

स्थानीय पाठ्यक्रम ल आधारित मगर खामला

गेमी सुनधहरी

थप्क ७



सुनधहरी गाउँपालिका

पोबाङ, रोल्पा
लुम्बिनी प्रदेश, नेपाल

२०८३

स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित मगर खामको

गेमी सुनछहरी

थप्क ७

प्रकाशक	: सुनछहरी गाउँपालिका गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय पोबाङ, रोल्पा
प्रकाशन वर्ष	: २०८३
प्रविधिक सहयोग	: चेमला कन्सल्टिङ सर्भिसेस प्रा.लि. काठमाडौं
सर्वाधिकार ©	: सुनछहरी गाउँपालिकामा सुरक्षित
प्रज्ञिक परामर्श	: डा. छविलाल चिदीमगर, डा. नरमाया थापामगर, अमृत योज्जन, डा. कर्ण राना, अमर तुम्याहाङ, डा. नारायण मगर, जगबहादुर बुढामगर, सन्त गाहामगर
टिम लिडर	: डा. विष्णु कुमार सिङ्जालीमगर
लेखन	: विष्णुकुमार सिङ्जाली, जिवन प्रवेश रोकामगर, बागबिर घर्तीमगर, रेगबहादुर पुन, लालबहादुर पुन, सुनबहादुर पुनमगर
मगर खाम अनुवाद	: मिरा रोकामगर, दिवस बुढामगर, बिशभर घर्तीमगर, रूपक घर्तीमगर
मगर खाम परामर्श	: नविन रोकामगर, नवल जि.एम.
कार्यक्रम संयोजक	: जिवन प्रवेश रोकामगर
कम्प्युटर ले-आउट	: सुरेन्द्र महर्जन
मुद्रण	: याङ्जी प्रेस, काठमाडौं ९८६६१८१९३२

सुनछहरी गाउँपालिका र लेखकहरूको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यसको पुरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट अभिलेखबद्ध गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।



मिति : २०८२/१२/२५

प्रकाशकीय

बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक इन्द्रेणी नेपालको रोल्पा जिल्लामा रहेको सुनछहरी गाउँपालिकामा प्रचलित ऐतिहासिक मगर भाषा-संस्कृति पनि राज्यको एक जा हो। यो पालिकामा ऐतिहासिक कालदेखि नै ऐतिहासिक मातृभाषा/मगर भाषा-संस्कृतिको निरन्तरता रहेको छ। पालिकाको स्थानीय/रैथाने मातृभाषा, आदिवासी संस्कृतिहरू इतिहासमा लामो समय राज्यसत्ताको मूलधारबाट बाहिर परेको थियो। नेपालमा नेपालको संविधान-२०७२ जारी भएपछि सो संविधानले स्थानीय/रैथाने सम्दपाहरूको संरक्षण, सम्बर्द्धन र विकासका लागि स्थानीय सरकारलाई जिम्मा दिएको छ।

नेपालको संविधानको प्रावधानहरूलाई आत्मसाथ गर्दै विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ (दोस्रो संस्करण, २०७९) र स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन (मातृभाषा सहित) २०७६ मार्गनिर्देश गरेका महत्त्वपूर्ण पक्ष र प्रक्रियालाई आत्मसाथ गर्दै पालिकाको ऐतिहासिक मातृभाषा/मगर खाममा पठनपाठन गर्ने गराउने गरी स्थानीय पाठ्यक्रम (कक्षा १-८) तयार भैसकेको छ। स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारित रहेर पालिकाको स्थानीय मातृभाषा/मगर खाममा कक्षा ६, ७ र ८ को पुस्तक तयार पार्ने काम सम्पन्न गर्न पाएकोमा खुसी लागेको छ।

नेपालको संविधानले विद्यालय तहको शिक्षाको व्यवस्थापनको जिम्मा स्थानीय तहलाई प्राप्त भए पाश्चात हाम्रो पालिका भित्र रहेका विद्यालयहरूलाई अभिभावकत्वको प्रत्याभुती दिलाउने प्रयत्न गरिराखेका छौं। यस क्रममा नेपालको संविधान, स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन- २०७४, विद्यालय शिक्षाको राष्ट्रिय पाठ्यक्रम प्रारूप २०७६ तथा स्थानीय पाठ्यक्रम विकास तथा कार्यान्वयन मार्गदर्शन (मातृभाषा सहित) २०७६ का प्रावधानलाई मध्यनजर गरेर पालिका भित्रका स्थानीय सम्दपाहरू, स्रोतसाधन र स्थानीय भूगोल, स्थानीय विषयवस्तुहरू चिनाउँदै सोमा गौरव गर्न सक्ने जनशक्ति तयार पार्नका लागि आधारभूत विद्यालय तहको पालिकाको स्थानीय मातृभाषा/मगर खाममा समेत पठनपाठन गराउने गरी स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम (कक्षा १-८) र पाठ्यपुस्तकहरू तयार गर्ने जमर्को गरेका हौं।

राष्ट्रिय पाठ्यक्रमले स्थानीय तहका सबै क्षेत्र, स्थानीय जा, मातृभाषा-संस्कृति र स्थानीय विषयलाई समेट्न, संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्न नसकेकोले राष्ट्रिय शिक्षा आयोग-२०४९ ले नै स्थानीय विषयवस्तुको पठनपाठनको सिफारिश गरेको भएता पनि लामो समय स्थानीय विषय वस्तु, स्थानीय मातृभाषा-संस्कृतिहरू समेट्ने प्रयासहरू सफल हुन सकेन। नेपालको सम्बिधान-२०७२ जारी भएपछि मात्र नेपालमा स्थानीय भाषा-संस्कृति, विषयवस्तु समेटेर आदिवासी/रैथाने मातृभाषामा पठनपाठनका लागि स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माणको लागि सहजता भयो। यहि प्रावधानलाई टेकेर पालिकाको स्थानीय र रैथाने विषयवस्तुलाई समेटे मगर खाम संरक्षण र विकासका लागि स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको हो। हामीले ऐतिहासिक कालदेखि प्रचलनमा रहेको स्थानीय मातृभाषा/मगरमा समेत स्थानीय पाठ्यक्रम पठनपाठन गर्दै गर्दा विद्यार्थीहरूलाई बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक चेत विकास गर्ने लक्ष्य राखिएको छ।

स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकमा स्थानीय मातृभाषा/मगर खामबाट नेपाली र अंग्रेजी सिक्न सक्ने तथा नेपाली र अंग्रेजीबाट स्थानीय मातृभाषा/मगर खाम सिक्न सक्ने गरी बहुभाषिक विधि अपनाउने प्रयास गरेका छौं। यसको अर्थ, बालबालिकाहरू ऐतिहासिक स्थानीय मातृभाषा/मगर खाम, नेपाली र अंग्रेजी तीनवटै भाषामा पोख्त बनून् भन्ने चाहाना राखेका छौं। यसैगरी आफ्नो पालिकाको भूगोल, समाज, भाषा-संस्कृति, आर्थिक दृष्टिकोणले सम्भाव्यता, जीविकोपार्जन, साधन स्रोत, प्राकृतिक स्रोत आदिको बारेमा पनि गौरव गर्न सक्ने जनशक्ति विकास गर्ने आशा पनि गरेका छौं। पालिका भित्र विभिन्न क्षेत्रमा योगदान गर्ने व्यक्तित्वहरूको कदर गर्न सक्ने र सोबाट प्रेरणा लिएर स्थानीय विषयवस्तुलाई आत्मसाथ गर्दै गौरवबोधमा सचेत जनशक्ति उत्पादन गर्ने चाहाना राखेका छौं।

हामीले पालिकामा ऐतिहासिक कालदेखि प्रचलित अरु मातृभाषाहरूलाई पनि प्राथमिकतामा राख्दै ति सम्दपाहरू को पनि संरक्षण, संवर्द्धनमा पहल गर्दै आएको छौं। त्यसैले पालिकाको स्थानीय पाठ्यक्रमलाई पालिकामा ऐतिहासिक कालदेखि प्रचलित अरु मातृभाषाहरूमा पनि पाठ्यपुस्तक निर्माण गर्न सक्ने गरी निर्माण गरेको छ। यसैले पनि पालिकामा प्रचलित ऐतिहासिक मातृभाषाहरूमा पनि आवश्यकता र संभावनालाई अध्ययन गरी विद्यालयमा लागु गरिनेछ।

यो पुस्तक तयार पार्दा पाठ्यपुस्तकका विज्ञ लेखकहरूलाई स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक सुभाव तथा कार्यान्वयन समिति, शिक्षा शाखाबाट आवश्यक मार्गदर्शन र सुभावहरू दिएको छ। पालिकाबाट दिइएका मार्गनिर्देशन तथा सुभावहरूलाई मध्यनजर गर्दै विज्ञ लेखकहरूबाट यो पुस्तक तयार भएको छ। पुस्तक तयार पार्नका लागि खटिनुभएका परामर्शदाता संस्थाबाट टिम लिडरको भूमिकामा डा. विष्णु कुमार सिङ्जाली र कार्यक्रम संयोजक श्री जिवन प्रवेश रोकामगर, तथा बहुभाषिक शिक्षाविद् मा. अमृत योज्जन-तामाङ (भाषा आयोगका पूर्व सदस्य एवं भाषा वैज्ञानिक), सम्पूर्ण लेखक र अनुवादक ज्यूलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौं। यसैगरी यहाँहरूको निरन्तर सहयोगको अपेक्षा गर्दछौं। यसैगरी, पालिकाको ऐतिहासिक मातृभाषा/मगर खाममा समेत पठनपाठन गर्न गराउनका लागि तयार पारीएको स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकहरूलाई पनि समय सापेक्ष सुधार गर्दै जाने नै छौं। यसैले यहाँहरूको रचनात्मक सुभावको पनि अपेक्षा गर्दछौं। पालिकाको ऐतिहासिक मातृभाषा/मगर खाममा पठनपाठन गराउने स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक पालिकाको गौरव भएकोले पनि यसलाई कार्यान्वयन गर्नको लागि यहाँहरू सबैको सहयोगको अपेक्षा पनि गर्दछौं।



वसन्ती कुमारी जोशी
शिक्षा शाखा प्रमुख



प्रेम बहादुर घर्तीमगर
प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत
सुनछहरी गाउँपालिका, रोल्पा



अमरजित पुनमगर
संयोजक
स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक
सुभाव तथा कार्यान्वयन समिति



ननकला घर्तीमगर
उपाध्यक्ष,
सुनछहरी गाउँपालिका, रोल्पा



धनबहादुर पुनमगर
अध्यक्ष,
सुनछहरी गाउँपालिका, रोल्पा

लेखकीय

लुम्बिनी प्रदेश, रोल्पा जिल्लामा अवस्थीत सुनछहरी गाउँपालिका आदिवासी मगर नागरिकहरूको बाहुल्यता रहेको एवं ऐतिहासिक निरन्तरता भएको भूगोल हो। यो पालिका मगर समुदायको बाहुल्यता भएपनि यहाँ बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक प्रकृतिको रहेको छ। यसैगरी जनमानसमा मगर भाषा-संस्कृतिको प्रचलन रहेपनि राज्यसत्ताबाट लामो समयसम्म वेवास्ता गरिएको अवस्था हो। लामो संघर्ष एवं विविध जनआन्दोलनहरूबाट प्राप्त नेपालको संविधान-२०७२ मा उल्लेखित प्रावधानहरूमा आदिवासी एवं रैथाने भाषा-संस्कृतिलाई राज्यको जा मानिएकोले संरक्षण, संवर्द्धन एवं विकास गर्ने कार्यहरू विस्तारै हुँदै गइरहेको छ।

आधुनिक शिक्षा विकासको लामो चरणमा स्थानीय विषयवस्तु, आदिवासी एवं रैथाने भाषा-संस्कृतिहरू उपेक्षामा परेका थिए। बालबालिकाहरू स्थानीय विषयवस्तु, आदिवासी एवं रैथाने भाषा-संस्कृति, मातृभाषा, आदिवासी/रैथाने ज्ञान जान्नबाट लामो समय वञ्चित भएका थिए। यसले गर्दा नेपाल राज्य विकसित एवं सम्पन्न मुलुकका लागि श्रमिक उत्पादन गर्ने कारखाना बन्यो। आज नेपालका गाउँघरहरू रित्तिदै युवाविहिन बनिरहेको अवस्था रहेको छ। स्थानीय उत्पादनहरू घटेको छ। परनिर्भरता बढ्दै गएको छ। यस्तो परिस्थितिमा पालिकाले आफ्नो पालिकाको परिचय सहित पालिकाका जा, आदिवासी एवं रैथाने ज्ञान विज्ञान, भाषा-संस्कृति लगायतका पालिकाका विविध विषयवस्तुहरू समेटेर मातृभाषा/मगर खाममा समेत पठनपाठन गर्न गराउन स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम (कक्षा १-८) तयार पारिसकेको छ। यही स्थानीय पाठ्यक्रममा आधारमा पुस्तक लेखनका लागि हामीलाई जिम्मेवारी सुम्पिएकोमा समग्र गाउँपालिकाप्रति आभारी छौं।

पालिकाको स्थानीय विषयको पाठ्यक्रमको आधारमा यो पुस्तक स्थानीय मातृभाषा/मगर खाममा तयार पारिएको छ। स्थानीय विषयवस्तु साथै स्थानीय मातृभाषाको क्षमता अभिवृद्धि गर्नका लागि मगर खाममा सुनाइ, सुनाइ, पढाइ र लेखाइ जस्ता भाषिक सिपहरू विकासका लागि पनि प्रयास गरिएको छ। पालिकाको स्थानीय पाठ्यक्रमले परिकल्पना गरे बमोजिम स्थानीय विषयवस्तु, स्थानीय/रैथाने ज्ञान र विज्ञान एवं सिपहरू, पालिकाका सम्वदपाहरू, सामाजिक-आर्थिक, सांस्कृतिक लगायतका विविध पक्षहरू स्थानीय मातृभाषा/मगर खाममा पठनपाठन

गर्न सकिने गरी तयार पारिएको छ । यसैगरी बहुभाषिक सिप विकासका लागि बहुभाषिक शब्दसूची पनि दिइएको छ । यसका साथै स्थानीय मातृभाषा/मगर खाम बिसिसकेका घर परिवारका बालबालिका एवं स्थानीय मातृभाषा/मगर खाम सिक्न चाहने बालबालिकालाई समेत लक्षित गरेर यो पुस्तक तयार पारिएको छ । यस पुस्तकले स्थानीय विषयवस्तुका साथमा स्थानीय मातृभाषा/मगर खामको संरक्षण, प्रवर्धन र विकासको अपेक्षा पनि गरिएको छ । एक भाषा-संस्कृतिको बालबालिकाले अर्को भाषिक-सांस्कृतिक समुदायका बालबालिकालाई एक-आपसमा सम्मान गर्न सकी समाजको बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक वास्तविकतालाई बुझ्न सक्ने वातावरणको पनि अपेक्षा गरिएको छ । मगर खाममा पालिकाको स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम पठनपाठन गर्ने अभ्यास शुरुवाती अवस्थामा भएकोले पनि कतिपय कमिकमजोरीहरू भएका हुन सक्दछन् । यसैले यहाँहरूको रचनात्मक सुभावको पनि अपेक्षा गर्दछौं ।

पाठ्यपुस्तक लेखनका लागि आवश्यक सूचना एवं तथ्यहरू उपलब्ध गराउनुहुने गाउँपालिका, स्थानीय व्यक्तित्वहरू, पालिकाद्वारा आयोजना गरिएको पाठ्यपुस्तक लेखन गोष्ठी एवं मस्यौदा प्रतिवेदन प्रस्तुतिकरण गोष्ठीमा उपस्थित भई अमूल्य सुभाव दिनुहुने सहभागीहरूप्रति आभारी छौं । यसैगरी पुस्तक लेखनका लागि जिम्मा दिनुहुने पालिकाका शिक्षा शाखा प्रमुख वसन्ती कुमारी जोशी, 'स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक सुभाव तथा कार्यान्वयन समिति'का संयोजक एवं वडा नं. ६ अध्यक्ष अमरजित पुनमगर, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रेम बहादुर घर्ति, गाउँपालिका उपाध्यक्ष ननकला घर्ति, गाउँपालिका अध्यक्ष धनबहादुर पुनमगर लगायत सिङ्गो पालिकाका कर्मचारी परिवार एवं सुनछहरी गाउँपालिका बासी सबैमा आभारी छौं ।

- लेखकहरू



मगर आदिवासी प्राज्ञिक प्रतिष्ठान

M AGAR INDIGENOUS PEOPLES ACADEMIC FOUNDATION

का.म.न.पा.-९४, काठमाडौं, नेपाल

मिति : २०८२/०९/०५

स्थानीय पाठ्यक्रम र मगर खाममा पाठ्यपुस्तक लेखनको सन्दर्भ

नेपालको संविधान-२०७२ बमोजिम नेपाल बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक देश हो। बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक इन्द्रेणीमा मगर भाषा-संस्कृति पनि राज्यको एक अभौतिक जा हो। राज्यको समृद्धिप्राप्तिको संरक्षण, संवर्द्धन र विकास गर्नु राज्यको कर्तव्य हो। वर्तमान संविधान, ऐन, कानून तथा अन्तर्राष्ट्रिय सन्धी, सम्झौता र कानूनहरूको प्रावधानलाई पालना गर्दै सुनछहरी गाउँपालिकाले पालिकाको ऐतिहासिक स्थानीय मातृभाषा/मगर ढुटमा समेत पठनपाठन गर्न गराउन मिल्नेगरी स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार पारी पठनपाठनको अभ्यासमा ल्याएको कार्य निकै सराहनीय छ। राज्यको जा बालबालिकाहरूलाई सिकाउनु भनेको पुस्तान्तरण हुनु हो। यस्तो अभियानबाट राज्यको जाको संरक्षण, संवर्द्धन र समृद्धि गर्दछ। नेपाल राज्य तथा मानव सभ्यताको जा संरक्षण गर्ने, बालबालिकाहरूको दिगो सिकाई र स्थानीय विषयवस्तुको ज्ञान तथा सिप सिकाएर आफ्नो जन्मभूमिमा स्वावलम्बन बन्नको लागि प्रेरित गर्ने अभियानमा हामीलाई पनि सहभागी गराएकोमा सुनछहरी गाउँपालिका प्रति अभारी छौं।

पालिकाका स्थानीय प्रचलित मगर भाषा-संस्कृतिले पालिकाको पहिचान र इतिहास पनि बोकेको छ। विश्वविद्यालय तथा औपचारिक शिक्षा, आम सञ्चार (मिडिया)मा उचित स्थान पाएको छैन। यस्तो परिस्थितिमा; मगर भाषा-संस्कृतिको औपचारिक शिक्षा (विद्यालय तथा विश्वविद्यालय तह)मा अध्ययन अध्यापनको लागि पहल गर्ने, प्राविधिक सहयोग प्रदान गर्ने र पठनपाठनका कार्यहरू गर्ने मुख्य उद्देश्यहरू राखेर प्राज्ञिक व्यक्तित्वहरूको संलग्नतामा यो संस्थाको स्थापना भएको हो। स्थापनाकालदेखि संस्थाले मगर भाषा-संस्कृति विश्वविद्यालयमा अध्ययन अध्यापन गर्नको लागि लबिङ गरिराखेको छ र स्थानीय सरकारसँग मिलेर विद्यालय तहमा पनि कार्यहरू गर्दै आएको छ। यही सन्दर्भमा नेपाल खुल्ला विश्वविद्यालयमा स्नातक तहमा “मगर अध्ययन” विषय स्थापना गरी सञ्चालन गराउन सफल भएको छ।

नेपालको बाइसी-चौबिसी भुरे राज्यकालमा नै अर्घाखाँची, गुल्मी, पश्चिम पाल्पा, पर्वत, बागलुङ र म्याग्दी जिल्लाहरू (हिमालदेखि तराईसम्म) मगर भाषा बोल्ने तथा प्रयोग गर्न बन्देज गरेको र आधुनिक नेपाल बनिसकेपछि पनि राज्यले मगर भाषा-संस्कृतिलाई विभेद गरेकाले पनि एक-आपसमा

ई-मेल : mipafoundation@gmail.com

भाषिक सम्पर्क हुन नसकी मगर भाषाहरू फरक पर्न गयो । आज मगरहरू क) मगर ढुट ख) मगर खाम ग) मगर काईके; र (घ) तिछुरुङ पोङ्के बोल्दछन् । यो पालिका पनि मगर बाहुल्य रहेको छ । पालिकाको स्थानीय मातृभाषा/मगर खाममा स्थानीय आदिवासीहरूको संस्कृति, इतिहास, आदिवासी ज्ञान र सिप, पहिचान, शौन्दर्यशास्त्र र दर्शन रहेको छ । यी विषयवस्तुहरूलाई समेत समेटेर स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम निर्माण हामीलाई जिम्मा दिनुभएको थियो । त्यसलाई हामीले सफलतासाथ पुरा गरेका थियौं । हालमा स्थानीय विषयको पाठ्यक्रमको आधारमा कक्षा ७ को पुस्तक लेखनमा चेमला कन्सल्टिङ सर्भिस मार्फत हाम्रा विज्ञहरूलाई जिम्मा दिनुभएकोमा आभारी छौं ।

हामीले स्थानीय विषयको पाठ्यक्रममा आधारित रहेर पालिकामा प्रचलित मातृभाषालाई संरक्षण, सम्बर्द्धन र विकास गरी पुस्तान्तरण गर्ने गरी यो पुस्तक लेखन गर्ने कार्य गरेका छौं । पालिकाभित्रको विविधतालाई समेट्ने प्रयास पनि गरेका छौं । बहुभाषिक-बहुसांस्कृतिक दृष्टिकोणबाट स्थानीय विषयवस्तुलाई जोड दिइएको छौं । पुस्तकमा स्थानीय पाठ्यक्रम बमोजिम एक समुदायको विद्यार्थीले अर्को समुदायको विद्यार्थीलाई सम्मान प्रदान गर्न सक्ने र आफ्नो विषयवस्तुमा गौरव गर्नसक्ने विषयवस्तुलाई जोड दिइएका छौं । मगर मातृभाषामा स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम पढाउने प्रारम्भिक चरण भएकाले पाठ्यपुस्तकमा कमीकमजोरी हुनसक्दछ । यहाँको रचनात्मक सुभावको आशा गर्दछौं । यहाँहरूको रचनात्मक सुभावले विद्यालय र विश्वविद्यालमा मगर भाषा-संस्कृतिको पठनपाठन गराउने हाम्रो अभियानलाई सहयोग पुग्नेछ ।

संस्थाको तर्फबाट यो पाठ्यपुस्तक तयार पार्नका लागि खटिनुहुन विज्ञ लेखकहरू, टिम लिडर र कार्यक्रम संयोजकप्रति आभारी छु । यसैगरी पाठ्यपुस्तक लेखनका लागि गरिएको प्रारम्भिक गोष्ठी, मस्यौदा प्रतिवेदन शेयरीङ गोष्ठीमा उपस्थित भई सुभाव दिनु हुने वि.व्य.स.का पदाधिकारीहरू, वडा अध्यक्ष तथा जनप्रतिनिधिहरू, विद्यालयका प्रधानाध्यापक तथा शिक्षकहरू, अभिभावकहरू तथा सरोकारवालाहरू र अध्ययन कार्यका लागि सूचना उपलब्ध गराउनुहुने मुख्य सूचनादाताहरू, सामूहिक छलफलमा सहभागी हुनु हुने सूचनादाताहरू सबैलाई धन्यवाद ज्ञापन गर्न चाहन्छौं । यस अभियानलाई हृदयदेखि नै सहयोग गरिदिनु हुने गाउँपालिका अध्यक्ष धनबहादुर पुनमगर, गाउँपालिकाउपाध्यक्ष ननकला घर्तिमगर, वडा अध्यक्षहरू तथा सम्पूर्ण जनप्रतिनिधिहरू, प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत प्रेम बहादुर घर्ति, शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा प्रमुख वसन्ती कुमारी जोशी, 'स्थानीय पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक सुभाव तथा कार्यान्वयन समिति'का संयोजक ६ अध्यक्ष अमरजित पुनमगर तथा पदाधिकारीहरू, गाउँ शिक्षा समितिका पदाधिकारीहरू सबैमा धन्यवाद ज्ञापन गर्दछौं ।



डा. छबिलाल चिदीमगर
अध्यक्ष

विषयसूची

	पेज नं.
आङ्खला १ : गेमी मगर खाम (२५ घण्टा)	१
रो - १. राँदै	१
रो - २. भरपाई सरन्या	५
रो - ३. परिन्या रान्या माङ्क	८
आङ्खला २ : गेमी सुनछहरी (१३ घण्टा)	१४
रो - ४ लुम्बिनी प्रदेश सन सुनछहरी गाउँपालिका	१४
रो- ५ गाउँपालिकाला स्रोतहरू	१९
आङ्खला ३ : गेमी संस्कार सन संस्कृति (२५ घण्टा)	२४
रो - ६ जन्म संस्कार, मृत्यु संस्कार सन नाता	२४
रो - ७ नाम्क राम	२८
रो - ८ नाम पूजाला स्वरूप र	३२
आङ्खला ४ : गेमी जा (५ घण्टा)	३५
रो - ९ प्राकृतिक जा र	३५
आङ्खला ५ : प्रकृति सन वातावरण (१५ घण्टा)	३९
रो - १० वन रु सन स्वाबा	३९
रो - ११ खनिज विकास सन वातावरण	४४

आङ्खला ६ : दिही सन रै (१० घण्टा)	४८
रो - १२ मासन्हेङ्या रेज र सन स्वास्थ्य	४८
रो - १३ पालिका ल आयोजना जैन्या रै र	५२
आङ्खला ७ : दैनिक जीवन सन आनीबानी (५ घण्टा)	५६
रो - १४ रु ए आचारण सन सामाजिक मूल्य	५६
आङ्खला ८ : प्रेरक मी, प्रतिभा सन जीवनी (१० घण्टा)	६०
रो - १५ प्रेरक मी	६०
नेपालला प्रथम सहिद लखन थापा मगर	६०
नेपाल मगर संघला संस्थापक क्या. हेमबहादुर पुन मगर	६४
चेतनाकी संवाहक बमकुमारी बुढामगर	६८
राष्ट्रिय आविष्कारक डा. महावीर पुन मगर	७१
आङ्खला ९ : मगर खामला साहित्य (१० घण्टा)	७५
रो - १६ सुनछहरी	७५
रो - १७ मगर खाम साहित्यला काव्य विधा	७८
आङ्खला १० : उद्यम, व्यावसाय सन रैथान्या सिप (१० घण्टा)	८२
रो - १८ पशुपालन सन यलङ	८२
रो - १९ बङ्गौरा रन्या	८७

मिन :

थप्क :

रोल नं. : सेक्सन

पैफिम मिन :

लिन्यापो :

-हिमाल बैजाली

असार महिना ला छकालन्या लेव । फगाम नाङ्गार ला डाँडाकाँडा बादल ए पलाडव सिरक ए क्वाईदे अनैव । यङला दिख जिक रि भिलि भिलि तादे लेव । नाङ्खार भरि ल राँदै रोपिन्या चटारो लेव ।

चाउयाङ रोकामगर मनि अबाबु आउसे रोकामगर सन अआमै चामसरी रोकामगर निस राँदै बारी ल बाए । अआमैए राँदै ए अदुर चिदे दमदे है ले, “डाजा आव राँदै गेमि पुर्खा रै बचैदे यानैव अमुल्या अन्न बाली चि सान ।”

चाउयाङ ए घिनव, “आमै, आख के पार ए छाल सन चाउचाउ चि जुर् सान । राँदै करौ महत्वपूर्ण लिज्या ?”

आव बेलाक जामा माहल्या परिव अकाकु भिउमन रोकामगर मनि यङ ल केहुने । नौ ए सादे हैले बाबु आव सोच बदलैल्या गे दुकिन गे मि नाङ्खार मनि बदलिए ।



चाउयाङ सन अनै चाउमि

घर्तिमगर उत्सुक तादे काकु ए अरो थैनानी । काकु ए मोबाइल हाईदे स्वरुप र सतव । स्वरुप आकर्षक प्याकेट ल जासिव लेव राँदै ए बिस्कुट, कुर्कुरे, चाउमिन, कोकल्याङ सन भरे लेव । “आव पारज राँदै निकाई ताव ।” चाउयाङ छक्क परिए । “काकु, राँदै निकाई चाउमिन मनि ताए ?” “करौ माताके सान आख वैज्ञानिक रालै राँदै निकाई बिस्कुट, कुकी केक, भरे, कोकल्याङ, काङ, पुवा लिट्टी, पास्ता चाउमिन, फ्रम, बेबी फुड, हेल्थ ड्रिङ्क एजैदे माहुल्या परिकार र जैसिव ताए ।” आउसे ए है ले गे पाला क के माहुल्या मद याज जैन्या अताजो ।

चाउयाङए अकाकु ए हैले ।

“मद जैन्या गे परम्परा लेव मोरो । आख यलङ ल पौष्टिक काङए रुप ल माहुल्या निर । राँदैए अय बदैल्या गे सारो सारो परिकार उत्पादन जैव परिए ।” चामसरी ए हैले, “यदि नाङ्खार

ल उद्योग खुलिन्या ताकिन गे राँदै आल ज़ यन्या ले । “अकाकु ए फेरि मोबाइल ल तबो भिडियो सतनव ।” रडचुके, विदेश ल मिलेट सन राँदै लै ‘सुपर फुड’ हैलेदे जुर । चाउयाड ए घिनव, होताकिन गे राँदै विदेश दे मनि परिडव गे दुए ।

“अवश्य, आव चाउ उत्पादन, चाउ प्रशोधन, आकर्षक प्याकिड, गुणस्तर परीक्षण सन चाउ यलड ल व्यवस्था जैव दुकिन राष्ट्रिय याज़ माडक अन्तर्राष्ट्रिय यलडसम्म केव दुसिए ।” चाउमि ए हैले, “गे पैफिम ल कम्प्युटर मनि गे सिउसिज्या ।” अकाकु खुसी तादे हैले, “नौ ज़ सान । सूचना प्रविधि आर्खा पार्नि घेव शक्ति हैलेसिव ।” नौ ए थपव, “मोबाइल निकाई फोटो खिचिन्या दुसिए । फेसबुक, युट्युब, टिकटक, वेबसाइट सन अनलाइन यलडमार्फत संसार भरिला मि रालै गेमि उत्पादन सतन दान्या गे दुए ।”



चाउयाडए अयुड ल सारो मड रडव । “डा घेव तादे कृषि प्रविधि परिन्या ताया । गे नाड्खार ला राँदै निकाई बिस्कुट, चाउमिन, कोकल्याड सन अरु माहुल्या परिकार र जैदे गेमि उद्योग मनि खोलिव गे दुए ।”

चाउयाडए अबाबु ए अज़ाए अजड त अकुई जादे हैले “परिन्या सन खेती रास डादे बदिकिन नाड्खार समृद्ध ताए ।” होकाई नौ छ्याम पैफिम ल शिक्षक ए घिनव, “भविष्य ल जे कता तान्या जे चाहिए ?”

चाउयाड आत्मविश्वास ए साथ च्याडसिए । “डा परिदे कृषि उद्यमी तान्या हैलेए । गे नाड्खार ला राँदै लै आधुनिक प्रविधि निकाई प्रशोधन जैदे राँदै ए बिस्कुट, चाउमिन, भरे, कोकल्याड, भ्रम, पौष्टिक ज़्यान्या बस्त र सन परम्परागत राँदै ए मद समेत कानुनी मापदण्ड अनुसार उत्पादन जैदे नेपाल भरि ल सन विदेश सम्म केन्या डा विचार लिज्या ।”

कक्षा ल पार ए ज़ या लपता तपर । शिक्षक सादे हैलेए, “ज्ञान, सीप, सूचना प्रविधि सन गेमि रैथाने अन्न बाली प्रति सम्मान दोकिन नाड्खार ल ज़ रोजगारी सिर्जना ताए ।”

होकाई चाउयाड सन नौ ए अ नै रै पैफिम ल गे राँदै - गे भविष्य हैलिन्या अभियान सुरु जैर । नौ रै राँदै ए पोषण खेती, प्रशोधन, प्याकेजिड, डिजिटल प्रचार सन यलड ए व्यवस्थापन बारे अध्ययन दोर । नाड्खार ला किसान रास मिलिदे राँदै ए परिकार लै जुमुज़ा प्रदर्शनी ए आयोजना

जैर । फगाम नाङ्खार ला चुसिन्या मि रै महसुस दोर-रैथाने बाली तबो परम्परा माडक चि अलेव, समृद्ध भविष्यए आधार मनि अलेव ।



पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
यलङ	बजार	market
पैफिम	विद्यालय	school
राँदै	कोदो	millet
निर	मागनु	burrow
यङ	खेतबारी	field



सिउसिन्या

- जे नाङ्खार ल उत्पादन तान्या सोमोलो रैथाने अन्न बालीए अमिन सर्चोके ।
- नौ बाली निकाई जैव दुसिन्या परिकार रै सूची तयार जैचोके ।
- नौ उत्पादन रालै यन्या सूचना प्रविधि ए प्रयोग कैजैदे दोव दुसिए ?



दाइन्या:

- तान्या रो ल (✓) सन मातान्या रो ल (X) सर्चोके ।

- बैशाख महिना ल राँदै रोपिन्या ताए । ☐
- चाउयाङ भविष्य ल कृषियन दोन्या विचार दोदे नैव । ☐
- नाङ्खार ला मि रै पार ए राँदै रोपिन्या योजना दोकेर । ☐
- चाउयाङ ए अफिम सिउरी ल परिए । ☐
- राँदै लै राष्ट्रिय सन अन्तर्राष्ट्रिय रुप ल केव दुसिए । ☐

૨. મેલા રિતો પો લ સર્ચોકે ।

- ક) રાંદે મહિના લ રોપિ ર ।
- ખ) ચાઉયાહ એ અબાબુ આમે એ યામિન લેવ ।
- ગ) રાંદે લૈ રૂપ લ યવ દોસિએ ।
- ઘ) ચાઉયાહ એ અકાકુ એ અમિન લેવ ।
- હ) ચાઉયાહ એ અ નૈ રૈ અભિયાન સુરુ જૈર ।

૩. ગિન્સીવ રો એ જવાફ યોચુકે ।

- ક) રોત્તા કથા લા મુખ્ય પાત્ર ર સુ-સુ યા લેવ ?
- ખ) રાંદે કરૌ પૌષ્ટિક બાલી હૈદોર ?
- ગ) ડિજિટલ યલહ હૈલિસિવ કતા સર્ચોકે ।
- ઘ) મિહમન કાકુ એ રાંદે નિકાઈ તાન્યા કતા કતા પરિકાર એ બારે લ જાનકારી અજૈવ ?
- હ) સૂચના પ્રવિધિ એ સ્થાનીય ઉત્પાદન લૈ યલહ દે કૈજૈદે સહયોગ તાએ ?
- ચ) ચાઉયાહ એ ભવિષ્ય લા મહ કિતાવ રહદે અનૈવ ?

૪. સૃજના સન જોયન ।

- ક) રાંદે નિકાઈ તાન્યા સારો પરિકાર રૈ યાસ્વરૂપ જૈદે નૌ રૈ યામિન મનિ સર્ચોકે ।
 - ખ) જે મિ નાહ્ખાર લા તબો કિસાન સન ઉદ્યમી રાસ દૈસિદે મેલ્લા જાનકારી સંકલન જૈદે સંકલન જૈસિવ લૈ કક્ષા કોઠા લ પ્રસ્તુત જૈ ચુકે ।
૧. કતા રૈથાને બાલી ઉત્પાદન જે જૈએ ?
 ૨. પ્રત્યેક રિમ લ ઉત્પાદન ખા તાએ ?
 ૩. ઉત્પાદન તાવ બાલી લૈ કતાહ જે યનાય ?
 ૪. યલહ લ કતા કતા સમસ્યા લેર ?
 ૫. સૂચના પ્રવિધિ એ પ્રયોગ દોદે યન્યા બદૈન્યા કતા જૈવ દુસિએ ।

सरसिव भरपाई सुनछहरी गाउँपालिका वडा नं ७ ल लेङ्या सुलभ बुढा मगर सुनछहरी गाउँपालिका ल रोल्पाडिका सञ्चालित खानेपानी योजना /आयोजना कार्यान्वयन क्रम त रिगै खोला खानेपानी उपभोक्ता समितिडिका जिल्ला रोल्पा सुनछहरी गाउँपालिका वडा नम्बर १ लिन्या मनिमान बुढामगर ए नाति जस बुढामगर ल ल्हेपा ज्हा ड्या सफल बुढामगर ए ग्रुन ह्ये लैसिव बापत ऱ्हाव रकम रु. १५,०००/- ट टेसिव रकम रु. १०,०००/- डाड बाँकी रहेव रकम रु. ५,०००/- वाज बुभेड रोड सरसिव ह्ये स सम्बन्धित कागजपत्र सही साँचो ले भुटा याठहरे भङ्या कानुन बमोजिम सजाय जरिमाना भोगेङ्या मन्जुर आलेङ गारड आका भरपाई कागज डाड ययोङ ।

रकम बुभेङ्या ल

मिन : सफल बुढामगर

हस्ताक्षर :

सुनछहरी गा.पा., रोल्पा

रकम याङ्या ल

मिन : सुलभ बुढामगर

हस्ताक्षर :

सुनछहरी गा.पा., रोल्पा

ईति सम्बत् २०८२ साल ११ महिना ११ गते रोज २ शुभम् ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
लहेपा	पुरुष	male
ज्हा	छोरा छोरी	children
रोड	माथि	above
सरसिव	लेखेको	written
रिम	साल	year
मिन	नाम	name
न्हाव	आएको	came



सिउसिन्या

१. मेला रित्तो पो ल भरैदे भरपाई तयार जैचोके ।

सरसिव भरपाई सुनछहरी गाउँपालिका वडा नं ल लेङ्या
 सुनछहरी गाउँपालिका ल रोल्पाडिका सञ्चालित खानेपानी योजना /आयोजना
 कार्यान्वयन क्रम त उपभोक्ता समितिडिका जिल्ला रोल्पा
 सुनछहरी गाउँपालिका वडा नम्बर लिन्या ए नाति
 ल लहेपा ज्हा ड्या ए यून ह्ये
 लैसिव बापत न्हाव रकम रु. /- ट टेसिव रकम रु. /- डाड
 बाँकी रहेव रकम रु. /- वाज बुभेड रोड सरसिव ह्ये स सम्बन्धित कागजपत्र
 सही साँचो ले भुटा याठहरे भङ्या कानुन बमोजिम सजाय जरिमाना भोगेङ्या मन्जुर आलेड
 गारड आका भरपाई कागज डाड ययोड ।

रकम बुभेङ्या ल

रकम याङ्या ल

मिन :

मिन :

हस्ताक्षर :

हस्ताक्षर :

ईति सम्बत् साल महिना गते रोज शुभम् ।



दाइन्या:

१. मेला प्रश्न गसरस ।

- क) भरपाई गार्सिव कुयो ?
- ख) भरपाई कडा जेसि ?
- ग) भरपाई ल कडा महत्त्व ले ?
- घ) भरपाई ल हस्ताक्षर कडा आवश्यक ले ?
- ङ) भुटो याठहरे भड्या कुयो जेड्या उल्लेख डासिव ले ?

२. मेला प्रश्नरा लहु जवाफ गयास ।

- क) भरपाई लिखित ट समावेश डाड्या मुख्य विवरण र गसरस ?
- ख) भरपाई लिखित कानुनी रूप ट कडा महत्त्वपूर्ण मोडेसि ?
- ग) रकम लेनदेन दावक भरपाई लिखित जेड्या ल फाइडार गसरस ?
- घ) भरपाई बिना रकम लेनदेन डावक कध्युव समस्या न्हाड्या दु ?

३. मेला पान रा अर्थ न्हाड्या जेड आखर गजेस ।

रिम	भरपाई	रोड
ल्हेपाज्हा	सरसिव	

४. सृजना सन जोयन ।

- क) टोलो भरपाई ल नमुना संकलन डाड नका भरपाई ट समेटेसिव चाव पक्ष ल बारेट गसरस ।
- ख) डेलो डेलो समूह जेड रकम याड्या सन रकम बुभेड्या रु ल भूमिका निर्वाहा डाड भरपाई लिखित जेड्या अभ्यास गडास ।

- हिमाल बैजाली

असोज मैना लिज्या । घोगा र मिन्ने तरखर ल लिज्यार । खला दिख त कर्तिपाल हजारी वैनादे बनै चाव तादे ले । आछिमके घाम पाल चै तक तक लागिदे ले । छकाल्याका ८ बजिदे ले जैमन पैफिम बान्या कुबिला वतानाव सै लिदे चानो चानो भन ल अनी आलु भादे पाथी छेन्सीव बाए । होकाई युङजा लै पैफिम बान्य सकिव । जैमन सन युङजा नि पाथी त खरी तङ्गैसीव खोतोलोङ का खोतोलोङ जैदे पैफिमदे बानी । जैमन ए के पाथी त तङ्नीकाई क, ख सर्दे नैव । तङ्नी अ, आ । युङजा के क, ख मनि ड सम याज । अ, आ दा भन सरो ज वमासन्जुची लेउ । आबो पैफिम ल कता सतन्नान्य बो युङजाके वयुङ ल बनै चेतैनाव । पैफिम ल मि पोन्या हैलिदे बनै छेन्त्य ज वलेव । खै वसन्व दारो वसरो कि ।



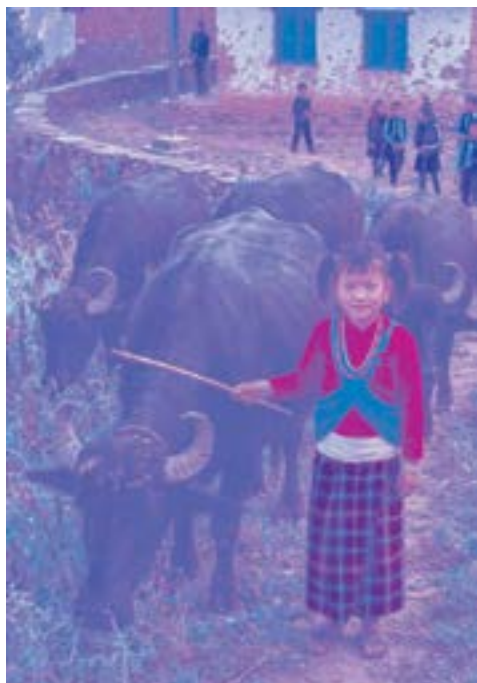
युङजा सन जैमन मेत्ता सापीदेङका त केकिनी । होकाई के युङजा के जैमन लै दे तचोई गिन्चुसिया है ? बेला लिज्या सान होत्ता असिप त घाम ज की मापसीताए लिदे हैदुव । जैमन पैफिम केदेज चुसिन्य बे हैले । होकाई युङजा कर दादे ज चुसीव पान्व, चुसीनी । होकाई के युङजा ए जैमन लै के दे जैमन आउ डापाथी त सर्दाङसा डाके छकाल्य मकै डाकेनाउ कुबिला तादे सरव ज डामादैकेसान लिदे हैदोव । जैमन नङ ज सर्के बे होकाइ चि नङ नसन्त्य हैदुव हो मनि माखिव । होकाई कर अपारिव काई जैमन सर्नेके डामासर्दान आउ डापाथी ता रङ्दे सर्के लिदे पाथी इव । तर युङजा के खै की सन्या परिन्य ल ध्यान वइवदारो वसर्दुव । माङक जैमन कुबिला ताया गिनबान्य कैज माताय बे नङज सर्दाङ लिदे के चम हफ्कैदे, सछेदे पोया पोया चि जैव । होकाई के जैमन मि पोवा लिदे वछ्यास ए युङजा ए वपाथी त क, ख, अ, आ सर्दुव ।

लिसारा के भैंसा ग्वाला । पैफ़िम बान्य के था माले । असौजे फुकिव ताय । मेदे रालबाड्याल हाई र मोल का मोल लाज़्यार । वलमनि भैंसा रादे छानाव । भैंसा नौ पैफ़िम छोयाक ज़ छानाव । लिसारा पैफ़िम तर्ल चुसिदे रडदे नैव । मेल पैफ़िम ल घण्टी लागिके टिनिनि...नि । पार पैफ़िम भरि लाइन लागिकेर । हो रडदेके लिसारा मनि पैफ़िम परिन्य बनै वलहर लागिए । ला क पैफ़िम बाड ल मास्टरनी ए पैफ़िम ल हिउसिन्यारालै रुमाल्या रै रैसिन्य यारापैक मनि लिसारा अहो डामनि नितौ रैसिव डादैकिन खा राम ताखो लिदे वयुड ल बनै चेतैव ।

लिसारा ओभैंसानी चि मेदे खोलादे ज़ोनाव पान्नी वलके हो पैफ़िम ल रडन्य ए लागित । जम्मा यादेज यानासवल्स । होकाई लिसरार भैंसा घुमैनान्य जैसिदे कोठा भलाकाई आरारडव । भिथा त मास्टर ए सुरुप जैदे बनै क - कमल, ख - खरायो लिदे यारापैरव । पार होला हिउसिने र मनि हैलेर । क सर्ने ख सर्ने बनै आरापैव । लिसारा रडदे ज़ नैज़्याउ । होकाई के नौ युडजा ए के थारेबो लिसारा नड कता नरडज़्या लिदेके आलुमाडका लुडजुरी ए के वचाँदी तज़ ज़ोमदुव । लिसारा आ..ए लिदे होदे वले । होकाई नौ ए करौ वज़ोम्सडव लिदे वयुड वयुड ल इख रैव । फेरी मनि जामा हुकसिक बादे कुडलाई फेरी घोम लिदे आरारडव । भितरलाइ लिसरालै बनै माच्चाउ माच्चाउ हैदादे खिजैर होकाइ सार । तर वलके नौ सर ए हैवलिव रो थैव । मास्टर ए छोन्या लुज़ा र चावस परिन्या । परिकिन सन्य घेफ़ा मि तासिए लिदे हैवरादुव लिसारा ए थैदे नैज़्याउ । वलमनि होल बादे परिन्य ताकिन के सन्सीखो सै ? नितौ चाव चाव रो मनि थैसिखो लिदे बनै चेतैव ।

लाक १ बजे अरनी दान्य रैसिन्य बेला ताके । लिसारा मनि भैंसारालय खोला दे री सवैनादे फेरी पैफ़िम तर्दे थदैदे । वल पैफ़िम तर्ता दुम्का त चुसीउ ताय । जैमन के जामा सुदो ज़ ताए । युडजा के जैसिव चि ताय । अरुरास पोसीने, खप्सीने, याअर्नी र मनि नान्दे ज़्यादान्य जैव । पार जैमन, युडजा सन अरु यानैरास खासै त्वाक रैसि र । पारे नेबोलो नेबोलोकाई रैसिर । होल मनि युडजा वजिद्दी दादे ज़ वमाजुव मनि अचि बैव ।

लिसारा के रिम्दा भैंसा पोदेके डामनि पैफ़िम परिनान्या चि लिदे हैले । ओबाबुलै वामानी लै के कता था दा । पैफ़िम परिन्य । ज़ारालई परैव परि



हैलिन्या । होकाई भन मेमा ज़ारालय के परैव मापरि । अर्का ए फ़िम ल बानेरालई हैलिन्य चि ताए । लिसरा फ़िम क परिनान्य पाङ वदोक मनि वसेर र अचि थल् । लिसरालै के नौ युङजा ए वपोव चि चै रिस मानिदे नैव । थारेबो युङजाके डा डापरीज़्या लिदे घेउ जैसीदे चि डालै भोमन्या । डामनि परिदे डातयादाचि ताबो लिदे लिसरा ओयुङ ल बनै खमैव ।

कैजेदे पैफ़िम परिनान्या आमै बाबुरालय कैदादे खिव परिङन्य लिदे चेतैव । वामालय पैफ़िम परिन्या रो हैदुव । तर लिसरा ए वामाय के नो परिदे कता यन । डाज़ा नङके पराती अरु ए वफ़िम ल बान्य जात चि । डामनि के नबाबु ए वछिन्त डाहुके । पराती मच्छ्या थर ए फ़िम ल बाक के दुःख दैसिए । बरु नङ के बल्ला रन्या, काङचिप जैन्या, धागा खल्ल्या, ज़म हेन्या, मद खङन्या ची सन्वपरिए डाज़ा । फेरी नङ पैफ़िम नबाक फ़िम ल सुए यन दान्य दा नबैनी र मनि जुमुजुमु चि लिङ्यार लिदे हैदुव । होकाई लिसरा के जिद्दी दादे के ओबाबुलै हैदादे सिङ ए पाथी तुव परिङदेके लिसरा मनि पैफ़िमदे बाय ।

लिसरा डात के पैफ़िम ल मनि लिसरालै के बनै खिजैर । लिसरा मनि खिजैन्यारालै चम पाथी पाथी ए ज़ आरापत्कैव । यम त याबाक मनि जैमन ए के खास हैमादुव । युङजाके लिसरा लै ओभनलाइ हिप्सीव मकै मनि जम्मा नानदादे कैदुव । कैलीके लिसरा यम त घरे घरे बाय । युङजा के जम्मा यम त याबाक मनि कोबा ए यङला खोम मनि क्यादे कैनाव । यङभरिला काकला मनि पार कुदे तिदे कैदाने । सैव ज़ माइव । मेत्ता ज्योलबाङ याल काकला चम पिङताउ सैव ताए होमनि युङजा सन वनैर कुदे कैनादादे जम्मा अरु सोजो र लिसरा सन अरु वनैरालय चि बनै याराथल् ।

तछाके लिसरा सन अरु मेमा वनै र याअर्नि मनि पैफ़िम ल याबैक मनि नान्दे चि आराजुनादुर होकाइके । पारे याअर्नि काकाला, मुनुम, हिप्सीव मकै, आलु के चौपारीका घुरा खारल । रिम्दा पैफ़िम नी हुक ज़्यान्या हैलिदे मोदे ख्यानैर । होकाई के नौ युङजा फताहा के कताबेला नौ लुज़ा र यामोवके वरङव चि लेव । होकाई के लाक अर्नि बेलाक हुदेके पार मोसिव याअर्नि भरि मनि ज़्यादे चि वराइव वलेव बो । लिसरा र रिम्दा याहुकके अर्निके चिम चिदिबो । चम यारिस ए घर्या घर्या ज़ ताकेर इतौ करेसिव बेलाक कता ।

लिसरा छ्काल्य पैफ़िम बान्या डानी सन पैफ़िम नि हुदे भैसा छि मनि ख्वानो । मकै केन्या, पिन्या फ़िमला यन मनि बनै दोव । होकाई रिम्दा काङ वजुवकाई बाँड तन्दे पैफ़िमला यापरिव रो र सरो परिय । अजेल के अ,आ भरि सन्दे क,ख बाह्रखरी पालामनि चै चि सन्व । हैजैदे ज़ लिसरा पढाई ल बनै ध्यान दोव ।

युडजाके खै वपरिव दारो वताउ । वल ज़ की सन्या मनि अरुलै सरो परिन्या वलके जम्मा दादा जैसिन्य दोव । जैमनलै चि कैली काफी पाना, कैली खरी, कैली अरनी यादे सरड सरड जैवन सरो परिडवन दोव । हो चि पैफिम ल मनि सतन्नाउ । होकाई के कैजैदे ची सन्कुदा युडजा ए के । जैमन के जामा जामा अइज़ सन्व । वपरिकिन के खाली होए मनि जम्मा फिम क यन दान्य तादे परिव ज़ मादैव ।

ऐजैदे ज़ समय मनि बितिदे बाके । लिसरा पाला मनि धामी तानादे, जामा ओ युड छिप्दे बानाए । कलास ल मनि कैली पहेला, कैली दोस्रा तादे पास का पास तादे बाए । होकाई आबो भन चावस परिव परिए, एस.एल. सी. परिक्षा मनि हुरीदिके, आउ परिक्षा डा जसरि मनि पास जैदे मिरालय सतन्दव परिए लिदे भन पढाई ल ओमन लाइव । होकाई परिकिन जोक तादेमनि काम लागिए । जागिर दैसिकिन के जिन्दखी मनि चावस डासीसीए हैलीन्य रो मनि बुझिनाउ । होकाई भन मेहिनेट दादे पढाइदे ध्यान दोनाव । युडजा जैमन सन अरु यानैर मनि धाप्पा तादेलेर पढाइ ल दा जम्मा हो याछिन्त का याछिन्त ज़ तार । कोई यानैर १० कक्षा ल यामाकेदेज़ ची पैफिम परिन्या रार । खै जैमनके नै जामा चाव वदैव ताकिन के तान्य ज़ बो खै नैमनि युडजा हितौज़ तादिके होकाई के ।



युडजा, जैमन होकाई अरु छोन्या र जलजला राम बादे याहुजु वलेव । यम त के, खै कै-कै यालेव की ? याधामीयाल यागान्सीव सै ? भगरा चि वताउ वलेव । याखप्सीरीक के युडजा ए तबोलै के आल्दुमाडका जुर जादे वइकके नौ मी के भतक चि वताव लेव । होकाई के पार बागाबाग तार । युडजा सन जैमन नी रिल फिम क मनि केहुन्नी । होकाई के पुलिस र हुदे के युडजालै केउदे भयाल दे ची बैर । होकाईके एस.एल.सी. परिक्षा मनि हुरीव ताय पार याकलास ल १२ जना परिन्या तार हो भरील के तबाए पैफिम परिन्या ज़ चि रार युडजामनि जेल ल चि ताय जैमन लिसरा रास पारे ७ जनाए याज परिक्षा योर ।

एस.एल.सी. रिजल्ट मनि वहुव वलेव लिसरालै के हो मनि था माले । खै आर्खा स्याउदारो तघरी ज़ था वताउ । हो बेलाक के तमैना याल गोरखापत्र सदरमुकाम ल वहुवकाई चि था ताके । होकाई जैमन मनि युङजा स नई दादेके फेल चि वताव लेव । लिसरा के पास वताव लेव । होकाई के लिसरा बनै रेङ्ग । ओवामा, ओबाबु पालामनि बनै रेङ्नी । होकाई हो साल ल ज़ वपरिव पैफ़िम श्री रोल्बाङ माध्यामिक विद्यालय जेलबाङ ल तबो हिउने पो रित्तो ओताव लेव । होकाई लिसरा हो सालकाई ज़ । हो पैफ़िम ल हिउने तादे परैन्या जागिर दोव ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
मुनुम	सातु	satu
रि	रात	night
फ़िम	घर	house
हिप	पोलु	wound
नै	साथी	friend



सिउसिन्या

- रोत्ता रोला कथा पालै पालो जेनैरास परिदे कक्षा ल आरासथैचोके ।
- ने अनुच्छेद चावजा अक्षर जैदे जेकापी त सारिचुके ।



- तान्या रो ल (✓) सन मातान्या रो ल (X) सर्चोके ।

- युङजा परिन्या ल बनै ओसन्जु । ☐
- जैमन इमान्दार लेव । ☐
- लिसरा गाइ ग्वाला लेव । ☐
- पैफ़िम ल रै यारैसिजु । ☐
- लिसरा एस.एल.सि. पास जैदे हिउने ताके । ☐

२. मेला आखर ल मिलिन्या रो लै धर्का तानिदे मिलैचुके ।

क) लिसरा	सुदो
ख) पाथी त	भैंसा ग्वाला
ग) जैमन	विद्यालय
घ) युडजा	सन्या
ङ) पैफिम	बदमास

३. रिक्तो पो ल मिलिन्य आखर सर्चोके ।

- क) युडजा लेव ।
- ख) लिसरा ए पास जैकु ।
- ग) जैमन सन युडजा यानलेव ।
- घ) पैफिम ल..... र परिर ।

४. गिन्सीव रो ए जवाफ योचुके ।

- क) लिसरा लै सु ए लुडजुरी ए ओभोमो ?
- ख) जलजला राम सु सु याबाव ?
- ग) एस.एल.सी. खा जना ए परिक्षा यायेव ?
- घ) सु ए सुलै पाथी त क ख सरो उपरिडव ?
- ङ) युडजा कितौ लेव ?
- च) जे युडजा स्याउ तान्या सै लिसरा स्याउ तान्या ? करौ कारण यादे सर्चोके ।

५. सृजना सन जोयन ।

- क) जे युडजा स्याउ तान्या सै लिसरा स्याउ तान्या छलफल दादे तपेज जेकापी त सर्चोके ।
- ख) जेथैव तबो सिलुक सदे कक्षा ल परिचुके ।

प्रदेश सन पालिका ल भूगोल

सुनछहरी गाउँपालिका लुम्बिनी प्रदेश ल परे । आका प्रदेश ल सदरमुकाम दाङ जिल्ला ल भालुबाङ ट ले । आका प्रदेश नेपाल ल संविधान २०७२ बमोजिम राज्य ल पुनर्संरचना डावक निर्माण जैव ७ प्रदेश रा मध्ये ल टोलो प्रदेश ले । लुम्बिनी प्रदेश ट संविधान ल अनुसूची -४ बमोजिम ।

- | | |
|--------------------------------------|---|
| १. नवलपरासी (बर्दघाट सुस्ता पश्चिम), | ७. रूकुम (पूर्वी भाग), |
| २. रूपन्देही, | ८. रोल्पा, |
| ३. कपिलवस्तु, | ९. प्यूथान, |
| ४. पाल्पा, | १०. दाङ, |
| ५. अर्घाखाँची, | ११. बाँके, |
| ६. गुल्मी, | १२. बर्दिया डाङ बाह्र वटा जिल्ला र ले र । |

लुम्बिनी प्रदेश को नक्शा



आका प्रदेश अन्तर्गत: तराई ट ६, पहाडमा ५ र हिमाल ट १ जिल्ला परे। प्रशासनिक एकाई ल रूप ट १०९ स्थानीय तह लेव आका प्रदेश ट ४ उपमहानगरपालिका, ३२ नगरपालिका र ७३ गाउँपालिका र ९८३ वडा ले र।

आका प्रदेश ल उत्तर ट गण्डकी प्रदेश सन कर्णाली प्रदेश, पश्चिम ट सुदुरपश्चिम प्रदेश, दक्षिण ट भारत ल उत्तर प्रदेश सन बिहार ले र। आका प्रदेश ल उत्तर ट पहाड सन दक्षिण ट तराई ल मैदानी भू-भाग र ले र। उत्तर ट पुथा हिमाल खैँका दक्षिण ट मर्चवारसम्म, पूर्व ट त्रिवेणी सुस्ता खैँका पश्चिम ट राजापुरसम्म फैलेड ले। आका प्रदेश ल क्षेत्रफल २२,२८८ वर्ग किलोमिटर भूभाग ले। नेपाल ल कूल क्षेत्रफल ल १५.१% प्रतिशत हिस्सा कड नेव।

सुनछहरी गाउँपालिका लुम्बिनी प्रदेश टोलो महत्त्वपूर्ण गाउँपालिका जै। सुनछहरी गाउँपालिका रोल्पा जिल्ला ल परे। आका पालिका ल सिमाना पूर्व ट वाग्लुङ जिल्ला, पश्चिम ट सुनिलस्मृति गाउँपालिका सन रोल्पा नगरपालिका उत्तर ट रुकुम सन वाग्लुङ जिल्ला, सन दक्षिण ट लुङरी गाउँपालिका सन सुनिलस्मृति गाउँपालिकाले र। आका पालिका रोल्पा जिल्ला सदरमुकाम लिवाङ खैँका ४८ कि.मि. उत्तरी पूर्व भाग ट अवस्थित ले। नेपाल सरकार ल राज्य पुनः संरचना अनुसार साविकला ६ वटा गा.वि.स. र सेरम, गाम, सिउरी, जैमाकसला, फगाम (वडा नं.२-९), सन जेलबाङ गा.वि.स. टुङ समायोजन डाड वि.सं. २०७३ रिम ट सुनछहरी गाउँपालिका स्थापना जैड अलेव। आका ल पालिका यनफिम पोबाङ ट ले। आका पालिका ल क्षेत्रफल २७७.६२ किलोमिटर ले।

प्रदेश ल समाजिक बनौट

सुनछहरी गाउँपालिका ल लुम्बिनी प्रदेश बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक प्रकृति ल ले। आका प्रदेश ट वि.सं. २०७८ जनगणना बमोजिम आका प्रदेश ल कुल जनसङ्ख्या ५१,२२,०७८ जनसङ्ख्या रहे। जो मध्ये लहेपा ल सङ्ख्या २४,५४,४०८ (४७.९२ प्रतिशत) सन मेमा २६,६७,६७० (५२.०८ प्रतिशत) ले र। आका प्रदेश जनघनत्व २३० प्रति वर्ग कि.मि. लेव सन लैंगिक अनुपात ९२.०१ ले र। आका प्रदेश ट करीब १२३ भन्दा भ्या जाति र बसोबास डोर। आका प्रदेश ल भूगोल ट हिमाल, पहाड सन तराई लेव मनि सामाजिक बनौट ट विविधता रहेड ले। आका प्रदेश ल प्रमुख जाति रा क्रमशः

मगर ७,४६,१५४ (१४.६%),

थारु ७,३२,०६९ (१४.३%),

क्षेत्री ७,२९,३५८ (१४.२%),

ब्राह्मण-पहाडी ५, ७७, ११० (११.३%),

मुसलमान ३,६५,१३५ (७.१%),

विश्वकर्मा ३,६५,१३७ (६.१%),

यादव २,०९,४८१ (४.१%),

हरिजन १,०७,५८१ (२.१%) लगायत ले र।

यिजेड आका प्रदेश ट नेपाली, थारू, भोजपुरी, अवधी, उर्दू, मगर ढुट, मैथिली, मगर खाम सन नेवारी मुख्य रूप ट पाङ्ख्या मातृभाषा र ले र । आल बुटवल, भैरहवा, नेपालगञ्ज, दाङ लगायतला घ्योव-घ्योव सहर र मनि परे र । यिजेड शहरिया जनसङ्ख्या मनि आका प्रदेश ट उल्लेख्य रूप ट ले र । ग्रामिण भेग ट चङ्ख्या सन सहरी भेग ट लेन समुदाय टुङ भौतिक पूर्वाधार ल विकास र डावक एक-आपस ट मनि जोरसिसिव ले ।

प्रदेश ल इतिहास

सुनछहरी गाउँपालिका ल लेव लुम्बिनी प्रदेश ल स्थापना नेपाल ल संविधान-२०७२ वि.सं. २०७२ रिम असोज ३ गिन जारी अजैछिङ्खिङ्ख स्थापना जैड ले । आका प्रदेश ल मिन बुद्ध धर्म ल शुरुवातकर्ता गौतम बुद्ध ल जरमेव पो सन प्रसिद्ध तिर्थ पो लुम्बिनी ल मिनडिका रहेड ले । शुरु ट प्रदेश नं. ५ ल सन्हेसिव आका प्रदेश ल मिन लुम्बिनी सन राजधानी दाङ देउखुरी वि.सं. २०७७ रिम असोज २० गिन प्रदेश सभा ल बैठकडिका पारित डाङ लागु जैड लेव । लुम्बिनी प्रदेश जैड्या भन्दा आला भूगोल लुम्बिनी अञ्चल, राप्ती सन भेरी अञ्चल ट राजनैतिक विभाजन डाङ यानेव । आका अञ्चल रा केही जिल्ला र मिलेड लुम्बिनी प्रदेश निर्माण जैड अलेव ।

नेपाल ल भौगोलिक एकिकरण जै हाँल आला भूगोल ट सेन राज्य, खस राज्यले शासन डाङ यानेव । मुकुन्द सेन ल पाला ट सेन राज्य भ्याज शक्तिशाली सन घ्योव अलेव । खस साम्राज्य शक्तिशाली अलेवक काश्मिर राज्य ल सिमाना खँका काठमाडौं ल सिमानासम्म फैलेड अलेव । सेन राज्य सन खस साम्राज्य कमजोर जैछिङ्खिङ्ख आला भ्या जिह्मजा थुम र मनि राज्य ल रूप ट स्थापना जैड अलेव । नेपाल ल बाइसी-चौबिसे राज्य र यालेव वेला पाल्पा ट सेन राज्य अलेव । गुल्मी, अर्घाखाँची सन प्युथान चौबिसे राज्य र रुकुम, रोल्पा, दाङ, बाँके सन बर्दियाला जिल्ला र बाइसी राज्य र यालेव । नेपाल सन अँग्रेज स जैव लडाइ ट भ्या पो ट नेपाल अहारवे छिङ्खिङ्ख सुगौली सन्धी याजै । आका लडाइ नेपाल ए भ्या भूभाग या गुमेव । जङ्ग बहादुर राणा ए भारत ल सैनिक विद्रोह दबेड्या सहयोग याडोव । आका बापत नेपाल ए बाँके, बर्दिया, कैलाली सन कञ्चनलपुर जिल्ला र फिर्ता याफ्रोव । आकाटुङ नयाँ मुलुक मनि डासि । आका ४ वटा जिल्ला मध्ये बाँके सन बर्दिया जिल्ला लुम्बिनी प्रदेश ल परे । यिजेड प्राचिन समय ट बुद्धकालिन राज्य र आका प्रदेश ल यापरे जाव ।

प्रदेशला प्रसिद्ध पो र

लुम्बिनी प्रदेश ट विश्व शान्ति ल अग्रदूत गौतम बुद्ध ल जर्मेव पो लुम्बिनी, तिलौराकोट, रामग्राम सन भ्या बुद्धकालीन ऐतिहासिक सन सांस्कृतिक महत्त्व ल जा र आका प्रदेश ट परे र । लुम्बिनी प्रदेश ट मुख्यतया तराई मैदान, पहाड सन उपत्यका र लेर । एशियाला घ्येव उपत्यका मध्येला दाङ उपत्यका मनि आका पो ल परे ।



यिजेड मायादवि मन्दिर, प्युथान ल स्वर्गद्वारी, पाल्पा ल रानीमहल, अर्घाखाँची ल सुपादेउराली, गुल्मी ल रिडी, रेसुङ्गा, नेपालगञ्ज ल बागेश्वरी, आदि पो र मनि आका प्रदेश ट प्रसिद्ध लेर । यिजेड प्रदेश ट लुम्बिनी प्रदेश ट प्रसिद्ध लेव पो रा फुलबारी, सुनछहरी, राँकमाधुरी चुचुरो, सातदोबाटो, थुर्पा, धरमपानी हिमाल सन जलजला बराहा क्षेत्र लगायतला आदि पो र लेर ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
लहेपा	पुरुष	man
मेमा	महिला	women
जिह्मजा	सानो	small
बेला	समय	time
भ्या	धेरै	a lot
गिन	दिन	day



१. सुनछहरी गाउँपालिका ला नक्सा गजेस ।

दाइन्या:

१. मेला प्रश्न रा टिव जवाफ गयास ।

- क) सुनछहरी गाउँपालिका काङ्का प्रदेश ल परे ?
- ख) लुम्बिनी प्रदेश ल बसोबास डाङ्या मुख्य जाति रा यामिन गगार्स ?
- ग) लुम्बिनी प्रदेश ल प्रसिद्ध डा वटा पो रा मिन गगार्स ?
- घ) लुम्बिनी प्रदेश ल प्रसिद्ध जैव रोल्पा जिल्लाला पो र काङ्का-काङ्का लेर ?
- ङ) लुम्बिनी प्रदेश ल सिमानाला बारे ट गसर्स ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) लुम्बिनी प्रदेश ल भौगोलिक बनावट बारे ट चर्चा गडास ?
- ख) लुम्बिनी प्रदेश ल इतिहास बारे ट टोलो निबन्ध गसर्स ?

३. मेला पान रा अर्थ ऱ्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

लुम्बिनी	तिलौराकोट	तानसेन	नेपालगञ्ज
पुथाहिमाल	रुकुम	सेनराज्य	खसराज्य

४. सृजना सन जोयन ।

- क) हिउने ल सहयोग रेड नेपाल ल राष्ट्रिय जनगणना तथ्याङ्क ह्येड प्रदेश ट बसोबास डाङ्या जाति रा सन पाङङ्या भाषा रा जनसङ्ख्या ल तालिका गजेस ।
- ख) हिउने सन अभिभावक स छलफल डाड न पालिका ल काङ्का-काङ्का पोडुङ कैजेड प्रदेश स्तर ट प्रसिद्ध जेङ्या दुसि गार्ङ्या बारे ट तर्क स टोलो निबन्ध गसर्स ।

सरेन्या

सुनछहरी गाउँपालिका लुम्बिनी प्रदेशला पहाडी भूगोल ल परिए । आखँ नेपालला वर्तमान संघीय शासन प्रणाली ए गाउँपालिका सरकार लै विकासए मुख्य आधार स्तम्भ जैदे नैव । गाउँपालिका हैलिसिव नागरिक ए पार्निकाई नजिकका सरकार मनिसिए । आव सरकार ए स्थानीय आवश्यकता, सम्भावना सन चुनौती रालै प्रत्यक्ष रूप ल बुझिदे नैव । स्थानीय रूप ल उपलब्ध प्राकृतिक, मानवीय सन भौतिक स्रोतसाधन ए पहिचान जैदे नैव । पालिकाला लेव स्रोतसाधन ए सही तरिका ए उपयोग जैदे सर्वाङ्गीण विकास जैदे नैव । पालिका ए पालिकाला उपलब्ध स्रोतसाधन रालै आर्थिक गतिविधि ए रूपान्तरण जैदे पालिका सन पालिकाबासी रालै समृद्धि जैदे नैव ।

क) स्थानीय स्रोतसाधन ए अवस्था

सुनछहरी गाउँपालिका र प्राकृतिक सन सांस्कृतिक स्रोत ए सम्पन्न लिज्या । पालिकाका स्थानीय स्रोतसाधन र निम्न अनुसार उल्लेख जैसिव लिज्या ।

१. **प्राकृतिक स्रोत:** आव अन्तर्गत खेतीयोग्य नाम, छुत प्रकृति ए, जलस्रोत (खोलानाला), वनजङ्गल, वन पैदावर सन जडीबुटी र, खनिज पदार्थ र सन लुङ-गिट्टी, बालुवा नदीजन्य पदार्थ र परिर । पहाडी गाउँपालिका ल फलफूल सन जडीबुटीए प्रचुरता ताई । तराई ल अन्न भण्डार सन वन पैदावार ए बाहुल्यता ताई । सुनछहरी गाउँपालिका मनि सुन, तामा, जङ, लुङ सन मार्बल लगायतला खनिज पदार्थ र लिज्यार । फलफूल, पशुपालन सन जडिबुटि ए लागि उपयुक्त नाम र लिज्यार ।
२. **मानवीय स्रोत:** नाङ्खारला लिन्या युवा शक्ति, परम्परागत सीप लेव कालिगड, दक्ष सन अर्धदक्ष जनशक्ति सन स्थानीय उद्यमी र मानवीय स्रोत ए रूप ल लेर । यामि नाङ्खारए विकास सन समृद्धिक ए लागि आवश्यक तान्या जनशक्ति र स्थानीय मानवीय स्रोत रूप ल लेर । आव पालिका ल आदिवासी ज्ञान सन सीप ए दक्ष जनशक्ति लेर । वैदेशिक रोजगारी ए कारण आखँ नाङ्खार ल दक्ष जनशक्ति ए अभाव तानादे ले ।
३. **सांस्कृतिक सन ऐतिहासिक स्रोत:** स्थानीय भेषभूषा, भाषा, कला, संस्कृति, ऐतिहासिक भौतिक सम्पदा र सन प्राकृतिक सुन्दरता ए स्रोत र पर्यटन विकास ए बलिया आधार र लिज्यार । भरपर्दो सन व्यवस्थित पर्यटनए विकास लै स्थानीय आर्थिक गतिविधिए सृजना जैव ।

ख) आर्थिक गतिविधि ला प्रमुख क्षेत्र र

गाउँपालिका ए अर्थतन्त्र लै चलायमान जैन्या स्थानीयला स्रोत ए उपयोग जैदे निम्न बमोजिमला आर्थिक गतिविधि र सञ्चालन जैव दोसिए ।

१. **व्यावसायिक कृषि सन पशुपालन:** कृषि सन पशुपालन आव पालिकाला महत्वपूर्ण आर्थिक गतिविधि सन जिविकोपार्जन स्रोत ए रूप ल गनिसिए । परम्परागत निर्वाहमुखी कृषि सन पशुपालन निकाई आर्थिक गतिविधि लै माहुल्या टेवा पुरैव मादुव । हैजैदे आधुनिक प्रविधि ए प्रयोग जैदे व्यावसायिक खेती, चिप खेती सन उन्नत पशुपालन दोकिन याज़ पालिका ल आर्थिक गतिविधि बदिदे भान्या ले । कम्ति ल मनि 'तबो नाङ्खार, तबो उत्पादन' ए अवधारणा लै मूर्त रूप ल यान्या दुकिन पालिका ल समृद्धि रैव दुसिए ।



२. **लघु तथा घरेलु उद्योग:** स्थानीय स्तर ल दैसिन्या कच्चा पदार्थ जस्तै पुवा, भाँगो, बाँस, चल, भेंडाए असन, कपास सन हाईनुन स्याव पदार्थ ए प्रशोधन जैन्या जुमु-जुमु उद्योग स्थापना जैकिन स्थानीय स्तर ल रोजगारीए सिर्जना ताए । आव लागि जडिबुटि प्रशोधन, आदिवासी ज्ञान सन सीप आधारित कला ए उत्पादन लै मनि प्रोत्साहन जैकिन आर्थिक गतिविधि बदैव दुसिए ।
३. **पूर्वाधार विकास र सेवा क्षेत्र:** यम, ओन्या रि, सिँचाइ, विद्युत सन इन्टरनेट विस्तारए व्यापारिक गतिविधि बदैन्या मद्दत दोव । नाङ्खार ल सञ्चालित सहकारी संस्था रै मनि स्थानीय पुँजी संकलन सन परिचालन ल घेव भूमिका ले ।

४. **पर्यटन प्रवर्द्धन:** नाङ्खारला प्राकृतिक वातावरण सन मौलिक संस्कृति लै विश्व ल ससरेन्या होमस्टे, कार्यक्रम सन पदयात्रा मार्गए विकास जैव दुसिए । आवए नाङ्खारए मौलिकता जोगैन्या सन विदेशी मुद्रा मनि मदत ताज्या ।



५. **विविध:** आव याज मातादे वैदेशिक रोजगार, जागिर, व्यापार व्यवसाय निकाई मनि आर्थिक गतिविधि सञ्चालन ताव ले । तर वैदेशिक रोजगार निकाई हुव विप्रेषण (रेमिट्यान्स), जागिर सन व्यवसाय निकाई तान्या आम्दानी स्रोत र नागरिक रै पालिकाभित्र लगानी मादोदे गाउँपालिका भन्दा बाहिरड खर्च दोन्या खण्ड ल पालिकाला आर्थिक गतिविधि कमजोर ताए ।

ग) स्रोतको सदुपयोगमा चुनौती सन समाधान

गाउँपालिका ए स्रोत ए उपयोग दोक वातावरणीय सन्तुलन लै ध्यान यान्या उत्तिकै जरुरी लिज्या । विना योजना दोन्या खोलानालाए दोहन सन वन फँडानी ए भविष्यला संकट निम्तैव दुव । होकाई प्राकृतिक स्रोतसाधन ए उपयोग जैदे 'दिगो विकास' ए नीति अपनैव परिए । दक्ष जनशक्ति ए अभाव हटैन्या स्थानीय सरकार ए सीपमूलक तालिम र सञ्चालन जैव ताइ । आव साथ साथै ल पालिका ए युवा रालै नाङ्खार ल ज उद्यमी तान्या प्रोत्साहित मनि आराजैव ।

घ) खेम्नाक

गाउँपालिका ए नला लुङ , घम, रि, प्राकृतिक स्रोत सन मिए श्रम पसिना ए ताव संयोजन निकाई याज् सम्भव ले । स्थानीय स्रोत सन साधन लै वैज्ञानिक ढङ्गनी परिचालन जैदे आर्थिक गतिविधि लै तीव्र रूप ल बदैव दुसिकिन गाउँपालिका लै परनिर्भरता निकाई मुक्त जैदे आत्मनिर्भर जैव दुसिए । नाङ्खार समृद्ध ताए तब याज् सिंगो राष्ट्र समृद्धिए पथ ल डादे बदिव दुव ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
छुत	अर्को	next
लुङ	ढुङ्गा	stone
चिप	तरकारी	vegetable
चल	निगालो	nigalo
लु	भेडा	sheep
शन	भेडाको ऊन	wool of sheep
घम	माटो	soil



सिउसिन्या

- जे गाउँपालिकाला अन्न निकाई किताउ आम्दानी ताए नौ भन्दा चाव कैजैदे जैव दुसिए छलफल दोचोके ।
- जे गाउँपालिका ल दैसिन्या जडिबुटी निकाई कता कता वास ताए छलफल दोचोके ।



दाइन्या:

- मेला शब्द रालै शुद्ध जैदे सर्चोके ।

गाउँपालिका	सुणछहरी	नङ्खार
जेलवाङ	सरकारि	

२. मेला पान शब्द रालै ल प्रयोग दोचोके ।

स्रोतसाधन	विप्रेषण	व्यावासायिक	सदुपयोग
दिगोविकास	श्रम	संस्कृति	पर्यटन

३. मेल्ला रिक्तो पो ल सर्चोके ।

- क) सुनछहरी गाउँपालिका भुगोल ल परिए ।
- ख) स्थानीय स्रोत साधन र लिज्यार ।
- ग) कृषि सन पशुपालन निकाई पालिका लै स्रोत तादे ले ।
- घ) गाउँपालिका लै ए मनि मदत दोदे नैव ।
- ङ) विना योजना विकास निर्माण दोकिन ताए ।

४. मेला घिनसिव प्रश्न ए उत्तर सर्चोके ।

- क) सुनछहरी गाउँपालिकाला आर्थिक गतिविधि सर्चोके ।
- ख) जे पालिका ल किताव प्राकृतिक स्रोतसाधन र लिज्यार ?
- ग) व्यावसायिक कृषि सन पशुपालन हैलिसिव कता ? फुरक छुटैचोके ।
- घ) पालिकाला पर्यटन ए अमि चाव सन कमजोरी पक्ष कता कता लिज्या सर्चोके ।
- ङ) सुनछहरी गाउँपालिका ल स्थानिय स्रोत साधन र कता कता लिज्यार सर्चोके ।

५. मेला यासिव वाक्य परिदे ताव माताव सर्चोके ।

- क) गाउँपालिका हैलिसिव नागरिक ए पार्नि नजिकका सरकार हैलिन्या बुभिसिए ।
- ख) वैदेशिक रोजगार ए विप्रेषण पालिका बाहिरङ खर्च अताकिन आर्थिक गतिविधि बढिए ।
- ग) गाउँपालिका ल पर्यटन विकास सम्भावना माले ।
- घ) विना योजना दोन्या विकास निर्माण सन वन फँडानी ए भविष्य ल संकट ताए ।
- ङ) पालिका ए सांस्कृतिक सन ऐतिहासिक स्रोतसाधन सदुपयोग ए आर्थिक गतिविधि बढैव मादुव ।

६. सृजना सन जोयन ।

- क) शिक्षक ए सहभागिता ल जे नै रास छलफल दोदे पालिका ए आर्थिक गतिविधि बढैन्या लागि पालिकाला उपलब्ध स्रोतसाधन ए सूची जैदे नौ निकाई तबो निबन्ध तयार जैचोके ।
- ख) शिक्षक ए सहयोग ल प्रदेश सन जिल्ला ए बारे ल लेव कीर्तिमान रेकर्ड सन समान्य ज्ञान ए बारे प्रश्न उत्तर तयार जैदे हाजिरी जवाफ प्रतियोगित ए आयोजना जैचोके ।

रो - ६

जन्म संस्कार, मृत्यु संस्कार सन नाता

गे जीवन ल जर्मिन्या, सिन्या सन ज्या रैन्या रेन्या महत्त्वपूर्ण ले । आव ए गे जीवनचक्र लै बुभैव । आव जीवनचक्र ए घटना रालै समाज ल व्यवस्थित जैन्या सन समाज रास मि रालै जोडिन्या लागि गेमि संस्कार ल प्रचलन ले । समाज ल जर्मिन्या सन सिन्या घटना रालै व्यवस्थित जैन्या सन मान्यता प्रदान जैन्या लागि जर्मिन्या संस्कार सन सिन्या संस्कार प्रचलन ल हुव ले । इताव संस्कार समुदाय, जाति सन धर्म अनुसार छुत छुत ले ।

जन्म संस्कार

जर्मिक जाहान ल सारो सदस्य ए आगमन ताए । जर्मिसिव काइ सारो नाता सम्बन्ध जोडिसिए । (जस्तै: आमै, बाबु, बाजु बजु, मामा मैजु, फुफु बोबो, दाजु मारुम, भाइ, नाना बहिनी) ए साइनो सन नाता सिर्जना ताए । जाहान सन समाज ल नवआगन्तुक सदस्य ए अधिकार ए सृजना जैसिव ताए ।

मगर जाति ल लुजा अजर्मिव काइ लुजा सन अआमै नजिकका साइनो परिन्या याआमै, यानाना सन यारे रै रडन्या ताए । नाङ्खार याल लुजा अजर्मिन्या बेलाक सुडेल्ली सन अनुभवी मेमा रै सयोग आरा दोर । आजैकाल आधुनिक स्वास्थ्य सेवाए विस्तार ए स्वास्थ्यकमी निकाई सेवा रैन्या प्रचलन बदिदे ले । पो अनुसार लुजा अजर्मिव ५/७, ११ ला छिन निकाइ बिजोरला



जैदे लादे पलिन्या होकाई ओदेक नवारनी दोन्या ताए । नवारनी छ्याम काइ गवैत सन सुनपानी जैदे चोखैसिन्या संस्कार मनि ले । फिमला पार्नि सेर मि बाजु बजु लुजाए अमिन नै दोन्या चलन मनि ले । नवारनी छ्याम भलाइ हिपदे लुजा लै खोप विकास जैन्या प्रचलन ले ।

ऐजैदे लुजा ५/६ महिना अताव काइ काड यान्या, सारो क्वा क्वाइन्या, भुम्के टोपी जान्या ताए । आव लागि फिमला जाहान र, आफन्त र दुबसिदे लुजा लै आशीर्वाद यान्या प्रचलन

ले । ऐजैदे खेप्पा ताकिन मामा रै छेवार दोदान्या सन मेमा लै खेव बे क्वाइन्या प्रचलन मनि ले । समुदाय अनुसार जन्म संस्कार सन नातापाता ए यायन छुत छुत ताए ।

मृत्यु संस्कार

मानव जीवनए छिनडा संस्कार सिन्या संस्कार । सिन्या लै रोकिव मादुसिन्या तबो जीवनचक्र ए दुखद घटना याज् मातादे सिन्या जिवनला छिनडाला मनि गनिसिए । समाज ल मिर यासिक दाजुभाइ, याआफन्त र याआदे होदेडा मि र दुबसिर । आव ए सामाजिक ऐक्यबद्धता सन शोक व्यवस्थापन ल मदत दोव । सिव मिए अजाहान, अआफन्त सन आदे होदेडा पार मि र दोबसिदे सिव मोरो लै कोई पो दे हिपन्या गादिन्या आरा जैर ऐजैदे अन्तेष्टी आरा जैर ।

पालिका ल माहुल्या मगर यालेव निकाइ मि यासिव काइ पार पार याआफन्त रालै सोर परिडदे खुलो परिए । मेमा असिकिन अमाइती रालै जोनी तादे मनि खुलो परिए । अमाइती र यामाहुयासम मोरो लै चलैन्या मादैसिए । सिव मोरो लै पो अनुसार लो सन गुन्द्री त ससपैदे यासिका क्वाइसिन्या क्वा आराक्वाइर । खेप्पा र यासिक याफिम भित्रला नजिकका खेप्पा रै याक्वा आराफेरैर मेमा र यासिक मेम्मा रै ज़ आराफेरैर । मि यासिव छ्याम ओदे अताकिन अछिनता छ्याम वन चलै चलन ले ।

सिव मोरो लै बन चलैक पलाडव क्वा (बाटो क्वा) तथान नेथान बाता त जादे मोरो ए अडा अडा छेन्दे बैईर । आव बाटो क्वा याभान्ज रै छेन्या प्रचलन ले । मेमा र लामसिर । भाँक्री र यासिकिन छुतज मोरो बैन्या प्रचलन ले । मि यासिव काइ सभाहा यामादुया सम भुठो ज़ ताए । आव सिन्या संस्कार ल पो अनुसार सापी



डनती बारिन्या चलन ले । प्राय जसो सोडछा काइज सभाहा दोदे चोखिन्या प्रचलन ले । सभाहा दोक चेलीबेटी, भान्जा सन बोबो (इस्ट) रै यन दोन्या प्रचलन ले । याभाइ पटि रै सभाहा ल आदे होदे व्यवस्थापन ए यन दोर । सभाहा यन लागि नाङ्खारला मिरै फ़म छोका सिड सन गास पैसा रैदे हुर । मेम्मा असिकिन पो अनुसार माईत दे पितर लाडन्या फेरी चनान्या चलन मनि ले कोहि कोहि जिक रीत बुभैन्या चलन मनि ले । मेमा राँदी अताव काई माईती रै क्वा फेरैन्या/यान्या प्रचलन ले । आव याज् मातादे माइत ल फ़ला सिदे फ़िम भित्र ल फेरी कन्याए दर्जा यान्या दाजु भाइ रै जैन्या प्रचलन मनि ले । सभाहा छ्याम ओदेक सिव मिए अयुड भान्या प्रचलन मनि ले । आव बेलाक भान्ज र सन भाक्री रै दोर ।

ऐजैदे जर्मिन्या सन सिन्या संस्कार ल नातागोता ए यामि भूमिका ताए । आव संस्कार ल साइनो परिन्या र जोनि तादे मनि दुबसिव परिए । आव ए यामि आपस ल सम्बन्ध सुदृढ जैव । या यामि खारला भावना ए विकास मनि ताए ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
मोरो	लास	dead body
बाटो क्वा	काँक्रो	cucumber
लामसिन्या	शोक गीत	sad song
सिव	मृत्यु	die
ला	दिन	day
खारला	बिचको	between
घोट/सभाह	चोखिने	purity
खादर	चिहान	cemetery
जाहान	परिवार	family



सिउसिन्या

- जे नाङ्खार ल मि र यासिकिन कैजैदे अनतेष्टि आरा जैर बादे बुझि चुके ।
- जे नाङ्खार ल लुङ्गा अजर्मिक कता कता जैर रड्दे जे नै रालै है आरा दोचोके ।



दाइन्या:

- मेल्ला शब्द रालै अर्थ खोलिन्या जैदे वाक्य प्रयोग दोचोके ।

संस्कार

छेवार

नवारनी

मोरो

नातागोता

लामसिन्या

खादर

सभाहा

૨. તાવ માતાવ સર્ચોકે ।

- ક) જર્મિક પાર જાહાન ર રેડર ।
- ખ) મિ ર યાસિક બાટો ક્વા જાન્યા તાણ ।
- ગ) જર્મિસિવ છ્યામ જ નવારની દોર ।
- ઘ) મિ ર યાસિવ કાઈ સુ યાઆફન્ત ર માહુર ।
- ઙ) સિન્યા, રૈસિન્યા સન જર્મિન્યા બેલાક દોન્યા સંસ્કાર ઇ યા-યામિ ખારલા નાતા ચાવ તાણ બાણ ।

૩. મેલા શબ્દ રાલૈ રિતો પો લ સર્ચોકે ।

છ	સોડછા	સારો	વિકાસ	લો/ગુન્દ્રી
---	-------	------	-------	-------------

- ક) જર્મિસિવ કાઈ નાતા સમ્બન્ધ તાણ ।
- ખ) જર્મિસિવ મહિના કાઈ કાઙ યાન્યા તાણ ।
- ગ) સિવ મોરો લૈ ત સસપૈન્યા તાણ ।
- ઘ) મગર સમાજ લ કાઈ સભાહા દોર ।
- ઙ) સિન્યા સન જર્મિન્યા ઇ યામિ ખારલ ભાવના જૈવ ।

૪. મેલા ધિનસિવ પ્રશ્ન ઇ ઉત્તર સર્ચોકે ।

- ક) જર્મિસિવ કાઈ કતા કતા સાઈનો દોન્યા સુરુ તાણ ?
- ખ) લુજા અર્જિમિવ કાઈ નવારનિ ત અમિન સુ ઇ નૈ દોવ ?
- ગ) સભાહા દોક સુ-સુ ઇ અમિ ભૂમિકા માહુલ્યા તાણ ?
- ઘ) છેવાર દોક સન ખેવ બે ક્વાઈક સુ ઇ અયન તાણ ?
- ઙ) મિ ર યાસિક ઙા ત બૈન્યા પોરો ક્વા લૈ કૈ દોર ?

૫. મેલા ખેવ ઉત્તર સર્ચોકે ।

- ખ) જે મિ સમુદાયલા મિ ર યાસિકા સંકાર ઇ બારે લ સર્ચોકે ।
- ગ) જે મિ સમુદાય લ મિ યાસિક, યાજર્મિક સન નાતા સમ્બન્ધ લ બારે સર્ચોકે ।

૬. સૃજના સન જોયન ।

- ક) જે અભિભાવક સન નાઙ્ખારલા મિ રાલૈ ધિનદે મગર સમુદાય સન બ્રહ્માણ-ક્ષેત્રી સમુદાયલા સિન્યા સન જર્મિન્યા સંસ્કાર બારે લ કતા કતા ફરક અલેવ છલફલ દોદે સર્ચોકે ।
- ખ) જે અભિભાવક સન નાઙ્ખારલા મિ રાલૈ ધિનદે સમુદાયલા જીવનચક્ર સંસ્કાર (જર્મિન્યા, રેન્યા જ્યા રૈન્યા સન સિન્યા) બેલાક નાતાગોતા રૈ કતા કતા ભૂમિકા તાણ નૌ બારે લ નિબન્ધ સર્દે કક્ષા લ પ્રસ્તુત જૈચોકે ।

नाम्क मगर समुदायला मौलिक घेव चाड । आव चाड लै आजकाल भूम्या पर्व मनि है दोर । आव चाड रोल्पा रुकुम, सन बाग्लुङला मगर रै मानिन्या पार्नि घेव सांस्कृतिक चाड है दोर । आव चाड सामुदायीक रूप ल मानिन्या दोर । आव चाड प्रत्येक रिमला असार १ गते काई बाजागाजा तबदे स्यादे भूम्या थान क भादे नाम सन प्रकृति ए आराधना दोदे बली चढैदे पूजा दोर । आव चाड लै मगर समुदाय ल सारो रिमए रूप ल, हुन्या रिम लै सारो नीति नियम तर्जुमा जैन्या, भेथ बाहुरए हिसाब किताब दोन्या, सारो कटुवाल चयन जैन्या, नाङ्खारला पार्नि जेष्ठ नागरीक रालै सम्मान दोन्या, लगायतला सारो आर्थिक रिमए रूप ल मनि रैन्या दोर ।



आव चाड मानिन्या लागि कालापारदे भाव याजाहानला सदस्य र मनि फिम हुन्या हाई ग्वाला मनि फिमदे हुन्या हैजैदे पारज तबोक दुबसिदे डमन्या, चावचाव ज्यान्या बस्त र जैदे ज्यादे नाम्क बनै चावस मानिर । आव पर्व अखेमव काई हाई बाख्रा रालै वन ल छान्या मादैसिए । होकाई हाई बाख्रा रालै घोडदे/बुकि दे आराबैर ।

भूम्या पूजा हैलिसिव मि चुसिसिव पो, नाम सन प्रर्यावरण ए आरधना जैदे बली यादे दोन्या पूजा लै भूम्या पूजा है दोर । आव पूजा लै समग्र ल भूम्या पूजा है यादोदे मनि मगर खाम निकाई नामकः, बल्क, बुल्क मिन निकाई मनि सरेन्या दोर । रोल्पा, रुकुम सन बाग्लुङला मगर रै प्रत्येक रिमला बर्खा लागिन्या डादे असार १ गते आव पूजा दोन्या दोर । पूजाए अवसर ल आला मगर रै सांस्कृतिक चाड ए रूप ल तहप्तासम्म स्यादे धुमधामस मानिन्या साथ चलन लेव दैसिए ।

आव भूम्या पूजा लै सारो रिम ए शुरूवात ए रूप ल मनि सरेसिए । नाङ्खारला सारो नीति नियम जैन्या कटुवाल बिनिन्या, मिरे जनगणना दोन्या यन र मनि दोन्या ताए ।

आव पूजा खास दोदे पारपार प्रकारला प्राकृतिक प्रकोप र बल पैरा अतिबृष्टि अनाबृष्टि गमाताक अन्नबाली गमाभलेक, अनिकाल गमाताक, कता मानवीय क्षति गमाताक हैलिदे मगर समुदायला सयौं मि रै दुबसिदे बाजागाजा ए साथ ल भूम्या थान ल भादे नाङ्खार अनुसार बोका, साँधा, सुँगुर वा बाजा मध्ये निकाई तबो बली यादे भूमीए पूजा दोन्या दोर । जेठ मसान्त काई असर १ गते पूजा यामा दोया सम्म बन बर्जिने (भूमि/प्रकृति लै असर परिन्या निताव कताज यन दोन्या माताए, नाम निकाई आलोगम माघोन्या यङ माकिन्या दोर । पूजा यादोव काई याज पार यन दोन्या चलन ले । परम्परागत जनविश्वास अनुसार भूम्या पूजा दोन्या बन बर्जिव बेलाक यङ माकिन्या सिमेभूम्या रसिदे पहिरा भान्या/तान्या विश्वास ले हैलिदे स्थानीय रै हैलेर ।



आव भूम्या पूजा दोन्या भन्दा डाता छ्याम जेठ मसान्त मगर पूजारी सन डाता भूम्या स्यान्या धापा धामी र चोखो तादे जलजलाला बराह देवता लै धार धुप यादे सन भूम्या पूजा लागि चाहिन्या वै तिन्या सन मुर्ला पलनान्या चलन ले । जेठ महिनाला पार्नि छिनडा रि वन ल ज स्यान्या गाईन्या दोदे बासिन्या चलन मनि ले । आसर १ गते छकालन्या भूम्या पूजा ए पारपार विधि र पूरा जैदे समुदायला मि पारज दुबसिदे बाजागाजा ए साथ ल न्याहो गाईदे घेव नाङ्खार नाम्क स्यान्या पो क केहुन र होकाई जामा ओदे अताव काई भूम्या पूजा दोन्या शुरु जैर । बोका लै नाङ्खारला ग्यान भैरिदे भूम्या थान क बैदे पलर । होकाई मेमा र होन्यादे खेपा र दे ब्रेदे तादे तानाका ताना नोकोबाङ्गे स्यार । नोकोबाङ्गे २२ गोटा बाजा ल २२ चाला स्यार सो ड्छा, डाछा सम स्यादे गाइदे राम सस्योर ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
रिम	वर्ष	year
नाम्क	भूम्या	bhumya
नाम	जमिन	land
चाव	राम्रो	good
धापा धामी	युवायुवती	ladies and gentleman
छ्याम	दिन	day
नै	साथी	friend



सिउसिन्या

- जे नाङ्खार ल नाम्क कतान्या स्यार जे बाजु बजु रालै आराधिनचुके ।
- नाम्क स्यान्या चाला सन बाजा सिउसिदे जे मनि नाम्क स्याचुके ।



दाइन्या:

- ताव त (✓) सन माताव त (X) सर्चोके ।

- नामक असार १ गते काई ५ गते सम्म स्यार । ☐
- नाम्क रोल्पा, रुकुम सन बाग्लुङ ल स्यार । ☐
- नाम्क लै भूम्या है मादुर । ☐
- नाम्क स्यान्या बेलाक खेप्पा मेम्मा स्यार । ☐
- नाम्क त भूम्या पूजा मादोर । ☐

२. रिक्तो पो ल खैन्या सर्चोके ।

- क) भूम्या पूजा यादोक बलि चढौर । (भेडा / बोका / खसी)
ख) भूम्या पूजा गमाताक हैलिदे दोर । (प्राकृतिक प्रकोप / पहिरा / हावाहुरी)
ग) जलजला दे बास बासिन्या बार । (जेठ मसान्त / असार मसान्त / बैशाख मसान्त)
घ) भूम्या छ्याम रिम ए रूप ल मनि रै र । (पुरानो रिम / चाउ रिम / सारो रिम)
ङ) नाम्क त वै तिन्या बाक जान्या चलन ले । (वै / धुप धजा / बलि)

३. मेल्ला शब्द रालै अर्थ खोलिन्या जैदे वाक्य प्रयोग दोचोके ।

नाम्क	जलजला	पूजा
नाम	धुपधार	प्रकृति

४. मेल्ला घिनसिव प्रश्नए उत्तर सर्चोके ।

- क) भूम्या पूजा हैलिसिव कता ? कैजैदे दोर सर्चोके ।
ख) नामक कता कता जिल्लाला मि रै मानिर ?
ग) भूम्या पूजा यादोक कताए बलि जादे पूजा दोर ?
घ) असार १ गते कता कता जैर ?
ङ) भूम्या पूजा मादोया सम्म करौ नाम घोन्या माताए ?

५. सृजना सन जोयन ।

- क) नाङ्खारला भूम्या स्यान्या सनन्या गुरु र यालोक भादे नामक खा चाला स्यार सन किताउ बाजा तपर जे नै रास बादे सिवसिचुके ।
ख) नामक स्यान्या सिउसिदे कुनै राम सन कार्यक्रम अताकिन नाम्क स्यान्या प्रतियोगिता जैचोके ।

नाम पूजालै खसकुरानी भूमि पूजा हैदोर । गेमि समाज ल तोलो मौलिक संस्कृति ले । प्रकृति ल सम्मान, कृषि ल सफलता, सन प्राकृतिक विपत्तिडि बचेइया आका पूजाआजा डाइया डासि । जीविका ल आधार कृषि सन पशुपालन जैव गेमि संस्कृति ल गम सन नामटुङ “सृष्टिकर्ता” माडेसि । व्हिजेड नामटुङ मनि भुम्यादेव माडेइया प्रचलन ले । कतिपय पो ल भूमिदेव स आदिम पुर्खा/देउपित्त र पूजा डाइया प्रचलन मनि जै । आकापूजा सामुहिक जै । नाइखान्यारै सो मिलेड डोर । पो सन समुदाय अनुसार आका पूजा डाइया तरिका, तिथीमिति सन पूजा उत्पत्ति ल मिथक र केही फरक जैइया दु । तर आका ल दर्शन प्रकृति ल सम्मान, कृषि ल सफलता, सन प्राकृतिक विपत्तिडिका जोगेइया विषय बस्तु ल केन्द्रित जै ।

मगर रा संस्कृति ल शिकारी युग, गुजारामुखी पशुपालन सन कृषि युग ल समिश्रण फ़ोसि । आका युग र रु ल प्रकृति ल आश्रित यालेव । ओ र चुडिसइया याडोजाव नाम सन आकाडिका प्राप्त जैव उत्पादन ज महत्त्वपूर्ण अलेव । नाम अर्थात नाम कृषि सन पशुपालन ह्यें लागि महत्त्वपूर्ण अजैजाव । ओखेंका आदिवासी मगर र मनि नामटुङ सृष्टिकर्ता, जीवनदाता ल रूप ट सम्मान याडोर । ओखेंका अरु आदिवासी रै प्रकृति सम्मान, कृषि ल सफलता, र प्राकृतिक विपत्तिडिका जोगेइया लागि मगररै मनि नाम ल पूजा याडोर ।



मगर रा घनावस्ती सप्तगण्डकी प्रश्रवण क्षेत्र सन राप्ती-भेरी प्रश्रवण क्षेत्र ल यालेडि मनि देशै भरि रासिड लेर । व्हिजेड मगर रै नाम पूजाटुङ पो अनुसार भूम्या, बल पूजा, भूमे, भूयाँर, भुवाँरी, भँगेरी, चन्डीपूजा, चन्डीभुयाँर आदि गार्इया प्रचलन ले । आका पान र सो नेपाली भाषाडिका

न्हाव ले । भूयाँर पान नेपाली बृहदशब्दकोश ल भूमिदेव, भूमि देवता गार्सिव ले । मगर खाम ल आकाटुङ नाम डासि । यिजेड चन्डी पान मगर टुट ल अर्थ खुलेव ले ।

रुकुम सन रोल्पा ल थवाङडे भूमिपूजाअसार महिना ल १ गते डाइया डासि । थवाङ गाउँपालिका ल उवा क्षेत्र ल साउन ल एक गते पूजाआजा डाइया प्रचलन ले । पूजाआजा ल लागि भेंडा ल

साँढा आवश्यक परे । पूजाआजा मनि नोकोबाङ्ग्या (भूम्यानाच) स्याङ्ग्या प्रचलन ले । आका घ्योव समूह ल स्याङ्ग्या अजैव ए मनि बेसै चाव जै । यिनेड डोल्पाला मगर रै च्योहोपतावा गाउँपूजा ल रूप ल भूमिपूजा डोर । नका रै भूमि सन पुर्खा/देउपित्तर भ्लोड पूजा डाङ्ग्या डोर । मंसिर सन चैत/बैसाख ल पूजाआजा डाङ्ग्या डोर ।

म्याग्दी जिल्ला डे नाम पूजा बैसाख ल पूर्णिमा ट डाङ्ग्या डोर । नाम पूजा ल छ्याङ आलिम ल (भण्डा) प्रतिष्पर्धा मनि जै । स्ह्याङ्ग्या गैङ्ग्या मनि जै । नका क्षेत्र ल भूमिदेवता ल साथ ट अरु भ्यापुर्खा/देउपित्तर रा पूजा डाङ्ग्या प्रचलन ले । आका पूजा भेंडा ल साँढा, बोका, ब्वाए डाङ्ग्या प्रचलन ले । गुल्मी, पर्वत, पाल्पा स्याङ्ग्या पूर्वडे चन्डीपूजा सन चन्डीभुयार गार्ड नाम पूजा बैसाखला पूर्णिमा ल डाङ्ग्या डासि । कतिपय पोलभुयार, भुवाँरी, भँगेरी आदि मिन ए मनि भूमिपूजा डाङ्ग्या प्रचलन ले । भूमिपूजा साथ ल पुर्खा/देउपित्तर रा पूजाआजा डाङ्ग्या प्रचलन मनि ले । सो क्षेत्र ल व, ब्वा, बोका आदि ए भूमिपूजा डाङ्ग्या डोर । पूजाआजाछिडिङ्गि स्थानीय स्ह्याङ्ग्या गैङ्ग्या प्रचलन मनि ले । गण्डकीला मगर रै मंसिरे पूर्णिम ल मनि भूमिदेवटुङ पूजा डाङ्ग्या प्रचलन अलेव । आजकल आका म्हाड न्हाड ले । खस-आर्य ल वैदिक परम्परा ल नाम पूजा डाङ्ग्या प्रचलन ले । नाम पूजाटुङ किरात राई रै साकेला डोर नका रै बैसाखे पूर्णिमा ल सन मंसिरे पूर्णिमा ल पूजा डोर । लिम्बु रै चासोक सन यक्वा तङ्नाम डोर । यिजेड तामाङ रै ह्युल्जे/नेदा शिब्दा मिन ल पूजाआजा डाङ्ग्या डोर । व्हिजेड नाम पूजाटुङ धरतीपूजा, थानीपूजा, नाङ्खार पूजा आदि डाङ्ग्या डासिव मनि ले । यिजेड नेवार, थारु, गुरुङ लगायत सो आदिवासी रै नाम पूजा डाङ्ग्या प्रचलन लेव ले ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
पो	ठाउँ	place
सो	सबै	all
बेसै	धेरै	many
छ्याङ	दिन	day
स्ह्याङ्ग्या	नाच्नु	dance
आका	यो	this
गैङ्ग्या	गाउनु	sing



१. मेला पान रा अर्थ न्हाड्या जेड आखर गजेस ।

भूमि	भूम्या	भूयार	चन्डी
प्रकृतिपूजा	आलिम	साकेला	थानीपूजा

दाइन्या:

१. मेला प्रश्न रा टिव जबाफ गसरस ।

- क) नाम पूजा कडा डसि ?
- ख) नाम पूजा ल कुयो - कुयो देवता ल पूजाआजा डसि ?
- ग) रोल्या रुकुम ल नाम पूजा खाब्ला डसि ?
- घ) म्याग्दी सन गण्डक क्षेत्र ल नाम पूजा खाब्ला डसि ?
- ङ) ब्राह्मण क्षेत्री रै नाम पूजा कैजेड डोर ?
- च) किराँत राई रै नाम पूजाटुड कै डोर ?
- छ) डोल्पाला मगर रै नाम पूजा खाब्ला डोर ?
- ज) पाल्पाला मगर रै नाम पूजा खाब्ला डोर ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हवु जवाफ गयास ।

- क) नाम पूजा पो सन समुदाय अनुसार कडा फरक - फरक जै ?
- ख) नेपाल ल काङ्का - काङ्का समुदाय/जाति रै नाम पूजा डाड्या डोर ।
- ग) मगर रा नाम पूजा ल दर्शन कुयो ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) रल अभिभावका सन नाङ्खारला रु राटुड गिङ्ड नाम पूजा खाब्ला सन कैजेड डसि ? ओल बारेट बुँदा जेड थप्क कोठा ल छलफल गडास ।
- ख) हिउने ल सहयोग ट नाङ्खारला व्हि, भाँगोडिका ढागा ह्येड्या सेड्या रु स ढागा ह्येड्या तरिका व्हिसिड आका लागि कुयो - कुयो समान चाह्ये थप्क कोठा ल छलफल गडास ।

रो - ९

प्राकृतिक जा

सुनछहरी गाउँपालिका ल प्राकृतिक जा ए धनी ले । आका भूमि ल ऐतिहासिक कालखंका मानव जीवनयापन आका प्राकृतिक जा ल आधारित अल्येव । प्राकृतिक जा गार्सिव प्रकृतिडिका स्वतः प्रोसि सन मानव जीवन ल लागि उपयोगी जैड्या वस्तु वा स्रोत र बुभेसि । आका स्रोत र जेड्या रु खल कुनै भूमिका माजै । रु ए रु ल आवश्यकता पूरा डाड्या प्राकृतिक साधन स्रोत ल प्रयोग डासि । प्राकृतिक जाडिका मुख्यतया नविकरणीय जा सन अनविकरणीय जा समूह ल विभाजन डाड न्हड्या दुसि । नवीकरणीय जा गार्सिव नका प्राकृतिक जा र जुन प्रयोग डावछिडि फेरि मनि प्राप्त जै वा कहिल्यै माखें । जस्तैः सौर्य ऊर्जा, वायु, न्हि, सन वनस्पति आदि । अनवीकरणीय जा गार्सिव नघ्यु प्राकृतिक जा जुन टफे प्रयोग याडासि भड्या सदाका लागि खेंड न्हौ । जस्तैः कोइला, पेट्रोलियम पदार्थ, सन भ्या खनिज र आदि । व्हिजेड गेमि पालिका लेव प्राकृतिक जा ल प्रकृति बुभेड नका ल गेमी सही सदुपयोग डाड्या पैव ।



सुनछहरी गाउँपालिका भितर ल लेव मुख्य प्राकृतिक जा र ।

न्हि जा

लुङ्ग्री भै, फगाम खोला, गाम खोला, सेरम खोला, घुस्बाड खोला, लार्मी भरना, जादुङ छहारी छहरा, सुनछहरी छहरा, बिबाड दह, किलाचन दह, बर्ण पोखरी आदी

वन जा

बजुधुरी, जलजला, कोठीभिर, सिर्जा लेक, गर्जबाड, खालु, ओखरेनी, सुनफूल, राउने धुरी, ओपा, डाफे, खुड, रने धुरी, बारकी डाडा फगाम, कार्जड धुरी, फूलवारी लेक, लुडमा लेक, रावाड, लेक, भवलेक, तिनपुरे, लुडमा आदि

भूमि, भौगोलिक जा

लुङ्टुङ, टमाके, सिर्जा, कोठीभिर, बजुधुरी, जलजला, कार्जड, किलाचन, दडबाड सेरम, जेलबाड, राउने बारकी, रावाड, लुडमा, दहबाड आदि ।



खनिज जा

लुङरीखोला सुनखानी, गामखोला सुनखानी, जेलबाड सन फगामखोला सुनखानी, सुनछहरी सुनखानी, लुङरी सन फगाम खोला बालुवा, बाछ्याङ् खोला तामा खानी, जेलबाड भड खानी, स्लेट सन लुङ खानी, रोमै भड खाडि उर्दुबाड खन्याल ज्हुङ पो तामा खाडि र आदि ।

पालिकाला प्राकृति जा ल महत्त्व सन सम्भावना पालिका ल उपलब्ध प्राकृतिक जा ए गेमि अस्तित्व सन विकास डेब्रे ज घ्योव भूमिका न्हेसि । प्राकृतिक जा ल सही सदुपयोगडिका पालिका ल आम्दानी एवं जनता ल जिवनस्तर सुधा-न्हेड्या मद्दत डोव । वनजङ्गलडिका गेटुङ आवश्यक पन्हेड्या सिङ, ज्हाङड्या सिङ, छि ल्हा, च्यु, जडीबुटी आदि उपलब्ध जै । वन्यजन्तु सन वन ब्वाराटुङ चुडिसड्या पो योव । गेमि वातावरणीय सन्तुलन मनि कायम डोव । जलजाडिका गेटुङ ज्याड्या न्हि, सिंचाइ, जलविद्युत, जल पर्यटन आदि उपलब्ध जेव । पालिकाला भूमि सन

भौगोलिक जारै गेमि बसोबास, कृषि सन पशुडाङ्या, भौतिक पूर्वाधार ल विकास एवं पर्यटन ल लागि महत्त्वपूर्ण जै । खनिज पदार्थ रा उत्खननन्डिका गेटुङ धातु, लुङ, गिट्टी, रेटा सन नाम भितरला वस्तु र उपलब्ध जेव । आकाङिका पालिकाला आम्दानी बढेङ्या दु । प्राकृतिक जा रा व्यवस्थापङिका पर्यटन विकास डाङ आम्दानी बढेङ्या मनि दुसि । गेमी मनि रु ल नाङ्खखार ल सन पालिका ल लेव प्राकृतिक जाराटुङ चाव स बुभेड सही सदुपयोग डाङ आर्थिक उपार्जन सन दिगो विकास लागि सम्भावना ख्युङ्ङ्य बानी डाङ्या पैव ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
सिङ	काठ	wood
च्यु	तरकारी	vegetable
लेव	भएको	have been
नाम	जमिन	land
रेटा	बलुवा	sand
भङ	फलाम	iron
लुङ	ढुङ्गा	stone
डाङ्या	गर्नु	to do



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

जा	प्रकृति	नविकरणीय
अनविकरणीय	आम्दानी	खनिज



दाइन्या:

१. मेला प्रश्न रा उत्तर ख्युड्ड गसरस ।

- क) प्राकृतिक जा गार्ड कुयोटुड बुभेव ?
- ख) प्राकृतिक जाटुड खागे भाग ल विभाजन डाड्या दुसि ?
- ग) नविकरणीय प्राकृतिक जा गार्सिव कुयो ?
- घ) पालिकाका प्राकृतिक जा ल सदुपयोग गार्सिव कुयो ?
- ङ) नमि पालिका ल कुयो कुयो खनिज पदार्थ र लेर ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) नमि पालिका ल लेव जल जा रा बारे ल निबन्ध गसरस ।
- ख) नमि पालिका ल लेव वन जा रा सूची उल्लेख गडास ।
- ग) नमि पालिका ल पर्यटकीय महत्त्व ल भौगोलिक जा रा सूची उल्लेख गडास् ।
- घ) नमि पालिका ल कानड काडन खनिज पदार्थ र लेर ? नकाल सूची उल्लेख गडास ।

३. सृजना सन जोयन ।

- क) अभिभावक सन स्थानीयर रास छलफल डाड नड ननाड्खार सन वडा ल लेउ प्राकृतिक जा ल सूची जेड आका प्राकृतिक जारा सदुपयोग डाड आम्दानी डाड्या दुसि । नकाल योजना जेड थप्ककोठामा प्रस्तुत गडास् ।
- ख) नमि पालिका ल लेव कुनै टोलो पर्यटकीय महत्त्व ल भौगोलिक जा (अग्लो पहाड, डाँडा, चुचुरो आदि) टुड पर्यटन विकास कैजेड डाड्या दुसि । गार्ड्यका हिउने ल सहाया ल थप्ककोठा ल छलफल गडास ।
- ग) नमि पालिका ल लेव वन जाडिका कैजेड फाइदा ह्येड्या दुसि । गार्ड्या बारे ल थप्ककोठा ल छलफल गडास ।

रु समाज सन संस्कृति ल वन सन वन्यजन्तु ल भ्या महत्त्व ले । रु र कृषि युग शुरु अजैव भन्दा पहिला वनजङ्गल ल शिकार डाङ्या, कन्दमुल, फलफूल ख्युङ्ङ ज्याङ्या याडोजाव । कृषि युग ल वन जङ्गलडिका पशुपालन ल लागि चरिचरन, छि, ल्हा, सिङ, जडीबुटी, चु, फलफूल लगायतला वस्तु र उपलब्ध जै । ग्रामिण जीवन ल वनजङ्गल ल भ्या महत्त्व जै । व्हिजेड वनजङ्गल ल संरक्षण सन सदुपयोग डाङ्या डासि । आजकल वन व्यवस्थापन ल लागि वन सम्बन्धि ऐन सन नियम र ले । आजकल रु सन वन्यजन्तु वीच ल द्वन्द मनि बघेड न्हाड ले । वन सम्बन्धि ऐन सन नियम र न्हाङ्या हाँल गेमि पालिका ल वनजङ्गल ल संरक्षण सन सदुपयोग डाङ्या प्रचलन अलेव ।



वनजङ्गल ल व्यवस्थापन ल परम्परागत प्रचलन

सुनछहरी गाउँपालिका ल वन सम्बन्धि ऐन सन नियम र न्हाङ्या हाँल खँका ज स्थानीय समुदाय रै या तौर तरिका ए वनजङ्गल ल संरक्षण सन प्रयोग डाड न्हाड यालेव । वन व्यवस्थापन ल आदिवासी रा परम्परागत वा रैथाने चलन र निकै वैज्ञानिक सन व्यावहारिक लेर । आदिवासी रै रैथाने प्रचलन मेला बमोजिम ह्ये डाङ्या याडोजाव ।

बन बारेड्या सन कचहरी

नाड्खारला मुखिया, भद्रभलादमी सन नाड्खाऱ्या र सो मिलेड वन प्रयोग डाड्या नियम बन्हेड्या चलन अलेव। काड्का समय ल सिड पल्ड्या, काड्का वन ल हार वस्तु छाड्या सन काड्का ए खागे सिड पल्ड्या रोड् 'कचहरी' (बैठक) चुड्सिड निर्णय याडोजाव। नियम मिचेड्याटुड जरिमाना वा सामाजिक बहिष्कार डाड्या याडोजाव।

धार्मिक वन ल अवधारणा

गाउँपालिका ला विभिन्न नाड्खार टोल ला तीर्थस्थल छोछाम ला वनटुड 'देववन' वा 'धार्मिक वन' माडेड पूजा डाड्या डसि। 'देउता लागे' गार्ड्या विश्वास ल कारण रु र नला सिड मासेर। आकाडिका मनि वन ल संरक्षण जैव फ्रोसि।

पालो पहरुो सन बनपाले खटेड्या

वनजङ्गल संरक्षण ल लागि नाड्खाऱ्या रै ग्याज पालैपालो इहुइ ह्येड भोम्प्रा ल न्हड्या न्हाड्या चलनटुड 'पालो पहरुो सन बनपाले खटेड्या' डसि। कतिपय पो ल वन न्हड्याटुड अन्न गेडा वा रकम पैसा उठेड याड्या मिन याडोजाव। जोटुड 'मानापाथी प्रथा' मनि डसि। आका गाउँपालिका ल आका प्रचलन भ्या पो ल ले।

भारा प्रचलन

वन ल म्हि अलावक सन यड घोड्या, सामूहिक ह्ये डवक नाड्खार ला सो जहुडिडका अनिवार्य रूप ल रु र उपस्थित जैड श्रमदान डाड्या चलन अजेव। आकाटुड भारा डाड्या प्रचलन ले। आका प्रचलन ए वनजङ्गल ल न्हाड्या प्राकृतिक विपटुड सामूहिक रूप ल समाधान डाड्या मदत अपुन्हेजाव। यिजेड वनजङ्गल ल सरसफाइ, काँटछाँट एवं म्हि लाड्याडिका बचेड्या ठडो ल्हा सन व्यवस्थापन ल भारा प्रचलन ए सहयोग अडोजाव।

समय सीमा निर्धारण

वन टुड आदिवासी प्रचलन ल निश्चित बेला ल लागि 'बन्द' डाड्या याडोजाव। विशेष डाड बर्खा याम ल विरुवा र टाड्या बेलाक वन चरिचरण सन सिड पल्ड्या पूर्ण रूप ल निषेध याडोजाव। हिउँदा ल वाज टोलो निश्चित बेला टोकेड छि-सिड ल लागि वन खुला जेड्या प्रचलन अलेव।

सिन्की-व्हल सन डाला छि ल सीमित प्रयोग

सिङ पल्ड्या भन्डा जिह्मजा-जिह्मजा हाँगा र वाज पल्ड्या सन जरा माखल्बलेड्या तरिका ए छि टेड्या सिप पुस्तौखेंका हस्तान्तरण जैड न्हाड ले । काङ्का सिङ ल छि खाबेला पल्क सिङ मासे गार्ड्या ज्ञान स्थानीय रा भ्या चाव ले ।

चिउरी सन फलफूल रा सिङ ल संरक्षण

विशेष डाड सुनछहरी गाउँपालिका ला जैमाकसला सन फगामला भ्या चिउरी टुङ्ग ले र नकाल असैडिका सिङ ल कहोल ल पेड खि जेसि । व्हिजेड आकाल सिङ संरक्षण याडोजाव ।

पालिकावासी ए आदिवासी विधिडिका ल्हुव समय वनजङ्गल ल संरक्षण सन सदुपयोग डाड यानेव । आन्ह नका वनजङ्गल कानूनी रूप ल सामुदायिक वन ल परिणत मनि जैड ले र । यद्यपी नका पुराना आदिवासी, रैथाने संरक्षण सन उपभोग ल विधि र व्हागेज सान्दर्भिक ले र ।

वन्यजन्तु सन मानव बीच ल द्वन्द

खेतबारी ल व्ह्या, गल, साहारा, खरायो, रतुवा लगायत जङ्गली जनावर रै कृषक रा खेतीपाती ज्ह्याड्या सन चितुवा, ला, स्याला आदि ए घरपालुवा पशुपंक्षीराटुङ कैड्या याडोव घटना गेमी थेड ज यलेडे । व्हिजेड काडे - काडेला ए रु अकैव घटना मनि थेड्या डाड यनेडे । अघ्यु घटना ज मानव सन वन्यजन्तु बीच ल द्वन्द ले ।



सरकार ल केन्द्रीय वन सम्बन्धी ऐन कानून ए सामुदायिक वन, राष्ट्रिय वन, निकुञ्ज र अघ्यु खेतीपाती सन पशुपालन कार्य ल क्षति पुरेड्या वन्यजन्तु स्हेड्या सन मौसमी शिकार डाड्या माफ्रोसि । व्हिजेड मनि वन्यजन्तु रा सङ्ख्या बघेव फ्रोसि । व्ह्या, गल ए किसान रा खेतीपाती नष्ट जेड ज ले । परम्परागत वन व्यवस्थापन ल वन्यजन्तु ल आदिवासी विधि ल मौसमी शिकार डाड्या प्रचलन अलेव । शिकार डाड्या परम्परा ए वन्यजन्तु ल सङ्ख्या नियन्त्रण

अडोजाव । आछिड नाङ्खार ल आका प्रचलन माले । वन्यजन्तु शिकार याडासि भङ्या गैर-कानुनी जै । सहर ल कृषक ल पिडा माबुभेङ्या अधिकारवादी रै वन्यजन्तु शिकार डाङ्या माजै गार्ड आवाज न्ह । नाङ्खार ल युवा र कम लेर । आका ए रु सन वन्यजन्तु बीच ल द्वन्द बघेड ले । आका ए कृषि सन पशुपालन पेशा रैड बसाइँसराइ डाङ्या चलन बघेड ले ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
व्या	बाँदर	monkey
गल	बदेल	wilpig
साहारा	दुम्सी	porcupine
ला	बाघ	tiger
ल्हा	पात	leaf
सिङ	काठ	wood
याम	समय	time
टुङ	बोट	tree
व्हागेज	उत्तिकै	same



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

वनजङ्गल	ऐन	शिकार	परम्परागत
व्यवस्थापन	वन्यजन्तु	द्वन्द	बाँदर

१. मेला प्रश्न रा जबाफ ख्युड्ड गसरस ।

- क) वनजङ्गलडिका कुयो - कुयो फ्रोसि ?
- ख) वन व्यवस्थापन गारसिव कुयो ?
- ग) नाङ्खान्या रा भेला कचहरी ए कुयो ह्ये डोव ?
- घ) पालिकाला जङ्गल ल कघ्यु सिङ् रा संरक्षण अडोजाव ?
- ङ) वन्यजन्तु ए कृषक ल खेतीपाती कुयो डोव ?
- च) घरपालुवा पशुपंक्षी काङ्का - काङ्का वन्यजन्तु ए कैव ?
- छ) खेतीपातीटुङ व्ह्या ए कुयो डोव ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) नङ नगाउँपालिका ला परम्परागत रूप ल कैजेड वन व्यवस्थापन याडोजाव ?
- ख) नङ नगाउँपालिका ल रु सन वन्यजन्तु बीच कघ्यु द्वन्द ले ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) अभिभावक सन स्थानीयरा स छलफल डाड नमि नाङ्खार ला परम्परागत रूप ल वनजङ्गल कैजेड व्यवस्थापन याडोजाव ? ओल बारे ल बुँदा किड थप्ककोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ख) नमि पालिकाला कृषक रा खेतीपाती ब्ययाङ्या व्ह्याटुङ नियन्त्रण डाङ्या योजना जेड थप्क कोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ग) घरपालुवा पशुपंक्षीराटुङ वन्यजन्तुडिका जोगेङ्या लागि कुयो - कुयो उपाय र अपनेङ्या दुसि गार्ङ्या बारे ल बुँदा र जेड थप्क कोठा ल छलफल गडास ।

खनिज सन उत्खनन्

पृथ्वी ए गर्भभित्र लेव बहुमुल्य प्राकृतिक स्रोतसाधन रालै खनिज पदार्थ हैदोर । विकास निर्माण ए लागि आवश्यक तान्या लुङ, गिट्टी, बालुवा, कोइला, जङ, तामा खनिज पदार्थ ल परिए । ऐजैदे सुन, चाँदी, पारपार प्रकारला धातु, सन हिरा मनि खनिज परिए ।

सुनछहरी गाउँपालिका भित्र लेव जेलवाङ, जैमाकसला, फगाम, गाम सेरम, सिउरीला भै नदि सन भुभाग याल पारपार खानी र (जङ, सुन, तामा, सिसा, सन लुङ ए खानि र लेर । ऐजैदे भै छेउक बालुवा, गिट्टी सन लुङ ए स्रोत र मनि लेर ।

पृथ्वीए गर्भ ल लेव बहुमूल्य प्राकृतिक स्रोत (जस्तै: लुङ, गिट्टी, बालुवा, कोइला, जङ, तामा) लै नामजुङ लाई सन नाम रोत्ताई हाइन्या प्रक्रिया लै खनिज उत्खनन् हैदोर । मानव सभ्यता ए विकास सन भौतिक पूर्वाधार निर्माण ए खनिज पदार्थ ए भूमिका महत्त्वपूर्ण ताए । यम, पुल, भवन, जलविद्युत आयोजना स्यावका विकास निर्माण ए यन र खनिज विना सम्भव माले ।



विकास निर्माण

विकास निर्माण हैलिसिव कुनै मनि देश सन समाज ए आर्थिक, सामाजिक सन भौतिक उन्नति ए लागि दोन्या पूर्वाधार ए निर्माण यन लै विकास निर्माण हैदोर । आव ए मि लै जीवनस्तर सहज, आधुनिक सन समृद्ध जैन्या मदत दोव । भौतिक पूर्वाधार ए विकास जो देश ल मनि प्रगति ए जग मानिन्या ताए । विकास निर्माण ए क्षेत्र र निम्न बमोजिम लिज्यार :

क) यातायात पूर्वाधार: यम, पुल, राजमार्ग, रेलमार्ग, विमानस्थल सन सुरुङमार्ग ।

ख) ऊर्जा क्षेत्र: जलविद्युत आयोजना, सौर्य ऊर्जा, वायु ऊर्जा र प्रसारण लाइन ए विस्तार ।

ग) सञ्चार सन प्रविधि: अप्टिकल फाइबर तानन्या, टेलिकम टावर ए निर्माण सन डिजिटल



नेटवर्कए विस्तार जैन्या ।

(घ) सामाजिक पूर्वाधार: पैफिम, विश्वपैफिम, अस्पताल, स्वास्थ्य चौकी सन सामुदायिक फिमए निर्माण ।

(ङ) सहरी सन ओन्या रि पूर्वाधार: व्यवस्थित सहर, ढल निकास, ओन्या रि ए आयोजना सन सिँचाइ नहर र ।

वातावरणीय प्रभाव सन विपद

जथाभावी खनिज पदार्थ ए उत्खनन् सन विकास निर्माण ए यन रालै भू-क्षय, पहिरा, जल प्रदूषण, धुलो, वायु प्रदूषण, बल, डुबान, रि ए मुहान सान्या, जैविक विविधता ए ह्रास विपद रैव दुव । खनिज पदार्थ रै उत्खनन् सन विकास निर्माण ए यन निकाई गे वातावरण ल परिन्या माचाउ असर रै मानवजन्य प्रकोप सन विपद हुए ।

विकास निर्माण, खानी उत्खनन् यनरै वातावरण ल माचाउ प्रभाव परिवमायान्यानितावप्रभावरालै कम जैन्या लागि वातावरणीय प्रभाव मुल्याङ्कन जैव परिए । वातावरणीय प्रभाव मुल्याङ्कन दोक विकास निर्माण, खानी उत्खनन् परियोजना रै समुदाय, व्यक्ति, यङ नाम सन प्रकृति ल परिन्या चाउ सन माचाउ प्रभावए लेखाजोखा दोव ।



भविष्य ल हुव दुन्या विपद ए

बारे ल मनि जानकारी याव दुव । आव लागि सामाज सन वातावरण ल परिन्या माचाउ प्रभावरालै कैजैदे न्युनीकरण जैव दुसिए हैलिन्या उपाय मनि हैलिव दुसिए । ऐजैदे क्षति न्युनिकरण जैन्या जैकिन विकास दिगो ताए ।

खनिज पदार्थ रै उत्खनन्, विकास निर्माण ए यन आर्थिक गतिविधि ए बृद्धि, रोजगारी सृजना, सेवा ल सहज पहुँच सन जीवनस्तर सुधार जैन्या मदत दोव । ऐजैदे खनिज पदार्थ रै उत्खनन्, विकास निर्माण अपरिहार्य लिज्या । आव दोन्या डादे सामाजिक सन वातावरणीय प्रभावए मुल्याङ्कन दोव परिए । होकाई सामाजिक सन वातावरणीय सुरक्षण नीति जैव परिए ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
पैफिम	विद्यालय	school
जङ	फलाम	iron
नामजुङ	जमिनमुनि	underground
यम	बाटो	road
बल	बादी	flood
यङ	खेत	field



सिउसिन्या

- जे नाङ्खार ल कता कता खानि लेर सुचि जैचोके ।
- जे खाङ्खार ल कुनै खानि अलिकिन तबो खानि ल बादे रङ्चुके ।



- मेला शब्द रालै अर्थ खुलिन्या जैदे वाक्य ल प्रयोग जैचोके ।

खनिज	उत्खनन्	विकास	वातावरण
विपद	प्रभाव	मुल्याङ्कन	सुरक्षण

- मेला रितो पोल सर्चोके ।

- र खनिज भित्र ल परि र ।
- जेलबाङ ल खानि ले ।
- खनिज पदार्थ बेलाक प्रयोग ताए ।
- सुनछहरी गाउँपालिकाला खनिज पदार्थ रालै जैव परिए ।
- जथाभावी खनिज उत्खनन सन विकास निर्माण ताव दुव ।

३. ताव माताव छुटैचोके ।

- क) पृथ्वी ए गर्भ भित्रला बहुमुल्या प्राकृतिक स्रोतसाधन रालै खनिज हैदोर ।
- ख) जथाभाबी खनिज उत्खन्न जैकिन विनास ताए ।
- ग) विकास निर्माण हैलिसिव यम घोन्या ताए ।
- घ) सुनछहरी गाउँपालिका ल मनि माहुल्या खानि र लेर ।
- ङ) खानि जो ए मनि हाईव दैसिए ।

४. मेला घिनसिव प्रश्नए उत्तर सचोके ।

- क) खनिज पदार्थ हैलिसिव कता ? हाईन्या प्रक्रिया बारे ल सचोके ।
- ख) जथाभावी खनिज उत्खनन् सन विकास निर्माण ए कैजैदे मानविय क्षति ताए ?
- ग) विकास निर्माण दोक कता कता विचार दोदे दोव परिए ?
- घ) विपद कैजदे हुए सचोके । विपद अहुक कैजैदे बचिन्या सचोके ।
- ङ) वातावरण प्रदुषण हैलिसिव कता ? कैजैदे वातावरण प्रदुषण ताए ।
- च) दिगो विकास कैजैदे ताए ? दिगो विकास जैन्या लागि कता कता जैव परिए ।

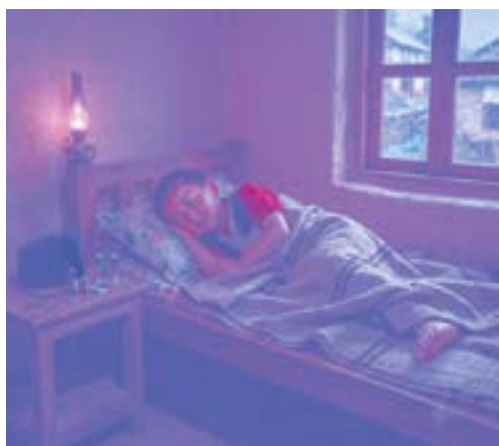
५. सृजना सन जोयन ।

- क) अभिभावक सन शिक्षक रास छलफल दोदे जे पालिकाला पहिरा, बल, डुबान, मेलान्या विन्या पो ए पहिचान जैदे पालिका ए नक्सा ल रेखाङ्कन जैचोके ।
- ख) शिक्षक रास छलफल दोदे भूकम्प विपद् अहुक जे पैफिला सुरक्षित पोए पहिचान जैदे पो कैजैदे सुरक्षित लिज्या कक्षाकोठा ल प्रस्तुत जैचोके ।
- ग) जे नजीकका वडा कार्यालय पालिकाला जनप्रतिनिधी रालै घिन्दे पालिका लै दिगो विकास ए लागि अपन्या कार्ययोजना रै बारे ल बुँदा टिपोट जैदे कक्षाकोठा प्रस्तुत जैचोकेक ।

गेमि सुनछहरी गाउँपालिका पहाडी भूगोल ल परे। नाङ्खार ल रुडेमिडे गार्क सन टोलो पोडिका छुट्टो पो ल न्हाङ्या, कृषि सन पशु डाङ्या ह्ये डावक शारीरिक श्रम ल आवश्यकता परे। रासायनिक मल सन विषादी प्रयोग माडासिव अन्न, च्यु, ड्हास्या स्यात्रि ज्हाङ्या प्रचलन ले। शारीरिक श्रम, नियमित व्यायाम सन सन्तुलित स्थानीय मौलिक ज्याङ्या ओङ्या ए स्वस्थ लेङ्या मदत डोव। स्थानीय स्थाङ्या गैङ्या, सामूहिक ह्ये डाङ्या प्रचलन आदि ए मनि स्वस्थ जैङ्या मदत डोव। पालिका ल लेव भौतिक पूर्वाधार रा विकास, यङल पहुँच जैङ जङ्कफुड (पत्रुखाना) रा विस्तार, नागरिक रा आनीबानी परिवर्तन आदि ए अडोव ए पालिका ल मासरेङ्या रेज र मनि बढेड ले।

मासरेङ्या रेज र

टोलो व्यक्ति जीवङिका छुट्टो व्यक्ति ल प्रत्यक्ष रूप ल मासन्हे, अघ्यु रेज र मासरेङ्या रेज र जै। विशेषत अस्वस्थकर जीवनशैली सन खानपान, वंशानुगत गुण, मध्यपान धुम्रपान डाङ्या सन वातावरणीय प्रभावला कारण आका रेज र लागेर। ल्हुव समय सम्म शरिर ल रहेङ्या प्रकृतिला जैर। आका रेज र सामान्यतया ल्हुव समय सम्म रहेङ्या सन माठोस सम्ङ्या सन नियन्त्रण वाज डाङ्या दुङ्या प्रकृतिला जैर।



पालिका ल भ्या जसो फ्रोङ्या मासरेङ्या रेज र ।

- क) युङसनजिहनीसम्बन्धीरेजरअघ्युउच्चरक्तचाप, हृदयघात, मष्तिष्कघात, पक्षघात, रगत सन जिहनी सम्बन्धी रेज र आदि,
- ख) मधुमेह,
- ग) श्वासप्रश्वास सम्बन्धी रेज र, दम आदि,
- घ) क्यान्सर, विभिन्न अङ्गकाक्यान्सर,

ड) मिर्गौला फेल जैड्या आदि परे र। व्हि जेड मानसिक रेज र, सिडटा रेज र मनि पालिका ल फ्रोसि।

भ्या जसो मासरेड्या रेज र गेमि रहनसहन, ज्याड्या ओड्या सन व्यक्तिगत व्यवहार ल कारण ए लागेड्या डोव। व्हिजेड अघ्यु रेजडिका बचेड्या लागि सावधानी अपनेड्या पैव। सन्तुलित आहार ज्याड्या पैव। सन्तुलित आहार ल लागि प्रशोधित ज्याड्या (जड्क फुड), सापि सन चिनीकम डाड्या पैव। पिडो च्यु, ताजा फलफूल फाइडा युक्त ज्याड्या ओड्या सन स्थानीय अर्गानिक उत्पादन खाद्यान्न प्रयोग डाड्या पैव। व्हिजेड धुम्रपान, खैनी गुडका आदि मादक पदार्थडिका टाढा जैड्या पैव। नियमित व्यायाम डाड्या पैव। व्हिजेड पन्याप्त यिड्ड्या सन स्ह्याड्या गैड्या, सांस्कृतिक मनोरञ्जन ल गतिविधि, सामाजिक ह्यें ल संगलग्न जैखें मानसिक तनाव ठोरै जेड्या दुसि। यिजेड नियमित रूप ल स्वास्थ्य परिक्षण डाड्या पैव। समय समय ल रक्तचाप, फिट चिनी ल मात्रा सन मिर्गौला ल अवस्था जाँच आदि डाड्या दुसि।

पालिकाला स्वास्थ्य सेवा र

पालिका ल स्वास्थ्य सेवा याड्या लागि पालिका ल अस्पताल, प्रत्येक वडाला स्वास्थ्यचौकी सन नाड्खारला आवश्यकता अनुसार स्वास्थ्य इकाइ र ले र। नका स्वास्थ्य संस्था र मासरेड्या रेज र नियमित परीक्षण डाड्या, स्वास्थ्य शिक्षा याड्या ह्यें र डाड्या डोजाव।



सामान्य उपचार ल सेवा याङ्या डोव । व्हिजेड नियमित भ्याक्सिन, मातृशिशु स्वास्थ्य सेवा सन परिवार नियोजन ल सेवा मनि उपलब्ध जै । स्वास्थ्य संस्था ल सरुवा रेज नियन्त्रण, औषधी वितरण सेवा र मनि उपलब्ध जै । नियमित बिरामी रेज जाँच सन उपचार प्रदान डावक जटिल खालला बिरामी र रिफर डाङ्या डोर । आकाल साठ ट पालिका ए मिर्गौला फेल, क्यान्सर सन जटिल रेज लागेव बिरामीटुङ सरकार ए याङ्या अनुदान, निशुल्क डायलाइसिस, ओषा, उपचार, सन खर्च आदि ल लागि सिफारिस याड सहयोग डोव ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
ओषा	औषधी	medicine
भ्ति	रगत	blood
मसरेङ्या	नसर्ने	non communicable
ह्येँ	काम	work
याङ्या	दिनु	give
ज्हिनली	रक्तनली	blood vessels
न्हाङ्या	जानु	to go



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

मसरेङ्या	रेज	स्वास्थ्य	नागरिक
उच्च रक्तचाप	युङ	क्यान्सर	उपचार



दाइन्या:

१. मेला प्रश्न रा जवाफ गसरस ।

- क) मासरेङ्या रेज गारसिव कुयो ?
- ख) युङ सन रक्तनली सम्बन्धी रेज रा मिन गसरस ?
- ग) जङ्कफुङ (पत्रुखाना) गारसिव कघ्यु ज्याव जै ?
- घ) अर्गानिक ज्याव र गारसिव कघ्यु जै ?
- ङ) नमि पालिका ल पालिका स्तरला अस्पताल कानङ ले ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) मासरेङ्या रेजङिका कघ्यु सावधानी अपनेङ बचेङ्या दुसि ?
- ख) पालिका ल कघ्यु स्वस्थकर व्यवहार ए मासरेङ्या रेज र कम डाङ्या मदत जैङ्या अलेव ?
- ग) नङ नपालिकाला स्वास्थ्य संस्था र कघ्यु सेवा र उपलब्ध जै ?
- घ) नमि पालिका ए जटिल सन भ्या खर्च लागेङ्या रेज लागेव बिरामीटुङ कैजेङ सहयोग डाङ्या डाङ नेव ?
- ङ) पालिका ल मानसिक तनाव ठोरै जेङ्या लागि कुयो - कुयो ह्यें र डाङ्या दुसि ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) पुस्तकालय सन इन्टरनेट ल प्रयोग डाङ युङ सन रक्तसञ्चार प्रणाली ल चित्र जेङ थप्ककोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ख) नमि हिउने, अभिभावकटुङ पालिका ल जेव मासरेङ्या रेज रा सूची जेङ थप्ककोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ग) नमि पालिका ल लेव अस्पताल, स्वास्थ्यचौकी, आयुर्वेद केन्द्र, स्वास्थ्य इकाई लगायतला स्वास्थ्य संस्था रा सूची गजेस ।

गाउँपालिका ए नागरिक रा शरीर सन मस्तिष्कटुङ स्वस्थ, फूर्तिलो, मनोरञ्जनात्मक सन अनुशासित जेङ्या लागि खेलकुद ल प्रतियोगिता र आयोजना डाङ्या डोव । खेलकुद प्रतियोगिता युवा जनशक्ति ल परिचालन, स्थानीय प्रतिभा ल पहिचान, सन सामाजिक सद्भाव कायम नेङ्या टोलो उत्कृष्ट माध्यम ले । स्थानीय सरकारटुङ खेलकुद ल विकास, पूर्वाधार निर्माण सन प्रतियोगिता सञ्चालन डाङ्या अधिकार ले ।

खेलकुद प्रतियोगिता र

पहाडी भूगोल ल लेव गेमि गाउँपालिका ए “स्वास्थ्य ल लागि खेलकुद राष्ट्र ल लागि खेलकुद” गार्ङ्या मूलनारा ल साथ मेला खेलकुद र आयोजना डोव ।

१. सुनछहरी कप

आका पालिका स्तरीय खेलकुद प्रतियोगिता भलिबल, रस्साकस्सी, ब्याडमिन्टन सन गर्केङ्या लगायतला खेलकुद रा आयोजना डाङ्या डोव । आका प्रतियोगिता हरेक राम जैङ्या जैव ले । अघ्यु प्रतियोगिटुङ पालिका अध्यक्ष कप मनि डाङ्या डासि । आटाने अन्तर-वडा प्रतियोगिता सन वडा-वडा माफ़ ल मैत्रीपूर्ण प्रतिस्पर्धा जेड पालिका स्तरला उत्कृष्ट टिम सन खेलाडी छनोट डाङ्या डोर ।



२. राष्ट्रपति रनिङ सिल्ड सन विद्यालय स्तरीय खेलकुद

पैफिम ल अध्ययनरत बालबालिका रा प्रतिभा ल पहिचान डाड प्रस्फूटन डाङ्या लागि गाउँपालिका ए प्रत्येक रिम राष्ट्रपति रनिङसिल्ड प्रतियोगिता आयोजना डोव । अघ्यु प्रतियोगिता ल भलिबल, धनुषवाण, कवडी आदि खेल र परेर । यिजेड फिल्ड सन ट्रयाक तर्फ गर्केङ्या, छेलो भलिङ्या, हाइजम्प, लङजम्प आदि सन एथलेक्टिस, मार्सल आर्ट तर्फला खेल र प्रस्तिपर्धा जेसि ।



३. स्थानीय युवा क्लब रै आयोजना डाङ्या खेलकुद

यिजेड पालिकाला नाङ्खार स्तर ल युवा क्लब र मनि लेर । आका युवा क्लब रै या तरिका ए गाउँपालिका ल भलिबल, फुटबल लगायतला आदि खेलकुद आयोजना डाङ्या डोर ।

४. परम्परागत सन स्थानीय खेल र

स्थानीय पहिचान सन संस्कृति जोर्सिव रैथाने वा परम्परागत खेल र प्रवर्द्धन डाङ्या ल लागि पालिका ए प्रतियोगिता र आयोजना डाङ्या डोव । उदाहरण ल लागि माघे सकराती मेला ल छेलो आङ्या धनुषवाण (तारा हान्ने) खेल आदि आयोजना जैङ्या डोव । आका ल साथै भ्या चाडपर्व ल स्वतस्फूर्त रूप ल परम्परागत खेलकुद प्रतियोगिता जैङ्या मनि डोव ।

खेलकुद ल व्यवस्थापन

पालिका ए पालिका स्तरला आयोजना जैङ्या खेलकुद प्रतियोगिता र गाउँपालिका ए व्यवस्थापन डाङ्या डाड नेव । पैफिम स्तर ल जैङ्या खेलकुद प्रतियोगिता र पालिका ल प्रत्यक्ष व्यवस्थापन ल जैङ्या डोव । यिजेड पालिका ए नयाँ खेलाडी उत्पादन डाङ्या लागि तालिम याङ्या ह्येँ मनि डोव । आका साठ ट खेल प्रतियोगिता ल लागि चाहेङ्या रेफ्रि उत्पादन डाङ्या तालिम डाङ्या समेट डोव ।

सांस्कृतिक चाडबाड ल आयोजना डाङ्या खेलकुद प्रतियोगिता, स्थानीय युवा क्लब रै आयोजना डाङ्या खेलकुद प्रतियोगिता ल आवश्यक सर सहयोग डाङ्या जस्ता ह्येँ र मनि डोव । पालिकाला परम्परागत खेलकुद र पहिचान डाङ्या सन आका खेलकुद राटुङ प्रोत्साहन डाङ्या भ्या ह्येँ मनि डाङ्या डोव । व्हिजेड सो खेलकुद ल विकास ल लागि पालिका ए महत्त्वपूर्ण भूमिका न्हेसिव फ्रोसि ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
नेङ्या	राख्नु	put
जेङ्या	बनाउनु	make
डाङ्या	गर्नु	do
जैङ्या	हुनु	to be
गर्केङ्या	दौडिनु	run
आङ्या	हान्नु	hit



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

खेलकुद	प्रतियोगिता	पालिकाकप	राष्ट्रपतिशिल्ड
छेलो	धनुषबाँण	युवाक्लब	रेफ्रि



दाइन्याः

१. मेला प्रश्न रा जवाफ गसरस ।

- क) गाउँपालिका ए कडा खेलकुद प्रतियोगिता ल आयोजना डोव ?
- ख) पालिका ए खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना अडोवक कुयो नारा ह्येड नेव ?
- ग) नमि नाङ्खार ल लेव युवा क्लब रै कघ्यु खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना डोर ?
- घ) राष्ट्रपति रनिङ शिल्ड प्रतियोगिता खागे वर्ष ल फरक ल जैङ्या डोव ?
- ङ) नमि पालिका ए नयाँ खेलाडी उत्पादन डाङ्या कुयो डोव ?
- च) खेलकुद प्रतियोगिता ल रेफ्रि ल अह्ये कुयो जै ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) नमि पालिका ल प्रचलित परम्परागत खेलकुद र कुयो- कुयो लेर ?
- ख) नमि पालिका ल काङ्का -काङ्का खेलकुद ल प्रतियोगिता जैङ्या डोव ?
- ग) पालिका ए खेलकुद ल विकास ल लागि कुयो -कुयो ह्ये र डोव ?
- घ) नङ नविचार ल पालिका ल खेलकुद सुधान्हेङ्या लागि कुयो -कुयो डाङ्या पैव ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) नमि नाङ्खार ल लेव युवा क्लब रा सदस्य सन पदाधिकारी राटुङ गिङ्ङ युवा क्लब ल गठन कैजेड अजैव सन नका युवा क्लब ए खेलकुद विकास ल कघ्यु योगदान याड नेव गार्ङ्या विषय वस्तु ल टोलो निबन्ध सरड थप्ककोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ख) नमि पालिका ल प्रचलित परम्परागत खेलकुद विकास डाङ्या लागि कघ्यु ह्ये डाङ्या पैव गार्ङ्या बारे ल रु ल विचार सरड थप्ककोठा ल प्रस्तुत गडास ।

व्यक्तिगत आनीवानी आचरण सन सामाजिक मूल्य मान्यता मानव समाज ल एक-आपस ल सम्बन्धित ड्हेलो तत्व र जै । आका एव्यक्ति सन समाज टुड एकापस ल जोरुड्या सन मार्गदर्शन डाड्या ह्ये डोव । आका ड्हेलो तत्व एकअर्का ल परिपूरक जै । व्यक्तिगत आचरण ए समाज ल निर्माण डोव । सामाजिक मूल्य मान्यता ए व्यक्ति ल आनीवानी सन आचरणटुड अनुशासित सन मर्यादित जेव ।

व्यक्तिगत आचरण

कुनै मनि व्यक्ति ल सौंच, व्यवहार, चरित्र सन ओ ए दैनिक जीवन ल टेंड्या अनुशासन व्यक्तिगत आचरण जै । आका व्यक्ति ल आन्तरिक चेतना सन नैतिकता स जोडेसिव जै । रु ल कर्तव्य प्रति वफादार जैड्या, माग्वारसिड्या, अरु टुड ढोका मायाड्या आदि नैतिकता सन इमान्दारिता स जोडेसिव व्यक्तिगत आचरण ल उच्च नमुना जै । व्हिजेड रु ल गल्ती र स्वीकार डाड्या सन रु ल निर्णय ल जिम्मेवारी रु ए ह्येंड्या मनि उत्तरदायित्व बहन डाड्या जै ।



समाजला अन्यव्यक्ति सन समुदायला विचार, संस्कृति, अस्तित्व ल कदर डाड्या मनि अरु प्रति सद्भाव सन सम्मान जनेड्या मनि चाव व्यक्तिगत आचरण जै। यिजेड, कानुन सन समाज ल छे ए वाज माजै, रु ल आन्तरिक विवेक ल कारण सही मार्ग ल ब्वाड्या गलत ह्येंडिका टाढा रहेड्या डानेव आत्म अनुशासन मनि व्यक्तिगत आचरण ल अपरिहार्य रहे।

सामाजिक मूल्य मान्यता

गेमि समाज ए लहुव बेलाखेंका स्वीकारेड यान्हावक, स्थापना डासिव सन साभा रूप ल पालना डाड्या विश्वास, आदर्श, प्रचलन, परम्परा सन नियम र ज सामाजिक मूल्य मान्यता जै। सामाजिक मूल्य मान्यता लहुव बेलाडिका प्रचलन ल रहेव ले। आका ए समाजटुड संगठित सन व्यवस्थित जेड्या मदत डोव।

समाज ल “ड्या” भन्दा “गे” गार्ड्या भावना न्हेड्या, सिव म्हावक छिमेकी सन समाजटुड सहयोग डाड्या, सामूहिक श्रमदान डाड्या, एक-आपस ल सघेड्या डानौ सामूहिकता सन सहयोग हेड समाज ल प्रचलित लेव ले। यिजेड समाजला जेष्ठ नागरिक, आफन्त, मान्यजन, पाहुना, गुरु लगायतटुड आदर सन सत्कार सम्बन्धी प्रचलन ले। रु भन्दा जिहम्जाटुड दया सन माया डाड्या प्रचलन ले। यिजेड समाजला प्रचलित चाडपर्व, रीतिरिवाज, पूजाआजा, क्वा लगायत सांस्कृतिक निरन्तरता ल मूल्य मान्यता समाज ल जै। एकआपस ल सद्भाव सन सम्मान डाड्या प्रचलन मनि ले। सामाजिक न्याय सन समनाता ल मूल्य मान्यता मनि समाज ल जै। सामाजिक मूल्य मान्यता नाड्खार पो ल, जाति समुदाय अनुसार फरकपन मनि जैड्या दु।

व्यक्तिगत आचरण सन सामाजिक मूल्य मान्यता बीच ल अन्तरसम्बन्ध

जो मनि समाज सन समुदाय कध्युव प्रकृति ल ले गार्ड्या रोइ नला नागरिक ल व्यक्तिगत आचरण ए टेंव। यदि व्यक्ति र इमानदार सन चरित्रवान लेर भड्या सामाजिक मूल्य मान्यतामनि स्वतःबलियो जै। हिजेड व्यक्तिगत आचरण समाज ल ऐना जै।

जो मनि व्यक्ति बाल्यकालखेंका जहुड जहान, समुदाय सन समाजला संस्कार सन प्रचलन व्हिसि। सामाजिक मूल्य मान्यता ए व्यक्ति ल आचरणटुड मार्गनिर्देशन डासिव जै। हिजेड समाजअनुसार व्यक्ति ल आचरण निर्माण जैव जै।

कहिलेकाँही पुराना सामाजिक मूल्य मान्यता र वर्तमानला असान्दर्भिक जैड्या जैर । अधुव समय ल सामाजिक मूल्य मान्यता सन व्यक्तिगत आचरण ल द्वन्द जैड्या दु । तर नका कुप्रथा ल रूप ट विकसित जैव सामाजिक मूल्य मान्यताटुड सचेत व्यक्ति रै रुल व्यक्तिगत आचरण सुधार डाड परिवर्तन डोर । आकाडिका प्रगतिशिल सामाजिक मूल्य मान्यता ल स्थापना जै । सामाजिक मूल्य मान्यता 'सिड' जै गार्ड्या व्यक्तिगत आचरण सिड 'जरा' जै । जरा बल्ल्या याजै भड्या वाज सिड सदाबहार सन फलदायी जै । व्हिजेड रु ल इतिहास, भाषा, संस्कृति सन समाजटुड जीवन्त नेड्या लागि हरेक व्यक्ति ए रु ल आचरणटुड सामाजिक मर्यादा सन मानवीय मूल्य मान्यता अनुकूल जेड्या आवश्यक ले ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
जोर्ड्या	जोड्नु	add
ग्वर्सिड्या	ढाँत्नु	lie
ह्येड्या	निकाल्नु	take out
नेड्या	राख्नु	put
वाज	मात्र	only
जैव	भएको	have been



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाड्या जेड आखर गजेस ।

आचरण	बानी	मूल्य मान्यता	नागरिक
मार्गनिर्देशन	इमान्दार	कुप्रथा	मर्यादा

१. मेला प्रश्न रा जबाफ ख्युड्ड गसरस ।

- क) व्यक्तिगत आचरण .गारसिव कुयो ?
- ख) व्यक्तिगत आचरण ल उच्च नमुना कुयो ?
- ग) सामाजिक मूल्य मान्यता र गारसिव कुयो ?
- घ) सामाजिक मूल्य मान्यता कडा आवश्यक ले ?
- ङ) सामाजिक मूल्य मान्यता ए व्यक्तिगत आचरणटुड कुयो डोर ?
- च) व्यक्तिगत आचरण सामाज ल कुयो जै ?
- छ) सामाजिक मूल्य मान्यता ए समाजटुड कुयो डाड्या मदत डोव ?

२. मेला प्रश्न रा लहु जबाफ गयास ।

- क) असल व्यक्तिगत आचरणका लागि के के हुनु आवश्यक छ ?
- ख) व्यक्तिगत आचरणटुड सामाजिक मूल्य मान्यता ए कैजेड मार्गनिर्देशन डोव ?
- ग) असल व्यक्तिगत आचरण ए कैजेड सामाजिक मूल्य मान्यता ल परिवर्तन डाड्या दु ?
- घ) समुदाय सन जातजाति अनुसार मूल्य मान्यता कडा फरक फरक जैड्या दु ?
- ङ) व्यक्तिगत आचरण सामाजिक मूल्य मान्यता अनुसार चाव माजैखें भड्या कुयो जैड्या दु ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) अभिभावक सन स्थानीय रुरा स छलफल डाड नड समुदाय ल कघ्युव कघ्युव आचरणटुड सामाजिक रूप ल असल माडेड्या प्रचलन ले नका असल आचरण रा सूची जेड थप्क कोठा ल प्रस्तुत गडास ।
- ख) नमि हिउने, अभिभावकटुड गिड्ड नाडखारला प्रचलित प्रचलन राटुड अवलोकन डाड मगर सन ब्राह्मण क्षेत्री समुदाय रा सामाजिक मूल्य मान्यता कघ्युव भिन्नता सन कघ्युव समानता ले ओल बारे ल निबन्ध गसरस ।

रो - १५

नेपालला प्रथम सहिद लखन थापा मगर

गे देश नेपाल लै स्वतन्त्र, सुन्दर सन न्यायपूर्ण जैन्या माहुल्या माहुल्या वीर योद्धा रै यामि ज्यानए आहुति यादे नैर । देश सन जनता ए अधिकार लागि यामि प्राण उत्सर्ग दोन्या नौ अमर वीर रालै गेमी सहिद है गेमी दोए । नेपाल ए इतिहास ल जहानियाँ राणा शासन ए विरुद्ध ल डात जनविद्रोह ए शतघोषण दोन्या वीर व्यक्तित्व हैलिदे लखन थापा मगर लै सरेसिए । नौ लै नेपाल सरकार ए आधिकारिक रूप ल नेपालला पानीं डाता सहिद' घोषणा जैदे नैव ।

बाल्यका ल र सैनिक जीवन

लखन थापा मगर वि.सं. १८९१ रिम ल गोरखा जिल्लाला सहिद लखन गाउँपालिका (तत्कालीन बुङ्कोट, काहुले भङ्गाल) ल अजमिव । नौ ए बाबु अमिन जङ्गबहादुर थापा मगर लेव । लखन थापा जुमु काईज निडर, स्वाभिमानी सन क्रान्तिकारी स्वभावला लेव । उहाँ शारीरिक रूप ल मनि बनै बलिया सन साहसी लेव ।



नौ समयक नेपालला राणा प्रधानमन्त्री जङ्गबहादुर राणा ए क्रूर सन निरङ्कुश शासन लेव । लखन थापा मगर छिनिकाई नेपाली सेना ए पुरानो गोरख पल्टन ल भर्ना ताके । सेना ल अलिक नौ कप्तान पदसम्मला जिम्मेवारी सम्मालिदे अनैव । सेना ल अलिक नौ लै राणा रै जनता रालै यारादोव चरम अत्याचार, अन्याय सन शोषण लै नजिक काई रडव । जनता ए याभोगिव दुःख ए नौ लै अयुड ल विद्रोह ए मे चाड ए ।

राणा शासन विरुद्ध जनविद्रोह

वि.सं. १९२५ जिल सेना ए जागिर रादे लखन थापा मगर अमि जन्मभूमि गोरखा ए बुङ्कोट दे ओल्दे भाए । नौ राणा रैन अन्यायपूर्ण शासन लै ढलैव परिन्था दृढ सङ्कल्प दोव । नौ नाङ्खारला युवा सन जनता रालै सङ्गठित जैन्या सुरु जैव । नौ लै यामि बालसखा जयसिंह चुमी मगर लगायतला सहयोगी रैन बलियो साथ यादे नैर ।

लखन थापा ए बुङ्कोटला तबो बलियो किल्ला (गढी) निर्माण जैव । नौ ए स्थानीय जनता लै सैन्य तालिम यादे करिब नेहजार जति ए तबो विद्रोही सेनासमेत तयार जैव । नौ जनता रालै है आरा दोव, “जङ्गबहादुर ए देश लै लुटिकु, जनता रालै दास आरा जैकुव । आबो गेमी आव निरङ्कुश शासन ए अन्त्य जैदे जनता ए राज्य स्थापना जैव परिए ।” आव नेपाल ए इतिहास ल राणा शासन विरुद्ध जनता ए स्तर निकाई ताव डा त जनविद्रोह लेव ।

शहादत र ऐतिहासिक कदर

गोरखा ल लखन थापा मगर ए नेतृत्व ल घेव जनविद्रोह अताव खबर काठमाडौंला लेव प्रधानमन्त्री जङ्गबहादुर राणा ए था सनव । राणा रैन आव विद्रोह लै दबैन्या काठमाडौं निकाई आधुनिक हतियारसहित ए घेव सैन्य टोली गोरखा आरापरिडव । लखन थापा ए विद्रोही सेना रास आधुनिक हतियार ए कमी लेव, तर मनि नौ र बहादुरीका साथ राना फौज रास लडिर ।

अन्ततः विद्रोही र घेरा ल परिर लखन थापा मगरसहित नौ र मुख्य सहयोगी र आराकेव र । नौ रालै काठमाडौं रैदे माफी निचुके है आरादोर, तर स्वाभिमानी लखन थापा ए राणा रालै डादे घुँडा टेकिन्या अस्वीकार दोव । होकाई, वि.सं. १९३३ रिम फागुन २ गते जङ्गबहादुर राणा ए आदेश ल लखन थापा मगर लै जन्मभूमि गोरखा बुङ्कोट स्थित मनकामना मन्दिर नजिकैका खिर्राए सिङ त भुन्डैदे क्रूरतापूर्वक सैर । नौ स जयसिंह चुमी मगर लगायतला वीर योद्धाह रैन मनि वीरगति प्राप्त जैर ।

लखन थापा मगर ए देश सन स्वतन्त्रता ए लागि सादे यामि प्राण त्यागिर । लखन थामा मगर ए आव बलिदान लै नेपाली जनता ल प्रजातन्त्र ए लागि लडिन्या जग सूचनो । नौ ए आव ऐतिहासिक योगदान ए उच्च कदर दोदे नेपाल सरकार ए वि.सं. २०५६ रिम ल नौ लै सहिद घोषणा जैदे छिनङ वि.सं. २०७२ रिम असोज ३ गते औपचारिक रूप ल ‘नेपाल ए प्रथम सहिद’ ए रूप ल राष्ट्रिय मान्यता घोषणा जैर ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
सरेसिय	चिनिन्छ	know
अयुङ	मन/मुटु	heart
जैन्या	गर्ने	to do
था	थाहा	know
आराकेव	पक्राउ	arrest
सिङ	रुख	tree



सिउसिन्या

१. ज मनि कोई इतौ सहिद मालिकिन होय बारे ल सर्चोके ।



१. मेल्ला रितो पो ल सर्चोके ।

- क) नेपाल सरका ए लखन थापा मगर लै नेपाल ए सहिद घोषणा जैदे नैर ।
- ख) लखन थापा मगर नेपाली सेना ए पल्टन ल कप्तान लेव ।
- ग) नौ ए राणा शासन विरुद्ध विद्रोह दोन्या गोरखा ल किल्ला जैदे अनैव ।
- घ) लखन थापा मगर लै वि.सं. रिम फागुन २ गते खिरा सिङत भुन्डै मृत्युदण्ड याईव ।

२. ताव माताव छुटैचोके ।

- क) लखन थापामगर नेपालला पार्नि डाता सहिद हैलिदे सरेसिए ।
- ख) लखन थापामगर ए अजन्म १८९१ रिम गोर्खा जिल्ला ल अताव ।
- ग) लखन थापामगर असिया सम्म ज़ सेना ले लेव ।
- घ) लखन थापामगर राणा रै यविरोद्र ल लागि देतेनाला जागिर राकु ।
- ङ) लखन थापामगर फ़िमक ज़ असिव ।

३. मेल्ला घिनसिव प्रश्न ए उत्तर सर्चोके ।

- क) लखन थापा मगर कताङ अजर्मिव सन खर्क अजर्मिव सर्चोके ?
- ख) नौ सेना ए जागिर रादे राणा शासन विरुद्ध विद्रोह दोन्या निर्णय करौ अदोव ?
- ग) गोरखाला बुङ्कोट ल लखन थापा ए जनता लै कैजैदे सङ्गठित अराजैव ?
- घ) जङ्गबहादुर राणा ए लखन थापा मगर लै करौ मृत्युदण्ड याईव ?
- ङ) लखन थापा मगर लै करौ करौ नेपाल ए प्रथम सहिद' है अदोव ?

४. सृजना सन जोयन ।

- क) “सहिद र देश ए गौरव तार” हैलिनया विषय ल ५० शब्दसम्म तबो ओजपूर्ण विचार सन भनाइ तयार जैदे कक्षाकोठा ए सूचना पाटी त टाँसिचुके ।

नेपाल मगर संघला संस्थापक क्या. हेमबहादुर पुन मगर

गे समाज सन राष्ट्र ल विकास ट भ्या व्यक्ति रै महत्त्वपूर्ण योगदान याड नेर । विशेषगरी या भाषा, संस्कृति सन पहिचान टुड जोगेड्या निस्वार्थ रूप ल लागेड्या व्यक्तित्व रा इतिहास ट अमर रहेर । नका आदरणीय सन ऐतिहासिक व्यक्तित्व र मध्ये टोलो लेव-स्वर्गीय क्याप्टेन हेमबहादुर पुन मगर । नका नेपाल मगर सङ्घला संस्थापक केन्द्रीय अध्यक्ष अलेव ।



बाल्यका ल सन सैनिक जीवन

हेमबहादुर पुन मगर ल जन्म वि.सं. १९७५ रिम वैशाख ६ गते ओबाबु जंगबहादुर पुनमगर, ओआमै हुलामाया पुनमगर ए को ख ल साविक शिख गा.वि.स. - ३, म्याग्दी जिल्ला ल ओजर्मिव । नका ल बाल्यका ल ग्रामीण परिवेश ट ज याखें । नका समय

ट नाङ्खार ट शिक्षा ल उज्यालो फ्रोड्या भ्या कठिन अलेव । तर मनि नका ए प्रारम्भिक अक्षर ज्ञान फ्रोड अनेव ।

पन्हेड्या सन ह्येप्रति ल लगनशीलता ल कारण नका ब्रिटिस सेना ट भर्ती याजै । सेना ट अलेवक नका ए ओल् कडा परिश्रम, इमानदारिता सन वीरता ल कारण उच्च पद 'क्याप्टेन' फ्रोड अनेव ।

सामाजिक चेतना सन सङ्गठन ल स्थापना

ब्रिटिस सेना ल प्रतिष्ठित जागिर सन सेवाङ्किका अवकाश अफ्रोवछिडिड हेमबहादुर पुन मगर ए अ जीवन बाँकी जीवन व्यक्तिगत सुखसयल ट न्हाड्या अलेव । तर, नका ए आरामदायी जीवन ल अपो ल ओल समुदाय सन समाज ल उत्थान डाड्या माचाव यङ् याब्बा । नका याम ल मगर

समुदाय शिक्षा, स्वास्थ्य सन राजनीतिक चेतना ल हिसाब ए भ्या छिडिड लेव महसुस आडोव । समुदायटुड सङ्गठित माडाव सम्म भाषा, संस्कृति सन अधिकार ल संरक्षण माजै गार्ड्या दृढ विश्वास नका ल याजै । आका उद्देश्य ल साथ नका ल विशेष सक्रियता सन नेतृत्क ट वि.सं. २०३९ रिम ल 'लाङ्घाली परिवार सघं' ल स्थापना अजैव । आका सङ्गठन छिडिड विकसित जैड आछिड्का 'नेपाल मगर सघं' याजै । नका आका ऐतिहासिक सङ्गठन ल प्रथम केन्द्रीय अध्यक्ष याजै सन देशैभरिला मगरटुड टोलो सूत्र ट पोड्या ऐतिहासिक ह्ये आडोव ।

समाज सुधार सन योगदान

क्याप्टेन हेमबहादुर पुन मगर टोलो वाज सङ्गठन ल नेता माजैड अमलेव, नका टोलो सच्चा समाजसुधारक अलेव । नका ए समाज ल लेव कुप्रथा र, अन्धविश्वास सन फजुल खर्च डाड्या बानी ल अन्त्य जैड्या पैव गार्ड आवाज याहेव । नका ए समुदाय ल शिक्षा ल महत्त्व बुभेड्या नाङ्खार-नाङ्खार ल क्लेड रु राटुड याज्हा र पैफिम प्रिड्या प्रेरित याडोव । रु ल समाज सेवा सन पहिचान ल आन्दोलन ट समर्पण डसिव क्याप्टेन हेमबहादुर पुन मगर ल निधन वि.सं. २०६६ रिम वैशाख ३ गिन याजै । नका शारीरिक रूप ट गेमाभ अम्लेडि मनि नका ए अटेव सामाजिक एकता, चेतना सन सद्भाव ल यड् सधैँ स्मरणीय जैड्या ले ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
अलेव	थियो	was
रिम	साल	year
छिनिङ	पछाडि	behind
नाङ्खार	गाउँ	village
जैङ्या	गरेको	did



सिउसिन्या

१. हेम बहादुर थापामगर ए अजीवनी परदे कता जे सनो सचोके ।



१. चाव जवाफ ट (✓) चिन्ह गलैस ।

क) क्याटेन हेमबहादुर पुन मगर ल जन्म काङ्का जिल्ला ल जैड अलेव ?

☐ चितवन

☐ म्याग्दी

☐ पाल्पा

☐ रोल्पा

ख) नका ल नेतृत्व ट वि.सं. २०३९ रिम ल स्थापना जैव मगर रा पहिलो सङ्गठन काङ्का ले ?

☐ मगर भाषा परिषद्

☐ लाङ्घाली परिवार संघ

☐ आदिवासी जनजाति महासंघ

☐ नेपाल मगर संघ

ग) हेमबहादुर पुन मगर ए सेना ल लेवक काङ्का घ्योव पद फ़ोड अनेव ?

- ☐ मेजर
- ☐ क्याप्टेन
- ☐ सुवेदार
- ☐ जरनेल

२. मेला प्रश्न रा टिव जवाफ गसरस ।

- क) क्याप्टेन हेमबहादुर पुन मगर ल जन्म खङ्क सन कानङ् जैड अलेव ?
- ख) सैनिक सेवाङ्का अवकाश अफ़ोव छिङ्ङ नका ए कघ्यु येङ् यारोजेव ?
- ग) नेपाल मगर संघ ल स्थापना डाङ्का मुख्य उद्देश्य कुयो अलेव ?
- घ) नका ए समाज सुधार लागि कघ्यु कार्य र याडोव ?
- ङ) क्याप्टेन हेमबहादुर पुन मगर ल जीवनीङ्का गेमी कुयो शिक्षा यफ़ोङ् ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) नङ् ननाङ्खार, टोल, नगरपालिका, समाज सेवा सन शिक्षा क्षेत्र ट योगदान याङ्का टोलो स्थानीय व्यक्तित्व ल बारे ट बुबा-आमा सन हिउने स गिङ्ङ टोलो टिव परिचय तयार गजेस ।

चेतनाकी संवाहक बमकुमारी बुढामगर

नेपाल बहुजातीय सन बहुसांस्कृतिक देश ले। आला भ्या समुदाय ट जन्मेड समाज रूपान्तरण सन सांस्कृतिक संरक्षण ट ऐतिहासिक योगदान याङ्या व्यक्तित्व र गेमी गौरव जैर। नका गौरवपूर्ण व्यक्तित्व र मध्ये टोलो ले— बमकुमारी बुढामगर। नका मगर भाषा, मौलिक संस्कृति, इतिहास ल संरक्षण, मेमा शिक्षा सन चेतनाकी टोलो प्रखर अगुवा जैड ले।



जन्म, बाल्यका ल सन शिक्षा

बमकुमारी बुढामगर ल जन्म वि.सं. २००७ रिम फागुन १८ गते ल ऐतिहासिक पो रोल्पा जिल्ला रोल्पा नगरपालिका-७, घापा ट जैड अलेव। नका

ल अबाबु ल मिन हस्तवीर बुढामगर सन आमा नन्दसरा घर्तीमगर ले। नका बेला मेमा ज्हाराटुङ् पन्हेङ्या चलन अम्लेव। समाज ट मेमा ज्हारै पन्हेङ्या माजै गार्ड पुरानो सोच भ्या अलेव।

तर, बमकुमारी जिह्मजा खेँका विद्रोही सन अध्ययनशील स्वभाव ल अलेव। नका ए समाज ल भ्या बन्धन सन माचावटुङ् प्राड शिक्षा हासिल याडोव। नका रोल्पा जिल्लाडिका पहिलो पटक एस.एल.सी. परीक्षा उत्तीर्ण डाङ्या प्रथम मेमा जैड ले। आन्ह नका ए ७१ रिम ट समाजशास्त्रडि एम.ए. पास डाड नेवे। नका ल आका सफलता तत्कालीन बेला ट सिङ्गो रोल्पा सन विशेष डाड मेमा जगत ल लागि टोलो घ्योव क्रान्ति सन गर्व ल विषय जैड ले।

राजनीतिक यात्रा सन सामाजिक नेतृत्व

बमकुमारी बुढामगर केवल शिक्षा ट वाज सीमित माजैड, नका ए समाज सुधार लागि राजनीति सन सामाजिक आन्दोलन ल यङ् मनि याब्बा। नका अ क्षमता, माछेङ्या सन चाव विचार ल कारण पञ्चायत बेला ट राष्ट्रिय पञ्चायत ल सदस्य सन माननीय (सांसद) समेत जैड अलेव। राज्य ल नीति निर्माण तह ट क्लेएड नका ए दुर्गम क्षेत्र ल विकास सन उत्पीडित समुदाय ल आवाजटुङ् सो पो ल याक्लेव।

मगर भाषा सन मौलिक संस्कृति ल जगेर्ना

माननीय बमकुमारी बुढामगर ल मुख्य पहिचान मगर जाति ल मौलिक पहिचान, इतिहास सन संस्कृति ल उत्खनन एवं संरक्षण डाङ्या ले । नका ए मगर समुदायभित्र लेव भाषा, चाडपर्व, भेषभूषा सन रीतिथिति र आधुनिकता ल कारण म्हाड न्हासव महसुस याडोव । नका ए पश्चिम नेपाल ल सांस्कृतिक पहिचान जोगेङ्या ल्हुव बेला नेतृत्वदायी भूमिका यान्हेसि । यिजेड नका सम्पूर्ण आदिवासी रै सम्भेङ्या मिन जैड ले ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
घ्यो	ठुलो	big
भ्या	धेरै	a lot
रिम	वर्ष	year
चाव	राम्रो	good
मेमा	महिला	women
खाम	भाषा	language
पो	ठाउँ	place



१. चाव जवाफ ट (✓) चिन्ह गलैस ।

क) बमकुमारी बुढामगर ल जन्म रोल्पा जिल्ला ल कङ्का पो ल जैड अलेव ?

- ☐ कयकय) थबाङ
- ☐ घापा
- ☐ लिवाङ
- ☐ गाम

ख) रोल्या जिल्लाङ्का पहिलो पटक एसएलसी पास डाङ्या मेमा काङ्का ले ?

- ☐ बमकुमारी बुढामगर
- ☐ ओनसरी घर्तीमगर
- ☐ जयपुरी घर्तीमगर
- ☐ भिमकुमारी बुढामगर

ग) बमकुमारी बुढामगर ए खागे रिम ल उमेर ट स्नातकोत्तर पास याडोव ?

- ☐ ५१ वर्ष
- ☐ ६१ वर्ष
- ☐ ७१ वर्ष
- ☐ ७५ वर्ष

२. मेला प्रश्न रा टिव जवाफ गसर्स ।

- क) बमकुमारी बुढामगर ल जन्म खङ्क सन कानङ् जैड अलेव ?
- ख) नका ए रोल्या ल शैक्षिक इतिहास ट कघ्यु ऐतिहासिक रेकर्ड याजेव ?
- ग) पञ्चायत बेला ट नका ए काङ्का राजनीतिक पद ल जिम्मेवारी सम्हालेड अनेव ?
- घ) बमकुमारी बुढामगर ए मगर समुदाय सन संस्कृति ल लागि कघ्यु ह्ये र याडोव ?
- ङ) नका ए ७१ वर्ष ल उमेर ट स्नातकोत्तर पास डासिव घटनाङ्का गेमी कुयो शिक्षा यफ्रोडे ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) “पन्हेङ्या सन व्हिसिङ्या लागि उमेर बाधक माजै । “गार्ङ्या विषय ट रो ट सरसिव बमकुमारी बुढामगर ल उदाहरण याड टोलो अनुच्छेद ल टोलो प्रेरक विचार तयार गजेस ।

राष्ट्रिय आविष्कारक डा. महावीर पुन मगर

गे देश नेपाल प्राकृतिक सन सांस्कृतिक रूप ल माहुल्या धनी ले । ऐजैदे धर्ती वीर, विदुषी सन प्रतिभावान् व्यक्तित्व रै जन्म रै दे देश एमिन विश्वभर फैलि दे ले । नौ महत्त्वपूर्ण व्यक्तित्व रै मध्ये तबो व्याक्ति—डा. महावीर पुन मगर नौ नेपालला प्रख्यात वैज्ञानिक, सामाजिक अभियन्ता सन राष्ट्रिय आविष्कार केन्द्रला संस्थापक ले ।



बाल्यका ल र शिक्षा

महावीर पुन ए अजन्म वि.सं. २०११ रिम माघ ५ गते ओबाबु कृष्ण पुनमगर, ओआमै पुर्वी पुनमगर ए कोख ल म्याग्दी जिल्ला नाङ्गी नाङ्खार ल अताव । नौ बाल्यका ल ग्रामीण परिवेश ल ग्वाला गोठालो बान्या सन खेतीपाती दोदे अबितैव । नाङ्खारला पैफिम निकाई प्रारम्भिक शिक्षा सुरु जैव महावीर पढाइ त जुमुजा काई ज जेहेन्दार सन मेहनती लेव ।

नाङ्खार ल रोज्ता कक्षाला पढाइ मातान्या अताव काई नौ अजाहान र चितवन दे बसाई यासरिव । नौ चितवन निकाई ज विद्यालय तहला शिक्षा पूरा जैकु । होकाई छिनका समय शिक्षण पेसा दोदे पैसा जम्मा जैदे नौ उच्च शिक्षा लागि संयुक्त राज्य अमेरिका बान्या अवसर दैकु । अमेरिकाला नेब्रास्का विश्वविद्यालय निकाई नौ ए विज्ञान विषय निकाई स्नातकोत्तरसम्म अध्ययन पूरा जैकु ।

स्वदेश फिर्ती र 'बेतार प्रविधि'

उच्च शिक्षा पूरा अजैव काई महावीर पुन अमेरिकाला विलासी जीवन रादे अमि जन्मभूमि सुधार जैन्या वि.सं. २०४९ रिम ल म्याग्दीला नाङ्गी नाङ्खार अओल्दे हुके । नौ ए नाङ्खारला मि

रालै जीवनस्तर उकास्न सन शिक्षाए उज्यालो फैलैन्था कम्प्युटर शिक्षा यान्या सोच जैदे सन नौ बेलाक नाङ्खार ल न त बिजुली लेव, न त टेलिफोन सन इन्टरनेट ए सुविधा नै लेव ।

नौ कठिन परिस्थिति ल मनि नौ ए हार मामानियो । नौ स्थानीय स्रोत सन साधन ए प्रयोग जैदे सिङ ए डिब्बा रालै उपकरण नैदे, सिङ ए हाँगा सन डाँडा जिक एन्टिना जडान जैदे नौ ए 'बेतार प्रविधि' मार्फत म्याग्दीला दुर्गम नाङ्खार याल इन्टरनेट केदे संसार रास जोडिसिके यम जैकु । आव यून सजिलो मालेव तर मनि नौ ए दृढ इच्छाशक्ति ए कारण सम्भव ताके । नौ ए आव नवप्रवर्तन दुर्गम क्षेत्रला मि रै लागि सञ्चार, स्वास्थ्य सन शिक्षाला क्रान्ति नै रैकु ।

म्यागासेसे पुरस्कार र राष्ट्रिय आविष्कार केन्द्र

दुर्गम ग्रामीण क्षेत्र ल प्रविधि ए माध्यम निकाई नौ ए अकेव अतुलनीय योगदान ए कदर दोदे सन् २००७ ल नौ लै एसियाए प्रतिष्ठित 'रेमन म्यागासेसे पुरस्कार' प्रदान जैकेर । आव पुरस्कार लै एसियाला नोबेल पुरस्कार मनि है दोर । आव साथै ल नौ लै त्रिभुवन विश्वविद्यालय ए मानार्थ विद्यावारिधि ए उपाधि मनि ईकेर ।

डा. महावीर पुनए घेव सपना नेपाल ल सारो प्रविधि सन अनुसन्धानए विकास जैन्था लेव । युवा रै याप्रतिभा लै देश ल ज़ रोकिन्या सन सारो-सारो आविष्कार जैन्था नौए 'राष्ट्रिय आविष्कार केन्द्र' ए स्थापना जैकु । आव केन्द्र हाल नेपाली युवा वैज्ञानिक रालै पारपार मेसिन, प्रविधि सन उत्पादन रै निर्माण जैन्था मञ्च सन सहयोग प्रदान जैदे हुदे ले ।

डा. महावीर पुन मगर ए सरल जीवनशैली, उच्च विचार सन देशप्रति समर्पण गेमी पार ए लागि प्रेरणा ए स्रोत तादे ले । नौ ए गेमी लै पैन्था साधन सन स्रोत ए कमी अतादे मनि दृढ सङ्कल्प सन कडा परिश्रम लेव देश ल घेव परिवर्तन रैव दुसिए ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
माहुल्या	धेरै	a lot
जैकु	गरेको	did
पैभिम	विद्यालय	school
जाहान	परिवार	family
सारो	नयाँ	new
पैन्या	सिकाउनु	teach



सिउसिन्या

१. जे मनि महाविर पुनमगर स्याव आविस्कार तान्या जे युङ्ग अलिकिन कैजेदे तान्या जे जेमि बारे ल सदे जे माष्टर रालै सतन्दे यारापरैचोके ।



दाइन्या:

१. मेला शब्द रालै अर्थ खोलिन्या जैदे वाक्य जैचोके ।

अभियन्ता जेहेन्दार दुर्गम
नवप्रवर्तन समर्पण

२. मिलिन्या उत्तर त (✓) चिन्ह लाइचोके ।

क) डा. महावीर पुनए अजन्म कता जिल्ला ल अताव ?

☐ चितवन

☐ म्याग्दी

☐ रोल्पा

ख) महावीर पुन ए कता प्रविधि ए प्रयोग जैदे दुर्गम नाङ्खार ल इन्टरनेट अकेव ?

☐ तार प्रविधि

☐ बेतार प्रविधि

☐ भू-उपग्रह प्रविधि

ग) म्यागासेसे पुरस्कार लै एसिया ल कता है दोर ?

☐ ओस्कार पुरस्कार

☐ नोबेल पुरस्कार

☐ राष्ट्रिय पुरस्कार

३. मेल्ल धिनसिव प्रश्न ए तुनु उत्तर सर्चोके ।

क) डा. महावीर पुन मगर ए बाल्यका ल कैजैदे अबितैव ?

ख) अमेरिका निकाई उच्च शिक्षा पूरा अजैव काई नौ ए कता अजैव ?

ग) महावीर पुन ए नाङ्खार ल इन्टरनेट केन्या किताउ चुनौती रास सामना अदोव ?

घ) 'राष्ट्रिय आविष्कार केन्द्र' ए मुख्य उद्देश्य कता ?

ङ) डा. महावीर पुनए जीवनी निकाई जे कता शिक्षा जेदैव ?

४. सृजना सन जोयन ।

क) “यदि डा वैज्ञानिक डाताकिन डा नाङ्खार/नगरपालिका ए लागि कता आविष्कार जैन्या डा लेव ? “ हैलिन्या विषय ल तबो अनुच्छेद सदे कक्षा कोठा ल सथै चुके ।

गेमि युङ्ला सुनछहरी

गेमि चाव सुनछहरी

जैमाकसला, जेल्बाङ, दक्षिण पश्चिम ल फगाम
सिउरी सेरम तादे बासियो लिज्य उत्तर पूर्वि गाम



मस्ता खाम धर्म जाति, विविध पनला संस्कृति
अनेकताल तवो, अपार सम्पत्ति र चाव प्रकृति

प्राकृतिक जा, पर्यटकिय हिन्ने, डाडेडा रिति
गाउँला सिपकला अलौकिक संस्कार गेमि सम्पत्ति

सार्वभौम, स्वयत्तता, स्वाधिनता ल फैलैद सदभाव
बनिव लेय पौरखि समृद्धि, खुशि सम्मनुत समाज



गेमि समृद्धि सुनछहरी

गेमि चाव सुनछहरी

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
युड	मन	heart
खाम	भाषा	language
चाव	राम्रो	good
गेमी	हाम्रो	our
मस्ता	धेरै	a lot



सिउसिन्या

१. रोला रे टुड गा मिलेड गगैस ।



१. चाव ट (✓) माचाव ट (X) चिन्ह गलैस ।

- क) सुनछहरी क्षेत्र ल फगाम सन लुङरी दानेव न्हिल स्रोत र बगेर । ☐
- ख) आला पोल टोलो भाषा सन जातिर बसोबास डोर । ☐
- ग) गीत ट सुनछहरी टुड टोलो पौरखी खुसी सन सम्मुन्नत समाजल रूप ट वर्णन डासिव ले । ☐
- घ) रैथाने सीपकला सन अलौकिक संस्कार टुड गेमी सम्पत्ति ल रूप ट माडेसि । ☐
- ङ) सिउरी, सेरम सन गाम र सुनछहरी ल दक्षिण पश्चिम ल फैलेड ले । ☐

२. रिक्तो पोल मिलेङ्या जेड गलरेस ।

- क) किलाचन, विबाड दह वजुधुरा, कोठिभिर सुनछहरी ला प्राकृतिक सम्पदा ले ।
- ख) अनेकतामा एकटा, अपार र सुन्दर प्रकृति गेमी पहिचान ले ।
- ग) प्राकृतिक सम्पदा सन गन्तव्य ल रतिग गेमी समृद्धि टुड भल्केव ।
- घ) सार्वभौम स्वायत्तता सन स्वाधिनता फैलेड ए समाज टुड बल्ल्या जेड नेव ।

३. मेला प्रश्नरा टिव जवाफ गसरस ।

- क) गीत ट सुनछहरी ल शिर ट काङ्का-काङ्का प्राकृतिक सम्पदा प्रस्तुत डासिव ले ?
- ख) अनेकता ल एकटा गार्ङ्या गीत ए कुयो सन्देश याङ्या अख्युडो ?
- ग) आका गीत ट कध्यु प्रकारला समाज जयो रोइ उल्लेख डासिव ले ?
- घ) सुनछहरी पोला रु रा वास्तविक सम्पत्ति र कुयो-कुयो लेर ?

४. पेला प्रश्नरा लहु जवाफ गसरस ।

- क) विविधतायुक्त सांस्कृतिक विशेषता ए सुनछहरी ल समृद्धि ल कै जेड योगदान पुन्यके नेव ?
- ख) स्थानीय रैथाने सीपकला सन प्राकृतिक सम्पदा ल संरक्षण कडा आवश्यक ले ? गीत ल आधार ट गसरस ।

५. सृजना सन जोयन ।

- क) नमि नाङ्खार ल लेव रैथाने सीपकला वा परम्परागत पेसा ल सूची जेड नकाल महत्त्व बारे व्याख्या गडास ।

नेपाल ल मगर समुदाय रै मगर ढुट, मगर खाम, सन मगर काइके मातृभाषा पाडर । रोल्पा, रुकुम सन बाग्लुङला मगर रै मगर खाम पाडर । मगर खाम निकाई सरन्या सन साहित्य सिर्जना माहुल्या छिननिकाई शुरु ताव ले । आव सरन्या सन प्रकाशन डा डाईज शब्दकोश निकाई ताव दैसिए । मगर खाम साहित्य ल कविता, कथा, उपन्यास, निबन्ध, संस्मरण, खण्डकाव्य, गीत, गजल, मुक्तक, हाइकु प्रकाशन ताव ले । नौ मध्ये मगर खाम निकाई काव्य विद्या ल सरसिव कृति र कविता, गीत, गजल, मुक्तक, खण्डकाव्य सन महाकाव्य ए बारे ल जानकारी रैन्या गेले ।

१. कविता

साहित्यला पार विद्या मध्ये कविता विद्या दोडका सन समृद्ध विद्या मानिसिए । थबाङ गाउँपालिका ३, मिरुल रोल्पाला जिवन प्रवेश रोकामगर (जे.आर.मगर हिमाल) सन तारामान-माफिली (बुढामगर नि गिन्मी डाता कोसेली-२०६२, पानी डाता कविता संग्रह ले ।

हैजैदे रोल्पा, उवाला प्रेमप्रकाश घर्तीमगर (प्रेमप्रकाश मायालु) ए युङला रो-२०६५, कैलाली, टीकापुरला गणेश पहराई मगर ए ओर्गे मिउ-मिउयाङलो-२०६६ रोल्पा, उवाला बोमबहादुर घर्तीमगर (व्योम जी अवतार) ए च्याँसिव परी-२०६८, रोल्पा, थबाङला ईर्धासी भाँकूमगर ए डाकष्टला यमर-२०६८ सन बाग्लुङ निसीला लक्ष्मण घर्तीमगर ए रिहिल्ला-२०७० सन रोल्पा जुँगारला मित्रलाल रोडखामी मगर ए ज्यै जन् यिङन्य-२०७२ सन पुर्वी रुकुम कोलला विपन पुनमगर ए वाल कविता सग्रह साँड-२०७९ ल प्रकाशन ताव ले ।

२. गजल

मगर खाम निकाई गजल विधा ल थबाङ गाउँपालिका ४, उवा, रोल्पाला बोमबहादुर घर्तीमगर (व्योम जी अवतार) ए गजल संग्रह 'सोचोके गजल संग्रह-२०६६' सन 'मोलो ध्वोड-र रङ्क गजल संग्रह-२०७२' पलिदे नैव ।

थबाङ गाउँपालिका ३, मिरुल, रोल्पा दल्लिप बुढामगर (डी.बी. मगर स्वेद) ए 'जर्मिसिउ पो गजल संग्रह-२०७३', थबाङ गाउँपालिका ३, मिरुल, रोल्पा मालबहादुर बुढामगर (महेश आरोही) सन 'सारो मङ गजल संग्रह-२०७४' सन मिरुल रोल्पा आर्ख गढवा दाङल चुसिन्या सूर्यबहादुर बुढामगर 'आशिष कल्पवृक्ष' ए 'अढमर्क गजल संग्रह-२०७४' मिनला गजल संग्रह पलिदे नैव ।

३. मुक्तक

मगर खामल मुक्तक संग्रह विधा निकाई पारनि डात थबाङ गाउँपालिका ३, मिरुल, रोल्पा टंकबहादुर भाँक्रीमगर (समिप बैरागी) ए 'जिन्दगीला यम मुक्तक संग्रह-२०७२' पलिदे नैव । थबाङ गाउँपालिका ३, उवा, रोल्पा बोमबहादुर घर्तीमगर (व्योम जी अवतार) ए 'चेमो मङ मुक्तक संग्रह-२०७५', सन मिरुल रोल्पा वेलबहादुर बुढामगर (युगान्त मगर) ए 'माओइव युङ्ला ओ मुक्तक संग्रह-२०७५' पलिदे नैव ।

४. खण्डकाव्य

कविता विद्या निकाई मभौला रूपल मानिसिन्या खण्डकाव्य मगर खाम निकाई खण्डकाव्यको पारनि डात थबाङ गाउँपालिका ३ मिरुल, रोल्पा टंकबहादुर भाँक्रीमगर (समिप बैरागी) ए 'हुरो युङ-२०७४' पलिदे खण्डकाव्य विधा निकाई डात शुरूवात जैदे नैव ।

५. महाकाव्य

कविता विद्या निकाई उच्चतम रूपल महाकाव्य मानिसिए । मगर खाम ल थबाङ गाउँपालिका ३ मिरुल, रोल्पा दल्लिप बुढामगर (डि.वि.स्वेद) ले 'दोन्थरा' मिनला महाकाव्य पलिदे नैव ।

पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
सोच्चोके	उठ्नु	stand
जर्मिसिव पो	जन्मेको ठाउँ	birth place
हुरो युङ	दुखेको मुटु	heart pain
दोन्थरा	सारङ्गी	fiddle
सारो मङ	नयाँ सपना	new dream
जिन्दगीला यम	जिन्दगीको बाटो	the path of life



सिउसिन्या

- जे दाजु नाना रास कविता गीत बारे ल धिनदे थैचोके ।
- जे नाङ्खार ल पारनिकाई कविता, गजल, मुक्तक, खण्डकाव्य सन महाकाव्य बारे ल धिनदे बुझिचुके ।



दाइन्या:

- ताव त (✓) सन माताव त (X) सर्चोके ।
 - रोल्पा रुकुम सन बाग्लुङ ल मगर खाम पाङर । ☐
 - दोन्थरा महाकाव्य जिवन रोकामगर ए असरव । ☐
 - गिन्नी डाता कोसेली कविता संग्रह २०६२ साल पलिव । ☐
 - प्रेम प्रकाश मायालु ए असर्व युङला रो कविता संग्रह २०६५ ल पलिसिव । ☐
 - हुरो युङ खण्डकाव्य दिलिप बुढामगर ए असर्व । ☐

૨. રિત્તો પો લ ઁન્યા સર્ચોકે ।

- ક) રોલ્પા રુકુમ સન બાગ્લુડલા મિર પાઙર ।
- ખ) જર્મિસિવ પો ગજલ સગ્રહ સાલ લ પલિવ ।
- ગ) સોચ્વોકે ગજલ સગ્રહ ં અસર્વ ।
- ઘ) સારો મહ ગજલ સગ્રહ સાલ લ પલિવ ।
- ઙ) દોન્થરા મહાકાવ્ય ં અસર્વ ।

૩. મેલા શબ્દ રાલૈ અર્થ ઁલિન્યા જૈદે વાક્ય જૈચોકે ।

- | | | |
|---------|---------|--------|
| કવિતા | ગજલ | મુક્તક |
| ઉપન્યાસ | શબ્દકોષ | |

૪. મેલા પ્રશ્ન રા ટિવ જવાફ ગયાસ ।

- ક) ગેન્મી ઙાતા કોસેલી ઁા સાલલ પલિસિવ ? સુસુની યાન સરવ સર્ચોકે ।
- ખ) રોલ્પા, રુકુમ સન બાગ્લુડલ કતા પાઙ પાર ?
- ગ) અઢર્મક ગજલ સગ્રહ ઁાસાલ લ પલિસિવ ? સુ ં અસરવ સર્ચોકે ।
- ઘ) દોન્થરા મહાકાવ્ય સરન્યા મિં અમિન સર્ચોકે ।
- ઙ) ઁેમવ મહ મુક્તક સગ્રહ ૨૦૭૫ સાલ લ પલિસિવ હો સું અસરવ સર્ચોકે ।

૫. સૃજના સન જોયન ।

- ક) કવિતા, ગજલ સન મુક્તક બારે લ કવિ રાલૈ ઘિન્દે જે નૈ રાસ ઁલ્લફલ દોચોકે ।
- ખ) ઁ્રળ્લકાવ્ય સન મહાકાવ્ય બારે લ સરન્યા મિ રાસ ઁાઁસ બુઘિદે જે કઁષા કોઠા ઁલ્લફલ દોચોકે ।

सुनछहरी गाउँपालिका पहाडी भूगोल ल परेङ्या गाउँपालिकाले । आका पालिका ल पशुडाङ्या लागि आवश्यक परेङ्या वनजङ्गल, चरिचरन ल लागि खर्क प्रयाप्त मात्रा ल ले । हिजेड न्हि ल स्रोत र मनि प्रशस्त लेर । आका पालिकाला परम्परागत रूप ल पशुपालन डाड न्हाड लेर । आला रु रा जीविको पार्जन मुख्यतया कृषि सन पशु डाङ्या पेशा ल निर्भर लेर । खेतीपाती सन पशु एक-अर्का ल परिपुरक ले । पशु डाङ्याडिका उत्पादन जैव प्रारङ्गीक मल कृषि उत्पादन बढेङ्या मदत डोव ।

पशु डाङ्या सम्भाव्य जैव कोइ पशुपंक्षी र

भेंडा, रा डाङ्या

भेंडा सन रा डाङ्या आला पो ल परम्परागत पशु डाङ्या ज ले । पहिला - पहिला भेंडा डाङ्या डाङ्या रै भेंडा छाङ्या गर्मी मास ल हिमाली भेगडे लाङ्या सन ज्हुङ् मास ल औलो सन मुङ्वा जैङ्या पो ल लाङ्या प्रचलन अलेव । आछिङ् प्राकि अघ्यु प्रचलन म्हाड न्हाड ले । आला नागरिक रा स भेंडा सन रा डाङ्या ल आदिवासी ज्ञान सन सिप लेव ले । आका ज्ञानटुङ् प्रयोग डाड व्यावसायिक भेंडा सन रा डाङ्या डाड आम्दानी डाङ्या दुसि । आकाडिका स्यात्रि, हाने सन हानेजन्य पदार्थ, सन उत्पादन डाङ्या दुसि ।



हार-भैंसा डाङ्या

हार, भैंसा डाङ्या मनि आका पो ल परम्परागत पशु डाङ्या ले। हार भैंसाङिका हाने सन हानेजन्य पदार्थ र नौनीभुटन, भुटन, दही, मही जेड उपभोग डाङ्या, व्यापार डाङ्या परम्परागत प्रचलन ले। आका साठ ट हानेङिका पनिर, छुपीं, चिज, खुवा, मिठाइ र, क्रिम, धुलो हाने आदि जेङ्या मनि दुसि। पालिका ल नाङ्खान्या रै खर्क ल छाङ्या प्रचलन मनि ले। आका साथै ह्यैङ् किङ्या लागि प्रयोग डोर। राँगा भैंसाङिका स्याक्रि मनि उत्पादन जै।

व डाङ्या

व डाङ्या मनि आका पो ल परम्परागत पशु डाङ्या ज। पहिला स्थानीय जातला व याडाजाव सन डाङ्या या तरिका अलेव। आछिङ् प्राकि विकासि व, मोलो व डाङ्या डोर। आकङिका भ्या स्याक्रि उत्पादन जै। व डाङ्याङिका स्याक्रि, पाठापाठी वेङ्या डासि।



ब्वा, हाँस डाङ्या

परम्परागत रूप ल स्थानीय ब्वा, हाँस डाङ्या प्रचलन लेव ले। आकाङिका स्याक्रि, ब्वाज्जुरि फ्रोसि। ब्वा ल बाकर सन भुट्लाङिका क्वा, कोट, गुड आदि जेङ्या मनि ह्यै जै। परम्परा गत रूप ल डाङ्या ब्वा ल प्रजाति आन्ह फर्म ल रूप ल डाङ्या डासिव ले।

बन्यजन्तु डाड्या

वन्यजन्तु र बनभल्या, गल, रटुवा लगायतला पशुपंक्षी डाड आमदानी डाड्या दुसि। आन्ह बनभाल्या, गल, रटुवा आदि डानेव बन्यजन्तु डाड वेड्या फ्रोड्या कानुन नेपाल ल बडेड ले। आका डिका भ्या कृषक रै फाइदा ह्यैजार।



ड्हास्या डाड्या

पालिकाला बन भिरालो प्रकृतिला अलेव ए तराई ल डानेव भ्या रूप ल ड्हास्या डाड्या सजिलो माले। परम्परागत रूप ल खोला ल फ्रोड्या ड्हास्या स्हेड्या प्रचलन आल फ्रोसि। खोला छोला नजिकला पो ल ड्हास्या डाड्या ल सम्भावना लेव ले। व्हिजेड आला न्हि चिसो अलेव ए ट्राउट (जापानी असला) ड्हास्या डाड्या सम्भवना मनि लेव ले।

यिजेड पालिका ल प्राकृतिक रूप ल ज्हि, जहेम्भरे, ड्हन मनि फ्रोसि। ज्हि ल रापो जै। जहेम्भरे सन ड्हन स्यात्रि ल रूप ल प्रयोग जै। व्हिजेड नाड्खार ल परम्परागत ज्हि डाड्या प्रचलन मनि जै। ज्हिडिका रापो ह्येड मनि आमदानी जैड्या डोव।

बिक्री वितरण सन यलड

परम्परागत पशु डाड्याडिका उत्पादन जैव स्यत्रि, ब्वाज्हुरि, हानेजन्य पदार्थ र ज्हुडला गुजारा चलेड्या, पूजाआजा, भोज भतेर ल लागि वाज सिमित अलेव। पशुपंक्षीडिका प्राप्त जैव सन, भुट्लाडिका ज्हुड्ला क्वार बुडेड्या प्रचलन अलेव। तर आछिड् प्राकि समय फेरेड ले। पालिकाला मोटर यड् ए गर्दा यलड मनि बघेड ले। समाज मनि यलड उन्मुख जैड ले। पशु डाड्याडिका उत्पादित वस्तु र नाड्खार ल ज मनि बिक्री वितरण जै। विशेष डाड

चाडपर्व, पूजाआजा, मेला ल बोका, साँढा, ब्वा, व, राँगा आदि भ्या बिक्री जैड्या डोव । नाङ्खार ल मनि स्यात्रि सन हानेजन्य पदार्थ वेड्या पसल खुलेड ले र ।

कतिपय समय ल व्यापारी र नाङ्खार नाङ्खार ल न्हाड खरिद मनि डाङ्या डोर । नजिकला सुलीचौर यलङ ल मनि बिक्री वितरण जैड्या डोव । भ्या सङ्ख्या ल उत्पादन जैव पुशपंक्षी र दाङ, बुटवल, पोखरा, काठमाडौं डानेव सहर ल मनि न्हाङ्या डोव ।



पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
ब्वा	कुखुरा	chicken
हार	गाई	cow
व	सुँगुर	pig
स्यात्रि	मासु	meat
ब्वाज्हुँरि	अण्डा	egg
हाने	दुध	milk
क्वा	कपडा	clothes



सिउसिन्या

१. मेला पान रा अर्थ न्हाङ्या जेड आखर गजेस ।

पशुडाङ्या	चरिचरन	यलङ	बिक्री
भैंडाडाङ्या	डास्याडाङ्या	मही	हाने



दाइन्या:

१. मेला प्रश्न रा टिव जवाफ गयास ।

- क) पालिका ल पशु डाङ्या लागि आवश्यक कुयो - कुयो उपलब्ध ले ?
- ख) पालिका ल परम्परागत रूप ल कुयो - कुयो पशु डाङ्या याडोजाव ?
- ग) हार भैसा डाङ्या कुयो- कुयो लागि डासि ?
- घ) ब्वा हाँस डाङ्याडिका कुयो उपलब्ध जै ?
- ङ) व डाङ्याडिका कुयो उपलब्ध जैङ्या दु ?
- च) पशु डाङ्याडिका कृषि ह्येटुङ कुयो- कुयो उपलब्ध डोव ?
- छ) भेडा डाङ्याडिका कुयो- कुयो उपलब्ध जै ?

२. मेला प्रश्न रा ल्हुव जवाफ गयास ।

- क) पालिका ल पशु डाङ्याडिका उत्पादन जैव वस्तु राटुङ कैजेड कानड वेङ्या डाङ्या डासि ?
- ख) नड ननाङ्खार ल पशु डाङ्या बारे ल टोलो निबन्ध गसरस ?

३. सृजना सन जोयन ।

- क) अभिभावक सन स्थानीय रुरा स गिङ्ङ टोलो जिहम्जा ब्वा डाङ्या फर्म खोलेङ्या लागि आवश्यक परेङ्या सरसमान, पुँजी सन यलङ ल सूची जेड थप्ककोठा ल छलफल गडास ।
- ख) हिउने सन अभिभावक ल सहयोग ल नाङ्खार ल घुमेड परम्परागत रूप ल व कैजेड डाड यानेव गार्ङ्या पत्ता लगेड आधुनिक व डाङ्या ल योजना बनेड थप्ककोठा ल छलफल गडास ।
- ग) अभिभावक सन स्थानीयबासी रास छलफल डाड पालिकाला पशु डाङ्या ल उत्पादन वेङ्या पो रा सूची जेड थप्ककोठा ल छलफल गडास ।

दोडक मि रै जुडव निकाई बचिन्या लागि सन यामि क्याड लै कपन्या लागि सिङ ए अलोकता सन स्याउला र क्याईसिन्या चलन लेव । समय युग रास मि रै मनि चेतना स्तर विकास ताके होकाई नौ चेतना स्तर वृद्धि रास नौ रै क्वाईसिन्या क्वा सन जैन्या तरिका मनि परिवर्तन तादे होके । हैजैदे ज़ सुनछहरी गाउँपालिका ल मनि परम्परागत रुप ल आला मि रै याक्वाईसिन्या क्वा याज़ जैदे याक्वाईसिन्या चनल हुके । खास दोदे खेप्पा र फ़िम जैन्या, धाडर्या जैन्या, कालापार दे बादे रुपया कमैन्या यादोज़ो । मेमा रै फ़िमक ज़ खेतीपाती दोन्या, बाङ्गो धागा खल्दे बल्ला जैन्या, छोर्या लुज़ा रालै सधेवन्या यादोज़ो ।



बाङ्गो सन पुवा

बाङ्गो तबो प्रकार ला विरुवा । बाङ्गो जामा जेनो पोदे दैसिए । आव अभाथड माताए आव लै मि रै यड ल वान्या दोर । आव ए असै लै चटनि जैन्या, पेदे बुतन जैन्या, मोदे कैन्या, कोदे अलोकता लै खल्दे धागा जैदे बल्ला जैन्या सन हलिङका ए मे सल्कैन्या ताए । ऐजैदे पुवा मनि

जामा जेनो पो दे दैसिए आव लै जामा मल जादान्या परिए । हाई बाखा निकाई बचैव परिए । पुवा ए अलोकता लै मनि कोदे नौ लै खोई ल धुली सन रि बारादे मे त फिन्या ताए । होकाई अमिनो काई भै ल बैदे लुड त पछारिदे छेदे भिमक रैदे सरा लाईदे सथडन्या ताए । होकाई अथडव काई कादे ताकु त खल्दे धागा जैदे बल्ला रन्या ताए । होकाई अनिपजिव काई फेरि रि ल छिन्दे फला ए पतकै दे थिव जैन्या ताए होकाई रुपदे क्वाईसिन्या ताए । बाङ्गो लै अजरा निकाई कोन्या ताए । पोवा लै अतुप्पा निकाई कोन्या ताए ।

धागा कैजैदे खल्या

बाङ्गो सन पुवा धागा खलन्या लागि ताकु चाहिए । ताकु भौ अरड लै तुदे बाँस लै मनि तुदे असरा जैन्या ताए । भैसा ए अरड निकाई जैसिव लै ताकु सन बाँस निकाई जैसिव लै सरा हैजैदे ताकु सरा हैदोर । होकाई बाङ्गो सन पुवा खल्दे धागा लै डल्लैदे रिन्दे बल्ला जैन्या ताए

धागा जैन्या तरिका

धागा निकाई बल्ला जैन्या लागि सोड डल्ला काई चार डल्ला जैव परिए । धागा खल्दे तयार अताव काई बल्ला जैन्या तयारी दोव परिए । होकाई रिन्दे बल्ला रन्या ताए ।



बल्ला रन्या सन रिन्या

बल्ला रन्या लागी माहुल्या सामग्री र चाहिए । नौ र मेल्ल लिज्या र ।

बल्ला ए ताना जैन्या लागि सिड ए अमि १० गोता रिनसिंह चाहिए । होकाई चार हात, छ हात, दश हात सम्म हेव जैन्या ताए ।

बल्ला रक चाहिन्या भासिङ काता

केप काँता, बुम, काह्हा, नेबोलो जुमुजा बाटा, तालसिङ, चार गोता किला तबो फल्या, तबो पेटी, तबो थुल होकाई मैन चाहिए ।

बल्ला रन्या समय :- बल्ला रन्या समय मि त भर परिए खास दोदे बल्ला सोडछा छाकाई पाँच ला सम्म रन्या समय लागिए ।

सामग्री र कैजैदे निर्माण जैन्या :- आवश्यकता अनुसार ला क्वाईसिन्या तानसिन्या दाङग्रया र जैव दुसिए ।

बल्ला रन्या सिप आख् मादे बादे ले । बल्ला रन्या सीप क्वा जैन्या याज मातादे मगर जाति रै इतिहास, श्रम, सन प्रकृति रास अस्तित्वए जिउँदो दस्तावेज ले । आव सीप लोभ तानाव मायाव लागि परम्परागत लै सम्मान दोदे यलङ ए माग अदोव अनुसार परिमार्जन जैदे सारो पुस्ता रालै सीप हस्तानान्तरण जैव दुसिए । गे गेमि नाङ्खार ला उत्पादन ताव बस्त रालै उपयोग जैदे आर्थिक आय-आर्जन जैन्या सहयोग दोदे नैव ।



पानपा:

मगर खाम	नेपाली	अंग्रेजी
बल्ला	भाङ्ग्रा	bhangra
रन्या	बुन्ने	weav
पुवा	अल्लो	nettle
सरा	कमेरो	white clay
भासिङ काता	भाङ्ग्रा बुन्दा चाहिन्या सामान	an equipment
रिनसिङ	ताना बनाउदा चाहिने किला	an equipment
यलङ	बजार	market
दोङक	आदिम काल देखि	ancient



सिउसिन्या

- जे नाङ्खार ल बल्ला यारक बादे कैजैदे यारजो रङ्चुके ।
- बाङ्गो निकार्ई कता ताए सर्चोके ।



दाइन्या:

- ताव त (✓) सन माताव त (X) सर्चोके ।
 - बाङ्गो पुवा जामा जेनो पो जिक ताए । ☐
 - बल्ला रन्या लागि बाङ्गो धागा लै याज रन्या ताए । ☐
 - बल्ला रन्या लागि भासिङ काता माचाहिए । ☐
 - आख बल्ला रन्या धागा खलन्या माना दे ले । ☐
 - बाङ्गो, पुवा, बल्ला हैलिन्या गे मगर संस्कार ला पहिचान मनि ले । ☐
- रित्तो पो ल सर्चोके ।

- ક) બાઙ્ગો પો પો દે દૈસિયે ।
 ઁ) તાના જૈન્યા લાગિ ર ઑહિયે ।
 ગ) દોઙ્કા મિ રૈ સન યાઙ્વાઈસિજો ।
 ઘ) આર્ઘ બાઙ્ગો, પુવા, સન બલ્લા જૈન્યા દે લે ।
 ઙ) બાઙ્ગો નિકાઈ સન પુવા નિકાઈ કોન્યા તાણે ।

૩. મેલ્લા શબ્દ રાલૈ અર્થ ઁલિન્યા જૈદે વાક્ય પ્રયોગ જૈઑોકે ।

પુવા	બાઙ્ગો	રિનસિઙ
ભાસિઙ	કાતા	દોઙ્કા

૪. મેલ્લા પ્રશ્ન ં ઉત્તર સઑોકે ।

- ક) બાઙ્ગો સા પુવા કતાઙ તાણે ? કૈજૈદે તાણે સઑોકે ।
 ઁ) બલ્લા જૈન્યા લાગિ કતા કતા સામાન ર ઑહિયે ?
 ગ) બાઙ્ગો નિકાઈ કતા કતા બસ્ત ર તાણે સઑોકે ।
 ઘ) પુવા લૈ ધાગા જૈન્યા લાગિ પ્રક્રિયા કિતાવ તાણે સઑોકે ।
 ઙ) પુવા બાઙ્ગો નિકાઈ કતા કતા ફાઈઙા લિજ્યા સઑોકે ।
 ઙ) ભાસિઙ ભિત્ર લ કતા કતા પરિર સઑોકે ।

૫. સૃજના સન જોયન ।

- ક) બાઙ્ગો સન પુવા નિકાઈ કતા કતા સામગ્રી ર તાણે સૂઑી જૈદે આવ નિકાઈ કતા ફાઈઙા તાણે જે નૈ રાસ ઑલફલ દોઑોકે ।
 ઁ) જે નાઙ્ઁઁાર લા પાર્નિ સેર જે બાજુ બજુ રાલૈ દોઙ્ક જે કિતાવ ઙ્વા જે ઙ્વાઈસિજો હૈલિદે ઘિન્દે દોઙ્કા સન આર્ઘા કિતાવ જમાના લેવ તુલના દોઑોકે ।

