

शिक्षक

मूल्य रु. १०/-

फागुन २०६८

तलब ! भन्नै लाज लाग्छ

- शिक्षक सेवा आयोगको पाठ्यक्रममा आधारित विशेष सामग्री
- श्रीपञ्चमीमा विद्या र अक्षरका कुरा ■ शिक्षा क्याम्पस थपेको थप्यै
- विकास बहस: शिक्षा र संस्कारमा जोड दिऊँ !

Dabur
Chyawanprash

“घरमै दुई चम्चाको तयारी
राख्छ टाढा बिमारी”

सितैमा आकर्षक चम्चा
1 kg प्याकको साथमा



जाडो महिनाको आगमनसँगै आएको छ - रुघा खोकीको समस्या पनि । जति-जति घिसो बढ्दै जान्छ, त्यती नै हाम्रो रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति पनि घट्दै जान्छ र प्रदूषण अनि किटाणुले हामीलाई बिरामी बनाउने पूरा तयारी गर्छ । त्यसकारण ४७ आयुर्वेदिक तत्व युक्त डाबर च्यवनप्राश दैनिक २ चम्चा सेवन गरी ३ गुणा रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति बृद्धि गर्नुहोस् र यी सबै समस्याहरूबाट सजिलै बच्नुहोस् ।
दैनिक तयारीको लागि अब हरेक 1 kg डाबर च्यवनप्राशको सरिदमा एउटा आकर्षक चम्चा सितैमा डाबर च्यवनप्राश - घरमै दुई चम्चाको तयारी, राख्छ टाढा बिमारी ।

1fg-lj 1fg zlf{s ; xsf/l
; :yf lnld6\$sf nflu
cWOLF blks ykf{ af/f
k\$flzt

; Dkfs
/fhqbl bxfn
; Nnfxsf/ ; Dkfs
sbf/ zdf{

; xfos ; Dkfs
; bzG l3ld/

j l/i7 ; jfbtff
afa/fd lj Zj sdf{

; jfbtff
kpf{ cfod

n]cjp6
sfd; x r{kfa
lj kqbl l3ld/
v8uaxfb/ du/

kplv sfo\$fl clws{t
kltda/ s\$}h

lj 1fg
/fdrGb l3ld/

n]y
/rgf 1jfnl

laq{ lj t/Of=ufxs ; jf
xl/ 9sfm, tf/flgw /ldl

sfof{h

1fg-lj 1fg zlf{s ; xsf/l
; :yf lnld6\$
-lzl/s dfl; s_

kOf{08l dfu{
hjnfvjh, nlnrk/

kf{g+#!, nlnrk/
knf{M ; Dkfslo - %\$#%#%

lofkf/=lj 1fg - %\$*!\$@
ufxs ug{f; f]-pkTosf

dfq_ - \$@\$\$ (**,
Od{M mail@teacher.org.np,

j{M www.teacher.org.np,
dbpM hublaf k] ,

xfQLjg, nlnrk/

lhk\$ n' bg+##:^)^%:^)^

lzlfssf] > dzfijfOf



knf{ cfod

; /sf/ klg dltof/ #@
sfd w} tna yf} #*
; jfbll Gogtd tna glbg' ck/fw - lj i0' l/dfn, \$@

cfj/of
k[7 #@\$@

; dfrf/, !!-!#

- lzlfzf:qM k9f0sf] dtna 5g, Soflk; yk\$fyko}
- Pp6df lgisfzg eP k'}P; Pn; L /2 0 ■ hn]fo' kl/j tGdf :6fgsf] clt/lqmf ■ lzlfnsf] cdV/sdf tflnds] cj; / 0 ■ abkkt ljefus] rf; f]

ax; M; fff]j sf; , %*^#

xfdlno{ rlixPsf] lj sf; sf] bfz]gs klf
k]f{f/d} hfB lbpM - ofdaxib/ Is: fg, %*
klxnf lzlf / ; :sf/ - z{f/sf{t em, ^)
- chGk; fb kfj/h, ^@

cGo ; fduj

siff-sfYM
cjnf\$gM lsg / s; /L < bldf/ kabfn, \$^

u?-lzlfssf gfnlahM
siffdf :sh-06:k\$6/ 0 sdn bliff, %\$

gkfn-clwoogl
>lk-rdsf]cj; /df ljBf / clf/sf s/f 8f- tly{xb/ >]7, %^

Classroom: Interesting Activities
for Teaching English

Batuk Lal Tamang, ^\$

: tDe

lj ifo-; Gbe{e, x}f0 / a%#0 #, k]tlqmf / ; %fj \$, dgsf s/f ^, lh1f; f / hjfkm ^^, kni 0 ^, cfnfknf] &@

lzlf{s ; jf cfof]sf] kf7dqndf
cfwfl/t sfofhs=lqmf]ds
vfh-cg; Gwfg -PS; g l/; r{ sf]
lj lw, dxEj / b]6f{t ; DaGwl
lj zif ; fduj k[7, !^~#!

sl7g ag\$] ; xh sfd l/kf{ ^

xfpuhl xfdg Odg/foof >]7, !*

Pp6f b]6f{t 0 cgt\$bf/ kfBbn, @\$

lzlfsm ; fgf af]hlsf
7hf cg; Gwft - 8f-lj Bgfy sf]/fnf, @ (

cfof]sf] kf7dqndf cfwfl/t yk
; fdu]sf nflu lzlf{s sf cfudl
c\$Xz klg xD] ug{f]hf .

plrt kfl/>lds bof xg, clwsf/ xf]

@) \$# ; fnt/sf] s/f x] d kqsf/tfsf] kzfdf sln) lyPF/ klg Pslbg d] ; Dkfbssf] cj 1f u/ ; pxf] sf7df8f] afnfh] : yt gkfn Aof6k sDkglf uP/ dhb/ x8tfn] ; t ; DalGwt ; dfrf/ tof/ ug{cx] pgePsf] lyof] t/ d] . hf] eg] ; fdfGotM ; a) sddf cu] / xg] l/kf] n] cfknh] cx] Psf] sfd ug{ 7f8} ; c] : lsf/ ubf{ pxf] 5Ss kg] of] . cf^gf] v] hj fkmf af/df : ki6ls/of g] b0{ d] f] p2] o k/f xg] lyPg, d] eg] : a] tox] f] dhb/ n] b0{ d] x] g] sf] tna gkPsf] x8tfn u/ s] xg] d rf/ dx] g] sf] tna gkPsf] cx] / lnP/ Itgsf s/ ; 1 ; ISbg] f]

d] f] hj fkm] Pp6f ; fg] sf] fdf v] f] Psf] xdf] clkm df Pp6f km's t/ u k] of eof] . d ; E] s] ; fyln] dfq x] of] g, .bf0 kqsf/x] ln] klg d] f] dvaf6 pglx] s] dd{ k] l] Psf] cgej u/] ; ftf lbg] eqdf xfdn] c] n] d] f] eP klg k] f k] of] ; s] l uh] f] 6] of] .

o ; k6s lz] /s d] ; ssf lglDt ; slnt ; dfrf/ -l/ kf] x] df lz] lfsx] d] fly e0/x] f] c] fly s] z] f] of] syf k9bf Toxl k/fg] 36gf ; lD%PF. cfknh] tna gkPsf a] f] d tna gkPsf x] sf af/df n] v] g ; lSbg] eg] cfknh] z] f] of] d k/ s] f lz] lfsx] n] g] f] g] x] n] f0{ s ; /l k9fpg ; Sng] Gofosf s/ f < s ; /l pglx] n] f0{ z] f] of] / lxt ; d] h] sf n] flu tof/ unf] g] \ d]] tl pTkl8t lz] lfsx] df s] l dfqdf eP klg cfknh] f0{ k] f] P.

d Psl5g cfknh] sfd y] n] of] t] s] f] kqsf/tfsf] s/ f u5{ . To ; a] h] sf] kqsf/t] f] f] Joj ; flostf c] toGt sd dfq lyof] . Joj : yf lj / f] w] kqk] qsf 5f] kg] 5f] k] v] g] f ; /sf/ n] aG] ug{ ; Sg] ; j] w] f] g] Joj : yf g] e] P] s] n] / f] d] 5f] k] v] g] ; fdfGotM kqk] qsf 5f] kg dfG] g] y] . dh] s] d] lj 1f] kg lbg] v] f] ns] pB] f] u] G] b] f] klg sd lyP . kqsf/t] s ; s] f] k] z] f] xg ; S5 e]] g] d] f] g] b] g] y] of] .

t/ kqsf/x] sf] b] j] : y] s] f] n] flu ol af] x/ l ; d : of dfq lhD] j] / lyPg] kqk] qsf] x] c] fly s] ; kn] t sdh] f] x] g] y] g] c] Joj : y] s] f] sf/ of Itg] x] ; c] ; hh] x] g] y] . lgoldt ; kdf k] f] p] g] k] g] k] f] gk] P sDk] f] n] 6/ sfd ub] g] y] k] n] 5f] k] b] g] y] of] / g] z] g] n] 6] a] n] s] fuh lbb] g] y] of] . t/ kqsf/x] eg] k] } gk] P klg sfd ul// x] g] y] . n] v] s] x] lj] g] f] k] f] /> lds n] v] y] / sltko c] j] : y] d] f] t ; Dk] f] b] s] x] n] f0{ l] r] of] ; of ; d] j] v] j] f] p] Eof] f] . w] j] h] ; f] ; Dk] f] b] s] = k] s] f] z] s] x] ; k] f] o] M cfknh] klg b] l] v] u/] c] P] s] f] x] g] y] . t] k] g] l/ kf] f] / n] v] s] x] n] klg k] f] k] f] p] g] k] 5{ e]] s/ f] Itg] n] ; f] b] g] y] .

To ; a] h] sf] thg] d] f] cfh / fh] g] l] t] s ; ; f] d] f] l] h] s / c] fly s]

lx ; fan] dh] s] s] f] s] f] o] s] Nk e0 ; s] s] f] 5 . t/ Joj ; flostf s] l] x ; fan] x] f] d] v] f] ; } cu] f] 8 a9] ; s] s] f] 5] f] . lz] /s sf] of] c] l] n] x] f] d] g] f] g] x] ; n] f0{ k9fpg] lz] lfsx] sf] Pp6f 7hf] ; dx s ; /l k] z] fut z] f] of] d] k] / x] s] eg] g] n] s] f] p] 5 . lz] lfsx] sf] z] f] of] . g] k] n] s] f] n] flu sfd ug] elg] P] s] f] lghl : shx] d] f] dfq ge0{ ; f] j] k] g] s : shx] s] f] ; A] r] g] f] l] e] q] k] g] p ; /l g] h] f] l] 5 . lghl ; f] a] f] 6 tna v] P/ ; /sf/ l] j] f ; f] d] b] f] l] o] s] l] j] B] f] n] o] d] k9fpg] x] h] f] / lz] lfsx] . k} } 5] g] l] s] f] ax] g] d] f] d] f] g] f] l] r] t] k] f] /> lds] s] f] c] j] ; /af6 j] l - r] t] 5] g] \ .

x] d] f] k] n] s] f] ; Dk] f] b] s] x] kqsf/ - n] v] s] n] f0{ k} f] lbg g ; Sg] s] f] l] j] l] e] l] s] f] of] b] y] f] p] f] / t] d] w] o] w] } j] f] : t] j] s] t] f] k] g] x] g] u] y] . t/ c] l] x] n] lz] l] s] n] f0{ 7Ug] : shx] ; t To : t] f] s] g] ax] g] f] 5] g] \ . lghl : shx] ; a] h] f] a] h] f] d] f] r] G] o] f] c] t] f] / q] m] l] G] t] s] f] / x] s] f] k] f] v] k] b] z] g] s] f] l] z] s] f] / x] g] u/ s] f] 5] g] l] t/ To] f] g] G] o] g] k] f] /> lds] s] f] s] f] of] x] g ; S] b] g] . k] f] o] M lghl : shn] cleef] j] s] l ; t cfknh] ; l k] f] p7f0/x] s] f] s/ f] n] f0{ : sh ; - r] f] n] g] u/ k] 15 Itgsf] h] j] g] z] h] l / j] e] j] d] f] c] P] s] f] c] f] z] r] o] f] l] u] b] f] k] l] j] t] g] n] k] l] i6 u5{ . t/ pglx] x] s] f] k] 9fpg] lz] lfsx] eg] of] o] t] f] / cfknh] : shn] f0{ u/ f0/ x] s] f] k] n] o] b] s] f] thg] d] f] c] toGt sd k] f] /> lds k] f0/ x] s] f] 5] g] \ . tl lz] l] f] s] l] j] g] c] f] g] f] s] d] l] k] 6Ss} r] N] b] g] e] l] s] f] : sh d] f] n] s] x] n] f0{ y] x] f] 5 , t/ pglx] lz] lfsx] sf] ; Dk] l] x] g] clwsf/ t s] ; Ddf] g] h] g] s] h] j] g] lat] f] p] g] clwsf/ sf] k] g ; Ddf] g] ug{ t] k/ b] l] v] b] g] \ .

of] s/ f ; /sf/ n] f0{ y] x] f] 5 , 6] 8 olgog] x] n] f0{ y] x] f] 5 , lz] l] f] s] s] f] ty] s] l] y] t] k] z] f] ut ; E7g] x] n] f0{ k] g] y] x] f] 5 . l] j] l] e] l] g] d] / e] s] f] d] f] z] f] of] / lxt ; d] h] s] f] l] ; h] g] f] ug] s/ f] u/] g] y] f] Sg] / fh] g] l] t] s] k] f] 6] k] x] n] f0{ k] g] of] s/ f] y] x] f] 5 , t/ of] ; d : of] s] f] ; d] w] f] g] ug{ s] f] l] k] g] tof/ 5] g] \ .

Go] g] k] f] /> lds k] f0/ x] s] f] lz] l] f] s] = lz] l] f] o] - ; x] o] f] l] x] s] f] k] l] d] f] t] s{ ul// x] b] f] , lghl nuf] g] d] f] l] j] B] f] n] o ; #f] n] g] s] f] cleef/ f] j] x] g] ug] x] s] f] s] f] g] g] l] ; f] d] f] l] h] s , k] z] f] ; l] g] s , : y] f] g] l] o ; d : of] P] j] + g] f] l] x] ; af] / x] f] d] l] a] y] a/ 5] g] f] : sh ; #f] n] s] x] n] Jo] x] f] g] k] g] l] w] d] s] l] l] c] f] q] m] d] o] f] , h] a] h] t] l] r] G] o] f] / k] x] l - k] z] f] ; g] b] l] v] c ; f] d] f] l] h] s] t] j] x] n] f0{ ; d] j] ; G] t] l] 6 k] f] g] k] g] a] f] l] o] t] f] s] d] c] k] d] f] g] h] g] s] 5] g] . t/ k] g] , l] t] g] n] h] l] t ; s} b] l] v] , s] i6 v] k] g' k/ s] f] e] P] t] k] l] g] cfknh] . s] d] u/ k9fpm d tna lbg] 5] l] e] g]] sah u/] s] d] d] f] nuf] P] s] f] Jo] l] Q] m] f0{ G] o] f] o] f] l] r] t - d] f] g] f] l] r] t] k] f] /> lds lbg' sfd nuf] p] g] s] f] c] s] f] 6] a] s] t] f] o] x] G5 . o ; d] f] s] g] k] g] ax] g] f] - a] h] l] s] d] n] l] v] b] g] l] s] g] e] g]] t] n] a] j] f] k] f] /> lds lbg g ; Sg] E] c] ; n] f0{ s] d] d] f] nuf] p] g]] clwsf/ x] b] g] . o ; d] f] l] a] j] w] f] x] g ; S] b] g] .

; GbZ j fxsnf0{ ; hfo



PsK6s s]hfz lgjf;l b] flbb] dxfb]sf b'tx;n] dglonf\$sf b0{ j 6f ; d:of hfx] u/5g\ ækè; wtl{ ; fx] km]xf] xE} uPsf] 5, clg klu; /l cfPsf dflg; n] rflxgèGbf a9l vfP/ c|kftsf] klg cej] xg yfn\$] 5 Æ ; d:of ; dfwgsf] lglDt dxfb] hln] t]sfn cf`gf] j fxg gGblnf0{ cx]P5g\æhf, dflg; nf0{uP/ eg\lbgf] tlg k6s gxfgp, PsK6s dfq vfg" Æ

s]hfzsf] lxdfr5flbt elddf xl/of] 3fF vfg gkfpSf] gGbl dSv k/7 kR5/ prfNbb} uEft6df cflnòf]. va/ e|èGbf klxn] p; nf0{ ox]f] xl/of] 3fFn] n]f]ofof]. 3fF r/7 8Dd c3fPKI5 dfq p; n] dxfb] sf] ; GbZ ; lD%of]. xtf/ xtf/ dflg; sf] ; dx ehf kf/7 7h7hf] ; j/df ; GbZ ; gfof]]

æxfdf] b] flbb] dxfb] sf] tkf0{; nf0{cfbZ 5, cab]v ; a]h] lbgf] PsK6s gxfgp"/ tlgk6s vfg" x]hf=Æ wtl\$ dflg; o; }klg v-r]f lyP, ca t %g\ a9l vfg yfn].

gGbl kZ] eP/ s]hfz km]sòf]. dxfb] n] ; f]v] æva/ elg; \Æ

æeg]kè' Æ dxfb] n] km]v ; f]v] æs] elg; \t Æ p; n] hjfkm lbof] æxh/n] eg\$} s/f, PsK6s gxfgp" tlgk6s vfg" Æ

dxfb] n] a]l%xfn] gGbln] 3fFsf] n]fèdf k/7 ; GbZsf] dd{ g}pN6f0l bPsf] s/f . pgl /l; n] r/ eP5gV eg\$g\æ3fF vfg] a4 eg\$] oxl x]. ca k]jldf clgsfn km]hG5 . dflg; n] sfd u/\$] e/df tlg k6s vfg] c| plAhè . ca tFg] ToxFuP/ hf] \Æ

elgG5 ; fg] n]fèdf k/7 unt ; GbZ km]h]Ps} sf/Of uæf d]f]g l]f]df clxn] Dd klg u]x;n] g}xnf] / uf8f tflg/xg' k/\$] 5 . ☺

A COMPLETE SOLUTION FOR SCHOOL & MONTESSORI

BIBHUSHI INTERNATIONAL
MULTIPURPOSE COMPANY PVT. LTD.

First Time in Nepal Educational Books with CDs
No Password required, Works in CD, DVD & Computer

Authorised Distributor For Nepal

Playgro Grokido Disney Towers

Dharmabhaktamarga: 330, Siphel (Near Newton College) Kathmandu, Nepal. Tel: 01 4487503, 4487504.
E-mail: bimcprivateid@gmail.com, Visit us: www.bibhushi.com

Our Dealers: Rajbhandari Suppliers, Dhangadhi, Paschimanchal Montessori Trade Link, Butwal, Sanskriti Trading House, Pokhara

kl|lqmf ÷ ; emfj



**o:t}k9g kf0of} **

lzifs, df3 @)^ (c s d f k s f l z t l r t j g s f c f b s l j p d f l j ; D a G w l / k f b h d g 5 f o f j . k c d f ? k m c x d b v f g / p x f b f j 6 l d n f 0 { d o f j k l q s f d f k m a w f 0 l b g r f x G 5 . e j 6 r r f / , s z f ; g , x f o f , a n f t s f / , a G b , r G b f c f t s h : t f / k f b { / ; d r f / x ; k 9 j 1 5 o f l 5 o f e P s f j d g d f o f j / k f b h z l t n d N x d s f j s f d u y o f j . / f d f j / k f b { k 9 j } d f s f b g e P s f d f l z l f s d f l ; s k s f z g 6 l d n f 0 { k l g w G o j b l ; t x d f c f p g g r f x g j t / c f g f j ; f d i l h s / k b l o b l o t j s z n t f k j s j x g u g { o : t } d f l g ; x ; s f j e / d f x f d f j c l : t j l 6 s s f j 5 . k m / k m / k l g o : t } / k f b { l n P / c f p g j } l z l f s d f l ; s s j k t l l f f d f / x g 5 f j .

/f3j z 1j fnl hg ; jf pdfij, nf6lsf0nl-#, 3: f ; v z

lzlfdf ljs|tsf]r/d cj:yfll slxn}xg]o; sf]cfto <

@)%@ ; fndf lzifs ; jf cfofun]lgdg dfWolds txsf] latlo >0fldf lj 1fkg ubf{ z}lfs of]otf al-P= jf al-P8= tflsPsf] lyof] . Toj lj 1fkg sf] glthf ksfzg @)^ d:hl/df eof]. lzifs ; jf cfofun]sf] ; kmf/ ; df bze/sf !)) eGb a9l lzifsn]lgolQm kfof} / xfn; Dd ; fkl kbdf sfo{t 5f} . xfdln] tna

/ u8 klg dfWolds tx tfllo >0fldf sfo{t lzifsx;sf] a/fa/ g}kf0/xsf 5f} . j t d f g l z l f f P j n j k t o s t x s f l z l f s n f 0 { k y d , l a t l o / t f l o u / l t l g >0fldf l j e f h g u / s f j 5 . t f l o >0fldf z ; l g o l Q m k f P s f s g } k l g l z l f s n j j Q l j s f ; / z l f s o f j o t f t y f t f l n d s f c f w f / d f b 0 { k 6 s q m d z M l a t l o / k y d >0fldf a 9 j f x g k f p 5 g \ . t / l g d g d f W o l d s t x s f j l a t l o >0fldf z ; l g o l Q m e P s f l z l f s n j P s k 6 s e G b f a 9 j f x g k f p g j s f g g l c 8 k g / x s f j 5 .

lzifssf kzfut ; #7gx;n] of] sdhf7L ; Rofpg] lj ifodf w} } k6s ; D%ff klg ul/ ; s s f 5 g \ t / s f o f j o g x g s f j ; s f z l f s o f j o t f a l - P = j f a l - P 8 = s f c f w f / d f l g o l Q m l n P s f l g d f l j l a t l o >0fldf s f o { t l z l f s x ; n f 0 { c f 0 P = j f c f 0 P 8 = z l f s o f j o t f s f c f w f / d f l g d f l j t f l o >0flaf6 latlo >0fldf a 9 j f e 0 { s f o { t l z l f s x ; a l r k l t : k w f { u / f 0 { a 9 j f k l q m f n f 0 { c l 3 a 9 f 0 P s f j 5 . o f j s : t f j o j x f / x f } < l z l f s x ; n f 0 { o : t f j k l t : k w f { s f j n f l u c f x j f g u g j c f l w s f l / s k l f l z l f s ; j f c f o f u o f j l j i f o d f ; r j t 5 < o ; / l x g j k l t : k w f { t l g d g d f W o l d s t x s f j l a t l o >0fldf z ; l g o l Q m e P s f l z l f s x ; s f j 7 f 8 } d f g d b g u g { v f h s f j k l g b l j v g c f p 5 . o f j s ; / l e g j a 9 j f k l q m f d f j o j : y f e P c g ; f / j i f s f j ! g D a / ; j t M k f t x G 5 . c y f f \ l g d f l j t f l o >0flaf6 latlo >0fldf a 9 j f e P s f l z l f s x ; n j : j t M % g D a / a 9 l k f p g j k l g 5 l s g l s l g d f l j t f l o >0flaf6 latlo >0fldf @)%%-@)%^ l t / a 9 j f u l / P s f l z l f s x ; P s f l t / s f o { t 5 g \ e g j l a t l o >0fldf z ; l g o l Q m e P s f l z l f s x ; @)^ d : h l / b l j v d f q s f o { t 5 g \ . o ; a f 6 @)%%-@)%^ l t / a 9 j f

s; h}k|t:kwfQf le8df klg kzf c; /Iift xg] s; h}gle8df klg kzf ; /Iift g} / xg] lj 1fkg c: yfol lzifsx;alrdf /fHon] u/xf] e}efj kOf} Joj xf/ ePg / <

ul/Psf lzifsx; a 9 j f x g j a l n o f j c f w f / b l j v G 5 . c s f f t / a 9 j f s f j n f l u d f l y N n f o f j o t f s f j k l g c s k b f g u l / g j j o j : y f 5 . l g d f l j t f l o >0fldf l g o l Q m k f P s f l z l f s x ; s f j d f l y N n f j z l f s o f j o t f a l - P = j f a l - P 8 = x G 5 e g j l g d f l j l a t l o >0fldf k l x n f j l g o l Q m k f p g j l z l f s x ; s f j d f l y N n f o f j o t f P d - P = j f P d - P 8 = x G 5 . P p 6 } k b s f n f l u a 9 j f s f j l g l d t o ; / l a l - P = j f a l - P 8 = / P d - P = j f P d - P 8 = z l f s o f j o t f c f w f / a g f 0 g ' s i 0 s f j j o j x f l / s x g ; S 5 < t ; y { a h } f l z l f s ; j f c f o f u n j o ; t k m W o f g k y o f p g h ? / l b l j v G 5 .

/fhk}fb l3ld/ rG6fpo pdfij, xOf-f-, dsjfgk/

lzifs ; jf cfofun]sf] vNnf lj 1fkg; u}plAhPsf sxl kZg

@)^ (k ; d f l z l f s ; j f c f o f u n j v N n f l j 1 f k g u f o f j / / f i 6 x o f k l z k d f j f x l - j f x l k l g k f o f j . ; - r f / d f W o d x ; n j k l g o ; n f 0 { p l r t : y f g l b P t / s t a f 6 k l g o ; s f j ; x l l j j r g f / l j z n j o f e P g . T o ; h j o ; d f s x l a x ; x f c f j v e g j o x f s x l k Z g k j t t u l / P s f j 5 M - s _ ; D k O f { c : y f o l l z l f s s f j t n a s f j ; f f / f h o s f i f x f j . t / , P p 6 } 9 s 6 l a f 6 t n a e Q f v f g j l z l f s n f 0 { l s g @) ^ # j z f v !) o t f / p t f s f e g j l s 0 f s f 6 u l / P s f j < - v _ @) ^ # j z f v !) k j s f , @) \$ * b l j v : y f o l x g g ; S g ' e P s f l z l f s x ; s f j x s d f P g ; z f w g e P k l 5 d f q P p 6 f l g l Z r t k o f s h s f ; f y l a b f u / l v N n f l j 1 f k g z t k l t z t u / s f j e P c A a n b h f s f w j } l z l f s l g o l Q m x g j l y P g g V < - u _ @) ^ # j z f v !) b l j v k j s f c : y f o l b / a G b l d f s f o { t l z l f s x ; s f j b / a G b l o y f j t / f v l l j 1 f k g e P s f d f e f l j t l b / a G b l d f s f o { t l z l f s x ; o f k 6 s l j 1 f k g g l e 8 l h f l u / ; / I i f t g j 5 e g l a : b f / e f l j p x f x ; n f 0 { 8 a n d f s f l b b f l j / f w x G 5 / < - 3 _ @) % \$ - % % d f c : y f o l b / a G b l d f s f o { t l z l f s x ; n j @) ^ - # d f c f 6 t l / s k l t : k w f { u / : y f o l x g j d f s f k f p b f @) ^ # - ^ \$ d f l g o Q m

e0{sfot c:yfol lzlfns}cftl/s
 klt:kwf\$}df\$ kfpgkg{xfg / <
 -a_ nf\$; j}fsf]dfkb08df k/liff u/fpgj
 s/f /fdfl]xfl; Sgjh]vf65g\g; Sg]
 hf65g\ t/ nf\$; j}fsf]mhfq-lfjdf
 lj 1fkg ePsf] eP /fdfl] xbg] lyof]
 / <lhNnfut ;kdf sfbf lgwif]Of ug{
 nf\$; j}fsf]dfkb08 cg?k eof] t <
 -r_ s; }h] klt:kwfdf le8bf klg kzf
 c;/liff xg] s; }h] gle8bf klg
 kzf ;/liff g}/xg]lj 1fkg c:yfol
 lzlfnsx;alrdf /fHon] u/}sf]
 ehfej kOf{Joj xf/ ePg / <
 -5_ !} j}zfv, @)^# otf / ptf eg]
 st}nf\$}tGqdf n8\$}, r6f lbPsf
 rflx+nf\$}tGqj fbl / @)^# j}zfv
 !} otfsf rflx+enf\$}tGqs lzlfns
 eg] 56bf0Psf]t xfg <xfg eg]
 lsg Toxl nf\$}tGq cfpj]lbg}ldt

pNny ul/of]<cGo ldltdf ;D%ff
 ug{; lsb} lyof]<kgm !& jifk]5sf
 lj 1fkg sfbf Tolt g}geP klg
 @)^# bljv clxn] Ddsf sfbfx;
 Tolt g}xg\t <st}lhNnf-lhNnfdf
 b/aGbl n'sf0Psf t 5gg\<s]
 cfoflun]o; sf]cgludg unf{<
 -h_ @)^# df %)U leq :yfol eP/
 cPsf :yfol cuf]8b]vsf c:yfol
 / @)^# otfsf xfn; Ddsf c:yfol
 hf] dflNnf] of]otfsf klg kflj,
 lgdflj txd sfot 5g\ pglx;s}
 lqkflfo kof; af6 lj Bfno ;wf/
 cf}t pkl:ylt, l; sf0 pkn]Aw /
 ;flf/tf kltztdf ;wf/ bljvPsf]
 5 . ; /sf/sf] klg kof; k}z+glo
 g}5 t/ k9fpbf k9fpbf @)÷@@
 jif{ c:yfol ;}f u/}sf tdfd
 lzlfnsx;nf0{ sxl /fxt Kofshsf

;fy ;/sf/n] Yes jf No glt
 (Golden Hand Shake) NofP/ tl
 kf]6df ztkltzt vNnf lj 1fkg
 u/}sf] eP ;gdf ;uGw xg]lyof].
 k9fpbf-k9fpbf c:yfol e0{ hfE/
 x/fpg' klg :jfe]l]s g}xf] t/
 pxfk;nf0{ydf]l /fvl @)^# j}zfv
 !} otf / ptf egl lSOfsf6 ul/g'
 Gofollrt bljvPg .
 cGtdf, ol k}Zgn]sltko yk ; jfn
 hjfkm hGdfpg ;S5g\t/ klg cfofl
 vh\$]f]5 . @)^# df ePsf]cftl/s
 %)U :yfol klgmf]sf]k/liff h:tf]lgiklf
 / wfwnl]xt k/liff cfoflun]ug{; sf]
 gkfnf .; f]ll xg\$]dfq}hflu/ xG5 /
 1fgsf]e08f/ xg\$]sf]sd 5gg eGg]hg
 syg 5 To; nf0{ cfoflun] lrg{ ; sf]\
 zesfdgf l
 ljgfb es/fo{ lb^nf, efhk/

Giving you a whole new perspective in school and children entertainment.

प्रतिभाशाली विद्यार्थी प्रोत्साहन योजना:

शैक्षिक प्रोत्साहन योजना कार्यक्रमको लागि Aplus Business Link Pvt. Ltd. ले देशव्यापी ५०० विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई उपहार योजनाको व्यवस्था गरेको हुनाले देशभरीका इच्छुक विद्यालयले हाम्रो वेबसाइट www.aplusbusinesslink.com मा उपलब्ध भएको फारम भर्नुहोस् वा Aplus Business Link Pvt. Ltd. को कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोला ।

Happy Kids

New Product Available: Stationery, Art Craft Interactive Board.

"Happy Kids" A brand that provides you the ultimate children's play equipments you're looking for:

GPO Box: 9558, Shanti Basti, Naya Bato Ring Road, Lalitpur, Nepal
 Tel: +977-1-5539352, 5550465, 5549059, 5550268
 Fax: +977-1-5260297
 E-mail: happykidsnepal@gmail.com
 Web: www.aplusbusinesslink.com

Our Channel of Distribution
 Dealer distributors wanted

; /sf/L :sh zGolt/ lghL :sh gAa]t/ M lsg <

■ t]hdfg cf^abDa]

..tkf0{s] km]l{[n8fpgxG5 <d t ; /sf/L :shsf] :yfol l6r/ kf] xFt . a'g' ef] #

o:tf] wfs ; g]k]5 lzlf cfof]u kf; ug{tlg-tlg k6s c; km eP/ lghL :shdf sfo{t Pshgf lghL lzlfsn] hlEb}hj fkm kmfP, æw} } hfg] x] l s sg}kf6L{j f g]f]sf] ufBf d]h] :yfol ePsf] x]f] <@) \$^ ; fnsf] qm]Gtsf] k]t]sf/ ub}lx8] klg qm]Gtsf] ; km]t]sf] sf/Of hfF g} glb0{lr6x]df k/] ; /sf/L :shdf :yfol ePsf] t x]f]g < Pp6}kZgkq lnP/ tkf0{/ d Ps k6s lzlf cfof]u]sf] k/L]ffdf ; E]al; x]f]t < ; a}ebenfbdL /fv] tkf0\$] / d]f]pQ/kl:tsf b]f]p]t . lxDdt 5 < ; a}æGbf hfGg] ePsn]cfof]u kf; u/] ; /sf/L :shsf] :yfol l6r/ ePsf] eP tkf0\$] ; /sf/L :shdf lsg P; Pn; lsf]l/hN6 ; a}æGbf ghfGg]h] k9fPsf] h:tf] zGolt/ %b\$ < tnasf] g]ddf k}fsf] af9L p/fn]sf] 5, t]fndsf] g]ddf k}fsf] eQf] aufPsf] 5, t/ l/hN6 lsg zGolt/ < ; /sf/L :shdf k9\$] eGg] yxf xg] lalQs}lsg blgof] x]5g\< ; /sf/L lzlf s eGg] lalQs} lsg blgof] nDkm] eg] x]ef] n]x]5g\< t/ xfdl :yfol xg g; Sg] .clfdU l6r/x; el/Psf lghL :shx;df g t w}] tna 5, g t /fd] k9fpg] t]fnd g}s; h] lbG5 U t/ s; l xfd] l/hN6 gAa] / ; o k]tzt #

æ; /sf/L lzlf sx; /fd] 1fg l; s] l] Bfyl{h]f0{/fd] l; s]pgnf0{/ ; /sf/n] Joj:yf u/]sf] t]fnddf uPsf x]f]gg\ eQf] kr]pg dfq uPsf xg\ eQf] yfk]k]5 Toxl k}fn] cf'gf] Jo]Stut sfd k'f ug]pglx;sf] dVo pZ]o xG5# eGg] cf/fk klg g; g\$] t x]f]g t]klg cfkmæGbf b0{tx sd k9\$; n] t]fnd lbg] Pp6f ; /sf/L :shsf] t]fnddf ; xeful xg hfBf 8fEl bf0sf] SoflG6gdf lbpFf] vhf vBf ePsf] d]fy p]Nn]vt l]j]bn] ; /sf/L :sh / sn]hx;df lzlf sf] :t/ jf:t]df s] sf/Ofn] v:s\$] /x\$ eGg] s/] kQf nufpg dg n]lOf] . .d t ; /sf/L :shdf :yfol xg; Sg] lfdt ePsf] lzlf s kf] xFtU eg] v]f\$g] ; /sf/L lzlf s] sf/Ofn] :yfol xg g; Sg] lghL :shsf] Pshgf lzlf s]sf] cuf]8, lfdt]sf] s/]lg:sBf, Tolt ; fx] lg/lx xg' k/]sf] x]hf <of] kZgsf] hj fkm kQf nufpBf d]Hhf c]pB] / <

; /sf/L :shdf ; /sf/n] ca]f]vr{u/] lzlf sx; kfn]sf] 5 . jif{f s}f]k6s t]fnd lbPsf] 5 -/fd] k9fpg] t]fnd, eQf] lbPsf] 5 -/fd] k9fpg] eQf] . t/ olt w}] ; l]wf k]pg] ; /sf/L :shs}l/hN6 ; a}æGbf vQd lsg <of] kZgsf] hj fkm lsg kQf gnufpg] <

clg ; /sf/L :shx;df s] sf/Ofn] l/hN6 hlxN0}vQd c]p5 eGg] s/]cg; Gwfg u/] kQf nufpg klg g; Sg] xltx/f]x;nf0{/ ; /sf/n] lsg lzlf l] b]sf] kbdf lgoSt u/]sf] x]hf <o:tf kZgn] ; /sf/L :shdf cf'gf 5f]f5f]l k9fpg] g]k]nl cleef] sx;nf0{/ t]Psf] w}] eof] . To; h] ; /sf/L :shx;df] lg/fz]hgs glthf a'gsf] nflu Joy\$] b]p; l e]h] v]b}lx8}æGbf l]g tYox;sf] cl]oog lsg gug] <

! l] Bfyl{km] u/fpg gxb] ; /sf/L lgod
k9] klg gk9] klg ; /sf/L l] Bfnodf l] Bfyl{h]f0{ kf; ug]kg] o/]l]kog lgod n]lbPsf] 5 hals lgh l] Bfnox;df ghfGg] / gk9]h]f0{km] kfg]kg]g]k]nl lgod 5 . gk9] klg kf; ePk]5 ; /sf/L :shsf l] Bfyl{h] lsg /fd] k9\$] </fd] l gk9]k]5 P; Pn; ldf /fd] l/hN6 s; /l lg:sG5 <ls t P; Pn; l jf d]fyNnf] t]xdf klg km] gxb] lgod agfpg] k'of] lg U

@ lzlf s]sf] tna a9f]pBf k9f0 /fd] xG5 eGg] ; /sf/L lgod

; /sf/L :shsf lzlf s]sf] tna a9f]pBf k9f0 /fd] xG5 eGg] x]hf jif] tna a9f]Psf] a9f]Ps}5 ; /sf/n] . t/ hit tna a9f] klg l/hN6 eg] cf]f]nf] %/\$] %%o} 5 . tna a9f] klg lzlf s]sf] k9fpg] hfE/ lsg ga9\$] x]hf <of] kZgsf] pQ/ a'g h; /l af3nf0{a'g' 5 eg] la/fnf] x] k]U5 eG5g\to; u/l lghfdt] sd{f/lx;nf0{ x] k]U5 . tna a9f]pBf 3'; vfg 5f]B\$g\ x]hf eGb} ; /sf/n] lghfdt] sd{f/l]f] jif] tna a9f]p5, t/ afx] jif{Dd abofPsf] s's/s] kR5/ h:tsf] t:t}U jif] tna a9f]lbbf klg lzlf s]sf] k9fpg] hfE/ a9b] /x]5 eGg] s/] klg kQf nufpg g; Sg] lzlf l] b]sf] ; %fj ; /sf/n] lsg k]ofpg] <

sxl ; DkGg lj Bfnox; afx\$, clwsfz lghl lj Bfnodf tna a9bq / wj}Gog 5 . t/ l/hN6 eg]s; /L Toit /fdfl < of ; d: ofsf] cg; Gwfg ugkbq ; /sf/n] < :ki6ls/Of lngkbq p; n] lgoSt u/\$f lzlfllj bx; ; E <

#_lgolSt lb0; s;kl5 lzlfnsnf0{avf{t ug{ #_kf0bq eGg] ; /sf/l lgod

klhftGqsfl kjj xfnl kZrftsfl ; /sf/l lgod cg; f/, Psk6s lgoSt ul; s;kl5 sg}klg lzlfnsnf0{uDel/ ck/fw u/\$f afx\$ avf{t ug{kf0bq . t/ of] lgod g} lj Bfyl\$fl k7gk7gsfl nflu Pp6f 7hf] ; d: of ; flj t ePsf] 5 . dg k/ k9fpg] dg gnfu] gk9fpg] u s; n] s] u5{ < s; \$f] afah] hflu/af6 avf{t ug{ ; Sbg Sof/] u /fdfl l/hN6 gcP s] eof] / < P; Pn; lsfl l/hN6df :shn] gln g} vfp klg s] eof] / < cf gf] tna cf0{g} xfn5 . lghl lj Bfnox; df of] lgod nfu" x65 . l/hN6 g/fdfl cfof] ls :ki6ls/Of / avf{t] sf] cj Zoefl x65 .

\$_lzlfns lgoLStdf /fhgllt xgk5{eGg] = /sf/l lgod

..sxl cToj Zos / bhē lj ifosf lzlfns afx\$, ; /sf/l :shx; df lzlfssfl lgoLSt /fhgllts cfw/df x65 . hlt; S; ufa/ uofz pDd] jf/ eP klg p; nf0{ kf; u/foG5, t/ hlt; S; th eP klg Toj pDd] jf/nf0{ kmh u/foG5 u olb of] cf/fk ; To xf] eg] ; /sf/l :shsf] l/hN6 zGolt/ uPsf] s/f] ; lhn; cgdfg ug{ ; lS65 . sxl ckjfb xg ; Sng\ t/ of] ; /sf/l lgod lghl lj Bfnodf nfu" x65 . hg; S; lj rf/wf/sf] lzlfns xf] \ t/ pm kl/>dl 5, /fdfl k9fp5 / l/hN6 /fdfl lg: s65 eg] To: tf] lzlfssfl sb/ Toxf/fd/ l x65 .

%_b08; hfo / qf; sf] jftfj /Of xgk5{eGg] = /sf/l lgod

lzlfns dfl; s - ebf} @)^*_ df shnl lhNnfsf] Pp6f lghl lj Bfnodf uksfo{gug] lj Bfylx; nf0{sf/afxl u/\$f] s/f] cToGt} xf0nf06 u/ blyf0Psf] 5 . cTolws ; hfo lbg' cj Zo g} /fdfl] xfoG, t/ of] klqsf] uksfo{gug] lj Bfylnf0{sf/afxl ug] lghl :shdf l/hN6 lsg /fdfl] cfp5, t/ uksfo{gubf{klg ; hfo glbg} ; /sf/l :shsf] l/hN6 lsg z6o x65 eGg] s/fsf] lj Zn] of ug{g; s\$fl kf0of] .

eg\$fl] gdfGg] cxlfPsf] g6g] uksfo{gug] lj Bfylnf0{ lghl :shdf s8f sf/afxl x65 eGg] yxf eP/ klg lsg cleefj sx; Toxl+cf'gf 5f] 7f] 7f] k9fpg rfx65g< lj Bfylnf0{glk6g} df of dfq ug] ; /sf/l :shx; nf0{ lsg blgof] v0d :sh eGg] jf xpej] n] xg] u5g< ; /sf/l :shsf] lzlfns eGg] lalQs} lsg blgof] gfs v0Rofp5g< o; sf] sf/of kOf lsg gnufpg] <

; /sf/l :shdf k9fpg] Pshgf cleefj sn] o: tf] eg\$fl]

kf0of] .d] f] 5f] f] k/f/sf] ; fn; Dd ul0ftdf /fdfl] c\$ Noipfof] 3/ cfpG] lalQs} ; w} ul0ftsfl] xfoj s{ klG uYof] t/ kfxf] sf] ; fn ul0ftsfl] xfoj s{ of vf; } rf; f] /fv\$fl blVpg . jflif\$ k/lifsf] l/hN6 xbf{yxf eof] ul0ftdf dlZsnn] dfq kf; u/\$f] /x\$. t/; clxn\$fl ; fn eg] km/ 3/ cfpG] lalQs} ul0ftsfl] xfoj s{ ug{ yflnxfn\$fl bY5' . lsg /x\$ eg] a%\$fl t clxn] ul0ft k9fpg] ; / km/ Psf] /x\$. xfoj s{ u/ g] eg] lk6bf] /x\$ u

o; sf] dtna, sf] Non] eg] h: t} sxl dfqdf eP klG 8/ / qf; lj Bfyl df xgk5{ . geP lj Bfylnf0{ k9g] hfE/ g} rnbq . sxl 8/ / qf; lzlfnsdf klG xgk5{ . gg lzlfnsnf0{klG /fd/ l k9fpg] hfE/ rnbq . ; /sf/l :shx; df o'fl] kog afndq] lgod nfu" ePsf] sf/of lj Bfylnf0{8/ g} x65 . hflu/ slxNo} ghgf] ePsf] g t lzlfnsnf0{g} gk9fpg 8/ nfu5 . olb kwfgwofksn] sf/afxl ug{ vfh] pN6} p; sf] hflu/ vt/fdf kfG{ ; Sg] /fhgllts lzlfns; klG x65g} ; /sf/l :shdf . s; \$f] 8/ gePkl5 lsg lj Bfylnf0{ k9g} < hflu/ sf] vt/f gePkl5 lzlfns] klG lsg dg lbP/ k9fpg] < hflu/ krfof] a: of] .

lghl lj Bfnox; df o; sf] 7ls pN6f] x65 . uksfo{ u/ g] ls lj Bfylnf0{sf/afxl x65 . clg lsg lj Bfylnf0{ /fd/ l k9bq < clnsit nfakf] ePsf] yxf eof] ls sg} klG ahf sg} klG lzlfssfl hflu/ r6 xg ; S5 . clg s; /L p; n] /fdfl] k9fp5 < clg s; /L /fdfl] l/hN6 cfp5 lghl :shdf <

; /sf/l :shx; sf] .u\$ l6r^ldf lj Bfyl df ; /-ld; nf0{ gd: sf/ ugkg] efj gf hufpgsf] ; \$f ; /n] xfdlnf0{ sltv} .gd: sf/ u ub} cfp5 eGg] lj Bfyl\$fl efj gf hufpg] afndq] lzlfns] vfo t /fdfl] l/hN6 NoifPsf] < afndq] sf] gfd df Pg^l -cf] / cf0Pg -hl -cf] x; n] 8n/ krfgp xf] \ jf c6o sf/ofn] ; /sf/l :shdf kjz u/] klG lghl :shx; df pglx; sf] kjz lgiw j/bfg ; flj t ePsf] 5 . t/ Toxl afn cdq] elgPsf lghl :shx; df l/hN6 ; a6Gf /fdfl] e0/x\$fl] 5 . of] kZgn] sf] No -; fksf} @)^\$M % (df pbw[_ sf] egf0sf] :d/of u/fp5, .df of ugdf w} } bflfx; 5g, b08 lbgdf w} } u0fx; , To; } cf'gf lj Bfyl{ / 5f] 7f] 7f] lx; nf0{nf8-kof/ xfoG, b08 b]p u k] l6 bz6sf Pshgf dxfg lj rf/s Pj +lj Zj s} klxn] cyz: ql sf] Nosf] of] egf0nf0{ s; } k/fgf] jf u?sh, b] sh, /fhsh jf Clifsh k/Dk/sf] lj rf/ e6ng\ t/ ; /sf/l :shx; df of] s/f] ztkltzt ; To ; flj t ePsf] kf0G5 . sf] Nosf] egf0sf] dtna xf- lj Bfyl{ / 5f] 7f] 7f] lnf0{ laufg] lj rf/ 5 eg] pglx; nf0{ 5f8f 5f] 8lbgk5{ c; sxl ug] si6 ul/ Vg' kbq . xfdfl] gkfnsf] z] lfs ; Gbedf o; f] klG eGknf{ ; /sf/l :shnf0{c% laufg] lj rf/ 5 eg] lzlfnsnf0{klG 5f8f 5f] 8k5{ . lj Bfylx; nf0{lgoldt ; kdf gk9fP klG, sf] {g; lsibP klG, sf/afxl ug] sg} lgod 5g . u\$ l6r/ la/fdl ePsf] lbg jf p; nf0{sg} sfd k/\$f] lbg s8f] hbg; Dd lj Bfylx; k9gaf6 j-l-rt



dgst s'/f

x65g\ o; /l s; \$f] 8/ gePkI5 g/fdf] l/hN6sf] s] dtna ; /sf/ l lzlfnsnf0{<

To; h] kZg ug{dg nfu5, lj Bfyl{/ lzlfxs;nf0{ kNkNofP/ lj Bfyl{x;sf] k9f0 laufg]; /sf/ l :shrflix+ afn dql, t/ lj Bfyl{/ lzlfnsnf0{sf/afxlsf] s73/fdf /fv} /fdf] l/hN6 lgsfNg] lghl :shx;rflix+afn zq' <

^ _kl/>dl lzlfnsnf0{kf]; fxx glbg]; /sf/ l -fgod

/fdf] sfd ugnf0{kf]; fxx / g/fdf] sfd ugnf0{ lg?T; flxt kfg] lgod eP ; /sf/ l :shdf klg /fdf] l/hN6 cfpPof]. t/ nfkafl u/} lx8g] lzlfssf] a9jf ePsf] xg ; S5, Hofg lbP/ k9fpg] lzlfssf] slxNo} a9jf gePsf] klg xg ; S5 . t/ lghl lj Bfnodf o; sf] 7ls lj k/lt x65 . hg; S; /fhgllts lj rf/wf/sf] lzlf s xf] \ /fdf] ug] lzlfnsnf0{kf]; fxx ; j?k c;n] yxf g} gkfp] u/l leleq} a9l tna lbPsf] x65 / lj leGg ; lj wf pknAw u/fOPsf] x65 .

& =rf]/P/ eP klg w}kf; u/fpg]; /sf/ l -fgod

k9f0 lknitnf] ePsf] sf/Of P; Pn; lsf] l/hN6 g/fdf] cj Zo cfp5 . t/ caf}k}fsf] vfhf] aufP/ klg l/hN6 g/fdf] cfof] eg] OHht hf65 eGg] 8/n] xg; S5 rf]/pg]

jftfj/Of agfP/ eP klg ; /sf/ l :shsf] l/hN6 dWod :t/sf] b]/fpg] kof; ePsf] b]lv65 . rf]/P/ g}kf; u/fpg] jftfj/Of ePkI5 lsg ; /sf/ l :shsf lj Bfyl{x;n] dl/xQ] u/} k9g] <

* _cgzf; gxlgtfsf] ; /sf/ l lgod

=fdf] l/hN6 lgsfNg' 5 eg] cgzf; g rfx65 lj Bfyl{df . afndql kyf nfu" u/P/ km6xf lj Bfyl{nf0{ kofS klg lxsfp] g xg] lgod nfu" u/kI5 lj Bfyl{h] lzlfssf] 6fpsdf 6\$bg <s] s] g k9f0lbPaf eg] slffdf uPsf] pT; flxt lzlfnsnf0{lj Bfyl{h] cdof}t Joj xf/ u5{eg] p; n] lsg Hofg lbP/ /fdf] 1fg lbg] < a? gk9f0 a:of]. hflu/ s; h] vfl; lbg ; Sg] xfo]g . tna yfkof] cf^gf] Joj xf/ rnof] ; lsof].

o:tf] ePkI5 km6xf lj Bfyl{sf] sf/Of /fdf] / cgzfl; t lj Bfyl{lzlfssf] nfkaflsf] lzf/df k5g\ls kbog\<Ps-b0{hgf km6xf lj Bfyl{h] slffdf xlnf u/\$f sf/Of, k9g vfl]g]; Paf lj Bfyl{df/df k5g\ls kbog\< clg s; /l /fdf] k9f0 x65 ; /sf/ l :shx;df <csf] km lghl lj Bfnox;df cgzf; gsf] lgod t\$Bg] lj Bfyl{nf0{ ef6f lxsfp/ eP klg 7ls 7fpaf NofOPsf] x65 . lsg s;l lghl :sh / snhx;n] tna lbP/ afpG; /x; /V5g\<Pshgf la/fpg] zfvf lk/fpg] lj Bfyl{x;nf0{ k8sfP/ eP klg cgzf; gsf] 3]/df NofP/ k9f0 /fdf]

Most demanded by students

सरकारी तथा निजी विद्यालयका लागि



TALEJU ENGLISH PRACTICE BOOK

By : Surya Prasad Ghimire



For Class VII, VIII, IX, & X Classwise Book

तलेजु प्रकाशन

काठमाडौं, फोन ४२५२९६६, ४२२९२६८

गराउनु बाउन्सर राख्नुको मुख्य उद्देश्य हो कि होइन ?

८ निरीक्षण नगर्ने सरकारी नियम

सरकारी स्कूलहरूमा विद्यार्थी जतासुकै घुम्दै हिंडे पनि, जेसुकै बोल्दै हिंडे पनि, शिक्षकहरू नपढाई बसे पनि, प्रधानाध्यापकले याद नगरेको आरोप लाग्ने गरेको पाइन्छ। यो वेवास्ताको कारण के होला ? कडाइ गर्दा साथीभाइसँग नराम्रो भइने, केही नै नगरी बसे पनि आफ्नो जागिर नजाने र राम्रो गरे पनि प्रोत्साहन नमिल्ने भएकाले नै यस्तो लापवाही भएको हो भनेर औल्याउने गरेको पाइन्छ। प्रधानाध्यापकले आफ्ना विद्यार्थी कत्तिको अनुशासित छन्, पढाइमा कति ध्यान दिइरहेका छन्, शिक्षकहरूले कत्तिको राम्ररी पढाइरहेका छन्, लापवाही पो गर्दैछन् कि ? यस्ता कुराहरू याद नगरेपछि कसरी रिजल्ट राम्रो आउँछ ? निजी विद्यालयहरूमा विद्यार्थी र शिक्षक दुवैलाई प्रिन्सिपलले निगरानीमा राखेको हुन्छ, यतिसम्म कि छात्रावासमा बस्ने विद्यार्थीले विहान-बेलुका पढ्दै छन् कि छैनन्, छात्रावासका शिक्षकहरूले उनीहरूलाई पढाइरहेका छन् कि छैनन् जस्ता छड्के निरीक्षण गरिरहेको पाइन्छ।

१०. निष्कर्ष
माथि उल्लिखित कारणहरूको अलावा सरकारी स्कूलको रिजल्ट शून्यतिर झर्नुका अन्य कारणहरूमा स्कूलको रिजल्ट जतिसुकै राम्रो आए पनि शिक्षकले विशेष बोनस नपाउनु पनि हो। अर्को कुरो, जिन्दगीमा कुनै कुराको पनि गहिरिएर

अनुसन्धान गर्ने बानी नभएको व्यक्ति समेत शिक्षामन्त्रीको पदमा राजनीतिक रूपमा नियुक्त हुनसक्ने प्रावधानका कारणले पनि भताभुंगे देशको लथालिंगे चाला भएको हुनसक्छ। कानून विषय नै नपढेको व्यक्ति कानूनमन्त्री भएको प्रमाणले यो अनुमान गलत होइन भन्ने भान पाउँछ।

अन्त्यमा निष्कर्ष निकाल्नुपर्दा, शिक्षकहरूलाई प्रजातन्त्रको नाममा र राजनीतिको नाममा पुल्पुल्याउने होइन। कसिलो कारवाहीको कठघरामा राखेर पढाइ राम्रो गराउने हो, निजी स्कूलमा जस्तै। बालमैत्रीको नाममा विद्यार्थीलाई पुल्पुल्याउने होइन, अनुशासनको दायरामा ल्याउने हो, निजी स्कूलमा जस्तै। नत्र सरकारी स्कूलको हालत देखेर सधैंभरि पुर्पुरोमा हात राखेर रोइराख्ने स्थिति नआउला भन्न सकिन्छ। युरोपियन देशहरूमा नराम्रो पढेर 'इ' ग्रेडमा पास गर्नु भनेको हाम्रो देशको प्रावधानमा फेल नै हो। तर फेल भए पनि जुनसुकै जनतालाई जागिर दिनैपर्ने, जागिर दिन नसकुञ्जेलसम्म बेरोजगार भत्तो दिनै पर्ने समाजवादी युरोपको नियम असमाजवादी नेपालमा लागू गराउँदा मान्छे हाँस्दैन् ? विद्यार्थीले राम्रो अंक ल्याएर पास गरेन भने असमाजवादी नेपालमा जागिर पाउन कति गाह्रो छ ? कति जना नेताको गोडा मोल्नु ? कति जानाको हनुमान बन्नु जागिर खानलाई ? हाम्रो असमाजवादी देशमा कौटिल्यको नीति सही हुँदो रहेछ भन्ने कुरो निजी स्कूलको रिजल्ट हेर्दा थाहा हुँदैन र ? नयाँ नेपालका नया शिक्षा नीति निर्माणकर्ताहरूलाई चेतना कसरी नभया !

लुम्फाबुङ मावि, लुम्फाबुङ, पाँचथर

Trusted Name, Tested Quality
Continuously providing service since A dozen year in Nepal



Funstation Model 9



Roxy 2 in 1

**International
Quality Toys**



See Saw



Funstation Model 3



Pacer



Sandpit Senior



Toddler Swing



Elephant Slide



3 Way Rocker



Humpty Dumpty



Super Slide Senior



Funstation Model 51



Merry Go Round

Dream Think Create



LCOPE 12



Educational Point of Light Pvt. Ltd

Mandikhatar(Near by Kumari Mandir) Kathmandu, Nepal
Tel: 977-4372266, 4378609, 9841312410
E-mail: epforldkids@yahoo.co.in, infoepl@enet.com.np

अव्यावहारिक नियम, अक्षम नेतृत्व र असफल विद्यालय

■ भीमसेन अधिकारी

हामा सामुदायिक विद्यालयहरूले सरकारको पूर्ण लगानी तथा निःशुल्क भइकन पनि निजी विद्यालयको तुलनामा अत्यन्तै न्यून नतिजा निकालिरहेका छन्। यसको मूल कारण नेतृत्व तहमा रहने मुख्य व्यक्ति प्रधानाध्यापकलाई लिने गरिएको छ। नेतृत्व अक्षमता, कार्य कुशलताको कमी, हेलचेक्रयाइको पराकाष्ठाका कारण सामुदायिक विद्यालयले न्यून नतिजा बेहोर्नु परेको हो।

नेपालका विद्यालयहरूमा प्रश्न नियुक्तिको लागि व्यवस्थित गरिएको नियम अव्यावहारिक छ। त्यही नियमको पनि कार्यान्वयनको अभावले विद्यालयले सफल नेतृत्व पाउन सकेका छैनन्। यही कारण कतिपय विद्यालयहरू बन्द भइसकेका छन् भने कतिपय बन्द हुने अवस्थामा छन्। कतिपय विद्यालयहरूमा विद्यार्थी भन्दा शिक्षक बढी भएको अवस्था छ।

एउटा विद्यालय सफल हुनको लागि त्यस विद्यालयको प्रअलाई विद्यालय प्रशासनको मियोको रूपमा लिइन्छ। ऊ योग्य नेतृत्व क्षमता भएको, योजना निर्माण, संगठन र कर्मचारी व्यवस्थापनमा सक्षम, नियन्त्रण क्षमता भएको, दण्ड र पुरस्कारको महत्त्व बुझेको, समन्वय गर्न सक्ने, कार्यक्रम तथा बजेट निर्माणमा दक्ष हुनुपर्दछ। प्रधानाध्यापक नै त्यस्तो व्यक्ति हो जसले शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, समुदाय, संघ-संस्था आदिसँग उचित समन्वय राखी सबैलाई विद्यालयको हितका लागि उत्प्रेरित गर्नुपर्छ। तर नेपालका सामुदायिक विद्यालयमा कुनै कारणवश प्रअको स्थान रिक्त भयो भने शिक्षा नियमावलीमा गरिएको व्यवस्था अनुसार त्यस विद्यालयमा कार्यरत जेष्ठ शिक्षक (जसलाई वरिष्ठ पनि भनिन्छ) लाई निमित्त प्रअ तोक्ने गरिन्छ। सेवा अवधि र अनुभव लामो भएतापनि त्यस्ता शिक्षकहरूको कम योग्यता, उचित सीपको अभाव, तालिम लिने अवसर आए पनि जागिर छोड्ने बेलामा किन तालिम लिनु भनेर बेवास्ता गर्ने प्रवृत्ति र सम्बन्धित निकायले तालिम अनिवार्य गर्न नसक्नु आदि कारणले गर्दा त्यस्ता प्रअहरू नाम मात्रका हुने गर्छन्। क्षमतावान र जुफार अनि सक्षम व्यक्तिले जिम्मेवारी नपाउँदा तिनको मन मर्ने र विद्यालय सफल गन्तव्यमा जान नसक्ने कुरा आजको कटु सत्य हो। यस यथार्थलाई मनन गरी योग्य, निपुण, सक्षम, जुफार व्यक्ति जो छ त्यो नै प्रअ हुनुपर्ने प्रावधान नआएसम्म समस्या ज्यूँकात्यूँ रहनेछ।

शिक्षा नियमावलीकै नियम ८३ अन्तर्गत अनुसूची १३ मा प्रअ नियुक्तिको स्पष्ट व्यवस्था गरिएको भए पनि अझैसम्म उपर्युक्त व्यवस्था अपनाएर प्रअ नियुक्ति गर्ने गरिएको छैन। नेपालका अधिकांश विद्यालयहरू निमित्त प्रअबाट नै वर्षौं वर्षदेखि चल्दै आएका छन्। त्यस्ता निमित्त प्रअहरू जसोतसो एसएलसीसम्म उत्तीर्ण हुने, नभए मित्रराष्ट्रका प्रमाणपत्र प्राप्त गरिएका हुने, अनि विद्यालय मावि भए

पनि प्रा.शि. तृतीय श्रेणीको एसएलसी उत्तीर्ण शिक्षक सेवा अवधिको हिसाबले वरिष्ठ भएको कारणले नेतृत्व पाउने र स्नातकोत्तर तहको योग्यता हासिल गरेका विद्वान शिक्षकहरू आफूभन्दा अक्षमको नेतृत्वमा काम गर्नुपर्ने कारणले पनि विद्यालयको गुणस्तरमा ह्रास आएको अर्को तीतो सत्य हो।

निमित्त प्रअ काम चलाउनको लागि केही समयको लागि हुने र सम्बन्धित विद्यालयमा सम्बन्धित तहको शिक्षक नभएमा अन्यत्र विद्यालयबाट सहुवा गरी ल्याएर प्रअ बनाउनुपर्ने व्यवस्था शिक्षा नियमावलीमा गरिएको भएतापनि हालसम्म यस व्यवस्थालाई कार्यान्वयनमा ल्याइएको देखिँदैन।

विद्यालय क्षेत्र सुधार कार्यक्रम (२०६६-२०७२) लागू भइसकेको वर्तमान अवस्थामा प्रअको कार्यकाल चार वर्ष हुने, प्रअको दरबन्दी व्यवस्था गर्नुपर्ने र निजको नियुक्तिको लागि विद्यालय विकास प्रस्तावको आधारमा तीन जनाको प्रस्तावमध्ये उपयुक्त प्रस्ताव ल्याउने नियम ८३ अन्तर्गतको अनुसूची १३ को व्यवस्था अनुसार कम्तीमा ७० अंक ल्याउने शिक्षकलाई प्रतिस्पर्धात्मक रूपबाट प्रअ नियुक्ति गर्नुपर्ने व्यवस्थालाई पूर्ण रूपमा कार्यान्वयनमा ल्याइएको पाइँदैन। जसको कारणले सक्षम नेतृत्व पर्दा पछाडि पर्ने र असक्षम नेतृत्वले सञ्चालन गर्ने विद्यालय नै असफल हुने कुरामा दुईमत छैन। योग्यता र क्षमता भएका शिक्षकहरूलाई नेतृत्व नदिने गरी व्यवस्था गरिएको शिक्षा नियमावलीको व्यवस्थालाई तुरुन्त संशोधन गर्ने वा नियमावलीकै नियम ८३ मा गरिएको व्यवस्था अनुसार प्राथमिक तहसम्म सञ्चालित विद्यालयको प्रअका लागि कम्तीमा प्रावि तृतीय श्रेणीको स्थायी शिक्षक, निमावि तहसम्म सञ्चालित विद्यालयको प्रअका लागि कम्तीमा निमावि तृतीय श्रेणीको स्थायी शिक्षक र मावि तथा उमावि तहसम्म सञ्चालित विद्यालयको प्रअका लागि कम्तीमा मावि तृतीय श्रेणीको स्थायी तथा स्नातकोत्तर योग्यता हासिल गरेको शिक्षकलाई प्रअ बनाउने र त्यस्तो शिक्षक सम्बन्धित विद्यालयमा नरहेको अवस्थामा अन्यत्र विद्यालयबाट सहुवा गराएर भए पनि प्रअ बनाउनुपर्ने व्यवस्थालाई कडाइका साथ लागू नगरिएमा विद्यालय प्रशासन कमजोर रहने र अन्ततः विद्यालय र विद्यार्थीको शिक्षाको गुणस्तर कमजोर हुने समस्या ज्यूँकात्यूँ रहिरहन्छ।

यसर्थ विद्यालय सफल हुनको लागि नेतृत्व सक्षम हुनुपर्दछ, स्थायी तर कनिष्ठ नै किन नहोस् योग्य र सक्षम शिक्षकलाई नेतृत्व दिइनुपर्दछ। सक्षम नेतृत्वले अनुभवी डाइभरले गाडी चलाए कै विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावक समुदाय सबैको उचित समन्वयद्वारा विद्यालयलाई उचित गन्तव्यमा पुऱ्याउन सफल हुन्छ।

महेन्द्र सरस्वती सेवा निमावि, टेकू, काठमाडौं

शिक्षाशास्त्र: पढाइको मतलब छैन, क्याम्पस थपेको थप्यै

त्रिभुवन विश्वविद्यालयले शिक्षाशास्त्र पठनपाठनका निम्ति ६६ वटा नयाँ क्याम्पस र अन्य विषय पढाइ हुँदै आएका ४६ समेत १४२ वटा थप क्याम्पसलाई शिक्षाशास्त्र पठनपाठनका निम्ति सम्बन्धन दिएको छ। शिक्षाशास्त्र पढाइ हुँदै आएका ३६ क्याम्पसले चाहिँ त्रिविबाट अन्य विषय पढाउने अनुमति प्राप्त गरेका छन्।

यी क्याम्पसले यसै वर्षदेखि वीएड कक्षा सञ्चालन गर्ने गरी सम्बन्धन प्राप्त गरेका हुन्। यसअघि २५ आंगिक र ४१६ वटा सम्बन्धनप्राप्त क्याम्पसमा शिक्षाशास्त्रको पठनपाठन हुँदै आएको थियो। त्रिविले अन्य विषयको पठनपाठन हुँदै आएका तीन वटा आंगिक क्याम्पसलाई समेत सम्बन्धन दिएको छ। त्यसमा विराटनगरस्थित महेन्द्र मोरङ क्याम्पस, महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस, धरान र वीरेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस, भरतपुर छन्।

त्रिविले २०६७ फागुनमा प्रकाशित गरेको सूचना अनुसार शिक्षाशास्त्र पढाउने अनुमतिका निम्ति ४५१ वटाको आवेदन परेको थियो। शिक्षाशास्त्र संकायले आवेदन दिएका संस्थाको स्थलगत सम्भाव्यता अध्ययन गरेको थियो। त्यसकै आधारमा त्रिवि विद्या परिषद् (फ्याकल्टी बोर्ड)ले ५५ नयाँ क्याम्पस, ३२ कार्यक्रम थप र ३६ वटालाई विषय थपको सम्बन्धन दिनका निम्ति कार्यकारी परिषद्मा सिफारिस गरेको थियो। तिनले त सम्बन्धन पाए नै तर, विद्या परिषद्को सिफारिसमा नपरेका नयाँ क्याम्पसका निम्ति ४१ र कार्यक्रम थपका निम्ति १४ क्याम्पसलाई समेत कार्यकारी परिषद्ले सम्बन्धन दिएको हो। विद्या परिषद्को सिफारिसमा कार्यकारीले सम्बन्धन स्वीकृत गर्ने प्रावधान छ। शिक्षाशास्त्र संकायका एक उच्च पदाधिकारी भने, “आवश्यक देखेका क्याम्पसलाई त हामी आफैले सिफारिस गर्छौं। अरूले कसरी सम्बन्धन पाए, त्यो चाहिँ कार्यकारी परिषद्ले जान्ने कुरा भयो।”

शुरूको सम्बन्धनमा नपरेका क्याम्पसले निर्णय पुनरावलोकनको माग राख्दै कार्यकारी परिषद्मा निवेदन दिएका थिए। ती निवेदनमाथि

क्र.सं	क्याम्पसको नाम र ठेगाना	जिल्ला	स्वीकृत विद्दएका विषयहरू	कैफियत
१	सिम्रतु क्याम्पस, सिम्रतु, रुकुम	रुकुम	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
२	लिकु संयुक्त क्याम्पस, लिकु, डोल्पा	डोल्पा	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
३	सिन्दुरेघारी बहुमुखी क्याम्पस, दुमरिया, रौतहट	रौतहट	नेपाली, जनसंख्या, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
४	कटहरिया बहुमुखी क्याम्पस, कटरिया, रौतहट	रौतहट	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
५	केवल राम सुरत क्याम्पस, भवानीपुर, रौतहट	रौतहट	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
६	लक्ष्मी श्री बहुमुखी क्याम्पस, समनपुर, रौतहट	रौतहट	अंग्रेजी, नेपाली, जनसंख्या, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
७	जनजागृत शिक्षा क्याम्पस, बेताली-३, रामेछाप	रामेछाप	अंग्रेजी, नेपाली, जनसंख्या, अर्थशास्त्र	नयाँ क्याम्पस
८	कोल्मा बराहचौर सामुदायिक क्याम्पस, कोल्मा-६, स्यांगजा	स्यांगजा	अंग्रेजी, नेपाली, स्वास्थ्य शिक्षा	नयाँ क्याम्पस
९	सिम्रा बहुमुखी क्याम्पस, राकम-३, सुर्खेत	सुर्खेत	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
१०	स्यापु बहुमुखी क्याम्पस, बाफिकोट, रुकुम	रुकुम	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, विज्ञान	नयाँ क्याम्पस
११	सपही कलेज, सपही-९, बारा	बारा	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, स्वास्थ्य	नयाँ क्याम्पस
१२	भीमसेन क्याम्पस, विहु-१, बागलुङ	बागलुङ	अंग्रेजी, नेपाली, गणित, अर्थशास्त्र	नयाँ क्याम्पस

छानविन गर्न त्रिवि, योजना महाशाखा प्रमुख प्रा. प्रल्हाद पन्तको संयोजकत्वमा एक समिति गठन गरिएको थियो। त्यही समितिको सिफारिसका आधारमा कार्यकारी परिषद्ले थप क्याम्पसलाई सम्बन्धन दिएको हो। परिषद्को सदस्य समेत रहेका शिक्षाध्यक्ष प्रा. गुणनिधि न्यौपानेले भने, “जनस्तरबाटै हामी क्याम्पस चलाउन सक्छौं, अनुमति दिन त्रिविलाई केको आपत्ति भन्ने कुरा आएपछि हामीले सम्बन्धन दिएका हौं।” नयाँ सम्बन्धन थपिएकामा अधिकांश सामुदायिक क्याम्पस छन्।

सम्बन्धनका निम्ति राजनीतिक तहबाट तीव्र दबाव समेत आएको त्रिविका पदाधिकारीहरूले बताएका छन्। शिक्षाध्यक्ष न्यौपानेले पनि त्यसलाई स्वीकार गरे। यसअघि ६ वटा क्याम्पस रहेको रौतहट जिल्लामा मात्रै यस पटक ६ वटा नयाँ क्याम्पस खोल्न सम्बन्धन दिइएको छ। यस्तै, नवलपरासीमा मात्रै ४ क्याम्पस थपेर १७ वटा पुऱ्याइएको छ। यता हेटौँडाको

चौघडामा पहिल्यैदेखि सञ्चालित वंशगोपाल क्याम्पसभन्दा तीन किलोमिटर पर हटिया जनप्रिय क्याम्पसलाई नयाँ सम्बन्धन दिइएको छ।

आवश्यकता र औचित्यलाई ह्याल नगरी शिक्षाशास्त्रका क्याम्पसलाई सम्बन्धन बाँडेकोमा पहिल्यैदेखि नै त्रिविको आलोचना हुँदै आएको छ। ती क्याम्पसमा हुने पठनपाठनको गुणस्तरमा समेत उत्तिकै प्रश्न उठ्दै आएका छन्। क्याम्पस थपिँदै गए पनि तिनको भौतिक तथा शैक्षिक पक्षको अनुगमन र सुपरीवेक्षण शून्यप्रायः छ। हचुवामा सम्बन्धन बाँड्ने त्रिविको प्रवृत्तिप्रति सम्बद्ध विज्ञहरू नै सन्तुष्ट देखिँदैनन्। शिक्षाविद् प्रा.डा. मनप्रसाद वाग्लेले भने, “हाम्रा लागि शिक्षाशास्त्रका कति जनशक्ति आवश्यक पर्ने हो? त्यसको मूल्यांकन नगरिकन दबावका भरमा सम्बन्धन बाँड्नुको कुनै औचित्य देखिँदैन। यसबाट बेरोजगार उत्पादन बाहेक अरु केही हुने छैन।”

प्रमोद आयास

एउटामा निष्काशन भए पूरै एसएलसी रद्द !

आउँदो एसएलसी परीक्षामा एउटा विषयमा निष्काशित हुने परीक्षार्थीको सबै विषयको परीक्षा रद्द हुने भएको छ । एसएलसी परीक्षा बोर्डले २३ पुसमा 'माध्यमिक परीक्षा सञ्चालन तथा व्यवस्थापन निर्देशिका' परिमार्जन गरेर यो प्रावधान थपेको हो । यस अघि निष्काशन भएको परीक्षा मात्रै रद्द हुने प्रावधान थियो । परीक्षा नियन्त्रण कार्यालयका उपनियन्त्रक प्रल्हाद अर्यालले भने, "परीक्षामा हुने चिटिड र अमर्यादित क्रियाकलापलाई निरुत्साहित गर्न यो व्यवस्था थपिएको हो ।"

निर्देशिकामा परीक्षा विथोल्न खोज्ने र अन्य परीक्षार्थीलाई भड्काउने परीक्षार्थीलाई दुई वर्ष एसएलसी परीक्षा दिन नपाउने प्रावधान समेत थपिएको

छ । केन्द्राध्यक्षले गर्ने सिफारिसका आधारमा पनिकाले त्यस्ता परीक्षार्थीलाई परीक्षा दिनबाट रोक्नेछ । नक्कली परीक्षार्थी राख्ने प्रवृत्ति हावी भएको भन्दै त्यस्तो क्रियाकलापमा संलग्न हुनेलाई कडा कारवाही गरिने पनिकाले जनाएको छ । अर्काको परीक्षा दिने र दिन लगाउने दुवै कारवाहीमा तानिने छन् । उपनियन्त्रक अर्यालले भने, "नक्कली परीक्षार्थीले जाँच दिएको भेटिएमा वास्तविक परीक्षार्थीले दुई वर्षसम्म परीक्षा दिन पाउने छैन भने अर्काको परीक्षा दिनेलाई कारवाहीका निम्ति जिल्ला प्रशासन कार्यालयमा सिफारिस गरिनेछ ।"

यस्तै, दोहोरो रजिष्ट्रेशन भर्ने परीक्षार्थीको परीक्षा रद्द गर्ने तयारी पनिकाले गरेको छ । मूल्यांकन प्रक्रियालाई

प्रभावकारी तुल्याउन सम्परीक्षणको मापदण्डमा परिवर्तन गरिएको छ । सम्बन्धित विषयको कम्तीमा ५० वटा उत्तरपुस्तिका जाँचेका परीक्षकले मात्रै सोही विषयका उत्तरपुस्तिका सम्परीक्षण गर्न पाउने छन् । यसअघि विषयगत अनुभवका आधारमा सम्परीक्षण गर्ने व्यक्ति तोकिन्थ्यो ।

यस वर्षको एसएलसी परीक्षा १-९ चैत, २०६९ मा सञ्चालन हुँदैछ । यस वर्ष ५ लाख ४७ हजार १६५ परीक्षार्थीले आवेदन भरेको जानकारी पनिकाले दिएको छ । उनीहरूका निम्ति १ हजार ७६६ परीक्षा केन्द्र तोकिएका छन् । यो अघिल्लो वर्षको तुलनामा ३२ ले बढी हो । परीक्षाको उत्तरपुस्तिका सबै जिल्लामा पठाइएको छ ।

जलवायु परिवर्तनमा स्टानको अन्तरक्रिया

पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकको पठनपाठनबाट बाहिर निस्केर विज्ञान शिक्षक समाज-नेपाल (स्टान) ले १९ माघ २०६९ मा सार्वजनिक महत्त्वको विषयमा अन्तरक्रिया कार्यक्रम आयोजना गर्‍यो । युनेस्कोका निमित्त नेपाल राष्ट्रिय आयोगको सहयोगमा आयोजित सो कार्यक्रम विश्वव्यापी चासोका रूपमा लिइएको जलवायु परिवर्तन र यसको प्रभावका विषयमा केन्द्रित थियो । स्टानका अध्यक्ष खिलकुमार प्रधानले भने, "जलवायु परिवर्तनका कुराहरू धेरै सुनिएको छ । यसलाई हामीले विद्यालयका कक्षाकोठामा विद्यार्थीमाथि कसरी छलफल गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल भयो ।"

पूर्व विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्री गणेश साह, युनेस्कोका निमित्त नेपाल राष्ट्रिय आयोगका महासचिव सुशील पाण्डेय र शिक्षक मनोज आचार्यले जलवायु परिवर्तनका विषयमा कार्यपत्र प्रस्तुत गरेका थिए । कार्यक्रममा काठमाडौं



उपत्यकाका २० र उपत्यका बाहिरका २० जना विज्ञान शिक्षकको सहभागिता थियो । सहभागीहरूबीच जलवायु परिवर्तनको असर र यसको प्रभावलाई न्यूनीकरणमा विद्यालय

शिक्षाको भूमिका बारे छलफल भएको थियो । आउँदा दिनमा यस्ता जल्दाबल्दा विषयवस्तुलाई जिल्लास्तरमा पनि विस्तार गरिने जानकारी अध्यक्ष प्रधानले दिए ।

शिक्षकलाई अमेरिकामा तालिमको अवसर !



नेपालका शिक्षकले संयुक्त राज्य अमेरिकामा तालिमको अवसर पाउने भएका छन्। निकट भविष्यमा हुने भनिएको ६ हप्ते तालिममा माध्यमिक तहका शिक्षकले अवसर पाउने छन्। अंग्रेजी, विज्ञान, विज्ञान र सामाजिक अध्ययन शिक्षणमा पाँच वर्ष अनुभव सँगालेका नेपाली शिक्षकले तालिमका निमित्त आवेदन दिन सक्ने बताइएको छ। तालिमका निमित्त आवेदन खुला गरिएको नेपालस्थित अमेरिकी दूतावासले जनाएको छ।

टिचिङ्ग एक्सिलेन्स एण्ड अचिभमेन्ट (टीईए) प्रोग्राम अन्तर्गत दिन लागिएको यस तालिममा एशिया, युरोप, अफ्रिकाका गरी २०० शिक्षक छनोट हुनेछन्। छानिएका सबै

शिक्षकहरूलाई तालिमका निमित्त अमेरिका लगिनेछ, जहाँ उनीहरूसँग अमेरिकी शिक्षक पनि सहभागी हुनेछन्। तालिममा पाठ्यक्रम, शिक्षण रणनीति र शिक्षणका प्रविधिको बारेमा प्रशिक्षण दिइने नेपालस्थित अमेरिकी दूतावासको सूचनामा जनाइएको छ।

सहभागीहरूलाई अमेरिकाका विभिन्न हाईस्कूलका कक्षाहरूमा पनि अध्ययन-अध्यापनको अवसर दिइने बताइएको छ। आफ्नो देश फर्किएपछि ती शिक्षकहरूलाई शिक्षण सामग्री, पुनर्ताजगी तालिम र संयुक्त परियोजना कार्यको निमित्त केही रकम अनुदान दिइने अमेरिकी दूतावासले जनाएको छ।

तालिमका निमित्त आवेदन दिँदा आवेदनका साथ स्कूलको समर्थनपत्र पनि संलग्न गराउनुपर्नेछ। पहिलो चरणको छनोट प्रक्रियामा छानिएका आवेदकले अंग्रेजी भाषा सम्बन्धी जाँच-टोफेलमा न्यूनतम ४५० अङ्क ल्याउनुपर्नेछ। त्यसनिमित्त लाग्ने शुल्क र काठमाडौं आउन-जान लाग्ने भाडा समेत व्यहोरिने दूतावासले जनाएको छ। इच्छुक शिक्षकहरूले यही फागुन २७ सम्म आवेदन दिइसक्नुपर्नेछ। आवेदन फारम र थप जानकारी <http://nepal.usembassy.gov/ep-20130126.html> मा हेर्न सकिन्छ।

बन्दप्रति विभागको चासो

व्यवस्थापन समिति गठन, प्रअ तथा शिक्षकको नियुक्ति र अन्य विवादका कारण विद्यालयहरू बन्द हुने क्रम बढेको भन्दै शिक्षा विभागले त्यस्ता क्रियाकलाप नियन्त्रण गरी नियमित पठनपाठन सञ्चालन गराउन क्षेशिनि र जिशिकाहरूलाई निर्देशन दिएको छ।

विवादका कारण पठनपाठन अवरुद्ध भएका घटनाहरू सञ्चारमाध्यममा आएको उल्लेख गर्दै विभागले माघको दोस्रो साता यस्तो निर्देशन दिएको हो। जिल्ला शिक्षा समितिका पदाधिकारी, राजनीतिक दल, शिक्षकका संघ/संगठन, नागरिक समाजका प्रतिनिधिको सहभागितामा विद्यालयमा पठनपाठन अवरुद्ध हुन नदिने वातावरण बनाउन विभागले निर्देशन दिएको छ। विभागको निर्देशनमा सार्वजनिक विदा बाहेकका दिनमा विद्यालय बन्द हुन नदिने स्थानीयस्तरमा सहजीकरण, स्थलगत अनुगमन गर्न समेत भनिएको छ।

सरकारले ११ जेठ २०६८ मा विद्यालयलाई शान्ति क्षेत्र घोषणा गरे पनि स्थानीयस्तरमा यसको प्रभावकारी कार्यान्वयन भएको छैन। विद्यालय शान्ति क्षेत्र राष्ट्रिय ढाँचा र निर्देशिका बमोजिम जिल्लास्तरीय संयोजन समिति गठन गर्न समेत विभागले निर्देशन दिएको छ।



freedom
savings account



When will I have my
OWN
ATM CARD??



Don't worry my child,
lets go to
Everest Bank

१० देखि १६ वर्ष सम्मका नावलकले न्यूनतम रु. १०० मा स्वतन्त्र रुपमा पैसा जम्मा गर्न तथा फिक्कन सकिने Freedom Savings Account खोल्नुहोस् र निशुल्क ATM सुविधा पाउनुहोस् ।



EVEREST BANK LIMITED
(A joint-Venture with **punjab national bank, india**)

Consistent, Strong & Dependable

गरीबी पनि अवसर !



स्मरण कर्नु

सिंजा उपत्यका- नेपाली भाषीमध्ये धेरैले सुनेको नाम हो। जुम्ला जिल्लामा पर्ने यस उपत्यकाबाटै नेपाली भाषाको उत्पत्ति भएको मानिन्छ। म त्यही सिंजा उपत्यकाको धापा गाउँको एक गरीब किसान परिवारमा २३ वर्ष अघि जन्मेको हुँ। मेरो घरबाट नजिकैको प्राथमिक विद्यालय जान मात्रै दुई घण्टा लाग्थ्यो। ५/६ वर्षको कलिलो उमेरमा हरेक दिन चार घण्टा हिंडेर स्कूल-घर मैले कसरी गर्ने हुँला- आज सम्झदा पनि अनौठो लाग्छ।

म सानैदेखि पढ्नमा अलि बढी रुचि राख्दो रहेछु। कक्षाका आफूभन्दा अलि बढी उमेरका एक जना सहपाठीलाई जित्न चाहँदोरहेछु। पढाइमा अरूलाई जित्न बढी नै पढ्न थालें। तैपनि कक्षा चारसम्म दोस्रो मात्र भएँ। तिनताका कक्षा ५ को जिल्लास्तरीय परीक्षा हुने गर्थ्यो। संयोगवश म मेरो कक्षामा मात्र होइन, जुम्ला जिल्लामा नै प्रथम हुन पुगेछु। जिल्ला प्रथम हुँदा खुशी लाग्नु स्वाभाविकै थियो। तर हाईस्कूल चाहिँ अरु टाढा थियो। भैरवनाथ उच्च मावि पुग्न तीन घण्टा हिंड्नुपर्थ्यो। आर्थिक अभावका कारण स्कूल भएकै गाउँमा डेरा गरेर बस्न सक्ने अवस्था थिएन। जाडोमा अति नै जाडो ठाउँ हो त्यो। त्यहाँ माइनुस १२ सम्म तापक्रम फरेको रेकर्ड छ रे। मंसीरको जाडोमा पनि चप्पल नलगाई स्कूल जान्थ्यौं।

मेरा काका नेपालगन्जको महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पसमा पढ्नुहुन्थ्यो। पुस माघको तीब्र जाडोले गर्दा स्कूल विदा भएका बखत पनि मेरो पढाइ थप सुधारियोस् भनेर बुवाले काकासितै नेपालगन्ज पठाइदिनुहुन्थ्यो। जाडोका दुई महीना नेपालगन्जमा व्यतीत समयमा मैले कोर्सको भन्दा बाहिरका धेरै कुरा सिकें। पढेर के हुन्छ, कुन विषय पढेर के बनिन्छ, कसरी पढ्यो भने राम्रो गर्न सकिन्छ भन्ने लगायत थुप्रै कुरा काका र उहाँका साथीहरूसितको अन्तरक्रियाबाट थाहा पाउने मौका पाएँ।

म कक्षा चारमा पढ्दाको कुरा हो। काकाको डेरामा बसेर पढ्न भनेर नेपालगन्ज रुर्न क्रममा हिंड्दै दैलेखसम्म आइयो। तिनताका दैलेखसम्म मात्र गाडी चल्दथ्यो। मैले त्यसअघिसम्म गाडी देखेको थिइनँ। धुले सडकको बीचमा ठूलो चारपाङ्ग्रे गाडी गुडेर नजिकै आएको देख्दा मेरो सातो गयो, भागेर सडकमुनि पो गएछु। नजिकै भएका सबै जना गलल्ल हाँसे र भने, 'गाडीसित डराउनुपर्दैन। छेउ वा भित्तामा सरे पुग्छ, यसरी भाग्नै पर्दैन।' सुखैतमा गाडीबाट

फर्नासाथ देखे, जताततै साइकल र गाडी नै गाडी छन्। यत्तिका साइकल र गाडीबाट जोगिदै कसरी अघि बढ्ने भनेर म रनभुल्लमा परें। तर बुवाले त्यो फेलाबाट मलाई सहजै मुक्त गरिदिनुभयो।

मेरो काका गणितमा स्नातकोत्तर गर्न त्रिभुवन विश्वविद्यालय कीर्तिपुरको केन्द्रीय क्याम्पसमा भर्ना हुनुभयो। भारतमा मजदूरी गरेर घर फर्केको बेलामा बुवाले उहाँलाई भन्नुभएछ, "मैले तँलाई मात्र पढाएर भएन। छोराको पढाइ विभिन्नै भयो। यसलाई पनि उतै लगेर पढ। म मरेर काम गरेर भए पनि खर्चवर्चको जोहो गर्छु।" त्यसपछि मेरो काठमाडौंको यात्रा तय भयो। काकाले मलाई कीर्तिपुरको जनसेवा स्कूलमा कक्षा ८ मा भर्ना गरिदिनुभयो। जुम्लाको पढाइमा अब्बल ठहरिएको भए पनि जनसेवामा भर्ना भएपछि म छाँगवाट खसेजस्तो भएँ। मलाई अंग्रेजीका दश वीस शब्द बाहेक अरु केही पनि आउँदैनथ्यो। कक्षा पाँचमा जिल्ला टप भएको कुरा सम्झदा अट्टहास हाँसो आउँछ। र सँगसँगै प्रश्न पनि, म जस्तो औसत क्षमता पनि विकास नभएको मानिसलाई किन जिल्लाकै उत्कृष्ट घोषित गरियो ?

जब मलाई पढाइमा कमजोर रहेछु भन्ने बोध भयो, म एकदमै कहलियँ। कक्षा ८ पास गरेको मेरो स्तर खासमा चार कक्षाको भन्दा मास्टरको रहेनछ। मेरो काकाले मलाई धेरै नै ढाडस दिनुभयो। साथ दिनुभयो। विहान चार बजे उठेर पढ्न थालें। राति पनि ११ बजेसम्म पढेर बसिन्थ्यो। मैले जनसेवा माविमा कक्षा ८ र १० मा पढ्दा मैले जुन मिहिनेत गरेँ, त्यति धेरै परिश्रम शायद जीवनमा अब कहिल्यै पनि गर्दिनँ होला। तर त्यो परिश्रमको फल पनि त्यत्तिकै मीठो निस्कियो। पहिलो त्रैमासिक परीक्षामै म कक्षामा दोस्रो स्थान हासिल गर्न समर्थ भएँ।

एक दिन स्कूलमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिता भइरहेको थियो। त्यस प्रतियोगितामा मलाई पनि भाग लिने तीब्र इच्छा भइरहेको थियो। तर बोल्नलाई पटक पटक हात उठाउँदा पनि मैले मौका पाइरहेको थिइनँ। यत्तिकैमा विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष माधवलाल महर्जनले मेरो हात उठेको देखेर शिक्षकहरूलाई भन्नुभयो, 'त्यो भाइलाई पनि बोल्न दिनुस् त।' मैले बोल्ने अवसर पाएँ। मेरो प्रस्तुति र तर्कबाट प्रभावित भएर नै होला, मलाई उहाँले भन्नुभयो, "भाइ तिमीलाई कुनै अप्ठेरो पत्थो वा कुनै सहयोग चाहियो भने मलाई भन्नु है।"

जनसेवा माविमा हरेक हप्ता कुनै न कुनै अतिरिक्त क्रियाकलाप हुन्थ्यो। कहिले हाजिरीजवाफ त कहिले निबन्ध प्रतियोगिता, कहिले कविता प्रतियोगिता त कहिले वक्तव्यकला। मैले सबैजसो कार्यक्रममा भाग लिएँ। स्कूल बाहिर हुने बौद्धिक क्रियाकलापमा पनि मैले उत्तिकै सहभागी हुने मौका पाएँ। स्वप्न वाटिकाले आयोजना गरेको निबन्ध प्रतियोगितामा म तेस्रो भएको थिएँ भने मानवअधिकार संगठनद्वारा गरिएको प्रतिस्पर्धामा प्रथम। शिक्षा मन्त्रालयले गरेको निबन्ध प्रतियोगितामा दोस्रो भएर राष्ट्रसंघीय संस्था युएनएफपीएको यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सम्बन्धी एउटा कार्यक्रममा भाग लिने सिलसिलामा पोखराको फूलबारी रिसोर्टमा एक हप्ता बस्ने मौका पनि मिलेको थियो। स्कूले जीवनमा पुरस्कार स्वरूप पाएका तस्माहरूले मेरो थोत्रो बाकस भरिएका छन्। यस्ता अवसरहरूले मेरो आत्मबल बढाउन ठोस योगदान गरे।

शायद आत्मबल बढ्दै गएकोले होला, कक्षा १० मा पढ्दाखेरी नै म मेडिसिनमा उच्च शिक्षा हासिल गर्ने सपना बुन्न थालेको थिएँ। एक दिन मैले यो सपना काकालाई सुनाउँदा उहाँले हप्काउँदै भन्नुभयो, “हामी जस्ता कर्णालीका त्यो पनि गरीब परिवारका मानिसले कहाँ मेडिसिन पढ्न सकिन्छ? चुप लाग मोरा! भोलिपर्सि पढ्न नपाएर निराश भएर मर्लास!” एसएससी पास गरेपछि व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष माधव सर, जो जमलमा मण्डला बुक्स नामक ठूलो किताब पसल चलाएर बस्नुभएको छ, ले मलाई ब्रिटिश काउन्सिलको अंग्रेजी कोर्स गर्न हौस्याउँदै त्यसनिमित्त लाग्ने खर्च व्यहोरिदिन्छु भन्नुभयो। सेन्ट जेभियर्स कलेजका शिक्षकहरूले त्यहाँ पढाउँदा रहेछन्। उनीहरूसितको अन्तरक्रिया र सामीप्यताले मलाई त्यही कलेज रोज्न मन लाग्यो। मेरो सपनालाई माधव सरले आर्थिक सहयोग जुटाइदिएर साकार तुल्याइदिनुभयो। एमबीबीएम अंग्रेजी धेरै गाह्रो हुन्छ भन्ने सुनेपछि एघार कक्षाको सुरुआतदेखि नै मैले एमबीबीएस ब्रिजकोर्सका किताबहरू ल्याएर पढ्न थालें। यस्तै पहल र प्रयत्नहरूको एकमुष्ट प्रतिफल अन्ततः राम्रै हात लाग्यो। १२ कक्षा त राम्रैसित उत्तीर्ण गरेँ नै, शिक्षा मन्त्रालयको छात्रवृत्तिमा नाम निकालेर भैरहवा मेडिकल कलेजमा एमबीबीएस पढ्ने सु-अवसर पनि प्राप्त गरेँ। मेरो सपना साकार हुन लागेको त्यो दिन म औधी खुशी भएको थिएँ। जुम्ला जस्तो दुरदराजको त्यो पनि भारी बोकेर जीवन चलाउने गरीब परिवारको सदस्य भइकन पनि मैले रु.४० लाख खर्च लाग्ने एमबीबीएस पढ्ने दुर्लभ अवसर प्राप्त गरेँ। मेरो बुवाको सपना र समर्पण, मेरो काकाको अभिभावकत्व, मेरो अथक परिश्रम र लगनशीलता, शिक्षकहरूको पढाउने कला र समर्पण अनि माधव सरको मप्रतिको स्नेहको एकमुष्ट नतिजा थियो त्यो उपलब्धि।

मेरो अनुभवमा, विद्यार्थी जीवनमा सफलताको शिखर चुम्न किताबी कीरो भएर मात्र पुग्दैन। अतिरिक्त क्रियाकलाप पनि हाम्रानिमित्त उत्तिकै महत्त्वपूर्ण कुरा रहेछन्। स्कूल बाहिरका कार्यक्रमहरूमा भाग लिन जति धेरै पाइयो, उति धेरै हाम्रो आत्मबल बढ्ने रहेछ, म केही हुँ, म केही गर्न सक्छु भन्ने भावनाको विकास हुँदै जाँदोरहेछ। यो नै हाम्रो व्यक्तित्व विकास र प्रगतिको प्रमुख पक्ष रहेछ। समाजमा विभिन्न क्षेत्रमा प्रसिद्धि कमाएका व्यक्तित्वहरूसितको अन्तरक्रियाले हामीलाई आफ्नो लक्ष्य पहिल्याउन र लक्ष्य हासिल गर्न निरन्तर संघर्ष गर्न ऊर्जावान बनाउँदोरहेछ। उत्प्रेरणा दिँदोरहेछ। देश विदेशका ख्यातिप्राप्त राजनीतिज्ञ, व्यापारी, अभिनेता, विचारक सबैको आत्मकथा र जीवनी पनि नछुटाइ पढ्नुपर्ने रहेछ।

मेरो अनुभवले भन्छ, निजीको तुलनामा सरकारी स्कूलका

विद्यार्थी जीवनमा सफलताको शिखर चुम्न किताबी कीरो भएर मात्र पुग्दैन। अतिरिक्त क्रियाकलाप पनि हाम्रानिमित्त उत्तिकै महत्त्वपूर्ण कुरा रहेछन्। स्कूल बाहिरका कार्यक्रमहरूमा भाग लिन जति धेरै पाइयो, उति धेरै हाम्रो आत्मबल बढ्ने रहेछ; म केही हुँ, म केही गर्न सक्छु भन्ने भावनाको विकास हुँदै जाँदोरहेछ। यो नै हाम्रो व्यक्तित्व विकास र प्रगतिको प्रमुख पक्ष रहेछ।

धेरै पाटाहरू राम्रा छन्। हाम्रा सबै सार्वजनिक स्कूलका गुरुहरू जनसेवा माविका सरहरू कै खटिदिने हो भने देशको शिक्षा पाँचै वर्षमा कायापलट हुन्छ। गुरुहरूले ‘मेरो स्कूल राम्रो पाछु’ भन्ने संकल्पसँगै दुईवटा काम गरिदिनुपर्छ- नियमित रूपमा पढाइदिनुहोस्, र हप्तैपिच्छे अतिरिक्त क्रियाकलाप गराइदिनुहोस्। अनि विद्यार्थी साथीहरूलाई अनुरोध छ, फिस तिरेको छैन भनेर नीच मारेर बस्नुभएन। स्कूलमा बाहेक दिनमा तीन घण्टा मात्र पढे पुग्छ। मज्जाले सफल होइन्छ।

भैरहवामा मेरा केही साथीहरू छन्, जो हृदयदेखि मलाई माया र सम्मान गर्छन्। तर धेरै साथीहरू यस्ता छन्, जो मेरो क्षमतालाई मात्र भाउ दिन्छन्। अन्यथा तिनले मलाई कुकुरको जति पनि भाउ नदिने रहेछन्। गरीब परिवारमा जन्मन पाउनु पनि सौभाग्य नै ठान्छु म। किनभने जीवनका कठोर वास्तविकताहरूलाई नजिकबाट अनुभव र अनुभूति गर्नको निमित्त आर्थिक रूपमा गरीब नै हुनुपर्ने रहेछ। भैरहवामा एमबीबीएस गर्ने धनी परिवारका मेरा थुप्रै साथीहरू छन्, तीसित अरू सबथोक छन् तर जीवनका साधारण तर कठोर यथार्थहरूबाट उनीहरू विल्कुल अनभिज्ञ छन्।

मेरो बुवाआमाको दुःख, आर्थिक कठिनाइ अनि धनी साथीहरूको रवैयाका कारण पनि हुनसक्छ, म गरीबहरूप्रति विशेष रूपले संवेदनशील छु। मनमनै मैले अटोट गरेको छु, मकहाँ जँचाउन आउने गरीब मानिसहरूलाई पैसाकै अभावका कारण म मर्न दिन्न। एउटा समर्पित डाक्टरका रूपमा जुम्ला दाइ-भाइ दिदी-बहिनीहरू र देशका गरीब मानिसहरूको उपचारमा आफूलाई समर्पित गर्नेछु। त्यस्तै, मेरो निमित्त आफूलाई समर्पित गर्ने मेरा बाआमालाई कहिल्यै दुःखमा राखिदैनँ। म यो सपनालाई साकार तुल्याउन सम्पूर्ण रूपले प्रयत्न गर्नेछु।

(तिवारी युनिभर्सल कलेज अफ मेडिकल साइन्सेज, भैरहवामा एमबीबीएस चौथो वर्षमा अध्ययनरत छन्।)

हाम्रो रेडियो. हाम्रो आवाज
विजयपुर एफएम

98.8

98.8
FM

- प्रत्येक दिन विहान ६, म्यान्ड १२, दिउँसा २ र साँझ ६ बजे स्वामी, राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरको संगीत।
- विजयपुर समाचार
- प्रत्येक दिन दिउँसा १ बजे देवि २ बजेसम्म मौला-सङ्गीतका साथ क्योकाको रोजाइमा रहने कार्यक्रम।
- शुक्रबार कबुट्टा
- प्रत्येक विहान र साँझ ७ बजेदेखि ७:३० बजेसम्म कार्यक्रम: **सबेरको**
- प्रत्येक विहान र साँझ ७ बजेदेखि ८ बजेसम्म कार्यक्रम: **अपराह्न**
- प्रत्येक साँझ र साँझ १५ बजेदेखि ६ बजेसम्म कार्यक्रम: **सोहीको कबुट्टा**

विहान ५-देखि साँझ ११ बजेसम्म

98.8

पूर्वापलको हिलोवाट...

विजयपुर
एफ एम ९८.८

विजयपुर रेडियो यु.ए.सि. प्रा.सं., साँझ १५, काठमाडौं
फोन: ९७५-५२५२२
वेब: www.vjfm.com

कठिन बनेको सहज काम

सार्वजनिक विद्यालयका शिक्षकले क्रियात्मक/कार्यमूलक अनुसन्धान (एक्सन रिसर्च) शब्द पर्याप्त सुनेका छन्; तर, 'एक्सन रिसर्च' के हो, कसरी गर्ने, कहाँ प्रयोग गर्ने भन्ने विधि र अवधारणा बुझ्ने अवसर भने धेरैले पाएका छैनन्। तैपनि धेरै शिक्षकहरूले व्यावहारिक तवरमा आफ्नै तरिकाले यस्तो अनुसन्धान/रिसर्च गरिरहेका चाहिँ छन्।

कास्कीको ढिकुरपोखरी १ को परशु प्राविका प्रअ तुलसीप्रसाद अधिकारीले शिक्षण गर्न थालेको ३३ वर्ष भएको छ। यस अवधिमा उनले एक्सन रिसर्च (कार्यमूलक अनुसन्धान) शब्दका बारेमा धेरै सुने पनि एक्सन रिसर्च कसरी गर्ने व्यावहारिक तरिका सिक्ने अवसर पाएका छैनन्। एक्सन रिसर्चको सैद्धान्तिक ज्ञानको अभावमा १० महिने शिक्षक तालिम लगायत शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रले सञ्चालन गरेको पेशागत विकास (टीपीडी) तालिम समेत लिइसकेका अधिकारीले एक्सन रिसर्च आफैँ सन्तुष्ट हुने गरी गरेका छैनन्। "एक्सन रिसर्च शब्दका बारेमा मात्र सुनियो। तर, एक्सन रिसर्च गर्ने व्यावहारिक विधि सिक्न पाइएको छैन, त्यसैले एक्सन रिसर्चलाई ठूलो अनुसन्धान ठानिएको छ", अधिकारीले भने।

१३ माघ २०६५ मा काभ्रेको बडालगाउँस्थित सरस्वती माविको शैक्षिक अभ्यास अवलोकन गर्न अधिकारीसहित त्यहाँ पुगेका कास्कीका सामुदायिक स्कूलका ११ प्रअमध्ये अधिकांशको अनुभव अधिकारीको जस्तै छ। उनीहरू सबैले एक्सन रिसर्चलाई सही तरिकाले बुझ्ने अवसर नपाएको स्पष्ट पारे। कास्कीको धम्पुस-१ स्थित उदय माविका प्रअ अनन्तप्रसाद अधिकारीले एक वर्षअघिको टीपीडीको पहिलो मोड्युलमा एक्सन रिसर्चको परिचय र प्रयोग अलिअलि सुनेका थिए। तर, टीपीडीमा भएको त्यो छलफलले पनि अधिकारीमा एक्सन रिसर्च गर्न सक्ने आत्मविश्वास पैदा गर्न सकेको थिएन।

कास्कीका प्रअहरूमा रहेको एक्सन रिसर्च बारेको यस्तो अन्योल र अस्पष्टता चिर्नका लागि शिक्षक प्रतिनिधि १३ माघ २०६५ मा उनीहरूसँग सरस्वती माविमै आकस्मिक अन्तरक्रिया गरेको थियो। त्यसक्रममा प्रअहरूले आफू मात्र होइन, आफ्ना विद्यालयका अधिकांश शिक्षकहरूलाई एक्सन रिसर्च बुझ्न र गर्न कठिन भएको अनुभव सुनाएका थिए।

अधिकांश प्रअ तथा शिक्षकका लागि एक्सन रिसर्च हाउगुजी र अरू अनुसन्धान जस्तै जटिल विषय भएको थाहा पाएपछि शिक्षक प्रतिनिधिसँग बडालगाउँ पुगेका शैक्षिक तालिम केन्द्र धुलिखेलका



बल्ल बुकियो: क्रियात्मक अनुसन्धान (एक्सन रिसर्च) सम्बन्धी छलफलमा सहभागी सरस्वती मावि बडालगाउँका शिक्षक।

प्रशिक्षक अनन्तप्रसाद पौडेल प्रअहरूलाई एक्सन रिसर्च बुझाउन तमिसिए। उनले शुरू गरे- "सरहरूले एक्सन रिसर्चलाई हाउगुजी र जटिल विषय ठान्नुभएको रहेछ, यो रिसर्च नै होइन। बरु पेशागत कामका सिलसिलामा आउने समस्या समाधान गर्ने प्रक्रियाबद्ध प्रयास हो। स्कूलमा देखा पर्ने समस्या समाधान गर्न योजना निर्माण (प्लान), उक्त योजना लागू गरेपछि (एक्ट), उत्पन्न हुने असरको अवलोकन (अब्जरभेसन) र सो कार्यको प्रतिविम्बन (रिफ्लेक्सन) नै एक्सन रिसर्च हो।"

एक्सन रिसर्चको अवधारणा स्पष्ट पारेपछि पौडेलले प्रअहरूलाई आफूले स्कूलमा देखा परेका समस्या समाधान गर्न गरेको कुनै प्रयास सुनाउन आग्रह गरे। तत्कालै कास्कीको माछापुच्छ्रे सामुदायिक प्राविका प्रअ महेश्वर पौडेलले आफ्नो विद्यालयमा विद्यार्थी घटेकोले अंग्रेजी माध्यम लागू गरेर विद्यार्थी संख्या बढाउन सफल भएको कथा सुनाए।

यो कथालाई एक्सन रिसर्चको एउटा नमूनाको रूपमा विकास गर्न सकिने तरिका प्रशिक्षक पौडेलले प्रस्तुत गरेका थिए।

उनका अनुसार, विद्यार्थी संख्या घट्नु समस्या हो। एक्सन रिसर्चको चक्र अनुसार उक्त समस्या समाधान गर्न शुरूमा अंग्रेजी माध्यम लागू गरेर छात्रछात्रा बढाउने योजना (प्लान) बनाइएको छ। यो योजना अनुसार स्कूलमा अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन सञ्चालन गरी छात्रछात्राको संख्या बढाइएको छ। यसलाई एक्सन रिसर्चमा कार्य (एक्ट) भनिन्छ। योजना कार्यान्वयन र त्यसका असरहरूको अवलोकन (अब्जरभेसन) गर्ने अनि त्यसको प्रतिविम्बन (रिफ्लेक्सन) पनि गरिएको छ। “माछापुच्छे सामुदायिक माविमा अंग्रेजी माध्यममा पठनपाठन सञ्चालन गरी सफलता हात लागेको कथामा एक्सन रिसर्चका चार वटै चक्र पूरा भएकोले यसलाई एक्सन रिसर्चको नमूना मान्न सकिन्छ”, प्रशिक्षक पौडेलले स्पष्ट पारे।

पौडेलको कुरा सुनेपछि अन्तरक्रियामा सहभागी कास्कीका प्रअहरूको मुहार हँसिलो भएको देखिन्थ्यो। त्यसपछि उनीहरूले “एक्सन रिसर्च त हामीले धेरै गरेका रहेछौं” भन्दै आफूले विद्यालयमा आइपुग्ने समस्या समाधान गर्न अपनाएका अभ्यासका थप फेहरिस्त प्रस्तुत गरेका थिए। एक घण्टाअधिसम्म एक्सन रिसर्चलाई कठिन अनुसन्धान ठानेका परशु प्राविका प्रअ तुलसीप्रसाद अधिकारीले हाँदै भने “एक्सन रिसर्च हामीले सोचे जस्तो जटिल रहेनछ, सजिलो र सबैले गरी आएको काम पो रहेछ। ३३ वर्ष सिक्न नपाएको कुरा सरले एकछिनमा सिकाइ दिनुभयो। मैले त धेरै वटा एक्सन रिसर्च गरेको रहेछु। तिनको प्रचारप्रसार गर्न मात्र बाँकी रहेछ।”

कास्कीका प्रअहरूले अवलोकन भ्रमण गरेको बडालगाउँको सरस्वती माविका शिक्षकहरू पनि एक्सन रिसर्च बारे अनभिज्ञ भेटिएपछि तीसँग फेरि एक्सन रिसर्चकै बारेमा छुट्टै संक्षिप्त अन्तरक्रिया गरिएको थियो। पौडेलले सरस्वती माविका प्रअ तथा शिक्षकलाई एक्सन रिसर्च बुझाउन सोही विद्यालयले गरेको अभ्यासको सहयोग लिए। उक्त विद्यालयले सबै कक्षालाई समूहमा विभाजन गरेको छ। हरेक कक्षाका छात्रछात्रा समूहमा बसेर अध्ययन गर्छन्, अन्यत्र जस्तो परम्परागत बसाइ व्यवस्था त्यहाँ छैन। पौडेलले यही कर्मलाई एक्सन रिसर्चको संरचनामा प्रस्तुत गरे शिक्षकहरूका बीचमा। उनका अनुसार सबैभन्दा पहिला परम्परागत बसाइबाट शिक्षण र कक्षाकार्यमा बाधा पुगेको कुरालाई समस्या मानिएको छ। त्यसलाई परिवर्तन गरी समूहगत रूपमा छात्रछात्रालाई राख्ने योजना (प्लान) बनाइएको छ। यो योजना अनुसार हरेक कक्षामा दुई दुई वटा डेक्स जोडेर छात्रछात्रालाई समूहमा राखिएको छ। यो कर्मले कक्षाकोठाको समस्यापूर्ण बसाइ व्यवस्था उल्टाएको छ।

एक्सन रिसर्चको तेस्रो चरण अन्तर्गत नयाँ बसाइ व्यवस्थाबाट छात्रछात्राको पढाइमा परेको सकारात्मक प्रभाव अवलोकन (अब्जरभेसन) गरिएको छ भने चौथो चरणमा चाहिँ परिवर्तित कक्षा व्यवस्थापनबाट कक्षामा खाली ठाउँ निकालिएको, विद्यार्थी पनि खुशी भएको, शिक्षक कक्षाका सबै छात्रछात्रासम्म पुग्न सफल भएको कुरालाई प्रतिविम्बन (रिफ्लेक्सन) गरिएको छ। यी कुरा समेटेर सरस्वती माविमा लागू गरिएको कक्षा व्यवस्थापनलाई नमूना एक्सन रिसर्च मान्न सकिने पौडेलको कथन थियो।

प्रशिक्षक पौडेलले सरस्वती माविमा कक्षा व्यवस्थापनलाई एक्सन रिसर्चको राम्रो उदाहरणको रूपमा प्रस्तुत गरेपछि उक्त स्कूलका प्रअ रमेशकाजी कोजुले भने “ओहो हामीले त धेरै वटा एक्सन रिसर्च गरेका रहेछौं, प्रतिवेदन तयार गरेर प्रचारप्रसार गर्न मात्र बाँकी

रहेछ। अब त सजिलै एक्सन रिसर्च गर्न सक्छौं। एक्सन रिसर्च सही तरिकाले बुझ्न नपाएकोले पो हाउगुजी भएको रहेछ।”

काभ्रेको शिखरअम्बोटे ६ स्थित लक्ष्मीनारायण उमाविका शिक्षकहरूको एक्सन रिसर्च बारेको धारणा बुझ्न शिक्षक ले प्रशिक्षक अनन्तप्रसाद पौडेलकै सहयोगमा तीन वटा प्रश्न दिएर लिखित धारणा बुझ्ने प्रयास गरेको थियो। १५ माघ २०६८ मा उक्त विद्यालयमा गरिएको यो अभ्यासबाट पनि शिक्षकहरू एक्सन रिसर्चबारे अन्यालमै रहेको पाइयो। एक्सन रिसर्च भनेको के हो? यो किन र कसरी गरिन्छ भन्ने प्रश्नमा उक्त स्कूलका एक शिक्षकले लेखेको जवाफ यस्तो छ “सिकाइ क्रियाकलापको अवस्थामा गरिने अनुसन्धानलाई क्रियात्मक अनुसन्धान भनिन्छ। शिक्षण प्रक्रियामा के कस्तो उपलब्धि हासिल भयो भनेर थाहा पाउनु एक्सन रिसर्च हो।”

शिक्षकहरूले एक्सन रिसर्चका बारेमा यस्तो धारणा राख्नु स्वाभाविक भएको बताउँछन् प्रशिक्षक पौडेल। उनको कथन छ “स्कूल र शिक्षकको दिमागमा एक्सन रिसर्च भन्ने शब्द मात्र पुगेको छ, धेरै स्कूलमा एक्सन रिसर्च पुगेकै छैन। यसबारेमा शिक्षकले न त कुनै सामग्री अध्ययन गर्न पाएका छन् न कसैले स्कूलमा एक्सन रिसर्च सजिलोसँग बुझाई दिएको छ। त्यसैले शिक्षकले जे जानेको छ, त्यही एक्सन रिसर्च हो भन्ने ठानेको छ।”

शिक्षकहरूका लिखित जवाफपछि सो विद्यालयमा पनि प्रशिक्षक पौडेलले करिब दुई घण्टा एक्सन रिसर्चका अवधारणा, अभ्यास र उदाहरणका बारेमा विस्तृत चर्चा गरे। पौडेलको धारणा सुनेपछि सबै शिक्षकहरूले खुलस्त रूपमा आफूहरूले एक्सन रिसर्चको व्यावहारिक अभ्यासका बारेमा यसअघि सजिलोसँग बुझ्न नपाएकाले गुनासो गरेका थिए। हुन पनि सामुदायिक विद्यालयका अधिकांश शिक्षकले एक्सन रिसर्चको अवधारणा, विधि, अभ्यास र उदाहरणका बारेमा विषय विज्ञबाट सुन्ने र बुझ्ने अवसर विरलै पाएका छन्।

सरकारी विद्यालयका शिक्षकले एक्सन रिसर्च गर्नु भन्ने ध्येयले एक्सन रिसर्चलाई कानूनी रूपमा शिक्षकको वृत्तिविकाससँग जोडिएको छ। २०६८ सालमा गरिएको शिक्षक सेवा आयोगको नियमावलीको छैटौँ संशोधनले शिक्षकको बढुवासँग शिक्षकले गर्ने एक्सन रिसर्चलाई जोडेको छ। शिक्षकको कार्यक्षमताका आधारमा हुने बढुवाका विभिन्न आधारमध्ये शिक्षकले गर्ने अनुसन्धानलाई पाँच अंक दिने प्रावधान नियमावलीमा छ। नियमावलीको उक्त प्रावधानले कार्यक्षमताका आधारमा बढुवा हुन चाहने शिक्षकलाई अनिवार्य रूपमा एक्सन रिसर्च गर्न भनेको छ।

शैक्षिक जनशक्ति विकास केन्द्रको १० महिने सेवाकालीन तालिममा एक्सन रिसर्च गर्नुपर्ने प्रावधान थियो। तर, २०६६ सालमा १० महिने शिक्षक तालिम लिने काठमाडौँ र ललितपुरका शिक्षकहरूले तालिमका बेला गरेका एक्सन रिसर्चमध्ये धेरैजसोमा एक्सन रिसर्चमा हुनुपर्ने विशेषताको अभाव छ। ललितपुरको पाटन उमावि अगुवा स्रोत केन्द्रमा फेला परेका एक्सन रिसर्चका ती नमूनामा पनि शिक्षकको एक्सन रिसर्च बारेको बुझाइको अभाव फल्किन्छ।

शिक्षक तालिमका क्रममा गरिएका एक्सन रिसर्च प्रतिवेदन परीक्षण गरेका पाटन उमावि अगुवा स्रोतकेन्द्रका स्रोतव्यक्ति सत्यनारायण महर्जनले भने “एक्सन रिसर्च मान्न सकिने प्रतिवेदन पाउन कठिन छ। एक्सन रिसर्च स्कूलमा पुग्न बाँकी छ, प्रअ शिक्षकहरूले धेरै कुरा जान्न बाँकी छ।”

बाबुराम विश्वकर्मा



हाउगुजी होइन

कार्यमूलक अनुसन्धान औपचारिक अनुसन्धान जस्तै जटिल हुन्छ भन्ने भ्रमले हामी यसको प्रयोग गर्न हिचकिचाउने गरेका छौं। तर यो धेरै सरल, लचिलो र समस्या समाधानमा तत्काल प्रभावकारी सहयोग पुऱ्याउने अचूक विधि हो। शिक्षकका लागि त यो रामवाण जस्तै हो।

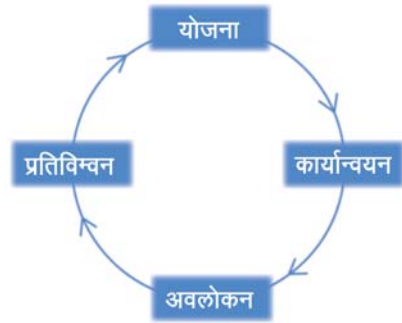
परिचय

कार्यमूलक अनुसन्धानलाई क्रियात्मक अनुसन्धान वा कार्यगत अनुसन्धान पनि भनिन्छ। यसको सुरुआत मनोविज्ञानवेत्ता कुर्त लेविन (१८८०-१९४७) ले गरेका हुन्। उनका अनुसार कार्यमूलक अनुसन्धान भनेको योजना, कार्यान्वयन र नतीजाको पहिचानसहित तीन चरणको चक्रीय प्रक्रिया हो। उनले कार्यमूलक अनुसन्धानको आवश्यकतालाई यसरी प्रष्टयाएका थिए: Research that produces nothing but books will not suffice (Lewin 1946: 202-3)। स्टेफेन (१९५३) का अनुसार अनुसन्धानकर्ताले आफ्नै समस्या अध्ययन गरी आफ्ना कार्यहरू परिमार्जन गर्ने प्रक्रिया नै कार्यमूलक अनुसन्धान हो। केमिस र म्याक टेग्रेट (१९८२) का अनुसार कार्यमूलक अनुसन्धान गर्नु भनेको योजना बनाउनु, कार्यान्वयन गर्नु, अवलोकन गर्नु र प्रतिविम्बन गर्नु हो जुन कुरा सावधानीपूर्वक, सिलसिलाबद्ध रूपमा एवं गम्भीरतापूर्वक सम्पन्न गरिन्छ। टागार्ट (१९८६) का अनुसार कार्यमूलक अनुसन्धान, अनुसन्धान विधिको टेम्प्लेट मात्र होइन, सामाजिक खोजका सिद्धान्तहरूलाई अभ्यासमा ल्याउने, अवलोकन गर्ने र समस्या समाधान गर्ने प्रतिबद्धता पनि हो।

सन् १९६० को दशकतिर कार्यमूलक अनुसन्धानको लोकप्रियता घटेको थियो। ७० को दशकमा दोस्रो पुस्ताको कार्यमूलक अनुसन्धानका रूपमा यसलाई सङ्गठन विकासमा प्रयोग गर्न थालियो। ८० को दशकमा समालोचनात्मक र उन्मुक्तिपरक कार्यमूलक अनुसन्धानका अवधारणा अगाडि ल्याइए। त्यसपछि चौथो पुस्ताका रूपमा सहभागितामूलक कार्यमूलक अनुसन्धानको सुरुआत भयो। लेविनको कार्यमूलक अनुसन्धान सम्बन्धी पुस्तक प्रकाशित भएपछि स्टेफेनले यसको प्रयोग शिक्षा क्षेत्रमा गरेका हुन्। अहिले कार्यमूलक अनुसन्धानलाई विद्यालय र कक्षाकोठामा आधारित अध्ययनका रूपमा हेरिन्छ, प्रधानाध्यापक र शिक्षकले नै संचालन गर्दछन् र समस्या समाधानमा केन्द्रित गरिएको हुन्छ।

अनुसन्धानका चरण

कार्यमूलक अनुसन्धानका चरणहरूलाई चक्रको रूपमा यस प्रकार हेर्न सकिन्छ:



योजना अन्तर्गत समस्याको पहिचान, प्रमाणीकरण, कारणको खोजी, उपाय अर्थात् प्रयत्नहरूको खोजी, कार्यान्वयनमा ल्याउने उपायको छनोट, अध्ययन साधन विकास, अध्ययनको खाका तथा प्रस्तावना विकास सबै पर्दछन्। कार्यान्वयन अन्तर्गत वास्तविक कार्यक्षेत्रमा गई समस्या समाधानका उपायहरू कार्यान्वयन गर्ने अर्थात् सुधारका प्रयत्न शुरू गर्ने कुरा पर्दछन्। कार्यान्वयन सधैं योजना मुताबिक नै हुन्छ। अवलोकन अन्तर्गत सुधार अर्थात् प्रगतिको अवस्था पहिचान गर्ने, छलफल र अन्तरक्रिया गर्ने, मापन गर्ने, अभिलेख राख्ने, रुजु गर्ने, रूब्रिक्स प्रयोग गर्ने आदि कुराहरू पर्दछन् जसबाट कार्यान्वयन अधि र पछिको अवस्थामा आएको भिन्नता तुलना गर्न सहयोग पुग्दछ। त्यसैगरी प्रतिविम्बन अन्तर्गत प्रगति र उपलब्धिको बारेमा मनन गर्ने, विश्लेषण गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने, सबल र कमजोर पक्षहरू पहिचान गर्ने, निष्कर्षमा पुग्ने र प्रतिवेदन तयार गर्ने, सिकाइको प्रवोधीकरण गर्ने आदि कुराहरू पर्दछन्।

योजनाबाट शुरू भएको चक्र प्रतिबिम्बनमा टुङ्गिए जस्तो देखिए तापनि यो टुङ्गिनै। समस्या समाधानका सबल पक्षहरूलाई कायम राखी कमजोर पक्षहरूलाई सुधार गर्न पुनः योजना, कार्यान्वयन र प्रतिबिम्बन गर्नुपर्ने हुन्छ। त्यसैले यो चक्र निरन्तर चलिरहन्छ। यसलाई चक्रीय प्रक्रिया भन्नुको तात्पर्य पनि यही हो।

आफ्नो पेशा वा व्यवसायमा आइपरेका समस्या समाधान गरी पेशालाई सबलीकरण गर्न मानिसले कार्यगत अनुसन्धान गर्नु जरूरी हुन्छ। गरिरहेको पनि हुन्छ, भलै त्यो कार्यमूलक अनुसन्धान हो भन्ने उसले थाहा नपाएको होस्, अथवा उक्त चक्रअनुसार कार्य गरेर पनि डकुमेन्टेसन नगरेको होस्। उदाहरणका लागि, एक जना किसानले व्यावसायिक रूपमा कुखुरा पाल्न शुरू गरे तर कुखुरा मरे र नाफा भएन। उनले समस्या पहिल्याउँदै सोका कारणहरू पहिचान गरे। समाधानका उपायहरू पत्ता लगाए र कार्यान्वयन गरे। कुखुरा मरेनन् र उनी नाफा कमाउन सफल भए। यसबाट उनले केही पाठ सिके। त्यस्तै, एक जना शिक्षकले राम्ररी मिहिनेत गरेर पढाउँदा पनि अधिकांश विद्यार्थी अनुत्तीर्ण भएका थिए। उनले आफ्नो शिक्षण प्रक्रियामा रहेका समस्याहरू खोजी गरे। सुधारका उपायहरू पहिचान गरे। उपायहरूलाई एकएक गरी कार्यान्वयनमा ल्याए। फलतः अधिकांश विद्यार्थी उत्तीर्ण भए। उनले आफ्नो सफलताका अनुभवहरू लिपिबद्ध गरी अरू शिक्षकहरूसँग पनि बाँडे। उनको पेशागत विकासमा सहयोग पुग्यो। दुवैले वास्तवमा कार्यमूलक अनुसन्धान गरेका हुन्।

कार्यमूलक अनुसन्धानका चरणलाई चक्रीय रूपमा देहाय बमोजिम उल्लेख गर्न सकिन्छ:

विशेषता

- कार्यमूलक अनुसन्धानका विशेषताहरू यस प्रकार रहेका छन्:
- वैज्ञानिक विधि प्रयोग गरी वर्तमान समस्याको व्यावहारिक समाधान निकालिन्छ।
- वर्तमान अभ्यासको सुधार र परिमार्जनमा जोड दिइन्छ।
- कार्यको माध्यमबाट व्यक्तिगत वा सामूहिक समस्या अध्ययन गरिन्छ।



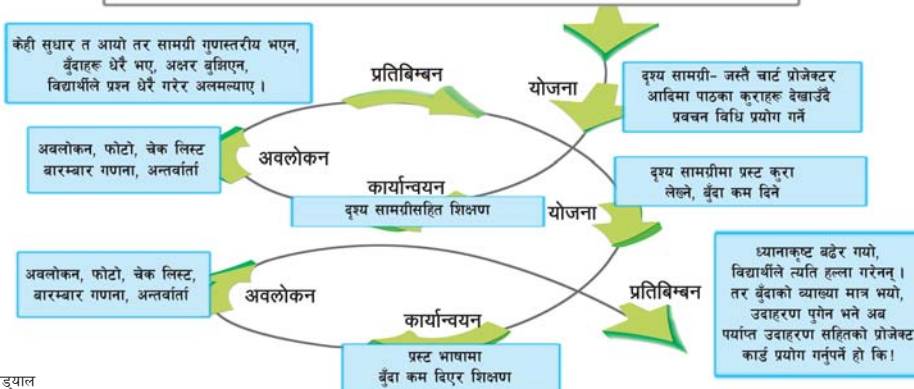
कुर्त लेविन

कुर्त लेविन कार्यमूलक अनुसन्धानका प्रणेता हुन्। उनले यसका साथै अनुभवजन्य सिकाइ, समूह गतिशीलता र फील्ड सिद्धान्तका सम्बन्धमा अनुसन्धान गरेका छन्।

उनी ८ सेप्टेम्बर १८९० मा

पर्सियाको मोगिल्नो भन्ने गाउँ (अहिले पोल्याण्डमा पर्दछ) मा जन्मेका थिए। १९०५ मा चिकित्साशास्त्र अध्ययनका लागि फ्रीबर्ग विश्वविद्यालयमा भर्ना भए। पछि म्युनिख विश्वविद्यालयमा जीवविज्ञान अध्ययनका लागि स्थानान्तरण भए। उनले मस्कोका गरीब मानिसहरूका लागि प्रौढ शिक्षा कार्यक्रम पनि संचालन गरे। १९१६ मा विद्यावारिधि गरे। १९२१ देखि बर्लिन विश्वविद्यालयको मनोविज्ञान अध्ययन संस्थानमा प्राध्यापन गर्न थाले। १९३० मा संयुक्त राज्य अमेरिकाको स्टानफोर्ड विश्वविद्यालयमा भिजिटिङ प्रोफेसरका रूपमा काम गर्न शुरू गरे। १९४० देखि अमेरिकाको नागरिकता लिए। *A Dynamic Theory of Personality* नामक पुस्तक प्रकाशित गरे। कुर्त लेविनले १९४४ मा *Research Center for Group Dynamics* स्थापना गरे। उनी अमेरिकन यहूदी कांग्रेसको परियोजनामा संलग्न भए। त्यसैताका सामाजिक समस्या (विशेष गरी धार्मिक र जातीय पूर्वाग्रह) समाधानमा आफैले विकास गरेको कार्यमूलक अनुसन्धानको प्रयोग गर्ने मौका पाए। उनले समुदायका नेता र सहजकर्ताहरू समावेश गरी एउटा समूह बनाए जसलाई टी समूह भनियो। उनले लगानी जुटाएर *National Training Laboratories* पनि स्थापना गरे। तर आफूले आँटेका काम पूरा नहुँदै हृदयाघातका कारण ११ फेब्रुअरी १९४७ मा उनको देहान्त भयो।

प्रवचन विधिमा विद्यार्थीको ध्यानाकृष्ट गर्न सकिएन,
अब यो विधिलाई कसरी सुधार गर्ने होला!



स्रोत: अनन्तकुमार पौड्याल

क्रियात्मक अनुसन्धान

- काममा संलग्न व्यक्तिबाट आफ्नो काममा सुधारका लागि समस्या अध्ययन गरिन्छ।
- व्यावहारिक समस्या समाधान गर्ने क्षमता अभिवृद्धि हुन्छ।
- सहभागितामूलक र सहकार्यात्मक हुन्छ।
- आफैँभित्रको सामाजिक प्रणाली र परिवर्तन प्रक्रिया बुझ्न मद्दत पुग्छ।
- वर्तमान परिस्थितिमा भर पर्दछ।
- तत्कालै मुकाबिला गर्नु परेको समस्यामा जोड दिइन्छ।
- उपयोगी र व्यावहारिक प्रतिफल प्राप्त हुन्छ।
- अन्य परिस्थितिमा सामान्यीकरण गर्न सकिदैन।

यस तालिकाबाट स्पष्ट हुन्छ, कार्यमूलक अनुसन्धान औपचारिक अनुसन्धान भन्दा धेरै लचिलो हुन्छ। सबै पेशाकर्मीले आफ्नो बलबुताले कार्यमूलक अनुसन्धान सम्पन्न गर्न सक्दछन्। यो औपचारिक अनुसन्धान जस्तै गाह्रो हुन्छ भन्ने भ्रमका कारण हामी कार्यमूलक अनुसन्धान गर्न हिचकिचाएका वा डराएका हुन सक्छौं। यसलाई हाउगुजीका रूपमा नलिई आफ्नो पेशा वा व्यवसायको निरन्तर सुधारको उपायका रूपमा लिन जरुरी छ।

घटना/मामला अध्ययनसँगको भिन्नता

घटना/मामला अध्ययन र कार्यमूलक अनुसन्धान बीचका भिन्नताहरू यस प्रकार छन्:

औपचारिक अनुसन्धान भन्दा फरक

कार्यमूलक अनुसन्धान र औपचारिक अनुसन्धान बीचको फरकलाई १४ बुँदामा आधारित रहेर हेर्न सकिन्छ। जस्तै:

क्र.सं.	शीर्षक	औपचारिक अनुसन्धान	कार्यमूलक अनुसन्धान
१	तालीम	अनुसन्धानकर्तालाई विस्तृत तालीम चाहिन्छ।	सामान्य परामर्श भए पुग्दछ।
२	अनुसन्धानकर्ता	शैक्षिक योग्यता र सम्बन्धित क्षेत्रमा विशेषज्ञता हासिल गरेको व्यक्ति जो समस्यासँग सम्बन्धित वा असम्बन्धित पनि हुन सक्छ।	कर्मचारी, शिक्षक, प्रिन्सिपल, निरीक्षक, प्रशासक वा कामसँग सम्बन्धित जोसुकै हुनसक्छ। प्राज्ञिक योग्यता यति नै हुनुपर्छ भन्ने छैन।
३	अनुसन्धानको क्षेत्र	व्यापक, शिक्षा क्षेत्रको समस्यालाई सम्बोधन गर्ने।	साँघुरो, स्थानीय स्तरको, विद्यालय र कक्षाकोठा शिक्षणमा सीमित।
४	समस्या	समस्या व्यापक र शिक्षाको बृहत्तर क्षेत्रसँग सम्बन्धित हुन्छ। सर्वव्यापी पनि हुनसक्छ। समस्याको चयन अनुसन्धानकर्ताले गरे तापनि बाह्य विज्ञहरूको अनुमोदन आवश्यक पर्दछ।	समस्या प्रायः धेरै सानो, स्थानीय र व्यावहारिक हुन्छ। समस्याको छोटो काम गर्ने व्यक्ति अर्थात् अनुसन्धानकर्ता स्वयंले गर्दछ। बाह्य अनुमोदनको जरुरत पर्दैन।
५	अनुसन्धानको लक्ष्य	प्राप्त ज्ञानको सामान्यीकरण गर्ने।	प्राप्त ज्ञानलाई स्थानीय परिस्थितिमा प्रयोग गर्ने।
६	उद्देश्य	नयाँ सिद्धान्त, तथ्य र सत्यका रूपमा नयाँ ज्ञान निर्माणमा योगदान गर्ने।	विद्यालय र कक्षाकोठा शिक्षणमा सुधार ल्याउने।
७	निष्कर्ष	नयाँ सिद्धान्त, नयाँ तथ्य, नयाँ व्याख्या, अध्ययनको क्षेत्रको नयाँ ज्ञान।	वर्तमान कार्यप्रणाली वा अभ्यासका सुधारात्मक उपायहरू।
८	समस्या पहिचान विधि	पूर्व अनुसन्धानको पुनरावलोकन।	समस्या तत्काल सामना गरिने।
९	साहित्य सिंहावलोकन प्रक्रिया	विस्तृत, प्राथमिक स्रोतको उपयोग।	छिटोछरितो, द्वितीयक स्रोतको उपयोग।
१०	नमूना छनोट	यादृच्छिक वा प्रतिनिधिमूलक।	विद्यार्थी वा क्लाइन्ट, जससँग काम गरिन्छ।
११	अनुसन्धान डिजाइन	बृहत् नियन्त्रण, लामो समय फ्रेम।	खुकूलो प्रक्रिया, अध्ययनका बेला परिवर्तन हुन सक्ने, छोटो समय फ्रेम।
१२	मापन विधि	मूल्याङ्कन र पूर्व परीक्षाबाट मापन।	सुविधाजनक मापन वा स्तरीकृत परीक्षा।
१३	तथ्याङ्क विश्लेषण	तथ्याङ्कशास्त्रीय परीक्षण वा गुणात्मक टेक्निक उपयोग।	व्यावहारिकतामा जोड, कोरा आँकडा प्रस्तुत हुने।
१४	नतीजाको प्रयोग	सैद्धान्तिक महत्त्वमा जोड।	व्यावहारिक महत्त्वमा जोड।

क्र.सं.	घटना/मामला अध्ययन	कार्यमूलक अनुसन्धान
१	समस्या समाधान नहुन सक्छ।	समस्या समाधान हुन्छ।
२	नतीजा कार्यान्वयनमा नआउन सक्छ।	नतीजा कार्यान्वयनमा आउँछ।
३	गम्भीर मुद्दाका लागि।	सामना गर्नुपरेको समस्या समाधानका लागि।
४	शिक्षणको तरीका।	कार्य पुनरावलोकन।
५	विज्ञ, सिकारु वा शिक्षकले गर्ने।	कार्यान्वयनकर्ता अर्थात् पेशाकर्मिले गर्ने।

यस तालिकाबाट स्पष्ट हुन्छ, कार्यमूलक अनुसन्धान भनेको घटना/मामला अध्ययन भन्दा भिन्न कुरा हो र यो समस्याको समाधानमुखी अर्थात् सुधारमुखी हुन्छ।

कार्यमूलक अनुसन्धानको उपयोग

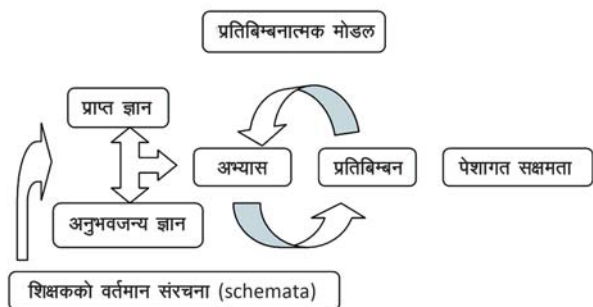
विद्यालय सुधार

“कार्यमूलक अनुसन्धान सुधारका लागि हो प्रमाणित गर्नका लागि होइन (ACTION RESEARCH IS TO IMPROVE NOT TO PROVE)।” यसबाट विद्यालय सुधारमा मद्दत पुग्दछ। जस्तै:

- विद्यालयको कार्य-वातावरणमा सुधार आउँछ।
- शिक्षक तथा प्रधान अध्यापक (प्रअ) हरूमा आफ्ना समस्याको अध्ययन गर्ने वैज्ञानिक अभिवृत्ति विकास हुन्छ।
- शिक्षक तथा प्रअहरूको कार्यक्षमता अभिवृद्धि हुन्छ।
- विद्यालयमा सिकाइ-अनुकूल वातावरण सिर्जना हुन मद्दत पुग्दछ।
- विद्यार्थीहरूको उपलब्धि बढोत्तरीमा सहयोग पुग्दछ।

शिक्षकको पेशागत विकास

पेशागत विकासका तीन मोडलहरू छन्: क्राफ्ट मोडल, एप्लाइड साइन्स मोडल र प्रतिविम्बनात्मक मोडल। कार्यमूलक अनुसन्धान प्रतिविम्बनात्मक मोडलभित्र पर्दछ।



प्राप्त ज्ञान अन्तर्गत आँकडा, तथ्य, सिद्धान्त, अनुसन्धानका प्राप्ति आदि पर्दछन् जुन कुरा आफ्नो पेशासँग सम्बद्ध हुन्छ। अनुभवजन्य ज्ञान अन्तर्गत अभ्यास, कार्यको प्रतिविम्बन, अवलोकन आदिबाट हासिल गरेको ज्ञान पर्दछ। शिक्षकले आफ्नो वर्तमान ज्ञान संरचना अर्थात् अनुभवजन्य ज्ञान र प्राप्त ज्ञानका आधारमा अभ्यास र प्रतिविम्बनका माध्यमबाट पेशागत विकास गर्दछन्।

अनुसन्धान प्रस्तावना

अनुसन्धानको प्रस्तावना तयार पार्नु सामान्यतः कठोरतिलो काम मानिन्छ। तर कार्यमूलक अनुसन्धानको प्रस्तावना तयार पार्नु आफैमा रमाइलो पनि छ। प्रस्तुत छ एउटा उदाहरण:

हिमालय माविका गणित शिक्षक हुन्। उनले कार्यमूलक अनुसन्धानको प्रस्तावना तयारीका लागि सर्वप्रथम आफूले सामना गर्नुपरेको र समाधान गर्न जरूरी ठानेको एउटा समस्या टिपोट गरे। उनको कक्षाका अधिकांश विद्यार्थीहरूले $x^2 + 5x + 6 = 0$ स्वरूपका वर्ग समीकरण हल गर्न सकेका थिएनन्। उनी यो समस्याको रूपमा छ भन्ने कुराको प्रमाण जुटाउनतिर लागे। उक्त पाठमा विद्यार्थीहरूको औसत प्राप्ताङ्क ५० प्रतिशत थियो र ४० प्रतिशत विद्यार्थीहरू मात्र उत्तीर्ण भएका थिए। विद्यार्थीहरूको उत्तरपुस्तिका, कक्षा कार्य, गृहकार्यको अवलोकनबाट पनि सो कुरा देखिएको थियो। उनले समस्याका सम्भावित कारणहरूको सूची तयार पारे। जुन यस प्रकार थियो:

- क) विद्यार्थीहरू गुणन तालिकाको स्मरणमा कमजोर छन्।
- ख) विद्यार्थीहरू कोष्ठमा कुन संख्या राख्ने भन्ने कुरामा स्पष्ट छैनन्।
- ग) विद्यार्थीहरू कोष्ठभित्र कुन क्रिया गर्ने भन्ने कुरामा स्पष्ट छैनन्।
- घ) विद्यार्थीहरूले कोष्ठभित्रका संख्याहरू गुणन गर्न र जोड गर्न जान्दैनन्।

पेम्बाले त्यस सूचीबाट आफूलाई सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण लागेको एउटा कारण छाने। त्यो थियो- “विद्यार्थीहरू गुणन तालिकाको स्मरणमा कमजोर छन्।”

उनले उक्त समस्या समाधानका उपायहरूको सूची पनि तयार पारे:

- क) गुणन तालिका स्मरण अभ्यास गराउने।
- ख) मौखिक गुणन प्रतियोगिता गराउने।
- ग) लिखित गुणन प्रतियोगिता गराउने।
- घ) गुणन तालिकाको पोस्टर कक्षामा टाँस्ने।

पेम्बाले ती उपायहरूमध्ये पनि आफूलाई बढी उपयुक्त लागेको एउटा उपाय छाने। त्यो थियो- “गुणन तालिका स्मरण अभ्यास गराउने।”

उनले उक्त उपाय कार्यान्वयन गर्ने क्रमबद्ध चरणहरूको सूची बनाए। जस्तै:

- दुई हप्तासम्म, कक्षामा प्रवेश गर्दा प्रत्येक पटक
- क) गुणन तालिका सम्बन्धी हाजिरीजवाफमा पाँच मिनेट समय खर्च गर्ने।
- ख) जवाफ लेखिएको कापी जम्मा गरी परीक्षण गर्ने र गल्ती भएका ठाउँमा सच्याएर विद्यार्थीलाई फिर्ता गर्ने।
- ग) विद्यार्थीहरूलाई आँखा बन्द गरी आधारभूत गुणन तथ्य

क्रियात्मक अनुसन्धान

तालिका सम्पन्न लगाउने।

घ) त्यसपश्चात् रुटिन अनुसारको पाठ शुरू गर्ने (त्यस दिनको पाठ वर्ग समीकरण नहुन पनि सक्छ)।

उनले उक्त प्रयास प्रभावकारी भए-नभएको यकिन गर्ने तरीकाको पनि सूची बनाए-

क) उपायको कार्यान्वयन पूर्व वर्ग समीकरणका १० प्रश्न निकाली परीक्षा लिने।

ख) उपाय कार्यान्वयनको दुई हप्ता पश्चात् वर्ग समीकरणका १० प्रश्न निकाली परीक्षा लिने।

ग) दुई परीक्षाको नतीजा तुलना गर्ने।

यसका साथै पेम्बाले अनुसन्धानको उपकरण, नमूना छनोट, उपाय कार्यान्वयनको अवधि, अनुसन्धानको शीर्षक र अनुसन्धानको उद्देश्य उल्लेख गरे। त्यसपछि अनुसन्धानको उपलब्धि सम्बन्धमा प्रतिविम्बन गर्ने कुरा लेखे। यसरी कार्यमूलक अनुसन्धानको प्रस्तावना तयार भयो।

प्रतिवेदन

कार्यमूलक अनुसन्धान एक प्रकारको अनौपचारिक अनुसन्धान हो। औपचारिक अनुसन्धानको जस्तो यसको प्रतिवेदनको कुनै निश्चित खाका हुँदैन। तैपनि यसलाई निम्न प्रकारले प्रस्तुत गर्न सकिन्छ: क. सफलताको कथा लेखेर, ख. योजना, कार्य, अवलोकन र प्रतिविम्बन उपशीर्षक अन्तर्गत समेटेर अथवा ग. साधारण अनुसन्धान प्रतिवेदनको खाकामा लेखेर। प्रतिवेदन जसरी र जुन रूपमा तयार गरे पनि हुन्छ तर त्यसमा कार्यमूलक अनुसन्धानका क्रममा योजना कार्यान्वयन, अवलोकन र प्रतिविम्बन अन्तर्गत चक्रीय

रूपमा उपायहरू योजनाबद्ध किसिमले कार्यान्वयन गरिएको कुरा स्पष्ट तवरमा प्रतिविम्बित हुन आवश्यक छ। हामीले कार्यमूलक अनुसन्धानका सबै चरण पूरा गरे तापनि त्यसलाई प्रतिवेदनका रूपमा डकुमेन्टेसन नगरेकाले सम्पन्न भएका, गरेका उदाहरणीय कामहरू पनि प्रकाशमा आउन सकेका छैनन्। यसतर्फ हामी सबैले ध्यान दिनु जरुरी छ।

निष्कर्ष

कार्यमूलक अनुसन्धान भनेको पेशागत समस्या समाधानका लागि निरन्तर चलिरहने चक्र हो। यो पेशागत विकासको माध्यम अर्थात् साधन पनि हो। हामीले कार्यमूलक अनुसन्धानलाई समस्याको पहिचान गर्ने, समाधानको उपाय खोज्ने, उपायको कार्यान्वयन गर्ने र नतिजाको प्रतिविम्बन तथा विश्लेषण गरी सोको अभिलेखीकरण गर्ने सरल कार्यको रूपमा लिन जरुरी छ। यसलाई जुनसुकै पेशाकर्मिले सजिलै सम्पन्न गर्न सक्ने लचिलो अनुसन्धानका रूपमा बुझेर यसका माध्यमबाट हामी आफ्नो पेशागत दक्षता अभिवृद्धि गर्न सक्छौं र यस्तो गर्नु आवश्यक पनि छ।

सन्दर्भ सामग्री

1. McTaggart, R. *Educational Action Research*, Routledge, Volume 2, No. 3, 1994
2. Kemmis, S., & McTaggart, R. (2000). *Participatory action research*. In N. Denzin & Y. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 567–605). Thousand Oaks, CA: Sage.

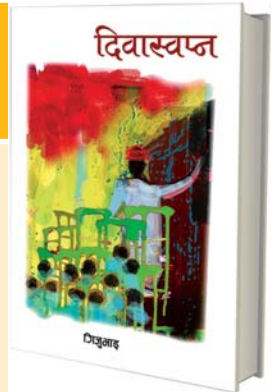
दिवास्वप्न नपाएको भन्ने गुनासोका सम्बन्धमा

अत्यन्त जरुरी सूचना

शिक्षण-कर्मका तपस्वी गिजुभाईको जीवन्त अनुभवमा आधारित कालजयी पुस्तक विशेषतः पहाडी भेगका जिल्ला तथा ग्रामीण क्षेत्रका पाठकहरूले आफ्नो सदरमुकाम वा नजिकको बजारका पसलमा किन्न नपाएको भनी शिक्षक को कार्यालयमा गुनासो प्राप्त हुने गरेका छन्। यताका दिनमा त्यस्ता गुनासोको संख्या फुनै बढ्दै गएको छ।

पाठकको गुनासो सम्बोधन गर्न हामीलाई सम्बद्ध विक्रेताहरूको सहयोग जरुरी हुन्छ। दिवास्वप्न बिक्री गर्न इच्छुक विक्रेता/पुस्तक-पत्रिका पसलहरूले आफूले बिक्री गर्न चाहेको प्रति (संख्या) खोलेर शिक्षक को कार्यालयमा फोन/इमेल वा पत्रबाट जानकारी गराएको खण्डमा यस कार्यालयले नै हुवानी खर्च व्यहोरेर तत्काल पुस्तक उपलब्ध गराउनेछ। हुवानीको खर्च र कठिनाइलाई ध्यानमा राखी त्यसरी माग गरिने पुस्तकको संख्या न्यूनतम १० प्रति र अधिकतम १०० प्रति हुनुपर्ने सीमा निर्धारण गरिएको छ।

दिवास्वप्न प्राप्त गर्न इच्छुक सबै शिक्षक/पाठकहरूले आफूलाई पायक पर्ने विक्रेता कहाँ सम्पर्क राख्नुहोला। पुस्तक पाउने सबैभन्दा भरपर्दो बाटो पनि त्यही नै हो।



छिटो सम्पर्कका लागि: ८७२१५८००४८ (हरि), ८८४१६७८२०५ (अनिल)

शिक्षक मासिक

पो.ब.नं. ३८१, पूर्णचण्डीमार्ग, जावलाखेल, ललितपुर
फोन: ५५४३२५२, ५५४८१४२, इमेल: mail@teacher.org.np



Buffering days are over!

Introducing Nepal's fastest broadband Internet

CABLE ZOOM

**Unmatched Speed!
Unmatched Price!**

**10 Mbps
@ NRs 1100
per month only!***



One World. One Link.
WORLDLINK

HEAD OFFICE

Jawalakhel Lalitpur, PO Box 8207, Nepal Tel: 5523050, 9801523050
Fax: +977-1-5529403 Email: sales@worldlink.com.np, URL: www.worldlink.com.np

BRANCH OFFICE

Bhaktapur 6619512 Chabahil 4465289 Kalimati 4673016
Maharajgunj 4650889 New Baneshwor 4471583 Putalisadak 4421108

*Conditions apply Available in selected areas of Kathmandu valley.



एउटा दृष्टान्त !

समस्याको पहिचान

वर्ग विधिबाट नेपालको नक्सा निर्माण सम्बन्धमा गरिएको योजनाबद्ध अध्ययनबाट उक्त समस्या आउनुमा निम्न कारणहरू जिम्मेवार रहेको कुरा पत्ता लगाएँ:

1. नक्सामा कोरिएको वर्ग र खाली कागजमा कोरिएको वर्गाकार कोठाको संख्या र आकारको अनुपात नमिलेको।
2. विद्यार्थीहरूले नक्सामाथि कोरिएको वर्ग र खाली कागजमा कोरिएको वर्गको सम्बन्ध पहिचान गर्न नसकेको।
3. कुन वर्गमा नक्साको रेखा कसरी गएको छु भन्ने हेक्का राख्न नसकेको।
4. विद्यार्थीहरूमा सूक्ष्म अवलोकन गरेर नक्साको रेखा कोर्ने धैर्यको कमी भएको।
5. यस विधिलाई विद्यार्थीले एक ऊञ्छटिलो विधिका रूपमा लिएको।
6. विद्यार्थीहरूमा नक्सा निर्माण गर्ने काम कठिन कार्य हो भन्ने भय रहेको।
7. विगतदेखि नै नक्सा निर्माण गर्ने ज्ञान, सीप र आदतको कमी रहेको।
8. उनीहरूमा नक्सा निर्माण गर्ने सीपमा उत्साह जगाउन नसकिएको।

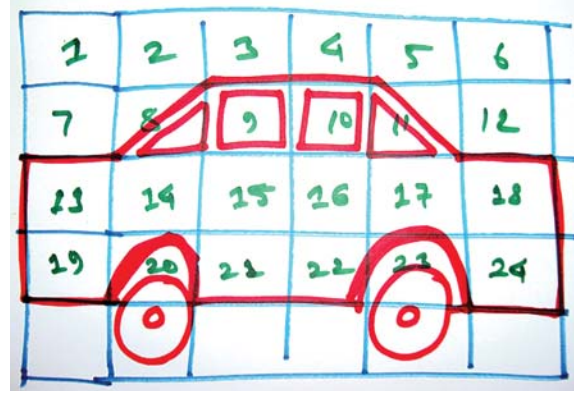
यसपछि वर्ग विधिबाट नेपालको नक्सा निर्माण शिक्षणलाई मैले नै उपयुक्त तरिकाले सहजीकरण गर्न नसकेको अनुभूति भयो। त्यसैले वर्ग विधिको प्रयोग गरी सहज रूपमा नेपालको नक्सा शिक्षण गर्ने परम्परागत तरिकामा के-कस्ता परिवर्तन गर्नुपर्ला भन्ने कुराको खोजी नै मेरो अध्ययनको मुख्य विषयवस्तु बन्न गएको हो।

चरणबद्ध प्रयास (Interventions)

क. पहिलो चक्र

१. योजना (Plan): मोटरकारको एउटा सरल चित्रलाई वर्ग विधिबाट उतार्ने अभ्यास गराउने।

२. कार्य (Action): पहिलो चरणमा मैले बोर्डमा मार्करले ६५ वर्ग भएको आयात बनाएँ। विद्यार्थीलाई पनि उक्त आयात आ-आफ्नो कापीमा पेन्सिलले सार्न लगाएँ। त्यसपछि उक्त आयातमा मैले नम्बर दिएँ र विद्यार्थीलाई पनि त्यसैगरी वर्ग कोठामा नम्बर दिन लगाएँ। उक्त आयातभित्र वर्ग कोठाहरूलाई समेट्दै मोटरकारको एउटा सरल चित्र कोरेँ। त्यसपछि मैले विद्यार्थीलाई कुन कुन वर्गबाट कसरी रेखाहरू गएर उक्त मोटरकारको चित्र बनेको छु, त्यसको राम्रोसित अवलोकन र पहिचान गर्न लगाएँ। त्यसपछि आ-आफ्नो कापीमा यसआधि बनाएको आयातमा त्यसैगरी नम्बर पहिल्याउँदै त्यस्तै मोटरकारको आकृति बनाउन लगाएँ। त्यसपछि बनेको कारको



आकृतिमाथि साइनपेन वा डटपेनले कोर्न लगाएँ र पेन्सिलले कोरिएको वर्गलाई इरेजरले मेटाउन लगाएँ।

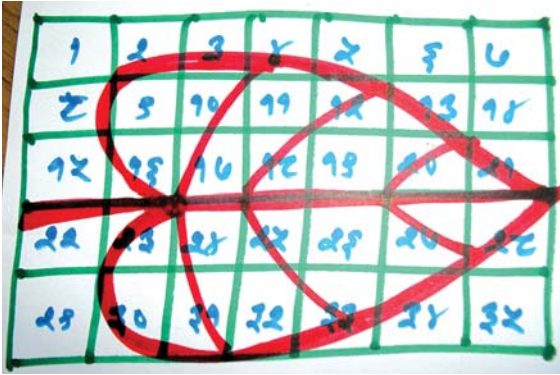
३. अवलोकन (Observation): वर्ग विधिको प्रयोग गरेर विद्यार्थीले मोटरकारको आकृति निर्माण गरेपछि कालोपाटीमा रहेको चित्र र विद्यार्थीले आ-आफ्नो अभ्यास पुस्तिकामा उतारेको कारको चित्रको आकार र प्रकार तुलना गर्न लगाएँ। त्यसपछि मैले विद्यार्थीहरूले अभ्यासपुस्तिकामा बनाएको मोटरकारको चित्र अवलोकन गरेँ। अधिकांश सबै विद्यार्थीले वर्ग विधिको प्रयोग गरी मोटरकारको चित्र उतारे। सबै विद्यार्थीले वर्गको नम्बरलाई पहिल्याउँदै पहिले बोर्डमा भएको मोटरकारको अगाडिको आयताकार भाग बनाए। त्यसपछि छानो र कारको वीचको मुख्य भाग बनाए। त्यसपछि चक्का रहेको वर्गको स्थान पहिल्याएर चक्काको भाग उतारे। यसरी वर्ग कोठाको ठीक विन्दु पहिल्याएर विद्यार्थीले कारको दुरुस्त आकृतिलाई सही रूपमा उतार्न सक्षम भए। यसरी उक्त मोटरकारको पूरा आकृति बनाउन विद्यार्थीलाई औसत ५ देखि ७ मिनेट जति समय लाग्यो।

४. प्रतिबिम्बन (Reflection): प्रायः सबै विद्यार्थीहरूको कापीमा बोर्डमा बनाइए जस्तै गरी कारको चित्र उतारेको देखियो। वर्ग विधिको प्रयोग गरी ५-७ मिनेटको छोटो समयमा नै कारको चित्र उतार्न सक्षम भएकोमा सबै विद्यार्थी खुशीले दंग भए। विद्यार्थीहरू आफूले बनाएको कारको चित्र साथीलाई देखाउँदै अनुभव साटासाट गरिरहेका थिए। यसरी पहिले सजिलो चित्रबाट सिक्न शुरू गराउनुपर्ने रहेछ, भनी विद्यार्थीले प्रतिक्रिया व्यक्त गरे। अब हामी अन्य नक्साहरूलाई पनि यसरी नै उतार्न सिक्नेछौं भनी आ-आफ्नो प्रतिबद्धता व्यक्त गरे। आउँदा दिनका कक्षाहरूमा यो विधिलाई निरन्तरता दिन सकिने रहेछ भन्ने निष्कर्षमा पुगेँ।

ख. दोस्रो चक्र

१. योजना (Plan): दोस्रो चरणमा मैले पहिलेको जस्तै तर अलिक फरक किसिमको अभ्यास गराउने/गर्ने योजना बनाएँ। यस चरणमा मैले वर्ग विधिबाट बक्ररेखाले बनेका सरल तर अलिक जटिल आकृति जस्तै फूल, पात, मानिसको आकार आदि उतार्ने अभ्यास गराउने निधो गरें।

२. कार्य (Action): फ्ल्यास कार्डमा यस्ता चित्रहरूको नमूना तयार गरी कक्षाकोठामा लगेँ। मैले ह्वाइट बोर्डमा मार्करले ७५ वर्ग भएको आयात बनाएँ। विद्यार्थीलाई पनि उक्त आयात आ-आफ्नो कापीमा सार्न लगाएँ। त्यसपछि उक्त आयातमा मैले नम्बर दिँएँ र विद्यार्थीलाई पनि त्यसैगरी वर्ग कोठामा नम्बर दिन लगाएँ। उक्त आयातभित्र वर्ग कोठाहरूलाई समेट्दै पहिले पात, फूल र त्यसपछि मानिसको सिन्के चित्रको आकृति कोरेँ। त्यसपछि मैले विद्यार्थीलाई कुन कुन वर्गबाट कसरी रेखाहरू गएर उक्त चित्रहरू बनेका छन्, तिनको राम्रोसित अवलोकन गर्न लगाएँ र आफ्नो कापीमा यसअघि बनाएको आयातमा पहिलो चरणमा गरेजस्तै गरी नम्बर पहिल्याउँदै त्यस्तै चित्रहरू उतार्ने अभ्यास गराएँ।



३. अवलोकन (Observation): यस पटक पनि विद्यार्थीले वर्ग विधिको प्रयोग गरेर पात, फूल र त्यसपछि मानिसको सिन्के चित्रको आकृति निर्माण गरे। पछि पुनः कालोपाटीमा रहेको चित्र र विद्यार्थीको अभ्यास पुस्तिकामा रहेको कारको चित्रको आकार र प्रकार तुलना गर्न लगाएँ। त्यसपछि मैले विद्यार्थीहरूले अभ्यास पुस्तिकामा बनाएका ती वस्तुहरूको चित्र अवलोकन गरेँ। अधिकांश सबै विद्यार्थीले वर्ग विधिको प्रयोग गरी ती वस्तुहरूको चित्र उतारेको पाएँ। सबै विद्यार्थीले वर्गको नम्बरलाई पहिल्याउँदै बोर्डमा भएको ती वस्तुहरूको चित्रले लिएको रेखा र वर्गको स्थान पहिल्याई ती आकृतिहरू सही रूपमा उतारेको पाएँ। यस पटक उक्त वस्तुहरूको एउटा चित्र बनाउन विद्यार्थीलाई औसत ७ मिनेट जति समय लागेको थियो।

४. प्रतिबिम्बन (Reflection): प्रायः सबै विद्यार्थीको कापीमा बोर्डमा बनाइए जस्तै कारको चित्र बनेको थियो। वर्ग विधिको प्रयोग गरी छोटो समयमा ती वस्तुहरूको चित्र उतार्न सक्षम भएकोमा सबै विद्यार्थी अरु बढी खुशी भएका थिए। विद्यार्थीले आफूले बनाएको कारको चित्र साथीलाई देखाउँदै अनुभव साटासाट गरिरहेका थिए। यसरी पहिले सजिलो र त्यसपछि क्रमशः कठिन चित्र प्रयोग गरी अभ्यास गर्नुपर्ने रहेछ भनी विद्यार्थीले आफ्नो प्रतिक्रिया व्यक्त गरे।

अब हामी यसरी नै नक्सा उतार्नेछौं भनी पुनः प्रतिबद्धता जनाए। पहिलो र दोस्रो चरणको क्रियात्मक अनुसन्धानको प्रयासबाट पाएको सफलताले मलाई तेस्रो चरणमा जाने हौसला प्राप्त भयो।

ग. तेस्रो चक्र

१. योजना (Plan): यस चरणमा मैले अलिक फरक किसिमको हस्तक्षेपकारी प्रयास (intervention) गर्ने यस्तो योजना बनाएँ: पहिले ट्रान्सपरेन्सी सीटमा नेपालको नक्सा फोटोकपी गर्ने र त्यसमाथि वर्गकोठा कोर्ने। हरेक वर्गकोठामा क्रमसित देब्रेबाट दाहिनेतिर १, २, ३ ... गर्दै नम्बर दिँदै जाने। त्यस्तै अर्को एउटा खाली ट्रान्सपरेन्सी सीटमा वर्गकोठा कोर्ने र पहिलेको नक्सामाथि कोरेको जस्तै गरी वर्गको नम्बर दिने। त्यसपछि ओएचपीबाट ट्रान्सपरेन्सी सीटमा कोरेको वर्ग र फोटोकपी गरिएको नक्सा एकैचोटी देखाउने। तयारी नक्सामाथि कोरिएको वर्गको नम्बरको सहारा लिँदै खाली ट्रान्सपरेन्सी सीटमा नक्सा निर्माण गर्ने तरिका ओएचपीबाट देखाएर बताउने।

२. कार्य (Action): मैले तेस्रो चरणको योजना बमोजिम ती दुवै प्रकारका सीटका एक-एक प्रति फोटोकपीहरू हरेक विद्यार्थीलाई वितरण गरेँ। उक्त दुवै सीटहरूलाई एकैचोटी ओएचपीमा देखाएँ। ती दुवै सीटमा नेपालको तयारी नक्सा र वर्गकोठा भएको खाली सीट अवलोकन गर्न लगाएँ। त्यसपछि विद्यार्थीलाई आफूसित भएका ती दुवै सीटहरूलाई डेस्कमा राख्न लगाएँ। तयारी नक्सामा सिमाना रेखा गएको वर्ग हेरी खाली सीटको वर्गमा विन्दु अंकित गर्न लगाएँ। यसैगरी क्रमसित नेपालको नक्साको वरिपरि सिमानाको सबै रेखाहरूको विन्दुलाई खाली सीटको वर्गमा अंकित गरिसकेपछि ती विन्दुहरू जोड्न लगाएँ।

३. अवलोकन (Observation): यसरी वर्ग विधिको प्रयोग गरेर विद्यार्थीले नेपालको नक्साको आकृति निर्माण गरेपछि पुनः ओएचपीमा रहेको चित्र र विद्यार्थीले उतार गरेको नेपालको नक्साको आकार र प्रकार तुलना गर्न लगाएँ। त्यसपछि मैले विद्यार्थीले खाली

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108
109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126
127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144
145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162
163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198
199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216
217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234
235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252
253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270
271	272																

कागजमा बनाएको नेपालको नक्सा अवलोकन गरेँ। विद्यार्थीले वर्गको नम्बरलाई पहिल्याउँदै नेपालको नक्साको सिमानाले वर्गमा लिएको रेखा र स्थान पहिल्याई ती आकृतिहरू वर्गको सही स्थानमा कोरे। यो विधिबाट अधिकांश विद्यार्थीले नेपालको नक्सा ठीकसित उतारे। यस विधिबाट नेपालको एउटा खाली नक्सा बनाउन विद्यार्थीलाई औसत २० मिनेट जति समय लाग्यो।

४. प्रतिबिम्बन (Reflection): प्रायः सबै विद्यार्थीले नेपालको नक्सा उतारेको देखियो। वर्ग विधिको प्रयोग गरी छोटो समयमा

नेपालको नक्सा उतार्न सक्षम भएकोमा सबै विद्यार्थी सन्तुष्ट भएको पाइयो। विद्यार्थी आफूले बनाएको नेपालको नक्सा साथीलाई देखाउँदै अनुभव साटासाट गरिरहेका थिए। यसरी वर्ग विधिबाट पहिले सजिलो र त्यसपछि क्रमशः कठिन चित्र प्रयोग गरी चित्र उतार्न सिकेपछि मात्र नेपालको पूर्ण आकृतिको नक्सा निर्माण अभ्यास गर्नुपर्ने रहेछ भनी विद्यार्थीले प्रतिक्रिया व्यक्त गरे। अब हामी यसरी नै अरू देशको पनि नक्सा उतार्न सिक्न सक्छौं भनी प्रतिबद्धता जनाए। विद्यार्थीले यसरी चरणबद्ध रूपमा वर्ग विधिबाट नेपालको नक्सा निर्माण गर्ने अभ्यास गर्न पाउँदा प्रसन्नता व्यक्त गरे। तर केही विद्यार्थीले भने यो रमाइलो तरिका रहेछ तर अलिक फर्कटिलो पनि रहेछ भनी प्रतिक्रिया दिए।

३. चौथो चक्र

१. **योजना (Plan):** यस चरणमा मैले यसअघिको भन्दा अलिक जटिल किसिमको हस्तक्षेप गर्ने योजना बनाएँ: विद्यार्थीलाई चार समूहमा विभाजन गर्ने। हरेक समूहलाई एक-एक वटा नेपालको नक्साको फोटोकपी र सादा न्युजप्रिन्ट पेपर दिने। साथमा पेन्सिल, इरेजर र साइजनेपन पनि दिने। नेपालको नक्साको फोटोकपीमाथि विद्यार्थीलाई नै वर्ग कोर्न लगाउने। अर्को खाली न्युजप्रिन्ट पेपरमा पनि विद्यार्थीलाई नै वर्ग बनाउन लगाउने र फोटोकपी नक्साको वर्ग हेरी न्युजप्रिन्ट पेपरमा नेपालको नक्सा उतार गर्न लगाउने।

२. **कार्य (Action):** यस चरणमा योजनाबमोजिम विद्यार्थी चार समूहमा विभाजित गरेर बसाएँ। हरेक समूहलाई एक-एक वटा नेपालको नक्साको फोटोकपी र सादा न्युजप्रिन्ट पेपर र अन्य सामग्री वितरण गर्ने। विद्यार्थीलाई योजनाबमोजिम निर्देशन दिएँ। मैले निर्देशन अनुसार विद्यार्थीले समूहमा नेपालको नक्साको फोटोकपीमाथि वर्ग कोरे। खाली न्युजप्रिन्ट पेपरमा वर्ग बनाए। फोटोकपी नक्साको वर्ग हेरेर विद्यार्थीले समूहमा रही न्युजप्रिन्ट पेपरमा चार वटा नेपालको नक्सा उतार गरे। फोटोकपीको सानो नक्सासित र विद्यार्थीले न्युजप्रिन्टमा उतारेको नेपालको ठूलो नक्साको आकार तुलना गर्न लगाएँ।

३. **अवलोकन (Observation):** यसरी नेपालको नक्सा निर्माण गरेपछि फोटोकपी र विद्यार्थीले न्युजप्रिन्टमा उतारेको नक्सा अवलोकन गर्ने। विद्यार्थीले समूहमा रही कार्य विभाजन गरेर नक्सा निर्माण गरे। यो विधिबाट चार वटै समूहका विद्यार्थीले नेपालको नक्सा ठीकसित उतारे। यस विधिबाट नेपालको एउटा खाली नक्सा बनाउन विद्यार्थीलाई औसत ३० मिनेट जति समय लाग्यो।

४. **प्रतिबिम्बन (Reflection):** समूहका सबै विद्यार्थी रुचिपूर्वक नक्सा निर्माणको समूह कार्यमा सहभागी भए। वर्ग विधिको प्रयोग गरेर सानो नक्सालाई ठूलो आकारमा उतार्न सक्षम भएकोमा विद्यार्थी दंग भए। उनीहरूले आफूले बनाएको नेपालको नक्सा साथीलाई देखाउँदै भित्तामा टाँसे। यसबाट वर्ग विधिबाट सानो नक्सालाई ठूलो सानो आकारमा पनि उतार्न सकिने रहेछ भन्ने अर्को एउटा नयाँ पाठ सिकेको कुरा व्यक्त गरे।

त्यसपछि मैले वर्ग विधिको सिर्जनात्मक प्रयोग सम्बन्धमा केही रोचक र रमाइला केही सुझाव (tips) हरू दिएँ। जस्तै: वर्ग कोर्न फर्कटबाट मुक्त हुन पहिले नै एउटा ट्रान्सपरेन्सी सीटमा पाना भरिने गरी नम्बरसहितको वर्गहरू (grid) बनाउने। उक्त सीटलाई नहल्लिने गरी उतार्नुपर्ने तयारी नक्सामाथि हल्का रूपमा टाँसेर राख्ने र आफूले वर्ग बनाएको खाली पानामा उक्त वर्ग हेर्दै नक्सा कोर्ने।

यसरी वर्ग विधिबाट भौगोलिक स्थानको मात्र होइन, आफ्नो वा कसैको तस्वीर वा कुनै पनि फोटोलाई कापीमा उतार्न सकिन्छ भनी केही उदाहरणहरू बोर्डमा बनाएर देखाएँ। विद्यार्थीले यो सुझावलाई औधी रुचाए।

प्राप्ति

माथिका अभ्यासहरूबाट अधिल्ला दुई वटा कक्षाहरूमा भन्दा पछिल्ला तीन वटा कक्षाहरूमा नक्सा निर्माणसम्बन्धी पाइएका कमजोरी, त्रुटि सङ्ख्या र वर्ग विधिबाट पनि नक्सा निर्माण गर्न जानिएन भनी प्रतिक्रिया व्यक्त गर्ने विद्यार्थीको सङ्ख्या क्रमशः घट्दै गएको पाएँ। नक्सामा कोरिएको वर्ग र खाली कागजमा कोरिएको वर्गको सम्बन्ध पहिचान गर्न सक्षम भए। विद्यार्थीमा मूल नक्साको सूक्ष्म अवलोकन गरेर वर्गमा नक्साको रेखा कोर्ने धैर्यको सीप विकास गरे। नक्सा निर्माण गर्ने यस विधिलाई विद्यार्थीले उपयोगी र रमाइलो विधिका रूपमा लिए। नक्सा निर्माण गर्ने सीपमा उत्साह र जाँगर पैदा गराउन सिकियो। वर्ग विधिको प्रयोग गरी नक्सा निर्माण गराउने क्रियाकलापले नक्साको आकार, सीमारेखाको अवस्थिति, नक्साको ढल्काइ, लम्बाइ र चौडाइको अनुपात, सीमा रेखाको खुम्च्याइ र फैलावटको अन्तर पहिचान गर्न र मनमा नक्साको अवधारणा बसाउन सजिलो हुने रहेछ भन्ने कुरा सिकियो। विद्यार्थीमा नक्सा निर्माणसम्बन्धी त्रुटिहरू क्रमशः घट्दै गएको पाएँ। नेपालको नक्सा मात्र होइन, कुनै पनि स्थानको नक्सालाई अर्को खाली कागजमा उतार गर्नका लागि वर्ग विधिलाई उपयोग गर्न सकिने रहेछ भन्ने पाठ विद्यार्थीले सिके। नक्सा शिक्षण गर्दा शिक्षकले एकपछि अर्को गरी नछुटाइकन निर्देशनहरू क्रमसित र प्रष्टसित दिन आवश्यक हुने रहेछ, पाठ पनि सिकियो।

निचोड

यस अध्ययनबाट मैले वर्ग विधिबाट नेपालको नक्सा निर्माण गर्ने एउटा रोचक र सरल विधि पत्ता लगाएँ। नक्सा शिक्षण सीपमा सुधार ल्याएँ। वर्ग विधिबाट नेपालको नक्सा निर्माणसम्बन्धी विषयवस्तुलाई निर्धक्क भएर शिक्षण गर्ने क्षमताको विकास भयो। यसबाट के गरी नेपालको नक्सा शिक्षण निर्माण पाठ विद्यार्थीलाई सरल तरिकाले शिक्षण गर्न सकिएला त भन्ने विषयमा मैले गरेको क्रियात्मक अनुसन्धान ठीक किसिमले अगाडि बढेको रहेछ भन्ने निष्कर्षमा पुगें। मैले गरेको प्रस्तुत अनुसन्धान हाललाई तेस्रो चरणमा अन्त्य गर्ने निधो गरेँ। क्रियात्मक अनुसन्धानको मुख्य अभिप्राय आफूले गर्ने कार्यमा सुधार ल्याउनु नै हो भन्ने मैले सिकेको पाठलाई यस अध्ययनले अझ मजबुत बनाएको महसूस भयो। यस अध्ययनबाट उजागर भएका सबल पक्षहरूको सही उपयोग भएमा त्यसको सकारात्मक प्रभाव शिक्षण-सिकाइ क्रियाकलापमा मात्र होइन, विद्यार्थीको सिकाइ-उपलब्धि परीक्षण तथा मूल्यांकनमा समेत पर्नेछ भन्ने मलाई लागेको छ। यसबाट हरेक वर्ष विद्यालयको वार्षिक परीक्षा तथा बोर्ड इन्जाममा सोधिने नेपालको नक्सा निर्माणसम्बन्धी प्रश्न हल गर्न विद्यार्थीलाई मद्दत गर्नेछ। यस किसिमको अध्ययनले त्यसता प्रश्नहरू कसरी हल गर्ने होला भन्ने विद्यार्थीको चिन्तालाई दूर गर्न र परीक्षामा नक्साको खाका कोर्ने प्रश्नको उत्तरमा हुने चोरी नियन्त्रण गर्न समेत मद्दत पुग्नेछ।

(पौड्याल शैक्षिक तालिम केन्द्र, काभ्रेपलाञ्चोकका प्रशिक्षक हुन्।)

क्रियात्मक अनुसन्धानः शिक्षकका प्रश्न र तिनको उत्तर

क्रियात्मक अनुसन्धान भनेको के हो ?

क्रियात्मक अनुसन्धान प्रक्रियाबद्ध रूपमा समस्या समाधानका उपायहरू कार्यान्वयन गरेर समस्या समाधान गर्ने र कार्यशैलीमा सुधार गर्ने यसबाट पेशागत क्षमताको विकास गर्ने अभ्यास हो। यो आफ्नो काममा सुधार नभएसम्म चरणबद्ध रूपमा दोहोर्याएर, तेहेर्याएर पेशाकर्मी आफैले गर्ने सकारात्मक हस्तक्षेपकारी प्रयत्न र प्रतिबिम्बात्मक अभ्यास हो। आफैले कार्य गरी हेरेर आफ्नो लागि चाहिने ज्ञान आफै निर्माण गर्ने विधि हो।

क्रियात्मक अनुसन्धान किन गरिन्छ ?

यो कुनै पनि व्यक्ति आफ्नो पेशामा आफू सफल हुन, पेशागत कार्यका क्रममा पाइने समस्या समाधान गर्न र अपेक्षित उपलब्धि हासिल गर्न कुनै पनि पेशाकर्मीबाट गरिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धान क-कसले कहाँ कहाँ गर्दछन् ?

यो कुनै पनि पेशाकर्मी आफ्नो कार्यक्षेत्रमा गर्दछन्। उदाहरणका लागि शिक्षकले कक्षाकोठामा, किसानले खेतमा, डाक्टरले अस्पतालमा, प्रशासकले कार्यालयमा, कालिगडले पाकघरमा यस्तो अध्ययन गर्ने गर्दछन्।

क्रियात्मक अनुसन्धान कुन कुन तहमा गरिन्छ ?

यो व्यक्तिगत, सामूहिक, विद्यालय, स्रोतकेन्द्र, जिल्ला आदि कुनै पनि तहमा गर्न सकिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानका प्रमुख चरण के के हुन् ?

यो योजना (Plan), कार्य (Act), अवलोकन (Observe) र प्रतिबिम्बन (Reflect) यसको हरेक चक्रका प्रमुख चरण (step) हरू हुन्।

क्रियात्मक अनुसन्धानको चक्र (Cycle) भनेको के हो ?

योजना, कार्य, अवलोकन र प्रतिबिम्बनहरूलाई एक पटक पूर्ण रूपमा कार्यान्वयन गरेपछि क्रियात्मक अनुसन्धानको एक चक्र (Cycle) पूरा हुन्छ। पहिलो चक्रका चार वटै चरणहरू सम्पन्न गर्दा पाइएका सबल पक्षलाई कायम राखी कमजोर पक्षलाई सुधार गर्न पुनः अर्को चक्रमा योजना बनाई कार्य, अवलोकन र प्रतिबिम्बन गरिन्छ। आफूले चाहेजस्तो सफलता हासिल नभएसम्म यो प्रक्रियालाई निरन्तरता दिइन्छ। यसैलाई क्रियात्मक अनुसन्धानको चक्र भनिएको हो।

क्रियात्मक अनुसन्धानमा योजना (Plan) कसरी गरिन्छ ?

सर्वप्रथम समस्याको पहिचान गरेर त्यसलाई पुष्ट्याई गरिन्छ। अनि समस्याका कारण र त्यसलाई समाधान गर्न उपयोग गर्न सकिने मुख्य र सहायक समस्या समाधानको उपायहरू (intervention) अनुमान गरिन्छ। त्यसपछि उक्त सबै पक्षलाई समेटी अध्ययनको साधन (tool) र खाका (design) सहितको प्रस्ताव विकास गरिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानमा कार्य (Act) कसरी गरिन्छ ?

सर्वप्रथम समस्यालाई समाधान गर्न पेशाकर्मी वास्तविक कार्य थलोमा जान्छन्। अनि योजनामा उल्लेख भए अनुसार समस्या समाधानको उपायहरू कार्यान्वयन गरिन्छ। आवश्यक सुधारात्मक कार्यहरू गरिन्छ। समस्या समाधान गर्ने रणनीतिहरू समावेश गरिन्छ। आफू सक्रिय भई अरूलाई पनि सक्रिय बनाइन्छ। अनि समालोचनात्मक चिन्तन गर्दै कामलाई अगाडि बढाइन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानमा अवलोकन (Observe) कसरी गरिन्छ ?

हरेक क्रियाकलापलाई गहिरो गरी हेरेर त्यसको अभिलेख (जस्तै: डायरी, फोटो, ध्वनि, भिडियो, फारम, उत्तर आदिको) राख्ने काम गरिन्छ। सिकाइ व्यवहारमा आएको परिवर्तनलाई रुजु गरिन्छ। रत्रिक्सको प्रयोग गरेर सिकाइ व्यवहारको श्रेणी मापन गरिन्छ। मुख्य र सहायक प्रयत्नहरू (intervention) शुरू गर्नुअघि र परिवर्तित अवस्थामा आएको सुधार र प्रगतिको अवस्था तुलना गरी हेरिन्छ। त्यस क्रममा सम्बद्ध सबै पक्षसित समालोचनात्मक छलफल र अन्तरक्रिया गरिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानमा प्रतिबिम्बन (Reflect) कसरी गरिन्छ ?

हरेक चक्रको अन्त्यमा सुधार र उपलब्धिबारे कुराकानी गरिन्छ। फोटो, अभिलेख आदिको अध्ययन, विश्लेषण गरिन्छ। आत्मप्रतिबिम्बन गरिन्छ। सबल र कमजोर पक्ष पहिचान गरिन्छ। एक ठोस निष्कर्षमा पुगी सबल पक्षलाई कायम राखी कमजोर पक्षलाई सुधार गर्ने पुनः कार्ययोजनासहितको



बाबुराम विश्वकर्मा

काभ्रेको शिखर अम्बोटेस्थित लक्ष्मीनारायण उमाविका शिक्षक १५ माघ २०६५ मा एक्सन रिसर्च सम्बन्धी प्रश्नको जवाफ लेख्दै।

क्रियात्मक अनुसन्धान

प्रतिवेदन विकास गरिन्छ। अनुभव प्रदान, तुलना, सैद्धान्तीकरण गरेर, व्याख्या गरेर, कार्ययोजना बनाएर, प्रतिवेदन बनाएर, प्रबोधीकरण गरेर प्रतिविम्बन गर्न सकिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धान केका लागि गरिन्छ ?

क्रियात्मक अनुसन्धान अरूको कमजोरी वा आक्षेपलाई प्रमाणित गर्न (to prove) का लागि होइन, आफूलाई सुधार गर्न (to improve) का लागि गरिन्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानले के कुरामा जोड दिन्छ ?

यसले पेशाकमीले गरेका कार्यमा, गरेका कार्यको बारेमा र आगामी दिनमा गरिने कार्ययोजनाका बारेमा जोड दिन्छ। यसमा हावादाारी गफ र प्रचारको कुनै स्थान हुँदैन।

क्रियात्मक अनुसन्धानको बारेमा सुनेपछि कतै कतै भन्ने गरिन्छ: “ए, मैले त जीवनमा यस्ता क्रियात्मक अनुसन्धानहरू धेरै गरेको रहेछु। त्यही प्रतिवेदन नलेखेको त हो नि।” के यस्तो प्रतिक्रियालाई क्रियात्मक अनुसन्धान भन्न सकिन्छ ?

क्रियात्मक अनुसन्धान हुनको लागि कार्यथलोको कुनै समस्या समाधान हुने, पेशागत सुधार हुने, सकारात्मक परिवर्तन ल्याउने आदि जस्ता अभिप्रायले गरिएको योजनाबद्ध र चरणबद्ध प्रयास हुन आवश्यक हुन्छ। यस किसिमको प्रयासबाट प्राप्त नतिजालाई कुनै न कुनै व्यवस्थित स्वरूप (जस्तै: कथा, प्रतिवेदन, फिल्म,

साहित्यिक विधा आदि) मार्फत नयाँ ज्ञानको रूपमा प्रतिविम्बन आवश्यक हुन्छ। Action without reflection is not Action Research.

क्रियात्मक अनुसन्धानको वैधताको स्तर कस्तो हुन्छ ?

यो स्थानीयस्तरमा गरिने प्रतिविम्बात्मक अभ्यास हो। त्यसैले यसबाट हासिल भएको ज्ञान सामान्यीकरण गर्न सकिदैन। यसबाट प्राप्त निष्कर्ष अन्य कार्यक्षेत्रका लागि उपयुक्त र सुनिश्चित नहुन सक्छ।

क्रियात्मक अनुसन्धानको प्रतिवेदन कस्तो खाकामा लेखिन्छ ?

क्रियात्मक अनुसन्धान प्रतिवेदनको कुनै निश्चित खाका हुँदैन। यस्तो अनुसन्धानको प्रतिवेदन प्रतिविम्बात्मक अभ्यास फलिकने सफलताको कथाका रूपमा व्यक्त गरेर वा योजना, कार्य, अवलोकन र प्रतिविम्बन उपशीर्षक अन्तर्गत समेटेर तयार गर्न सकिन्छ। त्यस्तै प्राज्ञिक अनुसन्धानको खाकामा पनि प्रतिवेदन विकास गर्न सकिन्छ। मूल कुरा के हो भने समस्या समाधान गर्नका लागि पुरानो शैलीमाथि चक्रीय रूपमा हस्तक्षेप गरिएको कुरा प्रतिवेदनमा प्रतिविम्बित हुन आवश्यक छ।

प्रस्तुति: अनन्तकुमार पौड्याल

Our Book Series for School Level and College Level

1. Unique's Mathematics Series
2. Unique's Science Book Series
3. Unique's Science, Health & Physical 1 - 5
4. Unique's English Book & Work Book Series
5. Unique's English Grammar Series
6. युनिक रचनात्मक नेपाली वाणी
7. युनिक रचनात्मक नेपाली व्याकरण
8. Unique's Social Studies Series
9. Unique's Population & Environment
10. Unique's Computer Science Series
11. Unique's Health and Physical Series
12. Unique's GK and IQ Test Series
13. Unique's Moral Science Series
14. Unique's English Conversation Series
15. Unique's Optional Mathematics Series
16. Unique's Office Practice and Accountancy Series
17. Unique's Art and Activities Series
18. Unique's Cursive Writing Series
19. Unique's Nursery Series
20. Higher Secondary Level Economic (English/Nepali Medium) for XI & XII
21. Higher Secondary Level (Basic) Mathematics for XI & XII
22. Higher Secondary Level Business Mathematics XII
23. Higher Secondary Level Business Studies
24. HRM (Human Resources Management) for BBS/BBA



UNIQUE EDUCATIONAL PUBLISHERS PVT. LTD.

Chabahil, Kathmandu, Nepal
4488517, 4488518



Izlfsm ; fgf afhlsf 7hf cg; Gwftf

Izlfsh hlf klg cg; Gwfg u5f; hlxn] klg u5f; t/ xdf] ; d:of xf] lgoda4
(systematic) gxg]. sf/of / c; /sf] ; DaGwnf0{ kdfloft ug{ghfg]. oxl s/f h; n]
hfgof] To] cg; Gwftf afg; h; n] hfgg, To; n] cg; Gwfgnf0{ csf] k] f 7fgof; xdf]
cYofnf0{ cjdllog uYof; c; s} s'/fnf0{ 7hf] 7fgof;.

if8bzg;sf cg; Gwfg

Gofobzgn]r] / cx+(sense and self) sf]cg; Gwfg uYof].
kdfloft uYof] tfls (logical) xg; . ; % (intuitive) xf]. of]
cWloogn]JolQmfn0{axddf klg]af6f}(way to transcendental
self) bYof]. r]gfnf0{sf/of / c; / (cause and relation)
sf] glthf eGof]. j:t' (object) df lrgtg xG5 eGg] s/f
:yflkt uYof]. JolQmsf]cx+(1) nfo{kB/f]kfbg (reproduction)
sf]; hf lbof]. Toxl kb/f]kfbgnf0{lgoGqs ; fljt uYof]. axd
r]g (cosmic conscience) / hut j:talrsf] cGt/; DaGw
bYof]. cg; Gwfgsf] zAbdf hut (physics) / cfdfsf]
; DaGwdf ts{kofu xG5 eGg] kdfloft uYof]. o; cydf
tfls lj 1fgsf] afu u/fof]. clxn]dfs; sf]lj rf/nf0{lj 1fg
dfGg] al4h:tf].

j]zlf]sf] OZj/nf0{cbZ0 7fgof]. j:t'hf0{bZojfg .
; #/nf0{cYofg] j:t'. cyf\j:t' / OZj/ bj]k-rtlj
xg\eg] s/f ; fljt uYof]. cYofg] (interpret) ug]jf
ul/g] sf/ofn] ubf]axhtf (plural realities) :jlsYof]. o;
qmdf cWloog lj lw agof-k]olf (perception) . bf] fl]lw
hfBdf] n]us (inference) . t] fl]d]t (remembrance) .
rfy] cfi]fg (intuitive knowledge) . o; }qmdf j]zlf]sf]
; Defjgf bYof]. 8]8fsf] lj sNk (deconstruction) .
lj rf/sf]lgifw-dfs; sf]kfljfb . clg cg; Gwfgsf]zAbfj nldf
elgbof]kSsf 1fg vfh; ; zoxlg . lj koXlg -cgy{gePsf] .
clgOf6xlG (indefinite cognition) .

fVon] aYsf] cl:tj lrgfof]. kS[t / k?ifsf] . hlj
/ hutsf]. clg elgbof] hGdsf] qmd 5 . d[osf] qmd 5 .
ds}f] la?jf h:tf]. To; sf] hGd 5 . d[0' 5 . qmdf
bljG5 . csf]qmdf lj no xG5 . o; cydf :yflkt lg/Gt/tf
(phenomenon) . oxl lg/Gt/tfd; DaGw xG5 . 1fg xG5 .
1p (subject to be known) xG5 . 1fg hGdfpg]klqmf xG5 .
dg, al4 / cxsf/n]k]t 1fgnf0{c; / kfg; S5 . To; h]kdfof

vffof]InvT (scriptural testimony) . clxn]sf]zAbfj nldf k] {
cWloogsf]; dliff (literature review) . cWloogsf]pkn]Awnf0{
b0{sf]6df afBdf; lj sNk . lglj sNk . hut 1fg ; lj sNksf]
1fg xf]. axd 1fg lglj sNksf] 1fg .

ofun] axd / hutsf]; DaGw bW / gfgl h:tf] a'of].
zS/frfof]zAbdf ; jG axd . t/lst l; sfof-ofu . a4sf]
lj kZogf h:tf]. tYofs ; sng cfm] uYof]. cyf\ d k-rtlj
xF. k-rtlj sf]gdGf (sample) d}xF. ksfz k]ko j:t' xf].
lj e" . ; ahf0{lrgg]. lrgfpg]. vffhg]j:t' .

k] { dldf+fn] lsg dfgj eP/ cfof} egl kZg uYof].
cg; GwfgTds kZg . pQ/ klxNofof]h]af6 a%]klg eof]. xft
lsg <cfv lsg <z/l/ lsg <; ahfB]hlj lsg <o; cydf
Ps cg\$ xf]. cg\$ Ps xf] (polytheist to theist and vice
versa) . o; / l h]dgl] thgf lbP . cg; Gwfgsf] zAbfj nldf
lgolGt (control) / k/lift (experimental) ; dxsf]thgf .
wflD\$ zAbdf hlj / hutsf] thgf . kdfof vffof]InvT
(object) . InvtkZrftsf] cgelt (self-illumination) .
k]t]tsf]zhl ; %of; kstf (analogical) .

pQ/dldf+fn]Ps OZj/ tlg ; To sfod uYof]. Ps sfGg .
Ps j:t' . Ps ; DaGw . ol tlg j6fsf]cGt/; DaGwdf sf/of /
C; / (causality) vffof]. uofgTds (quantitative/positivist)
cWloogsf]zAbdf j] flgStf . Toxl; zoj flbt (skepticism)
vffof]. ; GbZ . cg; Gwfgsf] zAbfj nldf cGt/ (gap/gray
area) . clg cg; Gwfg 6lug]cj:yf bYof]. cj b . cGt/lj/f]wsf]
cGto (end of contradictions) . o; / l pQ/dldf+fn]j] flgs
; To (empirical truth) ; fljt uYof]. k/f 1fg 5 . ck/f 1fg
5 . lj Bf 5 . clj Bf 5 . dfof 5 . axd 5 . To] 1p 5 .

klZrdfs cg; Gwfg

slnE/xG uofgTds cWloogd]nfu]. Itgn]tYofs (number)
vfh]. j] flgs lj lw vfh]. hglha]df lglZrt kg/fj [Q

(reoccurrence of the same result) . cyff{Voglx; n}JolQmfo{ j :t' (object) 7fg]. lgiklf abf j :tsf]cfd1fg (subjectivity) kQf nfu5 eGg]ljZjf; u/] . o; }k]klqmfut (validity) sf] kZg NofP . ljZj ; glotf (reliability) sf]k] u p7fP . o; /l cg; Gwfgsf]kofe aGof]-7hf]gdYf (sample) . lglZrt lj lw . lglZrt k]tit (presentation) sf] v]sf (format) . o; /l xhf]slnE/x; lgZrojfb (determinist) eP . dFs; {h:tf . hxfFklg cflye s/f bVg]. kntsf]h:tf . hxfFklg zIQm bVg]. zS/rfo{h:tf . hxfFklg aXd bVg].

cyff]fbl (interpretationists) n]j :t' uof 7fg]. j :tpk/sf] cfdut a%ofnfo{kdv 7fg]. of]sYofs (narratives/data-text) v]f]g]x; n]j :t' j :tpk/sf]a%o / a'g]sf]; DaGw v]f]h]. cg; Gwfgsf]zAbf] nldf uoffids (qualitative/interpretive) . uof v]f]g]. uofgf]dsn] h:tf] dfqf gv]f]g]. To; }k] logn] j :t' a'g] rZdf (theory) v]f]h]. gf/ljfb Pp6f rZdf xf]. gf/l]sf]cfv]df ; #/ a'g]. cg; Gwfglo efiffdf gf/l aXdf08 (woman cosmology) leqsf s/f v]f]g]. t] f]Inu (queer theory) csf]rZdf xf]. o:tf cg\$g\ rZdfx; 5g\ r]lZds ; Totf (loaded truth) v]f]g]x; .

d]h]dnfk (qual-quant/quant-qual) clxn]sf]a%o xf]. cS v]f]g]h]cfdut s/f a%o . cfdut s/f af\$g]h]cSlo ; To a%o . o; cydf b] }k]cf]gf] ; fdYo{a%o} . xfdl ckOf{ 5f} . kOf]f v]f]5f} . j }sf] k]s[ts lj 1fgl zAbdf kOf]f kOf]db+ .

lzlfssf cg; Gwfg

xfdl lzlfSX; tYofs (data) df ; T5f}. tYofs]d}v]5f}. sYofs (data text) df /D5f}. t/ lrGb}f}. kVof]l zAbdf hl]n]k/dfdf glrg]h:tf]. lj 1fgsf]zAbdf ZGo (void)af6 cfpgh]pbud:yfg ghfg]h:tf]. xfdl cgelt a6N5f} k]ofelt (reflect) u5f}. To]k]ofelt g}cg; Gwfg lj lw (reflective approach to research /reflective methodology) xf] eGg hfGb}f}. xfdl cf'gf syf ; g]pg pBt xG5f}. cg; Gwfgsf] zAbdf lj zb JofVof (narratives) . t/ of]ljzb JofVofaf6 ; f/ (gist) lgsf]g hfGb}f}. o; cydf JofVof u5f}. r'f] s/f (thesis) agfpg hfGb}f}.

xfdf af]f]g]efiffn]eG5 xfdl slff-sf]fsf s/f u5f}. :sh xftsf]s/f u5f}. /fhglts bnsf s/f u5f}. t/ tl s'/nf0{ bz}sf zAbf]nldf ; fdf]hs aXdf08 (social cosmology) eGg ; Sb}f}. lko/]afB6sf]zAbdf lfg (field) eGg hfGb}f}. xfdl lg/Gt/ Pp6} s/f u5f}. kZfsf . /fhgltsf . 3/ l5d\$sf . log]ljwdf xfdl lhGbul uh5f}. t/ To; nf0{lko/] afB6h]eg]c]j:ylt (habitus) egl lrgfpg hfGb}f}. xfdl cg\$g\ljZjf; x; 5g\ afnaf]nsfsf cu]l8 wd]kf ub}f}. dWokf ub}f}. lj k/Lt Inu; E OCl/P/ af]f]b}f}. cg; Gwfgsf zAbdf dNo dfGof (axiology) Toxl xf]eGg hfGb}f}. xfdln] lj Bfyl\$f gfn]a]h a6N5f}. pghf0{ ; fV} . pgsf l5d\$lnf0{ ; fV} . cj n]f\$g u/] . pgs}; fyl; E enfs; f/l u/} . To; nf0{ xfdl cWooGsf]klqmf (ontology) eGg hfGb}f}.

xfdl lj Bfyl\$f]df]vs Inv]t /V5f}. d]h]a%o]7ls eof]

hdf klg cg; Gwfg u/f}. lj Bfyl\$f] a; f0 / z]f]fs pkn]Awdf . lzlfssf] k]tit / lj Bfyl\$f]c\$gdf . lzlfssf] b]6sf}f / lj Bfyl\$f]l; hGzLntfdf . kZg agfpg]z]h] n]y} Psn kZg . ; lwf kZg . lj lwdf eg} h]u/]l5 klg 58\$]hf ug]. o:tf hfFn]; To klxNofpg d2t u5g\ slxn]Psn ; To lbG5g\ slxn]ax; To lbG5g\ cyff\ b0{1; 4fGtn]xhf{b0{leGg al4 cfpG] klg xG5 .

ls ePg egl p; }E ; fV5f}. cg; Gwfgsf]zAbdf ; DalGwt JolQm; E]sf]; fV]k5 (member checking) eGg hfGb}f}. xfdl tYo kOf nufpg s; nf0{ ; fV]g]eGg]hfGb5f}. geP s; }f6 kOf nufp5f}. cg; Gwfgl af]h]df lxpE]f] es08f] (snow balling) agfpg5f}. o; /l xhf] xfdl cg; Gwftf /x5f}. t/ lgoda4 ; kdf eGg ghfGg]x; .

dfGofsf cg; Gwfg

d]h]lxhf]o; /l k9fPF. ; ft jifE13 o; /l k9fpy}. d]f] lzlf0f z]h]df s]l kn]abn eof]ls <lsG x]f]f <s; /l kn]abn ug] <ol cg; Gwfgsf kZg (research question) xg\ cWooGsf]9fFf (research design) xf]uoffids cWooG (qualitative research) . To; df klg d]h]cfk]nf0{kfg agfPF. o; cydf d k]ofelt]hGo (reflective research) cg; Gwftf ePF. d]f]cWooGn]dnf0{gZf:ql (auto-ethnographer) agfof]. cWooGsf]z]h]n]cfdj Q]Gt]fnf gZf:ql (auto ethnographer) . d]f]tYof]x; xg\ d]f]cgelt]sf kfgfx; . 8fo/l xfhfg\ ; D%gfs af]x; xfhfg\ d]f]cWooGsf pQ/bftf xg\ t]f]sn]g lj Bfyl}. Itgsf cleef]s . clxn]sf lj Bfyl}. clxn]sf cleef]s . o; /l d]h]d]f]lzlf0nf0{xhf{cfk]nf0{lrg} lxf]efif0f (lecture) u/}k9fPF. cfh ; fdu] klg b]y]PF. ca e]f]h]s] ug]t <d]f]kZgn]dnf0{kGm csf]cg; Gwfg]ds kZg lbof]. rqn]o kZg (cyclic question) . of]rqn]o kZgn]dnf0{kGm of]hgf (re planning) df ws]f]of]. cg; Gwfg]ds kZg agfpgdf . d]h]olsG u/} eD0faf6 k9fp5 . x5{s] xG5 . d]f]lqmf]snfk eof] eD0fsf]cf]of]hgf . cg; Gwfgsf]zAbdf cf]f]w (treatment) . eD0fsf]n]y} n]y]fpg]. eD0f kZrft\lj Bfyl]nf0{k]t' ug{ nufpg]. clg kGm lj Bfyl\$f] k]lt ; dliff ug]. o; /l d; E tlG j6f t/l]sf eP . e]f]of]sf] t/l]sf . ; fdu] kOf]usf]t/l]sf . eD0fsf]t/l]sf . t]f]t/l]sf]l5 csf]al4 cfof]s}fn]sg t/l]sf]n]l; Sg]x5g\<s}fn]sg t/l]sf]n]l<ol b0{kZgn]kGm d]f]cg; Gwfg rqn]lg/Gt/tf kfof]. o; cydf d nflu/x}.

lzlf s hđf klg cg; Gwfg u5f; hlxn] klg u5f; slxn] sg v;af/ldf s] km5 eg; . slxn] sg afnaflnsf] a9l c; Nofp5 eg; < slxn] sg afnaflnsf] lj Bfno 5f; eg; < slxn] sg lj lwn] k9fp; s: tf] afnaflnsf] a9l hf65 eg; < t/ xfd; : d: of x] lgoda4 (systematic) gxg; . qmda4 gxg; . sf/Of / c; /sf; ; DaGw (causal relation) nfo{ kdfloft ug{ghfg; . h; n] hfGof; To] cg; Gwftf aGof; h; n] hfG; . To; n] cg; Gwfgnf0{ cs; k] f 7fGof; . xfd; cYof0 (interpretation) nfo{cj dNog (devaluation) u;of; . c; s; s'/fnf0{7hf] 7fGof; .

ug] sfd

d;] cg;sg\6qmx; n;] . klxn] 6qmfdf kVof; al4df cg; Gwfg v;] . v;]Psf] a[4 j;] x] . j; l;G; k] f x; . : j; fe] s lj 1fg (natural science) x] . dxlf{dx;sf] kf/nf]ss Wofg (transcendental meditation) sf j;sfntstf{ To; }eG5g\ l;gsf] Idg; cf;f IrDnP/ cfk; x/cf; . eG; Wofg xG5 . ubf{cg;et xG5 . b;v;f k;lt xG5 . To] ; a;f0{xG5 . wd{lj z;nf0{xG5 . bf] 6qmfdf IrG; kmf; eg; . xDol;6s lj b;zl gfd x] . e;]s;fbln] : j;sf; . klZrdf c;]of;f]bln] c;]s/ u;/s; . l;sg; . x; b;] t; x; xDol;6s pgsf] ; To v;]g]t/l;sf x] . j;]s; ; To v;]g] j;]s xDol;6s eg; xG5 . xDol;6sn j; eg; xG5 . cyf; kVof; 1fgaf6 cg; Gwgsf a; v;]g] . h:tf] ; To x] . hut ldYof ; of] j;fSon] z;f;f; b;] lrgp5 . pkl;f; zAbdf hlj / hutsf; ; DaGw lrgp5 . To; ; k;Zg x] s] v;]g] < a; < hut < a; v;]g] lj ifout (subjective) cg; Gwfg . hut v;]g] j; : tut (objective) cg; Gwfg . j; : t' / hutsf] c; / ; DaGw (relational) cg; Gwfg . t;] klZrdf;sf] IrG;nf0{xfd;] al4df hf;eg; . cg; Gwfg ug; aXo t/l;sf n;] . ; To; (Multiple truths) : j;sf; hutsf] a[4 . Pp6] : thf0{axlj 1n] cYof;] t/l;sf . kVof; zAbdf- Ps; ; Tonf0{lj 1n] lj ljw cyf; eG5g\eg; j;]sf] lg/Gt/tf . o; . cyf; lzlf; x; ; To . afnaflnsf] x; ; To . Itgsf cleef;sn] x; ; To . clg cg;sg ; To leqaf6 lgrf; (gist) lgsf] t/l;sf . cg; Gwgsf] zAbj; ndf lgrf; (conclusion) .

r;f] 6qmfdf eg; lgrf;sf] sfof; og u/f; . k;] c;] cfk; lgrf; ck;P . pgsf] lj lw c;Gt/dVl (inner approach to research) /Xof] . klZrdfn] ; d; v;]sf] cg; Gwfgl zAbj; ndf c;of;tl/s (emic) . o; . cyf; xfd; lzlf;sf] sfd x; ul/Psf cg; Gwfgnf0{kg;] f/ ug; . To; df b;]Psf] Psn 36gqmd (phenomenon) nfo{cg;et ug; . l;hf] s] u/; < cfh s] u5{ < l;hf] / cfhsf] ; DaGw . e;]ndf s; / l; b;]p5 < cg; Gwfg of; lj ifosf] 5g;df . lj lwsf] klxrf; . k;]t; . k;]g (implication) df .

k;f; 6qmfdf eg; hđf klg cg; Gwfg u/f; . lj Bfyl;]a; f0 / z;]fs pkn;awdf . lzlf;sf] k;]t; / lj Bfyl;] c;sgdf . lzlf;sf] b;]sf / lj Bfyl;] l; h;Zlntdf . k;Zg agfpg]

z;] n;] Psn k;Zg . ; lwf k;Zg . lj lwdf eg; h] u/; k;5 klg 58;] hfF (verification) ug; . lj lwdf 58;] hfF . ; fwg (tools) df 58;] hfF . pQ/bf;sf] hjf;mf 58;] hfF . l; 4f;tdf 58;] hfF . cYof;df 58;] hfF . o:tf hf;X; . ; To klxNofpg d2t u5; \ slxn] Psn ; To lbG5g\ cyf; \ Pp6] pQ/ cf; . slxn] ax; ; To lbG5g\ cyf; \ b0{1; 4f;tn] x; {b0{leG al4 cfpg] klg xG5 . Psn al4 x; klg ; S5 . h:tf] kf/nf]ss Wofgn] / Qm k;]f; (blood pressure) 36; . l; bdf; ; f; a9; . r;]gsf] : t/ lj : tf/ t xG5 . j;] l;gs k/llf; u/; x; {Tox; x; ; S5 . gxg; ; S5 .

lh; / u/; lzlf;sf] b:tf;]nt gePsf cg; Gwftf (non documented researcher) x; . clxn;sf e;]s;fbls] nflu j; / pkl;f;sf] 1fg h:tf] . e;]s; / k;]s[ts lj 1fg (natura. science) alr c;Gt; ; DaGw v;]g] ; lk ghfg;sf; . j; / pkl;f; k;]s[ts lj 1fgsf dG / lj : tf/s x; \ egl ga;sf; . ; j; e;]s; v;]f; . e;]f;df ga;sf; . o; . cyf; et a;sf; . c;]df ga;sf; . et / c;]dfsf] ; DaGw yxf; gk;Psf; . cs;] zAbdf eG; x;df; rfnl; f ; g;f;] u? gk;Psf; . cyf; \ k;]of;et ubf{cg; Gwfg : j; t; xG5 eG; rfnl; f . lj Bfyl;] Itgsf cleef; s, lzlf; / ; /sf/ l; c;]w;f; ; j; f;f;f; ubf{tYof; ; sng e0; Sof; eG;] rfnl; f . Pscsf; pQ/ le8fp; tYof;sf] lj Zj ; gl;f (reliability) u;/sf 5;f; egl;bg] rfnl; f . d;]vs ; g;f; k;]t;sf cg;sg t/l;sf ck;f; / egl;bg] rfnl; f . cw;f; k;Zgsf pQ/ v;]f; sf;f; cg; Gwfg (action research) ug{nf;f;eG;] rfnl; f . k;]o; j;f;] lzlf;f; c;]sf c;]w;f;df abn;Psf] z;]nf0; ; f;sf] abn;] (paradigm shift) x] eG; rfnl; f . k;]o; lzlf;sn] u;/sf] s;df; cg; Gwgsf] b;] 5 egl v;]f;pg] rfnl; f . r;f; : 306] / ;of; 6;]h;eg; d;f;on / c;gnf0; ;]sf] v;]f; ul//x;sf lzlf;snf0{pQ/ x;] x;df; rfnl; f .

xfdf] tfut

lzlf; hf;sf cg; Gwftf x; . cgh;sf cg; Gwftf x; . l;sg; . Gof; b;]g; ; %f;P; xfd;] sf/Of / c; / v;]sf 5; . c;Gt; ; DaGwsf] cg; Gwfg u;/sf 5; . gl;f lj Zn;f; u;/sf 5; . j; z;]f;sf] eg; ax;t; lrg;sf 5; . Itgaf6 lj snk lgsf;sf 5; . f;on] eg; w;f; a;sf 5; . lg/Gt/tf (phenomenon) klxNof;sf 5; . of;]sf] zAbdf cfk; pQ/ v;]sf 5; . k;] d;f;f;] JoStof;] thg; u;/sf 5; . ;kstf (analogy) sf] k;]f; u;/sf 5; . pQ/d;f;f;] %; ; z;f;f; (skepticism) l;sf / x;sf; . k/llf; j;] l;gstf (empirical science) k;]f; u/ ; To h;G;f; / x;sf; . klZrd; cg; Gwftn] eg;] ifout Pj ; : tut (subjective and objective) ; To v;]sf 5; . cyf;] fbln] %; Jo;Qm ; df; j; ; dx;sf] j; Q;Gt (narrative) Nof;sf 5; . Itgn] ; %f;P; slxn] tYof;sf] s/f u5f; . slxn] sYof;sf] s/f u5f; . slxn] c;Gt; ; DaGwsf] rrf{ u5f; . o; . cyf; uof;f;ds / uof;f;ds cg; Gwfgdf u;f; n;Psf 5; . cyf; \ xfd;] cg; Gwfglo tfut 5 . cfk; g;f;f;] df;] x] . v;]f; .

; /sf/ klg dlt of / Ū

tna}eG nfh nllg]/sddf blgs nfvf}306L k9f0/x\$ lzl fssx; ; /sf/L pk] ffsf sf/Of
> dzf] fof sf] lzsf/ ePsf 5g\ lzlf dGqnon] b/aGbl / /fxt afx\$ sf lzlf snf0{GoGtd
tna Joj :yf gu/} cfkmg] nfu" u/\$f] lzlf sssf] GoGtd tna :sh] sf] pln3g u/\$f] 5 .
o; af6 GoG tna wf/L lzlf sssf] eljio hf] vddf k/\$f] 5 .

■ afa/fd lj Zj sdf{

@^* ; fpg ! utD]V ; /sf/n] kflj
t[lo >0] fssf lzlf sssf] tna ?
!#,^%), lgdflj t[losf] ?=!\$, \$*) /
df]j t[losf] ?=!*.&() lgw f] of u/\$f]
5 . sfgGtm lzlf sssf] tna sf] GoGtd
dfkb08 oxl xf] / o; }tnadfg cg; f/
; /sf/n]; /sf/L lj Bfnosf s/la ! nfv
& xhf/ ; yfol / c: yfol b/aGblsf tyf
/fxt sf] fssf nueu # (xhf/ lzlf snf0{
j ifdf !# dxlgfsf] tna v] fp5 .

t/, b/aGbl / /fxt afx\$ lghl
:sh / ; fj klg s l j Bfnodf sfo{t ; jf
nfveGof a9L lzlf s eg]; /sf/n] t[\$ \$ f]
GoGtd tnaaf6 w} }tn 5g\ dh\$sf
afnafn snf0{ ; dfhdf / x\$ f] z] f] of /
Gofok{ ; dfh lgd] f] sf af/df k9fpg]
clwsfz lzlf s x; cfkmg] > d / ar] 4s
z] f] of sf] hf] f] df lkl; 0/x\$ f] 5g\ .

; /sf/n] lgw f] of u/\$f] cblf
sfdbf/sf] GoGtd Hofnf dfi; s ?=^@))
xf] . GoGtd Hofnf sf] ; /sf/L dfkb08
cg; f/ lzlf dGqnon] klg uPsf] z] f] fs
; qbl] v lj Bfnosf] lkogsf] tna GoGtd
?=^@)) lgw f] of u/\$f] 5 . t/ lj Bfnodf
kOf{tnawf/L lzlf s ; /x sf d ul//x\$ f]

xhf/f} lzlf sn] cf^g} lj Bfnosf] lkogn]
hlt klg tna kfPsf 5g\ .
sfe \$f] lzv/cDaf \$] ^ l:yt
nldlgf/foof pdf] j sf] ! slfd f ax\$ lff
lzlf of ug] gdtf tdf^a sf] dfi; s tna

?= \$%) 5 . pgsf] eGbf ?=!&)) a9L
tna To; } :shsf lkogsf] 5 . of] Pp6f
pbfx/Of dfq xf] ; /sf/n] t[\$ \$ f] GoGtd
Hofnf -lzlf sssf] GoGtd tna b/ xfoG
eGbf sd tna df blgs !)-\$ v6g]

sfe \$f] lzlf sm gdtf tdf^a,
u] dfi ; jfn / zld] f] ykf,
afof \$f] qmdz m -cfj /Of df klg .





t:al/x;l >|0r b|



;kt/lst lzlfsl /-hgf, uhfa / clgn slff lzlf of ub}.

lzlfslx; hxfklg kf065g\
 lghl ; fl lzlfsl gdtfsl tna pgsf
 ; fyl sfdgf nfdslf] eGb f cfwf sd 5 .
 ; E}cf0P8 u/\$l sfdgf lzv/cdaf0d}
 :yfglo u}; /sf/l ; :yf / ; jf:Yo rfsldf
 sfd u/} dfl; s ?=!) xhf/ sdfpF5g\
 gdtf elG5g\ad}f] tna ; fdfgo n}yk9
 ug{ghfGg] dhhb'}sf] eGb f sd xf] A
 gdtfsl] eGb f klg sd tna yfklg]
 lzlfsl c; :shdf klg 5g\
 k/fgfufp@ l:yt afnplj n dflj sl lghl
 ; fl lzlfsl zldhf yfkl x/\$ lbg &

306l k9fpF5g\ k} kflj blv lgdflj ; Dd
 k9fpg lzlfssl] cefj ePsf] lj Bfnon]
 ykfnf0{ uPsf] j } fvb|lv lgoQm u/\$f]
 xf] . ykfsf] tna dfl; s ?=,)))
 5 .
 lj Bfno Joj :yfk; ; ldltsf clWof
 s[0f nfdn] lbg] rGb, lj Bfnosf]
 ufheBf v}lsl] cdfbgl clg :shsf k; k;
 gf/fo0feQm >]7sf] k; eQaf6 ykfsf]
 tna hfxf] ul/G5 . yfk; ; E}lgoQm udf
 ; jn kflj blv lgdflj ; Dd blgs & 306l
 k9fpF5g\ pgsf] tna dfl; s ?=#,)))
 5 . zldhf elG5g\æ:shn] lbg] tnan]
 JolQmut vr{klg rNbg, 3/af6 dfu]
 rnf0G5 . tna eGg} nfh nfu5 A

geP ; d:of xg] k; thgf/fo0f d08n
 atfp5g\
 t/ lhlzsf] lzlfsl sf0f
 glbPsf] pglx; nfo{ GoG tna df /Vg
 afWo ePsf] pgsf] syg 5 .
 ; kt/lst] j ifxl/of # l:yt hgft /fkflj ,
 l; uofgd k9fpF5g] cfpSf ; Togf/fo0f ofbj
 / clgn ofbj sf] dfl; s tna ?=!)))
 5 . @)^! ; fnaf6 k9fpg yfn\$
 ; Togf/fo0f z'z' df dxlgfsl] ?=%))
 kfp} . kl5 ?=*)) , !%)) xB@)))
 kl\$] pgsf] tna km/ ?=!))) df
 %f/Psf] 5 . lghl ; fl df k9fpg z'
 u/\$f pgnf0{ knfug @)^* df kl; lPkm
 -kl} lj Bfyl{ nfut cgbfg_ af6 tna
 lbg] elgP klg sd /sd cPsf] tna
 a9fpg g; lsPsf] afWotf b}yfp5g\ k;
 rGb\$ft ofbj .



p|v|td

df] ; s #))
 ; kt/lst] sf} favf/lsl /hgf] l d08n
 sf} favf/l % l:yt /fkflj sl lghl ; fl
 lzlfsl xg\ lhlzsf] lzlfsl sf0f lbPdf
 pgnf0{ /Vg] zt0f lj Bfno Joj :yfk; ;
 ; ldltn] kfF j ifcl3 pgsf] dfl; s tna
 ?=#)) tf\$} lyof] . t/ , o; cj lwdf
 g lhlzsf] lzlfsl sf0f lbof] g t
 pgsf] tna a90f] . pgl clxn] klg
 kfF j ifcl3 tflsPsf] dfl; s tlg ; odf
 k9f0/x\$ l 5g\
 /fkflj s} lzlfsl uhfj bl] l d08nsf]
 tna klg klg /-hgfsl] hlt g} 5 . pgl
 @)^\$; fnblv /fkflj df lzlfsl l5g\
 t/ pglx; Toxl #)) ?k0fklg dxlgf
 ; lsg] lalQs} kfp5g\
 ol b0{ lzlfsl

k; f\$] ; ufhl lj tf:yt gkfn
 /fli60 kflj df kfylds latlo >0flsf
 lzlfsl /fh0b] k} fbsf] z'z' tna :sh
 ?=!) \$,\$*) 5 . pgl slff # sf uB
 l6r/ xg\ Toxl :shdf slff ! / @ df
 uB l6r^a ug] b0{ hgf lzlfsl kGqfnf
 r}l; of / 5f0hfn 7fs/ eg] dxlgfsl]
 ?=&#) kfp5g\ kl; lPkm cgbfgaf6 tna
 vfg] pglx; @)^& ; fndf ?=^@)) sf
 b/n] kfp} . @)^* ; fndf To] /sd
 ?=,))) df vldrof] . kl; lPkm cgbfg
 j iflg s6f} l xB} uPk15 pgsf] tna of]
 j if{ ?=&#) ePsf] 5 . 5f0hfn eG5g\
 æ; f% laxfg 60zg k9fP/ sdfPsf] b0{
 xhf/ hltaf6 lgj fx ul//x\$] 5' A

s/la ^)) lj Bfyl{ePsf]of]:shsf] lzlfss-lj Bfyl{cgkft xg] x] eg] oxlf #)) eGb a9L lj Bfyl{sf nflu lzlfss klxsf 5gg\ . Toitf lj Bfyl{sf lglDt ?=(xhf/ kl; lPkm cgbfg cfpf] 5 . lj Bfyl{E zNs glnPsf] o; :shdf b/aGbl / /fxt afx}sf lzlfssnf0{ tna vjfg] cfwf/ kl; lPkm g} x] . Joj :yfk; ; ldtf clolf kek} fb sdl{ e65g\ . pxfk; nf0{ laGtl u/} oit Goğ tnađf k9fpg nufPsf 5f} . xfdlnf0{ ; fx}gdHhf nuf}sf] 5 Æ k; f}f lhz c kdf]sdf/ ; fx kl; o; n] lzlfssx; nf0{ cGofo ePsf] 7f65g\ pgl e65g\ . æ&#} df sfddf nufpg' eg}sf] ; fRrs} cGofo x] . t/ , lzlf lj efua6 cfp] kl; lPkm cgbfg x/} jif{ 36bf] 5 . of] To; }f] kl/Ofd x] Æ



k; f}f lzlfss 5f] hfn / kGgnfn -bfOf .

a]nal ; Jf

tlg jif{3 dfl; s ?=*))) sf] hful/ 5f] ; v}sf] nf6sf] nll:yt uufdnf lgdflj df cfp} dw' v8}sf] ; kgf lyof} 3/ glhs}sf] :shdf 9Ss; fy hflu/ vfg] . To; h] pgl lghl :shdf vf0kf0 cPsf] tnaeGb sddf kl; lPkm lzlfss xg /fhl e0g\ . clxn] eg] pgnf0{ kZrf0kn] kf]h}sf] 5 . .tna a9g}sf] ; }f 36b}uof] Toxl kl; ; dodf kf0b; , s; /L hlj g wfG] } pgl lk/nf] ; }f] 5g\ .

lhlsfn] rfn' z]lfs ; qdf kl; lPkm lzlfss] nflu jflif} Psdl6 ?=& .))) lj Bfnodf k7fPsf] 5 . of] ah}af6 pgn] dfl; s ?=)) kfp} 5g\ . uPsf] j}zfvb] pgn] Toxl /sd kl; kfPsl 5gg\ pgsf] syg 5 . clxn] Dd lglzNs ; Jf e0/x}sf] 5 , tna slxn] kf0g] x] yxf 5g\ .

; }kl lj Bfnodf lghl; f]df cf7 jif] sfo{t sdfgl; x /fgn] uPsf] h} otfsf] tna kPsf 5gg\ . of] hflu/df cIn%bf cf'gf] k9f0 ; d} /f]sPsn] pgsf] dgdf 56k6l xg] u/}sf] 5 .

cjnr^a lgj; l /fgnf0{ev{ lgdflj z} u/}sf] lj Bfnon} ^! ; fndf ulOf / lj 1fg lzlfss] ; kdf lghl; f]df /fv}sf] x] . z}df dfl; s ?=)) t]sPsf] tna clxn] ?=^*)) ku}sf] eP

klg To] pgsf] of] otf / cge] j; t ldnbf] 5g\ . æToxl kl; ; dodf kf0g] eP t xGyof] lgÆ , pgn] lzlfss ; E eg] .

lj Bfnodf v8}sf / /fgn] u/}sf] ldlxg}sf] thgdf lognf0{ lb0Psf] tnasf] u0fgf xg ; Sb; . /fgnf0{ kfylds txsf] lgolQm lb0P kl; pgl * slff; Dd k9fpg . z}sf rf/kf jif{t ulOf / lj 1fgsf] k9f0 /fgn] g} wfg}f lyP . lj Bfnodf lj 1fg ulOfsf] /fxt sf}f cfpk15 eg] pQm sf}df /fgn] df}f kfPgg\ . lgdflj sf] nf0; } ; gx}f d} /fxt b/aGbl df b/vf: t xflg kf0g f lgt} lj ifo k9fpg rfx+xbg] t/ , nf0; } ; gx}f sf}faf6 j l-rt xg] s: t] gllt of] } /fgsf] kZg 5 . lgdflj sf] nf0; } ; geP kl; lgdflj ; Dd k9fpg] pgsf] lhDd] f/ l clxn] Dd kl; 5b}sf] 5g\ .

:gftsf] / lzlfss dw' v8}sf :shdf cfpk15 pgs} e/f] df c^ahl dfWod nfu" ul/Psf] 5 . clxn] b0{ slff; Dd c^ahl dfWoddf k9f0 xG5 . t/ , pgl; E} k9fpg] lj Bfnosf c; !) hgf lzlfss] dfl; s tna Goğtd ! \$-) xhf/ ?k}fDd 5 . t/ , dw' eg] ckafb ePsl 5g\ ; dod} gkf0g] Goğ tnađf k9fpg' kb{dwhf0{ kl; tgj xg] u5{ . .olgknd} t s/} 5f8f} ; /x; n] h; /L vfhf vfg] k}f kl; xfdll; t xG; , l pgn] elg\ .

lj Bfnosf k; bfgaxfb/ jnl kl; lPkm / lghl; f] lzlfss] of] ubfg c; lzlfss] eGb a9L ePsf] atfp5g; t/ , ; Jf; lj wf t 5f] , tna kl; cGofok0f{ 5 Æ kl5Nnf] ; do clgjfo{ tyf lglzNs lzlf 3f] of] sf/ of lj Bfyl{af6 zNs lng gkf0g] ePsf] ; d: of c; a9}sf] pgsf] egf0 5 . .pxfk; sf] of] ubfgn] lj Bfnosf] k}lt ePsf] 5 , pxfk; sf] c; yf eg] lbgklt lbg clglZrt alg/x}sf] 5l , pgn] eg] . cf]hsf cg; f/ /fxt / b/aGblsf lzlfss] thgdf Goğ tnawf/ lzlfss; lglDd :sh cfp] / a9L ldlxg} ug] u5g\ .

kflkfsf] kl8f

Goğ tnađf k0f}fng lzlfss] lhDd] f/ l k/ f ug] lzlfss; kflkdf kl; x/} :shdf kmhf k5g\ @)* ; fn sflQs dxlgdf lghl; f] sf] lzlfssdf k9fpg z} ubf{ ; /: j tl pdfj v: of] l * sl lzlfss ultf 1jfnlsf] tna ?=)) lyof] . tnan] ; b/dsfdf tfg; }af6 @) lsn] d6/ wfP/ :sh hfg / cfp] kl; gku}sf] ug; f] u/kl5 @) ^# df 1jfnlsf] tna ?=#)) ku}sf] lyof] . @) ^ c; f/ !% b]v df] sf] /fxt lzlfssdf lgolQm ul/Psl ultf dfl; s ?=) . & () a%}sf] e}f/df ; xl ul5g\ t/ , ultfsf] xftdf rfx+dfl; s ?=) , (!% dfq k5{ . af}l lj Bfnosf] sf] df hfG5 . lzlf lj efusf]



kfNkfsf lzlfsm ultf 1jfnl

lgbzcg cg; f/ /fxt lzlfssf nflu hfg] /sd lj Bfnosf] sfljdf jf c; kof]hgdf vr{ ug{ kf0Gg, ; DalGwt lzlfnsn] g} kfpqk5{.

; /j tl pdflij df clxn]#!% 5fq5fqf 5g\eg] dflj df @ b/aGbl / ! /fxt sf0fsf lzlf5 5g\ dflj txsf nflu k\$zf /fodf% / lgdflj txsf nflu /dž 5xf/lnf0{lghl ; flt lzlf5 agr0Psf] 5 . tlg jifcl3b]lv dfl; s ?=!%) df k9fp6]cfPsf pglx;sf] tna clxn] dfl; s ?=&&% 5 . lzlf5x;nf0{tna Goğ lb0P klg :shsf]art vftfdf eg] (nfv ^^ xhf/ (% @ ?k0fF5 .

To; f] t %! hgf 5fq5fqf /x\$]f] sflnsf kflj km\$ kfNkfdf b0{hgf /fxt lzlf5 5g\ /fxt sf0fdf lgoQm :shsf kç blf{ yfkf / lzlf5 nldl yfkfsf] tna s6fP/ tlg jifcl3b]lv dfl; s ?=#@)) tna df b0{hgf lzlf5 /flvPsf 5g\ tl lzlf5 xg\,lnlnfaxfb/ ; 0]zL / cfzf /fg .

nldl pdflij aGblkf]/f kfNkfdf (jifcl3b]lv lghl ; fltdf k9fp6]cfPsf ; lj tf sj/n]gkfnldf :gftsfQ/ u/\$]f] b0{j if{ePsf]5 . z;df dfl; s ?=!#)) df /flvPsf pgsf] tna tlg k6s a9bf ?^)) kuf]5 . pgn]kflj b]lv lgdflj ; Dd k9fpqk5{ . ; b/d'sfd tfg; gdf ef8fdf a:g] pgl :shsf] tnan] afRg] sl7g ePsf] atfp15g\

æ3/af6 vr{dfu] hljg rnfpg' k/\$]f] 5 Æ

nldl pdflij df rf/ hgf lghl :ff]sf lzlf5 5g\ PdP8 pQl0f{; hgf e\$ /f0f] ?=%,%) , cf7 jifcl3b]lv slff # ; Dd k9fp6]cfPsf a; Gw/f vftln]?=,\$,%) / cf0\$ d pQl0f{afnlj sf; slffsl a; Gtl sfls]h] ?=^)) kfp6]cfPsf 5g\ .

l; Gwkfnrf\$, k; f; ; kt/L, ; v; / kfNkfsf ; fj h]gs lj Bfnodf dfq xfoG b]zel/sf clwsfz lghl / ; /sf/L lj Bfnodf tna g}eGg gldNg] :t/sf] /sddf ^÷& 306f sfd ug{ afWo 5g\ . t/, To:tf lzlf5nf0{ lzlfssf kžfut ; yfx; n]klg lzlfssf]Joj xf/ u/\$]f] kf06] . gkfn lzlf5 olgog / z]lfs u0ftflGqs d-rn] @ r; @)^* df lzlf5 dGqfno; E u/\$]f] # \$ a] ; xdltkqdf Goğ tna df sfd ul//x\$]f] lzlfssf]lxtdf Pp6f a] klg vlr0Psf] 5] . pQm ; xdltdf lghl ; flt, kl; lPkm lzlfssf]gfd klg pln]v ul/Psf] 5] . -x; lzlf5 dfl; s, jžfv @)^ (, kl7 !* . .

olgog / d-r; E @ r;df lzlf5 dGqfnon] u/\$]f] ; xdltn] b/aGbl df /x\$]f] :yfol / c:yfol lzlfssf ; ah; f] ; d:ofnf0{ ; Daf]vg u/\$]f] 5 . ; f] ; xdltn] b/aGblsf lzlfssf ; a) ; d:of ; Daf]vg ePsf]h]xg; S5, To; of lzlf5 olgog ; 8sdf cfl]n]Psf] 5] .

gkfn lzlf5 olgog / o; sf ; b:o ; yfx; n] b/aGbl df sfo{t lzlfssf] dfq kl]tlglw]j u/\$]f] 5g\ . ol ; yfdf b/aGbl afx\$ lghl ; flt, ; yfut :shsf lzlf5, /fxt, kl; lPkm lzlfssf]sg; :yfg 5] . lzlf5 olgog / o; sf 36ssf] g]lj txdf Goğ tna w/l lzlf5n] cj ; / kfPsf 5]g\ olgog / olgogsf ; b:o ; yfn] cfkkn; nf0{ pk]ff u/\$]f] eGb] /fxt, kl; lPkm lghl; flt / lghl :shsf lzlf5n] 5\$5\$; yf agrPsf 5g\eg] tldWo] s]l dfcf] fblgs6 z]lfs u0ftflGqs d-rdf cfj 4 5g\ .

gkfn lzlf5 olgogsf pkn]wlf k0ff{ hfz]l olgog / o; sf ; b:o ; yfn] b/aGbl afx\$ sf bdf /x] Goğ tna df sfd ul//x\$]f] lzlfssf ; d:of klxrfq u/] ltsf] ; d:of ; dfwfgdf lgo0f0s kxn ug{ g; s\$]f] ; jlsf/ ul/g\ . pkn]wlf hfz]ln] lzlf5 ; E elgg\ ælj utdf xdlaf6 ql6 ePsf] 5, ca To; nf0{ ; Rofpgk5{ :shdf k9fpq] ; a) lzlf5n] k]nt tna :s]h cg; f/ tna kfpqk5{ . To; sf nflu olgogn] cfj fh p7fpq] 5 Æ

Goğ tna df vl6/x\$]f] lzlf5x; ; /sf/l pk]ffsf]klg lzsf/ ePsf 5g\ lzlf5 dGqfnon] b/aGbl / /fxt afx\$ sf lzlf5 afx\$ afBl lzlfssf] tna sf] Joj :yfk g; :sh ; jom] ug{g] lhl/ ub; cfPsf] 5 . :shdf cfj Zos lzlfssf] Joj :yf gug]clg :shn] /fv\$]f] lzlfssf] tna klg Joj :yf ug{g; Sg] dGqfnosf] gltn] Goğ tna w/l lzlf5n] eljio c; cGof]ndf k/\$]f] 5 . dGqfnosf k]Qm dxf>d zdfh] :shn] /fv\$]f] lzlf5x; sf] Goğtd tna Joj :yf :sh ; jom] ul/gkg] atfP . pgsf] syg 5- :shn] /fv\$]f] lzlf5nf0{ :shn] g] tna lbgk5{ . lzlf5 zdf]f] ts{ E 6] olgog dxf; 3sf cWol l] i0f' l/dfn ; xdt 5]g\ l/dfnsf cg; f/ ; /sf/n] tf\$]f] lzlf5n] tna :s]h cg; f/ :shdf k9fpq] ; a) lzlf5nf0{ tna Joj :yf ug{u/fpg g; Sg'ck/fw xf] . pgn]eg] ...dzfl]0fdf k/\$]f] lzlf5x; n] Goğtd tna sf nflu ; 3if{ ug{f] l] snk 5] .

-; yfdf, >] of b] , ; kt/L, sn]b] ; h]jfn, ; v; , b] kre0f, kfNkf .



भारतको दुई औं द्वािर्षा

श्रीलंका भारत
 भारतको बर्षिक ६.९ बिलियन
 दिवसीय पर्यटनको लागि प्रथम
 स्थानमा रहेको छ। वर्ष २०१६ मा भारतको
 पर्यटन उपरोक्त बर्षको ३००
 २-३५.५ बिलियन अमेरिकी डलर
 अर्थात् शीर्षको ५।

प्रतिष्ठान बर्ष
 बर्षको अन्तिममा १० बिलियन
 अमेरिकी डलर अर्थात् १००
 २-०५० अमेरिकी डलर अर्थात्
 २००५० अमेरिकी डलर अर्थात्
 २००५० अमेरिकी डलर अर्थात्
 २००५० अमेरिकी डलर अर्थात्

द्विर्षा बर्ष
 भारतको बर्षिक ६.९ बिलियन
 दिवसीय पर्यटनको लागि प्रथम
 स्थानमा रहेको छ। वर्ष २०१६ मा भारतको
 पर्यटन उपरोक्त बर्षको ३००
 २-३५.५ बिलियन अमेरिकी डलर
 अर्थात् शीर्षको ५।



सन् २०१६	सन् २०१५	सन् २०१४	सन् २०१३	सन् २०१२
१९५	१९५	१९५	१९५	१९५
१९५	१९५	१९५	१९५	१९५
१९५	१९५	१९५	१९५	१९५
१९५	१९५	१९५	१९५	१९५

सााना विकास परिियोजनाहरू :
 • ने.रु. ५ करोड लागतमाका प्रायः सबै योजनाहरू विकास तथा उन्नत अभियन्त्रिय
 परिियोजनाहरू समावेश।
 • नेपालका सगलमा सबै विकासहरूलाई समेटेरको
 • १ करोड २० लाखभन्दा बढी जनता लाभान्वित।
 • परिियोजनाहरू नेपाल सरकारको स्वीकृतिमा स्थानीय विकासहरूलाई कार्यान्वयन गर्ने
 • बृहत्तम रूपमा अन्तर्गत तथा सामुदायिक उपभोक्ता-संघी



• भारत सरकारले यस परिियोजनाअन्तर्गत विद्यालय, सडकहरू, घरहरूको आधुनिकीकरण, विद्युत
 सञ्जाल, पब्लिक स्वास्थ्य चौकीहरू, प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रहरू, अस्पतालहरू, प्राथमिक, हाइ
 स्कुल तथा पुस्तकालय, सडकहरू, आन्तव्य परिियोजनाहरू, विगत सडकहरूको विस्तार, बाह्य विद्युत
 परिियोजनाहरू र नेपाल सरकारका बरिष्ठ अधिकारीहरूलाई तालिम सञ्चालन गर्दछ।
 • २२३ विद्यालय परिियोजनाहरू विस्तारार्थमा तथा सञ्चालन
 • भारतले न्यु. १९९४ डेबि नेपालका विभिन्न ७० विद्यालयलाई ३६२ बटा एम्बुलेन्सहरू तथा
 ७० बटा स्कुलहरूको उपहार प्रदान गरेको, २० बटामा बढी एम्बुलेन्सहरू तथा ४ बटा स्कुलहरूको
 २६ जनवरी २०१३ मा उपहार प्रदान गरिने।
 • भारत सरकारको सहयोगमा नेपाल नेब जर्जिन सञ्चालन विद्युतको नेब स्थापना गरिने सञ्चालन :
 न्यु. २००१ डेबि भारत सरकारले कुल ने.रु. २१.९१ करोड सहयोग प्रदान गरेको छ। १ साइ
 ७ हजार सञ्चालनको शुरुवातमा सञ्चालन तथा २००७ डेबि सञ्चालन विद्यालय अर्थात् सञ्चालन स्थापना
 कार्यक्रम अन्तर्गत ३७ हजारभन्दा बढी विद्यार्थीहरूलाई पुस्तक-सामग्रीको सामुदायिक विद्यालय

भारत
 भारतको बर्षिक ६.९ बिलियन
 दिवसीय पर्यटनको लागि प्रथम
 स्थानमा रहेको छ। वर्ष २०१६ मा भारतको
 पर्यटन उपरोक्त बर्षको ३००
 २-३५.५ बिलियन अमेरिकी डलर
 अर्थात् शीर्षको ५।

प्रतिष्ठान बर्ष
 बर्षको अन्तिममा १० बिलियन
 अमेरिकी डलर अर्थात् १००
 २-०५० अमेरिकी डलर अर्थात्
 २००५० अमेरिकी डलर अर्थात्
 २००५० अमेरिकी डलर अर्थात्

द्विर्षा बर्ष
 भारतको बर्षिक ६.९ बिलियन
 दिवसीय पर्यटनको लागि प्रथम
 स्थानमा रहेको छ। वर्ष २०१६ मा भारतको
 पर्यटन उपरोक्त बर्षको ३००
 २-३५.५ बिलियन अमेरिकी डलर
 अर्थात् शीर्षको ५।



**भारतको ६औं गणतन्त्र दिवसको अवसरमा नेपालीयक तथा विद्यार्थी तथा भारतीय समुदायमा
 म न्यायो अभिवादन तथा शुभकामना व्यक्त गर्ने कार्यक्रम।** आजैको दिन भारतमा अभिवादन
 जारी हुनेछ। साथै भारत एम. प्रदीपको अभिवादन, प्रदीपको, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय
 गणतन्त्र भएको दिवस। अन्ततः भारतले आफ्नो स्वतन्त्रताको लागि जीवन अर्पण गर्ने स्वतन्त्रता
 सैन्यसैनिकको सन्तान प्राप्त गरेका छन्।



भारतीय राजदूत, काठमाडौं
 AMBASSADOR OF INDIA
 KATHMANDU



भारतको ६औं गणतन्त्र दिवसको अवसरमा नेपालीयक तथा विद्यार्थी तथा भारतीय समुदायमा
 म न्यायो अभिवादन तथा शुभकामना व्यक्त गर्ने कार्यक्रम। आजैको दिन भारतमा अभिवादन
 जारी हुनेछ। साथै भारत एम. प्रदीपको अभिवादन, प्रदीपको, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय
 गणतन्त्र भएको दिवस। अन्ततः भारतले आफ्नो स्वतन्त्रताको लागि जीवन अर्पण गर्ने स्वतन्त्रता
 सैन्यसैनिकको सन्तान प्राप्त गरेका छन्।

भारतको ६औं गणतन्त्र दिवसको अवसरमा नेपालीयक तथा विद्यार्थी तथा भारतीय समुदायमा
 म न्यायो अभिवादन तथा शुभकामना व्यक्त गर्ने कार्यक्रम। आजैको दिन भारतमा अभिवादन
 जारी हुनेछ। साथै भारत एम. प्रदीपको अभिवादन, प्रदीपको, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय
 गणतन्त्र भएको दिवस। अन्ततः भारतले आफ्नो स्वतन्त्रताको लागि जीवन अर्पण गर्ने स्वतन्त्रता
 सैन्यसैनिकको सन्तान प्राप्त गरेका छन्।

भारतको ६औं गणतन्त्र दिवसको अवसरमा नेपालीयक तथा विद्यार्थी तथा भारतीय समुदायमा
 म न्यायो अभिवादन तथा शुभकामना व्यक्त गर्ने कार्यक्रम। आजैको दिन भारतमा अभिवादन
 जारी हुनेछ। साथै भारत एम. प्रदीपको अभिवादन, प्रदीपको, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय, सदान्वय
 गणतन्त्र भएको दिवस। अन्ततः भारतले आफ्नो स्वतन्त्रताको लागि जीवन अर्पण गर्ने स्वतन्त्रता
 सैन्यसैनिकको सन्तान प्राप्त गरेका छन्।

sfd w} tna yf}

lghl :shsf lzlfsc;sf]ldlxcg] / v6f0 a9L 5Ü pglx; b}gs ^-& lkl/o8 k9fp5g\ kmntM :shsf] glthf klg /fd}cfp5 . t/, b}zsf clwsfz lghl :shsf lzlfsc]cf^gf]of]otf, lfdtf /ldlxcg]sf] thgdf lgs}sd tnadf cf^gf] >d / ;lk vlr{xzf 5g\ lj8Dagf t s]5 eg] Ps nfveGb f a9L lzlfssf]xs, lxt / hllj sfl; t hf]8Psf] of] ; jfnnf0{ ; /sf/L lgsfo, :sh ; ~rfns / lzlfssf olgog cflb s; } klg dx[Ej lbPsf]kf05g .

■ kdf} cfofd

pdf rfkfuf0F. sf7df8f; yfgsf}l:yt af06 Pgh]; 0EIn; :shdf ut j}zfvb}v k9f0/x\$ l 5g\ slff !@ pQlOf{ u/\$l pgl g; }l / sh}l slffdf u/} b}gs kfF lkl/o8 k9fp5g\ To; afkt pgn] dfl; s ?=,%)) kfp5g\ . oxfF cfpqcl3 pgn]k9fPsf lrtjg, d}f}hlsf] af06 ^or/ / wflb^a, ; }fa]lsf]edZj / k}lj b}d}f ?=#,%)) tna lyof]. pdf elG5g\ æof] dx6ldf ?=,%)) n]s]g} kUyof] / Ü tklg TolQs} s] a:g' eg} oxfFk9fpg cfPsl xFÆ lj Bf s]l klg af06 Pgh]; d}slff !-% df lj 1fg k9fp5g\ . tlg jifb}v oxfFb}gs ^ lkl/o8 k9f0/x\$ l pgsf] tna rflx+pdfsf] eGb Ps xhf/ a9L

cyff{ \?=#,%)) 5 . pgl elG5g\æ; Gtl6 t s] xg' / Ü cf^gf] afWotfn] k9fPsl xFÆ lzlfsc;sf cg; f/ af06 Pgh]; df kfylds txsf lzlfssf]clwstd tna ?=^,)) 5 eg] lGdgdfWolds txdf rflx+?=%,)) b}lv ?=&,%)) ; Dd 5 . dflWolds txdf ; a} .kf66f0dl lzlfsc 5g\ hf] klt lkl/o8 dfl; s ?=,%))-?=\$,)) ; Dd kfp5g\ af06 Pgh]; df #% lzlfsc; lxt \$) hgf sfo{t 5g\ . g; }lb}v slff !) ; Dd %\$^ hgf lj Bfyl{5g\ olt lj Bfyl{ lghl :shsf lglDt . /fd]j; Wofl 7flgG5 . oxfFsf] dfl; s zNs ?=\$)-g; }L / ?=!, \$)) -slff-!)_ 5 . o; afx\$?=&%) b}lv ?=!,*) ; Dd jflif\$ zNs

In0G5 . ?=\$)) b}lv ?=%) ; Dd k/liff zNs ltg}5{. lzlf lGdfj nlsf]k}lj wfg cg; f/ !) kltzt lj Bfyl{f0{ 5faj }Q lbæf klg neuu \$() lj Bfyl{sf] dfl; s zNsaf6 dfq} dfl; s %08} rf/ nf v ?køfFp7g} b}lvG5 . t/, ToxfF; /sf/n} cblf >ldssf nflu tf\$}sf] Gogtd HofnfGb f a9L tna kfpq] lzlfsc eg] sd 5g\ . lklG; kn uflj Gbaxfb/ ykf elG5g\æ!) kltzt afx\$ c; 5faj }Q klg 5 . lzlfssf]aRrfsf]zNs In05g . Pp6}kl/j/f/sf tlg hgf lj Bfyl{a/fa/ Ps hgfnf0{ lglzNs k9f0Psf] 5 . To; }h] tkf0}lx; fa u/h:tf] rf/ nf v p7}g . zNsaf6 c9f0 nf v hlt p75, To; dWo] Ps nf v !@ xhf/ tnadf vr{xG5 Æ

gofFg\$fksl 6lsf}l kf08h]tlgyfgf l:yt kof/f8f0H8 1/8; {Ps}dldf k9fpg yfn\$}kfF j if{laTof. of]cj lwdf pgsf] tna ?=\$,%) ku\$}f]5 . kf08]g; }lsl u\$ l6r/ xg\ . ?=,%)) tnadf kfF jifcl3 oxl :shdf k9fpg yfn\$}l csl{ lzlfsc /fzgl r}xfg clxn] ?=^,)) kfp5g\ lzlfsc r}xfg elG5g\æ; lj wf vf; }5g . t/ v6f0 rflx+a9L 5 .



af06 Pgh]; 0EIn; :sh, yfgsf}, sf7df8f; kfylds txsf lzlfsc .

xfdl ; fx} klnPsf 5f)+A Kof/f8f0H8sf
lzlfxsx; (ll!% df :sh cf0; S5g\
oxfFPshgf lzlfnsn]blgs ^-& lkl/o8
k9fpgk5{. :shsf] zq/ xfl]8/ ; d;]
/x\$] lzlfns nnq /f0{e65g\æxfdlxsf
e%) hlt ljBfyl{ 5g\ . ejg ef8fdf
lnP/ rnf0Psf] 5 . xfd] klg cf'g
; d:of 5g\lg E

otf shZj/ xf06l:yt Kof/fdfp06
0EIn; :shsf lzlfssf] xnt
Kof/f8f0H8sf]eGf gh's 5 . !) jif6]
; f]:shdf k9f0P]cPsl lzlfns ejfg
ltj/f/lsf]tna clxn]klg ?#,)dfq}
5 . o; df tkf0f; Gtl6 xgx65 t <eGg]
kZgf pgsf] hj fkm lyof] æ; Gtl6}5;
geP/ klg s] ug{/ A oxfFdfWolds
txdf k9fpg]lzlfssf]tna ?=!!,))
eGbf dly 5g . 6\$!y:ntdl lzlf
; bg pdflj sf] klg p:t; cj:yf 5 .
; ofhs ; /Z 8ufhsf cg; f/ Toxf
k] kfylds txsf lzlfns]?)=,\$,)) blv
dfWolds txsf lzlfns]?)=,\$,)) ; Dd
kfp5g\.

wglfssf ; /Z 7fs/n] nlnk'/sf]
afu8fhl:yt cGgk0f{x0{shdf k9fpg
yfn\$]Ps bzs laTof]. alP; ; l pQl0f
u/\$] 7fs/ slff ^-!) df ul0ft k9f0P5g\
pgl lbge/df & lkl/o8 slff lng5g\
t/, To; afkt pgn]:shaf6 dfl; s
?=#,)) dfq} kfp5g\ . laxfg-ah'sf
6d; g k9fP/ eg]pgl :shsf]tnaeGbf
kff u0ff a9l sdP5g\.

sf7df8f\$] lghl :shsf lzlfxsx;
Goq tnaDf k9f0/x\$] 5g\æG]s'/sf
ol kltlgw pbfX/0f xg\ / dh'se/
g}ax; Vos lghl :sh o; eGbf vf; }
leGg 5g\ . ; /sf/n] eflts k] fvf/sf]
dNofsgsf cfwf/df lghl :shnf0{ ..sl,
..ul / ..3l u/l rf/ juDf ljefhg
u/\$] 5 . ; fxl ju{cg; f/ :shn]lng
kfg]clwstd zNns lgwf0f ul/G5 .
ol :shn]lzlfnsf0{lbG]tna-; ljwfsf]
:t/ klg leGg 5 . ..ul / ..3l ju\$]
:shsf lzlfssf]tna thgfids zkd
sdhf] blvG5 . ; yfut ljBfno lzlfns
olgog -0:6; gkfnf dxf; lrj efnfgy
rfln; \$] egf0df To:tf :shdf sg}
lzlfns] ?=!) xhf/ jf a9l kfPdf
To; nf0{./fd] tnaU 7fG]ul/G5 . lzlf
ljefusf]tVof\$ cg; f/ bze/sf s/la

dfk]m ndf klg p:t}

lzlf /fhsdf/ ; fx l; /xfl:yt hPp Ps\$]ldf kfylds txsf lzlfns xg\
:gfts txdf cWooG/t ; fx g; {lb]v slff % ; Dd k9f0P5g\ lbge/sf ; a}
lkl/o8 k9fpg'k/]klg pgsf]tna rflx+?=@,)) dfq 5 . df] fxf, ; kt/lsf
; fx l; /xdf 8]fdf a:5g\ . pgsf] egf0 5, ætnasf] k}f t sf7f ef8f
ltg0}l7Ss xG5 . c; vr{t 3/af6}Nofpgk5{A pgl cf7 dxlgfblv hPp
Ps\$]ldf k9f0P5g\.

o; :shdf s/la @)) ljBfyl{k9f0P5g\ g; {lsf] ?=\$) / slff !) sf]
?=#,)) zNs lng]ul/G5 . To; afkt dfl; s b0{nfv ?k9f0P7g] blvG5 .
t/, :shn]lzlfssf]tnadf s/la Ps nfV dfq}vlrPsf] 5 . hPp :shdf
!) hgf lzlfns 5g\ . lzlfssf]clwstd tna ?=!) xhf/ 5 . l; /xf /
; kt/lsf clwstz lghl :shsf lzlfns]kfg]tna hPpsf]h:t}5 .

lgDgdWolds tx; Dd k9f0 xg] kfnkf Kof/fug af]8\$:sh, tfg; qdf
e)^ hgf ljBfyl{ 5g\ . lgnf0{k9fpg]lzlfns ^ hgf 5g\ . hf]:gftsblv
:gfts0/; Dd cWooG/t 5g\ lzlfxsx;sf cg; f/ ; :shsf]dfl; s zNsaf6
s/la ?=! nfV %) xhf/ cfDbfgl xG5 . To; dW0]s/la ?=#% xhf/ lzlfssf]
tnadf vr{xg]u/\$]lklG; kn uuf vqlsf] egf0 5 . Kof/fugn]k] kflj sf
lzlfnsf0{?#,*)) blv dflj txdf ?=\$,)) ; Dd tna lbPsf] 5 . vql
eG5g\æfdl lzlfxsx; g}o; sf] ; -rfns 5f; . cfk; l 5nkm u/}] tna
lbPsf xf; . fylx; n]lr0 a%Psf 5g\A

tfg; q]:yt Go"xf7f0hg pdflj kfnkfs}7hf]lghl :shdf ulg65 . oxfF
slff !-!) df ! xhf/ ^%% hgf k95g\ . ljBfyl{sf] dfl; s zNs ?=\$)
blv ?=#,)) ; Dd 5 . o; cg; f/ :shsf]dfl; s cfDbfgl ?=# nfV eGbf
a9l 5 . Go"xf7f0hgdf && hgf lzlfns sfo{t 5g\ lklG; kn 8f; /fd kGtn]
s/f/ afx\$]sf lzlfnsf0{; /sf/l :sh ; /xsf]tna lbPsf]bfal u/klg tnasf]
kl/d0f eg]vhfpg rfxgg\ . t/, lzlfxsx; eg] ; /sf/l :sh ; /xsf]tna
gkPsf]atP5g\ gfd pNny gug]ztdf Ps lzlfns e65g\æc; lghl :shdf
eGbf rflx+xfdf] tna a9l 5 t/ ; /sf/l :sh cg; f/ rflx+5g\ A lklG; kn
kGtsf cg; f/ ?=# s/f\$ vr{u/} :shsf]gofFejg agf0Psf] 5 .

kfnkfsf lghl :shdf lzlfssf]clwstd tna ?=!%,)) /x\$]kf0Psf]
5 . kofa; g, kfnkfsf cWof vDf ; f? lzlfssf]tna sd /x\$]j:lsf/ u5g\
pgl e65g\ælzlfssf] ; ljwf a9fpg]tof/l e0/x\$]5 A

>jOf bj, /fhlj/fh / bj kreDf, kfnkf

& xhf/ lghl :shdf &% xhf/eGbf a9l
lzlfns 5g\ . -x7 tflnsf

dsf0f lzlfns

; /sf/n] lgwf0f u/\$] >d; DaGwl
dfkb08df >ldssf]dfl; s tna Goqtd
?=#,)) xgk5{. To:efbf sd tnaDf
s; hPp0{ sddf nufpg kf0P5g . t/
clwstz lghl :shsf kfylds txsf
lzlfns]kfg]cPsf]tna ; ljwf To; eGbf
sd g}5 . c% lzlf lgodfjnl, @)%
sf] Joj:yfnf0{cfwf/ dfGg]xf]eg]lghl

:shsf lzlfxsx; klg ; fdbfilos :shsf
b/aGblsf lzlfssf] ; /x tnasf]xsbf/
blvG5g\ . 0:6' gkfnf cWof dS6b
uf; d e65g\ætxut zkd /sf/l :sh
; /x jf To; eGbf a9l tna lbG]:shsf]
; Wof Hofb} sd 5 . tl cf]fd] uG
; lsG5g\A ohq; , /ftf] aenf, hD; ,
lnl6n P-hD; , z6tf/f, uofn\$; l h:tf
:shx; of]sf]6df k5g\

lzlf lgodfjnl]lgod !)%s-!_df
nlvPsf] 5, ..; yfut ljBfnosf lzlfns
tyf sdf/f/lsf]lgolQm kfl/>lds / ; jf



Kof/f8f0H8 1/8; {Ps\$dl, tlgylgf, sf7df8f}f Izlfss

zt{; DaGwl Joj:yf ; :yfut lj Bfnon] kflnt sfqđ adfllnd agfpg] cf^gf] ljlgodaf/f Joj:yt ugkg5 . llzlfssf] lgoIQm k lqmf, ; /sf/sf] dfkb08 adfllndsf] tna ; yfol Izlfssf]; ~ro sf]f, Ps dxlgfsf] tna a/fa/sf] rf8af8 vr{h:tf kfj wfgnf0[lj lgoddf ; dđgkg] Joj:yf lgodfj nldf /flvPsf] 5 . t/, o:tf ljlgod agfpg] :sh lj/n} kf0G5g\.

gkfnf hf; s} lfgsf] sdf/f/lnf0{ ; fdfGotM . bz}vr{nf0{hf8} !# dxlgfsf] tna lbg]rng 5 . t/, sltko :shdf eg]lzlfsn]bz}; ljwfsf]cgej g]jug{ kfPsf 5gğ\ . lzlfss kltlgw kuşf :shdwo] af06 ^or/, Kof/f8f0H8 / Kof/fdfpG6df o; sf]cEof; lyPg . s}ln] tnasf]%) kltzt / s}ln]ztkltzt tnanf0{; ljwf ; j:k lbg]u/şf 5g\ .

sg}JolQmff0{ sfddf nufpgcl3 p; sf] sfo{lj j/Of / ; j}f zt{lxtsf] lgoIQmkg lbg' ; fdfGo dfGotf xf] .

Ighl :shsf Izlfss

lj Bfno tx	dlxfn	k?if	sh
kfylds	@\$,!* (@!,(^	\$^,!%&
lgDgdflWolds	^,%#!	*,%^)	!%,!!!
dfWolds	#,@\$!),*@(!\$,)*#
sh	##,(((\$	\$!,#%&	&%,#\$(

; f}M ^nf; -! l/kfđ{ @)^^(

t/, lghl :shdf lgoIQmkg lbg]cEof; g} 5ğ . :sh ; ~rfns; f}sf] dfl]vs ztşf cfwf/df lzlfssx; k9fpg yfN5g\ lgoIQmkg ljgf lzlfssn]kzřut ; lglZrttf dx; ; g} ug{ ; Sbğg\ . lghl tyf cfj;f; lo lj Bfno cuğf0h] g gkfn -kofA; g, sf7df8f} cWOLF uf]kfn cfrfoşf cg;f/ ; dod} tna gkfPsf] ug; f]klg lzlfssaf6 cfpj]u/şf 5g\ cşf]km{ lzlfssn] kfpj] labdf ; d} Ps; ktf 5ğ . s}ln] dfl; s b0{ lbg labf lbg]u/şf 5g\veg] a9l h; f}h] Ps lbg dfq} .

ultnf] tna ; ljwf gePs} sf/Of lghl :shdf lzlfssf]l6sfpb/ sdhf] b]lvG5 . sf7df8f}afkml:yt ljN; g Ps\$dlşf Ps lzlfssf cg;f/ Toxf ut jzřvotf dfq}!^ hgf gofFlzlfss ylkPsf 5g\ kofA; g, sf7df8f} cWOLF uf]kfn cfrfoşf] dfpG6 Unf]l :sh, txfirndf ; ft hgf lzlfss km]Psf 5g\ c; w} :shsf] ; f% k]lQ oxl 5 .

sltko :shsf Joj:yfkgn] t lzlfssnf0{ alrd} 5f8} hfg glbg ltgsf z]lfs kđf0fkqsf] ; Ssn klt g} /fVg] u/şf 5g\ . ljN; g Ps\$dl o; sf] Pp6f pbfx/Of xf] . Toxfşf Ps lzlfss eG5g\æ:shn]d]f] ; Ssn kđf0fkq /fvşf] 5 . Ps z]lfs jif{k}f gk9f0 lkmf{kf0f} /]f

Ighl :shsf ; a}h; f] . kmh6f0dU lzlfss sdtdf ^ lkl/o8 k9fp5g\ . P; Pn; l k/liffnf0{ xğ] xf] eg] klg ; fdbflos :shsf] thgdf lghlsf]glthf :t/lo b]lvG5 . k/liff lgoGqOf sfofnosf cg;f/ @)^* ; fndf lghl :shsf (@ xhf/ \$!^ k/liffyldwo] *\$=* & kltzt / ; fdbflos :shaf6 #^=\$ (kltzt pQlOf eP . lghl :shsf]:t/lo glthdf lzlfssf] eldsf pNn]vo 7flgG5 .

Ighl :shsf lzlfssf] tna; DaGwl Goğtd dfkb08 tf\$g] / To; nf0{ nfu" ug] ; jndf g t lzlf dGqfno / o; dftxtsf lgsfo uDel/ 5g\g t :shsf ; ~rfns g} . lzlfssf] kltlgwlj ug] 0:6' gkfn / gkfn 0:6' bj h]of]d2fnf0{ cl3 a9fpg ; şf 5ğğ\ . @)^& df 0:6' ljeffg ePk15 t cf^gf] eldsf sdhf] x}uPsf] 7fG5g\ 0:6' gkfnşf cWOLF dşGb uf]d . pgl eG5g\æfdl clxn] lj efhgsf] kl8df 5f} . lj eflht ePk15 lzlfssf kzřut d2fnf0{ ; zSt 9un]p7fpg ; lşPsf] 5ğ . o; n]lzlfss ; fylx; sf] dgrān v:şşf] 5 f

lzlfssn] klg ; ~rfns; dlf cf^gf] ; d:ofnf0{ ; zSt 9un] p7fpg ; şf] kf0f} . To; f] ubf{ Psfl/ ; ~rfnssf] bafa v]gkğ] 8/ xG5 eg] cşf] rfx+ pglx; cfkmh] kfPsf] Goğ tna ; ljwf afx/ kş6 gxf] \eGg] klg rfxG5g\ . tnasf dflndf dlxf lzlfssx; c% sdhf] cj:yfdf b]lvG5g\ . tf]şP cg?k ljlgod gagfpg] lgoIQmkg glbg] :shnf0{ sf/afxl ul/g] Joj:yf lzlf lgodfj nldf 5 . t/, cgludg, lg/lif / sf/afxl t 6f9fsf] s/f lzlfssf] tna ; ljwfnf0{ lnP/ lzlfssk]tsf] ; fdfGo rf; f] Dd lhNnf lzlf sfofnon] /fvşf] kf0f} .

; ~rfnssf cf^g} ugf; f lghl :shn] lsg t]şPsf] tna=eOf lbg ; şf 5ğğ\ t < kofA; gsf s]blp txsf kbflwsf/lb]v :sh ; ~rfnssf] ; dfg hjfkm cfp5, ::shdf lj Bfylşf]

; Wof Hofb} Goğ 5 . ū shZj /sf
Kof/fdfp06 :shdf @%) hgf lj Bfyl{
5g\ . :shn}g; fldf ?&)) bŵ slff
!) df ?=!,*) ; Dd dfl; s zNs Inb}
cPsf] 5 . t/, olt zNs p7fpbf klg
:sh rnfpg dZsln k/šf] lkŵ; kn
afnsOf ; Aafsf] egf0 5 . pgl e65g\
æj/k/ :sh}:sh 5g\ . ađf plt w}}
lj Bfyl{5gğ\ To; h}clxn}:sh rnfpg
dZsln 5 . Æ

xğ klg Kof/fdfp06af6 \$-% ldgšsf]
kŵn b/lđf Go" xf/f0hg / Peg uf8{
gfdsf b0{j 6f xF0{sh 5g\ tl :shdf
klg #)) eGbf a9L lj Bfyl{5gğ\ . Go"
xf/f0hgdf @&% lj Bfyl{5g\ . g; fL /
slff !} sf]df; s zNs qmzŵ ?=*@%
/ !,%%) 5 . oxf@) hgf lzlf 5g\
:shn}lzlfnsf0{?-\$,)) bŵ !%,))
; Dd tna lbPsf] 5 . ; -rfns ; lgtf
dfgW/ e65g\æfdln}b0{j 6f ejgsf]
ef8f dfq}Ps nfv ltgk5{. tna /
c; vr{hf8ŵ xfdl dxlgfsf!} xhf/
3f6fd} 5f}. csf] j if{ lj Bfyl{ a9hfg\
eGg} cfzdf 5f}. Æ

t/, 68 olgog clwsf/sdx; eg]
; -rfnssf ts{ Œ ; xdt bŵbğ\
gkfn 68 olgog dxf; 3sf cŵolf lj i0f
l/dfn e65g\æ; fdYof0{sf/Of bŵP/
tŵPsf]; lj wf lbg ; lsgFeg kf0bğ .
gq lsg of]w/fk yfkx65 t pxf; Æ
l/dfnsf egf0; Œ ; xdt 5g\ gkfn
0:6sf cŵolf xfdsd/ ykfk klg .
e65g\æ/fHosf] Pğ=lgods] kl/lwleq
/x} :sh vŵk15 of] jf To] axgdf
kl5 x6g kf0bğ Æ

sf7df8f dfq} !,)^) j6f lghl
:sh ; -rfngdf /xšf] lhlzsf]
cf88fn} bŵfp5 . lj Bfyl{f0{ cfkŵt/
tf6g} xfdf w}h; f] :shn} lhlzsf]
tfššf] clwstd zNseGbf sd zNs
lng] u/šf 5g\ . lhlzsf, sf7df8f
pk; lrj u?k} fb dğfnl e65g\æ()
kltzt :shn} xfdln} tfššf] clwstd
zNseGbf sd lng5g\æ dğfnlsf cg; f/
tlg jif6tf ; -rfngdf gcPsf %@
:shsf] btf{ vf/h ePsf] 5 . lj Bfyl{
36} ; d:ofdf k/šf :shnf0{Jojl:yt
ug{glhs /xšf :shnf0{cfk; df ufEgšf]
lj sŵk gePsf] KofA; g kbflwsf/Lx; sf]
egf0 5 . ☐

Goğtd tna tfšgk5{



8L-s} 9Efgf

dx; lrj , lghl tyf cfj; lo lj Bfno
cuğf0h} g gkfn -KofA; g

**lghl lj Bfnodf sfo{t lzlfssf tnasf]:t/ t boglo bŵv65 lg 0
o; nf0{KofA; gn} s; /L x}šf] 5 <**

lzlfssf] tna slt 5 eGbf klg sg :sh s; /L rnšf] 5 eGg] kŵ klg
lj Zn}0f ugk5{. lzlfssf] tna lgwf{0fdf lj Bfyl{; Wof, zNs, Joj :yfk
vršf] cgkftn} klg c; / kf5{. lghl :shdŵo} clxn} #)) eGbf sd lj Bfyl{
/xšf :sh w} 5g\ . To:tf lj Bfnosf] cŵdbf] gsf]:t/ sd x65 . tna sd
xgšf] dVo sf/Of oxl xf].

**lzlf lgodfjndf lghl :shsf lzlfnsf0{ klg ; fdbfloss} b/aGbl
; /x tna lbgk; plnŷ 5 . t/, o; sf] kngf ePsf] kf0bğ lg <**

/sf/L b/aGblsf lzlfssf] eGbf a9L tna lbg]:sh klg gePsf xŵgg\
ltgn] a9L tna lbgšf] sf/Of klg lj Bfyl{; Wof / cŵdbf] gsf]:t/ a9L xg'
g} xf]. xfd] gllt=lgoddf Ps vnsf] Joj :yf eP klg kl/l:ylt rfx+cln
leGg 5 . latšf] bz jif6f dxŵ pRr b/n} a9šf] 5 . ; /sf/L sd{f/lsf]
tna bŵa/eGbf klg a9šf] 5 . To] cgkftdf :shsf] zNs rfx+a9šf] 5ğ .
o; y{; a}:shdf b/aGbl ; /xs} tnasf] ck] ff ug{; lsbğ .

kl5Nnf] %-& j if6f lghl :shx; Xj f0} vh]. ; /sf/n} cfj] bg k/] hltnf0{
:sh vŵl} g ; jls[t lbof]. :sh ykŵ} uPk15 lj Bfyl{ klg af8P . To; sf]
c; / :shdf k/šf] 5 . ; fdbflos :shd} klg afn lj sf; sfoštf0{ pxl
?=@,\$)) lb0Psf] 5 lg ŵo; sf] dtna lghl :shn} klg ToIt g} lbbf x65 eGg]
klg xŵg . lzlfssf] Goğtd tna tfšgk5{. hg :shn} tŵPsf] tna lbg
; sšf 5gğ\ . ltn] cf} gr] df; s cŵdbf] gsf] ^) kltzt lzlf:-sd{f/lsf]
tna eQdf vr{ugk5{ eGg} KofA; gsf] wf/Of 5 .

**klfom :shn} cf} gr] lj lgod agfpgg\ lgolQnkq ; d} glb0sg lzlfnsf0{
sfddf nuf0Psf] 5 . To; f] ug{ kf065 <**

:sh cfkŵf ; ŵ7t ; yf xf]. o; n} cf} gr] lj lgod agfpgk5{. To; df
lzlf 5 lgolQm ; jf; lj wsf kŵmf nŵvgk5{. :yfol, c:yfol, s/f/ jf
cfzsdŵo} sg lhd} f/L lzlfnsf0{ lbg nfluPsf] xf] To] vŵP/ lzlfnsf0{
lgolQnkq lbgk5{. lgolQnkq glb0sg lzlfnsf0{ sfddf nufpg kf0bğ .

**lzlfssf] Goğtd tna ; lj wf tfšg / ltsf] kžfut dof} a9fpgsf
lgldt KofA; gn} s} u5 <**

:shdf Goğtd lj Bfyl{; Wof tŵlsgk5{. clwstd dfq xŵg :shn} lng]
Goğtd zNs klg tfšgk5{. To; kl5 lzlfssf] Goğtd tna klg tfšgk5{.
lj Bfyl{ / zNs tfšgk5 Goğtd tna lgwf{0f ug] kl/l:ylt a65 . o; sf
nflu Goğ lj Bfyl{ / sdhf} k} wŵf/ ePsf :shnf0{ cfk; df ufEgk5{. b0{
j6f :sh uflePdf lj Bfyl{; Wof a9š / Joj :yfk slo vr{ 36š . h; n}
ubf{ lzlfssf] tna klg :jfe] j s ; kdf a9ğ hf65 . KofA; g clxn} o; šf]
u} sfodf 5 . lzlf dğfno / ; /šf/ jfnf kl; Œ klg xfdl o; df 5nkm
ugšf}. ☐



cfj /of ; jfb

Goğtd tna glbg' ck/fw

Ij iof' l/dfn

cWOLF, gkfn 68 olgog dx; 3

68 olgog clwsf/nf0{s; /L a"q} <

68 olgogn]..doflbt sfdll df hf8 lb65 . dofllbt sfdsf rf/ klf x65g\ sfdsf]xs, cfbfql, ; jfb / ; /lff . sfdsf] xs klxn] lji fo xf]. cfbfql egšf] >dsf] klktm xf]. ; jfb eggn] /fhuf/bftfl; t zllgtk0f{; jfb ug]clwsf/ xf]. ; /lff egšf]kžfut / /fhgllts xs xf]. 68 olgogn]b0{ j6 wf/af6 sfd u5{. xsbfjl -/f06\ a]8 l8df68_ / lxtbfjl -066\ a]8 l8df68_ . /fhosf]sfgg adf]hdsf]; ljwf dflg' xsbfjl xf] / /fhuf/bftfsf] dgfkndf >ldssf] lx; f vflg' lxtbfjl cgtuf k5{.

lzlfxs;sf]xslxtsf s'f 68 olgog clwsf/ cgtuf k5{ls kb} <

cj Zo k5{. xfdlsxfFnsnf/vfgfsf dnb'sf]68 olgog / afl]s kžf ug]sf] rflx+kžfut ; yf x65 egg]a%f0 5 . jf:tjdf lzlfssf] kžfut xslxtsf lglDt cfjfh p7f0/xšf kžfut ; yfx; klg 68 olgog g}xg\.

sfd / Hofnfalsf]; f0gf]s] x65 <

Ps lbg -@š 306f_ nf0{tlg v08df aff865 -cf7 306f sfd, cf7 306f cf/fd / cf7 306f dgf]-hg eg]. . >dsf] cfbfqln]v/fs / dgf]-hg klšf]5 ls 5g <>d dofllbt eP, gePsf] dNofsg ug] cfwf/ oxl g}xf]. 68 olgogn] p7fpg]dfu / clwsf/ klg oxl xf].

xfdf]bždf dofllbt hljg afRg slt Hofnf rflxPnf <

Hofnfsf] b/ ; fkl]ft s'f xf]. dgfkndf /xšf] / 6f6 klN6g nfušf] sDkgsf] Hofnf b/ ; dfg xg ; Sb} . t/ /fhon]lgwf{Of u/šf] Goğtd Hofnfsf]dfkb08 cg; f/ ; a]h] lbgk5{. xdf] / ; /sf/n]Goğtd dfl; s tna ?^@) / b]gs Hofnf ugšf]xsdf ?=@! lgwf{Of u/šf]5 . olt /sdn]afRg sl7g 5 / klg >ldsx;n] ; D%ff u/šf 5g\.

p;f]eP lzlfxs;sf]Goğtd tna-Hofnf slt xgknf{<

klxn] s'f t /fhon] tššf] cblf sdbf/sf] Goğtd HofnfeGbf sd Hofnf lbg' b08glo ck/fw x65 . lzlfxs;n] sfggn]tššf]kflnt :s]h cg; f/ / ; dfg sfdsf nflu ; a] lzlf]sn]; dfg Hofnf egg]dfGotdf /x] tna kfgpk5{

t/ ; fdbflos / lghl ljBfnodf ?^@) eGbf lgs} sd tnađf klg k9f0/xšf lzlf]s klg 5g\lg <

/fhon] tššf] eGbf sd Hofnf lbg}; t sf/afxl]sf] eflubf/ xgk5{. lghl lfg t o; af6 kl65g kfp5g eg] /fhon] t %g\cf'gf]dfkb08sf] kngf ug]k5{. Hofb}Goğ kfl/>ldsd k9f0/xšf lzlf]sx;nf0{; r] tNofpg klg h; /L 5 . cf'gf]Goğtd ; ljwfsf lglDt bafa lbg h; /L 5 . xfdl rk nfu] a:of]eg]; w}o:t}x65 .

o:tf]alytsf nflu s; nf0{lhbd]f/ dfG} <

bfl] ; /sf/ g}xf]. p; n]>d lg/lifof k0ffnl nfu"u/š}5g . cf0Pncf]dx; l6w cg; f/ tna ; ljwf lb0Psf]5 ls 5g eg] cgludg / lg/lifof ugk5{/ lb0Psf]5g eg]lbnfpgk5{. :shdf tfl]sPs}; jf ; ljwf kf0/xšf lzlf]sx;n] klg Goğ Hofnf kf0/xšf cf'gf ; xsdlšf]klfdf cfjfh p7fpgk5{. Toit ug] g; Sg]xf]eg]lzlf]s olgog sšf nflu <

lghl :shsf lzlf]sx; t ; u7t klg b]vbg} s; /L ; wf/ xfhf <

lghl :shsf ; -rfnsx; Psbd]; u7t 5g\ / lzlf]sx;sf] ; u7g rflx+kmtnf] b]v65 . lzlf]sx;n] 68 olgognf0{sg} kf6lšf]e]ft; u7gsf ; kdf gln0{kžfut xsclwsf/ ; lglZrt ug]dfWodsf ; kdf lngk5{. /sf/L lgsfon]tfl]sPsf]tnal dfkb08sf] sfof]ogdf ; zSt eldsf vllg ; Sgk5{.

lghl :shn] klg cf'gf lzlf]snf0{; fdbflos :shsf b/aGbl ; /xsf]tna lbgkg]sfg}l Joj :yf 5 . t/ , clwsfz ; -rfnsn] cf'gf ; fdYo{ gePsf] eg] tfl]sPsf] ; ljwf lbPsf 5g}\ To; nf0{s; /L lng ; l65 <

Tof]pglx;sf]sdhf]l xf]. g; Sg]eP lsg w/fk ykšf]t < g; Sg]h]rntfpgk]afWotf t 5g lg lpxf]n]t slt ljBfyl{ /Vg] slt lzlf]s rflx65g\ ; -rfng vr{slt nflu5 egg] h:tf s'fsf]n]vfhf]v /fv] dfq}; -rfng ugk5{. tfl]sPsf] ; ljwf lbg ; lsgFeGg kf08g .

>d zff]ofdf k/šf lzlf]ssf]xsdf tkf0;sf] eldsf rflx+s}x65 t <

clxn]xfdl xfdl ; b:ox;df a9l sl]bt eP klg ; a]vfn] >d ug]lgkfnlx;sf]af]df xfdln]; /fšf/ /Vgk5{. ; fdbflos :shsf lzlf]sx;sf ljleGg kžfut ; u7gx; lqmfzln ePsf]n] xfdln]Totf xft xfnšf 5g} . lghl :shsf lzlf]ssf]xslxtsf lglDt xfdl k]ž ug]klqmfdf 5f}. ☑

hgtsf]kl/dsf{ ; Gg /
/rgfTds ; %fj x; ux0f ug{
gkfn ; /sf/ ; w}tTk/ /
hfu;S 5 . ; fy}; d:of
lg/fs/Of ug{ ; %fj sf]ck]ff
klg ub5 .



gkfn ; /sf/
; Rgf tyf ; ~rf/ dGqfno
; Rgf ljefu

lz]fs sf laqmf]fx;nf0{ ; Rgf

!= b;e]l/sf kf7sx;nf0{lgoldt ;kdf lz]fs dfl; s
pknAw u/fpg tkf0{laqmf]fx;sf]e]dsf cfo]t dx]k0f{
/x;f]tYonf0{z]fs kl/jf/n]; fb/ ; j]sf/ u/;f]5 . of]
klqsfsf]5kf0 nufotsf vr{wfg]dVo ; f] g]klqsf
laqmf]fx;nf0{c]f]b]f]g] x]f. b;e]sf clwsfz laqmf]fx;nf0]
lgoldt ;kdf /sd rQmf u/;f]sf/Of klqsfsf]k]sfzq
; Dej e0/x;f]x]f]. To:tf laqmf]fx;nf0{ xfdl cfef/ /
wfoj fb JoOm ub5]f; ; fy} pxf]x;af6 elj iodf klg o: t}
; xof]w k]f]t e0/xg]ljz]f; /fv;f] 5f;.

@= s;]l laqmf]fx;nf0{z]fs laqmf]fx;nf0{u/;f] /sd nfd]
; dob]v cfkm;nf0-df; l k]sfzgnf0{eQmf]gl gu/l
klqsfsf]lj]sf; / lj:tf/df afwf k]fof0/xgePsf]5 .
To:tf laqmf]fx;nf0{cfknh]ltgk]g]/sd clj nla rQmf
ug{xfdl xflb; cfu; ub5]f; ; dodf /sd eQmf]gl gu/l
c; xof]w hf/l /Vg]laqmf]fx;nf0{k7f0b}cfPsf]klqsf
/f]\$g / aSof]f c; h-pk/ ug;f]lg]dt s8f sbd rfn]g
; d] xfdl afllo xg]jox]f]f klg hfgsf/L u/fp5]f;.

lz]fs dfl; s, hfjnf]v]h, n]ntk/
k]f]g=#(l, n]ntk/, k]f]g]m %\$#@%@, %\$*!\$@,
Od]h]m mail@teacher.org.np



“उत्तम ज्ञान पढेर
व्यावहारिक भई सबैको प्रिय
हुन सकिन्छ, मानिसहरूको
मन छान्न सकिन्छ
क्या फाइदा !
स्कूलकलेजमा पढाउँदा
विद्यार्थीहरूले नैतिकतामा
रहन सिक्छन्, अपराधमुक्त
समाज निर्माण गर्ने
क्या काइदा !”

लेखक: उत्तममान महर्जन
(सडक विभागका सेवानिवृत्त इन्जिनियर)
सम्पर्क: ९८४१-२३५१४४
पुस्तक मूल्य: रु २००

गरीबको प्रमाण-पत्र दिँदा
गरीबीमै रमाउने छन्, वरु
एउटा उत्तम ज्ञान पुस्तक
दिँदा धनी हुन सिकने छन् ।

उत्तम ज्ञान पुस्तकबारे शिक्षाविद्हरूको मन्तव्य:

उत्तम ज्ञान युवायुवती, विद्यार्थी, शिक्षक-शिक्षिका, अभिभावक
लगायत सम्पूर्ण तह र तप्काका मानिसहरूका लागि अति आवश्यक
छ । यो पुस्तक प्रत्येक घरमा एउटा हुनु अति उपयोगी हुन्छ ।

- प्राचार्य उत्तमप्रसाद अधिकारी, वोडेस्वर उमावि, शेर महाकाल,
काठमाडौं

प्रस्तुत पुस्तकको विशेषता मान्छेलाई चरमकुष्ठ, निराशा, अहम,
स्वार्थ, प्रतिशोध जस्ता नकारात्मक प्रवृत्तिबाट उठाएर आत्मिक
सुखानन्द र सन्तुष्टिको वाटो समाउँदै सकारात्मक जीवनशैलीतिर
उन्मुख गराउन सक्ने शक्ति र जादू छ । अरु भनौं, आजको
समाजमा व्याप्त खराबीको विरुद्ध लड्ने यसमा अचूक औषधि छ ।
यसर्थ यो सबैका लागि उत्तिकै पठनीय र लेखकको उद्देश्य
प्रशंसनीय छ ।

- प्राचार्य टेकबहादुर जिरेल, जिरी उमावि, दोलखा

हामी शिक्षण पेशामा लागेकाहरूले लेखनपुर्न पुस्तक उहाँ इन्जिनियर
भएर लेख्नभएको छ ।

- स्रोतव्यक्ति मानसिंह चौधरी, हल्दे स्रोतकेन्द्र, नुवाकोट

पुस्तक बितरकहरू: रत्न पुस्तक भण्डार भोटाहिटी, एम.के. पब्लिशर्स एण्ड
डिस्ट्रिब्युटर्स, एकता बुक्स डिस्ट्रिब्युटर्स, अनु बुक सप्लायर्स, हेरिटेज पब्लिशर्स
एण्ड डिस्ट्रिब्युटर्स, बब्रबाराही बुक सप्लायर्स, भोटाहिटी सच बें पुस्तक एण्ड
पोष्टर भण्डार, प्राइम बुक्स, दुर्गा न्युज एण्ड बुक सप्लायर्स, भिजन बुक्स
डिस्ट्रिब्युटर्स र

काठमाडौं उपत्यका बाहिरका लागि: डीकुरा पब्लिकेशन ९८४१-२२९८८२

alpdflysf]k/lge{tf / l; Sgkg{kf7

■ oj/fh ; Tofn

g kindf sxl j if{cuf18; dd bzlqsf]:yfglo ptkfbgn] j rē/ vfg klvof]. xfn slifdf 36bf] hg-cfsif0f, sfronjo hldg / alpsf] uof:t/df xf; / oj f ju\$fi] lj bž knfogn]vfb ; /lff /fi6s}rf; f\$fi]l j ifo ag\$fi]5 . cltj l6, cgfj l6 h:t f k\$fk\$sf sf/of afnlgnldf nflu] /fū / sl/fsf]k\$fk klg al9/x\$fi]5 . t/ sltko dfig; xz ptkfbg s; /l a9fpg]j f c6o sxl ug[egl lj slnkaf/]klg ; ffb5g\ . o; df kllkfsf] dbgkfy/f ufp\$fi] pbfx/of lng ; lsg5 . dbgkfy/fsf]s/la !#)) ; o 3/w/lldwo]s/la ! xhf/ 3/w/l k]olf z kdf Joj; flos t/sf/l v]ldf ; mlg 5g\ . ; g\!(&) sf] bzslt/ ToxfC6gafnlsf] ptkfbg kof{t xg 5f\$kl5 ls; fgn]lj snk vfh\$fi] xg\ ; f]kōflun] ubf{cfh dbgkfy/fsf]klxrfg g}a]n}ag\$fi]5 .

ptkfbg a9fpg gkfnf xfn k]om ls; fgn]j ofzī / alpsf]kōflū u5g\ . o:tf alp ef/tnufot c6o dhsaf6 cfoft ul/65g\ . t/ of]e/kbf]af6f] xg . sy+lj bzaf6 ; dodf alp cfpG j f cPsf]alp klū eg]; DkOf{afnlrqm tx; gx; xg ; S5 . lsgg]cfoftlt alpsf]; ~hfn]ubf{ :yfglo khfltsf alp nfk x6}uPsf 5g\ ; du|sif kōffnl ckfE x6f]5 . ; g\!()@ df ds\$fi]alpa6 j ofzī / alpsf] ; ?cft ePsf]xf]. xfn cfP/ of]kōflū t/sf/l / kmknhd f klg x6f5 . o; ; Gbedf j ofzī / alp ptkfbg ug[cdl/sl sDkgf dfg:of66fh] sxl ; docl3 gkfnf cf'gf] ahf/ lj :tf/ ug{lgs}kōf; ufof]. hlpdcf]/ xfo1a8 alp ptkfbg ug[lj Zj sf 7hf sDkglx; dwo\$fi] Ps dfg:of66f]lj Zj el/ g}lj j fbf:kb 5 . xl/t qmft ug]/ ptkfbg a9fpg]gfd d /yfg]alp lj hgnf0{ ; vfk kfb}u/la ls; fgx;nf0{cf'gf] hndf kmfPsf]e6b}of]sDkgf sf lj ?4 lj Zj e/ nfv}d2f bfo/ ul/Psf 5g\ gkfnf ; amOfsfnsf]kōbf lng To; n] u/\$f]kōf; ; km ePg . of]Pp6f pbfx/of dfg xf]. o:tf sōg\sdkglx;n]gkfnf cf'gf]; fdhō kmhfo/x\$fi] 5gV ; f\$fi] ls; fgx;nf0{kmfF0/x\$fi] 5g\ .

dflysf] k] m]n] gkfnf alpdflysf] k/lge{tfsf] cj:yfnf0{kl]talDat u5{. o:tf]; d:of t/sf/l afnl / c6gafnl bj dē 5 . kmknhd t gkfn kōfē ef/t / c6o dh\$sd}lge{ 5 . gkfnf w} }sif j }flgsx; hlgdP, w} }klj lwsx;n]ufpufpbf s]if ; jf; Da6w tfind klg lbP t/ lj ifosf]uDel/tfnf0{a} }lj snksf]kōflū ug{hfgōg\

cfoftlt alpsf]; ~hfn]ubf{ :yfglo khfltsf alp nfk x6}uPsf 5g\ ; du|sif kōffnl ckfE x6f]5 . ; g\!()@ df ds\$fi]alpa6 j ofzī / alpsf] ; ?cft ePsf]xf]. xfn cfP/ of]kōflū t/sf/l / kmknhd f klg x6f5 .

:yfglo khfltsf alpaHg ; Af0fsf sxl kxn cjZo eP . o; df ln-a8{gfds ; yfn]sf:slsf] z kf hnfwf/ lfd f :yfglo ; dbfo; f ldn} u/\$f]kxn, lj 1 kt\$ksdf/ >lj tyf blks l/hfnsf]l; 8 Aofl :yfkf ug[kōf; ; /fxglo 5 . To:t}afnlgnldf nflu] /fū / sl/fsf]k\$fk 36fpg sxl hlj s lj slnkx;sf]kōflū ePsf]5 . pbfx/ofsf nflu Onfdfs] ; Na^a uflj; df hlj s v]l\$fi] yfngl ePsf]5, To:t}:yfglo khfltsf alp ; Af0f / kōflūsf]yfngl /; j fsf] efh]uflj; df ePsf]5 t/ ol gu6o yfngl kof{t ePgg\ / k/lf0f lsfal 1fgd}; lldt /Xof].

alpdflysf]k/lge{tf 36fpg / cf'gf]:j t6g kōflū ug[clwsf/ xgg xg gbg l5d\$sl /fi6eef/taf 8f- a6bgf lzjfn] Psvfn]cleofg rnf0g\ ; f]cleofg ls; fgn]s; /l alpsf :yfglo khfltnf0{cjZostf cg'f/ ; wfl/Psf] khfltdf z kft/Of ug{/ alpsf]; /lft e08f/0fsf]af/df hgr]gf kmhpg ; S5g\eg]s/fdf slbt lyof]. alpdflysf]:j t6g clwsf/ sfod ug{of] cleofgsf]dvo p2zo xf].

uf]vk/ zx/ cf; kf; sf lj le6g ufpbf .uf]vk/ 06ef/fld6n PS; g ukln]kz;glo sfd ufof] alpdflysf] k/lge{tf 36fpg . ; yfn]Soflko/u-h, hEnū sffōnufotsf Ansx;df j ofzī / alpnf0{; wfl/Psf]khfltdf kl/j t6g ubz kōflū ufof] . f]kōflū alp e08f/Of u/l kōmōflū ug{ ; lsg]/ j ofzī / alp kōflū ug{gkg]agfof]. ; fy}; yfn] v] 8jfgdf k/\$f]ahf ; d] nufpg ; lsg]tyf v8]l ; xg] c6g Pj +t/sf/l\$ gofFkhfltsf]klg lj sf; ufof].

csf]pbfx/of ef/tsf]c?off-rn tyf p0/fv08 /hō c6tu\$sf lfgx;df Pslsē /fū tyf sl/f lgo6of sfōm\$sf] cjwf/Off xf]. o; df :yfglo khfltsf wfgsf] v]l le/fnf] uxlf-uxl agfP/ ul/Psf]5, dnsf]z kdf kzj :tsf]dn tyf %f/kft sxfP/ kōflū ePsf]5 . wfgsf]h/fdf nflu]sl/f lgo6of ug{wfg v]df lj le6g hftsf df5fkfng ul/Psf] 5l o; f] ubf{df5sf lglDt 5\$}bfgsf]Joj:yf ugkōb . o:tf kōf; n]/f; folgs dn tyf sl6gfzs lj ifbbsf]kōflū 36fp5 / df6f\$fi]uof:t/ sfod /V5 .

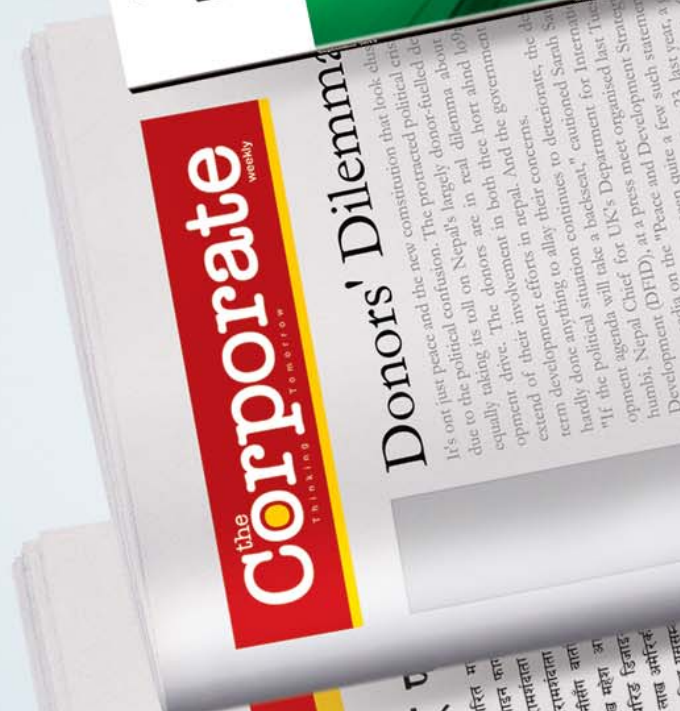
olb o; vfn]klj lwnf0{dbgkfy/f / c6o lfgx;df lewofpg] / kōflū ug[xf] eg] elj iodf :yfglo khfltsf alpsf]; Af0f tyf kōflūdf kfi; fxg ldn5 . alpdf blvPsf] k/lge{tf qndzll sd x6}hfg]/f; folgs dn tyf sl6gfzs lj ifbbsf]kōflū 36f5 .

hnjfo' kl/j t6sf]c; /af6 sg}klg lfg 6f9f 5g . lj Zj Jofkl z kdf s]if, jghEn, kfglsf :fif]x; nufot blgs hlj sflkthgsf le6g cfofdx;df o; n]kēj kf/\$f] 5 . xfn]klj zdf lj sl; te6b lj sf; ffdv dh\$x; Hofb ktfl8t 5g\ . o:tf dhsn]vfb ; /lffsf]sdhf] cj:yfnf0{; wfg]qndf alpj hgsf]eldsf cto6t dxlēj kōf{ xg5 .

-; Tofn cf0; g-gkfnf cg;6wfg ; xfofff z kdf sfo{t 5g\ .



YOUR COMPLETE NEWS.





अवलोकन: किन र कसरी ?

औपचारिक क्षेत्रमा अवलोकन (observation) लोकप्रिय थेगो हो- स्थलगत अवलोकन, अवलोकन भ्रमण, कक्षा अवलोकन आदि । तर, दुर्भाग्यवश हामी वास्तविक अवलोकन गर्न चाहिँ प्रायः चुकिरहेका हुँदारहेछौं । खासमा हामी धेरैले अवलोकनको अर्थ र आशयलाई आत्मसात् गर्नु बाँकी रहेछ ।

यो आलेखले अवलोकनको क्रममा हामी चुक्ने गरेका ठाउँ, अवलोकनको महत्त्व र अवलोकन गर्न सिक्ने-सिकाउने सही विधि र केही दृष्टान्त अधि सारेको छ ।

- सम्पादक

प्रक्रियागत सीपको प्रयोगबाट विषयवस्तु सिक्दै जाने र प्रक्रियागत सीप सिक्न विषयवस्तु आवश्यक पर्ने हुनाले प्रक्रियागत सीप र विषयवस्तुबीच दोहोरो सम्बन्ध रहेको हुन्छ । तर कतिपय शिक्षण-सिकाइमा प्रक्रियागत सीपको वास्ता नगरी विषयवस्तुको ज्ञान दिने प्रयास गरेको पाइन्छ । खासगरी विज्ञान र सामाजिक शिक्षाका विषयवस्तुहरू शिक्षण गर्दा प्रक्रियागत सीपलाई समावेश गरेर मात्र पाठयोजना वा क्रियाकलाप-विवरण तयार गर्नु उपयुक्त हुन्छ । प्रक्रियागत सीपको विकास शिक्षण-सिकाइलाई प्रभावकारी बनाउन मात्र नभई व्यावहारिक जीवनलाई सहज बनाउन पनि उपयोगी हुन्छ ।

प्राथमिक शिक्षा पाठ्यक्रम २०४८ को विषय-विस्तृतीकरणमा सामाजिक शिक्षा विषय अन्तर्गत निम्न १६ वटा प्रक्रियागत सीपहरू (process skills) समावेश गरिएका छन्:

१. अवलोकन	९. क्रमाङ्कन
२. वर्णन	१०. सहभागिता
३. छलफल	११. अनुमान
४. तुलना	१२. सूचना आदानप्रदान
५. वर्गीकरण	१३. प्रयोग
६. अभिलेखन	१४. समस्या समाधान
७. मापन	१५. खोजविन
८. सूचीकरण	१६. व्यवस्थापन

यी बाहेक अन्य पनि प्रक्रियागत सीपहरू हुनसक्छन्, जस्तै चित्राङ्कन ।

पाठ्यक्रमको उद्देश्य र विषयवस्तु अनुसार विज्ञान र सामाजिक शिक्षा शिक्षणका हरेक घण्टीमा कम्तीमा पनि एउटा प्रक्रियागत सीपको प्रयोग गरी शिक्षण-सिकाइका क्रियाकलापहरू सञ्चालन गर्नु राम्रो हुन्छ । पाठ र विषयवस्तु अनुसार कुन प्रक्रियागत सीप आवश्यक पर्ने हुन्छ भन्ने कुराको ज्ञान शिक्षकमा हुनुपर्छ । उसले पाठयोजना वा क्रियाकलाप-विवरण तयार पार्दा नै कुन-कुन प्रक्रियागत सीप र विधिको उपयोग गर्ने भन्ने बारेमा निर्णय गरिसक्नुपर्छ । 'प्रक्रियागत सीपको माध्यमबाट विषयवस्तु र विषयवस्तुको माध्यमबाट प्रक्रियागत सीप सिकाइ' भन्ने कुरालाई पनि ध्यान दिनुपर्छ । सचेत रूपमा प्रक्रियागत सीपहरूको प्रयोग विना विषयवस्तुको ज्ञान, सीप र अभिवृत्तिको विकास यथोचित मात्रामा नहुने भएकाले शिक्षणमा प्रक्रियागत सीपलाई महत्त्व दिनु पर्दछ । यस्तो हुन नसक्दा विभिन्न विषयवस्तुको सिकाइ अधुरो, अपूरो र गलत समेत हुने गरेको पाइएको छ ।

थुप्रै देशहरूमा विभिन्न प्रक्रियागत सीपका आधारमा शिक्षण गर्ने प्रचलन छ । फिलिपिन्समा विज्ञान शिक्षणका प्रयोगात्मक क्रियाकलापहरूमा विभिन्न प्रक्रियागत सीप प्रयोग गरिन्छ । तीमध्ये अनुमान-अवलोकन-व्याख्या (Predict, Observe, Explain- POE) लाई आधारभूत अंगका रूपमा लिने गरिएको छ । यस अन्तर्गत सर्वप्रथम विद्यार्थीलाई वैज्ञानिक तथ्यका आधारमा के नतिजा आउँछ भन्ने अनुमान गर्न लगाइन्छ । त्यसपछि प्रयोगात्मक क्रियाकलाप सञ्चालन गरी त्यसको अवलोकन गर्न लगाइन्छ । अन्त्यमा विद्यार्थीले अनुमान गरेका कुरासँग जोडी प्रयोगात्मक क्रियाकलापबाट आएको नतिजाको व्याख्या गर्न विद्यार्थीलाई नै लगाइन्छ । यसरी शिक्षण गर्दा विज्ञानका विषयवस्तुलाई कथा-कहानीका रूपमा नभई तथ्यका

आधारमा विद्यार्थीले ग्रहण गर्ने गर्दछन् र अर्को क्रियाकलापका लागि अनुमानको आधार तयार हुन्छ। कुनै पनि तथ्यका पछाडि के, किन, कसरी जस्ता प्रश्नको उत्तर नखोजी सिकाइ पूर्ण हुँदैन। यसलाई आधार मानी शिक्षणसिकाइ गर्दा ज्ञानको निर्माण गर्ने कार्यको जिम्मेवारी शिक्षार्थी स्वयंलाई दिनु अत्यावश्यक हुन्छ। जापानमा अवलोकन सीप र प्रयोगात्मक क्रियाकलापका आधारमा विज्ञान शिक्षण गरिने भएकाले तल्ला कक्षाहरूमा विज्ञान विषयका पाठ्यपुस्तकको ६० प्रतिशत भन्दा बढी भाग फोटो, चित्र, चार्ट र ग्राफ आदिले भरिएको हुन्छ। फोटो, चित्र आदिको अवलोकन मात्रैले पनि विद्यार्थीमा विषयवस्तुको ज्ञान, सीप र अभिवृत्ति विकासमा ठूलो सहयोग पुग्ने तथ्यलाई उनीहरू धेरै महत्त्व दिने गर्दछन्।

अमेरिकामा विज्ञान र गणितका शिक्षकको मुख्य कार्य भनेको विद्यार्थीमा जिज्ञासा पैदा गर्नु र खोजी कार्यलाई प्रोत्साहित गर्नु हो। भनिन्छ, विज्ञान शिक्षकले कक्षामा बोल्ने ८५ प्रतिशतभन्दा बढी र गणित शिक्षकले बोल्ने ८० प्रतिशत भन्दा बढी वाक्यहरू प्रश्नात्मक हुने गर्दछन्। के हुन्छ, किन हुन्छ र कसरी हुन्छ जस्ता प्रश्नद्वारा शिक्षार्थीलाई खोजीका लागि उत्प्रेरित गरिन्छ। प्रश्नको उत्तर खोज्ने क्रममा उनीहरू तथ्यको स्मरण, अवलोकन, प्रयोग र पाठ्यपुस्तक तथा अन्य स्रोत-सामग्रीको अध्ययन गर्ने गर्छन्। यसरी शिक्षणसिकाइको वातावरण तयार पारी सिकाइ सुनिश्चित गर्नुलाई नै शिक्षकको मूलभूत जिम्मेवारी मान्ने गरिन्छ। उनीहरूबीच एउटा भनाइ प्रचलित छ, As a teacher I have only questions, as a student you must find your answers yourself. (शिक्षकका रूपमा मसँग प्रश्न मात्र छन्, विद्यार्थीका रूपमा तिमिले त्यसको उत्तर आफैँ खोज्नुपर्छ।) यही सूत्रलाई अमेरिकाले गरेका आविष्कार र वैज्ञानिक प्रगतिको आधार मानी शिक्षकहरू गौरव गर्ने गर्दछन्। यसप्रकार, विभिन्न देशमा विभिन्न तरीकालाई आधार मानी शिक्षण-सिकाइ गर्ने प्रचलन छ भने सर्वत्र प्रक्रियागत सीपहरूलाई नै त्यसको प्रमुख आधारका रूपमा लिने गरेको पाइन्छ।

प्रक्रियागत सीपलाई आधारभूत र संश्लेषित गरी मुख्य रूपमा दुई भागमा बाँड्ने गरिएको छ। सबै प्रक्रियागत सीप आ-आफ्नो स्थानमा उत्तिकै महत्त्वपूर्ण भए पनि अवलोकनलाई सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण मानिन्छ। अवलोकनका आधारमा नै तथ्यहरूलाई ग्रहण गर्ने, बुझ्ने र व्याख्या गर्ने गरिन्छ। विज्ञानमा आवश्यकता अनुसार पाँचओटै ज्ञानेन्द्रियहरू विभिन्न वैज्ञानिक तथ्यको अवलोकन गर्न प्रयोग गरिन्छन्। तर अवलोकन भनेको त्यति मात्र होइन। पाठ्यपुस्तकमा दिइएका विषयवस्तुहरूको गहिरो र विश्लेषणात्मक ढंगबाट अध्ययन गर्ने वा ग्रहण गर्ने कार्य पनि अवलोकन नै हो।

शिक्षण-सिकाइका लागि आगमन ज्यादै प्रभावकारी विधि हो। अवलोकन यसको सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण र पहिलो चरण हो। अवलोकन सीपको प्रयोग र विकास हुन नसक्दा सामाजिक अध्ययन, विज्ञान, गणित र नेपाली भाषाको शिक्षण सिकाइमा देखिएका विषयगत कमजोरीका केही अनुसन्धानात्मक उदाहरण यहाँ प्रस्तुत गरिएका छन्:

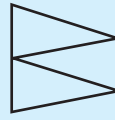
सामाजिक अध्ययन शिक्षण

सामाजिक अध्ययन वा शिक्षा औपचारिक, अनौपचारिक र अनियमित हरेक आयाममा सधैं चलिरहने प्रक्रिया हो। आफ्नो परिवार, समाज र राष्ट्रबारे आधारभूत कुरा मानिसले थाहा पाएकै हुन्छ। आफ्नो

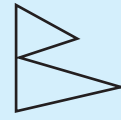
देशको ऋण्डाको आकृति नदेख्ने नागरिक विरलै पाइएला। तर हामीमा अवलोकन सीपको विकास नभएकाले सधैं देखिरहेको, धेरै पल्ट आफैँले उचालेको र कक्षा तथा पाठ्यपुस्तकमा पढेको आफ्नै राष्ट्रिय ऋण्डाको आकारबारे पनि हामीमा अपूर्ण र गलत ज्ञान रहने गरेको अध्ययनबाट पत्ता लागेको छ। शिक्षण तथा प्रशिक्षणका क्रममा नेपालको राष्ट्रिय ऋण्डा बनाउने क्रियाकलाप गराउँदा धेरै प्रशिक्षार्थीहरूले आधारभूत रूपमै गलत आकृतिको ऋण्डा बनाउने गरेको पाइएको छ।

तलको चित्रमा देखाइएका (क देखि ज सम्मका) आकृतिका अतिरिक्त पनि प्रशिक्षार्थीले अन्य धेरै प्रकारका आकृति बनाउने गरेको पाइन्छ। कुनै कुनै समूह (२५ जना) ले त १७ प्रकारका आधारभूत रूपमै फरक आकृतिका ऋण्डा बनाएको पनि देखिएको छ। यीमध्ये (छ) को जस्तो सही आकृति बनाउने सहभागीको संख्या ५ प्रतिशतको हाराहारी मात्र रहेको छ।

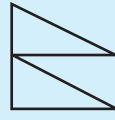
नेपालको ऋण्डाको बाहिरी घेरा बनाउन लगाउँदा प्रशिक्षार्थीले बनाएका केही आकार



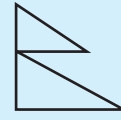
(क)



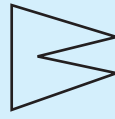
(ख)



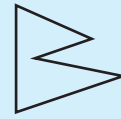
(ग)



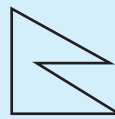
(घ)



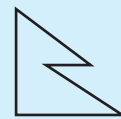
(ङ)



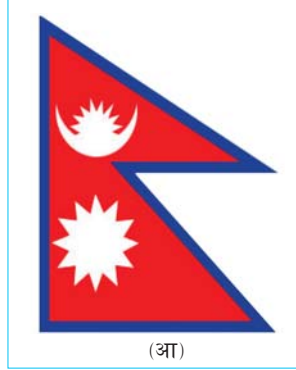
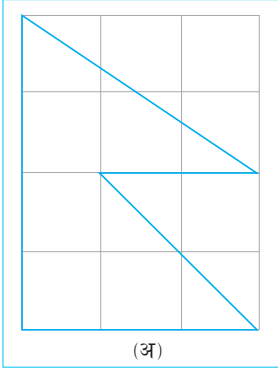
(च)



(छ)



(ज)



नोट: लम्बाइतर्फ ४ एकाइ र चौडाइतर्फ ३ एकाइको आयत लिई १२ ओटा समान आकारमा बर्गाकार कोठा बनाई बर्ग विधिबाट बनाइएको ऋण्डाको आकृति बक्स। (अ)

कक्षा ६ को पूर्वव्यावसायिक विषयमा नेपालको राष्ट्रिय ऋण्डा बनाउन सिकाउने बक्स (अ) (माथि) को जस्तो क्रियाकलाप तीसौं वर्षदेखि नै पाठ्यपुस्तकमा राखिएको हो। तर पनि सिकाइ उपलब्धिको अवस्था भने अत्यन्तै कमजोर रहेको पाइएको छ। अरु कतिपय पुस्तक र प्रकाशनहरूमा समेत तलको चुचोलाई लामो बनाउने वा बीचमा कुना जोडिदिने जस्ता किसिमका गल्ती कमजोरीहरू रहेको देखिन्छ। वस्तुतः नेपालको राष्ट्रिय ऋण्डा बक्स (आ) (माथि) मा रहेको जस्तो आकृतिको हुन्छ।

नेपालको ऋण्डा संविधानको अनुसूचीमा दिइएको विधि अनुसार बनाउँदा बन्दछ। तर, (अ) अनुसारको विधिद्वारा ऋण्डा निर्माण गर्नु वढी सरल हुन्छ।

अवलोकन सीप र अभ्यासको अभावमा नै यस प्रकारका कमजोरी उत्पन्न हुन पुग्छन्। सामाजिक शिक्षाका विषयवस्तुमा मात्र होइन सधैं व्यवहार र प्रयोगमा आउने गरेका अन्य विषयवस्तुको बुझाइमा पनि यस प्रकारको कमजोरी रहने गरेको पाइएको छ।

विज्ञान शिक्षण

सबैले अध्ययन र छलफल गर्ने विज्ञानको एउटा प्रचलित विषयवस्तु हो- वनस्पति (बोटबिरुवा) ले श्वासप्रश्वास लिने प्रक्रिया। यसका सन्दर्भमा अध्ययन गर्दा पनि सहभागीमा सही ज्ञानको अभाव देखिएको/पाइएको छ। विद्यार्थीमा मात्र होइन माध्यमिक तहमा विज्ञान विषय शिक्षण गर्ने शिक्षकहरूमा समेत यस्तो कमजोरी पाइएको छ। अध्ययनका क्रममा सहभागीलाई निम्न अनुसारको प्रश्न र उत्तर समावेश भएको कागज वितरण गरी उत्तर संकलन गर्ने गरिएको छ:

वनस्पतिले श्वासप्रश्वास गर्दा कुन ग्याँस लिन्छ र कुन ग्याँस छोड्छ ?

- (क) कार्बनडाइअक्साइड लिन्छ र अक्सिजन छोड्छ।
- (ख) अक्सिजन लिन्छ र कार्बनडाइअक्साइड छोड्छ।
- (ग) दिनमा कार्बनडाइअक्साइड लिन्छ र अक्सिजन छोड्छ तथा रातमा अक्सिजन लिन्छ र कार्बनडाइअक्साइड छोड्छ।
- (घ) रातमा कार्बनडाइअक्साइड लिन्छ र अक्सिजन छोड्छ तथा दिनमा अक्सिजन लिन्छ र कार्बनडाइअक्साइड छोड्छ।

यसरी संकलित उत्तरहरू अध्ययन गर्दा (क) उत्तर दिने सहभागीको सङ्ख्या ६० प्रतिशत, (ग) उत्तर दिने सहभागीको सङ्ख्या ३० प्रतिशत, (घ) उत्तर दिने सहभागीको सङ्ख्या ५ प्रतिशत र सही उत्तर (ख) दिने सहभागीको सङ्ख्या ५ प्रतिशतको हाराहारी भएको पाइएको छ। यसो हुनुको कारण सो विषयवस्तुसम्बन्धी सही ज्ञानको अभाव नै हो। यस्तो ज्ञान, ज्ञान प्राप्त गर्ने प्रमुख चार तरीकाहरू- सुनेर, देखेर, पढेर र प्रयोग गरेर- मध्ये कुन तरीकाबाट प्राप्त गरेको भनी सहभागीहरूलाई सोध्न सबैजसोले 'पढेर' भन्ने गरेका छन्। कुनै पनि पाठ्यपुस्तकमा वनस्पतिले श्वासप्रश्वास गर्दा कार्बनडाइअक्साइड ग्याँस लिन्छ र अक्सिजन ग्याँस छोड्छ भन्ने लेखिएको छैन। तर आम रूपमा उनीहरूमा यही गलत धारणा रहेको पाइन्छ, जुन कुरा प्रकाश संश्लेषण कार्यमा मात्र सत्य हुन्छ।

यहाँ अवलोकन भन्नाले वनस्पतिले श्वासप्रश्वास गरेको प्रत्यक्ष अवलोकन भन्न खोजिएको होइन, पाठ्यपुस्तकमा दिइएको विषयवस्तुको अवलोकन नै भन्न खोजिएको हो। अनुमान, अवलोकन र व्याख्याको चरण अपनाउने हो भने विद्यार्थीहरूले उक्त प्रकारका गलत कुराहरू सिक्दैनन्। विद्यार्थीहरूलाई प्रश्न सोध्ने, सोचन लगाई अनुमान गर्न लगाउने र पाठ्यपुस्तकमा दिइएको पाठ्यवस्तु अध्ययन गर्न लगाउने क्रियाकलाप गर्दा मात्रै पनि प्रयोगात्मक क्रियाकलाप गराउने वातावरण कमजोर रहेको हाम्रो जस्तो अवस्थामा उनीहरूले सही ज्ञान पाउन सक्दछन्। हुन त, 'हामी किन सास फेर्छौं?' भन्ने प्रश्न सोधेर गरिएको पूरक अध्ययनमा सहभागीबाट, विद्यालय शिक्षा प्राप्त नगर्ने र कक्षा एका विद्यार्थीको जस्तो, 'बाँचन' भन्ने उत्तर आएबाट उनीहरूमा श्वासप्रश्वास सम्बन्धी आधारभूत ज्ञानकै अभाव रहेको पनि पुष्टि हुन्छ। 'हामीलाई शक्ति चाहिन्छ र त्यो शक्ति पाउनका लागि सास फेर्छौं' भन्ने उत्तर त शिक्षित र प्रबुद्ध वर्गबाट सुन्न समेत विरलै पाइन्छ। त्यसैले अवलोकनको अर्थ विज्ञान वा प्राकृतिक कुराको तथ्य र घटना अवलोकन मात्र हो भन्ने कुरा बुझ्नु उपयुक्त हुँदैन। पाठ्यपुस्तकमा लेखिएको कुराको सचेत अध्ययन पनि अवलोकन भित्रै पर्दछ।

पढाउनाले कुरा बिग्रन्छ, शिक्षार्थीलाई खोज गर्न उत्प्रेरित गर्नुपर्छ। पाठ्यपुस्तकमा नदिइएका विषयवस्तु समेतका बारेमा प्रश्न गरेर सकभर विद्यार्थीबाट नै उत्तर प्राप्त गर्ने प्रयास गरी विद्यार्थीले उत्तर दिन नसके मात्र शिक्षकले सहजीकरण गर्नु उपयुक्त हुन्छ। हामी शिक्षकहरू पाठको शुरुमा प्रश्न गर्नु विद्यार्थीप्रति अन्याय गरेको ठान्ने गर्दछौं। 'पढाएकै छैन कसरी प्रश्न गर्नु? पढाएपछि पो प्रश्न गर्नुपर्छ त' हामी भन्ने गर्छौं। अर्थात् प्रश्नोत्तर भनेको मूल्याङ्कन गर्नका लागि मात्र हो भन्ने हाम्रो बुझाइ छ। प्रश्नोत्तरलाई सबै भन्दा उपयुक्त शिक्षण विधि हो भनी बुझ्न र बुझाउन सकिएको छैन, हामी बाह्र हात नाघेर पनि वित्तमा हारेर धेरै अपजस र दोषहरू खेपिरहेका छौं। प्रश्नोत्तरमा **APPLE** (Ask a question to the whole class/group, Pause for thinking/writing, Pick a person/group, Listen carefully by teacher/students & Ensure/Evaluate) विधि मात्र पनि अपनाउन सकेमा सिकाइ सम्बन्धी धेरै समस्याहरू समाधान हुन्छन्। यहाँ **APPLE** को अर्थ हो- शिक्षकले कक्षाका सबैलाई प्रश्न सोधी सोचन/खोजनलाई केही समय दिने अनि कुनै विद्यार्थी वा समूहलाई तोकिएको उत्तर दिन लगाउने, उनीहरूले भनेका कुरा सबैले ध्यानपूर्वक सुन्ने र अन्त्यमा विद्यार्थीहरूले गरेको प्रयासलाई सराहना र प्रशंसा गर्दै उक्त विषयवस्तुका बारेमा

सही निष्कर्षमा पुग्ने ।

अमेरिकामा विज्ञान पढाउने शिक्षकले जस्तो ८५ प्रतिशत वाक्य प्रश्नात्मक प्रयोग गर्ने हो भने हाम्रो शिक्षण सिकाइका धेरै समस्या समाधान हुन सक्दछन् । पढाउने भन्दा सिकाइको वातावरण तयार पार्ने र सिकाइ सुनिश्चित गर्ने कुरालाई शिक्षकले आफ्नो प्रमुख कार्य मान्नुपर्दछ ।

गणित शिक्षण

गणितका विषयवस्तु सिकाउन पनि अनुमान, अवलोकन र व्याख्याको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ । शिक्षकले विद्यार्थीमा रहेको पूर्वज्ञानलाई आधार मानेर पाठको विकासका लागि सान्दर्भिक प्रश्नहरू प्रस्तुत गरी उत्तर पत्ता लगाउन वा अनुमान गर्न लगाउनु उपयुक्त हुन्छ ।

अवलोकन नगरी प्रश्नलाई बुझ्न र उत्तर पत्ता लगाउन सकिदैन । गणित शिक्षण-सिकाइमा अवलोकन सीपको अभावमा कस्तो परिणाम आउँछ भन्ने कुरा बुझ्न एउटा उदाहरण हेरौं:

अध्ययनका क्रममा दिने गरिएको गणितको एउटा प्रश्न

तल दिइएको हिसाब गरी हेरौं ।

$$1001010010 \div 2 = \boxed{}$$

नोट : क. मनमनै गर्न सकिन्छ भने खेसा गरेर देखाउन आवश्यक छैन । इलेक्ट्रोनिक साधन र सहपाठीको सहयोग नलिऊँ ।

ख. दिइएको टुकामा प्रश्न र उत्तर मात्र लेखौं ।

अब तलका प्रश्नमा विचार गरौं ।

- हिसाबको कुन कार्य गर्नुभएको हो ?
- दुईले कतिलाई भाग गर्नुभएको हो ?
- के भाग गर्दा अल्पविरामको प्रयोग गर्नुभयो ?
- १,००,१०,१०,०१० लाई कसरी अर्बको सङ्ख्या हो भनेर पत्ता लगाउनुहुन्छ ?
- धेरै ओटा उत्तरहरू आउनुको कारण के हो ?
- हिसाब अप्ठ्यारो कि हामी ?

अध्ययनका क्रममा सहभागीहरूलाई २ ले १००१०१००१० लाई भाग गर्ने हिसाब दिने गरेकामा कुनै-कुनै अवस्थामा त २५ जना सहभागीको समूहबाट १८ ओटासम्म उत्तर आएको पाइएको छ । ५.५५५ देखि ५००५०५००५० सम्म उत्तर आएका छन् । आएका उत्तरहरू कार्डमा संकलन गरेपछि कतिलाई भाग गर्नुभएको हो, तपाईंको उत्तर कति हो, भाग गर्दा अल्पविराम चिन्ह (,) प्रयोग गर्नुभयो कि भएन जस्ता प्रश्नहरू सोध्दा प्रायजसो सही उत्तर आएन । यसबाट के पुष्टि हुन्छ भने हिसाबलाई अंकको खेल वा जादू मात्र मान्ने गरिएको छ । अध्ययनमा सही उत्तर मिलाउने सहभागीको सङ्ख्या ५ प्रतिशतभन्दा कम छ, अरु उत्तरलाई सङ्ख्यामा पढेर 'पचास करोड पाँच लाख पाँच हजार पाँच' भन्ने सहभागी त पाउँदै पाइएन भन्दा पनि हुन्छ । सबैजसो सहभागीले आफूले निकालेको उत्तर

पढ्न लगाउँदा 'पाँच शून्य शून्य पाँच शून्य, पाँच शून्य शून्य पाँच शून्य' भन्ने गरेको पाइयो । यही प्रश्नलाई मौखिक रूपमा ढालेर 'एक अर्ब दश लाख दश हजार दश रुपैयाँ दुई जनालाई बराबर गरी बाँड्दा कति-कति पाउँछन्?' भनी सोध्दा विद्यालय नै नगएका र औपचारिक शिक्षा नै नलिएका कतिपय व्यक्तिहरूबाट सही उत्तर आउने गरेको छ । तर बीसौं वर्षको औपचारिक शिक्षा लिएका र शिक्षणसिकाइमा लामो समयदेखि संलग्न धेरैजसो व्यक्तिहरूबाट भने सही उत्तर नआउने गरेको पाइएको छ ।

अधिकांश सहभागीले समस्या समाधान गर्दा अल्पविराम चिन्हको प्रयोग गरेको पाइएन र अल्पविराम चिन्ह प्रयोग गर्नेले पनि सङ्ख्या पढ्दा 'एक-दश-सय-हजार-दश हजार-लाख-दशलाख-करोड-दश करोड-अर्ब' भन्ने गरेको पाइयो । यसबाट गणितमा अल्पविराम चिन्हको प्रयोगसम्बन्धी शिक्षण अधुरो देखियो । अल्पविराम चिन्ह प्रयोग गरेपछि सङ्ख्या पढ्दा 'एक-दश-सय' पढ्नु आवश्यक छैन; साथै समूह छुट्याइसकेको हुनाले 'हजार-दश हजार'को सट्टा उक्त समूहलाई हजार, 'लाख-दश लाख'को समूहलाई लाख तथा 'करोड-दश करोड'को समूहलाई करोड भनी पढ्नु उपयुक्त हुन्छ । तर यस्तो प्रकारको अभ्यास गर्ने-गराउने गरेको पाइँदैन ।

हामीले गणित सिक्दा र सिकाउँदा अनुमान (predict/estimate) गर्ने कुरालाई महत्त्व नदिएकाले यस्तो अवस्था आएको हो । गणित शिक्षणमा हिसाबभन्दा बढी बेहिसाब नै हुने गरेको पाइएको छ । हामी गणितलाई व्यवहारसँग जोडेर अध्ययन-अध्यापन गर्दैनौं । गणित शिक्षणमा उपयुक्त भाषा चयन हुन नसकेको तथ्य पनि तीतो यथार्थ नै हो । तलको बक्समा दिइएको भिन्नको समस्या सम्बन्धी प्रश्न-उत्तरलाई यसको एउटा उदाहरणका रूपमा लिन सकिन्छ:

$$\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} \text{ लाई कसरी पढ्नुहुन्छ ? भनी दिइएको कार्यमा आएका उत्तर}$$

- एकका मुनि दुई गुणा एकका मुनि दुई,
- एकबट्टा दुई गुणे एकबट्टा दुई,
- वान वाइ टु इन्टु वान वाइ टु,
- वान अपन टु इन्टु वान अपन टु,
- आधा गुणा आधा,
- हाफ इन्टु हाफ,
- आधाको आधा,
- हाफ अफ हाफ आदि ।

यीमध्ये (क) देखि (च) सम्मका उत्तरहरू भिन्नका 'वर्णविन्यास' मात्र हुन् । तर त्यस्तो कुनै पनि अर्थ नलाने अव्यावहारिक तरीकाले पढ्दा ज्ञानलाई व्यवहारमा जोड्न नसकेर भिन्नलाई भिन्नै विषयवस्तुका रूपमा र भिन्नको हिसाबलाई जटिल क्रियाका रूपमा लिने गरेको पाइन्छ । (छ) र (ज) का उत्तरहरू भने सही हुन् । आम रूपमा गणितको क्रियामा X चिन्हको अर्थ 'को' (of) भन्ने थाहा भएर पनि प्रयोगमा ल्याउन सकिएको छैन । गणितको खण्डित (disintegrated वा segregated) ज्ञानका कारणले नै यसो हुन गएको हो । तल्लो कक्षामा गणितलाई व्यावहारिक तरीकाले शिक्षण-सिकाइ गर्न नसक्दा भिन्नलाई जटिल विषयवस्तु ठान्ने गरिएको छ ।

भिन्नको सिकाइ-उपलब्धि को स्थिति भिन्नको जोडको सबै भन्दा सरल निम्न समस्याबारे सहभागीहरूको प्रतिक्रियाबाट बुझ्न सकिन्छ:

तल दिइएको भिन्नको जोड गर्नुहोस् । मनमनै हिसाब गरेर बाकसमा उत्तर लेख्न सकिन्छ, आवश्यक परे खेसा गर्नुहोला ।

$$\frac{1}{2} + \frac{1}{2} =$$

यसको उत्तर निकाल्ने क्रममा सबैजसो उत्तरदाताले खेसा गरेका थिए । सही उत्तर १ निकाल्ने उत्तरदाता ८० प्रतिशतको हाराहारीमा रहेका भए पनि समाधान गराइको तरीका भने अंकको खेल नै रहने गरेको पाइयो । करीब २० प्रतिशत उत्तरदाताले भने ० देखि लिएर सोभन्दा माथिका सात किसिमका उत्तर निकालेका थिए ।

माथिको अध्ययनबाट के पुष्टि हुन्छ भने उत्तरदाताहरूलाई 'भिन्न' धेरै गल्हो विषयवस्तु हो भन्ने लागेको छ । तर विद्यालय शिक्षा नै नपाएका वा पाँच वर्षभन्दा कम उमेरका नानीहरूले समेत उक्त समस्यालाई 'आधामा आधा थप्दा कति हुन्छ?' भनी सोध्यो भने 'एक हुन्छ' भनी सजिलै सही उत्तर दिन्छन् ।

प्राथमिक तहको गणित शिक्षण गर्ने क्रममा ८० प्रतिशतभन्दा बढी अपूरो, अधुरो वा गल्ती हुने गरेको पाइएको छ । तर गणितका विषयवस्तुलाई अत्यन्त सहज ढंगबाट शिक्षण गर्ने तरीकाहरू छन् र तिनको प्रयोग गर्न सरल, सहज साथै सम्भव पनि छ । आधारभाषी (ethnography) विधि र भाषा अनुभवशैली (language experience approach) जस्तै महत्त्वपूर्ण तरीकाहरू हुन्, तर यिनलाई अपनाउन सकिएको छैन । १/२ लाई 'एकका मुनि दुई' भन्नाले केही पनि बुझाउन सकिदैन । तर 'आधा' भन्नाले विद्यालयीय शिक्षा प्राप्त नगर्नेहरू वा विद्यालय आउनुपूर्वका बालबालिकाले पनि सजिलै कुरा बुझ्न सक्छन् । १/२ लाई 'एकका मुनि दुई' भन्न सिकाउने हो भने १/२ लाई किन बाह्र भन्न सिकाउने? 'एकका पछाडि दुई' भन्नुपर्ने होइन र? त्यसैले अवलोकन सीप विकास गराउन र अनुमान गर्न सक्ने बनाउन भाषा अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण कुरा हो ।

माथिका तीनओटै उदाहरणमा गणितका सरल विषयवस्तुलाई अवलोकन सीपको अभावले जटिल बनाइदिएको देखिन्छ । तसर्थ गणित शिक्षण गर्दा अवलोकन सीप विकास गर्न यसलाई व्यावहारिक जीवनसँग जोड्न सक्नुपर्छ । यसो भए मात्र गणित सिक्न र सिकाउन सरल साथै सहज पनि हुन्छ ।

नेपाली भाषा शिक्षण

नेपाली भाषा शिक्षणमा विद्यार्थीलाई वर्णविन्यास सिकाउन ठूलो प्रयास गर्ने गरिएको छ । तर उनीहरूलाई वर्णविन्यास अत्यन्तै कठिन लाग्ने गरेको र तिनको उपलब्धि पनि न्यून नै रहने गरेको छ । अंग्रेजीमा पहिलो शब्द र पहिलो कक्षादेखि नै सही वर्णविन्यास खोजिन्छ तर नेपालीमा उपल्ला कक्षाहरूसम्म पुगिसक्दा पनि सही वर्णविन्यास सिकाउन, पहिचान गराउन नसकेर हामी लखतरान हुन्छौं । वर्णविन्यास शिक्षणका क्रममा आजसम्मका विधि र तरीका त्यति प्रभावकारी हुन

नसकेको तथ्य तलको अध्ययनबाट पुष्टि हुन्छ:

वर्णविन्यासमा देखिने विविधता	
विद्यालय:	विद्यालय, विद्यालय, विद्यालय आदि सात प्रकारका
उज्ज्वल:	उज्जल, उज्वल, उजोल, उज्जवल आदि नौ प्रकारका
द्वन्द्व:	द्वन्द, दोन्द, दोन्द्र, द्वन्द, द्वन्द्व, द्वन्द्व आदि १४ प्रकारका
श्रृङ्गार:	श्रृंगार, श्रृगार, सिंगार, श्रृङ्गार, श्रृङ्गार आदि २३ प्रकारका
रूख:	रुव, रुख, रुरुव, रूख, रूख, रुख आदि छ प्रकारका
खुरूखुरू:	रवुरुरवुरु, रवुरुरवुरु, रवुरुरवुरु, खुरूखुरू, खुरूखुरू, खुरूखुरू आदि सात प्रकारका ।

यस अध्ययनमा विद्यालय, उज्ज्वल, द्वन्द्व, श्रृङ्गार, रूख, खुरूखुरू जस्ता शब्दहरूको श्रुतिलेखन (dictation) गर्न लगाउँदा एउटै शब्दका २३ ओटासम्म फरक वर्णविन्यास लेख्ने गरेको पाइएको छ । सानो कक्षादेखि लेखिआएको शब्द 'विद्यालय' लेख्दा समेत ८० प्रतिशतभन्दा बढी गल्ती हुने गरेको छ भने 'विद्यालय' उच्चारण गर्नुपर्नेमा ८० प्रतिशतभन्दा बढीले 'विद्यालय', 'विद्व्यालय' वा 'विधालय' उच्चारण गर्ने गरेको पाइन्छ । यस्तो गल्ती हटाउन वा रोक्नका लागि २०४८ सालको कक्षा एकको 'मेरो नेपाली' पाठ्यपुस्तकमा 'विद्यालय' नै लेखेर शिक्षक र विद्यार्थीलाई सही बाटोमा डोर्‍याउने प्रयास गरिएको थियो । तर अवलोकन सीपको अभावमा सोही पाठ्यपुस्तक पढाउने ८५ प्रतिशतभन्दा बढी शिक्षक र सो पुस्तक पढ्ने सबैजसो विद्यार्थीले विद्यालय लेख्दा, बोल्दा वा उच्चारण गर्दा उक्त कुराको हेक्का नराखेको र गलत लेख्ने-बोल्ने गरेको पाइएको छ ।

हुन त वर्णविन्यास शिक्षणका लागि पाठ्यपुस्तक संसर्ग विधिलाई महत्त्वपूर्ण विधिको रूपमा चर्चा गर्ने गरेको पाइन्छ तर व्यवहारमा त्यसको उपयोग हुन भने सकेन । वर्णविन्यास शिक्षणका क्रममा हामीले अपनाएको तरीका कमजोर सावित भएपछि अब नयाँ तरीका पहिल्याउन सक्नेपर्छ । यस्तो नियम छ, उस्तो नियम छ भनेको र घोकाएको भरमा काम हुन सकेन । हामीले अपनाउनुपर्ने नयाँ विधि हो **अनुमान, अवलोकन र व्याख्या** । जुन शब्दको वर्णविन्यासमा विद्यार्थीले गल्ती गर्ने गरेको छ त्यसको पहिचान गरी उसलाई पुस्तकसँग मिलाए-नमिलेको अवलोकन गर्न लगाउने । कुनै नयाँ शब्द सिकाउँदा अनुमान गरी लेख्न लगाउने र लेखिदिएर अवलोकन गर्न लगाउने अनि अभ्यास गराई आवश्यक भएमा व्याख्या पनि विद्यार्थीलाई नै गर्न लगाउने; शिक्षकले व्याख्या गर्ने होइन । यसरी शिक्षण गर्ने गरेमा कुनै शब्दमा भविष्यमा आउने हिज्जेसम्बन्धी परिवर्तनलाई पनि देख्न, सिक्न र अपनाउन सहज हुने कुरा अध्ययनबाट देखिएको छ ।

अबको बाटो के त ?

माथिका तथ्यहरूबाट एउटा निष्कर्षमा पुग्नैपर्ने भएको छ । त्यो हो- 'हामीले अहिलेसम्म जे-जसरी शिक्षण गर्‍यो धेरै राम्रो गर्‍यो, तर हामी यसबाट त्यति सन्तुष्ट भने हुन सकेनौं ।' सन्तुष्ट नहुनु राम्रो कुरा हो । विभिन्न विषय र विषयवस्तुको सिकाइ-उपलब्धि सन्तोषजनक रहने । धेरै तालिम लियौं, धेरै तालिम दियौं तर तालिमप्रतिको बुझाइ पनि

एकैखाले रहेन। विभिन्न कार्यमूलक अनुसन्धान (action research) गन्यौ तर आफूलाई परिवर्तन गर्न गाह्रो नै भइरह्यो। विद्यार्थीले सिक्न नसकेको कारण उनीहरूतिरै फर्काइदियो। हरेक समस्याको समाधान हुनसक्छ तर त्यसको कारक को हो, के हो पत्ता लगाउन सक्नुपर्छ। विद्यार्थीलाई खोजी गराउन नसक्नु र आफूले पनि खोजी गर्न नसक्नु एउटा प्रमुख मुद्दा हो।

भनिन्छ, वर्तमान अवस्थामा हामी कुनै कुराको उपलब्धिमा सन्तुष्ट छैनौं र त्यसमा सकारात्मक परिवर्तन ल्याउन चाहन्छौं भने पाँचओटा 'M' मा परिवर्तन गर्नुपर्छ। ती हुन् जनशक्ति (Manpower/human resource), लगानी (Money), विधि (Method), सामग्री (Material) र व्यवस्थापन (Management)। यीमध्ये हामी शिक्षकले परिवर्तन गर्न सक्ने सबैभन्दा सरल र सहज कुरा भनेको 'विधि' नै हो।

विभिन्न विषयवस्तु शिक्षणका क्रममा विद्यार्थीलाई पहिला नै 'के? किन? कसरी?' भनी प्रश्न गरी उनीहरूलाई सिक्नका निम्ति प्रेरित मात्र गर्न सक्थौं भने धेरै समस्या समाधान गर्न सक्छौं। सिक्न सिकाउनु (learning to learn) नै प्रमुख सिकाइ हो, विषयवस्तु सिक्नु ठूलो कुरा होइन। कुन कुरा कसरी सिक्ने भन्ने नजानी सिक्न सकिदैन। कुनै एउटा विषयवस्तु सिकाउनु र सिक्नुलाई महत्त्व दिनु भन्दा विद्यार्थीलाई सिक्ने ज्ञान, सीप र अभिवृत्ति दिनु ठूलो कुरा हो। यसका लागि अवलोकन सबैभन्दा प्रमुख सीप हो। अवलोकन सीपको अभावमा नै सिकाइसम्बन्धी धेरैजसो कमजोरी देखा परेका हुन्। हरेक कुरालाई गहिरो र विश्लेषणात्मक ढंगबाट हेर्न र ग्रहण गर्न-गराउन POE महत्त्वपूर्ण क्रियाकलाप हो। हुन

त यो विज्ञान सिकाइमा विशेषतः फिलिपिन्समा प्रयोग हुँदै आएको विधि हो। तर सम्पूर्ण विषय र विषयवस्तुको सिकाइमा यसलाई अपनाउन सकिन्छ।

जुनसुकै उमेर र कक्षाका विद्यार्थीलाई हामी निरक्षर ठान्दछौं। पाठ्यपुस्तकमा भएका कुरालाई ठूलो शक्ति लगाएर भनिदिनुलाई शिक्षण गरेको ठान्दछौं। कम्तीमा पनि पाठ्यपुस्तकमा दिइएका ज्ञानका कुराहरू विद्यार्थी स्वयंले खोज्न सक्ने हुन्छन् भन्ने यथार्थ हामीले स्वीकार्नु पर्छ। खोजी गर्ने बानीको विकासले नै ठूलो खोज, अनुसन्धान र आविष्कारको आधार तयार हुन्छ। अवलोकन सीपको विकासले नै सिकाइका धेरै कठिनाइहरू समाधान हुन सक्छन्। सधैं सबै कुराको व्याख्या गर्ने कार्य शिक्षकको हो भन्ने बुझाइ गलत हो। कुनै पनि तथ्य र विषयवस्तुका बारेमा शिक्षार्थी स्वयंले व्याख्या गर्न सक्छन् र गर्नु पनि पर्दछ।

शिक्षण-सिकाइलाई व्यवहारवादी सिद्धान्त (behaviourism) का दृष्टिकोणले भन्दा निर्माणवादी सिद्धान्त (constructivism) का दृष्टिकोणले हेर्न सिकौं। आजको धरातल निर्माणवादी धरातल हो, व्यवहारवादी धरातल होइन। निर्माणवादीहरूका अनुसार ज्ञान हस्तान्तरण हुने कुरा होइन, सूचना मात्र हस्तान्तरण हुने कुरा हो। ज्ञान शिक्षार्थी स्वयंले निर्माण गर्दछन् भन्ने कुरा पुष्टि भइसकेको छ। तसर्थ हामी निर्माणवादी सिकाइसिद्धान्तको व्यावहारिक प्रयोग गरी अनुमान-अवलोकन-व्याख्याको प्रयोग गर्ने अभ्यासमा लागौं। परिवर्तन र नयाँ कुराको अपेक्षा गर्ने हो भने सबैले नयाँ तरीका र विधि अपनाउनु अनिवार्य छ। यसबाट मात्र शिक्षण-सिकाइका वर्तमान समस्या समाधान हुन सक्छन्।

वातावरण पत्रकारिताका २५ वर्ष

आँखीभयाल भिडियो पत्रिका
सामुदायिक रेडियो सहयोग केन्द्र
मिडिया ट्रेनिङ सेन्टर
जनवकालत तथा पैरवी
दिगो विकासका लागि सञ्जाल

निगरानी कार्यक्रमः
जलवायु परिवर्तन, सहरी वातावरण,
वन र वन्यजन्तु, सिमसार, विषादी, पर्यटन

नेपाल वातावरण पत्रकार समूह
दिगोपनको लागि पत्रकारिता



हरपल तपाउँकै साथ दैनिक १८ घण्टा
हालचाल सधैं १५ मिनेट अगाडि
विहानः ८:४५ र ११:४५, दिउँसोः ४:४५, साँफ ६:४५ र ९:४५
पत्रपत्रिका, डबली, लुकामारी, नयाँ पुस्ता,
खुल्ला मञ्च, लोक भाका, रेडियो कुराकानी,
आजका कुरा, संगीत आकाश,
ट्राफिक अपडेट विहान ८ देखि बेलुका ८ बजे सम्म
बीबीसी नेपाली सेवा हरेक बेलुका ८:४५
सचेतना रेडियो कार्यक्रम शनिवार विहान ७ बजे
उहिले बाजेका पालामा हरेक सोमवार साँफ ७:३०

रेडियो सगरमाथा एफ.एम. १०२ थोफ्लो ४ मेगाहर्ज
नेपाली रेडियो, नेपाली आवाज

चक्रपथ, भनिमण्डल, ललितपुर
फोनः ०१-५५४५६८०, ५५४५६८१

इमेलः nefej@mos.com.np, info@radiosagarmatha.org

वेबः www.nefej.org, www.radiosagarmatha.org



रेडियो सगरमाथा

यातना वा निर्मम, अमानवीय वा अपमानजनक व्यवहार गर्ने कार्य नियन्त्रण गर्ने सम्बन्धमा व्यवस्था गर्न बनेको विधेयक, २०६८

नेपालको प्रसंगमा २०४७ सालको संविधानले यातना तथा दुर्व्यवहारलाई वैयक्तिक अधिकारको रूपमा मान्यता प्रदान गर्नु एक महत्त्वपूर्ण उपलब्धि थियो। नेपालले यातना तथा अन्य क्रूर, अमानवीय वा अपमानजनक व्यवहार वा सजाय विरुद्धको महासन्धि, १९८४ सहित केही अन्तर्राष्ट्रिय मानवअधिकार दस्तावेजहरू अनुमोदन गरेतापनि यातना सम्बन्धी क्षतिपूर्ति ऐन, २०५३ मा मात्र जारी गर्‍यो। तर पनि नेपालमा प्रचलनमा रहेको कानूनले यातना तथा दुर्व्यवहारलाई अपराधीकरण गर्न सकेको छैन। त्यस्तै सन्धिहरू सम्बन्धी कानूनको भियना महासन्धि, (VCLT) १९६८ (धारा २६ तथा २७) द्वारा तोकिएका अन्तर्राष्ट्रिय दायित्वहरू समेत पूर्ण पालना गर्न नेपाल असफल भएको छ।

अन्तरिम संविधान २०६३ मा यातना तथा दुर्व्यवहारलाई अपराधीकरण त गरियो तर त्यसमा भएको उद्देश्य बमोजिमको विधेयक ल्याउन पाँच वर्ष लाग्यो। सर्वोच्च अदालतले यातनालाई अपराधीकरण गर्ने कानून बनाउन निर्देशात्मक आदेश जारी गरे तापनि (राजेन्द्र घिमिरे विरुद्ध नेपाल सरकार) यातना निषेध गर्ने कानून ऐनको रूपमा पारित भई आउन अझै समय लाग्ने देखिन्छ।

प्रस्तुत विधेयक दशवर्षे सशस्त्र द्वन्द्व तथा मानवअधिकारको उल्लंघन लगायत राज्यका अधिकारी र गैरराज्य पक्षहरूद्वारा गरिएका यातना तथा दुर्व्यवहारको पुष्टभूमिको आधारमा तयार पारिएको हो। अन्तरिम संविधान जारी भएपछि केही महत्त्वपूर्ण प्रतिवेदनहरू सार्वजनिक भएका छन् जसमा राज्यका अधिकारीहरूद्वारा कडा यातना तथा दुर्व्यवहार गरिएका घटनाहरू प्रस्तुत गरिएका छन्। सशस्त्र द्वन्द्वको तुलनामा राज्यका अधिकारीहरूबाट हुने यातना तथा दुर्व्यवहार घट्ने क्रम पनि देखिएको छ। तसर्थ यातना तथा दुर्व्यवहार सम्बन्धी मस्यौदा विधेयकलाई राज्यमा भएका यातना तथा दुर्व्यवहारसम्बन्धी अभ्यासहरू, नेपालको अन्तर्राष्ट्रिय दायित्व, एशिया तथा अन्य देशहरूका केही राम्रा उदाहरणीय अभ्यासहरू विचार गर्न जरुरी छ।

विधेयकमा विशेष टिप्पणी

दफा २(ख) र (ग) मा व्यवस्था गरिएको यातना तथा अपमानजनक व्यवहारको परिभाषा यातना विरुद्धको महासन्धिमा उल्लेख गरिएको परिभाषाबाट प्रेरित त पाइन्छ तर यो परिभाषा पूर्ण छैन। यो परिभाषालाई पूर्ण तथा सरल बनाउनको लागि यातना विरुद्धको महासन्धिमा उल्लिखित परिभाषालाई जस्ताको त्यस्तै उल्लेख गरिनु उपयुक्त देखिन्छ।

हाम्रो अनुभवमा अधिकांश व्यक्तिहरूलाई सडकमा प्रदर्शन गर्दा, गोप्य हिरासत तथा दफा २ (च) ले उल्लेख गरेको हिरासत बाहेक अन्य अनौपचारिक स्थानहरूमा समेत यातना दिने गरिन्छ। तसर्थ, यातना तथा दुर्व्यवहार केवल हिरासतमा रहेको व्यक्ति विरुद्ध मात्र हुने नभएर 'जो कोही व्यक्ति' हिरासत बाहिर भएको भए पनि यातना तथा दुर्व्यवहारको पीडित बन्न सक्छ। तसर्थ यस्तो अवस्थालाई सम्बोधन गर्ने गरी प्रस्तावित प्रावधानमा संशोधन गरिनुपर्दछ।

दफा २(ट) मा उल्लेख भएको 'सरकारी चिकित्सक' तथा 'सरकारी सेवामा रहेका' शब्दहरूले यातना अनुसन्धानमा विकसित भइरहेको

'मान्यता प्राप्त चिकित्सक' को अवधारणालाई कमजोर तुल्याउँछ। यातनाको अनुसन्धानलाई स्वतन्त्र बनाउन 'सरकारी चिकित्सक'को सीमा हटाई 'मान्यता प्राप्त चिकित्सक' राखी यो दफा तथा विधेयकका अन्य प्रावधानमा पनि सोही अनुसार मिलाउनुपर्दछ।

दफा २(ख) मा भएको दुर्व्यवहारमा मनसाय तथा उद्देश्य भइरहनु पर्दैन। दफा ८ मा उल्लेख भएको क्षेत्राधिकारलाई परिवर्तन गरी नेपालको क्षेत्राधिकार अन्तर्गतका क्षेत्र भनी उल्लेख गरिनुपर्दछ। त्यस्तै नेपाली नागरिक यातना दिने कार्यमा संलग्न भएमा वा नेपाली नागरिक पीडित भएमा ऐनको क्षेत्राधिकार आकर्षित हुने प्रावधान उल्लेख गरिनुपर्दछ।

दफा १० तथा ११ ले यातनासम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय कानूनलाई महत्त्वपूर्ण रूपमा मान्यता प्रदान गरेको छ। यसको अलावा, यो व्यवस्था अन्तर्गत उन्मुक्तिलाई निषेध गर्ने तथा सार्वजनिक वा व्यक्तिगत आममाफी दिने सम्बन्धी व्यवस्था समेत सामेल गरिनुपर्दछ। दफा ३७ मा 'कसुरमा अदालतबाट कसुरदार ठहरिएको व्यक्तिलाई भएको सजाय पीडितको सहमतिविना माफी वा मिनाहा गरिने छैन' भनी गरिएको व्यवस्थाले पीडितमाथि दबाव सृजना गर्दछ। यदि पीडित स्वयंको सहमतिमा पीडकलाई माफी दिएतापनि यातना दिने कार्य पूर्ण रूपमा प्रतिबन्धित अपराध भएको हुनाले यातना दिने व्यक्तिलाई कानूनी रूपमा माफी दिइने व्यवस्था राखिनुहुँदैन।

दफा १२ को व्यवस्थाले सार्वजनिक अधिकारीलाई बढी अधिकार र छुट दिएको छ। त्यस्तो शक्तिको प्रयोग अनुपातिक, कानूनी तथा अन्तर्राष्ट्रिय मापदण्डसँग मेल खाने किसिमको मात्र हुनुपर्दछ। तसर्थ, त्यस्तो बल प्रयोगमा या त रोक लगाइनुपर्दछ वा यो दफा नै विधेयकबाट हटाइनुपर्दछ। यदि उक्त दफा राखिने हो भने शक्तिको प्रयोग खतरा र आवश्यकताको समानुपातिक हुनुपर्दछ भन्ने उल्लेख गरिनुपर्दछ।

दफा ३५ को प्रावधानमा उल्लेख भएको 'असल नियत' भन्ने शब्द हटाइनुपर्दछ। किनभने यातना असल नियतबाट दिइँदैन र आवश्यक कर्तव्य पालनको क्रममा समेत प्रयोग गरिँदैन। दफा ३१ मा उल्लेख भएको हदम्याद सम्बन्धी व्यवस्था अहरणीयता (non derogability) को सिद्धान्त विपरित छ। यो प्रावधान हटाइनुपर्दछ। यसको अलावा, दफा १३ अनुसार मुद्दा दर्ता गर्नको लागि ३५ दिन उल्लेख भएकोमा उक्त व्यवस्था प्रतिबन्धित (restrictive) रहेकोले हटाइनुपर्दछ। यस्तो व्यवस्थाले पीडितको न्यायमाथिको पहुँचमा समेत बाधा व्यवधान पुऱ्याउँछ। यस्तो अवस्थामा यातना विरुद्धको समिति (committee against torture) ले नेपाल सरकारलाई पहिला नै यातनासम्बन्धी मुद्दाहरूमा हदम्यादको व्यवस्था हटाउन सिफारिस गरिसकेको छ।

सजाय

यो विधेयक अनुसार, प्रहरीद्वारा दिएको यातना विरुद्धको अभियोगमा प्रहरीबाटै अनुसन्धान हुनेछ। यस्तो व्यवस्थाले स्वार्थ बाफिने (conflict of interest) र पीडित तथा साक्षीलाई थप जोखिमपूर्ण दबावमा पार्दछ। श्रीलंका तथा फिलिपिन्समा यातना तथा दुर्व्यवहार गर्ने कार्यलाई अपराधीकरण त गरिएको छ तर ती देशको अनुभवले के

देखाउँछ भने जबसम्म उजुरी सुन्ने तथा अनुसन्धान गर्ने अलग तथा स्वतन्त्र निकाय स्थापना हुँदैन तबसम्म पीडितहरूलाई न्याय प्राप्त हुन सक्दैन। सन् २००५ मा यातनाविरुद्ध समिति (committee against torture) तथा सन् २००६ मा यातना तथा दुर्व्यवहार सम्बन्धी विशेष प्रतिनिधि (special rapporteur) ले नेपालमा यातना तथा दुर्व्यवहार सम्बन्धी उजुरी सुन्ने तथा अनुसन्धान गर्ने एक छुट्टै तथा स्वतन्त्र संयन्त्र हुनुपर्ने सिफारिस गरेको थियो। तसर्थ यो विधेयकले यातना तथा दुर्व्यवहार सम्बन्धी अपराधको लागि एक छुट्टै निकाय तथा अनुसन्धान संयन्त्र सम्बन्धी प्रावधान राख्नु जरुरी छ। यस्तो निकायका रूपमा राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोग, महान्यायाधिवक्ताको कार्यालय वा यस्तै अन्य कुनै निकायलाई तोक्न सकिन्छ।

दफा १३ मा पीडित स्वयंले वा निजको एकासगोलको परिवार सदस्य वा निजको तर्फबाट नियुक्त गरिएका कानून व्यवसायीले उजुरी दर्ता गर्न सक्ने व्यवस्था उल्लेख गरिएको छ। तर यातना विरुद्धको महासन्धि अन्तर्गत निजी वा सार्वजनिक जानकारीको माध्यमबाट आफैँ उजुरी ग्रहण गर्न सक्ने जिम्मेवार राज्यलाई तोकिएको छ। तसर्थ विधेयकमा यस्तो प्रावधान उल्लेख गर्नुपर्दछ जुन व्यवस्थाद्वारा आफैँ महान्यायाधिवक्ता वा सरकारी बकिलको कार्यालयले उजुरी दर्ता गर्न सकोस्।

दफा १५ बमोजिम कुनै व्यक्तिलाई यातना दिएको देखिएमा सो सम्बन्धमा अनुसन्धान, तहकिकात गर्न अदालतले दफा १३, १४.३ र १५ बमोजिमको उजुरीउपर उच्च अधिकारीलाई आदेश दिन सक्ने व्यवस्था छ साथै सम्बन्धित जिल्ला प्रहरी कार्यालयका प्रमुखको विरुद्धमा उजुरी परेको अवस्थामा निजभन्दा माथिल्लो अधिकारीलाई तत्सम्बन्धमा अनुसन्धान गर्न अदालतले आदेश गर्ने व्यवस्था छ। तर सामान्यतः प्रहरीले यातना तथा दुर्व्यवहार सम्बन्धी आरोपमा अनुसन्धान गर्न इन्कार गर्ने गरेका छन्।

दफा ६, ७(१) तथा (२) बमोजिम प्रमाणको भार कार्यालय प्रमुखमाथि रहेको उल्लेख छ। यो प्रावधान यातना पीडितको पक्षमा रहेको देखिन्छ। तर यो प्रावधान नेपाल समेत सदस्य भएको नागरिक तथा राजनीतिक अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय अनुबन्ध (ICCPR) (धारा १४(२)) को प्रावधान विपरीत प्रमाणको भार अभियोजनकर्तामा हुनेछ भन्ने मान्यता विपरीत छ।

पीडित तथा साक्षीको संरक्षण

दफा २८ मा साक्षीलाई खतरा भएको खण्डमा संरक्षण दिने सम्बन्धी व्यवस्था उल्लेख गरिएको छ। यो एक महत्त्वपूर्ण प्रावधान हो जसले पीडितलाई राज्यको शक्तिशाली निकाय विरुद्ध उजुरी दर्ता गर्न सक्ने अधिकार प्रदान गरेको छ। यो व्यवस्था साक्षीको अलावा पीडित तथा परिवारको हकमा पनि विस्तार गरिनुपर्दछ किनकि उनीहरू पनि साक्षीहरू जस्तै खतराको अवस्थामा हुन सक्दछन्। यसको अलावा, यातना विरुद्धको महासन्धिको धारा १३ ले 'उजुरीकर्ता' लाई कानूनी कारवाहीको (legal proceedings) समयमा पर्याप्त संरक्षण गर्नुपर्ने समूहभित्र परेको छ। सन् २००५ मा यातना विरुद्धको समिति (committee against torture) ले नेपाललाई साक्षी तथा अन्य व्यक्तिको जसले यातना तथा दुर्व्यवहारसम्बन्धी घटनाको जानकारी गराउँछ त्यस्तो जानकारी दिने व्यक्ति तथा साक्षीहरूलाई संरक्षण दिनुपर्ने भनी सुझाव पेश गरेको छ।

चिकित्सक परीक्षण

दफा १४ बमोजिम थुनामा रहेको पीडितले उजुरी दिएको तीन दिनभित्रमा स्वास्थ्य परीक्षण गराइनु पर्दछ भनी उल्लेख गरिएको छ। नेपालमा धेरै पीडितलाई हिरासतमा नलिई वा केही समय हिरासतमा राखी यातना तथा दुर्व्यवहार गरी छोडिने गरेको भन्ने प्रतिवेदनहरू

आएका छन्। तसर्थ हिरासतमा नभएका व्यक्तिलाई समेत स्वास्थ्य परीक्षणको लागि व्यवस्था गरिनुपर्दछ। अदालतलाई यातना भएको पर्याप्त शंका लागेमा स्वास्थ्य परीक्षणको लागि आदेश दिन सक्ने अधिकार विधेयकमा उल्लेख गर्नुपर्दछ। यो दफा बमोजिम सरकारी चिकित्सकले मात्र स्वास्थ्य परीक्षण गर्नेछन्। जबकि अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता र इस्तानबुल प्रोटोकलले समेत स्वतन्त्र चिकित्सकमा जोड दिएका छन्। यसो गर्दा तिनीहरूको प्रहरीसंग हुनसक्ने मतभेद नियन्त्रित हुनेछ। अन्य एशियाली मुलुकहरू (जस्तै श्रीलंका तथा फिलिपिन्स) मा यातना दिने कार्यलाई अपराधीकरण गरेतापनि ती देशहरूमा स्वतन्त्र चिकित्सक तथा विधि-विज्ञान (forensic) परीक्षणहरू समस्याको रूपमा रहेको अनुभव गरिएको छ। तसर्थ यस विधेयकमा स्वतन्त्र चिकित्सक परीक्षण र पीडितलाई पहिलो चिकित्सकको राय सन्तोषजनक नलागेको खण्डमा दोस्रो रायको लागि पुनरावेदन गर्न पाउने अधिकारको व्यवस्था गरिनुपर्दछ।

दफा २३ मा यातना तथा दुर्व्यवहारबाट पीडित भएका व्यक्तिलाई क्षतिपूर्ति प्रदान गर्ने तथा अधिकतम रु.५ लाखसम्मको क्षतिपूर्ति रकम हुने भनी उल्लेख गरिएको छ। परिपूरण (reparation) को सिद्धान्त बमोजिम यसका चार तत्व हुन्छन्; जस्तो- क्षतिपूर्ति (compensation), पुनर्स्थापना (rehabilitation), सन्तुष्टि (satisfaction) तथा नदोहोर्नाउने प्रत्याभूति (non repetition)। यी तत्वहरू यातनाविरुद्धको महासन्धिको धारा १४ तथा अन्तर्राष्ट्रिय मानवअधिकार तथा मानवीय कानूनको उल्लंघनमा पीडितलाई क्षतिपूर्ति सम्बन्धी अधिकारसम्बन्धी आधारभूत सिद्धान्तहरू तथा निर्देशिकाहरूमा उल्लेख गरिएको छ।

दफा १४(२)मा पीडितलाई आवश्यकता बमोजिम फिजिसियनद्वारा स्वास्थ्य परीक्षण गराउने सम्बन्धी प्रावधान उल्लेख गरिएको छ। पुनर्स्थापनासम्बन्धी व्यवस्था विधेयकमा उठाइएको छैन। विधेयकमा पूर्ण रूपमा विशेष चिकित्सक तथा मनोवैज्ञानिक परीक्षण लगायत कानूनी तथा सामाजिक सेवाहरू सामेल गराइनुपर्दछ। विधेयकमा पीडितलाई पुनर्स्थापना केन्द्रमा निःशुल्क सेवा प्राप्त गर्नको लागि कुनै पनि रोकावट तथा भेदभाव गर्ने छैन भनी उल्लेख गरिनुपर्दछ।

पीडितले दिएको निवेदनको आधारमा क्षतिपूर्ति कार्यान्वयनसम्बन्धी व्यवस्था दफा २४ मा उल्लेख गरिएको छ। यद्यपि राज्यले अदालतको आदेश बमोजिम क्षतिपूर्ति दिनुपर्ने जिम्मेवारी हुन्छ र पीडितले क्षतिपूर्ति माग गर्ने सम्बन्धमा थप व्यवस्था गर्नु जरुरी छैन। विद्यमान प्रावधानको भाषामा जिल्ला अदालतको पत्राचार बमोजिम प्रमुख जिल्ला अधिकारीले पीडितलाई क्षतिपूर्ति दिने निर्णय गर्न सक्ने व्यवस्था सँगै पीडितलाई उक्त क्षतिपूर्ति तत्काल उपलब्ध गराउने कुरा उल्लेख गरिनुपर्दछ।

दफा ३४ मा कुटो उजुरी गर्नेलाई दश हजार रुपैयाँसम्म जरिवाना गरिनेछ भनी उल्लेख गरिएको छ। यस्तो व्यवस्थाले पीडितलाई सार्वजनिक अधिकारीहरू विरुद्ध मुद्दा गर्न समेत हतोत्साहित (discourage) गर्दछ। विशेषगरी दमनकारी व्यवस्था भएको अवस्थामा यो प्रावधानको दुरुपयोग हुन सक्दछ। कुनै पनि उजुरीले राज्यलाई सार्वजनिक अधिकारीहरू विरुद्ध अनुसन्धान चलाउन अवसर प्रदान गर्दछ र राज्यविरुद्ध यातनासम्बन्धी धेरै कुरा उजुरी पर्ने सक्छन् भन्ने विषयमा चिन्ता लिनुहुँदैन। तसर्थ यो प्रावधान हटाइनुपर्दछ।

**अधिवक्ता हरि फुयालद्वारा नेपाल कन्स्टिचुसन फाउण्डेसनका लागि तयार गरिएको यो अनुसन्धान तथा सुझावपत्रलाई महिला, जनजाति, दलित, मधेशी, युवा तथा सम्बन्धित क्षेत्रका अन्य दबाव समूहहरूको इनपुटका आधारमा अन्तिम रूप दिइएको छ। यस सम्बन्धमा यो फाउण्डेसन शोभाकर बुढाथोकी, चरण प्रसाई, दुर्गा सोब, जीवन परियार, निरुपमा यावव, सम्बोजन लिम्बु, भरतराज गौतम, विश्व अधिकारी, कृष्ण तामाङ, वावुराम गिरी, उदय सापकोटा, ओ.पि.सेन ठकुरी, भीम प्रकाश ओली लगायत अभिषेक अधिकारी तथा डा. विपिन अधिकारी समेत प्रति आभार व्यक्त गर्दछ।*

यो अध्ययन एशिया फाउण्डेसनको सहयोगमा गरिएको हो तर यसमा व्यक्त विचारहरू सम्बद्ध लेखकका हुन्। तिनले फाउण्डेसनको विचार र दृष्टिकोणलाई प्रतिनिधित्व गर्दैनन्।



कक्षामा स्कूल-इन्स्पेक्टर !

अधिल्ला अंकहरूमा मैले दरबार स्कूलका बड्गाली शिक्षकहरूवारे मात्र लेखें, अरूको त्यहाँ बढी उल्लेख भएन। यो अंकमा चाहिं हामी नेपाली शिक्षकहरूलाई सम्झ्नुं, पहिले दुई जनालाई। यी दुई 'बाजेहरू'को कुरा चलाउँदा अर्का एकजना ठूला मान्छेको नाम मैले उल्लेख गर्नुपर्ने हुन्छ। र, त्यसो गर्दा यो लेखको पनि गरिमा बढला भन्ने मेरो स्वार्थ हो !

तर, यहाँनिर म नयाँ क्यै नलेखेर २०४० सालमा आफैले लेखेको कुरा उद्धृत गर्दछु। मैले त्यतिबेला 'विसेँको सम्झेको'मा लेखेको थिएँ:

“यतिका प्रोफेसरले पढाए हामीलाई दरबार स्कूलमा तर प्रोफेसर नभएका एकजनाको तुलनामा अरू फिका लाग्छन्। तीर्थप्रसाद बाजेले पढाएको संस्कृत र नेपाली जस्तो राम्रो बुझिने अरू कसैले पढाएको पनि लाग्दैनथ्यो। के जादू थियो उनको पढाउने तरिकामा- एकचोटि भनिदिएपछि पुग्थ्यो !

मलाई मात्र होइन अरूले पनि त्यसै भन्दा रहेछन्। स्कूल-इन्स्पेक्टरले पनि उनको तारिफ गरेर लेखेर गएछन्। इन्स्पेक्टरले देवीप्रसाद बाजेको पढाइको तरिका ठीक छैन भन्ने पनि लेखेर गएछन्। देवीप्रसाद बाजे रिसले आगो ! 'त्यो फलानो आफूलाई त्यस्तो जान्ने भन्छ ?' भने रे बाजेले। किन नभन्नु ? त्यो स्कूल-इन्स्पेक्टर पैले उनकै चेलो भइसकेको रहेछ रे यही दरबार स्कूलमा !

इन्स्पेक्टर आएको दिन राम्ररी सम्झन्छु म किनभने त्यसअघि हामीले स्कूल इन्स्पेक्टर भन्ने नामै सुनेका थिएनौं। नयाँ पद सृष्टि भएको थियो त्यो। त्यसैले इन्स्पेक्टर भन्ने वस्तु हाम्रो कौतुहलको विषय भएको थियो। हामीलाई खबरदार गरिएको थियो- इन्स्पेक्टर आएको बेला हल्लाखल्ला नगर्नु, चुपचाप टिचरले पढाएको ध्यान दिएर सुन्न, नोट गर्नु- इत्यादि। टिचरले पनि इन्स्पेक्टर क्लासमा पसेको नदेखेको जस्तो गरी पढाउँदै जानू भनिएको रहेछ। हाम्रो क्लासमा दुई चोटि आए इन्स्पेक्टरसाहेब, एक पटक तीर्थप्रसाद बाजेले संस्कृत पढाइराखेको बेला, अर्को पटक देवीप्रसाद बाजेको इङ्लिश पोयट्रीको क्लासमा। सेकेन्ड क्लासमा थियौं हामी शायद। इन्स्पेक्टरसाहेब एउटा कापी लिएर भित्र पसे। हामीहरूकै बेन्चतिर खाली ठाउँमा बसेर सुन्न थाले। नोट लिन थाले। विद्यार्थीले जस्तै ! पन्ध्र मिनेटपछि उठेर गए। अरू क्लासमा पनि त्यस्तै भयो होला- थाहा छैन। दुई दिनसम्म यो चल्यो। अनि इन्स्पेक्टर अध्याय सकियो। मैले सम्झेको यति डिटेलमा किनभने मेरो र इन्स्पेक्टरको राय मिलेछ। इन्स्पेक्टरले भनेकै जस्तो मलाई एउटा बाजेले पढाएको मन पर्थ्यो, अर्का बाजेले पढाएको मन पर्दैनथ्यो।

ए ! ती इन्स्पेक्टरसाहेबको नाम ? सूर्यप्रसाद (उपाध्याय)। ८



रानीपोखरी र दरबार हाईस्कूलको विसं. १९९० को दशकको दृश्य। दरबार स्कूलको बायाँ अर्थात् दक्षिणतर्फ मजलीस घरको अलग्गै भवन जुन अहिले स्कूलकै अंगको रूपमा जोडिएको देखिन्छ।

वर्षपछि नेपालको गृहमन्त्री भए उनी। दरबार स्कूल कति भाग्यमानी !” (पृष्ठ ८७-८८)

'विसेँको सम्झेको' मा मैले यति मात्र लेखेको रहेछु, ३० वर्ष पहिले। त्यसबेला यी तीनैजना जीवित हुनुहुन्थ्यो र धेरैले उहाँहरूलाई चिन्थे पनि। अब उहाँहरू हुनुहुन्न र उहाँहरूलाई चिन्ने मान्छे पनि कम छन्। त्यसै हुँदा मैले उहाँहरूको परिचय थप अलिकति दिनै पर्दछ। पैले, देवीप्रसाद बाजे। उहाँको शुद्ध नाम हो पं. देवीप्रसाद रिमाल। उपत्यकाको प्रसिद्ध रिमाल परिवारका सन्तति हुनुहुन्थ्यो उहाँ। पश्चिम १ नं, फिर्केपवाट काशी गएर 'षट्शास्त्री' भै उहाँ प्राचार्य भएर उपत्यका आएका रामदत्तका नाति देवीप्रसाद उनै जस्ता संस्कृतका विद्वान् त हुनुभएन तर संस्कृत र अंग्रेजी दुवै भाषाका राम्रा ज्ञाता हुनुहुन्थ्यो भनिन्छ। कलेज स्तरमा पढाउने प्रोफेसर हुनसक्ने खुबी भएर पनि राणाकालमा किन हो उहाँलाई त्रिचन्द्र कलेजमा स्थान दिइएन, दरबार स्कूलमै थन्काइयो। सात सालपछि भने उहाँले नयाँ खुलेका कलेजहरूमा पनि अंग्रेजी पढाउनुभयो रे।

त्यसपछि तीर्थप्रसाद बाजे। उहाँका पिता पुर्खा पश्चिमबाट आएर उपत्यकाको पश्चिम भेक फस्कुतिर बसोबास गर्नुहुन्थ्यो रे, पछि न्हैकन्तलामा घर किनेर बस्नुभएको मैले देखेको हुँ। संस्कृतमा काव्यतीर्थ गर्नुभएको थियो रे उहाँले कलकत्ताबाट। काशीको ब्कीन्स कलेजका स्नातकहरूको बाहुल्य भएको रानीपोखरी संस्कृत पाठशालामा छिर्न नसकेर उहाँ माथि दरबार स्कूलपट्टि संस्कृत पढाउन भर्ना हुनुभएको हो भन्थे। त्यो हामीलाई चासो पर्ने कुरा भएन। हामीलाई त उहाँ अत्यन्त राम्रो गरी नेपाली र संस्कृत पढाउनुहुन्थ्यो। उहाँ दुइजना हुनुहुन्थ्यो भन्ने कुरा मैले दरबार स्कूल छाडेपछि मात्र थाहा

पाएँ। मेरा लागि त उहाँ मेरा 'क्लासफ्रेन्ड' आनन्दप्रसादका पिता हुनु नै बढी महत्त्वको विषय थियो ! त्यसभन्दा पनि बढी उहाँ अत्यन्त सहृदयी र संवेदनशील शिक्षक हुनुहुन्थ्यो । र, साह्रै सम्झाएर बुझाएर पढाउनुहुन्थ्यो, सोधी सोधी । संस्कृतको व्याकरण जस्तो वस्तुलाई पानी बनाएर पिलाउनुहुन्थ्यो उहाँ हामीहरूलाई । एसएलसीको परीक्षामा मैले संस्कृतमा ७५ र ७८ ल्याउन सकेको पनि उहाँको पढाउने कलाले गर्दा हो भन्ने मलाई लाग्छ । त्यो क्लासमा इन्स्पेक्टर आएको दिन पनि उहाँले हामीलाई त्यस्तै सोधी सोधी बोध गराएर संस्कृतको व्याकरणका सूत्रहरूको व्याख्या गर्नुभएको थियो भन्ने मलाई सम्झना छ । इन्स्पेक्टरसाहेब पनि त्यसैबाट प्रभावित भएको हुनुपर्छ ।

उता, देवीप्रसाद बाजेले भने त्यस दिन इङ्गलिस पोयट्रीमा डेभिस हो कि कसको हो 'ट्वाट इज दिस लाइफ इफ फुल अफ केयर वी ह्याव नो टाइम टु स्ट्याण्ड यान्ड स्टेयर' भन्ने कविता पढाइरहनुभएको थियो क्यारे । उहाँले एकोहोरो आफैले बोलेर, लेग्री तानी तानी पढाउनुभएको थियो । पढाउँदा उहाँ विद्यार्थीसँग दोहोरो कुरा गर्नुहुन्थ्यो । त्यो कुरा सके इन्स्पेक्टरसाहेबलाई मन परेन होला र उहाँले 'नेगेटिभ' टिप्पणी गरेर जानुभयो होला ।

मैले माथि उद्धृत गरेको 'विसैंको सम्झको' मा देवीप्रसाद बाजेले पढाएको मलाई पनि मन पर्दैनथ्यो भनेको कुरा एले विचार गर्दा त्यो मैले 'प्रेजुडिस' या पूर्वधारणा राखेर भनेछु कि भन्ने लाग्न थालेको छ । त्यसको कारण छ । १० वर्ष दरबार स्कूलमा पढ्दा मलाई कान निमोठ्ने जम्मा चारजना शिक्षक मात्र भए । त्यसमध्ये एकजना देवीप्रसाद बाजे । त्यो पनि मेरो कुनै गल्ती नभैकन, थर्ड हो कि फोर्थ क्लासमा । त्यसैले शायद उहाँलाई म भित्रभित्रै मन पराउन थिएँ होला, अनि उहाँले पढाएको पनि मन नपरेको हुनसक्छ । नत्र

इन्स्पेक्टर आएको दिन राम्ररी सम्झन्छु म किनभने त्यसअघि हामीले स्कूल इन्स्पेक्टर भन्ने नामै सुनेका थिएँनौं । नयाँ पद सृष्टि भएको थियो त्यो । त्यसैले इन्स्पेक्टर भन्ने वस्तु हाम्रो कौतुहलको विषय भएको थियो । हामीलाई खबरदार गरिएको थियो- इन्स्पेक्टर आएको बेला हल्लाखल्ला नगर्नु, चुपचाप टिचरले पढाएको ध्यान दिएर सुन्नु, नोट गर्नु- इत्यादि ।

कुनै शिक्षकले लेग्री तानी तानी पढाउनु नै त दोष हैन नि ! सितैं, मलाई किन मन परेन त्यो ? देवीप्रसाद बाजेलाई 'बेनिफिट अफ डाउट' दिन्छु अब म !

त्यसपछि स्कूल इन्स्पेक्टर सूर्यप्रसाद । उहाँको नामसित हामीलाई चासो हुने कुरो भएन । न उहाँ संस्कृतका ठूला विद्वान् छविलाल 'सूरी' का नाति भएकोसँग मतलब थियो । न त्यसपछि चाँडै नै राजनीतिमा लागेर उहाँ नेपाली कांग्रेसका नेता भएको हामीले बुझेका थियौं । अरु पछि उहाँ कांग्रेसको मन्त्रीमण्डलमा पसेर गृहमन्त्री समेत भएको कुरा त अरु भविष्यको गर्भमै थियो !

देवीप्रसाद र तीर्थप्रसाद बाजेहरूले पनि सात सालपछि दरबार स्कूल छाड्नुभयो रे । देवीप्रसाद प्रशासनमा छिरेर बडाहाकिम हुनुभयो रे । तीर्थप्रसाद कलेजहरूमा पढाउन लाग्नुभयो रे । यी मैले पछि सुनेका कुरा हुन् । यति !

गुञ्जन्ध राष्ट्रको हरेक कुनामा...
नेपाल एफएम नेटवर्क
NEPAL FM 91.8

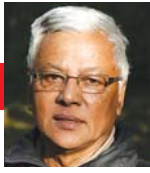
NEPAL FM 91.8
 Socially Inclusive Radio of New Nepal

तपाईं जहाँ भए पनि नेपाल एफ एम



विस्तृत जानकारीका लागि : नेपाल एफ.एम. ९१.८, रविभवन, काठमाडौं
 फोन: ८२८९२९, ८२८९२३, ईमेल : radio@nfm.com.np

www.nfm.com.np



श्रीपञ्चमीको अवसरमा विद्या र अक्षरका कुरा

*हृपयौवना सम्पन्ना विशालकुल सम्भवा ।
विद्याहीना नशोभन्ते निर्गन्धा इव किंशुकाः । ।*

रूप र यौवनले सम्पन्न, राम्रोमा अति राम्रो र उच्चकुलमा जन्मेको भए तापनि यदि तिनमा विद्या छैन भने त्यस्ता व्यक्ति समाजमा शोभायमान हुँदैनन्; अरूको माफमा आदर पाउँदैनन्; किनभने विवेकी प्राणी मान्छेको सुगन्ध भनेको विद्या नै हो। विद्या नभएको मान्छे वास्ना नआउने पलाँसको फूल सरी हुन्छ। पलाँसको फूल देखनमा अति राम्रो हुन्छ। बान्की मिलेको। सुगाको चुच्चो जस्तै सलक्क घुमिएको। राम्रो, चहकिलो सिन्दुरे रंगमा पोतिएको र ढपककै बलेको



यसको शोभाले गर्दा अंग्रेजी भाषामा यस पलाँसलाई जंगलको चिराग ('फ्लेम अफ द फरेष्ट') भनिन्छ। वसन्तको बेला पलाँसको फूलले मधेश-तराईका वनमा ढपककै फुलेर आफ्नो सौन्दर्यको खुलेर प्रदर्शन गर्दछ तर हाम्रा विद्वान अग्रजहरू त्यसलाई विद्यारहित व्यक्तिसँग तुलना गर्दछन्।

सबै गुणभन्दा ठूलो गुण पनि विद्या र सबै धनभन्दा ठूलो धन पनि विद्या भन्ने मान्यतामा हामी विद्याकी देवी माता सरस्वतीसँग विद्या माग्दछौं र तिनको वन्दना गर्दछौं।

*सरस्वती मया दृष्टा वीणापुस्तकधारिणी ।
हंसवाहनसंयुक्ता विद्यादानं करोतु मे । ।*

वीणा र पुस्तक धारण गरेकी र हाँसको वाहनमा चढेकी सरस्वती देविले मलाई दृष्टिगत गरुन् र विद्यादान गरुन्।

मलाई मेरो चेत खुलेदेखि यो वन्दना सम्पन्नमा आइरहन्छ। विशेष गरेर श्रीपञ्चमीको दिन त यही श्लोकलाई स्लेटमा खरीले लेखेर त्यहाँ पटकोग समेत कोरेर फूल अक्षता चढाउँदै प्रत्येक वर्ष आराधना गर्दछौं।

विद्या प्राप्तिको एक प्रमुख आधार अक्षर हो। अक्षरसँग अभ्यस्त हुन त्यसलाई लेख्नु, चिन्नु र उच्चारण गर्नुपर्छ। विद्याको प्रारम्भ गर्न/गराउन आफ्ना नानीहरूलाई श्रीपञ्चमीको दिन सरस्वती मन्दिर लगेर अक्षर लेखाइन्छ। बालबालिकालाई अब तिमीहरू विद्यार्थी पनि भयौ भन्ने हेक्का दिलाइन्छ श्रीपञ्चमी/वसन्त पञ्चमीको दिनले। त्यसको यादगार, त्यसको सम्पना सलबलाउन थाल्दछ मेरो स्मृतिपटलमा जब मीनपचासको जाडोले विदा लिन्छ र वसन्तले प्रवेश गर्दछ।

शायद म पाँच वर्षको थिएँ होला; बुबाले काठमाडौंको टुँडिखेलस्थित महाकाल मन्दिर चढ्ने खुट्टिकलाको दायोतिर रहेको सरस्वती मूर्ति छेउमा लैजानुभएको थियो। म जस्तै अरू पनि नानीहरू त्यहाँ थिएँ। हामीले पालेपालो देवीको खुट्टा ढोग्यौं। त्यसपछि देवीको कण्ठ स्पर्श गरेर त्यो हातले आफ्नै कण्ठ पनि स्पर्श गर्छौं। त्यो कर्म तीन तीन पल्ट दोहोर्छौं। त्यसपछि बुबाले सग्लो चामलका पाँचवटा अक्षता निलन लगाउनुभो। त्यसलाई चपाउन नहुने। दाँतमा छुवाउन नहुने। निलन सजिलो भएन। तैपनि निलें। अक्षता निलेपछि अक्षर लेख्ने पालो आयो। पहिले बुबाले नै श्रीगणेशाय नमः लेखिदिनुभयो। त्यसपछि हात समाएर मलाई क लेखाउनुभयो। त्यसलाई कपुरी क भनी पढें। त्यस दिनपछि म मेरा पिताको पुत्र मात्र नभई विद्यार्थी र

शिष्य पनि बनें। बुवाले एउटा राम्रो स्लेटको पाटी किनिदिनुभयो। त्यसमा काठको राम्रो फ्रेम ठाँकिएको थियो। स्लेट हुडाकै मसिनो पेन्सिल पनि दिनुभयो।

प्रत्येक दिन बिहान 'कपुरी क, मोटो ख, गाईगोडे ग, घरजस्तो घ, नाक थोप्ले ड' ठूलोठूलो स्वरले कराई कराई पढ्न थालें। मेरै टोलको एक छिमेकी केटो काठको पाटी 'गोरह' लिएर आउँथ्यो। त्यसमा रातो माटोले लिपेको र त्यसमा खरीले लेखेको हुन्थ्यो "न मो वा गी स्व रा यः"। ऊ त्यही पढ्थ्यो, अरु ठूलो आवाज निकालेर। हामीले पढेको बाहिर सडकसम्म सुनिन्थ्यो। सडकमा एउटा अर्को बालक प्रत्येक दिन कै आउँथ्यो र चिच्याउँथ्यो- "नमोवागीस्वराय, मेरो पेटमा भोक लागे"। वागेश्वरीलाई नमन गर्ने त्यस मन्त्रभित्र उसको भोक लुकेको हुन्थ्यो। लुकेको के हुन्थ्यो, बलेको हुन्थ्यो। हामी उसलाई चिउरा र भटमास दिन्थ्यौं। आज ७० वर्षपछि पनि त्यो आवाज मेरो कानमा ठाँकिन्छ र अकै हजारौं नेपाली बालबालिका शिक्षाको अवसरबाट वञ्चित रहेको वास्तविकताले बल्न थाल्छ, मेरो मन पनि। अश्वत्थामालाई लागेको कहिल्यै निको नहुने घाउको पीडाले कै नेपालीलाई गरीबीको पीडाले कहिल्यै किन छोडेन, बुझिसक्नु छ।

मेरा कखराका ३६ वर्ष उच्चारणका विधि आजभोलि प्रचलनमा छैनन्। वसन्त पञ्चमीको अवसर पारेर सम्झने कोशिश गर्दछु। कति सही वा कति गलत होला, त्यो पनि थाहा छैन। क देखि ड सम्म कण्ठ गरेपछि पालो आउँछ- चरीचुच्चे-च, दुपटे-छ, डाडु-ज, खुट्टा फारेको-फ र गोरूसिंगे-ञ। यसरी देवनागरी वर्णमालाका ३६ वर्ण अक्षर चिन्ने र लेख्ने क्रमसँगै स्लेट, पाटी र खरी त्यागेर कागज, कलम र मसीको नौलो संसारमा मेरो प्रवेश हुन्छ। बुवा खरिदार हुनुहुन्थ्यो र म खरिदारको छोरो। नोकरीबाट अवकाश पाएपछि बुवा मुद्दा मामिलासम्बन्धी लेखनदास बन्नुभयो। उहाँका अक्षर असाध्यै राम्रा हुन्थे। लोक्ताको कागज मिलाएर काट्ने र बाँस (निगालो)को कलम ज्यादै राम्रोसँग ताछ्न सक्ने खुबी थियो। कागजलाई चारकुना मिलाएर काट्नु र अक्षरलाई बायाँ छुड्काएर लेख्नु भन्ने उहाँको अर्ती दिनदिनै सुन्नुपर्थ्यो। उहाँ कागजलाई घुँडामा आड दिएर लेख्न बस्नुहुन्थ्यो। हामी भने भुईँमा कुइनाले टेकेर विदेशी कापीमा लेख्दथ्यौं।

बाँसको कलम र नेपाली कागज अड्डा अदालतमा चल्दथ्यो। हामी अंग्रेजी स्कूलमा पढ्ने विद्यार्थी भने फलामे नीब र नीलो मसीले देशी कागजमा लेख्दथ्यौं। देशी कागज भन्नाले नेपाली हैन, विदेशी भन्ने बुझ्नुपर्थ्यो। राम्रो अंग्रेजी लेख्नलाई प्वाँखको कलम चाहिन्छ भन्नुहुन्थ्यो बुवा। तर, मैले कहिल्यै प्वाँखको कलम देखिनँ। अंग्रेज विद्वानहरूको चित्रमा मसीदानीसँगै लामो प्वाँखको कलम सजाएको देखा अचम्म लाग्छ। अरु संयुक्त राज्य अमेरिकाको संविधान चराको प्वाँखले लेखेर चराको प्वाँखले नै त्यसमा हस्ताक्षर पनि गरिएको थियो भन्ने सुन्दा ऊनै अचम्म लाग्छ। त्यो सन् १८८७ अर्थात् आजभन्दा २२६ वर्ष पुरानो कुरा भयो। अमेरिकामा प्वाँखको कलमले लेख्ने प्रचलन हराएको सयौं वर्ष भयो होला तर बाँसको कलम हाम्रो अड्डा अदालतबाट बिलाएको ५० वर्ष पनि पुगेको छैन। कलमको इतिहास होस् वा इतिहासको कलम- त्यसलाई केलाइ हेर्दा प्राचीन मिश्रमा ५००० वर्ष पहिलेदेखि विरुवाको मसिनो खोक्रो डाँठलाई चोसो ताछेर कलमको रूपमा प्रयोग गरेबाट प्रारम्भ भएको इतिहासको सबैभन्दा पछिल्लो कालसम्म विरुवाकै डाँठ (निगालो)बाट बनेको कलम प्रचलनमा रहेको थोरै देशमध्ये नेपाल पनि एक हो।



विद्या अभ्यासबाट प्राप्त हुन्छ। अध्ययनबाट प्राप्त हुन्छ। स्मरणबाट प्राप्त हुन्छ। मिहिनेतबाट प्राप्त हुन्छ। विद्याप्रति आस्था जगाउने दिनको रूपमा सबै विद्यार्थीहरू श्रीपञ्चमीलाई नमन गर्दछन्। सबै नेपालीलाई यो पावन पर्वले नयाँ ज्ञान र हंस विवेक प्रदान गर्नु भन्ने शुभकामना।

अदालती कामकाजमा बाँसको कलमलाई सबैभन्दा पछिका दिनसम्म जीवन्त राख्ने हाम्रै मुलुक हुनुपर्छ। त्यसो भए तापनि मेरो स्कूले जीवनमा वि.सं. २००१ देखि २०१० सम्म मैले नीब र होल्डरलाई मसीमा चोपेरै काम चलाएँ। २००७ सालपछि मलाई फाउन्टेन पेन पनि प्राप्त भयो। पार्कर फाउन्टेन पेन र पार्कर मसी मेरो मनपर्ने सामग्री बनिरह्यो। २०१७ सालपछि मात्र मैले डटपेन समात्न पाएँ। आजभोलि विभिन्न थरीका डटपेन, बल प्वाइन्ट पेन, रोलर बल पेन, फेल्ट पेन आदि बजारभरी छेलोखेलो छ। तर श्रीपञ्चमीको दिन भने म मेरो पुरानो उही स्लेटमा खरीले अक्षर कोर्दैछु। पट्टकोण बनाउँदैछु। सरस्वती वन्दना गर्दैछु।

सरस्वती वन्दना मेरो घरको एक नित्यकर्मकै रूपमा रहिआएको छ। बितेका ५ वर्षदेखि म १०० वर्ष उमेर टेकेकी मेरी आमालाई सरस्वती वन्दनाको पाठ सोध्छु। सरस्वती मया दृष्टाबाट शुरू गरेर ब्रम्हरूपा सरस्वतीसम्म उहाँ पाठ सुनाउनुहुन्छ। अड्केको ठाउँमा म सम्झाइदिन्छु। विद्याकी देवी सरस्वती उही छिन्, श्वेत पद्म आसीन, शुभ्रहंस वाहिनी, तुषारधवलकान्ति, शुभ्रवसना, स्फटिकमालाधारिणी, वीणामण्डितकरा, श्रुतिहस्ता ती भगवतीको प्रार्थना गर्दछौं। फरक यति मात्र कि, पहिले आमाले मसँग पाठ सुन्नुहुन्थ्यो। अहिले म आमासँग पाठ सुन्दछु।

विद्याको कुनै उमेर हुँदैन। न लिङ्ग हुन्छ, न जाति, न धर्म। सम्पूर्ण मानव जातिको लागि यो नित्यतत्व हो र यो शाश्वत छ। विद्या अभ्यासबाट प्राप्त हुन्छ। अध्ययनबाट प्राप्त हुन्छ। स्मरणबाट प्राप्त हुन्छ। मिहिनेतबाट प्राप्त हुन्छ। विद्याप्रति आस्था जगाउने दिनको रूपमा सबै विद्यार्थीहरू श्रीपञ्चमीलाई नमन गर्दछन्। सबै नेपालीलाई यो पावन पर्वले नयाँ ज्ञान र हंस विवेक प्रदान गर्नु भन्ने शुभकामना।

हामीलाई चाहिएको विकासको दार्शनिक पक्ष

■ यामबहादुर किसान

‘विकास’ भन्ने वित्तिकै भौतिक वस्तु वा संरचनाको निर्माणलाई बुझ्ने गरिन्छ। तर विकास भनेको त्यति मात्र होइन, अन्तरवस्तुका आधारमा विकासका धेरै रूप र पक्ष हुन्छन्। जस्तो: विकास भौतिक र अभौतिक हुन्छ। सकारात्मक र नकारात्मक हुन्छ। देखिने र नदेखिने हुन्छ। शारीरिक र मानसिक हुन्छ। परिवर्तनकारी र विनासकारी हुन्छ। सुन्दर र कुरूप हुन्छ। तर यो अबोधगम्य भने हुँदैन। यो पदार्थको नियमित प्रक्रिया, गतिशीलता, अन्तरविरोध, अन्तरक्रिया र त्यसबाट निर्माण हुने चेतना भन्दा पर हुँदैन।

त्यसैले विकास पृथ्वीमा करोडौं वर्षदेखि अस्तित्वमा रहेका भौतिक पदार्थको व्यवस्थीकरण, सौन्दर्यकरण र प्रयोग तथा उपभोग/उपयोग हो। यो पदार्थको गति र सोको परिणामस्वरूप उत्पन्न शक्ति वा चेतनाको पहिचान र उपयोग हो। समग्रमा भौतिक विकास भनेको विश्व ब्रह्माण्डमा रहे-भएका पदार्थहरूको उचित उपयोग हो। तर त्यो उपयोगका निमित्त उच्चस्तरको चेतनाको आवश्यकता पर्दछ र चेतना मानव मस्तिष्क (अति सुसंगठित पदार्थ) को परिणाम वा विशेषता हो। त्यस्तो चेतना मस्तिष्कको भौतिक कोशिकाहरूमा निरन्तर भड्कहने शारीरिक क्रियाकलापबाट उत्पन्न हुन्छ। मस्तिष्कमा हुने सकारात्मक वा नकारात्मक क्रियाकलापले मानिसको चिन्तन प्रक्रियामा पनि सकारात्मक वा नकारात्मक असर पार्दछ भने त्यस पदार्थमा भौतिक क्षति हुनासाथ मानिस चेतनशून्य (कोमा) अवस्थामा पुग्छ। त्यसैगरी निष्क्रिय वा अपर्याप्त चिन्तन प्रक्रियाबाट मानिसले चाहेको भौतिक विकासमा नकारात्मक असर पर्दछ। जसले मस्तिष्कलाई बढी सक्रिय र चिन्तन प्रक्रियालाई उन्नत बनाउँछ उसैले विभिन्न किसिमको आविष्कार, वस्तुहरूमा सुन्दरता (डेकोरेशन), विकास र सोको उपयोग गर्न सक्छ। तर मस्तिष्कमा सकारात्मक र नकारात्मक असर पुर्नुमा विभिन्न बाहिरी तथा शारीरिक तत्वहरूको अहम् भूमिका रहन्छ। त्यसैले विकास तब मात्र सम्भव हुन्छ जतिबेला बाहिरी भौतिक पदार्थको सुव्यवस्थीकरणमा मानव मस्तिष्कको पदार्थले स्वाभाविक प्रक्रिया सञ्चालन गर्दछ। बाहिरी भौतिक विकासलाई स्वीकार गर्दछ र स्वामित्व ग्रहण गर्दछ। त्यसैले विकासलाई पदार्थ र चेतनाको एकीकृत सहकार्यको परिणाम मान्न सकिन्छ।

पदार्थमा प्राकृतिक रूपमा हुने नियमित प्रक्रियालाई कतिपयले विकासको अर्थमा बुझ्ने गर्दछन्। जस्तो: पानीबाट वरफ वा वाफ बन्ने प्रक्रिया; कार्वनबाट हीरा बन्ने प्रक्रिया; गुलाफको बोटबाट

फूल फुल्ने प्रक्रिया; मानिसको शुक्रकीट तथा डिम्बको सम्मिश्रणबाट बनेको एक कोषीय भ्रूणबाट बच्चा बन्ने प्रक्रिया र मकैको गेडाबाट बोट बन्ने प्रक्रियालाई पनि विकास भन्ने गरिन्छ। तर त्यो विकास होइन। त्यो त वस्तुमा रहेको सार अनुसार रूपमा आएको परिवर्तन मात्रै हो। परिमाणबाट गुणमा भएको परिवर्तन मात्रै हो। पदार्थभित्रका नकारको नकार मात्रै हो। प्रकृतिको नियम तथा पदार्थभित्रको कणहरूको गति र शक्तिको परिणामलाई बुझ्न नसक्दाको परिणाम मात्रै हो। त्यसैले पदार्थको स्वाभाविक प्रक्रियाद्वारा निर्मित परिवर्तन विकास होइन। केवल परिवर्तन मात्रै हो। पुरानैको निरन्तरता हो। त्यसमा पदार्थको स्व-प्रक्रिया मात्रै भएको हुन्छ, चेतनासँग सहकार्य भएको हुँदैन।

भौतिक पदार्थ र मानिसको बौद्धिक/सौन्दर्य चेतनाको एकीकृत सहकार्य र अन्योन्याश्रित सम्बन्धको परिमाण मात्रै विकास हो। विकासमा पदार्थको पहिलो भूमिका र चेतना/बौद्धिकताको दोस्रो भूमिका रहेको हुन्छ। पदार्थले मस्तिष्क (जो आफैमा अति सुसंगठित चेतना निर्माण गर्ने पदार्थ हो) मा पार्ने प्रभावले थप चिन्तन तथा चेतनाको निर्माण र चेतनाले पदार्थको रूप, रंग, आकार, प्रकार र सुन्दरतामा खेल्ने भूमिकाको परिमाण नै विकास हो। प्रसिद्ध रसियन भौतिकवादी दार्शनिक प्लेखानोभले भनेका छन्, “संसारमा वस्तु पहिलो र सुन्दरता दोस्रो हो।” उदाहरणको रूपमा हालका अत्याधुनिक जेट प्लेनहरू राइट दाजुभाइले आविष्कार गरेको हवाइजहाज (वस्तु) मा थपिएको सुन्दरता मात्रै हो। हालको फलामे हलो वा ट्याक्टर आदिम ढुंगे वा काठे हलोको सुन्दर रूप मात्रै हो। ती वस्तुले चेतनामा पारेको प्रभाव र चेतनाले वस्तुमा ल्याएको सुधारको परिणाम हो।

विकास भौतिक पदार्थ/वस्तु र त्यसले निर्माण गरेको मानवीय चेतनाको परिणाम भएकाले यी दुईको बीचमा तादात्म्यता हुन जरूरी हुन्छ। त्यसो भएमा मात्र विकास वास्तविक विकास हुन सक्छ। दिगो, टिकाउ, सुन्दर र गुणस्तरीय हुन सक्छ। होइन भने विकास नेपालका सडकहरूको जस्तो हालतमा हुन्छ। कमिसनको लोभमा थोरै बजेटमा सडक निर्माण गर्न लगाउने भ्रष्ट राजनीतिज्ञ र घुसखोर कर्मचारीतन्त्र; दुई दिन पनि नटिक्ने गरी कालोपत्रे गर्ने ठेकेदार (विकास निर्माणकर्ता) र कालोपत्रे गरेको भोलिपल्टै उफिंका पनि चुपचाप बस्ने उपभोक्ता (जनता) का कारण नेपालमा विकास भनेको वीरबलको खिचडी जस्तै हुने गरेको छ। कालोपत्रे गरिनसक्दै उफिंके सडक; कालोपत्रे गरेको

भोलिपल्टै भत्काउन उद्यत खानेपानी, ढल विभाग, विद्युत् प्राधिकरण र नेपाल टेलिकम; उद्घाटन गर्न नपाई भत्कने पुल र भवनहरू; गाउँमा पानी नपुग्दै काटिने पानीका पाइपहरू र खेतमा पानी नपुग्दै फुट्ने/फुटाइने कृला तथा नहरहरू; गुणस्तरहीन खाद्य तथा औषधिको उत्पादन र गुणस्तरहीन सेवा नै नेपाली विशेषताका विकास हुन् । र, यिनै विकास नाउँका विडम्बना पनि हुन् ।

नेपालमा दिगो र गुणस्तरीय विकास कसैलाई चाहेको छैन । राजनीतिक नेतृत्वलाई विकास चाहेको छैन; किनभने ऊ बुझ्छ कि विकासले चेतनामा प्रभाव पार्छ र चेतनाले भ्रष्ट नेतृत्वलाई अस्वीकार गर्छ । कर्मचारीलाई पनि विकास चाहेको छैन; किनभने ऊ बुझ्छ कि दिगो विकासले आगामी घुसको परिमाणमा घाटा पार्छ । ठेकेदारलाई विकास चाहेको छैन; किनभने ऊ बुझ्छ कि विकासले आगामी ठेक्काको परिमाण घटाउँछ । जनता र उपभोक्तालाई विकास चाहेको छैन; किनभने ऊ बुझ्छ कि विकास भनेको राज्यको सम्पत्ति र दायित्वको विषय हो । उसको होइन । ऊ सोच्छ, आफू हिलोमा हिंड्नु परेर के भो त आफ्नो सडक भत्केको होइन क्यारे, राज्यको सडक भत्केको हो; आफ्नो घरमा पानी नआएर के भो त आफ्नो पाइप काटिएको होइन, राज्यकै काटिएको हो । राजनीतिक नेतृत्वदेखि प्रत्येक नागरिकहरूमा जबसम्म विकास भनेको राज्यको मात्रै दायित्वको विषय हो र राज्य भनेको माकुराका बच्चाहरूले जस्तै चुसेर क्षत-विक्षत गर्ने वस्तु हो भन्ने चिन्तन रहन्छ तबसम्म नेपालमा दिगो, टिकाउ, सुन्दर र गुणस्तरीय विकासको परिकल्पना गर्न सकिदैन ।

राज्यकै मन्त्रालय र विभागका तौरतरिका हेरौं: एउटा विभागले विकास निर्माण गरिभ्याएको छैन, अर्को विभाग भोलिपल्टै गैती-बेल्चा लिएर भत्काउनलाई तम्तयार भइसकेको हुन्छ । नेता र कर्मचारीहरूको तौरतरिका हेरौं: यो वर्ष जुन आयोजनालाई ठेक्का दिन भ्याइएकै छैन, अर्को वर्षका लागि सोही आयोजनालाई बजेट छुट्याउने र ठेक्का दिने तयारी शुरू भइसकेको हुन्छ । ठेकेदार निर्माणकर्तालाई हेरौं: बनिनसक्दै भत्कने संरचना निर्माण गर्न सधैं उद्यत देखिन्छ ।

जबसम्म नेपालका प्रत्येक व्यक्ति व्यक्तिका विकास मेरो देशको लागि हो; मेरा छिमेकी र आफन्तहरूको लागि हो र मेरो आफ्नै लागि पनि हो भन्ने चेतनाको विकास हुँदैन, तबसम्म नेपालमा अहिले भइरहेको जस्तो ढँटुवा विकास मात्र भइरहन्छ । त्यसैले यो खाले चेतनाको विकास कसरी गराउने र कसले गराउने भन्ने विषयको विकास नै तत्काल गर्नुपर्ने पहिलो विकास हो ।

नागरिकहरूको रंगढंग हेरौं: पाइपबाट घरमा पानी नपुग्दै काट्न तयार भइसकेको हुन्छ ।

यही हो आजको नेपाली विकासको मोडेल । यहाँ वर्षौंदेखि यस्तै भइरहेको छ । यो देखेभोगेकै कुरा भयो । नदेखेको हेर्ने कि? यो त रूप भयो, सारतिर घोत्तिने कि? यो परिणाम भयो, कारणहरू खोज्ने कि? यो त वास्तविकता हो, सम्भाव्यता केलाउने कि? यो त समग्र भयो, अंशमा प्रवेश गर्ने कि? यसलाई सारमा बुझ्दा, कारणहरू खोज्दा, सम्भाव्यता केलाउँदा र अंशमा प्रवेश गर्दा एउटै निष्कर्षमा पुगिन्छ, त्यो भनेको विकासमा पदार्थ र चेतनाको एकीकृत सहकार्य र तादाम्यताको अभाव हुनु नै हो ।

त्यसैले जबसम्म नेपालका प्रत्येक व्यक्ति व्यक्तिका विकास मेरो देशको लागि हो; मेरा छिमेकी र आफन्तहरूको लागि हो र मेरो आफ्नै लागि पनि हो भन्ने चेतनाको विकास हुँदैन, तबसम्म नेपालमा अहिले भइरहेको जस्तो ढँटुवा विकास मात्र भइरहन्छ । त्यसैले यो खाले चेतनाको विकास कसरी गराउने र कसले गराउने भन्ने विषयको विकास नै तत्काल गर्नुपर्ने पहिलो विकास हो ।

(अधिवक्ता, लेखक तथा सामाजिक विज्ञान अनुसन्धानकर्ता हुन् ।)

शिक्षक सेवा आयोगको लागि अति उपयोगी पुस्तकहरू

Most Usable for Teacher Candidates



हरेक स्तरका पुस्तक प्रकाशन तथा वितरणका लागि हामी निरन्तर सहभागी हुनेछौं ।

उत्कृष्ट अड्क ल्याउनको लागि पढ्ने पर्ने पुस्तकहरू



प्रकाशक/वितरक
Ratna Sagar Prakashan (P.) Ltd.
रत्न सागर प्रकाशन (प्रा.) लि.

डिल्लीबजार, काठमाडौं, फोन: ०१-८८३८५३०
email: ratnasagarprakashan@gmail.com
Website: www.ratnasagarprakashan.com

पूर्वाधारमै जोड दिऊँ

■ शोभाकान्त भा

हामीलाई चाहिएको या हामीले खोजेको विकास के हो ? कस्तो हो ?

अरूको उधारो परिभाषाद्वारा 'विकास' शब्दलाई नेपालको परिप्रेक्ष्यमा अर्थ्याउनुभन्दा सोधेर र सरल ढंगले भन्ने हो भने गाँस-बास-कपास, रोग-भोक, शोक, निवारण, शिक्षा-स्वास्थ्य र सुरक्षा जस्ता न्यूनतम आधारभूत खाँचोको परिपूर्ति र प्रत्याभूति गर्नु/गराउनु नै विकास हो। विकसित तथा विकासशील देशसँग तुलना गरेर पिछडिएको मुलुक नेपालले 'हवाहवाइ युटोपियन वर्ल्ड'को सपनामा बाँच्नु भन्दा यथार्थको धरातलमा उभिएर आफ्ना भएभरका स्रोत-साधन परिचालन गरी/गराई आवश्यक आवश्यकताको परिपूर्ति गर्नु नै साँचो विकास हो। विकासका दुईओटा साधन स्रोत हुन्छन् : एउटा प्राकृतिक, अर्को मानवीय। प्राकृतिक स्रोत र साधनको सन्दर्भमा जल र वनसम्पदाको अपार धनी देशमा पिउने पानीको हाहाकार, कृषि योग्य भूमिमा सिंचाइको अभाव छ। "हरियो वन नेपालको धन" उक्तिमा मात्र सीमित छ। विगत ४० वर्षमा हामीले हाम्रा वनजंगललाई सखाप पारिसकेका छौं। विकासका लागि साधन र स्रोत भए तापनि हामी गरीबीको रेखामुनि बाँच्न बाध्य छौं किनभने विकासका लागि चाहिने पूर्वाधारहरू हामीसँग पर्याप्त मात्रामा छैनन्। हामी अर्काको सहयोग र ऋणमा बाँचिराखेका छौं।

विकासका पूर्वाधार हुन्- शिक्षा, स्वास्थ्य, यातायात, संचार, बजार, ऊर्जा, पूँजी शिक्षा: विकासको मूल शिक्षा हो। १९४७ ई.मा भारत, १९४८ ई. मा चीन र १९५० ई. मा नेपालमा राजनीतिक परिवर्तन हुँदा भारत र चीनभन्दा हामी आर्थिक रूपमा सम्पन्न थियौं। हाम्रो जनसंख्या सीमित थियो। तराई अन्नको भण्डार थियो, वन सम्पदा थियो, अपार जलभण्डार थियो तर आज साठी वर्षमा चीनले मानवीय स्रोतको परिचालन गरी अर्थतन्त्रमा विश्वको दोस्रो स्थान ओगटेको छ। भारत विकासशील देशको श्रेणीमा छ र हामी गरीबतम मुलुकको श्रेणीमा छौं। यसका लागि कारकतत्व धेरै छन्। राजनीतिक अस्थिरता मुख्य कारक तत्व भए तापनि २०११, २०१६, २०२६, २०४६, २०५५ मा गठित शिक्षा आयोगका सुझाव र सिफारिसहरू सही कार्यान्वयन नहुनु, व्यावसायिक र प्राविधिक शिक्षामा जोड नदिनु, गुणात्मक शिक्षाको सट्टा संख्यात्मक र अनुत्पादक शिक्षामा जोड दिनु रहेको थियो। शिक्षाको राष्ट्रिय उद्देश्य र लक्ष्य (हाम्रा शिक्षाविद्हरू उद्देश्य र लक्ष्यमा फरक छुट्टयाउँदैनन्)। उद्देश्य भनेको (Aims & objectives) बालकको सर्वाङ्गीण विकाससँग सम्बन्धित व्यक्तिगत एवम् सामूहिक उद्देश्यसँग सम्बन्धित हुन्छ जबकि राष्ट्रिय योजना आयोगद्वारा 'राष्ट्रका लागि चाहिने जनशक्तिको उत्पादन

गर्नु' शिक्षाको राष्ट्रिय लक्ष्य (Goal) हुनुपर्दछ। त्यस्ता राष्ट्रिय लक्ष्य हासिल गर्नका लागि स्पष्ट पारदर्शी शिक्षानीति हुनुपर्दछ, तदनुरूप पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक, विद्यालय, शिक्षक निरीक्षकको व्यवस्था हुनु पर्दछ। साथै कडाइसाथ अनुगमन र अनुसन्धान हुनुपर्दछ। पुनः प्रजातन्त्र स्थापनापछि हाम्रो शिक्षा प्रणाली अति छाडावादमा परिणत भएको छ। वर्तमान शिक्षा नीति र कार्यक्रम यथाशीघ्र परिवर्तन गरिएन भने सामुदायिक विद्यालय राजनीतिक अखडामा परिणत भई निजी स्रोतका विद्यालय व्यापारीकरणका चरमोत्कर्षमा पुगी एउटै देशमा दुई किसिमका नागरिक उत्पादन भई वर्ग संघर्षलाई प्रोत्साहित गर्नेछन्। प्रष्ट भन्ने हो भने २०२६ को रा.शि.प. को योजनाबाट एक वाक्य "पंचायती व्यवस्था अनुकूल नागरिक उत्पादन गर्ने" को सट्टा असल नागरिक उत्पादन गर्ने उद्देश्य कायम गरे त्यसलाई नै आजसम्मको सर्वोत्कृष्ट शिक्षा प्रणाली मान्न सकिन्छ।

स्वास्थ्य: विद्यापछिको सर्वोत्तम धन स्वास्थ्य नै हो। शारीरिक रूपले स्वस्थ र बलिया हुनु नै मानवीय स्रोत-साधन हो। अपाङ्ग, बूढा, रोगी राष्ट्रका अनुत्पादक बोझ हुन्। हुन त २०६६ को जनगणनाले जन्मदर र मृत्युदरमा ह्रास देखाएको छ। तापनि पौष्टिक आहारको अभावमा कुपोषण, सरसफाइको अभाव, लामखुट्टेको टोकाइ र सफा खानेपानीको अभावले विभिन्न किसिमका रोग लाग्ने गरेका छन्। प्रति बीस/पञ्चीस हजारमा एउटा डाक्टर उपलब्ध छ। अर्थात् स्वास्थ्यको अवस्था चिन्ताजनक नै छ। नयाँ युगका नयाँ-नयाँ रोग पनि नेपालमा बढिरहेछन्।

यातायात: विकासका पूर्वाधारमध्ये यातायात महत्त्वपूर्ण हो। प्राकृतिक बनोटका आधारमा तराईको समतल भू-भाग बाहेक पहाड र हिमालका क्षेत्र विकट क्षेत्र हुन्, जहाँ सडक यातायात पुऱ्याउन प्राविधिक र पूँजीको अभावमा बृहत्तै मुश्किल छ। हवाइ यातायात महँगो छ। रोपवे पनि सम्भव छैन। त्यसैले हुम्ला, जुम्ला, मुगु मुस्ताङका स्याउ काठमाडौं तथा तराईसम्म पुऱ्याउनु काशिमरको स्याउ भन्दा महँगो सावित भइराखेको छ। त्यस्तै तराईको खाद्यान्न हिमाल पहाडसम्म पुऱ्याउनु ज्यादै महँगो पर्दछ। आफ्नै देशका उत्पादित वस्तु एक-अर्को ठाउँमा पुऱ्याउन ज्यादै कठिन सावित भइरहेछ।

संचार: यो संचारको युग हो। टेलिफोन, मोबाइल, फ्याक्स, ईमेल, वेबसाइट, फेसबुक आदिले संसारलाई साँघुरो बनाइदिएका छन्। नेपालमा संचार क्षेत्रमा तुलनात्मक हिसाबले सन्तोषजनक विकास भएको छ।

ऊर्जा: पानी, कोइला, ग्यास, पेट्रोल, डिजल, सौर्य, वायु आदि। जलभण्डार सम्पदा सन्दर्भमा ब्राजिल पछि हामी विश्वमा दोस्रो

स्थानमा छौं तर अफसोस हामी शुद्ध पानी खान पाइरहेका छैनौं । हामीसँग कोशी, गण्डकी, कर्णाली जस्ता हिमनदीमा पानी प्रशस्त छ तर त्यो सबै खेर गइरहेछ । बीस वर्ष बितिसक्दा मेलम्चीको पानी उपत्यकावासीले पाउन सकेका छैनन् । भारत र चीनसँग मैत्रीपूर्ण ढंगमा साक्षा सम्झौता गरेर विद्युत् उत्पादनद्वारा नेपाललाई स्वीटजरल्याण्ड बनाउने सपना विपनामा परिणत गर्ने दृढ इच्छाशक्ति तथा संकल्पको सर्वथा अभाव पाइन्छ ।

बजार: उत्पादित वस्तुको निर्यातसँग बजारको सम्बन्ध हुन्छ । जडीबुटी हामीसँग प्रशस्त छन् तर ती सबैलाई प्रशोधित गरेर विश्व बजारमा पठाउन असमर्थ र असक्षम छौं । हामी भारतीय बजारमा निर्भर छौं । हामी भू-परिवेष्टित देश अन्तर्गत पर्दछौं । असंलग्न परराष्ट्र नीति, सह-अस्तित्वमा विश्वास गर्ने देशले एकअर्कासँग शान्तिपूर्ण समझदारीमा व्यापार सम्झौता गर्नुपर्दछ ।

पूँजी: आजको पूँजीवादी युगमा अर्थको अभावमा केही सम्भव छैन । हालसम्म हामी दातृराष्ट्रको ऋण सहयोगमा बाँचिरहेका छौं । यस्तो अवस्थामा हाम्रो परनिर्भरता फन् फन् वृद्धि नै भइरहेको छ । हामीलाई खुशी हुनुपर्ने अवस्था प्रवासी नेपालीहरूले पर्याप्त धनार्जन गरिरहेछन् । नेपाली कानूनमा आवश्यक परिमार्जन गरेर विदेशमा रहेका हाम्रा नेपाली पूँजीलाई नेपालमा आयात गर्न सक्दछौं तथा त्यस पूँजीको सदुपयोग विद्युत् उत्पादन, सडक, यातायात, उद्योग, व्यापारमा गरेर चाँडै विकासको बाटोमा अग्रसर हुन सक्दछौं ।

के भयो भने नेपाल र नेपालीको विकास भएको मान्ने

- शिक्षामा आमूल परिवर्तन अर्थात् अनुत्पादक शिक्षा भन्दा गुणात्मक, उत्पादनशील शिक्षाको विकास अर्थात् व्यावसायिक र प्राविधिक शिक्षामा जोड । राजधानीमा केन्द्रित शिक्षा प्रणालीलाई प्रत्येक जिल्लासँग जोड्ने । जिल्लाको आवश्यकता, स्रोतसाधन अनुरूप व्यावसायिक र प्राविधिक शिक्षा-शिक्षणको स्थापना हुनुपर्दछ । शिक्षारूपी लगानीलाई प्रक्रियाद्वारा प्रशोधित गरी सीपयुक्त नागरिक उत्पादन गर्नुपर्दछ ।
- स्वस्थ जीवनयापनका लागि सरसफाइदेखि भ्याक्सिन, खोप, टीकाकरण, स्वास्थ्य शिक्षामा जोड । सुविधासम्पन्न क्षेत्रभन्दा दुर्गम क्षेत्रमा डाक्टर र औषधीको उपलब्धतामा जोड दिनुपर्दछ ।
- यातायातका साधन पुग्न नसकेका क्षेत्रलाई यथाशीघ्र जोड्ने प्रयास गर्नु, विशेष रूपमा परिचालन गर्नुपर्दछ ।
- ऊर्जाशक्ति र विकास एकअर्काको पर्याय हो । वर्तमान बाह्य घण्टे लोडसेडिङबाट पूरा नेपालका औद्योगिक व्यापार व्यवसाय ठप्प भइरहेका छन् । राजनीतिक असमझदारी तथा आफ्नो गोरुको बाह्रै टक्का नीतिले नेपालमा लगानी गर्ने व्यापारी वर्ग त्रस्त छन् । कमिसनतन्त्र र कमजोर ऐननियम, फितलो प्रशासन, सुस्त निर्णयले गर्दा लगानीकर्ता नेपालमा आफ्नो पूँजी लगाउन डराइरहेका छन् । जबसम्म हाम्रो जलभण्डारको सही सदुपयोग हुँदैन तबसम्म विकास भएको मान्न सकिन्न ।
- उत्पादित वस्तुका लागि बजार व्यवस्थापन हुनु पर्‍यो । भारत र चीनसँग आपसी विश्वासका आधारमा नयाँ नीतिको अनुसरण गर्नुपर्दछ ।
- प्रवासी नेपालीको धन भित्र्याउने तथा कम व्याजदरमा विश्व बजारबाट ऋण पाउन सक्ने क्षमताको विकास गर्नुपर्दछ ।
- उल्लिखित पूर्वाधार क्षेत्रमा समुचित परिवर्तन, परिमार्जन र प्रवर्द्धन

विकासका लागि साधन र स्रोत भए तापनि हामी गरीबीको रेखामुनि बाँच्न बाध्य छौं किनभने विकासका लागि चाहिने पूर्वाधारहरू हामीसँग पर्याप्त मात्रामा छैनन् । हामी अर्काको सहयोग र ऋणमा बाँचिराखेका छौं ।

गरी सही समुचित बाटो अवलम्बन गरेमा नेपाल र नेपालीको विकास भएको मान्न सकिन्छ ।

समता, वातावरण र जलवायु परिवर्तनका विषयलाई आर्थिक वृद्धिसँग कसरी जोड्ने ?

२०२४ सालमा म वी.एड. अध्ययन गर्न काठमाडौं आएको थिएँ । २०२४ को मीनपचास र २०६६ को मीनपचासमा निकै भिन्नता अनुभव गर्दछु । अव्यवस्थित शहरीकरण, जनसंख्या वृद्धि, यातायातको प्रदूषण, उद्योगधन्दाको प्रदूषण, रूखविरुवाको निर्मम कटाइले वातावरण र जलवायु परिवर्तन भइसकेका छन् । हुन त विश्वव्यापी वार्मिङ्गका विषयमा ठूलाठूला सभा-सेमिनार गरी विकसित देशद्वारा कार्वन उत्सर्जन बारे निकै चर्चा भइसकेका छन् । हाम्रो प्रकृतिप्रदत्त ऊर्जा दाउरा बालन माथि अनावश्यक विवाद उठाइएका छन् । वातावरण र वायु जल प्रदूषणका लागि अरूलाई दोष दिनुभन्दा हामी स्वयं अपराधी हो । हामीले चारकोसे फाडी विनास गरिसकेका छौं । नेपालका गिटी, बालुवा र ढुङ्गाले भारतका विहार, यूपी.का सडक, भवन बनिराखेका छन्, हाम्रो समस्त तराई क्षेत्र केही वर्षमा अतिवृष्टि, अनावृष्टिले गर्दा मरुभूमिमा परिणत हुने छ । हामी केही रकम खातिर आफ्ना अमूल्य प्राकृतिक स्रोतसाधनलाई बेचिराखेका छौं जसलाई कुनै पनि हालतमा आर्थिक वृद्धि मान्न सकिन्न । समता भनेको- कानूनको तजरमा सबै समान हुनु, सबै समान हुनुको अर्थ विधिको शासन हुनु हो । हाल विधिको शासनको प्रत्याभूति भइरहेको छैन । विकास स्थिर राजनीतिक अवस्थामा मात्र सम्भव हुन्छ ।

नीतिनिर्माणको प्रकृतिमा नागरिकको सहभागिता कसरी सुनिश्चित गर्ने ?

जनताद्वारा संविधान निर्माण त्रिसट्टी वर्षदेखि पचास पटक सरकार परिवर्तन गर्दा पनि संभव भएन । जनताद्वारा निर्वाचित संविधानसभा पनि विघटन भइसकेको छ । नीतिनिर्माण प्रक्रियामा नागरिकको सहभागिता असफल भइसकेको छ । तसर्थ एक मात्र उपाय जनतामा नागरिकको अधिकार/कर्तव्यका साथै नीतिनिर्माण सम्बन्धमा सुशिक्षित गर्न विद्वतवर्ग, नागरिक समाज, पत्रकार, पत्रपत्रिका, रेडियो, एफ.एम, टेलिभिजनद्वारा राष्ट्र, राष्ट्रियता अखण्डता, स्वाभिमान रक्षार्थ अगाडि आउनु हो । विशेष भूमिका युवा वर्ग, शिक्षक, कानूनविद् र विद्यार्थीले खेल्नु नै असल नागरिकको धर्म-कर्म हो । सभा, गोष्ठी, अन्तरक्रिया आदिबाट निस्केका उपयोगी विचारलाई देश विकासका लागि उपयोगी बनाउन प्रिन्ट तथा इलेक्ट्रिक मिडियाले ठूलो भूमिका खेल्न सक्दछन् । सम्बन्धित निकायसम्म यी उपयोगी विचार, सुझाव र सिफारिसलाई हामीले पुऱ्याउन सक्नुपर्दछ । साथै बेलाबेलामा घचघ्याउनुपर्दछ ।

गोडैता-२ सर्लाही

पहिला शिक्षा र संस्कार

■ अर्जुनप्रसाद पोखरेल

विकास भनेको उच्च संस्कार प्राप्तिका लागि स्वाभाविक रूपमा भइरहने परिवर्तनकारी कार्य हो। शिक्षाले उच्च संस्कारको खोजी गर्न र सभ्य समाजको मार्ग रोज्न सघाउँछ। विकास भनेको जीवन र जगतको निर्माणका तत्व र विचारको सफल समायोजन र व्यवस्थापन कार्य पनि हो। जसमा मान्छेको सक्रिय, गतिशील र विवेकपूर्ण सोच र कर्मको खाँचो रहन्छ। घाम, पानी, माटो, हावा र आकाशको दीर्घ र स्वच्छ अस्तित्व रहने गरी पृथ्वीको आयुको मापोमा हाम्रो कल्याणकारी योजना निर्माण गर्ने गरी शिक्षित, प्रशिक्षित हुने कार्यभित्र साँचो विकास लुकेको हुन्छ। सबै चिजको विज्ञान हुन्छ। विकासको विज्ञान शिक्षा हो। शिक्षाको विज्ञान समाजको समुन्नति हो।

सम, दिगो र सच्चा विकासको लागि हामीसँग रहेको मानवीय क्षमता, प्राकृतिक स्रोतको विविधता, वितरण प्रणालीको पहुँचमा विभेदको अवस्थालाई बुझी 'मेरो कमाइमा सामाजिक लगानीको ठूलो हिस्सा रहेको छ' भन्ने संस्कारको विकास गर्ने शिक्षाले हामीले खोजेको विकासको मार्ग निर्देशन गर्दछ। 'हाम्रो जीवन, राम्रो वातावरण, हाम्रो भविष्य, राम्रो संस्कार' भन्ने वातावरणीय चेतना र जीवोचित विवेक भएको शिक्षाको विकास हामीले खोजेको हो।

उच्च संस्कार दिने शिक्षा वैज्ञानिक, सामाजिक, आर्थिक, वातावरणीय, प्राविधिक, व्यावसायिक र आधुनिक मात्र नभएर नेपाली समेत हुनु पर्‍यो। के भएमा नेपालीको विकास हुन्छ? विकासको सक्रिय साधन मानव, जसलाई सञ्चालन गर्ने विचारहरू संस्कारगत हुन्छन्। 'मरेर स्वर्ग देख्ने' मान्यताले किचिएका नेपालीहरूलाई गरेर स्वर्ग बनाउने विश्वास शिक्षाको माध्यमले जगायो र राज्यले क्षमता पहिचान पछि गरिखाने क्षेत्र तोकियो भने कसो विकास नहोला!

भावी शैक्षिक संरचना १-६ लाई साधारण तह, ७ र ८ कक्षालाई बालबालिकाको क्षमता र रुचि पहिचान तहमा विकास गरी, दक्ष शिक्षकहरूले दुई वर्षको अनुसन्धानबाट पहिचान गरिएको रुचि र क्षमताको आधारमा ९-१२ को शिक्षालाई ज्ञान, विज्ञान, प्रविधि र व्यावसायिक शिक्षाको जोहो गरी बढीमा दुई वर्षको कार्यक्षेत्रस्तर अनुभवपछि उच्चशिक्षाको मार्ग निर्देशन गरिदिने शिक्षाप्रणालीमा लागियो भने दक्ष कृषकका छोराहरू अदक्ष कृषिकार्य गर्न विदेशिने परिपाटीलाई रोक्न सकिन्छ। दक्ष नागरिक जाऊनु, कमाऊनु, ल्याऊनु त्यसमा आपत्ति हैन, छैन।

अहिले विजुली बेच्ने कुरा नगरौं। हामीलाई चाहिने विजुली वालन चाइनासँग र सिंचाइको लागि चाहिने नहर बनाउन भारतसँग



टीका गहराई

समानता सिद्धान्तको आधारमा लप्पनछप्पन नगरी ऋण मागौं र विजुली र सिंचाइका व्यावहारिक, पारदर्शिक र जनउत्तरदायित्वबोध हुने योजना र परियोजनाहरू सञ्चालन गर्न सरकारलाई जनस्तरबाट सहयोग गरौं, दबाव दिऊं। राज्य स्थायी हो, सरकार स्थायी हुँदैन। सङ्क्रमणकाल सधैं रहँदैन। राजनीतिको अराजनीतिक अवस्था पनि सधैं रहँदैन, यसैको चिन्तामा बढी नपर्‍यो। जसको जे काम हो त्यसैतिर लागौं। त्यसपछि, अर्काको पछि लागेर रेलमार्ग तथा सडक यातायात मात्रका उडुवा कुरा नगरौं। रोपवे, रज्जुमार्ग, सुरुङमार्ग, हवाईमार्गका कुरा गर्नुपर्‍यो। यातायातको साधनअनुसार भूगोल नबिगारौं। हाम्रो

भूगोलअनुसार यातायातको साधन र मार्गहरू रोजौं। जस्तै; डोल्पामा सडकमार्गको विकास गर्नु विकास होइन, सुन्दर भूगोलको विनास मात्र हुनेछ। डोल्पाको केन्द्रलाई रोपवेले राज्यको केन्द्रसँग जोडेर त्यहाँको मनोरम, उर्वर र अपार प्राकृतिक भूगोल र जैविक विविधताले भरिपूर्ण भूभागलाई घोडेढो; चाक्लो हुंगा छापेका बाटोको सञ्जालले प्रत्येक गाउँ, बस्ती जोड्ने हो भने संसारकै अद्वितीय पर्या-पर्यटन स्थलको रूपमा विकास गर्न सकिन्छ।

तर, राज्यको माथिल्लो तहदेखि सचेत भनिएका नागरिकसम्मका सबैको दिमागमा मोटर गुडाउने भूत सवार छ। अनि कसरी हुन्छ हाम्रो विकास? हाम्रो भूगोल, पर्यावरण, समाज संस्कृति, प्रविधि, ज्ञान र विज्ञानलाई पृथ्वीकै कल्याणको लागि प्रयोग गर्ने सोच र विज्ञानको खोजी गर्न सके नेपाल र नेपालीको विकास पक्का हुनेछ।

साँचो विकास भनेको हाम्रो श्रम, पूँजी र विश्वास पलायन हुने कार्यलाई रोक्न सक्नु हो। यसका लागि ठूला कुरा गर्न छोडेर कृषिलाई व्यवसायीकरण र नेपालीकरण गर्नुपर्छ। मान्छेलाई आफैले निष्कासन गरेको फोहोर आफूलाई चाहिने खाना उत्पादन गर्न पर्याप्त हुन्छ भन्ने वास्तविकताको बोधसँगै कृषि गुरुयोजनाको खाका लागू गर्ने वातावरण सिर्जना गर्ने हो भने नेपाल र नेपालीको विकास टाढा छैन। राज्यले समसामयिक विधि निर्माण र विधिको शासन चलाएमा कृषकहरू मात्रै पनि नेपाललाई समुन्नत तुल्याउन सक्षम छन्।

आर्थिक वृद्धिसँग समविकास जोड्न व्यक्तिले प्राप्त गरेको आर्थिक सफलताको प्रतिशतमा समविकासको भाग राज्यले छुट्याउनुपर्छ। समविकासको नाममा पायक पर्ने स्रोत र साधनको व्यवस्थित प्रयोग गर्नुपर्छ। आर्थिक वृद्धि मात्र विकास होइन त्यसैले सम, वातावरण र जलवायु अनुकूलका आर्थिक विकास योजना निर्माण र कार्यान्वयन गर्नु आजको आवश्यकता हो। लिंग अनुसारका काम छनोटमा खटपट र लैंगिक छनोटमा कुरा नकाटौं। मैले पिएको पानी पनि आमाकी आमाको हो भनियो भने समविकासको सुरुआत हुन्छ। हालको संक्रमणकालीन अवस्थामा नागरिक समाजले परिपक्वता प्राप्त गर्न, राजनीतिकर्मीको योग्यता, युवाहरूको धारणा, जेष्ठ नागरिकहरूको अनुभव संकलन गर्ने जस्ता नीतिनिर्माणका मौलिक परियोजनाहरू सञ्चालन गर्नुपर्दछ।

नागरिकहरूको सहभागिताको लागि कार्यस्थलमा विकास भएका व्यावहारिक विचारहरूको संगठनले निर्माण गरेको अवधारणामा विज्ञहरूको ज्ञान, स्थानीय विधि, श्रम र साधनमा विज्ञान र प्रविधि

डोल्पामा सडकमार्गको विकास गर्नु विकास होइन, सुन्दर भूगोलको विनास मात्र हुनेछ। डोल्पाको केन्द्रलाई रोपवेले राज्यको केन्द्रसँग जोडेर त्यहाँको मनोरम, उर्वर र अपार प्राकृतिक भूगोल र जैविक विविधताले भरिपूर्ण भूभागलाई घोडेढो; चाक्लो हुंगा छापेका बाटोको सञ्जालले प्रत्येक गाउँ, बस्ती जोड्ने हो भने संसारकै अद्वितीय पर्या-पर्यटन स्थलको रूपमा विकास गर्न सकिन्छ।

जोडिदिनुपर्छ। उपयोगी विचारहरूको खोजी गर्ने सरोकारवालाहरूले राज्यको विभिन्न तहमा कार्यान्वयनको लागि सञ्चारमाध्यम, नागरिक समाज र विभिन्न संघसंस्थाहरूसँग सहयोग, सहप्रयोग र सहकार्यको लागि कम्तीमा प्रत्येक जिल्लासम्ममा विचार दिने र समर्थन गर्ने नागरिक समाजको विकासमा ख्याल राख्नुपर्छ।

अन्त्यमा नेतालाई भोटले, कर्मचारीलाई कमिसन कानूनले र उपेक्षितहरूलाई अधिकार सँगै कर्तव्य आयोग गठन गरेर व्यक्ति, समाज, जीवन, जगत, प्रकृति र संस्कृतिको सम, दीर्घ र मौलिक उन्नति गर्ने नागरिक तयार गर्ने सामाजिक शिक्षा व्यवहारमा शुरू गर्नुपर्छ। सुन्दर र स्वच्छ नेपाली आकाशमुनि हरिलो भरिलो भूमिमा पारिवारिक कर्तव्य पूरा गर्ने सामाजिक सद्भाव, आर्थिक उन्नति र वातावरणीय न्याय हाम्रा विकास योजनाका आधारसूचक हुनुपर्छ। यसको लागि सोध, खोज, मन र बुद्धि भएका सोझो नेपाली संस्कार बोकेका नेपालीहरू प्रशिक्षण गर्ने शिक्षाको आवश्यकता पर्दछ। चरित्र निर्माण गर्ने शिक्षासँग जीवन चलाउने सीप, दक्षता र सामर्थ्यको विज्ञान खोज्ने, कृषिमा नेपाली प्रविधिलाई जोड्ने, जल र वनलाई विश्वका मनहरू मिलाएर अर्थलाई वातावरणको ज्ञान र जीवको विवेकसँग जोड्ने संस्कार विकास गर्ने, शिक्षाभित्र लुकेको साँचो विकास व्यावहारिक, व्यावसायिक, नेपालीक, नैतिक तथा वातावरणीय शिक्षाको कुचीले मात्र खुल्न सक्छ।

सरस्वती उमावि, दुनै, डोल्पा

सूचना

'साँचो विकास' या 'हामीलाई चाहिएको विकास' सम्बन्धी बहसको यो श्रृंखला आगामी वैशाख (२०७०) अंकसम्म जारी रहनेछ। यसमा सहभागी हुन इच्छुक लेखकहरूले २० वैत २०६८ भित्रमा आइपुग्ने गरी आफ्ना विचार/लेख-रचना पठाइ सक्नुपर्नेछ। प्राप्त सबै लेख-रचना प्रतिस्पर्धामा समावेश हुनेछन्। शिक्षक मा भने केही प्रतिनिधिमूलक लेख-रचना मात्र प्रकाशित गर्न सम्भव हुने व्यहोरा अवगत गराइन्छ। हालसम्म प्राप्त लेखहरू पनि आगामी अंकहरूमा क्रमशः छानिने र छापिने छन्।

- सम्पादक



Interesting Activities for Teaching English

1. Run to the Board

Level: Primary to secondary

Skill: Writing (Vocabulary)

Aim: To write the correct spelling of a word

Materials: Blackboard, chalk

Process: The teacher collects some words according to the level of the students and divides them into two groups. She writes those words with scrambled spelling into two columns on the board leaving the space on the right side of each so that they can be written again with correct spelling.

The teacher presents an example to show the students the way to unscramble the given words so that they can make a word with correct spelling.

She divides the students into two groups as per the number of words she has written on the board, and asks them to stand in two lines, then gives a bar of chalk to the students who is standing at the front of each line.

She instructs them to run to the board and write a word next to it correcting its spelling as she says to them to "go". One student can write only one word at a time. The group which finishes writing the words first with (more) correct spelling will be the winner-group.

Variation: Instead of unscrambled words, words with wrong spelling can be used.

2. Throw the Ball and Speak

Level: Primary to secondary

Skill: Speaking

Aim: To speak (use language) in meaningful context.

Materials: a small ball or paper-wrap-up ball.

Process: The teacher asks the students to stand in a circle in the class (or on the ground). She introduces the language they are going to practise: e.g. "My name is Rabin. What's your name?"

Every member of the group in the circle speaks the language and throws the ball to someone. The one who gets/holds the ball uses the same language to tell his/her name and ask other's name in the circle, then throws the ball to the other.

When all finished introducing themselves, the language can be changed into – "My name is Rabin. Are you Gopal?" And then they can enjoy playing the same game.

Variation: The other languages that can be used in this game are:

Asking and telling preference

"-I like playing cricket. Do you like playing cricket?"

"-No, I don't. I don't like playing cricket. I like cooking. Do you like

cooking?"

Asking and telling purpose

"-The pen is used for writing. What's the bag used for?"

"-The bag is used for carrying things. What's the bucket used for?"

3. Finger Puppets

Level: Primary

Skill: Speaking

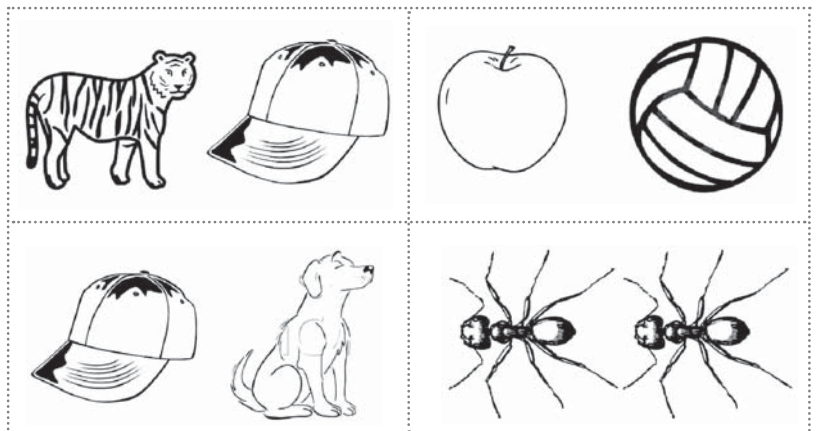
Aim: To tell about the relation among family members

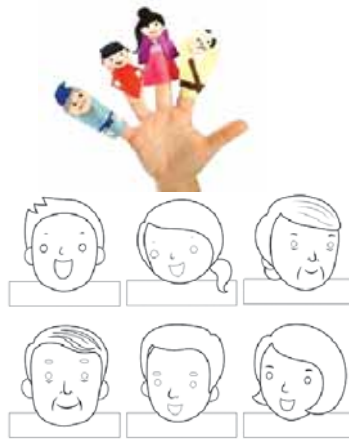
Materials: sheet of paper, (colour) pens, glue or cello tape, scissors

Process: Prepare some finger puppets of family members – father, mother, sister, brother, etc. Prepare sets of puppets as per the student's number. Some outline images have been given here for the purpose.

Put those puppets on the fingers and present the language showing the puppets – "Who's this? He is my father. She is my mother."

Ask the students to put the pup-





pets on their fingers, assume them as their family members, and work in pairs – asking and answering the about their family relations using the same languages presented by the teacher.

Variations: Instead of family relations, the puppets can be used to teach the following things:

To teach different feeling, emotions using different faces which show the various emotions.

To teach different animal, fruits, etc. name using different animal fruits, etc, puppets.

To tell the stories and sing rhymes using the puppets of different characters.

4. Listen and Write on the Board

Level: Primary and lower secondary

Skill: Listening and writing (vocab)

Aim: To find the single word of a definition

Materials: Blackboard and chalk

Process: Collect some words and their definition to play this game.

Divide the students into two groups and ask them to stand at the front of the blackboard in two lines. And give a bar of chalk to the students who are standing at the front of each line.

The teacher will say the definition of a word, the students from each group, who are standing at the front, listen and should write the (single) word of the definition on the board quickly. The one who finished writing correct word on the board first will score 1 mark for the group. Then the next students

from each group will do that job for the group. The group which gets more score will be winner. Some examples of definitions are:

Something you wear on your head. Something you eat at breakfast. Something you use to write. Something you keep in your wallet. Something you read at school. Something you put on your legs.

Variations: Instead of things, the persons or professions can be the content of this game, e.g. - Someone who drives a bus. Someone who flies aeroplane. Someone who teaches at school. Someone who mends shoes. Someone who repairs a car. Someone who sings a song. Someone who dances.

5. Blindfold and Find Somebody

Level: Primary and lower secondary

Skill: Listening and speaking

Aim: To use the languages for showing directions.

Materials: scarf to blindfold somebody

Process: Introduce the languages which instruct to show the directions, such as – Move a step ahead. Turn right. Turn left. Stop. Go three steps ahead. Turn around.

Let them practise the languages so that they can use them to instruct somebody to show the directions.

Call a student to the front of the class and blindfold him or her with a scarf, then get him/her turn around. Keep another student at other place of the classroom and ask other students to instruct him/her so that s/he can find another student moving ahead according to

the friends' instructions.

Variations: Instead of blindfolding someone, they can send him/her outside of the class and choose a person whom s/he should find out. After they choose a person, s/he is called in and instructed to move ahead towards the person they have chosen using the similar languages. They keep on giving instructions until s/he finds the person they have chosen.

6. Card Game

Level: Primary and secondary
Skill: Speaking

Aim: To express the possession.

Materials: some flash cards with two similar and different pictures.

Process: Prepare the flash cards (more than 20 for each group) with two similar or different pictures on each of them.

Divide the students into the group of three. Give them a set of 20 flash cards to each. Tell them that they have to distribute five cards for each; first, one will lay a card on the floor or desk and use the language – "I've got a book and a bag." The next one will lay a card if s/he has the card that matched with the card which have already been laid on the floor or desk and says – "I've got a book." The card should be laid overlapping the similar picture to make a chain of cards. If s/he doesn't have similar one, s/he has to say – "I haven't got a book." Then s/he will be given one more card to open the game. Yet the given card doesn't match, s/he will be given another card again. They have to lay the cards until one's cards finish. The one whose cards finish first will be the winner.

Variations: To increase the difficulty level of game, some languages can be added, e.g. Have you got a book? Haven't you got a book? Yes, I have. No, I haven't. Here you're. Take this one. It's your go. Hurrah, I won. 📖

(Tamang is working as roster trainer of English Language at Educational Training Center in Bhaktapur, Chitwan.)



cuhl k/lifdf s]ugl<

lzifs ;]f cfof]sf] vnf
 kltofl]utffds k/lifsf] kf7dqmdf
 plNnvt axj \$Inks ... dfgfT/
 ; \$x;ll eg\$]s]x] <cuhl lj ifosf]
 k/lifsf kZg cuhld; ;flwG5 ls
 gkfnldf <cuhl lj ifos] k/lifdf
 ... d:of ; dfwfgl / ..36f cll oogul
 zlif\$af6 nfd]pQ/sf lglDt ; flwg]
 kZgsf]pQ/ gkfnl eiffd]n]vg kfG5
 eGg]klg ; lgpSf]5 . s]of] ; fF]x]f<
 hgsstf/ >7
 afnljgfl dflj, nlnkt/

axj \$Inks ; dfgfT/ ; \$ eg\$]f]
 ; dfg csef/sf / Pp6] s]7gf0
 :t/sf Psebf a9l kZgx;sf] ; \$
 x]f. o:tf kZg gkfnld; ; flwg]5g\
 o; df rf/ j6f pQ/ xg\$g;h; d]llo]
 ; xl pQ/df pld]j]f/n] lrx
 nufpgk\$. ljifout kZg cgtuf
 ^) csef/sf]lj ifoj:t'cuhl lj ifod]
 n]vgk\$. To; afx\$ @) csef/
 cgtufsf lj ifoj:t]sf]pQ/ cuhl jf
 gkfnl eiffaf n]vg ; lsg\$.

vubk/fb gkfn
 ; x;lrj, lzifs ;]f cfof]

;sfsf]labf slt lbg <

;fdbfios lj Bfnodf sfo{t amlj sf;
 ; xof]ul sfo\$tf]k]kpg]labfaf/]sxl+
 st}pNny 5g . pglx;n]j ifdf slt
 lbg labf kfp5g<

;vub/fh e08f/l
 kzklit lgdflj, rffnf-%, shfnl

afn l]sf; s]b/sfof]og ; ~rfng
 lgb]zsf, @)^! kl/dfhgsf]r/Ofdf
 5 . To; df labfsf] ; ljwfnf0{klg
 ; d\$g] tof/l u/\$f 5f]. lgb]zsf
 kl/dfhg gx\$; Dd lj Bfnosf cG
 lzifs ; /xs} ; ljwf lbg] cEof;
 kf]om lj Bfnon]ub}cfPsf 5g\

/j]lbb\$df/ a9fkyl
 pk;lrj, lzif ljefu

shf{kfOPg

d @)\$& ; fnb]v :yfol lzifs xF. pd]
 xbsf sf/Of @)^) ! df clgjfo{
 c]sfz kfgp\$. lzifs dfl; sff]
 @)^ (, ebf} c\$ss] o; } :tDedfkmf
 sdf/l ; ~ro sff]af6 .z]lfs shf
 kf0g] hfgsf/l kfP nuQ} d]h] ; ~ro
 sff]sf]abj n sfofnodf ; Dks{u/; t/
 Toxf\$ sdf/ln]abj n gu/ lrf]leqs]
 3/~hluf lwtf] /fv] dfq} shf{kf0g]
 hfgsf/l lbP . hals lwtf] /fv] d; E
 ?kGbx] lhNnf s]afgl uflj ; sf] kSsl
 ; 8sd} /x\$]f (s]f hluf / To; df
 ag\$]f] 3/ dfq 5 . s] gu/kflnsf
 aflx/sf 3/~hlufnf0{lwtf] dflgbb} <
 pdfgl; * ; ?
 ejfgl klj, km]S; a\$fb-!, kNkf

xfnnf0{gu/ lrf]sf 3/~hlufnf0{dfq}
 shf\$ lglDt lwtf] :j]sf/ ug]ul/Psf]
 5 . To; h] tkf0\$E abj n gu/ lrf]sf]
 3/~hluf lwtf] dflufPsf] x]f . cfpbf
 lbgdf lwtf\$]f]bfo/fnf0{gu/af6 uflDof
 lrf]tkm]j :tf/ ug]lj ifodf gltut txd
 5nkm yflnPsf]5 .

/fh]b/sf n] k]v, ; ~rostf;]f tyf
 ; ljwf ljefu, sdf/l ; ~ro sff]

\$) kf7bef/M s; /l k\$ofpg] <

cfwf/e't tx-siff ^-* sf] goff
 kf7dqmdf ; fktfxs kf7bef/ \$) /
 k0ff{ *}) agfOPsf] 5 . t/, kf]om
 lj Bfnodf \$% ldg\$]sf] Ps lkl/o8sf]
 cfwf/df xktfdf # (lkl/o8 k7gkf7g
 xG5 . o; lx; fan] siff \$-!) sf
 lj Bfylhf0{b]gs -zqmaf/ afx\$ _!) blv
 \$ ah] Dd & j6f lkl/o8 / zqmaf/ !)
 blv !M!% ah] Dd \$ j6f lkl/o8sf b/n]
 # (kf7bef/sf] cfwf/df lzifof e0/x\$]f]
 5 . ca siff ^-* sf lj Bfylhf0{ \$)
 kf7bef/ k\$ofpg]u/l s; /l lzifof ug]l<
 clg \$) kf7bef/df c; / gkg] u/l
 lj Bfylhf0{sg lbg-af/ / slt ahf
 c]t]St lqmfnsfk u/fpg] < ; fy]siff ^
 sf]kf7dqmd k0f{; kdf km]g]x]f]s, k/fq]
 kf7dqmdf ; dffo kl/dfhg dfq xg]x]f<

k\$z e\$ /fo{
 v: y\$ dflj, d; lsf#-#, uldl

x]n ; ftf]sf] # (lkl/o8 k7gkf7g x\$]
 cfPsf]df zqmaf/ Ps lkl/o8 ykg
 ; lsg5 . To; k]5 af\$ /x\$]f] ; dodf
 c]t]St lqmfnsfk ; ~rfng ug]c]zo
 kf7dqmdsf]x]f . jf: t]df zqmaf/ cfwf
 lbg cyf\$ \rf/ lkl/o8 dfq} k9fpgk]
 eGg] c]w]f/Of kf7dqmdsf] x]f]g . o; f]
 ubf{ ; ftdf \$) lkl/o8 k\$ofpg ; lsg5 .
 siff ^ sf]kf7dqmd kl/dfhg dfq}geP/
 k'}kl/j t\$ ul/Psf] x]f .

uofz k/fb e\$ /fo{
 pk]gbz\$, kf7dqmd lj sf; s]b]

lgod ljk/t k\$ agf0of]

d ! (j]f]v kfylds b/agldf sfo{t
 5' . s]l cl3; Dd d lj Bfnosf] k\$
 klg lyPF. t/, P; Pn; l k/lifsf] glthf
 lau\$] sf/Of b]v]p]b] dnf0{ k\$af6
 /fhlgdf ug]lj z tNof0of]. xfn lzifs
 nf0; ; d] gePsf /x]t lzifsnf0{
 k\$ agfOPsf] 5 . o:tf] ug]ldN5 <olb
 ldNbb] eg] sxfFph/l ug]knf<

ho/fd sf] /fnf
 dflj gofjg, kfy /lsfBf-!, ; v]

olb nf0; ; g] gePsf] JolQmf0{ /x]t
 cgbfsg] lzifs kbdf lgoQm ul/Psf] x]f]
 eg] k]xnf] ulNt t Tox] eof]. To; dflj
 b/aglslf lzifs x\$]x]b] /x]tnf0{ k\$
 agfpg ldNbb] . To; h] tkf0\$] lhNnf
 lziff sfofnodf] ph/l lbg ; Sgk\$.
 lh]zsfaf6 To; sf] ; g]f]0{geP fl]zlg
 jf lziff ljefudf ph/l lbg]x]hf .

gf/fo0fsfh] sfz]5]
 pk;lrj, lziff ljefu

Eofl6sg l; 6l ls dfq]sf] <

xfdn] Eofl6sg l; 6l -)=\$ j u{lsdl
 nf0{lj Zj sf] ; a\$bf ; fg] dh\$sf
 ; kdf a'b} cfPsf x]f. t/, hgs lziff
 ; fdu] s]b] lnld6\$af/f d]bt .hgs
 P6n; ldf dfq]sf] -) @^ j u{lsdl_nf0{
 ; fg] dh\$sf] ; kdf lrgfOPsf] 5 . o; n]
 xfdnf0{ lal] wf kf/\$]f] 5 . sg rlf]x+
 ; fg] dh\$ x]f <

k]s /fh /hf]
 j]l]b] lxdfno pdf]j, t]N; hfh/sf]

cndndf kl/of]

sllf (sf]P]R5s lätlo cGtuŧ ...j:f:Yo tyf zf/lI/s lzlfm kf7äk:tssf cGtd b0{j6f Psf0 -Psf0-(vjh ; dX ...sl / Psf0 !) vjh ; dX ...vl df tlg-tlg j6f vjh ; dfjz ul/Psf 5g\ . lji fo ; 'Hsf] tn b16Jodf vjh ; dX ...sl sf tlgj6f vjh -af:s0 an, kn6an / Xof08an_dW0]sg} b0{j6f / vjh ; dX ...vlsf tlgj6f vjh -sa88L, 6ph6lg; / df; h cf6dW0]sg} b0{j6f dfq} 5gfb ugkg] lgbzq 5 . of] s/f kl/dfllhŧ ; :s/Of @)^% / o; kl5sf ; a}db0fd pNny 5 .

t/, lzlf dGqfnoaf/f zllfs ; q @)^% blv nfu" xg] u/l ; jlsŧ .dflW0]s lzlf kf7äqnd, @)^\$U sf]efu-@ df dflv pNny ul/Psf vjh ; dX ...sl / ...vl af6 b0{b0{j6f ge0{Ps-Ps j6f vjh 5gfb ugkg] lgbzq 5 . sllf (sf] :j:f:Yo tyf zf/lI/s lzlfss] ljlzi6 p2Z0 -dflW0]s lzlf kf7äqnd, @)^\$, efu-@ df vjh ; dX ...vlsf]sa88L, vf]vf]/ df; h cf6dW0]sg} Ps vjhsf] 5gfb ugkg] pNny 5, hals vf]vf] vjh sllf !)

sf] kf7äqnd / kf7äk:tssf ; dfjz 5 . o; yll kf7äqndsf] lgbzq; f/ ; dX ...sl / ...vl dW0] Ps-Ps 5gfb ug] jf kf7äk:tssf] lgbzq; f/ b0{b0{vjh 5gfb ug] <

sllf !) df cW0og / cfOf; ugkg] vf]vf] vjh s; /l sllf (sf] ljlzi6 p2Zodf ; dlj6g klOf] <

dw; bg hfzL, ablgfy dfij, afj/LufpF bfrhf

vf; df kf7äqndsf] lji foj :t' / p2Z0 cg?k g} kf7äk:ts nllv] xf]. t/, ehjz kf7äk:tssf q16 xg up5 . To; h} kf7äqndsf] lgbzq cg' f/ ; dX ...sl / ...vlf6 Ps-Ps j6f 5gfb ug{xg cg'/fjv 5 .

vf]vf] vjhsf] sllf !) d}; dfjz ul/Psf] xf]. ehjz sllf (sf] ljlzi6 p2Zodf ; dlj6g klU\$. o; nfo{; Rofpg\$}f.

afa'fd sf/vjL, kf7äqnd clwsŧ, kf7äqnd ljsf; sllb]

sxf ph/l ug] <

l; /xf lhnndf sfo{t w}h; f]/fxt / kl; lPkm lzlfxs; sf] clWofkg cgdltkq gSsn /xsf 5g\ o:tf lzlfsdflv sf/afxl xG5 ls xG0 < o:fsf] 5fglag / sf/afxlsl nflu sxf" ph/l ugkg] xf] <

lJz szjxf, l; /xf

clWofkg cgdltkq g} gePsf] JolQmfo{fxt / kl; lPkm jf hg; S} lsl; dsf] lzlfsdflv lgoIQm lbg ldlb0 . cgdltkq gePsf] JolQmfo{ kbdQm ug] clwsf/ lhnndf lzlf clwsf/lno{5 . To; h} tkf0h} lhnndf lzlf sfotfod} ph/l lbg ; Sgxg\$. lhlzsfaf6 To; sfj; hf0 geP lflzlg jf lzlf ljefudf ph/l lbgxfhf .

gf/fo0fshl szl5M, pk; lrj, lzlf ljefu

; Gtfgnf0{lb0b0} <

lzlf lgodfj nldf >ldfg\ >ldtl -bj}; yfol lzlf_s dW0]; jf lgj Qkl5 Pssf] d[o' ePdf lgj Qe/Of gkfpj nllvPsf] 5 . t/, cf'gf ; Gtfgnf0{ gftf kdfloft u/l OR5äfOPsf] JolQm] lgj Qe/Of kfpj Joj :yf 5 ls 50 < olb Joj :yf eP ; Gtfgn] sg zt{cg; f/ kfp5g\ <

/nf yllk

sf0sf0 klj, a}H-@, :of^Nf

lzlf lgodfj nl, @)^% (sf] lgod (%-% ; H ; DalGwt lzlfssf] ; 6/hh knf/ddf OR5äfOPsf] JolQm kl/j t0 ugkg] kolft sf/Of; lxt lj Bfno lzlf sftavfgdf ; DalGwt lj Bfno / lhlzsf] ; knf/ ; dt kz xg cPdf OR5äfOPsf] JolQm kl/j t0 ul/G5 . tkf05f] kZgsf] ; Gbeaf ; Gtfgx; nfo{ OR5äfOPsf] v08df zllk15 ; ft jif{Dd dfq kfl/jfl/s lgj Qe/Of kfpj Joj :yf 5 . ; ft jif{latk15 ; Gtltn] lgj Qe/Of kfp5g\ t/, klq klt jf klglsf] xsdf dfq cfhljg kfl/jfl/s lgj Qe/Of kfpj Joj :yf /xsf] 5 .

df]lnfn dxtf/f, zvf clwsŧ, lj Bfno lzlf, lsfavfg

alal; l cgnf0gdf plllnlvt ...s66k kflkn0nl df Eofl6sg l; 6lsf] lfhkmm)=\$\$ ju{lsld / df0fsf] lfhkmm !=(% ju{lsld nllvPsf] 5 . cG0 cgnf0g ; f]df klg oxl tYo pNny ul/Psf] 5 . ctll Eofl6sg l; 6l g} ; a06bf ; f0j] dhs /xsf] :ki6 5 .

x0/h vitj8f

kf7äqnd clwsŧ, kf7äqnd ljsf; sllb]

; xof]v]sf] b/ slt <

.lj Bfyl{lj Qlo ; xof]v] sf]l6f 5faj IQsf] nflu 5gfb ePsf pdflj / :gfts txsf lj Bfyl{ k]0s jif{ sg b/df ; xof]v] /sd kfp5g\ <

; fu/ l3ld]/

gj Hofjt klj, /fd\$fk

of] 5faj IQ sf0md ljZj Aof]sf] ; xof]v]df ; ~rfng ul/Psf] xf]. o; cGtuŧ pdflj tx-sllf !! / !@-sf nflu k]t] Bfyl{ ?=* xhf/ pknAw u/f0G5 . of]/sd k]0s jif{ls: tfaGldf pknAw u/f0G5 . sllf !! df 5faj IQ kfpf lj Bfyl{] sllf !@ df k9b} u/\$f] l; knf/z ; dt kz ugk5{ o:t} :gfts txsf lglDt ?=\$) xhf/ lb0G5 . To; dW0] klxnf] / bf] flj jif{?=#-!# xhf/ / t] flj jif{?=# xhf/ k0fg ul/G5 . of]sfoqnd ; fdbflos pdflj / ; fdbflos SofDk; df clW0og/t lj Bfyl{sf lglDt slb0 ul/Psf] xf]. 3/wL ; j] f0sf cfwf/df lj Bfyl{ 5gfb xg\$g\ .

tf/f rfhg, cgludg clwsŧ

lj Bfyl{ lj Qlo ; xof]v] sf] ljsf; ; ldt



कुपन जसरी स्क्र्याच गरेपनि
नागरिकका ग्राहकलाई हजारौंको नगद पुरस्कार पर्ने पक्कापक्की छ ।



हामी आउदैछौं तपाईंको घरदैलोमा फेरि एकपटक

ग्राहक बननका लागि CIR टाक्य जारी २०२५ ला SMS गर्नुहोला ।



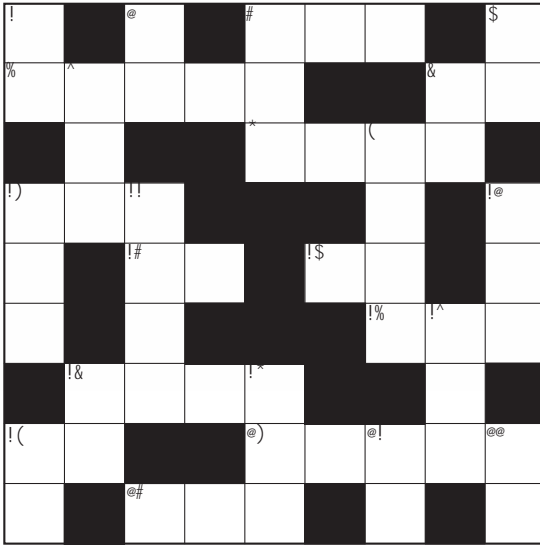
क्षम जानकारीका लागि
नेपाल रिपब्लिक मिडिया
अ.डि.प्र. कन्प्लेक्स, बागदरबार, काठमाडौं
फोन: ०१-४२६८६५६, ४२६४९०० (ext. २०८/२०५), ईमेल: circulation@nagariknews.com

नेपाल रिपब्लिक मिडिया

नेपालगञ्ज ०८१-५५१२१८ । पोखरा ०६१-४८०३१० । बुटवल ९८७७४२६३८८ । लाराखण्ड ९८५५५५७३७ । विराटनगर ०२१-४२१२२६



zAb vjh-%#



gfdM _____
7qfgrM _____

t] f]

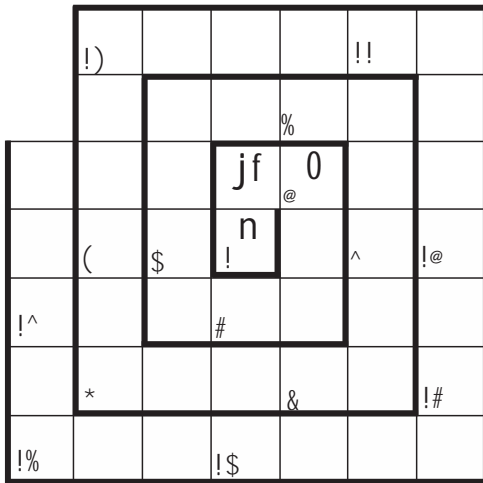
/fdofc; f/ nsfdf xgdgfnf0{; }lgNg vffg]/fif; l
% sfj-jk08j;sf ar c7i/ lbg; ld rn\$]elgPsf]k]; 4 o4
& b] tfrf0{gxf0Psf]kfgll * ku-gku=: 68} 68}
!)_ ofqf ubf(rflxg]cfly\$; fwg-af6f vr{
!#_ ssf]sf leql kft
!\$_ nfnrll !%_ dglo}tfut ePsf]t6b?:t
!&_ klxn}klxn]o4df kpf]v xg]nfd]/ wll/nf]
kmfd]xltof/
!(_ sg]s]/sf]klg cl:t]j gePsf]l:ylt=]h/f]
@)_ lj]j]sf]; j]r lxdzlv/! @#_ ; v lbg]jf xg]

7f8f]

!_ rf/ j]bdll}Ps
@_ sg]j]:t' cflbdf b]vkg]rds
#_ tnsf ; ft nf\$dllo}t]f]nf\$sf]gfd
\$_ r/f, df5f cfb cN }fpg]kf; f]
^_ sfofhosf]kdv kbflwsf/l
&_ 3/sf]hldgdlgsf]uf/f]nufpg]7fp*
(w]8/fPsf]eog;t
!)_ sfdsf]zedxt{
!!_ Pskl5 csf]f]l; nl; nf g6b]sg-]g/t/
!@_ kl5 vr{ug\$ nflu arf0Psf]/sd jf cfo j:t'
!^_ dx]j-uf]j
!&_ kn^df la5br}dfly s; } xflng]Ps; /f]sk8f
!*_ gfsf lglD Joj:yf ul/g]v]B ; fdu
!(_ kl/-lr6tf=]kmg
@!_ kfrlg sfndf 3f8fn]tfg] lx8fpg]rf/kf^u]jfxg
@@_ jf; :yfg=ynf]7fp*



cGtflf/L-%#



gfdM _____
7qfgrM _____

!_ n]fpg]9#_ #
@_ d2f ax; xbf }ofofwlz a:g]7fp' -\$
#_ ahf=6f0d_ #
\$_ sfultx]b]v ef0ltxf]; Ddsf kfr lbg_ #
%_ tna vif/ sfid ug]Jo]Om_ \$
^_ rn} c]Psf]kyf;rfrng_ \$
&_ rfn rNg]hlOm jf ; lk=rnafhl_ \$
*_ klxn}kN6 ; /; tl{n]vPsf]v]f_ #
(_ sg]; fdlxs /sd To; sf xsbf/x;n]a/fa/ u/] af8l lng]jf lbg]Joj:yf -\$
!)_ c]k}hf0{xlg ; D'g]jf c]k}h ; fg]x' e67fg]dfgl; s efjgf_ %
!!_ hah{t; u ul/g]kqfip_ %
!@_ hundf nfu\$]cfuf]_ #
!#_ nf\$}tqsf l; 4ft cg; f/sf]_ %
!\$_ snkf0f]9un]; hf0Psf]_ \$
!%_ sNkgf ul/Psf]_ #
!^_ sg}sfddf PslrQ eP/ nfu\$]f_ #

zAbvjh-%! sf]; xl p0/

t] f] ! _ clftf #_ v/fp ^_ snx & ktfsf * _ bd !)_ b]xg
!@_ t/sf/l !%_ s:t'l !^_ bnb] !*_sfutl @!_ /u @#_ va/
@\$_ ulx/f]e^_ ylk8 @&_ uug_

7f8f] !_ cab @_ tfs #_ vx/]\$ pkrf/ %_ 8fsf (db !!_ gsn
!@_ t/l\$!#_ /l; !\$_ xb=lofb !&_ bz/y !(_ tl/ @)_ /u8
@@_ udg @#_ vNnf]e%_ /f]j_

cGtflf/L-%! sf]; xl p0/

!_ vf0kf0 @_ 0gthf #_ dgf]d \$_ donkf] %_ ;xfos ^_ syf]ksy
&_ gogfle/fd * _ dgf]y (_ ykfyk !)_ kl/l:ylt !!_ ltsv/
!@_ /Okft !#_ tk]; n !\$_ nuikft_

; fdf]o1fg-%! sf]; xl p0/

!_ -v_ x]08f]hg ; Nkmf08u @=-3_ l/hj{Aof^s ckm 0108ofl #=-u_
Central Processing Unit \$=-v_ !S&l %=-s_ agkf_ %%^ juf]sn]ld6/



जिन्दगी बसाउँछ ।
फ्रूट पावरले जिताउँछ ।





; 8f\$'-%#

	@	&	\$	%				
				!	*	#		
	#		&				%	
					^		(
%	\$!	&	
&		#						
#				*		(
@		*		^				
			#	\$	%	@		



; 8f\$'-%! sf] ; dfwfg

*	^	#	&	!	(\$	@	%
\$	(!	%	#	@	*	^	&
&	%	@	*	\$	^	#	!	(
(\$	*	^	%	!	&	#	@
%	@	^	#	*	&	(\$!
!	#	&	(@	\$	%	*	^
^	*	\$!	&	%	@	(#
@	!	%	\$	(#	^	&	*
#	&	(@	^	*	!	%	\$

अरुन _____
 7५fgfl _____



; fdfgo1 fg-%#

! = ljz]sf] ; aebcf 7hf] tfn sfhs: tfgsf]. Sofl: kog ; ll x]eg] ulx/f] tfn rlix+sgnf0{ df]g65 <
 -s_ a\$fn -? ; _ -v_ t6ufglof -dlw clk]sf
 -u_ Sofl: kog ; l -sfhs: tfg_ -3_ cf]xl]luc; -; g df]66 -lrl / ch]6gf_

@ = "Education is the most powerful weapon which you can use to change the world." of] egf0 s; sf] x] <
 -s_ dx]fd] uf6w_ -v_ lnof] 6N: 6rf_ -u_ gll; g d08]rf -3_ hf] 18a]

= sfutlsf] /; df sg Pl; 8 kf065 <
 -S_ Pyruvic Acid -V_ Malic Acid
 -U_ Oxalacetic Acid -3_ Citric Acid

\$ = @)@^ ; fndf :yflkt ; f]kf k/:sf/ klxnf] k6s kfgg] ; flxTosf/ sf] lyP <
 -s_ elk z]rg -v_ ejfg] lelf -u_ w# = uf]fd] -3_ dbgdof blifT

% = gkfnf !! j6f cfB]us lrf]dlw] lrf]knsf bl]6n] ; aebcf 7hf] sg x] <
 -s_ kf]y/f] cfB]us lrf] -v_ ab]n cfB]us lrf]
 -u_ x6f] cfB]us lrf] -3_ afnfh' cfB]us lrf]

gfdll _____
 7५fgfl _____

-utis ; ldf]oT]g-%# xgk]fh eh]z cl]oyf ePsf]f] ; Ro]OPsf] 5 . -; *

Full Time Comedy

www.aradicaudio.com
 www.facebook.com/radicaudionepal

Yes! मै छ मज्जा

Radio Audio Pvt. Ltd.
 P.O.Box:14469, Top Floor, Omkar Building
 Naya Baneshwor, Kathmandu, Nepal
 Tel: 014781571 / 4784414, Fax: 01 4783879
 email:fmradioaudio@gmail.com, www.aradicaudio.com

बुधबार काल दुई काल तैदार

x/f| / a/f\$| hGdkql Ū



x/f|

; :s| - x/ltsl, xđj tl, ceof, cloyf, cd|f, sfo:yf, r|sl, r|lgsf, hof, hljlkof, hljlgf, hljGtl, h|Jof, b|l, lbJof, kYof, ktgf, kdYof, kf|of, leifuj /f, lj hof, /f|Xof, lzjf, >đ; l . g|f - xn . lxGbl - x/| x/|. a|fnl - x/ltsl, x/f|. d/f7l - lx/8f, x/8f . sGg8 - c|ofn|.

n|6g - TERMINALIA CHEBULA. **Cu|hl** - Chebulic myrobalan.

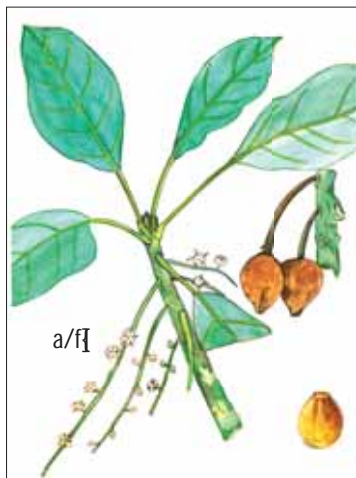
: jefj - glgnf| afx\$ cđ kfF| /; Ū cyffē \ulnof| cldnf| lk/f| 6/f| / tltf| 5 . kfsfj :ydf ulnof| 5 . ofujxfl / /; fog 5 . k|l6 u/fp65 . an-jlo{al4 / wf/Ofz|Qmf0{a9fp65 . lqbf|sf| cghfđs 5 . e|s / /s 5 . Zj; , sf; , kd|, cz{ sl7, zfy, x/Ps ksf/sf pb//f|, s|dbf|f, uXof, :j/eu, lj jGw, lj ifdHj /, uNd, c|Wdfg, t|Of, jdg, lxSsf, x|f|f, sfdnf, c|g|f, knlx, os|f|f, cZd/L, dđsR5« dđf3ft, gđ/f|f, sOf|f|f, lz/f|f|f, k; lgf, p?:tDe / c?lr ; d|df pkof|l 5 .

x/f|! - nf\$sf cfsf/sf|6Kkdf glfe ePsf| lj hof . -@_ s|k 8Nnf| cfsf/sf|/f|Xofl . -#_ kftnf| afqm| xg|ktgf . -\$_ afSnf| afqm| xg|cd|f . -%_ kfF /y|f|nf - ceof . -^_ kx|f|f| jOf\$|f| hljGtl . -&_ tlg /y|f|nf - r|sl egl ; ft hftdf d|fGPsf| 5 . lj z|f u/l lj hof lj Gwok|f|tdf . r|sl lxdfnok|f|tdf . /f|Xofl / ktgf l; Gwk|f|tdf . cd|f / ceof rDkfbzdf . hljGtl ; f|f|6«b|zdf p|kGg xG5 . lj hof ; jđ klg xG5 eG| p|st 5 .

lj z|f kof|f - lj hof|f; a|/f|udf . . /f|Xofl - 3fp - v|6/f kG|sfddf . . ktg|f - nkdf . . cd|f - /f|gdf . . ceof - gđ/f|udf . . hljGtl - h|of|f|udf / . . r|sl - a|/f|udf pQd xG5 . . r|sl xftdf lnbf, hx|fDd xftdf /xG5, ToxfDd /f|g e0 g|/xG5 eG| jrg klg 5 . . r|sl - ; f|f / sfnf| u/l b0{hftsf| xG5| ; f|f| 5M cuh; Dd nfd| / sfnf| Ps cuh dfqsf| xG5 . ; jđsf| ; he / ; a|/f|udf kof|f xg| xgfn| ; a|eGbf kw|f . . lj hof|f 5 .

x/f|gof|f| r|nfnf| dfđf| 8Nnf| ux?uf| / kfgld 8Ag|pQd xG5, k/f uof lbG5 . o:tf| n|fOfOQm 5 eg| b0 t|f|f|df a9l jhgsf| xG5 .

x/f| - r|kf0 v|f|f - c|llg a9fp65 . lkGxl - lkW|_ v|f|f - dnnf0{z4 u/fp65, cyffē \wf8f - lk; fa ; knf u/fp65 . akrf0{ v|f|f -; u|f| 5 . cyffē \dn /fQm5 . e|l v|f|f - lqbf|f|nf0{zdg ub5 .



vfgf v|f|f|5 ; jg u/\$f| x/f|f| - vfg - kfgaf6 ePsf| j ft - lkQ - sknsf| lj sf/nf0{x/f| ub5 .

x/f|f|; wđđ; E ; jg u/df sknf0{ld>l jf lrgl; E - lkQnf0{Eo; E jfohf0{/ rfs' jf ; v/; E ; jg u/df -; a|/f|nf0{zdg ub5 .

x/f|f6 /; foguOfsf| OR5f ugn|f rđ / jzfvdf dx; E, Ho|7 / c|f|f9df rfs' jf ; v/; E, >f|Of / efbdf l; wđđ; E, c|fZjg / s|ft\$df ld>l jf lrgl; E, dfu{/ k|f|f z7f| E, df3 / knfNugdf lkknf; E ; jg ug|pQd 5 . o; }kof|nf0{..C|tX/ltslW slxPsf| 5 .

x/f\$| lgifw

t|Of, xg:tDe, unux, z|f|f, g|Hj/df / ule|f|df kof|f ug{xG5 . lx8f0n|yfs\$|f| tfst sd ePsf| zvf| : jefj sf| bAnf|kgsf| n3gn| un\$|f| kž:t lkQ: jefj sf| / /ut l%dsPsf|f| klg x/f|gvfg" .

x/f\$| laof|f|f| ubl - gđnf0{x|t ub5 . jfo' / lkQnf0{zdg ub5 . ef/l 5 .

lj z|f kof|f - x/f|efu !, bfv efu @ sđl, /f|f| E ldnf0{t|f ..) b|v ! ; Ddsf| dfqf u/L ; a|df ; jg ug|u/df - lkQ zdg xG5 / x|f|f, /Qmj sf/, lj ifdHj /, kf08; jdg, sl7, sf; , sfdnf, c?lr, kd|, c|g|f, uNd, lk6\$sf /f|f / cđ log\$|f lj sf/xđ; d|f x6\$5g\ .

a/f|

; :s| - lj elts, ax\$S, jf; Gt, c|f, clgnEg, slnbđ, slnsj |f, slnj |f, sifk|n, slns, sf; Eg, t|k|n, wd|Eg, etj|f; , ; j-t\$, xfo{. g|f|f - an . lxGbl - ax\$|f, e|f . a|fnl - aif8f, afx|f . d/f7l - ax\$|f . sGg8 - t|f|f| t|f|f| .

n|6g - TERMINALIA BELERICA. **Cu|hl** - Belliric myrobalan.

: jefj - k/f| tltf| 6/f| / p|ofjlo{ 5 . zvf| 5 . ; f/s / xnsf 5 . kfsfj :ydf ulnof| 5 . /Qmj sf/, skm lkQ, s|d, :j/eu, gf; f/f|f, s07/f|f, gđ/f|f, x|f|f / sf; /f|udf pkof|l 5 . sžnf0{ a9fp65 . e|s 5 .

o; sf u\$|f|eqsf| laof|f|f| ubl - 6/f| 5 . xnsf 5 . t|Of, jdg, skm / jfohf0{zdg ub5 . dfb u/fp65 . c|f|f|df c - hg ug|f|f| c|f|f|sf /f|f, knf|f; d|nf0{z|fGt u/fp65, x6fp65 .

-; fef|f s|f|fgy b|sf|f, g|kfnl|g306M g|kfn /fhslo k|f - k|f|t|7f, lj = +@)%



Mahindra RODEORZ

Top of my Wish List



Wish to make a powerful entry anywhere you go?

If yes is the answer, Mahindra Rodeo RZ comes with powerful and advanced 125 cc Z-series engine and enthralling array of colors for you to make powerful entries anywhere you go. Just go for Mahindra Rodeo RZ and turn you **WISH** into a reality



125 cc Z-Series Engine



Digital Dashboard



4 in 1 Anti-Theft Key



MP3 Mobile Charger



Front Fueling

MAHINDRA
RODEO RZ
MILLAGE
59.3km
per
litre

28 DISTRICTS
SERVICE
CENTRE

34 DEALER
NETWORK

45 CERTIFIED
SERVICE

30

Nepal's Largest Selling 125 cc Scooter

DCU SYSTEM

LET'S DO MORE. MUCH MORE. LOTS MORE.

Mahindra RODEORZ SYM 125CC

Authorized Distributor: **SEB** 80 GLOBAL PVT. LTD.

Showroom & Service Center: Mells Complex, Teku Road, Kathmandu. Contact: 4231057, 4231058 | Narayana Chaur, Nawal, Kathmandu, Contact: 01-4423229

Kathmandu Region: Maharajpur, 9841019351 • Kalanki, 9851982302, 9851982302, 9851029308 • Nayabazaar, 01-43256903 • Jorpati, 01-49186068 • Chabani, 9841707175 • New Baneshwor, 01-82270118 • Kavastari, 9841525274 • Shivapuri, 01-5092338 • Banega, 011-8859118

Central Region: Nawalac, 010-565810, 9851029308 • Helabada, 057-520426 • Birgaha, 051-529685 • Bardibas, 9854028372 • Gughne, 035-420032 • Narayanghat, 056-532604 • Tandi, 056-56106 • Lalband, 984403271 • Janakpur, 041-527397, 9844030986

Eastern Region: Biratnagar, 023-543044 • Birnagar, 021-462420 • Itahari, 025-587308 • Damaik, 025-582096 • Charan, 025-526540 • Rajbiraj, 031-520071, 9852030125 • Lahan, 033-561732 • Western Region: Purbhara, 061-522905, 539279 • Damaik, 9849265171, 065-561409

Kavastari, 018-540812 • Baramhasa, 071-521111 • Bawal, 078-547744 • Parsa, 078-520684 | Far Western Region: Dang, 082-563442 • Chitwan, 091-527208 • Mahendranagar, 099-523666 • Nepalgunj, 081-550138 • Surkhet, 083-521979, 9858851789 • Thapuri, 9849432092

YAMAHA

LEADER
72
LITRE
125CC

d-lf{x=lq= b-g+ @\$+)^(-&

बल्ल चित्त
बुम्भ्यो!

हेर्बा अति सुहाउँदो
सबैलाई चित्त बुम्भ्यो!

M.A.W.
M.A.W. Enterprises Pvt. Ltd.

M.A.W. Enterprises Pvt. Ltd., Tripureshwar, Kathmandu : 01-4261160, 4261847