राक्सिराङ्ग गान

सरिखेतको सेरोफेरो, काकडा र खैराङ
मुटुभन्दा प्यारो लाग्छ, हाम्रो राक्सिराङ्ग

अग्ला अग्ला डाँडाहरू, काखमा बेसी फाँट
खोरियामा सुन फलाउने, गर्छौं हामी आँट
हरियाली वनपाखा, चिउरी गुराँस फुल्छन्
हाम्रो आफ्नै पौरखले, गाउँ बस्ती झुल्छन्

फरक जाति भाषा धर्म, एउटै माला गाँसी
सुरूङ गुफा झर्ना हेरी, रम्छौ हाँसी हाँसी

थरी थरी संस्कृति छन्, कला पहिचान
सबै मिली गाउँ बनाउँछौं, बनी स्वाभिमान
जोस अनि जाँगर हो, हामी हिँड्ने बाटो
सिर्जनाले भर्न सक्छौं, राक्सिराङ्गको माटो

सरिखेतको सेरोफेरो, काकडा र खैराङ
मुटुभन्दा प्यारो लाग्छ, हाम्रो राक्सिराङ्ग

रचना : उद्धवप्रसाद प्याकुरेल

Shanti Volunteer Assoc.

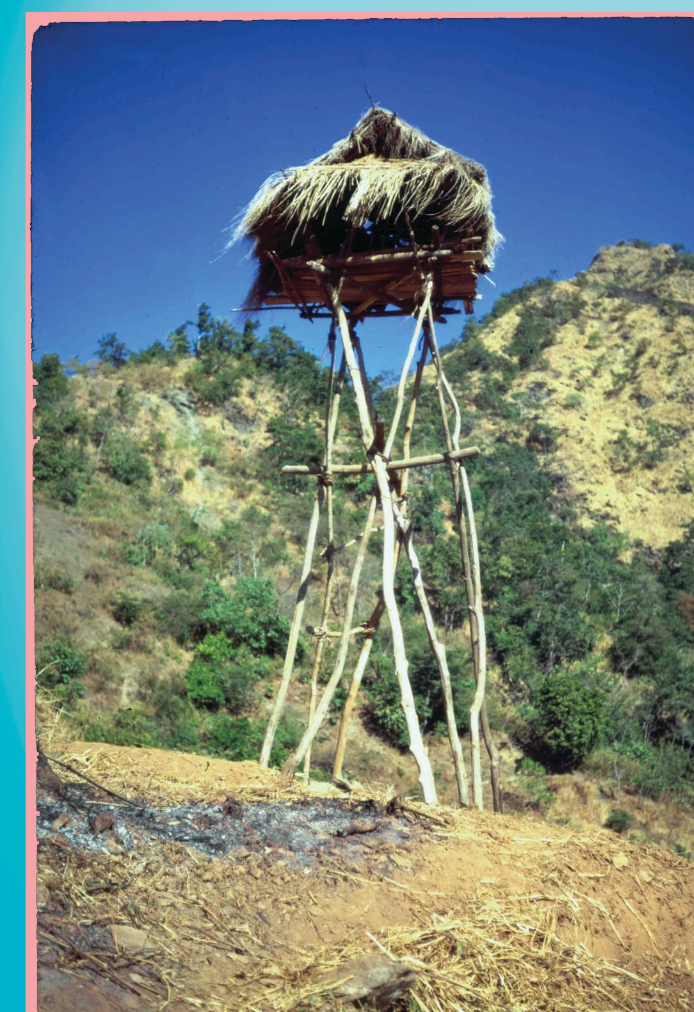
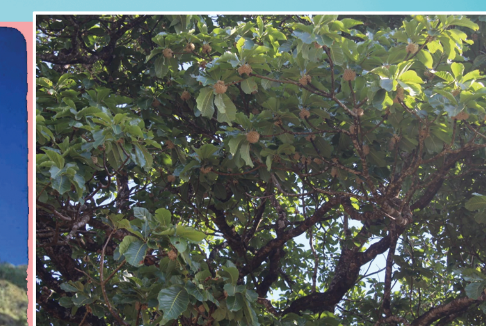
समुन्नत नेपाल
SAMUNNAT NEPAL
Kathmandu
- promoting equitable quality learning society

From the People of Japan

स्थानीय पाठ्यपुस्तक, कक्षा ६

हाम्रो राक्सिराङ्ग

स्थानीय पाठ्यपुस्तक
कक्षा ६

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका
चैनपुर, मकवानपुर

हाम्रो राक्सिराङ्ग

स्थानीय पाठ्यपुस्तक

कक्षा ६

लेखक

उद्धवप्रसाद प्याकुरेल

युवराज लौडारी

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका

मकवानपुर

प्रकाशक : राक्सिराङ्ग गाउँपालिका
मकवानपुर

सर्वाधिकार : प्रकाशकमा

संस्करण : पहिलो

प्रकाशन : २०७८

भाषा सम्पादन : दिवाकर ढुङ्गेल

रूप विन्यास : जयराम कुइँकेल

मुद्रक :

हाम्रो भनाइ

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका, मकवानपुरले स्थानीय आवश्यकता, स्थानीय सहभागिता, स्थानीय विषयवस्तु र स्थानीय विज्ञतालाई समेटेर केन्द्रीय पाठ्यक्रमकै अंशका रूपमा “हाम्रो राक्सिराङ्ग” नामक स्थानीय पाठ्यक्रम तयार गरेको छ । शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन नेपालको संविधान, कानुन र पाठ्यक्रम प्रारूपका मर्म र भावनानुसार स्थानीय आवश्यकता, स्थानीय विषयवस्तु, स्थानीय सहभागितामा स्थानीय पाठ्यक्रम विकास गरिएको छ ।

उक्त पाठ्यक्रमले राक्सिराङ्गको भूगोल, संस्कृति, प्राकृतिक सम्पदा, पर्यटन, जडीबुटी, स्थानीय घरेलु सामान, स्थानीय प्रविधि, हाम्रा सामाजिक सङ्घ संस्था, कृषि, फलफूल तथा तरकारी जस्ता विषय क्षेत्र समेटेको छ । ती विषयवस्तुअनुसार सक्षमता र सिकाइ उपलब्धिहरू समावेश गरिएका छन् । पाठ्यक्रममा उल्लेखित सक्षमता र सिकाइ उपलब्धि हासिल गर्न सहयोग पुगोस् भन्ने हेतुले कक्षाअनुसार स्थानीय पाठ्यपुस्तक तयार गरिएको छ ।

कक्षागत रूपमा पाठ्यपुस्तक तयार गर्ने क्रममा स्थानीय पाठ्यपुस्तक विकास कार्यशाला आयोजना गरिएको थियो । उक्त कार्यशाला राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको आयोजनामा शान्ति भोलिन्टियर एसोसियसनको आर्थिक सहयोग र समुन्नत नेपालको प्राविधिक सहयोगमा भएको थियो । कार्यशालामा पाठ्यक्रमले निर्दिष्ट गरेको विषयवस्तुहरूलाई कुसलतापूर्वक समाविष्ट गर्न जनप्रतिनिधि, विद्यालय व्यवस्थापन समिति, अभिभावक शिक्षक सङ्घ, प्रधानाध्यापक, शिक्षक, विद्यार्थी, स्थानीय सङ्घसंस्था, आदिबासी जानजातिहरूका प्रतिनिधिको उल्लेख्य सहभागिता गराइएको थियो ।

यसरी कक्षाअनुसार तयार गरिएको उक्त स्थानीय पाठ्यपुस्तकमा विद्यार्थीका पूर्व सिकाइ अनुभव, उनको परिवेश तथा पृष्ठभूमि, रुचि, चाहना, आवश्यकता र क्षमतालाई सम्बोधन गर्न क्रियाकलापमा आधारित अभ्यास, परियोजना कार्य, पाठ, चित्र, अध्ययन सामग्री सहित विषयवस्तुलाई उजागर गरिएको छ । विद्यार्थीहरूले आफैँले अभ्यास गरेर सिक्ने प्रशस्त अवसरहरू सिर्जना होस् भनेर क्रियाकलापहरू सहितको पाठ्यवस्तुहरू राखिएको छ । यसले स्थानीय विषयवस्तुको गहन ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिसहित सक्षमता विकास गर्न सहयोग गर्ने अपेक्षा राखिएको छ ।

प्रस्तुत पाठ्यपुस्तक तयार गर्न योगदान गर्नु हुने कार्यशालाका सहभागी शर्मिला पौडेल, जनक लामा ब्लोन, विशुमान प्रजा, जगतजंग रुम्बा, रत्न ब. प्रजा, मोहनलाल थिङ, राजु रेग्मी, सरोज दाहाल, लिलादेवी तिमलसिना, राजेश राय, मिथुन रुम्बा, रामप्रसाद शाह, सीताराम सुवेदी, रामप्रसाद सापकोटा, टीकाराम अर्याल, सरस्वती वि.क., जमुना ब्लोन, पासाङ लामा, प्रदीप पराजुली, देवकुमार प्रजा, सपना मुक्तान, उद्धव प्याकुरेल, युवराज लौडारी, सहयोगी संस्था, विज्ञ समूह र लेखकहरूप्रति हार्दिक अभार व्यक्त गर्दछौँ । हामीलाई विश्वास छ, यस पाठ्यसामग्रीले बालबालिकाको सिकाइमा प्रभावकारी भूमिका खेल्ने छ । यसका लागि शिक्षकले अनुकरणीय सहजीकरण गर्दै विद्यार्थीको मन मस्तिष्कमा पुऱ्याउन उल्लेखनीय योगदान गर्नुहुने छ । यहाँहरूको रचनात्मक सुझाव, सल्लाह र सहयोगका लागि हृदयदेखि नै आह्वान गर्न चाहन्छौँ ।

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका

विषयसूची

पाठ	विषय	पृष्ठ सङ्ख्या
१.	राक्सिराङ्को जनसङ्ख्या	१
२.	राक्सिराङ्को हावापानी	७
३.	राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको सडक सञ्जाल	११
४.	तामाङ समुदायको जन्म, न्वारन र विवाह संस्कार	१७
५.	तामाङ समुदायमा मृत्यु संस्कार	२३
६.	हाम्रो सांस्कृतिक बाजा	२९
७.	हाम्रा चाडपर्वहरू	३५
८.	जलवायुको अवस्था	४०
९.	जलवायु परिवर्तन र असर	४५
१०.	गुप्तेश्वर महादेव गुफा	४९
११.	भामडोरी झर्ना	५४
१२.	जडीबुटीको संरक्षण	५९
१३.	घरेलु सामान र कच्चा पदार्थ	६४
१४.	घरेलु सामग्री निर्माण गर्ने तरिका	६९
१५.	स्थानीय प्रविधिको विकास क्रम	७४
१६.	स्थानीय सरकार	७९
१७.	उन्नत तथा रैथाने अन्न खेती	८४
१८.	तरकारीका उन्नत बिउबिजन	९१
१९.	चिउरी	९६
२०.	पशुपन्छीमा लाग्ने रोग	१०१

१ राक्सिराङ्को जनसङ्ख्या

परिचय

विद्यार्थी भाइबहिनी हो, जनसङ्ख्याको अर्थ के होला ? एकछिन विचार गरौँ त । हो, जुन अर्थात् मानिसको सङ्ख्या नै जनसङ्ख्या हो । तपाईंको घरमा भएका सबै परिवार सदस्य तपाईंको घरको जनसङ्ख्या हो । तपाईंको गाउँमा कति मानिसहरू बसोबास गर्छन् भनी गणना गऱ्यो भने त्यो गाउँको जनसङ्ख्या भयो । यसै गरी वडा वा गाउँपालिकाभरि बसोबास गर्ने मानिसको गणना गऱ्यो भने त्यो वडा वा गाउँपालिकाकै जनसङ्ख्या हुन्छ । देशभरिकै मानिसको सङ्ख्या गणना गर्दा देशभरिकै मानिसको जनसङ्ख्या आउँछ । पहिला पहिला परम्परागत रूपमा कुनै क्षेत्र वा देशको भूभागमा कति मानिस बस्दछन् भनी गणना गरिन्थ्यो ।

आधुनिक अवस्थामा जनसङ्ख्या अन्तर्गत बहुआयामिक पक्षहरू पर्दछन् । देशभित्र बसोबास गर्ने मानिसको सङ्ख्यालाई विविध दृष्टिकोणले विश्लेषण गरिन्छ । क्षेत्रगत रूपमा, भाषागत रूपमा, जनजातिगत रूपमा, शैक्षिक वा साक्षरताको अवस्था, रोजगारी, बेरोजगारीको अवस्था, उमेर समूहअनुसारको वर्गीकरण, भाषा, धर्म, विवाहको अवस्था, आय आर्जनलगायतका विषयमा गणना गरिन्छ । जनसङ्ख्यालाई जन्म, मृत्यु र बसाइसराइले घटबढ बनाउने गर्दछ । नेपाल सरकारले हरेक दश दश वर्षमा देशभरिका जनसङ्ख्या गणना गर्छ ।

जनसङ्ख्या भनेको मानिसहरूको सङ्ख्यात्मक अवस्था र त्यसको विविध विश्लेषण पनि हो । मानिसको अवस्था, अवस्थिति नै जनसङ्ख्या हो । जनसङ्ख्याले देशको समग्र आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक अवस्थालाई चित्रण गर्दछ । साथै जनसङ्ख्या विश्लेषणको माध्यमबाट भविष्यको नीति निर्माणमा समेत सघाउ पुग्दछ । नेपालमा वि.सं. १९६८ देखि जनसङ्ख्याको गणना हुन थालेको हो । २०६८ को जनगणनाको मूल नारा ‘कोही नछुटुन् कोही नदोहोरिउन्’ भन्ने रहेको थियो । यसैगरी अब २०७८ सालमा जनगणना हुने छ ।

अब हामी २०६८ को राष्ट्रिय जन गणना र गाउँपालिकाले २०७५ सालमा गरेको घरधुरी सर्वेक्षणअनुसार हाम्रो राक्सिराङ्गको जनसङ्ख्याको अवस्था कस्तो रहेछ हेरौँ है त ।

१. राक्सिराङ्गको जनसङ्ख्या तुलनात्मक अवस्था

साविकका खैराङ, काँकडा, सरिखेत र राक्सिराङ्ग गाविस मिलाएर राक्सिराङ्ग गाउँपालिका बनेको छ । वि सं २०६८ को जन गणनाअनुसार चारओटा गाविसको घरधुरी सङ्ख्या ४५५७ र जनसङ्ख्या २६१९२ थियो । २०७५ को घरधुरी सर्वेक्षणअनुसार घरधुरी सङ्ख्या बढेर ४९४६ र जनसङ्ख्या बढेर ३०८३० पुगेको छ । परिवार सङ्ख्या बढे पनि धेरै परिवार सदस्यहरू रोजगारीका लागि घरबाहिर छन् । यसै गरी २०६८ देखि २०७५ सम्मको

जनसङ्ख्या विश्लेशण गर्दा जनसङ्ख्या वृद्धि दर २.१२ देखिन्छ । यसलाई तालिकामा हेरी तुलना गरौँ है त ।

तालिका नं १ राक्सिराङ्गको जनसङ्ख्यासम्बन्धी विवरण

वर्ष	घरपरिवार	जनसङ्ख्या		
		पुरुष	महिला	जम्मा
२०६८	४५५७	१३११०	१३०८२	२६१९२
२०७५	४९४६	१५८०१	१५०२९	३०८३०

स्रोत : घरधुरी सर्वेक्षण, २०७५ तथा राष्ट्रिय जनगणना २०६८

२. जनसङ्ख्या वनावट तथा संरचना

गाउँपालिकाको जनसङ्ख्याको वनावट तथा संरचना विश्लेषण गर्दा पुरुष घरमूली भएको परिवार अत्यधिक रहेका छन् । महिला घरमूली भएका परिवार कम मात्रामा छन् । वडागत लैङ्गिक जनसङ्ख्याको संरचना निम्नअनुसार रहेको छ ।

तालिका नं. २ वडागत जनसङ्ख्याको वनावट तथा संरचनासम्बन्धी विवरण

वडा नम्बर	जनसङ्ख्या		जम्मा	घरधुरी
	महिला	पुरुष		
१	१७९८	१८७२	३६७०	६०४
२	१३९७	१४२२	२८१९	४४८
३	२१८५	२२२७	४४१२	७५३
४	१९७३	२०६४	४०३७	५६७
५	१६९६	१७५७	३४५३	५४०
६	१५९२	१६८३	३२७५	५६०

वडा नम्बर	जनसङ्ख्या		जम्मा	घरधुरी
	महिला	पुरुष		
७	१२१९	१३२५	२५४४	४०२
८	१४२६	१५६०	२९८६	४५९
९	१७४३	१८९१	३६३४	६१३
जम्मा	१५०२९	१५८०१	३०८३०	४९४६

स्रोत : घरधुरी सर्वेक्षण, २०७५

यस गाउँपालिकामा ५१ प्रतिशत तामाङ, ३७ प्रतिशत चेपाङ, ६.१ प्रतिशत क्षेत्री, २.५ प्रतिशत दलित, १.५ प्रतिशत मगर, ०.७ मगर प्रतिशत र ०.३ प्रतिशत ब्राह्मणका घरधुरी रहेका छन् । यसैगरी जम्मा जनसङ्ख्याको ०-५ वर्ष उमेरका १३ प्रतिशत, ६-१५ उमेरका २६ प्रतिशत, १६-४५ उमेरका ४६ प्रतिशत, ४६-६० उमेरका ९ प्रतिशत र ६० वर्ष उमेर माथिका ६ प्रतिशत उमेरगत जनसङ्ख्या रहेको छ । धर्मका हिसावले यस गाउँपालिकाभित्र बसोबास गर्ने मानिसहरू कुल जनसङ्ख्याको ४५ प्रतिशत वुद्ध धर्म, ३० प्रतिशतले इसाई र २५ प्रतिशतले हिन्दू धर्म मान्दछन् । यसैगरी ४६ प्रतिशत मानिस तामाङ भाषा, ३३ प्रतिशत चेपाङ, १८ प्रतिशत नेपाली, १ प्रतिशत मगर र १ प्रतिशत अन्य भाषा बोल्दछन् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क) जनसङ्ख्या भनेको के हो ?

ख) २०६८ सालको जनगणना र २०७५ सालको घरधुरी सर्वेक्षण अन्तर्गतको जनगणनाबिच तुलना गर्नुहोस् ।

ग) २०६८ सालको जनगणना को मूल नारा के थियो ?

घ) जनसङ्ख्याले के के कुराको चित्रण गर्दछ ?

ङ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कुन कुन धर्म मान्ने मासिहरूको बसोवास रहेको छ ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

क) जनसङ्ख्यालाई जन्म मृत्यु र....................ले घटबढ बनाउने गर्छ।

ख) नेपाल सरकारले हरेका १०/१० वर्षमा देशभरिका जनसङ्ख्या......गर्छ।

ग) नेपालमा वि.सं...............देखि जनगणना हुन थालेको हो ।

घ) साबिक खैराङ, काँकडा, सरिखेत र ....गा.वि. मिलाएर राक्सिराङ्ग गाउँपालिका बनेको हो ।

ङ) २०६८ सालको जनगणनाअनुसार राक्सिराङ्गको जनसङ्ख्या .... थियो ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :

क) नेपालमा कहिलेदेखि जनगणना हुन थालेको हो ?

१) वि.सं. १८५७ २) वि.सं. १८६८

३) वि.सं. १९६८ ४) वि.सं. १९७०

ख) २०६८ सालको जनगणनाअनुसार राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको जनसङ्ख्या कति थियो ?

१) २६१९२ २) ३०८३०

३) ३०९१२ ४) २५६३०

ग) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति प्रतिशत तामाङ घरधुरी रहेका छन् ?

१) ४० प्रतिशत   २) ३० प्रतिशत

३) ४१ प्रतिशत   ४) ५१ प्रतिशत

घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति प्रतिशत जनसङ्ख्याले बुद्ध धर्म मान्छन् ?

१) ४० प्रतिशत   २) ४२ प्रतिशत

३) ३३ प्रतिशत   ४) ४५ प्रतिशत

ङ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिको जनसङ्ख्या वृद्धिदर कति रहेको छ ?

१) १.५   २) २.१२   ३) २.१०   ४) ९.८

४. जनसङ्ख्या भनेको के हो ? एक अनुच्छेदमा लेख्नुहोस् ।

५. तालिका निर्माण निर्माण गरी घरधुरी सङ्ख्या, पुरुष सङ्ख्या, महिला र जम्मा जनसङ्ख्या भर्नुहोस् ।

६. कक्षाका साथीहरू तीन तीन जनाको समूह बनाउनुहोस् र कुनै गाउँको चार चार घरको जनसङ्ख्या गणना गर्नुहोस् ।

७. राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको महिला र पुरुषको जनसङ्ख्या तुलना गर्नुहोस् ।

२ राक्सिराङ्गको हावापानी

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका मकवानपुर जिल्लाको पश्चिम उत्तर भागमा पर्दछ। ४ ओटा साबिकका गा.वि.स.हरू राक्सिराङ्ग, काँकडा, खैराङ, र सरिखेत मिलाई यो गाउँपालिका बनेको छ। यसरी नेपाल सरकारको मिति २०७३/११/२७ को निर्णयले राक्सिराङ्ग गाउँपालिका गठन भएको हो। यस गाउँपालिकामा हाल ९ ओटा वडाहरू छन्। यसको पूर्वमा वडा नम्बर १, २ र ३ वडाहरू छन्। यी वडाहरू पूर्वतिर फैलिँदै हेटौँडा उपमहानगरपालिका र कैलाश गाउँपालिकासँग जोडिएका छन्। यस गाउँपालिकाको मध्यभूभागमा वडा नं ४, ५ र ८ पर्दछन्। वडा नं ६ र ७ पश्चिम उत्तरतिर फैलिँदै चितवन जिल्लाको राप्ती नगरपालिकासँग जोडिएको छ। वडा नं ७ र ९ उत्तरतिर फैलिँदै धादिङ्ग जिल्लाको मलेखु, रोराङ्ग गाउँपालिकासँग जोडिएको छ। वडा नं. ३ र ५ का भूभागहरू दक्षिणतिर फैलिँदै मनहरी गाउँपालिकासँग जोडिएको छ।

हाम्रो राक्सिराङ्ग गाउँपालिका उत्तर पश्चिम उच्च पहाड क्षेत्र हुँदै मध्य पहाड र बेँसी हुँदै दक्षिणमा तराईसम्म फैलिएको छ। यहाँ उच्च पहाड, मध्य पहाड, बेँसी

गरी तीनथरीका भूगाग छन् । त्यसैले उच्च पहाडमा शीतोष्ण, मध्य पहाडमा समशीतोष्ण र बेँसीहरूमा उष्ण हावापानी पाइन्छ ।

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको वाड नं १ मा पर्ने राम्चे बुर्जाडाँडा, वाड नं ७ मा पर्ने धिराङ भिमुङ डाँडा, वडा नं ८ मा पर्ने दुईचोक डाँडा जस्ता उच्च ठाउँमा हिउँदमा निकै जाडो हुन्छ । चिसो हावा चलिरहने हुनाले गर्मी महिनामा शीतल हुन्छ । यहाँको पानी चिसो हुन्छ । यहाँका मानिसहरूले बाह्रै महिना बाक्ला र न्यानो कपडा लगाउँछन् । क्षेत्रमा आलु खेती राम्रो हुन्छ । यस क्षेत्रका जङ्जलमा धूपी सल्ला, लालीगुराँस जस्ता वनस्पति पाइन्छन् । ठुलो टोड्के, लोहाखेल, लङ्का डाँडा, गैजुराङ, पाइराङ, गर्लिन, तर्सिकोट र महाभारत डाँडा जस्ता बस्तीहरू उच्च पहाडी क्षेत्रमा पर्दछन् । यहाँ हिउँद महिनामा कहिलेकाहीँ हिउँ पर्छ ।

उच्च पहाडभन्दा मुनि र बेँसीभन्दा माथिका भूभागहरू मध्यपहाडी क्षेत्र हुन् । राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको धेरैजसो भूभाग मध्ये पहाडी क्षेत्रमा पर्दछन् । राक्सिराङ्ग वाड नं १ सानोभावर, ठुलोभावर भुमेथुम भूभाग, वडा नं २ का कुडुलेभन्दा माथि बरेटार, च्यामकिङ वडा नं ३ को केराबारीलगाएतका भूभागहरू मध्य पहाडमा पर्दछन् । यसैगरी वडा नं ४, ५ र ६ का डाँडाकाँडाका सम्पूर्ण वस्तीहरू मध्य पहाडी क्षेत्रमा पर्दछन् । वडा नं ८ को पाङ्बुङ सिलाधुनी डाँडालगाएतका भूभागहरू मध्यपहाडी क्षेत्रमा पर्दछन् । वाड नं ९ को खैराङ, तेन्सुराङ, कोखारी, पोखरीटारलगाएतका भूभाग मध्ये पहाडी क्षेत्र हुन् । यी भूगागमा हिउँदमा कम जाडो र गर्मी मौसममा कम गर्मी हुन्छ । त्यसैले यस क्षेत्रहरूमा समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ ।

राक्सिराङ्गको थोरै भूभागहरू बेँसी क्षेत्रमा पर्दछन् । वाड नं ३ को सरिखेतको फाँट, मनहरी किनारका फाँट, चैनपुर, कुडुले अठारेका फाँट, जिर्खे खोला, लोथर खोलाका फाँटहरू बेँसी हुन् । यहाँ उष्ण हावापानी पाइन्छ । यहाँ गर्मीमा अति गर्मी हुन्छ । जाडो समयमा बिहान विहान हुस्सु लाग्छ । जाडो कमै हुन्छ ।

यहाँका मानिसहरूले प्राय पातलो लुगा लगाउँछन् ।

समष्टिगत रूपमा भन्नुपर्दा राक्सिराङ्गको थोरै भूभाग उच्च पहाड र बेँसी क्षेत्रमा पर्दछन् । धेरै भूभाग मध्ये पहाडमा पर्ने हुनाले न्यानो समशीतोष्ण मौसमी हावापानीअन्तर्गत पर्दछ। समुद्र सतहको १२०० मिटरदेखि २१०० मिटर सम्मको उचाइमा फैलिएको यस भू-भागको हावापानीमा पनि विविधता छ । यस क्षेत्रको गर्मीमा २४ ̇ डिग्री सेन्टिग्रेडदेखि ३० डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापमान हुन्छ । गर्मीमा १२५ सेन्टमिटरसम्म वर्षा हुन्छ । तर उत्तरी क्षेत्रमा भने १०० सेन्टिमिटरभन्दा कम वर्षा हुन्छ । यहाँ हिउँदमा अलि जाडो र गर्मी महिनामा कम गर्मी हुन्छ ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क) कति ओटा गा.वि.स मिलेर राक्सिराङ्ग गाउँपालिका बनेको छ, सूची बनाउनुहोस् ।

ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति ओटा वडाहरू रहेका छन् ?

ग) रक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको हावापानीको अवस्था वर्णन गर्नुहोस् ।

२. मिल्ने शब्द छानी धर्का तानेर जोडा मिलाउनुहोस् :

क) वडा नं. ८	राम्चे बुर्जा डाँडा
ख) वडा नं. १	धिराङ्ग भिम्बुङ डाँडा
ग) वडा नं. ७	दुईचोक डाँडा
घ) वडा नं. ३	सरिखेत फाँट
ङ) वडा नं. ९	तेन्सुराङ्ग कोखारी, पोखरीटार

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिका साबिकको कुन कुन गा.वि.स.मिलेर बनेको हो ?

अ) खैराङ्ग र काँकडा आ) सरिखेत र राक्सिराङ्ग

इ) माथिका सबै ई) कुनै पनि होइन

ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कतिओटा वडाहरू छन् ?

अ) ६ ओटा आ) ३ ओटा इ) ९ ओटा ई) ४ ओटा

ग) समुद्र सतहदेखि राक्सिराङ्ग गाउँपालिका कति मिटरको उचाइसम्म फैलिएको छ ?

अ) १२००-२१०० आ) १३००-२३००

इ) ११००-२००० ई) ६००-१२००

घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति डिग्री सेन्टिग्रेडदेखि कति डिग्री सेन्टिग्रेडसम्म तापक्रम रहन्छ ?

अ) २०--० आ) १५-२५ इ) २२-३२ ई) १०-२०

ङ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति थरीका भूभाग पाइन्छ ?

अ) १ थरी आ) २ थरी इ) ३ थरी ई) ४ थरी

४. **पाठ पढेर पाँचओटा प्रश्न निर्माण गर्नुहोस् र उत्तर दिनुहोस् ।**

५. **राक्सिराङ्गको हावापानीका विषयमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।**

६. **तपाईँको गाउँभन्दा नजिकको गाउँमा जानुहोस् र त्यहाँको हावापानी अनुभव गर्नुहोस् साथै तपाईँको गाउँको हावापानी र त्यहाँको हावापानीमा के भिन्नता पाउनुभयो, लेखेर साथीलाई सुनाउनुहोस् ।**

३ राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको सडक सञ्जाल

थाहा छ त ? हो, पक्कै थाहा छ । मानिसमात्र हिँड्न सक्ने ४ फिटे बाटालाई गोरेटो बाटो भनिन्छ । घोडा हिँड्न सक्ने ६ फिटे बाटोलाई घोडेटो बाटो भनिन्छ । यातायात साधन बस, ट्रक, ट्याक्सी, भ्यान, टेम्पो चल्न सक्ने ८ फिटभन्दा ठुला बाटालाई सडक भनिन्छ । तपाईंहरूको गाउँवस्ती, वडा र गाउँपालिकामा कस्ता कस्ता बाटाहरू छन् ? एकछिन् छलफल गरौँ अनि पत्ता लगाऊँ, है त ?

यातायातको सुविधा नहुँदा खैराङ, काँकडा सरिखेत गाउँबस्तीका मानिसहरू हेटौँडा, मनहरी, भन्डारा बजार जाँदा गोरेटो बाटो हिँडेर जानुपर्थ्यो । बजार पुग्न दिन बिताउनु पर्थ्यो । आवश्यक घरयासी सामान किनेर कि बजारमै होटल लजमा बास बस्नुपर्थ्यो, कि आफ्ना आफन्तकहाँ बास बस्नु पर्थ्यो । उकालो ओरालो, अप्ठ्यारा भिर खोलानालाको बाटो हिँडेर पार गर्न निकै मुस्किल थियो । पूर्व पश्चिम राजमार्ग खुलेपश्चात् मनहरी बजारबाट चैनपुरसम्म २०३८

सालमा घोडेटो बाटो खन्ने काम सुरु भएको थियो । त्यसबेला बजेट अभाव, भिर पहरा खन्नका लागि स्रोत साधनको अभावका कारण मोटरबाटो खन्ने कामले गति लिन सकेन । २०७४ सालमा स्थानीय निकायको निर्वाचन भयो । स्थानीय बासिन्दाबाट मोटरबाटो निर्माणका लागि व्यापक माग भयो। स्थानीय गाउँबस्तीको विकासको पूर्वाधार मोटरबाटो नै हो भन्नेकुरा स्थानीय सरकारले बुझ्यो । राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाले प्रत्येक गाउँगाउँमा मोटरबाटो पुऱ्याउने योजनाका साथ मोटरबाटो खन्ने काम अगाडि बढायो । अहिले राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाका प्रत्येक वडाका गाउँबस्तीहरूमा मूल सडक र साखा कच्ची सडकहरू पुगेका छन् । यातायातका साधनहरू पुगेका छन् । राक्सिराङ्गमा खनिएका मूल सडकका तथ्याङ्क निम्न प्रकार छन् :

१. मनहरी दारिङबास, कुतासिङ, चैनपुर परिवाभिर, खैराङ हुँदै धादिङ मलेखु जोड्ने सडक २०३८ सालमा पञ्चायत व्यवस्था समयमा प्रधानपञ्च धनबहादुर थिङ, वडा अध्यक्ष गुर्जबहादुर प्रजाको समयमा मानिसहरूलाई दैनिक ज्याला ६ केजी गहुँमा खनाएर गोरेटे बाटो खन्न सुरु गरेको थियो । बजेट जिल्ला विकस हेटौँडाको प्रजा विकास कार्यक्रममार्फत भएको थियो । २०४१/०४३ मा कृष्णकुमार शाह, कृष्णबहादुर प्रजा, विस्नुराम प्रजाको नेतृत्वमा जिल्ला विकासबाट तुलसी थापा गोपालीको नाममा टेन्डर परी २ मिटर चौडाको सडक निरन्तर खनिएको थियो ।

   यही सडक २०५४/०५५ मा ग्रामीण सडक विश्वखाद्य सङ्घमार्फत सडक खन्ने ज्यामीहरूलाई चामल दिएर निरन्तर बाटो खन्ने काम भएको थियो ।

   स्थानीय तह २०७४ पछि गापाका अध्यक्ष श्री राजकुमार मल्लको नेतृत्वमा प्रदेस सभासद इन्द्रबहादुर बानियाँद्वारा केन्द्रीय स्तरमा डीपीआर गरी मनहरी दारिङबास, आँपखोल्वी ,चैनपुर परेवाभिर, खैराङ हुँदै मलेखु जोड्ने मुख्य सडकको तीव्र रूपमा विस्तार भैरहेको छ । यो सडक करिब ५२ किलोमिटर छ ।

२. भन्डारा, थाकलटार, सिलेङ्गे, शीलाधुनी, ठुलो टोड्के, खैराङ कैलाश हुँदै पालुङ जोड्ने चेपाङ मार्ग करिब ६५ किलोमिटर सडक २०६४ सालामा मा. गोविन्दराम चेपाङको पहलमा केन्द्रीय बजेटबाट सडक विस्तार भएको छ ।

३. स्थानीय तहपछि भन्डारा, थाकलटार, हात्तिधाप, भन्ज्याङ, तापाङ, ताल्ती, मलेखु सडक करिब ६५ किलोमीटर छ ।

४. तिरुवा, धिराङ, गर्लिङ, चरिमारा, जोड्ने शाखा सडक करिब २२ किलोमिटर छ ।

५. मनहरी, दारिङ्बास, आँप खोल्ची, जेर्खिखोला, देवीटार, माइदुल, पाम्बुङ, मानेडाँडा शिलाधुनी जोड्ने सडक करिब १२ किलोमिटर छ ।

६. ज्यामिरे, देउकोट, आहालखोप, सरीखेत पलाँसे हुँदै कुडुले, दुङ्गु, भूमिथुम भएर कैलाश गाउँपालिका जोड्ने सडक

७. नेवारपानी कोलाघारी सडक

८. खरङ्गा भाट्टी हुँदै सरीखेत जोड्ने सडक

९. सरीखेत लावती, गर्गाल हुँदै कैलाश गाउँपालिका जोड्ने सडक बाङ्दिराङ्ग, साचक, बकिम सुभाभन्ज्याङ, सानोलापुर ठुलो लापुर हुँदै शीलाधुनी जोड्ने सडक

११. बोट्बारी, तंगरङ, रानीबाङ, सुभाभन्ज्याङ जोड्ने सडक

१२. कुत्तासिङ, जेर्खीडाँडा हुँदै सानोलापुर जोड्ने सडक

१३. देवीटार हुँदै राक्सिराङ्ग तर्सिकोट जोड्ने सडक

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाले निर्माण भएका कच्ची बाटाको स्तरन्नोति गर्ने नीति लिएको छ । स्तरन्नोति भन्नाले बाटाको दाँया बायाँ नाली बनाउने, ग्राभेल विछ्याउने, कालोपत्रे गर्ने काम हो । राक्सिराङ्ग गाउँपालिका केन्द्रदेखि जिल्ला सदरमुकामसम्म जोड्ने बाटाको स्तरन्नोतिको काम सुरु गरेको छ । गाउँपालिकाको केन्द्रबाट वडा केन्द्र जोड्ने सडकलाई निर्माण तथा स्तरउन्नत गर्न प्राथमिकता दिने नीति लिएको छ ।

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा सडकको विकास भएसँगै यहाँका मानिसमा खुसी छाएको छ । गाउँमा उत्पादन भएका कृषिजन्य वस्तु तथा घरेलु उत्पादनका सामान गाउँबाट नै बेचेर आम्दानी गर्न सकिन्छ । घर चलाउनका आवश्यक साना गाउँबस्तीमा नै उपलब्ध हुन लागेका छन् । रोजगारीका लागि सहरबजार धाउन नपर्ने भएको छ । गाउँमा नै आफूले सकेको उद्योग सञ्चालन गर्न सकिन्छ । व्यावसायिक अन्न, तरकारी र फलफूल खेती गाउँमा नै गर्न सकिन्छ । उन्नत व्यवसायिक पशुपालन गर्न सकिन्छ । गाउँमै यातायातको सुविधा भएपछि जति उत्पादन भए पनि ढुवानीको समस्या हुँदैन । त्यसकारण आजकाल यहाँका युवाहरू गाउँमा नै रोजगारी सिर्जना गर्ने काममा आकर्षित भएका छन् ।

मोटरबाटो निर्माण गर्ने क्रममा खेतबारी र वनजङ्गल पुरिएका छन् । मासिएका छन् । यसले वातावरणलाई दीर्घकालीन असर पुऱ्याउँछ । यसकारण वातावरण संरक्षण तथा प्रवर्धनमा जोड दिँदै सार्वजानिक सडकको दायाँबायाँ वृक्षारोपण गर्नुपर्ने नीति लिइएको छ । सोहीअनुसार वृक्षारोपण कार्य पनि सुरु गरिएको छ । वन क्षेत्रमा उपलब्ध हुने चिराइतो, अम्रिसो, कुरिलो, लप्सी, बेतबाँस, मन्डला, चिउरी जस्ता विभिन्न प्रजातिका रुख बिरुवा लगाउन प्रोत्साहन गरिएको छ । यस्ता विकासका काममा हामी विद्यार्थीहरूको पनि महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क) गोरेटो बाटो केलाई भनिन्छ ?

ख) घोडेटो बाटो केलाई भनिन्छ ?

ग) सडक केलाई भनिन्छ ?

घ) मोटर बाटोको अभावमा राक्सिराङ्ग बासीले भोग्नुपरेका पीडा र दुःख लेख्नुहोस् ?

ङ) राक्सिराङ्गमा मोटर बाटो पुगेपछि त्यहाँका बासिन्दालाई के के कुरामा फाइदा पुगेको छ ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

क) मानिस मात्र हिँड्न सक्ने ४ फिटे वाटालाई ....भनिन्छ।

ख) घोडासम्म हिँड्न सक्ने ६ फिटे बाटालाई ....भनिन्छ ।

ग) मनहरी बजारबाट चैनपुरसम्म ....सालमा मोटरबाटो खन्ने काम सुरु भएको हो ।

घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा सडकको विकास भएसँगै यहाँका मानिसमा ....छाएको छ ।

ङ) घरेलु उत्पादनका सामान गाउँबाट नै बेचेर............गर्न सकिन्छ ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क) तिरुवा, धिराङ, गर्लिङ, चरिमारा जोड्ने शाखा सडक कति कि.मि. रहेको छ ?

अ) २१ आ) २२ इ) २३ ई) २४

ख) भण्डारा थाकलटार, मलेखु सडक करिव कति कि.मि.रहेको छ ?

अ) २४ आ) ५५ इ) ६५ ई) ७५

ग) मनहरीबाट चैनपुरसम्म कति सालमा मोटरबाटो खन्न सुरु गरेको थियो ?

अ) २०३६ आ) २०४६ इ) २०५६ ई) २०२६

घ) घोडेटो बाटो कति फिटको हुन्छ ?

अ) ४ फिट आ) ६ फिट इ) ८ फिट ई) १० फिट

४. **तपाईँको गाउँको मोटरबाटो कस्तो छ ? वर्णन गरी एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।**

५. **राक्सिराङ्मा भएका मुख्य मुख्य मोटर बाटाहरूको सूची निर्माण गर्नुहोस् ।**

६. **तपाईँ मोटर चढेर कहाँसम्म पुग्नुभएको छ, मोटर चढ्दाको अनुभव लेखी साथीलाई सुनाउनुहोस् ।**

७ **मोटरबाटो सुधार गर्न के के गर्नुपर्छ, गाउँपालिकाकालाई पाँचओटा सुझाव लेखेर दिनुहोस् ।**

४

तामाङ समुदायको जन्म, न्वारन र विवाह संस्कार

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा ५१ प्रतिशतभन्दा बढी तामाङ समुदायको बसोबास छ । उनीहरूको धर्म, संस्कृति, सस्कार र परम्परा आफ्नै मूल्य मान्यताअनुसारको छ । तामाङ जाति नेपालका विभिन्न आदिवासी जनजातिहरूमध्ये एक हो । उनीहरूको आफ्नै साझा भूगोल छ। तामाङहरूको साझा भूगोललाई ताम्सालिङ भन्ने गरिन्छ ।

तामाङ जातिलाई चिनाउने सशक्त माध्यम तामाङ भाषा हो । नेपालका विभिन्न जीवित भाषाहरूमध्ये तामाङ भाषा पनि एक हो । यो भाषा अन्य भाषाको तुलनामा निकै अगाडि छ । तामाङ भाषा भोट-बर्मेली भाषा परिवारअन्तर्गत पर्दछ । तामाङ जाति बौद्ध धर्म मान्दछन् । त्यसैले तामाङ जातिको जन्मदेखि मृत्युसम्मको सम्पूर्ण कर्म बौद्ध दर्शन र बोन परम्पराबाट निर्देशित भएको छ ।

तामाङ समाजमा जन्म

थाम्साङ (न्वारान) : तामाङ समुदायमा सामान्यत बालक जन्मेको तीन दिनदेखि एघार दिनभित्र थाम्साङ (न्वारन) गर्ने चलन छ । तामाङले लामा गुरुबाट बौद्ध धर्मशास्त्रअनुसार नै थाम्साङ गरी बच्चाको नामकरण गराउने चलन छ । छैठीको दिन सुत्केरी आमा र बच्चालाई नुहाइधुवाइ गराएर कोठामा चोखो पानी छर्किने र दियो बाल्ने चलन पनि छ ।

छोरीको ५ महिनामा र छोराको ६ महिनामा पास्नी गरिन्छ । जेठो छोरा वा छोरीको भात खुवाइ मैना चराको चुच्चोबाट गराउन सके चराजस्तै मिठो बोली बोल्ने विश्वास अझै पनि छ । तामाङहरूमा भात खुवाइको अवसरमा आफ्ना नातागोता र छिमेकीले बच्चालाई उपहारका साथै रुपैयाँ, पैसा दिने र मिठामिठा पकवान बनाई लगिदिने प्रथा पनि चलनचल्तीमा छ । तामाङहरूको छेवर मामाबाट गराइन्छ। छेवर ३ वर्षदेखि १३ वर्षसम्म जुन बेला गरे पनि हुन्छ। यस अवसरमा चेलीबेटीले दही, खसी, रक्सी, सेलरोटी, कुखुरा आदि कोसेली ल्याएर सघाउने चलन छ । बच्चाका आमाबाबुले आफ्ना चेलीबेटीलाई गच्छेअनुसार दक्षिणा दिन्छन् । निम्तालुहरू नाचगान गरी रमाइलो गर्दछन् ।

न्वारन : लामाद्वारा जन्मेको ३ दिनदेखि ११ दिनसम्म गरिने विधि,

अन्नप्राशन : जन्मेको ६ महिनादेखि ९ महिनासम्म गरिन्छ,

छेवर : जन्मेको ३ वर्षदेखि ९ वर्षसम्म,

बूढो अन्नप्राशन : वृद्ध भएर दाँत झरेर फेरि उम्रेमा गर्ने अन्न प्राशन ।

तामाङ समुदायमा ब्रेल्साङ (विवाह)

तामाङ जातिमा आफ्नै मौलिक वैवाहिक संस्कार रहेको छ । विवाह समारोहमा सुखमय दाम्पत्य जीवनका लागि लामा गुरुबाट अनिवार्य रूपमा टासीघेपा र टासीछेक्पा अर्थात् शुभ मोलम पाठ गर्ने प्रचलन छ। तामाङ जातिमा फुपूचेली र मामाचेलाका छोराछोरीबिचमा पनि विवाह चल्ने प्रचलन छ । हिजोआज भने त्यो प्रचलनलाई निरुत्साहित गर्दै गएको पाइन्छ। तामाङ एकै थरी अन्य थरी बिच ठाउँ विशेषको संस्कारअनुसार विहेबारी हुने गर्दछ। तामाङ जातिमा मागी बिहे र भागी बिहे दुवै स्वीकार्य छन् । मागी बिहेमा केटापट्टिबाट लमी जान्छन् । लमीको भूमिका ताम्बले गर्दछन् । किनभने तामाङ समाजमा प्राचीन रीतिरिवाज र वंशावलीसम्बन्धी जानकारी ताम्बलाई धेरै हुन्छ । लमीले कुरा छिनेपछि केटापट्टिबाट सगुन लानुपर्छ । जसमा कुखुरा वा खसी, सेलरोटी र रक्सी हुन्छन् । सगुन लगेपछि मात्र विवाहको दिन, रित (कोसेली) जन्तीको

सङ्ख्या र अन्य तयारीका कुराहरू तोक्ने गरिन्छ। जन्ती जाँदा तामाङहरू मौलिक लोकबाजा डम्फु बजाउँछन् । डम्फुवालाहरू नाच्दै जान्छन् । जन्ती आइपुग्दा केटीपट्टिकाले गर्ने प्रथम स्वागतमा बाटोमा सगुन (रक्सी, फूल, चारओटा रोटी) आदि राख्दछन्। उक्त सगुन दुलाहले छचोतो गर्ने अर्थात् जन्ती जाने र स्वागत गर्ने सबैलाई अर्पण गर्ने गर्छन् । जन्ती केटीको घरआँगनमा पुगेपछि केटीको बुवा वा अभिभावकले जन्ती पर्सने चलन छ। स्वयंवर गर्ने चलन पनि तामाङ जातिमा प्रचलित छ। जन्तीहरूलाई सगुन खुवाएर दुलहालाई आसनमा राखेपछि दुलहीको दाजु वा भाइले दुलहीलाई बोकेर ल्याई सँगै बसाउँछन्।

फेरि एकपटक सगुन खुवाएपछि कार्यक्रम सुरु हुन्छ । दुवैपट्टिका ताम्बहरूले आ-आफ्ना पक्षका पुर्ख्यौलीसम्बन्धी कुरा एकअर्काको परिवारलाई बताउँछन् । डम्फुवालाहरू एकअर्कालाई सबालजबाफ गर्दै नाच सुरु गर्दछन् । ताम्बा गीतपछि रात्रिभोज सुरु हुन्छ । यसमा केटा र केटी पक्षका व्यक्तिहरू सामेल हुन्छन्। आफ्नो छोरीचेली कुटुम्बलाई सुम्पने बेलामा तपसिलका चार प्रकारका वस्तुहरू साक्षी राख्ने गरिन्छ :

१. विवाह हुने स्थानका अलौकिक ज्योहो ज्योमो (देवी देवता) हरू,
२. हिमालमा हुने डाँफे अनि तराईमा पाइने मयूरको प्रतीकस्वरूप कुखुराको भाले,
३. नदीमा पाइने गोही र कछुवा आदिको सम्झनास्वरूप जिउँदो माछा र
४. विवाहस्थलमा भएका सम्पूर्ण सज्जन महानुभावहरू ।

यिनै चार प्रकारका साक्षीहरूको रोहवरमा मात्रै तामाङ जातिले आफ्नो छोरीचेली कुटुम्बलाई जिम्मा लगाउँछन्। यही तामाङ संस्कृतिलाई तामाङ जातिमा छोँगोर, घासा वा चारदाम भनिन्छ। यही चारदाम गर्ने समयमा तामाङ जातिको ताम्बाले हाम्रो छोरीबेटी तपाईं कुटुम्बलाई सुम्पिए तापनि हाम्रो दुई अर्थात् थरचाहिँ हजुरहरूलाई सुम्पेका छैनौँ भनी माइतीकै थर रहने कुरा बताउँछ, तसर्थ यही कारणले तामाङ चेलीको थर परिवर्तन हुँदैन । चारदामको समयमा ताम्बा र

गान्बाले तामाङ लोकशैलीमा आज सुपुत्री पूर्ण स्कन्धले बाँधिएको कार्यस्वरूप ......(केटीको नाम ठेगाना).........नामले परिचित चेली ....(केटाको नाम ठेगाना) साथ जीवनसाथीका रूपमा सुम्पिँदैछौँ । यो सन्देश यस गाउँका अलौकिक ज्यहोज्योमो (देवीदेवता) लगायत सजीव रूपमा रहेका यस भेगका हिमालय पर्वतका डाँफे र समथर तराईका घना जंगलका मयूर अनि मुनाल चराले सुनोस् भनी प्रतिनिधिका रूपमा सञ्चार संवाहक परेवा वा सुनपङ्खी कुखुराको भाले राखिएको छ । नदीनालामा रमाउने जलचर माछा, गोही र कछुवा आदिले थाहा पाओस् भनी प्रतिनिधिका रूपमा माछालाई ल्याएका छौँ । यस विवाहमण्डपमा विराजमान सम्पूर्ण सज्जनवृन्दहरूलाई साक्षी राखी आजको मितिदेखि हाम्री चेली ....(केटीको नाम)....लाई तपाईंहरूको छोरा ....(केटाको नाम)....को हातमा जिम्मा लगाएका छौँ । पाले पुण्य, मारे पाप भनेर हामीले हाम्री चेली दिएका छौं, हाम्री चेली तपाईं ..(केटाको नाम)....रेम्बोर्छेको जीवनसाथी अथवा पत्नीका रूपमा रहे तापनि हाम्रै थर नै जीवनपर्यन्त रहिरहने छ ।

हाम्रो चेली आजदेखि ज्वाइँलाई सुम्पे पनि हड्डी चाहिँ होइन' भन्ने चलन छ । त्यसको अर्थ जीवनको अन्तिम घडीसम्म माइतीको पनि हक लाग्छ भन्ने हो । तामाङ चेलीको बिहेपश्चात् पनि थर (हुई) फेरिन्न भन्ने हो । यही कारणले गर्दा कुनै पनि तामाङ चेलीको मृत्यु संस्कार (घेवा) को बेला माइती खलकलाई अस्तु बुझाउनुपर्ने परम्परा छ । यसरी विधिवत् तरिकाले समारोह अन्त्य भइसकेपश्चात् ती साक्षीको रूपमा ल्याइएको डाँफे र मुनाल पन्छीको प्रतिनिधि परेवा वा कखुराको भाले, गोही र कछुवाको प्रतिनिधि माछालाई आ-आफ्नो ठाउँमा जिउँदै छोडिदिनु पर्दछ अनि मात्रै दुलहा-दुलहीको दाम्पत्य जीवन सुखमय हुने छ भनिन्छ । त्यसपछि टीकाटालोमा दुलहीका कुल कुटुम्बले दम्पतीलाई टीका लगाउने र गच्छेअनुसार उपहार दिने चलन पनि छ । भोलिपल्ट बिदा हुनुभन्दा अघि सम्धी भोज हुन्छ ।

दुलही लिएर फिरेका जन्तीलाई दुलाहको घरमा जितौरी खुवाउने चलन

छ, जसबाट धेरै वर्षपहिले दुलहीलाई जितेर ल्याउनुपर्ने रीतिरिवाज भएको अनुमान गर्न सकिन्छ । यो जितापत्रको खाजापछि इष्टमित्र, कुलकुटुम्ब र चेलीबेटीले रक्सी, रोटी, फूल, माछा, मासु आदिले सत्कार गरी दुलहा-दुलहीलाई भित्र्याउँछन् । यो बेला ताम्बले दुलहीलाई दुःख दिने छैनौँ भन्ने वाचा दुलहाकी आमा र दुलहाबाट गराउँछन् । हिजोआज कुनै गाउँ ठाउँमा सिन्दूर हाल्ने चलन पनि छ तर त्यो तामाङ जातिको मौलिक संस्कृतिभित्र पर्दैन । टीका लगाउँदा पनि रातो नभई सेतो टीका लगाउने चलन छ । ताम्बले वाचा बँधाएपछि दुलहा-दुलहीको टाउको एक-अर्कासँग तीन पटक ठोक्ने र एकअर्कालाई जुठो खुवाउनुपर्ने, ठाउँ सारेर बस्नुपर्ने चलन छ। समाजका ठुलाबडाले टीका लगाएर सगुन खुवाएपछि बिहेको कार्यक्रम सकिन्छ ।

सामान्यतः तीन दिनपछि दुलही फर्काउने चलनलाई दोवरी-निवरी भनिन्छ । यो समुदाय सरल र सोझो हुने भएकाले सबै झन्झटपट्टि लाग्नुभन्दा वनपाखामा जुवारी खेलेका बखत एकअर्कासँग मायाप्रीति गाँसेर सुटुक्क भाग्ने पुरानो चलनलाई आधुनिकीकरण गर्दै लगिएको छ । परम्पराअनुसार दुई परिवारलाई चित्त बुझेका बेला एक सिसी रक्सी राखेर केटीका आमाबाबुको शिर उठाएपछि टीकाटाला र ढोगभेट गर्नासाथ उनीहरूको सम्बन्ध स्वीकार्य हुन्छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क) ताम्सालिङ केलाई भनिन्छ ?

ख) राक्सिराङ्मा कति प्रतिशत तामाङहरूको बसोबास छ ?

ग) तामाङ समुदायमा कति किसिमका विवाह परम्परा रहेको छ ?

घ) तामाङ समुदायमा न्वारन संस्कार कसरी गरिन्छ ?

ङ) तामाङ समुदायमा आफ्नो छोरी चेली कुटुम्बलाई सुम्पने बेलामा कुन कुन बस्तुहरू साक्षी राख्ने गरिन्छ ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा ....प्रतिशत तामाङ समुदायको वस्ती छ ।

ख) तामाङ जातिलाई चिनाउने सशक्त माध्यम ....भाषा हो ।

ग) तामाङ भाषा ....भाषा परिवार अन्तर्गत पर्दछ ।

घ) तीन दिनपछि दुलही फर्काउने चलनलाई ....भनिन्छ ।

ङ) छोरीलाई ५ महिना र छोरालाई ....महिनामा पास्नी गराइन्छ ।

३. **जोडा मिलाउनुहोस् :**

क) पास्नी	तीन दिन
ख) न्वारन	३-९
ग) छेवर	५/६ महिना
घ) अन्नप्रशान्न	मागी,भागी र प्रेम
ङ) विवहा	जन्मेको ६ देखि ९ महिना

४. **तामाङ समुदायको न्वारान संस्कार कसरी गरिन्छ ? एक अनुच्छेदमा लेख्नुहोस् ।**

५. **तामाङ समदायको विवाह संस्कारमा गरिने कार्यहरूको सूची बनाउँनुहोस् ।**

६. **तामाङ जातिले पास्नी कसरी मनाउँछन्, एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।**

७. **तपाईँको समुदायमा कुनै एक जातिको विवाह संस्कार कसरी सम्पन्न गरिन्छ, छिमेकमा गई सोधेर प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।**

५ तामाङ समुदायमा मृत्यु संस्कार

तामाङ जातिमा अन्य जातिमा जस्तै मृत्यु संस्कारलाई महत्त्वपूर्ण संस्कारका रूपमा लिएको पाइन्छ । यिनीहरू पूर्वजन्म र पुनर्जन्ममा विश्वास गर्दछन् । मृत आत्मालाई मोक्ष दिन बौद्ध धर्मग्रन्थअनुसार लामाको विधिले यो कार्य सम्पन्न गरिन्छ । तामाङ जातिमा मृत्यु संस्कारभित्र पर्ने विधिहरूलाई यहाँ राखिएको छ ।

क) शव उठाउने र शवयात्रा

यस समुदायमा मानिस मरेपछि लासको शिरको छेउमा दियो बालिन्छ । बौद्ध परम्पराअनुसार लामाहरूलाई खबर गरी बौद्ध धर्मशास्त्रको विधिअनुसार फुवा गर्ने लगायतका कर्महरू घरैमा गरिन्छ । लामाले साइत हेरेर मात्र शवयात्रासहित लासलाई घाटमा लाने गरिन्छ । कुनैकुनै बेला दुई तीन

दिनपछिको साइत निस्किन्छ । यसो भएका खण्डमा छरछिमेकका मान्छे आएर पालैपालोसँग कुर्ने गर्दछन् । राता-पहेँला र सेता कपडाबाहेक अन्य परम्परागत शृङ्गारका वस्तुले सिँगारेर लास लैजाँदा घ्याङलिङ (धार्मिक सनाई) तथा ढ्याङ्ग्रो, झ्याम्टा बजाउँदै अघि लाग्छन् । मूल लामा लासको ठिक अघिल्तिर रहन्छन् र घण्टी बजाउँदै, मन्त्र पढ्दै अघि बढ्छन् । उनले हातमा लिएको लामो कपडाको ध्वजाको अर्को छेउ लासको खटसम्म तानिएको हुन्छ । स्वास्नीमानिसहरूलाई मलामी जान यस समुदायमा रोकटोक छैन ।

ख) दाहसंस्कार

तामाङ जातिमा शवयात्रापछिको संस्कारमा दाहसंस्कारको क्रम आउँछ । तामाङहरू दाहसंस्कारको लागि प्रायःजसो डाँडामा लाने चलन छ । यस समुदायमा नुन, तेल बार्ने चलन शास्त्रानुसार अनिवार्य नभए पनि कसैकसैले केही दिनसम्म बार्ने गर्दछन् । कसैकसैले ७ देखि १३ दिनभित्र नुनतेल पुकुवा गर्छन् । तर, वास्तविक सुध्याइ (घेवा) धेरैजसोले ४९ दिनपछि गरेको देखिन्छ ।

ग) पञ्चशीलको पालना

तामाङ जाति बौद्ध धर्मको महायान सम्प्रदायका हुन् । महायानी बुद्धधर्मअनुसार आफन्तको मृत्यु भएको ४९ औँ दिनसम्म पञ्चशीलको पालना गर्नुपर्दछ । हिन्दू समुदायमा जस्तो कपाल खौरिने, नुन बार्ने, सेतो लुगा लगाउने आदि गर्नु पर्दैन ।

घ) तामाङ समुदायमा घेवा परम्परा

तामाङहरूको अन्तिम संस्कार (समग्रमा) उनन्चास गर्ने, जुठो फुकाउने आदि सबै कार्यलाई घेवा भनिन्छ । घेवा तामाङहरूको अन्त्येष्टि प्रक्रिया

हो । यो साधारणतः चार किसिमको हुन्छ । (१) बिहाने घेवा, (२) एक राते घेवा (३) तीन दिने घेवा र, (४) सो घेवा ।

१. **बिहाने वा एक दिने घेवा :** लामाको विधिअनुसार पहिलो दिनको घेवाको नाम एक दिने घेवा वा एक बिहाने घेवा भनिन्छ । एकदिने गर्न पनि दिनभरि लाग्दछ ।

२. **एकराते घेवा :** लामाकै विधि विधानअनुसार एक राते घेवा बिहान सुरु भएर दिन र रातभर गरेर त्यसको भोलिपल्टको बिहान सकिन्छ । जसको सन्तान छैन, त्यस्ताले जीवित अवस्थामा आफैँले पनि यस किसिमको घेवा गर्दछन् ।

३. **तिनदिने घेवा :** तामाङहरूले मृतकका नाममा तीन दिनसम्म लामाको शास्त्रमा भएको सबै विधि विधान गरेर गरिने घेवा हो यो । पहिलो दिन थाल्ने, दोस्रो दिन फाल्ने, तेस्रो दिन वाङ र टिकाम्हेन्दोको काम हुन्छ ।

४. **सो घेवा :** कुनै व्यक्तिले आफ्नो जीवनकालमै गर्ने घेवालाई सो घेवा भनिन्छ । प्रायः सन्तान नहुनेहरूले आफू मर्नुअघि नै सो घेवा गर्ने परम्परा छ ।

घेवामा भाग लिने व्यक्तिहरूको आ-आफ्नै भूमिका हुन्छ । मूल पुरोहित लामालगायत उम्जे (बाजा बजाउने), लाइवा (खानपिनको हेरचाह गर्ने), कतुवाके (संयोजक), च्याङ्ला (सगुन वितरणको हेरचाह गर्ने), च्युवा (भाँडाकुँडाको रेखदेख गर्ने), बान्डिल्बा (भण्डारे) छ्याङ्बा (भाँडा माझ्ने) वातिबा (पँधेर्नी) ताम्बा (वंशावलीलगायत ऐतिहासिक कुरा जान्ने) गान्बा (भद्र भलादमी) ले तोकिएबमोजिम जिम्मेवारी पूरा गरिरहेका हुन्छन् । घेवामा आउने छरछिमेकी सबैले खाद्यान्न, तरकारी आदि बनाई-तुल्याई ल्याउने चलन पनि छ । अहिले नगद रकम दिएर सघाउने वा मृतकका परिवारलाई सहयोग गर्ने प्रथा बढ्दै

गएको छ । मृत्यु संस्कारका बेलामा पनि तामाङ समुदायमा गीत गाउने चलन छ । थुन्दा सोर्बा (मृतकलाई बाटो खर्च दिने) काम सकेपछि मृतकले बाँच्दाको दैनिक जीवनचर्याको विषयमा ज्वाइँ (माक्पा) ले गीत गाउनुपर्दछ । यस्तो गीतलाई 'कल्पला व्हाई' भनिन्छ । यसरी ज्वाइँले गीत गाएमा मृतकले जीवनमा पापै गरेको रहेछ भने पनि मुक्ति मिल्छ भन्ने मत पाइन्छ ।

परदेश गएर कुनै व्यक्ति मरेको खबर प्राप्त भयो भने उसको परिवारले घेवा गरिसकेको रहेछ, तर मृतक भनिएको व्यक्ति गाउँ फर्कियो भने उसलाई सोझै घर फर्कन दिइँदैन । एक-दुई दिन बाहिर बस्न लगाएर विधिपूर्वक एउटा ठुलो घ्याम्पामा पसाएर घ्याम्पो फोरी निकालेपछि मात्र घरभित्र हुल्ने चलन छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) तामाङ जातिको मृत्यु संस्कारमा बौद्ध धर्मअनुसार कुन कुन कुराको विश्वास गर्छन् ?

(ख) लासको अगाडि कुन कुन बाजा बजाइन्छ ?

(ग) तामाङ जातिको दाहासंस्कार सम्बन्धी छोटकरीमा लेख्नुहोस ।

(घ) तामाङ जातिमा कति प्रकारको घेवा गरिन्छ ? ती के के हुन् ?

(ङ) तामाङ जातिमा गरिने घेवाको अन्तिम समयमा ज्वाइँले गाउने गीतलाई के भनिन्छ ?

२. **ठिक उत्तर मात्र कापीमा लेख्नुहोस् :**

(क) लास घाटमा लैजाँदा मूल लामा अगाडि हिँड्छन् ।

(ख) तमाङ संस्कारमा बौद्ध शास्त्रअनुसार नुन, तेल बार्ने चलन छ ।

(ग) तामाङहरूको घेवा विशेष गरी तीन किसिमको हन्छ ।

(घ) तामाङहरूको दाहासंस्कारमा प्रायजसो खोलामा लाने चलन छ ।

(ङ) तामाङ जातिमा सन्तान नहुनेकाको आफू मर्नुअघि घेवा गर्ने चलन छ ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :**

(क) तामाङ जातिको मृत्यु संस्कार कुन धर्मअनुसार गरिन्छ ?

अ) हिन्दू आ) बौद्ध इ) इसाई ई) इस्लाम

(ख) तामाङ जातिमा मृत्यु संस्कार कोद्वारा गरिन्छ ?

अ) पण्डित आ) पाण्डे इ) लामा ई) पुजारी

(ग) कल्पला ह्वाई कसले गाउँछ ?

अ) ज्वाई आ) छोरी इ) छोरा ई) नाति

(घ) तामाङ जातको मरेको कति दिनमा घेवा गर्ने चलन छ ?

अ) ८ दिन आ) ९ दिन इ) १२ दिन ई) १३ दिन

(ङ) तामाङ जातिका मानिस मृत्यु हुनासाथ दियो कुन भागपट्टि राखिन्छ ?

अ) खुट्टा आ) टाउको इ) हात ई) छाती

४. पञ्चशीलको पालना विषयमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. तामाङ दाहसंस्कारमा गरिने कार्यहरूको बुँदा टिपोट लेख्नुहोस् ।

६. तपाईँको छिमेक वा नजिक रहेका कुनै जातिको घरमा जानुहोस् र उनीहरूको मृत्युसंस्कार कसरी गरिन्छ सोधी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् र कक्षामा सुनाउनुहोस् ।

६ हाम्रा सांस्कृतिक बाजा

हाम्रो देश भौगोलिक हिसाबले सानो भए तापनि सांस्कृतिक हिसाबले विविधतायुक्त छ । विभिन्न जातजाति, भाषाभाषी, भेषभूषा, रहनसहन, पेसा र संस्कृतिले भरिपूर्ण रहेको छ । मकवानपुर जिल्लामा १० स्थानीय तहहरू छन् । तीमध्ये राक्सिराङ्ग गाउँपालिका पनि एक हो । यो सांस्कृतिक विविधताले सम्पन्न गाउँपालिका हो । हाम्रो राक्सिराङ्गमा विभिन्न जातजाति, भाषा, धर्म, संस्कृतिको छुट्टै पहिचान र विशेषताहरू छन् । यहाँ तामाङ, चेपाङ, क्षेत्री, बाहुन, मगर, नेवार र दलिहरूको बसोबास रहेको छ । फरक फरक जातजातिले भिन्नाभिन्नै धर्म, पेसामा आधारित बाजा बजाउने गर्छन् । बाजा भन्नाले मनोरञ्जनका लागि बजाइने साधन हुन् । बाजा दुई प्रकारका हुन्छन् । एउटा ताल बाजा हो भने अर्को सुर बाजा हो । राक्सिराङ्गमा बजाइने ताल बाजामा मादल, खैंजडी,

डम्फु, ढोलकी, ट्याम्पो, दमाहा, ढ्याङ्ग्रो जस्ता बाजा हुन् । सुर बाजामा मुरली, बाँसुरी, सनाई बजाइन्छ । यी बाजाहरू समाजको रीतिरिवाजअनुसार विवाह, ब्रतबन्ध, चाडपर्व, मेला, रोधीघर आदिमा बजाउने र बजाइने गरिन्छ ।

यस राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाभित्र बजाइने बाजाको आ-आफ्नै विशेषता रहेका छन् । सबैभन्दा धेरै बजाउने तथा प्रयोग गरिने बाजाहरू बासुरी, डम्फु, मादल, पञ्चैबाजा, ढ्याङ्ग्रो खैजडी हुन् । यी बाजाहरू बनाउने तरिका र कुन कुन मेलापर्वमा बजाइन्छ, सामान्य रूपमा जानकारी राख्नु राम्रो हुन्छ ।

क. बाँसुरी/मुरली

गाउँघरमा पाइने बाँसबाट बाँसुरी वा मुरली बनाइन्छ । एक हातजति लामो र हँसियाको बिँड जति मोटो ढुङ्ग्रो बाँस काटेर ठिक पार्नुपर्दछ । त्यसमा एक छेउबाट एक बित्ता छाडेर बराबर दुरीमा आठओटा प्वाल बनाइन्छ । औँलो जति मोटो फलामलाई रातो हुने गरी तताई त्यसमा एकापट्टी मात्र छेडेर प्वाल बनाइन्छ । एकापट्टि एक इन्च छाडेर एउटा प्वाल बनाइन्छ । त्यही भागको मुखपट्टि टम्म मिल्ने गरी ठेडी राखिन्छ । यसरी बाँसुरी तयार हुन्छ । मुरलीचाँहि त्यही एक इन्च प्वाल भएको भागमा बजाउन मिल्ने गरी ठेडी राख्नुपर्दछ । बासुरी वा मुरली यस पालिकाका मानिसहरू गोठाला, मेलापात, दोहोरी खेल्दा बजाउने गर्दछन् । बाँसुरीको अर्को छुट्टै विशेषता चौतारीमा भारी बिसाएर भरियाले आराम गर्दै मिठो र सुरिलो साङ्गीतिक धुनमा बजाउँदा दुःख, पीडा, थकाइ हराएको र आनन्दको महसुस हुन्छ ।

ख. मादल

मादल छतिउन, दार तथा खमारीको काठबाट बनाइन्छ। पहिला काठलाई वारपार छेडेर ढुङ्गो जस्तो बनाइन्छ। काठको आकार पनि एकातिर ठुलो र अर्कोतिर अलि सानो बनाइन्छ। दुवैपट्टिको प्वाललाई छालाले मोरेर खरी (मसला) लगाइएको हुन्छ। खरी बनाउँदा काँस र किटको धूलो मिसाइन्छ। यसको एकापट्टि केही सानो, अर्कापट्टि अलिक ठुलो पारेर बनाइएको हुन्छ। मादलको ठुलो भागलाई भाले र सानो भागलाई पोथी भनिन्छ। मादल राक्सिराङ्गको लोकप्रिय सांस्कृतिक ताल बाजा हो। यो बाजा राक्सिराङ्गका विभिन्न जात जातिहरूले मेलापर्व, चाडबाड, बिहे, ब्रतबन्ध, पास्नीमा गीत गाएर बजाउने गर्दछन्।

ग. खैँजडी

अन्दाजी चार अङ्गुलजति लामो चार बित्ताजति गोलाइ भएको काठलाई दुवैतिर प्वाल बनाइन्छ। एकापट्टिको प्वालमा गोहोराको छालाले मोरेको हुन्छ र अर्कोपट्टि खुला राखी खैँजडी बनाइन्छ। यो ताल बाजा हो। यो बाजा राक्सिराङ्गका ब्राह्मण क्षेत्रीहरूले पूजाआजामा भजन गाउँदा बजाउने गर्दछन्।

घ. डम्फु

अनुमानित एक हातको गोलाकार डम्फु काठको घेराको एकापट्टि भेडा-बाख्राको छालाले बेरेर खिल

मारेको हुन्छ । अर्कापट्टि खुला रहन्छ । यो देब्रे हातले समाती दाहिने हातका औँलाले बजाइन्छ। यो बाजा विशेष गरी राक्सिराङ्का तामाङहरूले मेलापर्व चाडबाडमा तामाङ सेलो गाउँदा बजाउने गर्दछन् ।

ङ. ढ्याङ्ग्रो

गोलाकार काठमा प्वाल पारेर दुवैपट्टि छालाले मोरेर ढ्याङ्ग्रो बनाइन्छ । यसमा समाउनका लागि काठमा बिँड लगाइएको हुन्छ। यो बाजा विशेष गरी राती धामी अथवा झाँक्रीले चिन्ता बस्दा बजाउने गर्दछन् । यहाँका तामाङ जातिले मृत्यु संस्कारमा पनि बजाउने गर्दछन् । चेपाङ जातिहरूले न्वागी पर्व, भूमि पूजामा बजाउने गर्दछन् ।

च. पन्चैबाजा

पन्चैबाजा नेपालको राष्ट्रिय बाजा हो । नेपालमा ठुलाठुला मेलापर्व, सभा, समारोह, जुलुस, प्रभातफेरीमा पन्चैबाजा बजाउने चलन छ । धेरैजसो जातजातिहरूको विवाह ब्रतबन्ध, न्वारन, र भोजभतेरमा पन्चैबाजा नबजाई हुँदैन । पञ्चैबाजालाई साइतका रूपमा पनि लिने गरिन्छ। पहिला पहिला पन्चैबाजा दर्जी (दमाईं) जातले मात्र बजाउने गर्दथे । हाल आएर मगर, तामाङ, र अन्य जातजातिले पनि बजाउने गरेको पाइन्छ। लोप हुन आँटेको यो पञ्चैबाजामा ढोल, दमाहा, ट्याम्को, सनाई र झ्याम्टा गरी यी पाँचओटा बाजा पर्दछन् ।

यी हाम्रा लोक बाजाहरू संरक्षण गर्न हामीले धेरैभन्दा धेरै प्रयोग गर्नुपर्दछ। सांस्कृतिक कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुनुपर्छ । अभियानका रूपमा बाजाहरू बजाउने सिपका लागि तालिमको व्यवस्था मिलाउनुपर्दछ । जसले हाम्रो संस्कृतिको संरक्षण हुन्छ । बाजा र संस्कृतिको महत्त्व बढ्दै जाने छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) मकवानपुर जिल्लामा कति ओटा स्थानीय तहहरू छन् ?

(ख) स्थानीय स्तरमा बजाइने बाजाहरू केके हुन्, नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) पन्चैबाजामा कुन कुन बाचाहरू पर्दछन् ? नाम लेख्नुहोस् ।

(घ) पन्चैबाजा प्राय कुन जातिले बजाउने गर्दथे ?

(ङ) लोक बाजाहरूको संरक्षणका उपायहरू लेख्नुहोस् ।

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिका .... विविधताले सम्पन्न गाउँपालिका हो ।

(ख) बाजा .... प्रकारका हुन्छन् ।

(ग) मादलको ठुलो भागलाई पोथी र सानो भागलाई .... भनिन्छ ।

(घ) डम्फु काठको घेरामा .... र छालाले मोरेर बनाएको हुन्छ ।

(ङ) पन्चैबाजा नेपालको .... बाजा हो ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति ओटा स्थानीय तहहरू छन् ?

अ) ८ आ) १० इ) १२ ई) १४

(ख) तामाङ जातिको मृत्यु संस्कारमा बजाइने बाजा कुन हो ?

अ) मादल आ) ढयाङ्ग्रो इ) बाँसुरी ई) खैंजडी

(ग) स्थानीय बाजा अन्तर्गत नपर्ने बाजा कुन हो ?

अ) मादल आ) बाँसुरी इ) बेणबाजा ई) डम्फु

(घ) सेलो कुन जातिको गान हो ?

अ) ब्राह्मण आ) क्षेत्री इ) चेपाङ ई) तामाङ

(ङ) चेपाङ जातिको मुख्य पर्वलाई के भनिन्छ ?

अ) न्वागी (छोनाम) आ) ल्होछार

इ) खीष्टमस ई) ईद

४. पन्चैबाजाका विषयमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. स्थानीय लोकबाजाहरूको सूची निर्माण गर्नुहोस् ।

६. तपाईँको गाउँमा कुन कुन बाजा बनाइन्छ, अवलोकन गर्नुहोस् । कुनै एउटा बाजा बनाउने तरिका लेखी साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

७. मादलको चित्र बनाउनुहोस् र मादल बनाउने तरिका लेख्नुहोस् ।

७ हाम्रा चाडपर्वहरू

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा तामाङ, चेपाङ, ब्राह्मण, क्षेत्री, मगर, दलित, नेवारको बसोबास रहेको छ । यहाँ बसोबास गर्ने जातजातिले आफ्नो धर्म, संस्कार, मूल्य, मान्यता र परम्पराअनुसारका चाडपर्व मनाउने गर्दछन् । यस पालिकामा तामाङ समुदायको बाहुल्य रहेको छ । तामाङ समुदायले विशेष गरी बौद्ध धर्म मान्ने हुँदा सोहीअनुसारका चाडपर्वहरू मनाउँछन् । चेपाङ समुदायले प्रकृति धर्म मान्दछन् । उनीहरूले प्रकृति धर्मअनुसारकै चाडपर्व उत्सव मनाउँछन् । ब्राह्मण, क्षेत्री, मगर, दलितहरूले हिन्दूधर्म मान्दछन् । उनीहरूले हिन्दू धर्मअनुसारकै चाडपर्वहरू मनाउँछन् । दशैं, तिहार हिन्दू परम्पराअनुसार मनाइने भए तापनि सबै जात जातिले मनाइएको पाइन्छ । राक्सिराङ्गमा क्रिस्चियन धर्मावलम्बीहरू पनि छन् । उनीहरूले क्रिस्चियन धर्मअनुसार क्रिस्मस मनाउँछन् ।

तामाङ जातिको चाडपर्व र उत्सव

तामाङहरूले बौद्ध धर्म र परम्पराअनुसार गुम्बा, माने र छ्योर्तेनमा पूजाआज गर्दछन् । तामाङहरू बौद्ध धर्मको महायानी सम्प्रदायभित्र पर्दछन् । उनीहरूको विभिन्न महत्त्वपूर्ण धार्मिक चाडपर्वहरूमध्ये बुद्धजयन्ती, सांस्कृतिक एवम् धार्मिक पर्व अर्थात् नयाँवर्ष ल्होछारलाई प्रमुख चाडका रूपमा मान्दछन् । माघेसङ्क्रान्तिको चाड मनाउँदा घ्याङमा गएर पूजा गरिन्छ । जनै पूर्णिमालाई यस समुदायले गुरुपूर्णे भन्ने गरेको पाइन्छ । सो दिन नारा पूजा र भोज चल्ने गर्छ । घ्याङ चलाउन गुठीको झैँ सामूहिक जग्गा राख्ने चलन पनि छ । तामाङहरू चैते दसैं, वैशाखी वा बुद्ध पूर्णिमा, साउने सङ्क्रान्ति, दसैं-तिहारजस्ता चाडहरू पनि मनाउने गर्छन् । तामाङ समुदायमा संसारी पूजा अर्थात् भूमि पूजा गर्नेहरू पनि छन्, जसलाई सिद्धस्थान भनिन्छ । आफ्नो थरअनुसारको फरकफरक कुलदेवता (फोला) को पूजा गर्ने प्रचलन पनि छ । कुलदेवताअनुसार फरकफरक प्रक्रियाले पूजा गर्छन् । कसैको लामाले कुलदेवताको पूजा गर्दछन् भने कतै बोन्बो (झाँक्री) ले कुलदेवताको पूजा गर्ने चलन छ । तामाङ जीवन, दर्शन र संस्कारमा मुख्यतया तीन सांस्कृतिक निकाय लामो समयदेखि प्रचलनमा छ । बोन्बो, लामा र ताम्बा । बौद्ध सम्प्रदायमा बदलिनुअघि तामाङहरू प्राकृत बोन थिए अर्थात् बोन्बोबाट सबै कर्म गर्दथे । पछि लामावाद पनि मिसियो । त्यसअघि नै मौखिक इतिहासविद्, संस्कृतिविद्का रूपमा ताम्बा (कथा भन्ने मान्छे) तामाङ समुदायमा अस्तित्वमा आए । तामाङ संस्कृतिको तीन खम्बा मानिने यी सांस्कृतिक धरोहरहरू अझै अस्तित्वमा छन् ।

नाच र परम्परा

नेपाली समाजमा तामाङ सेलो अत्यन्तै लोकप्रिय छ । तामाङ सेलो भन्नासाथ हामी डम्फुको तालमा गाइएका चुट्किला, छोटा-मिठा गीत सम्झन्छौं । बिहे तथा चाडपर्वमा हातमा डम्फु लिएर फनफनी घुम्दै, कहिले बस्दै, कहिले उठ्दै हुल बाँधेर आमैले हो... आमैले.. भन्दै नाच्न गाउन रुचाउने तामाङहरूको

निमित्त गीत र नाच जीवनको अभिन्न अङ्ग डम्फु बनेको छ । डम्फु घोरलको छाला र कोइराला-काठबाट घेरा बनाई बाँसका किला प्रयोग गरी बनाइन्छ । यसरी बनाइएको डम्फुको आवाजमा सरस्वतीको स्वरजस्तो दिव्यता हुन्छ भन्ने आमधारणा छ । नाचहरूमा डम्पु नाच, दोरा नाच, सरस्वती नाच र देउता नाच प्रमुख छन् । यी सबै नाचमा डम्फु प्रयोग गरिन्छ । धार्मिक जात्राहरूमा व्हाई गीत, फावर गीत, ताम्बा काइतेन गीत र देउता गीत गाइन्छ । दैनिक जीवनमा आधारित वा मायाप्रीतिको गीतलाई फापर गीत भनिन्छ । यी गीतहरू मेलापात, जात्रामा तरुण-तरुणीहरूबिच गाइने चुट्किला हुन् । बिहे, भोजभतेरमा गाइने धार्मिक अर्थपूर्ण लोकगीतलाई ताम्बा काइतेनको गीत भनिन्छ । सरस्वती नाच उत्सवहरूमा, देउता नाच पूजाआजामा र दोरा नाच मृत संस्कारको समयका नाचिन्छ ।

तामाङ समुदायमा चन्द्र पात्रोको आधारमा निर्धारण गरिने माघशुक्ल पक्ष प्रतिपदा (परेवा) अर्थात् प्रथम चन्द्र महिनाको प्रथम दिन (ल्होकोर च्युङनी, १२ जीवहरूको वर्ष चक्रको आधारमा फेरिने) सोनाम ल्होछार वा लोसार, नयाँ वर्ष रमाइलो गरी मनाउने गर्छन् ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कुन कुन जातिहरूले बसोबास गरेका छन् ?

(ख) तामाङ जातिहरूले मनाउने चाडपर्वहरू के के हुन् ?

(ग) तामाङ जातिको सबभन्दा लोकप्रिय गीत के हो ?

(घ) डम्फु बाजा प्राय: कुन कुन सामग्रीहरूबाट बनाएको हुन्छ ?

(ङ) तामाङ समुदायमा चन्द्र पात्रोका आधारमा मनाइने पर्व कुन हो ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) तामाङ जातिले आफ्नो धर्मअनुसार गुम्बा, माने र .... मा पूजा गर्दछन् ।

(ख) तामाङ जातिले .... लाई प्रमुख चाडपर्वका रूपमा मनाउने गर्छन् ।

(ग) नेपाली समाजमा .... अत्यन्त लोकप्रिय मानिन्छ ।

(घ) दैनिक जीवनमा आधारित माया प्रीतिको गीतलाई .... गीत भनिन्छ ।

(ङ) तामाङ जातिको मृत संस्कारको समयमा .... नाच नाचिने गरिन्छ ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) तामाङ जातिमा नयाँ वर्षलाई के का रूपमा मानिन्छ ?

अ) दसैँ आ) ह्लोछार इ) तिहार ई) न्वागी

(ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कुन जातिको बढी बाहुल्य छ ?

अ) चेपाङ आ) ब्राह्मण इ) तामाङ ई) ठकुरी

(ग) क्रिस्चियन धर्मवालम्बीहरूको मुख्य पर्व के हो ?

अ) नयाँ वर्ष आ) ल्होछार इ) क्रिस्टमस ई) होली

(घ) माघे सङ्क्रान्तिको चाडमा कुन जातिले घेवा गर्दछन् ?

अ) चेपाङ आ) ब्राह्मण इ) तामाङ ई) क्षेत्री

(ङ) हिन्दू धर्मवमालम्बीहरूले मनाउने कुन पर्व पर्दैन ?

अ) दसैँ आ) क्रिस्टमस इ) तिहार ई) तीज

४. **तिमीले मनाउने कुनै एउटा चाडपर्वका बारेमा मनाउने तरिका एक अनुच्छेद लेखी तयार बनाउनुहोस् ।**

५. **चाडपर्व पाठ पढ्नुहोस् र पाँचओटा प्रश्न निर्माण गरी उत्तर लेख्नुहोस् ।**

६. **परियोजना कार्य**

तिम्रो गाउँमा मनाउने कुनै एक स्थानीय चाडपर्वका बारेमा आफूभन्दा ठुला व्यक्तिहरूसँग सोधेर प्रतिवेदन तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

७. **तालिका निर्माण गर्नुहोस् र स्थानीय कुन कुन जातिले कुन कुन चाडपर्व मनाउँछन्, तालिकामा भर्नुहोस् ।**

८

जलवायुको अवस्था

जलवायु परिवर्तन नियमित प्राकृतिक प्रक्रिया हो । ऋतु परिवर्तन सँगसँगै जलवायु परिवर्तन भइरहन्छ। नियिमित रूपमा ऋतुअनुसार तापक्रमको घटबढले जलवायु परिवर्तनमा असर गर्दछ। औद्योगिकीकरण तथा यातायात क्षेत्रमा खनिज इन्धनको व्यापक प्रयोग भइरहेको अवस्था छ। जथाभावी रुख कटान र डढेलोले वन विनाश भइरहेको छ। यसका कारण हरितगृह ग्याँसको अत्यधिक उत्सर्जनबाट जलवायु परिवर्तनमा तीव्रता आएको छ। जलवायु परिवर्तनका विषयमा विभिन्न अध्ययन अनुसन्धान भइरहेका छन्। सोहीअनुसार हरितगृह ग्याँसको उत्सर्जनमा वृद्धि भै वायुमण्डल तातिँदै जानाले स्थान विशेषअनुरूप जलवायु पनि परिवर्तन हुँदै गएको छ। जलवायु परिवर्तनको कारण वर्षा प्रक्रिया (अतिवृष्टि, अनावृष्टि) तथा ऋतुमा समेत परिवर्तन आएको छ । यसबाट जलस्रोत, कृषि, वन तथा जैविक विविधतामा असर गरेको छ । मानिसको स्वास्थ्यमा असर गरेको छ । दैविक प्रकोप बढेको छ। स्थानीयका साथै राष्ट्रिय पूर्वाधार विकासमा समेत असर गरेको छ । पर्यटन तथा जीविकोपार्जनसँग सम्बन्धित विभिन्न क्षेत्रमा प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष प्रभाव परेको छ । यसलाई दृष्टिगत गरी जलवायु परिवर्तनका कारण परिरहेको तथा पर्न सक्ने प्रतिकूल प्रभावलाई न्यून गर्न आज विश्व समुदाय क्रियाशील रहेको छ ।

जलवायु परिवर्तनको प्रभाव विशेष गरेर गरिब, विकासोन्मुख, भूपरिवेष्ठित तथा पर्वतीय मुलुकहरूमा बढी देखिएको छ। जलवायु परिवर्तनबाट राक्सिराङ्ग गाउँपालिका पनि अत्यन्तै प्रभावित भएको छ। यसलाई सम्बोधन गरी यहाँका क्षेत्र, जनता र तिनको जीविकोपार्जन तथा पारिस्थितीय प्रणाली (इकोसिस्टम) मा परिरहेको असर खोजी गर्नु पर्दछ । यसबाट पर्न सक्ने प्रभावलाई न्यून गर्न नीतिगत व्यवस्था गरी कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्नुपर्दछ । वृक्षारोपण, वनजङ्गलको संरक्षरण, नदीनालाको संरक्षण आदि प्रमुख कार्य हुन सक्छन्। वन विनाश र डँडेलो जस्ता कार्य अविलम्ब रोक्नुपर्छ।

नेपालको अधिकतम तापक्रम प्रति वर्ष सरदर ०.०६ डिग्री सेल्सियसका दरले वृद्धि भएको देखिन्छ। यसभित्र राक्सिराङ्ग गाउँपालिका पनि पर्दछ। अझ पहाडी र हिमाली क्षेत्रमा यो दर बढी देखिएको छ। यसकारण वर्षा-चक्रमा हेरफेर भएको छ। लामो समयसम्म खडेरी पर्ने तथा तीव्र वर्षा हुने गरेको छ। हाल दिन र रात दुवै पहिलेको भन्दा बढी ताता भइरहेका छन्। ठन्डा दिन र रातको सङ्ख्या कम हुँदै गएको छ। १०० मि.मि. वा सो भन्दा वढी परिमाणमा पानी पर्ने दिनहरू अर्थात् मुसलधारे वर्षा हुने दिनको सङ्ख्या बढ्दै गएको छ।

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका समुद्र सतहदेखि २१०० मिटर सम्मको उचाइमा अवस्थित छ। फरक फरक भू–स्वरूपका कारणले यहाँको हावापानीमा विविधता पाइन्छ। समग्रमा यस क्षेत्रमा पाइने हावापानीको अवस्थालाई निम्नलिखित मौसमी क्षेत्रमा विभाजन गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ :

१) उष्ण मनसुनी हावापानी

समुद्र सतहदेखि १२०० मिटर सम्म उचाइ अर्थात ४००० फिट उचाइसम्ममा यस किसिमको हावापानी पाइन्छ। खासगरी तराई, दुन, भावर क्षेत्रमा पाइने यस किसिमको हावापानी राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको सरिखेत लगायत नदी किनारका बस्तीहरूमा पाइन्छ। यस क्षेत्रको सरदर तापक्रम

१५° देखि ४०° सेल्सियस सम्म रहन्छ भने शितकालमा १° देखि ५° सेल्सियससम्म ओर्लिन्छ । वर्षा ऋतुमा बङ्गालको खाडीबाट आउने मनसुनी वायुले वर्षा गराउँछ। यस क्षेत्रमा १५० देखि २०० से.मि. सम्म वर्षा हुन्छ। अर्थात् १३ देखि २६ मिलिलिटर सम्म बर्षा हुन्छ।

२) समशीतोष्ण हावापानी

चुरेपहाड र महाभारत पर्वतको १२०० देखि २१०० मिटर सम्मको क्षेत्र तथा ४००० फिट देखि ७०८० फिट उचाइ सम्मको क्षेत्रमा पाइने हावापानीलाई न्यानो समशीतोष्ण हावापानी भनिन्छ । यस किसिमको हावापानी राक्सिराङ्ग गाउपालिकाको तर्सिकोट, भिम्बुङ, गैजुराङ्ग, खैराङ, कोखारी, पोखरी टार लगायत काँकाडाका भागहरूमा समेत यस किसिमको हावपानी पाइन्छ । यस क्षेत्रमा ग्रीष्म ऋतुमा न्यानो हुन्छ भने हिउँदमा ज्यादै जाडो हुन्छ। ग्रीष्ममा २४° देखि ३८° सेल्सियससम्म तापक्रम हुन्छ भने हिउँदमा ०° सेल्सियस सम्म ओर्लिन्छ। गर्मीमा १२५ से.मि.सम्म वर्षा हुन्छ ।

राक्सिराङ्ग गाउँपालिका क्षेत्रमा पनि साविकको जलवायुमा हेरफेर भइरहेको। लामो खडेरी पर्नु, खण्ड वृष्टि हुनु, तीव्र वर्षा हुनु, बाढी पहिरो प्रकोप बढ्नु जस्ता समस्या बढिरहेको पाइन्छ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) जलवायु परिवर्तन भनेको के हो ?

ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा जलवायु परिवर्तनले पुऱ्याएका असरहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ग) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा जलवायु परिवर्तनले पुऱ्याएका असरहरू न्यूनीकरण गर्ने तरिकाहरू लेख्नुहोस् ।

(घ) कस्तो हावापानीलाई समशीतोष्ण हावापानी भनिन्छ ?

(ङ) उष्ण हावापानी राक्सिराङ्गका कुन भेगमा पाइन्छ ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

(क) जलवायु परिवर्तन .... प्राकृतिक प्रक्रियाहरू हुन् ।

(ख) नेपालको तापक्रम प्रतिवर्ष सरदर .... वृद्धि भएको देखिन्छ।

(ग) राक्सिराङ्ग गाउँपालिका समुद्र सतहदेखि ....मिटरसम्मको उचाइमा अवस्थित छ ।

(घ) समुद्र सतहदेखि ४०० फिट उचाइमा .... हावापानी पाइन्छ ।

(ङ) समशीतोष्ण हावापानी .... देखि ....मिटरसम्मको क्षेत्रमा पाइन्छ ।

३. **ठिक उत्तर छानेर कापीमा लेख्नुहोस् :**

(क) ऋतु परिवर्तन सँगसँगै जलवायु परिवर्तन भइरहन्छ ।

(ख) हरित गृह ग्यासको आत्यधिक उत्सर्जनबाट जलवायु परिवर्तनमा तीव्रता आएको छ ।

(ग) जलवायु परिवर्तनले मानिसको स्वास्थ्यमा सुधार भएको छ ।

(घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिका समुद्र सतहदेखि २१० मिटर सम्म उचाइमा छ ।

(ङ) बङ्गालको खाडीबाट आउने मनसुनी वायुले वर्षा गराउँछ ।

४. जलवायु परिवर्तनका विषयमा आफूले जानेका कुरा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. पाठका आधारमा मुख्य मुख्य बुँदाहरू टिपोट गर्नुहोस् ।

६. पहिला र अहिले जलवायुका कारण राक्सिराङ्मा के के कुरामा परिवर्तन आएको छ, अभिभावकसँग सोध्नुहोस् र बुँदागत रूपमा लेखी कक्षामा साथीलाई सुनाउनुहोस् ।

६

जलवायु परिवर्तन र असर

मानिसहरू भन्ने गर्छन् - "हिजोआज समयमा वर्षा हुँदैन । वर्षा हुँदा पनि अतिवृष्टि, अल्पवृष्टि र खण्डवृष्टि हुने गर्छ। मौसम परिवर्तनको क्रम नै बदलिएको छ । कुन मौसम कतिखेर सुरु हुन्छ थाहा हुँदैन । कतै बढी पानी परेर पहिराले धनजनको क्षति गर्छ भने कतै पानी नपरेर सुक्खा लाग्छ । कतै कतै पाकेको बाली पनि पानीले गर्दा खेतबारीमै नाश हुन्छ । हिजोआज यस्ता समस्याहरू देखिन थालेका छन् ।"

वायुमण्डलमा प्रदूषण बढेको छ । प्रकृतिमा सन्तुलन छैन । यसबाट मानिसले ठुलो दुःख खप्नु परेको छ । वैज्ञानिकहरू पनि यस विषयलाई लिएर ठुलो चिन्तामा परेका छन् । यी समस्या मानिस आफैँले सिर्जना गरेका हुन् । प्रकृतिमा असन्तुलन हुनाले मौसम सम्बन्धी समस्या सिर्जना भएको हो । यसबाहेक मानिसमा श्वासप्रश्वाससम्बन्धी रोग बढेको देखिन्छ । हृदय रोग, क्यान्सर र मानसिक तनावसम्बन्धी समस्याहरू पनि बढेर गएको कुरा वैज्ञानिकहरूले पत्ता लगाएका छन् ।

खोलानाला र ताल पोखरीहरू पनि दिनदिनै फोहोर हुँदै गएका छन् । यिनै कारणहरूले वातावरण झन् झन् बिग्रँदै गएको छ । विषालु रासायनिक पदार्थले हावा, पानी र माटो एक साथ दूषित भएका छन् ।

हाम्रा पूर्वजहरू वायुमण्डलको शुद्धताको खुब ख्याल गर्दथे । बोटबिरुवा काट्नभन्दा लगाउन र जोगाउन जोड दिन्थे । प्रकृतिको सुन्दरतामा मक्ख पर्थे । पशुपन्छी र जनावरको हिँसा गर्नु हुन्न भन्ने उनीहरूको सोचाइ थियो । आजभोलि यस्ता कुराको वास्ता गरिँदैन । त्यसैले पनि प्रदूषणको मात्र बढेको हो । प्रदूषण बढ्दै गयो भने सबै प्राणीको साझा बासस्थान पृथ्वी बसोबासका लागि अयोग्य बन्ने छ ।

विज्ञानको विकासले विभिन्न सामग्री बनेका छन् । रेल, मोटर र टयाक्सी बेपत्तासँग गुडेका छन् । जेट विमानहरूको अविष्कार भएको छ । रेडियो, टि.भी., टेलिफोन, फ्रिज, लुगा धुने मेसिन आदि साधनहरूले मानिसलाई सुविधा पुगेका छ । तर तिनका धुवाँ र कानै छेड्ने चर्को आवाजले वायुमण्डल र प्राणीको रहनसहनमा असर परेको छ ।

यी विभिन्न कारणले गर्दा हाम्रो वरपरका जलवायुको अवस्थामा परिवर्तन आउने गर्दछ । र ती परिवर्तनको कारणले समयमा वर्षा नहुने, मौसम अनुकूल नरहने, वायु प्रदूषणले श्वासप्रश्वासमा असर समेत हुने गर्दछ । विशेष गरी राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाअन्तर्गत पर्ने गिंगु खानीमा दिनहुँ बढीभन्दा बढी आवतजावत गर्ने टिपरहरूले गर्दा राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा बसोबास गर्ने मानिसहरूमा प्रत्यक्ष असर : जस्तै, श्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोगहरू, बालीनाली उब्जनीमा कमि आदि पर्ने गर्दछन् ।

अत: जलवायु परिवर्तनले गर्दा मानिसलगायत बालीनाली, जनावर, पशुपन्छीहरूमा पनि प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष असरहरू पर्ने गर्दछ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क) तिम्रो घरवरपर भएका जलस्रोतका साधनहरू के के हुन् ?

ख) जलवायु परिवर्तन हुनुका कारणहरू के के हुन् ?

ग) जलवायु परिवर्तनका कारण मानवजीवनमा कस्ता कस्ता समस्याहरू आइपर्दछन् ?

घ) हाल वैज्ञानिकहरूले आविष्कार गरेका कुन कुन साधनहरूले वायुमण्डलमा प्रदूषण बढाएको छ ?

ङ) जलवायु परिवर्तनलाई रोक्न केके उपाय अपनाउन सकिन्छ ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

क) वायुमण्डलमा प्रदूषण बढ्दै गयो भने सबै प्राणीको बासस्थान ....हुँदै जान्छ ।

ख) बढी पानी पर्नाले गर्दा खेतबारीमा लगाएको ....नाश हुन्छ ।

ग) हाम्रा पूर्वजहरू .... कुरामा खुब ख्याल गर्दथे ।

घ) विषालु रासायनिक पदार्थले गर्दा हावा, पानी र माटो ....भएको छ ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

क) वायुमण्डलमा के कारणले प्रदूषण बढेको छ ?

अ) वन विनाश आ) जीवजनावरको हत्या

इ) दुर्घटना ई) हिंसा

ख) हाम्रो वरपरका जलवायुको अवस्थामा के कारणले परिवर्तन आउने गर्दछ ?

अ) वृक्षारोपण आ) समयमा वर्षा नहुनु

इ) बालीनाली उब्जनीमा कमी ई) स्वासप्रश्वास सम्बन्धी रोग

ग) भिरालो ठाउँमा के गर्नाले पहिरो जाने गर्दछ ?

अ) भिरपाखालाई खेतबारी बनाउनाले

आ) भिरपाखामा वृक्षारोपण गर्नाले

इ) वर्षा कम हुनाले

ई) माटो स्थिर भएकाले

४. **माथिको अनुच्छेद अध्ययन गरी जलवायु परिवर्तनले पार्ने असरहरूका बारेमा पाँच वाक्य लेख्नुहोस् ।**

५. **माथिको पाठ अध्ययन गरी अभ्यासमा सोधिएका बाहेक पाँच ओटा प्रश्न बनाउनुहोस् र उत्तरसमेत दिनुहोस् ।**

६. **जलवायु परिवर्तन सम्बन्धी पहिले र अहिले के कस्ता परिवर्तनहरू देखा परेका छन्, आफ्ना अभिभावकसँग सोध्नुहोस् र लेख्नुहोस् ।**

१० गुप्तेश्वर महादेव गुफा

गुप्तेश्वर गुफा राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको वडा नम्बर चारको पन्जनीमा पर्दछ । गुफा भएको ठाउँमा ठुलो भिर पहरो छ । त्यस गुफामा पुग्नका लागि अन्य वैकल्पिक बाटो रतुवा, सिमेन्टखानी, झिँगु, वडा नं ४ को कार्यलय बाटो हुँदै पन्जनी पुग्न सकिन्छ। पन्जनी गाउँबाट १० मिनेटको भिरको गोरेटो बाटो हिँडेर गुफामा पुग्न सकिन्छ । बाटोबाट २० मिटरमाथि गुफा भएकाले गुफामा पुग्ने ठाउँमा सिँढी बनाइएको छ । गुफामा छिर्ने ठाउँमा गेट राखिएको छ । गुफाको मुखमा मानिस सजिलैसँग छिर्न सक्ने सानो प्वाल छ । केही भित्र गएपछि अलि फराकिलो छ । गुफाको प्वाल माथितिर गएको हुँदा उकालो चढ्दै जानुपर्छ । गुफाको लम्बाइ करिब तिस मिटर जति छ । गुफाभित्र विचित्रका आकृति देख्न

सकिन्छ । त्यहाँ शङ्ख, हात्तीको टाउको, सर्प, हात जस्ता विभिन्न आकृतिहरू छन् । विभिन्न देवी देवताका प्राकृतिक मूर्तिहरू देख्न सकिन्छ । गुफाभित्रका ढुङ्गाहरूमा मसिना सितारा चमक चमक गर्दै टल्कनु त्यस गुफाको अनौठो विशेषता रहेको छ ।

हाल त्यहाँ मान बहादुर मोक्तान पुजारी हुनुहुन्छ । उहाँकाअनुसार धेरै पहिला त्यहाँ चेपाङ जातिको बसोबास थियो । त्यो गुफा चेपाङ जातिका मानिसले पत्ता लगाएका हुन् । त्यहाँ पहिला चेपाङ जातिकै पुजारी हुन्थे । चेपाङ जाति त्यहाँबाट बसाइ सरी गएकाले तामाङ जातिका वुद्धिलाल तामाङले पुजारीको काम गर्न थाल्नुभयो । त्यस गुफामा महादेव पार्वतीको अकृतिमा मूर्तिहरू रहेकाले त्यस गुफाको नाम गुप्तेश्वर महादेव गुफा रहन गएको हो ।

त्यहाँ हरेक वर्ष हरिवोधनी ठुला एकादशीमा मेला लाग्ने गर्छ । मेला भर्न अन्य जिल्लादेखि दर्शनार्थीहरू आउने गर्छन् । यहाँ अवस्थित गणेश र सरस्वतीको दर्शन गर्नाले वौद्धिक विकास हुने विश्वास रहेको छ । महादेवको दर्शन गर्नाले अन्न पानी पठाइदिनुहुन्छ भन्ने विश्वास छ । मानिस, पशुपन्छीलाई रोग व्यधीबाट बचाउनुहुन्छ भन्ने विस्वास रहेको छ । ४० वर्ष नकाटेका महिलाहरूले दर्शन गरी सन्तान मागेमा सन्तान हुन्छ भन्ने विश्वास रहेको छ । मानिसहरू ठुला एकादशीका दिन दिनभरि व्रत बस्छन् । बेलुका बत्ती बाल्छन् । फूल,अक्षता, पाती र नैवेद्य चढाउँछ । गाईको दुध चढाउँछन् । व्रतालुहरू रातभर जाग्राम बस्छन् । रात कटाउनका लागि, भजन गाउँछन् । युवा युवतीहरू गीत गाउँछन्,

नाच्छन् । बिहान नजिकैको धारामा बत्ती सेलाउँछन् । फूल तार्छन् ।

यो गुफा सांस्कृतिक पर्यटकीय हिसाबले महत्त्वपूर्ण ठाउँ हो । त्यस गुफा क्षेत्रमा मोटर पुऱ्याउने, गुफा नजिकको ठाउँलाई सम्म बनाउने, गुफालाई आकर्षक बनाउने र प्रचारप्रसार गर्ने हो भने आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक बढ्ने देखिन्छ । साथै यसै प्रकारको सोही वडामा रहेको बुढो महादेव गुफा पनि लोकप्रिय छ । त्यहाँ पुग्न रतुवा, चौकीटार बिगुटार, साइच, भिमलटार हुँदै करिब पाँचसय मिटर पैदल यात्रा गरेपछि कन्द्राङ पुगिन्छ । सो ठाउँ बुढो महादेवले प्रसिद्ध छ । यहाँ ठुलो एकादशीमा मेला लाग्दछ । कालिका ठाँटी पनि यसै वडामा रहेको र त्यहाँ बालाचर्तुदशी र धान्य पूर्णिमामा मेला लाग्छ ।

यी राक्सिराङ्गका सांस्कृतिक पर्यटकीय स्थलहरू हुन् । यो क्षेत्र पर्यावरणीय हिसाबले पनि आकर्षक छन् । यी क्षेत्रको विकास र प्रचारप्रचार गर्न सकेमा आन्तरिक तथा बाह्य पर्यटक भित्र्याउन सकिने छ । यी रमाइला ठाउँ हेर्न घुम्न हामी पनि जाऊँ है ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) गुप्तेश्वर महादेव राक्सिराङ्गको कति नम्बर वडामा अवस्थित छ ?

(ख) यस महादेवमा कहिले मेला लाग्ने गर्दछ ?

(ग) यस महादेवको दर्शन गर्नाले के के मनोकाङ्क्षा पूरा हुने जनविश्वास रहेको छ ?

(घ) तिम्रो घरवरपर रहेका मठ, मन्दिर, गुम्वा, आदिको सूची बनाउनुहोस् ।

(ङ) गुप्तेश्वर महादेवको मुख्य विशेषताहरूके के हुन् ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) गुप्तेश्वर गुफा राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको .... वडामा अवस्थित छ ।

(ख) गुफाभित्र .... आकृति देख्न सकिन्छ ।

(ग) गुफाभित्रका ढुङ्गाहरूमा मसिना सितारा चमक चमक गर्दै टल्कनु त्यहाँको .... रहेको छ ।

(घ) गुप्तेश्वर गुफामा हरेक वर्ष .... मा मेला लाग्छ ।

(ङ) व्रतालुहरू रातभर .... बस्छन् ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठीक चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) गुप्तेश्वर महादेव गुफा भएको ठाउँमा ठुलो भिर पहिरो छ ।

(ख) गुप्तेश्वर महादेव गुफा राक्सिराङ्गको ३ नं. वडामा पर्दछ ।

(ग) गुफाको मुख्य विशेषता भनेको ढुङगामा मसिना मसिना सितारा चमकचमक गर्दै टल्कनु हो ।

(घ) मेला हेर्न स्थानीय स्तरका मात्र मानिस आउँछन् ।

(ङ) गुफाको प्रचारप्रसार गर्ने हो भने आन्तरिक र बाह्य पर्यटन बढ्दैन ।

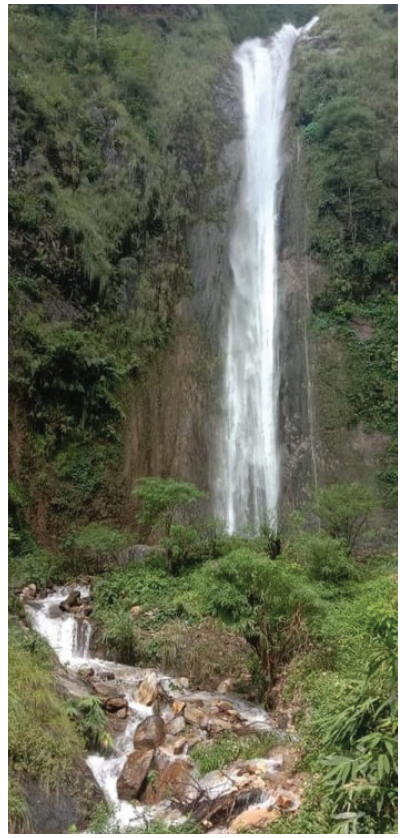
४. तपाईँको समुदायमा रहेको कुनै प्रचलित ऐतिहासिक स्थलका बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. माथिको पाठ अध्ययन गरी अभ्यास १ का बाहेक पाँच ओटा प्रश्न बनाउनुहोस् र उत्तर समेत दिनुहोस् ।

६. तपाईँको घर वरपर रहेका सांस्कृतिक सम्पदाहरूका बारेमा आफ्ना अभिभावकसँग सोधी त्यसको महत्वका बारेमा लेख्नुहोस् ।

७. गुप्तेश्वर महादेव गुफा अध्ययन गरिसकेपछि विद्यार्थीहरूले के के कुराहरू सिक्न सफल भए, समूहगत रूपमा छलफल गर्नुहोस् ।

११ भामडोरी झरना



प्रकृतिको एक बरदानका रूपमा भामडोरी झरना रहेको छ । यो परम्परादेखि प्रकृतिले निर्माण गरेको मनमोहक झरना हो । यस झरनालाई हाम्रो हजुरबुवा, बाबाहरूले भामडोरी झरना भनेर चिनाउने गर्नुहुन्थ्यो । भामडोरी झरनाको आफ्नै इतिहास छ । भामडोरी चेपाङ भाषाको शब्द हो। भामडोरी भनेको सेतो डोरी भन्ने बुझिन्छ । यो झरना धेरै लामो र टाढाबाट हेर्दा सेतो डोरी जस्तै देखिने भएकाले भामडोरी भनेको हो । यस झरनाका सम्बन्धमा एउटा कथा छ । एक जना चेपाङ पाण्डे जो नाम्बुर गाल्साराङ चेपाङ थिए । एक दिन नाम्बुर पाण्डे आफ्नी श्रीमतीसँग पाहा खोज्न भामडोरी झरना गएका थिए । झरनाको टुप्पामा पुगेर पाण्डेले आफ्नी श्रीमती(लाई मनमा लागेको कुरा भने। बुढी, मलाई त यस झरनाबाट उड्न मन लाग्यो । एकछिनपछि नाम्बुर पाण्डे झरनाको टुप्पोबाट साच्चै हाम फाले । उसकी बुढी बुढा फर्केर आउँछन् भनेर कुरेर बसिन् तर बुढा फर्केर आएनन्। बेलुकी एक्लै रुँदै घर फर्किन् र सबै आफन्तहरूलाई त्यहाँ भएको घटना भनिन् । आफन्तहरूले खोजीनिती गरे तर भेट्टाउन सकेनन् । मरेकै होला भनेर उनीहरूको रीतिरिवाजअनुसार काजकिरिया गरे । ती नम्बुर पिङ्रा दिन (पाँचौं दिन) घर फर्केर आउँदा सबै अचम्मित भए। श्रीमती लगायत गाउँलेहरूले नाम्दुरलाई कसरी यस्तो भयो भनी सोधे ।

“म झरनाको टुप्पाबाट हाम फालेर तल पुग्दा नागरानीले थापेर समातिराखिन्। नागरानीले सोधपुछ गरी खाना खुवाइन् । मलाई नागरानीले ढ्याङ्ग्रो दिएर भनिन्, तिमी यो ढ्याङ्ग्रो सात पल्ट बजाऊ । सात पटक ढ्याङ्ग्रो बजाउँदा तिमी तल तल गयौ भने मेरो श्रीमान हुन्छौ भनेर सर्त राखिन् । मैले ढ्याङ्ग्रो बजाउन सुरु गरेँ तर म माथि माथि सर्दै गएँ । त्यसो हुनाले, मेरो श्रीमान् बन्न सक्दैनौ भनेर नागरानीले छोडेर पठाएको हो । नाम्बुर पाण्डेने आफ्नो परिवारलाई भने । आजभोलि गालसाराङ जातिहरू नाम्बुरको सन्तान र नागसँगको नाता छ भन्ने विश्वास गर्दछन् ।

अहिलेको युवापुस्ताले चेपाङ भामडोरी झरना भनेर नाम राखिएको छ । चेपाङकै गाउँवस्ती, समुदाय छ । चेपाङहरू यस झरनाको काखमा घुमफिर गर्ने गर्छन् । झरनामा नुहाउने, रमाउँदै खेल्ने भएकाले भामडोरी झरना भनेर नाम राखिएको हो ।

यो झरना राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको वडा नं. ८ मैसीराङ्ग र चामन्ती गाउँका बिचमा छ । यस झरनामा जानका लागि महेन्द्र राजमार्गको मनहरी गाउँपालिकाको मनहरी बजार हुँदै पेङ्चे दारिङ्बास सडकबाट कुतासिङदेखि पश्चिम उत्तर तिर लागेर देवीटार गाउँसम्म मोटरबाइक, गाडी र अटोमा चढेर सजिलै करिब ३० मिनेटमा पुग्न सकिन्छ । सडकबाट पैदल हिँडेर १ घण्टा ३० मिनेट र पुग्न सकिन्छ भने राक्सिराङ्ग गाउँपालिकादेखि पैदल र यातायातबाट कुतासिङ हुँदै जेर्खीखोलाबाट जान सकिन्छ । देवीटारदेखि मैसिराङ्ग गाउँसम्म पैदल र साधन चलेको बेलामा जान सकिन्छ । यस मैसिराङ्ग गाउँमा चेपाङ जातिको बसोबास बाहुल्य र चेपाङ जातिको रहनसहन, भेषभूषा, रीतिरिवाज देख्न र हेर्न सकिन्छ । यस गाउँदेखि झरनासम्म जान हिँडेर ३० मिनेट लाग्छ ।

यस झरनाको आफ्नै विशेषता रहेको छ । झरनाको लम्बाइ करिब ७० मिटर रहेको छ । सधैँ काममा व्यस्त भएर बाहिर घुमेर मनलाई शान्त पार्न यस झरनामा गएर रमाउन सकिन्छ । यस झरनामा पौडी खेल्न, पाहा खोज्न र

स्थानीय माछा, गँगटा खोज्न सकिन्छ। चेपाङहरूले बिहान बेलुकी मिठो तरकारी खाने र घुम्न आउने पर्यटकहरूलाई यी कुरा खुवाउने गरेको पनि पाइन्छ।

पिता पुर्खाहरूले दैनिक गुजारा चलाउने क्रममा बिहान बेलुकी यस झरनामा पानी खान आउने मृगको सिकार गरी खान्थे। दिनभरि गाई वस्तुहरू चराउन लाने, गर्मीको समयमा पौडी खेल्ने, नुहाउने, झरनाको वरिपरि पाइने सिस्नु, साग टिप्ने र घाँसपात गर्ने गर्थे। आजभोलि यो झरना सुक्दै गएको छ। तीव्र रूपमा खोरिया फँडानी गरिएको छ। मानिसहरूको बसोबास वृद्धिका कारण जङ्गल नाश हुँदै पानी सुक्दै गएको छ। जीवजनावर पनि नासिँदै र लोप हुँदै गएको छ।

अहिले यस समुदायका युवा पुस्ताहरू शिक्षित भएका छन्। जनचेतनामा वृद्धि भएको छ। त्यसैले यो झरना संरक्षण र पहिलेको जस्तै सुन्दर र मनोरञ्जक बनाउन लागिपरेका छन्। पर्यटकीय स्थल बनाएर राष्ट्र र अन्तर्राष्ट्रियसम्म चिनाउन र आर्थिक स्रोतको लाभ लिनका लागि यस झरनालाई तारबार गर्ने र पौडी खेल्ने ठाउँ बनाउने र आराम गर्ने सोच र लक्ष्य राखेका छन्। वन जङ्गल वृद्धिका लागि वृक्षारोपण गरी हरियाली वातावरण बनाउन पनि लागि परेका छन्।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

क) भामडोरी झरना कहाँ अवस्थित छ ?

ख) भामडोरी झरनाको नाम कसरी रहन गयो ?

ग) भामडोरी झरनाको वरपर कुन जातिको बाहुल्य रहेको छ ?

घ) भामडोरी झरनाको संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्नका लागि के कस्ता प्रयासहरू भएका छन् ?

ङ) यसका मुख्य विशेषताहरू के के हुन् ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

क) भामडोरी एउटा.................... झरना हो ।

ख) यो झरना .... गाउँको बिचमा अवस्थित छ ।

ग) हिजोआज पनि गालसाराङ जातिहरूले हामी ....सन्तान हौँ भन्ने गर्दछन् ।

घ) आजभोलि ....झरनाको पानी सुक्दै गएको छ ।

ङ) भामडोरी झरनालाई ....स्तरसम्म चिनाउन कोसिस गरिँदै छ ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर कापीमा लेख्नुहोस् :

क) भामडोरी झरना राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको वडा नं. ८ मा अवस्थित छ ।

ख) यय झरनाको लम्बाई १०० मिटर छ ।

ग) भामडोरी झरनाको वरपर चेपाङ जातिको रहनसहन, भेषभूषा आदि देख्न र हेर्न सकिन्छ ।

घ) यस झरनाको आफ्नै वास्तविक कथा छ ।

४. तपाइँको गाउँमा रहेको कुनै प्रसिद्ध झरनाका बारेमा आफ्ना अभिभावकसँग सोधी एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. माथिको अनुच्छेद अध्ययन गरी तपाईँको घरनजिक रहेको कुनै पर्यटकीय स्थलका बारेमा वर्णन गर्दै एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

६. आफ्नो समुदायमा रहेका धार्मिक तथा पर्यटकीय स्थलहरूका बारेमा अभिभावकसँग सोधपुछ गरी लेख्नुहोस् ।

७. पर्यटन विकासमा तपाईँहरू जस्ता युवा विद्यार्थीहरूको भूमिका के के हुनसक्छन् वर्णन गर्नुहोस् ।

१२

जडीबुटीको संरक्षण

पाँचऔँले	**सर्पगन्धा**	**अमला**

औषधीका रूपमा प्रयोग गरिने वनस्पतीलाई जडीबुटी भनिन्छ। वनस्पतिको जरा, काण्ड, डाँठ, हाँगा, पात, फूल, फल, बोक्रा, टुक्रामा औषधीका गुण हुन्छन्। तिनै औषधीको गुण भएका वनस्पतिलाई जडीबुटी भनिन्छ। मानिसहरू बिरामी हुँदा रुख, बिरुवाका पात, जरा, काण्ड, फल र फुललाई घरायसी औषधीको रूपमा प्रयोग गरेका हुन्छन्। तिनले सानातिना रोग सजिलै निको पार्दछ। खासगरी राक्सिराङ्गको पहाडी भागमा बसोबास गर्ने चेपाङ जाति र अन्य जातिहरूले पनि पहिला पहिला रोग लाग्दा गाउँघरमै जडिबुटीहरू बनाएर सेवन गर्ने गरेको पाइन्छ। राक्सिराङ्गमा पाइने जडीबुटीहरू कुरिलो, सिस्नो, गुर्जो, अमला, हर्रो, बर्रो, सर्पगन्धा, गिट्ठा, हर्सुलो, अदुवा, बेसार, उल्टेफ्कार, घिउ कुमारी, पाँचऔँले, सिङगे धूप हुन्। हाम्रो गाउँपालिकाभित्र यी बाहेक अरू पनि जडीबुटी हुन सक्छन्। खोज अनुसन्धान गर्ने जिम्मेवारी हाम्रो नै हो। यहाँ पाइने जडीबुटी अर्थात् वनस्पतिहरू औषधीका रूपमा मात्र नभई शृङ्गार सामग्री, सुगन्धित तेल, साबुन, धुप, बनाउन प्रयोग गरिन्छ।

आफ्नो वरपर भएका जडीबुटी पहिचान गर्नुका कुन रोगका लागि कुन जडीबुटी उपयोगी हुन्छ परीक्षण गरी पहिचान गर्नु साथै आवश्यकताअनुसार प्रयोग गर्नु

नै जडीबुटीको संरक्षण हो । हिजोआज जडीबुटीको व्यावसायिक खेती समेत गर्ने गरेको पाइन्छ । हाम्रो राक्सिराङ्ग क्षेत्रहरूका भिर, पाखा, वन जङ्गल, खेत बारीका कान्लाहरूमा विभिन्न किसिमका जडीबुटीहरू पाइन्छन् । यस्ता महत्त्वपुर्ण जडीबुटीको संरक्षण र संवर्धन गर्न सके बिरामी पर्दा तत्काल उपचार गर्न सकिन्छ। व्यावसायिक जडीबुटी खेती गर्दा राक्सिराङ्गका मानिसको आम्दानीका स्रोत बन्न सक्छ। रोजगारीका अवसर बढ्छ।

कुन र कस्तो रोग लागेमा कुन जडिबुटी प्रयोग गर्ने ? बुढापाकाहरूको भनाइ यसअनुसार छ :

क्र.सं.	**रोग वा चोटपटक**	**जडीबुटी**
१	रुघाखोकी र सर्दी लागेमा	तुलसीको पात बेसार अदुवा रुदिलो
२	टाउको दुखेमा वा ज्वोरो आएमा	बेसार
३	पेट दुखेको बेला अपच हुने	ज्वानो
४	गानो गोला वा ग्यास्ट्रिक भएको बेला	हर्रोबर्रो, अमला
५	भाँचिएको ठाउँमा	हर्सुलो,
६	ग्यास्ट्रिक र अल्सरको बिरामीको लागि	चिउरीको घिउ
७	पिनास भएमा	अभिजालो

राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाभित्र विविध हावापानी र माटाको प्रवृति पाइन्छ। फरक फरक हावापानीमा फरक फरक जडीबुडी पाइन्छ। जस्तै बुर्जा डाँडा, खैराङको लेक, दुईचुली डाँडाका लेक, भिबुङका लेकमा चिसो हावापानी पाइन्छ। चिसो हावापानीमा पाइने जडीबुडी के के हुन सक्छ ? खोज अनुसन्धान गर्नुपर्दछ । ती जडीबुटी कुन कुन उपचारका लागि उपयोगी हुन सक्छन् ? आम्दानीको स्रोत बन्न सक्छ या सक्दैन ? यदी राम्रो आम्दानीको स्रोत बन्न सक्छ भने

कसरी व्यावसायिक खेती गर्ने ? वनजङ्गलमा पाइने जडीबुटीलाई कसरी संरक्षण र उपयोग गर्ने जस्ता कुरामा खोज अनुसन्धान गर्नुपर्दछ । यस्तै, मध्यपहाडी भूभाग र बेँसीमा पाइने जडीबुटी के के छन् ? खोज अनुसन्धान गर्नुपर्दछ। यस्ता जडीबुटी संरक्षण र उपयोग गर्ने उपायहरूको योजना स्थानीय तहबाटै बनाउनुपर्दछ। त्यसैले लोप हुन लागेका वा मासिएर गएका जडीबुटी जोगाउने र बढाउने काममा हरेक स्थानीय तहका मानिसहरू एकजुट भएर लाग्नुपर्ने देखिन्छ। तिनै लोप हुन लागेका जडीबुटीहरूको संरक्षण र संवर्धनका उपायहरूलाई निम्नानुसार सूचीबद्ध गर्न सकिन्छ :

- कुन क्षेत्रमा कुन कुन जातका जडीबुटीजन्य वनस्पति पाइन्छ, पहिचान गर्ने ।
- ती जडीबुटीहरू कुन कुन रोगका लागि कसरी प्रयोगमा आएका छन्, खोजी गर्ने ।
- वन जङ्गलमा पाइने जडीबुटीजन्य वनस्पति संरक्षण गर्न चरिचरण बन्द गर्ने । आगोलागी हुन नदिने, अन्य झाडी सफा गर्ने, जडीबुटीजन्य वनस्पतिको गोडमेल गर्ने ।
- व्यावसायिक खेती गर्न सकिने जडीबुटीजन्य वनस्पति पहिचान गर्ने ।
- प्राविधिक सल्लाह लिई व्यावसायिक खेतीको योजना बनाउने ।
- जडीबुटी खेती गर्न प्रोत्साहन गर्ने ।
- खेती र प्रविधिका बारेमा विशेषज्ञहरूबाट तालिमको व्यवस्था गर्ने ।
- अवैध रूपमा जडीबुटीको चोरी निकासी गर्नेलाई कडा कारबाही गर्ने ।
- भेला, सभा, गोष्ठी गरी जडीबुटीको महत्त्व र आवश्यकता बारे व्यापक

रूपमा जनचेतना जगाउने ।

- स्थानीय स्तरमा लोप हुन लागेका जडीबुटीको नर्सरी तयार गर्ने, बिउ बेर्नाको वितरण र प्रचार प्रसार गर्ने ।
- रोग लाग्दा रोगअनुसार जडीबुटीको प्रयोग गर्ने ।
- स्थानीय संरक्षण र पर स्थानीय संरक्षणका उपायहरू अवलम्बन गर्ने ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

क) जडीबुटी भन्नाले के बुझिन्छ ?

ख) आफ्नो घरवरपर रहेका कुनै १० ओटा जडीबुटीको नाम लेख्नुहोस् ।

ग) जडीबुटीहरूलाई कुनकुन रोगका लागि प्रयोग गरिन्छ ?

घ) जडीबुटीको संरक्षण र संवर्धन किन गर्नु पर्दछ ?

ङ) जडीबुटीहरूको संरक्षण र संवर्धनका कुनै पाँचओटा उपायहरू लेख्नुहोस् ।

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

क) औषधीमा प्रयोग गरिने वनस्पतिलाई .... भनिन्छ ।

ख) जडीबुटीहरूको संरक्षण गर्नु .... कर्तव्य हो ।

ग) जडीबुटी खेतीबाट .... स्रोत बढाउन सकिन्छ ।

घ) हावापानी र ठाउँअनुसार .... जडीबुटी पाइन्छ ।

ङ) अवैध रूपमा जडीबुटीलाई ....गर्नेलाई कडा कारवाही गर्नु पर्दछ ।

३. मिल्ने भनाई मात्र कापीमा लेख्नुहोस् :

क) जडीबुटीलाई औषधीका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

ख) जडीबुटीहरूको संरक्षण गर्नु हामी सबैको दायित्व होइन ।

ग) जडीबुटीलाई व्यावसायिक खेती बनाउन सकिन्छ ।

घ) भूगोलअनुसार जडीबुटीहरू फरकफरक पाइन्छ ।

ङ) जडीबुटीहरू चोरी निकासी गर्नबाट रोक्नुपर्छ ।

४. तपाईँको घरवरपर पाइने कुनै एक जडीबुटीको उपयोगिता आफ्ना अभिभावकसँग सोधी एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. तपाईँले कुन रोगका लागि, कुन जडीबुटी, कसरी प्रयोग गर्नुभएको छ, अनुभवका आधारमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

६. तपाईँको घर वरपरको जङ्गलमा पाइने कुनै १० ओटा जडीबुटीहरू पहिचान गरी तिनको नाम समेत लेख्नुहोस् ।

७. कक्षाका सबै साथी तपाईँको विद्यालय वरपर जानुहोस् । सबैले फरक फरक जातका एक एक ओटा जडीबुटीका पात लिएर कक्षामा आउनुहोस् र त्यसको सामान्य परिचय साथीलाई दिनुहोस् ।

१३ घरेलु सामान र कच्चा पदार्थ

राक्सिराङ्गमा डोको, डालो, कुच्चो, नाङ्लो जावी, मुढा, गुन्द्री, मान्द्रो, खुकुरी, सुकुल, घुम, टपरी, गलैँचा, मैन बत्ती, मादल, बाँसुरी, खैँजडी, ढ्याङ्ग्रो जस्ता घरेलु सामग्रीहरू बन्ने गरेको पाइन्छ । यी मध्ये केही सामग्रीहरू यहाँका मानिसले फुर्सदका समयमा आफ्नो घरयसी प्रयोगका लागि बनाइएको पाइन्छ । केही सामग्रीहरू निर्माण गरी आयआर्जन गरेको पनि पाइन्छ । यी सामग्रीहरू मानिसको दैनिक जीवनमा अति आवश्यक छन् । यी सामग्रीहरू घरेलु उद्योगका रूपमा विस्तार गर्दा राम्रो आम्दानीको स्रोत बन्न सक्छ । यी सामग्री निर्माणका लागि पर्याप्त कच्चा पदार्थको आवश्यकता पर्दछ । राक्सिराङ्गमा यी सामग्री निर्माणका लागि कच्चा पदार्थ पर्याप्त भएको पाइन्छ ।

बाँस

बाँस हामी सबैको परिचित वनस्पति हो । हामीले बाँसको तामाको तरकारी वा अचार खाने गरेका छौँ । गाईबस्तुलाई बाँसको घाँस खुवाएका छौँ । अब भने बाँसको योभन्दा बृहत् उपयोगको समय आएको छ । राक्सिराङ्ग पहाडी भूभाग हो । यहाँ सडक सञ्जाल विस्तार भएका छन् । यहाँ पहिरो जाने भूभागहरू छन् । यस्ता ठाउँमा बाँस लगाई बाँसको बृहत् उपयोगको समय आएको छ ।

गाउँघर छेउछाउका रूखोपाखो जमिनमा व्यावसायिक सोचका साथ बाँस हुर्काए पाँच वर्षमा आयको एउटा गतिलो स्रोत तयार हुनेछ । बाँसलाई गरिबको काठ भनिन्छ । जन्मेदेखि मृत्युसम्म चाहिने बाँस सबभन्दा सस्तो र भरपर्दो बस्तु हो ।

राक्सिराङ्गका बेँसीदेखि मध्यपहाडसम्म प्राकृतिक रूपमै बाँस सप्रन्छ । तीनदेखि ३० मिटरसम्म अग्लो हुने यो वनस्पतिका १४०० प्रजाति छन् ।

कम लगानीमा हुर्काउन सकिने र चाँडो बढ्ने वनस्पतिमा पर्छ, बाँस । बाँस लगाउन खेती भइरहेका खेतबारी पनि चाहिँदैन । सिँचाइ नहुने र बाँदर लाग्ने ठाउँहरूमा पनि बाँस, गोडमेल नगरेरै सप्रिन्छ ।

बाँस खेतीमा सबभन्दा सजिलो के छ भने यसलाई एकपटक रोपेर तामा टुसाउने बेलामा सामान्य रेखदेख गरे पुग्छ । स्वास्थ्यवर्धक तरकारी र अचारका लागि प्रसिद्ध बाँसको तामा गाईबस्तुले पनि असाध्य मन पराउने हुनाले वर्षामा यसको सामान्य रेखदेख हुनुपर्छ । तामा जोगाएपछि बाँस हुर्काउन न मल आवश्यक पर्छ न त सिंचाइ ।

बाँसबाट हस्तकलाका आकर्षक डोको, डालो, नाङ्लो, पाथी, खोगी, पेरुङ्गो, थुन्से, मान्द्रो, खेलौना, आलमारी, ह्याङ्गर, टेबुल-कुर्सी, सोफालगायतका फर्निचर बनाएर आयआर्जन बढाउन सकिन्छ । योजनाका साथ काम गर्ने हो भने पाँच-दश वर्षभित्र हामी कागज उत्पादन उद्योग स्थापनाको तहमा पुग्न सक्छौं । बाँसखेतीले कागज कारखाना स्थापनाको बाटो खुल्छ भने कारखाना स्थापनाले बाँस खेती बढाउँछ ।

अम्रिसो

लामो डाँठ हुने एक प्रकारको घाँस हो । यो राक्सिराङ्गको विभिन्न क्षेत्रमा पाइन्छ । यो फुल्दा त्यसको माथिबाट कुचो निस्कन्छ । यस फूलबाट कुचो बनाई बनाई कृषकहरूको मुख्य आमदानीको एक स्रोत बन्न सक्दछ । कुचो नेपालका विभिन्न सहरका अतिरिक्त भारतमा समेत निकासी हुने गरेको छ ।

पराल

धानको बोटलाई पराल भनिन्छ । परालबाट गुन्द्री, चकटी, सुकुल बनाउन सकिन्छ। गाउँ सहरमा गुन्द्री सुकुलको अत्यधिक माग हुने भएकाले घरेलु उद्योगका रूपमा उत्पादन गरी आम्दानी गर्न सकिन्छ ।

सालको रुख

साल रुख वर्गमा पर्ने एक वनस्पति हो । यो वनस्पति राक्सिराङ्गको बेँसी र मध्यपहाडको जङ्गलमा पाइन्छ । यसको काठ बलियो, नकुहिने अग्राख हुने भएकाले घरका झ्याल ढोका र फर्निचरमा प्रयोग गरिन्छ । यसको पात दुना टपरी गाँसी थाल वा प्लेटका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

भोर्लाको पात :

भोर्ला जङ्गलमा पाइने एक प्रकारको घाँस हो । यो रुखको सहायताले धेरै लामा र रुखभरि झ्याँगिने वनस्पति हो । यसबाट पात निकाली नाम्लो दाम्लो बनाउन सकिन्छ । नाम्लो घरयासी प्रयोगका लागि र बेच्नका लागि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो गाई भैँसीका लागि बाँध्न गोलिपाहरू (मुढा) तान्नका लागि र दाम्लो बाटेर यसको प्रयोग गर्न सकिन्छ। भोर्लाको टाटा खानाको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यसको पात दुना टपरी गाँसेर विवाह भोज साथै अन्य भोजमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

बाबियो :

बाबियो एक प्रकारको रुखो वा भिर पाखामा हुने बुट्यान वास्पति हो। बाबियोबाट

घरायसी काममा प्रयोग गरिने विभिन्न घरेलु सामान बनाउन सकिन्छ। बाबियोको बोटबाट डोरी बाटी दाम्लो बनाउन सकिन्छ। डोरीबाट ढकिया बनाउन सकिन्छ। लिङ्गे पिङ बनाउन सकिन्छ । घर छाउनलाई यो अति उत्तम हुन्छ ।

कच्चा पदार्थको कुरा गर्दा खुकुरी, कुटो कोदालो, हँसिया बनाउनका लागि फलाम कच्चा पदार्थ हुन् । जावी ओदालको पाटबाट बनाउन सकिन्छ । यसै गरी राक्सिराङ्गमा बन्ने अन्य घरेलु सामग्रीका लागि चाहिने कच्चा पदार्थ के के हुन सक्छन्, हामीले खोजी गर्नु पर्दछ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) घरेलु उद्योगको परिचय दिनुहोस् ।

(ख) बाँसलाई गरिबको काठ किन भनिएको हो ?

(ग) बाँसबाट के-के निर्माण गर्न सकिन्छ ?

(घ) परालबाट के-के बनाउन सकिन्छ ?

(ङ) सालको काठ के-के बनाउन प्रयोग गरिन्छ ?

२. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

(क) बाँसबाट निर्माण भएको सामग्री तलका मध्ये कुन हो ?

१) नाम्लो   २) ढकिया   ३) दामलो   ४) मान्द्रो

(ख) तलका मध्ये अम्रिसोबाट निर्माण गर्ने सामग्री कुन हो ?

१) नाम्लो   २) दाम्लो   ३) मान्द्रो   ४) कुचो

(ग) बाबियोबाट निर्माण भएको सामग्री तलका मध्ये कुन हो ?

१) नाम्लो   २) ढकिया   ३) मान्द्रो   ५) कुचो

(घ) भोर्लाको पातबाट निर्माण हुने सामग्री तलका मध्ये कुन हो ?

१) टपरी   २) मान्द्रो   ३) कुचो   ४) ढकिया

३. मिल्ने शब्द छानी धर्का तानेर जोडा मिलाउनुहोस् :

(क) बाँस	कुचो
(ख) बाबियो	दाम्लो
(ग) अम्रिसो	गुन्द्री
(घ) भोर्ला	डोको
(ङ) पराल	ढकिया

४. घरेलु उद्योगका लागि आवश्यक पर्ने कच्चा पदार्थका बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. घरेलु उद्योगका लागि प्रयोग हुने कच्चा पदार्थको तालिका निर्माण गर्नुहोस् ।

६. आफू बसेको समुदायमा गई अवलोकन गरी घरेलु उद्योगको कच्चा पदार्थको विकासक्रमको बारेमा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

७. बाँसबाट निर्माण गर्न सकिने सामग्रीहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

१४ घरेलु सामग्री निर्माण गर्ने तरिका

हरेक काम गर्न सिप र जाँगर चाहिन्छ । त्यस्तै घरेलु सामान डोको, डालो, कुच्चो, नाङ्लो जावी, मुढा, गुन्द्री, मान्द्रो, खुकुरी, सुकुल, घुम, टपरी, गलैंचा, मैन बत्ती, मादल, बाँसुरी, खैंजडी, ढ्याङ्ग्रो निर्माण गर्न पनि सिप र जाँगर चाहिन्छ । घरेलु सामग्री निर्माण गर्न देखेर मात्र हुँदैन । जानेका अर्थात् सिप भएका व्यक्ति सँगसँगै बसेर सिक्नुपर्छ । एकछिन सिकेर पुग्दैन । आफू त्यस सामग्री निर्माण गर्न निपुर्ण नभएसम्म अभ्यास गर्नुपर्दछ । तपाइँका बुबा वा छिमेकमा बा, दाइले डोको, डालो, नाङ्लो मान्द्रो, मुढा बनेको बनेको देख्नुभएको होला । आमा भाउजूले दुना टपरी गाँसेको, गुन्द्री सुकुल बुनेको देख्नुभएको होला । यदि देख्नुभएको छैन भने कसरी यी सामान बुन्ने रहेछ, हेर्नुहोस् । हामीले जानेको सिप कहिले खेर जाँदैन । एउटा सिप जानेपछि त्यही सिपका आधार नयाँ सिपको विकास हुन्छ । नयाँ नयाँ आविष्कार गर्न सकिन्छ । तपाईंलाई थाहा छ जसले लामो समयसम्म सियोको भरमा लुगा सियो, उसैले लुगा सिउने कलको आविष्कार गऱ्यो । त्यसकारण यो कुरा बाट के पुष्टि हुन्छ भने जीविकोपार्जनका

लागि मात्र सिप चाहिने होइन कुनै आविष्कारका लागि पनि सिप चाहिने रहेछ। हाम्रो राक्सिराङ्गमा कुन कुन घरेलु सामान कसरी बन्ने रहेछन्, पढौँ र सिप भएका मानिससँगै बसेर सिकौँ, है त ?

डोको कसरी बन्छ भनेर कक्षा पाँचमा पनि पढेका थियौँ। दानबहादुर काकाले तपाईँलाई बाँस काट्न, बाँस फुटाउन, बाँसबाट चोया निकाल्न र चोयाबाट डोको बुन्न पनि सँगसँगै सिकाउनुभएको थियो, हो कि हैन ? हो, अब हामी जावी कसरी बुन्ने यो कुरा सिक्ने छौँ।

जावी

जावी राक्सिराङ्गको पहिचान हो किनभने यो राक्सिराङ्गका चेपाङ जातिले मात्र बनाउँछन्। यो साना तिना सामान हलेर बोक्ने जालीवाल झोला हो। जावीमा सामान हालेर बोक्न छरितो, हल्का र सुहाउँदिलो हुनाले पनि उपयोगी हुन्छ। जावी केबाट कसरी बनाउने पाठबाट जानकारी लिउँ अनि हाम्रा बज्यै, दिदी भाउजूसँग बसेर बन्न सिकौँ, है त ?

जावी बुन्नका लागि धागो चाहिँन्छ। जावी बुन्नका लागि कच्चा पदार्थ ओदालको पाट हो। ओदाल भनेको रुख वर्गमा पर्ने एक किसिमको वनस्पति हो। ओदाल राक्सिराङ्गको बारी र जङ्गलहरूमा प्रशस्त पाइन्छ। ओदालको रुखमा बाक्लै मसिना हाँगा हुन्छन्। ती हाँगाहरूलाई छासेर बोक्रा निकालिन्छ। ती बोक्रालाई खरानी पानी राखेर ३-४ पानीसम्म उमाल्नुपर्छ। त्यसलाई पानीले पखाली सुकाउनुपर्छ। राम्रोसँग सुकाएपछि पाट तयार हुन्छ। पाटबाट मसिनो डोरी बाटिन्छ। एउटा जावी १२५ मिटरजति लामो डोरी वा धागो चाहिन्छ। त्यस धागोलाई हात पाखुरामा सपेटी बनाएर बेरिन्छ। डोरीको एक मुखलाई बाँसको सुइरो वा दुम्सी काँडाको सियोले नियमअनुसार बुन्दै जानुपर्छ। एउटा जावी बुन्न तीन दिन लाग्छ। यसरी जावी तयार हुन्छ।

मान्द्रो :

राक्सिराङ्कको प्रायः ओडाहरूमा मान्द्रो बुन्ने गरिन्छ । मान्द्रो बारी वा वनमा पाइने बाँसबाट बनाउन सकिन्छ। मान्दो पाहुँना आउँदा, दुलाहा दुलहीका लागि, नुवागी जस्ता चाडपर्वमा फलैँचामा बिछ्याई चोखोनितोका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

मान्द्रो बनाउन चाहिने आवश्यक सामग्री :

- बाँस	- खुर्पा	- हाते करौँती	- चक्कु

मान्द्रो तयार गर्ने तरिका

सर्वप्रथम बारी वा वनबाट बाँस काटेर ल्याउने । त्यसपछि हाते करौँतीले आँख्लानेर पर्ने गरी टुक्रा पार्नुपर्छ । त्यसलाई खुर्पाका सहायताले दुई फक्ल्याँटा पार्नुपर्छ। काटिएको भित्री सोतो भाग निकाली फ्याँक्नुपर्छ। भित्री भाग निकाली सकेपछि कप्टेरालाई सफा गर्नुपर्छ। खुर्पा वा चक्कु वा हँसियाको प्रयोग गरी चोया निकाल्नुपर्छ । निकालिएको चोयालाई भिजाएर सुकाउनुपर्छ । चोया निकालिसकेपछि आफ्नो इच्छानुसारको आकारमा मान्द्रो बुन्न सकिन्छ ।

जावी र मान्द्रो जस्तै हाम्रो राक्सिराङ्गमा बनाउने घरेलु सामानहरू डोको, डालो, कुच्चो, नाङ्लो मुढा, गुन्द्री, खुकुरी, सुकुल, घुम, टपरी, गलैँचा, मैन बत्ती, मादल, बाँसुरी, खैँजडी सामान के कसरी बन्छन् ? अवलोकन गर्नुहोस् र तपाइँ पनि बनाउन सिक्नुहोस, है त ?

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) मानिसमा हरेक काम गर्नका लागि के चाहिन्छ ?

(ख) राक्सिराङ्गको पहिचान जाबी केबाट कसरी निर्माण गरिन्छ ?

(ग) कुनै कुराको अविष्कार गर्न के चान्छि ?

(घ) मान्द्रो बनाउनका लागि आवश्यक सामग्रीहरू के के हुन् ?

(ङ) ओदालको पाटबाट धागो निर्माण गर्न के के गर्नुपर्छ ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

(क) सामग्री निर्माण निपुण नभएसम्म .... गर्नुपर्छ ।

(ख) डोको बाँसको .... बाट निर्माण हुन्छ ।

(ग) जाबी राक्सिराङ्गका .... जातिले बनाउँछन् ।

(घ) जीविकोपार्जनका लागि .... चाहिन्छ ।

(ङ) डोको, मान्द्रो, टपरी आदि हाम्रा .... सामान हुन् ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

(क) हरेक काम गर्नका लागि मानिसमा के चाहिन्छ ?

१) सिप २) बल ३) बुद्धि ४) अनुभव

(ख) घरेलु सामान निर्माण गर्न के भएर मात्र हुँदैन ?

१) देखेर २) सुनेर ३) बोलेर ४) चिनेर

(ग) बाँसको केबाट डोको निर्माण हुन्छ ?

१) पात २) चोया ३) डाँठ ४) कप्टेरो

(घ) जाबीलाई राक्सिराङ्गका केका रूपमा लिइन्छ ?

१) पहिचान २) परिमाण ३) परिमान ४) पहिरन

(ङ) मान्द्रो बनाउन आवश्यक सामग्रीहरूमध्ये अति आवश्यक कुन हो ?

१) पाट २) धागो ३) बाँस ४) पराल

४. घरेलु निर्माण सामग्री डोकोको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. मान्द्रो र जाबी निर्माण गर्ने तरिका लेख्नुहोस् ।

६. आफ्नो छरछिमेकमा रहेका घरेलु सामग्रीहरूको निर्माण अवलोकन गरी प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

७. सिप र जाँगरको प्रयोग गरी घरमा निर्माण गर्न सकिने दश ओटा सामग्रीहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

१५ स्थानीय प्रविधिको विकास क्रम

मानिसले जीवनयापन सहज बनाउन विभिन्न यन्त्रहरू निर्माण गर्छन् । ती यन्त्रहरू प्रयोग गर्ने विधिहरू अपनाउँछन् । यसरी निर्माण गरिएका यन्त्र र प्रयोग विधिलाई प्रविधि भनिन्छ । यसरी मानव उत्पतिदेखि अहिलेसम्म राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा धेरै प्रविधिको विकास भएको पाइन्छ । प्रविधिको विकासको जग भनेको स्थानीय प्रविधि नै हो ।

मानिस चेतनशील प्राणी हो । उसले आफ्नो जीवनयापन सहज बनाउन बुद्धि लगाउँछ । मानिसको उत्पत्ति र विकासक्रमलाई हेर्दा पहिला मानिस जङ्गलमा वस्थे । नाङ्गै हुन्थे । ढुङ्गाको सहायताले सिकार गर्थे । काँचो मासु खान्थे । ढुङ्गामा ढुङ्गा ठोक्किँदा आगो निस्कियो । त्यसबाट आगोको विकास गरे । मासु पोलेर खाँदा मिठो भयो । मासु पोलेर खान थाले । हिउँदमा निकै जाडो भएकाले रुखका पात र लहराबाट लुगा बनाएर लगाउन थाले । जङ्गलमा बस्दा हुरी बतास, आगो घाम पानीबाट बच्न गाह्रो भयो । त्यसैले घर बनाएर बस्न लागे । जङ्गलको कन्दमूल र सिकारले बाँच्न गाह्रो भयो । अन्नको विकास गरे । अन्न खेती गर्न लागे । यसरी सुरु भएको मानव विकास सँगसँगै जीवनयापनका क्रममा धेरै प्रविधिका विकास हुँदै आएका छन् । यसको अवशेष हाम्रो राक्सिराङ्गमा पनि देख्न र सुन्न पाइन्छ । केही चेपाङहरू करिब दुई दशक अगाडिसम्म ओढारमा बसोबास रहेको तथ्य प्राप्त भएको छ ।

हाम्रो राक्सिराङ्गमा स्थानीय प्रविधिको विकास कसरी हुँदै आएको छ, केही उदाहरणहरू हेरौँ ।

यहाँका मानिसहरू पहिला मकै खेती गर्थे । मकैलाई सिलौटामा पिस्थे र ढिंडो पकाएर खान्थे । सिलौटामा मकै पिसेर पिठो बनाउने काम जटिल थियो । जसले गर्दा जाँतोको विकास भयो । लामो समय जाँतामा पिठो पिँधे । जाँतोमा मकै पिस्ने काम पनि जटिल हुँदै गयो । त्यसपछि घट्टको विकास भयो । घट्टमा पिठो पिसेर निर्वाह गर्न निकै सहज भयो । लामो समयपछि मीलको विकास भयो । अहिले मानिसहरू मिलमा पिठो पिसेर मकैका परिकार बनाएर खान्छन् । यसरी सिलौटादेखि मिलसम्मको प्रविधिको विकास भयो । यसरी हेर्दा मिलको विकासको जग सिलौटालाई मान्न सकिन्छ ।

यसै गरी पहिला मानिसहरू धानलाई सिलौटामा दरालेर चामल बनाउँथे । यो काम जटिज भयो । त्यसपछि ओखलको विकास भयो । ओखलमा पनि लामो समय चामल कुटे । ओखलमा पनि गाह्रो र झन्झटिलो भयो । त्यसपछि ढिकीको विकास भयो । लामो समय ढिकीमा धान कुटेर निर्वाह गरे । त्यो पनि गाह्रो र झन्झटिलो भयो । त्यसपछि पानी मिल हुँदै बिद्युतीय मिलको विकास भयो । अहिले मानिसहरू बिद्युतीय मिलमा धान कुटेर चामल बनाउँछन् । यसरी चामलबाट विभिन्न परिकार बनाएर खान्छन् । अब विचार गरौँ त, धानलाई सिलौटामा दलेर चामल बनाउँदाको जीवन निर्वाह कति जटिल थियो ? अहिले मिलमा चामल बनाउँदा कति सहज भएको छ !

यसरी नै राक्सिराङ्गमा भएका स्थानीय प्रविधिहरू माछा मार्ने ढडिया, चरा मार्ने लिसो, चमेरो मार्ने जाली, जाल, कोल, घट्ट, आरन, धनुबाँड, हलो, ठेकी मद(ानीको विकास कसरी भएको छ, हामी खोजी गर्न सक्छौँ ।

यो वैज्ञानिक युग हो । विश्व बजारमा हेर्दा प्रविधि क्षेत्रमा धेरै वैज्ञानिक आविष्कार भएका छन् । विकास भएका प्रविधि सबै मानिसका आवश्यकतामा आधारित छन् । वैज्ञानिक आविष्कार र प्रविधिको विकासले मानिसको जीवनयापनमा निकै सहज बनाएको छ । हाम्रा स्थानीय प्रविधिलाई पनि अझै विकास गरी विश्वबजारसम्म पुऱ्याउनु हाम्रो दायित्व हुने छ ।

हाम्रो राक्सिराङ्गमा अझै पनि यस्ता प्रविधिहरू छन्, जसलाई हामीहरूले जोगाइराख्न जरुरी छ । जस्तै चेपुवा । चिउरीको घिउ बनाउन चेपुवाको प्रयोग गरिन्छ । डोको, डालो, नाङ्लो बुन्ने । बाँसबाट मुढा बनाउने । गुन्द्री मान्द्रो चकटी आदि बुन्ने । चरा मार्ने लिसो, माछा मार्ने ढडिया आदि बनाउने । माहुरी पालेर मह निकाल्ने । यी सबै हाम्रा स्थानिय प्रविधि हुन् । यस्ता प्रबिधिलाई पुस्तान्तर हस्तान्तरण गर्दै लानुपर्छ । यसले जीवन सहज बनाउँछ । हामीले हाम्रा हजुर बा हजुर आमा, बाआमा र छरछिमेकबाट यी कुराहरू सिक्दै जानुपर्छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) प्रविधि भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) मानिसको विकासक्रम र उत्पति कसरी हुँदै गयो ?

(ग) यहाँ बसोबास गर्ने मानिसहरूले पहिला पिठो कसरी बनाउने गर्थे ?

(घ) राक्सिराङ्गका स्थानीय प्रविधिहरू के-के हुन् ?

(ङ) राक्सिराङ्गको जोगाइ राख्नुपर्ने प्रविधिहरू लेख्नुहोस् ?

२. **मिल्ने शब्द छानी धर्का तानेर जोडा मिलाउनुहोस् :**

(क) प्रविधि	जीवन निर्वाह
(ख) चेतनशील	खास प्रक्रिया वा विधि
(ग) जीवनयापन	चेतना भएको
(घ) ढिँडो	खोज
(ङ) अविष्कार	मकैबाट बनेको परिकार

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :**

(क) मानिसको उत्पत्ति भएदेखि अहिलेसम्म प्रविधिको के भएको पाइन्छ ?

१) विकास   २) विनाश   ३) विज्ञान   ४) विशाल

(ख) यहाँ बसोबास गर्ने मानिसहरूले सबैभन्दा पहिला कुन बालीको खेती गर्थे ?

१) मकै   २) धान   ३) कोदो   ४) गहुँ

(ग) पहिलाका मानिसहरूले धानलाई केमा दलेर चामल बनाउँथे ?

१) जातो   २) ओखल   ३) ढिकी   ४) सिलौटा

(घ) प्रविधिसँगै विकास भएर मकैको पिठो केबाट बनाइन्छ ?

१) मिल   २) जाँतो   ३) घट्ट   ४) सिलौटा

(ङ) चिउरीको घिउ बनाउन के को प्रयोग गरिन्छ ?

१) डोको   २) गुन्द्री   ३) चेपुवा   ५) मान्द्रो

४. **स्थानीय प्रविधिको विकासक्रम पाठ अध्ययन गरी पाँच ओटा प्रश्नको निर्माण गर्नहोस् ।**

५. **स्थानीय प्रविधिको विकासक्रम कसरी हुँदै गयो, छोटकरीमा लेख्नुहोस् ।**

६. **आफू बसेको समाज वा समुदायमा स्थानीय प्रविधिको कसरी विकास भएको छ, अवलोकन गरी एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।**

७. **स्थानीय प्रविधिको विकासक्रम कसरी भएको छ ? कुनै दुईओटा स्थानीय प्रविधिको विकासक्रम विश्लेषण गर्नुहोस् ।**

१६

स्थानीय सरकार

मकवानपुर जिल्लाको पश्चिम क्षेत्रमा राक्सिराङ्ग गाउँपालिका अवस्थित छ । यस गाउँपालिकाको उत्तरमा धादिङ जिल्लाको रोराङ गाउँपालिका, दक्षिणमा मनहरी गाउँपालिका, पुर्वमा कैलाश गाउँपालिका र हेटौँडा उपमहानगरपालिका र पश्चिममा चितवन राप्ती पर्दछन् । यो गाउँपालिका साविकको काँकडा, राक्सिराङ्ग, खैराङ र सरिखेत गाविस मिलाएर गठन गरिएको हो । यस गाउँपालिकाको क्षेत्रफल २२६.७ वर्ग कि.मि. छ । २०६८ को जनगनाणाअनुसार २६१९२ जनता छन् । यस गाउँपालिकामा तामाङ, चेपाङ, मगर, गुरुङ, नेवार, दलित, क्षेत्री, बाहुनहरूको बसोबास छन् । यस गाउँपालिकाको भौगोलिक डाँडा, पाखा, खोल्सा खोल्सी रहेको छ भने अधिकांश भूभागहरू भिरालो तथा डाँडा पाखा छन् । यहाँको प्रमुख पेसा खेती हो भने पशुपालन पनि रहेको पाइन्छ । मकै, कोदो, फापर, धान, गहुँ, यहाँको प्रमुख बालीका रूपमा रहेको पाइन्छ । १ देखि ९ वडामा विभाजन गरेको यो गाउँपालिका ओरालो जादै गरेको शङ्खे किराको आकारमा छ । गाउँपालिकामा निर्वाचित अध्यक्ष, उपाध्यक्ष, कार्यपालिका

सदस्य र कार्यकारी प्रमुख पदेन सचिवको रूपमा रहने प्रावधान गरेको हुन्छ । गाउँपालिकामा उपाध्यक्षको संयोजकत्वमा ३ सदस्यीय न्यायिक समिति छ । जसले गाउँपालिकाभित्र हुने घटनाहरू छानविन तथा

मेलमिलापका काम गर्छन् । गाउँपालिकाले योजना तर्जुमा र कार्यन्वयन गर्ने नीतिनियम बनाउँछ । जनतालाई शान्ति, सुरक्षाको प्रत्यभूति दिने काम गर्छ । वडा सिफारिस गर्ने घटना दर्ता गराउने वडाको योजना तर्जुमा कार्यन्वयन गर्ने काम गर्छन् । यसमा अध्यक्ष-१, सदस्य-४ वडा सचिव सदस्य सचिव रहेका छन् ।

गाउँपालिकाको काम, कर्तव्य र अधिकार

स्थानीय सरकार सञ्चालन

स्थानीय ऐन कानुनको निर्माण गर्ने

१. गाउँपालिकाको नीति, कानुन, मापदण्ड तथा निर्णय कार्यान्वयन गर्ने
२. गाउँपालिकाको सम्पतिको संरक्षण गर्ने
३. गाउँपालिकाको सरसफाइ सम्बन्धी मापदण्डको कार्यान्वयन गर्ने
४. न्यायिक समितिले गरेको मिलापत्र तथा निर्णयको कार्यान्वयन गर्ने
५. सार्वजानिक ऐलानी र पर्ती जग्गा सार्वजानिक भवन सम्पदा तथा भौतिक पूर्वाधारको संरक्षण र सुरक्षा गर्ने
६. विपद् व्यवस्थापन सम्बन्धी खोजी, उद्धार, राहत, तथा पुनर्स्थापना गर्ने
७. अधिकृत विज्ञापन तथा होडिङ बोर्ड नियन्त्रण गर्ने

८. छाडा पशु चौपायाको नियन्त्रण गर्ने

९. कार्यपालिकाले तोकेका अन्य कार्य गर्ने

१०. स्थानीय स्तरमा हुने सभा समारोह परम्परा तथा जात्राका चाडपर्वको सुरक्षा व्यवस्थापन गर्ने

११. स्थानीय बजार तथा पार्किङ स्थलको रेखदेख र व्यवस्थापन गर्ने

१२. गाउँ वा नगरको सरसफाइ सम्बन्धी मापदण्डको कार्यान्वयन गर्ने

१३. सहकारी सम्बन्धी आवश्यक नियम बनाई कार्यान्वयन गर्ने

१४. सञ्चार सम्बन्धी आवश्यक नियम बनाई कार्यन्वयन गर्ने

१५. स्थानीय वस्तुहरूको करको निर्धारण गर्ने र कार्यान्वयन गर्ने

१६. शिक्षा सम्बन्धी नीति नियम बनाई लागु गर्ने

१७. स्थानीय विकास निर्माणसम्बन्धी नीतिनियम बनाई लागु गर्ने

१८. जेष्ठ नागरिकहरू, अपाङ्गता भएका व्यक्ति र अशक्तहरूको व्यवस्थापन गर्ने

१९. बेरोजगारको तथ्याङ्क सङ्कलन व्यवस्थापन गर्ने

२०. कृषिसम्बन्धी नीतिनियम बनाई व्यवस्थापन गर्ने

२१. खानेपानी, साना जलविद्युत् वैकल्पिक ऊर्जा सम्बन्धी नियम बनाई लागु गर्ने

२२. जलाधार/वन्यजन्तु, खानी तथा खनिज पदार्थको संरक्षण सम्बन्धी कार्य गर्ने

२३. खेलकुद, पत्रपत्रिकासम्बन्धी नीति बनाई लागु गर्ने

२४. सामाजिक सुरक्षा तथा गरिबी निवारण सम्बन्धी काम गर्ने

२५) सवारी साधन तथा अनुमति सम्बन्धी काम गर्ने

२६) सङ्घ संस्था दर्ता तथा नवीकरण सम्बन्धी काम गर्ने

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको परिचय लेख्नुहोस् ।

(ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाभित्र बसोबास गर्ने जातिहरूको नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाका प्रमुख पेसाहरू के के हुन् ?

(घ) गाउँपालिकाको संरचना उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) गाउँपालिकाको न्यायिक समितिको काम के हो ?

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा .... वडाहरू छन् ।

(ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको दक्षिण सिमानामा .... गाउँपालिका पर्दछन् ।

(ग) न्यायिक समिति ....को संयोजकमा गठन हुन्छ ।

(घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको क्षेत्रफल .... वर्ग कि.मी. हो ।

(ङ) स्थानीय वस्तुहरूको करको निर्धारण .... ले गर्छ ।

३. **मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् ।**

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको उत्तरमा कुन गाउँपालिका पर्दछ ?

१) रोराङ   २) मनहरी   ३) कैलाश

(ख) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा कति वडाहरू छन् ।

१) ८ २) ९ ३) १०

(ग) न्यायिक समितिको संयोजक को हुन्छन् ?

१) अध्यक्ष २) उपाध्यक्ष ३) सदस्य

(घ) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको क्षेत्रफल कति रहेको छ ।

१) १२६.७ वर्ग कि.मि २) २२६.७ वर्ग कि.मि ३) ३२६.७ वर्ग कि.

४. गाउँपालिकाले दिने शिक्षा सम्बन्धी नीति तथा कार्यक्रमको बारेमा एक अनुच्छेद लेख्नुहोस् ।

५. राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाको अध्यक्षले गर्ने काम/योजनाको सूची निर्माण गर्नुहोस् ।

६. तिमी बसेको गाउँपालिकामा गई अवलोकन गरी गाउँपालिकाको काम कर्तव्य र अधिकार सम्बन्धी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

७. सामाजिक कार्यकर्ताको खोजीसहित सूची निर्माण गर्नुहोस् ।

१७ उन्नत तथा रैथाने अन्न खेती

उन्नत अन्न खेती भन्नाले परम्रागत तरिकाभन्दा विकसित तरिकाबाट खेती गर्नु हो । जनसङ्ख्या बढ्दो रूपमा छ तर जमिनको आयतन बढ्दैन । त्यही जमिनमा साबिकको भन्दा बढी अन्न उत्पादन गर्न उन्नत खेतीका तरिका अपनाउनु पर्छ। परम्परागत तरिकाले रैथाने जातका बिउबिजनबाट गरिने खेतिलाई परम्परागत खेति भनिन्छ। राक्सिराङ्ग गाउँपालिकामा खेतीयोग्य जमिन प्रशस्त छ तर पनि खाद्यान किनेर खानुपर्ने अवस्था छ। यो अवस्था आउनुको कारण उन्नत अन्न खेती गर्न नसक्नु नै हो । रोजगारी र अन्य सुविधाका लागि मानिसहरू सहरोन्मुख भएका छन् । जसले गर्दा कृषिप्रति आकर्षण घटेको पाइन्छ। खेती योग्य जमिन बाँझै रहेको पनि देखिन्छ। परम्परागत तरिकाबाट खेती गर्दा र रैथाने बिउको प्रयोग गर्दा मेहनत चाहिँ धेरै हुन्छ तर उत्पादन चाहेको जस्तो

हुँदैन । जसले गर्दा किसानहरूको खेतीप्रति आकर्षण घट्न थाल्छ । यसका कारणहरू निम्न छन् :

(क) जनसङ्ख्या वृद्धिको तुलनामा धान उत्पादनको वृद्धि दर कम हुनु

(ख) श्रमशक्तिको अभाव, सिँचाइ, भण्डारण तथा बजार पूर्वाधार पर्याप्त नहुनु

(ग) उन्नत जातले ढाकेको क्षेत्रफल करिब ९० प्रतिशत रहे पनि गुणस्तरीय बिउको अभाव तथा नयाँ र उच्च उत्पादन दिने जातभन्दा रैथाने जातहरू कृषकको रोजाइमा पर्नु

(घ) बिउ तथा जात फेर्ने चलनको विकास नहुनु

(ङ) मसिना तथा वासनादार चामलको उपयोगमा वृद्धि तथा खाद्यान्न बालीको उपयोगमा विविधीकरण नहुनु

(च) आयातीत अन्नको गुणस्तर र मूल्यमा रैथाने जातका अन्नले प्रतिस्पर्धा गर्न नसक्नु

उन्नत खेतीका लागि व्यक्तिगत भन्दा पनि सामूहिक योजना बनाउनुपर्दछ । जसका लागि कृषि प्राविधिसँग सल्लाह लिनुपर्दछ । माटो परीक्षण गरी कुन माटोमा कुन खेती योग्य छ, छुट्याउनुपर्दछ । जस्तै, दोमट र बलौटे माटोमा धान, गहुँ, मकैको राम्रो उत्पादन हुन्छ । राक्सिराङ्को बेँसी तथा खोलाका किनार छेउका माटो प्रायः बलौटे दोमट छन् । जहाँ बाह्रै मास सिँचाइ गर्न सकिन्छ । ती फाँटहरू पलाँसे, मनहरी, अठारे, कुडुले, रेउती खोलाका किनारका फाँट, जिर्खी खोलाका फाँटहरू पर्दछन् । ती माटोमा योजनाबद्ध धान मकै गहुँ खेती गर्न सकिन्छ । मध्यपहाडका बारीमा रैथाने जातका मकै, कोदो, गहुँ, फापर, पाखे धान हुन्छन् । यसरी उन्नत खेतीका लागि माटो पहिचान गर्नु महत्त्वपूर्ण कार्य हो ।

उन्नत अन्न खेतीका लागि अर्को महत्त्वपूर्ण कार्य उन्नत बिउको छनोट गर्नु हो। कुन ठाउँको हावापानी कस्तो छ ? त्यो ठाउँमा कुन जातको अन्न खेती राम्रो हुन्छ ? किसानलाई माटाको जानकारी हुनु पर्दछ। जस्तै, धान खेतीका लागि कृषि विज्ञान महाशाखाले हावापानीका दृष्टिले निम्न स्थानमा निम्न धानका बिउ सिफारिस गरेको छ :

उच्च पहाडी क्षेत्रमा : माछापुच्छ्रे, छोमरुङ, जुम्लीमार्सी धानका बिउ।

पहाडी क्षेत्रमा : खुमल-४, खुमल-६, खुमल-७, खुमल-८, खुमल-१०, खुमल-११

तराई बेँसी क्षेत्रमा : राधा-४, विन्देश्वरी, हर्दिनाथ-१, सावित्री, मकवानपुर-१, सुक्खा धान-१, २ र ३, सावासब-१, स्वर्णसब-१

बिउदर : उन्नत जातको बिउ प्रतिरोपनि २.५ केजी, प्रति कट्ठा १.७ केजी, वर्णशङ्कर जातको बिउ प्रतिरोपनी ७५० ग्राम, प्रति कट्ठा ५०० ग्राम मिलाएर छर्नुपर्दछ।

बिउ उपचारः बेभिस्टिन २ ग्राम प्रतिकेजी। बिउलाई २४ घण्टा पानीमा भिजाउने र ४८ घण्टा बोरामा राखी टुसाउने।

बिउलाई धुलो वा हिले ब्याडमा छरी बेर्ना तयार गर्ने। बेर्नाको उमेर : २०-२५ दिनको बेर्ना सार्नको लागि उपयुक्त हुन्छ। बेर्नामा ४ पात लागेको हुनुपर्छ।

जमिनको तयारी

रोपाइँ गर्नुभन्दा १ हप्ता अगाडि कान्ला खुर्कने, आली लगाउने र मुसाका प्वाल टाल्ने। गह्रामा पानी जमाएर झारपात कुहाउने।

जमिनमा पानी लगाई दुई पटक राम्रोसँग जोतेर हिल्याउने र पाटा लगाई सम्याउने। तयारी जमिनमा चारदेखि पाँच सेमिसम्म पानी जमाउने। पाखे

धानका लागि खनेर रोपिन्छ ।

रोपाईं गर्ने प्रविधि

पङ्क्तिको दुरी २० सेमि (एक बित्ता) र बोटको दूरी २० सेमि राख्ने । वर्णशङ्कर जात ३० सेमि लाइन र २५ सेमि बोटको दुरीमा लगाउने । पाखे धान एक बित्ताको फरकमा एउटा एउटा बेर्ना रोपिन्छ ।

उन्नत जातका लागि एक ठाउँमा दुईदेखि तीन बेर्ना रोप्ने । वर्णशङ्कर जातको लागि एक ठाउँमा १ बेर्ना रोप्ने ।

रोपाईं गर्दा ३ सेमिभन्दा गहिरो नरोप्ने । गहिरो रोपेमा गाँज हाल्न ढिलो हुन्छ । छरुवा विधिबाट समेत धान खेती गर्न सकिन्छ । रोप्दा जरा नभाँची रोप्नुपर्दछ ।

यो विधिमा वैशाख र जेठ महिनामा पाँच केजी प्रति रोपनी वा ३.३ केजी प्रति कट्ठा बिउ छर्नुपर्ने हुन्छ । यस विधिबाट खेती गर्दा झारपात नियन्त्रण गर्न अति आवश्यक हुन्छ ।

मलखाद

रासायनिक मलको परिमाण माटोको उर्वराशक्ति, अघिल्लो बाली, कम्पोस्ट मलको परिमाण र धानको जातमा भर पर्दछ। वर्णशङ्कर जातको धान लगाउँदा उन्नत जातको भन्दा डेढ गुणा बढीका दरले मलखाद तथा रासायनिक मलको प्रयोग गर्नुपर्छ। मलखाद व्यवस्थापन धानबालीमा मलको प्रयोग गर्दा स्थानीय स्रोतको परिचालनमा हरियो मल (सकेसम्म कोसेबाली), गोठेमल, कम्पोस्ट मल, पिना, आदि प्रयोगमा ल्याउन सक्दछौँ। यी मलहरू प्रयोग गरेपछि नपुग मात्रामा रासायनिक मलको रूपमा दिनुपर्दछ। धानबालीका लागि रासायनिक मलको सिफारिस मात्रा १००-३०-३० केजी नाइट्रोजन फस्फोरस पोटास प्रतिहेक्टर सिञ्चित क्षेत्रका लागि छ भने असिञ्चित क्षेत्रका लागि ६०-२०-२० केजी नाइट्रोजन फस्फोरस पोटास प्रतिहेक्टर छ। धान बालीमा जिङ्क तत्त्वको कमी प्रायः देशभरि नै देखिएको छ।

यसरी धान खेती उन्नत तरिकाबाट गर्न सकिन्छ। यसै गरी गहुँ, मकै, कोदो र फापर राक्सिराङ्गमा उत्पादन हुने अन्य अन्न खेतीलाई उन्नत तरिकाबाट खेती कसरी गर्न सकिएला ? खोजी गरौँ है त ?

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) उन्नत अन्नखेती भनेको के हो ? उन्नत अन्न खेतीका लागि कस्तो योजना बनाउनुपर्दछ ?

(ख) किसानहरूको खेतीप्रति आकर्षण घट्नुका कारणहरू के के हुन् ?

(ग) हावापानीका दृष्टिले कुन कुन स्थानमा कुन कुन धान सिफारिस गरिएको छ ?

(घ) रोपाइँ गर्नुभन्दा अगाडि जमिनको तयारी कसरी गर्नुपर्दछ ?

(ङ) खेतबारीमा मलखादको प्रयोग गर्नुको कारण के हो ?

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) उन्नत खेतीका लागि .... गर्नु महत्त्वपूर्ण कार्य हो ?

(ख) उन्नत धान जातको बिउ प्रतिरोपनी .... के जी र प्रतिकट्ठा ......केजी छर्नुपर्छ ।

(ग) .... पात भएपनि धान ....को बेर्ना सार्नका लागि उपयुक्त हुन्छ ?

(घ) बिउ गहिरो रोपेमा ....हाल्न ढिलो हुन्छ ।

(ङ) वर्णशङ्कर धानको बिउ लगाउँदा उन्नत जातको भन्दा बढी ....मलको प्रयोग गर्नुपर्छ ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) उच्च पहाडी क्षेत्रमा तलका मध्ये कुन धानको बिउ सिफारिस गरिएको छैन ?

(अ) माछापुच्छे (आ) छोमरुङ

(इ) जुम्लामार्सी (ई) खुमल

(ख) वेभिस्टिन २ ग्राम प्रतिकेजी धानको बिउलाई कतिघण्टा भिजाउनुपर्छ ?

(अ) १२ घण्टा (आ) २४ घण्टा

(इ) ३६ घण्टा (ई) ४८ घण्टा

(ग) उन्नत जातको धानका बेर्ना एक ठाउँमा कति ओटा सम्म रोप्न उपयुक्त हुन्छ ?

(अ) १ देखि ३ बेर्ना (आ) २ देखि ३ बेर्ना

(इ) ३ देखि २ बेर्ना (ई) ३ देखि ३ बेर्ना

(घ) तयारी धान खेती जमिनमा कति से.मि.सम्म पानी जमाउनुपर्छ ?

(अ) १ देखि ५ से.मि (आ) २ देखि ५ से.मि.

(इ) ३ देखि ५ से.मि (ई) ४ देखि ५ से.मि.

(ङ) देशभर धानबालीमा कुन तत्त्वको कमी देखिएको छ ?

(अ) जिङ्क (आ) नाइट्रोजन

(इ) पोटास (ई) फोस्फोरस

४. माथिको पाठ पढ्नुहोस् र पाठबाट अभ्यासमा दिइएको बाहेक पाँच ओटा प्रश्न निर्माण गरी उत्तर लेख्नुहोस्

५. अन्नखेती गर्ने कुनै दुई ओटा तरिका क्रमबद्ध लेख्नुहोस् ।

६. परम्परागत र उन्नत अन्न खेती गरेको दुवै तरिका अवलोकन गर्नुहोस् र कुन तरिकाबाट खेती गर्दा बढी अन्न उत्पान हुन्छ, किसानसँग सोधखोज गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

७. उन्नत बिउ बिजन किन्दा ध्यानदिनु पर्ने कुराको सूची बनाउनुहोस् ।

१८ तरकारीका उन्नत बिउबिजन

तरकारी खेतीबाट राम्रो आम्दानी हुने भएकाले राक्सिराङ्का किसानहरूमा तरकारी खेतीप्रति आकर्षण बढेको छ । परम्परागत तरकारी खेतीभन्दा उन्नत तरकारी खेतीबाट बढी आम्दानी लिन सकिन्छ । त्यसैले यहाँका किसानहरू उन्नत तरकारी खेती गर्न चाहन्छन् । उन्नत तरकारी खेतीका लागि उन्नत तरकारीका बिउबिजन आवश्यक पर्दछ। उन्नत अर्थात् असल बिउ हरेक तरकारी बालीका आधारस्तम्भ हुन्। "बिउ गुनाको बोट, बोट गुणाको फल" भनेझैँ राम्रो गुणस्तरीय बिउको प्रयोगले उत्पादन वृद्धि हुन्छ। गुणस्तरीय बिउको प्रयोगले उत्पादनमा १५ देखि २० प्रतिशत वृद्धि हुने कुरा विभिन्न अध्ययन अनुसन्धानले प्रमाणित गरेका छन् ।

आजकाल उन्नत बिउका नाममा पनि विकृति आएको पाइन्छ। बजारमा पाइने उन्नत बिउबिजन चिन्न नसक्दा तरकारी बाली राम्रो उत्पादन हुन नसकेका उदाहरण पनि छन् । कमसल तथा गुणस्तर नभएका बिउबिजनले तरकारी बाली बिग्रने मात्र नभई माटो पनि बिगार्छ। माटामा विभिन्न रोग आउने गर्छ। रासायनिक मल र औषधीको बढी प्रयोग गर्दा माटाको उर्वराशक्ति कम हुँदै जान्छ ।

हाम्रो माटो सुहाउँदो उन्नत तरकारीका बिउ हाम्रै माटामा उत्पादन गर्नसके सबैभन्दा उत्तम हुन्छ । विश्वसनीय हुन्छ । बिउ उत्पादनमा जैविक तरिका अपनाउन सकिन्छ । उन्नत जैविक बिउ उत्पादन गर्न सकिएमा उन्नत जैविक तरकारी खेती गर्न सकिन्छ । उन्नत जैविक तरकारीको बजार मूल्य पनि अरू तरकारीको तुलनामा बढी हुन्छ । उत्पादन खर्च पनि कम हुन्छ ।

उन्नत बिउ कसरी उत्पादन गर्न सकिन्छ त ? यस विषयमा हामीले जानकारी लिनु राम्रो हुन्छ । नेपालमा बाली विज्ञान महाशाखा खुमलटारले विभिन्न उन्नत अन्न तथा तरकारीका बिउ उत्पादन गर्छ । हामी त्यहाँ गएर अध्ययन अवलोकन गर्न सक्छौँ । हाम्रो गाउँपालिकामा कृषि प्राविधिक हुनुहुन्छ । उहाँहरूबाट पनि सल्लाह लिएर उन्नत तरकारीका बिउबिजन उत्पादन गर्न सकिन्छ ।

बिउ एक जीवित वस्तु हो । यसमा गुणस्तर कायम गर्न यसका विभिन्न तत्त्वले प्रभाव पार्दछ । यी तत्त्वहरू भन्नाले उपयुक्त समयमा बाली भित्र्याउनु, बिउको राम्रो प्रशोधन गर्नु, उत्पादनपूर्वको अवस्थालाई राम्ररी ध्यान दिन भन्ने बुझिन्छ ।

उन्नत बिउ उत्पादन कार्य चुनौतीपूर्ण छ । उन्नत बिउ उत्पादन गर्ने कार्यमा विभिन्न पक्षहरूले असर पार्दछ । उन्नत बिउ तयार गर्न निम्नलिखित कुरामा ध्यान दिनुपर्दछ :

१. उपयुक्त क्षेत्रका साथै जग्गाको पहिचान गरी छनोट गर्ने ।

२. माटो परीक्षण गरी आवश्यक उपचार गर्ने ।

३. राक्सिराङ्को माटो अनुसार खेती गरिने तरकारी काउली, मुला, बन्दागोभी, घिरौँला, बोडी, खुर्सानी, साग, आलु, गोलभेँडा, सिमी, फर्सी, इस्कुस, मास, मस्याङ, गहत, च्याउका बिउ उत्पादनका लागि उपयुक्त बिउ छनोट गर्ने ।

४. ब्याडको दुरीको व्यवस्थापन गर्ने ।

५. बिउ उत्पादन गर्ने जग्गा र वरिपरिका जग्गाको सरसफाइ गर्ने ।

६. आवश्यक जैविक मल र जैविक विषादी र सिँचाइको व्यवस्था गर्ने ।

७. बिउ उत्पादन क्षेत्रको नियमित निरीक्षण र अनुगमन गर्ने ।

८. बिउ उत्पादन क्षेत्रको अन्नबाली हटाउने ।

९. बिउ भण्डारण गर्ने सामग्रीहरूको व्यवस्थापन गर्ने ।

१०. उपयुक्त भण्डारणको व्यवस्थापन गर्ने ।

यसरी आफूले गर्ने तरकारी खेतीका लागि आफैँले उन्नत तरकारीका बिउबिजन उत्पादन गर्न सकेमा चर्को मूल्य तिरेर बिउ किन्नु पर्दैन । तरकारी बालीमा रोग पनि कम लाग्छ । जुन माटो तथा हावापानीमा तरकारी खेती गर्ने, हो त्यही माटामा बिउ उत्पादन गर्दा उत्पादन बढ्छ ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) किसानहरूमा तरकारी खेतीमा आकर्षण बढ्नुको कारण के हो ?

(ख) माटोको उर्वराशक्ति कसरी कम हुँदै गएको छ ?

(ग) आजभोलि तरकारीबाली राम्रो उत्पादन हुन नसक्नुको कुनै ३ ओटा कारण लेख्नुहोस् ।

(घ) बिउ कस्तो वस्तु हो ? बिउ उत्पादन गर्नु पूर्व कुन कुन अवस्थालाई ध्यान दिनुपर्दछ ?

(ङ) उन्नत बिउ तयार गर्न ध्यान दिनुपर्ने कुनै पाँचओटा कुराहरू लेख्नुहोस् ।

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) उन्नत तरकारी खेतीका लागि उन्नत तरकारीका .... आवश्यकता पर्दछ ।

(ख) कमसल तथा गुणस्तर नभएका बिउबिजनले ....मात्र बिगार्छ ।

(ग) बढी औषधी र मलको प्रयोगले माटोको ....कम हुँदै जान्छ ।

(घ) नेपालमा उन्नत अन्न तथा तरकारीका बिउ उत्पादन गर्ने निकाय .... हो ।

(ङ) परम्परागत खेतीबाट भन्दा ....खेतीबाट बढी उत्पादन लिन सकिन्छ ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) गुणस्तरीय बिउको प्रयोगले उत्पादनमा वृद्धि हुन्छ ।

(अ) १० देखि १५ (आ) १५ देखि २०

(इ) २० देखि २५ (ई) २५ देखि ३०

(ख) तरकारी बाली राम्रो उत्पादन हुन नसक्नुको कारण के हो ?

(अ) उन्नत बिउबिजन चिन्न नसक्नु

(आ) माटोमा उर्वराशक्ति बढ्नु

(इ) प्रशस्त कम्पोस्ट मलको प्रयोग हुनु

(ई) आवश्यक मात्रामा गोडमेल र सिँचाइ गर्नु ।

(ग) बिउ कस्तो वस्तु हो ?

(अ) जीवित (आ) मृत (इ) दुवै

(घ) तलका मध्ये बिउ उत्पादनको अवस्था कुन होइन ?

(अ) उपयुक्त समयमा बाली भित्र्याउनु

(आ) बिउको राम्रो प्रशोधन गर्नु

(इ) रासायनिक मलको प्रयोग बढी गर्नु

(ङ) उन्नत बिउ उत्पादन कार्य हो ?

(अ) सजिलो (आ) चुनौती पूर्ण (इ) दुवै हुन्

४. पाठबाट पाँच ओटा प्रश्न निर्माण गर्नुहोस् र उत्तर लेख्नुहोस् ।

५. तपाईँले तरकारी खेती गर्दाको अनुभव एक अनुच्छेदमा लेख्नुहोस् ।

६. परम्परागत तरकारी खेतीभन्दा उन्नत तरकारी खेतीबाट बढी आम्दानी लिएका किसानसँग सोधखोज गरी उनको अनुभवका आधारमा प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

७. उन्नत तरकारीका बिउबिजन उत्पादन गर्दा ध्यान दिनुपर्ने कुराको सूची तयार गर्नुहोस्

१९ चिउरी

चिउरी रुख वर्गमा पर्ने र फल फल्ने वनस्पति हो। नेपालको महाभारत पर्वतको आसपासदेखि पहाडी क्षेत्रको भूभागमा चिउरी पाइन्छ। यसै भूभागको सेरोफेरो मकवानपुर, चितवन, धादिङ, गोरखामा चेपाङ जातिको बसोबास रहेको पाइन्छ। यहाँको एउटा भनाइ छ, जहाँ चेपाङ बस्ती छ, त्यहाँ चिउरी हुन्छ । चेपाङ, चिउरी र चमेरो तीन 'च'को आपसी सम्बन्ध रहेको पाइन्छ । चेपाङहरूले चमेराको सिकार गर्ने चलन छ । चमेरालाई बढी मात्रामा चिउरीको रस मनपर्छ । चिउरीको रस खान विभिन्न किसिमका चराचुरुङ्गी पनि आउँछन् । चेपाङ जातिका लागि सिकार र चिउरीको सम्बन्ध छ ।

अधिकांश रूपमा चेपाङहरू खोरिया खेतीमा आश्रित हुनुपर्दथ्यो। खोरिया खेतीले वर्षौं दिनसम्म खान पुग्दैनथ्यो। चिउरीको रस गुलियो हुने भएकाले बालकदेखि वृद्धसम्म भुलेका हुन्छन्। अनिकालका बेलामा यिनीहरूले चिउरीको फल खाएर भोको पेट भर्नुपर्ने बाध्यता थियो। असार महिनामा पुरानो अन्न सकिन्छ। नयाँ बाली भित्रिएका हुँदैन । त्यही समयमा चिउरी पाक्छ । त्यसकारण भोक टार्न विकल्पका रूपमा चिउरीको प्रयोग बढी आउने गरेको हो ।

चिउरीको अर्को विशेषता पनि छ । सबै रुखहरूका पात झर्दा यसको पात नझर्ने वातावरणलाई सुन्दर हरियाली राख्ने काम गर्दछ । शिशिर ऋतुमा यसको पालुवा आउने भएकाले दसैँ र तिहारको उमङ्गसँगै जाडोको स्वागत गरिरहेको हुन्छ । दैनिक रूपमा खाना खान र विवाह, चाड पर्व आदिमा दुना टपरी गाँस्न चिउरीको पातको प्रयोग हुन्छ । चिउरी जङ्गलमा भएको भए तापनि उपभोगका हिसाबमा आ-आफ्नै भागमा बाँडिएको हुन्छ । चेपाङ जातिको ओल्लो घर पल्लो घरमा वा एउटै गाउँमा छोरीको बिहे भएको अवस्थामा छोरीलाई दाइजोका रूपमा चिउरीको रुख नै दिने प्रचलन छ । यसको सामाजिक तथा सांस्कृतिक महत्त्व रहेको छ ।

चिउरी धेरै प्रकारका हुन्छन् । फलको आकार प्रकार र स्वादका आधारमा चेपाङ भाषामा चिउरीको नाम राखिएको छ । लाङ्यो, तोमयो, भान्टायो, चिकरिमयो, सुपारियो, गालयो, जायो, साह्मयो, गोतेयो आदि नाम राखिएको छ । चिउरी फूल फुल्ने क्रममा अगौटे र पछौटे गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । समान्यतया चिउरी असोज १५ देखि फागुन महिनासम्म फूल्ने गर्दछ । अधिकांश चिउरी मङ्सिर महिनामा फुल्दछ ।

विभिन्न हिसाबले चिउरी धेरै महत्त्वपूर्ण वनस्पति हो । चिउरी फुलेको समयमा मौरीले चिउरीको रस लिएर मह बनाउँछ । त्यसैले मौरी पालन व्यवसायको लागि चिउरी महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । पाकेको चिउरीको दानाको बाहिरी भाग फलको रूपमा खाइन्छ । चिउरीको भित्रको बियाँ पेलेर घिउ निकाल्न सकिन्छ । चिउरीको

घिउ भुटनका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । हिजोआज चिउरीको घिउको माग बजारमा धेरै छ । यसबाट नगदे आम्दानी गर्न सकिन्छ । यसको घियु प्रयोग गर्दा स्वस्थ्यमा फाइदा पुर्‍याउँछ । ग्यास्ट्रिक र अल्सरको बिरामीको लागि यसको घिउ उत्तम मानिन्छ । त्यस्तै धार्मिक कार्य पूजाआजामा पनि चिउरीको घिउलाई शुद्ध मानिन्छ । यसको पिना खेतबारीमा लगाउँदा खुम्रे किरा र गभारो रोगथामका लागि अति उपयोगी हुन्छ । जिउ चिलाउने र हिलोले खाएको ठाउँमा लगाउँदा सन्चो हुन्छ । यसको बोक्रा ताछेर धुलो बनाई गाई गोरुको नाकमा पसेको पानी जुका निकाल्न सकिन्छ । खोल्सामा हालेमा जुका नियन्त्रणमा आउँछ । चिउरीका हाँगा दाउराका रूपमा पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । यसको घाँस वस्तुलाई खुवाउँदा जुका र नाम्ले नियन्त्रणमा आउँछ । चिउरीको चोप निकालेर चरा समाउन र मुसा पक्रिने लिसो बनाउन सकिन्छ । नुहाउने तथा लुगा धुने साबुनका लागि पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

खोरिया, चेपाङ, चिउरी र चमेराको बिचमा सांस्कृतिक सम्बन्ध छ । हाल चेपाङहरूले कमाउँदै आएको खोरिया र उपभोग गरिआएको चिउरी विभिन्न समयमा आएको भीषण वर्षाका कारण बाढी पहिरोले बगाएको छ । त्यसै गरी सडक बाटो निर्माणका क्रममा पनि धेरै चिउरीका बोटहरू मासिएका छन् । त्यसकारण चेपाङ, चिउरी र चमेरो बिच भएको सास्कृतिक सम्बन्ध बडो सङ्कटमा छ । त्यसैले उक्त भिरालो खोरियालाई हारबार गरी चिउरीको वृक्षारोपण गर्नुपर्छ । चिउरीका कारणले चमेरोको आकर्षण बढ्ने भएकाले चमेरो संरक्षणमा यसले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ ।

अभ्यास

१. **तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :**

(क) नेपालको कुन भूभागमा चिउरी पाइन्छ ?

(ख) चिउरीको आकार प्रकार र स्वादका आधारमा चेपाङ भाषामा के के नाम रहेको छ ?

(ग) चिउरीका विशेषताहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(घ) मौरी पालन व्यवसायका लागि चिउरी महत्त्वपूर्ण मानिनुको कारण लेख्नुहोस् ।

(ङ) चिउरीको घिउको कुनै दुई फाइदा लेख्नुहोस् ।

२. **खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :**

(क) चिउरी......... वर्गमा पर्ने र ....फल्ने वनस्पति हो ।

(ख) अधिकांश चिउरीहरू............महिनामा फुल्दछन् ।

(ग) भोज भतेरका लागि ....पातको प्रयोग गरी दुना टपरी बनाइन्छ ।

(घ) चिउरीको बियाँ पेलेर ....निकाल्ने गरिन्छ ।

(ङ) खोरिया, चेपाङ, चिउरी र चमेराको बिचमा ....सम्बन्ध छ ।

३. **ठिक उत्तर मात्र कापीमा लेख्नुहोस् :**

(क) चिउरी साउन महिनामा फुल्दछ ।

(ख) राक्सिराङ्गमा चिउरी प्रशस्त पाइन्छ ।

(ग) चिउरी बाह्रै मास हरियो रहन्छ ।

(घ) धार्मिक कार्यका लागि चिउरीको घिउ शुद्ध मानिन्छ ।

(ङ) चमेराले चिउरीको रस बढी मन पराउँछ ।

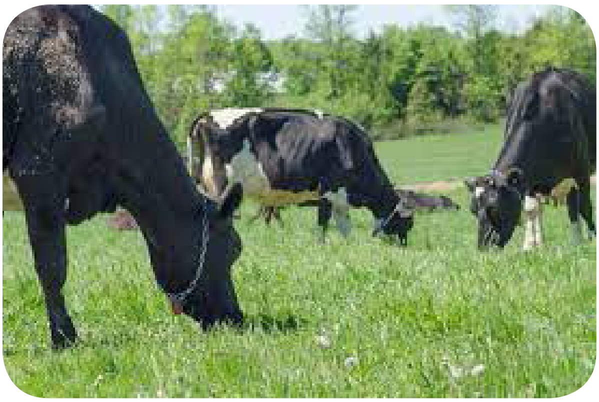
४. चिउरी चेपाङ जातिको सामाजिक सांस्कृतिक महत्त्व एक अनुच्छेदमा लेख्नुहोस्

५. चिउरीको प्रयोग के कसरी गरिन्छ, आफ्नो अनुभव लेख्नुहोस् ।

६. चिउरीको बियाँ पेलेर कसरी घिउ निकालिन्छ, अवलोकन गर्नुहोस् र प्रतिवेदन तयार गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

७. चिउरीका फाइदाहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

२० पशुपन्छीमा लाग्ने रोग



राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाभित्रका मानिसहरूको मुख्य पेसा कृषि तथा पशुपन्छी पालन हो । यहाँका मानिसहरू मुख्य गरी कुखुरा, हाँस, बट्टाई, बाखा, गाई, भैँसी, सुँगुर, बङ्गुर, मौरी पाल्छन् । पशुपन्छी स्वस्थ भए भने प्रशस्त आम्द(ानी गर्न सकिन्छ । पशुपन्छीलाई बेलाबेलामा विभिन्न रोगले सताउने गर्दछ । ती रोगका बेलामा निदान गर्न सकिएन भने पशुपन्छी दुब्लाउने तथा मर्ने पनि हुन सक्छ । पशुपन्छी पालकले समयमा ती रोगका लक्षण थाहा पाउनु जरुरी हुन्छ । छिटो लक्षण थाहा पाएमा छिटो उपचार गर्न सकिने छ । तल पशुपन्छीमा लाग्ने केही रोग, लक्षण र उपचार गर्ने तरिका दिइएको छ । आफू पनि पढौँ र आफ्ना अभिभावकलाई पनि सुनाऊँ है त ?

गाई भैँसीमा लाग्ने प्रमुख रोगहरू

१. खोरेत रोग

खुर फाटेका जनावरमा प्रायः खोरेत रोग देखिन्छ । यो रोग वर्षायाम सकिए(पछि र चाडपर्वको बेलामा पशुहरूको अनियन्त्रित ओसारपसारका कारण खोरेत रोगको सङ्क्रमण बढ्ने गर्दछ ।

यस रोगको महामारी फैलिन नदिन आफ्नो पशुहरूलाई खोप लगाउनु अनिवार्य छ । खोरेत रोग नेपालमा बाह्रै महिना तराई, पहाड र हिमाली भागमा देखापर्दछ । पशुहरूको आवतजावत नै रोग प्रकोपको मूल आधार मानिएको छ ।

लक्षणहरू :

- यो रोग लाग्दा एकदमै बढी ज्वरो (१०४-१०६ डिग्री फेरनहाइट) आउँछ। वस्तुहरूले घाँसपात नखाने, झोक्राउने जस्तो लक्षण देखाउँछन्।
- विशेषगरी पशुहरूको खुर वरिपरि, मुखको भित्री भागमा, कल्चौँडामा साना साना बिमिरा देखिन्छ । यस्तो लक्षण देखिएका पशुहरूलाई बथानबाट अलग्गै राख्नुपर्छ ।
- यस रोगले ठुला माउहरू भन्दा बच्चालाई बढी असर पुऱ्याउँछ ।
- कहिलेकाहीँ खोरेत रोगका कारण थुनिलोको समस्या पनि देखिन्छ । ब्याउने माउहरूमा गर्भ तुहिने समस्या देखिन सक्छ ।

उपचार :

यो विषाणुबाट हुने भएको कारण कुनै खास उपचार छैन तर लक्षणअनुसार उपचार गर्दा नोक्सानबाट बच्न सकिन्छ ।

- सर्वप्रथम मनतातो पानीमा दुई प्रतिशत फिट्किरीको झोल बनाएर मुखको घाउमा सफा गर्ने ।
- खुरको घाउलाई पोटास पानीले धोएर हिमैक्स वा लोरेक्जेन मलम लगाउनुपर्छ वा २ प्रतिशत निलोतुथोले घाउ सफा गर्न सकिन्छ ।
- खुट्टाको घाउका लागि फिनेल पानी प्रयोग गर्न पनि सकिन्छ ।
- अन्य विषाणु घाउमा प्रवेश नगरुन् भनेर एन्टिबायोटिक सुई लगाउन सकिन्छ ।

- किरा मार्न तारपिनको तेल तथा मलहम घाउमा लगाउन सकिन्छ ।

रोकथाम :

- रोगी पशुलाई तुरुन्तै बथानबाट अलग्गै राख्ने ।
- मुखको घाउलाई असर नहोस भनेर पिउने आहारा खोले, भातको माड वा अन्य झोल खान दिने ।
- गोठलाई फिनेल पानीले सफा गर्ने ।
- स्वस्थ पशुहरूलाई रोगविरुद्ध खोप लगाउने । खोप लगाउँदा रक्षा नामक इन्डियन भ्याक्सिन २ मि. लि ६ महिनाभन्दा माथि उमेर भएका पशुमा छाला मुनि (s/c) सुइ दिने ।
- FMD Poly Valent Vaccine गाई भैंसीका बाच्छा पाडा लाई १० एम.एल छालामुनि दिने ।

२ भ्यागुते

यो जीवाणुले लगाउने सरुवा रोग हो । यस रोगले गाईलाई भन्दा भैंसीलाई बढी आक्रमण गर्छ । रोगको प्रभाव गर्मी तथा वर्षायाममा बढी देखिन्छ ।

लक्षणहरू :

रोगका लक्षण ३ प्रकारको हुन्छ ।

१. सुनिले अवस्था

उच्च ज्वरो आउने (१०६ - १०७ डिग्री फेरनहाइट), झोक्रिने, मुखको भित्री भाग सुनिने, सास फेर्न गाह्रो हुने, आँखा रातो हुने, खान छोड्ने, कान लत्रिने, सुरुमा दिसा कब्जियत हुने तथा पछाडि रगत

मिसिएर पातलो दिसा गर्ने, पेट दुखेकाले दाँत कट्कटाउने, नाकबाट पहेलो पदार्थ निकाल्ने तथा सास फेर्न नसकी ६-८ घण्टामा पशुको मृत्यु हुने ।

२. नेमोनिक अवस्था

यस अवस्थामा पशुको सास नलीदेखि फोक्सोसम्मको भाग पूर्ण रूपले प्रभावित हुन्छ । सबैभन्दा पहिले च्यापु सुनिने क्रम बढ्दै गई ह्याकुल्लोसम्म पुग्छ । टाउको तथा घिच्रो तन्काएर सास लिने तथा नाकबाट फिँज निक्लिने तथा मुख खोलेर समेत सास लिने गर्छ । स्वास नली सुनिएर साघुरो हुनुको साथै जिब्रोसमेत सुनिन गई पशु मुख खोलेर समेत सास लिन थाल्छ र सास लिँदा जोडले घ्यारघ्यार आवाज निस्किन थाल्छ । कुनै कुनैमा पेट फुल्ने तथा खुट्टा सुनिन सक्छ । उपचार नभएमा पाडापाडी छिटै मर्छन् भने वयस्क पशु बढीमा ४-५ दिनमा मर्ने गर्छन् ।

३. इनटेरिक अवस्था

पशुको मुखदेखि लिएर फोक्सो, कलेजो, आमासय तथा आन्द्रासम्मको भाग सुनिन्छ । पेट फुल्ने, पखाला लाग्ने तथा रगत मासी जस्तो दिसा गर्ने र उपचार नभएमा ३-४ दिनमा मर्ने गर्छ ।

उपचार :

- वर्षायाम सुरु हुनुअगाडि प्रत्येक पशुलाई खोप लगाउने ।
- उपचारका लागि सल्फा समूहको एन्टिबायोटिक बढी प्रभावकारी हुन्छ ।
- अन्य समूहका एन्टिबायोटिक औषधीहरू क्लोरामफेनिकल, अक्सिटेट्रासाइक्लिन आदि पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ । जस्तै, ओ.टी.सी (एल.ए.१ मि.लि. प्रति १०) केजी तौलअनुसार गहिरो गरी मासुमा

सुई लगाउन सकिन्छ ।

- सहायक उपचारको लागि एभील ३-१० मि.लि. (तौल हेरी) १ दिन बिराएर २-३ ओटा सुई मासुमा लगाउन सकिन्छ ।

रोकथाम :

- रोगि पशुलाई तुरुन्तै बथानबाट अलग्गै राख्ने ।
- पानी पर्ने समय अगाडि नाई भ्याक्सिन लगाउन उचित हुन्छ ।
- रोगले छोएको वा शङ्का लागेको वस्तुलाई रोग फैलिएको बखत खोप लगाउन हुँदैन ।
- मरेको पशुलाई गहिरो खाडल खनेर गाड्नु र माथिबाट चुन छर्कनु पर्दछ ।
- एच.एस.एलम प्रेसिपिटेट भ्याक्सिन भैंसीमा ५ मि.लि छालामुनि वा मासुमा पाडा पाडीमा ३ मि.लि सोही तरिकाले प्रत्येक वर्ष सोही समयमा लगाउनुपर्दछ । सुई दिएको ३ दिनसम्म वस्तुभाउलाई जोत्न वा काममा लगाउनु हुँदैन ।

३. चरचरे

यो रोग प्रायः जसो गर्मी मौसम मा फैलिन्छ । यो रोग क्लस्ट्रिडियम चोबै नामक जीवाणुबाट लाग्दछ । यो जीवाणुले पशु वस्तुको फिलाको मासु खाएर विष पैदा गर्दछ जुन शरीरमा गएर ३६ घन्टाभित्र रोगी पशुको मृत्यु हुन्छ । ३ महिना देखि २ वर्ष उमेरका पशुहरूमा यो रोग बढी मात्रामा देखापर्दछ ।

लक्षणहरू :

- उच्च ज्वरो आउने (१०५ - १०७ डिग्री फेरनहाइट), विशेष गरी फिलाको मांसपेसी सुनिएर आउँछ ।

- सुन्निएको भाग सुरुमा तातो हुने र पछि चिसो हुने र दुखाइ पनि कम हुने, सुन्निएको ठाउँमा थिच्दा चरचर आवाज आउने गर्छ ।
- छाला ठाउँठाउँमा फुट्ने गर्छ र लक्षण देखेको १२-३६ घण्टा सम्ममा पशु मर्दछ ।
- नाक तथा मलद्वारबाट रगतसमेत आउने गरेको पाइन्छ ।

उपचार

यस रोगको उपचार छिटो तथा सही रूपमा गर्न पाएमा पशु बाच्न सक्छ ।

- पेनिसिलिन २० लाख - ४० लाख अन्तर्राष्ट्रिय युनिट (अ.यु) मासुमा दिनहुँ ५ दिनसम्म लगाउने सामान्यतया १०,००० आइ.यु पेनिसिलिन/के.जी तौल अनुसार I/M सुई दिने ।
- सुन्निएको भागलाई निसङ्क्रमित चुरा वा ब्लेडले २-४ से.मि चिरेर बिग्रेको कालो फिँज भएको रगत निचोरेर सक्दो निकाल्ने तथा चिरेको ठाउँमा पोटासले सफा गरी एन्टिबायोटिक मलम लगाउनु पर्छ ।

रोकथाम :

- पानी पर्ने समय अगाडि नै गाइभैंसीलाई खोप लगाउने काम गर्नुपर्दछ । बि.क्यु. पिलोभ्यालेण्ट भ्याक्सिन गाईभैंसीमा ५ एम.एल. (क/अ) छाला र पाडापाडी लाई ३ एम.एल. सोही तरिकाले दिनुपर्दछ । ६ महिना नाघेको वस्तुलाई सुई दिनुपर्दछ साथै यो सुई प्रत्येक साल रिपोर्ट गर्नुपर्छ ।
- रोगी पशुलाई तुरुन्तै बथानबाट अलग्गै राख्नुपर्छ ।
- गहिरो खाडल खनेर मरेको पशुलाई गाड्नुपर्छ ।
- रोगी वस्तुले खाएको खाना, पानी, घास, निरोगी वस्तुभाउलाई नदिने

तथा गोठलाई २% फर्मालिन को झोलले सफा गर्नुपर्छ ।

४. पड्के

यो रोग सबै प्रकारको घरपालुवा पशु साथै मानिसमा समेत लाग्ने सबैभन्दा डर लाग्दो सरुवा रोग हो । यो रोग ब्यसिलस एन्थ्रासिस नामक जीवाणुबाट लाग्छ । साधारणतया यो रोगबाट पशु फाट्टफुट्ट मर्दछन् । गर्मीयाममा यसको प्रकोप बढी हुन्छ । रोग सङ्क्रमण दूषित पदार्थ खाएर हावा वा छाला बाट हुन्छ । यो रोग ऊन छान्नेलाई लाग्ने रोग पनि भनिन्छ । यो रोग पशुबाट मनिसमा सर्ने रोग हो ।

लक्षणहरू

यो रोगमा तिन प्रकारको लक्षणहरू देखिन सक्छ ।

अल्पकालिन अवस्था

पशु तीब्र रूपले बिरामी भई एक्कासी मर्छ । मरेको पशुमा नाक मुख मलद्वारबाट नजमेको रगत निस्किन्छ । पशु एकै घण्टाभित्र मर्न सक्छ ।

मध्यकालीन अवस्था

पशुमा १०६-१०७ डिग्री फरेनहाइट ज्वरो आउने, कान खुट्टा तथा सिङ चिसो हुने, आँखा रातो भई सुन्निने, सास फेर्न गाह्रो हुने, पिसाब बन्द भई पेट दुख्ने तथा नाक मुख मलद्वारबाट नजमेको रगत निस्कने आदि देखापर्छ ।

दीर्घकालीन अवस्था

रोगको लक्षण नरम प्रकारको हुन्छ र यस अवस्थामा पशु २-४ दिन पनि बच्न सक्छन् । घाँटी सुन्निनु, छाती पेटको भाग पनि सुन्निएर कडा भई बिचको भागमा भासिएर खाडल पर्नु, कडा ज्वरो आउनु सास फेर्न अप्ठारो हुन्छ ।

उपचार

- कल्पेन फोर्ट, वा प्रोनापेन वा प्रोकेन पेनिसिलिन जी १०,००० आइ.यु प्रति के.जी शारीरिक तौल बराबर दिनको २ पटक मासुमा सुई ५ दिनसम्म दिने अथवा अक्सिटेट्रासाइक्लिन एल. ए. १ मि.लि प्रति १० केजी तौल बराबर १ पटक मासुमा सुई दिने र आवश्यक परे ७२ घण्टापछि फेरी एक मात्रा सुई दिने ।
- एन्थ्रेक्स सिरमा १००-२०० मि.लि नसाबाट दिन सकिन्छ ।

रोकथाम

- मरेको पशुलाई गहिरो खाडल खनेर गाड्नुपर्छ । पटके रोग लागेर मरेको पशुलाई कहिले पनि चिरफार गर्न हुँदैन ।
- रोगी पशुलाई तुरुन्तै बथानबाट अलग्गै राख्नुपर्छ ।
- रोग देखिने क्षेत्रमा बर्सेनी आफ्ना पशुलाई रोग विरुद्ध खोप लगाउनुपर्छ । यसका लागि एन्थ्रेक्स स्पोर भ्याक्सिन १ मि.लि. छालामुनि सुई लगाउनुपर्छ ।

५. थुनेलो

दुधालु गाई, भैँसी, बाख्रा, भेडी आदिमा थुनको भित्री भागमा रहेको दुध उत्पादन गर्ने कोसीका तथा कल्चौँडा पूर्ण रूपले बिग्रिएर दुधसँग रगत र पिप मिसिएर आउने तथा दुध उत्पादन घट्ने रोगलाई थुनेलो भनिन्छ । थुनेलो विभिन्न जीवाणु, विषाणु तथा ढुसीहरूका कारण लाग्ने गर्दछ । थुनेलो रोग लागेको दुध मान्छेले खाएमा जीवाणुका कारणबाट मानिसमा पनि अनेक किसिमका रोगहरू लाग्ने प्रबल सम्भावना हुन्छ ।

लक्षणहरू

यस रोगमा दुई प्रकारको लक्षणहरू देखिन सक्छ :

१. लक्षण देखिने

२. लक्षण नदेखिने

लक्षण देखिने

- थुन तथा कल्चौंडो रातो, तातो, सुन्निएर दुख्ने ।
- थुनमा गिर्खा, गाँठो देखा पर्ने, साह्रो हुने र दुधको मात्रा कम हुँदै जाने ।
- दुध पातलो वा पानी जस्तो, पहेँलो, रगत मिसिएको, पिप मिसिएको, छोक्रा जस्तै आउने ।
- ८/१० दिनपछि सुन्निएको थुन बिस्तारै घट्छ तर दुध राम्ररी आउँदैन, कुनै पशुलाई ज्वरो पनि आउँछ ।

लक्षण नदेखिने

- यी लक्षणहरू कृषकहरूले थाहा पाउन गाह्रो हुन्छ तर नियमित गरिने दुध परीक्षणबाट पत्ता लगाउन सकिन्छ ।
- दुध उत्पादनमा कमी हुन्छ ।
- यो धेरै भएपछि आँखाले देखिने थुनेलोमा परिणत हुन्छ ।
- यो खास गरी इकोलाई जीवाणुको कारणले लाग्दछ ।

उपचार

- दुध बेला बेलामा (सामान्य भन्दा धेरै पटक) दुहनु पर्दछ, जसले गर्दा कल्चौंडामा पर्ने दबाव कम हुन्छ ।
- रोग लागेको फाँचोलाई सबभन्दा पहिले पोटास पानी वा एग्रिफलाविन १:१००० को झोल बनाई सफा गर्नुपर्दछ ।
- कल्चौंडो र थुन निकै सुनिएको छ भने मेगासल्फ मनतातो पानीमा

मिसाई सेक्ने अनि थुनलाई सफा कपडाले पुछ्ने । थुनको टुप्पोमा पोभिडिन आयोडिन क्रिम लगाउने ।

- यदि दुध आएको छैन भने कीटाणुरहित पारिएको थुनभित्र राख्ने नली थुनमा भित्र घुमाउने र बिग्रिएको दुध सबै निकाल्ने ।
- सबै दुध निकालेपछि क्यानुलालाई बाहिर निकाल्नुपर्दछ। कल्चौंड़ो र थुनलाई बिहान बेलुका राम्रोसँग सेकिदिने ।
- नसुन्निने, नदुख्ने सुई दिने र यस्तो अवस्थामा राम्रो दाना पानी दिने।

रोकथाम

- गोठ र गोठवरिपरि सधैँ सफा राख्नुपर्दछ।
- बस्तु ब्याएको तुरुन्तै कुनै एन्टिबायोटिक झोलले राम्रो सँग कल्चौंडो सफा गरेर पहिलो पल्ट २/२ सिर्का दुध दुहेर फाल्ने अनि मात्र दुध दुहनुपर्दछ ।
- पाडा बाच्छाले दुध चुसिसकेपछि बिगौती दुध थुन कल्चौंडोमा लागेको हुन्छ। तातो पानीले सफा गरी सफा कपडाले कल्चौंड़ो पुछिदिनुपर्दछ।
- बस्तु बस्ने गोठ सफा हुनुका साथै राम्रो नरम खालको सोत्तर हाल्नुपर्छ किनभने कडा सोत्तरले घोचेर थुन मा घाउ बनाउन सक्छ ।
- रोगी पशु दुहनुपर्दा सबैभन्दा पहिला निरोगी थुन दुहनुपर्दछ अनि मात्र सङ्क्रमित थुन दुहनु पर्दछ ।
- धेरै दुधालु गाईभैंसीहरूलाई ब्याएको एक हप्तासम्म धेरै दाना र बढी दुध आउने आहारा कम गर्नुपर्दछ ।

पशुमा लाग्ने अन्य रोग, कुखुरामा लाग्ने रोग, मौरीमा लाग्ने रोग के के हुन सक्छन् भनी जान्न शिक्षक तथा पशु चिकित्सकसँग सल्लाह लिन सकिन्छ ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) राक्सिराङ्ग गाउँपालिकाभित्रका मानिसहरूको मुख्य पेसा के के हुन् ?

(ख) गाई भैँसीमा लाग्ने प्रमुख रोगहरूको सूची बनाउनुहोस् ।

(ग) खोरेत रोगको परिचय दिँदै यसका कुनै २ ओटा लक्षणहरू लेख्नुहोस् ।

(घ) पड्के रोग कुन जीवाणुबाट लाग्ने रोग हो ? यस रोगको तीन ओटा लक्षणहरूको अवस्था लेख्नुहोस् ।

(ङ) थुनेलो रोगको परिचय दिँदै यसको उपचार र रोगथामका कुनै ३/३ ओटा तरिकाहरू लेख्नुहोस् ।

२. खाली ठाउँमा मिल्ने शब्द भर्नुहोस् :

(क) भ्यागुते रोग................याममा बढी देखिन्छ ।

(ख) गाईबस्तुको गोठलाई ....पानीले सफा गर्नुपर्छ ।

(ग) चरचरे रोग पशुमा ....नामक जीवाणुबाट लाग्दछ ।

(घ) एन्थ्रस शिरमा ....मि लि नसाबाट दिन सकिन्छ ।

(ङ) थुनेलो रोग लागेको गाईबस्तुको थुनको टुप्पामा .... क्रिम लगाउने ।

३. मिल्ने उत्तर छानेर ठिक चिह्न लगाउनुहोस् :

(क) खोरेत रोग लाग्दा कतिदेखि कति डिग्रीसम्म ज्वरो आउँछ ?

अ) १०४ देखि १०६ डिग्री   आ) १०३ देखि १०५ डिग्री

ई) १०१ देखि १०२ डिग्री

(ख) चरचरे रोग प्रायःजसो कुन मौसममा फैलन्छ ?

(अ) गर्मी (आ) जाडो (इ) न जाडो न गर्मी (ई) धेरै गर्मी

(ग) रोग लागेर मरोको पशुलाई के गर्नुपर्दछ ?

(अ) गाड्नुपर्छ (आ) जलाउनुपर्छ (ग) क र ख दुवै

(घ) पशुबाट मानिसमा सर्ने रोग तलका मध्ये कुन हो ?

(अ) भ्यागुते (आ) चरचरे (इ) पड्के (ई) खोरेत

(ङ) थुनेलो रोग कुन जीवाणुबाट सर्छ ?

(अ) इकोलाई आ) क्युसल्स यन्थ्रशिस इ) स्लस्ट्रिडियम चोवै

४. पाठ पढ्नुहोस् र पशुपन्छीलाई रोगबाट बचाउने पाँचओटा उपाय लेख्नुहोस् ।

५. तीनओटा पशुपन्छीको नाम, लाग्ने रोग र उपचारका तरिकाको तालिका बनाई भर्नुहोस् ।

६. तपाईँको घरमा पलिएका पशुमा कुन कुन रोग लागेको छ ? अवलोकन गर्नुहोस् । साथै आफ्ना बुबा आमालाई सोध्नुहोस् र रिपोर्ट तयार गर्नुहोस् ।

७. व्यावसायिक मौरी पालन गर्ने तरिका लेख्नुहोस् ।