विषय : हाम्रो सिमकोट
कक्षा - ७

लेखक : मेज बहादुर बुढा
कृष्ण प्रसाद आचार्य

पहिलो संस्करण : २०८३
मुद्रक :
मूल्य रू. :

स्थानीय सरकार
सिमकोट गाउँपालिका
शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा
सिमकोट, हुम्ला
कर्णाली प्रदेश

विषय-सूची

एकाइ–एक : हाम्रो सिमकोट

यस एकाइ अन्तरगतका पाठहरु १– २९

पाठ १ : हाम्रो सिमकोटको परिचय १
पाठ २ : हाम्रो कार्यपालिका र न्यायपालिका ३
पाठ ३ : हाम्रो गाउँपालिकाले प्रदान गर्ने सेवा सुविधा ७
पाठ ४ : सिमकोटमा भएका सरकारी कार्यालयहरु १३
पाठ ५ : स्थानीय बजेट प्रणाली २४

एकाइ–दुई : हाम्रा संस्कृति र सम्पदा ३०-४५

यस एकाइ अन्तरगतका पाठहरु

पाठ १ : हाम्रा संस्कृति तथा ऐतिहासिक स्थलहरु ३०
पाठ २ : हाम्रा लोकबाजा र हाम्रा चाडपर्वहरु ३८
पाठ ३ : हाम्रो समुदायलाई योगदान दिने व्यक्तिहरु ४४

एकाइ–तीन : हाम्रो पेसा व्यवसाय र प्रविधि ४६-७४

यस एकाइ अन्तरगतका पाठहरु

पाठ १ : उत्पादनमा आधुनिक प्रविधिको उपयोग ४६
पाठ २ : पर्यटन व्यवसाय ५०
पाठ ३ : कृषि तथा पशुपन्छी व्यवसाय ६१

एकाइ–चार : सामाजिक विसङ्गति तथा विपद् व्यवस्थापन ७५ - ९२

यस एकाइ अन्तरगतका पाठहरु

पाठ १ : सामाजिक विकृति ७५
पाठ २ : प्राकृतिक तथा मानवीय प्रकोप ७८
पाठ ३ : सरुवा रोग न्यूनीकरण ८४

एकाइ–पाँच : हाम्रो वातावरण र हरित विद्यालय ९३ -१०५

यस एकाइ अन्तरगतका पाठहरु

पाठ १ : वनजङ्गल व्यवस्थापन ९३
पाठ २ : पानी र फोहोरमैला व्यवस्थापन १००
पाठ ३ : हरियाली प्रवर्द्धन १०५

सिकाइ उपलब्धि

- गाउँपालिकाको भौगोलिक, प्राकृतिक, सामाजिक, प्रशासनिक अवस्थाको जानकारी दिन,
- स्थानीय कार्यपालिका र न्यायपालिकाको परिचय दिन,
- न्यायिक समितिको परिचय दिन,
- विषयगत समितिको परिचय दिन,
- राजनैतिक नक्साको परिचय दिन,
- चार किल्ला छुट्याउन,
- वडा तथा गाउँपालिकाका कार्यहरु बताउन,
- सिमकोटमा भएका सरकारी कार्यालयहरुको नाम बताउन,
- स्थानीय बजेट प्रणालीसँग परिचित हुन ।

सिकाइ उपलब्धि

- स्थानीय संस्कृतिको परिचय दिन,
- स्थानीय धार्मिक, ऐतिहासिक स्थलहरुसँग परिचित हुन,
- स्थानीय लोकबाजाहरुको परिचय दिन,
- स्थानीय चाडपर्वहरुको परिचय दिन,
- विभिन्न क्षेत्रमा योगदान दिने व्यक्तिहरुबाट अनुकरण गर्न

सिकाइ उपलब्धि

- स्नानीय पेसा व्यवसाय अवलम्बन गर्न,
- स्थानीय घरेलु उद्योगबाट आयआर्जनमा सहभागी हुन,
- उत्पादनमा आधुनिक प्रविधिको उपयोग गरी आयआर्जन बढाउन,
- स्थानीय पर्यटकीय स्थलहरुसँग परिचित भई प्रचार प्रसार गर्न,
- पर्यटन व्यवसायप्रति अभिमुख हुन,
- स्थानीय पर्यटनलाई राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा परिचित गर्न,
- स्थानीय रैथाने बालीहरुको संरक्षण गर्न,
- कृषि तथा पशुपन्छी व्यवसायमा लगानी बढाउन,
- कृषि व्यवसायका लागि लगानीका स्रोत पहिचान गर्न,
- कृषि उत्पादनलाई बजारीकरण गर्न,
- स्थानीय पशुपक्षी पालनमा नवीन प्रविधि अपनाउन ।

सिकाइ उपलब्धि

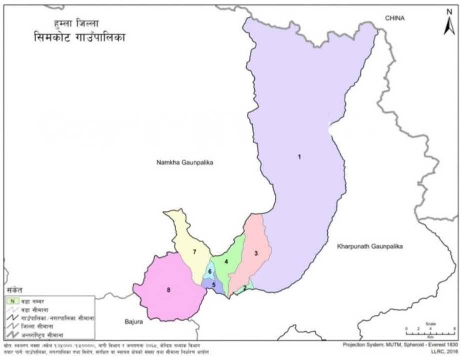
- स्थानीय सामाजिक विकृतिहरुको वर्णन गर्न,
- प्राकृतिक प्रकोपहरु बुझ्न,
- मानवीय प्रकोपसँग परिचित हुन,
- रोगहरुको वर्णन गर्न,
- सरुवा रोगहरुका बारेमा वर्णन गर्न,
- सरुवा रोगहरुको न्यूनीकरण गर्ने उपायहरु बताउन ।

सिकाइ उपलब्धि

- वातावरण संरक्षण तथा सम्बर्द्धनमा स्थानीय सरकारको भूमिका पहिचान गर्न,
- खाली जग्गाहरु, विद्यालय परिसरमा रुखहरु रोपण गर्न,
- अपराध नियन्त्रण वन्यजन्तु संरक्षणका कानुनी व्यवस्थाहरु पालना गराउने भूमिका पहिचान गर्न,
- स्थानीय क्षेत्रमा पानीको दिगो व्यवस्थापन गर्ने उपायहरु खोज्न,
- स्थानीय क्षेत्रमा पानीका स्रोतहरु पहिचान गर्न,
- घरायसी फोहरहरुलाई कम्पोष्ट मलहरु बनाउने प्रविधि खोजी गर्न,
- हरित विद्यालय वातवरणमैत्री बनाउने उपायहरुको खोजी गर्न,
- कुहिने नकुहिने फोहरहरु पहिचान गरी उचित व्यवस्थापन गर्न ।

पाठ : १

हाम्रो सिमकोटको परिचय



'सिमकोट' हुम्ला जिल्लाको सदरमुकाम र सिमकोट पालिकामुकाम पनि हो । पुरानो जनश्रुति अनुसार प्रशस्तै सिमी फल्ने र माथिल्लो भूभाग कोट भएकाले 'सिमिकोट' रहेको थियो । तल्लो भूभाग सिमसार क्षेत्र माथिल्लो भूभाग कोट भएकाले 'सिमकोट' नाम हाल प्रचलनमा रहेको छ। पानी नसुक्ने जमिन नलुक्ने भूमिलाई सिम भनिन्छ। सिमलाई सिमसार भन्ने पनि गरिन्छ। प्राचीन कालमा राज्यको सीमासुरक्षा व्यवस्थित गर्ने दुर्ग, ठाउँ, किल्ला, गढी नै कोट हो । कोट भनेको चुली परेको भूभाग हो । चुली भनेको चुच्चो परेर अग्लिएको शिखर, पहाडको टुप्पो टाकुरो हो । कोटे राजाहरुले आफ्ना राज्यको इलाका सुरक्षित गर्नका लागि कोटबाट शासन सञ्चालन गर्थे । राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय महिमा बोकेको समुद्र सतहदेखि ४००० मिटर उचाइमा पर्ने रलिङ गुम्बा यहाँको गरिमा हो । रलिङ गुम्बा विशेषतः बौद्ध हिन्दु धर्मावलम्बीहरुको धार्मिक, सांस्कृतिक आस्थाको केन्द्र हुनुको साथै पर्यटकीय तथा आध्यात्मिक विश्वासको धरोहरका रुपमा रहेको छ ।

सिमकोट गाउँपालिका नेपालको कर्णाली प्रदेश हुम्ला जिल्लाको सदरमुकाम रहेको गाउँपालिका हो । यस गाउँपालिकामा ८ ओटा वडाहरु रहेका छन् । तत्कालीन गाउँ विकास समितिहरु क्रमश स्याँडा, डाँडाफया, सिमकोट, वरगाउँ र ठेहे संयोजन गरेर विक्रम सम्बत २०७३ फागुन २७ गते शुक्रबार तदनुसार १० मार्च २०१७ मा यस गाउँपालिकाको स्थापना भएको हो । दोजाम, बैजीबाडा, साविक ठेहेको ६ नम्बर वडामा पर्ने गाउँ मिलाएर १ नम्बर वडा कायम गरिएको छ । ठेहे, (६ नम्बर वडा बाहेक) कुम्लिक, चिमिक गाउँहरु मिलाएर २ नम्बर वडा बनेको छ । वरगाउँ, तोर्पा, हुटिक, लिमाटाङ, गुम्बा, टल्की, लाङ्दु (एक घरधुरी बाहेक) मिलेर ३ नम्बर वडा बनेको छ । बुराउँसे, हिल्दुम, स्याम्ने र एक घरधुरी लाङ्दु मिलेर ४ नम्बर वडा बनेको छ । खादक, सिमकोट बजार मूलबाटो मुनिको बजार इलाका मिलेर ५ नम्बर वडा बनेको छ । सिमकोट बजार मूलबाटो माथिको बजार इलाका, पाउँबाडा, लादेबाडा, साहुबाडा मिलेर ६ नम्बर वडा बनेको छ । डाँडाफया, धारापोरी, चौगानफया, पाङ्लाथुम मिलेर ७ नम्बर वडा बनेको छ र स्याँडा, खोल्सी, साँता, याङ्गु, लिगुडेखेतका गाउँहरु मिलाएर ८ नम्बर वडा बनाइएको छ । क्षेत्रफलका आधारमा देशकै दोस्रो ठुलो जिल्ला हुम्ला हो । हुम्लाको क्षेत्रफल ५६५५ स्क्वायर किलोमिटर (२,१८३ स्क्वायर माइल) रहेको छ भने सिमकोट गाउँपालिकाको क्षेत्रफल ७८५.८९ स्क्वायर किलोमिटर रहेको छ (३०३.४३ वर्गमाइल) । विश्वको मानचित्र हेर्दा सिमकोट गाउँपालिका २९ डिग्री ५८ मिनेट १८ सेकेण्ड उत्तरी अक्षांस र ८१ डिग्री ४९ मिनेट १५ सकेण्ड पूर्वी देशान्तरमा फैलिएको छ । यस पालिकाको पूर्वमा खार्पूनाथ, पश्चिममा नाम्खा गाउँपालिका, उत्तरमा चीन र दक्षिणमा सुदूरपश्चिम प्रदेशको बाजुरा जिल्ला पर्दछन् । हिमाल चट्टान, कोट, पहरा, भीर, सिम, पाटनजस्ता भूभागहरु, गुच्ची च्याउ, अत्तिस, कट्की, खिरौंला, जटामसी, पदमचाल्नु, गन्धाइनु, पाँचऔले, सिलाजीत, पोड्या, नारु, मुजेठो, हडेरोजस्ता जडीबुटीहरु, चन्दन, लौठसल्ला, गोब्रेसल्ला, धुपी, चिमालो भुज, पाँगर, तिलाइलो, ठिगो, लालीगुराँस, ढुटेलो, उत्तीस, बेड्ु, पाबैसल्लो, बाँझ, डालेचुकजस्ता रुखविवाहरु, पञ्चमुखी, चाङ्ला, सेल्मुकाङजस्ता हिमालहरु, हुमानेखोला, दोजामखोला, ग्याग्रुखोला, हिल्दुमखोला, घट्टाखोला, कुद्दकखोला, फयागाढ, गुरगुरे, मर्म्या खोला, कुमरकोट्याखोला जस्ता पानीका स्रोतहरु लडेदह, दुधेदहजस्ता तालहरु, कस्तुरी, झारल, घोरल, चितुवा, नाउर, बाँदर, मृग, स्यालजस्ता जनावरहरु र डाँफे, कालिज, फग्राँस,

चाँचर, तित्रा, मालुवा, हलेसो, ढुकुर, देउखुसे, कैल, कुइयाँजस्ता विभिन्न पन्छीहरु, आरु, चुली, ऐसेलु, स्याउ, ओखरजस्ता फलफूलका रुखहरु, वनभाँडे, बेथु, जस्ता प्राकृतिक विविधता बाकेको पालिका सिमकोट हो ।

यस पालिकामा हिन्दु, बौद्ध, क्रिश्चियन धर्मावलम्बीहरुको बसोबास रहेको छ । आआफ्ना धर्म अनुसारका संस्कृति, मूल्यमान्यता,चालचलनहरु मान्दै आएका छन् । हिन्दु धर्मावलम्बीहरुले दशैँ, तिहार, चैते दशैँ, साउने पूर्णिमा, श्रीपञ्चमी जस्ता राष्ट्रिय चाडहरु र चैतलो, गौरा, वैशाख पूर्णिमा, चोख्या, भुओ, भैलो जस्ता स्थानीय चाडहरु मनाउने गर्दछन् । बौद्ध धर्मावलम्बीहरुले ल्होसार, माने, जेठपुनी (रलिङ पूर्णिमा) धुमधामले मनाउने चलन रहेको छ । सिमकोट गाउँपालिकामा रहेका बौद्ध धर्मावलम्बीहरुलाई बाह्रथपाल्या भन्ने परम्परित नामले पनि पहिचान गरिन्छ । क्रिश्चियनहरु क्रिसमस डे मनाउने गर्दछन् । वि.सं. २०७८ को जनगणना अनुसार कूल जनसङ्ख्या ११,९३५ र जम्मा घरधुरी सङ्ख्या २,८८२ रहेको छ । हिमक्षेत्रको बस्ती भएकाले बाक्ला पहिरनहरुमा जोड दिइन्छ । यस गाउँपालिकामा एउटा कलेज, सातओटा माध्यमिक विद्यालय, सामुदायिक, संस्थागत १८ ओटा आधारभूत विद्यालयहरुले शैक्षिक सेवा प्रवाह गरिरहेका छन् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरुको अति छोटा उत्तर दिनुहोस् :

(क) सिमकोट गाउँपालिकामा कति ओटा वडाहरु छन् ?
(ख) आआफ्ना वडाभित्र भएका गाउँबस्तीहरुका नाम लेख्नुहोस् ।
(ग) हिन्दु धर्मावलम्बीहरुका स्थानीय चाडहरु के के हुन ?
(घ) बौद्ध धर्मावलम्बीहरुका स्थानीय चाडहरु के के हुन ?
(ङ) सिमकोट गाउँपालिकाको अक्षांश र देशान्तर लेख्नुहोस् ।

२. तलका प्रश्नहरुको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) सिमकोट नाम कसरी रहन गयो एक अनुच्छेदमा उत्तर लेख्नुहोस् ।
(ख) विश्वको मानचित्रमा सिमकोटको परिचय दिनुहोस् ।
(ग) कस्तो स्थानलाई सिमसार क्षेत्र भनिन्छ ?
(घ) सिमकोट गाउँपालिकामा मनाइने चाडपर्वहरुको सूची बनाउनुहोस् ।
(ङ) सिमकोट पालिकामा पर्ने सबै गाउँबस्तीहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) सिमकोट गाउँपालिकालाई चिनाउने आधारहरु के के हुन् ? पुष्टि गर्नुहोस् ।
(ख) सिमकोट पालिकामा पाइने पशुपन्छीहरुको सूची बनाउनुहोस् ।
(ग) रलिङ गुम्बाको विस्तृत परिचय दिनुहोस् ।
(घ) सिमकोट गाउँपालिकामा पाइने प्राकृतिक सागपातहरुको सूची तयार गरी प्रत्येकको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

५. परियोजना

(क) सिमकोट पालिकाको नक्सा बनाई आफ्नो गाउँ देखाउनुहोस् ।
(ख) तपाईँको वनजङ्गलमा पाइने पक्षीहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
(ग) सिमकोट पालिकालाई चिनाउने आधारहरुको अध्ययन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

हाम्रो कार्यपालिका र न्यायपालिका

२.१ हाम्रो कार्यपालिका

२०६२/०६३ को जनक्रान्ति भाग दुईले राजतान्त्रिक प्रजातन्त्रको शासन व्यवस्थामा परिवर्तन ल्याई सङ्घीय लोकतान्त्रिक गणतन्त्र स्थापना गरायो। राजतन्त्रात्मक केन्द्रीकृत शासन प्रणालीको अन्त्य भयो । १४ अञ्चल ७५ जिल्लामा विभाजन गरिएको देशलाई नेपालका प्रमुख राजनीतिक दलहरुको सहमतिमा वि.सं. २०७२ भाद्र ५ गतेका दिन ७ प्रदेश ७७ जिल्लामा विभाजन गर्ने कार्य सम्पन्न भयो ।मुलुकलाई सङ्घीयतामा लगियो र नेपालको संविधान २०७२ मा विधिवत लिपिबद्ध गर्ने काम सुसम्पन्न भयो। सङ्घ, प्रदेश र स्थानीय गरी तीन तहको शासन व्यवस्थालाई स्थापित गरियो। तत्कालीन गाउँ विकास समिति (गा. वि. स.) विघटन भए। स्थानीय कार्यपालिका, स्थानीय व्यवस्थापिका, स्थानीय आर्थिक कार्यप्रणालीको अधिकारसहित ७५३ पालिकामा (गाउँपालिका र नगरपालिका) विभाजन गरिएको छ त्यसको एक भागलाई स्थानीय तह भनिन्छ। स्थानीय तह सबभन्दा तल्लो तहको सरकार हो। स्थानीय तहले नीति निर्माण गरेर त्यसको कार्यान्वयन गर्ने पूर्ण रुपले अधिकार प्राप्त गरेको छ। गाउँपालिकामा गाउँपालिका अध्यक्ष सरकार प्रमुख हुने व्यवस्था छ। नगरपालिकामा नगर प्रमुख स्थानीय सरकार को प्रमुख हुने व्यवस्था गरिएको छ । गाउँपालिकामा कम्तीमा ५ र बढीमा २१ वडा हुने व्यवस्था छ भने नगरपालिकामा कम्तीमा ९ र बढीमा ३५ वडा हुने व्यवस्था रहेको छ।

नेपालको संविधान २०७२ को भाग १७ धारा २१४ उपधारा (१) अनुसार स्थानीय तहको कार्यकारिणी अधिकार यो संविधान र सङ्घीय कानूनको अधीनमा रही गाउँ कार्यपालिका वा नगर कार्यपालिकामा निहित रहनेछ भनिएको छ। धारा २१५ उपधारा (१) अनुसार प्रत्येक गाउँपालिकामा एकजना गाउँ कार्यपालिका अध्यक्ष रहनेछ निजको अध्यक्षतामा गाउँ कार्यपालिका गठन हुने व्यवस्था छ। गाउँ कार्यपालिकामा एकजना उपाध्यक्ष, प्रत्येक वडाबाट निर्वाचित वडा अध्यक्ष र उपधारा (४) बमोजिम निर्वाचित सदस्य रहने व्यवस्था छ। उपधारा (४) अनुसार गाउँ सभाको निर्वाचनको अन्तिम मत परिणाम प्राप्त भएको मितिले पन्ध्र दिनभित्र गाउँ सभाका सदस्यहरुले आफूमध्येबाट निर्वाचित गरेका चार जना महिला सदस्य र उपधारा (५) बमोजिम योग्यता भएका दलित वा अल्पसङ्ख्यक समुदायबाट गाउँ सभाले निर्वाचित गरेका दुई जना सदस्य समेत गाउँ कार्यपालिकाको सदस्य हुनेछन् भन्ने स्पष्ट व्यवस्था गरिएको छ।

सङ्ख्याका हिसाबले सिमकोट गाउँ कार्यपालिका यस प्रकार रहेको छ।

गाउँ कार्यपालिका अध्यक्ष १ जना (सिमकोट गाउँ पालिका अध्यक्ष)
गाउँ कार्यपालिका उपाध्यक्ष १ जना (सिमकोट गाउँ पालिका उपाध्यक्ष)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर १)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर २)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ३)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ४)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ५)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ६)

गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ७)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य १ जना (वडा अध्यक्ष वडा नम्बर ८)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य ४ जना महिला (गाउँ सभा सदस्यहरुबाट निर्वाचित)
गाउँ कार्यपालिका सदस्य २ जना दलित वा अल्पसङ्ख्यक (गाउँ सभा सदस्यहरुबाट निर्वाचित)
निर्वाचित पदाधिकारी जम्मा सङ्ख्या १६

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत १ जना सदस्यसचिव (नेपाल सरकारले खटाएका) गरेर १७ सदस्यीय कार्यपालिका रहेको छ।

२.२ सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाका कार्यहरु :

(क) स्थानीय शासन सञ्चालन गर्ने,
(ख) विकास तथा पूर्वाधार आयोजना परियोजनाहरु सञ्चालन गर्ने,
(ग) आधारभूत तथा माध्यमिक शिक्षा, सरसफाइ, ज्येष्ठ नागरिक, विशेष क्षमता भएका असक्तहरुको व्यवस्थापन गर्ने,
(घ) स्थानीय कर सङ्कलन, राजश्व परिचालन गरी आर्थिक व्यवस्थापन गर्ने,
(ङ) कृषि, पशुपालन, वातावरण संरक्षण जैविक विविधता कायम गर्ने,
(च) गाउँ नगर प्रहरी व्यवस्थापन गरेर सुरक्षात्मक कार्य गर्ने,
(छ) न्यायिक समितिको माध्यमबाट न्यायिक कार्यसम्पादन गर्ने,
(ज) स्थानीय बेरोजगारलगायतको तथ्याङ्क सङ्कलन गरेर अभिलेख राख्ने,
(झ) राजनीतिमुखी नभई आवश्यकतामुखी बजेट व्यवस्थापन गर्ने,
(ञ) नेपालको संविधानको धारा २१४ मा किटान गरिए बमोजिमका कार्यहरु।

२.३. हाम्रो सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाको बैठक र निर्णय

सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाको बैठक निम्न अनुसार सञ्चालन हुन्छ र निर्णय हुन्छ :

(क) गाउँ कार्यपालिका बैठक महिनाको कम्तीमा पनि एक पटक अनिवार्य रुपमा बस्छ,
(ख) कार्यपालिकाको बैठकमा तत्काल कायम रहेका सदस्य सङ्ख्याको पचास प्रतिशतभन्दा बढी सदस्यहरु उपस्थित भएमा गणपूरक सङ्ख्या मानिन्छ,
(ग) कार्यपालिका बैठकको निर्णय सर्वसम्मतिबाट हुन्छ,
(घ) कार्यपालिकाको बैठकको निर्णय सर्वसम्मतिबाट हुन नसकेमा तत्काल कायम रहेका सदस्य सङ्ख्याको बहुमत सदस्यबाट गरेको निर्णय नै कार्यपालिकाको निर्णय हुन्छ,
(ङ) सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाबाट स्वीकृत नियमावली बमोजिम बैठक सञ्चालन र निर्णय गर्ने व्यवस्था रहेको छ।

२.४. हाम्रो सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाका विषयगत समितिहरु

सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाको कार्यलाई छिटो, छरितो, चुस्तदुरुस्त गर्नका लागि देहाय बमोजिम विषयगत समितिहरु गठन गरिएको छ।

(क) सामाजिक विकास समिति

शिक्षा, स्वास्थ्य, संस्कृति, भाषा, महिला बालबालिका, विशेष क्षमता भएका नागरिक, ज्येष्ठ नागरिक, युवा तथा खेलकुद सम्बन्धि कार्यहरु।

(ख) पूर्वाधार विकास समिति

भवन, बस्ती, सडक, पुल, जलस्रोत, विद्युतऊर्जा सम्बन्धि

(ग) वन वातावरण तथा विपद् व्यवस्थापन

वन वन्यजन्तु, भूसंरक्षण, जैविक विविधता, पर्यावरण, विपद् व्यवस्थापन

(घ) आर्थिक विकास समिति

कृषि, पर्यटन, सिँचाइ, उद्योग, सहकारी, रोजगारी सम्बन्धि

(ङ) सुशासन तथा सङ्गठन विकास समिति

सार्वजनिक खरिद, तीन सरकारबिच समन्वय, बजार अनुगमन मूल्याङ्कन, राजश्व सम्बन्धि

२.५. हाम्रो न्यायपालिका :

न्याय सम्बन्धि कार्यसम्पादन तीन तहका अदालत सर्वोच्च अदालत, उच्च अदालत र जिल्ला अदालतहरुले गर्ने गर्दछन् । स्थानीय तह क्षेत्रभित्र न्यायिक कार्यसम्पादन गर्नका लागि नेपालको संविधानको धारा २१७ मा न्यायिक समितिको व्यवस्था गरिएको छ । गाउँपालिकामा उपाध्यक्षको संयोजकत्वमा र नगरपालिकामा नगर उपप्रमुखको संयोजकत्वमा तीन सदस्यीय एक न्यायिक समिति रहने व्यवस्था गरिएको छ ।

२.६. न्यायिक समितिका कार्यहरु :

(क) विवादहरुको निरुपण गर्ने,
(ख) मेलमिलाप सम्बन्धि तालिम लिएका मेलमिलापकर्ताहरु रहेको मेलमिलाप केन्द्रमा मिलापत्रका लागि पठाउने,
(ग) सतप्रतिशत वा बहुमतका आधारमा विवादको निर्णय लिने,
(घ) पीडित पक्षले न्यायिक समितिको फैसला चित्त नबुझेमा ३५ दिनभित्र अदालतमा उजुरी दिन पाउने व्यवस्था भएकाले अदालतले पनि फैसला वा निर्णय सदर गर्ने गरी निर्णय गर्ने,
(ङ) छिनोफानो तथा फैसलाका प्रतिलिपिहरुको अभिलेख राख्ने,
(च) न्याय निरुपण गरिएका विषयहरुको जानकारी गाउँ कार्यपालिकालाई दिने,
(छ) फैसला वा निर्णय प्रतिलिपिहरु वादी प्रतिवादीले लिन चाहेमा उपलब्ध गराउने ।

२.७. न्यायिक समितिको अधिकारक्षेत्र :

स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ को परिच्छेद ८ दफा ४७ उपदफा (१) न्यायिक समितिलाई देहाय बमोजिमका विवादको निरुपण गर्ने अधिकार दिएको छ :

(क) आलीधुर, बाँध, पैनी, कुलो वा पानीघाटको बाँडफाँड तथा उपयोग,
(ख) अर्काको बाली नोक्सान गरेको,
(ग) चरन, घाँस, दाउरा,
(घ) ज्याला मजुरी नदिएको,
(ङ) घरपालुवा पशुपक्षी हराएको वा पाएको,
(च) ज्येष्ठनागरिकको पालनपोषण तथा हेरचाह नगरेको,
(छ) नाबालक छोरा छोरी वा पतिपत्नीलाई आमद अनुसार खान लाउन वा शिक्षा दीक्षा नदिएको,
(ज) वार्षिक पच्चीस लाख रुपैयाँसम्मको बिगो भएको घर बहाल र घर बहाल सुविधा,
(झ) अन्य व्यक्तिको घर जग्गा वा सम्पत्तिलाई असर पर्ने गरी रुख बिरुवा लगाएको,
(ञ) आफ्नो घर वा बलेसीबाट अर्काको घर जग्गा वा सार्वजनिक बाटोमा पानी झारेको,
(ट) सँधियारको जग्गातर्फ झ्याल राखी घर बनाउनु पर्दा कानून बमोजिम छोड्नुपर्ने परिमाणको जग्गा नछोडी बनाएको,
(ठ) कसैको हक वा स्वामित्वमा भए पनि परापूर्वदेखि सार्वजनिक रुपमा प्रयोग हुँदै आएको बाटो, बस्तुभाउ निकाल्ने

निकास, बस्तुभाउ चराउने चौर, कुलो, नहर, पोखरी, पाटी पौवा, अन्त्यष्टि स्थल, धार्मिक स्थल वा अन्य कुनै सार्वजनिक स्थलको उपयोग गर्न नदिएको वा बाधा पु-याएको,

(ङ) सङ्घीय वा प्रदेश कानूनले स्थानीय तहबाट निरुपण हुने भनी तोकेका अन्य विवाद ।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) नेपालको संविधान धारा २१७ मा .... समितिको व्यवस्था गरिएको छ ।

(ख) .... दिनभित्र अदालतमा उजुरी दिन पाउने व्यवस्था छ ।

(ग) सिमकोट गाउँ कार्यपालिकामा निर्वाचित सदस्यहरु .... हुन्छन् ।

(घ) स्थानीय कार्यपालिकाको सदस्यसचिव .... हुन्छन् ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) गाउँ कार्यपालिकाको अध्यक्ष नगर प्रमुख हुन्छन् ।

(ख) न्यायिक समिति संयोजक वडा अध्यक्ष हुने व्यवस्था रहेको छ ।

(ग) सिमकोट गाउँ पालिकामा ८ ओटा वडाहरु रहेका छन् ।

(घ) गाउँ सभाको निर्वाचनको अन्तिम मत परिणाम प्राप्त भएको मितिले पन्ध्र दिनभित्र गाउँ सभाका सदस्यहरुले आफू मध्येबाट निर्वाचित गरेका चार जना महिला सदस्यको निर्वाचन गर्ने व्यवस्था रहेको छ ।

(ङ) स्थानीय तहले नीति निर्माण गरेर त्यसको कार्यान्वयन गर्ने पूर्ण रुपले अधिकार प्राप्त गरेको छ ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) कुन क्रान्तिले राजतन्त्र अन्त्य गरेको थियो ?

(ख) गाउँ कार्यपालिकाको अध्यक्ष को रहने व्यवस्था छ ?

(ग) संविधानको कुन धारामा स्थानीय कार्यकारिणीको व्यवस्था गएिको छ ?

(घ) न्यायिक समितिमा कतिजना सदस्य हुन्छन् ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाका कार्यहरु वर्णन गर्नुहोस् ।

(ख) गणतन्त्रले गरेका व्यवस्थाहरुको चर्चा गर्नुहोस् ।

(ग) न्यायिक समिति भनेको के हो ? यस समितिका कार्यहरु लेख्नुहोस् ।

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) गाउँ कार्यपालिका कसरी बन्दछ, सिमकोट गाउँ कार्यपालिकाको संरचना तयार पार्नुहोस् ।

(ख) यदि कुनै गाउँपालिकामा ७ वडा छन् भने त्यस गाउँ कार्यपालिकाको संरचना बनाउनुहोस् ।

(ग) कर्णाली प्रदेश राजधानी वीरेन्द्रनगरको नगर कार्यपालिका संरचना तयार पार्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईँ न्यायिक समिति संयोजक भए न्याय कसरी दिनुहुन्थ्यो, प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

(ख) तपाईँ भविष्यमा स्थानीय सरकार प्रमुख भएमा आफ्नो पालिकामा कस्ता असल अभ्यास गर्नुहुन्छ प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

पाठ : ३ हाम्रो गाउपालिकाले प्रदान गर्ने सेवा सुविधा

हाम्रो सिमकोट गाउँपालिका सिमकोट पालिकाबासीहरुको घरदैलोको सरकार हो । स्थानीय सरकारले प्रदान गर्ने सबै सेवा सुविधाहरु प्रवाह गर्ने काम हाम्रो पालिकाको हो । सार्वजनिक हित तथा जनकल्याणका लागि गरिने कार्य वा उपकारलाई सेवा भनिन्छ । कुनै पनि काम सजिलैसित गर्न सकिने अवस्था, सुबिस्ता, सजिलोपनलाई सुविधा भनिन्छ । विभिन्न कार्यहरुका लागि सिमकोटबासी सेवाग्राहीहरु आउने गर्दछन् । तिनीहरुलाई छरितो सेवा प्रवाह गर्ने गर्दछ । सेवाग्राहीहरु आफ्ना कार्यहरु सम्पन्न गर्नका लागि विधिपूर्वक आउनुपर्छ र पालिकाले पनि समयमै काम फत्ते गरिदिनुपर्छ । जन्देखि मृत्युसम्मका सबै पक्षहरु समेटिने प्रशासनिक, सामाजिक सुरक्षा, शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, आर्थिक, पूर्वाधार निर्माण जस्ता सेवाहरु हाम्रो सिमकोट गाउँपालिकाले प्रदान गर्छ ।

जुन यस प्रकार रहेका छन् :

३.१. सामाजिक सुरक्षा तथा गरिबी निवारण

- सामाजिक सुरक्षा तथा गरिबी निवारण सम्बन्धि सिमकोट पालिकाको नीति, कानून तर्जुमा त्यसको कार्यान्वयन,
- लक्षित समूहलाई स्थानीय योजनासहित स्रोत परिचालन,
- सामाजिक सुरक्षाका लागि तीनै सरकारको समन्वय,
- गरिब घरपरिवार पहिचान, सर्वेक्षण,
- व्यक्तिगत घटना जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइँसराइ, सम्बन्ध बिच्छेद, धर्मपुत्र, धर्मपुत्रीको दर्ता,
- ज्येष्ठ नागरिक भत्ता वितरण,
- एकल महिला भत्ता वितरण,
- अपाङ्गता भत्ता वितरण,
- नाबालक भत्ता वितरण,
- सामाजिक सुरक्षा परिचय पत्र वितरण,
- विपन्न परिवार पहिचान तथा सिफारिस

३.२. आधारभूत तथा माध्यमिक शिक्षा

- शिक्षा नीति, कानून निर्माण, योजना तर्जुमा तथा कार्यान्वयन,
- शैक्षिक प्रशासन सञ्चालन,
- सामुदायिक विद्यालय समायोजन,
- मातृभाषामा शिक्षा दिने विद्यालयको अनुमति, अनुगमन र नियमन गर्ने,
- सामुदायिक, संस्थागत, गुठी, सहकारी विद्यालय स्थापना सञ्चालन अनुमति, अनुगमन,
- गाभिएका र बन्द गरिएका विद्यालयको सम्पत्ति व्यवस्थापन,
- गाउँ शिक्षा समिति गठन तथा व्यवस्थापन, विद्यालय व्यवस्थापन समिति गठन तथा व्यवस्थापन,
- विद्यालयको नामाकरण, सम्पत्तिको अभिलेख, संरक्षण र व्यवस्थापन,
- विद्यालयको गुणस्तर अभिवृद्धि तथा पाठ्यसामग्रीको वितरण,
- सामुदायिक विद्यालयका शिक्षक, कर्मचारीको दरबन्दी मिलान,
- सामुदायिक विद्यालयको शैक्षिक पूर्वाधार निर्माण, मर्मत सम्भार,
- आधारभूत तहको परीक्षा सञ्चालन, अनुगमन तथा व्यवस्थापन,
- विद्यार्थी सिकाइ उपलब्धिको परीक्षण,
- निशुल्क शिक्षा विद्यार्थी प्रोत्साहन तथा छात्रवृत्तिको वितरण,
- ट्युसन कोचिङ कक्षा सञ्चालनको अनुमति तथा नियमन,
- सिमकोट क्षेत्रको ज्ञान, सीप र प्रविधिको संरक्षण,
- स्थानीय पुस्तकालय, वाचनालय सञ्चालन, अनुगमन तथा नियमन,
- विद्यालयलाई दिने अनुदान सोको बजेट व्यवस्थापन, विद्यालयको आय व्यव लेखा अनुशासन कायम भए नभएको अनुगमन, नियमन,
- शिक्षण सिकाइ, शिक्षक, कर्मचारी, विद्यालय व्यवस्थापन क्षमता विकास तालिम सञ्चालन,
- अतिरिक्त शैक्षिक क्रियाकलापको सञ्चालन ।
- शिक्षक कर्मचारी, विद्यालय व्यवस्थापन तालिम सञ्चालन,
- शिक्षक कर्मचारीहरुको तलबभत्ता निकासा,
- स्थानीय पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक छपाइ,
- वार्षिक शैक्षिक क्यालेण्डर निर्माण तथा वितरण,

३.४. स्वास्थ्य सेवा

- स्वास्थ्य नीति निर्माण तथा कार्यान्वयन,
- स्वास्थ्य चौकी तथा आधारभूत अस्पताल सञ्चालन,
- निशुल्क औषधी वितरण, स्थानीय स्तरमा औषधी निर्माण वितरण,
- स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम व्यवस्थापन
- जुनोटिक र किटजन्य रोगको नियन्त्रण,
- सुर्ती, मदिरा, लागुपदार्थ वस्तुको प्रयोग नियन्त्रण तथा सचेतना अभिवृद्धि,
- आपतकालीन स्वास्थ्य, महामारी नियन्त्रण, रोगको नियन्त्रण तथा रोकथाम,
- स्वास्थ्य चौकीहरुलाई निशुल्क स्वास्थ्य उपकरण वितरण,

- नियमित खोप कार्यक्रम सञ्चालन,
- सुरक्षित मातृत्व सेवा प्रवाह,
- पोषण कार्यक्रम सञ्चालन,
- परिवार नियोजन सेवा प्रवाह,
- स्वास्थ्य सचेतना तथा स्वास्थ्य कार्यक्रम सञ्चालन।

३.५. खानेपानी तथा सरसफाई

- सरसफाई सचेतना अभिवृद्धि,
- फोहोरमैला व्यवस्थापन,
- सिमकोटको स्थानीय ल्याण्डफिल्ड साइट व्यवस्थापन।

३.६. स्थानीय बजार व्यवस्थापन

- स्थानीय व्यापार, वस्तुको माग, उपभोक्ता अधिकार र हित सम्बन्धि नीति, कानून कार्यान्वयन,
- बजार तथा हाटबजार व्यवस्थापन,
- स्थानीय बस्तुको उत्पादन, गुणस्तर मापन, मूल्य निर्धारण र अनुगमन,
- स्थानीय स्तरका व्यापारिक फर्म दर्ता, नवीकरण, खारेजी,
- स्थानीय व्यापार प्रबर्द्धन,
- उपभोक्ता सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन,
- स्थानीय स्तरमा वातावरण जोखिम न्यूनीकरण।

३.७. पशु सेवा

- स्थानीय पशु नीति तथा कार्यक्रम सञ्चालन,
- पशु उपचार सेवा सञ्चालन,
- पशु खोप कार्यक्रम सञ्चालन,
- पशुपालक तालिम सञ्चालन,
- पशु कृषक समूह दर्ता तथा अभिलेखन,
- स्थानीय पशु रोग पहिचान तथा निराकरण,
- पशु रोग औषधी वितरण।

३.८. कृषि सेवा

- स्थानीय कृषि नीति निर्माण तथा कार्यान्वयन,
- कृषकहरुलाई उन्नत बिउ वितरण,
- कृषकहरुको क्षमता अभिवृद्धि, प्राविधिक सेवा र सीप विकास,
- कृषि जनशक्तिको व्यवस्थापन,
- कृषि बिउ, मलखाद तथा औषधीहरुको आपूर्ति, उपयोग र नियमन,
- कृषक समूह कृषि सहकारी र कृषि सम्बन्धि स्थानीय संस्थाहरुबिच समन्वय,
- कृषि प्रविधिको संरक्षण,
- कृषि सूचनाको प्रचारप्रसार,
- प्राङ्गारिक खेती मलको प्रबर्द्धन र प्रचार,

- किसान तालिम सञ्चालन,
- स्थानीय कृषक समूह दर्ता तथा अनुदान वितरण,
- स्याउ, आलु, फापर, जौ, उवा, चिनु, काउनी, मार्से रैथाने बालीहरुको प्रबर्द्धन ।

३.१०. पूर्वाधार तथा विकास निर्माण

- गाउँसडक निर्माण मर्मत,
- कुलो नहर निर्माण,
- झोलुङ्गे पुलहरु निर्माण,
- खानेपानी योजना निर्माण,
- सामुदायिक भवन निर्माण,
- विद्यालय भवन, खेलमैदान, मञ्च, घेराबार निर्माण ।

३.११. रोजगार कार्यक्रम तथा उद्यम विकास

- प्रधानमन्त्री रोजगार कार्यक्रम सञ्चालन,
- मुख्यमन्त्री रोजगार कार्यक्रम सञ्चालन,
- स्वरोजगार कार्यक्रम सञ्चालन,
- युवा उद्यमशीलता तालिम सञ्चालन,
- सिपमूलक तालिम कार्यक्रम सञ्चालन ।

३.१२. विपद् व्यवस्थापन

- विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धि नीति, कानून, मापदण्ड, योजनाको कार्यान्वयन, अनुगमन र नियमन,
- स्थानीय स्तरमा विपद् पूर्व तयारी तथा प्रतिकार्य योजना, पूर्वसूचना प्रणाली खोज तथा उद्धार राहत सामग्रीको पूर्व भण्डारण, वितरण र नियमन,
- स्थानीय तटबन्ध, नदी र पहिरोको नियन्त्रण तथा नदीको व्यवस्थापन,
- विपद् जोखिम क्षेत्रको नक्साङ्कन, बस्तीहरुको पहिचान,
- विपद् व्यवस्थापनका लागि सरकारी, निजी क्षेत्रसँग सहयोग समन्वय,
- विपद् व्यवस्थापन कोषको स्थापना, सञ्चालन र स्रोत पहिचान,
- विपद्मा परेका नागरिकहरुको पुनर्स्थापना, पुननिर्माण,
- विपद् तथ्याङ्क सङ्कलन,
- विपद् व्यवस्थापन कार्यक्रम सञ्चालन ।

३.१३. खेलकुद

- स्थानीय स्तरमा खेलकुद संरचना तयार,
- खेलकुदको विकास र प्रवर्द्धन,
- खेलकुद प्रतियोगिता आयोजना ।

३.१४. न्यायिक तथा विवाद समाधान

- सिमकोटवासी जोकोहीले दिएको विवादको निवेदन दर्ताको निस्सा सम्बन्धित पक्षलाई उपलब्ध गराउने,
- विवादको निवेदन कारबाही र किनारा गर्दा मेलमिलाप गर्न प्रोत्साहित गरी दुवै पक्षको सहमतिमा मेलमिलाप गर्ने,

मिलापत्र हुन नसकेमा कानून बमोजिम कारबाही गर्ने,

- मिलापत्र गराउदा सूचीकृत मेलमिलापकर्ताबाट गराउने,
- दुवै पक्ष उपस्थित भएको तीन महिनाभित्र मेलमिलापका माध्यमबाट विवाद समाधान गर्ने तर मेलमिलाप हुन नसकेमा अदालत जान सम्बन्धित पक्षलाई जानकारी दिने,
- सम्बन्धित पक्षका मिसिल तथा कागजातहरु अदालत पठाउने,
- वादीले दिएको निवेदन अनुसार प्रतिवादीको नाममा भएको बैकिङ कारोबार रोक्का गर्नुपर्ने देखिएमा सम्बन्धित संस्थामा लेखी पठाउने,
- प्रतिवादीको निवेदन अनुसार रोक्का पुकुवा गर्न उचित भएमा फुकुवाका लागि सम्बन्धित निकायमा लेखी पठाउने,
- न्यायिक समितिले प्रत्येक वडामा मेलमिलाप केन्द्र गठन गर्न सक्ने,
- न्यायिक समिति समक्ष प्रतिवादी उपस्थित हुने म्याद तोकिएको भए तोकिए अनुसार र नतोकिएको भए १५ दिनभित्र लिखित व्यहोरा सहित आफै उपस्थित हुनुपर्ने,
- दुईभन्दा बढी मेलमिलाप केन्द्र भएको वडामा एउटा केन्द्रले मेलमिलाप गर्न नसकेमा अर्को मेलमिलाप केन्द्रमा विवाद समाधानका लागि पठाउने,
- न्यायिक समितिले विवदको निरुपण सिमकोट गाउँपालिकाको स्थानीय कानून अनुसार गर्ने,
- विवादको अन्तिम निर्णय भएको ३५ दिनभित्र सम्बन्धित पक्षलाई निर्णयको प्रमाणित प्रतिलिपि दिने,
- निर्णय चित्त नबुझेमा ३५ दिनभित्र सम्बन्धित जिल्ला अदालतमा पुनरावेदन गर्नसक्ने,
- समितिले गरेको निर्णय कार्यपालिकाले तत्काल कार्यान्वयन गर्ने,
- मिलापत्र वा निर्णयको अभिलेख व्यवस्थित गरी राख्ने,
- वार्षिक विवरण अध्यक्ष मार्फत सिमकोट गाउँ सभामा पेस गर्ने,
- कानूनी सचेतना कार्यकमहरु सञ्चालन ।

३.१५. भाषा संस्कृति

- स्थानीय भाषा, संस्कृति संरक्षणका लागि नीति योजना निर्माण,
- ऐतिहासिक स्थलहरुको संरक्षण,
- परम्परागत जात्रा, पर्वको सञ्चालन, व्यवस्थापन,
- कानून बिरुद्धका कुरीति तथा कुसंस्कार बिरुद्ध सामाजिक परिचालन,
- स्थानीय भाषा र मौलिक संस्कृति संरक्षण कार्यक्रम सञ्चालन ।

३.१६. वनजङ्गल, वन्यजन्तु, जल उपयोग, पर्यावरण संरक्षण

- वनजङ्गल, वन्यजन्तु, जल उपयोग, पर्यावरण संरक्षण स्थानीय नीति, कानून, कार्यान्वय र अनुगमन,
- स्थानीय स्तरको नदी किनार, सडक छेउमा, खाली स्थानमा वृक्षारोपण,
- स्थानीय स्तरमा निजी वनको प्रबर्द्धन,
- स्थानीय स्तरमा वन पैदावार, जडीबुटी प्रशोधन,
- वन्यजन्तु, चराच'रुङ्गी संरक्षण, व्यावसायिक पालन, उपयोग
- वनबिउ बगैंचा निर्माण, नर्सरी स्थापना बिरुवा उत्पादन,
- सिमकोट प्राणी उद्यान (चिडियाखाना) को स्थापना सञ्चालन,
- सिमकोट पालिकामा भएका वन्यजन्तु, चराचुरुङ्गीको अध्ययन र अभिलेख ।

अभ्यास

१ अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) सेवा भनेको के हो ?

(ख) सुविधा भन्नाले के ब'झिन्छ ?

(ग) सेवाग्राही भनेको के हो ?

(घ) कस्तो बालीलाई रैथाने बाली भनिन्छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) विपद् व्यवस्थापन कसरी गर्न सकिन्छ ?

(ख) सिमकोट गाउँपालिकाका कृषकहरुलाई कस्तो कृषि सेवा दिन सकिन्छ ?

(ग) सिमकोटवासीको गरिबी हटाउने उपायहरु के के होलान् ?

(घ) गाउँपालिकाका रैथाने बालीहरु संरक्षण गर्ने कुनै ५ उपायहरु लेख्नुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) तपाईं सिमकोट गाउँपालिकाको अध्यक्ष भएमा सिमकोट पालिकाका नागरिकहरुलाई कस्ता सेवाहरु दिनुहुन्छ, विस्तृत चर्चा गर्नुहोस् ।

(ख) विषय शिक्षकको सहयोगमा आफ्नो वडाको वन्यजन्तु संरक्षण गर्ने योजना तयार पार्नुहोस् ।

(ग) सिमकोट गाउँपालिकाका न्यायिक सेवाहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

४. परियोजना

(क) भविष्यमा बन्ने सिमककोट नगरपालिकाको नगर उपप्रमुख भएमा न्याय कसरी दिनुहुन्छ, प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

(ख) सिमकोट गाउँपालिकाको सेवा छरितो छ छैन समूह बनाएर अध्ययन गर्नुहोस् र विषय शिक्षकको सहयोगमा प्रतिवेदन तयार गरी एकप्रति पालिकामा पेस गर्नुहोस् ।

पाठ : ४ सिमकोटमा भएका सरकारी कार्यालयहरू

४.१. कार्यालयको परिचय :

'कार्य' र 'आलय' दुई अलग संस्कृत शब्द पदयोग भएर 'कार्यालय' शब्द बनेको हो । कार्य शब्दको अर्थ कर्तव्य, काम, कृत्य, काज हुन्छ भने आलयको अर्थ घर, गृह, वासस्थान, ठाउँ, आश्रय, आधार हुन्छ । काम कर्तव्य पूरा गर्ने घर कार्यालय हो । कार्यालयलाई अङ्ग्रेजीमा Office भनिन्छ । नेपाली बृहत् शब्दकोशका अनुसार कुनै विशेष काम वा व्यवसाय गर्ने घर, कारखाना, प्रशासनसम्बन्धी काम गर्ने निश्चित ठाउँ वा अड्डा भन्ने बुझिन्छ । जनतालाई विभिन्न सेवाहरु प्रदान गर्न नियमकानून अनुसार चल्ने स्थायी, अस्थायी, करार कर्मचारी कार्यरत रहने घरलाई कार्यालय भनिन्छ ।

प्रश्न उठ्छ विद्यालय कार्यालय हो होइन ? विद्यालय पनि कार्यालय हो । 'विद्या' र 'आलय' संस्कृत शब्दको पदयोग भएर विद्यालय शब्द बनेको छ । 'विद्या' को अर्थ शिक्षण संस्थाबाट वा स्वाध्ययनबाट हासिल गरिने ज्ञान, पढाइद्धारा आर्जन गरिने बुद्धिलाई विद्या भनिन्छ । विद्यालय शैक्षिक सेवा प्रवाह गर्ने कार्यालय हो । विद्यालयमा प्रधानाध्यापकको कार्यालय, शिक्षक कर्मचारीहरुको कार्यालय, विद्यार्थी सिकाइ कार्यसम्पादन गर्ने कक्षाकोठाहरु हुन्छन् यी सबै कार्यालय हुन् । पुस्तकालय, प्रयोगशाला पनि कार्यालयकै रुप हुन् । कुनै विद्यालयहरुमा विद्यालय व्यवस्थापन समिति, शिक्षक अभिभावक सङ्घका कार्यालयहरु पनि व्यवस्था गरिएका हुन्छन् ।

४.२. सिमकोट पालिका र वडा कार्यालयहरु :

क्र.सं.	कार्यालयहरु	स्थायी ठेगाना
१	सिमकोट कार्यपालिका कार्यालय	सिमकोट-५, सिमकोट
२	१ नम्बर वडा कार्यालय ज्ञाग्रु	सिमकोट -१, ज्ञाग्रु
३	२ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट-२, ठेहे
४	३ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -३, वरगाउँ
५	४ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -४, बुराउँसे
६	५ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -५, सिमकोट
७	६ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -६, सिमकोट
८	७ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -७, टुलिङ
९	८ नम्बर वडा कार्यालय	सिमकोट -८, स्याँडा

४.३. सिमकोटमा सञ्चालित सामुदायिक माध्यमिक विद्यालयहरु :

क्र.सं.	विद्यालय	सञ्चालित कक्षा	स्थायी ठेगाना
१	रामदेव माध्यमिक विद्यालय	०–१०	सिमकोट २ ठेहे
२	रलिङ माध्यमिक विद्यालय	०–१०	सिमकोट ३ बरगाउँ
३	बालमन्दिर माध्यमिक विद्यालय	०–१०	सिमकोट ५ सिमकोट
४	मानसरोवर माध्यमिक विद्यालय	०–१२	सिमकोट ६ सिमकोट
५	कैलाश माध्यमिक विद्यालय	०–१०	सिमकोट ७ डाँडाफया
६	कर्णाली माध्यमिक विद्यालय	०–१२	सिमकोट ७ चौगानफया
७	सैपाल माध्यमिक विद्यालय	०–१०	सिमकोट ८ स्याँडा

४.४. सामुदायिक आधारभूत विद्यालयहरु :

क्र.सं.	विद्यालय	सञ्चालित कक्षा	स्थायी ठेगाना
८	चाङ्लाहिमाल आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट १ दोजाम
९	कालाशिल्ता आधारभूत विद्यालय	०–३	सिमकोट १ कुम्लिक
१०	पञ्चमुखी आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट १ ठेहे
११	महाकाल आधारभूत विद्यालय	०–३	सिमकोट ३ लाङ्दु
१२	जनज्योति आधारभूत विद्यालय	०–३	सिमकोट ४ स्याम्ने
१३	बालविकास आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट ४ हिल्दुम
१४	सिद्धार्थ आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट ४ बुराउँसे
१५	हिमाली आवासीय आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट ५ सिमकोट
१६	भीमसेन आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट ५ सिमकोट
१७	कालाशिल्ता आधारभूत विद्यालय	०–५	सिमकोट ६ सिमकोट
१८	सर्किदेउ आधारभूत विद्यालय	०–३	सिमकोट ७ टुलिङ
१९	दोभान आधारभूत विद्यालय	०–३	सिमकोट ७ धारापोरी
२०	कान्ति आधारभूत विद्यालय	०–८	सिमकोट ८ खोल्सी
२१	बलभद्र आधारभूत विद्यालय	०–८	सिमकोट ८ साँता

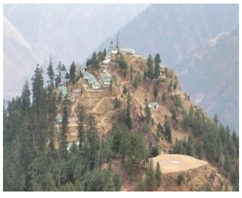
४.५. संस्थागत विद्यालयहरु :

क्र.सं.	विद्यालय	सञ्चालित कक्षा	स्थायी ठेगाना
२२	कैलाशबोधी बोर्डिङ स्कुल	०–७	सिमकोट ६ सिमकोट
२३	कर्णाली एकेडेमी	०–५	सिमकोट ६ सिमकोट
२४	हिमाली बोर्डिङ स्कुल	०–५	सिमकोट ६ सिमकोट
२५	सनसाइन स्कुल	०–८	सिमकोट ७ डाँडाफया

४.६. हुम्ला जिल्लाका पालिकाहरु वर्णानुक्रम अनुसार :

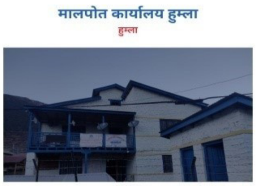
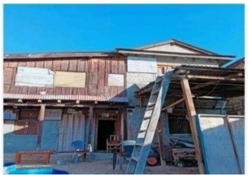
क्र.सं.	गाउँपालिका	स्थायी ठेगाना	वडा सङ्ख्या
१	अदानचुली	अदानचुली ३ श्रीनगर	६
२	खार्पुनाथ	खार्पुनाथ ५ याङ्चु	५
३	चङ्खेली	चङ्खेली ४ पिप्लाङ	६
४	ताँजाकोट	ताँजाकोट ३ चाखुरे	५
५	नाम्खा	नाम्खा ४ यालबाङ	६
६	सर्केगाड	सर्केगाड ४ सर्केगाड	८
७	सिमकोट	सिमकोट ५ सिमकोट	८

४.७. सिमकोटमा भएका सरकारी कार्यालयहरु :

क.सं.	सरकारी कार्यालयहरु	कार्यहरु
१	हुम्ला जिल्ला अदालत	• मुद्दाको सुरु कारबाही र फैसला गर्ने, • पुनरावेदन सुन्ने, • मुद्दाको मिसिल, छाप, चल अचल सम्पतिको अभिलेख राख्ने, • प्रशासन सञ्चालन गर्ने, रिट जारी गर्ने ।
२	जिल्ला प्रशासन	• जिल्लामा शान्ति सुरक्षा कायम गर्ने, • विपद् व्यवस्थापन, • नागरिकता, राहदानी, नाबालक परिचयपत्र वितरण गर्ने, • भ्रष्टाचार नियन्त्रण, • गैरसरकारी संस्था दर्ता तथा नवीकरण गर्ने ।
३	जिल्ला सरकारी वकील	• प्रहरीद्धारा गरिने अनुसन्धानमा कानूनी राय दिने, • अनुसन्धान पुरा भएका मुद्धामा अदालतमा अभियोग पत्र दायर गर्ने, • अभियुक्त बिरुद्ध मुद्धा चलाउने नचलाउने निर्णय गर्ने, • हिरासत अनुगमन गर्ने, • जनतामा कानूनी सचेतना दिने ।
४	 रानीवन व्यारेक	• सार्वभौम सत्ताको रक्षा गर्ने, • एकता कायम गर्ने, • विकास निर्माणका कार्यहरु गर्ने, • जिल्ला प्रशासन कार्यालयसँग समन्वय गर्ने,
५	जिल्ला प्रहरी	• हत्या, चोरी, डकैती, जबरजस्ती जस्ता अपराधको अनुसन्धान गर्ने, • अभियुक्त पक्राउ गर्ने, • मुद्‌दा चलाउने, जुलुस, सभा, सार्वजनिक उत्सवहरुमा सुरक्षा व्यवस्था मिलाउने, • विपद् व्यवस्थापन गर्ने ।

६	 सशस्त्र प्रहरी वल	• जिल्लामा भएको आतङ्क नियन्त्रण गर्ने, • प्राकृतिक प्रकोपमा परेकालाई उद्धार गर्ने, • सार्वजनिक भवनको सुरक्षा गर्ने ।
७	 राष्ट्रिय अनुसन्धान	• जिल्लाको सुरक्षामा असर पु-याउने गतिविधिको गोप्य सूचना सङ्कलन गर्ने, • सूचनाहरु केन्द्रमा पठाउने, • अपराध गर्ने समूह नियन्त्रण गर्ने, • सामाजिक सद्भाव कायम गर्ने, • आर्थिक अपराधको सूचना सङ्कलन गर्ने ।
८	 जिल्ला समन्वय	• जिल्ला भित्रका गाउँपालिका र नगरपालिका बिच समन्वय गर्ने, • विकास निर्माण सम्बन्धी कामको अनुगमन गर्ने, • सङ्घीय, प्रदेश कार्यालयहरु बिच समन्वय गर्ने, • जिल्ला सभाले गर्नुपर्ने अरु कार्यहरु गर्ने ।
९	 जिल्ला निर्वाचन	• मतदाताहरुको नाम दर्ता गर्ने, • विवरण सच्याउने, • मृत्यु भएका वा नागरिकता त्याग गरेका व्यक्तिहरुको नाम हटाउने, • मतदाता शिक्षा दिने, • निर्वाचन सामग्रीको व्यवस्था गर्ने, • निर्वाचन आचारसंहिताको अनुगमन गर्ने, • निर्वाचन आयोगको निर्देशनमा जिल्लाका मतदान केन्द्रको निर्धारण गर्ने ।
१०	 कारागार	• कारगारभित्रका कैदीबन्दीहरु सुरक्षित राख्ने, • सुरक्षाकर्मीको सहयोगमा कारागारको सुरक्षा गर्ने, • कैदीबन्दीलाई खाना, बस्न, स्वास्थ्य सेवाको व्यवस्था गर्ने, • अदालतबाट तोकिएकाहरुको कैद भुक्तान गराउने, • मुद्धा चलेकाहरुलाई अदालतमा उपस्थित गराउने, • प्रमुख जिल्ला अधिकारीले दिएको निर्देशन अनुसार काम गर्ने ।

११	को. ले. नि. का.	• जिल्लामा भएका कार्यालयहरुको आर्थिक कारोबारको रेखदेख गर्ने, • सकारी कार्यालयको बजेट बाँडफाँड अनुसारको बजेट निकासा दिने, • आर्थिक वर्षको अन्त्यमा बाँकी रहेको विनियोजन रकम सञ्चित कोषमा दाखिला भए नभएको जाँच गर्ने, • महालेखामा प्रतिवेदन पठाउने ।
१२	 परियोजना कार्यान्वयन एकाइ, स्याउ जोन	• कृषकलाई स्याउ खेती गर्ने आधुनिक प्रविधि तालिम दिने, • बगैंचा व्यवस्थापन र किरा नियन्त्रण तालिम दिने, • स्याउ खेतीका लागि आवश्यक पूर्वाधार निर्माण सहयोग गर्ने, • अनुदानमा स्याउका बिरुवा वितरण गर्ने, • उत्पादित स्याउलाई बजारसम्म प'गाउन सहजीकरण गर्ने ।
१३.	 शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाई	• स्थायी शिक्षकहरुको सरुवा गर्ने, • स्थायी शिक्षकको राजीनामा स्वीकृत गर्ने, • निवृत्तिभरण, उपदानको लागि सिफारिस गर्ने, • एसईई परीक्षा सञ्चालन गर्ने, • विद्यालयहरुको अनुगमन गर्ने, • छोटा अवधिका तालिम सञ्चालन गर्ने, • द्वन्द्व पीडित विद्यार्थीलाई छात्रवृत्ति उपलब्ध गराउने, • जिल्लाको शैक्षिक तथ्याङ्क राख्ने ।
१४	गृह मन्त्रालय **अध्यागमन कार्यालय, हिल्सा** हिल्सा, हुम्ला अध्यागमन	• विदेशी नागरिकलाई नेपाल प्रवेश अनुमति दिने, • नेपालबाट जानेहरुको अनुमति दिने, • भिसा प्रक्रिया कागजातहरु व्यवस्था गर्ने, • चीन जाने नेपाली र नेपाल फर्कने नेपालीहरुको आवश्यक व्यवस्था गर्ने, • कानून विपरीत भएका कार्यहरुको अनुगमन गर्ने, • आउने जाने नागरिकहरुको अभिलेख राख्ने ।

१५	 मालपोत	• जग्गाको रजिष्ट्रेसन गर्ने, • जग्गाधनी मृत्यु भएमा हकवालाको नाममा जग्गा नामसारी गर्ने, • जग्गाधनी श्रेस्ताको सुरक्षा गर्ने, • जग्गा रोक्का गर्ने र फुकुवा गर्ने, • राजश्व जम्मा गर्ने, • जग्गाधनी प्रमाणपत्र दिने, • विवरण सच्याउने ।
१६	 हिल्सा सिमकोट सडक	• कवाडीदेखि हिल्सासम्मको १८५ किलोमिटर सडकको ट्र्याक खोल्ने, • सडक विस्तार गर्ने, • सडकको स्तर उन्नति गर्ने, • ग्याबिन पर्खाल लगाउने, • भीरहरु काट्ने, • विष्फोट गर्ने, • डिजाइन गर्ने, • मर्मत तथा अबरोधहरु हटाउने ।
१७	 राष्ट्रिय वाणिज्य बैंक	• खातामा पैसा जम्मा गर्ने, • कर्जा लिनेलाई कर्जा दिने, • रकम भुक्तानी गर्ने, • सरकारी राजश्व सङ्कलन गर्ने, • ग्राहकलाई एटिएम सुविधा दिने, • चेक प्रिन्ट गरेर वितरण गर्ने ।
१८	 पूर्वाधार विकास	• प्रदेश स्तरका सडक, पुल, भवन निर्माण योजना छनौट, • विकास आयोजनाहरुको इन्जिनियरिङ सर्वे गर्ने, • वातावरणीय प्रभाव अध्ययन गर्ने, • भौतिक संरचनाको मर्मत गर्ने, • ठेक्का व्यवस्था गर्ने, • माथिल्लो निकायको निर्देशन पालना गर्ने ।

१९	 स्वास्थ्य सेवा	• रोगहरु नियन्त्रण गर्ने, • खोपहरु लगाउने, • महामारी व्यवस्थापन गर्ने, • स्वास्थ्य संस्थाहरको अनुगमन गर्ने, • स्वास्थ्य सेवाका विवरणहरु सङ्कलन गर्ने, • स्वास्थ्यकर्मी खटाउने, • कुपोषण नियन्त्रण गर्ने, • रोगीहरुलाई निशुल्क ओखती वितरण गर्ने, • स्वास्थ्य जानकारी दिने, • तालिम सञ्चालन गर्ने ।
२०	 कृषि विकास	• कृषि बाली विस्तारका लागि आवश्यक नीति तर्जुमा गर्ने, • सिमान्तकृत कृषकलाई उत्थान गर्ने, • कृषि तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने, • आधुनिक खेतीका लागि तालिम सञ्चालन गर्ने, • पशुपन्छी नीति बनाउने, • बिउ वितरण गर्ने, • कृषि प्राविधिक सल्लाह दिने ।
२१	 पशु सेवा	• कृत्रिम गर्भाधान गराउने, • पशुको स्वास्थ्य परीक्षण गर्ने, • पशुरोग नियन्त्रण गर्ने, • पशु प्राविधिक तालिम सञ्चालन गर्ने, • पशु रोग पहिचानका लागि प्रयोगशालामा परीक्षण गर्ने ।
२२	 खानेपानी सिँचाइ तथा ऊर्जा विकास	• नहर कुलो नदी नियन्त्रण कार्य सञ्चालन गर्ने, • खानेपानी उपभोक्ता समितिलाई परिचालन गर्ने, • खानेपानी योजनाको सर्भे, • डिजाइन गर्ने, • खानेपानी मर्मत गर्ने ।

२३	 नापी	• जग्गाको कित्ता नापी गर्ने, • जग्गाको सिमाना एकिन गरी नक्सा तयार गर्ने, • अंशबण्डाको कित्तालाई दुई भागमा विभाजन गर्ने, • नक्सालाई सुधार गर्ने, स्थानीय तहलाई जग्गा सम्बन्धी प्राविधिक सल्लाह दिने, • घरबाटै सेवा लिनका लागि डिजिटल सेवा प्रदान गर्ने ।
२४	डिभिजन वन	• वनको संरक्षण गर्ने, • जैविक विविधताको रक्षा गर्ने, • वनपैदावरको व्यवस्थापन गर्ने, • काठ बिक्री वितरणको व्यवस्था मिलाउने, • वनमा हुने हानी नियन्त्रण गर्ने, • वन संरक्षण वातावरण संरक्षण जनचेतना दिने ।
२५	 प्रदेश लेखा इकाई	• प्रदेश सरकारका कार्यालयहरुलाई बजेट निकासा दिने, • कोषको प्रभावकारी सञ्चालन गर्ने, • प्रदेश अन्तरगतका कार्यालयहरुको आयव्यय राजश्वको आन्तरिक लेखापरीक्षण गर्ने, • बैंक खाता सञ्चालन गर्ने अनुमति दिने, • बेरुजु असुल गराउने ।
२६	 सामाजिक विकास	• वार्षिक बजेट तर्जुमा गर्ने, • स्थानीय तह र विद्यालयहरुसँग समन्वय गर्ने, • उच्च, प्राविधिक शिक्षा आर्जनका लागि छात्रवृत्ति दिने, • सीपमुलक तालिम सञ्चालन गर्ने, • विद्यालयहरुमा विज्ञान शिक्षा पठनपाठन गर्ने व्यवस्था मिलाउने, • प्रदेशभरका विद्यालयहरुमा पाठ्यक्रम कार्यान्वयनको अनुगमन गर्ने ।
२७	 उद्योग तथा उपभोक्ता हित संरक्षण	• साना घरेलु उद्योगको दर्ता गर्ने, • नवीकरण गर्ने, • उद्यमीहरुलाई सीपमूलक तालिम सञ्चालन गर्ने, • ग्रामीण क्षेत्रमा स्वरोजगारी बढाउने, • कालोबजारी नियन्त्रण गर्ने, • उपभोक्ताहरुका गुनासा सुन्ने, • स्थानीय स्तरमा औद्योगिक उत्पादन सहजीकरण गर्ने ।

२८	 कृषि विकास बैंक	• कृषि उत्पादन बढाउन कृषकलाई कर्जा दिने, • कृषि औजार खरिद गर्नका लागि कर्जा दिने, • कृषि प्राविधिक सल्लाह दिने, • साना किसान उत्थानका लागि कर्जा दिने ।
२९	 खाद्य व्यवस्था तथा व्यापार कम्पनी	• किसानबाट गहुँ, धान खाद्यान्न खरिद गर्ने, • हिमाली जिल्लामा सहुलियत दरमा खाद्यान्न ढुवानी गर्ने, • दुर्गम जिल्लामा सहुलियतमा खाद्यान्न बिक्रीवितरण गर्ने, • खाद्यान्न भण्डारण गर्ने ।
३०	 नेपाल विद्युत हिल्दुम वितरण केन्द्र	• विद्युत लाइन विस्तार गर्ने, • विद्युत सेवा दिने, • विद्युत गृह मर्मत गर्ने, • विद्युत भार व्यवस्थापन गर्ने, • विद्युत महसुल उठाउने ।
३१	 नागरिक उड्डयन	• सिमकोट विमानस्थलको संरक्षण गर्ने, • टर्मिनल भवनको रेखदेख गर्ने, • उडान तालिका अनुसार उडान अनुमति दिने, • टर्मिनल भवनभित्रको सुविधा व्यवस्था गर्ने, • यात्रुहरुको जाँच गराउने ।
३२	 साल्टट्रेडिङ कर्पोरेसन	• आयोडिनयुक्त नुन आपूर्ति गर्ने, • सरकारले तोकेको सहुलियत मूल्यमा नुन बिक्री गर्ने, • नुन भण्डारण गर्ने, • सिमकोट बाहिर नुन डिपो व्यवस्था गर्ने ।
३३	 नेपाल टेलिकम	• मोबाइल सेवा विस्तार गर्ने, • इन्टरनेट सेवा विस्तार गर्ने, • हिमपात वा प्राकृतिक प्रकोपले आउने खराबीहरु मर्मत गर्ने, • अप्टिकल फाइबर जडान गर्ने, • सिमकार्ड वितरण गर्ने, • ग्राहकका गुनासाहरु सम्बोधन गर्ने ।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) कार्यालयलाई अङ्ग्रेजीमा............... भनिन्छ ।
(ख) विद्यालय पनि .... हो ।
(ग) विद्यालयमा प्रधानाध्यापकको .... हुन्छ ।
(घ) हु. जि. अ. को पूरा रुप .... हो ।
(ङ) सिमकोट पालिकामा .... विद्यालयहरु सञ्चालित छन् ।
(च) हुम्ला जिल्लामा .... वडा रहेका छन् ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) निजी स्कुललाई सामुदायिक स्कुल भनिन्छ ।
(ख) रानी वन व्यारेक रानी वनमा छ ।
(ग) प्रहरीले अपराधी पक्राउ गर्दैन ।
(घ) शैक्षिक सेवा प्रवाह गर्ने कार्यालयलाई विद्यालय भनिदैन ।
(ङ) आलय भनेको आलो भनेको हो ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) कार्यालय भनेको के हो ?
(ख) कार्यालयलाई अङ्ग्रेजीमा के भनिन्छ ?
(ग) विद्याको अर्थ के हो ?
(घ) आलयको अर्थ के हो ?
(ङ) हुम्ला जिल्लामा कति जना वडा अध्यक्ष हुन्छन् ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) कार्यालयको परिचय दिनुहोस् ।
(ख) आआफ्ना विद्यालयको परिचय दिनुहोस् ।
(ग) सिमकोट पालिकामा संस्थागत स्कुल सञ्चालन गर्नुको कारण लेख्नुहोस् ।
(घ) सबैभन्दा बढी विद्यालय सञ्चालन भएको वडाको नाम लेखी विद्यालयहरुको सूची बनाउनुहोस्
(ङ) सिमकोटमा किन सरकारी कार्यालयहरु रहेका हुन् ?

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) विद्यालय भनेको के हो ? विद्यालय स्थापना गर्नुको कारणहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।
(ख) शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाईले गर्ने कामहरु केके हुन् ?
(ग) सामाजिक कार्यालय हुम्लाले गर्ने कार्यहरुको सूची बनाउनुहोस् ।
(घ) जिल्ला प्रशासन कार्यालय हुम्लाले गर्ने कार्यहरुको सूचीकरण गर्नुहोस् ।
(ङ) नेपाल टेलिकमका कार्यहरु लेख्नुहोस् ।
(च) सबभन्दा बढी वडा सङ्ख्या भएका पालिकाको नाम लेखी छोटो परिचय उल्लेख गर्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईँ अध्ययनरत विद्यालयको नाम रहनुको इतिहास अध्ययन गरेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) तपाईँ भविष्यमा सिमकोट पालिका प्रमुख भएमा आफू पढेको विद्यालयलाई नमुना बनाउने योजना विषय शिक्षकको सहयोगमा तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ग) सिमकोटमा भएका सरकारी कार्यालयहरुको काम र नाम तुलना गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

स्थानीय बजेट प्रणाली

स्थानीय तहले आफ्नो कार्यक्षेत्रभित्रका विकास निर्माण, सेवा प्रवाह र प्रशासनिक कार्यहरु सञ्चालन गर्न आगामी आर्थिक वर्षका लागि तयार गर्ने आय र व्ययको अनुमानित विवरणलाई बजेट प्रणाली भनिन्छ। नेपालको सङ्घीय संरचनामा स्थानीय तहलाई आफ्नो स्रोत र साधनको परिचालन गर्ने संवैधानिक अधिकार छ। स्थानीय बजेट प्रणालीका मुख्य पक्षहरु तल दिइएको छ।

५.१. बजेटका मुख्य स्रोतहरु :

स्थानीय तहले बजेट निर्माण गर्दा मुख्यतया: चारओटा स्रोतहरुलाई आधार मानिन्छ।

अन्तर सरकारी वित्तीय हस्तान्तरण : सङ्घीय र प्रदेश सरकारबाट प्राप्त हुने समानीकरण, सर्सत, समपूरक र वार्षिक अनुदान,

राजश्व बाँडफाँट : मूल्य अभिवृद्धि कर, अन्तशुल्कबाट प्राप्त हुने हिस्सा,

आन्तरिक आय : स्थानीय कर (सम्पत्ति कर, घरबहाल कर) सेवा शुल्क र दस्तुर,

ऋण तथा अन्य : कानून बमोजिम लिन सकिने आन्तरिक ऋण वा जनसहभागिता।

५.२. बजेट तर्जुमा सात चरणहरु :

नेपालमा स्थानीय तहको बजेट निर्माण प्रक्रिया व्यवस्थित बनाउन सातओटा चरणहरु निर्धारण गरिएको छ।

क.स.	चरण	कार्यविवरण
१.	बजेट सीमा निर्धारण	सङ्घ र प्रदेशबाट प्राप्त मार्गदर्शनका आधारमा बजेट सीमा तोक्ने,
२.	स्रोत अनुमान	आयका स्रोतहरुको पहिचान र प्रक्षेपण गर्ने,
३.	बस्ती टोल स्तरबाट योजना छनौट	बस्तीबाट आएका योजनाहरुलाई वडा समितिले प्राथमिकता दिने,
४.	वडास्तरीय योजना छनौट	बस्तीबाट आएका योजनालाई एकीकृत गरी बजेटको मस्यौदामा तयार गर्ने,
५.	बजेट तथा कार्यक्रम तर्जुमा	बजेट समितिले सबै योजनालाई एकीकृत गरी बजेटको मस्यौदामा तयार गर्ने,

६.	कार्यपालिकाबाट स्वीकृत	तयार भएको बजेट मस्यौदा स्थानीय कार्यपालिकाको बैठकबाट स्वीकृत गर्ने,
७.	सभाबाट पारित	असार १० गतेभित्र गाउँ/नगर सभामा बजेट पेस गर्ने र असार मसान्तभित्र पारित गर्ने ।

५.३. बजेटका सिद्धान्त र उद्देश्यहरु :

- **सहभागितामुलक योजना :** निर्णय प्रक्रियामा स्थानीय नागरिकको सक्रिय सहभागिता गराउने,
- **पारदर्शिता र उत्तरदायित्व :** खर्च र आम्दानीको विवरण सार्वजनिक गरी सुशासन कायम गर्ने,
- **समावेशीकरण :** महिला, दलित, अपाङ्गता भएका व्यक्ति र पछाडि पारिएका वर्गलाई प्राथमिता दिने,
- **दीगो विकास :** स्थानीय स्रोतको उचित प्रयोग गरी दीर्घकालीन लाभ हुने योजना सञ्चालन गर्ने ।

५.४. कानूनी आधार :

स्थानीय बजेट प्रणालीलाई मुख्यतया निम्न कानूनहरुले निर्देशित गर्छन् :

- नेपालको संविधान (अनुसूची ८ र ९),
- स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४,
- अन्तरसरकारी वित्तीय व्यवस्था ऐन २०७४
- बजेट प्रणाली केवल अङ्कहरुको खेल मात्र नभई स्थानीय आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्ने र सङ्घीयताको लाभ गाउँगाउँसम्म पु-याउने एक ससक्त माध्यम हो ।

५.६. स्थानीय तहका वित्तीय अधिकार र स्रोत प्राप्ति :

१. परिचय :

नेपालको संविधान २०७२ ले सङ्घीय शासन प्रणाली लागू गरेपछि स्थानीय तहलाई राजनीतिक, प्रशासनिक र वित्तीय

अधिकार प्रदान गरेको छ। स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ ले ती अधिकारलाई कार्यान्वयन गर्ने कानूनी आधार प्रदान गरेको छ। स्थानीय तहको वित्तीय अधिकारले स्थानीय सरकारलाई आफ्नै स्रोत परिचालन गरी विकास र सेवा प्रवाह गर्न सक्षम बनाउँछ।

२. संविधानका सम्बन्धित धाराहरु :

- धारा ५७ राजश्व शक्तिको बाँडफाँड
- धारा ५९ आर्थिक अधिकार
- धारा ६० राजश्व बाँडफाँड
- धारा २२६ गाउँ/नगर सभा अधिकार
- धारा २२७ स्थानीय तहको आर्थिक अधिकार
- धारा २२८ कर लगाउने अधिकार
- अनुसूची ८ स्थानीय तहको अधिकार
- अनुसूची ९ साझा अधिकार

३. स्थानीय तहको वित्तीय अधिकार

३.१. कर लगाउने अधिकार

संविधानको अनुसूची ८ अनुसार स्थानीय तहले निम्न कर लगाउन सक्छ

(क) सम्पत्ति सम्बन्धी कर

- घरजग्गा कर,
- भूमी कर(मालपोत)
- घरबहाल कर

(ख) व्यवसाय सम्बन्धी कर

- व्यवसाय कर,
- पेसा कर,
- बजार कर ।

(ग) सेवा तथा उपभोक्ता सम्बन्धी कर

- सवारी साधन कर,
- मनोरञ्जन कर,
- विज्ञापन कर,
- पार्किङ कर,
- पर्यटन कर ।

३.२. शुल्क तथा दस्तुर उठाउने अधिकार

स्थानीय तहले उठाउन सक्ने शुल्कहरु :

- जन्म, मृत्यु, बसाइसराइँ दर्ता शुल्क,
- नक्सा पास शुल्क,
- प्रमाणपत्र शुल्क,
- फोहोर व्यवस्थापन शुल्क,
- खानेपानी शुल्क,
- सरसफाई शुल्क,
- सडक, ढल, पुल प्रयोग शुल्क,
- प्राकृतिक स्रोत उपयोग शुल्क,
- पशु वधशाला शुल्क,
- बजार व्यवस्गापन शुल्क ।

३.३. जरिवाना तथा दण्ड

- स्थानीय कानून उलङ्घन जरिवाना,
- कर नतिरेमा दण्ड

३.४. बजेट निर्माण र खर्च अधिकार

- वार्षिक बजेट निर्माण गर्ने,
- राजश्व अनुमान गर्ने,
- खर्च प्राथमिकता निर्धारण गर्ने,
- सार्वजनिक खर्च गर्ने ।

३.५. ऋण लिनसक्ने अधिकार

- सङ्घीय कानून अनुसार ऋण लिनसक्ने,
- ठुला ऋणमा सङ्घीय सरकारको स्वीकृति आवश्यक ।

३.६. वित्तीय व्यवस्थापन अधिकार

- लेखा प्रणाली सञ्चालन,
- आन्तरिक नियन्त्रण प्रणाली,
- लेखापरीक्षण व्यवस्था,
- राजश्व प्रशासन सञ्चालन ।

४. स्थानीय तहका स्रोत प्राप्त आय

४.१. आन्तरिक स्रोत

(क) करबाट प्राप्त आय

- सम्पत्ति कर,
- व्यवसाय कर,
- घरबहाल कर,
- मनोरञ्जन कर,
- विज्ञापन कर,
- सवारी कर ।

(ख) गैरकर राजश्व

- सेवा शुल्क,
- दस्तुर,
- जरिवाना,
- भाडा,
- प्राकृतिक स्रोत उपयोग शुल्क,
- सरकारी सम्पत्ति बिक्री कर ।

४.२. अन्तरसरकारी वित्तीय हस्तान्तरण

सङ्घीय र प्रदेश सरकारबाट प्राप्त अनुदान

(क) वित्तीय समानीकरण अनुदान

सबै स्थानीय तहलाई समान विकासका लागि

(ख) ससर्त अनुदान

- निश्चित कार्यक्रमका लागि

(ग) विशेष अनुदान

- पिछडिएको क्षेत्र वा समुदायका लागि

(घ) समपूरक अनुदान

- साझेदारीमा दिइने अनुदान

४.३. राजश्व बाँडफाँड

संविधानको धारा ६० अनुसार स्थानीय तहले प्राप्त गर्ने बाँडफाँड राजश्व

- मूल्य अभिवृद्धि कर,
- अन्तशुल्क,
- प्राकृतिक स्रोत रोयल्टी
    - जलविद्युत
    - खानी तथा खनिज
    - वन
    - पर्यटन
    - पर्वतारोहण

४.४. ऋण तथा सहायता

- बैंक तथा वित्तीय संस्थाबाट ऋण,
- सङ्घीय सरकारको अनुमतिसहित वैदेशिक सहायता

४.५. अन्य स्रोत

- दान सहयोग,
- विकास साझेदारको सहयोग,
- सार्वजनिक निजी साझेदार
- स्थानीय सम्पत्ति व्यवस्थापन आय।

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) स्थानीय तहले बजेट निर्माण गर्दा मुख्यतयाः .... स्रोतलाई आधार मान्नुपर्छ।

(ख) मूल्य अभिवृद्धि कर .... मा पर्छ।

(ग) स्थानीय कर .... मा पर्छ।

(घ) कानून बमोजिम लिन सकिने .... ऋण हो।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) स्थानीय तहलाई आफ्नो स्रोत साधन परिचालन गर्ने अधिकार छैन ।

(ख) बजेट तर्जुमाका चरण सातओटा छैनन् ।

(ग) स्थानीय बजेट प्रणालीलाई कानूनले निर्देशित गर्छ ।

(घ) स्थानीय तहले प्राकृतिक स्रोत उपयोग शुल्क लिन पाउने व्यवस्था छ ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) बजेट भनेको के हो ?

(ख) स्थानीय बजेट तर्जुमाका कतिओटा चरण छन् ?

(ग) बजेट प्रणाली के हो ?

(घ) ससर्त अनुदान किन दिइन्छ ?

(ङ) विशेष अनुदान कसलाई दिइन्छ ?

(च) बजेटको समावेशीकरण सिद्धान्त भनेको के हो ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) सम्पत्ति करभित्र के के कुराहरु पर्दछन् ?

(ख) व्यवसाय सम्बन्धी करमा कुन कुन कुराहरु पर्छन् ?

(ग) सेवा तथा उपभोक्ता सम्बन्धी करमा पर्ने कुराहरु लेख्नुहोस् ।

(घ) ऋण तथा सहायताभित्र पर्ने कुराहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) स्थानीय बजेट तर्जुमाका सात चरणहरु लेख्नुहोस् ।

(ख) बजेट भनेको के हो ? बजेटका सिद्धान्त र उद्देश्यहरु लेख्नुहोस् ।

(ग) स्थानीय बजेट प्रणालीलाई निर्देशित गर्ने कानूनहरु लेख्नुहोस् ।

(घ) स्थानीय तहले उठाउन सक्ने शुल्कहरुको सूचीकरण गर्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईँको निजी जीवनमा खर्च हुने बजेट शीर्षकहरुको सूची कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) तपाईँको घरमा खर्च हुने बजेट शीर्षकहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ग) प्रधानाध्यापकलाई सोधेर तपाईँको विद्यालयले विभिन्न शीर्षकमा छुट्याइएको बजेटको सूची बनाउनुहोस् ।

(घ) आआफ्नो वडा कार्यालयमा गएर विद्यालयका लागि छुट्याइएको बजेट शीर्षकहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) यदि तपाईँ अर्थ मन्त्री भएमा कुन शीर्षकमा बढी बजेट छुट्याउनुहुन्छ कल्पना गरेर लेख्नुहोस् ।

एकाइ-दुई

पाठ : १

हाम्रा संस्कृति तथा ऐतिहासिक स्थलहरु

१.१. हाम्रा संस्कृति :

तस्बिर : सूर्यमणि बोहोरा शिक्षक रलिङ माध्यमिक विद्यालय

मानिसको सामूहिक जीवनशैलीलाई संस्कृति भनिन्छ। संस्कृति भन्नासाथ परम्परा हो भन्ने चिन्तन साँघुरो चिन्तन हो। संस्कृतिलाई बृहत् रुपमा बुझ्न आवश्यक हुन्छ। कुनै पनि देशको जाति, भाषा, राजनीति, चालचलन, खानपिन, वेशभूषा, चिन्तन, भाषा, साहित्य, कला, धर्म, तरिका, चाडपर्व, परम्परासहितको समष्टि संस्कृति हो। संस्कृति समय अनुकूल निर्माण हुदै जान्छ। कुनै चिन्तन, तरिकाहरु अन्त्य हुदै जान्छन् र कुनै शैलीहरु नयाँ रुपमा स्थापित हुदै जान्छन्। संस्कृति सामाजिक आवश्यकताका आधारमा उत्पन्न हुने कुरा हो। विज्ञान, प्रविधि, साहित्य, कला, चिन्तनको सकारात्मक प्रभाव निरन्तर रहिरहन्छ। देशका लागि राजनीति, नियम, कानून, कार्यविधि, आचारसंहिता आवश्यक भइरहन्छन् त्यसकारण यस्तै आवश्यकताहरुले गर्दा

संस्कृति नवीन रुपले बन्दै जान्छ। नेपाली भाषा, नेपाली साहित्य, नेपाली कला, नेपालका धर्म, नेपाली पहिरन, नेपाली खाना, नेपाली राजनीति, नेपाली आचारव्यवहार, नेपाली भूगोलको सारलाई नेपाली संस्कृति भनिन्छ। नेपालीको खाने तरिका, लाउने तरिका, सोच्ने तरिका, हिड्ने तरिका, खेतीप्रणाली सबै नेपाली संस्कृतिभित्र पर्ने कुराहरु हुन् ।

हुम्ला जिल्ला संस्कृतिले सम्पन्न जिल्ला हो । हुम्ली संस्कृति हुम्लाको पहिचान हो । हुम्लाको संस्कृति नेपालको निधि हो । हुम्लाको संस्कृति हुम्ली पुर्खाहरुले रचना गरेका थिए। हुम्लाको संस्कृति हुम्लाका पुर्खाहरुले आविष्कार गरेका थिए भनेर सहजै भन्न सकिन्छ। संस्कृति एकै छिनमा निर्माण हुदैन । यो त निकै सोचेर समय लगाएर सबैले मान्ने किसिमको बनाउनुपर्ने हुन्छ। हुम्लाको इतिहास हु'म्लाको संस्कृतिसँग मिश्रित रहेको छ। पुर्खादेखि चल्दै आएका सबै संस्कृतिहरु असल हुन्छन् भन्ने हुदैन। पहिलेको सामाजिक अवस्था र अहिलेको सामजिक अवस्थामा परिवर्तन भएको छ त्यसकारण संस्कृति परिवर्तनशील हुन्छ। हुम्लाका माटाले छाएका घरहरु जस्ताले छाउने, सिमेन्टेट गर्ने संस्कृति बनिसक्यो । लिउ, फेरुवा ओछ्याएर पाहुना स्वागत गर्ने रीतिरिवाज कार्पेट, पिफम, कुर्सी, सोफामा आयो । हुक्का प्रयोग गर्ने चलन हट्यो, आमा हुनेले माघ महिनामा कपाल काट्नु हुदै न, बेलुका नुहाउनु हुदैन भन्ने कैयौँ चलनचल्तीहरु परिवर्तन भए। दौरा सुरुवाल, घाँगर चोलो, फरिया, पटुकाको स्थान टाउजर, सुरुवाल, सर्टपाइन्ट, टाई, बेल्ट, कुर्ताले लियो। नाङ्गा खुट्टामा हिड्ने हुम्लीहरु पछि दोचादोफर लाउने भयौँ। आजकल जुता, चप्पल नभई नहुने अतिआवश्यक आवश्यकता भइहाल्यो । दोचा दोफर त अब सङ्ग्रहालयमा मात्रै भेटिएलान् । दरी, देउडा, चुट्किला खेलेर केटाकेटीको पिरती, सदभाव गाँस्ने परम्परा फेसबुक, युटुब लगायतका सामाजिक सञ्जालले तोडिदिए। हरेक घरपरिवार, हरेक मानिसले अनिवार्य रुपमा खेती गर्नुपर्ने थियो हाल अनिवार्य रुपमा बजार हुनैपर्ने भयो ।

खाद्यान्न, लत्ताकपडा, आवास नभइ नहुने अतिआवश्यक आवश्यकतामा अर्को अतिआवश्यकता मोबाइल, इन्टरनेट थपिए। इन्टरनेटको लतले गाँजिसक्यो। टाढा भएका आफन्तलाई चिठीबाट हालखबर आदानप्रदान गरिन्थ्यो यसको स्थान इमेल, ट्वीटर, म्यासेन्जर, ह्वाटसपले लिए । हरेक घरकाले पन्ध्र बीस दिनको पदयात्रा गरेर टाढा रहेका हाटबजारबाट भाँडाकुँडा, ताउला गाग्राहरु, लत्ताकपडाहरु, गरगहनाहरु ल्याउथे आजभोली घरको दैलोमा आवश्यक सामग्रीहरु पु-याइन्छ। अनलाइन व्यापार सञ्चालन हुन्छ। सामाजिक मेलमिलाप, आदर्श, सहानुभूति, सहिष्णुताको संस्कार लोप भएर स्वार्थ, चुक्ली, चाकडी संस्कृतिले जरा गाड्न थालेको छ। हरेकसँग आगपाड्नु हुन्थ्यो अहिले लाइटर हुन्छ। दाउराको स्थान ग्याँसले लियो। एकसमय सज्जनको थियो अहिले बदमासहरु बढ्दै छन्। स्थानीय उत्पादनले प्रश्रय पाएको अवस्थामा विदेशी सामग्रीहरुले दिनानुदिन स्थान ओगट्ने क्रम जारी छ। यी चलनहरु संस्कृति परिवर्तनशील हुन्छ भन्ने केही उदाहरणहरु मात्रै हुन्। यसकारण संस्कृतिको रुप परम्परित हुन्छ सार नवीनतातिर ढल्किरहेको हुन्छ । संस्कृतिको आचरण परम्परित हुन्छ तर परिवर्तनशील हुन्छ भन्ने प्रमाणलाई पुष्टि गरेको छ।

सिमकोट गाउँपालिका हुम्ला जिल्लाको सदरमुकाम क्षेत्र हो । यो उच्च हिमाली भूभागमा पर्छ । जातीय रुपमा छेत्री, बाहुन, ठकुरी (खस आर्य), दलित समुदाय, लामा, तामाङ (मङ्गोलियन) हरु बसोबास गर्दछन् । धार्मिक हिसाबले हिन्दु, बौद्ध, क्रिश्चियन धर्मावलम्बीहरु छन् । भाषिक रुपमा नेपाली र लामा खाम भाषीहरु रहेका छन् । वर्गीय रुपले उच्च, मध्यम, निम्न तीन वर्गका मानिसहरु बस्छन्। सिमकोट पालिकाबासी हामी खस लबज र तिब्बती लबज दुई किसिमको लबज प्रस्तुत गर्छौ। यसकारण हाम्रो संस्कृति विविधतामय छ हामी हिन्दुहरु शिव, विष्णु, दुर्गा, भैरव, स्थानीय देवी देउता, देवालय, माडु, थानमा आस्था राख्छौँ भने हामी बौद्ध धर्मावलम्बीहरु गुम्बा, गुफा, लुङ्तरमा आस्था राख्छौँ। हिन्दुहरु दशैँ, तिहार, माघी, साउने पूर्णिमा, भूओ, भैलो, चैतलो, गौरा, चोख्या मनाउने गर्छन्। बौद्ध धर्मावलम्बीहरु ल्होसार, माने मनाउछौँ। हामी पुरुषहरुका बक्खु, दौरा, सुरुवाल, पाइन्ट, कमिज, कोट, टोपी, जकेट, टोपी पहिरनहरु छन् भने हामी महिलाहरुका कुर्ता, सुरुवाल, जकेट, टोपी, टाउजर लगायत बजारमा पाइने आधुनिक पोसाकहरु छन् । हामी महिलाहरु चग्री, मुन्द्रा, माला, गालुङ, आलोङ, आल्खोर, बाला, कल्ली, चुरा, गुलापी, फूली, पोते लगायतका बजारमा पाइने आधुनिक गरगहनाहरु पहिरने गर्छौं। विवाह संस्कारहरुमा चाँड्ची,

फाक, चुट्किलाहरु समूहमा गाउँछौँ । हाम्रा बौद्ध तथा हिन्दुहरुका मृत्यु संस्कारहरु धार्मिक र परम्परित छन् सोही बमोजिम गर्छौं । जौं, उवा, कोदो, मार्स्याको रोटी, चिनु र कागुनुको भात, फापरको लगड, चोतीको चाना, मकैं र सिमीको कोल, थुक्पा, आलुको तरकारी, हिमाली खसीको मासु, हिमाली चौंरीको मासु, लोकल कुखुराको झोलचोक्टा, घोडामच्चाको मसला हाम्रा पारिकारिक संस्कृति हुन् ।

खस संस्कृति र बौद्ध संस्कृति दुबै हाम्रा साझा हुन् । हाम्रा संस्कृतिहरु हाम्रा मौलिकता र पहिचान हुन् । हाम्रा संस्कृतिले सदभाव, सत्प्रेरणा, ममता, स्नेह, सहानुभूति प्रदान गरेका छन् र गर्नुपर्छ । हरेक चाडपर्वहरुमा सामूहिकता प्रस्तुत गर्नुपर्छ । तेरो मेरो भन्ने छल प्रवृत्ति भएमा संस्कृति भाँडिन सक्छ । हामी सिमकोट गाउँपालिका बासीहरुले स्थानीय साहित्य रचना गरौँ, स्थानीय कला सिर्जना गरौँ । स्थानीय परिकारमा जोड दिन अगाडि बढौँ । हाम्रो परम्परालाई राष्ट्रियकरण गर्न अग्रसर होऔँ । अबको संस्कृति अन्धविश्वासमा होइन मानव हित र वैज्ञानिक चिन्तनमा आधारित बनायौँ भने युग सुहाउँदो हुन्छ । सबै जाति, भाषा, धर्मको संयोजन गरेर संस्कृतिको साझा रुप तयार पार्नुपर्छ । आमाबुबा, गुरु र पाहुनालाई देवता सरह मान्ने हामी पालिकाबासीहरुको साझा संस्कृतिलाई कायम राखिरहनुपर्छ । साउनपुनी, चैतलो, भुओ, माने, ल्होसार, चोख्या, गौरामा सबैले रमाउनुपर्छ ।

कतिपय अवस्थामा संस्कृतिका नाममा विकृति आइरहेको छ । संस्कृति मानवीय भलाई, सामाजिक एकता र मनोरञ्जनका लागि हो । अन्धविश्वास, शोषण, उत्पीडन, दमन, आडम्बर जस्ता कैयौँ कुराहरु संस्कृति होइनन् भनेर बुझ्नुपर्छ । दाइजो, तिलक, छुवाछुत, छाउपडी यिनीहरु प्रथा हुन् । यस्ता पक्षहरु जोगाइराख्नुपर्छ भन्ने छैन । घुस लिनेदिने, भ्रष्टाचार गर्ने, हैकम चलाउने, मादक पदार्थ सेवन गर्ने, जुवातास खेल्ने संस्कृति नभएर विकृति हुन । यस्ता कुराहरुलाई परिमार्जन गरेर लिनुपर्छ । हाम्रो मौलिकता हाम्रो पहिचान, हाम्रै निधि हाम्रै विधि, हाम्रो रीति हाम्रै थिति बनाउन अघि बढ्ने सङ्कल्प गरौँ ।

१.२. हाम्रा ऐतिहासिक स्थलहरु

इतिहास मूल शब्दमा 'इक' प्रत्यय जोडिएर ऐतिहासिक शब्द निर्माण भएको हो । बितेका कालमा घटेका घटनाहरुको विवरणलाई इतिहास भनिन्छ । विभिन्न कालखण्डमा भएका गतिविधिहरुको तथ्यगत प्रमाणसहितको सङ्कलित वृतान्त इतिहास हो । इतिहासको गरिमासँग सम्बन्धित विषयवस्तु ऐतिहासिक हो । बितेका महत्त्वपूर्ण घटना, व्यक्ति, संस्कृतिसँग जोडिएका स्थानलाई ऐतिहासिक स्थल भनिन्छ । ऐतिहासिक स्थलहरुले त्यतिबेलाको धर्म, कला, जीवनशैली, घटनाको जानकारी दिने भएकाले वर्तमानमा संरक्षण गरेर भावी सन्तानलाई हस्तान्तरण गर्नुपर्छ । भौतिक अवशेषहरुले विगतलाई बुझ्न मदत गर्छन् । सिमकोट पालिकामा भएका केही ऐतिहासिक स्थलहरु निम्नानुसार रहेका छन् :

(क) गुफा तीर्थ :

तस्बिर : धनजित भण्डारी स्वास्थ्यकर्मी आधारभूत स्वास्थ्य चौकी कुम्लिक

समुद्र सतहदेखि २२०० मिटर उचाईमा रहेको सिमकोट पालिका वडा नम्बर २ ठेहे ज्ञागरु घट्टमा भगवान शिवको प्रसिद्ध गुफा रहेको छ। दुई नदीको दोभानस्थल नजिक रहेको होचोहोचो पहाडको फेदभन्दा अलिकति माथि चट्टानहको बिचमा गुफा रहेको छ। गुफाको फेदमा एउटा गुम्बा रहेको छ। गुम्बामा ध्वजापतकासहितको लिंगो ठड्याइएको छ। तीर्थको पूर्वी दक्षिणमा ठेहे गाउँका बासिन्दाहरुको परम्परागत पानीघट्ट, उत्तरमा कडा चट्टान, दक्षिणमा नदी र पश्चिममा ज्ञागरु जिउला रहेका छन्। हेर्दा तराईको झल्को दिने ज्ञागरु जिउलाको एक कुनामा अवस्थित गुफा तीर्थको धार्मिक महत्त्व रहेको पाइन्छ।

प्राचीन कालमा भगवान शिवले सत्यादेवीको मृत शरीर बोकेर संसार परिक्रमा गर्ने क्रममा विहार गर्दै यस स्थानमा 'ज्ञा' 'ग' 'रु' को भेषमा बसेका थिए। गुफामा बस्दै गर्दा विभिन्न भेषमा नजिकका बस्तीहरु विचरण गर्थे। ज्ञान दिएर मन्त्रमुग्ध पार्थे। यसरी 'ज्ञा' 'ग' रु' ज्ञानको भण्डार भनेर चर्चा हुन थाल्यो। भगवान शिव भनेर पनि मानिसले पहिचान गर्न थाले। 'ज्ञा' 'ग' रु', 'ज्ञा' 'ग' रु' भन्दाभन्दै पदयोग भई 'ज्ञा' 'ग' 'रु', 'ज्ञा' 'ग' 'रु' 'ग्याग्रु' नाम रहन गयो।

'ज्ञा' 'ग' रु' विचरण गर्दै जाने क्रम चलिरहेकै बेला गुफाको दूलोबाट प्रवेश गरेर रलिङ्गमा पुगेर ठुलो ताल बनाउने काममा लागेका थिए। ताल निर्माण गर्दागर्दै बिहान भएर हिमालको टुप्पोबाट काग कराउदा ताल बनाउन छोडेका थिए। हरेक वर्ष र लिङ्ग पूर्णिमाका दिन र शिवरात्रीका दिन गुफामा मेला लाग्छ। सिमकोट पालिकाका सिमकोट, ठेहे, बरगाउँ, दोजाम खार्पूनाथ पालिकाका ताक्ला, छिप्रा, माजा, खर्पेलगाउँ, लाली, राया गाउँबाट भक्तजनहरु दर्शनका लागि आउने गर्दछन्।

(ख) जुँली मुग्र धारा :

तस्बिर : शक्ति रावत शिक्षक मानसरोवर माध्यमिक विद्यालय सिमकोट

सिमकोट गाउँपालिका वडा नम्बर ६ पाउँवाडा स्थित धारालाई हाल तीन धाराको नामले चिनिन्छ। प्राकृतिक मूलको रुपमा रहेको यो धाराको इतिहास धार्मिक महत्त्वसँग जोडिएको छ। सिमकोट वरपरका राज्यहरुमा मारुल्या, धराल, पछाल, खाडी, खुट्को, बोरो, बरो र कल्याल राज्य थिए रे। राज गरेको इलाकालाई राज्य भनिन्थ्यो।

'जुँली मुग्र धारा' ऐतिहासिक नाम हो। यहाँको पानी कसरी बाहिर निकालियो भन्ने किंवदन्ती अनुसार मारुल्या राज्यको पालामा रानी वनको शिरमा कोट (दरबार) थियो। मारुल्या राजाका रैतीहरुले जमिन मुनि कुलो काटेर हुमाने खोलाको पानी कोटमा पुगाएका थिए। थुम्कोमा पुगेको पानीलाई मारुल्याहरुले प्रयोग गर्दै आएका थिए। एक दिनको कुरा हो 'जुँली मुग्र धारा' स्थानमा एक जना दमाई आफ्नो दमाहाको सिरानी गरेर सुतेका बेला सुतेको जमिनमुनि पानी बगिरहेको कलकल आवाज आएको सुनेपछि उत्खनन गरेर पानी बाहिर निकालिएको हो। प्रारम्भमा तामाको धारा थियो। हाल नयाँ संरचनामा धारा निर्माण गरिएको छ।

शिरमा कालाशिल्ता देवताको माँडु रहेको 'जुँली मुग्र धारा' भित्र ढुङ्गाले बनेको गब्बीर रहेको गब्बीर माथि बाघ र धारा नजिक नाग रहेको भनाइ रहेको पाइन्छ। सारमपुरी देवता खस धामी 'जुँली मुग्र धारा' मा ऐनाद (स्नान) गरी पूजा गर्ने क्रममा

पर्खालले च्यापेर मृत्यु भएको भनाइ रहेको छ । मृत धामीको धेरै लामो समय गुरगर गरेपछि कालाशिल्ता देवताका धामीको अवतार भएकोले हालसम्म कालाशिल्ता देवता मान्ने चलन रहिरहेको छ ।

हाल तीन धाराको नामले परिचित यस धारामा हरेक वर्ष साउने पूर्णिमाका दिन विभिन्न ठाउँबाट आएको जात्तो भेट गर्ने र धामी पतुर्ने गर्छन् । मानसरोवर कैलाश जाने मूल मार्गमा पर्ने यो धाराको इलाका साँघुरिदै जान थालेको छ । सिमकोटमा देखिएको पानीको समस्या समाधान गर्ने तीन धारा बहुउपयोगी छ । धार्मिक, राजनैतिक, सामाजिक रुपमा तीन धारा ऐतिहासिक स्थल भएकाले संरक्षणको जरुरत रहेको छ ।

(ग) टिका पातल :

यस पातललाई पञ्चायती शासन व्यवस्थामा रानी वन नामाकरण गरिएको थियो । जैविक विविधता नमुना रानी वन सिमकोट पालिकाको सौन्दर्य शोभा हो । रानी वनको ऐतिहासिक नाम 'टिका पातल' हो । सिमकोट नाम रहन रानी वनको गहिरो सम्बन्ध रहेको देखिन्छ । 'टिका पातल' को टुप्पोमा मारुल्या राजाको दरबारकोट रहेको तल पूर्वतिर सिम भएकोले सिमकोट नाम रहन गएको हो । यसको थुम्कोमा मारुल्या कालका पुराना घरहरुको अवशेष भेटिने गरेको थियो । पूर्वतिर बाक्लो जङ्गल, पश्चिमतिर भिरालो घाँस काट्ने जमिन (नेपाल आर्मीको व्यारेक ओगटेको ठाउँ बाहेक) वरपरको क्षेत्रलाई टिका सामुदायिक वन उपभोक्ता समिति गठन गरी समुदायलाई हस्तान्तरण गरिएको छ । राजनैतिक, समाजिक, प्राकृतिक रुपले रानी वन ऐतिहासिक छ ।

(घ) पारीमाडु :

तस्बिर : बल बहादुर शाही शिक्षक कैलाश माध्यमिक विद्यालय डाँडाफया

पारीमाडु सिमकोट पालिका वडा नम्बर ७ मा अवस्थित छ । अन्दाजी १२०० वर्ष पहिले बन्दराजले डाँडाफयामा बस्ती बसाल्दै गर्दा बाली बिसौँनाबाट हिउँजस्तो सेतो हंस जस्तो देखिने पक्षी उडेर चौथो भन्ने ठाउँमा बसेर हाल माडु भएको ठाउँमा जाने

पुनः बाली बिसौँना फिर्ता हुने गरेको मानिसले देखे । तेस्रो दिनमा बस्तीबाट मानिसहरु हेर्नका लागि जाँदा सेतो हंस बसिरहेको फेला पारे । अचम्मित हुदै जमिन उत्खनन गर्दा मूर्ति, घण्ट फेला पारेको सूचना तत्कालै अरु गाउँलेहरुलाई दिए । गाउँलेहरु जम्मा भएर ईश्वर बासस्थल हो अब पूजा गर्नुपर्छ भन्ने ठम्याइ गरेर विधिवत पूजा सम्पन्न भयो । पूजा गर्न सुरु भए पश्चात डाँडाफयाको फलिफाप भएको थियो ।

सुकिलो हंस जस्तो पक्षी बसेको हुनाले सुकिलो हंस नामाकरण गरेका थिए । आजकल स'किल्ली हंस भनेर पूजाआजा गरिन्छ । 'हंस' संस्कृत शब्द हो । हंसलाई विष्णुका चौबिस अवतारमध्ये एक मानिन्छ । हंसलाई ईश्वरीय विश्वास गरिन्छ ।

(ङ) फूल लेखेको ओडार :

तस्बिर : हिमराज शाही डाँडाफया

सिमकोट पालिका वडा नम्बर ७ मा पर्ने ग्याल्स्या ढाँडको ओडारलाई फूल लेखेको ओडार भनिन्छ । तिब्बतको राजनैतिक द्धन्द्धले भोकमरी परेको बेला तिब्बतीयनहरु जीबिकोपार्जनका लागि उत्तरी नेपालका ठाउँहरुमा प्रवेश गरेका थिए । त्यस क्रममा उत्तरी हुम्लाका ठाउँहरुमा अस्थायी बस्ती बसेका थिए । एक जना लामा आफ्नो समूह लिएर ग्याल्स्या ढाँडको ओडारमा बस्न थाले । समूहका अन्य सदस्यहरु खानपानको जोहो गर्थे । लामाले त्यस ओडारमा बसेर निरन्तर ध्यान, ज्ञान गर्न थाले । ओडारलाई स्तुपा, गुम्बाको रुपमा मानेर बौद्ध चित्रहरु बनाए । सेतो माटो, रङहरुको प्रयोग गरेर तिब्बतीयन कलाका फूल बुट्टाहरु भरेर ओडारलाई रङ्गाए । शिवलिङ्ग, बुद्धमूर्ति, स्तुपा निर्माण गरे । अस्थायी वासलाई स्थायी आवास नै हो भनेजस्तो गरि ओडारलाई सजाएका थिए । तिब्बतीयन कलाको केन्द्र जस्तै बनेको थियो ओडार ।

जब तिब्बतमा राजनैतिक अवस्था सुध्रियो तब स्वदेश फिर्ता हुने क्रम चल्यो । यही सिलसिलामा उनीहरु पनि फर्कने निधो गरे । नछोड्ने ओडारलाई छोड्नै पर्ने भयो । अथक मिहिनेत गरेर आफूले निर्माण गरेका धार्मिक सामग्रीहरु माझगाउँका ठुलाठुला ओडारमा लुकाए । माटाका सामग्रीहरु पञ्चायती व्यवस्थाको अन्त्य र प्रजातन्त्रको उदय हुन्जेलसम्म ओडारमा भेटिएका थिए । तिब्बती धर्मगुरुले निर्माण गरेका माटाका सामग्री तथा कलाको नष्ट भइसकेको छ । ओडारका भित्तामा अहिले पनि कलाका अवशेषहरु देखिन्छन् । ग्याल्स्या ढाँडको ओडारमा तिब्बती लामाले फूल लेखेको हुनाले फूल लेखेको ओडार नाम रहन गयो । फूल लेखेको, फूल लेख्या भन्दाभन्दै अपभ्रंश भएर एक शब्दमा फूल्लिकिया नाम नै जनबोलीमा रहेको छ ।

देशमा अभाव, अशान्ति हुदा नागरिकहरु पीडित हुन्छन् । देशमा हिंसा, द्धन्द्ध, अशान्ति, अभाव हुनुहुदैन । जसले गर्दा जनताहरु त्रसित हुन्छन् । विदेशी भूमिमा जान बाध्य हुन्छन् । नारकीय जीवन बिताउन विवश हुन्छन् । त्यसकारण देशको सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक, धार्मिक अवस्था अनुकूल भए विदेश गएका पनि फर्केर स्वदेशमै पसिना चुहाएर देशविकास गर्छन् भन्ने सन्देश दिनुले यस ओडारलाई ऐतिहासिक मानिन्छ ।

क्रियाकलाप : तपाईंको समुदायमा भएका ऐतिहासिक स्थलहरुको सूची बनाई छोटो परिचय दिनुहोस्

(च) रानी गुम्बा :

तस्बिर : खेतीराम बुढा शिक्षक सैपाल माध्यमिक विद्यालय स्याँडा

सिमकोट पालिका वडा नम्बर ८ स्याँडामा पर्छ । स्याँडा गाउँबस्तीभन्दा आधा घण्टाको दूरीमा रहेको रानी गुम्बा ऐतिहासिक स्थल हो । हजारौँ वर्ष पुरानो रहेको यस गुम्बामा ह्वाडेखोली लामाले ज्ञान गरेका थिए भनाई स्थानीयको छ । घण्टहरु, पुस्तक, बज्जरकिलो आदिको छाप रहेका छन् ।

ह्वाडेखोली लामाको गुम्बा र शिवको वासस्थान दुबै थियो भन्ने मत पाइन्छ । राक्षसहरुको बध गर्नका लागि यो गुम्बा निर्माण गरिएको थियो । भगवान गौतम बुद्ध जन्मेका दिन पारेर मेला लाग्ने र पूजा गर्ने प्रचलन छ । नाम्खा पालिकाका खगालगाउँ, लामाखोल्सीका बौद्धमार्गीहरुले विशेष रुपमा पूजा गर्छन् । यसले संरक्षण खोजिरहेको छ । यस्ता ऐतिहासिक स्थलहरुको संरक्षण गर्न सकेमा हाम्रो इतिहास जीवित रहन्छ ।

मालिका :

तस्बीर : खेतीराम बुढा शिक्षक सैपाल माध्यमिक विद्यालय स्याँडा

सिमकोट पालिका वडा नम्बर ८ स्याँडामा पर्ने मालिका ३५०० फिट उचाइमा रहेको छ । स्याँडा गाउँको सबभन्दा उच्च स्थानमा रहेको यस स्थानमा २ घण्टा उकालो हिडेर पुगिन्छ । यो ढुङ्गे ओडार हो । ढुङ्गाका ढोकामा गाईका थनहरु छन् । यसलाई मालिका माता पनि भन्ने गरिन्छ । जेठ पूर्णिमाका दिन ठुलो मेला लाग्दछ । यस तीर्थको पूजाआजा गरेमा शुभ हुने, जीवन सहज हुने, घरमा दुहुना खाली नहुने विश्वास गरिएको छ ।

हाम्रो इतिहास प्रत्यक्ष रुपमा धर्म, देउता, भगवानसँग जोडिएको छ । त्यसकारण हाम्रा ऐतिहासिक स्थलहरु प्रायः आस्थाबाट अछुतो छैनन् । खोज्दै जाने हो भने भगवान, देवीदेउता जोडिएकै हुन्छन् । त्यहाँ आस्था मात्रै देख्नुहुदैन विज्ञान पनि देख्नुपर्छ । हाम्रा ऐतिहासिक स्थलहरुमा वैज्ञानिक विषयवस्तु खोतल्नुपर्छ । अबको युग विज्ञान प्रविधिको हो । अब बन्ने इतिहास वैज्ञानिक आविष्कारसँग जोडिनु पर्छ । देवीदेउताले सद्भाव सिकाउँछन् । हामीले सद्भावलाई बोकेर सिर्जनशील, इलमी, योजनाकार बनेर देशलाई माथि उठाउनुपर्छ ।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) मानिसको सामूहिक जीवनशैलीलाई .... भनिन्छ ।
(ख) हुम्ली संस्कृति हुम्लाको .... हो ।
(ग) दाउराको स्थान .... ले लियो ।
(घ) संस्कृतिका नाममा .... आइरहेको छ ।
(ङ) विभिन्न कालखण्डमा भएका गतिविधिको तथ्यगत वृतान्त .... हो ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) जुँली मुग्र धारा ऐतिहासिक नाम होइन ।

(ख) टिका पातल रानी वन हो ।

(ग) फूल लेखेको ओडारलाई हाल फूल्लीकिया भनिन्छ ।

(घ) रानी गुम्बा स्याँडामा पर्दैन ।

(ङ) गुफा तीर्थमा 'ज्ञा' 'ग' 'रु' ले बास गरेका थिए ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) संस्कृति भनेको के हो ?

(ख) हुम्लाको संस्कृति निर्माणकर्ता को हुन् ?

(ग) संस्कृतिको रुप कस्तो हुन्छ ?

(घ) हाम्रा साझा संस्कृति केके हुन् ?

(ङ) इतिहास केलाई भनिन्छ ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) संस्कृतिको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) सिमकोट पालिका संस्कृतिको सम्पन्न पालिका हो किन ?

(ग) सिमकोट पालिकाका चाडपर्वहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(घ) ऐतिहासिक स्थल भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ङ) गुफा तीर्थ नाम कसरी रहन गयो ?

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) संस्कृति भनेको के हो ? संस्कृति कसरी निर्माण हुन्छ ?

(ख) रानी वनको महत्त्व लेख्नुहोस् ।

(ग) जुँली मुग्र धाराको परिचय लेख्नुहोस् ।

(घ) हुम्ला जिल्लालाई किन संस्कृतिले सम्पन्न जिल्ला मानिन्छ ? लेख्नुहोस् ।

(ङ) आआफ्ना समुदायमा भएका ऐतिहासिक स्थलहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईंको समुदायमा भएका विकृतिहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ख) सिमकोट पालिकाको संस्कृति जगेर्ना गर्न तपाईंको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) तपाईं बसेको गाउँको नाम कसरी रहन गयो ? अध्ययन गर्नुहोस् ।

हाम्रा लोकबाजा र हाम्रा चाडपर्वहरू

२.१. हाम्रा लोकबाजा परिचय :

'लोक' र 'बाजा' दुई अलग अलग शब्दको पदयोग भएर 'लोकबाजा' शब्द निर्माण भएको हो। नेपाली बृहत शब्दकोश अनुसार लोकको अर्थ समान संस्कृति, भावना र सामाजिक स्थिति भएका खास भौगोलिक एकाइमा रहने मानिसको समुदाय वा जनसमूह हो। अब स्पष्ट हुन्छ एउटै परम्परामा बाँधिएको निश्चित भूगोलमा बस्ने जनसमूहलाई लोक भनिन्छ। बाजाको अर्थ तारले रेटेर, मुखले फुकेर, गजाले ठोकेर सुरताल मिलाई बजाइने यन्त्रविशेष हो। विभिन्न भूभागमा बस्ने जातजातिका मौलिक वाद्यवादनका साधनलाई लोकबाजा भनिन्छ। सारङ्गी रेटेर बजाइने बाजा हो। मुरली, सहनाई, नरसिङ्ग, शङ्ख फुकेर बजाइने हुन्। ढोल, मादल, दमाहा, डमरु ठोकेर बजाइन्छ। हाम्रा लोकबाजा हाम्रो देशका बाजा हुन्। हाम्रा लोकबाजा हुम्ला जिल्लाका बाजा हुन्। हाम्रा लोकबाजा सिमकोट पालिकामा बजाइने बाजा हुन्। हाम्रा लोकबाजा हाम्रा पुर्खा, परम्परा, मौलिकता, चिनारी हुन्। हाम्रा लोकबाजाको निर्माण हाम्रा पुर्खाले प्राचीन कालमा गरेका थिए। मानव सभ्यतासँगै बाजाको रचना भइसकेको थियो। शिवको चित्र हेर्दा हातमा डमरु देखिन्छ। विष्णुको रुप हेर्दा हातमा शङ्क रहेको हुन्छ र कृष्णको हातमा पनि मुरली भएकाले पौराणिक कालदेखि लोकबाजाको विकास भइसकेको थियो। बाजा आफै बज्दैन बजाउनुपर्छ। बाजाले मानिसको मनलाई शान्ति पार्ने, मन भुलाउने, जाँगर निकाल्ने, भूतप्रेत हटाउने, घरको रोगव्याधी दूर गर्ने, बाधा हटाउने काम गर्छ। जात्रा, महोत्सव, मेलापात, जन्म, विवाह, मृत्युहरुमा बजाइने भएकाले सूचना दिने साधन पनि हो। लोकबाजा गरिमामय इतिहास हो। लोकबाजाले लोकजीवनको पिर, व्यथा प्रकट गर्छ। लोकबाजाले मानिसका आँसु रसाउने र दुःखित मन मुस्कुराउने गर्छ। दुःखिका रोदनहरुलाई बिर्साएर जीवनमा आशा, खुसी र उमङ्ग भर्ने गर्छ। बाजा जसले पनि बजाउन सक्छ तर दमाई दाइले दमाहा बजाएको, गाइने दाईले सारङ्गी रेटेको, लामा दाईले डम्फू बजाएको, पल्लाघरे दिदीले बाँसुरी बजाएको असाध्यै सुहाएको हुन्छ। सिमकोट पालिकाका मौलिक लोकबाजा सिमकोट पालिकाका पहिचान हुन्। यहाँको जाति, समुदाय चिनाउने आधार हुन्। मनोरञ्जन दिने वाद्ययन्त्र हुन्। शारीरिक मानसिक स्वस्थ राख्ने मौलिकपन हुन्। हुम्लाका गौरवशाली इतिहास हुन्। हुम्ली पुर्खाका स्मारक हुन्।

हाम्रा लोकबाजा निम्नानुसार रहेका छन् :

(क) दमाहा :

यो हुम्लाको मौलिक बाजा हो। तामाको भाँडोलाई छालाले मोरेर बनाइएको गजाले बजाउने बाजालाई दमाहा भनिन्छ। पिँधतिर सानो मुखतिर ठुलो आकारको हुन्छ। बजाएपछि गुइँ ... गुइँ ..... आवाज आउँछ। कुनै बेलाको सूचना दिने साधन हो। 'खुट' हालेर सूचना दिने, सभा, भेला, विवाह, व्रतबन्ध, पास्नी, न्वारन, यज्ञ, देवपूजा, माडुपूजा, धामीनाच, भैलो, भुओ, धान रोपाईं, छैटी, लिङ्गो ठड्याइँ, नयाँ घर निर्माण, घरसराइँ, तीर्थाटन, राजनीतिक कार्यक्रम, बाह्रै पूर्णिमा, दशैं, माने, चैतलो, चोख्या, विजयउत्सव सबै शुभ कार्यहरुमा बजाइन्छ। घाँटीमा भिरेर, कम्मरमा राखेर, भुइमा राखेर गजोले ठोकेर एकलदेखि ठुलो समूहले बजाउने बाजा हो। पञ्चेबाजा समूहभित्र पर्ने बाजा हो। पञ्चेबाजामा दमाहा, झ्याली, ट्याम्को, ढोलकी, सहनाई पर्दछन्। मौलिक संस्कृतिको संरक्षणमा यस बाजाको स्थान निकै माथि छ। बजारमा नयाँ नयाँ बजारमा आइरहेका बेला यो बाजा लोप भएर जानसक्छ त्यसकारण उचित संरक्षण गरिनुपर्छ।

(ख) ढोल (ङाँ) :

यो ठुलो तालबाजा हो । काठको ढुङ्ग्रोमा दुईतिर छालाले मोरेको हेर्दा मादल जस्तो देखिने बाजालाई ढोल भनिन्छ । यसको दुबैपट्टिको व्यास बराबर हुन्छ । एकातिर तिखो ध्वनी र अर्को भागमा भद्दा ध्वनी निस्कन्छ । आकारमा साना ठुला हुन सक्छन् । लामाले ज्ञान गर्दा, शुभ कार्य, महायज्ञमा बजाइन्छ । आफ्नो गाउँको परम्परा अनुसारका घरायसी पूजाआजाहरु छ्योत्पा, भिमुक, नेना, तोरग्याक, लोप्साङमा लामाहरुले बजाउने गर्छन् । यो बाजा बजाउँदा समृद्धि, उन्नति हुन्छ र रोगव्यथा हट्छ भन्ने विश्वास रहेको छ ।

(ग) ताल :

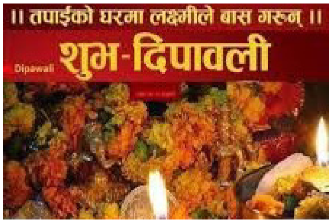
यसलाई झ्याली भनिन्छ । सञ्चेबाजाको समूहभित्र पर्ने प्रसिद्ध बाजा हो । थालजस्ता देखिने गोलाकार काँसका दुई फलक जुधाएर वा रगडेर बजाइने बाजालाई ताल भनिन्छ । दुईओटा बलियो डोरीले जोडिएको हुन्छ । झ्याइँ झ्याइँ आवाज निस्कन्छ । सुचना दिने साधन नभएको समयमा झ्याली पिटेर समाचार दिने गरिन्थ्यो । शुभ कार्यहरुमा यसको धुनले गुञ्जायमान बनाउँछ ।

(घ) नरसिङ्ग :

स्वर निस्कने भाग फुकेको, फुक्ने भाग मसिनो अर्धचन्द्राकार मुखले फुकेर बजाइने बाजालाई नरसिङ्ग भनिन्छ । तिखो आवाज आउँछ । पञ्चेबाजा समूहमा पर्छ । शुभ कार्यहरुमा बजाइने यो मौलिक बाजा हो । तामाको पातलो पाताबाट यो बाजा बनाइन्छ । यसलाई भाँचेर बोक्ने चलन छ ।

क्रियाकलाप :
तपाईंको समुदायका मौलिक लोकबाजाको सूची तयार पार्नुहोस् ।

२.२ हाम्रा चाडपर्वहरु



भूगोल र जातजाति अनुसार मिठो खाने, मनोरञ्जन गर्ने, पूजाआजा गर्ने विशेष दिवसलाई चाडपर्व भनिन्छ । हामीले मनाउने चाडपर्वहरु इतिहास, धर्म, संस्कृतिसँग प्रत्यक्ष जोडिएका छन् । आफ्नो मौलिकताको संरक्षण गरेर समुदायको एकता गराउनु, मानवीय मनमा शान्ति, सदभाव कायम गराउनु, शुभकामना आदानप्रदान चाडपर्वका उद्धेश्य हुन् । मनोरञ्जन, भेटघाटले पिर, मर्काहरु हटाएर जोश, जाँगर, हौसला बढाउँछ । आत्मबल, सकारात्मक सोच उत्पन्न गर्ने भएकाले मानसिक स्वास्थ्य ठिक हुन्छ । चाडपर्वको मूल रुप पुर्ख्यौली हुन्छ तर परिवर्तनशील हुन्छ । चाडपर्वको श्रीगणेश गर्ने समयको मान्ने पद्धति, हाल हामीले मानिरहेको पद्धति बदलिएको छ । परिवर्तन रोकिदैन र रोक्न पनि हुदैन । हाम्रा चाडपर्वहरु धार्मिक हुन् भन्नेमा दुई मत छैन । चाडपर्वले ऐतिहासिक सिर्जना, ऋतु, मौसमको सूचना दिने भएकाले त्यसभित्रको विज्ञान, कला, साहित्य, मानव सम्बन्धको गहन अध्ययन गर्न बिर्सनु हुदैन । चाडपर्वका नाममा निम्तिने अशिष्ट आचरण आफैले नियन्त्रण गर्न सकेमा सभ्य भइन्छ भन्ने भुल्नु हुदैन । सभ्यता, मेलमिलाप, शान्ति, सदभावले नै उन्नति हुन्छ ।

२.३. हाम्रा मौलिक चाडपर्वहरु :

तस्बिर : सूर्यमणि बोहोरा शिक्षक रलिङ माध्यमिक विद्यालय बरगाउँ

हाम्रा चाडपर्व हाम्रो भूगोल, जातजाति, धर्म अनुसार फरक फरक भए तापनि समष्टिमा सिमकोट पालिकाका साझा सम्पत्ति हुन् । सिमकोट पालिकाको गरिमाको रुपमा रहेका चाडपर्वहरुलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छ :

हिन्दु धर्मावलम्बीहरुका चाडपर्व	बौद्ध धर्मावलम्बीहरुका चाडपर्व
साउनपुनि, गौरा, चैतलो, चोख्या, भुओ, भैलो, माघि	ल्होसार, माने, हिल्सा, गुरा धामी पूजा, अमि, महाकाल पूजा,

(क) चोखे :

तस्बिर : खेतीराम बुढा शिक्षक सैपाल माध्यमिक विद्यालय स्याँडा

हुम्ला जिल्ला सिमकोट पालिका वडा नम्बर ८ स्याँडाको प्रमुख सांस्कृतिक, धार्मिक पर्व हो । जनै पूर्णिमापछि आउने औंसीको अघिल्लो दिन पर्ने चतुर्दशीका दिन सम्पन्न हुन्छ र भोलिपल्ट औंसी लाग्छ । यो चाड तीन वा चार दिन मनाइन्छ । प्रारम्भ दिनमा नव दम्पतीहरुले पहिलो सन्तान सुपुत्र जन्माएको खुसीयालीमा चोखे हाल्ने चलन अनुसार गाउँभरिका धामी, सामाजिक अगुवा, वृद्धवृद्धा महिला पुरुष लगायत सबैको उपस्थितिमा मागल गाएर कलश पूजा गरिन्छ । सुपुत्रको सङ्ख्या अनुसार पहिलो दिनमै कलश पूजा सकिएमा दोस्रो दिनमा चोखेचौर गइन्छ । यदि पहिलो दिनमा कलश पूजा समापन नभएमा दोस्रो दिन पनि कलश पूजालाई जारी राखिन्छ र तेस्रो दिन चोखेचौर गएर हिल्सो देवता पूजा गरिन्छ । चौथो दिनमा चोखे चौरमा फूर्का खेल्ने, घोडा दौड गर्ने, देउडा खेल्ने, मिष्ठान भोजन गर्ने, दुःख सुखहरु साटासाट गरेर चोखे पर्व सम्पन्न गरिन्छ । चोखेलाई चोख्या पनि भनिन्छ ।

धार्मिक हिसाबले कुल देवता हिल्साको पूजाले गाउँमा सुख, शान्ति, समृद्धि ल्याउने, जन्मिएका सन्तानहरुमा कुदृष्टि नपर्ने विश्वास गरिएको छ । लोप हुन लागेका वेशभूषा प्रस्तुत हुने, फुर्का खेल सिकाइ हुने, परम्परा हस्तान्तरण हुने, इतिहास जानकारी हुने, लोपोन्मुख ढाल तरबार प्रयोग अवस्था बुझ्ने बुझाउने, मागल संरक्षण हुने र नवयुवतीले सिक्ने अवसर प्राप्त गर्नु सांस्कृतिक महत्त्व हो सामाजिक एकता कायम, आपसी मेलमिलाप, सामूहिक भावना, सम्बन्ध विस्तार हुनु सामाजिक महत्त्व बोके को चोखे पर्व महत्त्वपूर्ण रहेको छ । बिगत, वर्तमान र भविष्य जोडिने भएकाले यसको संरक्षण गर्नु हामी सबैको दायित्व हो ।

क्रियाकलाप :
तपाईंको समुदायका चाडपर्वहरु मान्नुको कारण मान्यजनलाई सोधेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) गौरा :

तस्बिर : पूर्ण बहादुर शाही शिक्षक कैलाश माध्यमिक विद्यालय डाँडाफया

शिवपार्वतीको वैवाहिक सम्बन्ध गराउने यो चाड प्राचीन कालदेखि मनाइदै आएको महान् चाडपर्व हो । सिमकोट पालिका वडा नम्बर ४ को हिल्दुम, ७ को डाँडाफया, टुलिङ, धारापोरी, चौगानफया, पाँङ्लाथुम, ८ को खोल्सी गाउँहरुमा भाद्र कृष्ण पञ्चमीदेखि अष्टमीसम्म मनाइन्छ ।

पञ्चमीका दिन महिलाहरु निराहार बसेर पञ्च बिरुडा केलाउने, भिजाउने र शिव पार्वतीको पूजा गर्ने गर्दछन् । केराउ, गहत, मास, गुराउँस, गहुँ मिश्रण गरी भिजाएर बनाइएको प्रसादलाई पञ्च बिरुडा भनिन्छ । सप्तमीका दिन कन्याहरुले पार्वतीको प्रतिमूर्ति बनाएर बधूका रुपमा विधिपूर्वक मूल पूजाघर वा गौराघर वा नायकघरमा राखेर गौमाताको पवित्र दुध चढाइन्छ । गौर घरको छतमा सूर्यतिर फर्केर महिलाहरुले दुध चढाउँछन् । दुध ढोल्ने काम सकिएपछि पुरुषहरु फाक, चुट्किला गाउँने गर्दछन् । गौराघरलाई छोड्नु हुदैन भन्ने मान्यता अनुसार आआफ्ना रीति बमोजिमका गायनहरु निरन्तर चलिरहन्छन् । अष्टमीका दिन महेश्वर भनिने शिवको प्रतिमूर्तिलाई विधिपूर्वक ल्याएर लगनगाँठोमा बाँधिन्छ र विवाह सम्पन्न हुन्छ । जसरी विवाहमा मिठा सगुनहरु बाँडिन्छ त्यस्तै गरी शिवपार्वतीको विवाहको सगुन पञ्चबिरुडा लगायतका मिष्ठान्नहरु बाँडेर खाने चलन रहेको छ । स्थानीय विधिहरु पूरा गर्दै शिवपार्वतीका स्वरुप विसर्जन गरेर समापन हुन्छ । गौरा पर्वलाई दुबाटु पनि भनिन्छ ।

अघिल्लो दिन गौरा भनिने पार्वतीको स्वरुप ल्याउनुको अर्थ शिजजी पति पाउँ भनेर तपस्या गराइएको हो । शिव पति पाउनका लागि पार्वतीले तपस्या गरेकी थिइन् । पछिल्लो दिन महेश्वर भनिने शिव ल्याउनुको रहस्य पार्वतीले गरेको तपस्या अनुसार शिव पति प्राप्त भएको, शिवले पार्वतीको पति हुने स्वीकृति दिएको, पार्वतीको सपना साकार भई विवाह भएको मिथकलाई चाडपर्व मानिएको हो । सारमा विवाहोत्सव हो ।

धार्मिक रुपले विवाहोत्सवलाई जीवित बनाइएको छ । सांस्कृतिक रुपले इतिहास बुझ्न पाइने, वेशभूषा संरक्षित हुने, लोपोन्मुख ढाल तरबार प्रदर्शन र प्रयोग हुने, संस्कृति हस्तान्तरण गर्ने, पुर्खाको सम्मान हुने, पुराना महत्त्वका सामग्रीहरु प्रस्तुत हुने साझा चौतारी हो । सामाजिक रुपले समुदायको एकता, पारिवारिक मिलन, पारस्परिक सम्बन्ध कायम हुन्छ । परिवार सबैको उपस्थितिले मन सन्तुष्ट हुने, मिठा खानेकुराले शरीर पोषिलो हुने, पीडाहरु हराएर जाने भएकाले मनोविज्ञानलाई सबल बनाउँछ ।

क्रियाकलाप : चाडपर्वभित्रका विकृतिहरु अध्ययन गरेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ग) बुराउँसेको माने पर्व :

तस्बिर : छिरीङ युङडुङ लामा सूचना प्रविधि अधिकृत सिमकोट गाउँपालिका

यो पर्व प्रत्येक वर्षको माघ शुक्ल पक्षको त्रयोदशी साँझबाट सुरु भएर निरन्तर चार दिनसम्म परम्परागत वेशभूषामा स्थानीय बाजागाजासहित नाचगान गरी रमाइलो गर्ने चाड हो। प्राचीनकालदेखि लामा जनजाति समुदायमा मनाइने प्रमुख चाडहरुमध्ये एक हो। माघ शुक्ल पक्ष त्रयोदशी पहिलो दिनमा सेतो पहिरनमा डाँडा पट्टिबाट दुई जना सिक्टुक्पा बाक्पा र लासिल पट्टि बाट दुई जना सिक्टुक्पा बाक्पा गरी चार जनाको सिक्टुक्पा बाक्पाको नाचबाट प्रारम्भ हुन्छ।

दोस्रो दिन माघ शुक्ल चतुदर्शीका दिन धामी डाङ्री, गाउँका जानमानहरु बाजागाजासहित भूवानीको माडुमा जान्छन्। त्यहाँ थप्गीरे बाक्पा नाच, सिक्टुक्पा बाक्पा नाच, धामी नाच, परम्परागत गीत गाएर ठलो लिङ्गो गाडेर रमाइलो गर्ने गर्दछन्। त्यसपछि सामुदायिक भवनको चउरमा थप्गीरे बाक्पा नाच, सिक्टुक्पा बाक्पा नाच, सिङ्गी बाक्पा नाच, महाकाल बाक्पा नाच र जूईलाँवा बाक्पा नाच प्रस्तुत हुन्छ। तत्पश्चात् छोरी बुहारीहरुले आफ्ना माइती पक्षका सम्मानित अतिथि, आमाबाबा, मामा, दाजुभाइहरु बोलाएर बरगाउँ, तोर्पा, लिमाटाङ गाउँका जान्दा भलादमीहरुको रोहबरमा मिठामिठा खानपानका साथ दोसल्लाका रुपमा रातो काम्लो ओढाउने गर्छन्। रातमा महिला पुरुष, पाहुनाहरु सामुदायिक भवनमा भेला भएर खानपिनसहित रमाइलो गर्ने गर्दछन्।

तेस्रो दिनमा छिरीङ क्ष्याइङा नाच, घोडा बाक्पा नाच, फाकु ओम्फा बाक्पा नाच र पाहुनाहरुका नाच प्रदर्शन हुन्छन्।
चौथो दिनमा नाचहरु नाचेर महिलाहरु थाइकोर, केरची, ह्याक्च्या, मुगा, तुथो, कपुर्नी ल्हाम बोक्खु र पुरुषहरु ग्यान्मा बोक्खु, कोइच्यान बोक्खु, रातो बोक्खु, चारलाक् बोक्खु लगाएर सांस्कृतिक पहिरनमा बाजाका साथ कारनाच नाचेर माने पर्व समापन हुन्छ।

विभिन्न बाक्पाहरुको अर्थ निम्नानुसार रहेको छ :

- थप्गीरे बाक्पा : यसलाई तिलिङ्गे पनि भनिन्छ। मरेको मान्छेको रुपधारण गरेर नाचेको नाच हो।
- सिक्टुक्पा बाक्पा : थुल्बेथुल्बा बोक्खु लाएर जीउँदो मान्छेको रुप धारण गरेर नाचेको नाच।
- सिङ्गी बाक्पा : भूतप्रेत धपाउने देवीदेवताको नाच।
- फाक् ओम्फा बाक्पा नाच : हातमा धनु र वाण लिएको सुँगुर र सिकारी नाच।
- जूलावाँ नाच : कौरव र पाण्डव लडाईँ गरेको पुरुषको सामूहिक नाच।
- छिरीङ क्ष्याइङा बाक्पा नाच : ५ जना देवीको बाक्पा नाच।
- महाकाल नाच : महाकाल देवताको बाक्पा नाच।
- ग्याता बाक्पा नाच : घोडा रुप धारण गरेर नाच्ने नाच।
- कार नाच : परम्परागत पहिरनका कपडा र गहनाहरु लगाएर महिला पुरुषको सामूहिक नाच।
- परम्पराको रक्षा, सामाजिक एकता, भूतप्रेतमुक्त समुदाय, संस्कृति संरक्षण, पारिवारिक तथा आफन्त भेटघाट, मिष्ठान्न
- भोजन, सांस्कृतिक सामग्रीहरुको प्रयोग र प्रदर्शन, सांस्कृतिक पुस्ता हस्तान्तरण, पाहुनाको सत्कार, ग्रामीण पर्यटन
- प्रबर्द्धन, मौलिक पहिचानको रक्षा यस माने पर्वका आफ्ना विशेषता हुन्।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) लोक र बाजा दुई अलग शब्द पदयोग भएर .... शब्दको निर्माण भएको हो।
(ख) आफ्नो रीति अनुसारका मौलिक वाद्यवादनका साधनलाई .... भनिन्छ।
(ग) दमाहा हुम्लाको .... बाजा हो।

(घ) चाडपर्वको मूल रुप .... हुन्छ।
(ङ) चाडपर्वका नाममा निम्तिने .... आचरण आफैले नियन्त्रण गर्नुपर्छ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) सारङ्गी रेटेर बजाइने बाजा होइन।
(ख) लोकबाजाले मानिसका आँसु रसाउने र दुखित मन मुस्कुराउने गर्छ।
(ग) ढोललाई लामा खाम भाषामा 'ङा' भनिदैन।
(घ) चाडपर्वको मूल रुप पुख्यौंली हुन्छ तर परिवर्तनशील हुन्छ।
(ङ) चोखे पर्व स्याँडाले मनाउछ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) गौरा कसले मनाउछन् ?
(ख) चोखे चाड कसले मान्दछन् ?
(ग) कलश पूजा कुन चाडमा गरिन्छ ?
(घ) कुन चाडमा दुध ढोल्ने चलन छ ?
(ङ) चाडपर्व भनेको के हो ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) लोकबाजाको परिचय दिनुहोस्।
(ख) दमाहाको परिचय दिनुहोस् ?
(ग) तालको परिचय दिनुहोस् ।
(घ) नरसिङ्गको परिचय दिनुहोस् ?
(ङ) बुराउँसेको माने पर्वको परिचय दिनुहोस्।

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) लोकबाजा भनेको के हो ? प्रत्येक लोकबाजाको परिचय दिनुहोस्।
(ख) दमाहाको महत्त्व लेख्नुहोस्।
(ग) चोखे पर्वको धार्मिक, मनोवैज्ञानिक, सामाजिक परिचय लेख्नुहोस्।
(घ) गौरा पर्वको महत्त्व लेख्नुहोस्।
(ङ) सिमकोट पालिकामा मनाइने चाडको सूची बनाउनुहोस्।
(च) बुराउँसेको माने पर्वका विशेषताहरुको सूची बनाउनुहोस्।
(छ) बुराउँसेको माने पर्वमा प्रस्तुत हुने बाक्पाहरुको परम्परागत अर्थ लेख्नुहोस्।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईँको समुदायमा मनाइने चाडपर्वको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।
(ख) तपाईँलाई मनपर्ने चाडपर्वको बारेमा लेख लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।
(ग) तपाईँको समुदायमा मनाइने चाडपर्वका वैज्ञानिक पक्षहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।
(घ) तपाईँको घरमा मात्रै मनाइने उत्सवको बारेमा लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस्।

पाठ : ३ हाम्रो समुदायलाई योगदान दिने व्यक्तिहरु

निश्चित भूभागमा बसोबास गर्ने एकअर्कासँग साझा सम्बन्ध भएका मानिसको समूहलाई समुदाय भनिन्छ। जात, पेसा, वर्ण, लिङ्ग आदिका आधारमा समुदाय निर्माण भएको हुन्छ। एउटै लबज सामूहिक भावना र समानतामा आधारित भएर समुदाय बनेको हुन्छ। जहाँ साझा हितका लागि काम गरिन्छ।

समुदायको हित, विकास, समृद्धि ल्याउन निष्काम सेवा गर्ने व्यक्तिलाई हाम्रो समुदायमा योगदान दिने व्यक्ति भनिन्छ। सामाजिक समस्याहरु समाधान गरेर समुदायमा सद्भाव बढाउने मानिस साझा हुन्छन्। उनीहरुले माया, सम्मान, सहयोग गरेर आफ्नो समुदायप्रतिको कर्तव्य पालन गर्छन्। समुदायकै लागि सक्रिय भएर काम गर्ने मानिसलाई समुदायकै सम्पत्तिका रुपमा लिनुपर्छ। कला, साहित्य, शिक्षा, स्वास्थ्य, सञ्चार, मनोविज्ञान, फराकिलो चेतना, न्याय, पारिवारिक सहयोग, संरक्षण जस्ता तमाम अभियानहरु सञ्चालन गर्नु योगदान हो।

घमण्ड, दम्भ, चुक्ली, षड्यन्त्र, फट्याइँ, विनाशले समुदाय उँभो लाग्दैन बरु ठुलो बरबादी हुन्छ। लथालिङ्ग भएका समुदायहरुको उन्नति हुन सकेको छैन। जुन समुदायमा सकारात्मक सोच भएका चेतनशील र नैतिकवान् नागरिकहरु हुन्छन् त्यो समुदायको प्रगति भएको छ। समुदायको भलो चिताउने मानिस अग्रसर भएर काम गर्छ। बिरोधका लागि बिरोध गर्ने मानिस समाजको घातक हो। बिरोधलाई बिर्सेर सामाजिक भलाइमा खट्ने मानिस साझा मानवीय सम्पत्ति हुन्। हाम्रो समुदायका मनकारी मानिसहरुले देखाएको मार्गमा हिड्न सकियो भने हामी पनि मानव सम्पत्ति कहलाउन सक्छौँ। नेपालका डाक्टर सन्दुक रुइत आँखाका देउता, अनुराधा कोइराला बेचिएकी चेली उद्धारक, राधा पौडेल महिला मानव अधिकारकर्मी किन चर्चिन बने ? हालको कर्णाली प्रदेश स्थापनाका लागि अखण्ड मध्यपश्चिम आन्दोलनमा सुर्खेतका टिकाराम गौतम र गोपालसिंह रजबार, दैलेखका याम बहादुर बिसी, जुम्लाका हरी बहादुर कुँवरले किन बलिदान दिए ? कर्णाली प्रदेश बनाउनका लागि सहिद भएका थिए। स्थानीय साहित्यकार, मानव अधिकारवादी, कलाकार, शिक्षाप्रेमी, खेलाडी, समाजसेवी, राजनीतिज्ञ, स्वास्थ्यकर्मी, विकासप्रेमी सिमकोट पालिकाका जनशक्ति र शोभा हुन्। सबै मिलेर सिमकोटका बस्तीहरुलाई माथि उठाउनुपर्छ। सिमकोटका आआफ्ना वडामा हरेक नागरिकहरुले योगदान दिने हो भने सिमकोट सभ्य हुन्छ। काम सिमकोटका लागि नाम आफ्ना लागि भनेर निस्वार्थ सेवा दिनु योगदान हो।

सिमकोट ७ डाँडाफयामा जन्मेकी सामाजिक अभियानी, अनुकरणीय नारी तिलसरा बिक दलित मानव अधिकार रक्षक हुनुहुन्छ। उहाँ लामो समयदेखि मानव अधिकारका क्षेत्रमा कार्यरत हुनुहन्छ। न्यायको कलम चलाएर नागरिकहरुलाई सूचित गर्ने पत्रकार पनि हुनुहुन्छ। सिमकोट ६ पाउँबाडाका स्थायी बासिन्दा सोबर्णे रोकाया सांस्कृतिक जानकार हुनुहुन्छ। सिमकोट ५ स्थायी स्थायी ठेगाना भएका वसन्त बाध्यताश्री साहित्यिक स्रष्टा हुनुहुन्छ। काव्य साहित्यमा निरन्तर कलम चलाएर नेपाली साहित्यमा योगदान दिनुभएको छ। सिमकोट ४ बुराउँसेका लाल बहादुर लामाले आफ्नो जीवन शिक्षामा दिनुभयो। सिमकोट २ ठेहे का नवराज भण्डारीले राष्ट्रिय कलाकारको पहिचान बनाएर सिमकोट पालिका, हुम्ला जिल्ला, कर्णाली प्रदेशको लोकदेउडा संस्कृतिलाई प्रवर्द्धन गर्नुभएको छ।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) निश्चित भूभागमा बसोबास गर्ने एकअर्कासँग साझा सम्बन्ध भएका मानिसको समूहलाई .... भनिन्छ।

(ख) समुदायको हित, विकास, समृद्धि ल्याउन निष्काम सेवा गर्ने व्यक्तिलाई हाम्रो समुदायमा .... दिने व्यक्ति भनिन्छ।

(ग) लथालिङ्ग भएका समुदायहरुको उन्नति हुन .... छैन ।
(घ) .... लाई बिर्सेर सामाजिक भलाइमा खट्ने मानिस साझा मानवीय सम्पत्ति हुन् ।
(ङ) सन्दुक रुइतलाई .... भनिन्छ ।
(च) तिलसरा बिक .... हुनुहुन्छ ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :
(क) देशका लागि मर्ने ब्यक्ति सहिद होइन ।
(ख) सहिदको सपना पूरा गर्नुपर्छ ।
(ग) समुदायकै लागि सक्रिय भएर काम गर्ने मानिसलाई समुदायकै सम्पत्तिका रुपमा लिनुपर्छ ।
(घ) अनुराधा कोइराला बेचिएकी चेली उद्धारक होइनन् ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :
(क) कस्ता मानिसलाई साझा भनिन्छ ?
(ख) के कारणले समुदाय बरबाद हुन्छ ?
(ग) कस्ता मानिसले समाजको प्रगति गर्छन् ?
(घ) हामी कस्तो मार्गमा हिड्नुपर्छ ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :
(क) कर्णाली प्रदेश स्थापनाका लागि जीवन बलिदान दिने ब्यक्ति को को हुन् ?
(ख) योगदानको परिचय दिनुहोस् ।
(ग) कस्ता ब्यक्तिलाई सिमकोट पालिकाका जनशक्ति भनिन्छ ?
(घ) सकारात्मक सोच भएका मानिस किन आवश्यक पर्छ ?
(ङ) सिमकोट पालिकामा योगदान दिने स्थानीय व्यक्तिहरुको सूचीकरण गर्नुहोस् ।

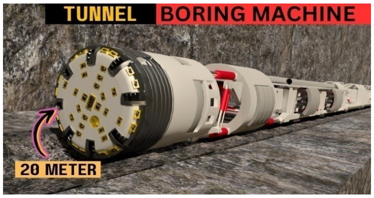
५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :
(क) तपाईंको समुदायलाई योगदान दिने मानिसहरुको सूची बनाउनुहोस् ।
(ख) तपाईंको समुदायलाई योगदान दिने मानिसहरुले कुन कुन क्षेत्रमा योगदान दिएका छन् ?
(ग) कर्णालीका सपुतहरुले किन बलिदान दिए ?
(घ) 'काम सिमकोटका लागि नाम आफ्ना लागि' वाक्यांशको तात्पर्य लेख्नुहोस् ।
(ङ) हाम्रै समुदायका कुन कुन व्यक्तिले कस्ता कार्यहरु गरेर योगदान दिएका छन् ? लेख्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य
(क) तपाईंको समुदायलाई योगदान दिने ब्यक्तिको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
(ख) तपाईंले आफ्नो समुदायलाई गर्ने योगदानको सूची बनाउनुहोस् ।
(ग) तपाईंको विचारमा सहिद हुनु रहर या बाध्यता के होला तर्क दिनुहोस् ।

एकाइ–तीन

पाठ : १

उत्पादनमा आधुनिक प्रविधिको उपयोग



(शिक्षक कक्षाकोठामा प्रवेश गर्दा बित्तिकै सिकाइ समूह विभाजन गर्दै भन्नुभयो, "आजको सिकाइमा मैले उत्पादन र आधुनिक प्रविधिको छोटो परिचय प्रस्तुत गर्नेछु, यसै आधारमा सबै सिकाइ समूहले 'उत्पादनमा आधुनिक प्रविधिको उपयोगु शीर्षकमा रोचक संवाद सिर्जना गरेर ल्याउनु, भोलिको कक्षा सिकाइ संवाद प्रस्तुतीकरणको हुनेछ, उत्कृष्ट संवाद समुह पालिका स्तरीय संवाद प्रतियोगितामा सहभागी हुन पाउने भनेर आजको सिकाइ सञ्चालन गर्नुभयो")

१.१. उत्पादनको परिचय :

उत्पादनका साधनहरु प्रयोग गरी वस्तु वा सेवा तयार गर्नुलाई उत्पादन भनिन्छ । उत्पादनका साधनले वस्तु तथा सेवा सिर्जना गर्नु उत्पादन हो । भूमी, पुँजी, श्रम, उद्यम उत्पादनका साधन हुन् । उपभोग र उपभोक्ताका लागि उत्पादन गरिन्छ । देशको भविष्य उत्पादनले निर्धारण गर्छ । उत्पादन नगर्ने नागरिक, देश गरिब बनेका छन् । व्यक्ति, परिबार र देशको आर्थिक अवस्था सुधार गर्ने भनेकै उत्पादनले हो । हामीलाई अभाव कसरी हुन्छ ? भन्दा उत्तर सहज छ, उत्पादन छैन ।

वस्तु र सेवालाई कहाँ पुगाउनुपर्छ ? भन्दा बजारमा लैजानुपर्छ त्यसकारण बजार बुझ्नु उपयुक्त हुन्छ । वस्तु वा सेवाको मूल्य किटान गरेर क्रेता र बिक्रेताबिच खरिद बिक्री हुने ठाउँलाई बजार भनिन्छ । भूगोलका आधारमा बजारलाई तीन भागमा वर्गीकरण गरिन्छ । ती हुन् स्थानीय बजार, राष्ट्रिय बजार, अन्तर्राष्ट्रिय बजार । उही ठाउँमा उत्पादन भएर उही ठाउँमा खपत हुने बजार स्थानीय हो । दुध, तरकारी, सागपात, फलफूल, ईँटा, ढुङ्गा, बालुवा टाढा लिन सकिदैनन् स्थानीय बजारमा बिक्री हुन्छन् । देशभित्र मात्रै खरिद बिक्री हुनेलाई राष्ट्रिय बजार भनिन्छ । किताप, नुन, चिया, कागज, रङ, सिमेन्ट जस्ता वस्तुहरु देशभित्रै एक स्थानबाट अर्को स्थानमा लैजान अप्ठ्यारो हुदैन । एक देशको वस्तु अर्को देशमा खपत हुने बजार अन्तर्राष्ट्रिय हो । धातु, मेसिन, सवारी साधन, विद्युतीय उपकरण, वस्त्र एक देशबाट अर्का देशमा पुगाउन कठिन हुदैनन् ।

१.२. आधुनिक प्रविधिको परिचय :

वैज्ञानिक तरिकाले काम सम्पन्न गर्ने पद्धति, सीप, ढङ्ग, कौशललाई प्रविधि भनिन्छ । पुरानो सोच, शैली, चेतनाले अबको माग पूरा हुन सक्तैन । परम्परागत तरिकाले आधुनिक युगलाई हाँक्न सक्तैन । आधुनिक युग सुहाउँदो प्रविधि प्रयोग गरेर उत्पादन वृद्धि गर्नुपर्छ । वर्तमान समयमा प्रयोगमा आउने नयाँ र उन्नत प्रविधिहरुलाई आधुनिक प्रविधि भनिन्छ । जीवनलाई सहज, छिटो र प्रभावकारी बनाउने प्रविधिहरु उपयोग गर्नु आजको युग अनुसार चल्नु हो । नवीनतम प्रविधिहरु आधुनिक प्रविधि हुन् । कम्प्युटर, इन्टरनेट, मोबाइल, मेसिन, औजार, उपकरणले वर्षौं महिनौं लाग्ने काम अचेल छोटो समयमा पूरा गरिन्छ । शारीरिक श्रम लगाएर गर्ने कार्यहरु डिजिटल भइसकेका छन् । प्रतिस्पर्धाको जमानामा आध'निक प्रविधिको उपयोग गर्न सकिएन भने पछि पर्ने निश्चित छ । आआफ्नो सिकाइ समूहले संवाद तयारीसहित उपस्थित हुने निर्देश गर्दै शिक्षक बाहिरिनुहुन्छ ।

विद्यार्थीहरु उत्सुक हुन्छन् । निर्देशन गरिए अनुसार तयारीका साथ उपस्थित छात्राछात्रहरु जिज्ञासा शाही, सुरुचि बुढा, अन्वेषण भण्डारी, अठोट लामा आफ्नो संवाद प्रस्तुत गर्छन् ।

जिज्ञासा : नमस्ते साथीहरु, हाम्रो परिवार कृषिमा निर्भर छौँ । हाम्रा बुबाआमा मिहिनेती हुनुहुन्छ शारीरिक श्रमको भरमा खेती गर्नुहुन्छ । हलो र गोरुको सहायताले खेत जोत्नुहुन्छ । अन्न उत्पादन गर्नुहुन्छ । सुरुचि, अन्वेषण, अठोट तिमीहरुका परिवारले उत्पादनका लागि कस्ता प्रविधि उपयोग गर्छन् ? नि ।

सुरुचि : हाम्रो आमा कृषि प्राविधिक हुनुहुन्छ । बजारबाट हाते ट्र्याक्टर, पावर टिलर किनेर ल्याउनुभयो अहिले खेत जोत्न सजिलो भएको छ । सधैं बुबाले सकिनसकि हलो जोत्नुहुन्थ्यो । पछि ट्र्याक्टर, हाते ट्र्याक्टर, पावर टिलर आफै जोत्न सिक्नुभयो । हप्तौं दिन लाग्ने खेत घण्टामै ट्र्याक्टरले जोतेर सकाउछ । अहिलेको समयमा मानिस खटेर हलो जोतेर सोचे जस्तो उत्पादन लिन म'स्किल छ । घरमा कृषि प्राविधिक ह'न'को नाताले आध'निक खेतीतिर अग्रसर भएका छौँ ।

अन्वेषण : यो प्रविधि खर्चिलो हुदैन र ! फेरी हाम्रा गराहरु भिराला पनि छन् । भिराला जग्गामा ट्र्याक्टरले जोत्न सक्तैन होला । हुन त मलाई थाह छैन है साथीहरु मेरा बुबा उद्योग म्यानेजर हुनुहुन्छ । आमा पनि बुबासँगै उद्योगमा काम गर्नुहुन्छ ।बजारको खाद्यान्न किनेर खान्छौँ । खेतको नाममा घरमा करेसाबारी मात्रै छ । त्यसैमा तरकारी फलफूल उत्पादन गर्छौं ।

अठोट : आहा ! क्या राम्रा राम्रा तर्क निकाले साथीहरुले घरायसी अवस्था पनि बुझ्न पाइयो आफ्ना कुरा पनि राख्न पाइयो यसलाई अवसर मान्नुपर्छ है ! मेरो आमा शिक्षक हुनुहुन्छ । दिदी इलेक्ट्रिक इन्जिनियर हुनुहुन्छ । दिदीसँग एउटा ड्रोन छ सको सहयोगले अग्ला विद्युतीय टावर, लाइन हेर्न मिल्छ भाइ भनेर मलाई उत्सुक बनाउनुहुन्छ मेरी दिदीले । ए साच्चै अन्वेषणको बुबा म्यानेजर हुनुहुन्छ है ! तिम्रो बुबाआमाको उद्योगमा तिमी गएका छौ ?

अन्वेषण : हो साथीहरु म गएको छु । मेरा बुबाको एउटा कहानी नै छ । कृषक बुबाआमाको परम्परागत खेतीले ५ जनाको परिवार धानेन । भौतारिएर विदेश जानुभयो । विदेश पनि भनेजस्तो कमाइ हुन सकेन । नेपाल फर्कनुभयो १ वर्ष आफ्नो साथीको उद्योगमा काम गरेर अनुभव लिनुभयो । त्यसपछि आफ्नै उद्योग सञ्चालन गर्नुभयो । हाम्रो उद्योगमा अटोमेटिक मेसिनहरु जडान गरिएका छन् । मेसिन चलाउन सक्षम कामदार सबै दक्ष हुनुहुन्छ । २४ घण्टा काम गर्न सकिन्छ । मेसिनले एक इन्च पनि फरक पार्दैन रहेछ । फरक पारे पनि इन्टरनेट जडित कम्प्युटर, ल्यापटप, मोबाइलमा तुरुन्त देखाउदो रहेछ । गुणस्तर राम्रो हुने, कच्चा पदार्थ खेर नजाने, मेसिनले प्याक गर्ने, रोजगार प्राप्त हुने, आर्थिक सुधार बलियो भएर देश विकासको गतिमा बढ्ने कुरा आधुनिक प्रविधिको उपयोगले गर्दा हुने रहेछ ।

सुरुचि : साथीहरु आधुनिक खेती आजको आवश्यकता हो । सुरुमा खर्चिलो हुन्छ तर समय बचत हुन्छ । गुणस्तर बढ्छ । दक्ष व्यक्तिले काम पाउँछ । अदक्ष कामदार पनि दक्ष हुन प्रेरित हुन्छन् । प्रविधि प्रयोगको जानकारी हुन्छ । जमिन अनुसार ट्र्याक्टर, हाते ट्र्याक्टर, पावर टिलर जस्ता थुप्रै उपकरणहरु प्रयोग गरिन्छन् । खेतीका लागि पनि ड्रोन उपयोगमा ल्याइएको छ रे ।

जिज्ञासा : आहा ! आजको संवादबाट धैरै जान्न पाइयो । हाम्रा बुबाआमालाई पनि आधुनिक खेती गर्ने सल्लाह दिनुपर्ला । हुन पनि हो श्रम बढी गर्नुपर्छ उत्पादन कम हुन्छ । पुरानो सोच बदलेर सकुन्जेल आधुनिक प्रविधि प्रयोग गर्नु समय अनुसार चल्न जान्नु हो । अँ अठोट मेरो जिज्ञासा तिम्री दिदी इलेक्ट्रिक इन्जिनियर भन्यौ ड्रोन त उपयोगी उपकरण रहेछ है अरु केकाम गर्ने रहेछ नि ।

अठोट : जिज्ञासाको जिज्ञासाले मलाई झन उत्सुक बनायो । साथीहरु केन्द्रीय विद्युत प्रसारण लाइनका अग्ला टावर तथा तारहरुको अवस्था जाँच गर्न ड्रोन प्रयोग गरिन्छन् । यसबाट समय र श्रम बचत हुन्छ । जल विद्युत उत्पादनका लागि

सुरुङ खन्न वर्षौं लाग्थ्यो अहिले TBM (Tunnel Boaring Machine) ले पहाडलाई छिटो र सुरक्षित तरिकाले खन्ने काम गर्छ भनेर मेरी दिदीले भन्नुभएको ।

सुरुचि : साथीहरु कसैका परिवार उद्योगमा छन् । कसैका खेतीमा, कसैका विद्युत उत्पादनमा जो जहाँ भए पनि आधुनिक प्रविधि प्रयोग गरेर देशको उत्पादन बढाउनुपर्छ । ड्रोनले खेतबारीको कुन ठाउँमा मल कम छ, कुन बिरुवामा रोग लागेको छ भनेर सजिलै पत्ता लगाउछ । मल कम भएको ठाउँमा झोल मल छर्नका लागि, रोग लागेको बिरुवामा मात्रै ओखती छर्नका लागि मदत गर्छ । यो आधुनिक प्रविधिको नमुना हो । पानी तान्ने पम्पहरुहरु प्रयोग गरेर सिँचाइ अभावलाई पुर्ति गरिन्छ । हामी सबैले आधुनिक प्रविधि अपनायौँ भने हाम्रै पालमा हामी नै सम्पन्नशाली हुन्छौँ ।

(हो हो आजको संवादले वैज्ञानिक सिकाइमा प्रेरित ग-यो भनेर सबै जना खुसी हुन्छन्)

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) भोलिको कक्षा सिकाइ .... को हुनेछ ।
(ख) वस्तु वा सेवा तयार गर्नुलाई .... भनिन्छ ।
(ग) एक देशको वस्तु अर्को देशमा खपत हुने बजारलाई .... भनिन्छ ।
(घ) शारीरिक श्रम लगाएर गर्ने कार्यहरु .... भइसकेका छन् ।
(ङ) घरमा कृषि प्राविधिक हुनुको नाताले .... खेतीतिर अग्रसर भएका छौँ ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) हाम्रो आमा कृषि प्राविधिक हुनुहुन्छ भनेर जिज्ञासाले भनिन् ।
(ख) आमा पनि उद्योगमा काम गर्नुहुन्छ भन्ने पात्र अन्वेषण हुन् ।
(ग) ड्रोनले विद्युतीय टावर जाँच गर्छ ।
(घ) ड्रोनले औषधी छर्छ ।
(ङ) आधुनिक प्रविधिले उत्पादन वृद्धि गर्छ ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) आधुनिक प्रविधि भनेको के हो ?
(ख) त्यः को पूरा रुप के हो ?
(ग) अन्वेषणको परिवार कति जनाको छ ?
(घ) कृषि प्राविधिक कसलाई भनिन्छ ?
(ङ) भौगोलिक रुपले बजारलाई कति भागमा वर्गीकरण गरिएको छ ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) उत्पादनको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) आधुनिक प्रविधिको परिचय दिनुहोस् ।

(ग) शिक्षकले दिएका निर्देशनहरु लेख्नुहोस् ।

(घ) सुरुचिले भनेका कुराहरु केके हुन् ?

(ङ) अठोटले व्यक्त गरेका भनाइहरु केके हुन् ?

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) संवाद समूहमा भएका सदस्यहरुमध्ये कसको विचार मन प-यो लेख्नुहोस् ।

(ख) टनेल बोरिङ मेसिनले गर्ने कामहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) सबै जनाले संवाद उचित भयो भनेर किन भनेका हुन् ?

(घ) उत्पादन भनेको के हो ? उत्पादनमा आधुनिक प्रविधि किन आवश्यक छ ?

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईंको समुदायमा उपयोग भएका आध'निक प्रविधिको सूची तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) तपाईंको विद्यालयमा सिकाइका लागि केके प्रविधि प्रयोग गरिएका छन् ?

(ग) परम्परागत खेती गरिरहेका कृषकहरुलाई दिने सुझाबको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(घ) तपाईंले इलेक्ट्रिक इन्जिनियर भएर गर्ने विकासको सूची तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ङ) संवादमा सहभागी पात्रहरुमध्ये आफूलाई मन परेको पात्रका बारेमा एक अनुच्छेद लेखेर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(च) सबै पात्रहरुले व्यक्त गरेका विचारहरुलाई सङ्क्षेपमा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ : २ पर्यटन व्यवसाय

२.१. पर्यटनको परिचय :

पर्यटनको सम्बन्ध यात्रासँग रहन्छ । पर्यटनमा यात्रा अनिवार्य हुन्छ । यात्रा गर्नु मानिसको जन्मजात गुण हो । ढुङ्गे युगमा निरन्तर यात्रा हुन्थ्यो तर त्यो यात्रा मानिसहरुमा हामी डुल्दैछौँ भन्ने त थाह हुँदो हो तर पर्यटन गर्दैछौँ भन्ने कुरा आफैमा जानकारी थिएन । हरेक युगमा मानिसले यात्रा गर्दै आइरहेका छन् । ती यात्राहरु आनन्द लिने उदेश्यका लागि थिएनन् । दैनिक कार्यहरु पूरा गर्ने कूरासँग सम्बन्धित थिए। यात्रा कामका लागि नभई आनन्दका हो भनेर जतिबेला मानिसले थाह पाए त्यतिबेलाबाट पर्यटनले आकार लियो । मानिसले उत्पादन गरेका वस्तुहरु खरिद बिक्री हुन थालेपछि पर्यटनको विकासपर्यटन संस्कृत भाषाको शब्द हो । भएको मानिन्छ । यसबाट स्पष्ट बुझ्न सकिन्छ पर्यटन भनेको मानिसको आउने र जाने विषयसँग सम्बन्ध राख्दछ । आउने र जाने ठाउँमा मानिसलाई स्थान, वस्तु, सेवा र आवासको आवश्यकता पर्दछ । फुर्सदको समयमा नयाँ ठाउँमा आउने जाने, आनन्द लिने, नयाँ स्वाद लिने कुरा हो भनेर बुझिन्छ । यसरी सामान्य तरिकाले हेर्दा पर्यटन भनेको कुनै स्थान, बस्ती, क्षेत्र, भूगोल, देश घुमेर आफू स्थायीरुपमा बसोबास गर्ने ठाउँमा आइपुग्नुलाई पर्यटन भनिन्छ । पर्यटन शब्द फ्रान्सेली भाषाको Tourisme बाट आएको हो । त्यगचष्कभ को शाब्दिक अर्थ यात्रा गर्नु, घुम्नु हो । Tourism शब्द त्यगच सँग र ism जोडेर बनाइएको हो । त्यगच को शाब्दिक अर्थ रमाइलो गर्नका लागि घुम्नु हो । Tourism को शाब्दिक अर्थ रमाइलो गर्नका लागि गरिने यात्रा हो भनेर बुझ्नुपर्ने हुन्छ ।

अष्ट्रियाका अर्थशास्त्री हर्मन भ्यान सुआर्डले पर्यटनको पहिलो परिभाषा सन् १९१० मा दिएका थिए जुन यस प्रकार रहेको छ :

"पर्यटन भनेको कुनै निश्चित राष्ट्र, सहर अथवा क्षेत्रभित्र वा बाहिर विदेशीहरुको प्रवेश बसोबास र घुमफिरसँग प्रत्यक्ष रुपमा सम्लग्न कूल आर्थिक क्रियाकलाप हो ।"

World Tourism Organisation विश्व पर्यटन सङ्गठनले सन् १९९३ मा दिएको परिभाषा अनुसार पर्यटन भनेको :"व्यापारिक मनोरञ्जन तथा अन्य उद्धेश्यका लागि लगातार एक वर्ष नबढाई आफ्नो स्वाभाविक वातावरण भन्दा भिन्न वातावरणमा घुम्ने उद्धेश्यले गर्ने क्रियाकलापलाई पर्यटन भनिन्छ ।"

२.२. पर्यटनका प्रकार

उद्योगका रुपमा विकास भइसकेको पर्यटनका प्रकारहरु यस प्रकारका छन् :

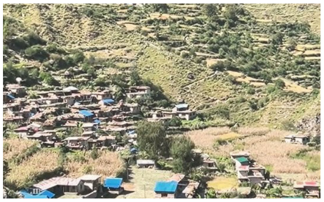
(क) आन्तरिक पर्यटन

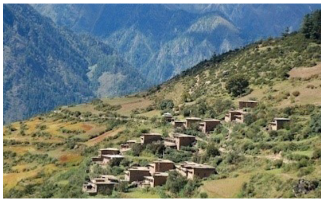
उही देशको नागरिक उही देशभित्र घुमफिर गर्नुलाई आन्तरिक पर्यटन भनिन्छ। घुमफिर गर्ने मानिस पर्यटक हुन । आन्तरिक पर्यटन गर्नका लागि राहदानीको आवश्यकता पर्दैन । आन्तरिक पर्यटनमा आफ्नै देशको नागरिकले यात्रा गरेका हुन्छन् । स्थानीय स्तरको विविधतासँग परिचित हुनका लागि आन्तरिक पर्यटनले टेवा पु-याउछ । आन्तरिक पर्यटनले स्थानीय स्तरको आर्थिक वृद्धि गर्छ । विदेशी मात्रै पर्यटक हुन् भन्ने परम्परागत सोचको अन्त्य गर्ने काम गर्छ। देशको सच्चा नागरिकले आफ्नो देशको बारेमा परिचित हुन आवश्यक छ भन्ने मान्यता विकास गर्ने काम गर्छ ।

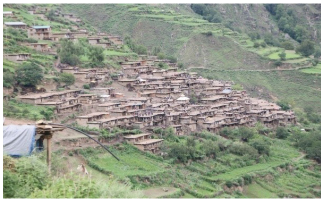
(ख) बाह्य पर्यटन

एक देशको नागरिक अर्को देशको भ्रमण गराउने पर्यटनलाई बाह्य पर्यटन भनिन्छ। यो पर्यटन विदेशीहरुको पर्यटन हो । बाहिर देशका पर्यटकहरु यस पर्यटनभित्र पर्दछन् । बाह्य पर्यटनका लागि अनिवार्य रुपमा राहदानीको आवश्यकता पर्दछ। बाह्य पर्यटनमा अनुमति, प्रवेशाज्ञा (Visa) नियमको पालना सबै प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ। सीमाघेराभित्र रहेर पर्यटन गर्नुपर्छ। यस्तो पर्यटन कठिन हुन्छ। बाह्य पर्यटनले विदेशी मुद्रा आर्जन सहज पु-याउछ। कुनै समयमा पर्यटक भन्नाले विदेशी मात्रै हुन् भनिन्थ्यो। देशविदेशको सद्भाव बढाउनका लागि बाह्य पर्यटन आवश्यक छ।

(ग) ग्रामीण पर्यटन







ग्रामीण इलाकाको आकर्षण बढाउनका लागि सञ्चालन गरिने पर्यटन ग्रामीण पर्यटन हो । यस्तो पर्यटनमा गाउँलाई मुख्य केन्द्रमा राखिन्छ । गाउँमा आएका आगन्तुकहरुलाई बस्नका लागि गाउँमा सुविधा सम्पन्न होटलहरु हुदैनन् त्यसकारण होम स्टे सञ्चालन गरिएका हुन्छन् । कैलाश गेटवे होम स्टे डाँडाफया र बुराउँसे होम स्टे बुराउँसे सिमकोट गाउँपालिकाका ग्रामीण पर्यटन विकास गर्ने होम स्टेका उदाहरण हुन् । गाउँको रमाइलोमा पर्यटकहरु रमाउने गर्दछन्। पर्यटनलाई देशका गाउँगाउँमा पु-याउनु ग्रामीण पर्यटनको उद्धेश्य हो। यसमा पाहुना बस्ने, सुत्ने कोठा र भान्साकोठा बनाइएका हुन्छन्। गाउँको आम्दानीमा वृद्धि गर्ने, स्थानीय परिवेश, संस्कृतिसँग पर्यटकलाई परिचित गर्ने काम गरिन्छ।

(घ) सहरी पर्यटन :

सहरी इलाकामा सञ्चालन गरिने पर्यटनलाई सहरीपर्यटन भनिन्छ । नेपालमा गाउँले परिवेश र सहरी परिवेश दुबै रहेको छ । सहरमा ठुला ठुला होटलहरु हुन्छन्। पर्यटकलाई कस्तो होटलमा बस्न मन पर्छ ? त्यस्तै होटलहरु सञ्चालन गरिएका हुन्छन्। यस्ता होटलहरु व्यापारका लागि बनाइएका हुन्छन्। सहरी पर्यटनले स्वदेशी तथा विदेशी मुद्रा आर्जन गर्छ। काठमाण्डौं, पोखरा, भरतपुर, नेपालका सहरी पर्यटनका विकसित सहरहरु हुन्।

(ङ) प्राकृतिक पर्यटन :

नेपाल प्रकृतिको धनी देश हो। प्राकृतिक विविधता भएको देश पर्यटनका हिसाबले मजबुत मानिन्छ। हाम्रो देश पर्यटनको आकर्षण हो । पर्यटकहरुले चाहेको पर्यटकीय दृश्यहरु नेपालमा रहेका छन् । प्रकृतिलाई मुख्य आधार मानेर सञ्चालन गरिने पर्यटनलाई प्राकृतिक पर्यटन भनिन्छ। जल, जङ्गल, जडीबटी, पशुपक्षी, हिमाल, पाटन, खर्क, उपत्यका हुन्। यस्तो पर्यटनका लागि प्राकृतिक वातावरणलाई स्वच्छ राख्नुपर्छ। प्रकृतिमा ह्रास हुन दिनु हुदैन। प्राकृतिक पर्यटन सञ्चाला गर्नका लागि प्रकृतिसँग परिचित हुनुपर्छ।

(च) सांस्कृतिक, धार्मिक पर्यटन :

संस्कृतिको पहिचान गर्नका लागि सञ्चालन गरिने पर्यटनलाई सांस्कृतिक पर्यटन भनिन्छ। संस्कृति जाति, धर्म, भूगोलको परिचय हो। संस्कृति इतिहास वर्तमान दुबै भएकाले यसको संरक्षणमा लागिरहनुपर्छ। सामाजिक मूल्यमान्यता, वेशभूषा, खुवाइ, दृष्टिकोण हरुको आदानप्रदान गर्नका लागि सांस्कृतिक पर्यटनको महत्व रहेको छ। यो पर्यटन पनि आर्थिक अवस्था सुधारको पक्ष हो। धर्मसँग सम्बन्धित पर्यटनलाई धार्मिक पर्यटन भनिन्छ। धार्मिक विधिहरु पालना गर्ने समुदाय धर्मप्रति पूर्ण रुपमा विश्वस्त हुन्छन्। धर्मात्महरु धार्मिक कार्यहरु गरिरहन्छन्। लुकेका धार्मिक कुराहरु अुसन्धान गर्नका लागि यस्ता पर्यटनहरु निकै महत्वपूर्ण हुन्छन्। धार्मिक मान्यता, धार्मिक विश्वास कायम राख्ने कार्य धार्मिक पर्यटन हो। धर्म र संस्कृति अन्तरसम्बन्धित छन्। धार्मिक संस्कृति र जातीय संस्कृति, चाडपर्वहरु धर्म र संस्कृतिसँग गाँसिएका छन्। यी कुराहरुको अध्ययन अनुसन्धान गर्नका लागि धार्मिक सांस्कृतिक पर्यटन गरिन्छ। मन्दिर, गुम्बा, मस्जिदहरु अवलोकन गर्नका लागि पर्यटकहरु आउने जाने गर्छन्।

(छ) साहसिक पर्यटन:

जोखिमहरुको सामना गरेर आफ्ना आनन्दहरु पूरा गर्ने पर्यटनलाई साहसिक पर्यटन भनिन्छ। अप्ठ्यारा कार्यहरुमा सहभागी भएर मनोरञ्जन लिनु साहसिक पर्यटन हो। अप्ठ्यारा कामहरु गरेर रहरहरु पूरा गर्नु यसको मुख्यविशेषता हो। हुम्ला जस्ता दुर्गम ठाउँहरुमा साहसिक पर्यटनको सम्भावनाहरु छन्। पदयात्रा (Trekking), hnofqf (Rafting), पहाड चढ्ने काम (Mountain climbing), बन्जी खेल (Bunjee Jump) साहसिक पर्यटन हुन्। भोटेकोशी सिन्धुपाल्चोक, पोखरा हेम्जा, कुस्मा पर्बतमा बञ्जी जम्पहरु सञ्चालनमा रहेका छन्। सिमकोट पालिकाभित्र पनि साहसिक पर्यटन गर्ने सम्भावना भएका ठाउँहरु रहेका छन्।

(ज) कृषि पर्यटन :

कृषि गतिविधिहरुमा आधारित पर्यटन कृषि पर्यटन हो। कृषि क्षेत्रको प्रचार प्रसार गर्नका लागि कृषि पर्यटन सञ्चालन गरिएका हुन्छन्। कृषि पर्यावरण, कृषि संस्कृति संरक्षण गर्ने काम कृषि पर्यटनले गर्दछ। कृषि फर्मको भ्रमण, कृषि उत्पादनको बिक्री, कृषि शिक्षा आदानप्रदान गर्नका लागि कृषि पर्यटनको निकै महत्व रहने गर्दछ। स्थानीय परिवेश अनुसार कुन पर्यटन सञ्चालन गर्ने सम्भावना हुन्छन्? उही किसिमका पर्यटनहरु सञ्चालनमा ल्याउनुपर्छ।

पर्यटनहरु थुप्रै छन् यस्ता केही महत्त्वपूर्ण पर्यटनहरु तपसिल बमोजिम रहेका छन् :

- समूह पर्यटन तथा सामूहिक पर्यटन
- विशिष्ट पर्यटन,
- मनोरञ्जन पर्यटन,

- सभासम्मेलन पर्यटन,
- विकास पर्यटन
- खेलकुद पर्यटन
- व्यापार पर्यटन
- अनुसन्धान पर्यटन
- पर्वतीय पर्यटन

२.३. पर्यटनको महत्त्व :

वर्तमान युगमा तीब्र गतिमा पर्यटनको प्रचारप्रसार, विकास भइरहेको छ। तेल उद्योग, मोबाइल उद्योग, कपडा उद्योग जस्तै गरेर पर्यटन पनि उद्योगका रुपमा सञ्चालित छ। विश्वका ६९ ओटा अविकसित देशहरुको आर्थिक अवस्था सुधार गर्ने क्षेत्र भनेको पर्यटन नै हो। धनी र सम्पन्नशाली राष्ट्रहरुको मूल आम्दानीको स्रोत पर्यटन बनेको छ। उद्योगहरुले थुप्रै सङ्ख्यामा रोजगार दिएजस्तै पर्यटनले पनि रोजगारीको सिर्जना गर्दछ। पर्यटन स्वरोजगारीको सशक्त माध्यम पनि हो।

पर्यटनका महत्वहरु यस प्रकार छन् :

- आय आर्जन एवम् आर्थिक फाइदा,
- विदेशी मुद्रा आर्जनको मुख्य आधार,
- सामाजिक सांस्कृतिक समझदारीको विकास,
- नवीन चेतना, सोच, चिन्तन, इलमको प्रयोग,
- रोजगारीको सिर्जना,
- पूर्वाधार विकास,
- स्थानीय प्रकृति, स्थानीय उत्पादनको परिचालन,
- मैत्रीपूर्ण भावको विकास,
- कला, सीप, परम्परा, प्राकृतिक, सांस्कृतिक सम्पदाहरुको संरक्षण,
- धुवाँरहित उद्योग भएकाले पर्यावरणको संरक्षण।

२.४. सिमकोट गाउँपालिकाभित्र रहेका पर्यटकीय स्थलहरु

वडानम्बर	पर्यटकीय स्थलहरु
१	डुक लाप्पाङ गुम्बा, रन्यूङ गुम्बा, कोरन भ्याली, चाङ्ला हिमाल, फुने छहरा, गुफातीर्थ,
२	रलिङ गुम्बा, रामपाल माडु, गुफातीर्थ, रलिङ ताल, लामागुम्बा, राबदानेखाँबु, चिमिकगुम्बा
३	कुबुङ, छोकाम, बागचाल्ना, टुथङ्सिङ, छुरीसोल्सा, क्योकक्योक, हुम्लीढुङ्गा
४	पञ्चमुखी, दुधेदह, लडेदह, हिल्दुम छहरा
५	शिव मन्दिर, सिमपार्क, रानीवन,
६	छोपाखोर, किरीना, धजालाइना, कालाशिल्ता माडु, र्जुली मुग्रधारा, लाग्ना, ग्यामचौर
७	फुल्लीकिया, पारीमाडु, पानीनाउला, छोपाखोर, गुदुमजुर, भेडीगाड, चाट्टाबगर
८	मालिका, चोखेचौर, रानीगुम्बा,

२.५.पर्यटन व्यवसाय

पर्यटन भनेको के हो ? हामीले बुझ्यौँ। पर्यटनको परिभाषाले पर्यटन व्यवसाय के होला ? भन्ने विषय सहजै अनुमान गरिसक्यौँ। आफ्नो जीवन निर्बाहका लागि गरिने सम्पूर्ण क्रियाकलापलाई व्यवसाय भनिन्छ। सीपको प्रयोग, बस्तु उत्पादन, सेवा प्रवाह, किनबेच आदि कुराहरु व्यवसायसँग प्रत्यक्ष रुपमा जोडिएका विषय हुन् । नियमित रुपमा काम गरिन्छ र पैसा कमाइन्छ त्यो व्यवसाय हो । अङ्ग्रेजीमा यसलाई द्यगकष्लभकक भनिन्छ ।

पर्यटन भनेको दुई समाजको मिलन हो । एउटा समाज अर्को समाजसँग मिलन हुँदा स्वागतसत्कार, भोजन परि कारहरु, सुरक्षित आवास, मनोरञ्जनलगायत सम्पूर्ण व्यवस्थाहरु गर्नुपर्छ । पर्यटन व्यवसायमा लाग्नु भाग्य हो । किनभने आफ्ना रहर पनि पूरा हुन्छन् र आय पनि वृद्धि हुन्छ । हरेक काममा अप्ठ्याराहरु हुन्छन् । पर्यटन व्यवसायमा पनि चुनौतीहरु छन् । श्रम नगरी आम्दानी हुदैन । इलमबाट नै आम्दानी सम्भव छ । पर्यटन व्यवसायमा अप्ठ्यारो, आराम, आनन्द र आम्दानी पक्कै छ । संसारका हरेक १६ जनामा एकजना पर्यटन व्यवसायसँग सम्बन्धित रहेको कुरा तथ्याङ्कबाट स्पष्ट हुन्छ । न्गभकत ष्क नयम हाम्रो गौरवमय परम्परा हो । पाहुनाहरुलाई सेवा, सत्कार, मिष्ठान भोजन र रमाइलो प्रदान गर्ने हाम्रो परम्परा नियमित चलेकै छ । आपसी पाहुनाहरु पनि एकप्रकारले पर्यटक हुन् । उनीहरुलाई सेवा दिइन्छ तर मूल्य लगिदैन । पाहुनालाई दिएको सेवा मूल्यसँग जोडिन्छ भने त्यो नाफामुखी हुन्छ । अब स्पष्ट हुन्छ पर्यटन व्यवसाय भनेको पर्यटकहरुलाई उचित सेवा सुबिधा दिएर आय आर्जन गर्ने व्यवसायलाई पर्यटन व्यवसाय भनिन्छ ।

पर्यटन व्यवसाय भनेपछि परिभाषा जानेर मात्रै पुग्दैन । ती व्यवसायहरु केके हुन् ? भन्ने कुरा बुझ्न आवश्यक छ । हाम्रो देशमा सञ्चालित पर्यटन व्यवसायका प्रकार तल दिइएको छ :

- हवाइजहाज कम्पनी (Airlines Agencies)
- होटल रेष्टुरेन्ट (Hotel and Restaurant)
- यात्रा एजेन्सीहरु (Travel Agency)
- पदयात्रा, जलयात्रा एजेन्सी (Trekking Agencies)
- हिमाल आरोहण, पर्वतारोहण (Mountaineering and Expedition)
- जङ्गल सफारी (Jungle Safari)
- हट एयर बेलुन (Hot Air Ballon)
- बन्जी जम्पिङ (Bunjee Jumping)
- पाराग्लाइडिङ (Paragliding)
- अल्ट्रालाइट एयरक्राफ्ट (Ultralight Aircraft)
- क्यानोनिङ (Canyoning)
- पर्वतीय उडान (Mountain Flight)
- केबुलकार (Cable Car)
- वेभ रनिङ (Wave Running)
- सिकार (Hunting)
- माउन्टेन बाइकिङ (Mountain Biking)
- पहरो चढ्नु (Rock Climbing)
- ग्रामीण पर्यटन (Village Tourism)

२.६. हाम्रो सिमकोट पालिकामा गर्न सकिने सम्भावित पर्यटन व्यवसायहरु

हाम्रो पालिका सदरमुकाम रहेको पालिका हो । सिमकोटमा मानिसहरुको आवागमन भइरहन्छ । नेपालको अग्लो स्थानमा रहेको सदरमुकाम भएकाले यो पर्यटकीय विशेषताहरु बोकेको पालिका हो । कैलाश, मानसरोवर, रलिङ तीर्थ, चाङ्ला हिमाल, पञ्चमुखी, खार्पुनाथ, लिमी उपत्यका, बाह्रौं शताब्दीमा निर्मित हल्जी गाउँमा भएको ऐतिहासिक रिजलिङ गुम्बा, तुमकोट गुम्बा, ताङ्गिन गुम्बा, तोर्पामा रहेको तोर्पा गुम्बा, यालबाङ गुम्बा, न्यालुलुेक, हिल्सा नाका, ठेहेमा रहेको रामपाल माँडु, च्याछहरा राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय रुपमा प्रतिष्ठित पर्यटकीय स्थलहरु भ्रमण अवलोकन गर्ने मुख्य हवाइ प्रवेशद्वार हो । प्राकृतिक विविधता, सांस्कृतिक विविधता, धार्मिक विविधता, सामाजिक विविधता, कृषि विविधताहरु पर्यटन व्यवसाय सञ्चालन गर्ने मुख्य आधारहरु हुन् । सिमकोट उपत्यकामा रहेका सिमपार्क, शिव मन्दिर नेपाल सरकारका क्षेत्रगत पर्यटकीय स्थल हुन् ।

- Mountaineering

कैयौं पर्यटकहरुको इच्छा हिमाल आरोहण गर्ने हुन्छ । ठुला तथा उच्च हिमालाहरु आरोहणको अनुभव बटुल्नका लागि साना हिमालहरु चढ्नुपर्छ । ६००० मिटर माथिका १८ ओटा हिमालहरु हुम्लामा रहेका छन् । हिमाल आरोहणको कानूनी प्रक्रिया पूरा गर्नका लागि नेपाल सरकारको अनुमति र नेपाल पर्वतारोहण सङ्घको स्वीकृति लिनुपर्छ । पर्वतारोहणका लागि पूर्वतयारी, तालिम, आरोहण दल हुनैपर्छ । आरोहण दलका लागि नेपाल पर्वतारोहण सङ्घको स्वीकृति लिनैपर्छ । तलब, खाद्यान्न, पाल, बसाइँ सुबिधाको व्यवस्था पर्यटकले गर्नुपर्ने हुन्छ ।

हुम्ला जिल्लामा भएका हिमालहरुको सूची यसप्रकार रहेको छ :

SN.	Name	Height	Himal	Region	Latitude	Longitude	Route
1	Aichan	6055	Chan-wathan	Humla	30 . 16' 15"	81. 51' 35"	Simikot Subakhola Nyengla BC
2	Ardang	6034		Humla	30 . 56' 56"	81. 37' 24"	Simikot Subakhola Nyengla/Kermi Kying Khola
3	Asajya Tuppa	6265	Gorakh	Humla	30 . 03' 47"	82 . 16' 47"	Piplan Nepka Bho-blhan Chaur BC/Rimi Nepka Take Khola
4	Asajya Tuppa West	6055	Gorakh	Humla	30 . 03' 45"	82 . 15' 58"	Piplan Nepka Gala-gna Chour Bhoblhan Chaur BC/Rimi Nepka Take Khola
5	Chandi Himal	6096		Humla	30 . 21' 33"	81 . 57' 05"	Simikot Chuwakhola Ning
6	Changla	6563		Humla	30 . 18' 11"	82. 07' 44"	Simikot Dharapani Kanche Bhimthaukoti

7	Changla Khang	6581		Humla	30 . 09' 14"	82. 12' 27"	Simikot Thehe-Dojam-Tara sangu
8	Changla Khang West	6233		Humla	30 . 09' 39"	82. 11' 02"	Simikot Thehe-Dojam-Tara sangu
9	Chang-wathang	6125	Chandi	Humla	30 . 19' 35"	81 . 53' 18"	Simkot Nyala Takchen Taisolu Khola
10	Lachama Chuli	6721		Humla	30 . 08' 11"	82. 12' 02"	Simkot Chuwa Khola
11	Lachama North	6628		Humla	30 . 08' 36"	82 . 12' 00"	Simkot Chuwa Khola
12	Nala kankar	6062		Humla	30 . 21' 37"	81. 24' 05"	Kermi Nyula Takchen
13	Nylu	6265		Humla	30 . 09' 13"	81. 52' 35"	Simikot-Hekpalek Tangin
14	Saipal	7031		Humla/ Bha-jang	29 . 53' 16"	81 . 29' 41"	Simkot Yalbang Puyas Chola
15	Saipal East	6882		Humla/ Bha-jang	29 . 53' 28"	81 . 30' 02"	Simkot Yalbang Puy-aChola
16	Takphu Hi-mal	6395		Humla	30. 17' 02"	81 . 25' 04"	Simkot Nyula Takchen Sakya
17	Takphu North	6142		Humla	30. 18' 13"	81 . 25' 20"	Simkot Nyula Takchen Sakya
18	Til Kang	6369		Humla	30. 16' 12"	81 . 24' 52"	Simkot Nyula Takchen Sakya

स्रोत : नेपाल पर्यटन बोर्ड भृकुटीमण्डप काठमाण्डौं

- ## Bungee Jumping

बन्जी जम्पिङका लागि रबरको डोरी आवश्यक हुन्छ । रबरको डोरी विशेष प्रकारको हुन्छ । डोरी बलियो, सुरक्षित सामग्रीबाट निर्माण गरिएको हुन्छ । डोरीको भित्री भाग Latex Rubber बाट बनेको हुन्छ । भित्री भागमा धेरै तह हुन्छन् । बाहिरी भाग नायलन पोलिस्टरबाट निर्माण गरिएको हुन्छ । पोलिस्टरले घाम, पानी र काटिनबाट सुरक्षा दिन्छ । भोटेकोशी सिन्धुपाल्चोक, कुस्मा पर्बत, हेम्जा पोखरामा बन्जी जम्पिङ सञ्चालनमा रहेका छन् । डोरीलाई खुट्टामा विशेष किसिमले बाधिन्छ र अग्लो स्थानबाट हाम फालिन्छ । यसका लागि बन्जी विज्ञ हुनुपर्छ । बन्जी विज्ञले प्रत्यक्ष रुपमा पर्यवेक्षण गर्नुपर्छ । यो साहसिक पर्यटन हो ।

- ## Paragliding:

यो एक प्रकारको साहसिक खेल हो । आकाशमा उडेर विभिन्न दृश्यहरु हेरेर आनन्द लिइन्छ । आकाशमा उड्नका लागि Parachute चाहिन्छ । प्यारासुट भनेको हावामा फैलने कपडाको उपकरण हो । प्यारामा इन्जीन जोडिएको हुदैन ।

ईन्जीन बिनाको उडान हो । हावामा तैरनु यसको विशेषता हो । यो कपडा १२ किलो ग्रामको हुने गर्दछ । वर्षा समयमा कुहिराले ढाक्ने भएकाले उपयुक्त हुदैन । तालिम प्राप्त मानिसले आफै gliding गर्न सक्छन् भने तालिम नलिएका मानिसका लागि तालिमप्राप्त व्यक्तिको मार्गदर्शन चाहिन्छ । प्यारा लगाएर हावाको सहायताले उडेर आनन्द लिन चाहनेहरुका लागि यो खेल उपयुक्त छ । छोपाखोर, किरीना, धजालाइनादेखि सिमपार्कमासञ्चालन गर्न सकिन्छ । नेपालमा सनराइज प्याराग्लाइडिङ कम्पनीले सुरुवात गरेको थियो । हाल धेरै कम्पनीले सञ्चालन गरेका छन् । यो सफा मौसममा खेलिने खेल हो । वैशाख, जेठ, असोज, कात्तिक महिना सिमकोट पालिकाका लागि उपयुक्त समय मानिनेछ ।

- **Mountain Flight:**

यो पर्वतीय उडान हो । हवाइजहाजमा चढेर हम्लामा भएका शिखरहरुको उडान अवलोकन गर्न सकिन्छ । पदयात्रा गर्न नसक्ने तर हिमालको दृश्य हेर्न इच्छुकहरुका लागि यो उपयोगी छ ।

- **Cable Car:**

इच्छाशक्ति भएमा असम्भव भन्ने केही हुदैन । सिमकोटदेखि रलिङ गुम्बा विद्युतीय लाइनसहितको केबुलकार जडान गरेर सञ्चालनमा ल्याउन सकिन्छ । सिमकोट शिव मन्दिरदेख खार्पूनाथ पालिकामा अवस्थित हुम्ला जिल्लाकै तीर्थस्थल खार्पूनाथ शिवालयसम्म केबुलकार सञ्चालनमा ल्याउन सकिन्छ । नेपालको पहिलो केबुलकार मनकामना केबुलकार हो । चितवन जिल्लाको कुरिनटारदेखि गोरखा जिल्लाको मनकामना मन्दिरसम्म सञ्चालरत रहेको छ । मनकामना केबुलकार वि.सं. २०५५ मंसिर ८ गतेदेखि सञ्चालनमा ल्याइएको थियो ।

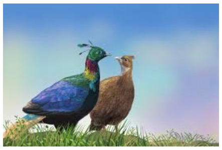
- **Mountain Biking:**

यो साइकलमा गरिने यात्रा हो । साइकल चढेर यात्रा गर्न इच्छुकहरुका लागि यो यात्रा उपयुक्त मानिन्छ । आफ्नै माउन्टेन बाइक साइकल गर्न सकिन्छ र भाडामा साइकल लिन पनि सकिन्छ । साइकल चढेर सिमकोटका बस्तीहर अवलोकन गर्नका लागि माउन्टेन बिकिङ आवश्यक छ । माउन्टेन बाइक राइडिङमा सिमकोट पालिकाका बस्तीहरुको अवलोकन गर्न सकिन्छ ।

- **Rock Climbing :**

हुम्ला जिल्ला सिमकोट गाउँपालिका हिमाली इलाका भएकाले रक क्लाइम्बिङको सम्भावना देखिन्छ । पहाड चढाइका लागि सामान्य तालिम भए पुग्छ । यसका लागि आवश्यक सामग्री तथा डोरीहरुको पूरा प्याकेज खरिद गर्न सकिन्छ ।

- **Jungle Safari:**



सिमकोट पालिकाका वनजङ्गल, पशुपक्षी अवलोकन गर्न जङ्गल सफारी आवश्यक छ । सिमकोट पालिका भित्रका प्रकृति संरक्षण पनि हुने र आनन्द गर्नका लागि यात्रा गर्न पनि सकिने हुनाले व्यवसाय सञ्चालनमा ल्याउन सकिन्छ । पशुपक्षीको चोरी सिकार बढ्दै गइरहेका बेला Jungle Safari को निकै आवश्यकता रहेको छ ।

• Village Tourism and Home Stay

तस्बिर : मन्दिर सिंह पत्रकार डाँडाफया

सम्बन्धित गाउँमा बसोबास गर्ने मानिसहरुको सक्रियतामा सञ्चालित पर्यटन व्यवसायलाई ग्रामीण पर्यटन भनिन्छ। गाउँले सेरोफेरो, गाउँले परिवेश नै ग्रामीण पर्यटनको आकर्षण हो । सबै गाउँहरुमा ग्रामीण पर्यटन व्यवसाय सञ्चालन नहुन सक्छ । यसका लागि सुन्दर गाउँले बस्तीहरु उपयुक्त हुने गर्दछन् । यो घरबास पर्यटन पनि हो । पर्यटकको आबास र खाने व्यवस्था गाउँलेहरुको घरमा मिलाइन्छ। पर्यटकहरु उक्त गाउँका क्रियाकलापहरुमा सहभागी भएर रमाइलो गर्ने गर्दछन्। आफ्नै गाउँको पर्यटन आफै सहभागि र आफैलाई आर्थिक लाभ यसको मुख्य अभीष्ट हो । वि. सं. २०५४ सालमा स्याङ्जा जिल्लाको सिरुबारीमा स्थापना गरेर सञ्चालनमा ल्याइएको होम स्टे नेपालको पहिलो होम स्टे हो। यो होम स्टे सञ्चालन गर्नका लागि रुद्रमान गुरुङले नेतृत्व गरेका थिए।

सिमकोट गाउँपालिकाभित्रका बुराउँसे र ओखेन गाउँको स्थानीय पूर्वाधारहरु सदुपयोग गर्न, बुराउँसे गाउँमा बुरुस्यालीको र डाँडाफयाको ओखेनमा ओखेनीहरुको प्रत्यक्ष सम्लग्नता रहेको, उनीहरुले नै नाफा कमाउने गरी बुराउँसे गाउमा बुराउँसे होम स्टे र डाँडाफयाको ओखेनमा गेट वे कैलाश होम स्टे सञ्चालनमा ल्याइएका छन्।

२.७. कर्णाली प्रदेशमा सञ्चालित होम स्टेहरु :

क.सं.	होम स्टेहरु	स्थानीय तह	जिल्ला
१	बुराउँसे होम स्टे	सिमकोट गाउँपालिका वडानम्बर ४	हुम्ला
२	गेट वे कैलाश होम स्टे	सिमकोट गाउँपालिका वडानम्बर ७	हुम्ला
३	हल्जी, तिल, जाँग होम स्टे	नाम्खा गाउँपालिका वडानम्बर ६	हुम्ला
४	रिग्मो होम स्टे	सेफोक्सुण्डो गाउँपालिका	डोल्पा
५	छार्का गाउँ होम स्टे	छार्कातोङसोङ गाउँपालिका	डोल्पा
६	त्रिपुरासुन्दरी होम स्टे	त्रिपुरासुन्दरी नगरपालिका	डोल्पा
७	खानीबगर होम स्टे	काइके गाउँपालिका	डोल्पा
८	मुर्मा गाउँ नमुना होम स्टे	छायानाथ रारा नगरपालिका	मुगु
९	झ्यारीगाउँ होम स्टे	छायानाथ रारा नगरपालिका	मुगु
१०	रिजन एण्ड रिसिभ होम स्टे	छायानाथ रारा नगरपालिका	मुगु
१२	सिंजा होम स्टे	सिंजा गाउँपालिका	जुम्ला
१३	गोरुचउर होम स्टे	कनकासुन्दरी गाउँपालिका	जुम्ला
१४	राकम होम स्टे	आठबीसकोट नगरपालिका	दैलेख
१५	लाफा होम स्टे	दुल्लु नगरपालिका	दैलेख
१६	अमलाचौर होम स्टे	चौरजहारी नगरपालिका	रुकुमपश्चिम
१७	स्यार्पू होम स्टे	बाफिकोट गाउँपालिका	रुकुमपश्चिम

१८	कुपिण्डे होम स्टे	बाग्चौर नगरपालिका	सल्यान
१९	थारुगाउँ होम स्टे	वीरेन्द्रनगर नगरपालिका	सुर्खेत
२०	आफर होम स्टे	वीरेन्द्रनगर नगरपालिका	सुर्खेत
२१	राजी होम स्टे	गुर्बाकोट नगरपालिका	सुर्खेत
२२	राजी होम स्टे	बराहताल गाउँपालिका	सुर्खेत
२३	होम स्टे	भेरी नगरपालिका	जाजरकोट
२४	पिली होम स्टे	खाँडाचक्र नगरपालिका	कालीकोट

२.८. सिमकोट पालिकामा पर्यटन व्यवसाय सञ्चालन तथा विकास गर्नका लागि भावि योजना

- जल, जङ्गल, जडीबुटी, पशुपक्षी संरक्षण,
- चोरी सिकार बन्देज,
- पर्यटकीय स्थलहरुको पहिचान, प्रचारप्रसार,
- पर्यटकीय स्थलहरुलाई राष्ट्रिय सूचीकरण गर्नमा जोड,
- पर्यटकीय पूर्वाधारहरुको विकास,
- पालिकाभित्रको भूगोल तथा प्राकृतिक विविधताको गहन अध्ययन, नक्साङ्कन,
- पालिकाभित्र राजमार्ग, रमणीय पर्यटन पदमार्ग निर्माण,
- पर्यटन व्यवसायी, पर्यटन दक्ष जनशक्ति उत्पादनमा जोड,
- पर्यटकीय सम्भाव्यता अध्ययन,
- पर्यटकको पथप्रदर्शन तथा शिष्टाचार विकास,
- स्थानीय सरकारले पर्यटन योजना निर्माण तथा बजेटिङ,
- होम स्टे सञ्चालन,
- आठै वडामा नमुना सङ्ग्रहालय स्थापना,
- पर्यटन गन्तव्य सिमकोटको विकास ।

अभ्यास

१ अति छोटो उत्तर दिनुहोस्

(क) पर्यटन भनेको के हो ?

(ख) धार्मिक पर्यटन भन्नाले के ब'भिन्छ ?

(ग) कृषि पर्यटन भनेको के हो ?

(घ) होम स्टे भनेको के हो ?

(ङ) बन्जी जम्प केलाई भनिन्छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस्

(क) पर्यटनको विकास कहिलेबाट भएको मानिन्छ ?

(ख) पर्यटन भनेको के हो ? छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ग) पाराग्लाइडिङ भन्नाले के बुझिन्छ ? चर्चा गर्नुहोस ।

(घ) सिमकोटबासीको गरिबी हटाउन पर्यटन व्यवसायको भूमिका कस्तो होला ?

(ङ) जङ्गल सफारीका फाइदाहरु लेख्नुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) पर्यटनका प्रकारहरु उल्लेख गर्दै छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ख) पर्यटनको महत्व झल्काउनुहोस् ।

(ग) सिमकोट गाउँपालिकाको आर्थिक अवस्था सुधार गर्न पर्यटन व्यवसायको भूमिका उल्लेख गर्नुहोस् ।

(घ) नेपालमा सञ्चालित पर्यटन व्यवसायहरु केके हुन् ? छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ङ) 'पर्यटन व्यवसायले रोजगारीको सिर्जना गर्छ' यस भनाइलाई पुष्टी गर्नुहोस् ।

(च) सिमकोट पालिकामा पर्यटन व्यवसाय सञ्चालन हुन नसक्नुका कारणहरु केके हुन् ?

४. परियोजना

(क) तपाईँको बसेको बस्तीमा ग्रामीण पर्यटनको सम्भावना बारे प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

(ख) आफ्नो समुदायका पर्यटकीय स्थलहरुको सूची बनाई धार्मिक, ऐतिहासिक, प्राकृतिक के हुन् ? तालिकामा भर्नुहोस् ।

(ग) सिमकोटदेखि रलिङ गुम्बासम्मको केबुलकार निर्माण तथा सञ्चालन सम्भव होला या नहोला ? सूची बनाएर कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

पाठ : ३ कृषि तथा पशुपन्छी व्यवसाय

३.१. कृषि व्यवसायको परिचय :

मानिस अन्नपानीले जीवित भएको हुन्छ। बिनाअन्न मानिस बाँच्न सक्दैन। मानिसको बाँच्नका लागि दैनिक रुपमा आवश्यक पर्ने अन्नको स्रोत कृषि हो। श्रप, सीप र प्राकृतिक स्रोतहरुको प्रयोग गरी अन्न उत्पादन, फलफूल उत्पादन, पशुपक्षी पालन, मौरीपालन, माछापालन गर्ने कार्यलाई कृषि भनिन्छ। खाद्यान्नको आवश्यकतालाई पूरा गर्ने मात्र नभएर आर्थिक अभावलाई पूरा गर्नका लागि विभिन्न पालनहरु गरिन्छन्। कृषि मानव जीवन निर्वाह गर्ने आधार हो। मानव सभ्यताको सुरुवातदेखि आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक विकास गर्ने काम कृषिले गरेको हो।

कृषि जीवन निर्वाहका लागि पनि हो र नाफा कमाउनका लागि पनि हो। परम्परागत निर्वाहमुखी खेतीको अभ्यासलाई व्यावसायिक रुपमा रुपान्तरण गर्नुलाई कृषि व्यवसाय भनिन्छ। कुनैबेला थोरै जनसङ्ख्या थियो। बस्तीहरु सबै ग्रामीण नै थिए। उत्पादन बढी थियो त्यसकारण खाद्यान्नको माग हुदैनथ्यो। घरघरमा गरिएको कृषि उत्पादन, पशुपालनले पुगिहाल्थ्यो। खरिदबिक्री हुदैनथ्यो। बढ्दो सहरीकण, जनसङ्ख्याको वृद्धि, खाद्यपोषणको सुरक्षा, बजारउन्मुख उत्पादनले गर्दा कृषि व्यवसाय नाफामुखी भएको छ। अन्न, फलफूल, तरकारीको माग दिनानुदिन बढ्दै गएको छ। बढ्दो मागलाई पूरा गर्नका लागि कृषकहरुले नयाँ नयाँ खेतीप्रणालीको प्रयोग गरेर उत्पादन बढाइरहेका छन्। किसानहरुको आम्दानी वृद्धि गर्नमा कृषि व्यवसाय सफल बनेको छ। बजारउन्मुख उत्पादन, मूल्यको निर्धारण, बजारको व्यवस्था, कृषि प्रविधिहरुको प्रयोगले कृषि व्यवसाय गतिशील भएको छ। आधुनिक विश्वबजारमा हरेक देशको कृषि उत्पादन पुग्न थालेको छ।

३.२. कृषि व्यवसायका फाइदाहरु

- श्रमको सदुपयोग,
- आम्दानीको सिर्जना
- रोजगार तथा स्वरोजगारीको सिर्जना,
- गरिबी निवारण,
- आर्थिक वृद्धि,
- बाँझो जमिनको उपयोग,
- जिन्सीको नगदमा रुपान्तरण
- उत्पादन गर्ने थलोको पहिचान,
- स्वावलम्बी भावनाको विकास

३.३. सिमकोट पालिकामा उत्पादन हुने बालीहरु

अन्न बाली	तरकारी बाली	फलफूल बाली
फाफर, चिनु, कोदो, काउनी, मार्स्या, धान, सिमी, जौँ, उवा, गहुँ, मकै, भटमास, घत, तिलखुरो, तोरी, अलस,	आलु, काउली, बन्दा, चोतो, मूला, गाजर, फापरसाग, रायो, भाजी, गोलभँडा, काँक्रा, खुर्सानी, क्याप्सिकम, कोइरा, करेला, पिडालु,	स्याउ, ओखर, चुली, आरु, खामु, सुन्तला, मेल, खुर्पानी, अङ्गुर, मुमफली, आरे, लौठो, ऐसेलु, भुइकाफल,

३.४. सिमकोट पालिकामा व्यावसायिक रुपमा खेती गर्न सकिने केही बालीहरु

(क) मकै खेती

सिमकोट गाउँपालिकामा मकै खेतीलाई व्यावसायिक खेती गर्न सकिन्छ। मकै विश्वको तेस्रो खाद्यान्न बाली हो। हाम्रो देश नेपालको दोस्रो खाद्यान्न बालीका रुपमा मकै खेती गरिन्छ। क्षेत्रगत हिसाबले हिउँद, वसन्त, वर्षा ऋतुमा मकै खेती गरिन्छ। हिउँदे खेतीका लागि भदौँ अन्तिमसम्म, वसन्ते खेतीका लागि फागुनदेखि चैतसम्म, वर्षे खेतीका लागि वैशाख जेठ महिनामा मकै लगाउन उपयुक्त हुन्छ। सिमकोट पालिकामा वर्षे खेती उपयुक्त हुन्छ र हाम्रो खेती परम्पराले पनि वर्षे खेतीको रुपमा विकास गर्दै आएको छ। परम्परागत मकै खेतीलाई आधुनिक खेती प्रविधि अपनाएर उत्पादन वृद्धि गर्ने चलन चलिसकेको छ।

(अ) लगाउने तरिका :

हाम्रो पालिकामा बीउ छरुवा विधि प्रयोगमा छ। छरुवा विधिमा बीउ छराई एकनासको हुदैन। कतै बाक्लो कतै पातलो हुन्छ। बीउ पनि धेरै लाग्छ। यो पुरानो विधिले व्यावसायिक मकै खेती फस्टाउन सक्दैन त्यसकारण दुरी मिलाएर खेती गरेमा उत्पादनमा वृद्धि हुन्छ। एक बोटबाट अर्को बोटको दूरी २५ से. मी. फरक गर्नुपर्छ। हलोको पछाडी। हलो नजोत्दै बीउ छर्नुभन्दा हलोको सियो अनुसार बीउका गेडाहरु रोपेमा दूरी मिल्दै जान्छ। मकै खेती गर्नका लागि बजारमा मकै लगाउने आधुनिक मेसिनहरु खरिद गर्न पाइन्छ। मकै लगाउनका लागि ज्याव प्लाण्टर प्रयोग गर्नुपर्छ। यो हाते मेसिन हो। यसलाई बीउ झार्न प्रयोग गरिन्छ।

(आ) सिँचाई :

हाम्रो स्थानीय तहमा वर्षे मकै खेती हुने भएकोले खासमा सिचाईको आवश्यकता पर्दैन तापनि मौसम परिवर्तनले वर्षामा प्रभाव पारेको छ। मकै उम्रेको चालीस पचास दिनसम्म माटोमा चिस्यान हुनुपर्छ। मकै उम्रेको १५ देखि २० दिनसम्म पहिलो सिँचाई गर्नुपर्छ। यही समय गोडमेलका लागि उपयुक्त समय मानिन्छ।

(इ) किरा नियन्त्रण :

मकैलाई फेदकटुवा, खुम्रे, किर्थो जस्ता किराहरुले सताउने गर्छन्। यस्ता किराहरु नियन्त्रण गर्न पाकेको गोबर, पुरानो गोबर प्रयोग गर्नुपर्छ। गहिरो खनजोत गर्नुपर्छ। गहिरो खनजोत गर्दा किराका लाभ्रा, प्यूपाहरु घामले नष्ट हुन सक्छन्। बजारमा क्लोरपाइरिफस नामक किटनासक रसायन पनि किन्न पाइन्छ। कृषि प्राविधिकहरुसँग निरन्तर परामर्श लिनुपर्छ।

(ई) मलको प्रयोग :

मकैलाई बढी मल चाहिन्छ। यसका लागि प्राङ्गारिक, रासायनिक मल प्रयोग गर्नुपर्छ। मलले उर्वराशक्ति कायम राख्छ। उत्पादनमा वृद्धि हुन्छ। माटोमा मल हालेर मात्रै खनजोत गर्नु उपयुक्त मानिन्छ। रासायनिक मल प्रयोग गर्न कृषि विज्ञको सल्लाह लिनुपर्छ। एक हेक्टर जमिनमा २००० डोका कम्पोष्ट मल हाल्नुपर्छ।

(उ) हावापानी :

समुद्र सतहदेखि १३,००० फिट उचाइमा मकै खेती गरिन्छ। मकैलाई राम्रोसँग उम्रन २१ डिग्री सेल्सियस तापक्रम आवश्यक पर्छ। ३२ डिग्री सेल्सियस तापक्रमसम्म मकै खेती हुन्छ।

(ऊ) मकैका फाइदा :

धेरै मानिसले रुचाउने खाजा मकै हो। मकैलाई भुटेर, उसिनेर, पोलेर, भात पकाएर, गेडा पकाएर खाने गरिन्छ। मकै निकै लाभदायक अन्न मानिन्छ। मकैको खीर, हलुवा, कुकिज, चिप्स, मःम बनाएर खाइन्छ। बजारमा मकैका अनेक परिकारहरु पाइन्छन्।

- प्रशस्तै फाइबर पाइने भएकाले पाचन प्रणाली राम्रो हुन्छ,
- पेटमा एसिडिटी बढ्दैन, कब्जियत हुदैन,
- मुटु रोग लाग्ने सम्भावना कम गर्छ,
- फोलिक एसिड पाइने भएकाले गर्भवती महिलालाई उपयोगी हुन्छ,
- रोगप्रतिरोध क्षमता बढाउछ,
- पोलेको मकैले हड्डी बलियो हुन्छ,
- कार्बोहाइड्रेड पाइने हुनाले शरीरमा ऊर्जा दिन्छ।

क्रियाकलाप :
तपाईँको समुदायमा खेती गरिने मकैका जातहरुको अध्ययन गरी सूचीकरण गर्नुहोस्।

(ख) आलु खेती :

नेपालमा खेती गरिने पाँचौँ प्रमुख बाली आलु हो। आलु खेती नेपालका समथर फाँटथर भूमीदेखि उच्च पहाडी इलाकामा गरिन्छ। हाम्रो पालिकामा आलु खेती तरकारीका लागि मात्र गरिन्छ। आलुलाई तरकारीको राजा मानिन्छ। आलुलाई उसिनेर, अचार बनाएर, तारेर, सुप बनाएर, थुक्पा बनाएर खाने गर्छौं। आलुको चिप्स, ग्लुकुज बनाइन्छ र कपडा कारखानामा पनि आलु प्रयोग गरिन्छ।

(अ) आलु रोप्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु :

आलुलाई चिसो मौसम चाहिन्छ। हाम्रो पालिकामा वर्षे खेती गरिन्छ। हाम्रो भूगोल अनुसार फागुन, चैत, वैशाख महिना आलु रोप्ने उपयुक्त सिजन हो। रोपेको बीउ आलु उम्रिनका लागि ८ डिग्री सेल्सियस तापक्रम आवश्यक हुन्छ। दोमट माटोमा आलु खेती राम्रो हुन्छ। बीउ आलुलाई १४ दिनदेखि २१ दिनसम्म सूर्यको किरण नपर्ने तर उज्यालो भइराख्ने ठाउँमा फिजाएर राख्नुपर्छ। यसो गरेर राख्दा हरियो टुसा उम्रिन्छ अनि लगाउन सकिन्छ। अँध्यारो ठाउँमा पनि राख्न त सकिन्छ तर कमजोर टुसा पलाउछ जसले उत्पादन कम दिन्छ। हरेक वर्ष उही बीउ रोप्नुहुदैन उत्पादन घट्छ। रोग सर्ने भएकाले रोगले आक्रमण गर्नसक्छ। त्यसकारण सिफारिस जातहरु खरिद गरेर रोप्नु उपयुक्त हुन्छ।

आलु खेतीका लागि पानी र हावा राम्रोसँग उपलब्ध हुनुपर्छ। जमिनलाई राम्रोसँग खनजोत गर्नुपर्छ। माटोलाई बुरबुराउदो बनाउनुपर्छ। खेती गर्ने जमिनमा भएको झारपातहरु, ढुङ्गाहरु फाल्नुपर्छ। गराहरु सफा बनाउनुपर्छ। जमिन खनजोत गर्नेबेला जमिनमा भएको चिस्यान नष्ट हुने भएकोले खन्ने बित्तिकै रोप्नु उपयुक्त हुन्छ। २० देखि ५० ग्रामका टुसाएका सिङ्गो आलुहरु २० देखि २५ से.मी. दूरीमा रोप्नुपर्छ। रोप्ने गहिराई ५ देखि १० से. मी. हुनुपर्छ। काटेर पनि लगाउन सकिन्छ। टुसाएका ठाडो गरेर रोप्नुपर्छ। कृषि प्राविधिकहरुसँग सल्लाह लिएर खेती गर्नुपर्छ।

(आ) आलुमा लाग्ने रोगहरु

डढुवा

पातको टुप्पा वा किनारमा सानो खैरो दाग देखा पर्छ। दागको पछाडि बिहानीमा हेर्दा सेतो भुवा जस्तो ढुसी देखिन्छ। डाँठमा कालो धब्बा देखिन्छ। प्राविधिकको सल्लाह अनुसार रोग निर्मुल पार्नुपर्छ।

ऐंजेरु

आलुका आँखामा सेता खटिरा देखिन्छन् पछि बढेर ठुलो हुन्छ आलु कालो हुन्छ र कुहिन्छ। कृषि प्राविधिकको सल्लाह बमोजिम रोग नष्ट गर्नुपर्छ।

खैरो पिप चक्के

आलुको डाँठमा सुरु हुन्छ र बिस्तारै पूरै बोट सुकाइदिन्छ। रोग लागेको आलु काटेर हेर्दा खैरो हुन्छ। व्यवसायीले निरन्तर कृषि विज्ञको सल्लाह लिनुपर्छ।

दादे :

आलुमा केही खाडल परेका र केही माथि उठेका खाडलहरु देखिन्छन् यो दादे रोग हो।

(इ) हाम्रो पालिकामा खेती गर्न सकिने आलुका जातहरु

हाम्रो पालिकामा आलुका स्थानीय जातहरुको खेती गरिन्छ। हामी स्थानीय जातलाई रातो, सेतो आलु भनेर चिन्छौँ। रैथाने बीउहरु रोप्ने हाम्रो चलन रहेको छ तर व्यावसायिक आलु खेतीका लागि कृषि प्राविधिकहरुले सिफारिस गरेका आलुका केही जातहरु छन् ती हुन् :

- जनकदेव आलु : ११० देखि १२० दिनभित्र पाक्छ,
- कुफ्रीज्योति : ११० देखि १२० दिनभित्र पाक्छ,
- खुमल लक्ष्मी : ११० देखि १२० दिनभित्र पाक्छ,
- खुमल उज्वल : ११० देखि १२० दिनभित्र पाक्छ,
- कार्डिनल : ८० देखि १०० दिनभित्र पाक्ने,
- रोजिटा : १२० देखि १४० दिनभित्र पाक्छ।

(ई) आलुमा पाइने तत्व :

प्रशस्त पौष्टिक तत्व पाइने आलु महत्वपूर्ण खाद्य हो। आलुमा कार्बोहाइड्रेट २०.६ प्रतिशत, प्रोटिन २.१ प्रतिशत, रेसा १.१ प्रतिशत, भस्म ०.९ प्रतिशत, चिल्लो ०.३ प्रतिशत हुन्छ।

क्रियाकलाप

तपाईँको समुदायमा आलु खेतीबाट वार्षिक कति आम्दानी हुने गर्दछ घरधुरी सर्वेक्षण गर्नुहोस्।

(ग) ओखर खेती

ओखर बहुउपयोगी फलफूल बाली हो। ओखरलाई बहुवर्षीय उच्च आर्थिक मूल्य भएको बाली मानिन्छ। औषधीय गुण भएकाले यसको खेती लोकप्रिय हुदै गएको छ। १२०० मिटरदेखि ३००० मिटर उचाइसम्मको हिमाली र पहाडी भागहरुमा पाइन्छ। हाम्रा वनजङ्गलहरुमा जङ्गली हाडे ओखर प्रशस्तै पाइन्छन्। हाम्रो पालिकामा ओखरका रैथाने बोटहरु पाइन्छन्। स्थानीय रैथाने ओखरलाई हाडे ओखर भनिन्छ। वर्तमान समयमा दाँते ओखरले सबैको मन जित्न सफल भएकोले व्यावसायिक ओखर खेतीले बजार पाएको छ। नेपालमा दाँते ओखरका बिरुवा टर्की, इरान र भारतबाट ल्याइन्छ र खेती गरिन्छ। १६०० मिटरदेखि २८०० मिटर उचाइमा व्यावसायिक ओखर खेती गर्न सकिन्छ। मुस्ताङ जिल्लाको शीतोष्ण बागवानी विकास केन्द्र मार्फामा २६५० मिटर उचाइमा ओखर खेती गरिएको छ।

ओखर पतझर फल हो। जाडो समयमा ओखरका पातहरु झर्छन्। ओखरको फल सुकाएर प्रयोगमा ल्याइने भएकाले यसलाई सुख्खा फल (Dry Fruit/Nut) भनिन्छ। हुम्ला, डोल्पा, कालीकोट, मुगु, मुस्ताङ, पर्बत जिल्लाहरुमा व्यावसायिक खेती गरिदै आएको छ।

(अ) पोषक तत्व र महत्व

ओखर स्वादिष्ट सुख्खा फल हो। यो पौष्टिक पदार्थले भरिपूर्ण हुन्छ। ओखरमा औसत ६५ प्रतिशत चिल्लो, १५.२ प्रतिशत प्रोटिन, १३.७ प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट, थोरै खनिज पदार्थ र भिटामिन 'बी' पाइन्छ।

- ओखरमा ओमेगा - ३ फ्याटी एसिड हुन्छ। बीब अल्फालिनोलिक एसिड पाइन्छ यसले मुटु र मस्तिष्कको स्वास्थ्यमा
- सहयोग पु-याउछ,
- प्रोटिन र फाइबर जसले मांशपेशी विकास र पाचन प्रणालीलाई सदृढ बनाउछ,
- पोलिफेनोल, भिटामिन ७ अन्य यौगिकहरुले कोषीय क्षति रोक्न मदत गर्छ,
- ओखरको जरामा व्याक्टेरिया प्रतिरोधक शक्ति हुने भएकोले मुख ताजा राखेर सास स्वच्छ गराउछ,
- रगत सफा गर्छ,
- भाइटीकामा दिदीबहिनीहरुले ओखरको प्रयोग गर्ने भएकाले धार्मिकसांस्कृतिक महत्व रहेको छ,
- विवाह शुभलगनमा जोडी ओखर कलशमा राखेर पूजा गरिन्छ,
- एकपटक लगाएपछि सयौं वर्षसम्म रहिरहने भएकाले वातावरणीय सुरक्षा गर्छ,
- तेल निकाल्दा बनेको पीनालाइ अचार तथा मलको रुखमा प्रयोग हुन्छ,
- फलको कडा भाग आगो बाल्न प्रयोग हुन्छ,
- पातको झोल उपियाँ, उडुस जस्ता परजीवीहरुलाई नियन्त्रण गर्न प्रयोग हुन्छ,
- ओखरको रुख दाउराको रुपमा प्रयोग हुन्छ,
- औद्योगिक हिसाबले तल उद्योग, फर्निचर उद्योगमा ओखरको प्रयोग गरिन्छ,
- ओखरको काठबाट फर्निचर र सजावटका सामग्रीहरु बनाइन्छ,
- वातावरणीय हिसाबले ओखर मुसा, लोखर्के, खरायो आदिको आहारा पनि हो,
- विभिन्न पशुपक्षीलाई बासस्थान दिने कार्य गर्दछ।

(आ) हाम्रो पालिकामा व्यवसाय गर्न सकिने ओखरका जातहरु

स्थानीय जातहरु

हाडे ओखर : हाम्रो पालिकामा पाइने ओखर हो। बोक्रा बाक्लो र कडा हुने। ढुङ्गाले फोडेर खानुपर्ने। जङ्गली प्रजाति हो। यसलाई कलमी बिरुवा उत्पादन गर्न रुटस्टकको रुपमा प्रयोग गर्न उपयुक्त हुन्छ।

स्थानीय दाँते ओखर : वर्षौं देखि उत्पादन हुदै आएको। पातलो बोक्रा हुने। सुलभ तरिकाले खान मिल्ने। यो स्थानीय थिनसेल ओखर हो।

आयातित जातहरु : बाहिरी देशबाट ल्याइएका जातहरु हुन्।

च्याण्डलर (Chandler) : टर्की देशबाट आयात गरिएको। पातलो बोक्रा, भएको। ढिला फुल्ने। तुषारो सहन सक्ने। उच्च उत्पादन क्षमता भएको जात हो।

फ्रान्क्वेट (Franquette) : टर्की देशबाट आयात गरिएको। ठुलो फल, पातलो बोक्रा हुने जात हो।

हार्टले (Hartley) : क्यालिफोर्नियाबाट आयात गरिएको। ठुलो बोट। मध्यम उत्पादन। भित्री गुदी हाम्रो भनाइमा मिजुला लगभग ५.९ ग्राम हुने जात हो।

आशले (Ashley) : क्यालिफोर्नियाबाट आयात गरिएको। मध्यम साइजको बोट। हल्का बोक्रा हुने जात हो ।

थिनसेल (Thinshell) : क्यालिफोर्नियाबाट आयात गरिएको। पातलो बोक्रा हुने जात हो।

पायने (Pawnee) : क्यालिफोर्नियाबाट आयात गरिएको। ढिलो फुल्ने। तुषारो सहन सक्ने। परागकणदाता जातको रुपमा प्रयोग हुने।

(इ) ओखरमा लाग्ने रोगहरु

व्यावसायिक ओखर खेतीका लागि ओखरमा लाग्ने रोगहरु समयमै चिनेर निर्मुल पार्नुपर्छ। ओखरमा लाग्ने रोगहरु यसप्रकार रहेका छन् :

फेद तथा जरा कुहिने रोग

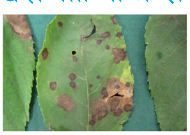
त्र: ओखरमा फेद कुहिने रोग

चित्र: ओखरमा जरा कुहिने रोग

बढी चिस्यान हुने, पानी जम्ने, पानीको निकास नभएको माटोमा यो रोग देखिन्छ। रोग लागेको बिरुवा सार्दा, फेदमा घाउ लागेमा, बढीभन्दा बढी मलजल गरेमा रोग फैलन सक्छ। यो रोग लागेपछि टुप्पाबाट सुक्दै जान्छ। पछि पुरै बोट सुक्छ। पातहरु पहेँलो हुदै झर्छन। जरा सड्न लागेमा कालो खैरो देखिन्छ।

नियन्त्रण उपायहरु : बोटको फेदमा पानी जम्न नदिने पानीको निकास गर्ने। बगैँचाको सरसफाइमा ध्यान दिने। खनजोत गर्दा फेद र जराको सुरक्षा गर्ने। फाग'न र भदौमा बोर्डोपेष्ट लगाउने। रोग सरिसकेको छ भने सडेको भाग चक्कु वा ब्लेडले सफा गरेर बोर्डोपेष्ट लगाउने।

खैरो पात थोप्ले रोग



चित्र: ओखरको पातमा खैरो पातथोप्ले रोगको प्रकोप

गर्मी र चिस्यान भएको मौसममा यो रोग फैलन्छ। पातमा मसिना खैरो काला थोप्ला देखिन्छन्। ती थोप्लाहरु पात, हाँगा र फलमा फैलदै जान्छन्। फलमा दाग लाग्छ र नपाक्दै झर्छन्। प्रकोप बढेमा उत्पादन नष्ट हुने सम्भावना हुन्छ।

नियन्त्रण उपायहरु : बगैँचामा हावा चल्ने बनाउनुपर्छ। हिउँद याम सरुमा र वर्षा सुरु हुनु अघि तामायुक्त विषादी छर्ने। रोग

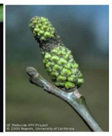
सरेको पात, फल नष्ट गर्ने ।

गलगाँड : यो रोग एकप्रकारको ब्याक्टेरियाले लाग्ने गर्छ । एउटै स्थानमा नर्सरी गरेमा फैलन सक्छ । रोग लागेको बिरुवाबाट सबै बिरुवामा रोग फैलने खतरा हुन्छ । रोगाएको बिरुवाको जमिन नजिक देखिएको काण्डमा नरम सेतोखैरो रङको गिर्खा गाँठो देखिन्छ । यो रोगले बिरुवाको वृद्धिमा रोकावट गर्छ ।

नियन्त्रण गर्ने उपायहरु : रोग लागेको बिरुवा उखेलेर नष्ट गर्ने । रोग देखा परेको जमिनमा आगो बालेर नष्ट गर्नुपर्छ । त्यस ठाउँमा बिरुवा लगाउँनुहुदैन ।

ओखरको डढुवा रोग :

चित्रः वढ्दै गरेको फललाई डढुवाले पु-याएको क्षति



चित्रः फूललाई डढुवाले पु-याएको क्षति

बगैंचामा लगातार वर्षा भएमा, चिसो मौसम भएमा, कुहिरो लाग्ने अवस्थामा यो रोग फैलन सक्छ । बिरुवाको पात, फूल र फलमा असर पु-याउछ । सुरुवातमा पानीले भिजेको जस्तो धब्बा देखिन्छ । त्यो धब्बा हरियो पहेँलो घेरा बन्छ । यो रोगले गर्दा कलिला फलहरु झर्ने सम्भावना हुन्छ । परिपक्व फलमा यो रोग लागेमा फलहरु कालो भई चाउरिन्छन् ।

नियन्त्रण उपायहरु : यो रोग देखा पर्नासाथ तामायुक्त जीवाणुनाशक छर्नुपर्छ । रोग लागेका हाँगा, पातलाई छाँटेर नष्ट गर्नुपर्छ ।

ओखरको टुप्पा सुक्ने रोग :

चित्रः टुप्पा सुक्ने रोगवाट संक्रमित हाँगा

पोषक तत्वको अभाव, वातावरणीय असन्तुलन (सुख्खा, असिनापानी, चिसो) का कारण देखा पर्छ । टुप्पा सुक्नाले बिरुवाको वृद्धिमा असर पुग्छ । बिरुवाको स्वास्थ्यमा असर पुग्छ । सुक्ने क्रम टुप्पोदेखि तलतिर सर्दै जान्छ ।

नियन्त्रण उपायहरु : रोग लागेका हाँगा टुप्पा १५ देखि २० से.मी. तलबाट काट्नुपर्छ । काटिएका भागमा बोर्डोपेष्ट, तामा मिसिएका घाउ उपचारक लगाउनुपर्छ । बिरुवामा प्रयोग गरिने उपकरणहरु सफा राख्नुपर्छ । बिरुवाका लागि सन्तुलित मल हाल्नुपर्छ । बगैंचाको सफाइमा ध्यान दिनुपर्छ ।

क्रियाकलाप

तपाईंको समुदायमा व्यावसायिक ओखर खेतीको सम्भावना अध्ययन गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१ अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) कृषि भनेको के हो ?

(ख) व्यवसाय भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ग) आलु खेती किन गरिन्छ ?

(घ) ओखरलाई किन सुख्खा फल भनिन्छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) कृषि व्यवसाय भनेको के हो ? छोटो उत्तर दिनुहोस् ।

(ख) व्यवसायका फाइदाहरु केके हुन् ?

(ग) हाम्रो पालिकामा खेती गरिने बालीहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(घ) आलुमा लाग्ने रोगहरु केके हुन् ?

(ङ) ओखरका स्थानीय तथा आयातित जातहरु उल्लेख गरी तिनीहरुको विशेषता लेख्नुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) परम्परागत मकै खेती र आधुनिक मकै खेती प्रणालीको फरक देखाउनुहोस् ।

(ख) आलु खेतीमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु लेख्नुहोस् ।

(ग) हाम्रो पालिकामा ओखर खेती किन आवश्यक छ लेख्नुहोस् ।

(घ) ओखरमा लाग्ने रोगहरु केके हुन् ? नियन्त्रण उपायहरु लेख्नुहोस् ।

४. परियोजना

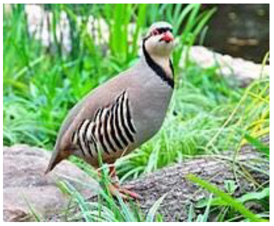
(क) तपाईँको घरका परिवारका सदस्य निर्वाहमुखी कृषि गर्छन् या व्यवसायमुखी कृषि गर्छन् सोधेर लेख्नुहोस् ।

(ख) तपाईँ कृषि व्यवसायी बन्न चाहनुहुन्छ ? चाहनुहुन्छ भने भावी योवना बनाउनुहोस् ।

(ग) तपाईँको वडामा कृषि व्यवसायमा लागेका कृषकहरुको सूची तयार पारी तिनीहरु कुन कुन कृषि व्यवसायमा लागेका रहेछन् ? तालिका बनाउनुहोस् ।

३.४. पशुपन्छी व्यवसाय

३.५.पशुपन्छी व्यवसायको परिचय :



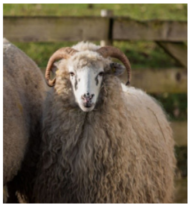
मानवीय जीवन निर्वाहका लागि पशुपन्छीपालन अनिवार्य छ। सीप र प्राकृतिक स्रोतहरुको प्रयोग गरी पशुपक्षी पालन गर्नुपर्छ। मानव सभ्यताको सुरुवातदेखि आर्थिक, सामाजिक, ंस्कृतिक विकास गर्ने काम पशुपन्छी पालनले गरेको थियो। पशुपन्छीपालन जीवन निर्वाहका लागि पनि हो र आय आर्जन गर्नका लागि पनि हो । परम्परागत निर्वाहमुखी पशुपालन अभ्यासलाई व्यावसायिक रुपमा रुपान्तरण गर्नुलाई पशुपन्छी व्यवसाय भनिन्छ। हाम्रो पालिकामा कुनैबेला थोरै जनसङ्ख्या थियो । घरघरमा गरिएको पशुपालनले पुग्थ्यो । आजकल जनङ्ख्या वृद्धि भएको छ। क्रेताहरु बढेका छन्। जनसङ्ख्या को वृद्धि, खाद्य पोषणको सुरक्षा, बजारउन्मुख उत्पादनले पशुपन्छी व्यवसाय नाफामुखी भएको छ। मासु, दुध, अण्डाको माग दिनानुदिन बढ्दै गएको छ। बढ्दो मागलाई पूरा गर्नका लागि व्यवसायीहरुले नयाँ नयाँ व्यवसायको उपयोग गरेर उत्पादन बढाइरहेका छन्। किसानहरुको आम्दानी वृद्धि गर्नमा पशुपन्छी व्यवसाय सफल बनेको छ। बजारउन्मुख उत्पादन, मूल्यको निर्धारण, बजारको व्यवस्था, पालन प्रविधि हरुको प्रयोगले पशुपन्छी व्यवसाय गतिशील भएको छ।

३.६. हाम्रो पालिकामा गर्न सकिने केही पशुपन्छी व्यवसाय :

सिमकोट पालिकामा पशुपन्छीपालक किसानहरु धेरै थिए। आजकल पशुपालकहरु घट्दै गइरहेको छन्। हाम्रो पालिकाका प्रत्येक घरधुरीमा भेडा, बाख्रा, झुमा, झोपा, गाइ, बल्द, घोडा, गधा, स्थानीय जातका कुखुरा पाल्ने परम्परा थियो। कसै कसैको घरमा चौरीपालन पनि थियो। पालनलाई छाडेर अरु व्यवसायहरुमा लागेको पनि देखिन्छ।

मासु, दुध, अण्डा, ऊन, मलको माग दिनहुँ बढिरहेको छ तर पूर्ति घटिरहेको छ। यो हाम्रा लागि अवसर हो। यस अवसर लाई सदुपयोग गनुपर्छ। यहाँ प्रश्न उठ्छ पैसा कमाउन जागिर गर्नुपर्छ ? जागिरले महिनामा एकपटक पारिश्रमिक पाइन्छ। व्यवसायमा हरेक दिन पैसा प्राप्त भइरहेको हुन्छ। लगानी पनि भइरहेको हुन्छ। लगानी र उत्पादनले झन आत्मविश्वास बढाउँछ। स्वरोजगारी प्रदान गर्छ। स्वावलम्बी बनाउछ। अरुलाई रोजगार दिन सकिन्छ। आफ्नो कार्यतालिकामा काम सम्पन्न हुन्छ। आफ्ना आवश्यकता पूर्ति गर्न अरुको भर परिदैन। एउटा व्यवसायभित्र धेरै कुराहरु जोडिएका हुन्छन्। हाम्रो श्रम सदुपयोग गरौं, हाम्रो उत्पादन गरौं, आर्थिक अवस्था बलियो बनाऔं।

३.७. भेडापालन :



मानिसको भनाइ अनुसार ईशापूर्व १०,००० वर्ष पहिले भेडापालन गरिएको थियो। ईशापूर्व ६,००० वर्ष पहिले ईरानमा ऊन उत्पादन गर्ने भेडापालन गरिएको थियो। पर्सियामा ऊन उत्पादन गरेर व्यापार गरिएको थियो। बेबीलोनमा ऊनका कपडा बनाएर प्रयोगमा ल्याइएको थियो। मेसोपोटामियाले ऊनको व्यवसाय र कारोबार गरेको थियो। अर्गली, युरियल र मोफलोन तीन ओटा जातबाटपाल्तु भेडाको विकास भएको थियो। परम्परादेखि हाम्रो भेडापालन घुम्ती चरन प्रणालीमा छ। यस तरिकाले पनि भेडापालन गर्न

सकिन्छ। यस्तो तरिकाबाट पालन गर्नका लागि हाम्रा अग्रज पुस्ताले भेडापालन स्थानीय प्राविधिक शिक्षा हस्तान्तरण गरेको छ। जसलाई उपयोग गरेर पालन गर्न सकिन्छ। लुकाल जाक्न, नुनचामल ढुवानी गर्न, ऊनी कपडा बनाउन, मासुका लागि, दुधका लागि, मलपोर्सोका लागि, आर्थिक आय बढाउनका लागि पुरानै प्रविधिले भेडापालन गरेका थिए। राष्ट्रिय निकुञ्ज, सामुदायिक वन, आरक्षण क्षेत्र, स्थानीय सरकारका नियमकानूनले गर्दा घुम्ती चरन भेडापालन व्यवसाय साँघुरिएको छ। घुम्ती चरन प्रणालीमा गरिएका भेडापालन व्यवसाय सङ्कटमा परेको बेला आधुनिक प्रविधिले भेडापालन व्यवसाय गर्न सकिन्छ। भेडापालन व्यवसाय र ऊनी वस्त्र उद्योग एकैसाथ सञ्चालन गरेर पुँजी निर्माण गर्न सकिन्छ। यसका लागि आधुनिक पालन प्रविधि उपयोग गर्नुपर्छ। फार्महरु निर्माण गर्नुपर्छ। भेडापालन व्यवसायसँग हाम्रो सामाजिक, आर्थिक हैसियत जोडिएको छ। यो व्यवसायबाट हाम्रो आर्थिक अवस्था बलियो हुनेछ र सामाजिक इज्जत अझ बढ्ने छ। मानिसका आवश्यकताहरु पूर्ति हुने निश्चित छ।

३.८. हाम्रो पालिकामा पालन गर्न सकिने भेडाका जातहरु :

नेपालको भौगोलिक अवस्था अनुसार तराईदेखि हिमालसम्म भ्याङलुङ, बरुवाल, कागे र लामपुच्छ्रे गरेर चार जातका भेडाहरु पालन गरिन्छ। हाम्रो पालिकामा स्थानीय जातको भेडापालन गरिन्छ जसलाई हुम्ली भेडा भनिन्छ। हुम्लीभेडाका साथै निम्नानुसारका दुई जातका भेडा पालन सिमकोट पालिकामा गर्न सकिन्छ।

भ्याङलुङ :

भ्याङलुङ भेडा ३००० मिटर उचाइमा पालन गरिने भेडाको जात हो। यसको शारीरिक तौल सरदर २५ देखि ३५ के. जी. सम्म हुने गर्छ। वार्षिक ऊन उत्पादन ७५० ग्रामदेखि १ के.जी सम्म हुन्छ। यसको ऊन मसिनो हुने भएकोले गलैचा उत्पादनमा प्रयोग हुने गर्छ। वयस्क भेडाहरुलाई सामान ढुवानीमा प्रयोग गरिन्छन्। ५ देखि १० के. जी. सम्म सामान बोकेर दैनिक ७ किलोमिटरसम्म बाटोको यात्रा गर्न सक्छन्।

बरुवाल :

यो भेडाको जात पनि हाम्रो पालिकामा पालन गर्न सकिन्छ। यस भेडाको तौल ३० देखि ३५ के. जी. सम्म हुने गर्छ। यी भेडाहरु वर्षको एकपटक व्याउने गर्छन्। एक पटकमा एउटा मात्र पाठापाठी जन्माउने गर्छन्। एउटा भेडाले वार्षिक ७५० ग्राम ऊन दिन्छ। ऊन खस्रो हुने भएकोले पाखी, लिऊ, थैलाहरु बनाइन्छ। भेडाको रङ मुख्य गरी सेतो हुन्छ। कालो, खैरो पनि हुने गर्छ। बलियो शरीर भएका यस्ता भेडाहरु कठिन वातावरणमा पनि बाँच्न सक्छन्। मालसामान ढुवानीमा प्रयोग हुन्छन्। १ वर्षदेखि १.५ वर्षको उमेरमा पहिलो पटक गाभिनो हुन्छन्। यस जातका पुरुषलाई भेडा, महिलालाई भेडी, गाभिनो गर्ने पुरुषलाई साँढ, छतौरो, थुमा, थुम्बा र गाभिनो हुन योग्य स्त्रीलाई छतौरी भनिन्छ। भरखर व्याएका भालेलाई भेडीपाठो, स्त्रीलाई भेडीपाठी, छतौरी भनिन्छ। भेडीलाई सामान जाकिदैन तर खाल्बालाई लुकाल जाकिन्छ। लुकाल जाक्न योग्य भएका र लुकाल जाकिसकेका भालेलाई खाल्बा, जाक्ना, जाग्ना भनिन्छ।

(क) प्रजनन :

गर्भाधान गर्ने वा गराउने सन्तान उत्पादन गर्नु प्रजनन हो। प्रजनन गर्ने पद्धति धेरै छन् तर हाम्रो पालिकामा प्रयोग हुदै आएका प्रजनन दुई किसिमको रहेको छ :

(अ) हाडनाता प्रजनन : हाडनाता प्रजनन भनेको नजिकको नाता पर्ने पशुहरुबिच गरिने प्रजननलाई हाडनाता प्रजनन भनिन्छ। पशुहरुको आमा छोरा, बाउ छोरी, दिदि भाइको नजिक नाता भएको पशुसँगै प्रजनन गराइन्छ। काका भतिजी, मामा भान्जी बिचमा प्रजनन गराउनु हाडनाता प्रजनन हो। यस प्रजननबाट एकै किसिमका भेडाहरुको विकास हुन्छ। एउटै जातिको

प्रजनन हुने भएकोले भेडाका विशेषताहरु पत्ता लगाउन सजिलो हुन्छ। प्रजनन क्षमतामा नकारात्मक प्रभाव पर्नु, उत्पादनमा प्रतिकुल प्रभाव पर्नु यस प्रजननका नकारात्मक पक्ष हुन् ।

(आ) मिश्रित प्रजनन : दुई भिन्न जातका बिचमा प्रजनन गराउने प्रक्रियालाई मिश्रित प्रजनन प्रणाली भनिन्छ। यस प्रणालीमा बढी ऊन तथा मासु उत्पादन गर्नसक्ने क्षमता भएका उन्नत भेडाका साँड, थुमा र स्थानीय कम उत्पादनशील भेडीहरुसँग प्रजनन गराइन्छ। यसरी प्रजनन गरिएमा तीन गुणा उत्पादन क्षमता बढ्ने गर्दछ भन्ने कुरा अनुसन्धानले देखाएको छ। योग्य भाले र स्थानीय भेडी पोथी बिच प्रजनन गराएमा उच्च गुणस्तरका पाठापाठी जन्मिन्छन् ।

(ख) खोर :

हाम्रो पालिकामा सरल तरिकाले भेडाका खोरहरु बनाइन्छ। यी खोरहरु महङ्गा हुदैनन्। वर्षा र हिंस्रक जनावरबाट जोगाउन स्थानीय साधन स्रोतबाट खोर बनाइन्छन् । माथि छानो नभएका काठका बार या माथि छानो नभएका ढुङ्गाका बारहरु लगाउने चलन छ। चिसो मौसममा गोठमा हुल्ने चलन रहेको छ।

वयस्क भेडीहरु राख्ने साधारण खोर, प्रजननका लागि तयार भएका थुमाहरुलाई राख्नका लागि थुमु खोर, व्याउने भेडीको लागि व्याउने माउ राख्ने खोर, दुध छुटेपछिका पाठापाठीका लागि पाठे खोर र बिरामी भएका भेडाहरुका लागि विरामी भेडा खोरका रुपमा विकास गर्नुपर्छ जसले गर्दा व्यवसाय फस्टाउछ।

(ग) आहारा :

भेडापालन व्यवसाय घट्दो क्रममा भए पनि आहारका लागि हाम्रो घुम्ती चरन प्रणाली परम्परा नै उत्तम रहेको छ। भेडाहरुको आहार चरन क्षेत्र हो। प्राकृतिक घाँस, झाडी, डाला, बुट्यान, चुनबुकी, जडीबुटी, झापात, सिस्नु, आल्लो, चुवाँफूल्या, बालीनाली, दूबो जस्ता घाँसहरु पशुहरुका आहारा हुन्। भटमास, पीना, नुन, मकै, जौं, गहुँ पनि आहारा हुन्। घुम्ती चरन या घुम्ती पालन गरेर उचित आहार व्यवस्थापन गर्नुपर्छ।

(घ) भेडामा लाग्ने बाह्य परजीवी :

भेडा बाख्राको शरीर बाहिर छाला, रौंमा टाँसिएर रगत चुसेर आफ्नो जीवन निर्वाह गर्ने जीव नै परजीवी हुन्। जुम्रा, उपियाँ, किर्ना, झिंगाले भेडा बाख्रालाई सताउनुका साथै छालाका रोगहरु सार्ने काम गर्दछन्। पालकहरु सावधान हुनुपर्छ।

(ङ) भेडाका रोग र दिइने खोपहरु :

रोग	भ्याक्सिन	रुट	मात्रा
छ मासे	इन्टेरोटोक्सामिया Enterotoxaemia	छालामुनी	२.५ एम. एल.
खोरेत	FMD Vaccine	छालामुनि	१ देखि २ एम. एल.
पिपिआर	PPR Vaccine	छालामुनि	१ एम. एल
सिसिपिपि	CCPP Vaccine	छालामुनि	०.२ एम. एल.
भेडाको बिफर	Sheep Pox Vaccine	छालामा खोपेर	भ्याक्सिनमा चोपेको सुइ

(च) स्वस्थ भेडाका लक्षणहरु :

- आँखा सफा चम्किलो,
- दिसापिसाबमा खराबी नभएको,
- फुर्तिलो, चनाखो, हृष्टपुष्ट,

- उमेर अनुसारको शारीरिक वृद्धि,
- घाँस, दानापानीमा रुचि,
- राम्रोसँग हिडडुल,
- शारीरिक तापक्रम १०१ डिग्री फरेन्हाइटदेखि १०३ डिग्री फरेन्हाइटसम्म भएको,

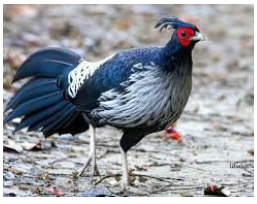
(छ) बिरामी भेडाका लक्षण :

- पशु झोक्राउने, हिडडुल गर्न नसक्ने,
- नाकबाट सिंगान बग्नु,
- आँखा निदाउरो चिप्रा लागेको,
- दिसा कब्जियत हुनु, पातलो हुनु,
- पिसाब रगत मिसिएको हुनु, कहिलेकाहिं पिसाब बन्द हुनु,
- उमेर अनुसार वृद्धि नभएर ख्याउटे हुनु,
- आहारामा मन नलगाउनु,
- एकै ठाउँमा बसिरहने, खोच्याउने,
- कान चिसो हुने वा बढी तातो हुनु,
- तापक्रम तलमाथि पर्नु,
- शारीरिक तौल घट्दै जानु ।

क्रियाकलाप

तपाईंको समुदायमा भएका भेडापालक कृषकसँग सोधपुछ गरी फाइदाहरुको अध्ययन गर्नुहोस् ।

कालिज पालन



कालिज जङ्गली चरा हो । समुद्र सतहबाट २४५ मिटरदेखि ३०६० मिटर उचाईसम्म पाइन्छ। नेपालमा ८ प्रजातिका कालिजपालन गरिन्छ। हाम्रो पालिकामा पालन गर्न सकिने कालिज पश्चिम पहाडी भेगमा पाइने प्रजाति हो। वर्षा याममा ३६६० मिटर ऊचाइमा पनि पुग्छन्। पोथी भन्दा भाले ठुलो हुन्छ। वसन्त ऋतु अर्थात चैत वैशाख महिनामा प्रजनन हुन्छ। यसका अण्डा सेतो, खैरो, निलो रङको हुन्छ। यसले २६/२७ दिनमा चल्ला कोरल्छ। यो कुखुरा जातको हुन्छ। मासु मिठो हुन्छ। सल्लो, बाँझ, लालिगुराँस, धुपी, ठिगो जस्ता सबै किसिमका रुखहरु भएको वनजङ्गलमा पाइन्छ। जोडीमा बस्ने पक्षी हो। बिहान सबेरै र बेलुकापख चारो खान मन पराउछ। कुनै नयाँ आवाज सुन्दा छिटो भाग्ने लुक्ने गर्छन्। गाउँ नजिक बस्छन्। चोरी सिकार गर्नेहरुले छोप्ने, पासा पार्ने, बन्दुकले मार्ने गर्छन्। रुखमा बस्ने भएकाले साँझमा टर्चलाइट बालेर मार्नाले लोप हुने अवस्थामा छन्। प्रत्येक दिन ३/४ बजेतिर भुरुरु उडेर रमाइलो गर्छन्। राति रुखका हाँगामा बस्ने हुनाले खोरभित्र पनि यस्तै व्यवस्था गर्नुपर्छ। सरकारको पूर्व स्वीकृति लिएर सरकारी निर्देशन पालन गर्नुपर्छ। कालिजपालकले जङ्गलमा छाडा छाड्नु हुदैन अनि जिउदो बेच्नु हुदैन। कालिजमा रोगहरुले आक्रमण गर्न सक्तैन। कालिजपालक व्यवसायीहरुले कालिज फार्म र रेष्टुरेन्ट सँगसँगै सञ्चालन गरेको पनि पाइन्छ। विदेशबाट आएकाहरु पालनमा लागेका छन्। कालिजपालकहरुको भनाइमा सुरुमा ५०० चल्लाबाट व्यवसाय सञ्चालन गर्नुपर्छ भनिए पनि हामीले सिमकोट पालिकामा व्यवसाय सञ्चालन गर्ने हो भने १०० चल्लाबाट सुरु गर्नुपर्छ। व्यवसाय सञ्चालन गर्दै अनुभव लिदै चल्ला थप्दै जानुपर्छ भन्ने भनाइ कालिज विज्ञको रहेको छ। मासुको मूल्य महङ्गो हुन्छ।

(अ) कालिजको विशेषता :

- रुखका हाँगामा बस्न रुचाउनु,
- धेरै चिसो हावा मन नपर्नु,
- चल्लाले एक अर्कालाई ठुङ्नु, घाइते चल्लालाई ठुगेरै मार्नु,
- भालेहरु बलिया हुन्छन्,
- हाडहरु बलिया तथा कडा हुनु,
- भुइँ खोस्रेर पातहरु प्रयोग गरी गुँड बनाउनु,

(आ) पालन स्थल :

- दैनिक १० घण्टासम्म सूर्यको ताप पाइने,
- हुरी बतास नलाग्ने,
- पानी नजम्ने, सिमसार नभएको,
- फाराम बिचबिचमा डाले घाँस भएको, नभए लगाउनुपर्ने,
- भिरालो जमिन, झाडिदार रुख भएको,
- चल्ला हुर्काउने ठाउँ अलग,
- चारैतिर रुखहरु छोपिने गरी जाली बेर्नुपर्ने,
- जालीभित्र चारैतिर उडान ठाउँ भएको,
- अरु पशुपन्छीले आक्रमण गर्ने भएकाले बलियो जालिको प्रयोग भएको,
- जालीभित्र दानापानी खाने अलग अलग भाँडा भएको,

(इ) तौल, आकार, दाना :

भाले कालिज वयस्क हुन ५ देखि ६ हप्ता लाग्छ। वयस्क भाले १.५ के. जी. हुन्छ। शारीरिक लम्बाई ६३ देखि ६४ से. मी. हुन्छ। पुच्छरको लम्बाई २१ देखि ३७ से. मी. हुन्छ।

पोथी कालिज वयस्क हुन ५ देखि ६ हप्ता लाग्छ। पोथी कालिज ८०० ग्राम देखि १ के. जी. का हुन्छन्। पोथीको शारीरिक लम्बाई ५० देखि ६० से. मी. हुन्छ। पुच्छरको लम्बाई १९ देखि २३ से. मी. हुन्छ। भालेको लुर्का रातो चम्किलो हुन्छ। मासुका लागि बिक्री गर्न सकिने उमेर कम्तीमा ६ महिनाको हो।

(ई) आहाराका लागि प्रयोग हुने कच्चा पदार्थ :

कालिज जङ्गली चरा भएकोले कालिजको आहारा जङ्गली वनस्पति हुन्। कालिजपालकहरुको भनाइ अनुसार लौकाट चराका लागि बनाइने दाना फर्मुला प्रयोग गरेर आहारा बनाउन सकिन्छ। यसको दाना बनाउन प्रयोग हुने अन्नहरुमा मकै, कोदो, गहुँ, भटमास, खनिज पदार्थ, नुन हुन्।

अभ्यास

१. अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) पशुपक्षी व्यवसाय भन्नाले के बुझिन्छ ?
(ख) भेडापालनको परिचय दिनुहोस् ।
(ग) कस्तो भेडालाई लामपुच्छ्रे भनिन्छ ?
(घ) कालिजले कति दिनमा चल्ला कोरल्छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) पशुपक्षी व्यवसायका फाइदाहरु लेख्नुहोस् ।
(ख) भेडापालन व्यवसाय किन घुम्ती गरिन्छ ?
(ग) कालिजपालन व्यवसाय किन आवश्यक छ ? तर्क दिनुहोस् ।
(घ) भेडामा लाग्ने रोगहरु केके हुन् ? खोपसहित लेख्नुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) सिमकोट पालिकामा भेडापालन व्यवसाय किन घट्दै गइरहेको छ ? व्यवसाय बढाउने उपायहरु लेख्नुहोस् ।
(ख) हाम्रो पालिकामा पालन गर्न सकिने पक्षीहरुको सूचीकरण गरी कुनै एकको परिचय दिनुहोस् ।
(ग) तपाईंको टोलमा सञ्चालन गरिएका व्यवसायहरुको तालिका बनाउनुहोस् ।

४. परियोजना

(क) तपाईंको घरमा पशुपक्षी पालन कसरी गरिएका छन् ? तालिका बनाई लेख्नुहोस् ।
(ख) पक्षीपालन व्यवसायका लागि सरकारले अनुदान दिइरहेको छ यदि तपाईं पक्षीपालक कृषक भएमा सरकारले दिने अनुदानको कसरी सदुपयोग गर्नुहुन्छ ? योजना बनाउनुहोस् ।
(ग) तपाईंको टोलमा कुन व्यवसायका लागि कसले कति अनुदान पाएका छन् ? शिक्षकको सहयोगमा घरधुरी सर्वेक्षण गरी छोटो प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

एकाइ–चार

पाठ : १

सामाजिक विकृति

(सिमकोट पालिकाको नियमित अतिरिक्त क्रियाकलाप कार्यक्रम सञ्चालन शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा प्रमुखको रसिलो उद्घोषणले सभालाई रोचक बनाउदै शुभारम्भ भइरहेको छ। कार्यक्रममा सभाध्यक्षको आसन ग्रहण पालिका अध्यक्षले गर्नु भएको छ। प्रमुख अतिथिका रुपमा जिल्ला समन्वय समिति प्रमुखको शानदार उपस्थिति रहेको छ। विशेष अतिथिको आसन ग्रहण पालिका उपाध्यक्षले गर्नु भएको छ। प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले अतिथिको आसन ग्रहण गरिसक्नु भएको छ। विद्यालयका प्रधानाध्यापकहरुको उपस्थितिले कार्यक्रममा उत्साह थपेको छ। हातमा न्यायको तराजु लिएर दुधको दुध पानीको पानी छुट्याउने निर्णायक मण्डलका सदस्यहरु क्रमशः निष्पक्ष नेपाली, मध्यस्थ रावल, जजराज लामा तयारी अवस्थामा हुनुहुन्छ। शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, देउडाप्रेमीको उपस्थितिले शोभा बढाइरहेको छ।

"सामाजिक विकृति विषयक देउडा प्रतियोगिता" लेखिएको ब्यानरले मञ्च झकिझकाउ छ। आज 'सामाजिक विकृति' विषयमा देउडा खेलको आयोजना गरिएको छ। छात्रा (महिला) समूह र छात्र (पुरुष) समूह गरी दुई समूहबिच देउडा खेल हुने कुरा उद्घोषकले अघि नै सूचना दिइसक्नु भएको छ। यस आयोजनामा मानसरोवर नमुना माध्यमिक विद्यालयका छात्रा नमुना रोकाया र छात्र प्राविधिक रावत, रामदेव माध्यमिक विद्यालयका छात्रा अग्रसरा भण्डारी र जागरुक बोहोरा, रलिङ माध्यमिक विद्यालयका छात्रा याङजुम लामा र छात्र आलोक लामा कर्णाली माध्यमिक विद्यालयका छात्रा शिक्षा सिंह र विज्ञान शाही, बालमन्दिर माध्यमिक विद्यालयका छात्रा होनहार रोकाया र छात्र सफल परियार, कैलाश माध्यमिक विद्यालयका छात्रा विद्या शाही र छात्र सचेत बिक, सैपाल माध्यमिक विद्यालयका छात्रा उन्नति बुढा र अनुशासन रावल, कान्ति आधारभूत विद्यालयका छात्रा कान्ती शाही र प्रशंसा सिंह, बलभद्र आधारभूत विद्यालयका छात्रा उत्साहा शाही र प्रयत्न बुढा, सनसाइन स्कुलका छात्रा सनसाइना शाही र छात्र निगरानी सुनार, कैलाशबोधी स्कुलका छात्रा नर्सरी लामा र छात्र डिसिपिलिन उपाध्याय सांस्कृतिक वेश भूषामा प्रतियोगीका रुपमा कम्मर कसेका छन्। सबै छात्रा छात्रहरु आआफ्ना विद्यालयमा कक्षा ७ अध्ययनरत विद्यार्थी हुन्।

समयपालकले सुरु भएको सङ्केत गर्नसाथ छात्रा समूहको पहिलो देउडा गीत समूह नेताले प्रस्तुत गर्छन्)

छात्रा समूह : निकै भयाई शुभसाइत, निकै भयाई बार,
देउडा खेलका तर्फबाट सबलाई नमस्कार ।

छात्र समूह : महिला पुरुष मुञ्जुन बुरुस, मुख सफा गनुछ,
कुरीतिको अन्त्य गरी, सुरीति भर्नुछ ।

छात्रा समूह : छाउ भया गोठ जाभन्दा सुरीति भयोहो ।
अन्धविश्वास हटाइदिन्या विज्ञान काँ गयोहो ।

छात्र समूह : धामीकाना बिन्ती गरुँ, प्रथा घटाउनलाई ।
सचेत होऊ विद्रोह गर, प्रथा हटाउनलाई ।

छात्रा समूह : दिनभरी जुवातास खेल्दा, राती आउँदा घर ।
आमा उस्तै बुबा उस्तै, कस्को मान्नु भर ।

छात्र समूह : हाम्रो जीवन चल्न्या होइन, पुराना भरले ।
नौलो चलन आउन्या काँछ, देउताका डरले ।

छात्रा समूह : घर पैसा बच्न्या छिया, रक्सी नखायाले,
परिवारको मिलन हुन्छ, बेलैमा आयाले ।

छात्र समूह : बालविवाहा गरिन्यानाई, रक्सी म खान्यानाई,
भ्रष्टाचार घुसखान्या ठौर, हामी त जान्यानाई ।

छात्रा समूह : पुरुषले महिलामाथि, हैकम जुमाउदाछन्,
लैङ्गिक हिंसा हटाउनलाई खुट्टा कुमाउदाछन् ।

छात्र समूह : शोषण हुदै दमन हुदै, हुदैछ तस्कर,
विभेद हटाउनका निम्ति, लागिजाउँ लस्कर ।

छात्रा समूह : भाङ खान्या कोकिन खान्या, क्या लस्कर लागौला,
हातेमाल गरिजाउँ भुन्या, टाढ्टाढा भागौला ।

छात्र समूह : नियमको पालना गरुँ, कानूनको लागू
जन्मभूमी छाडिकाना, कैखा थली भागु ।

छात्रा समूह : बिरालाले बाटो काट्यो, साइत बिग्रिगो मेरो,
राक्सस छ भुत लाग्यो भुन्दा, हाम्रै सेरोफेरो ।

छात्र समूह : पोइ छाडेर पोइल जान्या, महिलाको बानीछ,
दुई पोइल्या तीन पोइल्या हुनु, समाजलाई हानीछ ।

छात्रा समूह : वासना सुँघेर जाँन्या, केटीपछि आउन्या,
निसन्तान भयाका घर, छोराछोरी पाउन्या ।

छात्र समूह : उफल्ला पीरति लाइनु, सौतामा नजानु,
पढेर चेतनशील हुनु, ऐन कानूनको पानु ।

समयपालकले समय समाप्त भएको सूचना दिएपछि छात्राछात्रको समूह एकसाथ टुङ्ग्याउनी गीतमा लय हाल्छन् ।

छात्राछात्र एक लयमा : शिष्टताको विकास गरौँ, विज्ञानलाई पत्याउँ,

विगतका विकृतिजति, एकैठाउँमा खत्याउँ,
विगतका विकृतिजति एकै ठाउँमा खत्याउँ,
विगतका विकृतिजति एकै ठाउँमा खत्याउँ ।

देउडा प्रतियोगिताको समय सकिन्छ । निर्णायक मण्डलका सदस्य त्रय निष्पक्ष नेपाली, मध्यस्थ रावल, जजराज लामा गोप्य कक्षतिर जानुहुन्छ। त्यतिन्जेलसम्म धेरै प्रतिभाशालीका प्रतिभाहरु प्रस्तुत हुन्छन् । नतिजा तयार भइसकेकाले कार्यक्रम सञ्चालक शिक्षा, युवा तथा खेलकुद शाखा प्रमुखले जजराज लामालाई नतिजा प्रकाशन गर्न अनुनय गर्नुहुन्छ। छात्राछात्र सामूहिक देउडा खेल्नुको विषयवस्तु, भाव, देउडाको शिक्षा, व्यङ्ग्य, चेतनास्तर, पोसाक, हाउभाउ, श्रृङ्गार सबै पक्ष बराबर देखियो। प्रस्तुतिमा समानता नतिजामा पनि समानता भयो । प्रथम द्धितीय गर्नु अन्याय हुने भएकाले छात्राछात्रै विजेता घोषणा गर्नुभयो । सभाबाट परररर ताली बज्यो ।

उद्घोषकले नगद, जिन्सी पुरस्कार वितरणसहित अतिथि, विशेष अतिथि, प्रमुख अतिथिलाई मन्तव्यको पालो दिनुभयो र सभाध्यक्ष पालिका अध्यक्षले सभालाई उचित समयमा समापन गर्नुभयो ।

अभ्यास

१. अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) सामाजिक विकृति भनेको के हो ?
(ख) सामाजिक विकृति केके हुन् ?
(ग प्रतियोगिताको विषयवस्तु के हो ?
(घ) कुन प्रतियोगिता सञ्चालन भएको छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) तपाईँलाई छात्रा वा छात्रामध्ये कुन समूहको देउडा मन प-यो र किन ?
(ख) प्रतियोगितामा कुन कुन विद्यालयका कति जना छात्राछात्र सहभागी रहेका छन् ?
(ग) प्रतियोगिताको विषयवस्तु अनुसार गीतका भावहरु छन् ? तर्क दिनुहोस् ।
(घ) कति कतिओटा गीतहरु प्रस्तुत गरिएका छन् ?

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) देउडा खेलमा प्रस्तुत गरिएका सामाजिक विकृतिहरु तपाईँको सम’दायमा छन् छैनन् ? सूचीकरण गर्नुहोस् ।
(ख) सामाजिक विकृति अन्त्य गर्ने उपायहरु लेख्नुहोस् ।
(ग) सामाजिक विकृतिले विकासमा कस्ता असर पारेका छन् ?
(घ) समुदायमा भएको भ्रष्टाचार अन्त्य गर्न कस्ता कदमहरु चाल्नुपर्ला ?
(ङ) देउडा र मानिसको सम्बन्ध बारे एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

४. परियोजना

(क) कक्षा ७ का विद्यार्थीहरुको बिचमा देउडा प्रतियोगिता सञ्चालन गर्नुहोस् ।
(ख) तपाईँको विद्यालयमा सञ्चालन भएका कुनै एक क्रियाकलापको प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।
(ग) देउडा गीतलाई संरक्षण गर्ने प्रयासहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
(घ) दुई पक्षबिचमा हुने नमुना देउडा ब्याटल तयार पार्नुहोस् ।

पाठ : २ प्राकृतिक तथा मानवीय प्रकोप

२.१. प्रकोपको परिचय :

अकस्मात् आउने गतिविधिले धनजनको नोक्सानी गर्छ, त्यस्ता घटनालाई प्रकोप भनिन्छ। प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष रुपमा प्रकोपले आसपासको अवस्थालाई प्रभाव पारेको हुन्छ। भूकम्प, चट्याङ, बाढी, पहिरो, भूक्षय, महामारी, हिमताल विस्फोट, आगलागी, लडाईँले ठुलाठुला क्षति गरेका हुन्छन् । यस्ता प्रकोपहरु आउदैछु भनेर जानकारी गर्दैनन् । प्रकोपले वातावरणमा असर गर्ने भएकाले जीवहरुका वासस्थान विनास हुन्छन् । प्राकृतिक प्रकोपलाई अङ्ग्रेजीमा ल्बतगचबी ज्बशबचम भनिन्छ । मानवीय प्रकोपलाई अङ्ग्रेजीमा ज्ग्बल ष्लमगअभम ज्बशबचम भनिन्छ।

(क) प्रकोपलाई दुई भागमा बाँड्न सकिन्छ

प्राकृतिक प्रकोप : पहिरो, हिमताल विष्फोट, भूकम्प, असिना, बाढी, चट्याङ, हावाहुरी, शीत, भूक्षय, प्लेग, बर्डफ्लु आदि जस्ता प्रकृतिमा एक्कासी उत्पन्न हुने प्रकोपलाई प्राकृतिक प्रकोप भनिन्छ।

२.२. केही प्राकृतिक प्रकोपहरुको छोटो परिचय

(अ) पहिरो

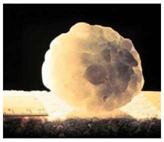
सिमकोट पालिकाको भूगोल भिरालो रहेको छ। चट्टान, भीर, पहरा, डाँडा, उच्च भूभागदेखि कर्णाली नदी तिरको होचो भागहरु रहेका छन्। अग्ला भूभागका काखीमा बस्तीहरु रहेका छन् । गुरुत्वबलको नियम अनुसार अग्लो स्थानको भूभाग होचो भागतिर झर्ने गर्दछ। अग्लो स्थानमा रहेको भिरालो जमिनको भाग छुट्टिएर होचो ठाउँमा झर्नुलाई पहिरो भनिन्छ। जमिनको भित्री भागमा हुने गतिविधिले पहिरो जान्छ। अतिवृष्टि भई जमिन कमजोर भएर, खोला तथा नदीले जमिन काटेर पहिरो जान्छ। त्यसैगरी सडक, बाटो निर्माण गर्दा भीर पहरा फुटाउने विष्फोटक पदार्थले पहिरो जाने गर्छ। रुख रोपेर, गाईवस्तु चराउने ठाउँ व्यवस्थित गरेर, खोला तथा नदी किनारमा तटबन्ध गरेर, भिरालो ठाउँका बस्तीहरु सारेर, पहिरो स्थलबाट होसियार भएमा पहिरोको रोकथाम गर्न सकिन्छ।

(आ) हिमताल विष्फोट

हिमाली क्षेत्रमा भएका हिउँको पग्लानबाट बनेका तालहरुलाई हिमताल भनिन्छ । हिमाली क्षेत्रमा चट्टानले घेरिएका बिचमा गहिरो जमिन भएका ठाउँहरुमा हिउँ पग्लेर हिमताल बन्छन् । हिउँ पग्लेर बन्ने नदी हिमनदी हुन् । धेरै हिउँ परेमा हिउँ पग्लने मौसममा हिमपानीको मात्रा बढ्छ। पानी बढेर बाढी आउने सम्भावना हुन्छ। तालहरु फुट्ने डर हुन्छ। करिब ५३५० मिटर उचाइमा रहेका हिमताल फुटेर २०८२ जेठ १ गते हुम्लाको नाम्खा गाउँपालिका लिमीमा अवस्थित तिल गाउँ बाढीको उच्च जोखिममा परेको थियो।

हिमताल विष्फोटको कारण	हिमताल विष्फोटका असर	न्यूनीकरणका उपायहरु
धर्तीमा ताप बढ्नु, बढी पानी जम्मा हुनु, भूकम्प आउनु, चट्टान फुट्नु, पानीको छाल बढ्नु ।	खेती जमिनको नास, जीवजन्तुको नास, विकासको नास, बस्तीहरुको डुबान, धनजनको नोक्सानी ।	हिमताल पहिचान, पानीको निकास, तटबन्ध निर्माण, प्रविधिको प्रयोग, बस्ती परिवर्तन ।

(इ) असिना



। ६ सेमी व्यास भएको असिनाको टुक्रा

केराउ, अङ्गुर आकारका बरफहरुको वर्षा हुनु असिना हो । कहिलेकाहि आलुका डल्ला जत्र बर फहरुको वर्षा हुन सक्छ । पानीका ठोस टुक्राहरु बरफ हुन् । असिनालाई अङ्ग्रेजीमा ज्बर्षकितयलभ भनिन्छ । मौसम चिसो भएका बेला पानी जमेर असिना पर्छ । अति चिसो पानीबाट बरफ बन्ने प्रक्रिया कम्युलोनिम्बस बादलमा हुन्छ । कम्युलोनिम्बस बादलभित्र पानीको थोपा जोडिन्छ र जमेर ठुलो बनेर असिना बन्छ । हाम्रो पालिकामा चैत, वैशाख, जेठ महिना असिनाको मौसम हो

(ई) भूकम्प

हाम्रो स्थानीय चलनचल्तीमा भूकम्पलाई भुइचालो भनिन्छ । पृथ्वीको भित्री भागमा रहेका चट्टानहरु तन्किने, खुम्चिने गर्दा उत्पन्न हुने कम्पनलाई भूकम्प भनिन्छ । सतहभित्र रहेका प्लेट्सहरु दायाँबायाँ सर्दा पनि भूकम्प जान्छ । भूकम्पको इतिहास हेर्ने हो भने नेपालमा वि.सं. १९९० माघ २ गते ८.४ रेक्टर स्केल, २०४५ भदौ ५ गते ६.७ रेक्टर स्केल र २०७२ वैशाख १२ गते ७.८ रेक्टर स्केलका महाभूकम्पले धनजनको क्षति पु-याएका थिए । घर, पुल, कलकारखाना, सरकारी भवन, माँडु, गुम्बा नास हुनु, भिरालो जमिनमा पहिरो जानु, खाने पानीका पाइपहरु चुटिएर पानी बन्द हुनु, पानी मूलहरु सुक्नु, जमिन फाट्नु जस्ता असरहरु भूकम्पले ल्याउछ ।

(उ) चट्याङ :

हाम्रो स्थानीय चलनचल्तीमा चट्याङलाई चिट्को भनिन्छ । वायुमण्डलमा विद्युत शक्ति प्रसारण हुनुलाई चट्याङ भनिन्छ । बादलमा भएका पानीका साना थोपाहरु एक आपसमा गाँसिएर वजन बढेर तल खस्न लाग्दा जमिन वा पानी तातेर बनेको वाफ आकाशतिर गइ ठोकिन्छन् । ठोकिदा घर्षण हुन्छ । घर्षणबाट विद्युत प्रवाह हुन्छ । अचालक बस्तुबाट इलेक्ट्रोन सर्दा ताप पैदा हुन्छ र हावालाई तताउँछ । विद्युत सरेको हावा फैलिदै जान्छ । चिसिदा खुम्चेर ठुलो आवाज आउँछ अनि चट्याङ पैदा हुन्छ । चट्याङबाट बच्न घरको माथि त्रिशूल राखेर त्रिशूलमा तामाको मोटो तार जोडेर जमिनको चिसो आउने ठाउँमा छोड्नुपर्छ । चट्याङको विद्युत तामा तार बाट जमिनमा जान्छ अनि दुर्घटना हुदैन ।

२.३. प्राकृतिक प्रकोपका कारणहरु र असरहरु :

प्राकृतिक प्रकोपका कारणहरु	प्राकृतिक प्रकोपका असरहरु
• धेरै वर्षा हुनु, कहिले पानी नै नपर्नु, • जताततै ढुङ्गा निकाल्नु, • वन बिनास गर्नु, • अनियमित विकास निर्माणहरु,	• प्राकृतिक स्रोतहरुको नास हुनु, • टेलिफोनका तारहरु चुडिनु, • नेटवर्क टावरहरु नास हुनु,

• कमजोर तथा भिरालो जमिन,	• पानीका मुहानहरु नास हुनु,
• जलवायु परिवर्तन,	• मानिसले बनाएका सम्पदाहरु नास हुनु,
• प्राकृतिक स्रोतहरुको बढी प्रयोग,	• सामाजिक खैलाबैला हुनु,
• जनसङ्ख्या वृद्धि ।	• जीवजन्तुको बासस्थानमा अबरोध हुनु ।

(ख) मानवीय प्रकोप

आगलागी, सवारी दुर्घटना, लडाँइ झगडा, महामारी, हवाइजहाज दुर्घटना, रसायनिक मल प्रयोगले गर्दा क्षति पुगिरहेको हुन्छ। मानिसले आफ्ना कार्यहरु गर्दै जाने क्रममा के असर पर्छ ? भन्ने होस् प-याउदैन। मानिसका कैयौं क्रियाकलापले मानिसलाई नै असर पु-याएको छ। यस्ता प्रकोपलाई मानवीय प्रकोप भनिन्छ। हाम्रो पालिकामा दिनुहुं वनविनाश भइरहेको छ। वनविनासले नकारात्मक असर पु-याएको छ। जानेर वा नजानेर मानिसले गरेका आफ्ना कामका गतिविधिहरुले आफैलाई नोक्सान पुगेको छ।

उदारणका लागि केही मानवीय प्रकोपको छोटो परिचय यसप्रकार छ :

(अ) आगलागी

आगो भएन भने मानिसको जीवन चल्दैन भन्ने कुरा सबैलाई थाह छ। त्यसकारण आगोका बारेमा वर्णन गर्नु नपर्ला। हाम्रो पालिकामा हेमन्त, शिशिर, वसन्त ऋतुमा आगलागीका घटनाहरु बढ्छन्। प्राकृतिक आग लागीले भौतिक तथा मानवीय नोक्सान गर्ने काम गरिनैरहन्छ। मानिस सचेत भएर आफ्ना क्रियाकलापहरु गर्नुपर्ने हो तर गर्न सक्तैन। मानिसका लापरवाहीले गर्दा भएका आगलागीले कहिल्यै पूरा नहुने नोक्सान गरेको छ।

२.४. आगलागीका कारण र बच्ने उपायहरु

आगलागीका कारणहरु	आगलागीबाट बच्ने उपायहरु
• प्रकृतिमै आगो उत्पन्न हुनु, (बज्जर आगो)	• सलाई लाइटरको सदुपयोग गर्ने,
• बिजुलीका तारहरु जल्दा,	• घरघरमा फायर इट्ङिगेसर राख्ने,
• खाना पकाउने ग्याँस लिक भएर,	• आगलागी घरबाहिर तुरुन्त निस्कने,
• एक ठाउँको आगो अन्यत्र सरेर,	• धुँवा निस्कने भए घोप्टो परेर निस्कने,
• सलाई, लाइटरको दुरुपयोगले,	• प्रहरी कन्ट्रोल १०० मा कल गर्ने,
• वासनायुक्त धूप बालेर,	• तुरुन्त प्रहरीलाई डाक्ने,
• गाडीमोटरमा अचानक आगो निस्कनु,	• सल्ला, बाँझका हाँगाले आगो निभाउने,
• भान्साकोठाको असावधानीले,	• पानी पाइप लगाउने ।

२.५. वन डढेलो नियन्त्रणका उपायहरु

- ठाउँठाउँमा अवलोकन टावरको व्यवस्था गर्ने,
- नियमित स्थलगत गस्ती गर्ने,
- सम्भव भएमा हवाइ गस्ती गर्ने,
- वनमा सेटलाइट प्रविधि जडान गर्ने,

- वनक्षेत्रमा वन चौकीदार राख्ने,
- सामाजिक सञ्जालमा तुरुन्त सूचना प्रवाह गर्ने,
- टिम परिचालन गर्ने,
- नियन्त्रणमा प्रयोग हुने औजारको व्यवस्था गर्ने,
- हरियो स्याउला, भिजाएको बोरा, पानी, माटो, बालुवा प्रयोग गर्ने,
- बढी संवेदलशील क्षेत्रलाई अग्नीरेखा बनाएर छुट्याउने ।

(आ) सवारी दुर्घटना

तस्बिर : तिलसरा बिक पत्रकार, सामाजिक अभियानी, मानव अधिकारवादी

सवारी दुर्घटना आकस्मिक हुने घटना हुन् । अकस्मात् हुने क्षति दुर्घटना हो । एउटा सवारी साधनले अर्को सवारी साधन, सवारी साधन र रुख, सवारी र चौपायाहरु, पैदल यात्री र सवारी एक आपसका ठोक्किदा हुने दुर्घटनालाई सवारी दुर्घटना भनिन्छ। सवारी साधनको आन्तरिक प्राविधिक गडबढीले पनि दुर्घटना हुने गर्छ। चालकको असावधानीले गर्दा पनि दुर्घटना भएका छन् । सडकमा अव्यववस्थित राखिएका बिजुलीका पोलमा ठोकिदा दुर्घटना भएका छन् ।

२.६. सवारी दुर्घटनाका कारण र न्यूनीकरणका उपायहरु

सवारी दुर्घटनाका कारणहरु	सवारी दुर्घटना न्यूनीकरणका उपायहरु
• वर्षा याममा सडक भासिनु, पहिरो जानु,	• सडकमा चेतनायुक्त होडिङबबोर्ड राख्ने,
• ट्राफिक नियम पालना नगर्नु,	• कडा ऐन नियम लागु गर्ने,
• चालकले अत्यधिक मदिरा पिउनु,	• ट्राफिक नियम पूरापूर पालना गर्ने,
• क्षमताभन्दा बढी यात्रु राख्नु,	• लामो दूरीमा दुईओटा चालकको व्यवस्था
• सडकमा चौपायहरु छाडा छोड्नु,	• चालकको मापसे परीक्षण र कारबाही,
• स्थानीय साँघुरा सडकहरु हुनु,	• छाडा चौपायहरुको व्यवस्थापन,
• सवारी र पैदल यात्रुका बाटा एउटै हुनु,	• फराकिला बाटाहरुको निर्माण,
• जेब्राक्रसको व्यवस्था नहुनु,	• सभा सम्मेलन सडकमा नगर्ने,
• सिमकोटमा बसपार्क तथा पार्किङ नहुनु,	• पैदल यात्रुका लागि अलग बाटाहरु,
• साँघुरा कामचलाउ सडक हुनु,	• सडक पेटीमा लाइटको व्यवस्था,
• सडकमा ट्राफिक सङ्केत चिह्न नराख्नु,	• पुराना सवारीहरु चलाउन बन्देज,
• यान्त्रिक, मानवीय तथा खराब मौसमले,	• पार्किङ व्यवस्था गर्ने,
• सवारी चलाउँदै मोबाइल चलाउदै गर्नु,	• ट्राफिक प्रहरीको व्यवस्थापन,
• चालकमा उच्च रक्तचाप, छारे रोग हुनु,	• पहिरो नियन्त्रण,
• अनुभव नभएका चालकले चलाउनु ।	• अनुभवी चालकको व्यवस्थापन ।

(इ) लडाइँझगडा

व्यक्ति, समूह, पट्टि, खलक, छिमेक, गाउँका बिचमा गहिरो सम्बन्ध राख्नुपर्छ। पालिकाभित्रका हरेक नागरिकले मिठो सम्बन्धलाई टुटाउनु हुदैन। शिष्ट पालिका बनाउनु हामी सबैको कर्तव्य हो। 'आफू भलो त जगत भलो' भन्ने उक्तिको पालना गर्न सकिएमा व्यक्ति, समूह शिष्ट बन्छ। अकस्मात् सम्बन्ध बिग्रन समय लाग्दैन। मेलमिलाप गर्न खोज्दा खोज्दै पनि सम्बन्ध टुट्छ। सम्बन्ध सपार्ने या बिगार्ने आफ्नै हातमा छ। लडाइँझगडा र मेलमिलाप एउटा चक्रजस्तै घुम्छ। लडाइँझगडाले गर्दा धनजनको नोक्सान भएको छ। यो मानवीय प्रकोप हो। दुईभन्दा बढी बिरो धीहरुका बिचमा हुने लडन्तलाई लडाइँ झगडा भनिन्छ। जतिसके लडाइँ झगडाबाट अलग रहनुपर्छ।

२.७. लडाइँ झगडाका कारण र न्यूनीकरणका उपायहरु

लडाइँझगडाका कारण	न्यूनीकरणका उपायहरु
• भएका एकता भाँडिनु,	• प्रेम, स्नेह, सदभाव, सहानुभूतिले हेर्नु,
• जाति, वर्ग, लिङ्गको भेदभाव,	• मायाप्रेम बुढो हुन नदिनु,
• माचो, चुक्ली लगाउनु,	• सकारात्मक नकारात्मक पक्षको खोजी,
• स्वार्थ नपाउनु,	• सामाजिक सम्बन्ध कायम राख्नु,
• अंशबण्डामा भेदभाव हुनु,	• सहमती र समर्थन अनुसारको काम गर्नु,
• सरकारी बजेट हिनामिना गर्नु,	• जिम्मेवारी विभाजन,
• चोरी गर्नु, चोरी पत्ता लाग्नु,	• लहलहैमा नलाग्नु,
• पूर्खाको अर्ती पत्याउनु,	• विश्वास, भरोसा घट्न नदिनु,
• पारपाचुके हुनु,	• सामूहिक निर्णय गर्ने परिपाटी विकास,
• गरिबीले सताउनु, रोजगारी नपाउनु,	• विषयलाई सकारात्मक रुपले हेर्नु,
• माथिल्लो वर्गले हैकम जमाउन खोज्नु,	• सत्य केलाएर न्याय दिनु,
• सत्यलाई लुकाउने प्रयास गर्नु,	• छलकपट, षड्यन्त्र, चुक्लीको अन्त्य गर्नु,
• परपुरुष परस्त्रीसँग लाग्नु,	• खुला दृष्टिकोणको विकास,
• वितरण समान नहुनु,	• सामूहिक सम्पत्तिमा सबैको सहभागीता,
• बदला लिने ईर्ष्या हुनु,	• आत्मसम्मान, नैतिकताको विकास,
• राजनीतिक कुदृष्टि रहनु।	• समान बजेट वितरण व्यवस्था।

अभ्यास

१ अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) प्रकोप भनेको के हो ?
(ख) प्राकृतिक प्रकोप केके हुन् ?
(ग पहिरो केलाई भनिन्छ ?
(घ) मानव सिर्जित प्रकोप भन्नाले के बुझिन्छ ?

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) प्राकृतिक प्रकोपको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ख) मानवीय प्रकोपको परिचय दिनुहोस् ।

(ग) पहिरोको परिचय दिनुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) प्राकृतिक प्रकोप भन्नाले के बुझिन्छ ? प्राकृतिक प्रकोपहरु केके हुन् ? छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ख) मानवीय प्रकोप भनेको के हो ? मानवीय प्रकोपहरुको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ग) हाम्रो पालिकामा सडक दुर्घटना न्यूनीकरण गर्न कस्ता उपायहरु अपनाउन सकिन्छ ?

(घ) माथि पाठमा लेखिएका कुराहरु मात्र लडाईँझगडाका कारण होइनन् यस्ता अरु कारणहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

४. परियोजना

(क) तपाईँको समुदायमा बाढी नियन्त्रण गर्न कस्ता कार्यहरु गरिएका छन् ? सूची बनाउनुहोस् ।

(ख) शिक्षकको सहयोगमा महामारीले पारेका असरहरुको सूची बनाउनूहोस् ।

(ग) सिमकोटमा हवाइजहाज दुर्घटना हुन नदिन के गर्नुपर्ला ? शिक्षकको सहायतामा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

(घ) तपाईँको समुदाय वनमा आगलागी भएमा नियन्त्रण गर्न कस्ता कदम चाल्नुहुन्छ ? चालिने कदमहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

पाठ : ३

सरुवा रोग न्यूनीकरण

३.१. रोग परिचय

मानिसमा आन्तरिक कारण र बाह्य कारणले रोग लाग्ने गर्छ। व्यक्तिको शरीरभित्र विकारहरु बढेर शरीर दूषित भई आफैमा रोग उत्पन्न हुन्छ यसलाई आन्तरिक कारणबाट लाग्ने रोग भनिन्छ । मानिस, जनावर, किरा, प्रकृतिबाट सरेर लाग्ने रोगलाई बाह्य कारणबाट लाग्ने रोग भनिन्छ । आन्तरिक वा बाह्य दुबै कारणले मानिस स्वस्थ अवस्थाबाट अस्वस्थ स्थितिमा पुग्छ । आँखाले देखिने तथा नदेखिने किटाणु वाट मानवीय शरीरलाई असर पुगाइरहेका हुन्छन् । सूक्ष्म किटाणु तथा भाइरसहरुले मानिसको सामान्य शरीरलाई असामान्य बनाइ दिन्छन् । मानिस तथा पशुपक्षीको शरीर अस्वस्थ गर्ने शारीरिक विकार र जीवाणुले शरीरलाई बिमारी बनाइदिन्छ । यही असामान्य अवस्था रोग हो । कुनै रोगहरु सरेर प्रकोपको रुप लिएर क्षति पुगाउछन् । कुनै नसर्ने रोग हुन्छन् । प्राणीलाई असर गर्दछन् ।

३.२. प्राय: सबै मानिसमा देखा पर्ने रोगहरु

(क) बाल रोग

साना बालबालिकालाई लाग्ने रोग जस्तै झाडापखाला, निमोनिया, कुपोषण आदि ।

(ख) स्त्री रोग

महिलाहरुलाई मात्र देखा पर्ने रोगहरु स्त्री रोग हुन् । पिसाब इन्फेक्सन, आङखस्ने, महिला प्रजनन अङ्गको सङ्क्रमण, भिरीङ्गी आदि ।

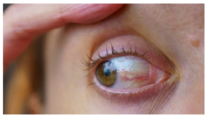
(ग) कान रोग

कानमा लाग्ने रोगहरु कान रोग हुन् । कान पाक्ने, कानेगुजी भरिने, कानको जालिमा प्वाल पर्ने, आदि ।

(घ) दन्त रोग

दाँतमा लाग्ने रोगहरु दन्त रोग हुन् । पाइरिया, दाँत सड्ने, दाँत सिरिङ् हुने, दाँत टुक्रिने, गिजा सुनिने आदि ।

(ङ) नेत्र रोग

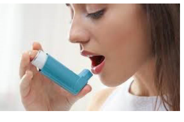


आँखामा लाग्ने रोगहरु नेत्र रोग हुन् । रतन्धो, मोति बिन्दु, आँखा पाक्ने आदि रोगहरु ।

(च) यौन रोग

मानिसका प्राइभेट पार्टहरुमा लाग्ने रोग, एड्स, धातु आदि रोग ।

(छ) स्वास रोग



सास प्रक्रियामा लाग्ने रोगहरु स्वास रोग हुन् । क्षयरोग, दम, रुघाखोकी,निमोनिया आदि ।

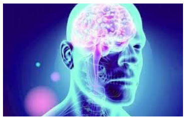
(ज) ह्रदय रोग

मुटुमा असर गर्ने रोगहरु ह्रदय रोग हुन् । ह्रदयाघात ह्रदय रोग हो ।

(झ) **चर्म रोग**

छालामा लाग्ने रोगहरु चर्म रोग हुन् । कुष्ठरोग, लुतो, खटिरा आदि ।

(ञ) **मानसिक रोग**



मानसपटलमा आउने असन्तुलनले गर्दा लाग्ने रोगहरु मानसिक रोग हुन् । अचानक रिसाउनु, निद्रामा बोल्नु आदि ।

अहिलेको इन्टरनेट प्रयोगले पनि मानिसलाई सताएको देखिन्छ । टिकटक, फेसबुक, अनलाइन गेमले पनि मानिसको स्वस्थतालाई बिगारिरहेको देखिन्छ ।

३.३. सरुवा रोगको परिचय

Communicable Diseases
सरुवा रोगहरु

- Gonorrhea – गनरिया
- HIV/AIDS – एचआइभी / एड्स
- Leprosy – कुष्ठरोग
- Malaria – औलो
- Measles – दादुरा
- Mumps – गलफुलो

रोगीबाट निरोगी व्यक्तिमा सर्ने रोगलाई सरुवा रोग भनिन्छ । सरुवा भनेको एक व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सरेर जाने हो । सङ्क्रमण भएको जनावरबाट मानवमा सर्छ । दूषित वातावरणले रोगलाई सार्ने काम गर्छ । हावा, पानी, दिसा पिसाब, सरसफाइको कमीले रोगहरु तुरुन्त सर्छन् । सरुवा रोगहरु भाइरस, व्याक्टेरिया, परजीवी, किटाणु, जीवाणु जस्ता अति सूक्ष्म जीवका कारण सर्ने गर्दछन् । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनका अनुसार मानिसको आपसी भेटघाट हुँदा, सँगै बस्दा, जुठो खाँदा, भेलाहरुमा , मानिसका भीडहरुमा सरुवा रोग सर्छ । रोगी व्यक्तिको सास, हाच्छिउँ, खोकी, थुकका छिटा पर्दा, कुराकानी गर्दा रोगहरु सर्छन् । रोगी जनावरसँग खेल्दा, रोगी पशुपक्षीको मासु खाँदा सरुवा रोग लाग्ने गर्छन् ।

कोराना भाइरसले मानिसलाई स्यानिटाइजर प्रयोग गर्न सिकायो । अनलाइन बैठक गर्ने पाठ दियो । भौतिक दूरीमा रहन सिकायो । खाना खानु अगाडि साबुनपानीले हात धुने बानी बसाल्यो । मास्क प्रयोगकर्ता बढायो । रोगीहरुसँग हेलमेल नगर्न भन्यो । खोक्दा, छिउँ गर्दा मुख ढाक्न प्रेरित ग-यो । यस्ता सावधानीहरु निरन्तर पालना गरिएमा निरोगी भइन्छ । रोग सर्नबाट बचिन्छ । यस्ता क्रियाकलापले सरुवा रोगहरु न्यूनीकरण पनि हुन्छन् । पोषण खानेकुरा, फलफूलहरु, कसरत गरेमा रोगले आक्रमण गर्न सक्दैन । निरन्तर नुहाउने गरेमा, सफा लुगाहरु लगाएमा, मनोविज्ञान सफा राखेमा, जीवनशैली सुधारेमा, निरोगी हुनुपर्छ भन्ने सोच बनाएमा रोगमुक्त हुन सकिन्छ ।

केही सरुवा रोगहरुको छोटो परिचय यसप्रकार रहेको छ :

(क) रेबिज

रेबिज पशुर मानिसमा लाग्ने प्राणघातक जुनोटिक रोग हो । पशुपक्षीबाट मानिसमा सङ्क्रमण हुने रोगलाई जुनोटिक रोग भनिन्छ । रेबिज रोग भाइरसको कारणले सर्ने रोग हो । यसले केन्द्रीय स्नायु प्रणालीलाई असर पार्दछ । रेबिज रोगको उपचार पद्धतिको विकास अहिलेसम्म भएको छैन तर उपयुक्त खोप लगाउन सकेमा रोगीलाई बचाउन सकिन्छ । मानिसमा रोग लागेमा पानीदेखि डराउने Hydrophobia हुन्छ । यो पानीको प्यास लाग्छ तर घाँटीमा भएका स्नायु पक्षघातले गर्दा पानी पिउन सक्तैनन् । पानी मुखमा पर्नासाथ डराउछन् । यो स्तनधारी प्राणीमा लाग्ने गर्छ । मानिस, कुकुर, स्याल, बिरलो, गाई, भैंसी, भेडा, बाख्रा, बङ्गुर, घोडा, गधा, ब्वाँसो, बादर, फ्याउरो, चमेरा आदिमा यो रोग लाग्दछ ।

रेबिज लागेको पशुले मानिस तथा अरु पशुहरुलाई टोकेमा तुरुन्त सर्छ । रोगी पशुको र्‍यालमा रोगको विषाणु हुने भएकाले टोकेको घाउमा सङ्क्रमित र्‍याल परेमा यो रोग सर्ने गर्छ । यो टोकेर सर्ने रेबिज हो । नटोकेर पनि रेबिज सर्छ जस्तै मानिसको शरीर कोतरिएको भागमा, चोटपटक लागेको भागमा रोगी पशुको र्‍याल परेमा शरीरभित्र विषाणु प्रवेश गरेर रेबिज सर्छ। रेबिज सङ्क्रमण भएको कुनै मानिसको आँखा कुनै अर्को मानिसलाई दान गरेमा आँखा लिने मानिसलाई पनि यो रोग सर्ने गर्दछ। रेबिज लागेर मरेको पशुको मासु खाएमा सर्छ। रोग लागेको मासु काट्दै गर्दा र्‍याल, गिदीमा भएको रेबिज विषाणु शरीरभित्र छिर्ने गर्दछ । पशुको मुख खोलेर उपचार गर्ने क्रममा मानिसका हातमा यदि घाउ भएमा घाउमा र्‍याल टच भएर रोग सर्छ। ९९ प्रतिशत कुकुरको टोकाइबाट यो रोग सर्छ।

(अ) रेबिज रोगका लक्षणहरु

चित्सिकहरुको भनाइ अनुसार रेबिज लागेको जनावरले मानिसमा टोकेको ४ देखि ८ हप्तामा यो रोगको लक्षण देखा पर्छ। विषाणुको मात्रा र बिरामीको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामा पनि भर पर्ने गर्छ। धेरै जसो उत्तेजक किसिमका लक्षण देखा पर्ने हुनाले बानी व्यवहारका आधारमा रेबिज लागेको चिन्न सजिलो हुन्छ। लाटो किसिमको रेबिजले मष्तिस्क सुनिने भएको ले प्रयोगशालामा परीक्षण गर्न लैजानु पर्छ।

(आ) रेबिज लाग्दा मानिसमा देखिने लक्षण

- जरो आउनु,
- टाउको दुख्नु,
- टोकेको ठाउँमा दुख्नु, झमझमाउनु, चिलाउनु,
- पानीदेखि डराउनु, हावादेखि डराउनु,
- हल्ला, ठुलो आवाजबाट तर्सनु, चम्किलो उज्यालो सहन नसक्नु,
- मांसपेशी खुम्चनु, कक्रिनु,
- आँखाको नानी ठुलो हुनु,
- पसिना बढी आउनु,
- बढी उत्तेजित हुनु, उत्तेजित भएर झम्टन खोज्नु,
- रिसाउने, कतिबेला शान्त भएर बस्नु,
- छटपटी लाग्नु,
- थकित हुनु,
- सास फेर्न नसक्नु, खानेकुरा खान नसक्नु,
- निराश भएर मरिन्छ कि भनेर डर मान्नु,
- पक्षघात हुनु,
- बेहोस हुनु, मृत्यु हुनु ।

(इ) रेबिज लागेको कुकुरमा देखिने लक्षणहरु

- आफ्नो मालिक नचिन्नु,
- आक्रमण गर्ने स्वभाव हुनु,
- अत्यधिक र्‍याल चुहाउनु,
- मुखको कुनाबाट फिँजहरु निकालिरहनु,
- आफू हिड्ने बाटामा जे पायो त्यो टोक्नु, झम्टनु,

- बिनाकारण धेरै जनालाई टोक्दै हिड्नु,
- आफ्नै मलमूत्र खाने, आफ्नै नङ टोक्ने, ढुङ्गा, काठमा टोक्नु,
- सानो आवाजले पनि तर्सनु,
- बिनाकारण दौडिरहनु,
- घोक्रे स्वरमा भुक्नु,
- पुच्छर लुकाउनु, निकाल्नु,
- घाँटी वरिपरिका बङ्गारा तथा मांसपेशीका पक्षघातले गर्दा तल्लो बङ्गारा झुण्डिएको देखिनु,
- जिब्रो बाहिर निस्कन, लत्रिनु, जिब्रो भित्र बाहिर गर्न नसक्न,
- खाना खान नसक्नु, भुक्न नसक्नु, कराउन नसक्नु,
- पछिल्लो खुट्टाबाट पक्षघात देखिने भएकाले पछाडीका खुट्टा लतारिनु र अघिल्ला खुट्टाले हिड्नु,
- पक्षघात भएर १० दिनभित्र कुकुरको मृत्यु हुनु ।

(ई) भेडाबाख्रामा देखिने रेबिज लक्षणहरु

- आक्रमक स्वभाव देखाउनु,
- भित्ता, किला, निर्जीव वस्तुमा सिङ, टाउकोले हानिरहनु,
- आफ्नो भुत्ला आफै टोक्नु, निर्जीव वस्तुलाई आक्रमण गर्नु,
- र्‍याल चुहाइरहनु,
- जे पायो त्यो खान खोज्नु,
- अनायास कराउनु, मुण्टो बटार्नु र निश्चित सानो घेरामा घुमिरहनु,
- उग्राउन तथा निल्न नसक्नु, पेट फुल्नु,
- अन्त्यमा पक्षघात भएर मर्नु ।

(उ) रेबिज रोग नियन्त्रणका उपायहरु

- रेबिज नियन्त्रणका लागि जनचेतना,
- कुकुर सङ्ख्या नियन्त्रण,
- टोकेको घाउमा चाँडोभन्दा चाँडो १०-१५ मिनेट साबुन पानीले धुनुपर्छ यदि साबुन नभए पानीले मात्रै भए पनि धुने,
- घाउलाई अल्कोहल, पोभिडन आयोडिनले सफा गर्नुपर्छ,
- आत्तिएर घाउमा खुर्सानीको धुलो, बोटविरुवाको रस लगाउनु हसदैन,
- घाउलाई कुनै पनि व्याण्डेजले छोप्नु हुदैन,
- रेबिज लागेको मानिसको हेरचाह गर्नुपर्छ,
- रेबिज लागेको जनावरको हेरचाह गर्नुपर्छ,
- रेबिज लागेको मानिसले खाएका भाँडाहरु धोएर घाममा सुकाउनु पर्छ,
- रेबिज लागेको मानिसको ओछ्यान धुने, घाममा सुकाउने, इस्त्री लगाउने,
- लास चलाउने, जलाउने व्यक्तिहरुले मृतकको मुख वरिपरि हात हाल्नु हुदैन,
- रेबिज लागेर मरेको जनावरलाई जलाउनु पर्छ वा एक मिटर गहिरो खाडलमा चुना छर्नुपर्छ,
- मासु खानु हुदैन, खान दिनु हुदैन,
- रेबिजले मृत्यु भएका जनावर नदी किनार, मैदान, बाटोघाटोमा फाल्नु हुदैन ।

क्रियाकलाप

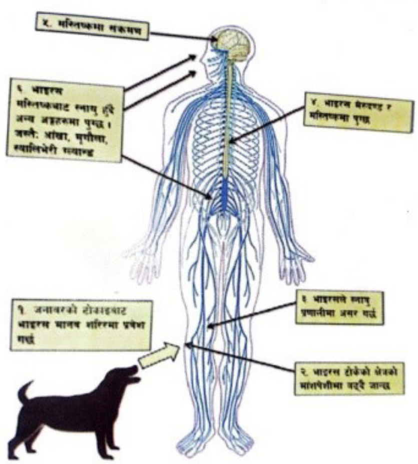
तपाईंको समुदायमा मरेका भेडाबाख्रा खाने चलन छ ? छ भने तिनीहरु रेबिज लागेर मरेका हुन सक्छन् भनेर कसरी सम्झाउनुहुन्छ ?

(ख) मौसमी रुघाखोकी

हाम्रो पालिका ठण्डी हुने पालिका हो । जाडो याममा अत्यधिक रुपमा सताउने रोग भनेको मौसमी रुघाखोकी हो । यो रोग एक व्यक्तिमा सीमित हुन पनि सक्छ र सङ्क्रमण भएर प्रकोपको रुप लिएर फैलन सक्छ । यो रोग एन्फ्लुएञ्जा भाइरसको कारणले सर्ने गर्दछ । जाडो यामको सुरु र अन्त्य वर्षा यामको सुरु र अन्त्यमा एन्फ्लु एञ्जाका बिरामीहरु बढ्ने गर्दछन् । सामान्य रुपमा एक हप्ताभित्र यो रोग निको हुन्छ । रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएका बिरामीहरुलाई सताउने गर्दछ र निमोनिया हुन सक्छ । दीर्घ रोगी, वयोवृद्ध, दम रोगी, क्यान्सर, किडनीका बिरामी, गर्भवती, बालबालिकाहरु मौसमी रुघाखोकीको जोखिममा पर्न सक्छन् ।

(अ) मौसमी रुघाखोकीका लक्षणहरु

- टाउको, घाँटी दुख्नु, मांसपेशी दुख्नु,
- सास फेर्न गाह्रो हुनु,
- जरो आउनु, (१०४ डिग्री फरेनहाइट भन्दा बढी)
- बच्चाहरुलाई झाडापखाला पनि हुनसक्छ,
- रुघाखोकी लाग्नु ।



चित्र: रेबिज रोगको संक्रमण, फैलावट र विकास

(आ) मौसमी रुघाखोकीबाट बच्ने उपायहरु

- पोषिला र झोल पदार्थहरु प्रशस्तै पिउने,
- खोक्दा या हाच्छिउँ गर्दा सफा रुमाल, कपडाले नाकमुख छोप्ने,
- सफा कपडा, रुमाल नभएमा पाखुराले नाक मुख छोप्नुपर्छ,
- जरो आएको व्यक्तिले हावा ओहरदोहर गर्ने कोठामा आराम गर्ने,
- मानिसका भीडभाड भएका ठाउँमा जानु हुदैन,
- घरेलु उपचारबाट निको नभए नजिकको अस्पतालमा उपचार गराउ
- सङ्क्रमण भएको व्यक्तिबाट टाढा रहनु पर्छ,
- आँखा, नाक, मुखमा सकभर हात लिनु हुदैन,
- सकभर अरु व्यक्तिमा हात नमिलाउने नमस्ते गर्ने,
- अरुले प्रयोग गरेका रुमाल, कपडा प्रयोग नगर्ने,
- नाक मुखमा प्रयोग गरिएका रुमाल, कपडाहरु सफा गरेर मात्र प्रयोग गर्ने ।

क्रियाकलाप

तपाईंको समुदायमा कुन उमेर समूहका मानिसहरुलाई मौसमी रुघाखोकी लाग्छ, अध्ययन गर्नुहोस् ।

(ग) कालाजार रोग

कालाजार रोग भुसुनाले टोकेर हुने रोग हो । यसलाई कीटजन्य सरुवा रोग भनिन्छ । कालाजार रोग सार्ने भुसुनाहरु तराईको गर्मी हुने ठाउँमा बढी पाइन्छन् । यी भुसुनाहरु पहाडी, हिमाली भेगमा पनि पाइन थालेका छन् । यो रोग जो कोहीलाई लाग्न सक्छ । भुसुनाहरु गोबर, माटो मिलाएर बनाइएका घर, फुसको ओसिलो घरहरु, चिरा परेका भित्ताहरुमा पाइन्छन् । मुसाले खनेको ओसिलो माटो, मुसाका दुलामा हुने गर्छन् । गाई भैसीको गोठमा हुने गर्दछन् । दाउरा, गुइठा राख्ने ठाउँमा, फोहोरमैला थुप्रिएका ठाउँमा, झाडीहरुमा भुसुनाहरु बस्छन् । सङ्क्रमित भुसुनाले मानिसलाई टोकेमा र सङ्क्रमित मानिसलाई भुसुनाले टोकेर अरु मानिसलाई टोकेमा सर्छ । साँझ, बिहान, सुतेका बेला शरीरको खुला भागमा भुसुनाले टोक्ने गर्दछन् ।

बालबालिका (पाँच वर्षभन्दा म'निका), कुपोषित व्यक्ति, माटोका कच्ची घरमा बस्ने, घरको नजिक गोठ, खोर भएकाहरु, क्षयरोग, एचआइभी लागेका व्यक्तिहरु, प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएका व्यक्तिहरुमा लाग्ने गर्दछ । यसको उपचार प्रभावकारी भएकाले सजिलै निको पार्न सकिन्छ । कालाजारको उपचार गर्न तोकिएका अस्पतालहरुमा निःशुल्क उपचार हुने व्यवस्था छ । बेलैमा उपचार भएन भने रोग लागेका व्यक्तिले भुसुना मार्फत अरुलाई सार्न सक्ने सम्भावना हुन्छ । कहिलेकाहीँ छालामा पनि कालाजार रोग हुनसक्छ । यदि छाला नचिलाउने, नदुख्ने भएमा छालाको कालाजार हुनसक्छ । छालामा ससाना सेतो दाग दुबीजस्तो, फोका, पाप्रा वा गिर्खा देखिएमा छालाको कालाजार रोग भएको हुनसक्छ । छालाको कालाजार भएको बिरामीले छिटो रोग सार्न सक्छ त्यसकारण तुरुन्त उपचार गर्नुपर्छ । यसको उपचार तोकिएका अस्पतालहरुमा निःशुल्क उपचार हुने व्यवस्था रहेको छ ।

(अ) कालाजार रोगका लक्षणहरु

- दुई हप्ताभन्दा बढी जरो आउनु,
- शरीरको तौल घट्नु, दुब्लाउदै जानु,
- फियो, कलेजो सुनिनु,
- पेट सुनिएको जस्तो हुनु,
- शरीरमा रगतको कमी हुनु(रातो, सेतो, रक्तकोष र प्लेटलेटको कमी) हुनु,
- रोगीको अनुहार, हात, खुट्टा, शरीरको छाला हल्का कालो हुदै जानु,
- खाना अरुचि हुनु ।

(आ) भुसुनाको टोकाइबाट बच्ने उपायहरु

- भुसुनाको टोकाइबाट जोगिने,
- शरीरको सबै भाग छोपिने गरी लुगा लगाउने,
- बिहान, बेलुका पनि शरीर छोपिने लुगा लगाउने,
- सुत्दा झुलको प्रयोग गर्ने,
- गाई, कुखुराका खोरहरु, सुँगुरका खोरहरु घरबाट टाढा राख्ने,
- तले घर भए घरका माथिल्ला तलामा सुत्ने,
- घरगोठ नियमित सफा गर्ने,
- माटोका घरहरुमा चर्किएका घरका भित्ताहरु लिपेर प्वालहरु पुर्ने ।

३.४.सरुवा रोग न्यूनीकरणका लागि सिमकोट पालिकाले गर्नुपर्ने

- पालिकाले सरुवा रोग निर्देशिका निर्माण गर्ने, नीति रणनीति बनाउने,
- कार्यपालिका बैठकबाट सरुवा रोगको प्राथमिकीकण गरेर उपकरण, औषधि खरिद गरेर स्वास्थ्य चौकी, आधारभूत स्वास्थ्य केन्दमा वितरण गर्ने,
- स्वास्थ्यकर्मी तयारी अवस्थामा राख्ने र परिचालन गर्ने,
- सिमकोट पालिकाभित्र प्रवेश गर्ने प्रवेशद्धारहरुमा हेल्थडेस्क राख्ने, (सिमकोट बिमानस्थल, स्याम्ने, ग्याग्रु, धारापोरी, याङ्गु, खोल्सी लगायत स्थानहरुमा)
- स्थानीय तहले आवश्यक जनशक्ति उत्पादन गर्ने र तयारी अवस्थामा राख्ने,
- सरुवा रोग नियन्त्रणका लागि आवश्यक सामग्रीहरु तुरुन्त आपूर्ति गर्ने,
- विश्व रेबिज दिवस (२८ सेप्टेम्बर) मनाउने,
- आफ्ना सेवा क्षेत्रभित्र शौचालय निर्माण र प्रयोग कडाइ गर्ने,
- हरेक समुदायमा रोग निगरानी प्रणाली विकास गर्ने,
- पोषण कार्यक्रम नियमित सञ्चालन गर्ने,
- सरुवा रोग विषयमा पालिका स्तरीय अतिरिक्त कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने,
- हरेक स्वास्थ्य चौकी, आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रबाट निरन्तर स्वास्थ्य सूचना सङ्कलन गर्ने,
- पालिकाबासी सबैलाई सुरक्षित खानेपानीको व्यवस्थापन गर्ने,

३.५. स्वास्थ्य चौकी, आधारभूत स्वास्थ्य केन्द्रले गर्नुपर्ने

- तोकिएका स्वास्थ्य संस्थामा निरन्तर खटिने,
- खोपतालिका अनुसारका खोपहरु नछुटाइ लगाउने,
- पालिकाभित्रका सबै विद्यालयमा स्वास्थ्य शिक्षा कक्षाहरु सञ्चालन गर्ने,
- सरुवा रोग लागेर मरेका, लागेर सन्चो नभएकाहरुको अभिलेख राख्ने,
- स्वास्थ्य सूचना केन्द्र सञ्चालनमा ल्याउने,
- विश्व रेबिज दिवस (२८ सेप्टेम्बर) मनाउने,
- आफ्नो सेवाक्षेत्रमा स्वास्थ्य सचेतना कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने,
- आफ्ना सेवा क्षेत्रभित्र शौचालय निर्माण र प्रयोग कडाइ गर्ने
- शङ्कास्पद बिरामी प्रेषण फाराम निरन्तर भर्ने,
- सरुवा रोग उच्च जोखिमयुक्त वडा, गाउँ, टोल पहिचान गरी सङ्क्रमित इलाका घोषित गर्ने,
- हरेक समुदायमा रोग निगरानी प्रणाली विकास गर्ने,
- सम्भावित सरुवा रोगको जानकारी गर्ने,
- निरन्तर स्वास्थ्य सूचना पालिकामा पठाउने,
- कुष्ठरोग बिरामी खोजपड्ताल फाराम भर्ने,

३.६. व्यक्तिले गर्नुपर्ने

- स्वस्थ जीवनशैली विकास गर्ने
- पालिकाबासी हरेक नागरिकले खानामा विशेष ध्यान दिने,
- पालिकाबासी हरेक नागरिकले पानी उमालेर खाने नभए पानीमा क्लोरिन झोल हालेर खाने,

- गर्मी मौसमका सरुवा रोगहरु के हुन्, चिसो मौसमका सरुवा रोगहरु के हुन् ? पहिचान गरेर सतर्क रहने,
- खाना खानु अघि वा पछि सफा पानीले हातमुख धुने,
- मास्क लगाउने, हातमा स्यानिटाइजर प्रयोग गर्ने,
- ढोग, नमस्ते गर्ने तर सकभर हात नमिलाउने, अङ्कमाल नगर्ने,
- मुखमा मुख नमिलाउने,
- अस्पतालमा गएर फ्लुबिरुद्धको भ्याक्सिन लगाउने,
- घर, टोल सफाइमा ध्यान दिने,
- सरुवा रोगी पहिचान गरेर सुरक्षा अपनाउने, त्यसको जानकारी नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गर्ने,
- रेबिज लागेर मरेका चौपायहरु नखाने, नखान प्रेरित गर्ने,
- स्थानीय चाडपर्वहरुमा स्वास्थ्य सुरक्षा अपनाउने ।

३.७. राष्ट्रिय खोप तालिका :

पटक	खोप उमेर	खोप
१	जन्मने बित्तिकै	बि.सि.जी.
२	६ हप्तामा	रोटा पोलियो, एफ.आई. पि.भी., पि.सि.भी., डि.पि.टी., हेप. बी-हिब
३	१० हप्तामा	रोटा पोलियो, पि.सि.भी., डि.पि.टी., हेप. बी-हिब
४	१४ हप्तामा	पोलियो, एफ.आइ.पि.भी., डि.पि.टी., हेप. बी-हिब
५	९ महिनामा	पि.सि.भी., दादुरा, रुबेला, एफ.आइ.पि.भी.
६	१२ महिनामा	जापानिज इन्सेफलाइसटस
७	१५ महिनामा	दादुरा, रुबेला, टाइफाइड
८	कक्षा ६ छात्रा	एच. पि. भि.

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) कहिलेकाहीँ मानव शरीरभित्र .... उत्पन्न हुन्छन् ।

(ख) सर्ने रोगलाई .... भनिन्छ ।

(ग) रोगी पशुको र्‍यालमा .... हुन्छ ।

(घ) रोगसँग लड्ने क्षमतालाई .... भनिन्छ ।

(ङ) विश्व रेबिज दिवस .... का दिन मनाइन्छ ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) किराबाट लाग्ने रोगलाई आन्तरिक कारणबाट लाग्ने रोग भनिन्छ ।
(ख) चर्म रोग आँखाको रोग हो ।
(ग) कोरोनाले स्यानीटाइजर प्रयोग गर्न सिकायो ।
(घ) रेबिज लागेको पशुले मानिसलाई टोकेमा रेबिज सर्छ ।
(ङ) मौसमी रुघाखोकीले प्रकोपको रुप लिन सक्छ ।
(च) फियो कलेजो सुनिनु कालाजारको लक्षण होइन ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) रोग भनेको के हो ?
(ख) रेबिज केलाई भनिन्छ ?
(ग) कालाजार भन्नाले के बुझिन्छ ?
(घ) मौसमी रुघाखोकीका दुईओटा लक्षण लेख्नुहोस् ।

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) रोगको परिचय दिनुहोस् ।
(ख) प्राय सबै मानिसमा देखा पर्ने रोगहरुको सूची बनाउनुहोस् ।
(ग) सरुवा रोगको परिचय दिनुहोस् ।
(घ) कालाजार रोगका लक्षणहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) रेबिज रोग भनेको के हो ? रेबिज रोग लागेका मानिसमा कस्ता लक्षणहरु देखिन्छन् ?
(ख) रेबिज नियन्त्रण गर्नका लागि कस्ता उपायहरु अपनाउन सकिन्छ ?
(ग) मौसमी रुघाखोकी भन्नाले के बुझिन्छ ? मौसमी रुघाखोकीबाट बच्ने उपायहरु लेख्नुहोस् ।
(घ) सरुवा रोग न्यूनीकरणमा व्यक्ति आफैले गर्नसक्ने कुराहरु केके हुन् ?

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईंको समुदायमा लाग्ने सरुवा रोगको अध्ययन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
(ख) बिरालोमा रेबिज लागेमा देखिने लक्षणहरुको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।
(ग) सामूहिक रुपमा नजिकको स्वास्थ्य संस्थामा गएर सरुवा रोग नियन्त्रण गर्न स्वास्थ्य संस्थाले खेल्ने भूमिका अध्ययन गर्नुहोस् ।
(घ) विद्यालयमा रोग फैलन नदिने उपायहरु खोज गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ–पाँच

पाठ : १ वनजङ्गल व्यवस्थापन

१.१. वनजङ्गलको परिचय

धेरै बोटबिरुवा, वनस्पति र रुखहरुले ढाकिएको भूभाग वनजङ्गल हो । रुखबिरुवाले ओगटेको भूभाग वनजङ्गल हो । पर्यावरणलाई सन्तुलन राख्ने सम्पूर्ण वनस्पतिको समूह वनजङ्गल हो । वातावरण हरियाली बनाउने समग्र वनस्पतिलाई वनजङ्गल भनेर बुझ्नुपर्छ । ५ मिटर वा सोभन्दा अग्ला रुखहरुले १० प्रतिशतभन्दा बढी छत्र सहित ओगटेको कम्तीमा आधा हेक्टर क्षेत्रफल भएको भूभागलाई वनजङ्गल भनिन्छ । नेपालमा ६६,६१,००० हेक्टर क्षेत्रफलमा वनजङ्गल रहेको छ । कूल भूभागको ४४.७४ प्रतिशत भूभाग वनजङ्गलले ओगटेको छ । नेपालमा १३०६७ प्रजातिका वनस्पति र १७०९७ प्रजातिका जीवजन्तु रहेका छन् । सबैलाई आश्रय दिने काम वनले गरेको छ । प्राकृतिक अवस्थामा रहेका ११८ किसिमका पारिस्थितिक प्रणालीहरुमध्ये ११२ वटा (९५ प्रतिशत) पारिस्थितिकीय प्रणालीहरु वनमा आधारित छन् । पारिस्थितिक प्रणाली भनेको कुनै निश्चित स्थानमा रहेका जैविक तथा अजैविक तत्वबिच हुने अन्तरसम्बन्धलाई पारिस्थितिक प्रणाली भनिन्छ । जैविक तत्वभित्र जीवजन्तु, बोटबिरुवा, सूक्ष्मजीव पर्दछन् भने अजैविक तत्वभित्र पानी, माटो, हावा, सूर्यको प्रकाश पर्दछन् ।

१.२. नेपालमा पाइने वनजङ्गलका प्रकारहरु

भूधरातल, हावापानी, माटो तथा वनजङ्गलको विविधताका आधारमा नेपालको वनजङ्गललाई ५ समूहमा वर्गीकरण गर्न सकिन्छ ।

(क) उष्णप्रदेशीय सदाबहार जङ्गल : तराई भावरको १२०० मिटरसम्मको उचाइमा पाइने वनजङ्गल हो । सदाबहार वनजङ्गलमा उष्ण र यथेष्ट वर्षाले यहाँका रुखहरु अग्ला, मोटा, बलिया र सधैं हरिया हुन्छन् । यो पूर्वदेखि पश्चिमसम्म समानान्तर रुपमा रहेको वनजङ्गल हो । चार कोशसम्म फैलिएकाले यस जङ्गललाई चारकोशे झाडी पनि भनिन्छ । यहाँ साल, सिसौं, खयर, सिमल आदि प्रमुख वनस्पति पाइन्छन् । हात्ती, गैडा, बाघ, भालु, मृग, आदि वन्यजन्तु पाइने हुदा आर्थिक तथा जैविक दृष्टिले महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

(ख) समशीतोष्ण पतझर जङ्गल : १२०० मिटरदेखि २१०० मिटर उचाइसम्मको वनजङ्गल हो । चुरे पहाडको माथिल्लो भाग, मध्यभाग, महाभारत पर्वतको तल्लो भागसम्म समशीतोष्ण पतझर वनजङ्गल रहेको छ । यहाँका रुखहरु मोटा, अग्ला हुन्छन् । माथिल्लो भाग चिसो हुनुको साथै तुसारो पर्ने हुनाले पात झर्ने भएकोले पतझर भनिएको हो । साल, सल्ला, चाँप, कटुस, ओखर, गुराँस, पिपल, चिलाउने, वर, बाँस, मिमल, उत्तीस, पलाँस आदि प्रमुख रुखहरु पाइन्छन् ।

(ग) समशितोष्ण सदाबहार कोणधारी जङ्गल : समुद्र सतहको २१०१ मिटरदेखि ३३५९ मिटरसम्मको उचाइमा अवस्थित छ । महाभारत पर्वतको माथिल्लो भाग र हिमाल पर्वतको तल्लो भागमा यो वनजङ्गल रहेको छ । यो क्षेत्रमा प्राय चिसो भइरहन्छ । वर्षभरि हिउँ परिरहने हुदा रुख र रुखका पातहरु कोणजस्तै चुच्चो परेका हुन्छन् । यहाँको माटो सेपिलो हुन्छ । मझौला नरम जातका रुखहरु पाइन्छन् । चाँप, सल्ला, देवदारु, कटुस, धुपी, सिमल, चिलाउने, बेतबाँस, उत्तीस, बाँस, गुराँस, भोजपत्र, चिमालो, खर्सु, बाँझ आदि प्रमुख रुखहरु पाइन्छन् ।

(घ) लेकाली वनस्पति : ३३५० मिटरदेखि ५००० मिटरसम्मको उचाइमा रहेको वनजङ्गल हो । कम तापक्रम हुने तल्लो हिमाली क्षेत्रको वनजङ्गल लेकाली वनस्पति तथा घाँसे मैदान हो । चिसो, हुने हुनाले अग्ला, मोटा, कडा जातका रुखहरु हुदैनन् । भुजपत्र, सल्ला, देवदार, धुपी, ठिगो, गुराँस, निगालो तथा झाडी, बुट्यानहरु पाइन्छन् । घाँसका ठुलाठुला फाँटहरु रहेका हुन्छन् । बुकिफूल, जडीबुटीहरु पनि पाइन्छन् ।

(ङ) शीत मरुभूमिको वनस्पति : ५००० मिटर उचाइ भन्दा माथि हिउँ पर्ने र जम्ने हुनाले रुखहरु उम्रिन सक्तैनन् । हिउँ नभएका भिराला ठाउँमा काई, लेऊ, झ्याउ जस्ता वनस्पति पाइन्छन् ।

१.३. वनजङ्गलको महत्त्व र संरक्षणका उपायहरु

वनजङ्गल देश, प्रदेश, पालिकाहरुको आम्दानीको प्रमुख स्रोतका रुपमा रहेको छ । वनजङ्गल भएका पालिकाहरुको आय वृद्धि भइरहेको छ । वनजङ्गल नभएका पालिकाहरु मरुभूमीकरण हुन थालेका छन् । सिमकोट पालिकाभित्रका हरेक गाउँ, बस्ती, समुदाय, परिवार तथा व्यक्तिले वनजङ्गलको महत्त्व बुझ्न आवश्यक छ । पूर्वजले सुरक्षित गरेर राखेको वनजङ्गललाई हामीले मास्नु हुदैन । मासेर उजाड बनाएमा भावि सन्तानले हामीलाई सराप्ने छन् । वन पैदावारको चोरी निकासी, वन्यजन्तुको चोरी सिकारीले गर्दा मानिसहरु पक्राउ परेर जेल चलान भएका छन् । त्यसकारण वनजङ्गलको अबैध कारोबार गर्नु हुदैन । सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक, धार्मिक, औद्योगिक विकासको मूल आधार भनेकै वनजङ्गल हो । हाम्रो वनजङ्गल, हाम्रै उपयोग, हामी नै रक्षक बन्नु सबैको कर्तव्य हो ।

वनजङगलको महत्त्व	वनजङ्गल संरक्षणका उपायहरु
• हरियो वन सिमकोट पालिकाको धन हो, • जैविक विविधता संरक्षण गर्ने क्षेत्र हो, • वन्यजन्तुको बासस्थान हो, • वनस्पति, जीवजन्तुलाई निस्वार्थ आश्रय र आहारा प्रदान गर्छ, • धर्तीको सौन्दर्यलाई बढाउछ, • वातावरण सन्तुलन राख्छ, • सास फेर्नका लागि अक्सिजन दिन्छ, • स्वच्छ हावा र पानी प्रदान गर्छ, • आर्थिक विकासको मेरुदण्ड रहेका कृषि, पर्यटन, जलस्रोत, उद्योग विकासको आधार, • रोजगारी सिर्जना गर्छ ।	• पालिकाले कडा कानून तर्जुमा गरी कार्यान्वयनमा ल्याउने, • पालिकाका वनक्षेत्रमा अग्ला टावरहरु निर्माण गर्ने, • उपकरणसहितका वन हेरालु नियुक्त गर्ने वा पालो लगाउने, • वनक्षेत्रमा सूचना दिने उपकरण जडान, • वृक्षारोपण तथा पहिरो नियन्त्रण गर्ने, • डढेलो नियन्त्रण गर्ने, • वनस्वास्थ्यमा ध्यान दिने, • ग्याँस प्रयोग गर्ने, • चोरीनिकासी, चोरीसिकार अन्त्य गर्ने, • काँडेतारबार लगाउने ।

१.४. वनजङ्गल व्यवस्थापन

वनले निरन्तर रुपमा वस्तु र सेवा प्रदान गर्छ । वनले दिने वस्तु र सेवा निरन्तर वृद्धि होओस् भन्ने चाहना आम मानिसमा छ । त्यसका लागि वनजङ्गलको उचित व्यवस्थापन गर्नुपर्छ । वनजङ्गलको व्यवस्थापनबिना वस्तु तथा सेवा कसरी प्राप्त हुन्छ ? यो सोचनीय विषय हो । के वनजङ्गल फडानी गरेर वस्तु र सेवा पाइन्छ ? जवाफ सजिलो छ । पक्कै पनि पाइदैन । सामाजिक, आर्थिक, वातावरणीय हिसाबले वनजङ्गल व्यवस्थापन आजको आवश्यकता हो ।

दिगो वनजङ्गल व्यवस्थापन सम्बन्धमा अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घसंस्थाहरुले दिएका परिभाषा

संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय वन फोरमका अनुसार "वर्तमान र भावी पुस्ताका लागि सबै प्रकारका वनको आर्थिक, सामाजिक र वातावरणीय मूल्यमान्यता कायम तथा बढावा गर्नु वन व्यवस्थापन हो ।"

अन्तर्राष्ट्रिय ट्रूपिकल टिम्बर सङ्गठनका अनुसार "निश्चित उदेश्य प्राप्तिका लागि वनको वर्तमान अवस्था तथा उत्पादकत्व एवम् सामाजिक वातावरणमा नकारात्मक प्रभाव नपर्ने गरी वन पैदावार तथा सेवाको निरन्तर आपूर्ति गर्न अनुशरण गरिने पद्धति वन व्यवस्थापन हो ।"

नेपालमा वि.सं. १९९० भन्दा पहिला वन व्यवस्थापनलाई उति महत्त्व दिइएको थिएन । वि. सं. १९९० को दशकमा तराई तथा भित्री मधेशमा रहेका अब्बल दर्जाका सालका रुखहरु कटान गरेर रेलवे सिलिपर गर्नका लागि भारत निर्यात गरिन्थ्यो । सालको काठबाट राजश्व जम्मा हुन्थ्यो । २००७ भन्दा पहिला वनजङ्गललाई विभिन्न जातजातिका स्थानीय समुदायहरुले किपट, गुठी बनाएर सामूहिक सम्पत्तिका रुपमा उपयोग गर्थे । त्यतिबेला वन नियम लगाउनेहरु आफूले इच्छाएको व्यक्ति वा परिवारलाई बिर्ता वा जागिरका रुपमा वनजङ्गल दिन्थे । वनस्रोत राज्यकै सम्पत्ति ठानेर वि. सं. २०१३ मा सबै प्रकार का वनजङ्गल राष्ट्रियकरण भएका थिए । वनको संरक्षणलाई व्यवस्थित गर्न वि. सं. २०१८ मा वन संरक्षण ऐन लागु गरिएको थियो । वनलाई सरकारी बनाएपछि स्थानीय समुदायको वनप्रति अपनत्व कम भयो । वन संरक्षणमा कमी हुदै आएपछि वनको संरक्षण तथा व्यवस्थापनमा स्थानीय समुदायको भूमिका बढाउनका लागि वि. सं. २०३५ सालमा पञ्चायत संरक्षण वन, पञ्चायती वन लागु भयो । सामुदायिक वनको विकास त्यहीबेलाबाट भयो । वन ऐन २०७६ अनुसार नेपालको राष्ट्रिय वनलाई सही व्यवस्थापन गर्न दुई भागमा विभाजन गरिएको छ । वन व्यवस्थापनको स्वरुप यसप्रकार रहेको छ :

सरकारद्धारा व्यवस्थित गरिएको वन	समुदायले व्यवस्थित गरेको वन
• संरक्षित क्षेत्रको वन, • चाक्ला वन/अन्तरप्रादेशिक वन, • वन संरक्षण क्षेत्र	• सामुदायिक वन, • साझेदारी वन, • धार्मिक वन, • कबुलियती वन, • व्यावसायिक कबुलियती वन, • संरक्षण तथा मध्यवर्ती क्षेत्रको वन

१.५. दिगो वन व्यवस्थापनका लागि गरिने कार्यहरु

- बीऊको प्रबन्ध,
- बिरुवा उत्पादन,
- बिरुवा संरक्षण,
- गोडमेल,
- एक्ल्याउने,
- लख्याउने,
- पतल्याउने,
- झाडीको सफाइ
- पातपतिङ्ग एवम् झिंजामिजा व्यवस्थापन,
- अग्निरेखा निर्माण,
- वनपथ निर्माण, जैविक मार्ग ।

१.६. सिमकोट पालिकामा भएका सामुदायिक वनहरु

आफ्नो वनप्रति समुदायको अपनत्व राख्नका लागि समुदायको कानुनी माग अनुसार सरकारले रीतपूर्वक राष्ट्रिय वनको कुनै भाग समुदायलाई हस्तान्तरण गरेको हुन्छ त्यस्तो वनलाई सामुदायिक वन भनिन्छ। समुदायको लागि तोकिएको क्षेत्रमा रहेको सामुदायिक वनको विकास, संरक्षण, सदुपयोग गर्नका सामुदायिक वनको व्यवस्थापन गरिएको हो । सामुदायिक वनले उक्त समुदायकै हित गर्ने काम गर्छ । समुदाय आफैले वनको व्यवस्थापन, वन पैदावारको मूल्य निर्धारण र बिक्री वितरण गर्ने पूर्णत अधिकार प्राप्त गरेको हुन्छ। सिमकोट पालिकाभित्रको वन सिमकोट पालिकावासीको धन हो। यहाँको सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक, पर्यावरणीय विकासका लागि सामुदायिक वनले वस्तु र सेवा प्रदान गरेको छ। सिमकोट पालिकामा भएका सामुदायिक वनहरु निम्नअनुसार रहेका छन् :

क्र.सं.	सामुदायिक वनको नाम	ठेगाना	समूह दर्ता मिति	हस्तान्तरण मिति	दर्ता नम्बर	क्षेत्रफल (हे.)
१	चाङ्ला	सिमकोट १	२०६५-०३-१२	२०६५-०३-१२	६१	३९९.००
२	कर्णाली	सिमकोट २	२०५९-०३-११	२०५९-०३-११	५३	५९.१६
३	चुट्किला	सिमकोट २	२०७२-०३-३१	२०७२-०३-३१	७४	१९९.८१
४	ताक्मा फुक	सिमकोट ३	२०५४-०९-०६	२०५४-०९-०६	१९	४६३.५५
५	तोर्पाहुटिक	सिमकोट ३	२०५५-०३-३२	२०५५-०३-३२	२८	११२.६०
६	लाङ्दुगुम्बा	सिमकोट ३	२०५५-०३-३२	२०५५-०३-३२	२९	४२.८७
७	छिटाङ्मु	सिमकोट ३	२०६२-०३-३१	२०६२-०३-३१	५८	७५.३०
८	ग्वारक्टु	सिमकोट ४	२०५४-०३-३०	२०५४-०३-३०	१९	४६३.५५
९	तरथुमथुम तारेचुक	सिमकोट ४	२०५८-०३-१४	२०५८-०३-१४	४३	२७०.४२
१०	कालेढेगा	सिमकोट ४	२०५९-०९-२१	२०५९-०९-२१	५७	४.५६
११	टिकापातल	सिमकोट ५	२०५७-०३-२०	२०५७-०३-२०	३३	३०४.६२
१२	ताराढुङ्गा भुलभुले	सिमकोट ६	२०५७-०३-१९	२०५७-०३-१९	३२	२६६.००
१३	सिमकोट	सिमकोट ६	२०६५-०३-१२	२०६५-०३-१२	६२	२९३.३४
१४	ग्वालेखोर	सिमकोट ७	२०५३-०३-२१	२०५३-०३-२१	१	२९९.०१
१५	पानीमूल	सिमकोट ७	२०५३-०३-२३	२०५३-०३-२३	२	१७५.००
१६	ओख्रेन	सिमकोट ७	२०५७-०३-२०	२०५७-०३-२०	३४	४०९.११
१७	थाया	सिमकोट ७	२०५७-०६-०६	२०५७-०६-०६	३९	५३.७०
१८	चाटाङ्गे	सिमकोट ७	२०५८-०६-१३	२०५८-०६-१३	९२	१२७.०६
१९	दुधकुण्ड	सिमकोट ८	२०६४-११-२६	२०६४-११-२६	६०	४०३.३६
२०	गुरगुरे	सिमकोट ८	२०६६-०३-३०	२०६६-०३-३०	६४	४८७.७८
२१	सुनखानी	सिमकोट ८	२०७१-०३-३०	२०७१-०३-३०	७०	१७९.०७

स्रोत : डिभिजन वन कार्यालय सिमकोट, हुम्ला

१.७. सिमकोट पालिकाको जैविक विविधता

सिमकोटको जैविक विविधता सिमकोटको प्रमुख प्राकृतिक स्रोत हो । सिमकोटको आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र पर्यावरणीय पक्षहरुमा प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष योगदान दिइरहेको छ । वनजङ्गलको विनासले जैविक विविधतामा ह्रास आइरहेको देखिन्छ । सामुदायिक वनको संरक्षणले जैविक विविधताको पनि संरक्षण हुनेछ ।

जीवित प्राणी तथा वनस्पतिहरुको भिन्नतालाई जैविक विविधता भनिन्छ । यसले प्रत्यक्ष रुपमा वस्तु र सेवा जस्तै खाद्यान्न, औषधी, उद्योगका लागि कच्चा पदार्थ प्रदान गरिहेको छ । अप्रत्यक्ष रुपमा वैज्ञानिक, वातावरणीय, मनोवैज्ञानिक, धार्मिक अध्ययनका लागि सहयोग पु-याइरहेको छ । मानिस, जीवजन्तु, वनस्पतिबिचको सम्बन्ध कायम गरिरहनका लागि जैविक विविधताले योगदान दिइरहेको छ ।

सिमकोट पालिकाको जैविक विविधतालाई मुख्य गरी दुई भागमा वर्गीकरण गरिएको छ । ती हुन् वानस्पतिक विविधता र प्राणी विविधता ।

वानस्पतिक विविधता			
रुख	जडीबुटी	फलफुल	फूल
सल्लो, बाँझ, भोजपत्र, धुपी, देवदार, उत्तीस, पिपल, चुत्रो, बैंस, मेल, चुम्लायो, तिल्याइलो, भाँगामिलो, गोब्रेसल्लो, लौठसल्लो,	जटामसी, गुच्चीच्याऊ, कटुकी, वनलसुन, खिरौंला, विषजरा, पदमचाल, पाषणवेद, सतुवा, चिराइतो, घोडामच्चा, धुपीपात, धुपीबोक्रा, साधारण च्याउ, अत्तीस, नारुडालेचुक, भोजपत्र, सिलाजित, मजेठो, ढुटेलो, भुतकेस, बाजडी	स्याउ, आरु, चुली, काँक्रो, ओखर, ऐसेलु, किमु, बेंडु, आरुबखडा, आरे,	लालीगुराँस, समिरा भोटे गुलाफ, चिमालो, गोर्खाली, हजारी, डोइली, सिम्पारी, ढ्वाङ, धतुरो, सूर्यमुखी, मखमली,

प्राणी विविधता	
जनावर	पक्षी
कालो भालु, सुँगुर, चरीबाघ, घोरल, स्याल, साइरो, नाउर, झारल, मलसाप्रो, थार, रतुवा, खरायो, छेपारो, कालो सर्प, हरियो सर्प, पाहा, भ्यागता, असला माछा, सेतोपुतली, कालो पुतली, खैरो पुतली, हाब्रे (रेडपाण्डा), चितुवा, झुसिलकिरा, गड्यौला, शङ्खेकिरा, चिप्लेकिरा, छेपारो,	डाँफे, कालिज, चाँचर, फगराँस, मस्याइलो, ढुकुर, काग, कोइली, परेवा, तित्रा, काल्च्या, वनकुखुरा, भगेरा, मालुवा, चिच्चुवाँ, देउखुसे, उल्लु, चिल, बउडिल, हाँस, कुखुरा, बट्टाइ, रानीचरी, बल्द्या, हुटिट्याउँ, चैतेचरो,

१.८. सिमकोट पालिकामा तस्करी हुने पशुपक्षी

सिमकोट पालिका जैविक विविधताले सम्पन्न छ। नेपालमा पाइने धेरै प्रजातिका वन्यजन्तु सिमकोट पालिकामा पाइन्छन्। संरक्षणमा कसैको ध्यान नजानाले वन्यजन्तु लोप हुदै गएका छन् । वन्यजन्तु संरक्षण गरिएको भए सिमकोट पालिका पर्यापर्यटनको केन्द्र बन्ने निश्चित थियो। ८ ओटै वडामा चोरीसिकारी गर्ने क्रम दिनानुदिन बढिरहेको छ। हरेक वडा तथा पालिकाले समयमै ध्यान दिएमा जन्यजन्तुहरुको संरक्षण हुने देखिन्छ।

(क) कस्तरी मृग

समुद्र सतहदेखि २५०० देखि ५००० मिटर उचाइमा पाइने लोपोन्मुख वन्यजन्तु हो । नेपालमा सुनकण्ठे, सेतोकण्ठे, कालो कस्तुरी गरी तीन प्रजातिका कस्तुरी मृग पाइन्छन् । हाम्रो पालिकामा सुनकण्ठे कस्तुरी मृग पाइन्छ। भाले पोथी दुबैको शरीर मोटा खस्रा बाक्ला रौँहरुले ढाकेको हुन्छ। कस्तुरीको सिङ हुदैन । कान लामा र पुच्छर छोटा हुन्छन् । भालेको माथिल्लो बङ्गारोमा तीखा दुई ओटा दाह्रा हुन्छन्। भालेको नाइटो र प्रजनन् अङ्गको बिचमा बिना हुन्छ। पोथी कस्तुरीमा बिना हुदैन । कस्तुरीले एकै ठाउँमा दिसा गर्ने गर्छन् । यसको अबैध व्यापार हुने अङ्ग बिना, मासु, दाह्रा हुन् । कस्तुरी मृगको अबैध व्यापार गरेकाले वि. सं. २०७६ सालमा हुम्ला जिल्लाका एकजनालाई मुद्दा परेको थियो ।

(ख) हिउँ चितुवा

यसलाई हिमालयको रानी भनिन्छ । वातारणको राजदूत भनेर चिनिन्छ । नेपालमा तीन प्रजातिका हिउँचितुवा पाइन्छन्। सिमकोट पालिकामा ठुलो प्रजातिको हिउँचितुवा पाइन्छ। यसको प्रिय आहार नाउर हो। झारल, घोरल, कस्तुरी, घरपालुवा पनि आहारा हुन्। समुद्र सतहदेखि २७०० देखि ५८०० मिटर उचाइसम्मको जङ्गलमा पाइन्छ। भालेको तौल ४० देखि ५५ किलोग्राम हुने गर्छ भने पोथीको ३५ देखि ४० किलोग्राम हुने गर्छ। शरीरको लम्बाई १८० देखि २३० सेन्टिमिटर हुन्छ भने पुच्छरको लम्बाई ८० देखि १०५ सेन्टिमिटर हुने थर्छ। खैरो नरम भुत्लामा गाढा बुट्टाहरु घाँटीमा हल्का पहैंलो रङको देखिने यसलाई स्वस्थ वातावरणको सूचक मानिन्छ। छाला, हड्डी अबैध व्यापार हुने गर्दछन्। यस्तो अबैध काम गर्नेलाई कानुनी कारबाहीसहित सिधै जेल चलान गरिन्छ।

(ग) कालो भालु

विश्वमा ८ नेपालमा तीन प्रजातिका भालु पाइन्छन्। समुद्र सतहको १४०० मिटरदेखि ४००० मिटर उचाइमा पाइन्छ। यसको शरीरमा कालो रङको बाक्लो लामो रौँहरुले ढाकेको हुन्छ। भालेको तौल ९० देखि २०० र पोथीको तौल ४० देखि १७० किलोग्राम हुने गर्दछ। शरीरको लम्बाई १४० देखि १६५ हुन्छ भने नङग्राको लम्बाई ४ सेन्टिमिटर हुन्छ। यसको अबैध व्यापार हुने अङ्ग पित्त हो। छाला, मासु, बोसो नङ्ग्रा पनि व्यापार हुने गर्छ। यसको अबैध रुपमा मार्ने र व्यापार गर्नेलाई जेल चलान गरिएका छन्।

(घ) घोरल

३००० देखि ४००० मिटर उचाईमा पाइन्छ। बाख्री जस्तो देखिने घोरलको शरीर हल्का कालो, खैरो हुन्छ। पुच्छर छोटो, सिङ तीखा, चिउडो र माथिल्लो ओठ सेतो हुन्छ। घाँटीमा सेता धर्सा हुन्छन्। यो तीन वर्षमा परिपक्व हुन्छ। घोरल मांसहारी जनावर हो। तौल २५ देखि ३५ किलो ग्राम हुन्छ। शरीरको उचाई ६५ देखि ७० सेन्टिमिटर हुन्छ। मासु, सिङको अबैध व्यापार गर्नेलाई पक्राउ गरेर कानुनी कारबाही गरिन्छ। जेल हालिन्छ।

(ङ) डाँफे

राष्ट्रिय पक्षी हो । भालेको टाउको बैजनी, हरियो, घाँटी रातो खैरो, पेट रातो खैरो, पुच्छर फुम्रो हुन्छ । भालेको जुरो थुमका परेको जस्तो फर्र परेको हुन्छ । बाहिरबाट हेर्दा पोथी डाँफे मुनाल जस्तो देखिन्छ । घाँस, बीऊ, अन्न, जरा, किरा खाने गर्छ । ३३०० मिटरदेखि ४५७० मिटर उचाइमा पाइन्छ । तौल २ देखि ४ किलोग्राम हुन्छ । शरीरको लम्बाई ६३ देखि ७० सेन्टिमिटर हुन्छ । मासु, प्वाँख, नङ्ग्रा बिकी हुन्छन् । अबैध रुपमा मार्ने तथा बेच्नेहरुलाई पक्रेर जेल हालिन्छ ।

अभ्यास

१ अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) वनजङ्गल भनेको के हो ?

(ख) वनव्यवस्थापन भनेको के हो ? ?

(ग सामुदायिक वन भनेको के हो ?

(घ) जैविक विविधता भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ङ) सिमकोट पालिकामा तस्करी हुने पशुपक्षीहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

२. तलका प्रश्नको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) वनजङ्गलको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ख) लेकाली वनस्पतिको परिचय दिनुहोस् ।

(ग) नेपालमा वनव्यवस्थापनको विकास लेख्नुहोस् ।

(घ) सिमकोट पालिकामा भएका सामुदायिक वनको सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) हिउँ चितुवाको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(क) वन भनेको के हो ? नेपालमा पाइने वनको प्रकारको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ख) वनजङ्गलको महत्त्व लेख्नुहोस् ।

(ग) वनजङ्गल संरक्षणका उपायहरु लेख्नुहोस् ।

(घ) दिगो वनव्यवस्थापनका लागि गरिने कार्यहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) सिमकोट पालिका वन क्षेत्रमा पाइने घोरल संरक्षण गर्ने कुनै ५ ओटा उपायहरु लेख्नुहोस् ।

४. परियोजना

(क) तपाईँको समुदायमा भएका सामुदायिक वन उपभोक्ता समितिले गर्ने कार्यहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ख) चोरीसिकार गर्नेहरुलाई पक्राउ गर्न तपाईँको भूमिका के हुन्छ ? योजना बनाउनुहोस् ।

(ग) सिमकोट पालिकाको जैविक विविधता संरक्षण गर्न कस्ता उपायहरु अपनाउन सकिएला ?

(घ) के तपाईँको समुदाय मिलेर कालो भालु मार्ने चलन छ ? यदि छ भने त्यस्तो चलन अन्त्य गर्न के गर्नुहुन्छ ?

पाठ : २ पानी र फोहोरमैला व्यवस्थापन

२.१. पानीको परिचय

पानी जीवनको आधार हो । दुई भाग हाइड्रोजन र एक भाग अक्सिजन मिलेर बनेको यौगिकलाई पानी भनिन्छ। शुद्ध पानीमा गन्ध, स्वाद, रङ हुदैन । पानी असल घोलक भएकाले जुन बाटोमा प्रवाह हुन्छ त्यस ठाउँका पदार्थलाई घुलाएर आफूसँग मिश्रण गर्छ । बिनापानी कुनै पनि जीव बाँच्न सक्दैन । सम्पूर्ण प्राणीलाई आवश्यक छ । प्राणीले आफ्नो शरीरको आवश्यकता अनुसार पानी पिउने गर्छन् । जलचर प्राणीको बासस्थान नै पानी हो । पानीको विकल्प छैन । पानी नभए जीवन असम्भव हुन्छ ।

पानीमा हानीकारक सूक्ष्म जीवहरु र लाभदायी सूक्ष्म जीवहरु, हानीकारक खनिज र लाभदायी खनिज, हानीकारक तत्त्व र लाभदायी तत्त्व हुने गर्छन् । विभिन्न किसिमका ग्याँसहरु, माटो, धुलो, पातपतिङ्गर पनि हुने गर्छन् । विषालु रसायन र किटाणुहरुले पानीलाई दुषित बनाउछन् । पानी गुणस्तर छ छैन भनेर पत्ता लगाउन जाँच्नुपर्छ । गुणस्तरीय भएन भने प्रशोधन गरेर प्रयोग गर्नुपर्छ । प्रशोधन गरेको पानीलाई सुरक्षित गरी सङ्ग्रह गरेर राख्नुपर्छ । वायुमण्डलमा वास्पीकरण र चिसिने प्रक्रियाले पानीका रुपहरु परिवर्तन भइरहन्छन् । पानी एक स्थानबाट अर्को स्थानमा पुगेको हुन्छ यसलाई जलचक्र भनिन्छ ।

२.२. पानी व्यवस्थापन

पानी नेपालको प्राकृतिक स्रोत हो । ६ हजार बढी नदीनाला हाम्रो देशमा रहेका छन् । नेपालमा भएका नदीनाला, ताल, दह र पोखरीहरु आर्थिक विकासका आधार हुन् । जलस्रोतलाई सही व्यवस्थापन गर्न सकेमा देशमा भएको गरिबी न्युनीकरण हुन्छ । पानीका स्रोत पहिचान, संरक्षण, नियन्त्रण, वितरण, सदुपयोग गर्ने पद्धतिलाई पानी व्यवस्थापन भनिन्छ । हुम्ली उखान 'पर डाँफ्या चद्दो वर तिहुना मद्दो' भनेजस्तो पानी खेर गइरहेको छ, पानीबिनाका हाम्रा समस्याहरु समाधान हुन सकेका छैनन् । सदुपयोग गर, जीवन भर भनेर पानीले निर्देशन गरिरहेका छ हामीले दिएको निर्देशनलाई पालना नगर्दाको परिणाम भोगिरहेका छौँ ।

निम्नानुसारका उपायहरुसहित पानी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ ।

- पानीका मुलहरुको पहिचान र संरक्षण,
- कृत्रिम पोखरी निर्माण र पानी भरण,
- विद्युत उत्पादन,
- पानीको परीक्षण, प्रदूषित पानी प्रशोधन,
- प्रदूषित पानीको नियन्त्रण,
- सिँचाइ आयोजना सञ्चालन,
- जलचर पालन,
- साहसिक पर्यटन प्रवर्द्धन (-याफ्टिङ, बोटिङ),
- जल यातायात सञ्चालन, सामान ढुवानी,
- वृक्षारोपण तथा पानीको समुचित प्रयोग,
- भूमिगत जलभण्डार रिचार्ज,
- आकाशे पानीको संरक्षण,
- पानी घट्ट सञ्चलन आदि ।

२.३. सिमकोट पालिकामा भएका जलस्रोत

हाम्रो पानी हाम्रै लगानी गर्न सकेमा सिमकोट पालिकाबासीको आर्थिक समृद्धि गर्न सकिन्छ । श्रम र सीपले सिमकोट पालिकाभित्रको पानी सदुपयोग गर्न सकिन्छ । हाम्रो जलसम्पदा हाम्रा लागि हो भन्ने कुरा बुझेर काम गर्न सकियो भने जीवन परिवर्तन हुन्छ । सिमकोट पालिकामा भएका जलसम्पदाहरु निम्नानुसार रहेका छन् :

वडा	नदी/खोला	ताल/पोखरी/दह	मूल
१	झाग्रु, दोजाम खोला, कर्णाली नदी	खरच्युङ	
२	पिन्यारी, छहरा, उदी, ठेहे खोला, ठाडो खोला, रलिङ खोला, बामुण्ट्या, फुने छहरा, पाङ्ग्रीक खोला, डाँङजाङ खोला, बिउरुजाउने खोला,	रलिङ ताल	दह,कोड्या, चिच्याडिने, रातोमूल, हपल्लो ठेहे मूल, तित्तिरे, बुग्लिने खोला, धुहु खोला, घरमाथिमूल, घरमुनिमूल, चाउरेमूल, कालाचूम्लामूल, खोलापारीमूल, खोलाभित्रमूल, खोलाबाहिरमूल, चौखुडेढुङ्गामूल, पहिरापोरीमूल, ठुलामेलामूल, काँगसिलामूल, मालुवादुला मूल, धूपगर्नेचौरमूल, चाँगामूल, झारटोटा मूल, तोग्रामूल
३	गाङ्लुङ्बा, गालारी, मन्कीखोला	छोकाम,	तोलुङ्बा, टाकछिक, छिकलुङ्बा
४	हिल्दुम छहरा	दुधेदह, लडेदह,	छुक्पुकोङ्मा, छुक्पुह्योङ्मा
५	हुमाने		सिम, पिन्यारी, धुम्मुल, ढाँडखर्क, गैराखर्क, कालडाँडा
६			जुँली मुग्रधारा, ह्वापाखोलामूल, भुलभुले,
७	खबुका, टुलिङ, फया		नल
८	कुमारकोट्या, मेलगाड, गुरगुरे, मर्म्या, घट्टखोला,	दुधेदह	नौमुली, सिम, लुमखोलामूल, चिसापानीमूल, खर्कधारा, पानीमूल

क्रियाकलाप

तपाईंको समुदायको पैतृक खानेपानी अवलोकन गरी संरक्षण उपायहरु लेख्नुहोस् ।

२.४. फोहोरमैला परिचय

फोहोर र मैला दुई शब्दको पदयोग भएर फोहोरमैला बनेको छ । फोहोरमैला जोडी शब्द हुन् । जसले समानार्थी, समानार्थक अर्थ दिन्छन् । फोहोरमैलाले सम्पूर्ण ठाउँमा नकारात्मक असर पुगाइ रहेको हुन्छ । प्रकृति, बस्ती, घर, आगन, बाटाघाटा, नदीनाला, पोखरी, देवालय, लगायतका ठाउँहरुमा जहाँ मानिस पुग्छ त्यहाँ फोहोरमैला पुगेकै हुन्छ । मानिसले व्यवहार बदल्न सकेमा फोहोरमैलाको न्यूनीकरण हुन्छ । सडेका, गलेका, फ्याँकिएका, अशोभनीय, दुर्गन्धित, घीनलाग्दा, मलमूत्र, मयल परेको कालो मैलालाई फोहोरमैला भनिन्छ । फोहोरमैला व्यवस्थापन ऐन २०६८ मा फोहोरमैला भन्नाले घरेलु फोहोरमैला, औद्योगिक फोहोरमैला, रासायनिक फोहोरमैला, स्वास्थ्यसंस्थाजन्य फोहोरमैला, वा हानिकारक फोहोरमैला सम्झनुपर्छ र सो शब्दले तत्काल प्रयोग हुन नसक्ने अवस्थामा रहेका, फालिएका वा सडेगलेका, वातावरणमा ह्रास आउने गरी निष्कासन गरिएका ठोस, तरल, ग्यास, धुवाँ, धुलो, विद्युतीय तथा सूचना प्रविधिका लागि प्रयोग भएका सामग्रीहरु लगायतका पदार्थ वा त्यस्तै प्रकारका अन्य वस्तुहरु वा अनधिकृत रुपमा सार्वजनिक

स्थलमा टाँसिएका पोष्टर, पम्पलेट र नेपाल सरकारले समय समयमा नेपाल राजपत्रमा सूचना प्रकाशन गरी फोहोरमैला भनी तोकिदिएको अन्य वस्तु समेतलाई जनाउनेछ भनेर फोहारमैलाको परिभाषित गरिएको छ ।

घरेलु फोहोरमैला : औद्योगिक प्रतिष्ठानबाट निष्कासन हुने हानिकारक तथा प्रदूषणयुक्त फोहोरमैला सम्झनुपर्छ ।

रासायनिक फोहोरमैला : रासायनिक फोहोरमैला भन्नाले यथास्थितिमा प्रयोग हुन नसक्ने जुनसुकै स्रोत तथा प्रक्रियाबाट निस्केका मानव स्वास्थ्य लगायत जीवजन्तु एवम् वातावरणमा प्रतिकूल असर पार्ने सम्पूर्ण रासायनिक पदार्थहरु वा समय समयमा नेपाल सरकारले नेपाल राजपत्रमा सूचना प्रकाशन गरी रासायनिक फोहोरमैला भनी तोकेका ठोस, तरल, धुलो, लेदो, ग्यास लगायतका पदार्थ वा वस्तुलाई सम्झनु पर्छ ।

स्वास्थ्य संस्थाजन्य फोहोरमैला : स्वास्थ्य संस्थाजन्य फोहारमैला भन्नाले अस्पताल, क्लिनिक, फार्मेसी, औषधी पसल, ब्लड बैंङ्क, प्याथोलोजिकल प्रयोगशाला, पशुस्वास्स्थ्यजन्य संस्था वा स्वास्थ्य अनुसन्धान केन्द्रबाट उत्पादन तथा निष्कासन हुने हानिकारक फोहोरमैला सम्झनु पर्छ ।

हानिकारक फोहोरमैला : हानिकारक फोहोरमैला भन्नाले प्राकृतिक वातावरणमा ह्रास ल्याउने, मानव तथा अन्य प्राणीको स्वास्थ्यमा हानि नोक्सानी पु-याउने विभिन्न रुपमा निष्काशित वस्तु, पदार्थ तथा रेडियो विकिरण सम्झनु पर्छ ।

२.५.फोहोरमैलाका प्रकारहरु

(क) जैविक फोहोर : पूरै कुहिने फोहोरलाई जैविक फोहोर भनिन्छ । शेष पनि बाँकी नरहेर कुहिने, गल्ने फोहोर जैविक फोहोर हुन् । बोटविरुवा, झारपात, माटो, मरेका जीव, पशुपक्षी, अन्न लगायत खानेकुराहरु वैविक फोहोरभित्र पर्दछन् ।

(ख) अजैविक फोहोर : नकुहिने वस्तुलाई अजैविक फोहोर भनिन्छ । नकुहिने, नगल्ने पदार्थ अजैविक फोहोर हुन् । पोलिथिन, सिसा, स्टिल, फलाम, कपडा, धातु, रबर जस्ता वस्तुहरु कुहेर जादैनन् ।

२.६. फोहोरमैला निस्कने स्रोतहरु

- भान्साघर,
- विद्यालय,
- बजार,
- उद्योग,
- सरकारी कार्यालय,
- खर्क,
- होटल, क्यान्टिन आदि ।

२.७. फोहोरमैलाका असरहरु

- फोहोरमा बस्न रुचाउने सुँगुर, मुसा जस्ता जीवहरुले प्लेग, रेबिज रोगहरु सार्न सक्छन्
- वायु, जल, भूमि प्रदूषण भएर वातावरणलाई नकारात्मक असर पुग्छ,
- जतातते गनाउने हुन्छ,
- झाडापखाला, हैजा जस्ता तुरुन्त सर्ने रोगहरु लाग्न सक्छन्,
- फोहोरमा भएका हानिकारक रसायनहरुले आँखा, छालामा हानि पुगाउन सक्छन्,
- अस्पतालमा प्रयोग भएका सिरिञ्जहरु कोही कसैले पुनः प्रयोग गरेमा रोग सर्न सक्छ,
- ढलमा फोहोर फालेमा ढल पुरिन्छन् र पानी रोकावट भई अर्को समस्या आउछ,
- पर्यटन व्यवसाय र पर्यटकलाई खिसीको विषय हुन्छ ।

२.८. फोहोरमैला व्यवस्थापन

फोहोरमैला के हो ? भन्ने कुरा हामीले बुझिसक्यौँ । यस पाठमा फोहोरमैला व्यवस्थापन भनेको के हो ? भनेर जान्ने छौँ । व्यवस्थित तरिकाले फोहोरको सङ्कलन, ढुवानी, प्रशोधन गर्नका लागि योजना, सङ्गठन, नियन्त्रण र निर्देशन गर्ने कार्यलाई फोहोरमैला व्यवस्थापन भनिन्छ । फोहोरमैलाको विसर्जन गर्नु नै फोहोरमैला व्यवस्थापन हो । फोहोर उत्पन्न हुने स्रोत न्यूनीकरण गर्नु, फोहोरलाई वर्गीकरण गर्ने, ढुवानी गर्ने, पुनः प्रयोग गर्ने र कामै नलाग्ने फोहोरहरुलाई उपयुक्त स्थानमा विसर्जन गर्नु फोहोरमैला व्यवस्थापन हो । फोहोरबाट हुन सक्ने नकारात्मक असर कम गर्नु फोहोर व्यवस्थापन हो ।

फोहोरमैला व्यवस्थापन ऐन २०६८ अनुसार फोहोरमैला व्यवस्थापन गराउने दायित्व स्थानीय निकायको हुनेछ, हानिकारक फोहोरमैला, स्वास्थ्यसंस्थाजन्य फोहोरमैला, रासायनिक फोहोरमैला, औद्योगिक फोहोरमैला प्रशोधन र व्यवस्थापन गर्ने दायित्व निर्धारित मापदण्डको अधीनमा रही त्यस्तो फोहोरमैला उत्पादन गर्ने व्यक्ति वा निकायको हुनेछ, कुनै व्यक्ति, संस्था वा निकायले कुनै काम कारोबार गर्दा उत्पन्न हुने फोहोरमैला यथाशक्य कम गर्नु पर्नेछ भनेर फोहोर व्यवस्थापनमा सबैको कर्तव्य सुझाइएको छ ।

२.९. फोहोरमैला व्यवस्थापनका उपायहरु

- फोहोर उत्पन्न हुने स्रोतमै फोहोर कम गर्ने,
- फोहोरको पुनः प्रयोग गर्ने,
- फोहोरलाई प्रशोधन गर्ने,
- फोहोरको निष्कासन सुरक्षित रुपमा गर्ने,
- घरेल जैविक फोहोरबाट कम्पोष्ट मल बनाउने,
- नकुहिने धातुजन्य फोहोरहरुलाई पुनः प्रशोधन गर्ने कम्पनीलाई बेच्ने,
- प्लाष्टिकका कार्टुनहरुमा खेती गर्ने,
- कवाडी कम्पनीहरुले प्लाष्टिकलाई कच्चा पदार्थको रुपमा सङ्कलन गर्ने भएकाले बेच्ने,
- आफ्ना टोलहरुमा फोहोर विसर्जन खाल्डाहरुको व्यवस्था गर्ने,
- जैविक र अजैविक फोहोर छुट्याउने ।

२.१०. खाल्डे मल बनाउने प्रविधि

जैविक फोहोर व्यवस्थापन गर्ने प्रभावकारी विधि हो । यो प्रविधि हाम्रो पैतृक प्रविधि हो । हाम्रा अग्रजहरुले हस्तान्तरण गरेको घरेलु मल बनाउने विधि हो । पहिले पहिले प्रत्येक घरधुरीमा यो प्रविधि प्रयोगमा ल्याइन्थ्यो । वर्तमानमा यसको प्रयोगमा कमी आएको देखिन्छ । मल बनाउने यस प्रविधिलाई पुनः प्रयोगमा ल्याउन आवश्यक छ । घरमा जोडिएको खाली जग्गा हुनेले १ मिटर उचाई, १ मिटर चौडाई भएको खाल्डो खन्नु पर्छ । पहिलो तह अन्तरगत त्यस खाल्डोमा जैविक फोहोरका टुक्राहरु मिलाउनुपर्छ । दोस्रो तहमा गाईको गोबर या कुखुराको सुलीले छोप्नसपर्छ । तेस्रो तहमा माटोले पातलो गरी ढाक्नुपर्छ । खाल्डोमा जुठो पानी मिसिने गरी भाँडाहरु धुने व्यवस्था मिलाउने या चिस्यान हेरेर पानी छम्कनुपर्छ । खाल्डो नभरिन्जेलसम्म यस्तै प्रक्रिया दोहो-याउनुपर्छ । खाल्डो भरिएमा प्लाष्टिकले छोपेर राख्नुपर्छ २/३ महिनाभित्र खाल्डे मल तयार हुन्छ । हाम्रा समुदायले प्रयोग गरेको र गर्न सजिलो भएकाले यो प्रविधि सिमकोट पालिकामा प्रभावकारी हुन्छ ।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) शुद्ध पानीमा .... हुदैन ।

(ख) पानी जलचर प्राणीको ....हो ।

(ग) जहाँ मानिस पुग्छ त्यहाँ .... पुगेकै हुन्छ ।

(घ) कुहिने फोहोरलाई .... भनिन्छ ।

(ङ) फोहोरमैला व्यवस्थापन ऐन .... हो ।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) खाल्डे मलका लागि १/१ मिटरको खाल्डो आवश्यक छैन ।

(ख) फोहोरबाट उत्पन्न हुन सक्ने नकारात्मक असर कम गर्नु फोहोरमैला व्यवस्थापन होइन ।

(ग) सुँगुर मुसाहरु फोहोरमा बस्न रुचाउदैनन् ।

(घ) नकुहिने फोहोरलाई अजैविक फोहोर भनिन्छ ।

(ङ) फोहोरमैला जोडी शब्द हुन् ।

(च) पानी प्राकृतिक सम्पदा हो ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) पानी भनेको के हो ?

(ख) फोहोरमैला केलाई भनिन्छ ?

(ग) फोहोरमैला व्यवस्थापन भन्नाले के बुझिन्छ ?

(घ) हानिकारक फोहोरमैला भन्नाले के बुझिन्छ ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) पानीको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) पानी दूषित हुने कारणहरु लेख्नुहोस् ।

(ग) पानी व्यवस्थापन भनेको के हो ? परिचय दिनुहोस् ।

(घ) फोहोर व्यवस्थापनको परिचय दिनुहोस् ।

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) फोहोरमैला भनेको के हो ? फोहोरमैला व्यवस्थापन गर्ने उपायहरु लेख्नुहोस् ।

(ख) फोहोरमैलाका असरहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) पानी व्यवस्थापनको परिचय दिई व्यवस्थापन गर्ने उपायहरु लेख्नुहोस् ।

(घ) सिमकोट पालिकामा भएका जलस्रोतहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) विद्यालयमा भएको फोहोर व्यवस्थापनमा तपाईंको भूमिका लेख्नुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) पानीबाट हुने असरहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

(ख) तपाईंको समुदायमा पानीलाई कसरी व्यवस्थापन गरिएको छ अध्ययन गर्नुहोस् ।

(ग) तपाईंको समुदायमा फोहोरमैला व्यवस्थापन कसरी गरिएका छन् ?

(घ) तपाईंको विद्यालयमा उत्पन्न हुने फोहोरहरुको तालिका बनाउनुहोस् ।

हरियाली प्रवर्द्धन

३.१. हरियाली प्रवर्द्धन परिचय

हरियाली सबैको आकर्षण हो । हरिया वनस्पतिले चारैतिरको अवस्थालाई मनमोहक बनाउँछन् । आफ्नो वरपरको वातावरणलाई स्वच्छ राख्नका लागि हरित इलाका निर्माण गरेर जोगाउने कार्यलाई हरियाली प्रवर्द्धन भनिन्छ । मानवीय क्रियाकलापले वातारणीय समस्या, जलवायु परिवर्तन, ऊर्जाको सङ्कट उत्पन्न भइरहेको छ । प्रकृतिको शोषण, वनजङ्गल विनाश, उद्योग सञ्चालन, रासायनिक मलको प्रयोग, किटनाशक विषादीको प्रयोगले हावा, माटो, पानीमा नकारात्मक असर पुगिरहेको छ । यो अहिलेको जल्दोबल्दो समस्याका रुपमा देखा परिरहेको छ । त्यसकारण यस्ता समस्याहरुको समाधान गर्न हरेक मानवीय क्रियाकलापहरु बदलिनुपर्छ ।

अहिलेका मानिसले सुरुमै सोध्ने प्रश्न भनेको त्यहाँको वातावरण कस्तो छ ? यो प्रश्न दुई पक्षसँग जोडिएको छ ती हुन् प्राकृतिक वातावरण र मानव निर्मित वातारण (कृत्रिम) । प्राकृतिक वातावरण र मानव निर्मित वातावरण निर्माण गर्ने दायित्व मानिसकै हो । प्राकृतिक वातावरण निर्माण गर्नका लागि हरियाली प्रवर्द्धन गर्नु आवश्यक छ भने मानव निर्मित वातावरण बनाउनका लागि मानिस सभ्य, शिष्ट, शालीन, नैतिक नियम पालक हुनुपर्छ । सबै पक्ष मिलेको भएमा एक शब्दमा उत्तम छ भनेर जवाफ दिन सजिलो हुन्छ । वातावरण निर्माण हाम्रो गरिमा हो । सामाजिक वातावरण उन्नतिको द्योतक हो ।

निरन्तर सिकाइलाई सुचारु गरेर विद्यार्थीहरुको सर्वाङ्गीण विकास गर्ने शैक्षिक संस्था विद्यालय हो । विद्यालयको सही वातावरणले विद्यार्थीको सिकाइमा सकारात्मक प्रभाव पार्दछ । विद्यालयले विद्यार्थीलाई सिर्जनशील बनाउन सकेमा सिकाइ व्यावहारिक र जीवनोपयोगी हुन्छ । विद्यालयको वातावरण स्वच्छ, शान्त, सफा, सुरक्षित गरेर सिकाइ प्रभावकारी गर्न हरियाली प्रवर्द्धन नितान्त आवश्यक रहेको छ । विद्यालयको वातावरणलाई हरियाली बनाउनका लागि नेपाल सरकार शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय माननीय मन्त्रीस्तरबाट मिति २०७५ मंसिर १५ गतेका दिन स्वीकृत गरेर 'हरित विद्यालय कार्यक्रम कार्यान्वयन निर्देशिका २०७५' जारी गरेको छ । शिक्षाका माध्यमबाट विद्यार्थी तथा आम जनसमुदायमा वातावरण मैत्री व्यवहार विकास गर्न, स्वच्छ एवम् हरित पृथ्वी भावी पुस्तालाई हस्तान्तरण गर्न, शैक्षिक संस्था वरपरको क्षेत्रमा हरियाली विकास गर्न एक विद्यालय एक बगैंचा तथा बृहत हरित क्षेत्र निर्माण कार्यलाई प्रभावकारी रुपमा अगाडि बढाएको छ । विद्यालयलाई हरियाली बनाउन विद्यालय व्यवस्थापन समिति, शिक्षक अभिभावक सङ्घ कार्यकारी समिति, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, इकोक्लब, बालक्लब सबैले स्वपरिचालित हुनुपर्छ ।

३.२. विद्यालयमा हरियाली व्यवस्थापन

विद्यालय चौघेरामा योजनाबद्ध रुपमा नर्सरी बनाएर वा वृक्षारोपण गरेर विद्यालयको सौन्दर्य बढाउने कार्यलाई विद्यालयमा हरियाली व्यवस्थापन भनिन्छ । विद्यालयमा हरियाली प्रवर्द्धन गर्न म्नि उपायहरु अपनाउन सकिन्छ :

(क) नर्सरी निर्माण

हावापनी अनुकूल बिरुवा उमार्न, हुर्काउन, बढाउन र रोप्नका लागि तयार पार्नका लागि बनाइएको स्थानलाई नर्सरी भनिन्छ । नर्सरी तयार पार्नका लागि नर्सरी बनाउने ठाउँ छनौट गर्नुपर्छ । माटो उपचार गर्नुपर्छ । ब्याड निर्माण गर्नुपर्छ । वनस्पतिको बीऊ, बालुवा, मल ,पानी, कृषि औजार, पोलीब्याग नर्सरीका लागि आवश्यक पर्छन् ।

(ख) वृक्षारोपण

विद्यालयको स्वच्छ वातावरण तथा जैविक विविधता संरक्षण गर्नका लागि, हावा शुद्धीकरण गर्नका लागि वृक्षारोपण आवश्यक छ। खाली जमिनमा भौगोलिक अवस्था अनुकूलका बिरुवाहरु रोप्नुपर्छ। पाठ्यक्रममा आधारित विभिन्न क्रियाकलाप गराउन यस क्षेत्रलाई सदुपयोग गर्न सकिन्छ।

(ग) करेसाबारी निर्माण

करेसाबारी

मानिसको दैनिक खानामा तरकारीको आवश्यकता रहेको छ। तरकारीमा फाइबर, खनिज प्रशस्त पाइन्छ। तरकारीका विभिन्न भागहरु जरा, गानो, पात, मुण्टा, डाँठ, फल, कोसाहरु खाइन्छ। विद्यालयले चर्चेको भूभागमा खाली रहेको भागमा तरकारी लगाउनका लागि छुट्याइएको इलाकालाई करेसाबारी भनिन्छ। करेसाबारीबाट पोषण ज्ञान, वनस्पतिको जीवनचक्र, पारिस्थितिक प्रणालीको अध्ययन गर्न सकिन्छ। यसबाट विद्यार्थीहरुका सिकाइ समस्याहरु समाधान हुन्छन्।

(घ) फूलबारी निर्माण

भूगोल सुहाउँदा फूलहरु रोपेर विद्यालयको वातावरणलाई सुकोमल, शान्त, सुगन्धदार, सुन्दर बनाउन सकिन्छ। वार्षिकोत्सव, अतिथि सत्कार गर्नका लागि अहिले हरेक विद्यालयमा फूलबारी बनाउने प्रतिस्पर्धा रहेको छ। विभिन्न पुतली, किटहरु फूलबारीमा बस्ने भएकाले तिनीहरुको अध्ययनबाट विद्यार्थीको सिकाइ प्रभावकारी हुन्छ।

३.४. विद्यालयको हरियाली प्रवर्द्धनमा इको क्लबको रोलमोडल

हाम्रो आचरण अरुलाई सकारात्मक प्रभाव पार्ने हुनुपर्छ। एउटा व्यक्तिको सफलता, व्यवहार, कार्यकुशलता अर्को व्यक्तिलाई अनुकरण गर्न योग्य हुनुपर्छ। नमुना शिक्षक, नमुना विद्यार्थीको उपमा पाउनु सबभन्दा ठुलो उपलब्धि हो। कुराले ठुलो बन्नु आवश्यक छैन। चट्टान फोडेर सुरुङ निर्माण गर्ने कुरा गर्ने तर सिन्को नभाँच्ने मानिसहरु हामीले देखेका छौँ। तिनीहरु भड्वा हुन् भनेर परिभाषित गर्न सकिन्छ। त्यसकारण काम सम्पन्न गरेर देखाउने सच्चा व्यक्ति वा संस्थाको खाँचो परिरहेको छ। हरेक विषयमा सकारात्मक चिन्तन, विवेक, व्यवहार, कार्यशैली, फराकिलो विचार, गरेर सिक्ने, गरेर देखाउने, मेलमिलापकर्ता, भद्र, अनुशासित, शालीन, विश्वासी, जिज्ञासु व्यक्ति वा संस्था अहिलेको समयको माग हो।

Eco अगिद आगन्तुक पदावलीका रुपमा नेपालीमा प्रयोग भइरहेको छ। इको क्लब विद्यालयमा गठन भएको सङ्गठित समूह हो। यसलाई वातावरण संरक्षण समूह भनिन्छ। विद्यालयको वातावरण संरक्षणमा विद्यालय तहका विद्यार्थीहरुको प्रत्यक्ष सहभागिता अभिवृद्धि गर्ने महान् उद्देश्यले इको क्लब गठन गरिएको हो। सामूहिक रुपमा विद्यालयको वातावरण संरक्षण गर्न, आफू र आफ्नो वरपरको क्षेत्रमा प्रकृति संरक्षणको चेतना अभिवृद्धि गर्न इको क्लबले क्रियाकलापहरु सञ्चालन गर्छ। इको क्लब सरकारी वा गैरसरकारी संस्थाको भातृ सङ्गठन होइन। आफ्नो विद्यालयको हरियाली प्रवर्द्धनको स्थानीय आवश्यकता अनुसार कार्यक्रम बनाएर आफ्नै विधि, तरिकाले निश्चित नियमका आधारमा सञ्चालन हुन्छ। विद्यार्थीको मुख्य ध्येय भनेको सिक्नु हो। विषयगत सिकाइ एवम् अध्ययन अध्यापनमा बाधा नपुग्ने गरी इको क्लबले आफ्ना कार्यक्रमहरु तय गर्नुपर्छ। विद्यालयको वातावरण संरक्षण गरेर अनुभव बटुल्नुपर्छ। आफ्ना विद्यालयका स्थानीय समस्यामा केन्द्रित भएर क्रियाकलाप सञ्चालन गरे पनि राष्ट्रिय अन्तर्राष्ट्रिय वातावरणीय समस्यामा पनि ध्यान दिनुपर्छ। विद्यालय परिसरमा वृक्षारोपण गर्ने, करेसाबारी निर्माण गर्ने, फूलबारी निर्माण गर्ने, फोहोर विसर्जन गरेर विद्यालय हाता सफा राख्ने, समस्या पहिचान गर्ने, छलफल गर्ने, आफू वरपरका पशुपक्षीहरु संरक्षण गर्ने जस्ता क्रियाकलापहरु सञ्चालन गर्न सक्छ।

'हरित विद्यालय कार्यक्रम कार्यान्वयन निर्देशिका २०७५' अनुसार एक विद्यालय एक बगैंचा तथा बृहत हरित क्षेत्र निर्माण कार्यक्रमलाई प्रभावकारी रुपमा सहभागितामुलक तरिकाबाट सञ्चालन गर्न, विद्यार्थी तथा अभिभावक बिच सचेतनामुलक कार्यक्रम सञ्चालनमा सक्रिय भूमिका निर्वाह गर्न गराउनका लागि प्रत्येक विद्यालयमा इको क्लब रहने व्यवस्था छ। विद्यालयका प्रधानाध्यापक संरक्षक र विद्यालयको हरित क्रियाकलापको विशेष जिम्मेवारी पाएको शिक्षक फोकल टिचर रहने व्यवस्था छ। प्रत्येक दुई वर्षको अवधि पूरा भएपछि साधारण सभाबाट इको क्लब पुनर्गठन हुन्छ। सामूहिक छलफलबाट आधारभूत तहमा बढीमा ९ र माध्यमिक तहमा ११ देखि १५ जना सम्मको कार्य समिति गठन हुन्छ। ३३ प्रतिशत छात्रा रहुने गरी अध्यक्ष १ जना, उपाध्यक्ष १ जना, सचिव १ जना, कोषाध्यक्ष १ जना र बाँकी सदस्यहरु चयन गरिने व्यवस्था छ।

हाम्रो वातावरण मैत्री विद्यालय हामी आफै निर्माण गर्छौं। अरुको भर परेमा प्रगतिमा बाधा उत्पन्न हुन्छ। अरुले नै गर्नुपर्छ भन्ने परम्पराले आफ्नो दायित्व बिर्सने परिपाटी बसेको छ। अधिकार खोज्ने तर कर्तव्य पूरा नगर्ने आचरणले आफै पछि परेको थाह हुदैन। विद्यार्थीले विषयगत तथा व्यावहारिक सबै सिकाइहरु विद्यालयमा आर्जन गरिसक्नुपर्छ। त्यस्तो विद्यार्थी भविष्यमा सुयोग्य हुन्छ। वातावरणविद् बनेर विश्वमा चिनिन सक्छ। हरित विद्यालय निर्माणको अवधारणाले सिकाइ समस्याहरु समाधान गर्छ। त्यसकारण इको क्लबले हरित विद्यालय हस्तान्तरण गर्नुपर्छ। प्रेरक व्यक्ति बन्नुपर्छ। सारमा वातावरण मैत्री विद्यालय परम्परा बसाल्नु इको क्लबको रोलमोडल हो।

अभ्यास

१. पाठबाट उपयुक्त शब्दहरु छानेर खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

(क) मानवीय क्रियाकलापले वातावरणीय समस्या, जलवायु परिवर्तन .... सङ्कट उत्पन्न भएको छ।
(ख) प्राकृति वातावरण निर्माण गर्नका लागि .... प्रवर्द्धन गर्नु आवश्यक छ।
(ग) इको क्लबलाई .... भनिन्छ।
(घ) इको क्लब सरकारी गैरसरकारी संस्थाको .... होइन।
(ङ) विद्यालयका प्रधानाध्यापक इको क्लबका .... हुन्छन्।

२. ठिक भए उत्तरमा ठिक र बेठिक भए उत्तरमा बेठिक लेख्नुहोस् :

(क) हरित विद्यालय निर्देशिका २०७५ जारी भएको छैन।
(ख) इको क्लब नेपाली पदावली होइन।
(ग) नमुना शिक्षक, नमुना विद्यार्थीको उपमा पाउनु दुर्भाग्य हो।
(घ) विद्यालयमा फूलबारी निर्माण गर्नुपर्छ।
(ङ) रासायनिक मलको प्रयोगले जमिन प्रदूषण भएको छैन।
(च) विद्यालयमा हरियाली प्रवर्द्धन आवश्यक छ।

३. एकवाक्यमा उत्तर दिनुहोस् :

(क) हरियाली प्रवर्द्धन भनेको के हो ?
(ख) हरित विद्यालय कार्यक्रम कार्यान्वयन निर्देशिका कहिले स्वीकृत भएको थियो ?
(ग) हरियाली व्यवस्थापन भन्नाले के बुझिन्छ ?

(घ) फूलबारी भनेको के हो ?

(ङ) इको क्लब भनेको के हो ?

४. छोटो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) इको क्लबको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) विद्यालयमा हरियाली व्यवस्थापन कसरी गरिन्छ ?

(ग) हरियाली प्रवर्द्धनको परिचय दिनुहोस् ।

(घ) मानिसले कस्ता प्रश्न सोधेर कस्तो जवाफ चाहन्छन् ?

५. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) विद्यालयमा हरियाली व्यवस्थापन गर्ने उपायहरु लेख्नुहोस् ।

(ख) हरियाली प्रवर्द्धनमा इको क्लबको रोलमोडल उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) नर्सरी भनेको के हो ? शिक्षकको सहयोगमा लामो उत्तर लेख्नुहोस् ।

(घ) विद्यालयमा फोकल टिचरको भूमिका के हुन सक्छ ? तर्क दिनुहोस् ।

६.परियोजना कार्य

(क) तपाईँ इको क्लबको अध्यक्ष भए विद्यालयको वातावरण संरक्षणमा खेल्ने भूमिका तयार पार्नुहोस्

(ख) विद्यालयमा रोपण गरिएका बिरुवा संरक्षण गर्ने उपायहरु कक्षामा प्रस्तुत गर्नूहोस् ।

(ग) चरा मार्न लागेको आफ्नो मित्रलाई चरा नमार्न दिने सुझाबको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(घ) तपाईँको विद्यालयमा फूलबारी निर्माण आवश्यकता सम्बन्धमा ईकोक्लबमा उठाउने विषयवस्तु तयार पार्नुहोस् ।