

पिपल पोष्टक वारेम

यी पोस्टमालाम भाषानुभव बिधिसे बनैलक हो। यी बिधिम कहुइयक मुखाग्र कहल बट्कोहीह और मनैयसे जस्तकतस्त लिखक बनागैलक हो

यी मेहरिक बट्कोही फुरक घटनम आधारित हुइलक ओ गाउँक मनैनक अनुभवसे मिल्ना हुइलकओसें हुँक धेर मन परैठा खास मुखाग्र बट्वाइलक हुइलकओसें असिन बट्कोही पढवेर लौव प्रौढ हुँक पाछ अइना घटनक अडकल पैलहें पैठ जहामसे हँक आत्मबिस्वास बट्वाइना क्षमता बहर्ति जैठा।

सामान्य सम्पादन केल करलक ओसें मुखाग्र भाषाम रना गुण जस्तः ठाउँ ठाउँक बोलाइ मेहरिक मेहरिक औकट्यार शब्द, लिरौसी वाक्य अस्टहे बा। यी पोस्टमालाले लौव साक्षर प्रौढ पहुइयन बोली चालिक भाषामसे मजासे पोष्टम लैजाई खोस्टा जब हुँकहनकम पहर्ना बान बैस्टी जैठन, लिखल लौव लौव लेख फे पढ सेक्ना हुँइही ।

सक्कु शीर्षक छुट्ट छुट्ट हुइलसेफे १०० ठोसम शीर्षकम बनाईल यी पोष्टम बेल्सल भाषाक मेहरिक मेहरिक रुप, शैली ओ बनल डगगरमसे लौव पहुइयन भाषक विकास कर सेकठ कना विश्वास कैगैल बा।



प्रकासक : यूनाईटेड मिसन टू नेपाल २०५४



हेलसारी नै करी



१. लाल रङ्गक -सक्कुन्से लिरौसी
२. लल्लार रङ्गक - ठिक (लिरौसी)
३. अकास्या रङ्गक- टनिक करी
४. काइर्ल रङ्गक - मजासे पह सेकुइयन्क अभ्यासक लाग

यी पोष्टा लाल रङ्गक हो।
यी "क्षयरोग ओ कोररोग" मालाम पठा

हेलसारी नै करी

The Information of This Book

The language of this book: Dangaura Tharu

Nepali title: Helchekrain Nagaroun

English title: Let's not be careless

Translated by: EDI-Nepal (Tharu Project)

This book is available in other language(s): Limbu

क्षयरोग ओ कोररोग
लागल दुठो जन्नीन्क
फुरक बट्कोही

विषय सूची

१. क्षयरोग

२. कोररोग

१

१४

चित्र : युरिका शाक्य

संध्या राजकर्णिकार

आशा गौतमक बट्कोही

म्वार नाउँ आशा गौतम हो। मै २१ बर्षक हुइनु। आजकाल शिक्षाशास्त्रक प्रमाणपत्र तह दोसर बर्षम अध्ययन कर्तिबाटुं। मै भ्वाज नै कर्ल हुइटुं । आजकाल सुर्खेत जिल्लक जर्बुटाम बैठुं। हमार पज्यारम डाई- बाबा, एकठो भैया, एकठो बहिन्या ओ मै लगाक जम्मा पाँचजन बाटी ।





गैलक माघ मैन्हा (२०५२/१०) ठेसे महिहन सडीं खौंखी लागल। सडीं लगलक पाछ नाक बुज्जा, खौंखी लग्ना ओ खौंखाइबेर गाहार खखार अइना हुइल। खौंखी लकटी गैल दोस सन्भया-सन्भयाक जर फे आई लागल ओ छाती फे बठाई लागल।

सडीं धेर लागल कैक मै टाटुल पानी टटाक पिएभिर्नु। नीमक पट्या रिभाक बहुत धेर खैनु। टिटले महिहन बहुत कमजोर कराइल। तुल्सीक पट्या रिभाक खैनु उह फे मजा नै हुइल।

खौंखाइबेर खखारम रगत देखलक बाट मै आपन बाबाह कहनु। तर उहफे बाबा पिनास हुइल होक अइलक हुई काकर कि पिनास हुइलसे नाकमसे रगत अइठा तर नाकसे आए नै सेकलसे मुहमसे अइठा कल। वाकर पाछ मै फे ओस्ट हुई कैक विश्वास मन्नु।

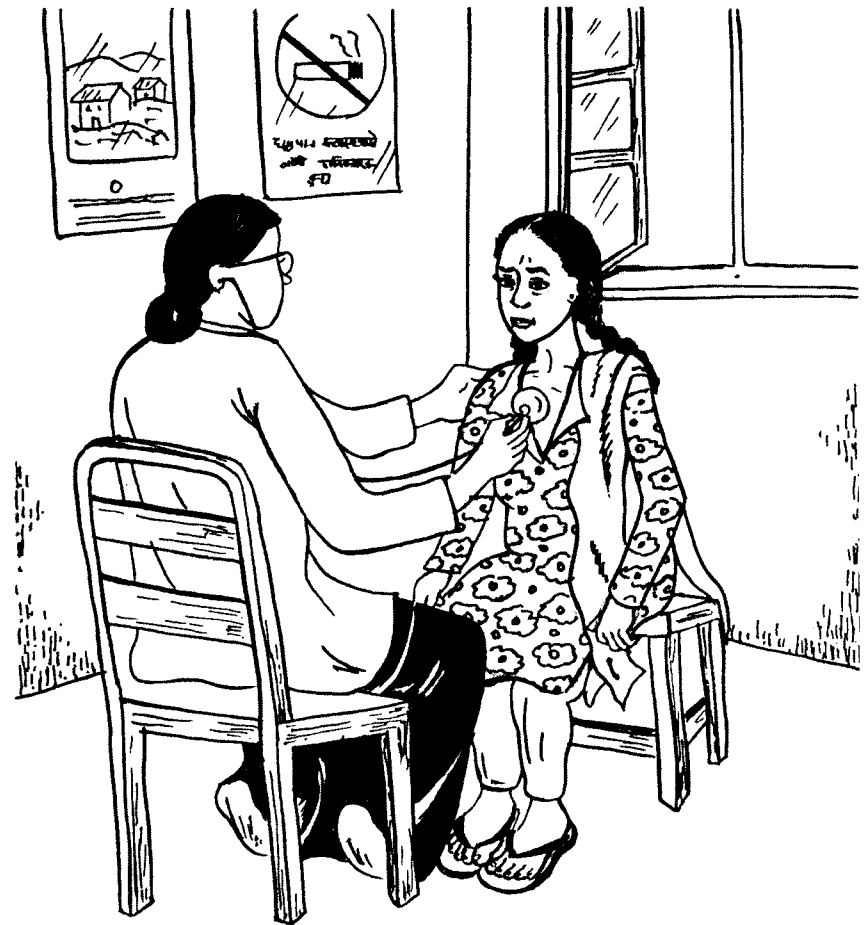
गाउँम औरजन धेर मेहरिक विज्वा सिखा देरख्लह। तर मै रेडियो ओ

संघरेन्से का बात सुनरखनहुँ कलसे खौंखी
लगटी रहबेर जर फे अइलसे टि.बि.
(क्षयरोग) लाग सेकठा।

फुरसे टि .बि. होकि कैक महिन भित्रहँसे
डरलागक आइल। शिक्षा क्याम्पसम म्वार
बिषय फे स्वास्थ्य रह। उहओसे रोगक बारेम
महिहन कुछु बात थाहाँ रह। असिन हुइल
कलसे असिन हुइठा कैक ।

उहओसे मै चुप्प लागक बैठ नै सेकनु।
वाकर पाछ मै अप्नेह असिन हुइलसे जँचाए
पर्ठा कैक खखार लेक टि.बि. क अस्पतालम
गैनु।

मै उहाँ महिहन एक मैन्हासे खौंखी लगटी
रलक, ट्वाँटम ढेलकी परल असक हुइना ओ



कभु-कभु ओस्टहे ख्वाक-ख्वाक करबेर
फे खखारम रगत आइल कैक बट्वइनु।
उहाँ म्वार खखार, गु, मुट, रगतक फे जाँच
हुइल। वाकर पाछ खखारम टि.बि. रोगक



किटाणु देख परलक थाहाँ हुइल।

महिहन आपन जिउम टि.बि. रोग लागल बा कैक विश्वास कर नै सेकनु। डरले म्वार अन्हवार कज्या-

कज्या हुइल। हम्र ट टि.बि. रोग कलक बहुत जाँड-डारु पिना माँखुर पिना मनै हुँकन केल लग्ठा कही।

महिहन बहुत दुःख लागल, मन् फे बहुत रुइल। कसिन-कसिन नै मजा लागल उह ब्याला म्वाँर दिमाग फे काम नै कर्ना जसिन हुइल रह।

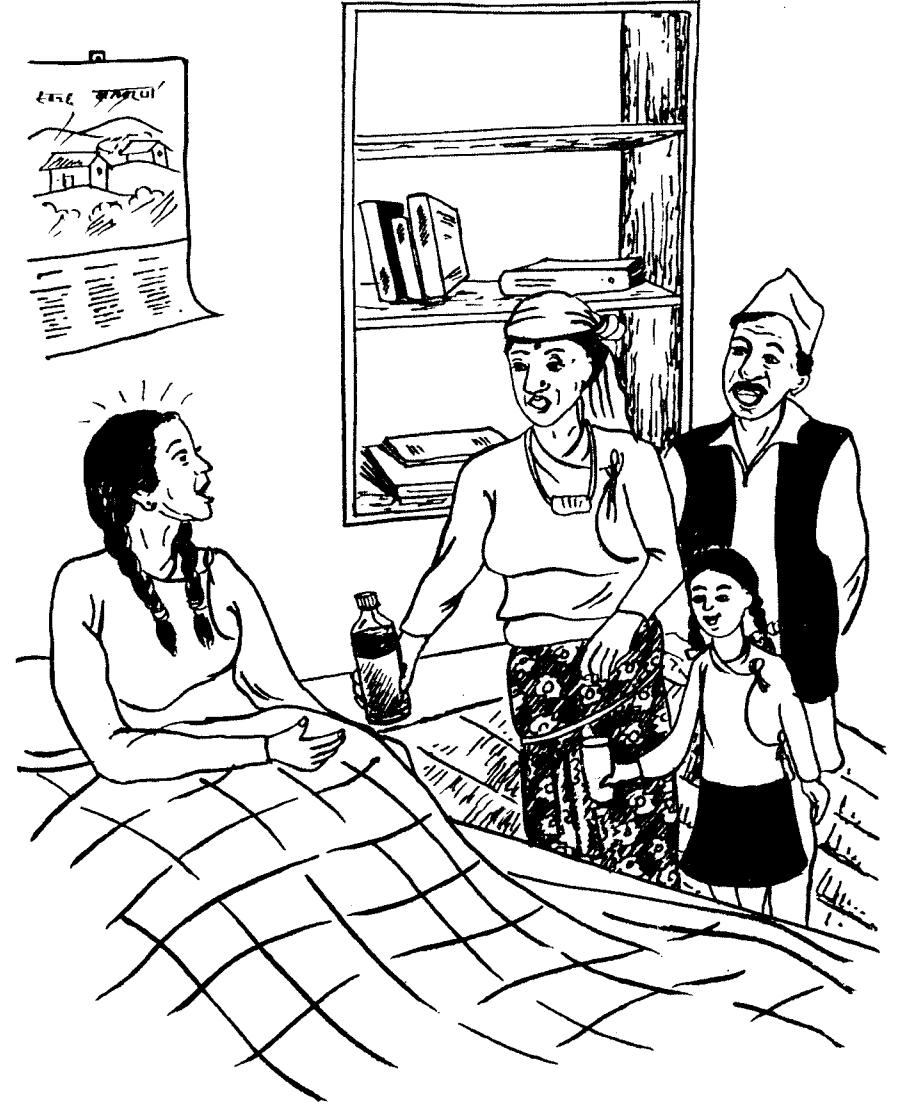
अस्पतालम जाइबेर मै गोहिन्से गैरनहुँ। डरले हुँकहनक अन्हवार फे और छन्डान हुइल रलहन। तर डक्ट्वा डराए नै परट मजा होजाई कैक हाँसबेर महिहन कहौर-कहौर चुम्मर लागल जसिन हुइल। असिक मन बुभादेटी और कसिन-कसिन रोग बाट, यी ट सामान्य हो चुम्मर हुइठा अक्ट्याए नै परट कल ।

खौंखी लगलक, जर अइलक कमसेकम एक मैन्हा पाछ केल म्वार रोग थाहा हुइलाहा रह। वाकर पाछ भट्ट उह दिनसे उपचार शुरु हुइल।

टि.बि. अस्पतालसे अठ्वार-अठ्वार दिनक लाग बिज्वा मिलादेल। रगत, गु, मुट जाँचबेर गुहम केस्ना फे परल रलह। वाकर फे बिज्वा उह अस्पतालमसे देल।

सन्भयाक घर पुगक महिहन टि.बि. हुइलक बात सककुजहन् बट्वइनु। शुरुम त डाई-बाबा हुँक ओसिन नै हुइल हुई कहटलह। तर पाछ उहाँहुँक भन् बहुत मैयाँ कर लगल। डाई-बाबा ओ बहिन्या एकदम धेर मैयाँ ओ सहयोग कर लगल।

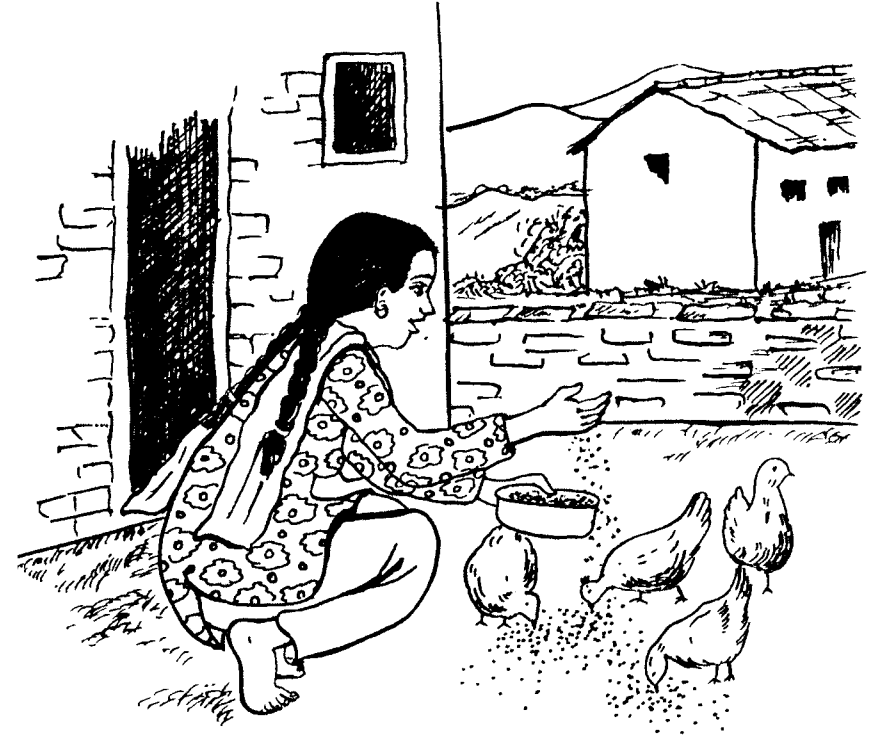
डाई-बाबा ओ बहिन्या एकदम धेर मैया ओ सहयोग करँट।



बिज्वा खाए फागुनक २४ गतेसे शुरु कर्नहुँ। आठ मैन्हासम खाई पठा। अखि ट कात्तिक २४ गते आठ मैन्हा फे पुगी।

बिज्वा खाए एक दिन फे नै भुक परट। भुकलसे रोग चोखैना ढौ हुइठा। मै आम्हिसम ३ चो खखार जँचासेक्नु। महिहन उहाँक डाक्टर खखारम टि.बि. क किटाणु आब नै देखपर्ल कैक कल।

महिहन आब बहुट खुशी लागल बा। बिज्वा नै भुकक खैलसे यी रोग चोखैठा कैक आब महिहन जाट्टीक विश्वास लागल बा।



मै आजकाल चुम्मर बाटुँ। उहओसे मै जस्तहँ रोग लगुइयन का सल्लाह दिह चहठुँ कलसे लगधार तीन अठ्वार वा धेर खखार अइना खॉखी लगलसे टि.बि. क शंखा हुइठा। असिन हुइलसे भट्ट जँचाक बिज्वा सद खाई पठा। भुक नै परट ओ सककु खाई पठा।

मजा हुइल कैक बिचहम विज्वा खाई
छोर्लसे रोग कभु फे नै चोखाइट। टि.बि.
क विज्वा किन नै परट। स्वास्थ्य चौकीम
पाजैठा ।

जिउहन बाधा पर्ना कैक काम नै कर्ना।
माँखुर नै पिना। धेर नै भन्खना ओ बिसैना।

म्वार घरम और कौनोजहन टि.बि.रोग
लागल नै हुइटन्। सककु पज्यार खुशी
बाटी ।



कोररोग

नन्दकली ठकुरीक बट्कोही

म्वार नाउँ नन्दकली ठकुरी हो। आजकाल म्वार उमेर ५० बर्ष हुइल। म्वार घर बाजुरा जिल्ला, माहदी वडा न. ६ हो। म्वार लैहेर ओ घर एकक वडाम पठा।

मै १५ बर्षक रहबेर म्वार भ्वाज उह गाउँम बैठ्ना मनैयसे हुइलरह। म्वार घरम १८ जहनक पज्यार रह। ठज्वा महिहन पैल्ह खुब मैयाँ करँट।

छाई जर्मल ट म्वार ग्वारा भम्भमाए, पाछ फाट लागल। एकदिन लहाक जाङ्घम ट्याल घँसबेर जाँघम नै खुँजैना उज्जर, फुस्सर रंगक एकठो दाग देख्नु। दाग लाट रह। शुरुम दाग

देख्क मै डराइल रहनहुँ। म्वार ठज्वा फे दाग ओ ग्वारा फाटल देख्क डरैल।



पाछ घरक सककुजन थाहाँ पैल।
गवँल्यन् फे थाहाँ पैल। एक वर्ष पाछ ट
सककु दाग ओ ग्वारा लाट हुइल। पाछ
महिहन कोररोगक शंखा लागल तर का
कर्ना कोररोगक विज्वा रठा कना पत्त नै
रह।

म्वार छाई चार मैन्हक रहबेर ठज्वा
महिहन छोर्दिहल। "टोही कोररोग लागल,
आब टै भन्सम आई नै मिलट। ओदारम
बैठ पठा, घरम बैठ नै पैब्या" कैक ठज्वा
निक्रादिहल। घरक लगघ फे जिनआइस
कैक कहल।

औरजन फे उह कल। उ ब्याला महिहन
धेर पीर लागल। म्वार दिदी लगघ रलही,
मै उहँ गैनु।



दिदी महिहन बैठदेली। घरम बैठ कहँट
ट मै नै बैठनु। मै बाहार गोठ्वम दुई मैन्हा
बैठनु। उहँ खाई दिहँट।

दादुक घर फे उँह रह। दादुसँग बैठ कैक कैरखल्लह तर मै नै बैठ्नु छुटी-छुटी भटिज्वा, भटिज्या बाट सरी कैक। "अः अप्न ट गैल-गैल सककुजहन् लैगैल" कंहि कैक तर म्वाँर छाईहन सरी कना नै लागल।

मै उह गोठ्वम चार बर्ष बैठ्नु। लैहेरम डाई-बाबा फे रलह।

चार बर्षसम कुछ विज्वा नै हुइल किउ फे खोजि नै कर्ल, महिहन कुछु थाहाँ नै रह। किहुसे संगत नै रह।

एकदिन एकजन भैया पर्ना मनैयाँ कोररोगक

टोली आइल बा कैक कह आइल। टोली स्कुलम बैठल बा, जाँचबुभ कठा जाओ लाज जिनमानो कैक कहल।



कभु फे नै जँचैलक, कसिन हुई, कसिक जैना हो, धेर मनै हुँइही कैक महिहन एकदम रुइनास लागल ओ खुब रुइनु त फे बिहानक अन्गट्टी गैनु। आठ बजे उहाँ पुगनु।

उहाँ महिहन जाँचबुझ कैक ६ मैन्हक
लाग बिज्वा देल। सावन, भदौ, कुवाँर



कात्तिक, अगघन ओ पुषक लाग। विज्वा
ओरैलसे भट्ट सुखेत कोररोग अस्पतालम
अइहो कैक कल।

उ ब्याला महिहन रोग लगलक चार
बर्ष होरलहा।

६ मैन्हा विज्वा खाक पाछ मै छोटका
काकक छाइकसँग सुखेत गैनु। ओहिहन फे
अस्ट रोग लागल रहलस। बहिन्या, मै ओ
चार बर्षक छाई नेडक आइबेर नौ दिन
लागल।

उहाँ बहिन्य भर्ना करल तर महिहन
भर आठ दिन केल लागल। कोररोगक
अस्पतालमसे महिहन फागुन समक लाग
एक बर्षक विज्वा देल। वाकर पाछ मै

फेर बाजुरा घुम्नु।

पाछ मै गाउँम बैठ नै सेक्नु। काकरकि गाउँम महिहन सक्कुजन हेलाह करँट।

"कोरी" कहँट। "यि रोग सर्ठा घरम जिनआ, हमार घरम पैला फे जिन्टेक, हमार नेङ्ना डग्गरम फे जिन्नेड, ट्वार आगीक धुवँले फे हमन रोग सर्ठा, घट्टम फे निआइस" कैक कहँट।

महि धेर पीर लागल उहओसे छार्इहन लेक अकल्लहे सुखेत अइनु ।

सुखेतम कुष्टरोग अस्पताल महिहन फेर विज्वा दिहल ओ घर जाओ कैक कहल।

तर गाउँक मनै कोर लागल कैक धेर हेलाह कर्लकओसे महिहन घुम्ना मन नै लागल। उहओसे यिहँ (सुखेत) कुल्ली काम कैक बैठनु।





पाछ मै धोती- पछ्यौरा बिन्ना काम
पैनु।

एकदिन एकजन कोर नै लागल चुम्मर
मनैया महिसे भ्वाज कर्ना बात ढरल। मै
ओहिसे भ्वाज कर्नु।

कोररोगक अस्पतालमसे महिहन घर फे
देराखल। म्वाँर ठज्वा, मै ओ छई यिहँ बैठ्ठी।

मै जागिर खैलक आब पुषम सात बर्ष
पुगी म्वार छई पाँच / छ कक्षा पहर्क
आजकाल घरम बैस्थ्या। म्वार जागिरमसे
अइना पैसा ओ ठज्वा कुल्ली काम कैक
अन्ना पैसामसे आजकाल हमार घरम दाल,
भात खाई पुगठा।

मै आजकाल एकदम खुशी बाटुँ। मै
विज्वा खाक सेकडर्नु मै दुई बर्षसम विज्वा
खैनु। कोररोगक कीटाणु फे विज्वा कैक
मुगैल।

म्वार कौनो अङ्ग-भङ्ग हुइल नै हो। हाँठ
फे मजा बाट। ग्वारा फे मजा बाट। तर शुरूम

विज्वा नै पैलकओसे टनिक लाट बाट्
उहओसे ग्वारा सद पानीम भिजाक ट्याल
लगाक मठु।



च्वाट-पटकसे जोगाइक लाग कोररोग
अस्पतालमसे देलक जुत्ता सद घल्लुं। रातक
सुत्ना ब्याला केल खोल्लुं। काकरकि लाट
ग्वारा घाउ, च्वाट लगलसे अङ्ग-भङ्ग हुइठा।

म्वार ठज्वा महिहन एकदम मैयाँ कठ।
छाई फे खुशी बाट।

छर-छिमेकिसे फे मजा मेलमिलाप बा।
भ्वाज भत्याारम हमन फे बलैठ। हुँक फे
अइठ। दादु भैयन फे भ्याँट-घाँट कर अइठ।

तर दुःखक बात, म्वार काकक छाई
भर हाँठ ग्वारक वास्ट नै करल। हम्र दुनु
जहनक उपचारसँग हुइल रह। तर

विज्वा करैटी-करैटी फे वाकर हाँठक अंग्री
सिंक्रटी, खस्ती, बाड हुइटी गैलस। विज्वा
खाई फे ढिल कर्ली। हेलसारी कटी विज्वा



सद-सद नै खैलकओसे सक्कु हाँठ ग्वारा
बिग्रलस।

उहओसे मै और कोररोग लग्ना दिदी-
बहिन्या, दादु-भैयन का कहटुँ कलसे
हेलसारी नै करी। मजासे सह्यार कैक
विज्वा कर्लसे यी रोग चोखैठा। विज्वा दु
वर्षसम नै भुक्क खाईपठा।

बिग्रलक, लाट हुइलक, ट्यार-बाड
हुइलकहन पाछ विज्वा खाक न हुइट।
खस्लक आड पाछ नै जामट। लाट हाँठ
ग्वारक मजासे सह्यार कर पठा उहओसे
रोग लग्लक थाहाँ हुइल कलसे हाँठ ग्वारा
भम्भमाइल कलसे दाग देखपरल कलसे
जँचादार पठा।



नन्दकली ठकुरी

छलफलक लाग प्रश्न

१. आशा गौतमहन सडीं खौंखी कैह्यासे लागल रलहस?
२. सडीं लगलस ट का का हुइलस?
३. आशा गौतम रेडियो ओ सँघरेन्क का बात सुनरख्लही?
४. आशा गौतमक र्वाग खौंखी लगलक, जर अइलक कै दिन पाछ पत्ता लागल रह?
५. आशा गौतमहन क्षयरोग लगलक थाहाँ पैलस ट डाई, बाबा ओ बहिन्या कसिन व्यवहार कर्ल?
६. क्षयरोग काजे लाग सेक्ठा?
७. क्षयरोग चोखाइक लाग का कर पठा ? कै मैन्हासम विज्वा खाईपठा?
८. शुरुम नन्दकलीहन का का हुइल रलहस?
९. ठज्वा नन्दकलीहन काजे घरमसे निक्का देलस?
१०. नन्दकलीक बिरज्वा कै वर्षसम नै हुइलस?
११. भैया जचाय जाओ कहबेर नन्दकली काजे रुइल?
१२. पाछ नन्दकली गाउंम काजे बैस नै स्याकल?
१३. नन्दकली केहिसे भ्वाज करल?
१४. नन्दकलीक ग्वारा काजे लाट बाटस?
१५. नन्दकलीक बहिन्यक हाँठ ग्वारा काजे बिग्रलस?
१६. कोररोग मजासे चोखाइक लाग का कर पठा ओ कै वर्षसम विज्वा खाई पठा?