स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित पाठ्यपुस्तक

हाम्रो जैमिनी

कक्षा ८

जैमिनी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
बागलुङ, नेपाल

प्रकाशक : जैमिनी नगरपालिका

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा निहित

संस्करण : वि.सं.२०८१, प्रथम

मूल्य : रू. ....../-

मुद्रण :

जैमिनी नगरपालिकाको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका निम्ति यसको पुरै वा आंशिक अंश हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट अभिलेखबद्ध गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन । अन्यथा प्रतिलिपि अधिकारसम्बन्धी कानुनअनुसार कारबाही हुने छ।

प्रकाशकीय

जैमिनी नगरपालिकाद्वारा तयार पारिएको स्थानीय पाठ्यक्रमका विषयवस्तु, क्षेत्र र क्रममा आधारित रहेर हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक प्रकाशित गरिएको छ। जैमिनी नगरपालिकाको सामाजिक, आर्थिक, कला, संस्कृति, सांस्कृतिक, धार्मिक, नैतिक, पर्यटकीय, औद्योगिक, स्वास्थ्य, व्यापारिक, कृषि जस्ता विषयमा विद्यार्थीलाई जानकारी गराई नैतिकवान्, अनुशासित, र सृजनशील नागरिक तयार गर्न मद्दत पुर्‍याउने उद्देश्यका साथ स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी पाठ्यपुस्तक निर्माण गरिएको हो। यस पाठ्यपुस्तकमा स्थानीय पुरातात्त्विक, ऐतिहासिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, पर्यटकीय स्थलहरू तथा सेरोफेरोका महत्त्वपूर्ण स्थल एवम् विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ। यस पुस्तकको अध्ययनबाट विद्यार्थीले आफ्नो पालिकाको भौगोलिक अवस्थिति, स्थानीय ऐनकानुन, सेवासुविधा, स्थानीय संस्कृति, चाडपर्व, जातजाति, सामाजिक अनुशासन, कृषि, प्राकृतिक चिकित्सा, जडीबुटी र परम्परागत सिपका बारेमा जानकारी लिन सक्ने छन्। जैमिनी नगरपालिकाअन्तर्गतका विद्यालयहरूबाट आधारभूत तह उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थीले आन्तरिक वा बाह्य पर्यटकहरूलाई मार्गदर्शन गर्न सकून् भन्ने अपेक्षा राखी पाठ्यक्रम निर्माण र पाठ्यपुस्तकको प्रकाशन गरिएको हो। 'हाम्रो जैमिनी' पाठ्यपुस्तकको लेखन तथा सम्पादन कार्यको जिम्मेवारी लिने संस्था नेपाल प्राज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र, रूपन्देही र पाठ्यपुस्तक लेखकहरू डा. शालिकराम पौड्याल, डा. प्रेमप्रसाद तिवारी र झपिन्द्रबहादुर क्षेत्रीप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछौँ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकको निर्माणमा सहयोग गर्नुहुने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतज्यू, शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुखज्यू, नगरपालिकाका कर्मचारीज्यूहरू, विभिन्न सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयका प्रधानाध्यापकज्यू, विषयशिक्षक, स्थानीय शिक्षाविद्, विभिन्न राजनीतिक दलका प्रतिनिधिज्यूलगायत सम्पूर्ण जैमिनीवासीप्रति हार्दिक धन्यवाद तथा आभार प्रकट गर्दछौँ।

अन्त्यमा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक परिवर्तन निरन्तर प्रक्रिया भएकाले आगामी दिनमा सरोकारवाला निकाय, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, पाठक र विद्वान्हरूबाट प्राप्त रचनात्मकसुझावका आधारमा परिमार्जन गर्दै जाने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछौँ। प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक शैक्षिक सत्र २०८१ देखि जैमिनी नगरपालिकामा रहेका सम्पूर्ण सामुदायिक तथा संस्थागत विद्यालयमा पठनपाठन हुने कुरामा विश्वस्त छौँ।

हरिहर शर्मा
उपप्रमुख

नरबहादुर पुन
प्रमुख

जैमिनी नगरपालिका
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
बागलुङ

हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तकप्रति शुभेच्छा

शिक्षा मानव विकासको आधार हो । शिक्षा मानव चेतनाको जग हो । शिक्षा मानिसको आन्तरिक व्यक्तित्वको अभिव्यक्ति हो । मानिसलाई सतत विकासको यात्रामा लैजाने आधार भनेकै शिक्षा हो । शिक्षाको बलियो काँधमा समाजका आवश्यकता अडिएका हुन्छन् । समाजलाई विकासको यात्रामा सफल अवतरण गराउने माध्यम नै शिक्षा हो । मानिसभित्रका जडता तथा अज्ञानतालाई हटाएर उज्यालो संसारमा विचरण गराउने सामर्थ्य शिक्षाको प्रकाशमा नै रहन्छ । नियम, अनुशासन, मर्यादा आदिलाई जागृत गराएर मानिसमा रहेको कमजोरीलाई शक्तिमा परिवर्तन गर्ने आधार भनेकै शिक्षा हो । शिक्षा सबल र स्पष्ट बन्दा समाजले विकासमा फट्को मार्न सक्छ । शिक्षा कमजोर भइदिँदा समाजका सबै पक्ष अन्योलमा पर्छन् । यही आधारमा समाजको विकास शिक्षामा निर्भर हुन्छ भन्ने कुरामा हामी स्पष्ट हुन सक्छौँ । जैमिनी नगरपालिकाले शिक्षाको सर्वतोमुखी परिवर्तनको अपेक्षा गरेको छ । हामी हाम्रो जैमिनी नगरपालिकालाई शिक्षाका माध्यमबाट परिवर्तनको नयाँ संरचनामा लैजान चाहन्छौँ । यही शैक्षिक परिवर्तनको चाहनालाई मूर्तीकरण गर्ने आधारका रूपमा हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक तयार भएको छ । यसले हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका मौलिक पहिचानलाई अगाडि ल्याउने काम मात्र गरेको छैन, बरु यहाँका विद्यार्थीलाई जैमिनी नगरपालिकाका मुख्य पहिचानका क्षेत्र निर्धारण गर्नसमेत मद्दत पुऱ्याएको छ । राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ को जगमा उभिएर निर्माण गरिएको पाठ्यक्रमलाई पछ्याएर निर्माण गरिएको हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तकले यहाँका धेरै विषयलाई स्थान दिएको छ । यस पुस्तकका माध्यमबाट हाम्रा भावी सन्ततिले आफ्नो मातृभूमिको स्पष्ट चिनारी पाउने छन् । यस्तो महत्त्वपूर्ण कार्यलाई सार्थक बनाउनका लागि सधैँ खटिनुहुने नेपाल प्राज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्रका लेखक डा. शालिकराम पौड्याल, डा. प्रेमप्रसाद तिवारी तथा झपिन्द्रबहादुर क्षेत्रीलाई हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । पाठ्यपुस्तक निर्माण कार्यमा अहम् भूमिका निर्वाह गर्ने जैमिनी नगरपालिका, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख उपसचिव खेमप्रसाद आचार्यलाई हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तकले जैमिनीवासीका चाहना परिपूर्ति गर्ने छ भन्ने कुरामा म पूर्ण विश्वस्त छु ।

हरिबहादुर भुजेल

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत

शुभेच्छा

कालीगण्डकीको समीपमा रहेको जैमिनी नगरपालिकाको आफ्नो छुट्टै पहिचान छ । विगतदेखि वर्तमानसम्म यस नगरपालिकाले सबै क्षेत्रमा आफ्नो भूमिका देखाउँदै आएको छ। विकासका विविध पूर्वाधारले पूर्ण रूप पाउनका लागि शिक्षाको विकास अनिवार्य छ। शिक्षाको विकास नभएसम्म हामी कुनै क्षेत्रमा पनि बलिया बन्न सक्दैनौँ। हामीलाई ज्ञानको शक्तिले जति बलियो बनाउँछ, त्यति बलियो बनाउने कुनै अर्को शक्ति छैन । जैमिनी नगरपालिकाका विविध गतिविधि समेटेर निर्माण गरिएको हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक जैमिनी नगरपालिकाको प्रतिरूप बनेर उभिएको छ भन्ने मेरो बुझाइ रहेको छ । कुनै पनि व्यक्तिले सफलता पाउनका लागि उसले आफ्नो पृष्ठभूमि राम्रोसँग थाहा पाएको हुनुपर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका विभिन्न विद्यालयमा अध्ययन गर्ने विद्यार्थीलाई लक्षित गरी निर्माण गरिएको हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक जैमिनी नगरपालिकाको प्रतिबिम्ब हो । हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक जैमिनी नगरपालिकामा रहेका स्थानीय पहिचानलाई चिनाउने लक्ष्यका साथ निर्माण गरिएको हो। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा रहेका स्थानीय विशेषतालाई अगाडि नल्याएसम्म यसका विषयमा बोल्ने र जान्ने जनशक्ति उत्पादन हुन सक्दैनन् । आफ्नो पृष्ठभूमि नचिनेसम्म कुनै पनि व्यक्ति अगाडि बढ्न सक्दैन । हाम्रा जनशक्तिले स्थानीयताका विषयमा जति धेरै बुझ्न सक्छन्, त्यति नै यहाँका विशेषतालाई अगाडि बढाउन सक्छन्। त्यसैले हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक हामी सबै जैमिनीवासीको गौरव हो, यो हाम्रो पहिचान हो र यो जैमिनीको आधिकारिक दस्तावेज हो। यहाँ आएका विषय कुनै न कुनै किसिमबाट हाम्रा पहिचानसँग जोडिएका छन्। यहाँ आएका विषय नै हाम्रा धर्म, संस्कृति, प्रकृति, इतिहास, भाषा, धर्म, संस्कृति, ज्ञान तथा प्रविधि हुन्। यी हाम्रा ज्ञानका स्रोत मात्र होइनन्, हाम्रो जीवनका आधार पनि हुन्। यी सबै पक्षलाई सम्बोधन गर्ने हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक लेखन तथा सम्पादनको अभिभारा लिनुहुने नेपाल प्रज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्रका लेखक डा. शालिकराम पौड्याल, डा. प्रेमप्रसाद तिवारी र झपिन्द्रबहादुर क्षेत्रीलाई हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु। साथै पुस्तकलाई यस स्वरूपमा ल्याउनका लागि विभिन्न तहबाट भूमिका खेल्नुहुने जैमिनी नगरपालिकाका सम्पूर्ण शिक्षक, शिक्षिका तथा अन्य सबै सहयोगीलाई हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु।

खेमप्रसाद आचार्य

प्रमुख

शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा

प्राक्कथन

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक जैमिनी नगरपालिकाद्वारा तयार पारिएको स्थानीय पाठ्यक्रमका विषयवस्तु, क्षेत्र र क्रममा आधारित रहेर निर्माण गरिएको छ । यस पाठ्यपुस्तकमा स्थानीय पुरातात्त्विक, ऐतिहासिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, पर्यटकीय स्थलहरू तथा सेरोफेरोका महत्त्वपूर्ण स्थल एवम् विषयवस्तुहरू समावेश गरिएको छ। यस पाठ्यपुस्तकमा केन्द्रीय पाठ्यक्रमले समेट्न नसकेका र स्थानीय आवश्यकताको आधारमा स्थानीय विषयवस्तुलाई समावेश गरिएको छ । जैमिनी नगरपालिकाअन्तर्गतका विद्यालयहरूबाट आधारभूत तह उत्तीर्ण गरेका विद्यार्थीले आन्तरिक वा बाह्य पर्यटकहरूलाई मार्गदर्शन गर्न सक्ने पाठ्यक्रमको अपेक्षालाई यस पाठ्यपुस्तकले समेटेको छ। पाठ्यपुस्तकमा बालबालिकाको उमेर, कक्षा र तहगत सिकाइस्तर फरक हुने हुनाले यस पक्षमा पनि ध्यान पुऱ्याइएको छ। यस पुस्तकमा क्रियाकलापअन्तर्गत रहेका सिर्जनात्मक क्रियाकलाप तथा परियोजना कार्यअर्न्तगतका निर्देशनअनुसार विविध कार्य गरी विद्यार्थीलाई शिक्षण गराउनु आवश्यक रहेको छ । पाठ्यपुस्तक शिक्षण सिकाइको महत्त्वपूर्ण साधन हो । त्यसैले यस पाठ्यपुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ। प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकमा जैमिनी नगरपालिकाका भौगोलिक अवस्थिति, पर्यटकीय तथा धार्मिक स्थलहरू, संस्कृति, संघसंस्थाहरू, योग, प्राकृतिक चिकित्सा तथा जडीबुटीलगायतका विषयवस्तुहरूलाई कक्षागत स्तरका आधारमा क्रमशः समेटिएको छ । प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक तयार गर्ने क्रममा जैमिनी नगरपालिकाको वेभसाइट, स्थानीय विज्ञजन आदिलाई सामग्रीको स्रोतका रूपमा उपयोग गरिएको छ। जस जसका सामग्रीलाई स्रोतका रूपमा लिइएको छ, उहाँहरूप्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट गर्दछौँ । पाठ्यपुस्तक लेखनमा सहयोग गर्नुहुने डा. शालिकराम पौड्याल, डा. प्रेमप्रसाद तिवारी, झपिन्द्रबहादुर क्षेत्रीप्रति विशेष आभार प्रकट गर्दछौँ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तकको निर्माणमा सहयोग गर्नुहुने प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हरिबहादुर भुजेल,शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाका प्रमुख खेमप्रसाद आचार्यप्रति हार्दिक धन्यवाद तथा आभार प्रकट गर्दछौँ। हामीलाई हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक लेखनका निम्ति जिम्मेवारी सुम्पनु भएकामा जैमिनी नगरपालिकाका नगरप्रमुख श्री नरबहादुर पुन र उपप्रमुख श्री हरिहर शर्मा तथा नगर कार्यपालिकालाई हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौँ । अन्त्यमा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक परिवर्तन निरन्तर प्रक्रिया भएकाले आगामी दिनमा सरोकारवाला निकाय, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, पाठक र विद्वान्हरूबाट प्राप्त रचनात्मक सुझावका आधारमा परिमार्जन गर्दै जाने प्रतिबद्धता व्यक्त गर्दछौँ।

वि.सं. २०८१

नेपाल प्राज्ञिक अध्ययन अनुसन्धान केन्द्र, रूपन्देही

विषयसूची

पाठ	पाठको नाम	पृष्ठ न.
एकाइ एक	जैमिनीको सेरोफेरो	१
पाठ १	हाम्रो नगरपालिकाबाट पाइने सेवा	२
पाठ २	नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचा	७
एकाइ दुई	स्थानीय सम्पदा	१०
पाठ ३	कालीगण्डकी सभ्यता	११
पाठ ४	हाम्रा संस्कृति र संस्कार	१७
पाठ ५	हाम्रा लोकसंस्कृति	२४
पाठ ६	हाम्रा खनिज सम्पदा	३०
पाठ ७	हाम्रा जैविक विविधता	३४
एकाइ तीन	जैमिनीको जीवनशैली र उद्यमशीलता	३८
पाठ ८	सकारात्मक चिन्तन	३९
पाठ ९	हाम्रो परम्परागत र आधुनिक कृषि पद्धति	४३
एकाइ चार	कृषि तथा पशुपक्षी पालन	५०
पाठ १०	हाम्रा स्थानीय बालीमा लाग्ने रोग र रोकथामका उपाय	५१
पाठ ११	पशुपक्षी व्यवसायको सम्भावना	५८
पाठ १२	अर्गानिक खेतीको महत्त्व	६६
एकाइ पाँच	शिक्षा, स्वास्थ्य तथा खेलकुद	७०
पाठ १३	हाम्रो शैक्षिक अवस्था	७१
पाठ १४	नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्था	७४
पाठ १५	हाम्रा स्थानीय खेल	७८
एकाइ छ	पर्यटन	८२
पाठ १६	आन्तरिक पर्यटनको महत्त्व	८३
पाठ १७	हरित विद्यालय र यसको महत्त्व	८९
पाठ १८	पर्यटन प्रवर्धनमा होमस्टेको भूमिका	९३
एकाइ सात	विपद्, सामाजिक समस्या र सुरक्षा	९९
पाठ १९	ट्राफिक नियम र सडक दुर्घटना	१००
पाठ २०	हाम्रा सामाजिक समस्या	१०४
एकाइ आठ	सूचना र प्रविधि	१०८
पाठ २१	सञ्चार सिप	१०९
पाठ २२	हाम्रा सूचना प्रविधिका साधन	११४
एकाइ नौ	नैतिक मूल्य मान्यता र सदाचार	११९
पाठ २३	द्वन्द्व व्यवस्थापन	१२०
पाठ २४	असल र खराब स्पर्श	१२५

एकाइ एक जैमिनीको सेरोफेरो

लालीगुराँस

हाम्रो गाउँघर

जैमिनि ऋषि

पाठ १ हाम्रो नगरपालिकाबाट पाइने सेवा

जैमिनी नगरपालिकाको केन्द्र, कुस्मिसेरा बजार

गण्डकी प्रदेशमा ११ ओटा जिल्ला रहेका छन्। तिनै ११ ओटा जिल्लामध्ये बागलुङ पनि एक हो। बागलुङ जिल्लाका १० ओटा स्थानीय तहमध्ये जैमिनी पनि एक हो। दोस्रो ऐतिहासिक जनआन्दोलनको सफलतापछि नेपालमा भएको राजनीतिक परिवर्तन र राज्य संरचनाअनुरूप वि. सं. २०७३ फागुन २७ गते नेपाल सरकारले राजपत्रमा सूचना प्रकाशित गरी जैमिनी नगरपालिकाको घोषणा गरिएको हो।

जैमिनी नगरपालिका बागलुङ जिल्लाको दक्षिणी भागमा रहेको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको नामकरण वेदव्यासका चेला जैमिनिले यसै ठाउँमा आएर तपस्या गरेको पौराणिक सन्दर्भका आधारमा गरिएको छ। हाम्रै नगरपालिकामा जैमिनि ऋषिले तपस्या गरेको पवित्र धामसमेत रहेको छ। जैमिनी नगरपालिकाको निर्माण कुस्मिसेरा, दमेक, सर्कुवा, बिनामारे, अर्जेवा, जैदी, छिस्ती, पैयुँथन्थाप र राङखानी गाविस मिलाएर गरिएको हो। यी सबै गाविस मिलाएर जैमिनी नगरपालिकामा १० ओटा वडा कायम गरिएको छ। जैमिनी नगरपालिकाको सिमाना पूर्वमा पर्वत जिल्ला, पश्चिममा गल्कोट नगरपालिका र बरेङ गाउँपालिका, उत्तरमा काठेखोला गाउँपालिका र बागलुङ नगरपालिका तथा दक्षिणी भागमा गुल्मी र पर्वत जिल्ला रहेका छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको जम्मा

क्षेत्रफल ११८.७२ वर्ग किलोमिटर रहेको छ। हाम्रो नगरपालिकामा ब्राह्मण, क्षेत्री, सार्की, दमाई, कामी, नेवार, मगर, ठकुरी, गुरुङ, छन्त्याल, घर्ती/भुजेल, गायक, चेपाङ, बोटे, मुसलमान आदि जातजातिको बसोबास रहेको छ। जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न प्राकृतिक सम्पदा रहेका छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न धार्मिक तथा पौराणिक महत्त्व बोकेका स्थल रहेका छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाबाट हुने मुख्य कामलाई निम्नानुसार देखाउन सकिन्छ :

» घर नक्सापास,
» घरजग्गा मूल्याङ्कन,
» व्यक्तिगत घटना दर्ता,
» सङ्घसंस्था दर्ता सिफारिस,
» वार्षिक स्वीकृत स्थानीय योजना सम्झौता,
» योजना सम्पन्नताको भुक्तानी
» वातावरण प्रदूषण कर,
» सामाजिक सुरक्षा सेवा
» विद्युत् तथा खानेपानी सिफारिस,
» स्रेस्ता उतारको सिफारिस
» फिल्ड बुक उतार
» आधारभूत तथा माध्यमिक शिक्षा,
» आधारभूत स्वास्थ्य आदि।

हाम्रो नगरपालिकामा १० ओटा वडा छन्। सबै वडाका आआफ्ना वडा कार्यालय पनि छन्। हामी तिनै वडा कार्यालयबाट विभिन्न सेवासुविधा पाउँछौँ। हाम्रा वडा कार्यालयमा हामीले नै चुनेका जनप्रतिनिधि हुनुहुन्छ। हाम्रा सबै वडामा वडाध्यक्ष हुनुहुन्छ। त्यस्तै हाम्रो काम गर्नका लागि प्रत्येक

वडामा चार जना वडा सदस्य पनि हुनुहुन्छ । हाम्रो वडा कार्यालयमा जनप्रतिनिधिका साथै कर्मचारी पनि हुनुहुन्छ । उहाँहरू सबै हाम्रो कामका लागि खटिनुहुन्छ । हामीले आफ्नै वडा कार्यालयबाट विभिन्न सुविधा पाउँछौँ । हामी हाम्रो वडा कार्यालयबाट तलका सुविधा पाउन सक्छौँ :

» नाता प्रमाणित,
» नागरिकताको सिफारिस र नागरिकताको प्रतिलिपि लिनका लागि सिफारिस,
» वहाल कर लेखाजोखा सिफारिस,
» कोठा खोल्न रोहवर बस्ने,
» मोही लगत कट्टा सिफारिस,
» घरजग्गा करको लेखाजोखा सिफारिस,
» जन्ममिति प्रमाणित,
» विवाह तथा अविवाहित प्रमाणित,
» नि:शुल्क वा सशुल्क स्वास्थ्य,
» आफ्नो अधिकार क्षेत्रको विषयमा अङ्ग्रेजी भाषामा सिफारिस तथा प्रमाणित,
» घर पाताल प्रमाणित,
» व्यक्तिगत विवरण प्रमाणित,
» पुर्जामा घर कायम गर्ने सिफारिस,
» फरक फरक नाम थर, जन्ममिति सिफारिस र प्रमाणित,
» नाम, थर, जन्ममिति संशोधन सिफारिस,
» जग्गाधनी पुर्जा हराएको सिफारिस,
» कागज र मन्जुरीनामा सिफारिस,
» कित्ताकाट सिफारिस,
» संरक्षक प्रमाणित तथा संस्थागत र व्यक्तिगत संरक्षक सिफारिस,
» जीवितसँगको नाता प्रमाणित,
» हकवाला र हकदार प्रमाणित,

» नामसारी सिफारिस,

» जग्गाको हकसम्बन्धी सिफारिस (सार्वजनिक, ऐलानी तथा पर्ति जग्गा बाहेक),

» मृतकसँगको नाता प्रमाणित, सर्जमिन सिफारिस,

» उद्योग ठाउँसारी सिफारिस,

» जीवित रहेको सिफारिस,

» पूर्व प्राथमिक विद्यालय खोल्न सिफारिस,

» जग्गा मूल्याङ्कन सिफारिस प्रमाणित,

» पालन पोषण सिफारिस,

» वैवाहिक अङ्गीकृत नागरिकता सिफारिस,

» आर्थिक अवस्था कमजोर वा विपन्नता प्रमाणित,

» विद्यालय ठाउँसारी सिफारिस,

» धारा वा विद्युत् जडान सिफारिस,

» घरबाटो र चारकिल्ला सिफारिस,

» प्रचलित कानुनअनुसार प्रत्यायोजित अधिकारबमोजिमको अन्य सिफारिस वा प्रमाणित।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

खाली ठाउँ भरौं :

(क) जैमिनी नगरपालिका बागलुङ जिल्लाको .... भागमा रहेको छ।

(ख) हाम्रो जैमिनी नगरपालिको जम्मा क्षेत्रफल ....वर्ग किलोमिटर रहेको छ।

(ग) हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न प्राकृतिक .... रहेका छन्।

(घ) हाम्रै नगरपालिकामा जैमिनि ऋषिले तपस्या गरेको .... धामसमेत रहेको छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिका कुन कुन गाविस मिलेर बनेको हो ?

(ख) नगरपालिकाको नाम जैमिनी केका आधारमा राखिएको हो ?

(ग) जैमिनी नगरपालिकाको क्षेत्रफल कति छ ?

(घ) जैमिनी नगरपालिकाको सिमानामा कुन कुन पालिका रहेका छन् ?

उत्तर लेखौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकामा कुन कुन जातिको बसोबास रहेको छ ?

(ख) हामीले नगरपालिकाबाट केकस्ता सेवासुविधा पाउँछौँ ?

(ग) तपाईँले आफ्नो वडा कार्यालयबाट कुन कुन काम गराउन सक्नुहुन्छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

जैमिनी नगरपालिका बन्नुभन्दा अगाडि पाठमा भनिएका काम गर्नका लागि हामी कहाँ जानुपर्थ्यो होला ? सोचेर एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् र कक्षाका साथीलाई सुनाउनुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

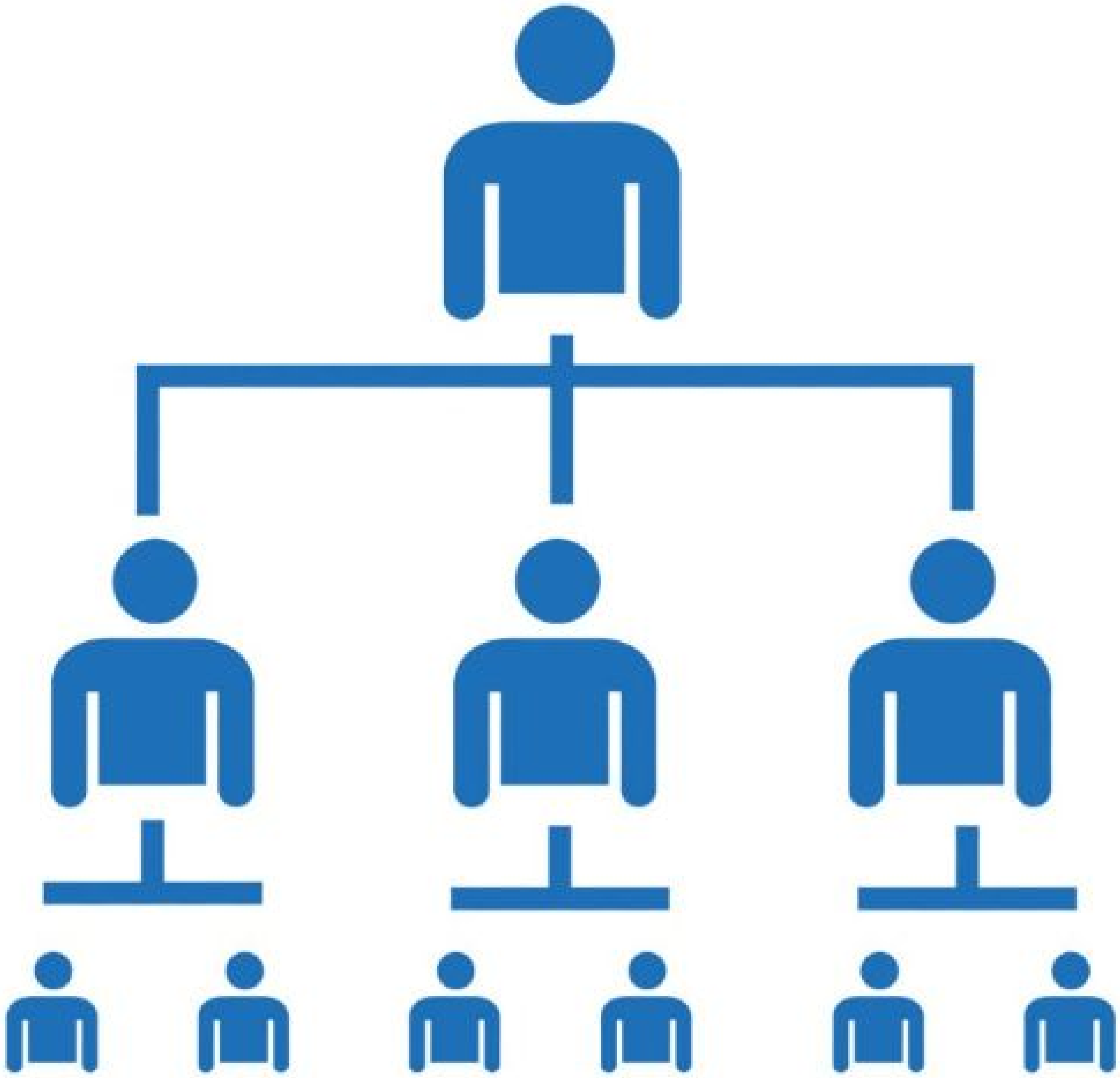
तपाईँले आफ्नो वडा कार्यालयबाट केकस्ता सेवा पाउनुभएको छ ? आफूले वा आफ्नो परिवारले पाएका सेवासुविधाको बुँदा बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस्।

नक्सा बनाऔँ :

हाम्रो जैमिनी पाठ्यपुस्तक हेर्नुहोस् र त्यहाँ दिइए जस्तै नक्सा बनाएर पालैपालो कक्षामा देखाउनुहोस्।

पाठ २

नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचा



नेपालको संविधानको धारा २१८ ले दिएको अधिकार प्रयोग गरी जैमिनी नगरपालिकाको नगर कार्यपालिकाले आफ्नो कार्य विभाजनका लागि नगर कार्यपालिका (कार्य विभाजन) नियमावली, २०७४ निर्माण गरेको छ। नगर कार्यपालिकाको आफ्नो राजस्वको क्षमता, खर्चको आवश्यकता, सेवा उपलब्ध गराउनुपर्ने, जनसङ्ख्या तथा विकासका मुख्य मुख्य प्राथमिकताअनुरूप सङ्गठन तथा व्यवस्थापन सर्वेक्षणका आधारमा विषयगत शाखा तथा कार्यालय, शाखा वा उपशाखा एकाइ निर्धारण गर्न सक्ने छ। जनशक्तिको उपलब्धता तथा प्रशासनिक खर्चलाई ध्यान दिई एउटा विषयगत शाखाअन्तर्गतको कुनै कार्यालय, उपशाखा वा एकाइले मिल्दो अन्य विषयक्षेत्रको कार्यसमेत सम्पादन गर्न सक्ने व्यवस्था नियमावलीले गरेको छ।

नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचामा सबैभन्दा माथि नगरसभा रहने व्यवस्था रहेको छ। यसअन्तर्गत लेखा, विधायन, सुशासन र अन्य समिति रहने व्यवस्था छ। नगरसभाको मातहतमा नगरकार्यपालिका रहने व्यवस्था छ। यसअन्तर्गत आर्थिक विकास, सामाजिक विकास, पूर्वाधार विकास, वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापन जस्ता समिति रहने व्यवस्था गरिएको छ। नगरकार्यपालिकाअन्तर्गत आर्थिक विकास, सामाजिक विकास, भौतिक पूर्वाधार विकास तथा अन्य समिति रहने व्यवस्था रहेको छ। नगरपालिकाको प्रशासन, योजना तथा अनुगमन शाखामा प्रशासन उपशाखा, राजस्व उपशाखा, योजना तथा अनुगमन उपशाखा रहेका छन्। पूर्वाधार विकास तथा वातावरण व्यवस्थापन शाखामा सडक तथा अन्य पूर्वाधार विकास उपशाखा, भवन तथा बस्ती विकास उपशाखा, वातावरण, सरसफाइ तथा विपद् व्यवस्थापन उपशाखा रहेका छन्। यस्तै स्वास्थ्य तथा सामाजिक विकास शाखामा सामाजिक सुरक्षा तथा पन्जीकरण उपशाखा, महिला, बालबालिका तथा समाज कल्याण उपशाखा रहेका छन्। नगरपालिकामा कानुन शाखा रहेको छ।

शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखाको मातहतमा बालविकास केन्द्र, विद्यालय, खेलकुद समिति तथा केन्द्र, युवा विकास समिति, सामुदायिक सिकाइ केन्द्र रहेका छन्। यसै शाखाको मातहतमा कतिपय आवधिक तालिम सञ्चालन हुने गर्छन्। आर्थिक विकास शाखामा उद्योग तथा व्यवसाय प्रवर्धन उपशाखा तथा एकाइ तथा सेवा केन्द्रहरू रहेका छन्। नगरपालिकामा आर्थिक प्रशासन शाखा तथा लेखा रहेको छ। नगरपालिकामा आन्तरिक लेखा परीक्षण एकाइ रहेका छन्। नगरपालिकामा रहेका यी शाखा, उपशाखा तथा केन्द्रबाट विभिन्न सेवा प्रवाह भएको छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐनअनुरूप नगरपालिकाले आफ्नो आवश्यकताअनुसार नगरसभाबाट माथि उल्लेख गरिएको संरचना परिवर्तन गर्न सक्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौं :

(क) नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचामा के के पर्छन् ?

(ख) नगरकार्यपालिका कसको मातहतमा रहन्छ ?

(ग) नगरकार्यपालिकाअन्तर्गत कुन कुन शाखा रहन्छन् ?

(घ) नेपालमा कति तहको सरकार रहेको छ ?

उत्तर लेखौं :

(क) हामीले नगरपालिकाबाट केकस्ता सेवा पाउँछौं ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचा कस्तो छ ?

(ग) पूर्वाधार विकास तथा वातावरण व्यवस्थापन शाखामा कुन कुन उपशाखा रहेका छन् ?

सोचौं, सोधौं र लेखौं :

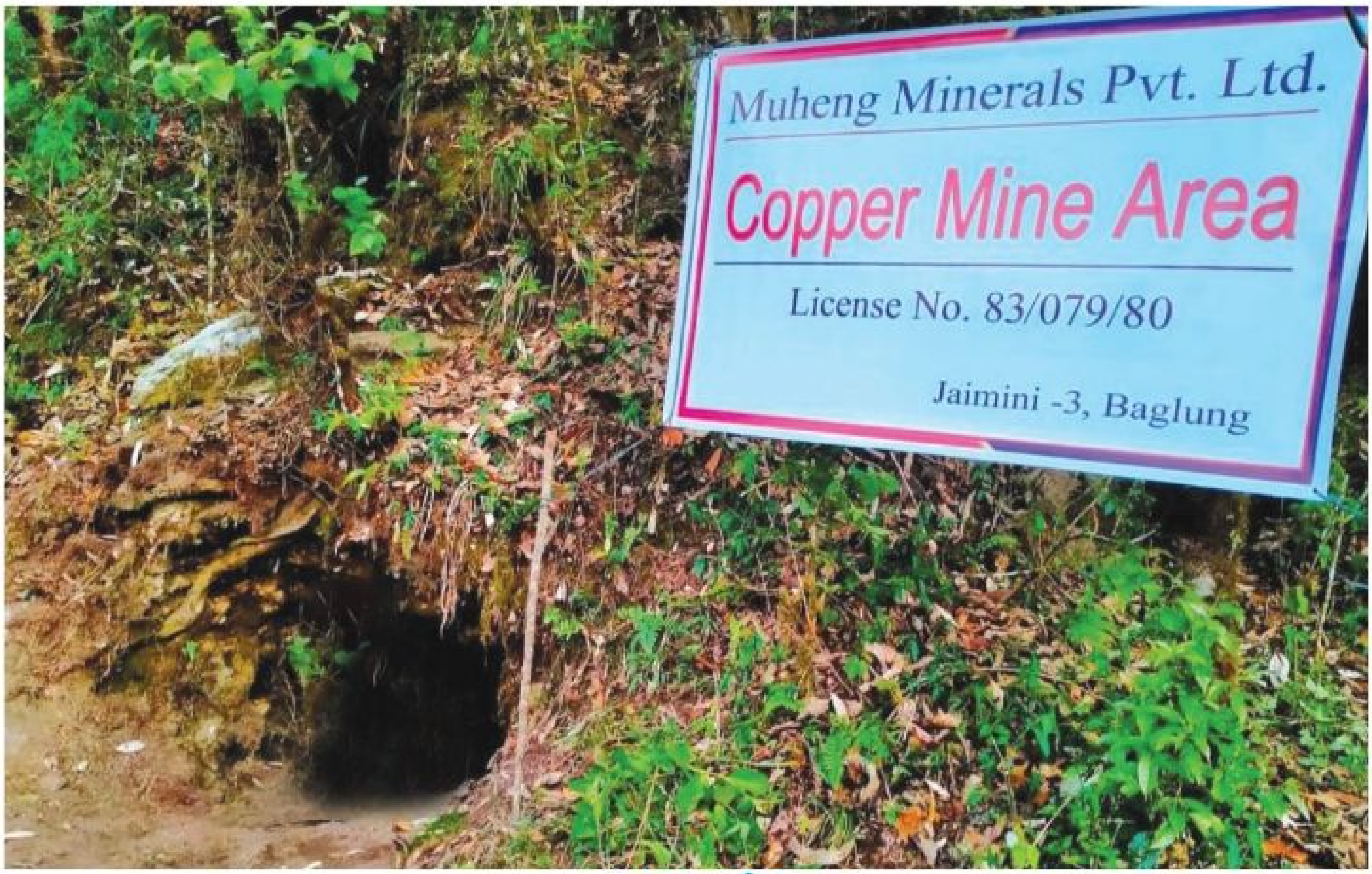
जैमिनी नगरपालिकामा जनताका काम सञ्चालनका लागि विभिन्नि उपसमिति भए जस्तै तपाईंको विद्यालयका काम गर्नका लागि केकस्ता समिति र उपसमिति रहेका छन् ? विद्यालयका सहायक प्राचार्यलाई भेटेर समितिका नाम र काम टिपेर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

जैमिनी नगरपालिकाको सङ्गठनात्मक ढाँचा रहे जस्तै तपाईंको विद्यालयको पनि सङ्गठनात्मक ढाँचा रहेको छ। विद्यालयका प्राचार्यसँग भेट गरी विद्यालयको सङ्गठनात्मक ढाँचा टिपोट गरेर कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

एकाइ दुई
स्थानीय सम्पदा

नगरको प्रकृति



तामाखानी

पाठ ३ कालीगण्डकी सभ्यता

नेपालका ठुला जलस्रोत भएका नदीको गणनामा कालीगण्डकीको नाम आउँछ। कालीगण्डकी धार्मिक तथा पौराणिक महत्त्व बोकेको निकै पवित्र नदी हो। मुस्ताङ जिल्लाको पूर्वी किनारमा रहेको तिब्बत र नेपालको सिमानामा पर्ने न्हुबिने हिमालबाट छौमा खोला बगेको छ। यो त्यहाँबाट केही दक्षिणमा आएपछि लोमान्थाङ क्षेत्रको न्हेचुङ खोला आएर मिसिन्छ। त्यसपछि यो मुस्ताङ खोलो बन्न पुगेको छ। हिन्दु धर्मको पवित्र स्थल दामोदर कुण्डबाट बगेर आउने खोलो पनि मुस्ताङ खोलामा नै आएर मिसिन्छ। यही खोलो बगेर निकै तल आएपछि मुक्तिनाथबाट बगेर आएको भोङ्काग नदीमा मिसिन पुग्छ। यिनै मुस्ताङ खोलो र काग नदी मिलेर नै कालीगण्डकी बनेको छ। कालीगण्डकीको जल कालो हुने भएकाले पनि यसलाई काली भनिएको हो।

कालीगण्डकी

मुस्ताङ जिल्लाबाट बगेको कालीगण्डकीमा राहुघाट खोला, म्याग्दी खोला, मोदी खोला, आँधीखोला, बडीगाड खोला, रिडी खोला मिसिन्छन् । रिडीबाट कालीगण्डकी पूर्व मोडिएर त्रिशूली नदीमा मिसिन पुग्छ । यसपछि नारायणी नदी बन्छ । हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको मुख्य नदीका रूपमा कालीगण्डकी नदी नै रहेको छ। हामी जैमिनीवासीका धेरै क्रियाकलाप यही कालीगण्डकीको परम्परासँग जोडिएको छ। हामी यसैलाई कालीगण्डकी सभ्यताका नामबाट चिन्दै आएका छौँ । विश्वका मानिसको सभ्यता कुनै न कुनै नदीसँग जोडिएको छ।

जैमिनी धाम मन्दिर

हामी जैमिनीवासीको सभ्यता कालीगण्डकीसँग नै बाँधिएको छ । कालीगण्डकी सभ्यता पनि निकै प्राचीन रहेको छ । कालीगण्डकीको तिरमा तीर्थस्थल बनाउने, यही नदीलाई घाटका रूपमा प्रयोग गर्ने, यसैको किनारमा बस्ती विकास गर्ने, यसलाई भगवान्कै रूपमा पूजा गर्ने, यसको पवित्र जल सेवनबाट आफ्ना सारा पाप पखालिने विश्वास गर्ने जस्ता मानिस र गण्डकीका बिचमा जोडिएको सम्बन्धलाई नै हामी कालीगण्डकी सभ्यताका रूपमा व्याख्या गर्छौं। कालीगण्डकी हामी जैमिनीवासीको धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय तथा आर्थिक विकासको आधार हो। जलयात्रा होस् वा हालसालै विकास गरिएको कालीगण्डकी करिडोर नै किन नहोस् यी सबै हाम्रा विकासका आधार हुन् ।

कालीगण्डकीको किनारमा रहेको जैमिनी नगरपालिकाको माटो अत्यन्त उर्वर छ। यही नदीको किनारमा मानिसले सदियौँदेखि व्यापार व्यवसाय पनि सञ्चालन गर्दै आएका छन् । यहाँ विभिन्न पुराणमा वर्णन गरिएका ऋषिमुनिका तपस्थल पनि रहेका छन्। यिनै तथ्यका आधारमा पनि कालीगण्डकी सभ्यता निकै प्रचीन हो भन्ने कुरा पुष्टि गर्न सकिन्छ। दामोदर कुण्डदेखि बगेको कालीगण्डकी नदीको किनारमा मुक्तिनाथ, कागबेनी, गलेश्वरधाम, कालञ्जर, जैमिनी घाट आदि विभिन्न पवित्र स्थलमा ऋषिमुनिको बसोबास रहेको पौराणिक सन्दर्भ पाइन्छ। यसैका आधारमा

जैमिनि ऋषिको मूर्ती

पनि कालीगण्डकीको किनारमा मानिस बस्ने परम्परा निकै प्रचीन हो भन्ने स्पष्ट पार्न सकिन्छ। मानव जातिको विकास, मानिसका सभ्यता र संस्कृतिका धेरै पक्ष यही नदीसँग जोडिएका छन्। हामी जैमिनीवासीको सभ्यता पनि यही कालीगण्डकी नदीसँग नै जोडिएको छ। कालीगण्डकी शालिग्राम कुद्ने एक मात्र नदी हो। कालीगण्डकी हाम्रा लागि केवल पौराणिक सन्दर्भसँग जोडिएको पवित्र नदी मात्र होइन। यो हाम्रो आर्थिक विकासको आधार पनि हो। कालीगण्डकी किनारमा रहेको बालुवा चाल्दै सुन खोज्दै गर्ने परम्परा पनि रहेको थियो। कालीगण्डकीमा विभिन्न खानी रहेका छन्। यी सबै खानी मानिसको जीवन यापनका आधार हुन्। मानिसका लागि आवश्यक वस्तु पनि कालीगण्डकी नदीमा पाइन्छन्। यी वस्तुको उपयोगका लागि वातावरणीय सन्तुलनमा विशेष ध्यान दिनु आवश्यक छ।

हाम्रो जैमिनी निकै पवित्र भूमि हो। यहाँ वेदव्यासका चेला जैमिनिले आएर तपस्या गरेका थिए। जैमिनिलाई मीमांसा दर्शनका प्रणेता मानिन्छ। मीमांसा हिन्दुका छओटा दर्शनमध्ये एक मानिन्छ। यिनै जैमिनि ऋषिले हाम्रो नगरपालिकाको जैमिनी घाटमा आएर तपस्या गरेका थिए। यिनैले तपस्या गरेका हुनाले आज पनि त्यस घाटको नाम जैमिनी घाट (ज्यामिर घाट) नै रहेको छ। जैमिनि जस्ता तपस्वीका लागि समेत कालीगण्डकी नदीको किनार तपका लागि उपयुक्त रहेको पौराणिक इतिहास पाइन्छ। यसैले पनि हाम्रो सभ्यताको विकास कालीगण्डकी नदीकै किनारबाट भएको स्पष्ट हुन्छ।

हाम्रो नगरपालिकाको नाम जैमिनी राखिएको छ। जैमिनि ऋषिकै स्मृतिमा यस नगरपालिकाको नाम जैमिनी रहन गएको हो। हामी जैमिनी नगरवासीको सभ्यताको विकास पनि कालीगण्डकीसँग नै जोडिएको छ। हामी जैमिनीवासीको पवित्र तीर्थस्थल यही पवित्र गङ्गा हो। हाम्रो अन्त्येष्टि कर्म गर्ने स्थल पनि यही कालीगण्डकी नै हो। हाम्रा व्यापारिक तथा व्यावसायिक गतिविधिको आधार पनि यही कालीगण्डकी नै हो। आज कालीगण्डकी करिडोरका माध्यमबाट हामी सबै जैमिनीवासी भारत र चीनसँग पनि जोडिन पुगेका छौँ। कालीगण्डकी करिडोरले हाम्रो व्यावसायिक पहुँच विस्तार गरिदिएको छ।

सदियौँदेखि मानव सभ्यताको आधार बनेर बगिरहेको कालीगण्डकीको अस्तित्व रक्षा गर्दै यसकैका माध्यमबाट जल तथा स्थल आवागमनको व्यवस्था मिलाएर पर्यटन प्रर्वधन गर्नु आजको आवश्यकता हो। हाम्रो चिनारी पनि यही कालीगण्डकी सभ्यतासँग नै जोडिएको छ। यसको सुरक्षा, संरक्षण र प्राकृतिक निरन्तरतामा नै सुरक्षित राख्नु जैमिनीवासीको कर्तव्य हो। कालीगण्डकी सभ्यतालाई सुरक्षित गर्दै पर्यटन पूर्वाधरको विकासमा लाग्नुपर्ने आजको आवश्यकता हो।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) कालीगण्डकी धार्मिक तथा पौराणिक महत्त्व बोकेको निकै .... नदी हो ।

(ख) हिन्दु धर्मको पवित्र स्थल दामोदर कुण्डबाट बगेर आउने खोलो पनि .... खोलामा नै आएर मिसिन्छ ।

(ग) कालीगण्डकी हामी जैमिनीवासीको धार्मिक, सांस्कृतिक, ...तथा आर्थिक विकासको आधार हो ।

(घ) मानिसका लागि आवश्यक वस्तु पनि ....नदीमा पाइन्छन् ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) कालीगण्डकी सभयताले कुन कुन कुरालाई बुझाउँछ ?

(ख) कुन कुन खोला मिसिएर कालीगण्डकी बनेको छ ?

(ग) कालीगण्डकीलाई जैमिनीवासीले कुन कुन रूपमा बुझेका छन् ?

(घ) कालीगण्डकीमा बालुवा चालेर के निकालिन्थ्यो ?

उत्तर लेखौँ :

(क) कालीगण्डकीलाई किन हाम्रो सभ्यता भनिएको हो ?

(ख) कालीगण्डकीलाई मानिसले कसरी आफ्नो जीवन यापनको आधार बनाएका थिए ?

(ग) हामी कालीगण्डकीबाट के के फाइदा लिन सक्छौँ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकाको धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय तथा आर्थिक विकासका लागि कालीगण्डकी कसरी सहयोगी बन्न सक्छ ? पाठका आधारमा बुँदा बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(ख) जैमिनी नगरपालिकाको विकासका लागि कालीगण्डकी भन्ने शीर्षकमा एक अनुच्छेद लेखेर शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

हामी जैमिनी नगरवासी कालीगण्डकी सभ्यतासँग जोडिएका छौँ । हामीलाई कालीगण्डकीले परिचय दिएको छ । कालीगण्डकीलाई हाम्रो नगरको आर्थिक विकाससँग कसरी जोड्न सकिन्छ भन्ने विषयमा कक्षामा छलफल चलाउनुहोस् । तपाईंको छलफलबाट प्राप्त रचनात्मक सुझाव एकीकृत गरी विद्यालयका प्राचार्यलाई बुझाउनुहोस् । विद्यालयका प्राचार्यमार्फत गाउँपालिकाको कार्यपालिकासम्म पुऱ्याउने प्रबन्ध पनि मिलाउनुहोस् ।

पाठ ४ हाम्रा संस्कृति र संस्कार

जैमिनी, माघेसङ्क्रान्ति मेला

मानिसलाई शुद्ध गराउने कर्म नै संस्कार हुन्। संस्कारले हामीलाई परिष्कार गर्छ। यसले मानिसमा रहेका नराम्रा विचार वा भावना हटाउन सहयोग गर्छ। मानिसमा विशुद्ध मन र पवित्र भावनाको विकास गर्नुपर्छ। यस्तो आचरणको विकास संस्कारले गर्छ। यसले मानिसको आचरण राम्रो बनाउँछ। हिन्दु धर्ममा विभिन्न संस्कारको व्यवस्था गरिएको छ। यिनै संस्कारले मानिसको अस्वच्छ, अस्वस्थ र अपरिष्कृत जीवनलाई स्वच्छ बनाउँछ।

संस्कारले मानिसलाई स्वस्थ र परिष्कृत बनाउँछ। संस्कारको पालना आध्यात्मिक उपचार विधि हो। संस्कारले मानिसको मन र शरीरमा रहेका दोष हटाउँछ। यसले मानिसका कमजोरी पनि हटाउँछ। यसले मानिसलाई सुसभ्य र सुसंस्कृत बनाउँछ। यही शास्त्रीय कर्म नै संस्कार हो। हामीले जन्मदेखि मृत्युसम्म गर्ने विभिन्न कर्म नै संस्कार हुन्। मानिसले जुनसुकै धर्ममा विश्वास गरे पनि जन्मदेखि मृत्युसम्म कुनै न कुनै कर्म गर्छन्। तिनै मानिसले गर्ने कर्मलाई संस्कार भनिन्छ।

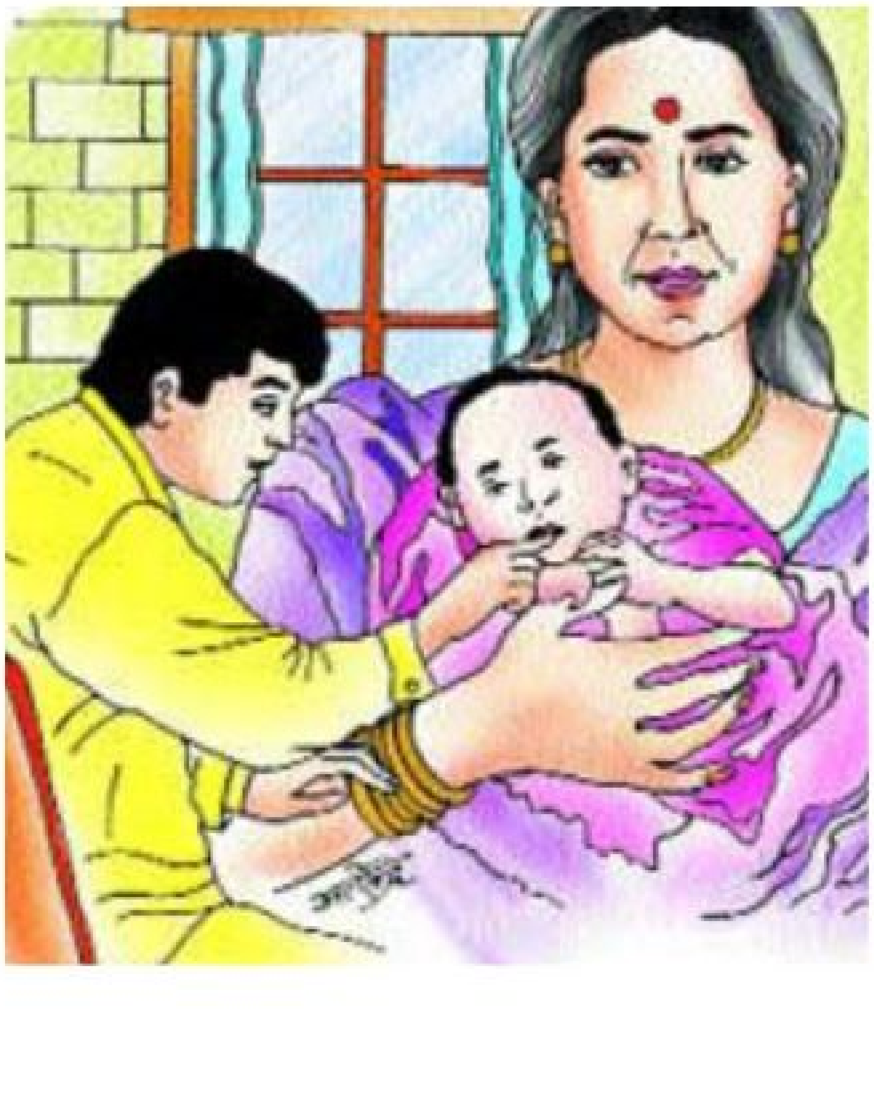
हिन्दु धर्म सनातन धर्म हो। हिन्दु धर्मको प्राचीनता एवम् विशालताका कारण नै यसलाई सनातन धर्म भनिएको हो। यसमा पवित्र सोह्र संस्कार रहेका छन्। सोह्र संस्कारमा गर्भाधान संस्कार, पुंसवन संस्कार, सीमन्तोन्नयन संस्कार, जातकर्म संस्कार, नामकरण संस्कार, निष्क्रमण संस्कार, अन्नप्राशन संस्कार, केशान्त संस्कार, कर्णवेध संस्कार, अक्षरारम्भ संस्कार, चूडाकरण संस्कार, उपनयन संस्कार, वेदारम्भ संस्कार, समावर्तन संस्कार, विवाह संस्कार र अन्त्येष्टि संस्कार रहेका छन्। यहाँ विवाह संस्कार र अन्त्येष्टि संस्कारका बारेमा जानकारी दिइएको छ।

गर्भाधान संस्कार पहिलो संस्कार हो। जीवन सफल अनि असफल, राम्रो वा नराम्रो, सुखद तथा दुःखद कस्तो हुन्छ भन्ने कुरा गर्भाधानको समयले निर्धारण गर्छ। गर्भाधान संस्कारपछि पुंसवन संस्कार र सीमन्तोन्नयन संस्कार गरिन्छ। जातकर्म संस्कार शिशु जन्मिएपछि नाल काट्नुभन्दा पहिले गर्ने विधान हो। यस संसारमा पहिलो पटक पदार्पण गर्ने नवजात शिशुको आयु, आरोग्य, बल, बुद्धि प्राप्त होस् भन्ने कामनाका साथ यो कर्म गरिन्छ। नामकरण संस्कार नवजात शिशुको नाम राख्ने संस्कार हो। यसलाई न्वारन पनि भनिएको छ। इस्लाम धर्मावलम्बीले बच्चा जन्मेको सात दिनदेखि पाँच वर्षसम्ममा पुरुषको जनेन्द्रियको बाहिरी छाला काट्छन्। यसलाई सुन्नत (राम्रो काम) वा खतना पनि भनिन्छ। मुसलमानले बच्चा जन्मेको सातौँ दिनका दिन नामकरणको काम गर्छन्। यसलाई उनीहरू अकिका भन्छन्।

बालबालिकाको सुस्वास्थ्य, सौन्दर्य, आयु वृद्धि तथा कल्याणका लागि कपाल काट्ने संस्कारलाई केशान्त संस्कार भनिन्छ। बालबालिकामा छाला रोग नलागोस्, बालकको आयु वृद्धि होस् तथा बालक निरोगी होओस् भनेर केशान्त संस्कार गरिन्छ। शिशुलाई पहिलो पटक अन्न खुवाउने संस्कारलाई अन्नप्राशन भनिन्छ। अन्नप्राशनलाई पास्नी वा भात खुवाइ पनि भन्ने गरिन्छ। शिशुको पहिलो पटक कान छेड्ने संस्कारलाई कर्णवेध भनिन्छ। शिशु जन्मिएको छ वा सात महिनामा दाँत निस्कनुभन्दा पहिले कान छेड्नुपर्छ। बालबालिकालाई पढ्न, लेख्न सिकाएर ज्ञानविज्ञानका क्षेत्रमा प्रवेश गराउने काम नै अक्षरारम्भ संस्कार हो।

उपनयन संस्कार परम्परादेखि चलिआएको हिन्दु संस्कार हो। चूडाकरण सकेपछि बटुकलाई यज्ञवेदीमा राखिन्छ। जनै लगाउन दिइन्छ अनि मन्त्र सिकाइन्छ। अनुशासनको शिक्षा दिइन्छ। यसैलाई उपनयन संस्कार भनिन्छ। उपनयन संस्कार गरेपछि वेदारम्भ संस्कारको गरिन्छ। वेद अध्ययनका लागि शिष्य तयार भएको पुष्टि गर्ने उपनयन संस्कारपछि वेदारम्भ संस्कार प्रारम्भ हुन्छ। उपनयन संस्कार गरेपछि बालकलाई ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद र अर्थवेदका मन्त्र पढ्न लगाइन्छ। यही ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद र अथर्ववेदको अध्ययन प्रारम्भलाई नै वेदारम्भ संस्कार भनिन्छ। गुरुकुल पद्धतिअनुसार शिक्षार्थी गुरुकुलबाट शिक्षा प्राप्त गरी फर्किने कार्यलाई नै समावर्तन संस्कार भनिन्छ। आधुनिक शिक्षा पद्धतिमा यसलाई दीक्षान्त भनिन्छ।

जन्म/जातकर्म



जातकर्म संस्कारलाई जातक वा जन्म संस्कार पनि भनिन्छ। बालक जन्मिएपछि गरिने संस्कार नै जातकर्म संस्कार हो। शिशु जन्मिएपछि नाल काट्नुभन्दा पहिले गर्ने विधान हो। यो संस्कार संसारमा पहिलो पटक पाइला टेकेको नवजात शिशुको आयु, आरोग्य, बल, बुद्धि बढोस् भन्ने कामनाका साथ गरिन्छ। जातकर्ममा मातृका पूजन, आभ्युदयिक (नान्दी श्राद्ध), स्वस्तिवाचन, नवग्रह पूजन, अग्निस्थापन र हवनसमेत गरिन्छ। वर्तमान समयमा यो संस्कार लोप हुँदै गएको छ। हरेक धर्मावलम्बीमा जातकर्म संस्कारको आआफ्नै परम्परा रहेको छ।

विवाह संस्कार

विवाहमा नाच्दै

विवाह संस्कार निकै महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। विवाह नारी र पुरुषको प्राकृतिक संयोग हो। मानव जातिमा विवाह गर्ने आआफ्नै रीति र परम्परा रहेका छन्। विवाह मानव जीवनलाई विकसित र सुसंस्कृत बनाउने महत्त्वपूर्ण संस्कार हो। यो संस्कार ऋषिमुनिको पालादेखि नै चलिआएको हो। शारीरिक वासना तृप्ति, सांसारिक सुखभोग र वंश विस्तारसँग मात्र विवाहको सम्बन्ध हुँदैन। ऋषिमुनिले यसलाई गृहस्थ धर्मको पालना गर्दै मोक्षको अवस्थासम्म पुग्ने माध्यम बनाएका छन्।

वैदिक कालमा कन्यालाई १६ वर्ष र कुमारलाई २४ वर्षभन्दा पहिले विवाह गर्ने अनुमति दिइएको छैन। यति उमेर नभएसम्म परिपक्व नहुने भएकाले उमेरको हद तोकिएको हो। अहिलेको कानुनले भने २० वर्षभन्दा कमका युवायुवतीलाई विवाह गर्ने अनुमति दिएको छैन। कसैले कानुन विपरीत विवाह गरेमा दण्ड सजायको व्यवस्था गरिएको छ। २० वर्ष उमेर नपुगी भएको विवाहलाई बालविवाह भनिन्छ। हाम्रो देशको कानुनले बालविवाहलाई गैरकानुनी अपराध मानेको छ। अझै पनि कतिपय ठाउँमा बालविवाह गर्ने प्रचलन पनि रहेको छ। यसलाई हटाउनु र यस्तो काममा

संलग्न भएका व्यक्तिलाई कानुनी सजाय दिलाउनु असल नागरिकको कर्तव्य हो। बाबुआमाले उमेर नपुगी विवाह गर्ने र छोराछोरीको जन्मदर्ता पनि नहुने भएकाले विद्यालय शिक्षामा समेत यसको नकारात्मक प्रभाव परेको छ। हामी जैमिनी नगरपालिकाका बासिन्दाले यस्ता कुकर्मका विरुद्धमा आवाज उठाउनुपर्छ र कानुनअनुसार विवाह गर्ने परम्पराको विकास गर्नुपर्छ।

अन्त्येष्टि संस्कार

अन्त्येष्टि संस्कार मानिसको मृत्युपश्चात् गरिने संस्कार हो। यो विभिन्न धर्म र संस्कृतिअनुसार फरक फरक हुन्छ। हिन्दु परम्परामा मृतकको लासलाई नदी किनारमा जलाउने परम्परा छ। हिन्दुका निमित्त जीवनको अन्तिम संस्कार अन्त्येष्टि संस्कार हो। मृतकको शवलाई दाहसंस्कार गरिने स्थान घाटसम्म लैजाँदा तीन पटक बिसाउने र यमसूक्त, हरिनाम या रामनाम जप्ने चलन छ। घाट पुगेपछि दाउराले चिता बनाएर चितामाथि लाशलाई उत्तर फर्काएर राखिन्छ।

एकाघर परिवारको छोरापट्टिको नातिबाट दागबत्ती दिने र मृतकको छोराले उक्त बत्ती निभाउने तर नाति नभएमा परिवारको ज्येष्ठ सदस्यले वैदिक मन्त्रोच्चारणका साथ लाशको मुखमा दागबत्ती राख्ने अथवा मुखपट्टिबाट चितामा आगो सल्काउने चलन छ। यस्तो चलन जाति र स्थानअनुसार भिन्न रहेको पनि पाइन्छ। चितामा श्रीखण्ड चन्दन जस्तो सुगन्धित काठ राख्नु आवश्यक मानिन्छ। दाहसंस्कारपछि मलामी जाने सबैले खोला वा गङ्गामा नुहाएर मात्र घर फर्किने चलन रहेको छ। हिन्दु संस्कारमा मृतकको उद्धारका लागि १३ दिनसम्म क्रिया बसिन्छ। काजक्रिया गर्ने चालचलनलाई पनि हिजोआज केही संशोधन गरिएको छ। कतै कतै जनजाति र दलित समुदायमा ५ र ७ दिन मात्र क्रिया गर्ने चलन पनि रहेको छ।

मृतकका छोरा, बुहारी र छोरी किरिया बसी मृतकको आत्माको चिर शान्तिका लागि धुप, दियो बालेर दिनमा एक पटक मात्र अलिनो खाना खान्छन् । तिथि र बारसमेत हेरेर तेह्रौँ दिन क्रियाबाट उम्कने चलन रहेको छ। जनजाति समुदायका लामा वा झाँक्रीलाई धुरी वा कैलाशमा लगेर गाड्ने चलन रहेको छ।

बौद्ध धर्मावलम्बी, इसाई र इस्लाम धर्मका समुदायमा दाहसंस्कारको फरक परम्परा रहेको छ। इस्लामहरू लासलाई तीन पटक नुहाइदिन्छन् र लुगाले बेर्छन् । इस्लाम समुदायमा लासलाई गाड्ने चलन छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) मानिसमा विशुद्ध मन र पवित्र भावनाको .... गर्नुपर्छ।

(ख) हिन्दु धर्मको प्राचीनता एवम् विशालताका कारण नै यसलाई .... धर्म भनिएको हो ।

(ग) गर्भाधान संस्कारपछि पुंसवन संस्कार र .... संस्कार गरिन्छ।

(घ) शिशुलाई पहिलो पटक अन्न खुवाउने संस्कारलाई ....भनिन्छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) मानिसको जीवनमा संस्कार किन आवश्यक छन् ?

(ख) विवाह संस्कार भनेको के हो ?

(ग) अन्त्येष्टि संस्कार कति वेला गरिन्छ ?

(घ) मानिसको पहिलो संस्कार कुन हो ?

उत्तर लेखौँ :

(क) संस्कार भनेको के हो ?

(ख) संस्कारले के काम गर्छ ?

(ग) हिन्दु धर्ममा कति संस्कार प्रचलित छन् ?

(घ) मानिसको अन्तिम संस्कार कुन हो ?

(ङ) हामीलाई किन संस्कार आवश्यक हुन्छन् ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँलाई आफ्नो घरमा गरिने कुन कुन संस्कारको नाम थाहा छ ? तपाईँले जानेका संस्कार कसरी सम्पन्न हुन्छन् ? एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

कक्षाका सबै साथीले मनाउने संस्कारका नाम टिपोट गर्नुहोस् । तपाईँले नाम टिपेका संस्कार कसरी सम्पन्न गरिन्छन् ? ती संस्कारको विधि पनि उल्लेख गर्नुहोस् ।

पाठ ५ हाम्रा लोकसंस्कृति

जैमिनी सङ्कीर्तन समूहबाट लोक भजन प्रस्तुत हुँदै

लोकसाहित्य लोकजीवनमा प्रचलित रहेको हुन्छ। यो अघिल्लो पुस्ताबाट पछिल्लो पुस्तामा हस्तन्तरण हुँदै जाने साहित्य हो। लोकसाहित्यमा लोकजीवनका सुखःदुख, हाँसोआँसु, हर्षविस्मात् आदि अभिव्यक्त भएका हुन्छन्। लोकसाहित्यले लोकजीवनका सत्यको उद्घाटन गरेको हुन्छ। लोकसाहित्य लोकजीवनको स्वाभाविक अभिव्यक्ति हो। लोकबाट जन्मिएको लोकसाहित्यमा लोकको भावनामा फुटेको हुन्छ। हाम्रो समाजमा रहेका चालचलन पनि लोकसाहित्यमा आएका हुन्छन्। लोकसाहित्य युगौँदेखि चल्दै र विस्तारित हुँदै आएको हुन्छ।

लिखित साहित्यको विकास पनि लोकसाहित्यबाट नै हुन्छ। लोकसाहित्यबाट आफ्नो देश, भाषा र राष्ट्रियतासँग सम्बन्धित विचार व्यक्त गरिएको हुन्छ। मानिस चेतनशील प्राणी भएकाले उसका सुखःदुख, हर्षविस्मात् जस्ता भावको प्रस्तुति लोकसाहित्यबाट नै हुन्छ। लोकसाहित्य भन्नेसुन्ने परम्पराबाट विकसित भएको हुन्छ। लोकसाहित्य सुन्ने र सुनाउने क्रमसँगै एक पुस्ताबाट अर्को पुस्तामा हस्तान्तरण हुँदै आउँछ। लोकसाहित्यभित्र सिङ्गो लोकजीवन झल्कन्छ।

लोकसाहित्य लोकजीवनको सहज तथा सरल अभिव्यक्ति हो। लोकसाहित्य मौखिक रूपमा व्यक्त हुन्छ। यो लिखित साहित्यका तुलनामा सरल र सरस हुन्छ। लोकसाहित्य काँटछाँट गरिएको हुँदैन। लोकसाहित्य सबै मानिसले बुझ्न सक्ने सरल प्रकारको हुन्छ। मानिसको जीवनका सत्य लोकसाहित्यका माध्यमबाट प्रस्तुत भएको हुन्छ। आजको लिखित साहित्यले यही लोकसाहित्यबाट प्रशस्त प्रेरणा पाएको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पनि विभिन्न प्रकारका लोकसंस्कृति प्रचलित छन्। यहाँ लोकगीत गाउने निकै पुरानो प्रचलन रहेको छ। मेलापात जाँदा होस् वा गाईबाख्रा चराउन जाँदा नै किन नहोस् लोकगीतले स्थान पाएकै हुन्छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा लोकनाटकको पनि प्रचलन रहेको छ। लोकनाटकमा लोकजीवनका विभिन्न विषयलाई अभिनयका माध्यमबाट अभिव्यक्त गरिएको हुन्छ। हामीले जीवनमा भोगेका विषयलाई अभिनयका माध्यमबाट सबै दर्शकमाझ पुऱ्याउनु लोकनाटकका विशेषता हुन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा गीतका माध्यमबाट कथा भन्ने निकै पुरानो प्रचलन रहेको छ। यही गीतबाट व्यक्त हुने कथा नै लोकगाथा हो। भनाइलाई जोडदार बनाउनका लागि उखानटुक्का प्रयोग गरिन्छ। यसले भनाइमा मिठोपन ल्याउँछ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न उखान उखानटुक्का प्रचलनमा रहेका छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा प्रचलित मुख्य लोकसाहित्यका प्रकारलाई तलका उदाहरणबाट स्पष्ट पार्न सकिन्छ :

लोक गीत

हे...मेरो पिर कहाँ पोखूँ कुनसित, पोख्छु आज सनाइँको धुनसित
सलल बग्यो गण्डकी आजसँगै भोलि त कहाँ हो कहाँ यस्तै छ हाम्रो जिन्दगी।
हे.......जन्म हेरे कमाउन मन लाग्छ मृत्यु हेरे रमाउन मन लाग्छ
सलल बग्यो गण्डकी आजसँगै भोलि त कहाँ हो कहाँ यस्तै छ हाम्रो जिन्दगी।

सालैजो

केटा : हे.. उँधोलाई जाने त्यो कालीगङ्गा सालैजो छेवौ हान्यो हलिकाले

केटी : ले...छेवौ हान्यो हलिकाले छेवौ हान्यो हलिकाले

केटा : हे ....रातैलाई गयो सईँ र सपनीले सालैजो दिनै गयो झलिकाले

केटी : दिनै गयो झलिकाले दिनै गयो झलिकाले

केटाकेटी दुवैले : अइँहो ....

लोकझ्याउँरे : छेवौ हान्यो हैमाया हलिकाले
दिन बित्यो झलिकाले

केटा : हे.. आकाशैभरि नौलाखे तारा सालैजो एकुतारा जुनसित

केटी : ले... एकुतारा जुनसित, एकुतारा जुनसित

केटा : हे ....हाँसो र खेल्यो लौ सबैसित सालैजो जुग जाने कुनसित

केटी : जुग जाने कुनसित जुग जाने कुनसित
सबै अइँहो ....

लोकझ्याउँरे : एकुतारा हैमाया जुनसित
जुग जाने कुनसित

मेलमिलाप समूहबाट माघेसङ्क्रान्ति मेलामा झ्याउरे प्रस्तुत गर्दै

बिना सालेजो गीत

केटा : हे .....काँधैमा त्रिशूल कहाँ गई बिर्सुँला
माथिलाई बाट भोटेलामा आयो आहा काँधैमा त्रिशूल

केटी : काँधैमा त्रिशूल काँधैमा त्रिशूल हो हो....
हा हो हो.......आयो लौ भोटेलामा आयो काँधैमा त्रिशूल

केटी : काँधैमा त्रिशूल काँधैमा त्रिशूल हो हो.....

केटा : मायालु ज्यानले गाएको गीत हाआ कहाँ गइर बिरसुँला
कहाँ गइर बिरसुँला कहाँ गइर बिरसुँला

केटा : हा हो हो....... ज्यानले गाएको गीत हाआ कहाँ गइर बिरसुँला

केटाकेटी दुवैले : अइँहो ....

चुड्का भ्याउँरे : केटीहरुले : काँधैमा त्रिशूल मायालु कहाँ गइँर बिरसुँला

यानीमाया गीत

केटा : हा.....हा......ए....यानीमाया हो माथि लेक कैलाशमा यानीमाया हो जोगी बस्यो ध्यान हो यानीमाया

केटी : हा.....हा......ए....यानीमाया हो माथि लेक कैलाशमा यानीमाया हो जोगी बस्यो ध्यान हो यानीमाया

केटा : हा.....हा......ए....यानीमाया हो कस्ले देला अर्तीबुद्धि यानीमाया हो कस्ले देला ज्ञान हो यानीमाया

यानीमाया जस्तै नानीलै भनेर पनि गीत गाउने चलन छ।

सोरठी गीत

जैसिँगे राजा र सोरठी रानीको प्रेमसँग सम्बन्धित यो गीत भिन्न भिन्न तरिकाले गाउने प्रचलन छ। जस्तै : हा हा ...सुन्तालको डालीबसी हो न्याउले चरी गुरजियो २ भनै गुरज्यो न्याउले चरी मनै मेरो धरकियो मनै मेरो धरकियो।

सोरठी नाच प्रस्तुत गर्दै

हा हा ..शिरमा लाउने शिरफूल हो यसैमा राजाले बेची खायो२ यसैमा राजाको आशा मलाई छैन, चली जान्छु माइतीको देश २।

लोक भजन

लोक भजन रामायण, श्रीकृष्ण चरित्र र सामाजिक विषयवस्तुमा आधारित भएर गाउने प्रचलन छ। यसलाई तलको उदाहरणबाट स्पष्ट पार्न सकिन्छ :

जस्तै : सुन महाँ राजै रामलीला अमृत २

दु:ख भयो राम२ जन्मने र मर्ने काम दुख भयो राम

भूभार हर्नलाई भूभार हर्नलाई औतार लिएँ रामले

बोलाउ बोलाउ रामलाई २ नमारी भइन कंशलाई ।

लोक भजनको पोसाक र झाँकी

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) लोकसाहित्य लोकजीवनको ....अभिव्यक्ति हो ।

(ख) लिखित साहित्यको विकास पनि ....बाट नै हुन्छ ।

(ग) लोकसाहित्यभित्र सिङ्गो .... झल्कन्छ ।

(घ) मेलापात जाँदा होस् वा .... चराउन जाँदा नै किन नहोस् लोकगीतले स्थान पाएकै हुन्छ ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) लोकसाहित्य भनेको के हो ?

(ख) लोकसाहित्यमा के के अभिव्यक्त हुन्छन् ?

(ग) लोकसाहित्यको विकास कसरी भएको हुन्छ ?

(घ) लोकसाहित्य लिखित साहित्यका तुलनामा कस्तो हुन्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) लोकसाहित्यको विकास कसरी भएको हुन्छ ?

(ख) लोकसाहित्यमा कस्ता कस्ता विषय आएका हुन्छन् ?

(ग) लोकगीत कति वेला गाइन्छ ?

(घ) उखानटुक्काले भाषालाई कस्तो बनाउँछ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँले आफ्नै गाउँघरमा सुनेको कुनै एउटा गीत सोच्नुहोस् । त्यसलाई कापीमा टिपोट गर्नुहोस् अनि लय मिलाएर कक्षामा गाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

(क) कक्षाका सबै साथीको समूह बनाउनुहोस् । प्रत्येक समूहले उखानटुक्का टिपोट गर्नुहोस् । समूहगत रूपमा नै उखानटुक्का प्रयोग गरेर एक एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

(ख) पाठको उदाहरणमा दिइए जस्तै तपाईँ पनि आआफ्नो क्षेत्रमा प्रचलित लोकगीतको खोजी गर्नुहोस् । त्यस गीतको भाका मिलाएर कक्षामा पालैपालो सुनाउनुहोस् ।

पाठ ६

हाम्रा खनिज सम्पदा

पृथ्वीको भित्री सतहमा पाइने वस्तु नै खनिज हुन्। कुनै खानीबाट निकालिएका वस्तुलाई खनिज भनिन्छ। खानी पृथ्वीको भित्री भागमा रहेका वस्तु हुन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका विभिन्न ठाउँमा खनिज पदार्थ छन्। तिनका बारेमा अध्ययन र अनुसन्धान प्रारम्भ हुन थालेको छ। हालसम्म भएका प्रारम्भिक अनुसन्धानका आधारमा हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा धेरै नै खानी छन् भन्ने सूचना पाइएको छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको वडा न. ३ मा तामा खानीको अध्ययन अनुसन्धानपश्चात् उत्खनन कार्य पनि प्रारम्भ भएको छ। वडा २, ३, ८ र १० मा तामा खानीको सम्भावना देखाइएको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका वडा न. २, ३, ६, ७, ८, ९ र १० मा सिलेट ढुङ्गाको खानी रहेको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका वडा न. २, ३, ८ र १० मा सिसा खानीको सम्भावना रहेको छ। कुनै खानीका विषयमा सामान्य अध्ययन भएका छन्। यिनका विषयमा गहिरो अध्ययन हुनु आवश्यक छ।

जैमिनी ३ को तामाखानी

प्रारम्भिक अध्ययनले हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा सिलेट खानी, सिसा खानी, तामा खानीको उच्च सम्भावना देखाएको छ। खानीका विषयमा अध्ययनपश्चात् उत्खननको कार्य अगाडि बढिरहेको छ। जैमिनी नगरपालिकामा रोडा, ढुङ्गा, बालुवा, चुन ढुङ्गा आदि रहेका छन् । हाम्रो नगरपालिकामा बग्ने कालीगण्डकी नदीको किनारमा बालुवा छानेर सुन खोज्ने निकै पुरानो प्रचलन हो। यसका आधारमा पनि कालीगण्डकी नदीको किनारमा सुन खानीको उच्च सम्भावनाको अनुमान गर्न सकिन्छ।

हाम्रै जैमिनी नगरपालिकाका केही ठाउँमा खानीजन्य पदार्थलाई करका रूपमा प्रयोग गरिन्थ्यो भन्ने जनश्रुति पनि पाइन्छ। यसका आधारमा हेर्दा पनि जैमिनी नगरपालिका खानी र खानीजन्य पदार्थको उच्च सम्भावना बोकेको स्थल हो भन्ने कुरा पुष्टि हुन आउँछ। हाम्रो नगरपालिकामा रहेका यी खानीलाई वातावरणीय सन्तुलनमा कुनै असर नपर्ने किसिमबाट उपयोगमा ल्याउनुपर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको भौगोलिक संरचनाका कारण पनि प्रशस्त खानीका सम्भावना रहेका छन्। यहाँका पहाडमा अत्यधिक मात्रामा ढुङ्गा छन्। हामी यी ढुङ्गाबाट गिटी पनि

जैमिनी ३ को तामाखानी

बनाउन सक्छौँ। यहाँ भौतिक निर्माणमा काम लाग्ने वस्तु पाइने धेरै सम्भावना भए पनि उत्खनन गर्ने किसिमबाट अनुसन्धानका काम भने अझै हुन सकेका छैनन्। आज पनि हामीकहाँ यस्ता खानीको अध्ययन गर्ने दक्ष र सिपयुक्त जनशक्तिको अभाव छ। हाम्रो सभ्यता र पहिचान बनेको कालीगण्डकी नदीका कारण पनि यहाँ गिटी तथा बालुवाको खानी रहेको छ भन्न सकिन्छ। गिटी तथा बालुवाको प्रयोग घर बनाउँदा, बाटो पिच गर्दा वा कुनै ठुला योजना सम्पन्न गर्नका लागि गरिन्छ। यस्ता खानीको जथाभावी प्रयोग गर्नुभनेको वातावरणीय दृष्टिले जोखिम काम हो।

हामीले यस्ता खानीको संरक्षणमा ध्यान पुऱ्याउन सकेनौँ भने प्रकृतिको विनाश भोग्नुपर्छ। यसैका कारणबाट भूक्षय, पहिरो जस्ता विपत्ति भोग्नका लागि तयार हुनुपर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा रहेका खानीजन्य वस्तुको चोरी निकासी बन्द गर्नुपर्छ। खानी उपयोग र उत्खननसँग सम्बन्धित कार्य विधि बनाउनुपर्छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा रहेको तामा खानीको प्रारम्भिक उत्खनन कार्य अगाडि बढेको छ। यसको विस्तृत सम्भावनाको अध्ययन आवश्यक छ। यस्तै हाम्रो नगरपालिकाका कुन कुन ठाउँमा खानी छन् र कुन कुन ठाउँमा खानीको सम्भावना छ भन्ने कुरा अध्ययन गर्न आवश्यक छ। जैमिनी नगरपालिकामा रहेका खानी र खानीजन्य पदार्थको पहिचान गरेपछि त्यसको प्रयोग र संरक्षणका विषयमा स्पष्ट नीति बनाउनुपर्छ। यसका लागि खानी सञ्चालन र नियमन नगरपालिकाले नै गर्नुपर्ने देखिन्छ। यस्ता खानी आजका मानिसका लागि मात्र होइनन्। भोलिका पुस्ताका पनि हुन्।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाभित्र रहेका नदी तथा खोलाबाट नदीजन्य खनिज पदार्थ बालुवा, ग्राभेल, ढुङ्गा निकाल्न सकिन्छ। जथाभावी ढुङ्गा, गिटी, बालुवा निकाल्दा यसले मानवीय जीवनलाई नै प्रभाव पर्न सक्छ भन्ने कुरा हेक्का राख्नुपर्छ। मानिसको जीवनका लागि खानी आवश्यक छन् तर खानी उपयोगसम्बन्धी कार्यविधि र नियमन कार्यलाई प्रभावकारी बनाउनु आजको आवश्यकता हो। नगरपालिकाले उपयुक्त किसिमबाट खानी सञ्चालन गर्न सके आर्थिक अवस्था सुधार गर्ने दीर्घकालीन स्रोत बन्न सक्छ। खानीको अध्ययन अनुसन्धानबाट हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाले मात्र नभई समग्र राष्ट्रले नै फाइदा उठाउन सक्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका विभिन्न ठाउँमा ....पदार्थ छन्।

(ख) हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका वडा न. २, ६, ९ र १० मा .... ढुङ्गाको खानी रहेको छ।

(ग) जैमिनी नगरपालिकामा रोडा, ढुङ्गा, ..., चुन ढुङ्गा आदि रहेका छन्।

(घ) आज पनि हामीकहाँ यस्ता खानीको अध्ययन गर्ने ....को अभाव छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) खनिज भनेका के हुन् ?

(ख) जैमिनीमा कुन कुन कुरा प्रशस्त रहेका छन् ?

(ग) जैमिनी नगरपालिकामा के केका खानी छन् ?

(घ) खानीको संरक्षणमा ध्यान नपुऱ्याए के भोग्नुपर्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) मानिसले खानीबाट के के पाउन सक्छन् ?

(ख) हामी खानीको उपयोग कसरी गर्न सक्छौँ ?

(ग) हामीले खानीबाट कसरी फाइदा उठाउन सक्छौँ ?

(घ) खानीका बारेमा थप जानकारी पाउनका लागि के के गर्नुपर्ला ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँलाई जैमिनी नगरपालिकामा रहेका कुन कुन खानीका बारेमा थाहा छ ? हामीले जैमिनी नगरपालिकालाई कुन खानीको केन्द्र बनाउन सक्छौँ होला ? कारणसहित कापीमा लेखेर शिक्षक(लाई देखाउनुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

आफ्ना अभिभावकको सहयोग लिएर तपाईँको नगरपालिकामा रहेका मुख्य खानीको सूची बनाउनुहोस् र तपाईँले बनाएको सूची कक्षामा पढेर सुनाउनुहोस्।

पाठ ७ हाम्रा जैविक विविधता

जीवित प्राणी तथा वनस्पतिमा पाइने भिन्नतालाई नै जैविक विविधता भनिन्छ। प्राणी तथा वनस्पति दुवै जीव हुन् र यी दुवैमा पाइने फरकपनलाई जैविक विविधता भनिन्छ। मानिस, वनस्पति, पशुपक्षी, सूक्ष्मजीव आदिमा पाइने भिन्नतालाई हामी जैविक विविधताका रूपमा चिन्छौँ। पृथ्वी, जल, स्थल तथा आकाशमा जीवनयापन गर्ने जीवजन्तु, वनस्पति तथा मानवका बिचमा पाइने अन्तरसम्बन्धले जैविक विविधतालाई बुझाउँछ।

गाजाको दहको वन

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा जीवजन्तुमा विविधता पाइन्छ। यहाँका जीवजन्तु तथा वनस्पतिमा भिन्नता रहेको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा गाई, भैँसी, बाख्रा, बङ्गुर, सुँगुर, कुकुर, खरायो, भेँडा आदि घरपालुवा जनावर पाइन्छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका प्रायः धेरै घरमा गाईभैँसी पालिएका छन्। यहाँ बाघ, भालु, चितुवा, घोरल, चित्तल, वनमान्छे र रतुवा मृग जस्ता जङ्गली जनावर पाइन्छन्। घरपालुवा पक्षीमा कुखुरा, परेवा, हाँस, बट्टाई, टर्की आदि पाइन्छन्। हाम्रो नगरपालिकामा मौरी पालन र मत्स्य पालनसमेत गरिएको छ। यहाँ अत्यन्तै दुर्लभ मानिएका पक्षीमा चरीबाघ, काँडे भ्याकुर, कालिज, लामपुच्छ्रे चरा, मालुवा, तित्रा आदि पाइन्छन्।

कुखुरा पालन

भैँसी पालन

बङ्गुर पालन

बाख्रा पालन

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा वनस्पतिको विविधता पाइन्छ। जैमिनीमा सल्लो, चिलाउने, कटुस, सिमल आदि रुख पाइन्छन्। यहाँ हर्रो, बर्रो, अमला, तुलसी, गुजर गानो, टिमुर, बोझो, सिल्टिमुर, पिपल, घोडटाप्रे, अबिजाले, पुदिना, गुर्जो, दुबो, मुलापाते आदि जडीबुटी पाइन्छन्। त्यस्तै थकाइलो, असुरो, भकिम्लो, भलाहा, मलाहा, ऐँसेलु, चुत्रो, मान्त्रे, घँयरी, गुयली, काफल, पाखनबेत, पाँचऔँले, कालीकुट विष, सतुवा, पहैँले, विषमारी, भुतकेस, जटामसी आदि मूल्यवान् जडीबुटी पनि पाइन्छन्।

हर्रो

बर्रो

बोझो

अमला

तुलसी

असुरो

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा अन्नबाली, फलफूल, तरकारी तथा मसलाका रूपमा धान, मकै, गहुँ, तोरी, मास, भटमास, कोदो, फर्सी, मुला, साग, घिरौँला, आलु, प्याज, लसुन, काउली, गोलभेँडा, सिमी, बन्दा, सुन्तला, केरा, कागती, लप्सी, निबुवा, पलम/खुरपानी, अम्बा, नासपती आदि पाइन्छन् ।

हाम्रा जैविक विविधता सम्पत्ति हुन् । यिनको संरक्षण गर्नु हाम्रो जिम्मेवारी पनि हो । वातावरणीय सन्तुलनका लागि पनि जैविक विविधताको संरक्षण आवश्यक छ । पृथ्वी हामी सबैको साझा घर हो । यहाँ रहेका सबै जीवको समान अधिकार छ । यहाँका प्रत्येक कुरा एकअर्कासँग जोडिएका छन् । एउटाको सन्तुलन बिग्रिनेबित्तिकै अर्कालाई पनि असर परेको हुन्छ । जैविक विविधताको संरक्षण र संवर्धन गर्नु हामी सबैको साझा दायित्व हो ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) प्राणी तथा .... दुवै जीव हुन् ।

(ख) हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका प्राय: धेरै घरमा .... पालिएका छन् ।

(ग) घरपालुवा पक्षीमा कुखुरा, परेवा, हाँस, बट्टाई, ...आदि पाइन्छन् ।

(घ) जैमिनीमा सल्लो, चिलाउने, कटुस, ... आदि रुख पाइन्छन् ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकामा केकस्ता जैविक विविधता रहेका छन् ?

(ख) जैविक विविधतामा कुन कुन कुरा पर्छन् ?

(ग) जैमिनी नगरपालिकामा पाइने मुख्य जीवजन्तु के के हुन् ?

(घ) जैविक विविधता किन आवश्यक छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकामा केकस्ता रुखबिरुवा पाइन्छन् ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकामा पाइने पाठमा आएकाबाहेक कुनै तीन जनावरका विशेषता लेख्नुहोस्।

(ग) हामी जैविक विविधतामा धनी छौँ भन्ने कुरा पाठका आधारमा पुष्टि गर्नुहोस्।

(घ) मानिसको जीवनका लागि पनि जैविक विविधता आवश्यक छ भन्ने कुरा तर्कका आधारमा पुष्टि गर्नुहोस्।

पत्र लेखौँ :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा रहेका जडीबुटीलाई सदुपयोग गर्न सके प्रशस्त आम्दानी गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा उल्लेख गर्दै पोखरा बस्ने साथीलाई चिठी लेख्नुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

जैमिनी नगरपालिकामा पाइने जति सबै जैविक विविधतालाई समेट्ने तालिका बनाएर कक्षामा देखाउनुहोस्।

एकाइ तीन

जैमिनीको जीवनशैली र उद्यमशीलता

बाँस र निगालाबाट बनेका सामानहरू

किसानहरू दाइँ गर्दै

जाँतो

ढिकी

पाठ ८

सकारात्मक चिन्तन

सकारात्मक चिन्तन भनेको जीवनजगत्लाई सकारात्मक किसिमबाट हेर्ने बानीको विकास हो। अरूको सम्मान र प्रशंसा गर्ने बानीको विकास, आफू पनि खुसी र अरूलाई पनि खुसी पार्ने तरिकासहितको जीवन जिउनु एउटा कला हो। सकारात्मक सोच राख्ने व्यक्तिले सफलताको शिखर चुम्छ। सकारात्मक सोच नराख्ने व्यक्ति भाग्यलाई दोष दिन्छ। नकारात्मक सोच भएका व्यक्तिभन्दा सकारात्मक सोच भएका व्यक्ति कयौँ गुणा छिटो आफ्नो लक्षित गन्तव्यमा पुग्छन्।

हरेक कुरालाई सकारात्क दृष्टिले हेर्नु नै सकारात्मक सोच हो। सकारात्मक सोचले हरेक व्यक्तिमा क्षमता र ऊर्जा सिर्जना गर्छ। सफलताको मूल सूत्र नै सकारात्मक सोच हो। त्यसैले सफलताका लागि सकारात्मक कुरा खोज्नु आवश्यक छ। हरेक व्यक्तिको सफलतामा उसको मन र मस्तिष्कमा सकारात्मक सोच हुनुपर्छ। सकारात्मक सोच कसैबाट मागेर लिनुपर्दैन। यसलाई किन्नुपर्दैन। हामी जति सकारात्मक सोच्दै जान्छौँ त्यति नै सकारात्मक बन्छौँ। सकारात्मक सोचको मुहान हामी आफैँ हौँ।

हामी खुसीसाथ, प्रेमपूर्वक, उमङ्गमय ढङ्गले बाँच्नुपर्छ। जीवन कसरी जिउने भन्ने कुरा हामी आफैँबाट सिक्न सक्छौँ। अरूबाट प्रेरणा लिन सक्छौँ। हामी कसरी खुसी हुने ?, कसरी सुखी हुने ?, कठिन क्षणमा कसरी आफूलाई सम्हाल्ने ?, कसरी स्वस्थ हुने ? भन्ने बारेमा ध्यान दिनुपर्छ। वास्तवमा जीवनलाई सुन्दर बनाउनका लागि अरू केही गर्नुपर्दैन, मनको विकार त्याग गरे पुग्छ। हाम्रो मनभित्र रहेका विकारले हामीलाई हाँस्न दिँदैनन्, खुसी हुन दिँदैनन्। त्यस्ता विकार भनेका दम्भ, प्रतिशोध, ईर्ष्या, मोह, वासना, लोभ, आलस्य आदि हुन्। यी कुरा नै हाम्रो प्रगतिका बाधक हुन्। हामीभित्र असल गुण पनि छन्। हामीभित्र खुसी, करुणा, जाँगर, प्रेम, सद्भाव, संवेदना छन्। यस्ता कुराले जीवनलाई रसिलो बनाउँछन्। हामी खुसी खोज्न अनेक बाहना गर्छौँ। सुख बाहिर

होइन, हामीभित्रै छ। हामी आफैँ सुखका स्रोत हौँ। जब मनबाट लोभ, ईर्ष्या, दम्भ जस्ता बाधक तत्त्व हट्छन्, त्यसपछि सुख प्राप्त हुन्छ।

हामी समस्याका कारण दुःखी हुन्छौँ। हामीलाई थाहा छ, तिनै समस्याले अवसर पनि लिएर आएका हुन्छन्। हरेक समस्याभित्र समधान मात्र हुँदैन, अवसर पनि हुन्छ। त्यसैले जुन कुरालाई हामी समस्या देख्छौँ, असल मान्छेले त्यही समस्याभित्र अवसर खोज्छन्। श्रम नै हरेक समस्याको समाधान हो। जब हामी सार्थक श्रम गर्छौँ, त्यसले कुनै पनि समस्यालाई नजिक पर्न दिँदैन। त्यसैले श्रमबाट हामी कहिले पनि विमुख हुनुहुँदैन।

जीवन अनमोल धन हो। जीवनभन्दा ठुलो अर्को धन छैन। जीवनलाई सुखमय, सन्तुष्ट, स्वस्थ, सन्तुलित राख्नका लागि हामी आफैँले प्रयास गर्नुपर्छ। यसका लागि जीवनको महत्त्व र मूल्यलाई बुझ्नुपर्छ। हामी दिनमा खुसी धेरै हुन्छौँ कि दुःखी ? अर्थात् हाम्रो धेरैजसो समय दुःखी भएर बित्छ कि, सुखी भएर ? यसको निर्धारण हाम्रो शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक अवस्था, परिस्थिति, वातावरण आदिले गर्छन्।

हामी खुसी हुन चाहन्छौँ भने मनभित्रको विकार त्याग्नुपर्छ। नकारात्मक धारणा त्याग्नुपर्छ। रिस, राग, ईर्ष्या, लोभ त्याग्नुपर्छ। जीवनमा कहिले दुःख कहिले सुख हुन्छ। हामीसँग सुख र दुःख सधैँ रहँदैनन्। खुसी भन्ने कुरा भौतिक कुराबाट प्राप्त हुने होइन। जब मानसिक विकार हटाएर सकारात्मक सोच तथा धारणाको विकास हुन्छ अनि खुसी आफैँ प्राप्त हुन्छ। सुखी जीवनका

लागि आफ्नो जीवनशैली पनि परिवर्तन गर्नुपर्छ। स्वस्थ र सन्तुलित जीवनशैलीले हामीलाई सुखी अवस्थामा पुऱ्याउँछ। स्वस्थ जीवन र स्वस्थ मन नै खुसीको आधार हो। मनलाई शान्त र खुसी राख्न तथा सकारात्मक चिन्तनको विकास गर्न योग, व्यायाम, प्राणायाम जस्ता कार्य गर्नुपर्छ। आफूले हासिल गरेको सफलतालाई स्मरण गर्नुपर्छ। पर्व, उत्सव, पारिवारिक जमघटलाई रमाइलो बनाउनुपर्छ। गीतसङ्गीत सुन्ने तथा रमाइला र ज्ञानवर्धक पुस्तक पढ्नुपर्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) सकारात्मक सोच राख्ने व्यक्तिले सफलताको .... चुम्छ।

(ख) हरेक कुरालाई सकारात्क दृष्टिले हेर्नु नै .... सोच हो।

(ग) सकारात्मक ....ले हरेक व्यक्तिमा क्षमता र ऊर्जा सिर्जना गर्छ।

(घ) सकारात्मक सोचको .... हामी आफैँ हौँ।

(ङ) जीवन कसरी जिउने भन्ने कुरा हामी ....बाट सिक्न सक्छौँ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) हाम्रो प्रगतिका बाधक के के हुन् ?

(ख) हामीभित्र के के छन् ?

(ग) खुसी कहाँ छ ?

(घ) हामी किन दुःखी हुन्छौँ ?

(ङ) हामी खुसी हुन के गर्नुपर्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) हामी कसरी सुखी बन्न सक्छौँ ?

(ख) हामी दु:खी हुनुका कारण के के हुन् ?

(ग) तपाईँ कसरी खुसी हुन सक्नुहुन्छ ?

(घ) अर्कालाई आदर गर्ने बानीले हामीलाई कस्तो बनाउँछ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँलाई हामी सकारात्मक बन्नका लागि केकस्ता काम गर्नुपर्छ भन्ने लाग्छ ? सकारात्मक बन्नका लागि गर्नुपर्ने कामका बारेमा बुँदा बनाउनुहोस् । तपाईँले बनाएका बुँदाका आधारमा मिठो कविता लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

तपाईँले आफूलाई पूर्ण सकारात्मक बनाउने प्रयास गर्नुहोस् । यसका लागि एक दिन एक सकारात्मक काम भन्ने अभियान चलाउनुहोस् । तपाईँले गरेका सकारात्मक काम र मिति टिपोट गर्दै जानुहोस् । सात दिनसम्म तपाईँले सातओटा केकस्ता सकारात्मक काम सम्पन्न गर्नुभयो । यी सातओटा काम(मध्ये कुन काम गर्दा तपाईँ निकै सन्तुष्ट हुनुभयो र कुन काम गर्दा तपाईँको मन रमाएन भन्ने कुरा पनि हेक्का राख्नुहोस् । मन रमाउने सकारात्मक कामलाई सधैँ निरन्तरता दिनुहोस् । आफूले सात दिनसम्म गरेका सकारात्मक कामका बारेमा कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ ९ हाम्रो परम्परागत र आधुनिक कृषि पद्धति

हामी जैमिनी नगरपालिकाका धेरै मानिसको व्यवसाय कृषि हो। यहाँका धेरै मानिस खेतीकिसानीमा निर्भर छन्। हाम्रो नगरपालिकामा धान, मकै, गहुँ, कोदो, फापर जस्ता अन्नबाली फल्छन्। तिनै अन्नबाली उब्जाएर कृषकको जीवन चलेको छ। यहाँ खेतीकिसानी गर्ने परम्परागत पद्धति छ। हाम्रा पितापुर्खाले जेजसरी खेती गर्नुभएको थियो, आज हामी पनि त्यही ढाँचामा नै खेतीकिसानी गरिरहेका छौँ। कृषि पेसाबाट उच्च प्रतिफल प्राप्त गर्नका लागि खेती गर्ने तरिका पनि परिवर्तन गर्नुपर्ने देखिन्छ। हामी निर्वाहमुखी खेतीकिसानीमा रमाएका छौँ। कृषिलाई व्यवसायसँग नजोडेसम्म हामीले उत्पादन बढाउन सक्दैनौँ। उत्पादन नबढेसम्म आयआर्जनका बाटा पनि खुल्दैनन्।

जैमिनी फलफूल खेती

खेत जोत्दै किसान

जाँतो

ढिकी

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा कृषि व्यवसाय प्रवर्धनका लागि क्रान्ति ल्याउनु आवश्यक छ। आधुनिक कृषि प्रणालीको प्रयोग गरेर उत्पादन बढाउनु नै कृषि क्रान्ति हो। कृषि क्रान्तिबाट कृषिजन्य वस्तुको उत्पादन तथा उत्पादकत्वमा वृद्धि हुन्छ। यसले कृषिलाई व्यावसायीकरण र आधुनिकीकरण गराउँछ। यसबाट रोजगारीमा उल्लेख्य वृद्धि हुन्छ। यसैबाट आय आर्जन पनि वृद्धि हुन्छ। यिनै कृषि उत्पादनमा आधारित उद्योग सञ्चालन हुन्छन्। खाद्यसुरक्षाको प्रबन्ध हुन्छ। स्वदेशमा नै रोजगारीको प्रबन्ध मिल्छ। हामी आफ्नो नगरपालिकालाई कृषिमा आत्मनिर्भर बनाउन सक्छौँ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा भएका कृषिजन्य उत्पादनलाई देशैभर विस्तार गर्न सक्छौँ। हामीसँग उत्पादन गर्ने प्रशस्त जमिन भएर पनि उत्पादन वृद्धि गर्न सकेका छैनौँ। अर्कातर्फ उत्पादित वस्तुको सुरक्षा पनि गर्न सकेका छैनौँ। त्यसैले परम्परित निर्वाहमुखी खेतीकिसानीको ढाँचा परिवर्तन गरेर आधुनिक कृषि प्रणाली अपनाउनुपर्ने देखिन्छ। यसका लागि सबैभन्दा पहिले कृषिक्षेत्रमा रहेका समस्याको पहिचान गर्नुपर्छ। समस्याका क्षेत्र समाधान गर्दै नयाँ किसिमबाट खेतीकिसानी गर्नु आजको आवशयकता हो।

कृषि क्षेत्रका समस्या

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा सयौँ वर्षदेखि परम्परागतरूपमा खेती हुँदै आएको छ। हाम्रा पुर्खाले अपनाएको परम्परागत खेती पद्धति आज पनि विद्यमान छ। अझै पनि मानिस गोरु तथा हलोको प्रयोग गरेर खेती गरिरहेका छन्। अझै पनि आधुनिक उपकरण तथा आधुनिक कृषि प्रविधिको उपयुक्त प्रयोग हुन सकेको छैन। परम्परागत कृषिले एकातर्फ लागत बढिरहेको भने अर्कातर्फ उत्पादन पनि बढ्न सकेको छैन। कृषि बालीको बिमाको व्यवस्था हुन सकिरहेको छैन। विपद् जस्तै असिना, पानी, रोग आदिको कारणले कृषि उत्पादनमा ह्रास आएको छ। किसान ढुक्कसँग कृषि पेसामा रमाउन सकेका छैनन्। कृषिमा लागेका मानिसले पनि उपयुक्त अवसर पाएका छैनन्। कृषि उत्पादनले पर्याप्त बजार पाउन सकिरहेका छैनन्। कृषकले उतपादन गरेका वस्तु

आफ्नो लागतभन्दा पनि कम मूल्यमा बिक्री गर्नुपर्ने अवस्था पनि छ। कृषि क्षेत्रमा देखिएका मुख्य समस्या निम्नानुसार छन् :

» कृषिकर्म गर्ने किसानसँग आवश्यक जमिन नहुनु
» कृषि नगर्ने व्यक्तिसँग धेरै जमिन हुनु,
» कृषि पेसालाई सबैको रोजाइ बनाउन नसक्नु,
» कृषिमा सिँचाइ सुविधाको कमी र परम्परागत प्रविधिको प्रयोग हुनु,
» भौतिक पूर्वाधार तथा बजार सुविधाको अभाव हुनु,
» उत्पादित वस्तुले बजारमा उचित मूल्य नपाउनु,
» परम्परागत कृषिबाट व्यावसायिक कृषि प्रणाली अपनाउन नसक्नु,
» किसानले समयमा नै बिउबिजन तथा मल पाउन नसक्नु,
» स्थानीय तहमा कृषि शाखा भए पनि किसानले राहत, सहयोग, अनुदान र कृषि तालिम पाउन नसक्नु,
» किसानलाई सरकारले पर्याप्त मात्रामा कृषि अनुदान उपलब्ध गराउन नसक्नु,
» बाँदर, दुम्सी, खरायो जस्ता वन्यजन्तुबाट बाली जोगाउनका लागि कृषकलाई समस्या हुनु,
» उत्पादित वस्तु सुरक्षित किसिमबाट राख्ने कुनै प्रबन्ध नहुनु।

जैमिनीबाट बिक्री गर्नका लागि तयारी अर्गानिक वस्तुहरू

कृषि क्षेत्रमा गर्नुपर्ने सुधार

कृषकलाई आवश्यक पर्ने प्राविधिक सहयोग, मेसिनरी औजार, कृषि बिमा सेवा तथा कृषकका लागि सहुलियत दरमा ऋण उपलब्ध गराउनुपर्छ। कृषि उपजको वैज्ञानिक ढङ्गले प्रशोधन गर्ने र कृषि उपजलाई मागका आधारमा बजारीकरणको व्यवस्था गर्नुपर्छ। कृषकलाई आवश्यक पर्ने खाद्य मल, बिउबिजनलगायतका अत्यावश्यक सामग्री समयमै उपलब्ध गराउनुपर्छ। नेपाल सरकारले प्रदेश सरकार र स्थानीय तहसँग समन्वय गरी आवश्यक पर्ने मेसिनरी औजार, खाद्य, मल, बिउबिजन तथा विज्ञहरूको समेत व्यवस्थापन र सहजीकरण गर्नुपर्छ। कृषकको लागतका आधारमा कृषि उपजको मूल्य निर्धारण गर्नुपर्छ।

कृषि पकेट क्षेत्रको पहिचान गरी कृषकलाई उत्पादनका परिमाणका आधारमा प्रोत्साहन भत्ताको व्यवस्था गर्नुपर्छ। कृषिबाट फाइदा लिनका लागि सूचना तथा प्रविधिको प्रयोग गर्नुपर्छ। उपयुक्त वातावरण कायम गर्न सक्ने संरचना निर्माण गर्नुपर्छ। उन्नत जात तथा उन्नत खेती प्रविधि अवलम्बन गर्नुपर्छ। कृषिमा लाग्ने रोग/किराको उपचार गर्नुपर्छ। बजारको मागअनुरूप उत्पादन तथा बजारीकरणमा ध्यान दिनुपर्छ।

हाम्रो नगरपालिकामा कम्तीमा एउटा भरपर्दो कृषि सङ्कलन केन्द्र निर्माण गर्नुपर्छ। उत्पादित वस्तु बिक्रीका लागि बजारमा पठाउने व्यवस्था हुनुपर्छ। बजारमा बिक्री हुन नसकेका बाँकी वस्तु कृषि उद्योगमा पठाएर प्रशोधन गर्ने व्यवस्था गर्नुपर्छ। अर्गानिक उत्पादनलाई प्रोत्साहित गर्न प्राङ्गारिक मलको प्रयोग गर्ने वातावरण बनाउनुपर्छ। जथाभावी रासायनिक मल तथा कीटनाशक विषादी प्रयोग गर्ने कार्यलाई रोक्नुपर्छ।

खेतीबालीमा जैविक विषादी प्रयोग गर्नुपर्छ। उपयुक्त उत्पादनका लागि माटो परीक्षण गर्नुपर्छ र माटामा कमी रहेको तत्त्व मिल्ने किसिमबाट उपचार गर्नुपर्छ। मानिसले धेरै श्रम गर्नेभन्दा आधुनिक उपकरण प्रयोग गरेर खेतीकिसानी गर्नुपर्छ। कुनै पनि ठाउँमा निरन्तर एउटै खेती मात्र गर्दा उत्पादनमा कमी आउँछ। त्यसैले खेती गर्नका लागि चक्रीय प्रणाली अपनाउनुपर्छ। किसानले उत्पादन गरेका वस्तु बिक्री गर्न बजारको व्यवस्थापन हुनुपर्छ। कृषकले सहज कृषि ऋण पाउने

प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ। जमिन बाँझो नराखीकन सम्भव भएसम्म वर्षमा दुईतीन बाली लगाउने नीति बनाउनुपर्छ। स्थानीय सरकारले आफ्ना किसान पहिचान गरी उनीहरूलाई प्रोत्साहन गर्ने कार्य गर्नुपर्छ। किसानको मनोबल नबढाएसम्म उत्पादन पनि बढ्दैन भन्ने बुझेर कृषक संरक्षण गर्ने नीति बनाउनुपर्छ। कृषि व्यवसायको प्रवर्धन र कृषकलाई जाँगरिलो बनाउन, कृषि कर्ममा करले होइन, रहरले लाग्न प्रोत्साहित गर्ने खालका योजना र कार्यक्रम ल्याउन स्थानीय सरकारले सक्रियता देखाउनुपर्छ।

कृषिका क्षेत्रमा मजदुरको अभाव पूरा गर्न कृषियन्त्र उपयोगमा ल्याउनुपर्छ। थ्रेसर, पावर टिलर, हाते ट्र्याक्टर, धान रोपाइँ मेसिनदेखि बाली भित्र्याउनसमेत कृषि उपकरणको प्रयोग गर्नुपर्छ। खेत जोत्ने, जमिन सम्याउने, आली लगाउने, बिउ राख्ने, बिउ छर्ने, रोप्ने, दाइँ हाल्ने, बाली निफन्ने जस्ता काममा आधुनिक कृषियन्त्र प्रयोग गर्नुपर्छ। आधुनिक कृषियन्त्रको प्रयोगले समय, लगानी र श्रमको बचत हुन्छ। सरकारले नै सबै कृषि उत्पादनको न्यूनतम बजार मूल्य तोकिदिनुपर्छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकालाई आत्मनिर्भर बनाउनका लागि आयात गर्ने पद्धतिलाई रोक लगाउनुपर्छ। हाम्रै नगरपालिकामा उत्पादन भएका वस्तु उपभोग गर्न सबैलाई निर्देशन दिनुपर्छ। हाम्रो नगरपालिकामा उत्पादन भएका वस्तु पहिले नगरवासीलाई पुऱ्याएर मात्र निर्यात गर्ने प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ। हाम्रो नगरपालिकाका प्रत्येक घरलाई कृषि उत्पादनका दृष्टिले आत्मनिर्भर बनाउनुपर्छ। एक घर एक उत्पादनलाई जोड दिएर उत्पादन बढाउने काम गर्न सकिन्छ।

आधुनिक तरिकाले सिँचाइ

आधुनिक टनेल खेती

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) कृषि पेसाबाट उच्च प्रतिफल प्राप्त गर्नका लागि खेती गर्ने तरिका पनि ....गर्नुपर्ने देखिन्छ ।

(ख) उत्पादन नबढेसम्म आय आर्जनका ....पनि खुल्दैनन् ।

(ग) हामी आफ्नो नगरपालिकालाई कृषिमा ....बनाउन सक्छौँ ।

(घ) कृषि बालीको ....को व्यवस्था हुन सकिरहेको छैन ।

(ङ) कृषिमा लागेका मानिसले पनि उपयुक्त .... पाएका छैनन् ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) कृषि व्यवसाय भनेको के हो ?

(ख) कृषिमा देखिएका मुख्य समस्या के के हुन् ?

(ग) आजको आवश्यकता के हो ?

(घ) कृषिमा सुधार ल्याउन के के गर्नुपर्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) कृषि क्षेत्रमा परिवर्तन ल्याउनका लागि गर्नुपर्ने मुख्य काम के के हुन् ?

(ख) हामी कसरी कृषिमा आत्मनिर्भर बन्न सक्छौँ ?

(ग) परम्परित कृषि र आधुनिक कृषिमा के के फरक पाइन्छ ?

(घ) तपाईं हाम्रो नगरपालिकाका कृषकलाई कुन कुन कुरा आवश्यक भएको ठान्नुहुन्छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

हाम्रो नगरपालिकालाई कृषिमा आत्मनिर्भर बनाउनका लागि केकस्ता खेती केकसरी गर्नुपर्ला ? एक अनुच्छेद लेखेर पालैपालो सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

(क) स्थानीय क्षेत्रमा कृषि व्यवसाय सञ्चालन गर्दा आउनसक्ने चुनौती र ती चुनौती कम गर्न कृषकले अपनाउनुपर्ने सावधानीका विषयमा समूह निर्माण गरी स्थानीय कृषि फर्म सञ्चालक वा कृषि विज्ञसँग अन्तरक्रिया गर्नुहोस्। तपाईँले उहाँसँग सोधेका प्रश्न र उहाँको उत्तर दुवैलाई समावेश गरी संवाद तयार गर्नुहोस्।

(ख) तपाईँको टोल वा वडामा अवश्य पनि बाँदर आतङ्क छ होला। बाँदरले तपाईँको अन्नबाली नष्ट गरेर निकै समस्या पारेको छ होला। बाँदरबाट खेतीबाली जोगाउनका लागि केकस्ता काम गर्नुपर्ला ? आफ्ना घरपरिवारले बाँदरबाट बाली जोगाउनका लागि गरेका क्रियाकलापलाई आधार बनाएर कक्षाका सबै साथीले छलफल गरी निष्कर्ष निकाल्नुहोस् र तपाईँको छलफलबाट प्राप्त निष्कर्षका आधारमा नगरपालिकाका कृषि शाखा प्रमुखलाई जैमिनी नगरपालिकामा बाँदर नियन्त्रणका लागि गर्न सकिने कार्य शीर्षकको प्रतिवेदन बुझाउनुहोस्।

एकाइ चार

कृषि तथा पशुपक्षी पालन

गहुँ खेती

धान खेती

परेवा

कुखुरा

मकै खेती

मकै

पाठ १० हाम्रा स्थानीय बालीमा लाग्ने रोग र रोकथामका उपाय

धान खेती र यसमा लाग्ने रोग

जैमिनी नगरपालिकाका धेरै ठाउँमा धान खेती गरिन्छ। धान खेतीका लागि वायुमण्डलीय तापक्रम २१–३७ डिग्री सेल्सियससम्म उपयुक्त हुन्छ। धानको बिउ राख्ने समय वैशाख जेठ हो। धान रोप्ने समय असार तथा साउन हो। धान काट्ने समय कार्तिक तथा मङ्सिर हो।

धान खेती

धान खेती लगाउँदा बेर्ना रोपिन्छ। यसका लागि सर्वप्रथम ब्याडमा बिउ राखिन्छ। ब्याडमा बेर्ना तयार गरिन्छ। बेर्ना तयार भएपछि खेतमा लगाइन्छ। ब्याड राख्ने ठाउँ सिँचाइको सुविधा भएको मलिलो र पहारिलो हुनुपर्छ। धान रोप्नुभन्दा तीन हप्ता अगाडि ब्याड तयार गर्नुपर्छ। हिले ब्याड लागि बिउलाई २४ घण्टा पानीमा भिजाउनुपर्छ। तल थेग्रिएको राम्रो बिउलाई २४ घण्टा जुटको बोरामा राखी टुसाउने र छर्ने गर्नुपर्छ। हिले ब्याडमा बिउ उम्रेर ३ सेन्टिमिटर भएपछि झारपात आउन नदिन छिपछिपे पानी जमाउनुपर्छ। बेर्ना २० देखि २५ दिनको भएपछि रोपाइँका लागि उपयुक्त हुन्छ।

जैमिनीको धान खेती

रोपाइँ गर्दै किसान

रोपाइँ गर्नुभन्दा २–३ हप्ता अघिदेखि जमिनको तयारी सुरु गर्नुपर्छ। धान रोपाइँका लागि जमिनको तयारी गर्दा पानीले भिजाइन्छ। त्यसपछि माटो हिल्याइन्छ अर्थात् माटो पल्टाएर जोतिन्छ। ठुला ठुला माटाका डल्ला फुटाउने र जमिन सम्याउने अर्थात् हिलो पार्ने काम गरिन्छ। ब्याडमा तयार गरिएको धानको बिउलाई हिलाएर सम्याएको खेतमा रोपिन्छ। यसैलाई धान रोपाइँ भनिन्छ। धान रोपाइँ गर्नका लागि खेतमा राम्ररी हिलो बनाउनुपर्छ। हिलो सम्याउनुपर्छ, झारपात हटाउनुपर्छ ।

धान रोप्दा उपयुक्त दुरीमा प्रतिगाभामा २–३ बोट रोप्नुपर्छ। बेर्ना अवस्था, गाँज हाल्ने अवस्था, फूल फुल्ने अवस्था, दुध भरिएर कडा हुने अवस्था, बाला निस्कने २० दिन अगाडिदेखि बाला निस्केको १० दिनपछिसम्म सिँचाइ गर्नुपर्छ।

जमिनबाट पानी निकास गरी उचित समयमा बाली काट्नुपर्छ। धान खेतीमा पुड्के, खिइने, डढुवा, धर्के, खैरो पाते, फेद कुहिने, मरुवा, खैरो थोप्ले, पाते फेद डढुवा, डाँठ कुहिने, कालो पोके, सेतो टुप्पो, जरामा गाँठा लाग्ने आदि रोग देखिन सक्छन्। धान खेतीमा मुख्य गरी बिउका कारण रोग लाग्छ। त्यसैले स्वच्छ बिउ प्रयोग गर्नुपर्छ। खेतको आलीमा रहेका झारपात उखेल्नुपर्छ। निम तथा तुलसी थिचेर झोलको प्रयोग गर्नुपर्छ। कहिलेकाहीँ उत्पादन भएको धानमा पनि पुत्लाले दुःख दिन सक्छ। यसको उपचारका लागि पनि कृषि शाखासँग समन्वय गर्नुपर्ने हुन्छ।

मकै खेती र यसमा लाग्ने रोग

मकै खेती

मकै

जैमिनी नगरपालिकामा मकै खेती हुन्छ। मकै उम्रन करिब २० डिग्री सेल्सियस तापक्रम आवश्यक पर्छ। मकैको बोट बढ्ने समयमा औसत २१ देखि २७ डिग्री सेल्सियस तापक्रम चाहिन्छ। मकै खेतीका लागि निकासको राम्रो व्यवस्था हुनुपर्छ। मकै खेतीका लागि प्रशस्त प्राङ्गारिक पदार्थ भएको दोमट माटो सबैभन्दा राम्रो हुन्छ। मकै खेतीका लागि बुरबुराउँदो माटो हुनुपर्छ। हामी फागुन–चैत महिनामा मकै लगाउँछौँ। मकैको बिउ १६–१८ घण्टासम्म भिजाउनुपर्छ। भिजाएको मकैको बिउलाई घाममा नसुकाई छहारीमा वा शीतल ठाउँमा फिँजाउनुपर्छ।

मकै

मकै बालीको राम्रो उत्पादन लिनका लागि प्राङ्गारिक मल चाहिन्छ। राम्ररी कुहिएको कम्पोस्ट मल वा गोबर मल प्रयोग मात्र गर्नु राम्रो मानिन्छ। मकै खेती गर्दा धानचमरा निस्कने वेलामा, जुँगा आउने वेलामा र परागेचन हुने वेलामा सिँचाइ आवश्यक पर्छ। यस समयमा पानी दिन सकियो भने धेरै मकै उत्पादन हुन्छ। मकैको दाना लाग्ने वेलामा सिँचाइ गर्दा दानाको आकार ठुलो हुन्छ र उत्पादन बढ्छ। मकैमा विभिन्न रोग लाग्न सक्छन्। मकैमा ध्वाँसे थेग्ले, पात डढुवा, खैरो थोप्ले रोग, धब्बे रोग, घोँगा वा गेडा कुहिने रोग, डाँठ कुहिने रोग, कालो पोके रोग आदि देखिन्छन्। यी रोग लागेका बोटलाई राम्रोसँग डढाउनुपर्छ। मकै खेतीमा रोग देखिएमा अर्को पटक मकै नलगाएर अरु नै खेती गर्नुपर्छ।

गहुँ खेती र यसमा लाग्ने रोग

गहुँ

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा गहुँ खेती गरिन्छ। यहाँका खेतबारीमा गहुँ खेती लगाइन्छ। गहुँ सबैभन्दा धेरै प्रयोग हुने खेती हो। गहुँको पिठोबाट रोटी र अन्य खाद्य परिकार बनाइन्छ। गहुँबाली हिउँदमा लगाइन्छ। यसलाई मध्यम आद्रता र ठन्डा वा चिसो तापक्रम भएको हावापानी उपयुक्त हुन्छ। गहुँको बिउ राम्ररी उम्रन २४ देखि २७ डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रम उपयुक्त हुन्छ। बढी तापक्रम भएको वेला गहुँ उम्रिँदैन। यति वेला गहुँ उम्रिए पनि उत्पादन कम हुन्छ। यति वेलाको गहुँका

बाला छोटा हुन्छन् र बालामा दानाको सङ्ख्या घट्छ। गहुँको उम्रिएको बिरुवा राम्ररी गँजाउन १५ देखि २५ डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रम चाहिन्छ। बालामा दाना लाग्न र पुष्ट हुन २२ देखि ३२ डिग्री सेन्टिग्रेड उपयुक्त हुन्छ। गहुँ खेतीमा डढुवा, खैरो सिन्दुरे रोग, पहैंलो सिन्दुरे रोग, कालो पोके रोग, सेते रोग, गन्हाउने कालो पोके रोग आदि रोग लाग्न सक्छन्। यस्ता रोग लागेमा बालीचक्र अपनाउनु राम्रो मानिन्छ। निम, असुरो, गहुँत र तुलसीको पात थिचेर बनाएको झोल पनि समय समयमा छर्कनुपर्छ।

गहुँ बाली

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न प्रकारका तरकारी खेती गरिन्छ। हाम्रो नगरपालिमा लगाइने तरकारी बालीमा विभिन्न रोग लाग्छन्। यस्ता रोगका कारण किसानले ठुलो क्षति भोग्नुपर्ने अवस्था पनि आएको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको दमेक आलु उत्पादनका दृष्टिले निकै महत्त्वपूर्ण छ। यहाँ बर्खे आलु पनि उतपादन हुन्छ। कहिलेकाहीँ यहाँका किसानले पछौटे डढुवा रोग, अगौटे डढुवा रोग, कालो खेस्टे रोग, ऐजेरु रोग, पात दोब्रिने रोग, खैरो पिपचक्के जस्ता रोगका कारण आलु खेती नै गुमाउनुपर्ने अवस्था पनि आएको पाइन्छ। यो रोग आलु र गोलभैंडा दुवैमा लाग्छ। खुर्सानीमा पनि डढुवा रोग, कोत्रे रोग, को प्रभाव पर्छ। फेद, डाँठ तथा फल कुहिएर उत्पादनमा

क्षति पुग्छ। भान्टामा फोमोप्सिस डढुवा रोग, अल्टरनेरिया थोप्ले रोग, पात सानो हुने रोग, ओइलाउने रोग आदि देखिन सक्छन्। यस्ता रोगको उपचारका लागि स्थानीय औषधी तथा कृषि शाखासँग समन्वय गर्नुपर्ने देखिन्छ। सयममै उपचार गर्न सके तरकारीको उत्पादन घट्दैन। रोगको पहिचान हुनेबित्तिकै कृषि शाखासँग समन्वय गरी आवश्यक औषधीको प्रयोग गर्नुपर्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) हिले ब्याड लागि बिउलाई ....घण्टा पानीमा भिजाउनुपर्छ।

(ख) धान रोपाइँका लागि ....को तयारी गर्दा पानीले भिजाइन्छ।

(ग) मकै खेतीका लागि निकासको राम्रो .... हुनुपर्छ।

(घ) गहुँको पिठोबाट रोटी र अन्य खाद्य .... बनाइन्छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) धान खेती कसरी गरिन्छ ?

(ख) मकै खेतीका लागि कस्तो माटो चाहिन्छ ?

(ग) गहुँ खेतीका लागि कति तापक्रम आवश्यक पर्छ ?

(घ) धान खेतीमा लाग्ने मुख्य रोग के के हुन् ?

उत्तर लेखौँ :

(क) धान खेतीमा लाग्ने रोगको उपचार कसरी गर्न सकिन्छ ?

(ख) मकै खेतीमा लाग्ने रोग निवारणका लागि केकस्ता काम गर्नुपर्ला ?

(ग) गहुँ खेतीको मुख्य उपयोगिता के हो ?

(घ) गहुँ खेतीमा लाग्ने रोगको रोकथाम कसरी गर्न सकिएला ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँको गाउँ वा टोलमा कुन कुन खेती गरिन्छ ? ती खेतीमा लाग्ने रोगको उपचारका लागि केकस्ता स्थानीय औषधीको प्रयोग गरिन्छ ? बाली, रोगको नाम र उपचार विधिको तालिका बनाएर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

आफ्ना अभिभावकसँग खेतीबालीका विषयमा कुराकानी गर्नुहोस् । कुन खेती कुन समयमा गरिन्छ भन्ने कुरा सोधेर खेती लगाउने विधिका बारेमा एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ ११ पशुपक्षी व्यवसायको सम्भावना

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका धेरै मानिसको मुख्य पेसा कृषि हो। कृषिभित्र खेतीबाली र पशपक्षी पालन पर्छन्। यहाँका किसानले पशुपक्षी पालन गरेका छन्। हाम्रो नगरपालिकामा गाई, भैँसी, बाख्रा, भेडा, बङ्गुर आदि पशु पालिएका छन्। यहाँ कुखुरा, हाँस, टर्की, बट्टाई, परेवा जस्ता पक्षी पनि पालिएका छन्। यहाँका किसानले व्यावसायिक किसिमबाट नै माछा पाल्ने काम पनि गरेका छन्। सबै किसिमका पशुपालनबाट राम्रो आम्दानी हुने देखिन्छ। हाम्रो नगरपालिकामा विभिन्न पशुपक्षी पालिएका भए पनि किसानले धेरै मुनाफा गर्न सक्ने पशुमा बाख्रपालन व्यवसाय रहेको छ। बाख्रापालन व्यवसायलाई फरक किसिमबाट सञ्चालन गरेको खण्डमा राम्रै आय आर्जन हुने देखिन्छ। त्यसैले यस पाठमा अरु पशुपक्षीभन्दा बाख्रापालनलाई विशेष जोड दिइएको छ। किसानले व्यावसायिक बाख्रापालनका क्रममा गर्नुपर्ने मुख्य क्रियाकलापलाई यस पाठमा देखाइएको छ :

कुखुरा

हाँस

परेवा

बाख्रापालन

बाख्रापालन हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको महत्त्वपूर्ण कृषि व्यवसाय हो। बाख्रा जैमिनी नगरपालिकामा बस्ने धेरै किसानले पालेका छन् । सबै मानिसले बाख्राजन्य उत्पादनलाई सजिलै प्रयोग गर्छन् । त्यसैले बाख्राजन्य उत्पादन सर्वसुलभ भएको छ। मानिसका लागि आवश्यक जैविक प्रोटिन र सन्तुलित भोजनका लागि बाख्राको मासु उपयोगी मानिन्छ।

बाख्रालाई गरिब किसानको गाई भनेर चिनिन्छ। बाख्रा मासुका लागि पालिन्छ। बाख्राको जुतो अर्गानिक खेतीका लागि उपयोगी हुन्छ। बाख्राको छाला, रौँ तथा हड्डीबाट पनि सामान बनाउन सकिन्छ। बाख्रापालनले साना कृषकका लागि रोजगारीको सिर्जना गरेको छ। यसले मानिसको आय वृद्धि गरेको छ। यो व्यवसाय सानो लगानी र सिपबाट पनि सुरु गर्न सकिन्छ।

बाख्राको खोर निर्माण गर्दा बढी हावाहुरी चल्ने दिशा, बढी सूर्यको प्रकाश आउने दिशा, खोरमा पर्न सक्ने प्रकाशको अवधि आदिलाई विशेष ख्याल गर्नुपर्छ। चिसो हावापानी भएको पहाडी भेगमा खोर बनाउँदा दक्षिण पूर्व मोहडा रोज्नुपर्छ। तातो हावापानी हुने क्षेत्रहरूमा खोर बनाउँदा उत्तर पश्चिम मोहडा रोज्नुपर्छ। बाख्राको खोरमुनि थुप्रिएको बड्कौलालाई समय समयमा निकाल्नुपर्छ। खोरलाई सफा र जीवाणुको प्रकोपबाट जोगाउनका लागि जमिनबाट करिब ३ फिट जतिको उचाइमा राख्नुपर्छ। बाख्रामा भएको उत्पादन क्षमतालाई पूर्ण सदुपयोग गर्नका लागि सन्तुलित आहाराको व्यवस्था गर्नुपर्छ।

बाख्रा पालन

बाखापालनको महत्त्व

बाखापालन सानो लगानी र सिपबाट पनि सुरु गर्न सकिन्छ। बाखापालन व्यवसाय निम्नदेखि उच्चवर्गसम्मका व्यक्तिले समेत आफ्नो क्षमताअनुसार सञ्चालन गर्न सक्छन्। बाखापालनका लागि धेरै जनशक्ति पनि आवश्यक पर्दैन। बाखाका लागि उपुक्त चरनको व्यवस्था हुनुपर्छ। बाखाका लागि स्थानीय आहाराको व्यवस्था गर्न सकिन्छ। उचित रेखदेख गर्न सकियो भने यसका मासु, छाला, मल र हड्डीबाट प्रशस्त फाइदा लिन सकिन्छ। बाखाका खसी/बोकाको माग दिनप्रतिदिन बढिरहेको छ। मागअनुसारको उत्पादन पनि हुन सकेको छैन।

खसी/बोका बिक्री गरेर धेरै पैसा कमाउन सकिने भएकाले हिजोआज बाखापालन धेरै मानिसको रोजाइमा परेको छ। व्यावसायिक किसिमबाट बाखापालन गर्ने हो एकै वर्षमा राम्रो आम्दानी गर्न सकिन्छ।विदेशमा गएर श्रम खर्चिनुभन्दा स्वाभिमानी बनेर आफ्नै देशमा बस्न र आफ्ना पितापुर्खाले आर्जेको जग्गाजमिनको सही सदुपयोग गर्नका लागि बाखापालन व्यवसाय निकै उपयोगी हुन्छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा डाले घाँस तथा चरनको पनि राम्रो सुविधा भएका कारण बाखापालन व्यवसायका लागि उपयुक्त वातावरण रहेको छ। यहाँ उत्पादन भएका खसी/बोका सिधै निर्यात गर्नका लागि यातायातको सुविधा पनि भएकाले किसानको पहिलो रोजाइमा बाखपालन व्यवसाय पर्न सक्छ। हाम्रै नगरपालिकामा पनि खसी/बोकाको माग दिनानुदिन बढिरहेको छ। हाम्रो पालिकाको मागअनुसारको उत्पादन गर्न सके मात्र पनि बाखापालनबाट प्रशस्त मुनाफा लिन सकिन्छ।

बाखाको आहारा

बाखाको आहारा घाँस, दाना, पानी, नुन र खनिज पदार्थ हुन्। हरियो घाँस विशेष गरेर माउ बाखाका लागि आवश्यक हुन्छ। सन्तुलित दाना बनाउँदा कोसेबाली वा पिना एक भाग बराबर अन्नबाली तीन भाग छुट्टाछुट्टै भुटेर वा नभुटी पिन्नुपर्छ। त्यसपछि ती सबै एकै ठाउँमा मिसाएर बाखलाई दिनुपर्छ। भुटेको छ भने पकाउनुपर्दैन र नभुटेको भए पानीमा पकाउनु र्छ। नुनको मात्राका लागि

रातोमाटो एक माना, नुन एक माना र अन्डाको बोक्रा पिसेर धुलो पार्ने अनि पिठो मुछे जस्तै थोरै थोरै पानी हाल्दै मुछ्नुपर्छ। डल्लो परेपछि छायामा दुई दिन र घाममा सात दिन जति सुकाउनुपर्छ। राम्रोसँग सुकेपछि बाखाले भेट्ने ठाउँमा झुन्ड्याइदिनुपर्छ। पशुको शरीरलाई आवश्यक पर्ने खनिज परिपूर्ति गर्नका लागि विभिन्न चिज मिसाएर बनाइएको डल्लालाई खनिजको ढिक्का भनिन्छ।

बाखामा लाग्ने परजीवी

अरूको रगत चुसेर बाँच्ने किरालाई परजीवी भनिन्छ। बाखाको शरीरभित्र विभिन्न थरीका जुका लग्न सक्छन्। नाम्ले जुका, फित्ते जुका, ठुलो गोलो जुका, सानो गोलो जुका आदि जुकाले बाखालाई दुःख दिन सक्छन्। यसका लागि समय समयमा औषधी खुवाउनुपर्छ। स्थानीय पशु चिकित्सकको परामर्शअनुसार औषधी खुवाउनुपर्छ। कहिलेकाहीँ बाखामा किर्ना, उपिया, जुम्रा पनि देखिन सक्छन्। यिनले पनि बाखालाई असर पुऱ्याउने भएकाले चिकित्सकको परमर्श लिएर औषधी उपचार गर्नुपर्छ। बाखालाई औषधी खुवाउँदा सकेसम्म स्थानीय जडीबुटीलाई जोड दिनुपर्छ।

उचित आहार, स्वास्थ्य अवस्था, मौसमअनुसारका डालेघाँसको प्रबन्ध मिलाउन सके बाखापालनबाट प्रशस्त फाइदा लिन सकिन्छ। हामी पनि पढ्दै कमाउँदै गर्ने योजनामा छौँ भने आफ्नो खर्चका लागि छुट्याएको पैसाबाट सानो पाठी किनेर फुर्सदको समयमा त्यसको रेखदेख मात्र गऱ्यौँ भने आफूलाई चाहिने सामान किन्नका लागि आवश्यक पैसा जम्मा गर्न सक्छौँ। सानो लगानीबाट पछि उच्च शिक्षाका लागि आवश्यक रकम जम्मा गर्न पनि सक्छौँ। आफूले लगानी गरेको बाखाबाट प्रत्येक वर्ष दुईओटा मात्र खसी/बोका बेच्न सक्यौँ भने उच्च शिक्षाका लागि आवश्यक रकम जम्मा हुँदै जान्छ। आफ्ना अभिभावकलाई पनि आवश्यक परेको वेलामा मद्दत गर्न सक्छौँ। पढाइबाट बचेको एक घण्टा मात्र घाँस व्यवस्थापनका लागि निकाल्यौँ भने धेरै नाफा कमाउन सक्छौँ। हामी आत्मनिर्भर बन्छौँ। आफूसँग भएको पैसाले आफूलाई चाहिएका पुस्तक, कापी, कलम तथा अरु सामग्री पनि किन्न सक्छौँ।

बङ्गुरपालन

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा बङ्गुरपालन गरिएको छ। यहाँका वडा न. १, ३ र १० बङ्गुरपालन गरिएको छ। यहाँका किसानले आफ्नो घरको आम्दानीको स्रोत बढाउन बङ्गुरपालन गरेका छन्। बङ्गुरपालन कम समयमा र थोरै जग्गामा गर्न सकिने व्यवसाय हो। पाल्न सजिलो र कम समयमा बढी मासु उत्पादन गर्नका लागि बङ्गुरपालन उपयोगी हुन्छ। यस व्यवसायबाट थोरै लगानीमा धेरै आम्दानी लिन सकिन्छ।

बङ्गुरलाई खुला ठाउँमा राख्नुहुँदैन। यसलाई व्यवस्थित खोर बनाएर पाल्नुपर्छ। बङ्गुरको मलमूत्र एक ठाउँमा थुपारी कुहिएपछि खेतबारीमा प्रयोग गनुपर्छ। खोरको वरिपरिको क्षेत्रमा समय समयमा चुन तथा फिनेल छरिरहनुपर्छ। बङ्गुरको स्याहारसुसार गर्ने मानिसलगायत अन्य खोरमा पस्ने मानिसले हातखुट्टाका नङ काट्नुपर्छ। हातखुट्टा साबुनपानीले सफा गर्नुपर्छ। त्यस्ता मानिसले साबुनपानीले सफा गरेका लुगा (कीटाणुरहित लुगा) लगाएर खोरमा प्रवेश गर्नुपर्छ। खोरका भाँडाकुँडा सधैँ सफा गर्नुपर्छ। बङ्गुरको खोरमा दिने पानी कीटाणु, विषाणु र ढुसी नभएको हुनुपर्छ। बङ्गुरपालनबाट उचित फाइदा लिनका लागि समय समयमा कृषि तथा पशुपक्षी शाखासँग समन्वय गर्नुपर्छ।

बङ्गुर पालन

कुखरापालन

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पहिलेदेखि नै कुखुरापालन हुँदै आएको छ। हाम्रो नगरपालिकाका वडा न. १, २, ३, ९ र १० कुखुरापालन गरिएको छ। पहिले पहिले कुखुरापालन घरायसी उपभोगका लागि गरिन्थ्यो। हिजोआज व्यावसासिक किसिमबाट गरिएको छ। जनसङ्ख्या वृद्धि, बढ्दो सहरीकरण र स्वास्थ्यप्रतिको सजगताका कारण कुखुरापालन व्यवसाय बलियो बनेको छ। उपलब्ध उन्नत प्रविधि तथा नश्लको विकाससँगै व्यावसायिक कुखुरापालन दिनानुदिन फस्टाउँदै छ। साना, मझौला र ठुला सबैखाले उद्यमी तथा व्यवसायीका बिचमा कुखुरापालन व्यवसाय लोकप्रिय बनेको छ। यस पेसाबाट प्रशस्त पैसा कमाउन सकिन्छ।

कुखुरा पालन

जैमिनी नगरपालिकामा स्थानीय गाउँघरमा लोकल रैथाने जातका मासु तथा अन्डाका लागि पालिन्छन्। जैमिनी नगरपालिकामा विशेष गरी ब्रोइलर तथा लेयर्स जातका कुखुरा मासु तथा अन्डाका लागि पालिएका छन्। कुखुरामा लाग्ने रोगका लागि कृषि तथा पशुपक्षी शाखामा समन्वय गरी उपचारको प्रबन्ध मिलाउनुपर्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) बाखापालन व्यवसायलाई फरक किसिमबाट ....गरेको खण्डमा राम्रै आय आर्जन हुने देखिन्छ।

(ख) बाखा जैमिनी नगरपालिकामा बस्ने धेरै ....ले पालेका छन्।

(ग) चिसो हावापानी भएको पहाडी भेगमा खोर बनाउँदा दक्षिण पूर्व .... रोज्नुपर्छ।

(घ) बाखापालनका लागि धेरै .... पनि आवश्यक पर्दैन।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) बाखापालन व्यवसायबाट कसरी पैसा कमाउन सकिन्छ ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकामा कुन कुन पशुपालनको सम्भावना छ ?

(ग) बाखाको खोर बनाउँदा कुन कुन ध्यान दिनुपर्छ ?

(घ) बाखापालन व्यवसाय गर्न जनशक्ति कति चाहिन्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) बाखालाई कस्ता कस्ता आहारा खुवाउनुहुन्छ ?

(ख) बाखालाई कस्ता कस्ता रोग लाग्छन् ?

(ग) बाखापालनका लागि कुन कुन कुरा आवश्यक हुन्छन् ?

(घ) बाखापालन व्यवसायबाट कसरी फाइदा लिन सकिन्छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा कुन कुन पशु तथा पक्षी पालन गर्न सकिएला ? आफ्नो वडा वा टोलको अवस्था बुझेर छोटो प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् र तपाईँले तयार पारेको प्रतिवेदन कक्षामा देखाउनुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

जैमिनी नगरपालिकाका कुन कुन क्षेत्र कुन कुन पशुपालनका लागि उपयुक्त छन् ? कारणसहित लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस्।

पाठ १२ अर्गानिक खेतीको महत्त्व

हामीलाई खाना चाहिन्छ। हामीले खाने अन्न विभिन्न स्रोतबाट पाउँछौँ। अन्नबाली, तरकारी, फलफूल, तेलहन बाली, दलहन बाली, पशुपक्षीजन्य वस्तु हाम्रो खानाका स्रोत हुन्। हामीले खानाको मुख्य स्रोतका रूपमा अन्नबाली लगाउँछौँ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा मूलतः धान, मकै, गहुँ, कोदो, जौ, फापर आदि अन्नबाली फल्छन्। हामी यी अन्नबालीका साथमा तरकारी पनि प्रयोग गर्छौं।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न मौसमका तरकारी पनि उब्जनी हुन्छन्। यहाँ काउली, काँक्रो, बन्दा, मुला, बोडी, सिमी, करेला, घिरौँला, चिचिन्डा, लौका, टमाटर आदि तरकारी फल्छन्। यस्तै हामी तरकारीका रूपमा साग पनि प्रयोग गर्छौं। यहाँ रायो, पालुङ्गो, मेथी, सौफको साग पाइन्छ। कोसेबालीमा भट्ट, कालो भट्ट, गहत, भट्टे सिमी, सिल्टुङ, गहते सिमी, कालो सिमी आदि फल्छन्। यहाँ तेलहन बालीका रूपमा तोरी र मूलाको खेती गरिन्छ। यी सबै चिज हामी कुनै न कुनै रूपमा प्रयोग गरेका हुन्छौँ।

काउली

काँक्रो

बन्दा

कालो सिमी

गहत

मस्याङ

खानाको सम्बन्ध हाम्रो स्वास्थ्यसँग हुन्छ। हामी जति पोसिला खानेकुरा खान्छौँ त्यति नै स्वस्थ हुन्छौँ। हामीले खानेकुरा स्वस्थ बनाउनका लागि खेती गर्ने तरिकामा पनि विचार पुऱ्याउनुपर्छ। खेती लगाउने वेलामा रासायनिक मलको प्रयोग गर्नुहुँदैन। हाम्रै गाईभैँसीको गोबर मल तथा विभिन्न वस्तु कुहाएर बनाएको प्राङ्गारिक मलको प्रयोग गर्नुपर्छ। हाम्रा घरका अभिभावकलाई पनि रासायनिक मलबाट पर्ने नराम्रो प्रभावका बारेमा बुझाउनुपर्छ। धेरै उत्पादन बढाउने निहुँमा विभिन्न रासायनिक पदार्थ तथा विषादी प्रयोग गर्ने चलन विश्वभर नै बढ्दै गएको छ।

हामीले जैविक मलको प्रयोग गरेर गरेको खेतीको स्वाद नै फरक हुन्छ। यसले हामीलाई चाहिने जति पोषक तत्त्व दिन्छ। हामीले अहिले विश्वभर देखिएका विभिन्न रोगबाट मुक्ति पाउँछौँ। अर्गानिक खानाले हामीमा रोग प्रतिरोधी क्षमता पनि बढ्छ। हामी क्यान्सर, मधुमेह, उच्च रक्तचाप जस्ता विश्वभर देखिएका डरलाग्दा रोगबाट बच्न पनि अर्गानिक खाना खानुपर्छ। यसका लागि हाम्रो खेती गर्ने तरिकामा पनि परिवर्तन ल्याउनु आवश्यक छ। हाम्रा खेतबारीमा प्रशस्त जैविक मल हाल्ने हो भने रासायनिक मल प्रयोग गरेरभन्दा धेरै उत्पादन गर्न सकिन्छ।

अर्गानिक कृषि गर्दा माटो, पानी, पर्यावरण जीवजन्तु र मानव स्वास्थ्य सुरक्षित रहन्छ। प्राकृतिक सन्तुलनका लागि पनि अर्गानिक कृषि आवश्यक छ। यस्तो खेती गर्दा रासायनिक मल, बिउ, विषदि तथा कुनै पनि रसायनको प्रयोग गरिएको हुँदैन। माटाका लागि आवश्यक पर्ने तत्त्व जैविक मलका माध्यमबाट दिइन्छ। स्वस्थ, सभ्य र स्वच्छ तरिकाले गरिने खेतीलाई अर्गानिक भनिन्छ। यसरी खेती गर्दा आर्थिक पक्ष, वातावरणीय पक्ष र सामाजिक पक्षलाई पनि विशेष ध्यान दिइन्छ।

मानिसको स्वास्थ्य, वातावरणीय सन्तुलन तथा उत्पादन प्रणालीको संरक्षण गर्नु नै प्रङ्गारिक कृषिको मुख्य उद्देश्य हो। अर्गानिक कृषिबाट माटो, पानी, हावा, वनस्पति, जीवजन्तु तथा मानव समाजलाई स्वस्थ राख्न सहयोग मिल्छ। यसले माटाको उर्वरा शक्ति बढाउँछ। यसले समग्र मानव जातिको भविष्य रक्षा गर्छ। हाम्रा भावी पुस्ताको स्वास्थ्यको सुरक्षाका लागि पनि अर्गानिक खेती आवश्यक छ। आज हामीले गरेको कर्मको प्रतिफल भविष्यका सन्ततिले भोग्नुहुँदैन।

अर्गानिक खेतीले मानवको स्वास्थ्य राम्रो बनाउँछ। अर्गानिक खानाका कारण मानव स्वास्थ्य क्यान्सर, अल्सर, मुटु तथा नसासम्बन्धी रोग, अपच, बान्ता हुने, खाना रुचि नहुने, अपाङ्ग बच्चा

जन्मिने, आँखा कमजोर भएर दृष्टिविहीन हुने जस्ता रोगबाट बच्न सकिन्छ। अर्गानिक खेती गर्दा विषादिको प्रयोग गरिँदैन। यसैले हाम्रो शरीरका विभिन्न अङ्गहरू पनि बलिया हुन्छन्। विषादी युक्त खानपानका कारण चिनी रोग र मृगौला तथा पित्त थैलीमा पत्थर जम्छ। रासायनिक मल तथा विषदी प्रयोग भएका खानाका कारण मानिसलाई विभिन्न रोगले आक्रमण गर्छन्। मानिसमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता पनि घटेर जान्छ।

अर्गानिक खेती गर्दा दिगोरूपमा उत्पादन बढ्छ। अर्गानिक खेतीबाट पोसिला र गुणस्तरयुत्त खाद्यान्न उत्पादन हुन्छन्। यसले माटोको उर्वरा शक्ति बढाइदिन्छ। अर्गानिक खेतीबाट हामीले पिउने पानी पनि शुद्ध हुन्छ। अर्गानिक खेती किसानीबाट जैविक विविधताको रक्षा हुन्छ। हाम्रा पुर्खाले चलाएको खेतीकिसानी गर्ने स्थानीय ज्ञान तथा सिप पनि सुरक्षित रहन्छ।

हिजोआज हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पनि जैविक खेतीको प्रचलन बढेर गएको छ। हाम्रा अभिभावक पनि अर्गानिक खेतीकिसानीमा नै रमाउन थाल्नुभएको छ। देश तथा विदेश सबैतिर अर्गानिक उत्पादनमा जोड दिन थालिएको छ। हामी पनि हाम्रा खेतबारीमा अर्गानिक खेती गरेर स्वस्थ खानेकुरा उत्पादन गर्न सक्छौँ। हामीले गरेको अर्गानिक खेतीलाई विश्व बजारसम्म निर्यात पनि गर्न सक्छौँ। आजको आवश्यकता भनेकै अर्गानिक उत्पादन बढाउनु हो। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा उत्पादन हुने सबै वस्तुलाई अर्गानिक बनाउनका लागि पहल गर्नुपर्ने अवस्था आएको छ।

जैमिनी ३ को आलु बारी र उत्पादन

गुन्द्रुक (सिन्की) बनाउनका लागि बाँको सङ्कलन गर्दै

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

खाली ठाउँ भरौं :

(क) हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा मूलतः धान, मकै, गहुँ, कोदो, जौ, फापर आदि ....फल्छन् ।

(ख) ....मा भट्ट, कालो भट्ट, गहत, राजमा, गहते सिमी, कालो सिमी आदि फल्छन् ।

(ग) खेती लगाउने वेलामा .... मलको प्रयोग गर्नुहुँदैन ।

(घ) प्राकृतिक सन्तुलनका लागि पनि .... कृषि आवश्यक छ ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौं :

(क) हाम्रो खानाका स्रोत के के हुन् ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकामा कुन कुन अन्नबाली फल्छन् ?

(ग) किन खेतीबालीमा रासायनिक मल प्रयोग गर्नुहुँदैन ?

(घ) अर्गानिक कृषि भन्नाले के बुझिन्छ ?

उत्तर लेखौं :

(क) रासायनिक मल प्रयोग गर्दा हुने बेफाइदा के के हुन् ?

(ख) हामी किन अर्गानिक वस्तु खानुपर्छ ?

(ग) अर्गानिक खाना नखाँदा हुने बेपाइदा के के हुन् ?

(घ) अर्गानिक खानाको केकस्तो महत्त्व रहेको छ ?

सोचौं, सोधौं र लेखौं :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका कुन कुन ठाउँ अर्गानिक खेतीको प्रयास गरिएको छ ? हाम्रो नगरपालिकालाई पूर्ण अर्गानिक बनाउनका लागि के के गर्नुपर्ला ? कारणसहित कापीमा लेखेर देखाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

रासायनिक मल प्रयोग भएका खानेकुराको बेफाइदा र अर्गानिक खानेकुराको फाइदाको सूची बनाएर कक्षामा देखाउनुहोस् र आफ्ना अभिभावकलाई पनि पढेर सुनाउनुहोस् ।

एकाइ पाँच

शिक्षा, स्वास्थ्य तथा खेलकुद

श्री सर्वोदय जनक मा.वि., जैमिनी ५

श्री शान्ति मा.वि., जैमिनी १

श्री सुन्तलाचौर मा.वि., जैमिनी २

श्री भरतपूरी मा.वि., जैमिनी ३

कुस्मिसेरा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र

खेलकुद

पाठ १३ हाम्रो शैक्षिक अवस्था

जैमिनी नगरपालिका पौराणिक महत्त्व बोकेका ऋषि जैमिनिसँग जोडिएको छ। जैमिनि ऋषिले हिन्दु मीमांसा दर्शनका व्याख्याता हुन् भन्ने मानिन्छ। जैमिनि वेदव्यासका चेला थिए भन्ने पौराणिक सन्दर्भ पाइन्छ। तिनै प्राचीन ऋषिले हाम्रै नगरपालिकामा आएर तपस्या गरेका थिए भन्ने आधारमा नै हाम्रो नगरपालिकाको नाम जैमिनी रहेको हो। हामी जैमिनी नगरवासीको सम्बन्ध कुनै न कुनै किसिमबाट मीमांसा दर्शनका प्रतिपादक जैमिनिसँग जोडिएको छ। हाम्रै नगरपालिकामा ऋषिले तपस्या गरेर दर्शन प्रतिपादन गरेको सन्दर्भका आधारमा पनि हाम्रो शैक्षिक अवस्था प्राचीन समयदेखि नै अत्यन्त समृद्ध रहेको पाइन्छ।

श्री सर्वोदय जनक मा.वि., जैमिनी ५

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पहाड, टार, मैदान र फँदी छन्। बसोबासका दृष्टिले यस नगरपालिकामा ग्रामीण क्षेत्र बढी छ। केही ठाउँ बजारका रूपमा विकसित भएका पाइए पनि धेरै ग्रामीण क्षेत्र नै रहेको छ। कच्ची सडक सञ्जालले नगरलाई घेरेको भए पनि पक्की सडक निर्माणको कामले केही गति लिएको छ। हाम्रो नगरपालिकालाई चिरेर अगाडि बढेको कालीगण्डकी करिडोर विकासको मूल आधार बनेको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा शिक्षाको विकासका लागि सङ्घीय सशर्त अनुदान, वित्तीय सामान्यीकरण अनुदान तथा विद्यालयकै आन्तरिक स्रोतको परिचालन हुँदै आएको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको शिक्षाको विकासका लागि शिक्षा, युवा

तथा खेलकुद शाखा, नगर शिक्षा समिति, वडा शिक्षा समिति, विद्यालय व्यवस्थापन समिति, शिक्षक अभिभावक सङ्घ, विद्यालय आदि क्रियाशील रहेका छन्। हामी सबैको साझा प्रयत्नबाट नै जैमिनी नगरपालिकाको शैक्षिक उन्नति सम्भव छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयले शिक्षाको दीप बालेका छन्। हाम्रो नगरपालिकामा कक्षा १२ सम्म सञ्चालन गरेका १० ओटा सामुदायिक विद्यालय छन्। जैमिनी नगरपालिका वडा न. १ मा रहेको शान्ति मा. वि. कक्षा ९ देखि कक्षा १२ सम्म प्राविधिक धारअन्तर्गत कम्प्युटर इन्जिनियरिङ सञ्चालन गरी प्राविधिक शिक्षा प्रदान गरिरहेको छ। हाम्रो नगरपालिकामा उच्च शिक्षा प्रदान गर्ने उद्देश्यले शान्तिदीप बहुमुखी क्याम्पस वडा न. १, कुस्मिसेरामा सञ्चालन भएको छ। यहाँ स्नातकसम्मको पठनपाठन हुँदैआएको छ। यो हाम्रो नगरपालिकाको एक मात्र उच्च शिक्षा प्रदान गर्ने संस्था हो।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका ७ ओटा सामुदायिक र एउटा संस्थागत विद्यालय कक्षा १० सम्म चलेका छन्। कक्षा १ देखि ८ सम्म चलेका विद्यालयको सङ्ख्या ६ रहेको छ। कक्षा १ देखि कक्षा ५ सम्म कक्षा सञ्चालन भएका विद्यालयको सङ्ख्या ५७ रहेको छ। हाम्रो नगरपालिकामा ७० ओटा बालविकास केन्द्र र ५ ओटा सामुदायिक सिकाइ केन्द्र रहेका छन्। उच्च शिक्षाका प्रदान गर्ने एउटा क्याम्पस रहेको छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको कुल साक्षरता दर ७८.८ प्रतिशत रहेको छ। यसमा महिला साक्षरता दर ७२.१ र पुरुष साक्षरता दर ८७.१ रहेको छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) जैमिनी ऋषिले हिन्दु ....दर्शनका व्याख्याता हुन् भन्ने मानिन्छ।

(ख) बसोबासका दृष्टिले यस नगरपालिकामा .... क्षेत्र बढी छ।

(ग) हाम्रो नगरपालिकालाई चिरेर अगाडि बढेको कालीगण्डकी .... विकासको मूल आधार बनेको छ।

(घ) हाम्रो नगरपालिकामा कक्षा १२ सम्म सञ्चालन गरेका १० ओटा .... विद्यालय रहेका छन्।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकाको परम्परा कससँग जोडिएको छ ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकाको शैक्षिक इतिहास पुरानो छ भन्ने आधार के हो ?

(ग) जैमिनी नगरपालिकामा कतिओटा विद्यालय छन् ?

(घ) जैमिनी नगरपालिकाको साक्षरता प्रतिशत कति रहेको छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकामा कति प्रतिशत महिला र कति प्रतिशत पुरुष साक्षर छन् ?

(ख) हाम्रो शैक्षिक अवस्था सुधार गर्नका लागि गर्नुपर्ने मुख्य काम के के हुन् ?

(ग) आजको शैक्षिक अवस्थालाई सुधार गर्नका लागि गर्नुपर्ने कुनै तीन काम उल्लेख गर्नुहोस्।

(घ) शैक्षिक परिवर्तन नल्याएसम्म कुनै पनि परिवर्तन सम्भव छैन भन्ने भनाइलाई जैमिनी नगरपालिकाको शैक्षिक अवस्थासँग जोडेर व्याख्या गर्नुहोस्।

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

शिक्षामा सबल बन्नका लागि हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाले गर्नुपर्ने मुख्य कामको सूची बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

हाम्रो नगरपालिकामा रहेका शैक्षिक संस्थाको शैक्षिक तथा भौतिक सुधारका लागि विशेष पहल गरिदिनका अनुरोध गर्दै शिक्षा शाखा प्रमुखलाई एउटा निवेदन लेख्नुहोस्।

पाठ १४ नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्था

रोगबाट मुक्त हुनु तथा शारीरिक, मानसिक, सामाजिकरूपले पूर्ण तन्दुरुस्त हुनु हो। देशका जनताको स्वास्थ्य अवस्था राम्रो हुनुपर्छ। देशका जनतालाई आधारभूत स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्नु राज्यको कर्तव्य हो। जैमिनी नगरपालिकामा स्वास्थ्य उपचारको अवस्था बलियो बन्दै छ। यहाँका जनताको उपचारका लागि स्वस्थ्य संस्था बन्ने क्रम जारी छ।

नमुना स्वास्थ्य चौकी, जैमिनी ४

हाम्रो नगरपालिकामा १३ ओटा स्वास्थ्य संस्थाले स्वास्थ्य सेवा प्रवाह गरिरहेका छन्। यहाँ प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र एउटा रहेको छ। हाम्रो नगरपालिकामा आठओटा स्वास्थ्य चौकी रहेका छन्। यहाँ चारओटा सहरी स्वास्थ्य केन्द्र रहेका छन्। हाम्रो नगरपालिकामा दुईओटा आयुर्वेद औषधालय छन्। यहाँ १३८ जना महिला स्वास्थ्य स्वयम्सेविकाले उपचार सेवा दिइरहेका छन्। यहाँ सातओटा बर्थिङ सेन्टर छन्। यहाँका जनताको उपचारका लागि सरकारी तथा निजी स्वस्थ्य संस्था सक्रिय छन्। जैमिनी नगरपालिकाले यहाँका नागरिकलाई स्वास्थ्य सेवा सजिलोसँग उपलब्ध गराउने प्रयास गरिरहेको छ। स्थानीय सरकारले स्वास्थ्य कर्मी, औषधी तथा अन्य औषधी उपचारको व्यवस्था गरेको छ।

स्वास्थ्य परीक्षण गर्दै

स्थानीय स्तरमा स्वास्थ्य क्लिनिक तथा प्रसूति गृह सञ्चालनमा रहेका छन्। साथै निजी स्तरमा समेत क्लिनिक तथा फार्मेसी सञ्चालन भएका छन्। यिनले पनि हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्थालाई बलियो बनाउने काम गरेका छन्। हाम्रो नगरपालिका सबै स्वास्थ्य संस्थाबाट **e-hmis** सेवामार्फत रेकडिङ सेवा, रिपोटिङ सेवा सञ्चालन भएका छन्। यस्ता कार्यक्रमले हाम्रो स्वास्थ्य सेवालाई प्रविधिमैत्री बनाउनका लागि सहयोग पुऱ्याएका छन्। सबै स्वास्थ्य संस्थाबाट **e-Lmis** मार्फत निर्धारित समयमै सामान आपूर्ति गर्ने व्यवस्था गरिएको छ।

नगर स्वास्थ्य शाखाले स्वास्थ्यकर्मी स्वयम् नागरिकको घर घरमा गएर स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने व्यवस्था पनि मिलाएको छ। नागरिक स्वास्थ्य उपचार कोषबाट सबै नागरिकको उपचार सेवामा पहुँच पुग्ने प्रबन्ध पनि मिलाइएको छ। गर्भवती, सुत्केरी तथा नवजात शिशुको स्याहारसुसार गर्न स्याहारकर्तालाई बहुक्षेत्रीय पोषणसम्बन्धी ३ दिने अभिमुखीकरण कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ।

गर्भवती महिलाका लागि अन्डा दिने दुईओटा पोथी कुखुरा वितरण गरेर पोषण अवस्थामा सुधार ल्याउने प्रयत्न गरिएको छ। जैमिनी नगरपालिकाका २५ प्रतिशत घरधुरीमा खाने नुनमा आयोडिनको

अवस्था परीक्षण गर्ने प्रबन्ध गरिएको छ। गर्भवती महिलाको जटिल समस्या पहिचान गरी अन्यत्र सुरक्षित ठाउँमा पठाउने व्यवस्था गरिएको छ। यसका लागि नगरपालिकाले ग्रामीण भिडियो एक्स रे सेवा उपलब्ध गराउँदै आएको छ। नगरपालिकाले जनताको स्वास्थ्य अवस्थालाई मध्यनजर गरेर खानेपानीको परीक्षण गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ। यसैगरी गर्भवती महिलालाई अन्त कतै पठाउनु परेमा नि:शुल्क एम्बुलेन्स सेवा पनि दिँदै आएको छ। सुत्केरी कुर्नका लागि बस्ने मानिसका लागि प्रसूति प्रतीक्षा घरको विस्तार गरिएको छ।

हाम्रो नगरका कुनै पनि बासिन्दा स्वास्थ्य उपचारबाट वञ्चित हुन नपरोस् भन्दै नगरपालिकाले नयाँ नयाँ स्वास्थ्य सेवा विस्तार गरिरहेको छ। जैमिनी नगरपालिकालाई स्वस्थ बनाउनका लागि यहाँका स्वास्थ्य संस्थामा कार्यरत कर्मचारी दत्तचित्त भएर लागिपरेका छन्। हामी सबैको प्रयत्नबाट यहाँको स्वास्थ्य सेवा विस्तार हुँदै जाने छ। आगामी दिनमा हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्था अझ सबल बन्दै जाने छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकामा स्वास्थ्य उपचारको अवस्था .... बन्दै छ।

(ख) नागरिक स्वास्थ्य उपचार कोषबाट सबै नागरिकको उपचार सेवामा पहुँच पुग्ने .... पनि मिलाइएको छ।

(ग) हाम्रो नगरपालिकामा ....ओटा स्वास्थ्य चौकी रहेका छन्।

(घ) नगरपालिकाले जनताको स्वास्थ्य अवस्थालाई मध्यनजर गरेर ....को परीक्षण गर्ने व्यवस्था मिलाएको छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) स्वस्थ हुनु भनेको के हो ?

(ख) जैमिनी नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्था कस्तो छ ?

(ग) जैमिनी नगरपालिकामा कतिओटा स्वास्थ्य संस्था छन् ?

(घ) जैमिनी नगरपालिकाका जनताका लागि सरकारले के के व्यवस्था गरेको छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) जैमिनी नगरपालिकाको स्वास्थ्य अवस्था कस्तो रहेको छ ?

(ख) सहज स्वास्थ्य सेवा लागि स्थानीय सरकारले कस्तो योजना बनाएको छ ?

(ग) गर्भवती महिलालाई लक्षित गरेर केकस्ता योजना ल्याइएका छन् ?

(घ) स्वास्थ्य सेवालाई कसरी प्रविधिमैत्री बनाउने प्रयत्न गरिएको छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकालाई स्वास्थ्यमा आत्मनिर्भर बनाउनका लागि के के गर्नुपर्ला ? मुख्य कामको सूची बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

हाम्रो नगरपालिकामा रहेका स्वास्थ्य संस्था र तिनले दिने सुविधाको सूची बनाएर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

पाठ १५ हाम्रा स्थानीय खेल

हामी स्वस्थ रहनका लागि खेल आवश्यक हुन्छ । खेलले हामीलाई शारीरिक र मानसिक किसिमबाट स्वस्थ बनाउँछ। खेल हामी रमाइलाका लागि पनि खेल्छौँ। हामी विद्यालय अनि घरमा पनि खेल खेल्छौँ। खेल खेल्दा हाम्रा साथी पनि धेरै हुन्छन्। हामी साथीसँग रमाउन पाउँछौँ। खेलले साथीसँगको सम्बन्ध पनि नजिक हुन्छ। हामी कहिले भलिबल खेल्छौँ, कहिले कबड्डी खेल्छौँ त कहिले फुटबल पनि खेल्छौँ। हामी गट्टा, रुमाल लुकाइ, चोरपुलिस, डन्डीबियो, लक्कुढाल आदि खेल पनि खेलेका हुन्छौँ। आज हामी विद्यालयमा खेलिने कबड्डी, भलिबल र फुटबल खेलका बारेमा जानकारी लिन्छौँ।

कबड्डी

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा खेलिने रमाइलो खेल कबड्डी हो। कबड्डी खेलमा दुई समूह हुन्छन्। एक समूहमा जम्मा सात जना खेलाडी प्रतिस्पर्धामा हुन्छन्। कबड्डी खेल दुई टोलीका बिचमा खेलिन्छ। एक टोलीले अर्को टोलीको कुनै सदस्यलाई छोएर भाग्ने प्रयास गर्छन्। अर्को समूहका खेलाडीले समाउने प्रयास गर्छन्। विरोधी टोलीको समूहमा प्रवेश गर्दा कबड्डी कबड्डी भन्नुपर्छ। कबड्डी भन्न गएको टोलीको सदस्यलाई समातेर फर्कन नदिएमा समाउने टोलीले अङ्क पाउँछ। त्यस्तै विरोधी समूहको सदस्यलाई छोएर आफ्नो समूहमा फर्किएमा कबड्डी भन्ने टोलीले अङ्क पाउँछ। यो खेल बालक कालदेखि नै खेलिन्छ। यसले शरीरलाई बलियो बनाउँछ। कबड्डी खेल धेरै ठाउँमा खेलिन्छ। कबड्डी निकै रमाइलो खेल हो। सानै उमेरदेखि बालकको कबड्डी खेलमा रुचि हुन्छ। कबड्डी खेलका नियम निम्नानुसार रहेका छन् :

(क) कबड्डी खेलका लागि दुई भागमा विभाजित कोर्ट चाहिन्छ।

(ख) यस खेलमा प्रत्येक समूहमा जम्मा ७ खेलाडी हुन्छन्।

(ग) जसले टस जित्छ उसैले कोर्ट रोज्ने वा छापा मार्ने विकल्प पाउँछ।

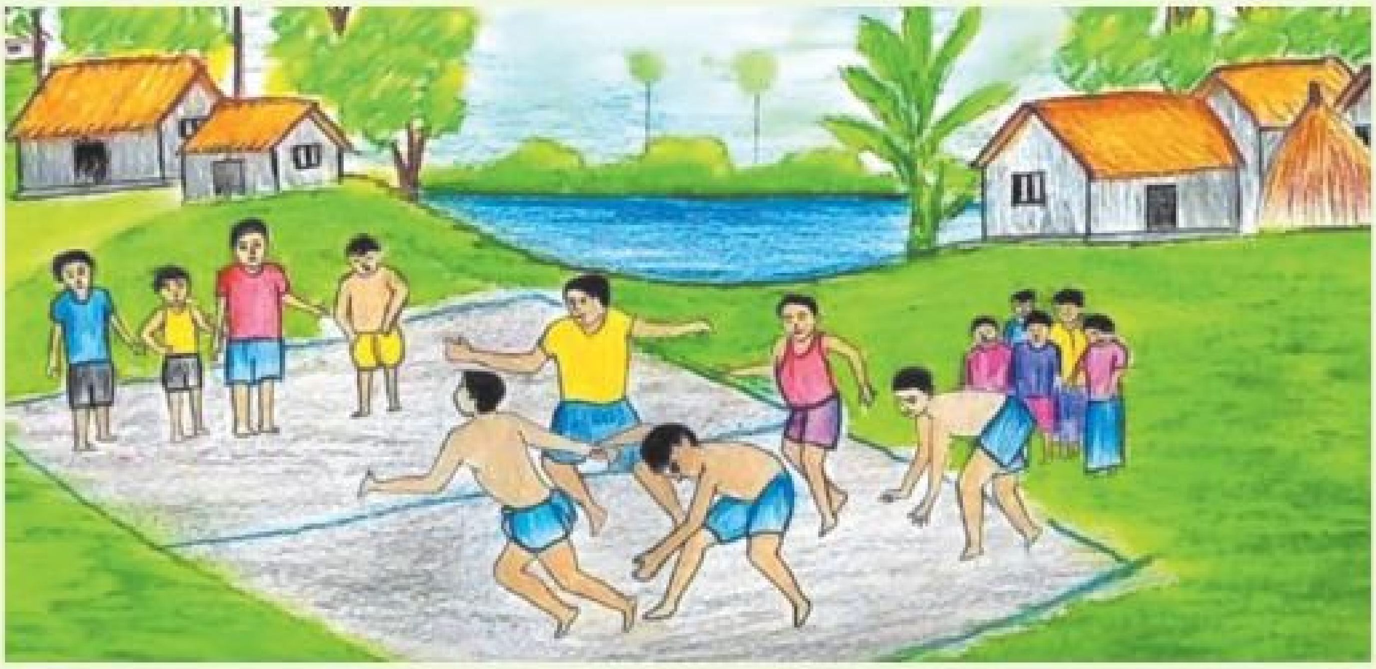
(घ) रेफ्रीले सिट्ठी बजाएपछि विपक्षीको कोर्टमा प्रवेश गर्नुपर्छ।

(ङ) कबड्डी कबड्डी भन्दै अर्को समूहमा जाने टोलीले त्यहाँको कसैलाई छोएर आफ्नो कोर्टमा फर्किएमा भन्ने टोलीले अङ्क पाउँछ र त्यसलाई उतै रोकेमा रोक्ने टोलीले अङ्क पाउँछ।

(च) कबड्डी खेलमा कुनै खेलाडी बाहिर निस्कियो भने विपक्षी टोलीले अङ्क पाउँछ।

(छ) जुन समूहले अङ्क पाउँछ त्यही समूहको बाहिरिएको सदस्य भित्र आउँछ।

(ज) तोकिएको समयमा बढी अङ्क ल्याउने समूह विजयी हुन्छ।



कबड्डी खेल

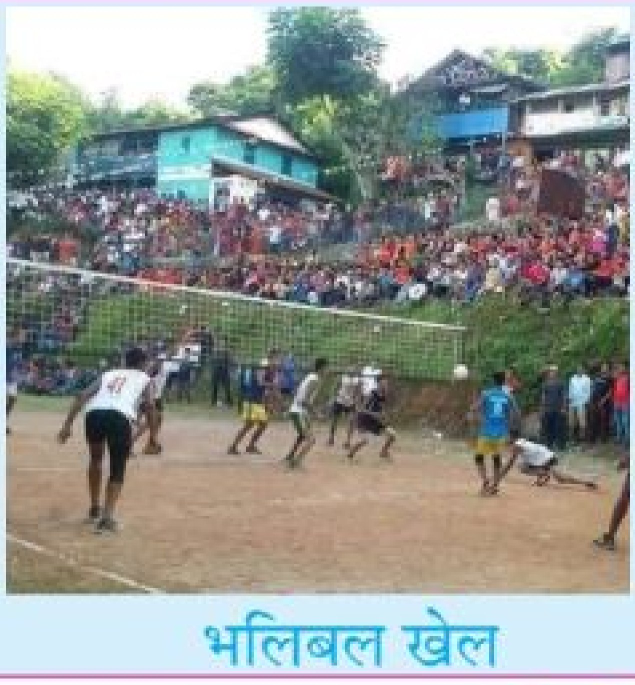
भलिबल

भलिबल हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको निकै लोकप्रिय खेल हो। भलिबल खेल भकुन्डाका माध्यमबाट दुई समूहबिच खेलिने सामूहिक खेल हो। यो निश्चित आकारको कोर्टमा ६/६ जना खेलाडी मिलेर बललाई हातले हानेर भुइँमा खस्न नदिई खेलिने खेल हो। यस खेलमा सर्भिसबाट आएको बललाई तीन पटकसम्म पास खेलेर विपक्षको कोर्टमा खसाल्ने प्रयास गरिन्छ। पाँच सेटको खेलमा तीन खेल जित्ने समूह विजयी हुन्छ। सानो खेल मैदान भए पनि खेल्न सकिने भएकाले हाम्रो नगरपालिकामा यो खेल निकै लोकप्रिय छ।

(क) बललाई हातमा केही क्षण रोक्नुहुँदैन।

(ख) बललाई तीन पटकभन्दा बढी एउटै टिमका खेलाडीद्वारा हान्न पाइँदैन।

(ग) जाली (नेट) लाई कुनै पनि अङ्गले छुनु, विपक्षी खेलाडीलाई छुनु, मध्य रेखा पार गरेर विपक्षी क्षेत्रमा जानुहुँदैन।



भलिबल खेल

(ङ) आफ्नो टिमको सर्भिसको बल अर्को टिमको गल्तीले खसेपछि अथवा बिग्रेपछि मात्र प्वाइन्ट पाइन्छ।

फुटबल

फुटबल विश्वको सबैभन्दा बढी लोकप्रिय खेल हो। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पनि फुटबल खेलिन्छ। फुटबल खेलमा ११/११ जना खेलाडी रहन्छन्। फुटबल आयतकार घाँसेमैदानमा खेलिन्छ। फुटबल ग्राउन्डमा दुवैतिर गोल पोस्ट हुन्छन्। जुन समूहले बढी गोल गर्छ, उही समूह विजय हुन्छ। फुटबल खेल जम्मा ४५ / ४५ मिनेट गरेर ९० मिनेटसम्म खेलिन्छ। ९० मिनेटमा पनि कुनै समूहले गोल गर्न नसकेमा थप ३० मिनेट समय दिइन्छ। यति वेलासम्म पनि गोल नभएमा पेनाल्टी प्रहार गरेर विजयी घोषणा गरिन्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका समथर भूभागमा फुटबल खेल खेलिन्छ।

फुटबल खेल

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

खाली ठाउँ भरौं :

(क) एक समूहमा जम्मा .... जना खेलाडी प्रतिस्पर्धामा हुन्छन् ।

(ख) विरोधी टोलीको समूहमा .... गर्दा कबड्डी कबड्डी भन्नुपर्छ ।

(ग) .... नेपालमा मात्र नभएर विश्वमा नै खेलिन्छ ।

(घ) पाँच सेटको खेलमा तीन खेल जित्ने समूह .... हुन्छ ।

(ङ) भलिबल खेल भकुन्डाका माध्यमबाट दुई समूहबिच खेलिने ....खेल हो ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौं :

(क) कबड्डी कस्तो खेल हो ?

(ख) कबड्डी खेलमा कति जना खेलाडी हुन्छन् ?

(ग) फुटबल खेलमा कति जना खेलाडी हुन्छन् ?

(घ) भलिबल कस्तो खेल हो ?

(ङ) भलिबलमा कति जना खेलाडी हुन्छन् ?

उत्तर लेखौं :

(क) तपाईँलाई कुन कुन खेलमा बारेमा थाहा छ ?

(ख) तपाईँको वडामा कुन कुन खेल खेलिन्छन् ?

(ग) फुटबल खेलका नियम लेखेर देखाउनुहोस् ।

सोचौं, सोधौं र लेखौं :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा पहिलेदेखि नै प्रचलनमा रहेका कुन कुन खेल छन् होला ? तीमध्ये कुनै एक खेलको खेल्ने तरिका लेखेर साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

आफ्ना विषय शिक्षकको अनुमति लिएर पाठमा भनिएको कुनै एक खेल खेल्ने अभ्यास गर्नुहोस् ।

एकाइ छ

पर्यटन

पर्यटकीय क्षेत्र, हाँडीकोट

कमलजैसी मन्दिर

गाजाको दह

माईको थान

रिठे डाँडा

पाठ १६ आन्तरिक पर्यटनको महत्त्व

जैमिनी माघेसङ्क्रन्ति मेला

पर्यटन भन्नाले यात्रा वा भ्रमण भन्ने बुझिन्छ। मानिसले आफ्नो फुर्सदको समयमा मनोरञ्जन, आनन्द अथवा ज्ञान बढाउनका लागि गर्ने यात्रा नै पर्यटन हो। पछिल्लो समयमा पेसाव्यवसाय, स्वास्थ्य सेवा प्राप्तिका लागि गरिने यात्रालाई पनि पर्यटन मान्ने गरिएको छ। पर्यटन गर्ने मानिस पर्यटक हो। प्राचीन समयमा ज्ञानको खोजी र शान्ति प्राप्तिका लागि अथवा आरामका लागि गरिने यात्रालाई पर्यटन भनिन्थ्यो। यसमा तीर्थयात्रा पनि पर्थ्यो। पर्यटन आन्तरिक पर्यटन र बाह्य पर्यटन गरी दुई किसिमका हुन्छन्। आन्तरिक पर्यटन भन्नाले कुनै एक देशको नागरिकले आफ्नै देशभित्र भ्रमण गर्नुलाई बुझाउँछ भने एउटा देशको नागरिकले अर्को देशको पर्यटकीय उद्देश्यले यात्रा गर्नु चाहिँ बाह्य पर्यटन हो।

मानिसले गर्ने पर्यटनको प्रयोजन र उद्देश्य भिन्न भिन्न हुन सक्छन्। कोही मनोरञ्जन र आरामको उद्देश्यले मात्रै यात्रा गर्ने हुन्छन्। पर्वतारोहरण, र्‍याफ्टिङ, पदयात्रा आदि साहसिक पर्यटन हुन्। कुनै ठाउँको जाति र संस्कृति विशेषको अध्ययन गर्नका लागि गरिने पर्यटनलाई सांस्कृतिक भनिन्छ। ऐतिहासिक स्थल र धरोहरको अवलोकन र अध्ययन गर्न गरिने यात्रा ऐतिहासिक पर्यटन हो। प्राकृतिक स्थलमा गरिने पर्यटन, वनजङ्गल, जीवजन्तुको अवलोकनका लागि गरिने यात्रालाई पर्यावरणीय पर्यटन भनिन्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा निम्नानुसार पर्यटन व्यवसायको सम्भावना रहेको देखिन्छ :

धार्मिक, प्राकृतिक तथा ग्रामीण पर्यटन : गाउँतिर गरिने घुमघाम नै ग्रामीण पर्यटन हो। ग्रामीण जीवनशैली, स्थान, परिकार र उत्पादनबाट ग्रामीण पर्यटनमा टेवा पुग्छ। ग्रामीण पर्यटनका विभिन्न स्वरूप छन्। गाउँका स्थान तथा पर्यटकीय क्रियाकलाप ग्रामीण पर्यटनका क्षेत्र हुन्। होमस्टे, पदयात्रा, विहार, जलयात्रा, धार्मिक तीर्थस्थल, गाउँका उत्पादन, जङ्गली जनावर, आतिथ्य सत्कार जस्ता विविध पक्ष नै ग्रामीण पर्यटनका मुख्य आधार हुन्।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिका क्षेत्रभित्र प्रचुर मात्रामा पर्यटकलाई आकर्षण गर्न सक्ने विभिन्न किसिमका धार्मिक, सांस्कृतिक, ऐतिहासिक पर्यटकीय क्षेत्र छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा विभिन्न किसिमका धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थल रहेका छन्। जैमिनि ऋषि शिव मन्दिर, माइका थान, कमलजैसी मन्दिर, जैमिनी घाट धाम, शङ्ख शिला, शिवपुरी मन्दिर, राधाकृष्ण मन्दिर, गाईथुने घाट, हात्ती ढुङ्गा (गणेश मन्दिर), पुरानो गाउँ (बराजुको थान) अर्जेवाको चोखेक देवीको मन्दिर, पञ्चदेवल, गाजाको दह, हाँडीकोट धुरी, रिट्ठे डाँडा, ब्याडथलाको धुरी, मर्नासको देवी मन्दिर, बिनामारे देवलको शिव मन्दिर, जनै मन्तर्ने पोखरी आदि प्रसिद्ध पर्यटकीय प्राकृतिक स्थल र विभिन्न जातजातिका कुलदेवताका मन्दिर नगरका धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थल हुन्।

हाम्रो नगरपालिका कालीगण्डकीको काखमा छ। विश्वमा नै शालिग्राम कुद्ने र कीटाणुरहित जल पाइने कालीगण्डकीलाई आधार बनाएर हामी धार्मिक पर्यटनको विकास गर्न सक्छौँ। यस्तै कालीगण्डकी जल र शालिग्राम बिक्री गरेर प्रशस्त पैसा आर्जन गर्न सक्ने सम्भावना रहेको छ। नगरपालिकाको जैमिनिघाटमा एकदिन मात्र भए पनि पर्यटकलाई बास बस्न मिल्ने गरी व्यवस्था गर्ने नीति रहेको छ। जैमिनी नगरपालिकाको योजनामा रहेको चक्रपथको निर्माणपछि यहाँका धेरै धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थल जोडिन्छन्। यसबाट धार्मिक, प्राकृतिक तथा ग्रामीण पर्यटन प्रवर्धनमा टवा पुग्ने देखिन्छ।

सती ढुङ्गा मन्दिर

पुराना गाउँ छिस्ती

प्राचीन देवल

जैमिनी धाम मन्दिर

नगरका सहर उन्मुख बजारका रूपमा कुस्मिसेरा बजार पर्छ भने बजार बन्न लायक स्थानमा जैमिनी घाट, रुम्टा, बेलबगर, ठेउले, जाडी, ब्याडथला, सतीढुङ्गा, नाम्दुक, डाँडाखानी, देउराली, छिस्तीको धुस आदि रहेका छन्। यी स्थानलाई व्यवस्थित गर्न सकेको खण्डमा निश्चित रूपले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक बढ्छन्। यसबाट थप आर्थिक अवसरहरू सृजना गर्न सकिन्छ। विभिन्न आदिवासी, जनजातिका मौलिक संस्कृति, रीतिरिवाज, वेशभूषा, खानपान तथा दैनिक व्यवहार पनि पर्यटन विकासका आधार हुन्। ग्रामीण पर्यटनलाई विस्तार गर्नका लागि पर्यटन पूर्वाधारको विकास गर्नुपर्छ। यिनै पहिचानका आधारमा आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटनको विकास गर्न सकिन्छ।

थन्थापी माईको थान मन्दिर

हात्ती ढुङ्गा गणेश मन्दिर

कृषि पर्यटन : हाम्रो जैमिनी नगरपालिका कृषि उत्पादनमा अगाडि छ। यहाँका विभिन्न क्षेत्रमा कृषि तथा कृषिजन्य वस्तुको उत्पादन गर्न सकिन्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा सुन्तला, केरा, भाँगो, सिरिम्ले मकै, बाँकाको सिन्की, सिस्नाको धुलो, दुध तथा दुग्धजन्य पदार्थको उत्पादन हुन्छ।

अर्जेवा सुम्सा झरना

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा उत्पादन हुने कतिपय वस्तु नितान्त फरक छन्। यस्ता मौलिक पहिचान भएका वस्तुप्रति धेरैको आकर्षण रहन्छ। यहाँ मौरीपालन, माछापालन, पोल्ट्री फर्म आदिको प्रशस्त सम्भावना छ। यस्तै आधुनिक तरिकाले गरिएका खेती, बेमौसमी तरकारी खेती, फलफूल खेती आदिका माध्यमबाट यहाँ कृषि पर्यटनको विकास गर्न सकिन्छ। हाम्रो नगरपालिकाको दमेकमा फल्ने बर्खे आलुको छुट्टै महत्त्व छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा उत्पादन हुने अर्गानिक कृषि उपजका माध्यमबाट कृषि पर्यटन प्रवर्धन गर्न सकिने प्रशस्त सम्भावना छ।

कुनै पनि धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्वका अवसरमा कुनै निश्चित स्थानमा धेरैभन्दा धेरै मानिस हर्ष उल्लासका साथ जमघट हुने गर्छन्। मानिसको जमघटलाई नै मेला भनिन्छ। कुनै अवसरमा धेरै मानिस जम्मा भएर व्यापार व्यवसायका गतिविधि पनि सञ्चालन गरेका हुन्छन्। मेला महोत्सवलाई आर्थिक गतिविधि सञ्चालन गर्ने क्रियाकलापका रूपमा पनि हेर्न सकिन्छ। धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय स्थान एवम् खेलकूदको विकास तथा स्थानीय रीतिरिवाज र संस्कृतिको पहिचान गराउने उद्देश्यले मेला नै महोत्सव आयोजना हुन्छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिमा आयोजना हुने विभिन्न मेला महोत्सवले हाम्रो सांस्कृतिक परिचय दिइरहेका हुन्छन्। जैमिनी नगरपालिकाभित्र रहेका विभिन्न धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थानमा मेला पर्व आयोजना हुने गरेका छन्।

हाम्रो नगरपालिका हरेक वर्ष माघेसङ्क्रान्ति पर्वको अवसरमा हुने जैमिनी (ज्यामिरे घाटको) मेला/महोत्सव, वैकुण्ठे चतुर्दशीको रातदेखि पूर्णिमाको दिनसम्म गाजाको दहमा लाग्ने दहको मेला, फागु पूर्णिमाको दिन र चण्डी पूर्णिमाको दिन हाँडीकोटमा लाग्ने हाँडीकोट मेला, तिजको दिन दमेक केटीचौर र अर्जेवाको ओखले चौरमा लाग्ने तिजमेला, जेठको २० गते छिस्तीको पुराना गाउँमा लाग्ने पुरानागाउँ मेला, बाला चतुर्दशीको दिन सतबिज छर्ने गरी ज्यामिरे घाट र सतीढुङ्गा जैदीमा लाग्ने बाला चर्तुदशी मेला, शिवरात्रि पर्वको अवसरमा सोही दिन पैयुँथन्थापको हात्ती ढुङ्गा (गणेश मन्दिर) मा लाग्ने हात्ती ढुङ्गे मेला, लगायतका विभिन्न धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थानमा लाग्ने मेला महोत्सव नै जैमिनीका मुख्य मेला महोत्सव हुन्।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा आयोजना हुने मेला अथवा महोत्सवले सबै मानिसलाई एकताको सूत्रमा बाँध्ने काम गरेका छन् । यस्ता मेला/महोत्सवले हामीलाई नातागोतासँगको सम्बन्धलाई प्रगाढ बनाउन तथा इष्टमित्रको सम्बन्ध नजिक ल्याउन सहयोग पुऱ्याउँछन् । मेला/महोत्सवले गाउँ नगरमा रहेका व्यक्तिको खेलकूदको विकास र संस्कृतिको जर्गेना गर्ने, आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटन प्रवर्धन गर्ने, स्थानीय सामग्रीको प्रचारप्रसार गर्ने, घरेलु तथा कुटीर उद्योगको संरक्षण गर्ने जस्ता महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका हुन्छन् । यिनै महोत्सव र मेलाका माध्यमबाट जातजातिका संस्कृति, वेशभूषा र चालचलनको समेत जानकारी पाइन्छ। त्यसैले यस्ता मेला/महोत्सवले प्रत्यक्ष रूपमा नै हाम्रा संस्कृतिक सम्पदाको संरक्षणमा भूमिका खेलेका हुन्छन्।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

खाली ठाउँ भरौं :

(क) मानिसले आफ्नो फुर्सदको समयमा मनोरञ्जन, आनन्द अथवा ज्ञान बढाउनका लागि गर्ने यात्रा नै ....हो।

(ख) आन्तरिक पर्यटन भन्नाले कुनै एक देशको नागरिकले आफ्नै देशभित्र .... गर्नुलाई बुझाउँछ

(ग) ऐतिहासिक स्थल र धरोहरको अवलोकन र अध्ययन गर्न गरिने यात्रा ....पर्यटन हो ।

(घ) विभिन्न आदिवासी, जनजातिका मौलिक संस्कृति, रीतिरिवाज, वेशभूषा, खानपान तथा दैनिक व्यवहार पनि ....का आधार हुन् ।

(ङ) गाउँका स्थान तथा पर्यटकीय क्रियाकलाप ग्रामीण पर्यटनका .... हुन् ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) पर्यटन भनेको के हो ?

(ख) पर्यटन कति प्रकारका हुन्छन् ?

(ग) साहसिक पर्यटनमा कुन कुन कुरा पर्छन् ?

(घ) ग्रामीण पर्यटन भनेको के हो ?

उत्तर लेखौँ :

(क) पर्यटन व्यवसायबाट हामीलाई कसरी फाइदा हुन्छ ?

(ख) पर्यटकलाई आनन्द दिने कुरा के के हुन् ?

(ग) हाम्रो जैमिनीमा किन पर्यटनको सम्भावना रहेको छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

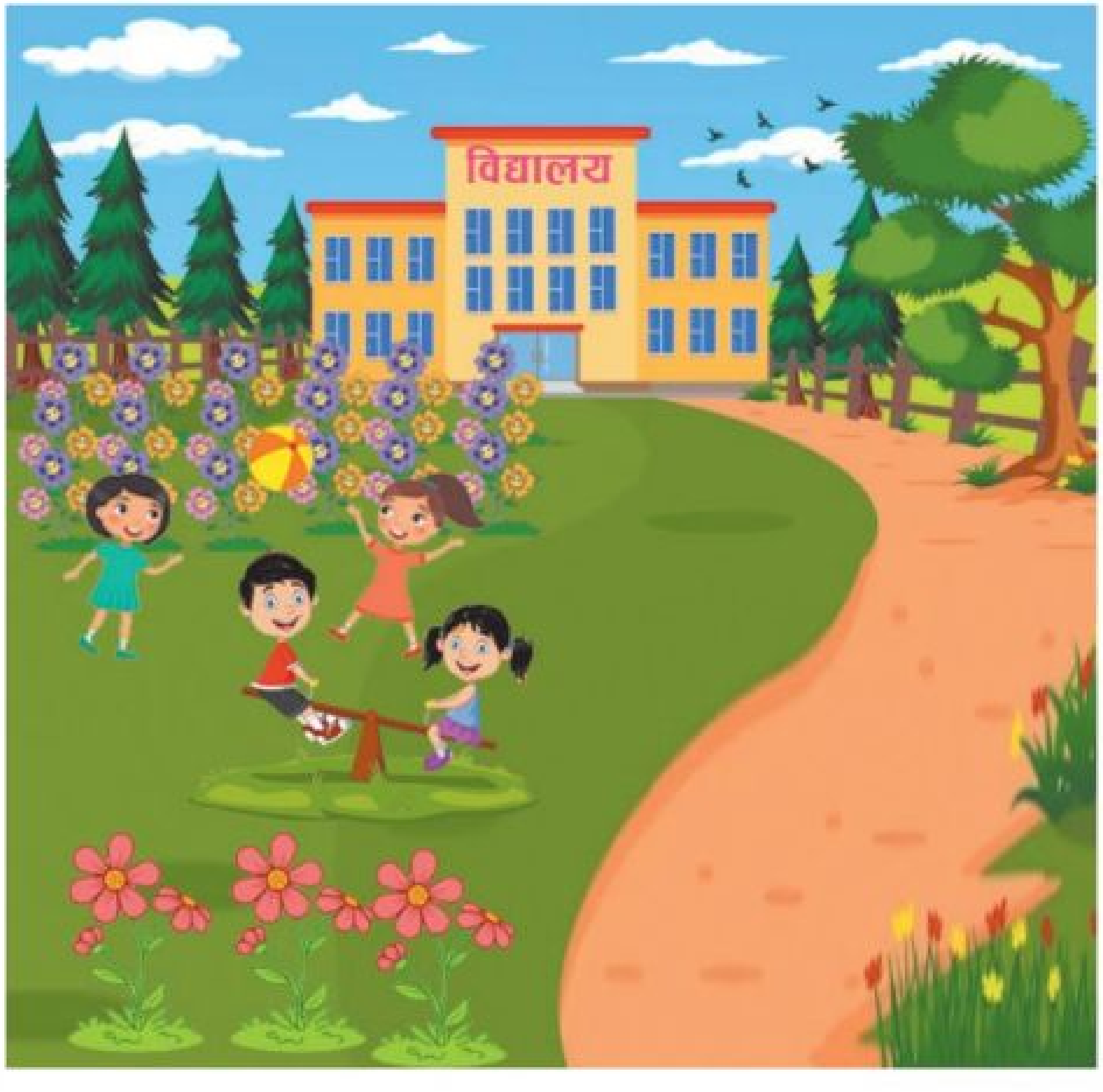
हाम्रो जैमिनी नगरपालिकालाई पर्यटकीय क्षेत्र बनाउनका लागि केकस्ता काम गर्नुपर्ला ? कामको सूची बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

जैमिनी नगरपालिकालाई पर्यटकीय नगरीका रूपमा विकास गर्नुपर्छ भन्ने आशय राख्दै सम्पूर्ण नगरवासी एकजुट बनेर यस कार्यमा लाग्न आग्रह गर्ने सूचना लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ १७ हरित विद्यालय र यसको महत्त्व

हरित विद्यालयको अवधारणाअन्तर्गत हरेक विद्यालयभित्र हरियाली रुख, बिरुवा र रमणीय बगैँचा हुनुपर्छ। त्यति मात्र नभएर प्रत्येक विद्यालयले ऊर्जा तथा पानीको मितव्ययी व्यवस्थापन तथा वातावरण मैत्री संरचनाको निर्माण गर्नुसमेत हरित विद्यालयको परिभाषाभित्र पर्छन्। हरेक क्षेत्रले आआफ्नो स्थानबाट वातावरण संरक्षण गर्ने पहल र प्रयत्न गर्नुपर्छ। विद्यार्थीले विद्यालयमा सिकेको ज्ञान तथा सिप भविष्यमा उनीहरूको काममा झल्किन्छ। त्यसैले हरित विद्यालय कार्यक्रमले विद्यार्थीमा दिगोपनाका लागि काम गर्न अभिप्रेरित बनाइराख्छ। सफल हरित विद्यालय निर्माणका मुख्य तीन आधारस्तम्भ वातावरणीय असर कम गर्ने, स्वस्थ जीवनयापनको प्रवर्धन गर्ने र वातावरण र दिगोपनामा साक्षरता बढाउने हुन्।



जैमिनी नगरपालिकाभित्र स्थापित सम्पूर्ण विद्यालय हाताभित्र उपलब्ध खाली जग्गालाई यथोचित प्रयोग गरी हरियाली निर्माण गर्नु आजको आवश्यकता हो। यसअन्तर्गत विद्यालयका हाताभित्र खाली रहेका जमिनमा वृक्षरोपण गर्ने, तारबार वा पर्खालको सट्टा उपयुक्त बिरुवा लगाएर हरित घेरबार बनाउन सकिन्छ। विद्यालयमा प्रयोगात्मक र व्यावहारिक शिक्षालाई सार्थक बनाउन बगैँचा निर्माण र वृक्षरोपण जस्तो महत्त्वपूर्ण कार्यमा संलग्न हुनुपर्छ।

हरित विद्यालय कार्यक्रमको महत्त्व

हरित विद्यालय कार्यक्रमले विद्यालयको शिक्षण क्रियाकलापलाई प्रभावकारी र व्यावहारिक ढङ्गले सम्प्रेषण गर्छ। यसले भविष्यका चुनौती सामना गर्न सक्षम नागरिक तयार पार्छ। यसका साथै हरित विद्यालयले स्थानीय समुदायमा पनि हरियाली प्रवर्धन, फोहोरमैला व्यवस्थापन, पानी व्यवस्थापन तथा सरसफाइ गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ। यसलाई ऊर्जामैत्री बनाउँदै सकारात्मक सिकाइ केन्द्रका रूपमा विकास गर्नुपर्छ। हरित विद्यालय कार्यक्रमका महत्त्व तथा फाइदा निम्नानुसार छन् :

(क) सिकाइमा सुधार

हरित विद्यालय कार्यक्रमले व्यावहारिक तथा अन्तरक्रियात्मक शिक्षण सिकाइका अवसर प्रदान गर्छ। प्रत्यक्ष अनुभव गरेका विषयवस्तु सिक्न सजिलो हुनुका साथै व्यावहारिक पनि हुन्छन्। हरित विद्यालय कार्यक्रमले कृषि उत्पादन, फोहोर व्यवस्थापन, हरित उद्यम प्रवर्धन गरी भविष्यमा जीवनयापन गर्ने सिपको समेत विकास गराउँछ।

(ख) वातावरणीय सन्तुलनको प्रवर्धन तथा संरक्षणमा सचेतना वृद्धि

हरित विद्यालय कार्यक्रमले विद्यालयभित्र प्राकृतिक वातावरणको अनुभव गर्न सकिन्छ। विद्यालयमा विभिन्न चराचुरुङ्गी, पुतली र किराको वासस्थान निर्माण हुन्छ। यसले वातावरण सन्तुलनमा सहयोग पुऱ्याउँछ। स्थानीय क्षेत्रमा पाइने रुख, बिरुवा तथा फूलहरूको पहिचान गर्न सहयोग पुग्छ। विद्यालयबाट निस्कने फोहोरमैलाले गर्दा वातावरणमा पुग्ने असर न्यूनीकरणमा हरित विद्यालयले विशेष भूमिका खेल्न सक्छ।

(ग) शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव र व्यक्तित्व विकास

हरित विद्यालय कार्यक्रमका क्रियाकलापमा संलग्न हुँदा स्वस्थ जीवनशैलीलाई प्रोत्साहन मिल्छ। शारीरिक सक्रियताले शरीर स्वस्थ रहन्छ। यस कार्यक्रममार्फत समूहमा रहेर काम गर्ने बानीको विकास हुन्छ। विद्यार्थीबिच सहयोगी भावनाको विकास हुन्छ।

(घ) ऊर्जामैत्री विद्यालयको विकास

विद्यालयमा ऊर्जामैत्री क्रियाकलाप अवलम्बन गर्दा ठुलो मात्रामा ऊर्जा खपतमा कमी ल्याउन सकिन्छ। ऊर्जामैत्री बानीव्यवहारले ऊर्जा खपतको लागतमा मात्र कम नगरी वातावरणमा पनि सकारात्मक असर पर्छ।

(ङ) विद्यालयको आर्थिक तथा वित्तीय अवस्थामा सुधार

हरित विद्यालय कार्यक्रमले विद्यालयलाई दिगो आर्थिक उपार्जन गर्ने अवसर प्रदान गर्छ। विद्यालयमा योजनाबद्ध ढङ्गले हरित विद्यालयअन्तर्गतका क्रियाकलापलाई आर्थिक समृद्धिसँग जोड्न सकिन्छ। हरित क्रियाकलापहरू विद्यालय करेसाबारी, पुष्प खेती, फलफूल खेती, नर्सरी, सोलार बत्ती, वर्षाको पानी सङ्कलन आदिले हरित उद्यम विकास गरी आयआर्जन गर्न सकिन्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) विद्यार्थीले विद्यालयमा सिकेको ....भविष्यमा उनीहरूको काममा झल्किन्छ।

(ख) जैमिनी नगरपालिकाभित्र स्थापित सम्पूर्ण .... हाताभित्र उपलब्ध खाली जग्गालाई यथोचित प्रयोग गरी हरियाली निर्माण गर्नु आजको आवश्यकता हो।

(ग) प्रत्यक्ष अनुभव गरेका विषयवस्तु सिक्न सजिलो हुनुका साथै .... पनि हुन्छन्।

(घ) स्थानीय क्षेत्रमा पाइने रुख, ... तथा ....हरूको पहिचान गर्न सहयोग पुग्छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) प्रत्येक विद्यालयमा के के हुनुपर्छ ?

(ख) विद्यार्थीले सिकेको ज्ञान केबाट झल्किन्छ ?

(ग) आजको आवश्यकता के हो ?

(घ) हामी किन बगैँचा निर्माण र वृक्षरोपणमा संलग्न हुनुपर्छ ?

उत्तर लेखौं :

(क) हरित विद्यालय कार्यक्रमको केकस्तो महत्त्व रहेको छ ?

(ख) सिकाइमा सुधार ल्याउन हरित विद्यालयले कसरी सहयोग गर्छ ?

(ग) हरित विद्यालयले शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा कसरी सकारात्मक प्रभाव पार्छ ?

सोचौं, सोधौं र लेखौं :

हाम्रो विद्यालयलाई कसरी हरियाली बनाउन सकिएला ? कुनै पाँचओटा आधार लेख्नुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

कक्षाका सबै साथी मिलेर हरित विद्यालयअन्तर्गत बगैँचा निर्माण गर्नुहोस् र त्यस बगैँचामा लगाइएका फूलका बिरुवाको संरक्षण गर्नुहोस् । हाम्रो बगैँचा शीर्षकमा कविता लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ १८ पर्यटन प्रवर्धनमा होमस्टेको भूमिका

मानिसहरू मनोरञ्जन र नयाँ अनुभवका लागि एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा घुम्न जान्छन्। त्यस्तै मानिस कुनै एक देशबाट अर्को देशमा घुम्न जान्छन्। मानिसमा नयाँ ठाउँ घुमेर रमाउने बानी हुन्छ। त्यसरी घुम्ने व्यक्तिलाई पर्यटक भनिन्छ। पर्यटक आन्तरिक र बाह्य गरी दुई प्रकारका हुन्छन्। आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकलाई आवास, खाना र अन्य आवश्यक सेवा प्रदानका लागि होटल चाहिन्छन्। होटल व्यवसायअन्तर्गत होमस्टे, होटेल, रिसोर्ट आदि पर्छन्।

हाँडीकोट पदमार्ग

वनमा फुलेको लालीगुराँस

हाम्रो जैमिनी नगरपालिका गाउँ नै गाउँले भरिएको पहाडी क्षेत्र हो। हाम्रो नगरपालिकाका केही ठाउँमा सुविधा सम्पन्न होटल तथा रेस्टुरेन्ट छन्। मानिस सहरबजारबाट गाउँमा गएर बस्न चाहन्छन्। उनीहरू गाउँले खानाका परिकारमा रमाउन चाहन्छन्। हिजोआज गाउँमा आउने पाहुनालाई बस्ने व्यवस्था मिलाउने किसिमबाट होमस्टे सञ्चालनमा आएका छन्। सानो समूहमा आएका पाहुनालाई स्वागत गर्न ग्रामीण भेगमा होमस्टे खोलिएका हुन्छन्।

ग्रामीण क्षेत्रका स्थानीय समुदाय वा निजी घरमा पर्यटकलाई सेवा दिनका लागि गरिने व्यवसायलाई होमस्टे भनिन्छ। यहाँ आउने आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकलाई खान बस्न दिने तथा सुन्दरताको अवलोकन गराउने काम होमस्टेले गर्छन्। स्थानीय स्तरमा भएका कला, संस्कृतिले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकलाई आकर्षित गर्छन्। यसबाट आन्तरिक रोजगारी सिर्जना गर्नु पनि होमस्टेको उद्देश्य रहेको हुन्छ। होमस्टेमा पाहुनालाई घुमफिरको वेला आवश्यक पर्ने बस्ने र खाने प्रबन्ध मिलाइन्छ। होमस्टेबाट रोजगारी पाउनुका साथै आयआर्जनसमेत गर्न सकिन्छ।

होमस्टेमा आउने पर्यटकलाई पाहुनालाई जस्तै व्यवहार गर्नुपर्छ। पाहुनालाई आफ्नै घरको सदस्य जस्तै मानेर उमेरअनुसारको नाता लगाई सत्कार गर्नुपर्छ। स्थानीय स्तरमा खाइने मौलिक खाना खुवाएर पर्यटकलाई आदर सम्मान गर्नुपर्छ। नेपालमा वि. सं. २०६७ भाद्र १ गतेबाट होमस्टेको सुरुवात भएको हो।

मारुनी होमस्टे

नेपालमा मात्र पाइने चरा – काँडे भ्याकुर

होमस्टे सञ्चालनका लागि प्रशस्त पर्यटनको आधार भएका क्षेत्र हुनुपर्छ। यसका लागि धार्मिक, प्राकृतिक र सांस्कृतिक सम्पदाले भरिपूर्ण भएको ठाउँ चाहिन्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिका र यसको वरपरका पालिकामा पुरातात्त्विक र पर्यटकीय महत्त्वका विभिन्न क्षेत्र छन्। त्यसैले हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा होमस्टे सञ्चालन गर्न सकिन्छ।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिका कला, धर्म र संस्कृतिको हिसाबले धनी छ। यहाँ विभिन्न जातजातिका भिन्न भिन्न संस्कृतिले पर्यटकलाई आकर्षित गर्छन्। यस क्षेत्रमा आन्तरिक र बाह्य पर्यटक घुम्न आउँछन्। पर्यटकलाई घुम्न, बस्न र खानालगायतका सुविधा उपलब्ध गराउन हाम्रै नगरपालिकाभित्र विभिन्न व्यक्ति तथा संस्थाले होमस्टे सञ्चालनको प्रयास गर्नु जरुरी छ।

हाम्रो जैमिनी क्षेत्रमा विभिन्न ऐतिहासिक, धार्मिक, सांस्कृतिक स्थान छन्। कालीगण्डकी करिडोरले हामी जैमिनीवासीलाई भारत र चीनसँग जोडेको छ। कालीगण्डकी करिडोरको निर्माण कार्यबाट पनि यस क्षेत्रको पर्यटकीय महत्त्व बढेको छ। जैमिनी नगरपालिकामा पर्यटन विकास गर्न सक्ने प्रशस्त आधार निर्माण भएका छन्। यहाँका जातिको मौलिक र रैथाने जीवनशैली, ज्ञान र सिप छन्। हाम्रा खानपान निकै नै अर्गानिक किसिमका छन्। यहाँका प्राकृतिक, धार्मिक तथा

सांस्कृतिक कलाकेन्द्र आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकको चासो र आकर्षण बनेका छन् ।

जैमिनी नगरक्षेत्रको ग्रामीण पर्यटनलाई एकीकृत गर्ने क्रममा यस क्षेत्रमा हाम्रो स्थानीयता प्रतिविम्बित हुने रेस्टुरेन्ट र भोजनालयको विकास गर्नुपर्छ। हाम्रा आफ्नै पहिचानसहितका खानाका परिकारमा जोड दिनुपर्छ। जैमिनी नगरपालिकामा बस्ने सबै जातजातिका विशेषता झल्किने होमस्टे सञ्चालन गर्न सके हाम्रो नगरपालिकाले पर्यटन विकासमा उल्लेख्य भूमिका निर्वाह गर्न सक्छ। हाम्रा स्थानीय जातिका वेशभूषा, नाचगान, बाजा, गीत र खेलको प्रदर्शन अनि प्रस्तुतीकरणका माध्यमबाट आन्तरिक र बाह्य पर्यटकलाई आकर्षित गर्न सकिन्छ।

यसरी नै हाम्रो जैमिनी नगरपालिकालाई कृषि पर्यटन, मत्स्य पर्यटन, सांस्कृतिक पर्यटनका रूपमा विकास गर्न सकिन्छ। यसका लागि होमस्टे सञ्चालन गर्नु आवश्यक छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा मारुनी, गाँजा दह, सिद्धबराह र हाँडीकोट, नामदुक आदि होमस्टे रहेका छन्।

जैमिनी वनमा फुलेको लालीगराँस

जैमिनीको गाउँबस्ती

गाजाको धुरीबाट देखिने सूर्योदय

होमस्टेको महत्त्व

(क) स्थानीय कला, संस्कृति, भाषा, वेशभूषा र रहनसहनका बारेमा पर्यटकलाई परिचित गराउन,

(ख) स्थानीय स्तरमा भएका प्राकृतिक, धार्मिक, सांस्कृतिक र सामाजिक मूल्यमान्यताको संरक्षण गर्न,

(ग) पाहुनालाई देवतासरह मान्ने नेपाली संस्कृतिको परिचय दिई अतिथि सत्कार गर्न,

(घ) स्थानीय क्षेत्रको ज्ञान र सिपको अधिकतम प्रयोग गरी स्थानीय क्षेत्रको सम्पदा र सेवाको प्रचार प्रसार गर्न र

(ङ) आन्तरिक रोजगारी सिर्जना गरी आर्थिक अवस्थाको सुधार र जीवनस्तर उकास्न ।

होमस्टे सञ्चालनका आधारभूत पक्ष

स्थानीय तहमा पर्यटकलाई आकर्षण गर्न होमस्टे व्यवसाय सञ्चालन गर्नुपर्छ। होमस्टेको सञ्चालन, प्रवर्धन, संवर्धन र विकास गर्नका लागि होमस्टेका सञ्चालक तथा व्यवस्थापकहरूमा निम्नानुसारका होमस्टेसम्बन्धी आधारभूत पक्षहरूको जानकारी हुनुपर्छ :

» पर्यटन व्यवसायको आधार भएका ठाउँमा मात्र होमस्टे सञ्चालन गर्नुपर्ने,

» सञ्चालकले होमस्टे सञ्चालनसम्बन्धी तालिम लिएको हुनुपर्ने,

» पर्यटक सुहाउँदो खान, बस्न र मनोरञ्जन गर्न मिल्ने होमस्टे बनाउने ज्ञान र सिप कला हुनुपर्ने,

» स्थानीय मौलिक परम्परा, धर्म र संस्कृतिको जानकारी हुनुपर्ने,

» पर्यटक सेवा सत्कारको विशेष ज्ञान हुनुपर्ने,

» स्थानीय मौलिक कला संस्कृति झल्किने खालका सामग्रीहरू होमस्टेमा राखिनुपर्ने,

» पर्यटकसँग अन्तरक्रिया गर्ने बोली र व्यवहारको विकास गर्नुपर्ने,

» यातायात, खानेपानी, सरसफाइलगायत सुविधा भएको ठाउँमा होमस्टे सञ्चालन गर्नुपर्ने र

» स्थानीय स्तरमा भएका पर्यटकीय क्षेत्रहरूका बारेमा ज्ञान हासिल गरेको हुनुपर्ने ।

हाम्रा मेला पर्व

कुनै पनि धार्मिक तथा सांस्कृतिक पर्वका अवसरमा कुनै निश्चित स्थानमा धेरैभन्दा धेरै मानिस हर्ष उल्लासका साथ जमघट हुने गर्छन् । मानिसको जमघटलाई नै मेला भनिन्छ। कुनै अवसरमा धेरै मानिस जम्मा भएर व्यापार व्यवसायका गतिविधि पनि सञ्चालन गरेका हुन्छन् । मेला महोत्सवलाई आर्थिक गतिविधि सञ्चालन गर्ने क्रियाकलापका रूपमा पनि हेर्न सकिन्छ। धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय स्थान एवम् खेलकूदको विकास तथा स्थानीय रीतिरिवाज र संस्कृतिको पहिचान गराउने

उद्देश्यले मेला नै महोत्सव आयोजना हुन्छन्। हाम्रो जैमिनी नगरपालिमा आयोजना हुने विभिन्न मेला महोत्सवले हाम्रो सांस्कृतिक परिचय दिइरहेका हुन्छन्। जैमिनी नगरपालिकाभित्र रहेका विभिन्न धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थानमा मेला पर्व आयोजना हुने गरेका छन्।

हाम्रो नगरपालिका हरेक वर्ष माघेसङ्क्रान्ति पर्वको अवसरमा हुने जैमिनी (ज्यामिरे घाटको) मेला/महोत्सव, वैकुण्ठे चतुर्दशीको रातदेखि पूर्णिमाको दिनसम्म गाजाको दहमा लाग्ने दहको मेला, फागु पूर्णिमाको दिन र चण्डी पूर्णिमाको दिन हाँडीकोटमा लाग्ने हाँडीकोट मेला, तिजको दिन दमेक केटीचौर र अर्जेवाको ओखले चौरमा लाग्ने तिजमेला, जेठको २० गते छिस्तीको पुराना गाउँमा लाग्ने पुरानागाउँ मेला, बाला चतुर्दशीको दिन सतबिज छर्ने गरी ज्यामिरे घाट र सतीढुङ्गा जैदीमा लाग्ने बाला चर्तुदशी मेला, शिवरात्रि पर्वको अवसरमा सोही दिन पैयुँथन्थापको हात्ती ढुङ्गा (गणेश मन्दिर) मा लाग्ने हात्ती ढुङ्गे मेला, लगायतका विभिन्न धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थानमा लाग्ने मेला महोत्सव नै जैमिनीका मुख्य मेला महोत्सव हुन्।

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा आयोजना हुने मेला अथवा महोत्सवले सबै मानिसलाई एकताको सूत्रमा बाँध्ने काम गरेका छन्। यस्ता मेला/महोत्सवले हामीलाई नातागोतासँगको सम्बन्धलाई प्रगाढ बनाउन तथा इष्टमित्रको सम्बन्ध नजिक ल्याउन सहयोग पुर्‍याउँछन्। मेला/महोत्सवले गाउँ नगरमा रहेका व्यक्तिको खेलकूदको विकास र संस्कृतिको जर्गेना गर्ने, आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटन प्रवर्धन गर्ने, स्थानीय सामग्रीको प्रचारप्रसार गर्ने, घरेलु तथा कुटीर उद्योगको संरक्षण गर्ने जस्ता महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका हुन्छन्। यिनै महोत्सव र मेलाका माध्यमबाट जातजातिका संस्कृति, वेशभूषा र चालचलनको समेत जानकारी पाइन्छ। त्यसैले यस्ता मेला/महोत्सवले प्रत्यक्ष रूपमा नै हाम्रा संस्कृतिक सम्पदाको संरक्षणमा भूमिका खेलेका हुन्छन्।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) पर्यटक आन्तरिक र .... गरी दुई प्रकारका हुन्छन्।

(ख) सानो समूहमा आएका पाहुनालाई स्वागत गर्न ग्रामीण भेगमा .... खोलिएका हुन्छन्।

(ग) स्थानीय स्तरमा भएका कला, ...ले आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटकलाई आकर्षित गर्छन्।

(घ) जैमिनी नगरपालिकामा पर्यटन विकास गर्न सक्ने प्रशस्त .... निर्माण भएका छन्।

(ङ) हाम्रा आफ्नै पहिचानसहितका खानाका ....मा जोड दिनुपर्छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) होमस्टे भनेको के हो ?

(ख) होमस्टेमा कस्ता पर्यटक आउँछन् ?

(ग) होमस्टे सञ्चालन गर्नका लागि कुन कुन कुरामा ध्यान दिनुपर्छ ?

(घ) जैमिनी नगरपालिकामा कुन कुन कुराको विकास गरेर होमस्टे सञ्चालन गर्न सकिन्छ ?

(ङ) जैमिनी नगरपालिकामा केकस्ता कुराले पर्यटकलाई आकर्षित गर्छन् ?

उत्तर लेखौँ :

(क) होमस्टे किन आवश्यक छ ?

(ख) होमस्टे सञ्चालनका लागि आवश्यक पर्ने आधारभूत पक्ष के के हुन् ?

(ग) तपाईँको सेरोफेरोमा कहाँ कहाँ होमसटे सञ्चालन गर्न सकिएला ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

जैमिनी नगरपालिकाका कुन कुन क्षेत्र होमस्टे सञ्चालनका लागि उपयुक्त रहेका छन् ? तपाईँका टोलका कुनै जानकार व्यक्तिसँग छलफल गरी प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस्।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

हाम्रो नगरपालिकामा हेमस्टेको आवश्यकता शीर्षकमा एउटा छोटो निबन्ध लेखेर कक्षामा देखाउनुहोस्।

एकाइ सात
विपद्, सामाजिक समस्या र सुरक्षा

पाठ १९ ट्राफिक नियम र सडक दुर्घटना

आज बिहान जैमिनी नगरपालिको कुस्मिसेरामा ट्राफिक प्रहरी कार्यालयले सचेतना कार्यक्रम आयोजना गरेको छ। उक्त कार्यक्रमा प्रहरी निरीक्षकले सचेतना मन्तव्य दिनुभएको छ। उहाँको मन्तव्यको सार यस्तो थियो।

आदरणीय जैमिनी नगरवासी बुबाआमा, दाजुभाइ तथा दिदीबहिनीहरू,

हामी ट्राफिक सप्ताह मनाउने क्रममा जैमिनी नगरपालिको कुस्मिसेरामा आएका छौँ। तपाईँलाई थाहा छ, दुर्घटना भनेको कुनै व्यक्ति वा वस्तुको हानि वा क्षति हुने आकस्मिक घटना अर्थात् अपर्झट आइपरेको कष्टपूर्ण अशुभ घटना हो। सडक दुर्घटना भनेको सडकमा यात्रा गर्दा हुने दुर्घटना हो। हामी नेपाली सडकबाट नै यात्रा गर्छौँ। हामीले यात्रा गर्ने सडक सुरक्षित हुनुपर्छ। सडक दुर्घटना मानिसका कारण आउने विपत् हो। हाम्रो नगरपालिकामा पनि विभिन्न सडक छन्। ती सडकमा गरिने यात्रालाई सुरक्षित राख्नु हामी सबैको दायित्व हो।

हामी जैमिनीवासीलाई सुरक्षित राख्नु हाम्रो स्थानीय सरकारको जिम्मेवारी हो। स्थानीय सरकारले ट्राफिक व्यवस्थापनका लागि कडा नियम बनाउनुपर्छ। हाम्रो नगरपालिकाको मुख्य समस्या भनेको सवारी साधनले क्षमताभन्दा बढी यात्रु बोक्नु हो। हाम्रो नगरपालिकाका सडक त्यति स्तरीय छैनन्। उकालाओराला बाटामा क्षमताभन्दा बढी यात्रु र सामान बोक्ने कार्यलाई नियमन गर्नुपर्छ। गाडीमा जति सिट क्षमता छ त्यति मात्र यात्रु हिँड्ने व्यवस्था मिलाउनुपर्छ। हामी यात्रा गर्ने यात्रीले पनि जबरजस्ती गाडीमा चढ्ने प्रयास गर्नुहुँदैन। हाम्रो जिद्दीका कारण पनि सडक दुर्घटना हुने गरेका छन्। हाम्रा सडक कच्ची र साँघुरा छन्। तिनै सडकमा पनि हामी आफ्नै घरको आँगन जस्तै

सामान राख्न खोज्छौँ। यस्ता क्रियाकलाप पनि सडक दुर्घटनाको कारण बनेका छन्। यस्तै साँघुरा र कच्ची सडक भए पनि यहाँका कतिपय सवारी साधनको गति भने अत्यन्तै तीव्र हुने गर्छ। तीव्र गति पनि सडक दुघर्घटनाको कारण बनेको छ। हामी समय समयमा सवारी साधनको परीक्षण पनि गरेका हुँदैनौँ। यी सबै कुरालाई ख्याल राखे अवश्य पनि सडक दुर्घटना कम गर्न सकिन्छ।

ट्राफिक बत्ती, जेब्रा,

सवारी चालकले ट्राफिक चिह्न, सडक रेखा र ट्राफिक बत्तीका सङ्केतको सदैव ख्याल गरी आफ्नो सवारी साधन चलाउनुपर्छ। सडक किनारामा र सडकमा राखिएका वा कोरिएका यस्ता चिह्न तथा सङ्केतको पालनाले सवारी आवागमन सहज हुन्छ। सडक दुर्घटना न्यूनीकरण हुन्छ। सडक सुरक्षा सुनिश्चित गर्दै नागरिकको जिउज्यानको रक्षा गर्नु सबैको जिम्मेवारी हो सडक प्रयोग गर्दा सबैले ट्राफिक नियम र सङ्केतको सधैँ पालना गर्ने सडक संस्कृतिको विकास गर्नुपर्छ।

सडक दुर्घटना हुने प्रमुख कारणमा सडकको अवस्था, सवारी साधनको अवस्था, सवारी चालकको अवस्था आदि हुन्। सवारी साधन र पैदल यात्रीले सडक नियमको पालना नगर्दा पनि दुर्घटना हुने गरेका छन्। सडक दुर्घटना कम गर्नका लागि सडक प्रयोगकर्ताले ट्राफिक नियम र ट्राफिक सङ्केतको पालना गर्नुपर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा कालीगण्डकी करिडोर सडक रहेको छ। यस सडकमा तीव्र गतिमा ठुला साधन कुदेका हुन्छन्। हामी वारिपारि नहेरी बाटो काट्नुहुँदैन। बाटो काट्दा जेब्राक्रसिङ प्रयोग गर्नुपर्छ। सडकमा हिँड्दा पनि पेटी प्रयोग गर्नुपर्छ। सडकमा कहिल्यै पनि खेल खेल्नुहुँदैन। सडक पार गर्ने क्रममा दौडनुहुँदैन। आफूभन्दा ठुला अभिभावकसँग सडक पार गर्नुपर्छ। हाम्रो सानो गल्तीका कारण ठुलो क्षति भोग्नुपर्ने हुन सक्छ।

तलका ट्राफिक सङ्केतहरू हेरौँ र बुझौँ :

सडक दुर्घटनाका कारण

- » सडकको क्षमताभन्दा बढी यातायातका साधन प्रयोग हुनु,
- » मानव बस्तीमा बढ्दै गएको सडकको अतिक्रमणका कारण सडक साँघुरिनु,
- » पुराना सवारी साधनको प्रयोग र सवारी साधनको जाँच तथा परीक्षणमा कमजोरी देखिनु,,
- » यातायात श्रमिकमा ज्ञान र चेतनाको कमी हुनु,
- » सवारी चालक अनुमति पत्रको वितरण प्रक्रिया वैज्ञानिक नहुनु,
- » पैदल यात्रीमा चेतनाको कमी र ट्राफिक नियमको ज्ञान नहुनु,
- » सवारी चालकलाई सडकको अवस्थाको ज्ञान नहुनु,
- » तीव्र गतिमा सवारी साधन चलाउनु,
- » जथाभावी सवारी पार्किङ गरिनु ।
- » सडक दुर्घटनाका न्यूनीकरणका उपाय
- » जेब्रा क्रसिंग, फुटपाथको चित्र र तलका कुरालाई सूचनापाटीमा राख्ने
- » सवारी साधनको नियमित जाँच तथा परीक्षण गर्नुपर्छ।
- » सवारी साधनको तीव्र गति नाप्ने उपकरणको व्यवस्था गर्नुपर्छ।
- » रातका लागि विशेष ट्राफिक सङ्केत बोर्ड राखिनुपर्छ।
- » सडक विस्तार कार्य तीव्र बनाइनुपर्छ साथै सडकलाई फराकिलो बनाउनुपर्छ।
- » पैदल यात्री तथा दुई पाङ्ग्रे सवारीका लागि छुट्टै सडक लेन बनाउनुपर्छ।
- » सडक अतिक्रमणलाई रोक्नुपर्छ।
- » सडक सुरक्षाका विषयमा पाठ्य सामग्री बनाई विद्यालय तहमा अनिवार्य गरिनुपर्छ।
- » सडक सुरक्षाबारे जनचेतनामूलक सामग्री प्रकाशन तथा प्रसारण गर्नुपर्छ।
- » सडक छेउमा निर्माण सामग्री थुपार्ने, सवारी पार्किङ गर्ने काम रोक्नुपर्छ।
- » घरपालुवा चौपाया, कुखुरा, हाँस आदि सडकमा छाड्नुहुँदैन।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौं :

खाली ठाउँ भरौं :

(क) सडक दुर्घटना भनेको सडकमा यात्रा गर्दा हुने .... हो ।

(ख) सडक दुर्घटना मानव निर्मित .... हो ।

(ग) नेपालको यात्राको मुख्य माध्यम सडक.................................. हो ।

(घ) अपर्झट आइपरेको कष्टपूर्ण .... घटना हो ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौं :

(क) सडक दुर्घटना भनेको के हो ?

(ख) हाम्रो यात्राको मुख्य माध्यम के हो ?

(ग) सडक दुर्घटना कस्तो प्रकोप हो ?

(घ) सडक दुर्घटना कसरी हुन्छ ?

उत्तर लेखौं :

(क) तपाईंको टोल वा वडामा केकस्ता सडक दुर्घटना हुन्छन् ?

(ख) हामी कसरी सडक दुर्घटनाबाट बच्न सक्छौं ?

(ग) सडक दुर्घटना हुने मुख्य कारण के के हुन् ?

(घ) सडक दुर्घटना कम गर्ने उपाय के के हुन् ?

सोचौं, सोधौं र लेखौं :

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा कहाँ कहाँ बढी सडक दुर्घटना हुन्छन् होला ? दुर्घटनाका मुख्य कारण के के होलान् ? एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

सडक दुर्घटना न्यूनीकरणका लागि अपनाइने कुनै पाँच उपायको सूची बनाउनुहोस् ।

पाठ २०
हाम्रा सामाजिक समस्या

हाम्रो समाजमा विभिन्न समस्या रहेका छन् । समाजमा बस्ने सबै मानिसको व्यवहार एकै प्रकारको हुँदैन। सबैले समान व्यवहार देखाउँदैनन्। सबै मानिसले एकअर्कासँग समान व्यवहार गर्दैनन्। मानिसअनुसार व्यवहारको ढाँचा पनि फरक हुन्छ। समाजमा रहेका यस्ता समस्या समाधान गर्नु हाम्रो जिम्मेवारी हो । यस पाठमा समाजमा रहेका समस्या र तिनको समाधान गर्ने उपायका विषयमा छलफल गरिएको छ :

विद्युत् उपकरणको प्रयोग

विद्युत् मानिसका लागि नभइनहुने कुरा हो। विद्युत्बाट नै आजको युगका धेरै काम भएका छन्। घर, कार्यालय, कारखाना, विद्यालय, सार्वजनिक स्थल आदि ठाउँमा विद्युत् हुन्छ। विद्युत् मानिसका लागि जति आवश्यक छ त्यति नै मानिसका निम्ति खतरायुक्त पनि छ। विद्युत् चलाउने क्रममा विशेष सावधानी अपनाउनुपर्छ। यदि सावधानी अपनाउन सकिएन भने मानिसको ज्यन नै जाने खतरा पनि रहेको हुन्छ। त्यसैले हामी बिजुलीसँग खेलवाड गर्नुहुँदैन। जथाभावी बिजुलीका तार राख्नुहुँदैन। बिजुका स्विच चिसो हातले छुनुहुँदैन। आफूले जानेका कुरा हाम्रा अभिभावक तथा साना भाइबहिनीलाई पनि सम्झाउनुपर्छ। विद्युतीय सामान उपयोगमा विशेष सावधानी अपनाउनुपर्छ।

चोरी तथा डकैती

कसैको सामान अनुमतिबिना नियन्त्रणमा लिने कामलाई चोरी भनिन्छ। चोरी गर्ने व्यक्तिले थाहा नै नदिई अरु कसैको सामान आफ्नो कब्जामा लिने गर्छन्। अचल सम्पत्तिलाई पनि चल बनाएर उपयोग गरिदिने काम चोरीमा पर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकामा धनमाल चोर्ने प्रवृत्ति रहेको छ। समाजमा अशिक्षा, बेरोजगारी, गरिबी, गलत सङ्गत, छिटै सम्मपन्न बन्ने चाहना, परिश्रम नगरी

धन कमाउन चाहने इच्छा जस्ता कारणबाट चोरी तथा डकैती हुने गरेको पाइन्छ। चोरले घरमा कोही नभएको मौका पारेर मूल्यवान् वस्तु चोर्ने काम गर्छ। घरमा धनमाल जथाभावी राख्नु पनि हुँदैन। मूल्यवान् वस्तु घरमा भएको सूचना कसैलाई पनि दिनुहुँदैन। मेला, पर्व, जात्रा, महोत्सव आदि अवसरमा चोरी घटना बढी हुने भएकाले विशेष सचेत हुनुपर्छ। रातीको समयमा आफ्नो घरका झ्याल तथा ढोका राम्रोसँग बन्द गर्नुपर्छ। कुनै सवारी साधनमा यात्रा गर्ने क्रममा बहुमूल्य वस्तु घरमै गोप्य ठाउँमा राख्नुपर्छ। चोरीका कारण अर्थिक क्षति तथा मानसिक तनाव सिर्जना हुन्छ। कहिलेकाहीँ चोरसँग जम्काभेट भई ज्यानै जाने खतरा पनि बढ्छ।

चोरीबाट बच्नका लागि घरमा सुरक्षा सावधानी अपनाउनुपर्छ। आफू घरबाट कतै टाढा जाँदा छिमेकी वा नजिकको प्रहरी चौकीमा खबर गर्नुपर्छ। आफ्ना दैनिक गतिविधि सार्वजनिक गर्नुहुँदैन। भिडभाडमा जाँदा आफ्ना सामानको सुरक्षामा विशेष ख्याल गर्नुपर्छ। आफू कतै गएको सूचना सामाजिक सञ्जालमा राख्नुहुँदैन। आफ्नो टोल वा छिमेकमा चोरी घटना भएको थाहा पाए तुरुन्त प्रहरी चौकीमा खबर गर्नुपर्छ।

ग्याँस चुल्हो प्रयोग गर्दा अपनाउनुपर्ने सावधानी

हिजोआज जताजतै खाना पकाउनका लागि ग्याँस चुल्हो प्रयोग हुन्छ। ग्याँस चुल्हो सजिलो र छरितो हुन्छ। गाउँसहर सबै ठाउँमा यसैको प्रयोग हुन्छ। खाना पकाउनका लागि जति ग्याँस चुल्हो सजिलो छ। त्यति नै यो खतरायुक्त छ। ग्याँस चुल्होमा खाना पकाउँदा निकै सचेत हुनुपर्छ। सावधानी अपनाउन सकिएन भने यसले मानिसको ज्यान नै लिन सक्छ। हामी खाना पकाउँदा

ग्याँस सिलिन्डर पड्किएको भनेर हामी सुन्दै आएका छौँ। ग्याँसमा खाना पकाउने कोठा सजिलै हावा बाहिर जाने खालको हुनुपर्छ। ग्याँसमा खाना बनाउँदा झ्यालढोका खुला राख्नुपर्छ। ग्याँसको सिलिन्डरबाट चुल्होसम्मको पाइप परीक्षण गर्नुपर्छ। कतै ग्याँसको गन्ध आएमा बिजुलीका स्विच दबाउनुहुँदैन। मोबाइलको बत्ती बालेर रेगुलेटर बन्द गर्नुपर्छ। कहिलेकाहीँ आगलागी भएमा चिसो लुगाले छोप्नुपर्छ।

ग्याँसबाट आगो बल्नका लागि अक्सिजन आवश्यक पर्ने भएकाले आगलागी भएमा अक्सिजन पूर्णरूपमा बन्द गर्नुपर्छ। सकेसम्म ग्याँस चुल्होबाट सिलिन्डर टाढा हुनुपर्छ। हिजोआज जताततै आधुनिक रेगुलेटर पाइन्छन्। यस्ता रेगुलेटरले कतै ग्याँस चुहेको भए आफैँ ग्याँस प्रसारण बन्द गरिदिन्छन्। त्यसैले सुविधायुक्त सामानको प्रयोग गर्नुपर्छ। आफूले जानेका कुरा घरपरिवारलाई सिकाउनुपर्छ। सावधानी अपनाएमा कुनै क्षति हुँदैन।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) मानिसअनुसार ....को ढाँचा पनि फरक हुन्छ।

(ख) विद्युत् चलाउने क्रममा विशेष ....अपनाउनुपर्छ।

(ग) चोरी गर्ने व्यक्तिले थाहा नै नदिई अरु कसैको ....आफ्नो कब्जामा लिने गर्छन्।

(घ) चोरीका कारण अर्थिक क्षति तथा .... तनाव सिर्जना हुन्छ।

(ङ) हामी खाना पकाउँदा ग्याँस ....पड्किएको भनेर हामी सुन्दै आएका छौँ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) सामाजिक समस्या भनेको के हो ?

(ख) सामाजिक समस्यामा के के पर्छन् ?

(ग) विद्युत् चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने कुरा के के हुन् ?

(घ) चोरी भनेको के हो ?

उत्तर लेखौँ :

(क) चोरीबाट कसरी सावधानी अपनाउन सकिन्छ ?

(ख) ग्याँस चुलो बाल्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा के के हुन् ?

(ग) सामाजिक समस्या कम गर्नका लागि के के गर्नुपर्ला ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

पाठमा भनिएकाबाहेक हाम्रो समाजमा अरु कुन कुन सामाजिक समस्या आउन सक्छन् ? साम(ाजिक समस्याको नाम र समाधान गर्ने उपायका बारेमा कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

तपाईँलाई कुनै सामाजिक समस्या पऱ्यो भने त्यसको समाधानका लागि केकस्ता काम गर्नुहुन्छ ? समस्याको पहिचान, समस्याका कारण, समस्या समाधानका उपायसमेत समेटेर एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् र कक्षामा पालैपालो सुनाउनुहोस् ।

एकाइ आठ

सूचना र प्रविधि

पाठ २१

सञ्चार सिप

विनोद र विनिताको घर जैमिनी नगरपालिका वडा न. ३ दमेकमा छ। स्कुलबाट फर्केर खाजा खाएपछि उनीहरू खेल्न घरछेउको चौरमा गए। त्यहाँ हरि, ममता, दिनेश आदि साथी खेलिरहेका थिए। हरिले विनोद र विनितालाई तिमी पनि खेल्ने हो भनेर सोधे। विनोद र विनिता बोलेनन्। टाउको हल्लाएर हुन्छ भन्ने सङ्केत गरे। हरिले उनीहरूको कुरा बुझेर खेलमा सहभागी गराए। हरि, विनोद र विनिताबिच भएको कुराकानी तथा टाउको हल्लाएर गरिएको सङ्केतलाई सञ्चार भनिन्छ।

हामीले गाउँघरमा पन्चेबाजा बजेको सुनेका छौँ। पन्चेबाजा बजेमा हामी कसैको घरमा विवाह हुन लागेको वा कुनै शुभकार्य हुन लागेको अनुमान लगाउँछौँ। यो पनि एक प्रकारको सञ्चार हो। ध्वनि, सङ्केत, इसारा वा लिपिका माध्यमबाट आफ्नो मनको कुरा अरूलाई भन्नु र अरूको कुरा सुन्नुलाई सञ्चार भनिन्छ। भन्न खोजिएको कुरा प्रभावकारी तरिकाले अरूसामु पुऱ्याउने वा आफूसँग ल्याउने प्रक्रियालाई सञ्चार सिप भनिन्छ।

सञ्चार गर्दा एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्ति वा समूहमा सूचनाको आदानप्रदान भइरहेको हुन्छ। सूचनाको आदानप्रदान गर्दा विभिन्न माध्यमको प्रयोग गरेर एकै पटक ठुलो समूहमा पठाउन सकिन्छ। यसलाई हामी आम सञ्चार भन्छौँ। सूचनालाई प्रस्टसँग अरूले बुझ्ने गरी पठाउनका लागि सञ्चार सिपको आवश्यकता पर्छ।

आजभन्दा धेरै वर्ष पहिले सूचना आदानप्रदानका लागि निकै कठिन हुन्थ्यो । कसैलाई केही सूचना दिनु परे दमाहा बजाउने अनि कर्नाल फुक्ने गरिन्थ्यो । कुनै डाँडाबाट कर्नालको अवाज वा दमाहाको आवाज आएपछि पक्कै केही नयाँ सूचना आउँछ भनेर ध्यानपूर्वक सुन्ने प्रचलन थियो। कतै बन्दुक पड्काएर सूचना दिने गरिन्थ्यो । अझै पनि हामी दसैँ तथा तिहारको टीका लगाउनका लागि बन्दुक पड्केको आवाजको प्रतीक्षा गर्छौँ । यस्ता गैरभाषिक क्रियाकलापबाट पनि भाषिक सञ्चार भइरहेको हुन्छ ।

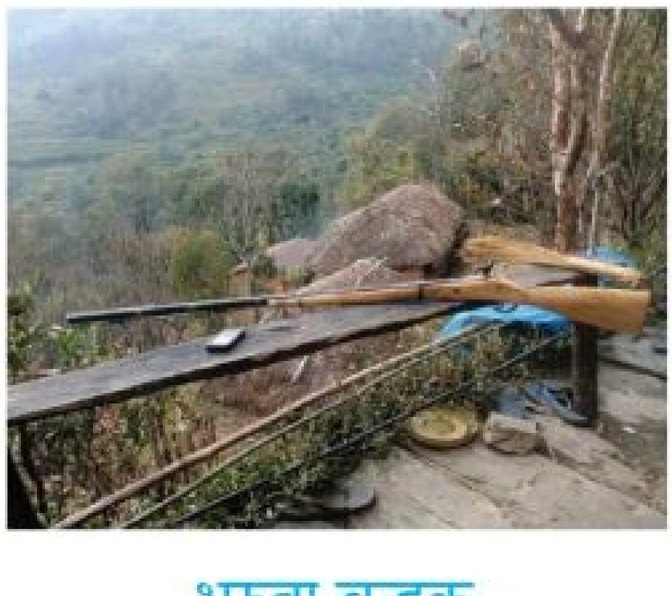
हाम्रो गाउँमा शङ्खलाई पनि सूचना प्रदान गर्ने साधनका रूपमा उपयोग गरिन्थ्यो । गाउँमा कतै शङ्ख बज्दा माङ्गलिक कार्य प्रारम्भ भएको जानकारी पाइन्छ। त्यही शङ्खको ध्वनि नफर्काएर बजाउँदा कसैको मृत्यु भएको भन्ने सन्देश प्राप्त हुन्छ। अग्ला डाँडा वा माथिल्लो ठाउँमा पुगेर सन्देश दिने यी गैरभाषिक क्रियाकलाप हुन् । हामीले कुनै विषयका बारेमा जानकारी पाउने भाषिक तथा गैरभाषिक क्रियाकलापलाई नै भाषिक सञ्चार भनिन्छ ।

परम्परागत सूचनाका साधनहरू

कर्नाल

शङ्ख

दमाह



भरुवा बन्दुक

च्याट जिपिटी

च्याट जिपिटी एक कृत्रिम बुद्धिमत्ता प्रणाली हो। यसको विकास खुला एआईद्वारा गरिएको हो। यसले मानिसलाई विभिन्न विषयका बारेमा जानकारी दिन्छ। यसले सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर दिने र विभिन्न प्रकारको सामग्री तयार पार्न मद्दत गर्छ। यसले प्रयोगकर्ताको इनपुटलाई बुझेर सन्दर्भअनुसार उत्तर प्रदान गर्न सक्छ। यसका माध्यमबाट हामी सन्दर्भित सूचना, सुझाव, वा सिर्जनात्मक लेखन गर्न सक्छौँ। च्याटजिपिटी नेपाली भाषामा पनि चलाउन सकिन्छ। हामीले जुनसुकै विषयका बारेमा राखेको जिज्ञासा यसले समाधान गरिदिन्छ। आजको विश्वमा नयाँ कुराको खोजका लागि यसको प्रयोग भइरहेको छ। हामी पनि कुनै विषयका बारेमा जानकारी लिन चाहन्छौँ भने यसैको उपयोग गर्न सक्छौँ।

एआई (AI)

कृत्रिम बुद्धिमत्ता (एआई) एक प्रविधि हो। यसले कम्प्युटर र मेसिनलाई मानव बुद्धिको रूपमा कार्य गर्न सक्षम बनाउँछ। यसको उद्देश्य भनेको यन्त्रलाई सोच्न, सिक्न र समस्यालाई समाधान गर्न सक्ने बनाउनु हो। एआईले ठुलो परिमाणमा डाटा विश्लेषण गर्न सक्छ। यसले सिक्न र भविष्यवाणी गर्न सक्छ। यसले विभिन्न प्रकारका कामहरू स्वचालित रूपमा गर्न सक्छ। यसलाई विभिन्न क्षेत्रहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसले स्वास्थ्य सेवा, वित्त, शिक्षा र यातायातका बारेमा सूचना प्रदान गर्छ। एआईका मुख्य प्रविधिहरूमा मेसिन लर्निंग, नेचुरल ल्याङ्ग्वेज प्रोसेसिङ र कम्प्युटर भिजन समावेश छन्। यसले हाम्रो मानव जीवनलाई सजिलो र प्रभावकारी बनाउन ठुलो भूमिका खेल्दै आएको छ। एआई चलाउनका लागि कुनै ब्राउजरमा गएर

एआई खोज्नुपर्छ। त्यहाँ आफूले खोज्न चाहेको विषय टाइप गर्नुपर्छ। त्यसपछि हामीले दिएको निर्देशनअनुसार एआईले काम गर्छ।

इन्स्टाग्राम

इन्स्टाग्राम एक लोकप्रिय सामाजिक सञ्जाल हो। यसले प्रयोगकर्तालाई तस्बीरहरू र भिडियोहरू साभ्मा गर्न, सम्पर्कमा रहन र सिर्जनात्मकता प्रकट गर्न अनुमति दिन्छ। यसको प्रारम्भ सन् २०१० बाट भएको थियो। अहिले विश्वभरका लाखौँ मानिसहरूले इन्स्टाग्राम प्रयोग गर्छन्। इन्स्टाग्राममा प्रयोगकर्ताहरूले आफ्नो प्रोफाइल बनाउन सक्छन्। आफ्ना फोलोअरहरू थप्न सक्छन्। अन्य प्रयोगकर्ताको सामग्रीलाई लाइक र कमेन्ट गर्न सक्छन्। यसमा स्टोरी, रिल्स र आइजिटिभी जस्ता सुविधाहरू पनि उपलब्ध छन्। यसले विविध प्रकारका सामग्रीलाई प्रस्तुत गर्न सहयोग गर्छ। इन्स्टाग्रामले व्यक्तिगत ब्रान्ड निर्माणदेखि लिएर व्यावसायिक प्रचार र सामाजिक सञ्जालमा पनि महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) हरिले उनीहरूको कुरा बुझेर खेलमा ....गराए।

(ख) पन्चेबाजा बजेमा हामी कसैको घरमा विवाह हुन लागेको वा कुनै शुभकार्य हुन लागेको .... लगाउँछौँ।

(ग) सञ्चार गर्दा एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्ति वा समूहमा सूचनाको .... भइरहेको हुन्छ ।

(घ) गाउँमा कतै शङ्ख बज्दा माङ्गलिक कार्य प्रारम्भ भएको .... पाइन्छ ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) सञ्चार सिप भनेको के हो ?

(ख) भाषिक सञ्चार कसरी हुन्छ ?

(ग) बाजा बज्दा हामी के थाहा पाउँछौँ ?

(घ) गैरभाषिक सञ्चारमा के के पर्छन् ?

उत्तर लेखौँ :

(क) हामी कसरी सञ्चार गर्छौँ ?

(ख) भाषिक सञ्चार र गैरभाषिक सञ्चारमा के भिन्नता छ ?

(ग) हाम्रा पुर्खाले सञ्चारका लागि केकस्ता साधन विकास गरेका थिए ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

हाम्रा पुर्खाले एकअर्कासँग कुराकानी गर्न केकस्ता साधनको विकास गरेका थिए ? सञ्चारका साधन र तिनले दिने सन्देशका बारेमा लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

आफ्ना अभिभावकको सहयोग लिएर परम्परित सञ्चारका साधनका बारेमा एउटा प्रतिवेदन लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ २२

हाम्रा सूचना प्रविधिका साधन

सूचना प्रविधिले दूरसञ्चार, कम्प्युटर, टेक्नोलोजीसँगै काम गर्छ। सूचना प्रविधिको विकासले संसार आज एउटा सानो गाउँ बनेको छ। हामी सूचना प्रविधिका माध्यमबाट कुनै पनि विषयको जानकारी केही क्षणमा नै पाउन सक्छौँ। टेलिफोन, फ्याक्स, टेलेक्स, कम्प्युटर, इन्टरनेट, इमेल, फोटोकपी, प्रिन्टर, स्क्यानर, सेलुलर फोन, भिडियोफोन, डिजिटल क्यामेरा, मल्टिमेडिया जस्ता आदि सूचना प्रविधिका साधन हुन्। हामी आज यिनै साधनका माध्यमबाट विश्वसँग जोडिएका छौँ। यस्ता सूचना र प्रविधि हाम्रो जीवनको अंश बनेका छन्। यिनले हाम्रो जीवनलाई सजिलो बनाएका छन्।

डिजिटल टेक्नोलोजीले हाम्रो दैनिक जीवनको लागि महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दै छ। यिनै प्रविधिले हामीलाई ज्ञान र विज्ञानसँग जोडेका छन्। यिनैका माध्यमबाट हामीले विभिन्न विषयसँग सम्बन्धित सूचना पाउँछौँ। यिनै प्रविधिका माध्यमबाट हामी स्थानीय तहमा कार्यालयबाट प्रवाह हुने सेवासुविधाका बारेमा जानकारी पाउँछौँ। हाम्रा सबै प्रशासनिक कार्यालयलाई व्यवस्थित बनाउनका लागि सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको ठुलो भूमिका रहेको छ। लामो समय लगाएर गर्नुपर्ने काम छोटो समयमा नै सम्पन्न गर्न सकिन्छ।

सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको प्रयोगले थोरै समयमा धेरै काम गर्न सकिन्छ। यसको प्रयोगले कम लगानीमा उच्च प्रतिफल हासिल गर्न सकिन्छ। यसैबाट कार्यालयलाई आर्थिक रूपमा मितव्ययी बनाउन सकिन्छ। यसको प्रयोगले जटिल काम पनि सजिलै गर्न सकिन्छ। सूचना तथा प्रविधिका कारण हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको काम पनि व्यवस्थित भएको छ। थोरै जनशक्तिबाट धेरै काम गर्न सकिन्छ। सेवाग्राहीलाई सेवा प्रवाहमा सहजता आउँछ। यसैका कारण कर्मचारीको मनोबल उच्च रहन्छ। यसले कार्यालयका कामकाजलाई पारदर्शी बनाउन सहयोग पुऱ्याउँछ।

गुणस्तरीय सेवाका लागि सूचना तथा सञ्चार प्रविधि आवश्यक छ। कार्यालयका चिठी, प्रतिवेदन, फारम, गतिविधि, योजना, बैठकका निर्णय आदि विविध विषयलाई कम्प्युटरमा प्रविष्ट गरी मागेको समयमा सूचना दिने व्यवस्था गर्न सकिन्छ। साथै प्रत्येक कोठामा डेस्कटप र प्रिन्टरको व्यवस्था गरी जनतालाई छिटो सेवा दिन सकिन्छ।

कागजी प्रयोगलाई कम गर्ने कार्यलाई प्रोत्साहन दिँदै वेभसाइट, एसएमएस, कम्प्युटर, पेनड्राइभ आदि मोबाइल एप्सको प्रयोग गर्न सकिन्छ। सूचना र प्रविधिको विकासबाट स्वास्थ्य क्षेत्रमा विकट क्षेत्रका बिरामीलाई इन्टरनेटका माध्यमद्वारा स्वास्थ्यसम्बन्धी सेवा दिने प्रविधि टेलिमेडिसिन, शिक्षा क्षेत्रमा स्मार्ट क्लास, कृषि क्षेत्रमा मोबाइल एप्लिकेसन, बैङ्क तथा वित्तीय क्षेत्रमा (इ–बैङ्किङ, एसएमएस बैङ्किङ) आदिको प्रयोगबाट सजिलै सेवा दिन सकिन्छ।

हामी हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाको गतिविधि वेभसाइड, मोबाइल एप्सबाट पाउन सक्छौँ। हाम्रो नगरपालिकाका गतिविधि पनि यिनै माध्यमबाट पाउन सक्छौँ। हामी धेरै कार्यालयमा औँला छापको माध्यमबाट हाजिरी गरेको देखेका छौँ। यस्तो हाजिरीबाट कार्यालय आएको समय र कार्यालयबाट बाहिर गएको समय स्पष्ट रूपमा थाहा पाइन्छ। कर्मचारीको बिदालाई व्यवस्थापन गर्न सजिलो भएको छ। हाम्रा कार्यालयका लेखा शाखा, राजस्व शाखा, दर्ता चलानी, भण्डारण शाखा, पञ्जीकरण शाखामा सफ्टवेयरबाट काम भइरहेका छन्। नागरिकले घरमै बसी बसी सम्पूर्ण कार्यालयका सूचना इमेल, वेभपेज, मोबाइल एप्स, सामाजिक सञ्जाल आदिबाट प्राप्त गर्न सक्ने भएका छन्।

आजभोलि इमेलमार्फत तत्काल कुनै सामग्री आदानप्रदान गर्न सक्ने व्यवस्था रहेको छ। इमेलमार्फत जानकारी दिने, सहभागी गराउने र आवश्यक विवरण उपलब्ध गराउने काम पनि सूचना प्रविधिको विकाससँगै भएका छन्। सूचना र प्रविधिका माध्यमबाट कार्यालयको प्रशासन र व्यवस्थापनलाई स्वचालित, छिटोछरितो र सेवाग्राही मैत्री बनाइएको छ। यसरी सूचना र प्रविधिले मानिसले गर्नुपर्ने आधाभन्दा धेरै काम गरिदिएको छ। आज हामी सूचना र प्रविधिबाट टाढा भयौँ भने एकैछिनमा धेरै कुरा गुमाएका हुन्छौँ।

सूचना र प्रविधि आजका मानिसको सहयोगी बनेको छ। यसैका माध्यमबाट विश्व एउटा गाउँका रूपमा परिणत पनि भएको छ। मानिसका आवश्यकता सजिलै पूरा हुने परिस्थिति बनेको छ। जति प्रविधि हाम्रो अभिन्न अङ्ग बन्दै छ त्यति नै यसले मानिसको क्रियाशीलता पनि घटाइरहेको छ। मानिस प्रविधिका कारण एकोहोरो बनेका छन्। मानिसमा रहेको ठुलो सृजनशक्ति हराउने अवस्थामा पुगेको छ। त्यसैले सूचना र प्रविधिको प्रयोग हाम्रो कामको सजिलोका लागि हुनुपर्छ। हामीले प्रविधिलाई चलाउने हो। प्रविधिकै पछि मात्र लागेर आफ्नो सृजनशीलतालाई बाधक बनाउनुहुँदैन।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) डिजिटल टेक्नोलोजीले हाम्रो दैनिक जीवनको लागि .... भूमिका खेल्दै छ।

(ख) सूचना तथा सञ्चार प्रविधिको प्रयोगले थोरै समयमा धेरै .... गर्न सकिन्छ।

(ग) सेवाग्राहीलाई सेवा प्रवाहमा .... आउँछ।

(घ) जैमिनी नगरपालिकाको गतिविधि वेभसाइड, ...बाट पाउन सकिन्छ।

(ङ) कर्मचारीको बिदालाई .... गर्न सजिलो भएको छ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) सूचना र प्रविधि भनेको के हो ?

(ख) सूचना र प्रविधिमा के के पर्छन् ?

(ग) स्थानीय तहमा सूचना र प्रविधिले कुन कुरामा भूमिका खेल्दै आएको छ ?

(घ) स्थानीय तहमा सूचना र प्रविधि किन आवश्यक छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) तपाईँलाई सूचना र प्रविधिका विषयमा के के थाहा छ ?

(ख) हामी सूचना प्रविधिबाट केकस्ता काम गर्न सक्छौँ ?

(ग) सूचना प्रविधिको विकासबाट हामीलाई के के फाइदा भएको छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँले आफ्नो घर वा टोलमा कुन कुन सूचना र प्रविधिसँग सम्बन्धित सामान देख्नुभएको छ ? सूची बनाएर कक्षामा देखाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

सूचना प्रविधिको महत्त्व शीर्षकमा एउटा निबन्ध लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

एकाइ नौ

नैतिक मूल्य मान्यता र सदाचार

पाठ २३ द्वन्द्व व्यवस्थापन

द्वन्द्व व्यवस्थापन भनेको द्वन्द्वको अन्तिम समाधान नभई त्यसबाट हुनसक्ने क्षति कम गर्नका लागि अपनाइने वैकल्पिक उपाय हो। विद्यालय भनेको पनि समाजद्वारा नै स्थापित सामाजिक संस्था हो। यहाँ विभिन्न भाषाभाषी, तथा फरक विचार र धारणा भएका शिक्षक तथा विद्यार्थीको जमघट हुन्छ। शिक्षक र विद्यार्थी, विद्यालय प्रशासन र शिक्षक, शिक्षक र अभिभावक सङ्घ आदिका बिचमा मत भेद हुँदा त्यसको प्रत्यक्ष असर शिक्षक र विद्यार्थी दुवैमा पर्न जान्छ र द्वन्द्वको सिर्जना हुन्छ। द्वन्द्वलाई रोकेर विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थी बिच सुमधुर सम्बन्ध कायम गरी अध्ययनअध्यापन कार्यलाई निरन्तररूपमा अगाडि बढाउनका लागि द्वन्द्व व्यवस्थापन अपरिहार्य हुन्छ।

विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थीबिचको द्वन्द्व व्यवस्थापन गर्नका निम्ति शिक्षक, प्र.अ., विद्यार्थी, अभिभावक कुनै एक पक्षले चाहेर मात्र हुँदैन। सबै पक्षका बिचमा राम्रो समन्वय र सम्बन्ध हुनु आवश्यक छ। विद्यालय र समुदायका बिच सम्बन्ध राख्न सकेमा विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थीबिच हुने द्वन्द्व व्यवस्थापनलाई राम्रोसँग अगाडि बढाउन सकिन्छ। शिक्षक र विद्यार्थीबिचको द्वन्द्वको अवस्था विभिन्न राजनीतिक गतिविधि, विद्यालय प्रशासन र शिक्षकबिचको बेमेल, विद्यार्थीको अभद्र व्यवहार जस्ता कारणले हुन सक्छ। विद्यालयले छलफल, संवाद, सहमति, सहकार्य, एकता, सर्वपक्षीय भेला, नीतिनियममा आधारित भएर कार्य गर्ने जस्ता समाधानका उपाय अपनाउँदै शिक्षक र विद्यार्थीमा देखिएको द्वन्द्वलाई व्यवस्थापन गर्नुपर्छ।

विद्यालय प्रशासनले वेला वेलामा शिक्षक, विद्यार्थी तथा अभिभावकबिचको छुट्टाछुट्टै तथा संयुक्त भेला गराई शिक्षक तथा विद्यार्थीमा देखिएका समस्या, शिक्षक र विद्यार्थीको सम्बन्ध टाढिनुका कारण, सुमधुर सम्बन्धको स्थापना गराएर बढ्दो द्वन्द्वलाई व्यवस्थापन गर्नुपर्छ। अभिभावक सङ्घ, विद्यालय प्रशासन, अभिभावक, शिक्षक र विद्यार्थीले गर्नुपर्ने कामकर्तव्यका बारेमा समेत छलफल तथा अन्तरक्रिया हुनुपर्छ। विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थीबिचको द्वन्द्व व्यवस्थापनले विद्यार्थीको भावना परिवर्तन भई अध्ययनअध्यापन क्रियामा सघाउ पुग्छ। द्वन्द्व व्यवस्थापनले गर्दा शिक्षक र विद्यार्थीको नजिकको सम्बन्धका कारण विद्यार्थी तथा शिक्षकमा नौलो जोसजाँगर आउँछ। पठनपाठन क्रियाकलाप प्रभावकारी हुन्छ। विद्यालयमा द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि निम्नलिखित काम गर्न सकिन्छ :

- विद्यालयमा बालमैत्री वातावरणको सिर्जना गर्नुपर्छ।
- शिक्षक र विद्यार्थीबिचको सुमधुर सम्बन्ध कायम गर्नुपर्छ।
- छात्र तथा छात्राको समस्या निराकरण गर्नुका साथै शिक्षकका समस्याप्रति पनि ध्यानकर्षण गरी समस्यालाई समाधान गराएर शिक्षक र विद्यार्थीबिच सुमधुर सम्बन्ध कायम राख्नुपर्छ।
- द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि विद्यार्थीलाई केवल किताबी ज्ञानको सट्टा उनीहरूलाई आफ्ना अधिकार एवम् काम, कर्तव्य अनि बानीमा सुधार गर्नुपर्ने कुराहरूको समेत शिक्षा दिनुपर्छ।
- विद्यालयमा द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि शिक्षकले आदर्श अगुवाको भूमिका खेल्नुपर्छ।

विद्यार्थीका लागि घरपरिवारपछि सिक्ने मुख्य ठाउँ विद्यालय नै हो। शिक्षक विद्यालयको आत्मा हो। शिक्षकले नै विद्यार्थीलाई राम्रो वातावरणमा सिक्ने तथा सिकाउने काम गर्नुपर्छ। विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थीबिच सुमधर सम्बन्ध कायम भए ज्ञान आदानप्रदान पनि सजिलो हुन्छ।

सामाजिक विकृति र कुलत

हाम्रो समाजका मानिसहरूमा आज पनि विभिन्न प्रकारका कुलत रहेका छन्। धूम्रपान, मध्यपान तथा लागु औषध सेवन गर्ने गैरकानुनी काम हुन्। यस्ता कानुनले निषेध गरेका काम गर्न रोक लगाउनुपर्छ। हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका धेरै ठाउँका मानिस आज पनि यस्ता कुलतको सिकार भएका छन्। यस्ता कुलतका कारण एकातिर समाजमा इज्जत र प्रतिष्ठा हराउँदै जान्छ। अर्कातिर नियमित कुलतमा लाग्नुका कारण स्वास्थ्य अवस्था पनि कमजोर बन्न पुग्छ।

कुलतका कारण नियमित रूपमा धेरै पैसा खर्च भइरहेको हुन्छ। खर्च बढ्नुका कारण परिवारमा पनि समस्या आउँछ। कुलतले हाम्रो समाजिक, आर्थिक, नैतिक सबै प्रकारका मूल्य घटाइदिन्छ। त्यसैले हाम्रो घरपरिवार तथा समुदायमा कोही कुलतमा लागेको थाहा पाउनेबित्तिकै सम्झाइबुझाइ गर्नुपर्छ। मानिसको स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्ने खालका तथा कानुनले समेत प्रतिबन्धित गरेका क्रियाकलापलाई सधैँका लागि बन्द गर्ने अभियानमा हाम्रो भूमिका रहनुपर्छ। स्वस्थ र मर्यादित जीवन बिताउनका लागि हामी सबैले असल बाटो रोज्नुपर्छ।

छुवाछुत

हाम्रो जैमिनी नगरपालिकाका कतिपय ठाउँमा आज पनि जातजातिका आधारमा छुवाछुत गरेको पाइन्छ। सबै मानिस एउटै हुन्। मानिस मानिसका बिचमा भेदभाव गर्नुहुँदैन। कुनै पनि मानिसलाई जातिका आधारमा भेदभाव गर्नुभनेको कानुनी अपराध हो। यस्तो अपराध गरेको थाहा पाइएमा जेल सजाय तथा पैसा पनि तिर्नुपर्ने हुन्छ। सबै मानिसलाई सम्मान गर्ने बानीको विकास गर्नुपर्छ।

सबै मानिस एउटै हुन्, मानिस मानिसका बिचको भेदभावलाई मानव अधिकारले पनि स्वीकार गर्दैन। समाजका सबै मानिसको सम्मान गर्नु हामी सबैको दायित्व हो। मानिस मानिसका बिचको भेदभाव अन्त्य गर्ने अभियानमा हामी सबैको सक्रिय सहभागिता आवश्यक छ। भेदभावरहित र दुर्व्यसनरहित जैमिनी नगरपालिका निर्माणमा हामी सबैको सझेदारी हुनुपर्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

खाली ठाउँ भरौँ :

(क) विद्यालय भनेको पनि समाजद्वारा नै स्थापित .... संस्था हो ।

(ख) द्वन्द्वलाई रोकेर विद्यालयमा शिक्षक र विद्यार्थी बिच सुमधुर सम्बन्ध कायम गरी अध्ययनअध्यापन कार्यलाई निरन्तररूपमा अगाडि बढाउनका लागि .... अपरिहार्य हुन्छ ।

(ग) सबै पक्षको बिचमा राम्रो .... र सम्बन्ध हुनु आवश्यक छ ।

(घ) अभिभावक सङ्घ, विद्यालय प्रशासन, अभिभावक, ... र विद्यार्थीले गर्नुपर्ने कामकर्तव्यको बारेमा समेत .... तथा अन्तरक्रिया हुनुपर्छ ।

पाठ पढेर मुखैले उत्तर भनौँ :

(क) द्वन्द्व भनेको के हो ?

(ख) द्वन्द्व कसरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ?

(ग) विद्यालयमा हुने द्वन्द्व कसरी व्यवस्थापन गर्न के के गर्नुपर्छ ?

(घ) शिक्षक र विद्यार्थीको द्वन्द्व कसरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ?

उत्तर लेखौँ :

(क) विद्यालयमा द्वन्द्व व्यवस्थापन गर्न केकस्ता काम गर्नुपर्छ ?

(ख) विद्यार्थीका लागि परिवारपछिको सिक्ने ठाउँ कुन हो ?

(ग) द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि शिक्षकको भूमिका कस्तो हुनुपर्छ ?

सोचौँ, सोधौँ र लेखौँ :

तपाईँले अध्ययन गर्ने विद्यालयमा कुनै द्वन्द्व सिर्जना भएमा त्यसको समाधानका लागि कुन कुन पक्षले केकस्तो भूमिका खेल्नुपर्छ ? सूची बनाएर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

सिर्जना / परियोजना कार्य :

कक्षाका साथीका बिचमा द्वन्द्व भएको अभिनय गर्नुहोस् र त्यो द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि तपाईँले आआफ्नो तर्फबाट भूमिका खेलेको अभिनय गर्नुहोस् । द्वन्द्व व्यवस्थापनका लागि गर्नुपर्ने मुख्य कुरालाई बुँदा लेखेर कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

पाठ २४ असल र खराब स्पर्श

सामान्यतया कसैले कसैलाई छुने कार्य स्पर्श हो । सामान्य रूपले हेर्दा छुने वा स्पर्श गर्ने कार्य सामान्य नै लाग्छ, तर सबै छुवाइ सामान्य हुँदैनन् । फरक लिङ्गका बिचमा हुने स्पर्श वा छुवाई असामान्य लाग्छ। यस्ता स्पर्शले नकारात्मक प्रभाव पार्छ। कसैले कसैलाई कुन मनसायले, शरीरको कुन अङ्गमा कसरी स्पर्श गरेको छ भन्ने आधारमा असल र खराब स्पर्श पहिचान हुन्छ।

स्पर्श गर्ने व्यक्तिले कसरी स्पर्श गरेको छ भन्ने जानकारी नहुने तर स्पर्श भएको व्यक्तिलाई यसको गहिरो र नकारात्मक असर पर्ने हुन सक्छ। एकआपसमा बोल्दा, कुराकानी गर्दा एक अर्कामा छुनुपर्दैन र छुनु पनि हुँदैन । तर कसै कसैको नछोइकन बोल्नै नसक्ने, जानेर वा नजानेर कुराकानीका क्रममा पटकपटक अर्को व्यक्तिलाई छुने बानी हुन सक्छ। यस्तो बानीले दुर्घटना निम्त्याउन सक्छ। कसै कसैले जानीजानी तर नजाने जस्तो गरेर, थाहा नपाए जस्तो गरेर छुने गर्छन् जुन अपराधिक मानसिकताको उपज हो । यस्तो क्रियाकलाप हिंसा हो ।

असल स्पर्श

कसैले स्पर्श गर्दा वा छुँदा सहज महसुस हुन्छ। शरीरका संवेदनशील अङ्गमा छोएको छैन, सहज अनुभूति लागेको छ भने त्यसलाई असल स्पर्श भनिन्छ। परिवारका सदस्यले माया गर्ने, अङ्कमाल गर्ने, चुम्बन गर्ने, शिक्षकले पुरस्कारस्वरूप स्याबासी दिने, पुरस्कार वा प्रमाणपत्र ग्रहण गर्दा हात मिलाउने आदि कार्यलाई असल स्पर्श भन्न सकिन्छ । असल स्पर्शमा व्यक्तिले एकअर्काको स्याहार गर्न र एकअर्कालाई मद्दत गर्नका लागि अँगालो हाल्ने, हात समात्ने आदि गर्छन् । अर्को अर्थमा भन्दा आफूलाई माया गर्ने मान्छेले अङ्कमाल गर्दा, प्रोत्साहन गर्दा वा प्रोत्साहनका लागि हात मिलाउँदा, माया जताउँदा राम्रो अनुभूति हुन्छ भने त्यसलाई असल छुवाइ भनिन्छ। महिला तथा बालबालिकालाई छुँदा अप्ठेरो मान्छन् र उनीहरूमा नराम्रो अनुभूति हुन्छ त्यस्तो वेलामा असल छुवाइ भनिएका छुवाइलाई पनि नियन्त्रण गर्नुपर्छ।

खराब स्पर्श

असल स्पर्शको विपरीत असम्बन्धित व्यक्तिले वा सम्बन्धित व्यक्तिले अस्वाभाविक ढङ्गले शरीरका जुनसुकै अङ्गमा छोएको अवस्था खराब स्पर्श वा छुवाइ हो । संवेदनशील अङ्ग अनुहार, छाती, यौनाङ्गको भाग आदिमा छुने कार्य गलत छुवाइ हो । कसैले नछुनुपर्ने अवस्थामा पनि छुनु, गोप्य अङ्गमा छुन खोज्नु, छोइने व्यक्तिलाई असहज महसुस हुँदा पनि बारम्बार कसैले छुनु, नजिक आउने गर्नु, यौनजन्य मनसायले शरीरको संवेदनशील अङ्गमा स्पर्श गर्नु, मुसार्नु, चुम्बन गर्नु, समात्नु, अङ्कमाल गर्नु आदि छुवाइलाई खराब स्पर्श भनिन्छ। सामान्यतया पौडी खेल्दा पनि ढाकिने अङ्गलाई गोप्य अङ्ग र अनुहारको भागलाई संवेदनशील अङ्ग भनिन्छ। अभिभावक र चिकित्सकले स्वास्थ्य जाँच वा उपचार गर्ने उद्देश्यले बाहेक कसैको पनि गोप्य अङ्गमा छुने कार्य गलत छुवाइ हो । गलत छुवाइ असुरक्षित र गैरकानुनी छुवाइ हो ।

प्रत्येक व्यक्तिलाई आफ्नो शरीरमा आफ्नै अधिकार हुन्छ। व्यक्तिको इच्छाविपरीत उसको शरीरमा कसैले छुन पाइँदैन। व्यक्ति वा बालबालिकालाई अप्ठेरो लाग्ने गरी, असहज हुने गरी कसैले छुनुहुँदैन। मैले कसैलाई छुनुपर्ने अवस्था छ वा छैन, कतै छुनुपर्ने अवस्था नभएकामा पनि छोइएको छ छैन भन्ने कुरामा हरेका व्यक्ति सजग हुन जरुरी छ।

संवेदनशील अङ्ग, गोप्य अङ्ग र विपरीत लिङ्गीलाई छुने कार्य दण्डनीय भएकाले सजग हुनुपर्छ। कसैको गलत छुवाइको पीडा सहेर बसियो भने त्यस पीडाले आफूलाई सधैँ सताइरहन्छ, तनाव भइरहन्छ र वृत्ति विकासमा समेत अवरोध सिर्जना गर्छ। आफूबाट कसैलाई पनि गलत छुवाइ नहुने कुरामा आफू प्रतिबद्ध हुन जरुरी छ भने कसैले गलत छुवाइ गर्न खोजेमा वा छोएमा तत्कालै होइन, मलाई मन पर्दैन, फेरि यस्तो नहोस् भनेर तत्काल प्रतिकार गर्नुपर्छ। यदि प्रतिकार गर्दा पनि नटेरेमा नजिकमा भएका व्यक्तिसँग सहयोग माग्नुपर्छ। नजिकमा कोही नभएको अवस्थामा ठुलो स्वरमा कराएर गुहार माग्नुपर्छ।

साथी, अब क्रियाकलाप गरौँ :

असल र खराब स्पर्श पाठ पढेपछि तपाईंले के कुरा बझ्नुभयो ? आफूले बुझेको कुरा कक्षामा सुनाउनुहोस्। खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भरौँ :

(क) कसैले कसैलाई छुने कार्य ....हो।

(ख) सबै .... सामान्य हुँदैनन्।

(ग) एक आपसमा बोल्दा...................................पर्दैन।

(घ) पुरस्कार वा प्रमाणपत्र ग्रहण गर्दा हात मिलाउने कार्य .... हो।

(ङ) बालबालिकालाई .... हुने गरी कसैले छुन हुँदैन।

प्रश्नका उत्तर लेखौँ :

(क) स्पर्श भनेको के हो ?

(ख) स्पर्श कति प्रकारका हुन्छन् ?

(ग) असल स्पर्श भनेको के हो ?

(घ) खराब स्पर्श भनेको के हो ?

समूहमा काम गरौँ :

कक्षाका सबै साथी जम्मा भएर असल र खराब स्पर्शका बारेमा छलफल गर्नुहोस् र खराब स्पर्शबाट जोगिने उपाय कक्षा शिक्षकको सहायताले सूची बनाउनुहोस्।

परियोजना कार्य गरौँ :

तपाईँलाई कसैले छुँदा कस्तो लाग्छ ? आफ्नो मनमा आएका विचार समेटेर एक अनुच्छेद लेख्नुहोस्। तपाईँले लेखेको अनुच्छेदमा नाम नराख्नुहोस्। सबैले लेखेका अनुच्छेद एकै ठाउँमा जम्मा गर्नुहोस्। कक्षाका सबै साथीले लेखेका अनुच्छेद पालैपालो निकालेर पढ्नुहोस्। सबैको विचारका आधारमा आफ्नो धारणा बनाउनुहोस्।