्वास गर्ने, बोक्सीको आरोप लगाउने, बच्चालाई खाना नरुचे आँखा लाग्यो भन्ने आदि अन्धविश्वास हुन् । त्यसैगरी गाईभैंसीले दूध नदिए खुर्सानीको धुप लगाउने, बच्चा बिरामी भए बुटि बाँध्ने, गाडीमा चुरापोते र धागो झुण्ड्याउने, पसलमा खुर्सानीको झुप्पो बनाएर झुण्ड्याउने, छुवाछूत प्रथा, कुकुर रोए अनिष्ट हुन्छ भन्ने र मूर्तिमा पसिना आए राष्ट्रमा अनिष्ट हुन्छ भन्ने जस्ता समाजमा प्रचलित विश्वासहरू पनि अन्धविश्वास हुन् । यस्तो विश्वास मानिसको मानसिकतामा भएको भ्रम हो । यसबाट हामीमा नकारात्मक धारणाको विकास भई हाम्रो जीवनशैली र व्यवहारमा असर पार्दछ । अन्धविश्वास भनेको त्यस्तो विश्वास हो जसले कर्मलाई भन्दा बढी भाग्य, पूर्वजन्मको फल र अदृश्य शक्तिको खेललाई बढी मान्यता दिन्छ । अन्धविश्वास समाजमा सदियौंदेखि जरा गाडेर बसेको समस्या हो । आजको सामाजिक परिवेशमा पनि यो त्यतिकै अभ्यासरत छ । टुनामुना लगाउने, फुकाउने, भविष्यवाणी गर्ने, ग्रहदशा पन्छाउने, वीर खेल्ने, घर बाँध्ने, मन्छिने जस्ता कार्यहरू गर्ने नाउँमा कमाइ खाने चलन पनि बढेको देखिन्छ ।

सामाजिक समस्याको कारणहरू	रोकथाम र निराकरण गर्ने उपायहरू
शिक्षा र चेतनाको कमी, गलत परम्परा र संस्कृतिलाई निरन्तरता दिनु, डर र असुरक्षाको भावना, वैज्ञानिक चिन्तनको अभाव, तन्त्र मन्त्रमा विस्वास, गरिबी, कमजोर कानुन, मिथक र कथाको प्रभाव, सामाजिक अनुकरण आदि ।	शिक्षा र जनचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने, कडा कानुनको निर्माण गरी कार्यान्वयन गर्ने, गरिबी न्यूनीकरणका कार्यक्रम सञ्चालन, वैज्ञानिक चिन्तन, खोज र अनुसन्धानमा जोड, खराब परम्पराको निरन्तरतामा रोक लगाउने, तथ्य, प्रमाण र तार्किक कुराहरूको प्रचारप्रसार गर्ने, बिरामी हुँदा अस्पताल जाने आदि ।

बालश्रम

१५ वर्षसम्म उमेरका नागरिकलाई बालबालिका भनिन्छ । बालबालिकालाई शारीरिक तथा मानसिक क्षमताभन्दा बढी र जोखिमपूर्ण काम लगाउनु बालश्रम हो । उनीहरू फूलका कोपिला सरह हुन् । बालसुलभ व्यवहार पाउनु उनीहरूको अधिकार हो । तर यस्ता सुविधाबाट बञ्चित भई जिविकोपार्जनका लागि उनीहरूले गर्नुपरेको परिश्रम नै बालश्रम हो । तर यसो भन्दैमा बालबालिकाले कुनै काम गर्नु हुँदैन भन्ने होइन । उनीहरूले आफूले सकेको काममा घर, परिवार समुदायलाई सहयोग गर्नुपर्छ । यो बालबालिकाको कर्तव्य पनि हो । तर जब बालबालिकालाई उनीहरूको क्षमताभन्दा बढी काम दबाब दिएर लगाइन्छ तब समाजमा बालश्रमको समस्या उत्पन्न हुन्छ । विशेष गरी कृषि, यातायात, घरेलु कामदार, व्यापार, निर्माण कार्य, कलकारखाना, इँट्टाभट्टा, होटेल पशुपालन तथा गिट्टी कुट्ने जस्ता कार्यमा संलग्न बालबालिका बालश्रमिक हुन् । पढ्नुपर्ने उमेरमा यस्ता काम गरेर बस्नु पर्दा उनीहरू शोषणमा

पर्छन । उनीहरूमाथि शारीरिक, मानसिक र सामाजिक समस्याहरू उत्पन्न हुन्छन् । यसले बालबालिकाको बौद्धिक विकासमा बाधा पुगी भविष्य पनि अन्योलमा पर्छ । उनीहरूमा उचित सामाजिकीकरण हुन पाउँदैन । तर उनीहरूको शारीरिक तथा मानसिक विकासमा असर नपर्ने गरी बालअधिकारको संरक्षण हुने गरी

बालबालिकाको सामाजिकीकरण गर्नका लागि सिपहरू सिकाउनु, विद्यालयले जीवनोपयोगी कार्यमा संलग्न गराउनु भने बालश्रम होइन । यस्ता कामहरू त उनीहरूलाई फाइदाजनक हुन्छन् । बालश्रमको अन्त्य गर्न परिवार, समाज, विभिन्न सङ्घसंस्था र सरकार अघि सर्नुपर्छ । बालबालिका भविष्यमा राष्ट्रका लागि दह्रो खम्बा भएकाले उनीहरूको रेखदेख गर्ने कार्यमा हामी सबै सचेत हुनुपर्छ ।

बालश्रमका कारण	समाधानका उपाय
❍ गरिबी	❍ गरिबी निवारण
❍ परिवारमा मादक पदार्थ सेवन	❍ जनचेतनामूलक कार्यक्रमको सञ्चालन
❍ युद्ध	❍ अनुगमन
❍ पति पत्नीबिचको झगडा, सम्बन्ध बिच्छेद	❍ दोषीलाई कडा कानुनी कारवाही
❍ साथी सङ्गत, पढाइमा अल्छीपन	❍ अनिवार्य शिक्षा
❍ कमजोर कानुन	❍ बालअधिकारको संरक्षण
	❍ द्वन्द्व व्यवस्थापन

क्रियाकलाप

१. **नेपालको संविधान २०७२ को भाग ३ को मौलिक हक धारा ३९ मा उल्लेख भए अनुसार बालबालिकाको हक अध्ययन गरी टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

- प्रत्येक बालबालिकालाई आफ्नो पहिचान सहितको नामकरण र जन्मदर्ताको हक हुने छ ।
- कुनैपनि बालबालिकालाई कलकारखाना, खानी वा अन्य जोखिमपूर्ण काममा लगाउन पाइने छैन ।
- कुनै पनि बालबालिकालाई बाल विवाह, लागुपदार्थ ओसारपसार र अपहरण गर्न वा बन्धक बनाउन पाइने छैन ।
- उनीहरूलाई सेना, प्रहरी वा सशस्त्र समूहमा भर्ना गर्न पाइने छैन ।

- उनीहरूलाई दुर्व्यवहार, उपेक्षा वा शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य शोषण वा अनुचित प्रयोग गर्न पाइने छैन ।
- घर, विद्यालय वा अन्य स्थानमा शारीरिक तथा मानसिक यातना दिन पाइने छैन । प्रत्येक बालबालिकालाई बाल अनुकूल न्यायको हक हुने छ ।
- पीडित बालबालिकालाई पिडकबाट कानुन बमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने हक हुने छ ।

२ तपाईँले आफ्नो समुदायमा कतै बालश्रम शोषण भएको देख्नुभएको छ ? छ भने शोषणमा परेको बालबालिकालाई कस्तो असर परेको देख्नुभयो । कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।

क. अन्धविश्वास व्यक्तिको मानसिकतामा भएको भ्रम हो ।

ख. बालबालिकालाई जोखिमपूर्ण काम लगाउन बालश्रम हो ।

ग. धुलिखेलमा बालबालिकाको हितमा काम गर्ने कुनै सङ्घ संस्था छैनन् ।

घ. हामी सबै मिलेर अन्धविश्वसास हटाउनु पर्छ ।

ङ. बालश्रमको मुख्य कारण परिवारमा शान्ति र मेल हो ।

२. तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।

क. अन्धविश्वास भनेको के हो ?

ख. अन्धविश्वासद्वारा उत्पन्न हुने चारओटा समस्याहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

ग. तपाईँ बिरामी हुनुभयो भने उपचार गर्न अस्पताल जानुहुन्छ कि धामीझाँक्रीकोमा झारफुक गर्न जानुहुन्छ ? किन ?

घ. बालश्रम भनेको के हो ?

ङ. बालबालिकालाई कस्ता कस्ता काममा संलग्न गराएमा बालश्रम शोषण हुन्छ ?

च. अन्धविश्वास र बालश्रमका कारणहरू तालिका बनाएर प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

छ. बालश्रमले बालबालिकामा पर्ने दुइओटा असरहरू लेख्नुहोस् ।

ज. अन्धविश्वास र बालश्रम जस्ता सामाजिक समस्या समाधान गर्ने कुनै पाँचओटा उपायहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

झ. बालश्रम सम्बन्धी नेपालको संविधान २०७२ मा उल्लेख गरिएका कुनै तीन व्यवस्थाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

स्थानीय समुदायमा भएका अन्धविश्वासहरूको सम्बन्धमा जानकारसँग सोधेर तथा आफूले अवलोकन गरेर "मेरो समुदायमा व्याप्त अन्धविश्वास" शीर्षकमा तलको ढाँचामा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

शीर्षक :

उद्देश्य :

अध्ययनको विधि :

पत्ता लगाइएका तथ्यहरू :

सुझाव तथा निष्कर्ष :

एकाइ

२

हाम्रो परम्परा र कला

धुलिखेल नगरपालिका जातीय संस्कार र संस्कृतिमा विविधता भएको नगरपालिका हो । यहाँ विभिन्न जाति, भाषा, धर्म र संस्कृतिका मानिसहरूको बसोबास छ । यहाँ बसोबास गर्ने विभिन्न जातजातिका मानिसहरूको आफ्नो छुट्टै जातीय संस्कार र संस्कृति छ । यस्ता संस्कृति हाम्रा अमूल्य सम्पत्ति हुन् । यिनको संरक्षण गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो । यस एकाइमा नेवारी समुदायको संस्कार र संस्कृति अन्तर्गत म्हपूजा, यःमरी पुन्ही, गुँला, गठेमङ्गल आदि पर्व, नेवारी भाषा, वेशभूषा, नेवारी बाजाहरू र धुलिखेलका कलाकृति आदिको बारेमा अध्ययन गरिने छ ।

सिकाई उपलब्धि

- ☑ नेवाः संस्कार र संस्कृतिसम्बन्धी मुख्य तथ्यहरू बताउन
- ☑ म्हपूजा, यःमरी पुन्ही, गुँला पर्व, गठेमङ्गल जस्ता विशेष पर्वहरूका बारेमा बताउन र सहभागी हुन
- ☑ नेवारी वेशभूषाको परिचय र प्रयोग गर्ने तरिका प्रस्तुत गर्न
- ☑ धिमे, बाँसुरी जस्ता सांस्कृतिक बाजाको परिचय दिन र वादन गर्न
- ☑ धुलिखेलमा रहेका विभिन्न कलाकृति, मन्दिरका टुँडाल र कलात्मक झ्यालहरूको महत्त्व बताउन ।

पाठ १

हाम्रो नगरको जातीय संस्कार र संस्कृति

शिक्षकले हनुमान माध्यमिक विद्यालय, धुलिखेलका कक्षा ७ का विद्यार्थीहरूलाई धुलिखेलको जातीय संस्कार र संस्कृति विषयमा अध्ययन गर्न परियोजना कार्य दिनुभएको थियो । विद्यार्थीहरूले सो विषयमा अध्ययन गरी विभिन्न संस्कारका बारेमा प्राप्त गर्नुभएको विवरण यसरी प्रस्तुत गर्नुभयो ।

समूह "क"

प्रस्तोता : संयोग कोजु

सबैलाई नमस्कार ! आज म धुलिखेल नगरपालिकामा बसोबास गर्ने नेवाः (नेवार) समुदायको विभिन्न संस्कार र संस्कृतिसम्बन्धी हाम्रो समूहले तयार पारेको परियोजना कार्य प्रस्तुत गर्दै छु ।

नेपालको राष्ट्रिय जनगणना २०७८ का अनुसार धुलिखेलको कुल जनसङ्ख्याको १९.१% जनसङ्ख्या नेवाः (नेवार) हरूको रहेको छ । नेवार जाति संस्कार र संस्कृतिमा सम्पन्न जाति हो । यिनीहरूको आफ्नै भाषा र लिपि छ । प्रायः नेवारहरू हिन्दु र बौद्ध धर्म मान्दछन् । यिनीहरूका दर्जनौँ चाडपर्व र जात्राहरू छन् । अक्षय तृतीया, सिथिनखः, गाईजात्रा, घण्टाकर्ण, यःमरी पुन्ही, इन्द्रजात्रा, मोहनी, म्हःपूजा, कुमारी जात्रा, बिस्केट जात्रा आदि जात्रा तथा पर्वहरू नेवार समुदायमा प्रचलित छन् । कला तथा वास्तुकला, काष्ठकला, धातुकला र माटोकलामा पनि नेवार समुदाय सम्पन्न छ । मल्लकालीन कला यसको बलियो उदाहरण हो । परम्परागत सङ्गीत र नृत्यमा पनि नेवार समुदाय

अगाडि छ । धिमे बाजा, नासद्यः बाजा, गुँला बाजा, भुच्छ्या, खिं, बाँसुरी आदि नेवार समुदायका लोकबाजा हुन् । नवदुर्गा नाच, लाखेनाच, गणेशनाच, इन्द्रायणीनाच, हरिसिद्धिनाच जस्ता अनेकौं नाच नेवार समुदायका प्रसिद्ध नाच हुन् । पाक-संस्कृति (खानाका परिकार बनाउने कला) मा पनि नेवार समुदाय धनी छ । विभिन्न चाडपर्वमा यिनीहरू अनेक मौलिक परिकार बनाएर भोज खाने गर्दछन् । समयबजी, यःमरी, बारा, चतामरी, छोयला, कचिला आदि प्रसिद्ध नेवारी परिकार हुन् । यसरी नेवार जाति भाषा, धर्म, कला, संस्कृति, वेशभूषामा सम्पन्न छ । नेवार जाति कुनै एक पक्षमा मात्र नभई समग्र जीवन प्रणालीमै संस्कृति भरिएको जाति हो ।

समूह "ख"

प्रस्तोता : अस्मिता श्रेष्ठ

आदरणीय गुरु तथा साथीहरूलाई नमस्कार ! आज म हाम्रो समूहले तयार पारेको नेवार संस्कृतिअन्तर्गत भाषा, लिपि, संवत् र गुठीसम्बन्धी परियोजना कार्य प्रस्तुत गर्दछु ।

भाषा, लिपि र संवत्

धुलिखेलका नेवारहरूले नेवारी भाषा बोल्छन् । यसलाई नेपाल भाषा पनि भनिन्छ । नेपालका विभिन्न ठाउँमा बस्ने नेवारहरूले प्रयोग गर्ने यस भाषाका विभिन्न भाषिका(भाषिक भेद) रहेका छन् । राष्ट्रिय जनगणना २०७८ का अनुसार धुलिखेलका कुल जनसङ्ख्यामध्ये १८% मानिसहरू नेवारी भाषा बोल्छन् । यो भाषाको आफ्नै लिपि छ । रञ्जना, ब्राह्मी, भुजिंमोल, कुटिला, हिंमोल आदि नेपाल भाषाका लिपि हुन् । यसमध्ये नेपाल भाषामा रञ्जना लिपि बढी प्रचलित छ । नेवारहरूको छुट्टै संवत् पनि छ । नेपाल संवत्का नामले चिनिने यो संवत् शङ्खधर शाख्वाः ले वि.सं ९३६ बाट सुरु गरेका हुन् । तिहारको म्हःपूजाको दिन नेपाल संवत्को नयाँ वर्ष हो ।

गुठी संस्कृति

हाम्रो धुलिखेलमा विभिन्न गुठीहरू रहेका छन् । 'साझा जीवन, साझा जिम्मेवारी' भन्ने भावनाले धुलिखेलका नेवार समुदायमा गुठी स्थापना गरिएको पाइन्छ । कुल देवता / ईष्ट देवताको पूजा, द्योःपूजा (देवताको पूजा), जात्रा, सिंगुः (मृत्यु संस्कार) जस्ता कार्य समूहमा मिलेर गर्न यहाँको नेवार समुदायमा गुठी

परम्परा चलेको पाइन्छ । विभिन्न समूह मिलेर धार्मिक, सामाजिक वा सांस्कृतिक कार्यका लागि जग्गा तथा सम्पत्ति समेत छुट्याएर राखी गुठी स्थापना गरिएको छ ।

समूह "ग"

प्रस्तोता : कृष्ण कर्माचार्य

सबैमा नमस्कार ! आज म नेवारहरूको संस्कार र संस्कृतिअन्तर्गत जन्मदेखि मृत्युसम्मका संस्कार र संस्कृति सम्बन्धमा हाम्रो समूहले तयार पारेको परियोजना प्रस्तुत गर्दै छु ।

क. **जन्मपूर्वको संस्कार :** नेवार समुदायमा जन्मपूर्वको पहिलो संस्कारका रूपमा पुंसवन (महिलाले गर्भाधान गरेको तीन महिनामा श्रीमान्ले दही राखेर भोजन गराउने चलन) गर्ने गरिन्छ । गर्भधारणको नवौँ महिना लागेपछि सगुन स्वरूप घर तथा माइती पक्षबाट दही चिउरा खुवाउने (धौबजी नकेगु) चलन पनि छ ।

ख. **जातकर्म तथा नामकरण संस्कार :** धुलिखेलका नेवारहरू बच्चा जन्मेको ४, ६ वा ११ दिनमा न्वारन गर्दछन् । अजी (बज्यै) ले सूर्यदर्शन र सूर्यपूजनपछि घर चोख्याउन यो संस्कार गरिन्छ । बच्चाको अजी, आमाबाबु, मामा, फुपू आदिबाट बच्चाको नाम राखी छोरा भए दाँया कानमा र छोरी भए बाँया कानमा सुटुक्क भन्ने गरिन्छ । आजभोलि पुरोहित राखेर पनि न्वारन गर्ने चलन छ । यस दिन बच्चालाई घृतमधुप्राशन (घिउ र मह चटाउने) पनि गरिन्छ ।

ग. **मचा जङ्को (अन्नप्राशन) :** छोरीको पाँच वा सात महिना र छोराको छ वा आठ महिनामा अन्नप्राशन गरिन्छ । घरको मुलीले विभिन्न परिकार बनाई काँसको थालीमा राखेर खाना खुवाई अन्नप्राशन गर्ने गरिन्छ ।

घ **क्यँतापूजा (ब्रतबन्ध) :** नेवार समुदायमा ब्रह्मचर्य नियम पालनाको रूपमा उपनयन (ब्रतबन्ध) गर्ने गरिन्छ । बटुकले कपाल खौरेर पहेँलो वस्त्र धारण गरी भिक्षा माग्दै संसार भ्रमणका लगि तयार हुनुपर्छ । तपस्वी आदर्शलाई प्रतीकात्मक रूपमा पूरा गरेपछि उसलाई पारिवारिक कर्तव्य पूरा गराउन मामाले खोजेर फिर्ता ल्याउने चलन छ । धुलिखेलका नेवार समुदायका पुरोहित (राजोपाध्याय, जोशी, कर्माचार्य) ले चाहिँ दीक्षा (वैदिक मन्त्र) ग्रहण गरी ज्वना (जनै) धारण गर्ने गर्दछन् ।

ङ. **ईही (बेल विवाह) :** नेवार कन्याहरूको रजस्वला हुनुभन्दा पहिले बेललाई साक्षी राखेर सिन्दुर हाल्ने संस्कारलाई ईही भनिन्छ । बेललाई भगवान् विष्णुको प्रतीक मानेर बिहे गराएपछि नेवार कन्या सधैँ सौभाग्यवती हुन्छिन् भन्ने मान्यता नेवार समुदायमा रहेको छ ।

च. **बा:रा: तयेगु (गुफा राख्ने) :** नेवार कन्या रजस्वला हुनुभन्दा पहिले १२ दिनसम्म सूर्य र पुरुषको अनुहार हेर्न नदिई कोठामा राख्ने परम्परालाई गुफा राख्ने भनिन्छ । कन्या ७ वर्ष भएदेखिको बिजोर वर्षमा यो कर्म गरिन्छ । गुफा राखेको १२ औँ दिनमा कन्यालाई दुलहीजस्तो सिँगारेर सूर्यदर्शन गराएपछि यो कार्य सम्पन्न हुन्छ ।

छ. **विवाह संस्कार :** नेवार समुदायमा विवाहको कुरा मिलेपछि विवाह पक्का भएको जनाउन केटा पक्षबाट केटी पक्षले सुपारी र कोसेली लिने चलन छ । त्यसपछि स्वयम्बर गर्ने चलन छ । आजभोलि विवाह मण्डपमै स्वयम्बर गर्ने पनि गरिन्छ । यो समुदायमा मूलतः मागी विवाहको चलन छ ।

ज. **जङ्को :** बुढाबुढी भएपछि नेवारहरूको जङ्को गर्ने चलन छ । सुस्वास्थ्य र दीर्घायुको कामना गर्दै जङ्को गरिन्छ र बुढाबुढीबाट आशीर्वाद लिइन्छ । नेवार समुदायमा भीम रथारोहण, चन्द्र रथारोहण, देव रथारोहण, दिव्य रथारोहण र महादिव्य रथारोहण गरी पाँच किसिमका जङ्को गर्ने चलन छ ।

झ. **मृत्यु संस्कार :** नेवार समुदायमा मानिसको मृत्यु भएमा लास जलाएर अन्त्येष्टि गर्ने चलन छ । गुठीयारहरू मिलेर शवलाई घाटमा लगिन्छ । चितामा राखेपछि गुठीयार र मलामीहरूले पानी दिने चलन छ । छोरा (आजभोलि छोरी पनि) ले दागबत्ती दिएर आगो लगाई अन्त्येष्टि गरिन्छ । १३ दिनसम्म क्रियाकर्म गरिन्छ । चोखो खाने, पुराण लगाउने, पितृलाई भात दिने आदि कर्म यस बिचमा गरिन्छ । वर्ष दिनसम्म (कोहीले ४५ दिनसम्म) बरखी बार्ने चलन छ । वार्षिक तिथिअनुसार श्राद्ध गर्ने परम्परा नेवार समुदायमा रहेको छ ।

क्रियाकलाप

१. **युट्युवमा भिडियो खोजेर हेरी वा स्थानीय जान्ने व्यक्ति / अभिभावकसँग सोधेर ईही (बेल विवाह) को मुख्य क्रियाकलापहरू लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

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

क. ....नाच नेवार समुदायमा प्रचलित नाच हो । (लाखे, मारुनी, झाँक्री)

ख. .... नेपाल संवत्को नयाँ वर्ष हो । (बैशाख १ गते, म्हःपूजाको दिन, दशैंको टिकाको दिन)

ग. नेवार कन्याहरूको रजस्वला हुनुभन्दा पहिले बेलसँग गरिने विवाहलाई ....

भनिन्छ । (बाःराः तयेगु, मचा जङ्को, ईही)

घ. नेवार समुदायमा धार्मिक, सामाजिक वा सांस्कृतिक कार्य मिलेर गर्नका लागि .... स्थापना गर्ने चलन छ । (मन्दिर, मूर्ति, गुठी)

ङ. नेवारी भाषा मुख्यतया .... लिपिमा लेखिन्छ । (तामयिग, रञ्जना, देवनागरि)

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क. नेवार जातिलाई किन संस्कार र संस्कृतिमा धनी मानिन्छ ?

ख. गुठिको स्थापना किन गरिन्छ ?

ग मचा जङ्को र भीम रथारोहण जङ्कोको एउटा भिन्नता लेख्नुहोस् ।

घ. बाःराः तयेगु कर्म कसरी गरिन्छ ?

ङ. नेवारहरूको मृत्यु संस्कारबारे लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईँको समुदायमा प्रचलित संस्कारको अध्ययन गरी तल दिइएको ढाँचामा एउटा परियोजना कार्य तयार पार्नुहोस् ।

१. अध्ययनको शीर्षक

२. अध्ययनको उद्देश्य

३. अध्ययन विधि

४. अध्ययनबाट प्राप्त मुख्य तथ्यहरू

क. सकारात्मक पक्ष

ख. नकारात्मक पक्ष

५. निष्कर्ष

पाठ २

हाम्रो वेशभूषा र परिकार

कक्षा ७ का विद्यार्थीहरूलाई परियोजना कार्यअन्तर्गत एउटा अध्ययन प्रतिवेदन तयार पार्न लगाइएको थियो । उनीहरूले तयार पारेको अध्ययन प्रतिवेदन यसप्रकार रहेको छ :

१. **शीर्षक**

धुलिखेलका नेवाः वेशभूषा र परिकार

२. **परिचय**

कक्षा ७ को स्थानीय विषयअन्तर्गत हाम्रो वेशभूषा र परिकार पाठ अध्ययनका लागि गुरुले हामीलाई प्रतिवेदन तयार पार्न लगाउनुभयो । हामीलाई अभिभावकसँग सोधेर तथा इन्टरनेटबाट खोजेर धुलिखेलका नेवाः वेशभूषा र परिकारको खोजी गरी प्रतिवेदन लेख्न लगाइएको थियो । जिम्म लगाए अनुसारको प्रतिवेदन तयार गरिएको छ ।

३. **उद्देश्य**

क. धुलिखेलमा रहेका नेवाः वेशभूषाको खोजी र पहिचान गर्ने

ख. नेवाः वेशभूषा र परिकारको महत्त्व र संरक्षणका उपायहरू पत्ता लगाउने

४. **अध्ययन विधि**

खोज, सोधपुछ तथा इन्टरनेटबाट खोजी तथा अध्ययन विधि

५. **अध्ययनबाट पत्ता लागेका तथ्यहरू**

यस अध्ययनबाट पत्ता लागेका तथ्यहरू निम्न अनुसार रहेका छन् :

क. **धुलिखेलमा रहेका नेवाः वेशभूषा :** धुलिखेल जातीय तथा सांस्कृतिक विविधतायुक्त नगर हो । यहाँ बसोबास गर्ने विभिन्न जात जातिका मानिसहरूले विभिन्न अवसरमा विभिन्न पहिरन लगाउने गर्दछन् । धुलिखेलमा बस्ने नेवार समुदायको पनि आफ्नो छुट्टै पहिरन र गरगहना छन् । यसलाई नेवाः वेशभूषा भनिन्छ ।

अ. **हाकु पटासी र दौरा सुरुवाल :** हाकु पटासी नेवार महिलाहरूको मुख्य पोशाक हो। यो कालोमा रातो किनारा भएको धोती, सेतो जनी (पटुका), सेतोमा रातो किनारा भएको गाचा (सल) र पुथु लं (कालो चोलो) को सेट हो । हाकु पटासीलाई आधुनिक रूपमा कुर्था सेट, भान्ताङ (कुर्थाजस्तै नेवारी पहिरन), लेहेङ्गा र सारीमा डिजाइन गरेर लगाउने गर्दा रहेछन् । ह्वाताङ सुरुवः (कुर्था सुरुवालजस्तै पहिरन) पनि नेवार महिलाहरूले लगाउने पहिरन रहेछ । पहिले पहिले महिलाहरूले सधैँ हाकु पटासी लगाउने गरे तापनि आजभोलि धुलिखेलका विशेष जात्रा, उत्सव र पर्वहरूमा मात्र महिलाहरूले यो पोशाक लगाउँदा रहेछन् । नेवार पुरुषहरूको मौलिक पोशाक दौरा सुरुवाल, टोपी र प्वाकःलं (भोटो) हो। यो पोशाक पनि अहिले विशेष पर्वहरूमा मात्र लगाउने गर्दा रहेछन् । आधुनिक पहिरनले गर्दा अहिले नेवाःवेशभूषा सङ्कटमा परेको रहेछ ।

आ. **नेवाः गरगहना :** धुलिखेलका नेवार समुदायमा धेरै प्रकारका गरगहना पनि प्रचलनमा रहेछन् । हाकु पटासीसँग लाछा डोरी, पोते, सचिका (कपालमा लगाउने तीन खण्ड भएको रातो धागो), तायो (घाँटीमा लगाउने अण्डाकार वा आयताकार एक प्रकारको लकेट) लगाउने चलन रहेछ। यस्तै कानमा माकासीः (झुम्का), हातमा प्याखां अङ्गु (चाँदीको औँठी) र खुट्टामा कल्ली लगाउने गर्दा रहेछन् । टाउकोमा डापुसिंख (पाँच सिक्री भएको हातका औँलाजस्तो फैलिएको कपालमा लगाउने गहना) र खुट्टामा चकटी लकां / भौमचा लकां (मखमलको जुत्ता / दुलहीले लगाउने जुता) लगाउँदा रहेछन्। यसबाहेक सिंचा (सुनको सिक्रीका छेउमा चन्द्रमा वा फूलको बुट्टा भएको सिउँदोमा लगाईने गहना), लुस्वाँ (नव विवाहित दुलहीले लगाउने गहना), सत्वःतिसाः (दुलहीको जुरोमा लगाउने गहना), लुँसिन्ह (सुनको टिका) जस्ता थुप्रै गहना पनि लगाउने चलन रहेछ।

बच्चाको पास्नी गर्दा माखलिचाः लगाइदिने चलन रहेछ। छोरा मान्छेले कानमा मोती

जडेको न्हातिका लगाउने गर्दा रहेछन् । बुढाबुढीलाई जङ्कोमा पुनाय्चाः र लुँची पनि लगाइदिने चलन रहेछ ।

ख. **नेवाः परिकार :** भोज भतेर तथा जात्रा उत्सवमा नेवारहरू खानाका विभिन्न परिकारहरू बनाएर खाने गर्दछन् । धुलिखेलमा पनि मौसम अनुसारको विभिन्न खानेकुरा बनाएर नेवारी भोज गर्ने चलन रहेछ । यहाँका नेवाः परिकारमा बजी (चिउरा), बुवचा (बोडी), हाकु मुस्या (कालो भटमास), आलु तामा, खैं (अन्डा) र ला (मासु)का अनेक परिकारहरू पर्दछन् । यसैगरी यःमरी, चतामरी, लाखमरी, वः(बारा), समयबजी, छोयला, कचिला, सेकुवा, ड्याकुला, प्वाचा (भुटन), वाउँचा (साग), मेथीक्वाँ (मेथी सुप), पौंक्वाँ (लप्सी सुप), अयला (रक्सी), थौं (जाँड) आदि नेवार समुदायमा प्रचलित खाद्य परिकार हुन् ।

६. निष्कर्ष

नेवाः जाति संस्कार, संस्कृति, वेशभूषा र पाक-कलामा धनी छ । यो उनीहरूको मौलिक पहिचान हो । आधुनिक जीवनशैली अपनाउँदै जाँदा आजभोलि धुलिखेलका नेवार समुदायले आफ्नो वेशभूषा भुल्दै गएको देखिन्छ । परम्परागत सुकुल भोजको साटो पार्टी प्यालेसमा आधुनिक भोज आयोजना गर्ने चलन बढ्दै गएको छ । जसले गर्दा नयाँ पुस्ताले नेवारी परिकार बनाउन नजान्ने खतरा बढ्दै गएको देखिन्छ ।

हाम्रो वेशभूषा र परिकार हाम्रो चिनारी हो । आधुनिकताको नाममा हामीले हाम्रो मौलिक पहिचान मेट्नु हुँदैन । धुलिखेलको पर्यटनको विकासमा पनि हाम्रा वेशभूषा र परिकारले ठुलो सहयोग गर्छ । त्यसैले यसको संरक्षणमा हामी सबै लाग्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. **आफ्नो समुदायमा के कस्ता वेशभूषा प्रचलनमा छन् ? नाम सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

२. **आफ्नो घरमा र समुदायमा विशेष चाडमा बनाइने परिकारको सूची बनाउनुहोस् र बनाउने तरिकाबारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् । सम्भव भएमा एक दिन आफ्नो समुदायको मौलिक पोशाकमा विद्यालय आई शिक्षक र अभिभावकको सहयोगमा विद्यालयमा कुनै परिकार बनाई खाजा खानुहोस् ।**

अभ्यास

१. पाठका आधारमा तलका तथ्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए लेख्नुहोस् :

क. हाकुपटासी नेवारहरूको मुख्य पोशाक हो । ( )

ख. ङापुसिंख नेवार महिलाहरूले घाँटीमा लगाउने गहना हो । ( )

ग. खाप्से मुख्य नेवाः परिकार अन्तर्गत पर्दछ । ( )

घ. आधुनिकताको नाममा हामीले हाम्रा मौलिक पहिचान भुल्नु हुँदैन । ( )

ङ. नेवाः समुदायमा हरेक चाडपर्वमा मौसम अनुसारको भिन्नाभिन्नै परिकार बनाउने चलन छ । ( )

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क. नेवाः समुदायको मौलिक पहिरन कुन हो ?

ख. हाम्रा मौलिक वेशभूषा र परिकारको केकस्तो महत्त्व रहेको छ ?

ग. आधुनिक शैलीको वेशभूषा र भोजभतेरबाट हुने फाइदा र बेफाइदा लेख्नुहोस् ।

घ. धुलिखेलको पर्यटनको विकासमा हाम्रा वेशभूषा र परिकारले कसरी सहयोग गर्छ ?

ङ. धुलिखेलका नेवाः समुदायमा प्रचलित पहिरन र परिकारको सूची बनाउनुहोस् ।

पाठ ३ नेवाः बाजा

धुलिखेल, काभ्रेपलाञ्चोक
मिति : २०८२।०१।०३

प्यारी साथी प्रतीक्षा ,

ज्वज्वलपा !

म यहाँ सन्चै छु । आशा छ त्यहाँ तपाईँ पनि आराममै हुनुहुन्छ । तपाईँले तामाङ लोक बाजाबारे बताउँदै पत्र लेख्नुभएको रहेछ । पत्र पाउँदा खुसी लाग्यो । आज म तपाईँलाई नेवाः बाजा धिमे र बाँसुरीबारे बताउँदै यो पत्र लेख्दै छु ।

साथी, धुलिखेलका नेवार समुदाय जात्रा, उत्सव र पर्वहरूलाई रमाइलोसँग मनाउन विभिन्न बाजाहरू बजाउने गर्दछन् । नेवार समुदायमा परापूर्व कालदेखि विभिन्न बाजाहरू बजाउने प्रचलन छ । यस्ता बाजाहरूलाई नेवाः लोकबाजा भनिन्छ । बाँसुरी, धिमय्, धोलक/ढोलक, पछिमा, कोखीं, धाँ, डमरु, मादल, झ्याली आदि नेवारी लोकबाजा धुलिखेलमा जात्रा र पर्वहरूमा बजाउने चलन छ । आज म यो पत्रमार्फत् तपाईँलाई धिमय् (धिमे) र बाँसुरीबारे जानकारी गराउँदै छु ।

धिमे बाजा नेवाः परम्पराको प्रमुख र महत्त्वपूर्ण ताल बाजा हो । नेवाः किंवदन्ती अनुसार धिमेलाई पहिलो बाजा मानिन्छ । त्यसकारण धिमेलाई नेवाः समाजमा नासःद्यः (नाट्यश्वर) को रूपमा लिने गरिन्छ । साथी, अब म धिमेको बनोटबारे बताउँछु । धिमेमा काठ वा पित्तलको सिलिन्डरजस्तो गोलाकार भाग (धिक्का) यसलाई दाँयाबाँया बाख्राको छालाले मोरेको हुन्छ र गोरुको छालाको तनाले कसेको हुन्छ । सानो धिमेलाई कछिन धिमे र ठुलोलाई म्हा धिमे भनिन्छ । धिमेको दाँया भागलाई नासः र बाँया भागलाई मांखा भनिन्छ । धिमेको बाँया भाग (मांखा) मा भित्रबाट मसला राखिएको हुन्छ । यो भागतर्फ हातले ठोकेर बजाइन्छ । दाँया भागपट्टि भने पौँ कठ्ठी (सानो घुमाउरो बेतको लट्ठी) ले ठोकेर बजाइन्छ ।

साथी, धिमे बजाउँदा दाँयापट्टि पौँ कठ्ठीले बजाउँदा ‘ता’ र ‘ना’ आवाज निस्कन्छ । बाँयापट्टि हातले बजाउँदा ‘घुँ’ र ‘खौं’ आवाज निस्कन्छ । दाँयाबाँया दुबैतिर सँगै बजाउँदा ’ध्यां’ आवाज बन्दछ । धिमेका आधारभूत बोलमा चल्ती र गौर पर्दछन् । चल्ती बोल ***ता खोता ध्यां ध्यां तता खोता ध्यां ध्यां*** गरी बजाइन्छ । गौर बोलमा ***ता ध्यां ना ध्यां खो....ता*** ताल बजाइन्छ ।

साथी, धुलिखेलका नेवार समुदायमा बाँसुरी पनि निकै प्रचलित छ नि । बाँसुरी फुकेर बजाइने लोकबाजा हो । मालिङ्गो बाँसबाट बनाइने बाँसुरीमा सात ओटा प्वाल बनाइएको हुन्छ । एउटा प्वालबाट फुक्दै बजाइने यो बाजाका बाँकी ६ ओटा प्वालमा औँला चालेर सुर दिइन्छ । ककुवय (काठलाई मुरलीजस्तो प्वाल पारेर बनाइएको बाजा) र धुलिखेलमा जात्रा तथा पर्वहरूमा समूहमा मिलेर बाँसुरी, खिँ बाजा(मादल) बजाउँदै बजार परिक्रमा गर्ने चलन छ । साथी, यसपटक बिस्काः जात्रामा तपाईँ धुलिखेल आउनुहोस् अनि हामी दुबैजना धिमे र बाँसुरीको तालमा नाचेर रमाइलो गरौँला ।

उही तपाईँको प्रिय मित्र
आकाश व्याञ्जु

क्रियाकलाप

युट्युबमा भिडियो खोजेर नेवाः लोकबाजा बजाएको श्रव्यदृश्य हेर्नुहोस् र ती बाजाको महत्त्वबारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **पाठका आधारमा तलका तथ्यहरू ठिक भए ठिक र बेठिक भए लेख्नुहोस् :**

क. धिमे नेवार समुदायमा प्रचलित मुख्य सुरबाजा हो । ( )

ख. धिमेको बाँयातर्फ पौँकठ्ठीले ठोकेर बजाइन्छ । ( )

ग. बाँसुरी फुकेर बजाइने लोकबाजा हो । ( )

घ. धुलिखेलमा मृत्यु संस्कारमा बाँसुरी बजाइन्छ । ( )

ङ. धिमेको गोलाकार भागलाई धिक्का भनिन्छ । ( )

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क. धिमेका विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

ख. धिमेका प्रकारहरू के के हुन् ?

ग. धिमेको दाँया र बाँया भागबाट कस्तो आवाज निस्कन्छ ?

घ. बाँसुरी बजाउँदा हातका औँलालाई किन चाल्नुपर्छ ?

सिर्जनात्मक कार्य

धिमे र बाँसुरी वादन गरी विद्यालयको कार्यक्रममा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ४ नेवा: चाडपर्व

धुलिखेलका नेवाः समुदायले प्राचीन कालदेखि नै प्रचलनमा रहेका थुप्रै चाडपर्व भव्य रूपमा मनाउँदै आएका छन् । आफ्ना पुर्खाले यहाँको माटो, हावापानी, कृषिकर्म, धार्मिक सामाजिक मान्यता आदि दृष्टिकोणबाट महत्त्वपूर्ण रूपमा मनाउँदै आएका चाडपर्व हाल पनि प्रचलनमा छन् । यस्ता चाडपर्व रमाइलो गर्ने र मिठो खाने उद्देश्यले मात्र मनाइँदैन, आफ्ना संस्कार र संस्कृति भावी पुस्तालाई सिकाउने उद्देश्यले पनि मनाइन्छ । साथै यी चाडपर्वले घरआँगन तथा पानीका मुहानहरू सफासुग्घर राख्न, प्रकृतिको पूजा गर्न पनि सिकाएको छ । नेवाः पर्व अनुसार बन्ने विविध परिकारको पनि छुट्टै विशेषता छ । वैज्ञानिक रूपमा स्वास्थ्यप्रद यस्ता परिकार बनाउने कला सिकाउन पनि धुलिखेलका नेवाः चाडपर्व सक्षम छन् ।

भनिन्छ, नेवाः समुदायमा ३६५ दिनमा ३६६ चाडपर्व पर्दछन् । धुलिखेलमा अक्षय तृतीया, आमाको मुख हेर्ने औँसी, सिथि नखः, गुरु पुन्हि, गुँला पर्व, गथांमुग चतुर्दशी, नागपञ्चमी, सापारु, बाबुको मुख हेर्ने औँसी, दशैँ (मोहनी), स्वन्ती (तिहार), यःमरी पुन्हि, घ्यो चाकु संल्हु (माघे सङ्क्रान्ति), सिला चऱ्हे (शिवरात्री) जस्ता थुप्रै चाडहरू मनाइन्छन् । यीमध्ये यहाँ म्हःपूजा, यःमरी पुन्हि, गथांमुगः र गुँला पर्वको बारेमा चर्चा गरिएको छ ।

क. गथांमुगः (गठेमङ्गल / घण्टाकर्ण)

धुलिखेलमा हरेक वर्ष साउन कृष्ण चतुर्दशीका दिन यो पर्व मनाइन्छ । यो पर्वलाई नेवार समुदायले गथांमुग चतुर्दशी वा घण्टाकर्ण भन्दछन् । नेवार समुदायले बर्खामा खेतीपाती र रोपाइँको काम सकेपछि मनाउने यो पहिलो चाड हो । यसपछि अरू चाड लहरै आउँछन् । यस दिन बिहानै घर लिपपोत गरेर चोखो बनाइन्छ । किंवदन्ती अनुसार यस पर्वमा गथांमुग नामको नरभक्षी राक्षस मारिएको सम्झनास्वरूप हरियो नर्कट वा निगालो, छ्वाली वा परालबाट तीनखुट्टे राक्षसको प्रतीक बनाई दोबाटो वा चौबाटोमा उभ्याइने गरिन्छ । भूतप्रेतले दुःख नदियोस् भनेर यो दिन गथांमुगःमा छुवाएर फलाम पित्तल वा तामाको

औँठी पनि लगाउने चलन छ । साँझपख गथांमुगःलाई आगो लगाएर जलाइन्छ । अर्को लोकोक्ति अनुसार एउटा व्यक्ति देवताको नाम सुन्नुपर्ला भनी कानमा घण्ट झुन्ड्याएर हिँड्थ्यो । ऊ गरिबहरूप्रति सहानुभूति राख्थ्यो । एकदिन उसको मृत्यु भयो र टोलका मानिसहरूले मिलेर पैसा उठाई उसको सद्गत गरियो । यसैका सम्झनामा घण्टाकर्ण जलाएर यो पर्व मनाउन थालिएको भन्ने पनि भनाइ छ । त्यसैले यो दिन बाटो छेकेर टोलमा पैसा उठाउने पनि गर्दछन् । यस पर्वलाई कतै घण्टाकर्ण पोलेको / भूत पोलेको पनि भन्छन् । यो दिन भूत पोलेपछि साँझमा आफूले बनाएका परिकारहरू भूतलाई पन्छाएर राखी परिवारका सबै सदस्यहरू बसेर भोज खाने चलन छ । काम र रोपाइँको थकान मेटाउन र विभिन्न परिकार खाई शरीरमा स्फूर्ति भर्न यो पर्व मनाउने गरिएको पाइन्छ ।

ख. गुँला पर्व

यो पर्व धुलिखेलमा बौद्धमार्गी नेवार समुदायले मनाउने गर्दछन् । यो पर्व श्रावण शुक्ल प्रतिपदा (पारू) देखि भाद्र शुक्ल प्रतिपदासम्म एक महिना मनाइन्छ । यो पर्वमा भक्तजनहरू बिहान सबेरै स्नान गरेर पवित्र भई परम्परागत बाजा बजाउँदै र स्तोत्र पाठ गर्दै स्तूप, चैत्य र गुम्बाको परिक्रमा गर्दछन् । यो पर्वमा नौ किसिमका बाजा बजाउँदै नगर परिक्रमा गर्ने गरिन्छ । विशेषगरी न्याकु बाजा (राँगाको सिङको बाजा) फुक्ने गरिन्छ । यो बाजा फुकेमा दिवङ्गत व्यक्तिको आत्माले मोक्ष प्राप्त गर्ने जनविश्वास नेवार समुदायमा रहेको पाइन्छ । यस पर्वमा एक वर्षभित्र दिवङ्गत भएका आफन्तको मोक्ष प्राप्ति होस् भन्ने कामना गर्दै परिवारजनले महिना दिनसम्म बौद्ध विहार र चैत्यको परिक्रमा गर्ने गर्दछन् । मृतक आफन्तको मुक्तिको कामना गर्दै यस पर्वमा चैत्य, बिहार तथा मठहरूमा दीप प्रज्ज्वलन गर्ने, ध्यान गर्ने तथा दुःखीहरूलाई दान दिएर सेवा गर्ने पनि चलन छ । यो पर्वमा पहिले पहिले महिनाभर एक छाक खाई उपवास बस्ने (माय् अप्सं) चलन पनि थियो ।

ग. म्हःपूजा

धुलिखेलका नेवाः समुदायले म्हःपूजालाई नयाँ वर्षको रूपमा मनाउने चलन छ । यो पर्व नेपाल संवत् अनुसार कछलाथ्व पारु (कार्तिक शुक्ल प्रतिपदा) का दिनमा पर्दछ । यो पर्वलाई आफ्नै शरीर पूजा गर्ने पर्वका रूपमा लिइन्छ ।

म्हःपूजाको दिन बिहान स्नान गरी घरआँगन सफा सुग्घर गरिन्छ । म्हःपूजा गर्ने ठाउँमा गोबर माटोले लिपेर घरका सबै सदस्यहरूका लागि छुट्टाछुट्टै मरङ्ग (मण्डप) बनाइन्छ । सुरुमा जलले अनि

चामलको पिठोबाट मण्डपको घेरा बनाइन्छ। यसको भित्र धानको लावा वरिपरि सजाइन्छ । लावाको भित्र धान र धानभन्दा भित्र भटमास राखिन्छ । भटमासभित्र मास, मासभित्र चामल र सबैभन्दा भित्र तेलको मण्डप बनाइन्छ। मण्डपमाथि बिमिरो, ओखर, कटुस, जजङ्का (यज्ञोपवित) राखी पूजा गरिन्छ। घरको मुली आमाले सुकुन्दाको पूजा गरी सबै मण्डप पूजा गरिन्छ। सबैलाई सगुन दिइन्छ। त्यसपछि मण्डप माथि खेलुःइता (कपडाबाट बनाइएको बत्ती) बालिन्छ । म्हःपूजा गर्नेले पूर्व

वा पश्चिम फर्केर मण्डपको पूजा गरी माना वा पाथीबाट फूल खन्याई आफ्नो पूजा गर्छन् । पूजा गरिसकेपछि घरको मूली आमाबाट सगुन लिने गरिन्छ। आफ्नो शरीरको विधिपूर्वक पूजा गरे वर्षभरि शरीरमा चोट नलाग्ने, बिरामी नहुने र सुखशान्ति प्राप्त हुने कामना गरिन्छ। म्हःपूजा परिवारका सबै सदस्य एकै ठाउँमा भेला भएर गरिने सामूहिक पूजा हो ।

घ. यःमरी पुन्हि

धुलिखेलमा यो पर्व मंसिर शुक्ल पूर्णिमा (थिंला पुन्हि)/धान्य पूर्णिमाको दिनमा मनाइन्छ । यो दिन धुलिखेलका नेवार समुदायले विशेष प्रकारको परिकार (यःमरी) बनाएर खाने गर्दछन्। यःमरीलाई पञ्चतत्त्वका रूपमा लिने गरिन्छ। यसमा प्रयोग हुने चामलको पिठोलाई धरती, पानीलाई जल, चाकुलाई तेज, तिललाई वायु र खाली ठाउँलाई आकाशको रूपमा लिइन्छ। यःमरी बनाउँदा चामलको पिठोलाई तातो पानीमा मुछेर डल्लो बनाई एक छेउ चुच्चो हुनेगरी खाल्डो बनाइन्छ । यसभित्र चाकु, तिल,

खुवा राखेर बन्द गरी अण्डाकार यःमरी बनाइन्छ र विशेष भाँडामा राखेर पानीको बाफबाट पकाइन्छ। यःमरी पुन्हिको दिन बिहानै घर लिपपोत गरी नुहाएर चोखो भई यःमरी पकाइन्छ। अन्न राखिएको भकारी, भण्डारमा यःमरी लगायत लक्ष्मी, गणेश, कुबेर, नाङ्लो, कुचो, सुकुन्दा आदि राखेर पूजा गर्ने गरिन्छ। यसो गरेमा धनधान्यले भरिपूर्ण हुने जनविश्वास रहेको छ। यो दिन नेवारी गीत 'त्यःछिं त्यः वकछीं त्यः लातापाता कुलेंजाँ जुछिंत्यः । यःमरी च्वामु उकी दुने हाकु, ब्युसा माकु मब्युसा फाकु ।

ब्युसाल्यासे मब्युस बुढी कुटी ।' गाउँदै यःमरी माग्न जाने चलन पनि छ । यो चलन धनका देवता कुबेरले दरिद्रको भेषमा महाजन सुचन्द्रको घरमा परीक्षा लिन गएको किंवदन्तीसँग सम्बन्धित छ ।

क्रियाकलाप

आफ्नो समुदायमा मनाइने कुनै चाडपर्वको बारेमा बताउँदै साथीलाई चिठी लेख्नुहोस् र उक्त चिठी कक्षामा पढेर सुनाउनुहोस् ।

अभ्यास

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

क. धुलिखेलका नेवाः समुदायले मनाउने चाडपर्वले नयाँ पुस्तालाई .... सिकाएको छ । (फजुल खर्च गर्न, संस्कार र संस्कृति, विकृति)

ख. धुलिखेलका .... नेवारहरूले गुँला पर्व मनाउँछन् । (इसाई, हिन्दु, बौद्धमार्गी)

ग. धान्य पूर्णिमाका दिनमा धुलिखेलका नेवार समुदायले .... बनाएर खाने चलन छ । (क्वाँटी, यःमरी, मःमः)

घ. गथांमुगः लाई .... पनि भनिन्छ । (यःमरी पुन्हि, सिथिः नख, घण्टाकर्ण)

ङ. गुँला पर्वमा बजाइने विशेष बाजालाई .... भनिन्छ । (न्याकु बाजा, धिमे बाजा, डमरू)

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क. धुलिखेलका नेवाः समुदायले मनाउने चाडपर्वको सूची तयार पार्नुहोस् ।

ख. गठेमङ्गल र म्हः पूजाका मुख्य विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेलका नेवाः समुदयले मान्ने अन्य पर्व र गुँला पर्वमा के भिन्नता छ ? कुनै दुई भिन्नता लेख्नुहोस् ।

घ. यःमरी पुन्हिमा गरिने मुख्य क्रियाकलाप लेख्नुहोस् ।

ङ. हामीले हाम्रा चाडपर्व किन जोगाउनु पर्छ ?

परियोजना कार्य

धुलिखेलमा पहिले प्रचलनमा रहेका कतिपय चाडपर्व अहिले हराउँदै गएका छन् यसका सम्भावित कारणहरूको खोजी गरी संरक्षणका उपायहरू समेत समेटेर एउटा समाचार तयार पार्नुहोस् ।

पाठ ५

धुलिखेलको कलाकृति

धुलिखेल प्राकृतिक रूपमा मात्र नभई कलाकृतिमा पनि धनी नगर हो । यहाँका ऐतिहासिक, धार्मिक, सांस्कृतिक सम्पदा तथा पुराना घरआँगनमा रहेका कलात्मक मूर्ति, कलात्मक झ्यालढोका, टुँडाल आदिले कलाकृतिको जिउँदो उदाहरण प्रस्तुत गरेको छ । यहाँ इतिहास, धर्म, संस्कृति र जनजीवनसँग जोडिएका थुप्रै कलाकृतिहरू पाइन्छन् । यी कला केवल सौन्दर्यका लागि मात्र नभई धार्मिक आस्था, ऐतिहासिक महत्त्व र सामाजिक जीवनका चिनारी हुन् ।

कलाका ६४ प्रकारहरू हुन्छन् । तीमध्ये धुलिखेलका कलाकृतिलाई मुख्य रूपमा मूर्तिकला, चित्रकला, वास्तुकला, धातुकला, काष्ठकला, हस्तकला, नृत्य तथा सङ्गीतकला, नाट्यकला आदिमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ ।

१. वास्तुकला

घर, मन्दिर, दरबार, स्तुप, चैत्य आदि संरचना बनाउने कला नै वास्तुकला हो । धुलिखेलमा मुख्य रूपमा प्यागोडा शैली, शिखर शैली, स्तूप शैली र आधुनिक शैलीका संरचनाहरू देख्न सकिन्छ ।

क) प्यागोडा शैली

धुलिखेलका शेष नारायण मन्दिर, हरिसिद्धि मन्दिर, भगवती मन्दिर, लङ्खनामाई मन्दिर, श्रीखण्डपुरको श्वेत भैरव मन्दिर आदि प्यागोडा शैलीमा बनेका मन्दिर हुन् । यस्ता मन्दिरहरूमा बिचको भाग खोक्रो (खाली) हुन्छ र छाना तह तह परेका हुन्छन् । मन्दिरको टुप्पोमा गजुर राखिएको हुन्छ । यी मन्दिरहरूको छाना झिँगटी वा धातुबाट छाइएका छन् । मन्दिरको गारो बुट्टेदार काठ र इँटाको संयोजनबाट बनाइएका छन् । मन्दिरमा विभिन्न देवदेवीका अनेक मुद्राका आकर्षक मूर्ति कुँदिएका टुँडालहरूको प्रयोग गरिएको छ । मन्दिरको मूल ढोकामाथि भैरव, गणेश, भवानी आदि देवीदेवताका मूर्ति कुँदिएका अर्धचन्द्राकार तोरणले मन्दिरलाई थप कलात्मक बनाएका छन् ।

श्वेत भैरव मन्दिरका टुँडाल

ख) शिखर शैली

धुलिखेलको वकु टोलको (वकु गन्द्य) वकु गणेश मन्दिर शिखर शैलीमा बनाइएको छ । यो मन्दिर तला तलाको छाना नबनाई त्रिभुजजस्तो माथितिर चुलिँदै गएको (हेर्दा शिखरजस्तो देखिने) शिखर शैलीको मन्दिर हो ।

ग) स्तूप शैली

बौद्ध परम्पराअनुसार तल फुकेको र माथि साँघुरो हुँदै गएको शैली स्तूप शैली हो । धुलिखेलको वडा नं ५ श्रीखण्डपुरको चैत्य स्तूप शैलीमा बनेको संरचना हो ।

घ) आधुनिक वास्तुकला

धुलिखेलमा पछिल्लो समयमा बनेका घर तथा भवनहरू आधुनिक शैलीमा बनेका छन् । धुलिखेल नगरपालिकाको भवन आधुनिक वास्तुकलाको उदाहरण हो । आधुनिक ढाँचा र शैलीमा सिमेन्ट, रोडा, बालुवा, इँटा, रड आदि प्रयोग गरी भवन बनाउने तरिका आधुनिक वास्तुकला हो ।

२. मूर्तिकला

मूर्तिकलाअन्तर्गत धातुकला (धातुबाट मूर्ति बनाउने कला), प्रस्तरकला (ढुङ्गामा मूर्ति बनाउने कला), काष्ठकला (काठमा मूर्ति कुँद्ने कला) पर्दछन् । धुलिखेलमा रहेका प्राचीन मन्दिरहरू

तथा ढुङ्गेधाराहरूमा देवीदेवताका धातु र ढुङ्गााका सुन्दर मूर्तिहरू रहेका छन् । मन्दिरका टुँडाल, तोरण, झ्यालढोकामा कुँदिएका मूर्तिहरू, व्यक्तिका घरका झ्यालढोकामा कुँदिएका मूर्तिहरू, काठबाट बनाइएका विभिन्न आकर्षक झ्यालहरू आदि धुलिखेललाई कलाको नगरका रूपमा चिनाउने मूर्तिकला तथा काष्ठकलाको उत्कृष्ट नमुना हुन् ।

लङ्खनामाई मन्दिरको ढोकामाथिको तोरण

धुलिखेलको प्रस्तरकला

३. नृत्य तथा सङ्गीतकला

धुलिखेललाई चिनाउने कलाको अर्को विधा नृत्य तथा सङ्गीतकला हो । यसका शास्त्रीय, लोक र आधुनिक गरी तीन प्रकार रहेका छन् ।

क) शास्त्रीय नृत्य

धुलिखेलमा नाचिने लाखे नाच, हरिसिद्धि नाच, नवदुर्गा नाच, धिमे नाच आदि परम्परागत शास्त्रीय नाच हुन् । यस्ता नाच सुर, ताल र लयका आधारमा गोडाको चाल, हातका मुद्रा र मुहारको भाव बिच तालमेल मिलाई नाचिन्छन् । धुलिखेलमा नाचिने हरिसिद्धिको त्रिशक्ति भवानीको तान्त्रिक नाच, इन्द्रायणी नाच आदि पौराणिक विषयमा आधारित नृत्य हुन् । विभिन्न चाडपर्वको अवसरमा प्रस्तुत हुने यस्ता नाचहरू धुलिखेलका अमूल्य सम्पत्ति हुन् ।

ख) लोक गीत तथा लोक नृत्य

धुलिखेलमा विभिन्न किसिमका लोक गीत तथा लोक नृत्य प्रचलित छन् । तामाङ सेलो, झ्याँक्री नाच, तीज गीत/नाच, रत्यौली गीत/नाच, खैजडी गीत/नाच, देउसी भैलो गीत आदि लोकगीत तथा नृत्य विभिन्न सामाजिक, सांस्कृतिक कर्म तथा चाडपर्वमा मनोरञ्जनका लागि सामूहिक रूपमा भेला भएर प्रस्तुत गर्ने गरिएको पाइन्छ ।

ग) आधुनिक गीत तथा नृत्य

धुलिखेलका पछिल्लो पुस्तालाई पश्चिमी थिएटर प्रणालीबाट विकसित आधुनिक गीत तथा नृत्यले आकर्षित गरेको देखिन्छ। विभिन्न कन्सर्टहरूमा आधुनिक बाजाका तालमा र्याप, हिपहप, पप, ब्रेक डान्स आदि प्रस्तुत गर्दै यहाँका आधुनिक पुस्ता रमाउन थालेका देखिन्छन् ।

यी विभिन्न कलाका अतिरिक्त परम्परादेखि प्रचलनमा रहेका नाट्यकला, चित्रकला, हस्तकला आदिले पनि धुलिखेलको पहिचानलाई उचाइमा पुऱ्याउन सहयोग गरेको छ। तसर्थ हाम्रो कलाकृतिगत पहिचान जोगाउन हामी सबै लाग्नुपर्छ। पछिल्ला पुस्तालाई आधुनिक कलाकृतिमा मात्र नभुली हाम्रा परम्परागत कलाकृतिको संरक्षण र सम्बर्धनमा लाग्न प्रेरित गर्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

तलको चित्रमा दिइएका धुलिखेलका मन्दिरका बारेमा कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र मन्दिरको वास्तुकलासम्बन्धी तीनओटा भिन्नता पहिचान लेख्नुहोस् ।

शेषनारायण

उमा महेश्वर

श्रीखण्डपुर श्वेतभैरव

अभ्यास

१. **पाठका आधारमा ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस्।**

क. धुलिखेलका प्राचीन कलाकृति धुलिखेलको चिनारी हो। ( )

ख. श्रीखण्डपुरको श्वेतभैरव मन्दिर शिखर शैलीमा बनेको छ। ( )

ग. घर वा मन्दिरको छानाको तल्लो भागलाई अड्याउने काठको छड्के टेकोलाई टुँडाल भनिन्छ । ( )

घ. ढुङ्गामा मूर्ति कुँद्ने कलालाई प्रस्तर कला भनिन्छ । ( )

ङ. हाम्रा परम्परागत कलाकृति जोगाउने दायित्त्व पुराना पुस्ताको हो । ( )

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेललाई कलाकृतिमा धनी नगरका रूपमा चिनाउने सम्पदाहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ख. धुलिखेलको वकु टोलमा रहेको गणेश मन्दिरको विशेषता लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेलमा प्रचलित शास्त्रीय नृत्यकलाका विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

घ. हामीले किन हाम्रा कलाकृतिको संरक्षण गर्नुपर्छ ?

ङ. धुलिखेलको कलाकृतिले यहाँको पर्यटन विकासमा सहयोग पुऱ्याउँछ भन्ने विषयमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

धुलिखेलको सम्पदास्थलको भ्रमण गरी त्यहाँका कलात्मक झ्याल र टुँडालहरूको अध्ययन गर्नुहोस् र निम्न कुराहरू पत्ता लगाई लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क. भ्रमण स्थल

ख. कलात्मक झ्याल र टुँडालहरूमा रहेका आकृति

ग. कलात्मक झ्याल र टुँडालहरूको महत्त्व

घ. निष्कर्ष

एकाइ ३

प्राकृतिक स्रोत

परिचय

धुलिखेल प्राकृतिक स्रोतहरूमा धनी नगरपालिका हो, प्राकृतिक स्रोतका रूपमा पानीका मुहानहरू रहेको पाइन्छ । यी मुहानहरूमा शुद्ध र प्रशस्त पानी पाइने भएकाले स्थानीय बासिन्दाहरूको जीवनमा यसको ठूलो महत्त्व छ । धुलिखेल खानेपानी परियोजना स्थानीय जनताको सरोकार र सहकार्यमा आधारित एक सफल योजना हो, जसले स्वच्छ र सुरक्षित पानीको आपूर्ति सुनिश्चित गरेको छ । यस परियोजनाले वातावरणमैत्री प्रविधिको प्रयोग गरी पानी सङ्कलन, प्रशोधन र वितरणको व्यवस्था मिलाएको छ । खानेपानी व्यवस्थापनमा नगरपालिकाको भूमिका अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण छ । नगरपालिकाले स्रोतको संरक्षण, पाइपलाइन मर्मत तथा विस्तार, पानीको गुणस्तर परीक्षणजस्ता कार्यहरू प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन गर्दै आएको छ । साथै, स्थानीय जनसहभागितालाई प्राथमिकता दिँदै समुदायलाई पानीको सही प्रयोग र संरक्षणबारे सचेतना फैलाउने कार्यमा पनि सक्रिय छ । तर, समयसँगै केही प्राकृतिक मुहानहरू सुक्दै गएका छन्, जुन चिन्ताको विषय हो । लोपोन्मुख स्रोतहरू संरक्षण गर्न तत्कालनै उपाय नअपनाए भविष्यमा पानीको सङ्कट गहिरिन सक्छ । बर्सेनि बढ्दो जनसङ्ख्या र सहरीकरणका कारण खानेपानीको माग पनि बढ्दो क्रममा छ । यस्ता परिस्थितिमा प्राकृतिक स्रोतहरूको दिगो उपयोग र संरक्षण आवश्यक छ । लोप भएका स्रोतहरू पुनःस्थापना गर्न वैज्ञानिक विधिहरू अपनाउनुपर्छ । धुलिखेलको खानेपानी व्यवस्थापन प्रणालीले अन्य नगरपालिकाका लागि पनि उदाहरण प्रस्तुत गरेको छ । प्राकृतिक स्रोतहरूको संरक्षण र जिम्मेवार उपभोगको संस्कार विकास गरिनु वर्तमान र भविष्य दुवैका लागि अपरिहार्य छ । यसै आधारमा धुलिखेल नगरपालिकाको खानेपानी व्यवस्थापन प्रयासले पानी तथा स्रोत संरक्षणप्रतिको गम्भीरता स्पष्ट देखाउँछ ।

सिकाई उपलब्धि

- ☑ धुलिखेल नगरपालिकामा रहेका पिउने पानी र मुहानको अवस्था बताउन
- ☑ धुलिखेल खानेपानी परियोजनाको बारेमा वर्णन गर्न
- ☑ खानेपानी व्यवस्थापनमा नगरपालिकाको भूमिका उल्लेख गर्न
- ☑ लोपोन्मुख र लोप भएका प्राकृतिक स्रोत पहिचान गर्न ।

पाठ १ पिउने पानी

परिचय र महत्त्व

पानी मानव जीवनका लागि अनिवार्य तत्त्व हो । पिउने पानीको शुद्धता हाम्रो स्वास्थ्यसँग प्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित छ । मानव शरीरको करिब ७० प्रतिशत भाग पानीले बनेको हुन्छ, जसले गर्दा दैनिक जीवनमा पानीको महत्त्व अत्यन्तै उच्च हुन्छ ।

पिउने पानी प्राप्त गर्ने मुख्य स्रोतहरूमा नदी, इनार, कुवा, धारो, मुहान, तलाउ तथा वर्षातको पानी पर्दछन् । तीमध्ये, मूहान प्राकृतिक रूपमा जमिनबाट निस्कने पानीको शुद्ध र महत्त्वपूर्ण स्रोत हो । विशेषगरी पहाडी र ग्रामीण क्षेत्रहरूमा मुहान नै पिउने पानीको प्रमुख स्रोत हो ।

तर, पछिल्लो समय जलवायु परिवर्तन, वन फडानी, अतिक्रमण, तथा लापरवाहीका कारण धेरैजसो मुहानहरू सुक्दै गएका छन् । यसको प्रत्यक्ष असर पिउने पानीको अभाव देखिन्छ । कतिपय स्थानमा मानिसहरूले लामो दूरी पार गरेर पानी ल्याउनुपर्ने अवस्था छ । यसले समयको नोक्सानी त गर्छ नै, स्वास्थ्यमा पनि प्रतिकूल असर गर्दछ ।

पिउने पानी शुद्ध नभएमा झाडापखाला, हैजा, टाइफाइड जस्ता रोगहरू सर्न सक्छन् । त्यसैले पानी पिउनु अघि सफा गर्नु, उमालेर वा फिल्टर गरेर मात्र सेवन गर्नु उपयुक्त हुन्छ ।

हामी सबैले मुहानहरूको संरक्षण गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो । वृक्षारोपण गर्नु, फोहर नफाल्नु, पानीको दुरुपयोग नगर्नु र मुहान वरपर सफा राख्नु जस्ता साना प्रयासहरूले स्वच्छ पानी संरक्षणमा ठूलो परिवर्तन ल्याउन सक्छ ।

धुलिखेल नगरपालिका भित्र रहेका कुवाहरू

धुलिखेल नगरपालिकामा धेरै कुवाहरू रहेका छन् । यी कुवाहरू परम्परागत रूपमा पानी प्राप्त गर्ने एक पुरानो र महत्त्वपूर्ण स्रोत हो । अहिले पनि गाउँघरमा कुवाको पानी पिउने, नुहाउने, लुगा धुने र खेतीपातीका लागि प्रयोग गरिन्छ । कुवा जमिनको सतह

मुनि रहेका जलस्रोतसम्म खनेर बनाइन्छ, जसबाट मानिसहरूले आवश्यकता अनुसार पानी निकाल्न सक्छन् ।

पहिले-पहिले यहाँका मानिसहरूले सामूहिक रूपमा मिलेर कुवा बनाएका थिए । बिहान-बेलुका मानिसहरू पानी भर्ने बहानामा कुवामा जम्मा भएर आपसमा कुराकानी पनि गर्थे । त्यसले सामाजिक सम्बन्धलाई बलियो बनाउने काम गरेको थियो ।

तर, अहिलेको समयमा पाइप, धारा (ट्याप), बोरिङ्ग र आधुनिक प्रविधिका कारण कुवाको प्रयोग घट्दो क्रममा छ । धेरै ठाउँमा कुवा पुरिएका छन् वा बेवारिसे अवस्थामा छन् । कुवाको वरपर सफा राख्नु, ढाकेर राख्नु, र कुवामा फोहर नहाल्नु सबैको जिम्मेवारी हो ।

धुलिखेल नगरका इनारहरू

इनारहरू हाम्रो परम्परागत जीवनशैलीको अभिन्न अङ्ग हुन् । धुलिखेल नगर, काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको एक ऐतिहासिक र सांस्कृतिक सहर हो । यहाँ पुराना इनारहरूको विशेष महत्त्व रहेको पाइन्छ । यी इनारहरू केवल पानीको स्रोत मात्र नभई धुलिखेलको सांस्कृतिक धरोहर पनि हुन् ।

धुलिखेलका इनारहरू प्राचीन शैलीमा ढुङ्गा, इँटा र चुनमाटो प्रयोग गरेर बनाइएका छन् । धेरै इनारहरू पुराना बस्तीहरू, मन्दिर आसपास र घरपछाडितिर भेटिन्छन् । अतीतमा यिनै इनारबाट मानिसहरूले पिउने, लुगा धुने तथा दैनिक उपयोगका लागि आवश्यक पानी लिन्थे । इनारको पानी लिन जाने क्रममा सामाजिक सम्बन्धहरू पनि गाढा र मजबुत हुन्थ्यो ।

समयसँगै धुलिखेलमा पनि पाइप, धारा प्रणालीको विकास भयो र इनारहरूको प्रयोग कम हुँदै गयो । धेरै इनारहरू अब प्रयोगमा छैनन्, केही त पुरिइसकेका छन् भने केही फोहर र जीर्ण अवस्थामा छन् ।

यस्ता सम्पत्तिहरूको संरक्षण गरिएन भने हाम्रो सांस्कृतिक सम्पदा हराउने खतरा भएकोले धुलिखेल नगरपालिकाले केही इनारहरूको संरक्षण र पुनःजीवन दिन थालेको देखिन्छ ।

धुलिखेल नगरका ढुङ्गेधाराहरू

धुलिखेल नगरमा पनि पुराना र कलात्मक ढुङ्गेधाराहरू पाइन्छन्, यिनीहरूले यहाँको इतिहास, वास्तुकला र जीवनशैली झल्काउँछन् । धुलिखेलका ढुङ्गेधाराहरू परम्परागत शैलीमा ढुङ्गा र इँटाबाट बनाइएका छन् ।

यी धाराहरू विगतमा पानी पिउन, नुहाउन र घरायसी काम गर्न प्रयोग गरिन्थ्यो । अझै पनि केही ढुङ्गेधाराहरू प्रयोगमा छन्, जहाँ स्थानीय बासिन्दा पानी भर्न आउँछन् । यी धाराहरू प्रायः पुराना बस्ती, मन्दिर, सार्वजनिक स्थान र पाटीपौवामा अवस्थित छन् ।

धुलिखेल नगरका ढुङ्गेधाराहरूको पनि ऐतिहासिक महत्त्व छ । यी धाराहरूको वरिपरि कलात्मक मुर्तिहरू, जलदेवता तथा धार्मिक प्रतीकहरू कुँदिएका हुन्छन्, जसले धार्मिक र सांस्कृतिक महत्त्व पनि दर्शाएको छ ।

आधुनिकताको असरले गर्दा आजभोलि धेरै ढुङ्गेधाराहरू बेवास्तामा परेका छन् । केही सुकिसकेका छन् भने केही जिर्ण अवस्थामा छन् । हाल धुलिखेल नगरपालिकाले केही ढुङ्गेधाराहरूको संरक्षण र पुनःनिर्माणको पहल थालेको छ ।

क्रियाकलाप

१. **धुलिखेल नगरपालिकामा खानेपानीको वर्तमान अवस्थाको बारेमा समूहमा छलफल गरेर वा पुस्तक अध्ययन गरेर निम्न लिखित तथ्यहरू पत्ता लगाई लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

क. एक घर एक धारा प्राप्त गरिसकेका घर सङ्ख्या

ख. खानेपानीको धारा नभएको घर

ग. धुलिखेल खानेपानी आयोजनाका स्रोत तथा मुहान

घ. नगरबासीको लागि खानेपानी व्यवस्थापनमा नगरपालिकाले गरेका कार्यहरू

ङ. धुलिखेल नगरमा खानेपानी सम्बन्धी समस्याहरू

च. समस्या समाधानका उपायहरू

अभ्यास

१. **खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. पिउने पानीको शुद्धता हाम्रो .... सँग प्रत्यक्ष रूपमा सम्बन्धित छ ।

ख. धुलिखेल नगरमा इनारहरूलाई .... सम्पदा मानिन्छ ।

ग. ढुङ्गेधारामा प्रायः .... र धार्मिक प्रतीकहरू कुँदिएका हुन्छन् ।

घ. पानी नपाउँदा मानिसहरूलाई .... दूरी पार गरेर पानी ल्याउनुपर्ने हुन्छ ।

ङ. धुलिखेलका इनारहरू .... सामग्रीले बनाइएका छन् ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. पानी शुद्ध नभएमा के-कस्ता रोगहरू सर्न सक्छन् ?

ख. धुलिखेल नगरका इनारहरूको विशेषता के-के हुन् ?

ग. किन ढुङ्गेधाराहरूको संरक्षण आवश्यक छ ?

घ. मुहान सुक्दै जानुको मुख्य कारणहरू के-के हुन् ?

ङ. धुलिखेलका मानिसहरूले कुवाको पानी के-के कार्यमा प्रयोग गर्थे ?

पाठ २ धुलिखेल खानेपानी आयोजना

धुलिखेल खानेपानीको कार्यालय धुलिखेल नगरपालिकाको कार्यालयसँगै अवस्थित छ । धुलिखेल खानेपानी आयोजनाको निर्माण वि.सं. २०४९ मा सम्पन्न भएको हो । त्यस अवधिदेखि २०५१ भाद्रसम्म श्री बेलप्रसाद श्रेष्ठको अध्यक्षतामा कार्य हुँदै आएको थियो । त्यस पश्चात् धुलिखेल खानेपानी समितिमा धेरै व्यक्तिहरूले कार्य गर्दै आउनु भएको छ। यस कार्यालयले बढ्दो सहरीकरणसँगै थपिदो जनसङ्ख्यालाई पनि खानेपानी सुविधा पुऱ्याउँदै आएको छ ।

धुलिखेल खानेपानी आयोजनाले पनौती-१२ स्थित खारखोला मुहानको पानी, डिप वोरिङको पानी र ठूलोवन स्थानीय स्रोतको पानीलाई व्यवस्थित गरी आलोपालो प्रणालीद्वारा पानी वितरण गर्ने गरेको छ । यस परियोजनाले धुलिखेल नगरपालिका वडा नम्बर ३, ४, ५, ६, ७, (८ का केही स्थान) र सरकारी कार्यालयहरू, धुलिखेल अस्पताल, क्याम्पस, विद्यालय, होटल, रिसोर्ट गरी १९,६६८ जनसङ्ख्यालाई खानेपानी उपलब्ध गराएको छ ।

धुलिखेल खानेपानी कार्यालयले पानीको गुणस्तर कायम गर्न विभिन्न समयमा विभिन्न स्थानबाट पानीको नमुना सङ्कलन गरी पानी परीक्षण गर्ने गरेको छ । यसले फिल्टर युनिट अन्तर्गत रफिङ फिल्टर र स्लोस्याण्ड फिल्टरको नियमित सरसफाइ पनि गर्दछ । अटोमेटिक डोजिङ पम्पको माध्यमबाट क्लोरिनेसन गरी पानी शुद्धीकरण गर्ने गरेको छ ।

धुलिखेलका खानेपानी उपभोक्ताहरूको सुविधाको लागि धुलिखेल खानेपानी कार्यालयले बिलिङ सफ्टवेयर, एसएमएस प्रणाली र डेडीकेटेड मोबाइल एपको व्यवस्था गरेको छ ।

धुलिखेल खानेपानी आयोजनाका विशेषताहरू

इन्टेक (स्रोतहरू):

१. खारखोला, पनौती-१२

२. ठूलोवन, धुलिखेल- ७ (स्थानीय स्रोत)

३. डिप वोरिङ

पाइपको लम्बाइ (खारखोलादेखि ट्रिट्मेन्ट प्लान्टसम्म): १३.५ कि.मि.

फिल्टर युनिट: सेडिमेन्टेसन ट्याङ्क- १

रफिङ फिल्टर- १

स्लोस्याण्ड फिल्टर- १

क्लोरीनेसन यूनिट- १

रिजर्भोयर- ६ + १ (सञ्चालनमा आइ नसकेको)

क्रियाकलाप

१. **धुलिखेल खानेपानी आयोजना बारे १०० शब्दसम्मको निबन्ध लेख्नुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तलका कथनहरू पढेर सही भए (√) र गलत भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. धुलिखेल खानेपानीको सुरुवात २०५१ सालमा भएको हो ।

ख. धुलिखेलमा पानी वितरण आलोपालो प्रणालीबाट गरिन्छ ।

ग. पानीमा क्लोरिन मिसाउने कार्य गरिन्छ ।

घ. धुलिखेल खानेपानी आयोजनाले सरकारी कार्यालयहरूमा मात्र पानीको आपूर्ति गर्छ ।

ङ. पानी शुद्ध पार्न रफिङ र स्लोस्याण्ड फिल्टर प्रयोग गरिन्छ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क धुलिखेल खानेपानीको कार्यालय कहाँ अवस्थित छ ?

ख. धुलिखेल खानेपानी आयोजनाको निर्माण कहिले सम्पन्न भएको हो ?

ग. धुलिखेलमा धुलिखेल खानेपानी कार्यालयले पानी वितरण कसरी गरिन्छ ?

घ. पानीको शुद्धता कायम गर्न कस्ता उपायहरू अपनाएको छ ?

ङ. धुलिखेल नगरपालिकामा खानेपानी सम्बन्धी रहेका ५ ओटा समस्याहरू पहिचान गरी समाधानका उपायहरू समेत लेख्नुहोस् ।

च. खानेपानी शुद्धीकरणमा विभिन्न तरिकाहरू लेख्नुहोस् ।

पाठ ३ खानेपानी व्यवस्थापनमा नगरपालिकाको भूमिका

संविधानमा उल्लिखित व्यवस्था र स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन बमोजिम पहिलो नगरसभाले नै धुलिखेल नगरपालिकाको हरेक नागरिकलाई संविधानले सुरक्षित गरेको मौलिक हक प्रदान गर्ने उद्देश्यले "एक घर एक धारा" को नीति कार्यान्वयन गर्ने निर्णय गरेको थियो । धुलिखेल नगरपालिकाले आफ्नो पहिलो कार्यकालको पहिलो वर्ष नगरभित्रका खानेपानीको अवस्थाको अध्ययन गऱ्यो । उक्त अध्ययन अनुसार साविक धुलिखेल नगरपालिकाको क्षेत्र (हाल धुलिखेल ३, ४, ५, ६, ७ र ८ को साबिक धुलिखेल-१ को क्षेत्र) मा मात्र व्यवस्थित खानेपानी वितरणको कार्य धुलिखेल खानेपानी तथा सरसफाई उपभोक्ता समिति मार्फत भएको थियो । २९ ओटा खानेपानीको आयोजना छनोट गरी धुलिखेल नगरपालिकाका शतप्रतिशत नागरिकको घरमा सुरक्षित खानेपानी पुऱ्याउने कार्यको थालनी गऱ्यो ।

नगरपालिकाबाट आ.व. २०८०/८१ को अन्त्यसम्म आइपुग्दा ७,४९३ घरधुरीमा एक घर एक धारा जडान गर्न सफल भएको छ । जुन कुल जनसङ्ख्याको ८७.४३% हुन आउँछ । खानेपानी व्यवस्था गर्न आ.व.२०८०/८१ को अन्त्यसम्म करिव १४ करोड लागत खर्च भएको छ । यो रकमको अधिकतम हिस्सा नगरपालिकाको अन्तरिक स्रोत रहेको छ, यसमा करिव २ करोड उपभोक्ता समितिको लागत सहभागिता रहेको छ भने करिव ९२ लाख रकम प्रदेश सरकार, जिल्ला समन्वय समिति र गैरसरकारी संस्था मार्फत् प्राप्त भएको छ । खानेपानी पूर्वाधार निर्माण र निर्माण पश्चात सञ्चालनमा उपभोक्ता समितिको सक्रियताले गर्दा नै धुलिखेल नगरपालिकाले छोटो समयमा उल्लेख्य उपलब्धि हासिल गर्न सकेको छ । यसै क्रममा धुलिखेल नगरपालिका वडा नं १ छाँगे र वडा नं ११ को धिताल टोललाई युनिसेफ नेपालले नेपालकै पहिलो सुरक्षित खानेपानीयुक्त समुदाय घोषणा

गरेको थियो जुन दिगो विकासको लक्ष्य प्राप्ति गर्नको लागि कोसेढुङ्गा सावित भयो । वडा नं ११ को धिताल टोलमा युनिसेफका सद्भावना दूत, चर्चित भारतीय क्रिकेटर सचिन तेन्दुलकरले भ्रमण गर्नु भएको थियो ।

बाँकी रहेका घरधुरीमा खानेपानी जडान गर्न नगरपालिकाले बजेट विनियोजनलाई निरन्तरता दिइरहेको छ र आ.व.२०८२/८३ को अन्त्यसम्म शतप्रतिशत घरधुरीमा खानेपानी सेवा पुऱ्याउने लक्ष्य रहेको छ । वि.सं. २०८१ असोज १०-१२ गतेको विनासकारी बाढीले खानेपानीको संरचनामा ठूलो क्षति पुग्न गई धुलिखेल खानेपानीको ५ करोड ५१ लाख बराबरको क्षति भएको र हाल अस्थायी रूपमा मर्मत सम्भार गरी खानेपानी वितरणको व्यवस्थापन भइरहेको छ । आ.व. २०७९/८०बाट खानेपानीको गुणस्तर परीक्षणको कार्य सुरु गरिएको छ । खानेपानी मन्त्रालयले तोकेको सुरक्षित खानेपानीको मापदण्ड पूरा गर्ने र खानेपानी उपभोक्ता समुदायलाई सुरक्षित खानेपानीयुक्त समुदाय घोषणा गर्ने कार्यको थालनी धुलिखेल नगरपालिका वडा नं २ बाट सुरुवात गर्ने गरी कार्यहरू अगाडि बढाइएको छ भने यसै अनुरुप कार्यहरू भएमा दिगो विकासको लक्ष्य अनुरुप सन् २०३० सम्म नगरपालिकाका ९०% भन्दा बढी घरमा सुरक्षित खानेपानी सुविधा उपलब्ध गराउन सकिने छ ।

वातावरणमा भइरहेको परिवर्तन र प्राकृतिक उतारचढावकाबिच धुलिखेल जस्तो पहाडी भूभागमा खानेपानीका स्रोतहरूको उचित संरक्षण गर्नको लागि धुलिखेल नगरपालिकाले विभिन्न कार्यहरू गरिरहेको छ । साउथ एसिया इन्स्टिच्युट अफ एड्भान्स स्टडीज (सियास)सँगको सहकार्यमा खानेपानीसँग सम्बन्धित सरोकारवालाहरूको छलफलका रूपमा पानी चौतारीका ६ ओटा शृङ्खला सञ्चालन गरी खानेपानी सम्बन्धी समस्या समाधानको कार्य भइरहेको छ । सियाससँगको सहकार्यमा नै धुलिखेलको ठुलोवन क्षेत्रमा ८४ ओटा रिचार्ज पोखरी र रिचार्ज ट्रेन्चहरू निर्माण गरी भूमिगत जलस्रोत संरक्षणको कार्य भएको छ । काठमाडौँ विश्वविद्यालयको सहकार्यमा रोशी खोलाको जलाधार क्षेत्रको जलस्रोत तथा जङ्गल क्षेत्रको म्यापिङ कार्य भएको छ । आ.व. २०८०/८१ मा जलस्रोतको दिगो व्यवस्थापन र जलस्रोतको सन्तुलित उपयोगले वातावरणीय, सामाजिक र आर्थिक क्षेत्रमा पर्ने प्रभावको मूल्याङ्कनका लागि अत्यावश्यक कार्यको रूपमा रहेको जलाधार क्षेत्रको संरक्षणको पहिलो चरणको रूपमा धुलिखेल नगरपालिकाले नगरभित्रका पानीका मुहानहरूको अवस्थागत चित्रण ईसिमोडसँगको सहकार्यमा गरेको छ ।

क्रियाकलाप

१. **धुलिखेल नगरपालिकामा भएका पानीका स्रोतहरूको वर्तमान अवस्था र संरक्षणका उपयहरू समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकाले "..................." नीति अनुसार खानेपानी सेवा विस्तार गरेको हो ।

ख. .... संस्थाको सहकार्यमा जलस्रोतको अवस्थागत चित्रण गरिएको हो ।

ग. धुलिखेल खानेपानीमा २०८१ असोजको बाढीले .... बराबरको क्षति भएको थियो ।

घ. धुलिखेलको वनक्षेत्रमा बनेका रिचार्ज पोखरीले .... जलस्रोतको संरक्षणमा ठुलो योगदान दिएको छ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकाले "एक घर एक धारा" नीति कहिलेदेखि कार्यान्वयनमा ल्याएको हो र यसको उद्देश्य के हो ?

ख. आ.व. २०८०/८१ को अन्त्यसम्म धुलिखेल नगरपालिकाले कति घरधुरीमा खानेपानी सेवा पुर्‍याएको छ र यसको कुल लागत कति छ ?

ग. युनिसेफ नेपालले धुलिखेलका कुन वडालाई नेपालकै पहिलो सुरक्षित खानेपानीयुक्त समुदाय घोषणा गरेको हो ?

घ. खानेपानी पूर्वाधार निर्माणमा नगरपालिका बाहेक अन्य कुन निकायहरूले आर्थिक सहयोग गरेका छन् ?

ङ. धुलिखेल नगरपालिकाले जलस्रोतको संरक्षण तथा व्यवस्थापनका लागि सियास र अन्य संस्थासँग मिलेर के के कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरेको छ ?

पाठ ४ लोपोन्मुख र लोप भएका प्राकृतिक स्रोत

प्राकृतिक स्रोतहरू कुनै पनि स्थानको पहिचान हुन्, वातावरणीय सन्तुलन र मानव जीवनका लागि आधारशिला हुन् । धुलिखेल नगरपालिका, धेरै महत्त्वपूर्ण प्राकृतिक स्रोतहरू मध्ये केही स्रोतहरू पूर्ण रूपमा लोप भइसकेका छन् भने केही लोपोन्मुख अवस्थामा छन् ।

१. पानीका मुहानहरू

धुलिखेलका नगरपालिकामा पहिले धेरै साना ठूला मुहानहरू थिए, जसबाट निस्केको पानी पिउन, सिँचाई गर्न र पशुपालनमा उपयोग गरिन्थ्यो । तर आज तीमध्ये धेरैजसो मुहानहरू सुकिसकेका छन् ।

पानीका मुहान सुक्दै जानुका कारणहरू :

- जथाभावी जङ्गल फडानी
- अव्यवस्थित बस्ती विस्तार
- जलवायु परिवर्तन
- जमिन कटान र भू-क्षय
- जथाभाबी सडक निर्माण

२. इनार र कुवाहरू

परम्परागत रूपमा प्रयोग गरिएका इनार र कुवाहरू अहिले बेवास्तामा परी संरक्षणविहीन अवस्थामा छन् । धेरै इनारहरू पुरिइसकेका छन् वा फोहरले भरिएका छन् ।

लोपोन्मुख हुनाका कारणहरू :

- नलजोडी(पाइप) पानी प्रणालीको विस्तार
- आधुनिक प्रविधिको प्रयोग
- संरक्षणप्रति समुदाय र सरकारी क्षेत्रको चासोको कमी

३. ढुङ्गेधारा (हिति)

धुलिखेलमा केही ऐतिहासिक ढुङ्गेधारा छन्, तर तीमध्ये धेरै प्रयोगविहीन वा सुकिसकेका छन् । यी धाराहरूमा पहिले पानी प्रशस्त बग्थ्यो, तर अहिले अधिकांश ढुङ्गेधाराहरूमा पानी सुक्दै गएको देखिन्छ ।

लोपोन्मुख हुनाका कारणहरू:

- मुहानहरू सुक्दै जानु
- अव्यवस्थित सहरीकरण
- ढुङ्गेधाराको ऐतिहासिक महत्त्व नबुझ्नु
- स्थानीय समुदाय र नगरपालिकाले संरक्षणमा ध्यान नदिनु
- सडक, घर लगायतका भौतिक संरचना जथाभावी निर्माण हुनु ।

४. वनजङ्गलहरू:

धुलिखेल वरिपरिका सामुदायिक वनहरू जैविक विविधताले धनी थिए । यिनले पानीको स्रोतहरूलाई जोगाउने काम पनि गर्थे । तर अहिले जथाभावी सडक निर्माण, घना बस्ती विकास र रुख कटानीका कारण वन विनास हुँदै गइरहेको छ ।

विनास हुनाका कारणहरू:

- अतिक्रमण
- उपयुक्त संरक्षणको अभाव
- चरन र डढेलो
- जथाभावी वन पैदावर उपभोग
- अव्यवस्थित बस्ती विस्तार

प्राकृतिक स्रोत हाम्रा साझा सम्पत्ति हुन् । यस्ता स्रोतहरूको संरक्षण गर्नु हाम्रो दायित्त्व हो । धुलिखेलका प्राकृतिक स्रोतको संरक्षणको जिम्मेवारी हामी सबै धुलिखेलबासीको हो । प्राकृतिक स्रोत हाम्रो जीवनका अधार हुन् । पानीको आपूर्तिमा जैविक विविधताको संरक्षणमा र हाम्रा आवश्यकता पूरा गर्न प्राकृतिक स्रोत नभई हुँदैन । धुलिखेलको पर्यटनको विकासमा पनि यिनको ठुलो महत्त्व छ । त्यसैले बनजङ्गलको संरक्षण, इनार, कुँवा तथा ढुङ्गेधाराको पुनःनिर्माण र जीर्णोद्वारमा हामी सबै जुट्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

१. **धुलिखेलमा परम्परागत पानीका स्रोतहरू लोप हुनु तथा लोपोन्मुख अवस्थामा पुग्नुको कारण पहिचान गरी लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **सही उत्तर छान्नुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकामा पहिले मुख्य रूपमा कुन प्राकृतिक स्रोतबाट पिउने पानी पाइन्थ्यो ?

अ. बोरिङ　　आ. मुहान

इ. पोखरी　　ई. ताल

ख. इनार र कुवाहरू लोपोन्मुख हुनुको प्रमुख कारण कुन हो ?

अ. अत्यधिक प्रयोग　　आ. सडक निर्माण

इ. पाइप प्रणालीको विस्तार　　ई. जमिन कटानी

ग. ढुङ्गेधारा सुक्नुको एक मुख्य कारण कुन हो ?

अ. मानिसको लापरवाही　　आ. पानीको अत्यधिक खपत

इ. मुहानहरू सुक्दै जानु　　ई. बाढीपहिरो

घ. कस्ता वनलाई सामुदायिक वन भनिन्छ ?

अ. सरकारले रेखदेख गरेको वन　　आ. नगरपालिकाले रेखदेख गरेको वन

इ. समुदायले रेखदेख गरेको वन　　ई. थोरै क्षेत्रफल भएको वन

ङ. तलका मध्ये कुन कारणले वनजङ्गल विनाश भइरहेका छन् ?

अ. वर्षात　　आ. हरियाली संरक्षण

इ. अतिक्रमण　　ई. नदी प्रवाह

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. धुलिखेलका पानीका मुहानहरू लोपोन्मुख हुनुका दुई कारण लेख्नुहोस् ।

ख. धुलिखेलमा इनार र कुवाहरूको वर्तमान अवस्था कस्तो छ ?

ग. सामुदायिक वनहरूले प्राकृतिक स्रोतहरूमा कसरी प्रभाव पार्छन् ?

घ. ढुङ्गेधाराहरूको ऐतिहासिक र वर्तमान अवस्थामा के कस्ता परिवर्तन देखिएका छन् ?

ङ. "प्राकृतिक स्रोतहरूको संरक्षण हामी सबैको जिम्मेवारी हो" शीर्षकमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

सामुदायिक कार्य

घर वा विद्यालय नजिकै रहेको कुनै पानीको स्रोत भएको स्थानमा जानुहोस् र निम्न कुराहरू पत्ता लगाई लेख्नुहोस् । लेखको कुरा कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

१. पानीको स्रोतको नाम

२. पानीको स्रोतको वर्तमान अवस्था

३. उक्त पानीको स्रोतको उपयोगको अवस्था

४. उक्त पानीको स्रोत संरक्षणमा समुदायले गरेका कार्यहरू

५. उक्त पानीको स्रोतको संरक्षण र उपयोगमा वडा तथा नगरपालिकाले गरेका कार्यहरू

६. उक्त पानीको स्रोतको संरक्षण र उपयोगका लागि गर्नुपर्ने थप कार्यहरू

एकाइ ४

पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ

परिचय

पर्यटकीय स्थल, पर्यटन र सरसफाइ अन्तर्गत काली देवीस्थान गढी, हजार सिँढीको परिचय र महत्त्व, श्वेत भैरव मन्दिरको परिचय र पौराणिक इतिहास, विभिन्न पोखरीहरू (सरस्वती पुखु, बाघटोल पुखु, महादेव पुखु, सिद्ध पुखु, इति पुखु, हकं पुखु, भिमसेन पुखु) को परिचय, महत्त्व र संरक्षण, पातले(कपिलेश्वर) झरना र गुफा, पर्यटकीय स्थान संरक्षणमा समुदाय, विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिका र घरबाट निस्कने फोहर पानी व्यवस्थापनका बारेमा यस एकाइमा अध्ययन गरिन्छ ।

सिकाई उपलब्धि

- ☑ देवीस्थान गढीको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि प्रस्तुत गर्न
- ☑ श्वेत भैरव मन्दिरको पौराणिक इतिहास वर्णन गर्न
- ☑ विभिन्न स्थानीय पोखरीहरूको परिचय, महत्त्व प्रस्तुत गर्न र संरक्षणमा सहयोग गर्न
- ☑ पातले झरना र गुफाको परिचय र महत्त्व बताउन
- ☑ पर्यटकीय स्थल संरक्षणमा समुदाय, विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिका प्रस्तुत गर्न
- ☑ घरबाट निस्कने फोहर पानी व्यवस्थापनमा सहयोग गर्न ।

पाठ १ देवीस्थान गढीको यात्रा

कक्षा ७ का सबै विद्यार्थीहरू पङ्क्तिमा अघि बढ्दै थिए । धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ८ टुँडिखेलको चौर नजिकैको चौतारोमा पुगेपछि कोही जङ्गलतर्फ उकालो लागे, कोही पिचबाटो तर्फ अघि बढे, कोही गौखुरेश्वर मन्दिर तर्फको बाटो लागे । केही विद्यार्थी हच्किएर पछि बसे भने कोही चौर तर्फ दौडन लागे । शिक्षकलाई सम्हाल्न हम्मे हम्मे भयो । शिक्षकले चौतारोमा उभिएर सिठी बजाउँदै सबैलाई जम्मा हुन इसारा गर्नुभयो । विद्यार्थीहरू तुरुन्तै गोलबन्द भए ।

शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई निम्नानुसारको पाँच ओटा समूहमा विभाजन गरेर कामको बाँडफाँड गरी दिनुभयो :

क्रं.स.	समूहको नाम	टोलीनेताको नाम	कामको विवरण
१	भैरव	नीशा	भैरवको मूर्तिको बारेमा लेखिएको शिलालेख, मूर्तिको मुद्रा तथा इसारा र प्राकृतिक दृश्यको टिपोट गर्ने
२	दक्षिणकाली	आयन	दक्षिणकाली मन्दिरको बारेमा लेखिएको शिलालेख, मूर्तिको मुद्रा तथा इसारा र प्राकृतिक छटाको टिपोट गर्ने
३	बुद्ध	उषा	शान्तिवन, बुद्धको मूर्ति बारेमा लेखिएका शिलालेख, मूर्तिको मुद्रा तथा इसारा र प्राकृतिक छटाको टिपोट गर्ने
४	बलभद्र	बिबेक	बलभद्र कुँवरको सालिक तथा पार्क सम्बन्धी लेखिएको शिलालेख, प्राकृतिक छटाको बारेमा टिपोट गर्ने
५	पृथ्वीनारायण	कर्ण	पृथ्वीनारायण शाहको सालिकको बारेमा लेखिएको शिलालेख, मूर्तिको मुद्रा तथा इसारा र प्राकृतिक दृश्यको टिपोट गर्ने

शिक्षकले सम्झाउँदै भन्नुभयो, “सबैले ध्यान दिएर सुन्नुहोस्, हामी आज पृथ्वीनारायण शाहले पूर्वका राज्यहरू एकीकरण गर्नका लागि यो जङ्गलको शिखरमा गढी स्थापना गरेर काली जगाई कालीदेवीसँग वर मागेर मोर्चाबन्दी गरेको ठाउँमा जाँदै छौं । पैदल यात्रा गर्नका लागि हजार सिँढीबाट जानुपर्दछ । तपाईँहरूले कक्षामा बनाउनुभएको लघु भ्रमणको योजना अनुसार अब उप्रान्त देवीस्थान पुग्नु भन्दा पहिले बाटोको दायाँ

बायाँ देखिने भैरवको मूर्ति, दक्षिणकालीको मन्दिर, शान्तिवन र त्यहाँ भएको बुद्धसहितको मूर्ति र सिँढीको टुप्पोमा बलभद्र कुँवरको सालिक र पार्क तथा बायाँ तर्फ मन्दिरको प्राङ्गणमा भएको पृथ्वीनारायण शाहको सालिक देख्नुहुनेछ । यी सबै धरोहरहरूमा रहेका शिलालेख, मूर्तिको मुद्रा तथा इसारा र प्राकृतिक दृश्यहरूको अध्ययन गरी बुँदा टिपोट गर्नुपर्दछ । बुँदा टिपोटको आधारमा भोलि सबैले प्रतिवेदन तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुपर्दछ । एक घण्टामा यति काम गर्नुपर्दछ । त्यसपछि मैले सिठी बजाएपछि सबैजना देवीस्थानको मन्दिरमा आउनु पर्दछ । सबैले बुझ्नुभयो ? अब भलाद्मी पाराले समूहमा मिलेर अघि बढ्नुहोस्” विद्यार्थीहरूले एकस्वरमा “हस सर” भने ।

शिक्षकले ठिक एक घण्टा भएपछि सिठी बजाउनुभयो । विद्यार्थीहरू हस्याङफस्याङ गर्दै देवीस्थानको हाताभित्र पसे । शिक्षकले धन्यवाद दिँदै देवीस्थान गढीको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि र हजार सिँढीको बारेमा बताउनुभयो ।

“गढी भनेको युद्ध गर्ने तथा शासन चलाउने ठाउँ भनेर चिनिन्छ । यो ठाउँ पनि एकीकरणको समयमा काठमाडौँ र ताम्राकोट राज्यको एक प्रमुख सुरक्षा गढीको रूपमा प्रयोग गरिएको थियो । पृथ्वीनारायण शाहले कोटको रूपमा यो ठाउँलाई रोजेका थिए । यसै ठाउँमा गढी स्थापना गरेर काली जगाई कालीदेवीसँग वर मागेर पूर्व तर्फका राज्यहरू एकीकरण गर्न सुरु गरेको भन्ने बुझिन्छ । कोटकी देवीले सोचेको कुरा पुऱ्याएको र एकीकरण सम्भव भएको विश्वास गरिन्छ । त्यसै बेलादेखि हरेक वर्षको दशैंमा बलि सहितको मेला लाग्ने गर्दछ । हामी टुँडिखेल अगाडिको पिपल चौतारोको दायाँ

तर्फको सुरुको सिँढीदेखि यो ठाउँसम्म आएका छौँ । यसलाई हजार सिँढी भनिन्छ । एक हजारओटा सिँढी भएकाले यसलाई हजार सिँढी भनेको भनाइ रहेको पाइन्छ भने अर्का थरी व्यक्तिहरूले एक सिँढीलाई रु. एक हजारका दरले लगानीकर्ता व्यक्तिहरूले लगानी गरेको हुँदा त्यसैको आधारमा यो बाटोलाई हजार सिँढी नामाकरण गरिएको र हजार सिँढीको नामले प्रख्यात भएको भन्ने भनाइहरू रहेको बुझिन्छ ।" यो सुनेर विद्यार्थीहरू खुसीले रमाउदै देवीस्थान र हजार सिँढीको यात्रा 'उधुम रमाइलो भयो' भनेर कराए ।

अर्को दिन शिक्षकले सबै टोलीनेताहरूलाई बोलाएर आफ्नो आफ्नो समूहमा छलफल गरेर प्रतिवेदन तयार गर्नका लागि समय दिनुभयो र भन्नुभयो,"शुक्रबार सबै समूहका टोलीनेताले प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्नु पर्दछ ।"

शुक्रबारको दिन चौरमा प्रार्थना गर्न उभिएका विद्यार्थीहरू कानेखुसी गर्दै थिए । निशाले स्थानीय विषय शिक्षकको मुखमा हेरेर मुस्कुराउदै प्रतिवेदन देखाइन् । अरु समूह नेताहरूले पनि मुन्टो हल्लाउँदै इसारा गरे ।

स्थानीय विषयको शिक्षक कक्षाकोठामा पस्ने वित्तिकै सबै विद्यार्थीहरू उत्साहित भएर आफ्नो आफ्नो समूहमा मिलेर बसे । शिक्षकले खुसी हुँदै मैले बुझिसकेँ कि तपाईँहरू सबैले प्रतिवेदन तयार गरिसक्नुभएको छ । लौ भन्नुहोस्, अब पहिला कसले प्रस्तुत गर्ने ? "पहिलो समूह देखि क्रमशः प्रस्तुत गरौँ न सर" विद्यार्थीहरूले एकै स्वरमा भने ।

समूह 'भैरव' बाट नीसाको प्रस्तुति

धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ८ को टुँडिखेलबाट देवीस्थान जाने बाटोको सुरुमै एउटा ठूलो र सेतो मूर्ति छ । यो श्वेत भैरवको मूर्ति हो । टाठो मुद्रामा रहेको यो मूर्तिले टाढासम्म हेरेको भान हुन्छ । मूर्ति गलादेखि माथिको भागको मात्र भएपनि भयानक छ । ठूलो र उज्यालो मुखमुद्रामा भएको यस मूर्तिको कान र शिरमा सुवर्ण रङ्को बुट्टाहरूले सजिएको छ । यो मूर्ति २०८० साल फाल्गुण ५ गते धुलिखेल नगरपलिकाको ३८ औँ स्थापना दिवसको अवसरमा अनावरण गरिएको हो । मूर्तिको दायाँतर्फ सिँढी बायाँतर्फ गौखुरेश्वर जाने बाटो र सामुन्ने अगाडि चौतारो छ । मूर्तिदेखि देवीस्थान डाँडासम्मको घना जङ्गलले अझ यस ठाउँको सौन्दर्य थपेको छ ।

समूह 'दक्षिणकाली' बाट आयनको प्रस्तुति

साधक परिवार काभ्रेपलाञ्चोक शाखा, धुलिखेल नगरपालिका र स्थानीय समुदायको सहकार्यमा हजार सिँढी र गौखुरेश्वरको त्रिकोणात्मक शीर्ष विन्दुमा पर्नेगरी तान्त्रिक विधि र वास्तुशास्त्रको आधारमा माता दक्षिणकालीको कलात्मक मन्दिर बनेको छ । दश महाविद्याहरू मध्येको प्रथम महाविद्या महाकाली हुन् । महाकाली स्वरुपा दक्षिणकाली आफैंमा पूर्ण छन् भनिन्छ । मन्दिरमा गणेश, भैरव र अष्टमातृकाहरू पनि विधिवत स्थापना गरिएका छन् । हिमाल, जङ्गल, महाभारत पर्वतमाला र विभिन्न विभूतिहरूको मूर्ति तथा मन्दिरहरूले गर्दा पर्यटकहरूका लागि देवीस्थान गढी तथा हजारसिँढीको यात्रा उधुम रमाईलो हुँदो रहेछ ।

समूह 'बुद्ध' बाट उषाको प्रस्तुति

धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ८ मा अवस्थित हजार सिँढीबाट ठुलो वन हुँदै देवीस्थानसम्म जाने बाटोको बिच भागमा 'शान्तिवन' अवस्थित छ । यहाँ नाम जस्तै शान्त र सुन्दर भगवान बुद्धको मूर्ति छ । मूर्ति ध्यान मुद्रामा र शान्तरूपमा पश्चिमतर्फ फर्किएर बसेको छ । यो मूर्ति इट्टा र सिमेन्टको प्रयोग गरी कलाकारले यही स्थानमा निर्माण गरेका हुन् । यो ठाउँ केही अग्लो भएकाले यहाँबाट धुलिखेल बजारको सुन्दर दृश्य देख्न सकिन्छ । धुलिखेल र अन्यत्रबाट धेरै मानिसहरू यहाँबाट देखिने दृश्य हेर्न आउने गर्दछन् ।

समूह 'बलभद्र' बाट बिबेकको प्रस्तुति

धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ९ मा अवस्थित हजारसिँढीको सिरानको देवीस्थान डाँडाको देब्रेपट्टि राष्ट्रिय विभूति बलभद्र कुँवरको सालिक छ । सालिकमा सुनौलो रङ पोतिएको छ । सालिकको वरिपरि स्टिलको रेलिङले घेराबार गरिएको छ । यो सालिक धुलिखेल नगरपालिका, नेपाली सेनाको विष्णुदल गण र स्थानीय

बासिन्दाको सहकार्यमा बनेको हो । अग्लो डाँडामा रहेको यो पार्कको स्वच्छ हावपानी र घमाइलो वातावरणले पर्यटकहरू आकर्षित हुन्छन् ।

समूह 'पृथ्वीनारायण' बाट कर्णको प्रस्तुति

धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ८ को देवीस्थान डाँडाको कालीदेवी मन्दिर परिसरभित्र सिंगमरमरको स्तम्भमा उभिएको अवस्थामा पूर्णकदको दायाँहातको चोरऔंला उठाएको पृथ्वीनारायण शाहको सालिक छ । सालिकमा औंला उठाउनुको अर्थ नेपालको एकीकरणलाई जनाउँछ । मूर्ति गम्भीर मुद्रामा रहेको देखिन्छ । यसका वरपर पिकनिक स्पट, सेल्फी खिच्ने ढुङ्गालगायत सुन्दर उद्यान पनि छ । यस ठाउँबाट गणेश, जुगल, मनास्लु, गौरीशङ्कर र कुम्भकर्ण आदि हिमालहरू सामुन्ने अगाडि चाँदी टल्के जस्तै चहकिलो देखिन्छ ।

क्रियाकलाप :

१. **तीनओटा समूहमा विभाजन भएर बस्नुहोस् । देवीस्थान गढीको ऐतिहासिक र पर्यटकीय महत्त्वमाथि छलफल गर्नुहोस् र प्राप्त भएका निष्कर्षहरूलाई चार्टपेपरमा लेखी कक्षामा टाँस गर्नुहोस् ।**

२. **तपाईंको विद्यालय वा समुदायमा रहेका देवीस्थान गढी र हजार सिँढी जस्तै कुनै मन्दिर वा अन्य कुनै एक धार्मिक वा ऐतिहासिक स्थलको नाम छनोट गर्नुहोस् र त्यसको बारेमा जानेबुझेका नजिकैका व्यक्तिहरूसँग सहयोग लिएर टिपोट तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **तपाईंको विद्यालय वा समुदायमा रहेको प्रसिद्ध धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थलमा आन्तरिक र बाह्य पर्यटकहरू आउनाका कारणहरू पत्ता लगाउनुहोस् र ती कारणहरू आफ्ना कक्षाका साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

	समूह क	समूह ख
क.	पैदल यात्रा	गढी
ख.	युद्ध गर्ने ठाउँ	श्वेतभैरव
ग.	गलादेखि माथिको मूर्ति भएको	हजार सिँढी
घ.	राष्ट्रिय विभूति	हिमाल
ङ.	मनास्लु	बलभद्र कुँवर

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. देवीस्थान गढी कहाँ रहेको छ ?

ख. देवीस्थान गढीको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि लेख्नुहोस् ।

ग. हजारसिँढीको नाम कसरी रहन गएको रहेछ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. धुलिखेल शान्तिवनमा रहेको बुद्धको परिचय लेख्नुहोस् ।

ङ. विद्यार्थीहरूले देवीस्थान र हजारसिँढीको यात्रा 'उधुम रमाइलो भयो' भनेर किन भनेका होलान् ? प्रष्ट पार्नुहोस् ।

पाठ २ श्वेतभैरव मन्दिर

श्रीखण्डपुर काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लाको हाल धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ५ मा पर्दछ । यो ठाउँलाई 'खड्पु' पनि भनिन्छ । खड्पु नेवारी भाषाको 'खम्पु'बाट अप्रभंस भएर बनेको हो । यो एउटा ऐतिहासिक सहर हो । विगतमा शतप्रतिशत नेवारहरूको बसोबास रहेको यस पुरानो सहरमा हाल अन्य जातजातिका मानिसहरूको पनि बसोबास रहेको पाइन्छ । श्रीखण्डपुरबासीको आराध्यदेव भगवान श्रीश्वेत भैरवनाथ हुन् । भैरवलाई शिवको क्रोध र घोर रुप मानिन्छ । साथै अष्टमातृका गणको रूपमा पनि पूजा गरिन्छ । ६४ भैरवलाई ८ समूहमा विभाजन गरी प्रत्येकको नामाकरण गर्दा यी श्वेत भैरवनाथ उन्मत्त भैरवनाथ समूहमा पर्दछन् ।

श्रीखण्डपुरमा प्यागोडा शैलीमा निर्माण गरिएको श्रीश्वेत भैरवनाथको प्रख्यात एवम् प्राचीन मन्दिर रहेको छ । श्रीखण्डपुरको उत्तरी ढोका नजिकै रहेको यस मन्दिर लिच्छवीकालमा स्थापना भएको र मल्ल कालमा व्यवस्थित रूपमा बनाइएको तथ्य शिलालेखमा पाइन्छ । तीन तला भएको यस श्रीश्वेत भैरवनाथको मन्दिर निकै कलात्मक र आकर्षक रहेको छ । यस मन्दिरको पहिलो तल्लाको छानो झिगटीको, दोस्रो र तेस्रो तल्लाको छाना सुनको जलप लगाइएको तामाको रहेको छ । मन्दिरमा चार नाग सहितको गजुर छ । छानाको चार कुनामा रहेको चरा र भैरवको मूर्ति पनि सुनको

जलप लगाइएको तामाकै रहेको छ । मन्दिरको प्रमुख प्रवेशद्वार अगाडि दायाँ र बायाँ सिंहले पहरा दिएका छन् । यस मन्दिरको भित्र १२ देवगण, गणेश, बालकुमारी, भैरव, वैष्णवी, महेश्वरी, भद्रकाली, महाकाली, सङ्कटा, बाराही, ईन्द्रायणी, ब्रम्हायणी र महालक्ष्मी राखिएका छन् । भक्तजनहरूले यही पूजा अर्चना गर्ने गर्दछन् ।

वि.सं. १९९० मा गएको महाभूकम्पले यस मन्दिरलाई क्षति गरेकाले पुनः निर्माण गरियो । पुनः निर्माणका क्रममा मन्दिरको चारैतर्फ चार ढोका रहेकोमा पूर्व पट्टि मात्र ढोका राखी पुनः निर्माण गरिएको छ । वि.सं.२०७२ को भूकम्पबाट मन्दिर नभत्के तापनि मर्मत सम्भार भने गर्नु पर्ने देखिन्छ ।

प्रत्येक वर्षको अन्तिममा दुई दिन बाँकी हुँदादेखि नववर्षको पाँच दिनसम्म मनाइने विस्केट जात्रा भक्तपुरमा जस्तै यस श्रीखण्डपुरमा पनि हर्षोल्लास र धुमधामका साथ मनाउने गरिन्छ । वर्षको दोस्रो अन्तिम दिन सोरखुट्टे पाटी (हाल स्वास्थ्य केन्द्र रहेको स्थान)को पछाडि रहेको चौरमा लिङ्गो उभ्याइन्छ । पहिले पहिले यो लिङ्गो नाला सल्लाघारी वनबाट ल्याइन्थ्यो भने हाल छलेश्वर वनबाट ल्याइन्छ । उक्त दिन मुख्य डबलीमा रथ तयार गरी गणेश, कुमार र भैरव सहितको रथमा मता पूजाका साथ भैरव मन्दिरसम्म बाजागाजा सहित जात्रा गरी लगिन्छ । नव वर्षको बैशाख १ गते श्रीखण्डपुरबासी सबैको घरघरबाट मन्दिरमा रहेका देवता र जात्रा गर्ने देवतालाई पूजा गर्न श्री श्वेत भैरव मन्दिरमा जान्छन् । इच्छुक भक्तजनहरूले मन्दिरको देवतालाई बलिसमेत दिने गर्दछन् । दिउँसोको समयमा द्वारेले बलिसहितको सरकारी पूजा लायकुबाट श्री श्वेत भैरव मन्दिरमा लैजान्छन् र राति रथलाई बाजा नराखीकन श्रीखण्डपुरको मुख्य चोकमा लगिन्छ । बैशाख २ गते मुख्य जात्रा “कलन दान” गरिन्छ । बिहान १० बजेतिर रथलाई बाजागाजासहित श्रीखण्डपुरको पूर्वी ढोकासम्म लगिन्छ र फर्काएर पुनः लायकुसम्म ल्याइन्छ ।

श्रीखण्डपुरबासहीरूको मुख्य बाली लगाउने समयमा सम्पूर्ण श्रीखण्डपुरबासीको मङ्गल, सुस्वास्थ्यको कामना गरी श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिरमा ‘देशपूजा’ र ‘वुसादान’ गरिन्छ । देशपूजा आरोग्यता वा स्वास्थ्य कल्याणका लागि देशपूजा श्री श्वेतभैरवनाथको मन्दिर स्थापना भएको दिवसका रूपमा वुसादान गरिन्छ । यस मन्दिरमा नवदुर्गा जात्राको विसर्जन पूजा पनि गरिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिर जस्तै तपाईँको विद्यालय वा समुदायमा रहेको कुनै एक मन्दिरको नाम छनोट गर्नुहोस् । उक्त मन्दिरको बारेमा नजिकका बुढापाका वा मन्दिरको बारेमा जानेबुझेका मानिसहरूसँग सोधपुछ गर्नुहोस् र त्यसको धार्मिक एवम् पौराणिक कुराहरू समावेश गरी एउटा लेख तयार पारेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

२. **तपाईँको विद्यालय वा समुदायमा रहेको कुनै एक मन्दिरको बारेमा एउटा पौराणिक कथा तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **कक्षामा भएका सबै विद्यार्थीहरू दुई समूहमा बराबरी सङ्ख्यामा बाँडिएर बस्नुहोस् । दुबै समूहले एक एकजना टोली नेता छान्नुहोस् र श्वेत भैरवनाथ पाठका आधारमा १०/१० ओटा प्रश्नहरू समूहमा छलफल गरी तयार गर्नुहोस् । प्रश्नहरू सकेसम्म एक अर्को समूहसँग फरक पर्ने गरी तयार गर्नुहोस् । त्यसपछि पालैपालो एउटा समूहबाट प्रश्न सोध्नुहोस् र अर्को समूहलाई उत्तर भन्न लगाई प्रश्नोत्तर खेल खेल्नुहोस् । मिले नमिलेको जाँच गरी मूल्याङ्कन गर्न शिक्षकलाई अनुरोध गर्नुहोस् । सबै प्रश्नको जवाफ आइसकेपछि विजेतालाई तालीद्वारा हौसला प्रदान गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तल दिइएका प्रश्नहरूमा मिल्ने उत्तर छानी गोलो (o) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. श्वेतभैरव नाथको मन्दिर धुलिखेल नगरपालिकाको कुन वडामा रहेको छ ?

अ. ४   आ. ५
इ. ६   ई. ७

ख. ६४ भैरवलाई कतिओटा समूहमा विभाजन गरिएको छ ?

अ. ४   आ. ६
इ. ८   ई. १२

ग. श्रीखण्डपुरमा रहेको श्वेत भैरवनाथको मन्दिर कुन शैलीमा निर्माण गरिएको छ ?

अ. प्यागोडा शैली   आ. शिखर शैली
इ. स्तुप शैली   ई. मिश्रित शैली

घ. श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिरको भित्रपट्टि कतिओटा देवगणहरू रहेका छन् ?

अ. ९   आ. १०
इ. ११   ई. १२

ङ. श्रीखण्डपुरबासहीरूले मुख्य बाली लगाउने बेलामा आरोग्यता वा स्वास्थ्य कल्याणका लागि गरिने पूजालाई के भनिन्छ ?

अ. वुसादान   आ. देशपूजा
इ. कलनदान   ई. बलिपूजा

२. **तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिर कहाँ रहेको छ ?

ख. श्रीखण्डपुरको पुरानो नाम के हो ?

ग. श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिरको स्थापना कहिले भएको हो ?

घ. श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिरमा रहेका १२ ओटा देवगणहरूको नाम उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ. श्री श्वेत भैरवनाथ मन्दिरको धार्मिक र पौराणिक महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

च. श्रीखण्डपुरमा मनाइने विस्केट जात्राको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

पाठ ३

धुलिखेलका परम्परागत पोखरीहरू

एउटा सानो स्थिर र जमिनमा आधारित रहेर पानी जमेको स्थानलाई पोखरी भनिन्छ । जब मानिसले विकासको क्रममा आफ्नो जीवनशैलीमा परिवर्तन गर्दै लगे तत्पश्चात मानिसले गाँस, बास र कपास जस्ता अनिवार्य आवश्यकताहरूको महसुस गर्दै गए । बाँच्नको लागि नभइ नहुने तत्त्वको रूपमा पानी रहन गयो । मानव विकासका क्रममा पानीलाई सङ्कलन गरी प्रयोग गर्न कुवा, इनार, पोखरी जस्ता संरचनाहरूको निर्माण गर्न थालियो । त्यसको प्रभाव धुलिखेलमा पनि पर्न गयो । धुलिखेल नगर पनि पुरानो ऐतिहासिक बस्ती मध्येको एक हो । यहाँ प्रायः नेवार समुदायको बसोबास रहेको पाइन्छ । त्यसैले यहाँ ऐतिहासिक, परम्परागत र पुराना पोखरीहरू (नेवारीमा पुखुहरू) रहेका छन् ।

धुलिखेल नगरपालिकाभित्र विभिन्न पोखरीहरू रहेका छन् तापनि सहरी क्षेत्रभित्र रहेका पोखरीहरूले इतिहास र परम्परालाई जीवन्त राख्न सफल भएका छन् । धुलिखेल नगरमा रहेका स्थानीय जानकारहरूका अनुसार यहाँका पोखरीहरू मल्लकालमा निर्माण भएको भन्ने भनाइ रहेको छ । मल्लकालमा राजा विश्व मल्लकी महारानी गंगा मल्लले राजकुलो निर्माण गराएकी थिइन् । राजकुलो निर्माण गर्ने क्रममा पानीको मुहान रहेको ठाँउमा कुवा र पोखरी सँगसँगै निर्माण गर्न लगाएको भन्ने भनाइ रहेको छ । राजकुलो निर्माण गर्नु र सँगै पोखरी निर्माण गर्न लगाउनुले यी दुईबिच अन्योन्याश्रित सम्बन्ध रहेको कुरा पुष्टि गर्दछ । त्यस समयदेखि हालसम्म धुलिखेल नगरमा निर्माण भएका परम्परागत पोखरीहरूमा सरस्वती पुखु, बाघटोल पुखु, इति पुखु, महादेव पुखु, सिद्ध पुखु, हकं पुखु, भिमसेन पुखु आदि रहेका छन् ।

सरस्वती पुखु (पले पुखु/कमल पोखरी)

यो पोखरी धुलिखेल स्थित सरस्वती बजारको बिच भागमा रहेको छ । यो पोखरी राजा विश्व मल्लकी महारानी गङ्गा मल्लले राजकुलो निर्माण गर्ने क्रममा राजकुलोको छेउमा निर्माण गर्न लगाएको भन्ने भनाइ रहेको छ । यसको पुरानो नाम पले पुखु वा कमल पोखरी हो । हाल यसलाई सरस्वती पुखुका नामले चिनिन्छ । नेवारी भाषामा पले स्वाँ को अर्थ कमलको

फूल हो । तत्कालीन अवस्थामा यस पोखरीमा कमलको फूल फुल्ने भएकाले यसको नाम पले पुखु भनिन्थ्यो । प्रमुख जिल्ला अधिकारी श्री लक्ष्मण सुब्बाद्वारा वि.सं. २०३० मा शिलान्यास गरी (पलेपुखु) पोखरीको पुनःनिर्माण गरिएको थियो । पुनःनिर्माण पछि यहाँ कमलको फूल रोपिएको छैन । यद्यापि पोखरीले धुलिखेलकै सौन्दर्य बढाइ परम्परागत पोखरीलाई जोगाउनुका साथै पर्यटकलाई आकर्षण गरेको छ ।

महादेव पोखरी (महा द्यो पुखु)

यो पोखरी धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ५ लासंटोलमा रहेको छ । यो महादेव पोखरीलाई महा द्यो पुखुको नामले पनि चिनिन्छ । पोखरीको बिच भागमा महादेवको मूर्ति रहेकाले यसलाई महादेव पोखरी अर्थात महाद्यो पुखु भनिएको हो । पहिले पहिले वर्षातको पानी जम्मा भएर पोखरी भरिन्थ्यो र हिउँदसम्म पानी रहन्थ्यो । पछि सुकेर जान्थ्यो । वि.सं. २००९ मा श्रीखण्डपुरमा धारा निर्माण गर्ने क्रममा यो पोखरीको पनि मर्मत सम्भार गरिएकाले त्यस बेलादेखि यसको महत्त्व झन बढ्न गएको हो । यो पोखरीमा हाल स्थानीय निकाय र स्थानीय सरोकारवालाको चासो बढ्न गएका कारण पुनःनिर्माण सम्पन्न भई आकर्षक पोखरीको रूपमा रहन गएको छ ।

धुलिखेलका परम्परागत पोखरीहरूको महत्त्व

धुलिखेल नगरभित्र रहेका परम्परागत पोखरीहरू ऐतिहासिक एवम् पर्यटकीय दृष्टिले महत्त्वपूर्ण रहेका छन् । परापूर्वकालदेखि चलिआएका धर्म, संस्कृति, संस्कार र परम्परासँग जोडिएका छन् । यी पोखरीहरू हाम्रा पितापुर्खाहरूले बेलाबखतमा संरक्षण र संवर्द्धन गर्दै आइरहेका छन् । यी पोखरीहरूले आन्तरिक र बाह्य पर्यटकहरूलाई आकर्षित गरिरहेका छन् । यसले विद्यार्थी एवम् अनुसन्धानकर्ताहरूका लागि भौगर्भिक, जैविक र सामाजिक सम्बन्धको बारेमा अध्ययन अनुसन्धान गर्न सहयोग पुऱ्याइरहेको छ अर्थात धुलिखेलमा रहेका परम्परागत पोखरीहरूको सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, पर्यावरणीय, पर्यटकीय आदि विषयमा विशेष महत्त्व रहेको पाइन्छ ।

तत्कालीन समाजले महशुस गरेका पोखरीको आवश्यकता

धुलिखेल एक ऐतिहासिक कला, संस्कृतिको धनी नगर हो । यहाँका हरेक पोखरीहरू पनि त्यसकै परिपूरक हुन् । त्यसैले पोखरीको आवश्यकता निम्नानुसार रहेको छ :

- पानीको पुनःभरणका लागि
- आगलागीका समयमा प्रयोग गर्नका लागि

- वर्षाको पानी सङ्कलनका लागि
- हिउँदको समयमा पशुपन्छी र चराचुरुङ्गीहरूलाई पिउनका लागि
- सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षणका लागि
- वातावरणलाई स्वच्छ र हराभरा राख्नका लागि
- पर्यटक तथा स्थानीय मानिसहरूले विश्राम लिने थलोका लागि

धुलिखेलका परम्परागत पोखरीहरूको वर्तमान अवस्था

धुलिखेल नगरभित्र विभिन्न प्रकारका पोखरीहरू रहेका छन् । पोखरीको परम्परागत महत्त्व र सामाजिक स्वार्थलाई बेवास्ता गरिएका कारण पोखरी प्रदूषित हुन गई बेलाबखतमा वातावरणलाई नै प्रतिकूल असर पारिरहेका हुन्छन् । पोखरीबाट मानव जीवनमा हुन जाने फाइदाहरूप्रति सचेत नभएर पनि त्यसो हुन गएको पाइन्छ । बढ्दो सहरीकरणका कारण मानिसहरूको बसोबास घना भएर पनि फोहर व्यवस्थापनमा कठिनाई हुन गई पोखरीमा फोहर फाल्ने गरेर पनि प्रदूषण हुने गरेको छ । हाल घर घरमा नै पानीको धारा जडान गरिएकाले जीवनशैलीमा परिवर्तन हुन गई पोखरीको पानी प्रयोग गर्न नपरेका कारण संरक्षणमा उदासिनताले गर्दा पनि प्रदूषण बढ्न गएको छ । धारा, पोखरी, इनार सफा गर्ने परम्परागत पर्वहरूलाई बेवास्ता गरिएको कारणले पनि प्रदूषण हुन गएका छन् । तर हाल स्थानीय सरकार र समुदायको पहलमा अधिकांश पोखरीहरूको मर्मतसंभार र संरक्षण गर्ने कार्य भएकाले नगरको सौन्दर्य थप सुदृढ भएको पाइन्छ ।

धुलिखेलका परम्परागत पोखरीहरूको संरक्षणका उपायहरू

धुलिखेल नगरभित्र रहेका पोखरीहरूको संरक्षण र संवर्द्धन गर्न विद्यार्थी, शिक्षक, विद्यालय, समुदाय र स्थानीय तहको भूमिका महत्त्वपूर्ण रहेको हुन्छ । विद्यार्थीहरूले पोखरीहरूको बारेमा अध्ययन अनुसन्धान गरेर त्यसलाई कसरी संरक्षण गर्न सकिन्छ भनी योजना बनाई कार्यान्वयन गर्न सकिन्छ । अर्थात पोखरी संरक्षणका लागि जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू जस्तैः सडक नाटक, र्‍याली, वादविवाद, निबन्ध लेखन, समुदाय छलफल आदि कार्यक्रम गर्न सकिन्छ । विद्यालय र शिक्षकले विद्यार्थीहरूलाई पोखरीहरूको अवलोकन भ्रमण गराई प्रतिवेदन तयार गर्न लगाएर, विद्यालयको नजिक पोखरी रहेको स्थानका व्यक्तिहरूको भेला गराई अन्तरक्रिया, छलफल र समन्वय गरेर संरक्षण र संवर्द्धनमा टेवा पुर्‍याउन सकिन्छ । समुदायले पोखरीको धार्मिक र सांस्कृतिक पहिचान कायम राखेर, त्यसको इतिहासलाई जगेर्ना गरेर, समुदायमा छलफल गरेर योजना निर्माण गरी स्थानीय सरकार, प्रदेश सरकार,

केन्द्रीय सरकार र पुरातत्व विभागमा समन्वय र सहकार्य गरेर संरक्षण र संवर्द्धनमा सहयोग गर्न सकिन्छ । स्थानीय तहले आफ्नो नगरभित्र रहेका सम्पूर्ण पोखरीहरूको लगत निकालेर त्यसको सम्पूर्ण वस्तुस्थिति अध्ययन अवलोकन गरेर प्राथमिकता निर्धारण गरी प्राथमिकताका आधारमा आर्थिक एवम् प्राविधिक सहयोग प्रदान गर्दै स्थानीय वडा र समुदायसँग समन्वय र सहकार्य गरी संरक्षण र संवर्द्धन गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका पोखरीहरूको खोजी गरी पत्ता लगाउनुहोस् । तलको तालिकामा भर्नुहोस् र कक्षामा शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।**

क्रं.सं.	पोखरीको नाम	ठेगाना		पोखरीको ऐतिहासिक महत्त्व
		वडा	स्थान	

२. **तपाईँको विद्यालय वा समुदायको नजिकमा रहेको पोखरीको बारेमा नजिकका जेष्ठ नागरिक तथा जानेबुझेका व्यक्तिहरूसँग सोधखोज गरी ऐतिहासिक र पौराणिक महत्त्व उल्लेख गरी कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।**

३. **कक्षामा 'पोखरीको संरक्षणमा हाम्रो दायित्त्व' विषयमा निबन्ध लेखन प्रतियोगिताको आयोजना गर्नुहोस् र शिक्षकलाई मूल्याङ्कनको लागि सहयोग लिनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तल दिइएका प्रश्नको सही विकल्पमा (√) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. एउटा सानो स्थिर र जमिनमा आधारित रहेर पानी जमेको स्थानलाई के भनिन्छ ?

अ. कुवा　　आ. पोखरी

इ. इनार　　ई. झरना

ख. हाल धुलिखेलमा रहेका पोखरीहरूको निर्माण सुरुमा कसले निर्माण गर्न लगाएको भन्ने भनाइ रहेको छ ?

अ. गङ्गा मल्ल आ. लालामती मल्ल

इ. विश्वालक्ष्मी मल्ल ई. जयराजलक्ष्मी मल्ल

ग. सरस्वती पुखुलाई अर्को कुन नामले चिनिन्छ ?

अ. हकं पुखु आ. इति पुखु

इ. पले पुख ई. सिद्धि पुखु

घ. धुलिखेलमा रहेको महादेव पोखरी कुन ठाउँमा रहेको छ ?

अ. धुलिखेल बजार आ. शङ्खुपाटीचौर

इ. श्रीखण्डपुर ई. देवीटार

ङ. धुलिखेल नगरपालिकामा रहेका पोखरीहरूको संरक्षण संवर्द्धन गर्न प्रमुख भूमिका कसको रहेको हुन्छ ?

अ. समुदाय आ. शिक्षक

इ. विद्यार्थी ई. कलाकार

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका दुईओटा ऐतिहासिक पोखरीहरूको नाम र स्थान लेख्नुहोस् ।

ख. धुलिखेलमा पुखुहरूको निर्माण कहिले र कसले गराएका हुन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

ग. सरस्वती पुखुको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

घ. पोखरीहरूको महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ. हाल पोखरीहरूको महत्त्व घट्दै जानुका कारणहरू लेख्नुहोस् ।

च. तपाईँ समुदायको एक असल नागरिकका हिसाबले पोखरीको संरक्षणमा के के गर्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

पाठ ४

हाम्रो कपिलेश्वर झरना र गुफा

झरना पानीको स्रोत हो । सामान्य रूपमा झरनालाई प्राकृतिक सुन्दरताको रूपमा हेर्ने गरिन्छ । यसले सौन्दर्य र शालीनता प्रदर्शन गर्नुका साथै आन्तरिक र बाह्य पर्यटकहरूको ध्यान तानिरहेको हुन्छ । त्यसकै झल्को दिनेगरी धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ११ पातलेखेतमा महत्त्वपूर्ण धार्मिक र प्राकृतिक स्थलको रूपमा कपिलेश्वर महादेव र कपिलेश्वरी देवीको मन्दिर रहेको छ । सोही स्थानमा पर्यटकहरूको मन लोभ्याउने गरी मनोरम झरना र गुफा रहेको छ । सो झरना र गुफालाई कपिलेश्वर झरना र गुफा भन्ने गरिन्छ । यसलाई पातले झरना र गुफा पनि भनिन्छ ।

भक्तपुरका राजा जगज्योति मल्लबाट वि.सं. १६८० मा पातलेखेत गाउँ धितालहरूलाई विर्ता दिइएको थियो । तर यहाँ धितालहरूले विर्ता पाउनुभन्दा पहिले देखिनै बस्ती रहेको अनुमान गर्न सकिन्छ । बझाङ्गे गह्रो, कर्णेलको वन जस्ता ठाउँहरूको नाम सुन्दा परापूर्व कालदेखि नै बस्ती रहेको अनुमान गर्न सकिन्छ । करिब १८ औं शताब्दीको अभिललेख तथा अग्रज व्यक्तिहरूको भनाइ अनुसार पातलेखेत स्थित धिताल खोला र आरुबोट खोलाको सङ्गमस्थल बास्कोटे तथा कपिलेश्वर सामुदायिक वनको पुच्छारमा कपिलेश्वर झरना र गुफा रहेको छ । विपी राजमार्ग अन्तर्गत पातलेखेत शीतलबस्तीबाट २.७५ किलोमिटरको यात्रा पश्चात उक्त स्थानमा पुग्न सकिन्छ । यस ठाउँको उत्पत्तिको किंवदन्ती पनि रमाइलो छ । एकदिन उक्त स्थानमा गाईपालक किसानको एउटा कैली गाई हराउँछ । हराएको कैली गाईको खोजी गर्ने क्रममा त्यहाँको

ओडारमा बसेको र नजिकै गाईले तप तप दुध चुहाउँदै गरेको देखियो । उक्त कैली गाई लैनो भएको तर घरमा दुध दुहुन जाँदा नदिने र चरनको क्रममा सो ठाउँमा पुगेपछि दुध चुहाउने गरी दैनिक रूपमा सोही कार्य गाईले दोहोऱ्याउने गरेकाले शङ्का लागि हेर्दा उक्त ठाउँमा शिला भेटियो । शिलालाई कोरेर हेर्दा महादेवको मूर्तिको आकृति भेटियो । कैली गाईको इतिहाससँग जोडिएर आएका कारण यस आकृतिको मूर्तिलाई कपिलेश्वर महादेव, झरनालाई कपिलेश्वर झरना र गुफालाई कपिलेश्वर गुफाको नामले प्रख्यात रहेको छ भने पछि कपिलेश्वर ऋषि समेत सो ठाउँमा केही समय रहेको भन्ने जनश्रुति रहेको पाइन्छ ।

यस ठाउँको बारेमा अर्को पनि किंवदन्ती रहेको छ जस अनुसार एकदिन कपिलमुनी ऋषि घुम्दै यस ठाउँमा आइपुगेछन् र बास बसेछन् । बास बसेपछि खाना बनाई खान लाग्दा खरानी बनेछ । ऋषिले रिसाएर त्यो खरानीलाई लात्ताले हान्दा महादेवलाई लाग्न गई महादेव रिसाएछन् र प्रकट भएछन् । त्यस पछि कपिलमुनी ऋषि त्यही गुफामा बस्ने, झरनामा नुहाउने र महादेवको आराधना गर्न थालेपछि उक्त स्थानको नाम पनि कपिलेश्वर झरना र गुफा रहन गएको हो भन्ने जनश्रुति पनि रहेको पाइन्छ ।

कपिलेश्वर झरना

धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ११ पातलेखेतमा रहेको धिताल खोला र आरुबोट खोलाको सङ्गमस्थल बासकोटे तथा कपिलेश्वर सामुदायिक वनको पुच्छारमा पानीको झरना रहेको छ ।

यसलाई कपिलेश्वर झरना भनिन्छ । यस आकर्षक झरनामा विभिन्न मुलहरूको पानी जम्मा भई लामो पहराबाट खसेको पानीको आकर्षक दृश्य, पौडी पोखरी र पहरो वरिपरि फूल, लहरा र पानको बोटहरूसमेत देख्न सकिन्छ । यसले यहाँ आउने जो कोहीको मन पनि रमाउँछ । यसको प्राकृतिक छटालाई जगेर्ना गर्दै संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

कपिलेश्वर गुफा

कपिलेश्वर झरनाभन्दा केही तल कपिलेश्वर गुफा रहेको छ । उक्त गुफाभित्र धेरै चमेराहरूको बासस्थान रहेको छ । यस गुफाको भित्रपट्टि पसेर हेर्दा ओढार परेको र बिचबाट माथितिर फर्केर हेर्दा आकास देख्न सकिन्छ । भित्र प्रवेश गर्न र बाहिर निस्कनको लागि अलग अलग बाटो समेत रहेको छ । सुरुमा गुफा निकै ठूलो भएता पनि हाल बाढी पहिरोले पुरिएको साथै संरक्षण र संवर्द्धनको अभावका कारण हाल निकै सानो भएको कुरा स्थानीय बुद्धिजीवीहरूको भनाइ रहेको छ ।

वि.सं. १८३३ को पुरानो लिखत कागजातमा समेत फूलबारी, दाप्चा र पातलेखेतको कपिलेश्वर मन्दिरको जगेर्ना हुनुपर्छ भनी उल्लेख गरेको पाइन्छ । सो अनुसार स्थानीय समाजसेवीहरूको संलग्नतामा र धार्मिक आस्थाका आधारमा मन्दिर सुधार गर्न, शिलालेख, ताम्रपत्र लगायत सत्तल, पाटी निर्माण तथा व्यवस्थापन गरेको पाइन्छ । यो ठाउँ त्रिवेणी भएकाले घाटको रूपमा पनि विकास भएको छ । स्थानीयहरूको सक्रियतामा पाटीको निर्माण, मन्दिरको पूजा व्यवस्थापन र बाटोघाटोको निर्माण आदि कार्यहरू सञ्चालन हुँदै आइरहेको छ । यहाँ शिवरात्री, बालाचतुर्दशी, तीज, एकादशी र साउनको हरेक सोमबारका दिन मेला लाग्नुका साथै पूजाआजा गरी जाग्रामसमेत बस्ने गरेको पाइन्छ । यस ठाउँको राम्रो संरक्षण र संवर्द्धन गरी प्रचारप्रसार गर्न सके आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक बढ्न सक्ने देखिन्छ । आन्तरिक र बाह्य पर्यटकलाई थप आकर्षण गर्न सकेमा यहाँ रहेका होमस्टेहरू थप फस्टाउनुका साथै रोजगार र आन्तरिक आम्दानीमा वृद्धि भई आर्थिक उपार्जनमा समेत टेवा पुग्दछ । प्राकृतिक र भौगर्भिक अध्ययन अनुसन्धानमा समेत यसको महत्त्व रहेको छ ।

क्रियाकलाप

१. **तपाईँहरूको कक्षामा रहेका साथीहरूसँग छलफल गरी कपिलेश्वर झरना र गुफाको स्थलगत भ्रमणको तयारी गर्नुहोस् । त्यसपछि कार्ययोजना निर्माण गरी जिम्मेवारी बाँडफाँड गर्नुहोस् र शिक्षकलाई देखाउनुहोस् । त्यसपछि शिक्षक सहित उक्त स्थानको भ्रमण गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् । उक्त प्रतिवेदनलाई कक्षमा प्रस्तुत गरी सुरक्षितसाथ पुस्तकालयमा राख्नुहोस् ।**

२. **कपिलेश्वर झरना र गुफाको भ्रमण गरे पश्चात केही तस्विरहरू खिच्नुहोस् र साथीहरूसँग भएका तस्विरहरू सङ्कलन गरी नदोहोरिने गरी प्रिन्ट गरेर प्रदर्शन पाटीमा टाँस गर्नुहोस् ।**

३. **तपाईँले धुलिखेल नगरमा रहेको कपिलेश्वर झरना जस्तै अन्य कुनै झरना देख्नुभएको छ भने त्यसको बारेमा सोधखोज गरी जानकारीमा आएका कुराहरू समावेश गर्दै एउटा लेख तयार गर्नुहोस् र शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **पाठको आधारमा खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. पातलेखेत गाउँ धितालहरूले भक्तपुरका राजा .... बाट विर्ता पाएका हुन् ।

ख. कपिलेश्वर झरना धुलिखेल नगरपालिका वडा नं. ११ स्थित .... पर्दछ ।

ग. कपिलेश्वर झरणालाई .... झरणा पनि भनिन्छ ।

घ. कपिलेश्वर गुफाभित्र .... बासस्थान रहेको छ ।

ङ. कपिलेश्वर झरना र गुफा हेर्न आन्तरिक तथा बाह्य .... आउने गर्दछन् ।

२. **तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. झरना भनेको के हो ?

ख. कपिलेश्वर झरना र गुफा कहाँ पर्दछ ?

ग. कपिलेश्वर झरना र गुफाको पर्यटकीय महत्त्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. कपिलेश्वर झरना र गुफाको नाम कसरी रहन गएको हो भन्ने बारेमा उल्लेख भएका जनश्रुतिहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ. कपिलेश्वर झरना र गुफाको संरक्षण र संवर्द्धन गर्न के के उपायहरू अवलम्वन गर्न सकिन्छ ? तपाईँका आफ्ना धारणा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ५

धुलिखेलको पर्यटन

पर्यटकीय स्थल भन्नाले पर्यटकहरूले मनोरञ्जन प्राप्त गर्नका लागि घुमफिर गर्ने ठाउँ भन्ने बुझिन्छ। सबै ठाउँ पर्यटकीय स्थल बन्न सक्तैनन् । त्यस्ता ठाउँ मात्र पर्यटकीय स्थल बन्छन् जुन ठाउँमा ताल, हिमाल, पहाड, मन्दिर, चौर, बगैँचा, झरना, मठ, मन्दिर, गुम्बा, पार्क, मूर्ति, काष्ठकला, पुरातात्त्विक वस्तुहरू आदि रहेका हुन्छन् । खासमा भन्नुपर्दा पर्यटकीय स्थल भन्नाले बढी भन्दा बढी पर्यटकहरू आकर्षण गर्ने ठाउँ भन्ने नै बुझिन्छ । जसले पर्यटकहरूलाई थकानमुक्त गराई मनोरञ्जन र आनन्द प्रदान गर्दछ। पर्यटन भन्नाले घुम्ने काम भन्ने बुझिन्छ। पर्यटकले पर्यटन गर्दछन्। पर्यटन तीर्थयात्रा नभएर मनोरञ्जन प्राप्त गर्ने र घुमफिर गर्ने काम हो। जसबाट व्यक्ति वा पर्यटकले नयाँ ठाउँ ताल, पोखरी, हिमालका चाँदी झैं टलक्क टल्कने दृश्य, मठ, मन्दिर, झरना, विमानस्थल, पुल, नदीनाला, पहाड, बगैँचा, पार्क, गुम्बा, पुरातात्त्विक वस्तुहरू, कला, धर्म, संस्कृति, सम्प्रदाय आदिका बारेमा जानकारी प्राप्त हुन्छ।

धुलिखेल नेपालको राजधानी काठमाडौँ नजिकै रहेको सुन्दर नगर हो । यहाँबाट सुन्दर हिमशृङखलाको दृश्यावलोकन गर्न र सुन्दर हरियालीको अनन्द लिन थुप्रै पर्यटकहरू आउँछन् । यहाँको मठ मन्दिर, पाटिपौवा आदिका कलाले पर्यटकलाई लौभ्याउँछ । धार्मिक पर्यटन गर्नेहरू पनि यहाँको गौखुरेश्वर, श्वेत भैरव, नारायण मन्दिर, भगवती मन्दिर दर्शन गर्न आउछन्। धुलिखेलका चाडपर्व, जात्रा तथा उत्सवहरू सांस्कृतिक पर्यटनका लागि महत्त्वपूर्ण छन्। जिपलाइन र प्याराग्लाइडिङ जस्तो साहसिक पर्यटनका लागि पनि धुलिखेल उपयुक्त गन्तव्य हुनसक्छ । त्यसैले धुलिखेलमा पर्यटनको प्रचुर सम्भावना रहेको छ। यसको विकासका लागि धुलिखेलको सरसफाइ, पर्यटनको सेवा तथा सुरक्षामा पनि ध्यान दिन जरुरी हुन्छ। त्यस्तै मानिसको बोली, व्यवहार आदिको पनि पर्यटकले पहिचान गर्दछन् ।

पर्यटक आफूमात्र होइन अरु थप पर्यटकहरूलाई पर्यटन गर्न ल्याउनका लागि स्थानीय स्तरका जुन ठाउँ पर्यटन गर्न लायकका छन् त्यस ठाउँका मानिसको शत प्रतिशत नै भूमिका रहेको हुन्छ ।

पर्यटकीय स्थल संरक्षणका लागि समुदाय, विद्यालय र विद्यार्थीको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । काभ्रेपलाञ्चोक जिल्ला स्थित धुलिखेल नगरपालिकामा रहेका पर्यटकीय स्थलहरूका बारेमा भन्नुपर्दा पर्यटकहरूका लागि मनै लोभ्याउने दृश्यावलोकन गर्न सकिने मनमोहक धेरै ठाउँहरू छन् । ती ठाउँहरूमा देवीस्थान, हजारसिँढी, बलभद्र कुँवर पार्क, बखुण्डोल र शारदाबतासेमा रहेका बुद्ध पार्क, सरस्वती बजारमा रहेको बाघको मूर्ति सहितको पार्क, काभ्रे भञ्ज्याङमा रहेको मदन भण्डारी पार्क, देवीटारमा रहेको देवीस्थान मन्दिर, धुलिखेलको पुरानो बजारमा रहेका पुरातात्त्विक घर तथा मन्दिरहरू, पोखरीहरू, झरना तथा गुफा, वनजङ्गल, जिपलाइन, साइकल ट्रेल, सोह्रखुट्टे पाटी आदिलाई लिन सकिन्छ ।

माथि भनिए झैं पर्यटकीय स्थलको प्रवर्धनका लागि घर, त्यसपछि समाज र समाजद्वारा स्थापित अभियानलाई थप हौसला र प्रोत्साहन स्वरुप विद्यार्थीलाई उचित शिक्षा तथा मार्गनिर्देश गर्ने काम विद्यालयको पनि हो । अहिले सबै बालबालिका परिवारर समुदायबाट विद्यालय गएका हुन्छन् । त्यसैबाट उनीहरूले विद्यालयमा सिकेका थप कुराहरू पनि परिवारमा र समुदायमा संवाहकको रूपमा सञ्चार गर्दछन् । '**समृद्ध धुलिखेलका लागि पर्यटकीय विकास, शिक्षा, स्वास्थ्य, व्यापार र आवास**' भन्ने धुलिखेल नगरपालिकाको नारालाई मूर्त रुप दिन नगरपालिकाले समाजको टोल सुधार समिति, वडा कार्यालय, समुदाय, विद्यालयसँग बेलाबेलामा सम्पर्क गर्ने, भेला गर्ने, अनुगमन गर्ने, सुझाव दिने, राम्रो काम गर्नेका लागि पुरस्कारको व्यवस्था गर्ने आदि कार्य गर्नुपर्दछ । यसो गरेमा अझ आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकहरूको सङ्ख्या बढ्न जान्छ । स्थानीयहरूको रोजगारीमा बृद्धि हुन गई आम्दानी समेत बढ्न जान्छ । पर्यटकीय स्थलको सरसफाइ भई पर्यटकहरूको बृद्धिका कारण उनीहरूले धुलिखेल नगरपालिकाको प्रचार प्रसार गर्ने र तस्विरहरू खिचेर सामाजिक सञ्जाल लगायत अन्यत्र पनि लाने हुनाले यो नगरपालिका नमूनाको रूपमा परिचित हुन पुग्दछ । त्यसका लागि '**एकले थुकी सुकी सयले थुकी नदी**' भने झैं सबै तह र तप्काका व्यक्तिहरू लाग्नु पर्दछ । स्थानीय राजनैतिक व्यक्तित्व, सामाजिक व्यक्तित्व, वौद्धिक वर्ग आदिको सहभागिता हुनुपर्दछ । जनतामा चासो जाग्नुपर्दछ । विना भेदभाव पुरस्कार र दण्डको व्यवस्था हुनुपर्दछ । समावेशीताको सिद्धान्त अवलम्वन गर्नुपर्दछ । '**एकतामा बल हुन्छ**' भन्ने कुरा बुझ्नु जरुरी छ ।

क्रियाकलाप

१. हाम्रो नगरमा रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको बारेमा पत्रपत्रिका, रेडियो, टेलिभिजन, नगर पालिकाबाट प्रकाशन गरिएको पुस्तक लगायत अन्य स्रोतहरूको खोजी गर्नुहोस् र के कस्ता समाचार, लेख वा प्रसारण गरिएको रहेछ सोको सङ्कलन गरी कक्षमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको नाम सङ्कलन गरी चार्टमा लेख्नुहोस् र कक्षमा टाँस गर्नुहोस् ।

३. धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको सरसफाइमा समुदाय, विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिकालाई कक्षमा छलफल गरी बुँदा तयार गर्नुहोस् । तयार गरिएको बुँदाहरूको चार्टमा तयार गरी विद्यालयका सबै विद्यार्थीहरूले देख्नेगरी प्रदर्शन पाटीमा टाँस गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।

क. पर्यटकीय स्थल भन्नाले पर्यटकहरूले मनोरञ्जन प्राप्त गर्नका लागि घुमफिर गर्ने ठाउँ भन्ने बुझिन्छ ।

ख. पर्यटन भन्नाले तीर्थयात्रालाई बुझाउँछ ।

ग. धुलिखेलमा पर्यटन विकास हुँदा स्थानियहरूको रोजगारीमा बृद्धि हुन्छ ।

घ. पर्यटकीय स्थलको सरसफाइमा समुदाय, शिक्षक र विद्यार्थीको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ ।

ङ. पर्यटकीय स्थलको सरसफाइमा स्थानीय जनताको चासो नभए पनि फरक पर्दैन ।

२. तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।

क. पर्यटन भनेको के हो ?

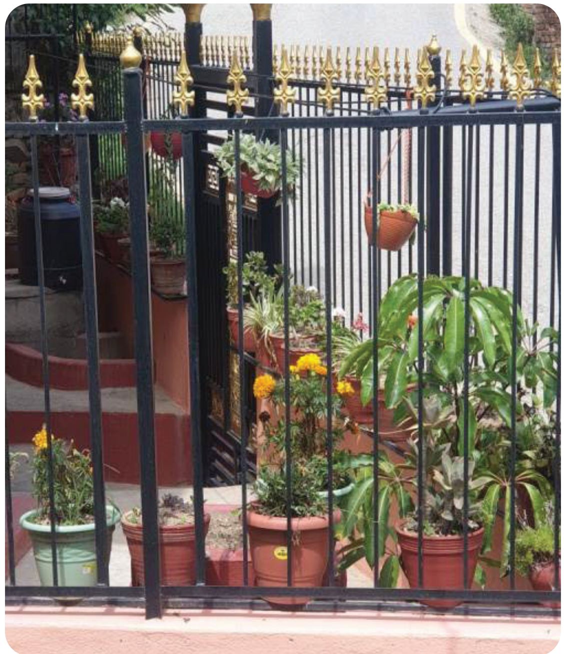
ख. पर्यटकीय स्थल भनेको के हो ?

ग. धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

घ. हामीले हाम्रो नगरमा रहेका पर्यटकीय स्थलहरूको सरसफाइ किन गर्नुपर्दछ ?

ङ. हाम्रो नगरको पर्यटकीय स्थलको संरक्षणमा समुदाय, विद्यालय र विद्यार्थीको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ६ फोहर पानी व्यवस्थापन



(अनिल, सुनिल, सोनाम, कर्साङ र निमा कक्षा सातमा पढ्ने विद्यार्थीहरू हुन् । उनीहरू प्रायः सधैँ सँगसँगै विद्यालय आउनेजाने गर्दछन् । उनीहरूको गाउँ अलि माथि अग्लो ठाउँमा रहेकाले पानीको समस्या झेल्नु परिरहेको छ । पानी लिन टाढासम्म जानुपर्ने हुनाले उनीहरू पनि आफ्ना परिवारलाई सघाउन बिहान सबेरै उठेर पानी लिन जाने गर्दछन् । कहिलेकाहीँ पालो कुर्दाकुर्दै विद्यालय जानसमेत ढिला हुने गर्दछ । आज विद्यालयमा स्थानीय विषय शिक्षकले फोहर पानी व्यवस्थापन भन्ने पाठ पढाउने भन्नुभएको छ । त्यस विषयमा आफू र गाउँलेहरूलाई समेत पनि समस्या परेकोले पानीको व्यवस्थापन सम्बन्धमा छलफल गर्दा पानीको पुनः प्रयोग गर्ने र व्यवस्थापन गर्ने सम्बन्धमा कक्षामा शिक्षकसँग छलफल गर्ने सल्लाह गर्दछन् । उक्त छलफलको अंश यहाँ प्रस्तुत गरिएको छ ।)

अनिल : फोहरमैलाको बारेमा हामीले अघिल्ला कक्षाहरूमा छलफल गर्‍यौं । अब आज चाहिँ घरबाट निस्कने फोहर पानीको बारेमा बताइदिनुहोस् न सर ।

शिक्षक : ल हुन्छ सुन्नुहोस् घरबाट निस्कने फोहर पानी भनेको प्रयोग भैसकेको प्रदूषित वा सफा नभएको पानी हो । यसले हाम्रो घर वरपरको वातावरणलाई समेत असर गर्दछ । घरबाट निस्कने फोहर पानी जस्तैः भान्सा, बाथरुम, लुगा धुँदा, ट्वाइलेट आदिबाट निस्कन्छ । तपाईँहरूले आफ्नो घर र छिमेकमा देख्नुभएको होला नि ?

सुनिल : त्यो त देखेका छौं सर । तर त्यो फोहर पानीको बारेमा सरले बताउनुभएपछि प्रष्ट भयो । हाम्रो गाउँमा पानीको अभाव छ त्यसैले खेर गएको पानीलाई व्यवस्थापन गरेर पुनः प्रयोग गर्न सकिन्छ कि सर ?

शिक्षक : सुनिलले ठिक प्रश्न सोध्नुभयो । ल सबैजनाले राम्रोसँग सुन्नुहोस् है त ।

विद्यार्थीहरू : (एकै स्वरमा) हुन्छ सर ।

शिक्षक : घरबाट निस्कने फोहर पानीलाई व्यवस्थापन गरी पुनःप्रयोग गर्दा पानीको बचत हुनुको साथै समयको बचत र वातावरण संरक्षणमा पनि मद्दत गर्दछ । घरको भान्सा, बाथरुम, लुगा धोएको पानीलाई (साबुन, सरफ कम प्रयोग भएको अवस्थामा) घरको बगैँचा, करेसाबारी, आदिमा सिंचाइ गर्न सकिन्छ । भान्सामा तरकारी पखालेको, भाँडा माझेको, फलफूल पखालेको पानीलाई गमलामा हाल्ने, कम्पोस्ट मल बनाउने आदिमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । फोहर पानीलाई ठुलो भाँडामा जम्मा गरेर पनि पुनः प्रयोग गरी सदुपयोग गर्न सकिन्छ ।

सोनाम : सर, ट्वाइलेटको पानी चाहिँ प्रयोग गर्न मिल्दैन हो ?

शिक्षक : मिल्छ, किन नमिल्नु । तर ट्वाइलेटबाट निस्केको पानी हानिकारक हुन्छ त्यसैले त्यस्तो पानीलाई प्रशोधन गरेर मात्र प्रयोग गर्नु पर्दछ ।

सोनाम : त्यसो भए कसरी प्रशोधन गरेर पुनः प्रयोग गर्न मिल्छ त सर ?

शिक्षक : ल सुन्नुहोस् बालुवा, कङ्क्रिट, काठको टुक्रा र जीवाणु प्रयोग गररे सामान्य फिल्टर गरे पश्चात र बायोग्याँस प्लान्टमा प्रयोग गरे पश्चात निस्कने पानीलाई बगैँचा, करेसाबारी वा गमलामा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

कर्साङ : सर, फोहर पानी व्यवस्थापन गर्ने अन्य विधिहरू पनि छन् कि ?

शिक्षक : छन् किन नहुनु नि ? फोहर पानी व्यवस्थापन गर्ने विधिहरूमा हामीलाई उपयोगी हुने विधि सोकपिट पनि एक हो । यो निर्माण गर्न र प्रयोग गर्न पनि सरल छ । सोकपिट भन्नाले भान्सा, बाथरुम, लुगा धोएको, हात धोएको पानी, शौचालयको पानी आदि एक पटक प्रयोग गरिसकेको पानीलाई भूमिमा सोस्न दिन बनाइने एक प्रकारको खाल्डो हो । यसले पानीलाई माटोमा छिर्न दिन्छ र छोक्रामात्र बाँकी राखेर वातावरणलाई स्वच्छ र सुन्दर राखी फोहर पानी व्यवस्थापन गर्न सहयोग गर्दछ । साथै यसले जमिनमा पानीको पुनःभरण गर्न समेत मद्दत गर्दछ ।

निमा : सरले हामीलाई फोहर पानी व्यवस्थापन गर्ने तरिका राम्रोसँग बुझाइदिनुभयो । अब हामीलाई हाम्रो गाउँ, घर वा विद्यालयमा सोकपिट बनाउने तरिका पनि बताइदिनु भए हामी त्यसलाई निर्माण गरी प्रयोगमा ल्याउने थियौं सर ।

शिक्षक : मैले भन्न खोजेको कुरा तपाईँले सोधिहाल्नु भयो । ल सुन्नुहोस्, पानीको स्रोतभन्दा १०-१५ मिटर टाढा रहेको बलौटे र दोमट माटो भएको जमिनमा परिवार वा जनसङ्ख्याको आधारमा

(फोहर पानीको मात्रा अनुसार) गोलाकार अथवा चारपाटे खाल्डो खन्नुपर्दछ । खाल्डोको भित्रपट्टि ईँटा वा ढुङ्गाले पानी माटोमा सोस्नेगरी छिद्रहरू राखेर गाह्रो लगाउने र त्यसमा आवश्यकतानुसार गिट्टी, बालुवा, कङ्क्रिट राख्नुपर्दछ जसले ठोस वस्तुलाई खाडलमानै जम्मा गर्न मद्दत गर्दछ । उक्त खाडलमा मुसा, चरा, अन्य जनावर, झारपात र अन्य वस्तुहरू खाडलमा नपरोस् भनेर ढकनले खाडलको माथिको भागमा छोप्नुपर्दछ । यसले फोहर पानीको व्यवस्थापनका साथै ग्रामीण क्षेत्रमा सेफ्टी ट्याङ्कीको रूपमा प्रयोग गर्न, सहरी क्षेत्रमा पानीलाई जमिनमा पठाई पुनरभरण गर्न सहयोग गर्दछ । घर तथा विद्यालयमा निस्कने फोहर पानीको उचित व्यवस्थापन समेत हुने गर्दछ । अब तपाईँहरूले घर तथा विद्यालयमा निस्कने फोहर पानी व्यवस्थापन र सोकपिट निर्माण गर्न सक्नुहुन्छ नि हैन त ?

विद्यार्थीहरू : हो सर । फोहर पानी व्यवस्थापनका बारेमा हामीलाई प्रस्ट पारिदिनुभएकोमा सरलाई धन्यवाद ।

(घण्टी बज्छ, शिक्षक बाहिरिनुहुन्छ र अर्को कक्षा सुरु हुन्छ ।)

क्रियाकलाप

१. **तपाईँको घर, छिमेक र विद्यालयमा फोहर पानी कसरी व्यवस्थापन गरिएको छ ? अवलोकन गरी बुँदा टिपोट गर्नुहोस् र कक्षामा साथीहरूलाई सुनाउनुहोस् ।**

२. **तपाईँको समुदायमा कसैले सोकपिट बनाएको देख्नुभएको छ ? छैन भने साथी र छिमेकीहरूलाई सोधेर पत्ता लगाउनुहोस् र कसरी र केका लागि निर्माण गरिएको रहेछ ? सोधखोज गरी कक्षमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **तपाईँको कक्षामा रहेका साथीहरूमा सल्लाह गरेर तीनओटा समूहमा बस्नुहोस् । सोकपिट निर्माणको लागि योजना निर्माण गरी कार्य विभाजन गर्नुहोस् । सोकपिट बनाउनुहोस् र फोहर पानी व्यवस्थापन गरी विद्यालयमा रहेका सम्पूर्ण शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूलाई अवलोकन गर्न लगाई पृष्ठपोषण समेत लिनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **तल दिइएको भनाइहरूमा ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।**

क. घरबाट निस्कने फोहर पानीलाई कहीँ पनि प्रयोग गर्न मिल्दैन ।

ख. फोहर पानीलाई प्रशोधन गरेर प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ग. शौचालयबाट निस्कने फोहर पानीलाई सिधै करेसाबारीमा सिँचाइ गर्न मिल्छ ।

घ. भान्साबाट निस्कने फोहर पानीलाई पुनःप्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ङ. सहरमा सोकपिट निर्माण गरी फोहर पानी व्यवस्थापन गर्नाले जमिनमुनि पानीको पुनरभरणमा सहयोग पुग्छ ।

२. **तल दिइएका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. फोहर पानी भनेको के हो ? उदाहरण दिनुहोस् ।

ख. तपाईंको घरबाट निस्कने फोहर पानीको विसर्जन कसरी गर्ने गरिएको छ ?

ग. फोहर पानी करेसाबारीमा हाल्दा हुने फाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. सोकपिट भनेको के हो ?

ङ. सोकपिट निर्माण गर्ने तरिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

एकाइ
५

पेसा, व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलाप

यस एकाइमा विद्यार्थीहरूलाई धुलिखेल नगरपालिकामा गर्न सकिने कृषि व्यवसाय र लोपोन्मुख पेसाहरू आदिको बारेमा परिचित गराउनुका साथै बाली बिरुवामा लाग्ने रोग तथा किराहरू र तिनीहरूको रोकथामका बारेमा समेत प्रयोगात्मक तरिकाले सिकाइ गरिने छ । यसबाट विद्यार्थीहरूमा कृषि क्षेत्र प्रति सकारात्मक सोचको विकास हुने छ भन्ने लक्ष्य लिइएको छ ।

सिकाई उपलब्धि

- होमस्टे र होटल व्यवसायको परिचय र महत्त्व प्रस्तुत गर्न
- बेमौसमी तरकारी खेतीको पहिचान गरी परिचय दिन
- कृषि उत्पादनमा मलखाद तथा सूक्ष्म खाद्य तत्त्व प्रस्तुत गर्न
- विद्यालय करेसाबारी निर्माण गर्न र बिरुवा लगाउन
- तरकारी खेती टनेल खेतीमा सहयोग गर्न
- मौरीपालन व्यवसायको परिचय र महत्त्व प्रस्तुत गर्न
- लोपोन्मुख स्थानीय पेसा/व्यवसायको खोजी गर्न ।

पाठ १ होमस्टे

पर्यटकलाई आवास, खाना र अन्य सेवा प्रदान गर्ने उद्देश्यले आफ्नै घर समुदायमा निजी वा सामूहिक रूपमा सञ्चालन गरिएको घरबास सेवा नै होमस्टे हो ।

होमस्टे सञ्चालनका मुख्य उद्देश्य पर्यटन क्षेत्रको प्रतिफल ग्रामीण समुदायमा पुऱ्याउने रहेको हुन्छ ग्रामीण क्षेत्रका जनतालाई पर्यटन सेवामा सहभागी गराउने, आयस्रोत वृद्धि गरी जीवनस्तर वृद्धि गर्ने, स्थानीय स्तरमा स्वरोजगार विकासको माध्यमको रूपमा उपयोग गर्ने काम होमस्टेले गर्दछ । होमस्टेले पर्यटकलाई ग्रामीण जनजीवनका साथै संस्कृतिका बारेमा जानकारी दिन्छ । होमस्टेले आवास सुविधा मात्र नभई पर्यटकलाई रीतिरिवाज, कला संस्कृति र रहनसहनको उत्कृष्ट अनुभव हासिल गर्ने मौका प्रदान गर्दछ धुलिखेल नगरपालिकामा पनि होमस्टे सेवा उपलब्ध छ ।

होमस्टेको महत्व

१. **स्थानीय मानिसहरूसँग सहकार्य गर्न :** सानो अपेक्षा लिने र अपेक्षा पूरा हुँदा धेरै आनन्द महसुस गर्ने मानिसहरूको समूह ग्रामीण बस्तीमा पाइन्छ । मानिसहरूको यथार्थ अवस्था, आर्थिक, रोजगारी तथा क्षमताको विकास हेर्नलाई स्थानीय मानिससँगको सहकार्य आवश्यक हुन्छ । यस्ता विषयवस्तुको सिकाइको लागि पनि ग्रामीण पर्यटन वा होमस्टेको महत्त्व छ ।

२. **आर्थिक अवसर सिर्जना गर्न** :होमस्टेमा आउने पाहुनाहरूले केही न केही रकम खर्च गर्दछन् । सामान्य आयस्तर भएका मानिसहरूको लागि यो आर्थिक अवसर पनि हो । आफ्नै घरमा पाहुनालाई राखेर, आफैसँगै बसाएर आफैले उत्पादन गरेको वस्तुबाट बनाएको खानाको बिक्री गरी स्थानीय मानिसहरूले आय प्राप्त गर्ने यो एक भरपर्दो र सजिलो माध्यम पनि हो ।

३. **नयाँ स्थानको अनुभव प्राप्त गर्न** :विभिन्न स्थानमा जानु, बस्नु नयाँ अनूभुतिको अनुभव गर्दै आनन्दको महसुस गर्ने पर्यटकको लक्ष्य रहेको हुन्छ । सामान्यतः गाउँको सिकाइ, स्थानीय

कठिनाइ, शिक्षाको अवस्था, सुरक्षाको स्थिति आदिको प्रत्यक्ष अनुभुति समेत होमस्टेको माध्यमबाट गर्न सकिन्छ ।

४. **नयाँ खानाको स्वाद :** होमस्टेमा तयार गरिने खानाका परिकारहरू स्थानीय उत्पादनमा आधारित रहेका हुन्छन् । जुन उत्पादन स्थान र जाति विशेषसँग पनि सम्बन्धित रहेका हुन्छन् । यसमा पनि समय अनुसारको खाना, संस्कार र संस्कृतिमा आधारित खाना, मेलाजात्रामा तयार गरिने खाना फरकफरक प्रकारका हुन्छन् जुन सबै स्थानमा एकै प्रकारमा हुँदैनन् । यसबाट होमस्टेमा बस्ने सबै पाहुनाले यस्ता खानाको परिकारको भिन्न स्वाद प्राप्त गर्दछन् । पर्यटकले कहिल्यै नबिर्सने खानाको परिकारहरू खान पाउँदछन् ।

५. **एकल यात्रीहरूको लागि उत्तम** :आधुनिक समयमा नयाँ स्थानको भ्रमण गर्ने सबैको इच्छा हुन्छ । एकल पर्यटकहरूको बसाइको लागि भने होमस्टे नै सबैभन्दा उत्तम बसाइको विकल्प हुन सक्दछ । यस्ता बसाइमा आफ्नै घरको अनुभव र सम्झनयोग्य अवसरहरू प्राप्त हुन सक्दछन् ।

६. **स्थानीय भाषाको संरक्षण र सिकाइ** :होमस्टेको अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष भनेको स्थानीय भाषाको संरक्षण र सिकाइ पनि हो । होमस्टेको बसाइमा पर्यटकले स्थानीय भाषा सिक्ने, बोल्ने ठूलो अवसर प्राप्त गर्न सक्दछन् । एकातिर पर्यटकले स्थानीय भाषा सिक्ने अवसर प्राप्त गर्दछ भने अर्कोतिर स्थानीयहरूले आफ्नो भाषाको महत्त्वलाई बुझेर त्यसको संरक्षण समेत गर्दछन् ।

७. **स्थानीय पदमार्गको अनुभव** :पर्यटकहरूको मूल उद्देश्य भनेको यात्राबाट केही न केही नयाँ अनुभव प्राप्त गर्नु हो । नयाँ अनुभव पाउन नयाँ गन्तव्यको भ्रमण गर्न आवश्यक हुन्छ । होमस्टे भएको स्थानमा रहेका मार्गको पहिचान, अवस्था र आवश्यकताको बारेमा समेत स्थानीयले बताउन सक्दछन् । जसबाट पर्यटकले त्यसको ऐतिहासिक, सांस्कृतिक तथा प्राकृतिक लगायतका महत्त्वका बारेमा बुझ्न सक्दछन् ।

८. **स्थानीय संस्कृति चिनाउन र बचाउन** :होमस्टे बसाइको सुरुवात तथा स्वागत नै स्थानीय संस्कृतिमा आधारित हुन्छ । जहाँ होमस्टे हुन्छन् त्यहाँ स्थानीय पहिचान सहितको संस्कृति पाउन सकिन्छ । यस्ता होमस्टेमा आउने सबै पाहुनाहरूले संस्कृतिको पहिचान देख्न पाउँछन् । संस्कृतिलाई होमस्टेको गहनाको रूपमा नै विकास गरिँदै लगिएको छ ।

९. **आफ्नो वास्तविक घरबाट अर्को वास्तविक घर** :होमस्टेको बसाइ आफ्नो घरभन्दा भिन्न हुँदैन । पाहुनाहरू परिवारको सदस्य जस्तै भएर बस्ने, गफ गर्ने, अनुभव साटासाट गर्ने, स्थानीय परिवारसँगै बसेर घरको काम गर्ने गर्दछन् । जसबाट उनीहरू टाढा वा भिन्न ठाउँमा गएको महसुस गर्दैनन् । जुन होमस्टेमा बस्छन् त्यहाँ पारिवारिक मायाको अनुभुति गर्दछन् । पर्यटन क्षेत्रमा होमस्टे यस्तो सुखद व्यावसाय हो जस्मा सबै रमाउन सक्छन् । पर्यटक गएर बस्दा

पनि उनले आफ्नै तर अर्को घरमा बसेको अनुभुति गर्दछन् । पाहुनाले कहिल्यै पनि टाढाको बसाइको महसुस नगर्ने भनेकै होमस्टेमा हो ।

१०. **सम्झना योग्य यात्रा :** प्रत्येक यात्राका आफ्नै सोच र अनुभव रहेका हुन्छन् । होमस्टेमा बस्ने पाहुनाले बसाइको अनुभव त्यसदिनसम्म सम्झन्छ जुन दिनसम्म आफ्नो जीवनका यात्राहरू स्मरण गर्न सक्दछ । दूरदराजका ग्रामीणक्षेत्रमा रहेको अतिथि देवो भवःको वास्तविकता पनि पर्यटकले भुल्न गाह्रो हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **कक्षाका विद्यार्थीहरूले सल्लाह गरेर शिक्षकको सहयोगमा एक दिन बडालगाउँ वा पातलेखेतको होमस्टेको अवलोकन भ्रमणमा जानुहोस् । होमस्टेको परिचय र महत्त्वको बारेमा त्यहाँका सेवा प्रदायकहरूसँग जिज्ञासा राख्नुहोस् । प्राप्त सूचनाको आधारमा होमस्टेको परिचय र महत्त्व लेख्नुहोस् । दोस्रो दिन सबैको प्रतिवेदन पालैपालो कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस्**

समूह (क)	समूह (ख)
होटल	पाहुनाहरू परिवारको सदस्य जस्तै भएर बस्ने आवास सेवा
होमस्टे	धुलिखेल न.पा.को होमस्टे सेवा पाउने ठाउँ
बडालगाउँ	आवास, खाना र अतिथि सत्कार पाइने ठाउँ
पर्यटक	यात्राबाट नयाँ ठाउँको अनुभव प्राप्त गर्नका लागि डुल्न हिँडेको मानिस

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. होमस्टे भनेको के हो ?

ख. होमस्टेमा सेवा प्रदायकले के प्राप्त गर्छन् र सेवाग्राहीले के प्राप्त गर्छन् ?

ग. धुलिखेलको पर्यटन विकासमा होमस्टेले कसरी सहयोग गर्दछ ?

घ. होमस्टेमा पाहुना बस्न जानेले के के नयाँ कुराहरू सिक्न सक्छन् ?

ङ. तपाईं टाढाको यात्रामा जानुभयो भने बासको लागि तपाईंको रोजाइ होमस्टे हुन्छ कि होटल ? कारण सहित लेख्नुहोस् ।

पाठ २

बेमौसमी तरकारी खेती

फागुन महिनाको कुरा हो । साँझको बेला काठमाडौं विश्वविद्यालयको मुख्यद्वारबाट पश्चिम तर्फको बाटो जाँदै गर्दा बखुण्डोलको तरकारी खेतीको सिरानमा पुगियो । बाटोबाट झर्दै गरेको एक जोडी आमा छोरीको रमाइलो कुरा सुन्दा म पनि मन्त्रमुग्ध भएँ । कुराकानी यस्तो थियो :

"टनेलभित्र करेला, घिरौंला र काँक्रो छ । म लिएर आउँछु तिमी यही बस" आमाले भन्नुभयो ।

छोरीले प्रतिप्रश्न गरिन्, "बन्दा बाहिरै छ, करेला, घिरौंला र काँक्रोचाँहि किन टनेलभित्र रोपेको ?"

आमाले हाँस्दै उत्तर दिनुभयो, "आजकाल जाडो छ । जाडो मौसममा बन्दाको लागि उपयुक्त मौसम हो । करेला, घिरौला, काँक्रो, लौका सबै वर्षे तरकारी हुन् । यी तरकारीहरू जाडोमा टनेल बाहिर फस्टाउँदैनन् । जाडो मौसममा टनेलभित्र मात्र फल्छन् । हामीले यिनीहरूलाई बेमौसमी तरकारीको रूपमा उत्पादन गरेका छौं ।"

मैले नयाँ कुरो थाहा पाएँ । मैले सोचेको थिएँ कि बजारमा पाइने तर हाम्रो बारीमा नपाइने तरकारीहरू बेमौसमी तरकारी हुन् । मेरो सोचाइ गलत रहेछ । तरकारीको बारेमा आफ्नो बाल्यकाल सम्झिएँ । गुन्द्रुक, गेडागुडी, मस्यौरा र कुभिण्डो सँधै पाइने तरकारीहरू थिए । आलु, काउली, बन्दा, लसुन,

प्याज, चम्सुर पालुङ्गो, चिचिण्डा, घिरौंला, रायोको साग आदि तरकारीहरू आ-आफ्नो मौसममा आउँथे आफैँ हराएर जान्थे । मैले बुझेँ कि, तिनीहरू सबै मौसमी तरकारी रहेछन् । आजकाल गर्मी मौसममा हुने तरकारी जाडो मौसममा पनि पाइन्छ । जाडो मौसममा हुने तरकारी गर्मी मौसममा पनि पाइन्छ । यसको लागि टनेलभित्र खेती गर्नु पर्दो रहेछ । म यस्तो सोच्दै थिएँ । त्यहीबेला एकजना किसान टनेलबाट बाटोमा आउनु भयो । मैले उहाँलाई

बेमौसमी तरकारी खेती कसरी गर्नु पर्छ हजुर ! भनेर सोधेँ । किसानले भन्नुभयो, “चिस्यान,तापक्रम अनुकुल बनाउन र चरा किराहरूबाट बिरुवा जोगाई राख्न टनेलमा खेती गरिन्छ । मौसम मिलाउनका लागि, जाडोमा बेँसीको जग्गामा र गर्मीमा लेकको जग्गामा खेती गरिन्छ । टनेलभित्र बिउ उमारेर मौसमी तरकारीभन्दा पहिले नै तरकारी उत्पादन गर्न सकिन्छ । तराईमा टनेलको उचाइ धेरै राखेर लेकमा थोरै राखेर पनि बेमौसमी तरकारी खेती गर्नु पर्दछ ।”

बल्ल मलाई चेत खुल्यो । मैले हरित गृहको बारेमा पढेको कुरा यहाँ लागु हुँदो रहेछ । मैले घरमा गएर कौसीमा पनि टनेल बनाएँ । अहिले बेमौसमी तरकारी आफैँ उब्जाउँछु । आफ्नो रोजाइको तरकारी उत्पादन हुन्छ, पैसाको बचत हुन्छ, स्वास्थ्य राम्रो हुन्छ, स्वाद फेर्न पाइन्छ, सबैतिर फाइदै फाइदा ।

(सामान्य प्राकृतिक समय भन्दा अगाडि वा पछाडि मौसमलाई समायोजन गराएर धेरै उत्पादन लिनका लागि गरिने तरकारी खेतीलाई बेमौसमी तरकारी खेती भनिन्छ ।)

क्रियाकलाप

१. **दिइएको अनुच्छेद पढेर मुख्य शब्दको बारेमा परिभाषा खुल्नेगरी मौलिक भाषामा लेख्नुहोस् । :**

तरकारी खेती गर्नको लागि बनाएको प्लास्टिकको घरलाई टनेल भनिन्छ । प्लास्टिकको घरभित्र हरियो भुइँमा सूर्यको प्रकाशसँग ताप पनि छिरेको हुन्छ । भित्र छिरेको ताप सजिलै बाहिर निस्कन सक्दैन । यसरी बोटबिरुवा भएको ठाउँमा पारदर्शी वस्तुबाट छिरेर आएको ताप संरक्षित भएर बस्ने पद्धतिलाई हरितगृह पद्धति भनिन्छ । सामान्य प्राकृतिक समयभन्दा अगाडि वा पछाडि मौसमलाई अनुकुल बनाएर धेरै उत्पादन लिनका लागि गरिने तरकारी खेतीलाई बेमौसमी तरकारी खेती भनिन्छ । आफैंले तरकारी उत्पादन गर्नु, इच्छा लागेको तरकारी खान पाउनु र स्वस्थ तरकारी खान पाउनु बेमौसमी तरकारी खेतीका फाइदाहरू हुन् । परम्परागत बिउ रोपेर गरिने प्राकृतिक खेती प्रणालीलाई मौसमी खेती भनिन्छ ।

मुख्य शब्द	मुख्य शब्दको परिभाषा सहितको उत्तर
टनेलः	
बेमौसमी तरकारी खेतीः	
मौसमी खेतीः	
हरितगृह पद्धतिः	
बेमौसमी तरकारी खेतीका फाइदाहरूः	

अभ्यास

१. **मिल्ने उत्तरमा (√) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. बेमौसमी तरकारी खेती भनेको के हो ?

अ. बिना मौसम गरिने तरकारी खेती

आ. सामान्य प्राकृतिक समयभन्दा अघि/पछि मौसम मिलाएर गरिने तरकारी खेती

इ. वर्षा मौसममा गरिने तरकारी खेती

ई. हिउँद-वर्षा जहिले पनि गरिने तरकारी खेती

ख. टनेल खेती भनेको के हो ?

अ. जमिन मुनि गरिने तरकारी खेती

आ. घर वरपरको खाली जमिनमा गरिने तरकारी खेती

इ. प्लास्टिकको घरमा गरिने तरकारी खेती

ई. घरको कौसीमा गरिने तरकारी खेती

ग. हरित गृह पद्धति भनेको के हो ?

अ. सूर्यको प्रकाशसँगै जमिनमा आएको ताप फर्किएर नजाने प्रणाली

आ. हरियो बोटबिरुवा प्रयोग गरेर घर बनाउने प्रणाली

इ. हरियो जङ्गलभित्र घर बनाउने तरिका

ई. वन जङ्गललाई घर सम्झेर बस्ने प्रणाली

घ. लेकको ठाउँमा किन टनेलको उचाइ कम गरेर बेमौसमी तरकारी खेती गरिन्छ ?

अ. किराहरूबाट तरकारी जोगाउन

आ. प्लास्टिकलाई सुरक्षित राख्न

इ. असिना पानीबाट टनेल जोगाउन

ई. हावाको संवाहन क्रियाबाट टनेलभित्रको तापलाई संरक्षित गर्न

ङ. बेमौसमी तरकारी खेतीबाट के फाइदा देख्नुभयो ?

अ. तरकारी नभएको बेलामा तरकारी खान पाइने

आ. मिठो तरकारी खान पाइने

इ. हिमाल, पहाड र तराई सबैतिर तरकारी खान पाइने

ई. सधैंभरि स्वादिलो, सस्तो र चाहेको तरकारी खाएर मानिसहरू हृष्टपुष्ट हुने

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. बेमौसमी तरकारी खेती भनेको के हो ?

ख. बेमौसमी तरकारी खेती किन टनेलभित्र गरिन्छ ?

ग. बेमौसमी तरकारी खेतीका फाइदाहरू के के हुन् ?

घ. हरितगृहको सिद्धान्त टनेल खेतीमा कसरी लागू हुन्छ ?

ङ. तपाईँको घर नजिकको टनेल खेतीको अध्ययन गरेर त्यहाँ उत्पादन हुने बेमौसमी तरकारीहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईँको घरको कौसीमा वा करेसाबारीमा टनेलको नमूना बनाएर बेमौसमी तरकारी खेती गर्नुहोस् र यसको चरणबद्ध प्रक्रिया लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ३ कृषि प्रणाली र मलखाद

बिरुवाहरूको वृद्धि विकास र राम्रो फसल प्राप्त गर्नका लागि बिरुवालाई चाहिने आवश्यक पौष्टिक खाद्य पदार्थयुक्त वस्तुलाई मलखाद भनिन्छ । मलखादबाट नै बिरुवाले विभिन्न प्रकारका खाद्यतत्त्वहरू प्राप्त गर्दछन् । कुनैपनि बोटबिरुवालाई हुर्कन, बढ्न, फुल्न र फल लाग्न कम्तिमा १६ ओटा खाद्यतत्त्वहरू आवश्यक पर्दछ । यी मध्ये कुनै पनि एकको अभावमा बिरुवाले आफ्नो जीवनचक्र पूरा गर्न सक्दैन । यिनको अभावमा बिरुवाले विभिन्न लक्षणहरू देखाउँछन् । त्यसैले राम्रो उत्पादन लिनका लागि यी सबै खाद्य तत्त्वहरू सन्तुलित रूपमा उपलब्ध हुन आवश्यक पर्दछ । तर यी सबै खाद्य तत्त्वहरूबिरुवालाई उत्तिकै मात्रामा आवश्यक पर्दैन । बिरुवालाई आवश्यक पर्ने मात्राका आधारमा यी खाद्य तत्त्वहरू विभिन्न समूहमा विभाजन गरिएको र यिनै खाद्य तत्त्वहरू र तीनको व्यवस्थापनबारे यहाँ चर्चा गरिएको छ ।

प्रमुख खाद्य तत्त्वहरूको रूपमा कार्वन, हाइड्रोजन र अक्सिजनलाई लिइन्छ । बिरुवाको सबै अङ्गहरू नै यिनीहरूबाट बनेको हुन्छ । बिरुवाको तौलको हिसाब गर्दा पनि ९० प्रतिशत जति पानी हुन्छ जुन हाइड्रोजनको दुई भाग र अक्सिजनको एक भाग मिलेर बनेको हुन्छ बाँकी ठोस पदार्थको भाग अधिकांश कार्वनयुक्त हुने हुँदा यी तीन तत्त्वहरू बिरुवाको संरचनासँगै मिलेर आएका हुन्छन् । यी तत्त्वहरू हावा पानी बाटै उपलब्ध हुने हुँदा हामीले दिनु पर्दैन । यी बाहेक १३ ओटा तत्त्वहरूलाई बिरुवाको आवश्यकताको आधारमा निम्न ३ समूहमा विभाजन गरिएको छ ।

१. **प्राथमिक खाद्य तत्त्वहरू :** यस अन्तर्गत नाइट्रोजन, फोस्फरस, पोटास पर्दछन् । यी तत्त्वहरू बिरुवालाई बढी मात्रामा चाहिने हुँदा यिनलाई बालीबिरुवाका प्राथमिक खाद्य तत्त्व भनिन्छ । ती तत्त्वहरू मलको रूपमा दिनु पर्दछ । माटोमा रहेको बाली बिरुवाको रहल पहल कोसेबालीको अवशेष झारपातबाट प्राप्त हुने प्राङ्गारिक स्रोतबाट नपुग हुने भएमा कम्पोस्ट, पशुमुत्र, हरियोमल, हाडको धुलो आदि स्रोतहरूबाट उपलब्ध गराउन पर्ने हुन्छ ।

२. **द्वितीय तहका खाद्य तत्त्वहरू :** क्याल्सियम, म्याग्नेसियम, र सल्फर (गन्धक) द्वितीय तहका खाद्यतत्त्वहरू हुन् । प्राथमिक खाद्य तत्त्वका लागि पर्याप्त मात्रामा प्राङ्गारिक मलको प्रयोग गरिएको खादमा द्वितीय तत्वहरू बालीनालीलाई आवश्यकता अनुसार उपलब्ध हुन्छन् र यसका लागि मलखादको छुट्टै व्यवस्था गर्नु पर्दैन ।

३. **सुक्ष्म खाद्य तत्त्वहरू :** बिरुवालाई नभई नहुने भए तापनि अत्यन्तै थोरै मात्रामा चाहिने खाद्य तत्त्वहरूमा फलाम, तामा, म्याङ्गानिज, जिङ्क, बोरोन, मोलिब्डेनम र क्लोरिन पर्दछन् । थोरै मात्रामा चाहिने हुँदा यिनीहरूलाई सूक्ष्म खाद्य तत्त्व भनीएको हो । यिनीहरू माटो पानी तथा प्राङ्गारिक पदार्थबाट उपलब्ध हुन्छन् । तर सघन खेती र बढी उत्पादकत्त्व लिइने ठाउँ जहाँ प्रशस्त प्राङ्गारिक मल प्रयोग गरिँदैन त्यस्ता ठाउँहरूमा केही सूक्ष्म लक्षण देखिन थालेका छन् । जस्तैः काउली बालीमा बोरोन र मोलिब्डेनमको कमी, धानमा जिङ्क(जस्ता) को कमी ठूलो समस्याको रूपमा आइरहेको छ । यस्तो ठाउँमा नियमित रूपमा प्रशस्त प्राङ्गारिक मलको प्रयोग गरेर सूक्ष्म खाद्य तत्त्वहरू सहजै आपूर्ति गर्न सकिन्छ ।

दिगो माटो व्यवस्थापनको लागि, बालीनालीको राम्रो उत्पादन लिनका लागि माथि उल्लेखित सबै खाद्य तत्त्वहरूको सन्तुलित व्यवस्था हुनु अति जरुरी हुन्छ । प्राङ्गारिक मल गोठे मल, कम्पोस्ट मलमा यी सबै खाद्य तत्त्वहरू पाइने हुँदा यसको प्रयोगमा जोड दिनु पर्दछ । त्यस्तै गोठे मल सुधार र मलमुत्र सङ्कलन तथा प्रयोग लगायतका उपाय अपनाउनु पर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. **तल दिएका बिरुवाका खाद्य तत्त्वहरूलाई उपयुक्त तालिकामा भर्नुहोस् :**

(नाइट्रोजन, क्याल्सियम, फोस्फरस, फलाम, म्याङ्गानिज, जिङ्क, बोरोन, म्याग्नेसियम, मोलिब्डेनम, पोटास, क्लोरिन, गन्धक, तामा)

(प्राथमिक खाद्यतत्त्वहरूको प्रयोग)	द्वितीय तहका खाद्य तत्त्वहरू	सुक्ष्म खाद्य तत्त्वहरू

बिरुवाका खाद्यतत्त्व र यसका प्रभावहरू :

क्र.सं.	खाद्य तत्त्व	कामहरू	कमी भएमा देखिने लक्षणहरू
१	नाइट्रोजन Nitrogen	❍ बोटबिरुवाको वृद्धि विकास गर्ने ❍ हरितकण बनाउने ❍ दाना लाग्न मद्दत गर्ने ❍ दानामा प्रोटिनको मात्रा बढाउने	❍ पुराना पात पहेँलो हुने र झर्ने ❍ सागपातहरू पहेँलो हुने ❍ पातमा हरितकण कम भै पहेँलो हुने
२.	फसफोरस Phosphorus	❍ जराको वृद्धिविकास राम्रो गर्ने ❍ फूल फुल्न र बाली पाक्न सहयोग गर्ने ❍ हाँगाबिँगाको सङ्ख्या बढाउन मद्दत गर्ने	❍ पात बैजनी रङ्को हुने ❍ बाली पाक्न ढिला हुने ❍ जराको विकास र फैलावटमा रोकावट हुने ❍ बिरुवा झिनो र मसिनो हुने ❍ नयाँ पातको विकास कम हुने
३.	पोटासियम Potassium/ Kalium	❍ बिरुवालाई रोग किरा लाग्नबट बचाउने ❍ बिउ फल आदिको गुणस्तर राम्रो बनाउने ❍ बिरुवाको खडेरी सहन सक्ने क्षमता वृद्धि गर्ने	❍ बोट बिरुवामा रोग किराले सताउने ❍ दानाहरू चाउरी पर्ने ❍ पातको टुप्पो र किनारा सुक्ने ❍ बिरुवाले खडेरी सहन नसक्ने, टुसारो रोगको प्रकोप बढ्ने ❍ गोलभैँडाको फलमा चमक कम हुने
४.	क्याल्सियम Calcium	❍ अम्लीय माटोको सुधार गर्ने ❍ नयाँ कोषहरू बनाउने ❍ दुई दलीय बिरुवाको वृद्धि विकासमा अति नै आवश्यक पर्ने	❍ बिरुवाको कोपिला मर्ने ❍ पातका किनाराहरू च्यातिने ❍ बदाम खोक्रो फल्ने (गेडा नहुने) ❍ गाँजरकोभित्र खाली धब्बा हुने ❍ मकैका पातहरू एक आपसमा टाँसिएर बढ्न नसक्ने

क्र.सं.	खाद्य तत्त्व	कामहरू	कमी भएमा देखिने लक्षणहरू
५.	म्याग्नेसियम Magnesium	❍ बिरुवाको बंशाणुगत गुणहरू नयाँ बिरुवामा सार्ने ❍ प्रकाश संश्लेषण क्रियामा सहयोग गर्ने ❍ तोरी, बदाम आदिमा तेलको मात्रा बढाउने	❍ पातको नसाको विचको भाग पहेँलो हुने ❍ म्याग्नेसियम कम भएको ठाउँको घाँस खाएमा पशुलाई ग्रास टिटानी रोग लाग्ने
६.	सल्फर (गन्धक) Sulphur	❍ तोरी जातका तेलबालीमा तेलको मात्रा बढाउने र तेलको राग बढाउने ❍ एमिनो एसिड बनाउन मद्दत गर्ने	❍ पातहरू पहेँलो वा हल्का हरियो देखिन सक्छ विशेष गरी तल्लो पातहरूमा ❍ पातहरू साना र नरम हुन्छन् र सामान्यतया राम्रोसँग विकास हुँदैनन् ❍ पातका किनाराहरू सुक्न सक्छ ❍ फल र फूलको उत्पादनमा कमी ल्याउने
७.	बोरोन Boron	❍ परागसेचन क्रियामा मद्दत गर्दछ ❍ कार्बोहाइड्रेट बन्नमा सहयोग गर्दछ	❍ सुन्तला जातको फलफूलको बोक्रा बाक्लो वा पातलो भई बिग्रने ❍ आलुको भित्र कालो खाली दाग हुने ❍ बिरुवाको हाँगा कमजोर भई लत्रने ❍ गहुँमा नपुंसकता बढ्ने, फलस्वरुप दाना नलाग्ने ❍ बिरुवाको पात गुजुमुजु हुने ❍ काउलीको फल खैरोखैरो हुने, डाँठभित्र कालो र खोक्रो हुने, मुला, गाँजर फुट्ने ❍ काँक्रोको टुप्पा सुक्ने

क्र.सं.	खाद्य तत्त्व	कामहरू	कमी भएमा देखिने लक्षणहरू
८.	फलाम Iron/ Ferrum	❍ हरितकणको निर्माणमा सहयोग गर्दछ ❍ प्रोटिनको निर्माणमा सहयोग गर्दछ	❍ मकैको बोट होचो पुड्को हुने ❍ धानको बिरुवा सेतो हुने
९.	म्याङ्गानिज Manganese	❍ बिउ उम्रन मद्दत गर्दछ	❍ बिउको अङ्कुरणमा समस्या हुने
१०.	तामा Copper	❍ सुन्तला, जुनार आदिमा चिनीको मात्रा बढाउँछ ❍ स्याउ, गाँजर आदिको राम्रो रङ प्रदान गर्दछ	❍ पातको छेउबाट घुम्रिदै आउने ❍ पात पहेँलो हुने
११.	जस्ता Zinc	❍ बिरुवाले जमिनबाट पानी सोसेर लिन सहायता गर्दछ ❍ नाइट्रोजनको उपयोगितामा मद्दत गर्दछ ❍ हर्मोनहरूको गतिविधि बढाउँछ	❍ धानमा खैरो रोग लाग्ने ❍ नरिवल पहेँलो हुने
१२.	मेलिब्डेनम Molibdenum/ Mendelevium	❍ कोसे बालीमा नाइट्रोजन स्थिरीकरण गर्न मद्दत गर्दछ	❍ काउलीको पातमा डाडुजस्तो हुने, पात सुक्ने ❍ कोसेबालीमा नाइट्रोजन स्थिरीकरण गर्ने क्षमता कम हुने
१३.	क्लोरिन Chlorine	❍ बिरुवाको कोषभित्ता बन्न मद्दत गर्दछ ❍ बिरुवालाई दह्रो बनाई राख्न मद्दत गर्दछ	❍ बिरुवा ओइलाउने ❍ आलु, गोलभैँडा आदिका पातहरू बेरिने

२. **तलको जस्तै तालिका कापिमा बनाउनुहोस् र दिइएका खाद्य तत्त्वहरूले बिरुवामा के प्रभाव पार्दछन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।**

बिरुवाका खाद्य तत्त्व	खाद्य तत्त्वले बिरुवामा पार्ने प्रभाव
पोटासियम (Potassium)	
फसफोरस (Phosphorus)	
म्याग्नेसियम (Magnesium)	
क्याल्सियम (Calcium)	
नाइट्रोजन (Nitrogen)	
सल्फर/गन्धक (Sulphur)	
म्याङ्गानिज (Manganese)	
फलाम (Iron/ Ferrum)	
बोरोन (Boron)	
तामा (Copper)	
क्लोरिन (Chlorine)	
मेलिब्डेनम (Molibdenum)	
जस्ता (Zinc)	

अभ्यास

१. **मिल्दो शब्द छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. बिरुवाको लागि थोरै मात्र चाहिने खाद्य तत्त्वहरूलाई .... भनिन्छ ।
(प्राथमिक खाद्य तत्त्व, द्वितीय खाद्यतत्त्व, सुक्ष्म खाद्य तत्त्व, ऐच्छिक खाद्यतत्त्व)

ख. बिरुवाको प्राथमिक खाद्य तत्त्वहरूमा पोटास, फोस्फरस र .... पर्दछन् ।
(अक्सिजन, नाइट्रोजन, क्लोरिन र सल्फर)

ग. पर्याप्त मात्रामा प्राङ्गारिक मलको प्रयोग गरेको खादमा स्वतः .... को पूर्ति हुन्छ ।
(जिङ्क, फलाम, द्वितीय खाद्यतत्त्व, क्याल्सियम)

घ. बिरुवामा जराको वृद्धिविकास गर्न, फूल फुल्न, बाली पाक्न र हाँगाबिँगाको सङ्ख्या बढाउन .... ले मद्दत गर्दछ । (क्याल्सियम, पोटासियम, नाइट्रोजन, फोस्फरस)

ङ. बिरुवाको वंशाणुगत गुणहरू नयाँ बिरुवामा सार्न .... ले मद्दत गर्दछ । (फोस्फरस, म्याग्नेसियम, क्याल्सियम, पोटासियम)

२. **तलका प्रश्नको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. बिरुवालाई नाइट्रोजन किन चाहिन्छ ?

ख. बिरुवाका प्रमुख खाद्य तत्त्वहरू के के हुन् ?

ग. बिरुवाका प्राथमिक खाद्य तत्त्वहरू के के हुन् ?

घ. बिरुवालाई गन्धक किन आवश्यक पर्दछ ?

ङ. बिरुवामा फलाम तत्त्वको कमिले के असर पर्छ ?

पाठ ४ करेसाबारी

घरले ओगटेर बाँकी रहेको घरको दायाँबायाँ र पछिल्तिरको तरकारी खेती गरिएको जग्गालाई करेसाबारी भनिन्छ । विद्यालयमा पनि भवनको वरपर र पछाडिको जमिनमा तरकारी खेती गरिएको भागलाई करेसाबारी नै भनिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **दायाँतिरको तस्विरमा के देख्नु हुन्छ ?**

यहाँ कसरी तरकारी खेती गरिएको छ ? साथीहरूसँग छलफल गरेर कापीमा लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

कापीमा तलको जस्तै तालिका बनाउनुहोस् र उत्तर लेख्नुहोस् :

करेसाबारी भनेको के हो ?	करेसाबारीमा तरकारी खेती कसरी गर्न सकिन्छ ?	करेसाबारीबाट के फाइदा हुन्छ ?	तपाईंको घर वरपर भएको करेसाबारी कसरी बनाएको छ ?

२. **तलको तस्विरको कौसी खेती हेर्नुहोस् तपाईंको घर वरिपरि खाली जमिन छैन भने गमला, काठको बाकस, माछाप्याकिङ्गरिएकोबाकस, पुरानोबाल्टिन, प्लास्टिककोबाटाआदिमामाटोभरेरतरकारी खेती गर्न सक्नुहुन्छ । समूहमा छलफल गरेर करेसाबारी वा कौसी खेतीको व्यक्तिगत योजना तयार गर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **कक्षा शिक्षक र प्रधानाध्यापकसँग समन्वय गरेर विद्यालय हाताभित्र करेसाबारी निर्माण गर्नुहोस् र तरकारी वा फलफूलको खेती गर्नुहोस् ।**

परियोजना कार्य

तपाईँले कक्षाकोठामा तयार गरेको योजना अनुसार करेसाबारी वा कौसी खेतीलाई घरमा कार्यान्वयन गर्नुहोस् । तल दिइएको शीर्षकहरूमा आधारित भएर परियोजना कार्यको प्रतिवेदन लेखेर ल्याउनुहोस् । कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । सबैको प्रतिवेदन सङ्कलन गर्नुहोस् । शिक्षकको सहयोगमा परियोजना कार्यको पुस्तक निर्माण गर्नुहोस् । विद्यालय/कक्षाको पुस्तकालयमा राख्नुहोस् ।

परियोजना कार्यको प्रतिवेदन लेखन ढाँचाः

१. ठाउँको छनोट :

२. करेसाबारी/कौसी खेतीको लागि बिउ रोप्ने ठाउँको तयारी :

३. बिउको प्रकार र रोपेको मिति :

४. सिँचाइको व्यवस्था :

५. गोडमेल गरेको मिति :

६. बिरुवामा फूल फुलेको मिति :

७. फल तयार हुन लागेको समय :

८. फल टिपेको/तरकारी खाएको मिति :

९. अरुको प्रतिक्रिया :

१०. आत्ममूल्याङ्कन :

अभ्यास

१. तलको वाक्य ठिक भए (√) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् :

क. घरले ओगटेर बाँकी रहेको दायाँ बायाँ र पछिल्तिरको जमिनमा खेती गरियो भने यसलाई करेसाबारी भनिन्छ । ( )

ख. करेसाबारीमा टनेल बनाएर खेती गर्नु हुँदैन । ( )

ग. करेसाबारी खेती गर्नाले ताजा र अर्गानिक तरकारी खान पाइन्छ । ( )

घ. घरमा करेसाबारी/कौसी खेती गऱ्यो भने विषादियुक्त तरकारी खानुपर्ने हुन्छ । ( )

ङ. घरको कौसीमा गमला, बाकस, बाटा वा बाल्टीनमा माटो भरेर गरिने तरकारी खेतीलाई कौसी खेती भनिन्छ । ( )

२. तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. करेसाबारी भनेको के हो ?

ख. करेसाबारीको तयारी कसरी गरिन्छ ?

ग. कौसीखेती भनेको के हो ?

घ. कौसीखेती कसरी गरिन्छ ?

ङ. करेसाबारी/कौसीखेतीको ३ ओटा महत्त्वहरू लेख्नुहोस् ।

पाठ ५ टनेल खेती

टनेललाई संरक्षित संरचना पनि भनिन्छ । विशेषगरी तरकारी खेतीका लागि बढी उत्पादन र फाइदा लिनका लागि यो प्रविधि प्रयोग गरिन्छ । खुल्ला आकासमा तरकारी खेती गर्नुभन्दा प्लास्टिकको घर अर्थात टनेलमा तरकारी खेती गर्दा गुणात्मक फाइदा हुन्छ । कम लागत र वर्षायाममा तरकारीलाई पानीबाट जोगाई उत्पादन लिन सकिने ५ देखि ६ मिटर चौडाइ तथा १२ देखि २५ मिटरसम्म लम्बाइ भएका सिल्पाउलिन वा युभी प्लास्टिक र बाँस प्रयोग गरी बनाइएका अस्थायी संरचना हुन् । यस्ता संरचनाबाट २-३ वर्षसम्म उत्पादन लिन सकिन्छ । जिआई पाइपको प्रयोग गरी संरचनाको मुख्य खाँबा र धुरी निर्माण गरिएमा कम्तिमा ८-१० वर्षसम्म उत्पादन लिन सकिने संरचना अर्धस्थायी हुन्छ । नेपालमा निर्मित अर्धस्थायी संरचनामा जीआई पाइपका प्लास्टिक घर र डोम आकारका प्लास्टिक घर पर्दछन् । जीआई पाइपका प्लास्टिक घर मध्यपहाडी क्षेत्रमा उपयुक्त मानिन्छन् ।

सानो ठाउँमा ठूलो उत्पादन लिने उद्देश्यले प्लास्टिक घर बनाइने भएकोले जमिन तयार पार्दा ध्यान पुऱ्याएर काम गर्न जरुरी हुन्छ । सामान्यतया खुला जमिनमा खेतीभन्दा प्लास्टिक घरभित्र खेती गर्दा मल हाल्ने कुरामा निकै ध्यान पुऱ्याउनु पर्ने हुन्छ र मल राख्दा सकेसम्म एक सिजनलाई पुग्ने गरी हाल्ने व्यवस्था मिलाउनु पर्ने हुन्छ ।

प्लास्टिक घरमा खेती सुरु गर्नुभन्दा पहिला जमिन राम्रोसँग खनजोत गरेर झार मार्नु पर्दछ । यसरी खनजोत गर्ने क्रममा मल छरेर हाल्न पनि सकिन्छ वा नहाल्न पनि सकिन्छ । तर ड्याङ बनाउने बेलामा प्रशस्त मल हाल्न जरुरी हुन्छ । ड्याङ बनाउँदा सकेसम्म एक ड्याङदेखि अर्को ड्याङको दूरी ९० सेन्टिमिटर बनाउनु पर्ने हुन्छ ।

क्रियाकलाप

१. तपाईँको कापीमा टनेलमा प्रयोग गरिने सिल्पाउलिन तथा युभी प्लास्टिकको तोकिएको लम्बाइ र चौडाइलाई १:२०० मिटर स्केल भएको आयतकार चित्र बनाउनुहोस् ।

२. तपाईँले देखेको कुनै एउटा टनेलको चित्र बनाउनुहोस् ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् ।

समूह (क)	समूह (ख)
९० से.मि	संरक्षित संरचना
६० वर्ग मिटर	ड्याङ देखि ड्याङको दूरी
टनेल	सिल्पाउलिनको क्षेत्रफल
अस्थायी संरचना	बढी उत्पादन लिन गरिने खेती
टनेल खेती	२-३ बर्ष सम्म उत्पादन लिन बनाएको टनेल

२. तलको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. टनेलभित्र एक ड्याङदेखि अर्को ड्याङसम्मको दूरी कति हुनु पर्दछ ?

ख. टनेलको संरचना जिआई पाइपको बनाउँदा के फाइदा हुन्छ ?

ग. टनेल खेती किन गरिन्छ ?

घ. टनेलमा मल हाल्दा के के कुरामा ध्यान पुऱ्याउनु पर्दछ ?

ङ. टनेलमा प्रयोग गरिने युभी प्लास्टिकको लम्बाइ र चौडाइ कति हुन्छ ?

पाठ ६ मौरी पालन

मौरी अन्य किराहरू जस्तै एक फाइदाजनक र धेरै सङ्ख्यामा रहने किरा हो । नेपालमा मौरी प्राचीनकालदेखि नै पाल्ने गरिन्थ्यो । पुरानो समयमा मौरीलाई काठको बाकस, घरको खोपा काठको मुढा आदिमा राखेर पालन गर्ने गरिन्थ्यो । हाल आएर मौरीपालन एक कृषि पेसाको रूपमा स्थापित भइ सकेको छ । यो पेसाबाट महका साथै मैनजस्ता वस्तुको उत्पादन गर्ने गरिन्छ । नेपालको तराईदेखि उच्च पहाडी क्षेत्रसम्म विभिन्न (स्थानीय समेत) जातका मौरीका लागि आवश्यक पर्ने उपयुक्त हावापानी र चरन स्रोत बाह्रै महिना पाइने हुनाले मौरी पालनको लागि प्रचुर सम्भावना छ । मौरीपालन कृषि र वनमा आधारित व्यवसाय हो । यसको लागि आवश्यक पर्ने चरण (फूलको रस, पराग) ग्रामीण क्षेत्रमा उपलब्ध हुने हुँदा मौरीपालन विशेष गरी न्यून आय भएका ग्रामीण भेगका कृषकहरूको आय आर्जन तथा जीविकोपार्जनको उपयुक्त र दिगो आधार हुन्छ । मौरीले गर्ने परागसेचन सेवाबाट वनस्पतिजन्य उत्पादनको वृद्धि, जैविक विविधताको संरक्षण र वातावरणमा सकारात्मक प्रभाव हुने हुँदा मौरी संरक्षण र विस्तार गर्न आवश्यक देखिन्छ । एक अनुसन्धानले पृथ्वीबाट पूर्ण रूपमा मौरी लोप भएको ४ वर्षभित्र वनस्पतिजन्य कुनैपनि उत्पादन नहुने उद्घोष गरेको छ । मानिसले आजभन्दा पन्ध्र हजार वर्ष अघिदेखि जङ्गली मौरीबाट मह सङ्कलन गर्दै आएका थिए । आजभन्दा चारहजार पाँचसय वर्ष अघिदेखि यसलाई घरमै पाल्न थालिएको हो । त्यस बेला साधारण छुरी र धुँवाको प्रयोग गरेर मह निकालेर भाँडोमा हाल्ने चलन थियो । १८औँ शताब्दी अर्थात सन् १८५१ मा युरोपियन नागरिकहरूले मौरीका लागि आधुनिक घारको निर्माण गरे जसमा मौरीलाई असर नपुऱ्याई वा नष्ट नगरी मह निकाल्न सकिन्छ । यस पेसाका लागि धेरै जग्गा र लगानीको आवश्यकता पर्दैन । यो पेसा प्रवल बनाउन मौरीको निगरानी वा हेरचाहको जरुरी हुन्छ । मौरीको बिस हजार भन्दा बढी प्रजातिहरू छन् । यीमध्ये धेरै जसो शान्त स्थानमा वा एक्लै बस्न मन पराउँछन् । केही मौरी जङ्गली हुन्छन्, जसलाई खागो मौरी (भिर मौरी) भनिन्छ । एउटा

मौरीको घार/गोलामा लगभग एकलाख ओटा जति मौरी हुन्छन् । गोलामा खास गरी ३ प्रकारका मौरीहरू हुन्छन् ।

रानु मौरी : यो गोलामा एउटा मात्र हुन्छ । अरु मौरीको भन्दा ठूलो र लामो पेट हुन्छ । यो मौरीलाई विशेष खाना (रोयल जेली) खानदिएर पालेको हुन्छ । रानु मौरीले प्रजननमा भाग लिन्छ ।

भाले मौरी : यो मौरी अरुभन्दा ठूलो र कालो रङको हुन्छ । यो अल्छी हुन्छ र शेचन क्रियामा भाग लिन्छ ।

ज्यामी (कर्मी) मौरी : यी मौरीहरू साना खालका र छिटो छरितो हुन्छन् । यिनीहरूले गोलाको रक्षा गर्ने, फूलको रस (नेक्चर) तथा पराग कण सङ्कलन गर्ने र चाका बनाउने काम गर्दछन् ।

मौरीका विभिन्न प्रजातिमध्ये पहाडी भूबनोटमा एपिस-सेरेना स्थानीय (जातको) मौरी पालन गर्नु उपयुक्त मानिन्छ ।

क्रियाकलाप

१. **मौरीको सफा चित्र बनाउनुहोस् र अङ्गहरूको नाम लेख्नुहोस् :**

२. **कापीमा तलको जस्तै तालिका बनाउनुहोस् र माथिको पाठ पढेर भर्नुहोस्, पाठमा उल्लेख नभएका कुराहरू शिक्षक वा मौरीपालक किसानलाई सोधेर लेख्नुहोस् :**

प्रश्न	उत्तर
मौरी कहाँ कहाँ राखेर पालन गर्न सकिन्छ ?	
नेपालको पहाडी भेगमा मौरी पालन गर्न किन उपयुक्त मानिन्छ ?	
नेपालमा मौरी पालन व्यवसाय संरक्षण र विस्तार गर्न किन आवश्यक छ ?	
मौरी पृथ्वीबाट लोप भएको अवस्थामा वनस्पतिमा के असर पर्दछ ?	
पहाडी क्षेत्रमा कुन जातको मौरी पालन गर्न सिफारिस गरिएको छ ?	
गोलामा रानु मौरी, भाले मौरी र ज्यामी मौरीको भूमिका के के हुन्छ ?	
मौरी पालनबाट के के कुराहरू प्राप्त हुन्छ ?	
मौरीलाई किन उपयोगी किराको रूपमा लिइन्छ ?	

अभ्यास

१. **मिल्ने उत्तरमा (√) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. मौरी बस्ने घरलाई के भनिन्छ ?

अ. गोला	आ. खोपा
इ. मुढा	ई. घार

ख. मौरीले फूलबाट मह बाहेक अर्को के कुरा ल्याउँछ ?

अ. मैन	आ. ओखती
इ. केशर	ई. तेल

ग. पहाडमा कुन जातको मौरी पालन गर्न सिफारिस गरिएको छ ?

अ. मेलीफेरा मौरी	आ. भाले मौरी
इ. भिर मौरी	ई. एपिस सेरेना मौरी

घ. भाले मौरीको काम के हो ?

अ. गोलाको रक्षा गर्नु	आ. प्रजनन् कार्यमा भाग लिनु
इ. परागकण जम्मा गर्नु	ई. चाका निर्माण गर्नु

ङ. बिरुवाको लागि मौरी किन आवश्यक छ ?

अ. परागसेचन गर्न	आ. माटो उर्बरा बनाउन
इ. हानिकारक किरा मार्न	ई. कलिलो मुनाको रक्षा गर्न

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. रानु मौरीको काम के हो ?

ख. भाले मौरीको काम के हो ?

ग. मौरीबाट हामीले के के प्राप्त गर्न सकिन्छ ?

घ. मौरी पालनको २ ओटा महत्त्व लेख्नुहोस् ?

ङ. मौरी कस्तो कस्तो घारमा पालन गर्न सकिन्छ ?

पाठ ७

लोपोन्मुख स्थानीय पेसा व्यवसाय

तलको तालिकामा दिइएका विषयवस्तु अध्ययन गरौँ

लोपोन्मुख पेसा	पेसाबाट उत्पादित वस्तुको उपयोग	सट्टामा विकसित भएको नयाँ पेसा वा प्रविधि
नाम्लो, गजरा, सुकुल बुन्ने काम	नाम्लोले भारी बोक्ने, गजरा/सुकुलमा विस्कुन सुकाउने र बस्ने	प्लास्टिकको नाम्लो, कार्पेट,
धोक्रो, थैलो बुन्ने काम	अन्न, फलफूल हालेर राख्ने/बोक्ने	प्लास्टिकका बोरा
हलो जोत्ने काम	बारी जोत्ने, बाली लगाउने	ट्र्याक्टर
दुध दुहुने, मोही तुल्याउने काम	गाईभैंसीको दुधबाट घ्यू छुट्याउने, मोही खाने	क्रिम सेपरेटर (चिस्यान केन्द्र)
दाउरा चिरेर बेच्ने काम	खाना पकाउने, आगो ताप्ने	हिटर, ग्याँस
घाँस काटेर बेच्ने	पशुलाई घाँस खुवाउने	दाना बनाउने मेसिन
घट्ट चलाएर जीविका गर्ने काम	पिठोबाट खानाको परिकार बनाउने र खाने	पिसानी मिल
भारी वा ढाकर बोक्ने काम	सामान ओसार पसार गर्ने (परिवहन)	ट्रक, गाडी

क्रियाकलाप

१. **कापीमा तलको तालिका बनाउनुहोस् र दिइएका पेसेबारे मानिसले उहिले के काम गर्थे माथिको तालिका हेरेर वा कसैलाई सोधेर लेखेर ल्याउनुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् :**

पेसाको नाम	गर्ने काम
हली	
धोक्रे	
सुकुले	

पेसाको नाम	गर्ने काम
दाउरे	
ग्वाला	
घाँसी	
घटुबारे	
ढाक्रे	

निष्कर्ष

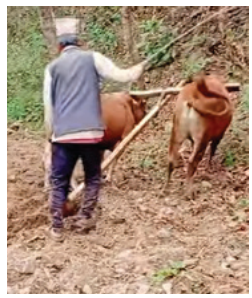
माथिको तालिकामा उल्लेखित लोपोन्मुख पेसा व्यवसायलाई टिकाइ राख्नु आवश्यक छ । किनभने यी सबै पेसा व्यवसायहरू हाम्रो आफ्नै देशको स्रोत साधनमा आधारित छन् । कुनैबेला आवश्यक वस्तु अन्यत्रबाट आयत नभएको बेलामा यस्ता पेसा व्यवसायले हामीलाई आत्मनिर्भर भएर बाँच्न सहयोग गर्दछ । त्यसकारण यी पेसाहरूलाई जीवित राख्न र आधुनिकीकरण गर्न आवश्यक छ ।

२. **तल दिएका तस्विरहरू अवलोकन गर्नुहोस् । ती कस्ता क्रियाकलापहरू हुन् ? के काम भइरहेको छ ? यसलाई कसरी आधुनिकीकरण गर्न सकिन्छ ?चार ओटै तस्विरको विषयमा आफ्नो तर्क सहित एक एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।**

तस्विर १

तस्विर २

तस्विर ३


तस्विर ४

आधुनिकीकरण

हाम्रा बाबुबाजेको पालादेखि आय आर्जन गर्नका लागि गर्दै आएको कामलाई परम्परागत पेसा व्यवसाय भनिन्छ । यिनै कामहरूको अनुभवबाट आधुनिक प्रविधिको विकास भएको कुरामा दुईमत छैन । परम्परागत पेसा व्यवसायमा पनि त्यसबेलाको स्रोत साधनलाई अधिकतम उपयोगमा ल्याइएको प्रविधि थियो । वर्तमान अवस्थामा प्राप्त हुने स्रोतहरूको उपयोग गरेर छोटो समयमा धेरै उपलब्धि लिनका लागि वैज्ञानिक ढङ्गले कामलाई सजिलो र छिटो गर्न गरिने उपाय चाँहि आधुनिकीकरण हो ।

३. **तपाईँको घर परिवारमा वा छिमेकमा देखेको लोपोन्मुख पेसाको बारेमा एउटा चित्र बनाउनुहोस् र तलको प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् :**

- पेसाको नामलाई शीर्षकको रूपमा लेख्नुहोस् ।
- त्यो पेसा केका लागि गरिन्थ्यो ?
- त्यसबाट के उपलब्धि हुन्थ्यो ?
- उपलब्धि के काममा प्रयोग हुन्थ्यो ?
- त्यो पेसाको क्रमबद्ध प्रक्रिया लेख्नुहोस् ।
- अहिले किन लोप हुन लागेको छ ?
- अहिले त्यसको सट्टामा के गरिन्छ ?
- यस बारेमा तपाईँको भनाई के छ ?

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस्**

समूह (क)	समूह (ख)
पेसा व्यवसाय	वैज्ञानिक परिवर्तन
ठेकी	जीविका चलाउन गरिने इलम
आधुनिकीकरण	दही वा मोही बनाउने काठको भाँडो
हली	बाउबाजेदेखि गर्दै आएको इलम
परम्परागत पेसा	हलो जोत्ने मानिस

२. **तलका प्रश्नको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. ढाक्रे कस्तो पेसा हो ? यो पेसा किन लोप भएको होला?

ख. परम्परागत पेसालाई किन आधुनिकीकरण गर्नु पर्दछ ?

ग. घटुबारे भनेको के हो ? यिनीहरू किन विस्थापित हुँदैछन् ?

घ. धुलिखेल नगरपालिकामा बाख्रापालन गर्ने पेसा किन लोपोन्मुख अवस्थामा पुगेको हो ?

ङ. परम्परागत पेसालाई कसरी आधुनिकीकरण गर्न सकिन्छ ?

एकाइ
६

प्रकोप, वातावरण र हरित विद्यालय

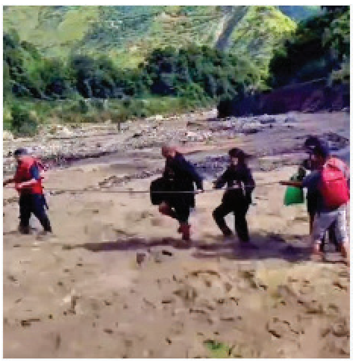
यस एकाइ अन्तर्गत बिद्यार्थीहरूलाई विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि विद्यालयले गरेको तयारी हरित विद्यालयको अवधारणा वातावरणीय संरक्षणमा विद्यालयको प्रयास र दिगो विकासका बारेमा जानकारी दिने र उक्त कार्यमा संलग्न गराउने लक्ष्य राखिएको छ । यसैको सेरोफेरोमा रहेर सैद्धान्तिक तथा प्रयोगात्मक तरिकाबाट सिकाइ हुने छ ।

सिकाई उपलब्धि

- ☑ विपद् न्यूनीकरणका लागि विद्यालयले गरेका तयारी बारे बताउन
- ☑ हरित घर, हरित विद्यालयको अवधारणा बताउन
- ☑ आफ्नो विद्यालयलाई हरित विद्यालय बनाउनको लागि सहभागी हुन
- ☑ उर्जाको सही सदुपयोग गर्ने तरिकाहरू प्रस्तुत गर्न
- ☑ वातावरण संरक्षणका उपायहरू र वातावरण संरक्षणका लागि विद्यालयले गर्न सक्ने कार्यहरू बताउन
- ☑ दिगो विकासको अवधारणा र महत्त्व उल्लेख गर्न ।

पाठ १ विपद् जोखिम न्यूनीकरण

विपद् भनेको कुनै स्थानमा आपतकालीन अवस्था सिर्जना भई जन वा धनको क्षतिको साथै जीवनयापन र वातावरण प्रतिकूल असर पर्ने प्राकृतिक वा गैर प्राकृतिक सङ्कट हो । नेपाल जस्तो प्राकृतिक विपद्को उच्च जोखिम भएका देशमा विद्यालयहरूको तयारी अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ । विद्यालयहरू बालबालिकाको पहिलो शैक्षिक र सामाजिक सिकाइको स्थान मात्र नभएर, विपद्को अवस्थामा समुदायको प्रतिकार्य क्षमता सुदृढ पार्ने केन्द्र पनि हुन् । यसैले विद्यालय स्तरमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणको तयारीले दिगो र सुरक्षित भविष्यको आधार तयार पार्न सक्छ । विद्यालयको हाताभित्र र बाहिर जुनसुकै स्थानमा विद्यार्थी भाईबहिनीहरूले महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाउन सक्नुपर्दछ ।



विद्यालयको भूमिका

विद्यालयहरूमा विपद्को पूर्व तयारी, प्रतिकार्य र पुनर्निर्माणका लागि आवश्यक संरचना र योजना तयार गर्नु अनिवार्य छ । यसका लागि विद्यालय व्यवस्थापन समिति, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक र समुदायका अन्य सरोकारवालासँगको सहकार्य आवश्यक छ । विद्यालयमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि निम्नलिखित कदमहरू महत्त्वपूर्ण छन् :

१. **आपतकालीन योजना तयार:** विद्यालयमा भूकम्प, बाढी, आगलागी, पहिरो जस्ता सम्भावित विपद्को लागि पूर्व तयारी योजना तयार गर्नुपर्दछ ।

२. **विपद् व्यवस्थापन क्लवको स्थापना:** विद्यार्थीहरूलाई विपद्को बारेमा सचेत गराउन र उनीहरूलाई सक्रिय बनाउने उद्देश्यले विपद् व्यवस्थापन क्लबको स्थापना गर्नु पर्छ । बालबालिकाहरूले विद्यालयमा मात्र नभईकन आफ्नो टोल छिमेकमा समेत विपद् जोखिम न्यूनीकरणको बारेमा सचेतना फैलाउन सक्दछन् ।

३. **प्राथमिक उपचार तालिम :** विद्यालयका शिक्षक र विद्यार्थीलाई प्राथमिक उपचारका सिप सिकाउने तालिमको आयोजना गर्न सकेमा विद्यालयभित्र आईपर्ने विपद् पश्चातको सामान्य उपचारमा बालबालिकाहरूलाई सरिक गराउन सकिन्छ ।

४. **सञ्चार र सूचना प्रविधिको उपयोग:** विपद्को समयमा प्रभावकारी सञ्चारका लागि सूचना प्रविधिको उपयोग गर्नु पर्दछ ।

५. **समुदायसँगको समन्वय :** विद्यालयले समुदायसँग मिलेर विपद्को तयारी र प्रतिकार्यमा सहकार्य गर्नुपर्दछ ।

६. **विद्यार्थीहरूको सक्रिय सहभागिता :** विद्यार्थीहरू विद्यालयका प्रमुख स्रोत हुन् र उनीहरूको सक्रिय सहभागिताले विपद्को समयमा विद्यालय र समुदायको प्रतिकार्य क्षमता सुदृढ पार्न सक्छ । विद्यार्थीहरूले निम्नलिखित कार्यहरूमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न सक्छन्:

सचेतना अभिवृद्धि कार्यक्रम सञ्चालन : विद्यार्थीहरूले विपद्को बारेमा समुदायमा सचेतना अभिवृद्धि गर्नका लागि कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्ने ।

आपतकालीन किटको तयारी र व्यवस्थापन : विद्यार्थीहरूले विद्यालयमा आपतकालीन किट तयार राख्न र त्यसको व्यवस्थापनमा सहयोग गर्ने ।

विपद्को समयमा नेतृत्त्व क्षमता प्रदर्शन : विपद्को समयमा विद्यार्थीहरूले नेतृत्त्व क्षमता प्रदर्शन गरी विद्यालय र समुदायको सुरक्षा सुनिश्चित गर्ने ।

चुनौतिहरू र समाधानका उपायहरू

विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि विद्यालयहरूको तयारीमा केही चुनौतिहरू रहेका छन् ।

१. **स्रोत र साधनको अभाव :** विद्यालयहरूमा विपद्को तयारीका लागि आवश्यक स्रोत र साधनको अभाव रहेको छ ।

२ **शिक्षक र विद्यार्थीको सिप अभाव :** विपद्को तयारी र व्यवस्थापनका लागि शिक्षक र विद्यार्थीहरूको सिपको अभाव रहेको छ ।

३. **समुदायसँगको समन्वयको कमी :** विद्यालय र समुदाय बिचको समन्वयको कमी रहेको देखिन्छ ।

यी चुनौतिहरूको समाधानका लागि निम्नलिखित उपायहरू अपनाउन सकिन्छः

१. **सरकारी र गैरसरकारी संस्थासँग सहकार्य :** विपद्को तयारीका लागि सरकारी र गैरसरकारी संस्थासँग सहकार्य गरी स्रोत र साधनको व्यवस्था गर्नु पर्दछ ।

२. **तालिम र कार्यशालाको आयोजना :** शिक्षक र विद्यार्थीलाई विपद्को तयारी र व्यवस्थापनका लागि तालिम र कार्यशालाहरूको आयोजना गर्नु पर्दछ ।

३. **समुदायमा सचेतना अभिवृद्धि गर्नु :** विद्यालयले समुदायमा विपद्को बारेमा सचेतना अभिवृद्धि गर्नका लागि कार्यक्रमहरूको आयोजना गर्नु पर्दछ ।

निष्कर्ष

विद्यालयहरूको विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि तयारीले मात्र विद्यालयलाई सुरक्षित बनाउन सकिँदैन, बरु सम्पूर्ण समुदायको प्रतिकार्य क्षमता सुदृढ पार्न मद्दत पुऱ्याउँछ । यसैले विद्यालयहरूले विपद्को तयारीलाई प्राथमिकतामा राखेर योजनाबद्ध ढङ्गले कार्य गर्न आवश्यक छ । यसका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक र समुदायका सबै सरोकारवालासँगको सहकार्य अत्यन्त महत्त्वपूर्ण छ । केवल विद्यालयको तयारीले मात्रै विपद्को प्रभावलाई न्यूनीकरण गर्न सक्दैन, सम्पूर्ण समुदायको सक्रिय सहभागिता आवश्यक छ । विद्यालयमा आपतकालीन किट व्यवस्थापन गर्नु पर्दछ ।

क्रियाकलाप

१. विपद् जोखिम न्यूनीकरण सम्बन्धी पोस्टर निर्माण गर्नुहोस् कक्षामा प्रदर्शन गर्नुहोस् ।

२. विपद् न्यूनीकरणका लागि के कस्ता कार्यहरू गर्न सकिन्छ छलफल गरी बुँदा टिप्नुहोस् ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाउनुहोस् ।

समूह क	समूह ख
आपतकालीन किट	विपद्को समयमा सूचना आदानप्रदान
प्राथमिक उपचार तालिम	जीवन रक्षासम्बन्धी सिप
सञ्चार प्रविधिको उपयोग	विपद्को समयमा प्रयोग हुने सामग्रीहरू
विद्यार्थीको सक्रियता	नेतृत्व र सचेतना अभियान

२. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।

क. विपद् भन्नाले के बुझिन्छ ?

ख. विपद् व्यवस्थापन क्लबको भूमिका के हो ?

ग. विद्यालयले आपतकालीन अवस्थामा के के तयारीहरू गर्नु पर्दछ ?

घ. "विद्यालयमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि अपनाउनुपर्ने उपायहरू" विषयमा ५ ओटा बुँदाहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा विद्यार्थीको भूमिका कस्तो रहनु पर्दछ ?

च. विपद् जोखिम न्यूनीकरणमा देखापर्ने चुनौतिहरू र समाधानका उपायहरू स्पष्ट गर्नुहोस् ।

छ. यदि तपाईँ जनप्रतिनिधि हुनुभयो भने विद्यालयमा विपद् जोखिम न्यूनीकरणका लागि के कस्ता योजनाहरू ल्याउनुहुन्छ ?

पाठ २

हरित विद्यालय

१. हरित विद्यालयको परिचय

विद्यालय र यस वरपर बोटबिरुवा हुर्काइ हरियाली राख्ने र स्वच्छ वातावरण कायम राख्ने काम नै हरित विद्यालय हो । यसको लागि विद्यालयको हाताभित्र र बाहिर आवश्यकता अनुसार रुखबिरुवा रोप्नु पर्दछ, बगैँचा निर्माण गर्नु पर्दछ । नियमित रूपमा सरसफाई गर्नु पर्दछ । रुख बिरुवा रोप्ने र हुर्काउने, पानीको सही प्रयोग गर्ने, विद्युत लगायत ऊर्जाको सदुपयोग गर्ने बानीको विकास गरेमा घर र विद्यालय वरपर वातावरण स्वच्छ र सफा राख्न सहयोग पुग्दछ ।

२. हरित विद्यालयको महत्त्व

हाम्रो विद्यालय भनेको हामी ज्ञान लिने, साथीहरूसँग रमाइलो गर्ने र भविष्य बनाउने ठाउँ हो । यति महत्त्वपूर्ण ठाउँ सफा, हरियाली प्राकृतिक एवम् वातावरणीय हिसावले स्वस्थ र स्वच्छ भएको विद्यालय "हरित विद्यालय" हो ।

हरित विद्यालय किन आवश्यक छ ?

- विद्यालयको सफा हरियाली वातावरण र स्वच्छ हावाले विद्यार्थीको स्वास्थ्य राम्रो हुन्छ ।
- सफा र हरियाली वातावरणका लागि - हरित विद्यालयमा बोटबिरुवा हुन्छन् जसले हावा सफा बनाउँछ ।
- पाठ्यक्रमसँगै जीवनोपयोगी शिक्षा प्राप्त हुन्छ ।
- हरियाली र स्वच्छ वातावरणले तनाब हटाउँछ र मानसिक एकाग्रता बढाउँछ ।
- पानी र ऊर्जा बचत गर्ने सिप विकासको लागि- विद्यालयमा पानी र बत्ती बचत गर्ने सिपको विकास हुन्छ ।

- विद्यार्थीले सानैदेखि वातावरणमैत्री जीवनशैली अपनाउँछन् र भविष्यमा जिम्मेवार नागरिक बन्छन् ।
- फोहर व्यवस्थापन गर्ने ज्ञान र सिप - कागज, प्लास्टिक, खानेकुरा आदि छुट्याएर फाल्ने सिपको विकास हुन्छ ।
- पृथ्वीलाई जोगाउने बानीको विकास- सानो उमेरमै वातावरण जोगाउने तरिका सिक्दा भविष्यमा ठूला काम गर्न सकिन्छ ।

हामी के गर्न सक्छौँ ?

- विद्यालयमा र घरमा बोटबिरुवा रोपौँ ।
- पानी र बत्ती खेर नफालौ र फाल्न नदिऔँ ।
- जैविक र अजैविक फोहरलाई छुट्याएर सुरक्षित रूपमा बिसर्जन गरौँ ।
- प्लास्टिक कम प्रयोग गरौँ ।
- विद्यालयमा आफूभन्दा साना भाइ बहिनीहरूलाई पनि सिकाऔँ ।
- विद्यालयमा करेसाबारी र बगैँचा निर्माण गरौँ ।

३. हरित विद्यालयका मुख्य विशेषताहरू

- नवीकरणीय ऊर्जा: विद्यालयले सौर्य ऊर्जा जस्ता नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतहरूको प्रयोग गरी ऊर्जा खपत घटाउँछ ।
- जल व्यवस्थापन: वर्षाको पानी सङ्कलन र पुनः प्रयोग प्रणालीमार्फत जल स्रोतको संरक्षण गर्दछ ।
- फोहर व्यवस्थापन: रिसाइक्लिङ र कम्पोस्टिङ जस्ता विधिहरू अपनाएर फोहर व्यवस्थापनमा सुधार ल्याउँछ ।
- वृक्षारोपण र हरियाली: विद्यालय परिसरमा वृक्षारोपण र हरियालीको प्रवर्द्धन गरी जैविक विविधता बढाउँछ ।
- शिक्षा र सचेतना: विद्यार्थीहरूलाई वातावरणीय शिक्षा र सचेतना कार्यक्रमहरूको माध्यमबाट स्वच्छ र सफा वातावरण कायम गर्ने ज्ञान सिपको विकास हुन्छ ।

४. विद्यार्थीको भूमिका

विद्यार्थीहरूले निम्नलिखित कार्य गर्नुपर्दछ :

- वृक्षारोपण अभियानमा सहभागी हुने रोपिएका बोट बिरुवा हुर्काउने ।
- फोहरको सही व्यवस्थापन गर्नेः रिसाइक्लिङ र कम्पोस्टिङ जस्ता विधिहरूमा सहभागी भई फोहर व्यवस्थापनमा सुधार ल्याउन ।
- सचेतना कार्यक्रमहरूः वातावरण संरक्षणका लागि सञ्चालन गर्ने/समुदायमा प्रचार प्रसार गर्ने ।
- ऊर्जा र पानीका सही प्रयोग गर्ने ।
- विद्यालय हाताभित्र र बाहिर नियमित सरसफाई गर्ने ।

५. निष्कर्ष

हरित विद्यालयको अवधारणा अनुसार विद्यालयमा कार्यान्वयन गर्नु पर्दछ यसबाट विद्यार्थीहरूको सोच र व्यवहारमा पनि परिवर्तन ल्याउँछ । यसले विद्यार्थीहरूलाई वातावरणीय मुद्दामा सचेत र जिम्मेवार नागरिकको रूपमा विकास गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

हरित गृह र यसको असर

- ग्लोबल वार्मिङ यसको कारणले पृथ्वीको सतहको औसत तापक्रम बढ्दै गएको छ जसलाई ग्लोबल वार्मिङ भनिन्छ ।
- बढ्दो समुद्री सतह तापक्रम बढ्दै जाँदा ध्रुबीय क्षेत्रमा बरफ र ग्लेसियरहरू पग्लिन, जसले समुद्रको सतह बढ्नमा योगदान पुऱ्याउँछ । यसले तटीय क्षेत्रहरू र तल्लो टापुहरूमा खतरा निम्त्याउँछ ।
- चरम मौसमसम्बन्धी घटनाहरू तापक्रम र वायुमण्डलीय अवस्थाहरूमा परिवर्तनहरूले अधिक बारम्बार र मौसमसम्बन्धी घटनाहरू जस्तै आँधी बेहरी, खडेरी, बाढी र गर्मीको लहरहरू निम्त्याउन सक्दछ ।
- महासागर र अम्लीकरण महासागरहरूमा अतिरिक्त कार्बनडाईअक्साईडको अवशेषणले महासागरमा अम्लीकरण निम्त्याउँछ, जसले समुद्री जीवलाई हानि पुऱ्याउँछ, विशेष गरी क्याल्सियम कार्बोनेट सेल भएका जीवहरू जस्तैः कोरल र केही प्रकारका प्लाङ्टनलाई क्षति पुऱ्याउँछ ।
- पारिस्थितिक प्रणालीमा परिवर्तनहरू तापक्रम र वर्षाको ढाँचामा परिवर्तनले पारिस्थितिक प्रणालीमा बाधा पुग्छ । जसले बोटबिरुवा र जनावरका प्रजातिहरूको वितरण र व्यवहारलई असर गर्छ ।

- कृषिमा असर : तापक्रम र वर्षाको ढाँचामा परिवर्तनले कृषि उत्पादकत्त्वलाई असर गर्न सक्छ, जसले बाली उत्पादन र बढ्दो मौसममा परिवर्तन ल्याउन सक्छ ।
- जैविक विविधताका लागि खतराहरू : जलवायु परिवर्तनले धेरै प्रजातिहरूका लागि खतरा निम्त्याउँछ किनभने तिनीहरू उपयुक्त बासस्थानहरूको अभावले मर्न सक्छन् र लोप हुन सक्छन् ।

क्रियाकलापहरू

१. **हरित विद्यालयका फाइदाहरूको बारेमा समूहमा छलफल गरी बुँदामा लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

२. **हरित गृहका फाइदा वा महत्त्व समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।**

३. **विभिन्न समह बनाई घरबाट बिरुवा ल्याएर विद्यालयमा वृक्षारोपण गर्नुहोस् र आफ्नो समूहले रोपेको बिरुवा गोडमेल तथा मलजल गरी हुर्काउनुहोस् ।**

अभ्यास

१. **ठिक वा बेठिक छुटयाउनुहोस् ।**

क. हरित विद्यालयले वातावरणीय शिक्षा प्रदान गर्दैन ।

ख. हरित विद्यालय वातावरण संरक्षणको उदाहरण हो ।

ग. हरित विद्यालयले जल व्यवस्थापनलाई सहयोग गर्छ ।

घ. विद्यार्थीहरूले ऊर्जा वचतमा भूमिका खेल्न सक्छन् ।

च. हरित विद्यालय आजको आवश्यकता हो ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. हरित विद्यालय भन्नाले के बुझिन्छ ?

ख. हरित विद्यालयका दुई मुख्य लाभहरू लेख्नुहोस् ।

ग. विद्यार्थीहरूले वातावरणीय संरक्षणमा कस्तो भूमिका खेल्न सक्छन् ?

घ. हरित विद्यालयको विशेषता र उद्देश्य लेख्नुहोस् ।

च. विद्यार्थीहरूले हरित विद्यालय अवधारणालाई सफल बनाउन के-के गर्न सक्छन् ?

पाठ ३ दिगो विकास

दिगो विकास भनेको भविष्यका पुस्ताहरूको आवश्यकतामा कटौती नगरी वर्तमानको आवश्यकता पूर्ति गर्नु हो । यस अर्थमा दिगो विकास भनेको विकासको लागि प्राकृतिक साधनको विवेकपूर्ण प्रयोग हो । यहाँ यस विषयमा अझ थप स्पष्ट पार्नका लागि फरक फरक विद्यार्थीहरू र शिक्षकबिचको संवाद निम्न अनुसार प्रस्तुत गरिएको छ :

विद्यार्थी १ : सर, दिगो विकास भन्नाले के बुझिन्छ ?

शिक्षक : दिगो विकास भनेको अहिलेको आवश्यकता पूरा गर्दा भविष्यको सोच पनि गर्नु हो । विशेष गरेर प्रकृतिक स्रोत साधन विनास नहुने गरी गरिने विकास नै दिगो विकास हो । वर्तमान पुस्ताको आवश्यकता पूरा गर्दा प्राकृतिक स्रोत साधनको उपयोग गर्दा भावी पुस्ताले समेत प्रयोग गर्न पाउने गरी संरक्षण गर्नु पर्दछ ।

विद्यार्थी २ : सर, दिगो विकासका के-के लक्ष्यहरू छन् त?

शिक्षक : दिगो विकासका लक्ष्यहरू निम्न अनुसार रहेका छन् ।

१. गरिबीको अन्त्य
२. भोकमरीको अन्त्य
३. स्वस्थ र समुन्नत समाज
४. गुणस्तरीय शिक्षा
५. लैङ्गिक समानता
६. स्वच्छ पानी तथा सरसफाइ
७. स्वच्छ ऊर्जामा सहज पहुँच
८. मर्यादित रोजगार तथा आर्थिक वृद्धि
९. उद्योग पूर्वाधार र नवीन सिर्जना

१०. असमानता न्यूनीकरण

११. दिगो सहर र समुदायहरू

१२. जिम्मेवारपूर्ण उपभोग तथा उत्पादन

१३. जलवायु परिवर्तनमा तत्काल पहल

१४. जलमुनिको जैविक विविधताको संरक्षण

१५. जमिनमाथिको जैविक विविधताको संरक्षण

१६. शान्ति, न्याय र सशक्त निकाय

१७. लक्ष्य प्राप्तिका लागि साझेदारी

विद्यार्थी ३: दिगो विकासका लागि वातावरण संरक्षण किन जरुरी छ, सर ?

शिक्षक : वातावरण संरक्षण अत्यन्तै जरुरी छ किनभने वातावरण नै हाम्रो जीवनको आधार हो । यदि वातावरण नष्ट भयो भने मानव, जनावर, वनस्पति, र समग्र पृथ्वीको अस्तित्व सङ्कटमा पर्न जान्छ । वातावरण नै हाम्रो जीवनको आधार हो । वातावरण राम्रो भएन भने हाम्रो स्वास्थ्य र जीवन दुबै जोखिममा पर्छ ।

विद्यार्थी ४: हामीले विद्यालयमा वातावरण जोगाउन के गर्न सक्छौँ ?

शिक्षक : विद्यालय परिसरमा र वरिपरि बोटबिरुवा रोप्ने । ,“एक विद्यार्थी, एक बिरुवा” कार्यक्रम सुरु गर्न सकिन्छ। बोटबिरुवा रोप्न सक्छौं, फोहर छुट्याएर फाल्न सक्छौं, वन विनाशलाई न्यूनीकरण गर्नेबारे सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गर्न सक्छौं । वृक्षारोपण, विद्यालय हरियाली प्रबर्धन, करेसाबारी निर्माण,फूलबारी निर्माण, तटबन्ध निर्माण, वनविनाश रोकथाम जस्ता कार्यहरू गर्न सक्छौं ।

विद्यार्थी ५: प्लास्टिक प्रयोग नगर्नु भनेको किन हो नि सर ?

शिक्षक : प्लास्टिक कुहिँदैन, यसले माटो र पानी दुबैलाई प्रदूषित बनाउँछ। प्लास्टिक माटोमा मिल्न सयौं वर्ष लाग्छ। यसले जमिन, पानी र वातावरणलाई लामो समयसम्म प्रदूषित बनाउँछ। प्लास्टिक खानेकुरा सम्झेर जनावरहरूले

खान्छन् र मर्न सक्दछन् । प्लास्टिक जलाउँदा डायोक्सिन, कार्बन मोनोअक्साइड जस्ता विषालु ग्याँसहरू निस्कन्छन्, जसले वायु प्रदूषण गर्छ, मानिसमा क्यान्सर, श्वासप्रश्वास सम्वन्धी रोग, छालाका रोगहरू लाग्ने खतरा बढ्छ । प्लास्टिकका झोलाहरू, बोतलहरू खेत र खोलामा फाल्दा माटोको उब्जाउ शक्ति घट्छ । खोलानाला अबरुद्ध भएर बाढीको खतरा बढ्छ । प्लास्टिकका थाल, बोतल, गिलासमा तातो खानेकुरा राख्दा रासायनिक पदार्थ निस्केर खाना/पानीमा मिसिन्छ । यसले हर्मोन गडबडी हुने पेटको रोग लाग्ने आदि दीर्घकालीन असर पुऱ्याउँछ ।

विद्यार्थी ६: सरसफाइ अभियान किन गर्नुपर्छ त सर ?

शिक्षक : फोहर, डस्ट, र गन्हाउने ठाउँहरूमा किरा, लामखुट्टे, मुसा आदि बस्न सक्छन् । यसले झाडापखाला, डेंगु, टाइफाइड, छालामा लाग्ने रोगजस्ता संक्रमण फैलाउँछ । सफा र मिलेको वातावरणमा पढ्न मन लाग्छ, ध्यान केन्द्रित हुन्छ । सरसफाइ भएको ठाउँले सकारात्मक ऊर्जा दिन्छ । फोहर नफाल्ने, फोहर व्यवस्थापन गर्ने, प्लास्टिक कम गर्ने काम सरसफाइसँग जोडिएको हुन्छ । यसले हावा, माटो, पानी प्रदूषण घटाउँछ ।

सरसफाइ अभियानले 'मेरो ठाउँ, मेरो जिम्मेवारी' भन्ने भावना बढाउँछ । सबै मिलेर काम गर्दा सहकार्य, सद्भाव र अनुशासन पनि बढ्छ । सफा ठाउँ देख्दा जो कोहीलाई रमाइलो लाग्छ । पाहुनालाई राम्रो सन्देश जान्छ–"हामी सजग नागरिक हौं ।" सफा ठाउँमा रोग लाग्दैन, हामी स्वस्थ जीवन जिउन सक्दछौं ।

विद्यार्थी ७: सर, हामीले पानी कसरी बचाउन सक्छौं ?

शिक्षक : पानीको प्रयोगपश्चात धारा बन्द गर्ने, वर्षाको पानी जम्मा गर्ने, पानीको स्रोतहरू सुक्दै जान नदिनको लागि हामीले प्रशस्त मात्रामा वृक्षारोपण गर्नुपर्दछ, वन विनास हुन दिनु हुँदैन । गाईवस्तु छाडा छोड्नु हुँदैन किनभने स-साना बिरुवाहरू गाईवस्तुले कुल्चिने र खाइदिने गर्दछ जसको कारणले गर्दा पानीको मुहानहरू सुक्न सक्छन् ।

विद्यार्थी ८: रिसाइकल (पुनः प्रशोधन) तथा रियुज (पुनः प्रयोग) भन्नाले चाहिँ के बुझिन्छ नि सर?

शिक्षक : रिसाइकल भन्नाले पुराना, फालिएका सामग्रीलाई पुनः नयाँ वस्तु बनाउने प्रक्रिया

हो । नेपालीमा यसलाई "पुनः प्रशोधन" वा "पुनः उपयोगयोग्य बनाउने प्रक्रिया" पनि भनिन्छ । बजारबाट सामान ल्याएको प्लास्टिकका पोकाहरू हामीले अन्य सामानहरू हाल्न प्रयोग गर्नु, हर्लिक्स जस्ता बट्टाजन्य खानेकुराका भाँडाहरू प्रयोग पश्चात अन्य कार्यमा प्रयोग गर्नु जस्ता कार्यलाई पुनः प्रयोग भनिन्छ ।

विद्यार्थी ९: सर, हामीले घरमा पनि बोटबिरुवा लगाउन मिल्छ ?

शिक्षक : मिल्छ, गमलामा वा बगैँचा र खेतबारीमा बोटबिरुवामा लगाउन सकिन्छ, यसबाट वातावरण सुन्दर हुने र हामी समेत स्वस्थ हुन्छौँ । अबदेखि विद्यालय र घरमा प्लास्टिक झोला प्रयोगलाई बन्द गरौं ।

विद्यार्थी १०: ठिक छ सर, हामी कपडाको झोला प्रयोग गर्छौं र अन्य व्यक्तिहरूलाई समेत कपडाको झोला प्रयोग गर्न प्रेरित गर्छौं ।

विद्यार्थी ११: हाम्रा अभिभावकलाई पनि वातावरणका बारेमा बताउन सक्छौँ ।

शिक्षक : अवश्य, उहाँहरूलाई जानकारी दिनु राम्रो काम हो । यसको थालनी आजैबाट गरौँ ।

विद्यार्थी १२: सर, सौर्य ऊर्जाको प्रयोग कस्तो हुन्छ ?

शिक्षक : यो स्वच्छ ऊर्जा हो, यसले प्रदूषण गर्दैन र यो लामो समयसम्म टिकाउ हुन्छ । सौर्य उर्जाको प्रयोग एकदमै उपयोगी स्वच्छ (clean) र दिगो (sustainable) हुन्छ ।

यो सूर्यबाट प्राप्त हुने ऊर्जालाई विभिन्न उपकरणहरूद्वारा सङ्कलन गरेर हाम्रो दैनिक जीवनमा प्रयोग गरिन्छ ।

विद्यार्थी १३: हाम्रो विद्यालयमा हरियाली बढाउन के के गर्न सकिन्छ त सर ?

शिक्षक : हामी हरेक कक्षामा एकओटा बिरुवा रोप्ने कार्यक्रम गर्नु पर्दछ । प्रत्येक वर्ष "वन सप्ताह" वा "पर्यावरण दिवस" मा विद्यार्थी, शिक्षक मिलेर बोटबिरुवा रोप्नु पदर्छ । विद्यालय परिसर, पर्खाल छेउ, मैदान वरिपरि झाडी वा फूलका बिरुवा रोप्नु पर्दछ । फलफूल, तरकारी वा फूल रोप्ने ठाउँ बनाउनु पर्दछ । तपाईंहरूले बिरुवा राप्ने, सिँचाइ, गोडमेल जस्ता काम गर्नु पर्दछ । कम्पोस्ट मल बनाउने भाँडा (Compost bin) राखेर जैविक मल बनाई बिरुवामा हाल्न सकिन्छ । झाडु लगाउने, बोट स्याहार गर्ने, हरियालीको नारा लेख्ने आदि कार्य गर्न सकिन्छ । वातावरणसम्बन्धी चित्रकला, कविता, नारा लेखन प्रतियोगिता सञ्चालन गर्न सकिन्छ ।

विद्यार्थी १४: सर, हामीले अरू के-के गर्न सक्छौँ ?

शिक्षक : तपाईँहरूले साथीहरूलाई सचेत पार्न र सरसफाइमा सक्रिय बनाउन सक्नुहुन्छ ।

विद्यार्थी १५: सर, हामीले विद्यालयमा पानी बचतका लागि के गर्न सक्छौँ ?

शिक्षक : हात धुने, कुल्ला गर्ने वा भाँडा माझेपछि धारा बन्द गर्न विद्यार्थी साथीभाइलाई सिकाउने । "पानी बर्बाद नगरौँ" भन्ने चेतनामूलक सन्देश धारा नजिकै टाँस्ने । विद्यालयको छानोबाट आउने वर्षाको पानी जम्मा गरेर बगैँचामा सिँचाइ गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ । कक्षामा वा बिहानको प्रार्थना सभा (assembly) मा पानीको महत्त्व र बचतबारे सबैलाई बताउन सकिन्छ । चित्रकला, कविता, पोस्टर प्रतियोगिता सञ्चालन गर्ने "पानी जोगाऊ, जीवन बचाऊ ।" टप्काउने सिँचाइ प्रणाली अपनाउन सकिन्छ ।

विद्यार्थी १६: सर, हामीले विद्यालयमा ऊर्जा बचतका लागि के गर्न सक्छौँ ?

शिक्षक : कोठा खाली हुँदा बत्ती, पङ्खा, कम्प्युटर बन्द गर्ने बानी बसाल्नु पर्दछ । यसका लागि शिक्षक र विद्यार्थी सबैले सचेत रहनुपर्छ । कक्षाकोठामा लाइट अन गर्नु अघि प्राकृतिक उज्यालो हेर्ने । LED बल्ब प्रयोग गर्ने, जुन कम बिजुली खपत गर्छ । ऊर्जा बचत गर्ने (energy–efficient) पङ्खा र कम्प्युटर प्रयोग गर्ने, खराब वा टुटेका तार, बल्ब र उपकरण तुरुन्त मर्मत वा प्रतिस्थापन गर्ने आदि काम गरेर ऊर्जा बचत गर्न सकिन्छ (घण्टी पनि बज्यो आजलाई यति नै गरौँ बाँकी विषयमा भोली छलफल गरौँला है त)

बिद्यार्थीहरू : (एकै स्वरमा) हुन्छ सर ।

क्रियाकलाप

१. **विद्यालयले हरियाली बढाउन के कस्ता क्रियाकलापहरू गर्न सकिन्छ कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र हरियाली प्रवर्धनको लागि योजना तयार पार्नुहोस् ।**

अभ्यास

१. **बहुवैकल्पिक (वस्तुगत) प्रश्नहरू**

क. दिगो विकासको मुख्य उद्देश्य के हो ?

अ. अहिलेको आवश्यकता मात्र पूरा गर्ने

आ. भविष्यको आवश्यकता पूर्ति नगरी वर्तमानको विकास गर्ने

इ. अहिलेको आवश्यकता पूरा गर्दा भविष्यका पुस्ताले पनि आवश्यकता पूरा गर्न सकून् भन्ने सुनिश्चित गर्ने

ई. आर्थिक विकास गर्ने

ख. प्लास्टिक किन वातावरणका लागि हानिकारक हुन्छ ?

अ. सजिलै कुहिन्छ

आ. माटो र पानी प्रदूषित गर्छ र जनावरहरूको स्वास्थ्यमा असर गर्छ

इ. पानीलाई सफा बनाउँछ

ई. यसले वातावरणलाई राम्रो बनाउँछ

ग. सरसफाइ अभियानले निम्नमध्ये कुन फाइदा पुऱ्याउँछ ?

अ. फोहर बढाउने

आ. रोग फैलाउने किरा लामखुट्टे बढाउने

इ. हावा, माटो र पानी प्रदूषण घटाउने

ई. वातावरणलाई नष्ट गर्ने

घ. पानी बचतका लागि विद्यालयमा के गर्न सकिन्छ ?

अ. धारा खुला राख्ने

आ. वर्षा पानी जम्मा गर्ने र प्रयोग गर्ने

इ. पानीको स्रोतलाई सुक्न दिने

ई. पानी बर्बाद गर्ने

ङ. रिसाइकल भन्नाले के बुझिन्छ ?

अ. नयाँ सामान बनाउने प्रक्रिया

आ. पुराना फ्यालिएका सामग्रीलाई पुनः प्रयोग गर्न मिल्ने बनाउने प्रक्रिया

इ. फोहर फाल्ने काम

ई. जङ्गल फाँडानी

च. विद्यालयमा वातावरण जोगाउन तलकामध्ये के गर्न सकिन्छ ?

अ. प्लास्टिक फाल्ने

आ. वृक्षारोपण गर्ने

इ. खुला ठाउँमा फोहर फाल्ने

ई. जङ्गल नष्ट गने

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस्।**

क. दिगो विकास भन्नाले के बुझिन्छ ?

ख. वातावरण संरक्षण किन जरुरी छ ?

ग. हामीले विद्यालयमा वातावरण सन्तुलनमा राख्न के के गर्न सक्छौँ ?

घ. हामीले पानीको स्रोत कसरी बचाउन सक्छौँ ?

ङ. दिगो विकास र वातावरण संरक्षणबीच कस्तो सम्बन्ध छ ?

च. प्लास्टिकले वातावरणमा कस्ता कस्ता समस्या ल्याउँछ ?

छ. विद्यालयमा हरियाली र सरसफाइ बढाउन गर्न सकिने उपायहरू के-के हुन् ?

परियोजना कार्य

१. **दिगो विकासका लागि स्थानीय सरकारको तर्फबाट हालसम्म के कस्ता कामहरू भए र आगामी दिनमा के कस्ता योजनाहरू रहेका छन् सो विषयमा स्थानीय जनप्रतिनिधिहरूसँग सोधखोज गरी टिपोट तयार पार्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।**

पाठ ४ हाम्रो स्रोत

पर्वतको काखमा जल सम्पदाको गीत
स्थानीय स्रोतसँग अमूल्य छ मीत ॥
वन माटो हावा अनि साथमा स्वच्छ पानी
स्रोतको परिचालन गर्दा नपुऱ्यायौँ है हानि ॥

घामको किरण,जल भण्डार पवनको चाल
ऊर्जाका ती स्रोत चिने जीवन मालामाल
जलविद्युत अति राम्रो जोहो गरौँ यसको
गर्न सके उत्पादन उन्नति छ देशको ।

घाँस दाउरा लिन्छौ हामी त्यही वनबाट
वृक्षारोपण गरी यसलाई दिनुपर्छ साथ ॥
जीवनको एक अङ्ग अमूल्य ती वन
हरियाली वन देख्दा कति खुशी मन ॥

प्रकृतिका हर चिज सन्तुलनमा चलाऔँ
बुझी सबले जथाभावी फोहर नजलाऔँ
खेतबारीमा रासायनिक बिषको प्रयोग घटाऔँ
हामी बस्ने टोल छिमेक सुन्दरताले सजाऔँ ।।

पर्यावरण सन्तुलन टुटेपछि फेरि
बगाउँछ गाउँ बस्ती विपद् आउँछ घेरी
चलाउन नजान्दामा स्रोत सहीसँग,
विपद् आइ पार्छ हाम्रो जीवन भताभुङ्ग ।।

अब पालो आएको छ चेतनाले भर्ने
स्रोतको सही सदुपयोग हामीले नै गर्ने ।।

क्रियाकलाप

१. धुलिखेल नगरपालिकाभित्रका स्थानीय स्रोत (प्राकृतिक स्रोत) को उपयोग कसरी भइरहेको छ ? समूहमा छलफल गरी लेख्नुहोस् र न्युज प्रिन्ट पेपरमा लेखेर कक्षामा टाँस्नुहोस् ।

२. आफ्नो विद्यालयको वा समुदायको वरपर भए गरेको विकास निर्माण कार्यको अवलोकन गर्नुहोस् र यसले पर्यावरणमा पारेको प्रभावबारे कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **पाठको आधारमा ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।**

क. जङ्गल फँडानी गर्दा माटोको क्षय हुन सक्छ ।

ख. पानी, हावा र माटो नवीकरणीय स्रोत हुन् ।

ग. स्थानीय स्रोत प्रयोग गर्दा सधैँ वातावरण दूषित हुन्छ ।

घ. स्रोतहरूको दिगो प्रयोगले भविष्यका पुस्तालाई फाइदा हुन्छ ।

ङ. बाढी र पहिरो प्राकृतिक स्रोतको संरक्षण नगर्दा निम्तने समस्या हुन् ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् ।**

क. प्राकृतिक स्रोत भनेको के हो ? उदाहरण दिनुहोस् ।

ख. प्राकृतिक स्रोत संरक्षणमा तपाइको भूमिका लेख्नुहोस् ।

ग. स्रोत परिचालनमा ध्यान दिनुपर्ने पक्षहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ. प्राकृतिक स्रोतको उचित परिचालन हुन नसकेमा के कस्ता असरहरू देखा पर्न सक्छन् प्रष्ट पार्नुहोस् ।

ङ. प्राकृतिक स्रोतको प्रयोग र विपद् बिच कस्तो सम्बन्ध रहेको छ उल्लेख गर्नुहोस् ।

एकाइ

७

धुलिखेल नगरपालिका

परिचय

यस एकाइ अन्तर्गत धुलिखेल नगरको उमेरगत जनसङ्ख्याको विश्लेषण, सार्वजनिक स्थल संरक्षणमा नगरपालिकाको भूमिका, स्थानीय व्यवस्थापिका र कार्यपालिकाको परिचय तथा गठन प्रक्रिया अध्ययन गरिने छ। नगरपालिकाको कार्यपद्धति तथा न्यायिक समिति गठन र त्यसको काम, कर्तव्य र अधिकार सम्बन्धी पनि अध्ययन गरिने छ । यसै एकाइमा धुलिखेल नगरका बहुआयामिक व्यक्तित्वका बारेमा पनि अध्ययन र उनीहरूको योगदान खोजी गरिने छ। यसबाट धुलिखेल नगरपालिकाको विविध क्षेत्रको ज्ञान हासिल भई सो अनुसार काम गर्न सक्ने विश्वास गरिएको छ ।

सिकाइ उपलब्धि

- ☑ नगरपालिकाको उमेरगत जनसङ्ख्याको विश्लेषण गर्न
- ☑ नगरपालिकाबाट उपलब्ध हुने सेवाहरू पहिचान गर्न र आवश्यक पर्ने सेवा लिन
- ☑ सार्वजनिक स्थल संरक्षणमा नगरपालिकाको भूमिका बताउन र सहयोग गर्न
- ☑ स्थानीय व्यवस्थापिका र कार्यपालिकाको परिचय र गठन प्रक्रिया बताउन
- ☑ नगरपालिकाको कार्य पद्धति बताउन
- ☑ न्यायिक समिति गठन प्रक्रिया तथा काम, कर्तव्य र अधिकार उल्लेख गर्न
- ☑ नगरपालिकाका बहुआयामिक व्यक्तित्वहरू र तीनका योगदान प्रस्तुत गर्न ।

पाठ १ हाम्रो नगरको जनसङ्ख्या

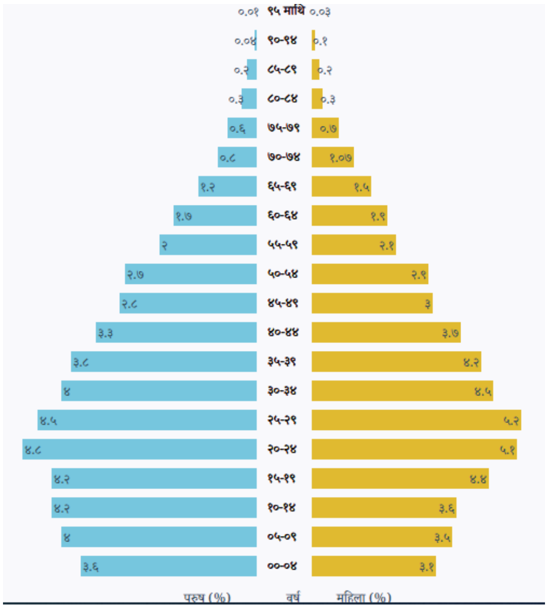
जनसङ्ख्याको बनोट र विश्लेषण

जनसङ्ख्याको बनोट भन्नाले कुनै खास स्थानमा बसोबास गर्ने जनसङ्ख्याको उमेर, लिङ्ग, जातजाति, भाषा, धर्म, पेसा आदि अवस्थालाई बुझाउँछ । यसै अनुसार गरिएको जनसङ्ख्याको विश्लेषणबाट त्यहाँको आवश्यकता पहिचान र योजना निर्माणका कार्यहरू गरिन्छन् । मानव विकासलाई मध्यनजर गर्दै गरिएको उमेरगत जनसङ्ख्याको विश्लेषण अति फाइदाजनक हुन्छ ।

यसका फाइदाहरू:

- नीति तथा योजना निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउँछ । जस्तै : शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगार आदिको भावी नीति र योजनामा
- श्रमशक्ति, रोजगार तथा आर्थिक नीति तर्जुमा गर्न उत्पादलशील समूह र अन्यका बारेमा स्पष्ट जानकारी दिन्छ ।
- सामाजिक सेवाहरूको व्यवस्थापनमा सजिलो हुन्छ ।
- स्थानीय तहमा विकास र सेवाको वितरणमा सहजता ल्याउँछ ।
- सामाजिक संरचना, समाजको बुझाइ, पारिवारिक संरचना तथा जनसङ्ख्या वृद्धि र अनुपातको आँकलन गर्न सजिलो हुन्छ ।

राष्ट्रिय जनगणना, २०७८ अनुसार धुलिखेल नगरपालिकाको उमेरगत जनसङ्ख्या विवरण सँगैको तालिकामा दिइएको छ । त्यसलाई अध्ययन र विश्लेषण गरौँ ।



माथिको तथ्याङ्क हेर्दा ०-४ वर्ष उमेर समूहका बालबालिकाको सङ्ख्या कम देखिन्छ त्यसले के देखाउँछ भने जनसङ्ख्या वृद्धि दर घटिरहेको छ त्यसमा पनि बालिकाको सङ्ख्या अझै कम रहेको देखिएको छ । २०-२४ वर्ष उमेर समूहका मानिसको सङ्ख्या भने बढी देखिन्छ ।

क्रियाकलाप

धुलिखेलको उमेरगत जनसङ्ख्या विवरणलाई ग्राफ पेपर वा चार्ट पेपरमा तयार गर्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **खाली ठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. खास स्थानमा बसोबास गर्ने जनसङ्ख्याको उमेर, लिङ्ग, जातजाति, भाषा, धर्म, पेसा आदिको अवस्थालाई .... भनिन्छ ।

ख. धुलिखेल नगरपालिकामा ०५-०९ वर्ष उमेर समूहको महिलाको प्रतिशत .... छ ।

ग. आवश्यकता पहिचान गरी भविष्यको लागि योजना बनाउन जनसङ्ख्याको .... गर्नु आवश्यक छ ।

घ. जनगणना २०७८ अनुसार धुलिखेल नगरपालिकामा ७० वर्ष भन्दा माथिको जनसङ्ख्या .... प्रतिशत रहेको छ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको सही उत्तर दिनुहोस् ।**

क. जनसङ्ख्याको बनोट भनेको के हो ?

ख. जनसङ्ख्या विश्लेषणको महत्त्व लेख्नुहोस् ।

ग. धुलिखेल नगरपालिकाको उमेरगत तथ्याङ्क अनुसार सबभन्दा कम र सबभन्दा बढी कुन उमेर समूहका मानिसहरू छन् ?

घ. धुलिखेल नगरपालिकामा १०-१४ वर्ष उमेर समूहका महिलाको सङ्ख्या कति प्रतिशत रहेको छ ?

पाठ २

नगरपालिकाबाट उपलब्ध हुने सेवा

नेपालको सङ्घीय शासन प्रणाली अनुसार तीन तहका सरकारको परिकल्पना गरिएको छ । सरकारले नागरिक हक हितका कार्यहरू सञ्चालानार्थ विभिन्न सेवाहरू प्रदान गर्ने गर्दछ । नागरिकहरूको सबैभन्दा नजिक रहेर सेवा प्रदान गर्ने सरकार भने कै स्थानीय सरकार हो । जस अनुसार गाउँपालिका र नगरपालिकाहरू पर्दछन् । नगरपालिकाबाट नागरिकहरूका लागि प्राप्त हुने सेवाहरू निम्नानुसार रहेका छन् ।

१. व्यक्तिगत घटना दर्ता र प्रमाण पत्र वितरण कार्य जस्तै : जन्म दर्ता, विवाह दर्ता, मृत्यु दर्ता, बसाइँ सराइ ।

२. विभिन्न खालका सिफारिसहरू जस्तैः नागरिकताको लागि सिफारिस, विद्युत जडान सिफारिस, जग्गा नामसारी सिफारिस, घरबाटो प्रमाणित, नाता प्रमाणित आदि ।

३. सहकारी तथा गैरसरकारी संस्था दर्ता सेवा

४. प्राकृतिक प्रकोप रोकथाम, नियन्त्रण र सहायता

५. सामाजिक सुरक्षा तथा बालपोषण कार्यक्रम

६. व्यवसाय दर्ता र प्रमाणपत्र वितरण

७. आयआर्जनका लागि तालिम

८. अपाङ्गता भएका व्यक्तिको पहिचान र प्रमाण पत्र वितरण

९. आधारभूत स्वास्थ्य सेवा

१०. घर निर्माणमा नक्सा पास तथा प्राविधिक सहायता

माथि उल्लेखित सेवाहरू कुनै वडा कार्यालयबाट नै प्राप्त हुन्छन् भने कुनै वडाबाट सिफारिस लिई नगरपालिका कार्यालयबाट सेवा लिन सकिन्छ ।

नगरपालिकाबाट प्राप्त गर्न सकिने अन्य सेवाहरू

- विकास योजना सम्बन्धी सेवा
- कृषि सम्बन्धी प्राविधिक सेवा

- पशु कृषिसम्बन्धी प्राविधिक सेवा
- शिक्षासम्बन्धी सेवा(कक्षा ८को प्रमाणपत्र, शिक्षक कर्मचारी पदस्थापना तथा सरुवा, शिक्षक तथा कर्मचारीको तलव, विद्यालयको भौतिक संरचना निर्माण तथा मर्मत आदि)
- आर्थिक सहयता प्रदान
- चल अचल सम्पत्तिको मूल्याङ्कन
- बेरोजगार पहिचान र रोजगार कार्यक्रम सञ्चालन
- आयुर्वेदिक पद्धतिबाट स्थास्थ्य उपचार आदि ।

क्रियाकलाप

धुलिखेल नगरपालिकाबाट प्राप्त हुने सेवाहरू मध्ये कुनै एउटा सेवा प्रदान गर्दा आवश्यक पर्ने कागजातहरू र त्यसको प्रक्रिया सम्बन्धमा शिक्षक सहितको उपस्थितिमा कक्षामा छलफल गरी लेख्नुहोस् र प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **ठिक बेठिक छुट्याउनुहोस् ।**

क. नगरपालिकाभित्र रहेका अपाङ्गहरूको परिचयपत्र वडा कार्यालयले प्रदान गर्छ ।

ख. घर निर्माण गर्नुभन्दा पहिले नगरपालिकामा गएर नक्सा पास गर्नु पर्दछ ।

ग. नगरभित्र व्यवसाय सञ्चालन गर्दा नगरपालिकामा व्यवसाय दर्ता गर्नु पर्दछ ।

घ. कक्षा १० को परीक्षा नगरपालिकाको शिक्षा शाखाले सञ्चालन गर्छ ।

ङ. आधारभूत स्वास्थ्य सेवा, स्वाथ्य केन्द्र तथा स्वास्थ्य चौकीबाट प्राप्त हुन्छ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको सही उत्तर दिनुहोस् ।**

क. व्यक्तिगत घटना दर्ता भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ ? यस अन्तर्गत कुन कुन घटना पर्दछन् र उक्त घटना दर्ता गर्न कहाँ जानु पर्दछ ?

ख. नगरपालिकाबाट प्राप्त गर्न सकिने ५ ओटा सेवाहरू लेख्नुहोस् ।

ग. सामाजिक सुरक्षा भत्ता प्राप्त गर्नका लागि आवश्यक कागजात र प्राप्त गर्ने प्रक्रिया लेख्नुहोस् ।

घ. नागरिकता प्रमाण-पत्र प्राप्त गर्नका लागि कहाँबाट सिफारिश लिनु पर्दछ ?

ङ. नाता प्रमाणित भन्नाले के बुझ्नु हुन्छ ? यो किन आवश्यक छ र नाता प्रमाणित कहाँबाट हुन्छ ।

परियोजना कार्य

आफू बसेको वडा कार्यालयको भ्रमण गर्नहोस् र वडाबाट कुन कुन सेवाहरू प्रदान गरिने रहेछ र कुन कुन सेवाको लागि सिफारिश लिएर नगरपालिका कार्यालयमा जानु पर्ने रहेछ सुची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ३ हाम्रो सार्वजनिक स्थल

आज हामी सार्वजनिक स्थल भनेको के हो भन्ने विषयमा छलफल गरौँ ।

सार्वजनिक स्थल भनेको सबैको लागि खुला र पहुँचयोग्य स्थान हो जहाँ मानिसहरू बस्ने, भेटघाट गर्ने, मनोरञ्जन लिने, समाजिक क्रियाकलाप गर्ने र समुदायकै सामाजिक जीवनमा योगदान दिने ठाउँ हो । यस्ता ठाउँहरूले विपद् पर्दा आश्रय प्रदान पनि गर्दछन् । जस्तैः मठ मन्दिर, पुल पुलेसा, सडक पेटी, पाटी पौवा, खोलानाला, नदी, पोखरी, धारा, पधेरो, चौर, पार्क आदि ।

नगरपालिका क्षेत्रमा यस्ता थुप्रै सार्वजनिक महत्त्वका स्थलहरू रहेका थिए । कुनै लोपै भएर हराइसके भने कुनै जीर्ण भइ संरक्षणको पर्खाइमा छन् । कतिपय यस्ता ठाउँहरू पुनःनिर्माण भई जीवन्त भइसकेका छन् । यस्ता सार्वजनिक स्थलको मर्मत सम्भार र रेखदेख नगरपालिकाबाट गर्नुपर्ने हुन्छ ।

सार्वजनिक स्थल संरक्षणमा नगरपालिकाको भूमिका :

- भत्किएर वा लोप भएर जान लागेका ठाउँहरूको मर्मत तथा पुनःनिर्माण गर्नु
- सार्वजनिक स्थान तथा सम्पदाहरूको संरक्षणका लागि नीति तथा कार्यक्रम निर्माण गरी लागु गर्नु
- वन, जलाधार, सिमसार आदिको संरक्षणका लागि विशेष क्षेत्र घोषणा गर्नु
- फोहरमैलाको विसर्जन अन्य क्षेत्रमा असर नपर्ने गरी विसर्जन गर्ने नीति अवलम्बन गर्नु
- वनजङ्गल सुरक्षाका लागि जनजागरण कार्यक्रम तथा वनपालेको व्यवस्था गर्नु
- सार्वजनिक स्थलको सरसफाइमा विशेष ध्यान दिनु
- पाटी पौवाहरूको संरक्षणमा विशेष ध्यान दिएर संरक्षण गर्नु

- सांस्कृतिक सम्पदा संरक्षणका लागि पुरातत्व विभाग, गुठीसंस्थानसँग समन्वय गरी काम गर्ने व्यवस्था मिलाउनु
- पर्यटकीय स्थलहरूको विशेष महत्त्वका साथ संरक्षण र संवर्धन गर्नु
- सडक तथा स्थानीय महत्त्वको ठाउँमा फोहरमैला गर्न नपाउने नियम लागु गर्नु आदि ।

क्रियाकलाप

तलका केही तस्विरहरू अवलोकन गरी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् र निम्न शीर्षकमा लेख्नुहोस् ।

- यी तस्विरमा देखिएको सार्वजनिक स्थलको अवस्था
- तस्विरमा भएको सार्वजनिक स्थलको नाम
- यिनीहरूको संरक्षण गर्ने तरिका
- संरक्षणमा कसको भूमिका के हुन्छ ? नगरपालिका, समुदाय, विद्यालय, विद्यार्थी

ऐतिहासिक सार्वजनिक स्थलहरू

अभ्यास

१. **तलका भनाईहरू ठिक भए (√) र बेठिक भए (×) चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क. सार्वजनिक स्थल भनेको विपद् परेको समयमा आश्रय लिने स्थल पनि हो । ( )

ख. सार्वजनिक चौरमा फोहर गर्नु अनुचित कार्य होइन । ( )

ग. पाटीहरू सामुदायिक जमघटमा प्रयोग हुन्छन् । ( )

घ. सार्वजनिक पोखरीहरूले समुदायलाई कुरुप बनाउँछन् । ( )

ङ. सार्वजनिक स्थलको संरक्षण गर्नु नगरपालिकाको मात्र दायित्त्व हो । ( )

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. सार्वजनिक स्थल भनेको के हो ?

ख. तपाईंले देख्नु भएको वा भ्रमण गर्नु भएको धुलिखेल नगरपालिकाभित्र रहेका प्रमुख पाँचओटा सार्वजनिक स्थलको नाम लेख्नुहोस् ।

ग. तपाईंले देख्नुभएको कुनै दुइओटा सार्वजनिक स्थलको अवस्थाको बारेमा लेख्नुहोस् ।

घ. सार्वजनिक स्थल मर्मत तथा सम्भार गर्दा हुने फाइदाहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. सार्वजनिक स्थल संरक्षणमा नगरपालिकाले के के काम गर्नु पर्दछ ? लेख्नुहोस् ।

सामुदायिक कार्य

आफ्नो समुदायमा रहेको कुनै एउटा सार्वजनिक ठाउँको भ्रमण गर्नुहोस् र त्यहाँका बासिन्दासँग त्यसको पहिलेको अवस्था हालको अवस्था र त्यसको महत्त्वका बारेमा सोधखोज गरी एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् र कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ ४ स्थानीय व्यवस्थापिका र कार्यपालिका

क. स्थानीय व्यवस्थापिकाको परिचय र गठन

कानुन निर्माण गर्ने सर्वोच्च निकाय नै व्यवस्थापिका हो । नेपालको संविधान , २०७२ ले सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय तहमा कानुन बनाउने अधिकार व्यवस्थापिकालाई प्रदान गरेको छ ।

स्थानीय तहका लागि आवश्यक कानुन निर्माण गर्ने विधायिकी अङ्ग नै स्थानीय व्यवस्थापिका हो । स्थानीय व्यवस्थापिका अन्तर्गत गाउँसभा र नगरसभा पर्दछन् । नेपालको संविधानको भाग १८ (धारा २२१ देखि २२७ सम्म) मा स्थानीय व्यवस्थापिका सम्बन्धी व्यवस्था गरिएको छ । संविधानको अनुसूची ८ र ९ मा उल्लेख गरेका विषयमा स्थानीय व्यवस्थापिकाले कानुन निर्माण गर्ने काम गर्दछ । उक्त कानुन बनाउने प्रक्रिया प्रदेश कानुन बमोजिम हुने संवैधानिक व्यवस्था छ । वर्तमान संविधानले सङ्घीय व्यवस्थापिका दुई सदनात्मक, प्रादेशिक व्यवस्थापिका एक सदनात्मक र स्थानीय व्यवस्थापिको समेत व्यवस्था गरेको छ । प्रतिनिधित्व गर्नु, स्थानीय कानुन निर्माण गर्नु, गाउँ र नगर कार्यपालिकाले पेस गरेको बजेट स्वीकृत गर्नु र राजनीतिक प्रक्रियाबाट स्थानीय सरकारका काम कारवाहीहरू सीमित बनाउनु लगायत कार्य स्थानीय व्यवस्थापिकाले गर्दछ ।

नगरसभाको गठन प्रक्रिया

संविधानको धारा २२३ उपधारा २ बमोजिमको नगरसभामा नगरकार्यपालिकाका प्रमुख र उपप्रमुख, वडा अध्यक्ष र प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित चारजना सदस्य र धारा २१६ को उपधारा (४) बमोजिम दलित वा अल्पसङ्ख्यक समुदायबाट निर्वाचित नगर कार्यपालिकाका सदस्य रहनेछन् ।

- नगर कार्यपालिकाको प्रमुख
- नगर कार्यपालिकाको उपप्रमुख
- नगरपालिकाभित्रका वडाका वडा अध्यक्षहरू
- प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित २ महिला (१ जना दलित) सहित ४ जना वडा सदस्यहरू
- नगरपालिकाभित्रका दलित वा अल्पसङ्ख्यक समुदायबाट निर्वाचित गरेका ३ जना सदस्य

यस अनुसार धुलिखेल नगरपालिकामा प्रमुख १, उपप्रमुख १, प्रत्येक वडाका वडा अध्यक्ष र सदस्य समेत गरी ६० जना र दलित वा अल्पसङ्ख्यक समुदायबाट ३ जना गरी जम्मा ६५ जनाको नगरसभा गठन हुने गर्दछ ।

ख. स्थानीय कार्यपालिकाको परिचय र गठन

सङ्घीय शासन प्रणालीमा स्थानीय तहको शासन व्यवस्था सञ्चालन गर्ने स्थानीय सरकार वा स्थानीय तहको कार्यकारिणी नै स्थानीय कार्यपालिका हो । स्थानीय कार्यपालिकाले स्थानीय तहको शासन व्यवस्थाको सञ्चालन, निर्देशन नियन्त्रण समन्वय र स्रोत परिचालनको कार्य गर्दछ । संविधान र सङ्घीय कानुनको अधीनमा रही स्थानीय व्यवस्थापिकाले स्वीकृत गरेको नियमावली बमोजिम स्थानीय कार्यपालिकाको कार्य विभाजन र कार्य सम्पादन हुन्छ ।

नेपालको संविधान २०७२ को भाग १७ मा स्थानीय कार्यपालिकाको व्यवस्था रहेको छ । यस अन्तर्गत धारा २१४ मा स्थानीय तहको कार्यकारिणी अधिकार संविधान र कानुनको अधीनमा रही गाउँ कार्यपालिका वा नगर कार्यपालिकामा रहने कुरा उल्लेख गरिएको छ । नेपालको संविधान २०७२ बमोजिम स्थानीय कार्यपालिकाको गठन देहाय बमोजिम हुने व्यवस्था रहेको छ ।

नगर कार्यपालिकाको गठन प्रक्रिया :

नेपालको संविधान ,२०७२ अनुसार नगर कार्यपालिकाको गठन नगर प्रमुखको अध्यक्षतामा हुने व्यवस्था छ । यसको गठन निम्नानुसारले हुन्छ ।

- प्रत्यक्ष निर्वाचन प्रणालीबाट निर्वाचित नगर कार्यपालिका प्रमुख
- प्रत्यक्ष निर्वाचन प्रणालीबाट निर्वाचित नगरकार्यपालिका उपप्रमुख
- प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित वडा अध्यक्षहरू
- नगरसभाका सदस्यले आफू मध्येबाट निर्वाचित गरेका पाँच जना महिला सदस्य
- नगरसभाले निर्वाचित गरेका तीन जना दलित वा अल्पसङ्ख्यक सदस्य

यसरी धुलिखेल नगरपालिकामा जम्मा २२ जनाको कार्यपालिका रहने व्यवस्था छ । प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत कार्यपालिकाको सदस्य सचिव हुने व्यवस्था छ ।

क्रियाकलाप

शिक्षक समेतको सहयोगमा धुलिखेल नगरपालिकाको नगरसभा र नगरकार्यपालिकामा रहेका जनप्रतिनिधिहरूको विवरण (पद र नाम) लेखी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

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

क. स्थानीय व्यवस्थापिका भनेको कुन हो ?

अ. नगर कार्यपालिका		आ. नगरसभा

इ. वडाध्यक्षहरू		ई. माथिका सबै

ख. धुलिखेल नगरपालिकाको नगरसभामा कति जना सदस्य रहन्छन् ?

अ. ५५ जना		आ. ५७ जना

इ. ६५ जना		ई. ६८ जना

ग. धुलिखेल नगरपालिकाको कार्यपालिकामा कति जना सदस्य रहन्छन् ?

अ. २२ जना		आ. २६ जना

इ. ३२ जना		ई. ३५ जना

घ. १४ ओटा वडा भएको नगर कार्यपालिकामा कति जना सदस्य हुन्छन् ?

अ. २० जना		आ. २२ जना

इ. २४ जना		ई. २६ जना

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. व्यवस्थापिका भनेको के हो ?

ख. स्थानीय व्यवस्थापिका भन्नाले के बुझ्नुहुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

ग. नगरसभाको गठन प्रक्रिया लेख्नुहोस् ।

घ. १८ ओटा वडा भएको नगरपालिकाको नगर सभामा कतिजना सदस्य रहन्छन् ?

ङ. स्थानीय कार्यपालिका भनेको के हो ?

च. स्थानीय कार्यपालिकाको गठन कसरी हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।

छ. धुलिखेल नगरपालिकाको सबै वडाका वर्तमान वडा अध्यक्षहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

ज. ३२ ओटा वडा रहेको उपमहानगरपालिकाको कार्यपालिकामा कतिजना सदस्य हुन्छन् ?

पाठ ५ नगरपालिकाको काम

नगरपालिकाको सर्वोच्च निकाय नगरसभा (जसलाई नगर व्यवस्थापिका पनि भनिन्छ) हो । यसले प्रत्येक आर्थिक वर्षमा सम्पादन गरिने नीति तथा कार्यक्रम पास गर्दछ । पास भएको नीति तथा कार्यक्रमका लागि स्रोतको पहिचान, करको दायरा निर्धारण तथा राजस्व प्रणालीको विकास गर्दछ । कार्यपालिकाले खर्च गर्ने बजेट शीर्षक, कार्यक्रम र बजेट तोक्ने काम पनि नगरसभाले नै गर्दछ ।

नगरसभा पनि वर्षे र हिउँदे गरी एक वर्षमा दुईपटक बस्ने प्रावधान रहेको छ । वर्षे अधिवेशन असारको १ गते भित्रमा बसी आगामी आर्थिक वर्षको नीति तथा कार्यक्रम पास गर्ने र बजेट पास गर्ने कानुनी व्यवस्था छ । हिउँदमा बस्ने नगर सभाले विशेषगरी संविधानको अनुसूची ८ को एकल अधिकार सूचीमा भएको विषय र अनुसूची ९ मा भएको साझा अधिकारको सूचीमा भएको विषयमा नगरपालिकाको ऐन कानुन बनाउँछ र बजेट कार्यान्वयनमा आएको सामान्य समस्या समाधानका लागि कानुन बमोजिम बजेट हेरफेर वा संशोधन गर्दछ ।

नगरसभाले पास गरेका ऐन कानुन र योजना तथा कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्ने जिम्मा भने नगर कार्यपालिकाको हुन्छ । तसर्थ प्रत्यक्ष जनसरोकार वा जनहितका कार्यहरू नीति, कार्यक्रम तथा बजेटको मातहतमा रही कार्यपालिकाले सेवा प्रवाह गर्दछ । जनसरोकारका सेवाहरूको प्रवाह अवस्था हेरी नगरपालिका कार्यालयबाट र वडाबाट हुने गर्दछ । नगरसभाबाट पारित नीति तथा कार्यक्रम र

योजना तथा बजेटको समय सीमाभित्र सम्पादन गर्ने कार्य, कार्यपालिकाबाट भए गरेका निर्णय एवम् नीति योजना कार्यान्वयन गर्ने कार्य, कानुनबमोजिम नगर प्रमुख र उपप्रमुखबाट निर्णय भएका विषय, न्यायिक समितिबाट भएका न्यायिक निरुपणका विषय कार्यान्वयन गरी जनतालाई सेवा प्रवाह गर्ने कार्य नगरपालिकाको कार्यालयमा रहेको विभिन्न शाखा महाशाखाबाट हुने गर्दछ ।

नगरपालिका कार्यालयबाट सम्पादन गरिने कार्यहरू:

नगरपालिकाको काम, कर्तव्य र अधिकारको प्रयोग र कार्यान्वयन कानुनमा तोकिएबमोजिम नगर प्रमुखबाट हुने गर्दछ । सभा र कार्यपालिकाको बैठक बोलाउने र बैठकको अध्यक्षता गर्ने, बैठकबाट पारित भएको निर्णय प्रमाणीकरण गरी कार्यान्वयनका लागि सचिवालयमा पठाउने, सभा र कार्यपालिकाको निर्णय कार्यान्वयन गर्ने गराउने, कार्यपालिकाको दैनिक कार्यको सामान्य रेखदेख, निर्देशन र नियन्त्रण गर्ने, वडा समितिबाट सिफारिस तथा प्रमाणित हुने बाहेक कानुन बमोजिम स्थानीय तहबाट गर्नुपर्ने प्रमाणित वा सिफारिश गर्ने, नगर कार्यपालिकाको विषयगत समिति वा आवश्यकता अनुसार विभिन्न कार्यदल गठन गरी सो मार्फत काम कार्वाही गर्ने, आफ्नो क्षेत्रभित्रका उपभोक्ता समिति, निजीक्षेत्र, सामुदायिक सङ्घसंस्था परिचालन र समन्वय गर्ने, नगरपालिकाको कार्यालयमा रहेका महाशाखा/शाखा, विषयक्षेत्रगत जनशक्तिबाट सम्पादन गरी जनतालाई सेवा प्रवाह गर्ने गरिन्छ ।

वडाबाट सम्पादन गरिने कार्यहरू:

- वडाभित्रका योजना, तर्जुमा, कार्यान्वयन तथा अनुगमन,
- तथ्याङ्क अद्यावधिक तथा संरक्षण,
- विकास कार्य
- नियमन कार्य
- सिफारिस तथा प्रमाणित गर्ने (३५ ओटा सिफारिस तथा प्रमाणित गर्नेः नाता प्रमाणित, नागरिकता बनाउन तथा प्रतिलिपि लिन सिफारिस, जग्गाको हक, मूल्याङ्कन, विद्यालय खोल्न, विद्यालयमा कक्षा थप गर्न सिफारिस, जन्ममिति प्रमाणित गर्ने आदि ।)

उल्लिखित सबै कार्य सम्पादन गर्न आवश्यकता र संविधान तथा सङ्घीय र प्रदेश कानुनको मातहतमा रही नगर कार्यपालिका र नगरसभाले ऐन, कानुन, नीति, नियम, कार्यविधि, निर्देशिका जारी गर्दछ साथै सङ्घ र प्रदेश कानुनको समेत अधिनमा रही कार्य सम्पादन गर्दछ ।

क्रियाकलाप

नेपालको संविधान २०७२ र स्थानीय सरकार सञ्चलन ऐन २०७४ ले व्यवस्था गरे अनुसारको धुलिखेल नगरपालिकाले गर्नुपर्ने कामको शीर्षकहरू लेखी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

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

क. नगरपालिकाको ऐन, कानुन, नीति, नियम, कार्यविधि, निर्देशिका नगर कार्यपालिकाले जारी गर्दछ ।

ख. नगरसभाले तय गरेका नीति नियमहरू नगर कार्यपालिकाले कार्यान्वयन गर्नु पर्दछ ।

ग. नाता प्रमाणित गर्नका लागि नगरपालिका कार्यालयमा जानु पर्दछ ।

घ. जन्म मिति प्रमाणित सिफारिश वडा कार्यालयबाट लिनु पर्दछ ।

ङ. नगरपालिकाभित्र रहेका सामाजिक सङ्घ संस्था तथा सहकारीको नियमन तथा अनुगमन नगरपालिका कार्यालयले गर्दछ ।

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. नगरसभाको आह्वान र अध्यक्षता कसले गर्दछ ?

ख. नगरपालिकाको बजेट निर्माण, लेखाजोखा तथा बजेट स्वीकृत कसले गर्दछ ?

ग. नगर कार्यपालिकाबाट विकास योजना कसरी सञ्चालन हुन्छन् ?

घ. नगरसभाले गर्ने ५ कार्यहरू लेख्नुहोस् ।

ङ. नगरपालिकाले गर्ने प्रमुख १० ओटा कार्यहरू लेख्नुहोस् ।

पाठ ९

न्यायिक समिति

नेपालको संविधानको, २०७२ को भाग १७ को धारा २१७ मा बमोजिम आफ्नो अधिकार क्षेत्रभित्रका विवाद निरूपण गर्न नगरपालिका र गाउँपालिकामा एउटा न्यायिक समिति रहने व्यवस्था गरेको छ। यो समिति स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन ,२०७४ बमोजिम गठन र सञ्चालन हुन्छ। यसै अनुसार गाउँपालिकामा उपाध्यक्षको संयोजकत्त्वमा र नगरपालिकामा उपप्रमुखको संयोजकत्त्वमा गठन हुने ३ (तीन) सदस्यीय समिति नै न्यायिक समिति हो ।

गठन प्रकृया

- नगरपालिकामा उप प्रमुख - संयोजक
- नगरसभाबाट निर्वाचित दुई जना(कम्तिमा एकजना महिला सहित) सदस्य

न्यायिक समितिको अधिकार क्षेत्र

स्थानीय न्यायिक समितिले पक्षहरूबिचको विवाद निरूपण गर्न पाउने विषयहरू नै न्यायिक समितिका अधिकार क्षेत्र हुन् । स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ को दफा ४७ अनुसार स्थानीय तह आफैले निरूपण (विवादको कारबाही र किनारा) गर्न पाउने विषय र मेलमिलापको माध्यमबाट मात्र विवादको निरूपण (विवादको कारबाही र किनारा) गर्न पाउने अधिकार क्षेत्र गरी दुई प्रकारका अधिकार क्षेत्र छन् जसलाई देहायबमोजिम उल्लेख गरिएको छः

१. **स्थानीय तह आफैले विवादको निरूपण (कारबाही र किनारा) गर्ने विषय**

- आलीधुर, बाँध, पैनी, कुलो वा पानीघाटको बाँडफाँड तथा उपयोग,
- अर्काको बाली नोक्सानी गरेको,
- चरन, घाँस, दाउरा
- ज्याला नदिएको,
- घरपालुवा पशुपंक्षी हराएको वा पाएको,
- ज्येष्ठ नागरिकको पालनपोषण तथा हेरचाह नगरेको,

- नाबालक छोराछोरी वा पतिपत्नीलाई इज्जत आमद अनुसार खान लाउन वा शिक्षा दीक्षा नदिएको,
- वार्षिक पच्चिस लाख रुपैयाँसम्मको बिगो भएको घर बहाल र घर बहाल सुविधा
- अन्य व्यक्तिको घर, जग्गा वा सम्पत्तिलाई असर पर्ने गरी रुख बिरुवा लगाएको,
- आफ्नो घर वा बलेँसीबाट अर्काको घर, जग्गा वा सार्वजनिक बाटोमा पानी झारेको,
- सँधियारको जग्गातर्फ झ्याल राखी घर बनाउनु पर्दा कानुन बमोजिम छोड्नुपर्ने परिमाणको जग्गा नछोडी बनाएको,
- कसैको हक वा स्वामित्वमा भए पनि परापूर्वदेखि सार्वजनिक रूपमा प्रयोग हुँदै आएको बाटा, वस्तुभाउ निकाल्ने निकास, वस्तुभाउ चराउने चौर, कुलो, नहर, पोखरी, पाटीपौवा, अन्त्येष्टि स्थल, धार्मिक स्थल वा अन्य कुनै सार्वजनिक स्थलको उपयोग गर्न नदिएको वा बाधा पुऱ्याएको,
- सङ्घीय वा प्रदेश कानुनले स्थानीय तहबाट निरूपण हुने भनी तोकेका अन्य विवाद ।

२. मेलमिलापको माध्यमबाट मात्र स्थानीय तहले विवादको निरूपण (कारबाही र किनारा) गर्ने विषय

- सरकारी, सार्वजनिक वा सामुदायिक बाहेक एउटाको हकको जग्गा अर्कोले चापी, मिची वा घुसाई खाएको,
- सरकारी, सार्वजनिक वा सामुदायिक बाहेक आफ्नो हक नपुग्ने अरूको जग्गामा घर वा कुनै संरचना बनाएको,
- पतिपत्नीबिचको सम्बन्ध विच्छेद,
- अङ्गभङ्ग बाहेकको बढीमा एक वर्षसम्म कैद हुन सक्ने कुटपिट,
- गाली बेइज्जती,
- लुटपाट
- पशुपक्षी छाडा छाडेको वा पशुपक्षी राख्दा वा पाल्दा लापरबाही गरी अरूलाई असर पारेको,
- अर्काको हक भोगमा रहेको जग्गा आबाद वा भोगचलन गरेको

- ध्वनि प्रदूषण गरी वा फोहरमैला फ्याँकी छिमेकीलाई असर पुऱ्याएको,
- प्रचलित कानुन बमोजिम मेलमिलाप हुन सक्ने व्यक्ति वादी भई दायर हुने अन्य देवानी र एक वर्षसम्म कैद हुन सक्ने फौजदारी विवाद ।

काम गर्ने तरिका

- विवाद समाधान सामूहिक रूपमा बहुमतले निर्णय हुन्छ वा मेल मिलापबाट समाधान गरिन्छ ।
- न्यायिक समितिबाट विवादको अन्तिम निर्णय भएको मितिले पैँतिस दिनभित्र सम्बन्धित पक्षलाई सो निर्णयको प्रमाणित प्रतिलिपि उपलब्ध गराउनु पर्ने हुन्छ ।
- न्यायिक समितिबाट भएको निर्णयमा चित्त नबुझ्ने पक्षले निर्णयको जानकारी पाएको मितिले पैँतीस दिनभित्र सम्बन्धित जिल्ला अदालतमा पुनरावेदन गर्न सक्नेछ ।

क्रियाकलाप

शिक्षक समेतको सहयोगमा धुलिखेल नगरपालिका अन्तर्गत रहेको न्यायिक समितिले एक वर्षभरीमा गरेको कामको विवरण (दर्ता भएको मुद्दा सङ्ख्या, मेलमिलापबाट समाधान गरेको मुद्दा सङ्ख्या, फैसला गरेको मुद्दा सङ्ख्या, दर्ता भएको तर सुनुवाई हुन बाँकी मुद्दा सङ्ख्या) लेखी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. **जोडा मिलाउनुहोस् ।**

समूह क	समूह ख
न्यायिक समितिले निरुपण गर्ने	गाली बेइजती मुद्दा
न्यायिक समितिले मेलमिलाप गराउने	सम्बन्धित पक्षलाई ३५ दिन भित्र उपलब्ध
न्यायिक समितिको निर्णय	चरण, घाँस दाउरासम्वन्धी मुद्दा
जिल्ला अदालत	न्यायिक समिति गठन
नगरसभा	न्यायिक समितिको निर्णय पनरावेदन

२. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर दिनुहोस् ।**

क. स्थानीय न्यायपालिका भनेको के हो ? यसको गठन प्रक्रिया लेख्नुहोस् ।

ख. के कस्ता विषयमा स्थानीय न्यायपालिकाले मुद्दाको किनारा लगाउन पाउने व्यवस्था छ ?

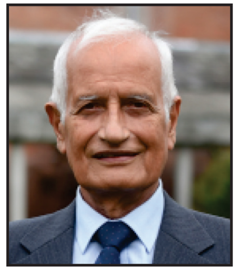
ग. मेलमिलाप प्रक्रियाबाट विवाद निरुपण गर्न सक्ने कुनै पाँचओटा कार्यहरू लेख्नुहोस् ।

घ. स्थानीय न्यायिक समितिको फैसला चित्त नबुझे अर्को कस्तो व्यवस्था रहेको छ ?

ङ. स्थानीय न्यायपालिकाले मुद्दाको किनारा कसरी लगाउँछ ? लेख्नुहोस् ।

पाठ ७

धुलिखेलका बहुआयामिक व्यक्तित्वहरू



क. प्रा.डा. सुरेश राज शर्मा

जन्म मिति : २२ जुलाई १९४० वि.सं. १९९७ श्रावण ८ गते

जन्म स्थान : खुर्कोट, सिन्धुली

बसोबास : धुलिखेल नगरपालिका वडा नं ८ हजार सिँढी गेट नजिक स्थायी बसोबास ।

भाषा : मातृभाषाः नेपाली

राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय भाषा : नेपाली, अङ्ग्रेजी, हिन्दी

माता : सावित्री देवी ढुङ्गेल (प्रसिद्ध साहित्यकार कुल चन्द्र कोइरालाकी सहोदर बहिनी)

पिता : विष्णु प्रसाद उपाध्याय ढुङ्गेल (वकिल)

वैवाहिक स्थिति : विवाहित(पत्नीः उर्मिला ढुङ्गेल)

सन्तान : ४ जना

अध्ययन :
- रसायन शास्त्रमा पि.एच.डी (लण्डन साउथ ब्याङ्क युनिभर्सिटी)
- विज्ञान तथा प्रविधि विषयमा नर्वेजियन युनिभर्सिटीबाट मानार्थ विद्यावारिधि

सामाजिक योगदानः

- काठमाडौँ विश्व विद्यालयको संस्थापक उपकुलपति
- काठमाडौँ विश्वविद्यालयको बोर्ड अफ ट्रस्टीको आजीवन सदस्य
- प्राविधिक शिक्षा र व्यावसायिक प्रशिक्षण परिषद्को पहिलो कार्यकारी निर्देशक
- राष्ट्रिय शिक्षा समितिमा सदस्य सचिव
- युनेस्कोका लागि राष्ट्रिय आयोगको सदस्य
- विज्ञान तथा प्रविधि सम्बन्धी सार्क प्राविधिक समितिका राष्ट्रिय प्रतिनिधि

- उहाँले त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा बाह्र वर्ष प्राध्यापकको रूपमा काम गर्नुभयो र यस अवधिमा त्रिचन्द्र कलेज, आनन्दकुटी कलेज, पद्म कन्या कलेज र नेपाल नेश्नल कलेज (हाल शङ्करदेव क्याम्पस) मा पनि अध्यापन गर्नुभयो ।
- डा शर्माको एक प्रसिद्ध शैक्षिक प्रशासकको रूपमा र नेपालको शिक्षा नीतिको विकासमा योगदान रहेको छ ।
- उहाँले शिक्षासम्बन्धी धेरै पुस्तकहरू, अनुसन्धान पत्रहरू, लेखहरू, माध्यमिक विद्यालय तहको विज्ञान विषयको पाठ्यपुस्तक लेखन गर्नुभएको छ ।

धुलिखेललाई राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय पहिचान अभिवृद्धिमा योगदान:

- अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको काठमाडौँ विश्वविद्यालयको स्थापना गरी गुणस्तरीय उच्च शिक्षा दिने नेपालको अब्बल विश्वविद्यालय धुलिखेलमा स्थापना गर्नु भएकाले विश्वविद्यालयको माध्यमबाट धुलिखेलको अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा पहिचान भएको छ ।

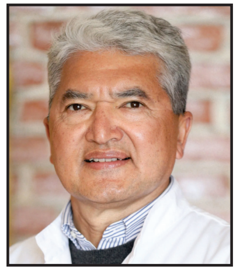
धुलिखेलको विकासमा योगदान:

- अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको काठमाडौँ विश्व विद्यालयमा धुलिखेलमा स्थापना गरी विज्ञान तथा प्रविधि, इञ्जिनियरिङ, कला, स्वास्थ्य विज्ञान, कानुन र शिक्षाशास्त्र जस्ता प्राविधिक एवम् उच्च तहको ज्ञान सिप सिकाइने विषयको पठनपाठनले देश विदेशबाट उत्कृष्ट/उम्दा विद्यार्थीको सिकाइ गन्तव्य धुलिखेल हुन पुग्यो ।
- विश्व विद्यालयको आकर्षणका कारण धुलिखेलमा बस्ती विकास भयो । व्यापार व्यवसाय बढ्यो र धुलिखेल नगर र धुलिखेलबासीको पहिचान मात्र अभिवृद्धि भएन आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र राजनैतिक समृद्धिसमेत भयो ।

सम्मान मान पदवी

- महेन्द्र विद्याभूषण ख २०२३
- प्रवल गोरखा दक्षिण बाहु द्वितीय २०५३
- वि.पी. कोइराला स्वर्ण भाष्कर २०६२
- धुलिखेल रत्न जस्ता थुप्रै मान पदवी र सम्मान प्राप्त ।

ख. प्रा. डा. रामकण्ठ माकजु श्रेष्ठ



जन्म मिति : सन् १९६०

जन्म स्थान : धुलिखेल

भाषा : मातृभाषाः नेपाल(नेवारी) भाषा

राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय भाषा : नेपाली, हिन्दी, अङ्ग्रेजी, अष्ट्रियन, जर्मन

पिता : विष्णु प्रसाद माकजु

माता : झुम्कादेवी माकजु

वैवाहिक स्थिति : विवाहित(पत्नीः एन्ड्रीया माकजु)

सन्तानः १ छोरी

अध्ययनः विद्यालय शिक्षा सञ्जीवनी मा.वि.बाट, उच्च शिक्षा अष्ट्रियाको भियना विश्वविद्यालयबाट चिकित्सा शास्त्रमा एमडी र जोनल हस्पिटल अफ भोरालवर्गबाट शल्यक्रियामा विशेषज्ञता हासिल गर्नु भएको ।

सामाजिक योगदान :

- धुलिखेल अस्पतालको संस्थापक
- धुलिखेल अस्पताल र काठमाडौँ विश्व विद्यालयको ट्रष्टी सदस्य
- विद्यालयमा अध्ययन गर्दादेखि नै गरिब सहपाठीलाई कापी, कलम, लुगा आदि सहयोग गर्ने
- ग्रामीण दीन दुःखीका लागि स्वास्थ्य उपचार गर्न सहज होस् भन्ने भावनाले धुलिखेल पारिवारिक क्लिनिकको नामबाट भाडाको घरबाट अस्पतालको सेवा सञ्चालन गरी समुदायको मन जित्दै अस्पतालको पूर्वाधार विकासको काम गर्दै धुलिखेल सामुदायिक अस्पतालको स्थापना गर्नुभएको ।
- धुलिखेल अस्पतालको बाह्य पहुँच कार्यक्रम अन्तर्गत दूर दराजका ९ स्थानमा प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा विस्तार ।
- काठमाडौँ विश्वविद्यालयको प्रतिष्ठित उपकुलपति पदमा रहेर विश्वविद्यालयको विकास र श्रीवृद्धिमा योगदान ।

धुलिखेललाई राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय पहिचान अभिवृद्धिमा योगदानः

- युरोपमा सिकेको ज्ञान, सिप र नेतृत्त्व क्षमतालाई स्वदेशको आफ्नै गाउँठाउँमा प्रयोग गरी धुलिखेल अस्पताल र अस्पतालबाट देशै भरिका सर्वसाधारण मानिसले पाउने सेवाको विकास गरी धुलिखेलको चिनारी देश विदेशमा गराउनु भएको ।

धुलिखेलको विकासमा योगदानः

- धुलिखेलमा सामुदायिक अस्पताल निर्माण गरी वृहत स्वास्थ्य सुविधा विस्तार
- शिक्षा र स्वास्थ्यको गुणस्तरमा कुनै सम्झौता हुनु हुँदैन । गुणस्तरीय शिक्षा नेतृत्वका लागि आवश्यक छ भने खासगरी गरिब मानिसका लागि गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको खाँचो छ भन्ने भित्री हृदयले शिक्षा र स्वास्थ्यमा राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको सेवा विकास ।
- सामान्य गाउँले परिवेशबाट उठेर संसारको उत्कृष्ट सेवासुविधा भएको अस्ट्रियाको भियनामा चिकित्सा पेसा गर्न सक्षम र नाम चलेका डाक्टर १५ वर्षपछि अस्पताल खोलेर आफ्नो समाज र गरिब दीनदुःखीका लागि सेवा गर्न आफ्नो थातथलोमा आफन्त समाजको आग्रह र हुटहुटी अनि आफ्नो आँट बोकेर उहाँ दक्ष जनशक्तिको रूपमा धुलिखेल आउनुभएको ।
- एकजना डाक्टरबाट सुरु भएर पन्ध्र सयभन्दा बढी सहकर्मी डाक्टर र स्वास्थ्यकर्मीको सहयोग सहकार्यमा २८ शैंयाबाट सुरु भएको हाल सात सय शैंयाभन्दा बढीको अस्पताल तयार भएको छ ।
- दैनिक करिब २ हजार पाँच सय बिरामी देशभरिबाट आएर उपचार र सेवा लिइरहेका छन् ।
- धुलिखेल अस्पतालबाट सर्वसुलभ स्वास्थ्य सेवा सर्वसाधारणले पाउनुका साथै अस्पतालको आकर्षणका कारण धुलिखेलमा बस्ती विकास भयो, व्यापार व्यवसाय बढ्यो, धुलिखेल नगर र धुलिखेलबासीको पहिचान भई आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र राजनैतिक समृद्धिसमेत भयो ।

सम्मान मान पदवी

- गोरखा दक्षिण बाहु,
- धुलिखेल रत्न
- नागरिक नायक जस्ता मान पदवीबाट सम्मानित

ग. पदम बहादुर भुखजू (भुख मास्टर)

जन्म मिति : वि.सं. १९६४

जन्म स्थान : भारतको दार्जिलिङ

भाषा : मातृभाषाः नेपाली (नेपाल भाषा पछि सिकेको सामान्य बोलचाल गर्न सक्ने)

राष्ट्रिय/अन्तर्राष्ट्रिय भाषाः नेपाली, अङ्ग्रेजी, बङ्गाली

पिता : बखत बहादुर भुखजू

माता : नानीमाया भुखजू

वैवाहिक स्थिति : विवाहित(पत्नीः टीका कुमारी भुखजू)

सन्तान : ४ छोरा २ छोरी

अध्ययनः

- औपचारिक अध्ययन : दार्जिलिङको सेन्ट जोसेफ स्कुलबाट मिडिल स्कुलको पाँच/छ कक्षासम्म अध्ययन गरेको, नेपालमा कलेज अफ एजुकेशनले सञ्चालन गरेको नर्मल तालिम लिएको । दूर शिक्षा शिक्षण तालिम लिएको ।
- अनौपचारिक अध्ययन : नेपाली र अङ्ग्रेजीको कथा साहित्य र अन्य अध्ययन

सामाजिक योगदानः

- धुलिखेलमा औपचारिक स्कुल सञ्चालन गर्ने प्रेम बहादुर राजवंशीलाई काँध थापेर सहयोग गरेको, धुलिखेलमा विद्यालय स्थापना गरी औपचारिक शिक्षाको सुरुवात गर्ने अग्रणी व्यक्तित्त्व ।
- सञ्जीवनी स्कुल सञ्चालन गर्न २००३ सालतिर धुलिखेल बासीहरूसँगै तत्कालीन श्री ३ मा निवेदन चढाउने व्यक्ति मध्येको एक सदस्य
- बनेपाका राजनैतिक व्यक्तित्त्व हंशराजको सहयोगमा सञ्जीवनी स्कुलको भवन निर्माणका लागि काठपात जिन्सी सहयोग जुटाउनु भएको ।
- सञ्जीवनी इङ्गलिश मिडिल स्कुल राणा प्रधानमन्त्री श्री ३ मोहन शम्शेरबाट २००६ सालमा स्वीकृत भई स्थापना हुँदा प्रअ श्री प्रेमबहादुर राजवंशी र सहयोगी शिक्षक श्री पदम बहादुर भुखजू हुनुहुन्थ्यो ।

- सञ्जीवनी इङ्गलिश मिडिल स्कुलमा विद्यार्थी सङ्ख्याको चाप बढेकोले वि.सं. २०१७ छात्रावासमा सञ्जीवनी रा.प्रा.वि.को नामाबाट सञ्चालन भएको विद्यालयमा पदम बहादुर भुखजू र केवलनाथ व्याञ्जू (वैद्य) ले मिलेर पठनपाठन गर्नु भएको ।
- सञ्जीवनी इङ्गलिश मिडिल स्कुलको छात्रावासमा सञ्चालन भएको सञ्जीवनी रा.प्रा.वि.ले छात्रावासको भवन छोड्नुपर्ने भई वि.सं. २०२४ माघ/फागुन महिनामा भगवती मन्दिरको सत्तलमा खुला ठाउँमा विद्यालय सञ्चालन भएको, पदम बहादुर भुखजूको नेतृत्त्वमा जानकी बस्नेत, बेद प्रसाद कोजू र गयानाथ माकजू समेत ४ जना शिक्षकले विद्यालय सञ्चालन गरेका । खुला स्थानमा विद्यालय सञ्चालन गर्दा घाम, हावा र पानीबाट विद्यार्थी र शिक्षकले सास्ती भोग्नु परेपछि भुखः मास्टरकै नेतृत्त्वमा विद्यालयको पढाइ सकिएपछि ४ बजेदेखि चार जना शिक्षक र १०० जनाभन्दा बढी विद्यार्थीहरूको जुलुस विद्यालय भवन चाहियो भन्दै नारावाजी सहित धुलिखेलको गल्ली गल्लीमा ७ सात दिनसम्म घुमेपछि धुलिखेललाई विकास गर्ने ऐतिहासिक ११ भाइ मध्येका एक जना जगत बहादुर चोच्छेको घरमा शिक्षकहरूसँग बैठक बसी सुदर्शन वेजुले विद्यालयको नाममा आफ्नो बाबुको नाम पूर्ण थपी विद्यालयको नाम राख्ने शर्तमा गणेश भजन मण्डलीको जग्गामा विद्यालय भवन निर्माण गराउनु भएको, यसरी पूर्ण सञ्जीवनी रा.प्रा.वि.ले पठनपाठन गर्ने भवन पाएको ।
- विद्यार्थीलाई लोककथा र नीतिकथाको माध्यमबाट उत्प्रेरणा जगाउने, नैतिक चरित्र सिकाउने शिक्षक
- अनुशासनका लागि दण्डको उपयोग गर्ने शिक्षक

पदम बहादुर भुखजु(भुख मास्टर)बाट सिक्नुपर्ने सिकाइ :

- सहनशील व्यक्तित्त्व : जीवनमा जतिसुकै कठिनाइ आए पनि सहन सक्ने, राज्य द्रोहको बात लागेका के.आइ.सिंह भनेर समेत राज्यको प्रहरीले पक्राउ गरेको तर उनको धैर्यताले तत्कालीन प्रधानमन्त्री टंक प्रसाद आचार्यबाट रु पाँचसय पुरस्कार समेत प्राप्त गरेका ।
- हतारमा निर्णय नगर्ने सोचविचार गरेर पक्का निर्णय गर्ने ।
- हेप्ने प्रवृत्ति नभएको: धुलिखेलको अधिकांशको गुरु भएर पनि सबैलाई सम्मान गर्ने ।
- धुलिखेलका सबै विद्यार्थीहरूको अक्षर सुधार गर्ने व्यक्तित्त्वः अङ्ग्रेजी र नेपाली अक्षर राम्रो लेख्न सिकाउने ।
- सिकाइको लागि दण्डः विद्यार्थीलाई दिइएको पाठ पूरा गर्न प्रोत्साहन गर्ने र अटेर गर्नेलाई

दण्ड समेत दिन्थे ।

- राम एउटा असल केटा हो । "Ram is a good boy". भन्ने वाक्यबाट नै सिकाइ सुरु गर्ने एउटा शैली भएको ।

सम्मान मान पदवी:

- युवा क्लवले सोह्रखुट्टे पाटीमा नागरिक अभिनन्दन गरेको ।

क्रियाकलाप

शिक्षक समेतको सहयोगमा तपाईं अध्ययन गर्ने विद्यालयमा सबैभन्दा बढी योगदान गर्ने व्यक्तिको बारेमा निम्न पक्षहरू लेख्नुहोस्

नामः

जन्मस्थानः

जन्म मितिः

विद्यालयमा गरेको योगदानः

अभ्यास

१. **तलका वाक्यहरू पढी ठिक भए √ र बेठिक भए चिह्न × लगाउनुहोस् ।**

क. डा. सुरेश राज शर्माको जन्म वि.सं.१९९७ मा काभ्रेपलाञ्चोक जिल्लामा भएको हो ।

ख. डा. सुरेश राज शर्मा काठमाडौँ विश्वविद्यालयका संस्थापक उपकुलपति हुनुहुन्छ ।

ग. डा. रामकण्ठ माकजू अहिले काठमाडौं विश्वविद्यालयको उपकुलपति हुनुहुन्छ ।

घ. भुख माष्टरले दार्जिलिङ्गको सेन्ट जेभियर्स स्कुलबाट कक्षा ४/५ पढ्नु भएको हो ।

२. **कोष्ठमा दिइएको सही विकल्प छानी खालीठाउँ भर्नुहोस् ।**

क. डा. रामकण्ठ माकजुले ....बाट चिकित्साशास्त्रमा एमडी गर्नुभएको हो । (अष्ट्रेलिया, अष्ट्रिया)

ख. धुलिखेल अस्पतालका संस्थापक .... हुन् । (डा.सुरेश राज शर्मा, डा. रामकण्ठ माकजु)

ग. डा. रामकण्ठ माकजुको जन्म .... मा भएको हो । (सन १९६०, सन १९६५)

घ. भुख मास्टर को वास्तविक नाम .... हो । (पदमराज, पदमबहादुर)

ङ. भुख मास्टरको पढाइ दार्जिलिङ को ....स्कुलमा भएको थियो । (सेन्ट जोसेफ, सेन्ट जेभियर्स)

च. भुख मास्टरको आमाको नाम .... हो । (नानीमाया, टिका कुमारी)

छ. भुख मास्टरको .... विद्यालय खोल्न ठूलो योगदान रहेको थियो । (सञ्जिवनी मा.वि., पूर्ण सञ्जिवनी मा.वि.)

३. **तलका प्रश्नको सही उत्तर दिनुहोस् ।**

क. डा. सुरेश राज शर्माको जीवनी पढेर तपाईँले सिक्नु भएको मुख्य चारओटा कुरा उल्लेख गर्नुहोस् ।

ख. डा. सुरेश राज शर्माले धुलिखेलको विकासमा पुऱ्याउनु भएको योगदानको चर्चा गर्नहोस् ।

ग. डा. सुरेश राज शर्माले समाजमा पुऱ्याउनु भएको कुनै ५ ओटा योगदान लेख्नुहोस् ।

घ. डा. रामकण्ठको जीवनी अध्ययनबाट तपाईँले सिकेका कुराहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ. डा. रामकण्ठले समाजमा पुऱ्याएको योगदानको बारेमा चर्चा गर्नु होस् ।

च. पदमबहादुर भुखजूको जीवनी अध्ययन पश्चात हामीले सिक्नुपर्ने कुनै चारओटा कुराहरू लेख्नुहोस् ।

छ. पदमबहादुर भुखजूका शैक्षिक योगदान लेख्नुहोस् ।

परियोजना कार्य

तपाईँ रहनु भएको समुदायमा पनि समाजमा योगदान गर्ने कुनै एकजना व्यक्तिका बारेमा अग्रजहरूसँग सोधपुछ गरी एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

सिर्जनात्मक कार्य

तपाईँको आफ्नो आमा वा बुबाको जीवनी तयार पार्नुहोस् ।