हाम्रो तारकेश्वर

कक्षा ७

लेखन तथा सम्पादन

देवेन्द्र अर्याल 'आँसु'

समुन्द्रप्रसाद तिमल्सिना

प्रकाशक

तारकेश्वर नगरपालिका

धर्मस्थली, काठमाडौं

नेपालको राष्ट्रिय गान

सयौँ थुँगा फूलका हामी एउटै माला नेपाली
सार्वभौम भै फैलिएका मेची महाकाली

प्रकृतिका कोटी-कोटी सम्पदाको आँचल
वीरहरूका रगतले स्वतन्त्र र अटल

ज्ञानभूमि, शान्तिभूमि, तराई पहाड हिमाल
अखण्ड यो प्यारो हाम्रो मातृभूमि नेपाल

बहुल जाति, भाषा-धर्म, संस्कृति छन् विशाल,
अग्रगामी राष्ट्र हाम्रो जय जय नेपाल ।

प्रकाशक

तारकेश्वर नगरपालिका

कृति

हाम्रो तारकेश्वर - कक्षा ७

लेखन तथा सम्पादन

देवेन्द्र अर्याल 'आँसु' समुन्द्रप्रसाद तिमल्सिना

संस्करण : पहिलो, २०७६

नेपालमा मुद्रित

ग्राफिक्स डिजाइन

गिनिज पब्लिकेशन डेस्कटप, फोन नं. ०१-५२३७३४५, ५२३७३३२

हाम्रो भनाइ

विद्यालय तहको शिक्षालाई जीवनोपयोगी, व्यावहारिक, स्थानीय स्रोत र साधनसँग परिचित गराउँदै बालबालिकामा अन्तर्निहित प्रतिभालाई प्रस्फुटन गराउने मूलध्येयका साथ स्थानीय पाठ्यक्रम निर्माण गरी त्यसै पाठ्यक्रमका आधारमा यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको छ । विज्ञान र प्रविधिका क्षेत्रमा आएको परिवर्तनसँगै ज्ञानका क्षेत्रहरू बढ्दैजाँदा स्थानीयस्तरका कला, धर्म संस्कृति, भाषा, परम्परा क्रमशः हराउँदै गएको महसुस हुन थालेको छ। केन्द्रीय पाठ्यक्रमले स्थानीय स्तरका यी र यस्तै मौलिक विषयवस्तु समेट्न नसक्नु स्वाभाविकै हो ।

पाठ्यक्रम प्रारूप २०६३ तथा संशोधित पाठ्यक्रम २०७१ अनुसार स्थानीय स्तरमा आधारभूत तहमा १०० पूर्णाङ्कको पाठ्यक्रम तयार गरी लागू गर्नुपर्ने अवस्थाका कारण पनि स्थानीय तहको गठनपश्चात् तारकेश्वर नगरपालिकाले स्थानीय विषयको पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक तयार पारी शैक्षिक सत्र २०७६ देखि कक्षा १ र ६ मा पहिलोपटक सम्पूर्ण विद्यालयमा पठनपाठनको व्यवस्था मिलाएको छ ।

पाठ्यपुस्तकमा पाठ्यक्रमले तोकेका विभिन्न क्षेत्रहरू स्थानीय कला, धर्म, संस्कृति, भाषा, परम्परा, प्राकृतिक सम्पदा, सामाजिक रूपान्तरण तथा हाम्रा मौलिक सभ्यता पहिचान गराउने गरी पाठ्यसामग्री प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरिएको छ । त्यसैले यो पाठ्यपुस्तक सम्पूर्ण नगरपालिकामा बसोबास गर्ने नगरवासीको आफ्नो पाठ्यपुस्तक हुने विश्वास लिइएको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई अझ बढी जीवनोपयोगी बनाउने उद्देश्यले स्थानीय पेशा, व्यवसाय, जीवनशैली र वातावरण जस्ता पाठ्यवस्तुसमेत समावेश गरिएको छ ।

यस पुस्तकलाई यसरूपमा ल्याई पुऱ्याउन अहोरात्र खटिनुहुने लेखकहरू देवेन्द्र अर्याल 'आँसु' र समुन्द्रपसाद तिमल्सिना, विशेष सल्लाहकार प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत हिरामणि सुवेदी, सल्लाहकारहरू प्राध्यापक श्यामकृष्ण विष्ट, प्रधानाध्यापक विष्णुप्रसाद पोखरेल, व्यवस्थापन तथा संयोजन गर्नुहुने नगर शिक्षा शाखा प्रमुख होमनाथ न्यौपाने, शाखा अधिकृत पदमबहादुर खत्री, भाषा शुद्धिमा सहयोग गर्नुहुने बासुदेव भट्ट, ग्राफिक डिजाइन तथा कला संयोजन र मुद्रण कार्य गरी सहयोग पुऱ्याउने गिनिज पब्लिकेशन प्रा.लि.लगायत विशिष्ट योगदान पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्ण महानुभावप्रति नगर शिक्षा समिति धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको महत्त्वपूर्ण साधनका रूपमा लिइन्छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ। तथापि पहिलो प्रयासस्वरूप पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार पार्नुपर्दा अझै भाषाशैली, विषयवस्तुको प्रस्तुति चित्राङ्कनका दृष्टिले कमीकमजोरी हुन सक्छन् । तिनको सुधारका लागि सम्पूर्ण शिक्षाप्रेमी, बुद्धिजीवी, शिक्षक, विद्यार्थी एवम् सम्पूर्ण पाठकको समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको समीक्षात्मक र रचनात्मक सुझावका लागि नगर शिक्षा समिति हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

नगर शिक्षा समिति
तारकेश्वर नगरपालिका
धर्मस्थली, काठमाडौं ।

विषय-सूची

पाठ	शीर्षक	पृष्ठ सङ्ख्या

एकाइ १

नगरपालिका र वडाको परिचय

पाठ १ परिचय

नेपालमा भएका विभिन्न नगरपालिकामध्ये काठमाडौँ जिल्लामा अवस्थित तारकेश्वर नगरपालिका पूर्वमा टोखा, पश्चिममा नागार्जुन, उत्तरमा नुवाकोट र दक्षिणमा काठमाडौँ महानगरपालिकासँग जोडिएर कूल ३४.९ वर्ग किलोमिटर क्षेत्रफलमा फैलिएको सुन्दर नगरपालिका हो । नेपाल सरकार मन्त्रिपरिषद्को निर्णणअनुसार साविकका साङ्ला, काभ्रेस्थली, फुटुङ, जितपुरफेदी, गोलढुंगा, धर्मस्थली र मनमैँजु गाउँविकास समितिलाई समेटेर नगरपालिकाको घोषणा गरिएकोले यस नगरपालिकामा हाल ११ वडाहरू रहेका छन् ।

काठमाडौँ जिल्लाको उत्तर मा शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जभित्र सुन्दरीजल, समुद्रादेवी, जगातदेवी, बागद्वार, विष्णुद्वार, नागीगुम्बा, जामाचो, तारकेश्वर महादेव आदि महत्वपूर्ण र पवित्र धार्मिक स्थलहरु छन् भने तारकेश्वर पनि धार्मिक दृष्टिले निक्कै महत्वपूर्ण रहेको छ ।

पौराणिक कालमा सतीदेवीको अङ्ग पतन भई तारकेश्वर महादेव उत्पत्ति भएर शक्तिपीठका रुपमा प्रख्यात भएको किम्वदन्ती रहेको र यसै सांकृतिक महत्वका कारण यस नगरपालिकाको नाम तारकेश्वर नगरपालिका हुन गएको हो । प्राकृतिक,धार्मिक, सांस्कृतिक तथा भाषिक विविधताले भरिपूर्ण मानिने यस नगरपालिकाको छुट्टै पहिचान बोकेका यसमा सांस्कृतिक शक्तिपीठका रुपमा

तारकेश्वर महादेव मन्दिरका अतिरिक्त पुरानो गुह्येश्वरी, महाङ्काल, धर्मस्थली बुद्धचैत्य (ख्योमा), नारायणी देवी, मनमैंजु इन्द्रायणी, शान्तिधाम, भुवनेश्वरी, सिद्धेश्वर, सिम्लेश्वर, मनकामना, नाट्यश्वरी, कल्पेश्वर महादेव आदि हिन्दू मन्दिर रहेका छन् भने त्यस्तै, न्याकन्डोल, बैखु, लोलाङ, पाँचमाने, फेदीबजार, फुटुङ, कुन्चिप्वाकल आदि स्थान पर्यटकीय स्थलहरूले यस नगरपालिकाको गरिमा बढाएका छन् ।

समुद्र सतहदेखि १३४५ मिटर उचाइमा रहेको छ । राजनैतिक तथा प्रशासनिक दृष्टिकोणमा प्रदेश नं ३ मा पर्ने तथा पर्दछ । संघीय निर्वाचन क्षेत्र नं ६ र ७ समेटिने यस नगरपालिका वडा नं ३, ४ र ५ क्षेत्र नं. ७ र बाँकी वडाहरु क्षेत्र नं. ६ मा पर्दछन् । २३०० प्रति वर्गमिटर जनघनत्व रहेको यस नगरपालिकाको जनसङ्ख्या ४१,३७६ पुरुष र ४०,०६७ महिला गरी जम्मा ८१,४४३ रहेको छ । यहाँ ब्राह्मण, नेवार, तामाङ, क्षेत्री र मगर लगायत विभिन्न जातिको बसोबास रहेको यो नगरपालिका अनेक जातिहरुको सुन्दर फूलवारी समेत हो ।

वडा नं १ को परिचयः

भौगोलिक अवस्थितिः

तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं १ सामुद्रिक सतहबाट १४०० मिटर उचाइमा रहेको छ। यस वडाको पूर्वमा टोखा नगरपालिका वडा नं. १ झोर महाँकाल, पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं २ काभ्रेस्थली, उत्तर मा शिवपुरी पर्वतमाला, दक्षिणमा तारकेश्वर नगर पालिकाको वार्ड नं ७ फुटुङ र टोखा नगरपालिकाको वडा नं २ र ३ पर्दछन् । यसको क्षेत्रफल ५.८ वर्ग कि.मि. रहेको छ ।

जानसाङ्ख्यिक अवस्थाः

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
१	१२००	३३००	३२००	६५००	६०५

(स्रोतः जनगणना २०६८)

जातजातिः

यस वडामा बसोबास गर्ने प्रमुख जातजातिहरुमा ब्राह्मण, क्षेत्री, नेवार, तामाङ हुन् । त्यसलगायत दलित जातजातिको पनि यहाँ बसोबास पाइन्छ ।

हावापानीः

यस वडाको हावापानी अन्य ठाउँको भन्दा न्यानो र पारिलो रहेको छ । यहाँ गर्मी महिनामा अन्य वडाको तुलनामा बढी गर्मी हुन्छ । साथै, यहाँ अन्य वडाको तुलनामा बढी वर्षा हुन्छ ।

पानीका स्रोतः

यस वडामा विभिन्न पानीका स्रोत छन् । प्रमुख पानीको स्रोतका रुपमा साङ्ले खोलालाई लिन सकिन्छ । यहाँ स साना खोल्सा खोल्सी पनि छन् । पानीका झरना, खोल्सा खोल्सीले यस क्षेत्रको पानीको मागलाई आपूर्ति गरेको छ । शिवपुरी पहाडको काखमा रहेको यस वडामा पानीको स्रोत प्रशस्त रहेका कारण यो क्षेत्र हराभरा र उर्वर देखिन्छ ।

वनजङ्गलः

यो वडा प्राकृतिक स्रोत र साधनले भरिपूर्ण रहेको देखिन्छ । जल, जमिन, जंगल, जडीबुटी रहेको शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको घना जङ्गलसँग जोडिएको, विभिन्न जातजातिका बोटबिरुवा र वन्यजन्तुहरु पाइने यस वडामा सरकारी र सामुदायिक वनहरू प्रशस्त छन् ।

मठमन्दिर/जात्राः

यस वडामा विभिन्न पवित्र सांस्कृतिक महत्वयुक्त मठ मन्दिरहरु छन्। गुर्जे भञ्ज्याङमा रहेको टाउके देवी, कुन्चिप्वाकलमा रहेको महाँकाल मन्दिर, देवी थुम्कामा रहेको सेतीदेवी मन्दिर, चुनीमा रहेको चुनीदेवी मन्दिर, छापमा रहेको भलेश्वर महादेव मन्दिर, साङ्लामा रहेको नाट्यश्वरी मन्दिर, बालकुमारी र जलेश्वर महादेव मन्दिर यसै वडामा पर्दछन् ।

व्यापार व्यवसायः

यस वडाका मानिसहरुको प्रमुख पेसा कृषि हो । त्यसको अलावा यहाँका मानिसहरु व्यापार, व्यवसाय र नोकरीमा पनि लागेको पाइन्छ ।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा ३ वटा सामुदायिक र १ वटा संस्थागत विद्यालय रहेका छन्। त्यसको अलावा विभिन्न आमा समूह, महिला समूह, सहकारी र अन्य संघसंस्थाहरू समेत रहेका छन्।

वडा नं २ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं २ भित्र काभ्रेस्थली पर्दछ। यसले ८.५४ वर्ग कि.मि. क्षेत्रफल ओगटेको छ। यस वडाको उत्तरमा शिवपुरी पर्वतमाला, दक्षिणमा मनमैजु पूर्वमा साङ्ला र पश्चिममा जितपुर धर्मस्थली पर्दछन्।

जानसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
२	१००७	२३६४	२४१०	४७७४	५५९

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

ब्राह्मण, क्षेत्री र तामाङ जातिको बाहुल्यता बढी देखिए पनि यस वडामा सबै खालका जातजातिहरु बसोबास गरेको देखिन्छ।

हावापानी:

यस वडाको हावापानी अरु वडाको तुलनामा उष्णखालको नै छ। यहाँ हिउँदमा पनि पारिलो घाम लाग्दछ। शिवपुरी पर्वतको काखमा रहेको यस वडामा वर्षायाममा बढी पानी पर्दछ।

पानीको स्रोत:

यस वडामा पानीका विभिन्न स्रोत रहेका छन् । शिवपुरी पर्वतमालालाई मुहान बनाएर बग्ने थुप्रै स साना पानीका मुहान भएका कारण यो क्षेत्र सदा हरियाली र हराभरा देखिन्छ । यहाँ घट्टेखोला, भण्डारी खोला, कोइराला खोला, देवस्थली खोला, महादेव खोला आदि खोला रहेका छन् ।

वनजङ्गल:

यस वडामा वन जंगल र वालुवा खानीहरु पनि रहेका छन् । सिमडाँडा वन उपभोक्ता समिति यसै वडाभित्र पर्दछ ।

मठमन्दिर/जात्रा:

यस वडाभित्र तारकेश्वर मन्दिर, सिम्लेश्वर मन्दिर, शान्तिधाम, देवस्थली मन्दिर लगायत अन्य मठमन्दिर पनि रहेका छन् ।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडाको प्रमुख व्यवसाय कृषि हो । यहाँ पशुपालन व्यवसाय पनि रहेको पाइन्छ । त्यस्तै, विभिन्न नोकरीमा लागेका मानिसहरु पनि यहाँ बसोबास गर्दछन् ।

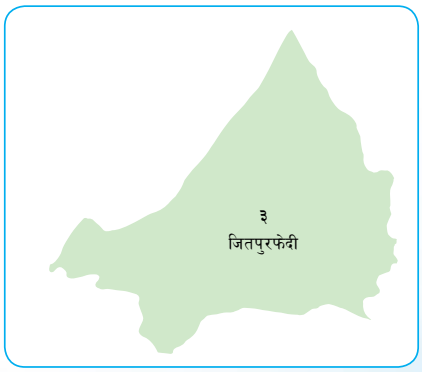
विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा सार्वजनिक ४ वटा र निजी ४ वटा विद्यालयहरु रहेका छन् ।

वडा नं ३ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

यस वडा नं ३ को पूर्वमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं.२ अन्तर्गतको काभ्रेस्थली, पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ५ कै गोलढुंगा र धादिङ जिल्ला तथा उत्तरमा नुवाकोटको ठूलो खोला र दक्षिणतर्फ तारकेश्वर वडा नं ६ अन्तर्गतकै धर्मस्थली पर्दछन् । यसको क्षेत्रफल ८.८५ वर्ग कि.मि. रहेको छ ।



जानसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
३	११०३	२४९९	२६३६	५१३५	५७३

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस वडामा ब्राह्मण, क्षेत्री, तामाङ, नेवार, दलित जनजातिहरु बसोबास गर्दछन्

हावापानी:

यस वडाको हावापानी दुबै खालको छ । यहाँको दक्षिण र पूर्वपट्टिको भूभागमा बढी न्यानो हुन्छ भने उत्तरी ढलान भएको ठाउँमा बढी चिसो र ओसिलो हुन्छ । राजपुर डाँडा, पाँचमाने, चोगाउँ, गढीथुम्को वरपर बढी हावा चल्दछ। अन्य वडाको तुलनामा वर्षामा यहाँ बढी नै पानी पर्दछ ।

पानीको स्रोत:

यस वडामा स साना खोलाहरु रहेका छन् । तीमध्ये तारकेश्वर, देउकी, बाटाटार, ठूलोखोला आदि हुन् ।

वनजङ्गल:

यहाँ प्रशस्त मात्रामा वन जंगलहरु छन् । तारकेश्वर वन, सालकोट सामुदायिक वन, गढीथुम्को सामुदायिक वन, अँधेरीखोला वन, बन्चरे वन, रानीवन यहाँका महत्वपूर्ण वनहरु हुन् ।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यस वडामा प्रशस्त मठमन्दिरहरु छन् । प्रसिद्ध तारकेश्वर महादेव मन्दिर, भुवनेश्वरी मन्दिर र ऐतिहासिक पाँचमाने भञ्ज्याङ यहीं नै रहेका छन् । शैलेश्वर महादेव मन्दिर, कालीदेवी मन्दिर, कल्पेश्वर मन्दिर, अकवरेश्वर मन्दिर, चोगाउँ सरस्वती मन्दिर, नाट्येश्वर, बौद्धस्तूप, ऋषेवालेश्वर महादेव मन्दिर समेत आदि यहाँ रहेका छन् ।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडाको प्रमुख व्यवसाय कृषि र पशुपालन हो । त्यसको अलावा विभिन्न उद्योगधन्दा पनि यहाँ फस्टाएको पाइन्छ। यहाँका मानिसहरु विभिन्न नोकरी, व्यवसाय गर्दछन् ।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा एउटा कलेज, २ वटा सरकारी विद्यालय गरी ८ वटा निजी शैक्षिक संस्था पनि सञ्चालित छन् ।

वडा नं ४ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

यस वडाको पूर्वमा मनमैँजु र काठमाडौ ँ महानगरपालिका वडा नं १६ पर्दछ भने दक्षिणमा नागार्जुन पर्वत, पश्चिममा वडा नं ५ र उत्तरमा तारेकश्वर नगरपालिका वडा नं ६ पर्दछ । यस वडाको क्षेत्रफल ०.४१ वर्ग कि.मि. रहेको छ। यो समुद्र सतहबाट करिब १४२५ मिटर उचाइमा रहेको छ ।

जानखाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
४	२२७३	४६४३	४३८८	९०३१	९९२४

(स्रोत: जनगणना २०६८)

हावापानी:

यहाँ सरदर २७ ं देखि ३०ंसम्म र हिउँदमा ५ं सम्म तापक्रम हुने गर्दछ। हिउँदमा यस वडाको फूलबारी,डुक्रनेपानी र दुखेलमा बढी जाडो हुने गर्दछ। तर यस वडाको लोलाङ र जितगुरु गणेश मन्दिर तलको शेषमतीसँग जोडिएको भू-भाग अन्य भागको तुलनामा ज्यादै न्यानो छ ।

खोला तथा पोखरी:

यहाँ पानीका स्रोत नभए पनि यसको मध्यभागबाट नागिन खोला बगेको छ भने पूर्वतिर शेषमती खोला बगेको छ। यहाँको डुक्रने पानी भन्ने स्थानमा पानीको मूल र पोखरी थियो। जहाँ दुई दशकअगाडिसम्म पानी आउँथ्यो तर अहिले उक्त मूल सुकेको छ। यसैगरी यस वडामा हालको पुरानो गुह्येश्वरी माध्यमिक विद्यालय भएको ठाउँमा पहिले पोखरी थियो तर अहिले त्यहाँ पोखरी छैन। गुह्येश्वरी मन्दिर को पूर्व भागमा सडक छेउमा रहेको पोखरी अहिले फोहोर फाल्ने ठाउँमा परिणत भएको छ। लोलाङको बज्रयोगिनी मन्दिर नजिकै रहेको पोखरीमा पनि पार्क निर्माण भएको छ।

महत्वपूर्ण मठमन्दिर र जात्रा:

यहाँ रहेका मुख्य मन्दिरहरुमा मुख्य स्थान पुरानो गुह्येश्वरी माताको रहेको छ। त्यस्तै, लौरीविनायक गणेश,लोलाङको जितगुरु गणेश र बज्रयोगिनीको मन्दिर यहाँका प्रमुख मन्दिर हुन्। प्रत्येक वर्ष बाइसधारा पूर्णिमामा यहाँ रहेका बज्रयोगिनी, जितगुरु गणेश र लौरी विनायकको भव्यरुपमा खट जात्रा हुने गर्दछ।

डुक्रने पानी (नेवारी नाम लखपात) मा रहेको अर्को महत्वपूर्ण मन्दिर वाणेश्वर को मन्दिर हो। जुन मन्दिर विक्रम सम्वत् १८७२ मा निर्माण भएको त्यहाँको शिलालेखबाट प्रस्ट हुन आउँछ। डुक्रने पानी बजारमा रहेका महादेव, गणेश,लक्ष्मी, बसाहा, पञ्चकुमारी, पुरानो गणेश, फूलवारी गेट नजिकको नयाँ गणेश तथा अन्य देवीदेवताका स साना मूर्ति र मन्दिरको पनि विशेष महत्व रहेको छ। शेषमती र नागिन खोलाको दोभानमा एउटा घाट पनि रहेको छ। जुन घाटमा यस भेगका नेवारी समुदायका मृतकको दाहसंस्कार गरिन्छ।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा एउटा सरकारी विद्यालय र ८ वटा निजी विद्यालय रहेका छन्। यहाँ टोलहरुको विकास र संरक्षणका लागि विभिन्न टोल विकास समितिहरु पनि गठन गरिएका छन्। विभिन्न क्लब, आमा समुह, युवा समुह, खेलकूदका समुह पनि सक्रिय रुपमा लागि परेका छन्।

व्यापार व्यवसाय:

आधुनिक निर्माण सामग्रीको बेचबिखनको मुख्य केन्द्रका रुपमा यस वडालाई लिन सकिन्छ। यहाँ राइसमिल, चिउरा मिल, खाजाघर, स्टेसनरी, ग्रील, अटोवर्क्स, कपडा तथा फेन्सी जस्ता विभिन्न थोक तथा खुद्रा व्यापारका पसलहरु पनि थुप्रै सञ्चालित छन्।

जातजाति:

यस वडामा खासगरी नेवार, ब्राह्मण,क्षेत्री, तामाङ बसोबास गर्दछन्। त्यसबाहेक अन्य जातिका मानिसहरुको पनि बसोबास रहेको छ।

वडा नं. ५ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

यस वडाको पूर्वमा वडा नं ४, दक्षिणमा नागार्जुन पर्वत, पश्चिममा वडा नं ३ र उत्तरमा तारेकश्वर नगरपालिका वडा नं ३ र ६ पर्दछ। यस वडाको क्षेत्रफल ४.२४ वर्ग कि.मि. रहेको छ। यो समुद्र सतहबाट करिब १४२५ मिटर उचाइमा रहेको छ।

जानखाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
५	१५३३	४६८२	३४६१	७१४३	१६८४

(स्रोत: जनगणना २०६८)

हावापानी:

यहाँ सरदर २७ ° देखि ३०ंसम्म र हिँदमा ५ं सम्म तापक्रम हुने गर्दछ। यस वडाको गुम्बा, गाम्चा, छबेली, न्याँकन्डोल, बैखु, मुङ्खु, बतासे डाँडामा हिउँदमा बढी चिसो हुने गर्दछ। तुलनात्मकरुपमा यस वडाका अर्यालटार, फुयालथोक, विचारीथोक,कुमालटार, धितालथोक, दाहालथोक, बोहोराटार न्याना भू-भाग हुन्। यस वडाको सबैभन्दा न्यानो भू-भाग धितालथोक हो।

पानीको स्रोत:

यहाँ पानीका स्रोतहरुमा नागिन खोला प्रमुख मानिन्छ । त्यस्तै, सिमखोला, रुद्रमती, घ्यामे खोला, कमेरे खोला यहाँका पानीका स्रोत हुन् । त्यसबाहेक यहाँको पानीको प्रमुखस्रोत दशमुरे हो । जहाँबाट व्यवस्थितरुपमा नियमित पानी वितरण गरिएको छ । वडा नं ५ का अर्यालटार, चापागाईंटार, बोहोराटार, हरियाली बस्ती, गोलढुंगा, छबेली, गुम्बा, फुलबारीगेट वरपरसम्मका करिब एकहजार घरधुरीमा उक्त मुहानको पानीबाट लाभान्वित भएका छन् । वडा कार्यालय नजिकैको तीनधारामा आउने पानी २०७२ को भूकम्पपश्चात् बन्द भएको छ । यसबाहेक यस वडामा विभिन्न ठाउँमा पानीका मूल रहेका छन् । विभिन्न कुवा पधेँरा पनि यस वडामा देख्न सकिन्छ ।

मठमन्दिर र जात्रा:

यहाँ रहेका मुख्य मन्दिरहरुमा छबेलीको पुराना गणेश, न्याँकन्डोलका महाँकाल, देवीथान, सेता भैरव, रुद्रेश्वर महादेव, कृष्ण मन्दिर, आशापुरी महादेव, गुम्बा, बैखुको बुद्धस्तुप आदि हुन् । प्रत्येक वर्ष पाँहाचह्रेका बेला न्याँकन्डोलमा महाँकाल भैरवीको भव्य खटजात्रा हुने गर्दछ । यस्तै छवेलीमा महाँकाल भैरवीको बाइसधारा पूर्णिमाका बेला खटजात्रा हुने गर्दछ । यहाँ गाईजात्रा र रोपाइँजात्रा पनि भव्यरुपमा मनाइन्छ । अर्यालटार नजिकै नागिन खोलाको किनारमा एउटा घाट पनि रहेको छ । जुन घाटमा न्याँकन्डोलका नेवारी समुदायका मृतकको दाहसंस्कार गर्ने गरिन्छ ।

वनजङ्गल:

यस वडामा विभिन्न प्रकारका सामुदायिक वन रहेका छन् । सिमलपाखा वन, सिउँडीबार सीमाखोला सामुदायिक वन, मुङ्खु सिर्जनशील सामुदायिक वन आदि यस वडाका प्रमुख सामुदायिक वन हुन् । यसका अलावा यहाँ निजी वन पनि लगाइएको छ । यहाँका वनमा चिलाउने, पैँयु, बकाइनो, बाँस, मयल, उत्तिस, लप्सी, हाडेबयर, टुनी, काफल आदि विभिन्न प्रकारका बिरुवा पाइन्छन् ।

यस्तै यहाँ विभिन्न प्रकारका फलफूलजन्य विरुवा पनि पाइन्छन् । जसमा सुन्तला, नासपाती, हलुवावेद, कागती, आरु, आरुवखडा, चुत्रो, ऐँसेलु, पानीअमला आदि यहाँ पाइने मुख्य फलफूलजन्य बिरूवा हुन् ।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा दुईवटा सरकारी विद्यालय र १४ वटा निजी विद्यालय रहेका छन्। यहाँ टोलहरुको विकास र संरक्षणका लागि विभिन्न टोल विकास समितिहरु पनि गठन गरिएका छन्। साहित्यिक संस्था, क्लब, आमा समूह, कृषक समूह, युवा समूह, खेलकूदका समूह पनि सक्रिय रुपमा यस वडामा लागि परेका छन्।

व्यापार व्यवसाय:

यस वडामा विभिन्न राइस मिल, खाजाघर, स्टेसनरी, ग्रिल, अटोवर्क्स, कपडा तथा फेन्सी, विभिन्न थोक तथा खुद्रा व्यापारका पसलहरु पनि थुप्रै सञ्चालित छन्। यहाँ निर्माण सामग्रीका थुप्रै पसलहरु पनि खुलेका छन्।

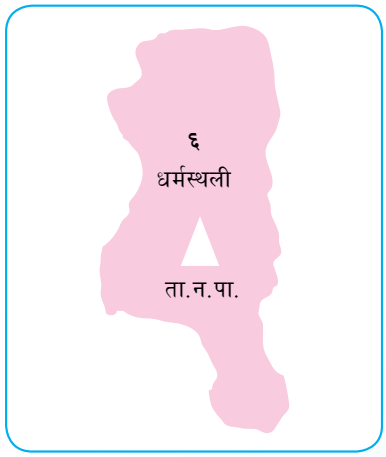
जातजाति:

यस वडामा खासगरी ब्राह्मण, क्षेत्री, नेवार, तामाङ, गुरुङ, राईको बसोबास पाइन्छ। त्यसबाहेक अन्य जातिका मानिसहरुको पनि यहाँ बसोबास रहेको छ।

वडा नं. ६ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

वडा नं ६ धर्मस्थलीमा पर्दछ तारकेश्वर नगरपाकिको कार्यालय रहेको वडा नं ६ धर्मस्थलीमा पर्दछ । यसको पूर्वमा तारकेश्वर नगरपालिका ७ र ८ नं वडा पर्दछ । पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ३ र ५ पर्दछ । उत्तरुमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं २ र ३ पर्दछ भने दक्षिणमा तारकेश्वर नगरपालिका अन्तर्गत वडा नं ४ । ५ वडा पर्दछ । यसको क्षेत्रफल १.८६ वर्ग कि.मि. रहेको छ।



जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
६	१४२१	३२५०	३२८०	६५३०	३५१०

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस वडामा नेवार, क्षेत्री र ब्राह्मण एवम् दलित जातिको प्रमुख बसोबास पाइन्छ ।

हावापानी:

यो वडामा गर्मी र चिसो दुबै खालको हावापानी पाइन्छ । धर्मस्थली सानो बाइपास वरपरको तुलनामा जरङ्कू र पुसलको दक्षिणी भाग न्यायो छ ।

पानीको स्रोत:

यस वडालाई महादेव खोला, घट्टे खोला, कमेरे खोलाले सीमाङ्कन गर्ने काम गरे का छन् । यी खोलाबाट यहाँका जमिनमा सिँचाइ गरिन्छ ।

वनजंगल:

यस वडामा बुद्ध सामुदायिक वन र महाँकाल सामुदायिक वन छन् । प्राकृतिक दृष्टिले यो वडा रमाइलो मानिन्छ । यहाँ खोला, थुम्का, फाँट, पहरा, सबै खालको भूभाग रहेको छ ।

मठमन्दिर / जात्रा:

यस वडाभित्र विभिन्न मठमन्दिर भेटिन्छन् । महाँकाल मन्दिर, ख्योमा बुद्धस्तुपा, पिरकुन मन्दिर, जलविनायक(पहरा गणेश), मच्छिन्द्रनाथ, जरङ्कु गणेश,पुसल नारायण, पुसल गणेश मन्दिर, बुद्धपार्क, आदि यस वडामा रहेका मुख्य मठमन्दिर हुन् ।

व्यापार /व्यवसाय:

यो वडा व्यावसायिकरुपमा अगाडि बढेको देखिन्छ । यहाँ विभिन्न प्रकारका उद्योग कलकारखाना खुलेका छन् । यस वडामा विभिन्न व्यवसायिक पसलहरु दिनप्रतिदिन

खुल्ने क्रम बढेको छ। यहाँ निर्माण सामग्री, फर्निचर, होटल, रेस्टुरेन्ट, कुखुरापालन व्यवसाय फस्टाएको देखिन्छ।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा दुईवटा सरकारी विद्यालय र वडा निजी विद्यालय रहेका छन्। यस वडामा विभिन्न प्रकारका संस्था, सहकारी, आमा समूह, महिला समूह आदि सक्रिय रुपमा कार्यरत् छन्। तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा कार्यालय, नगर शिक्षा कार्यालय पनि यसै वडामा रहेका छन्।

वडा नं. ७ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

यस वडाको पूर्वमा टोखा नगरपालिका वडा नं. १ र २, दक्षिणमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं. ९ र १० ,पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं. २ र ८, उत्तरमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं. १ र २ रहेका छन्। यस वडाको क्षेत्रफल १.४२ वर्ग कि.मि. रहेको छ।

जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
७	१०६४	२३६५	२४२७	४७९२	३३७४

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस नगरमा प्राय:सबै जातजातिका मानिसहरु बसोबास गर्दछन्।

हावापानी:

उच्च भू भाग र खोच भूभाग मिलेर बनेको यस वडामा मिश्रित खालको हावापानी पाइन्छ। यहाँका अधिकांश भूभागमा न्यानो हुन्छ। फुटुङ चौर र टुसालमा अन्य तुलनामा बढी हावा चल्ने गर्दछ।

पानीको स्रोत:

यस वडामा रहेका पानीका स्रोतहरु आवास निर्माण र जग्गा प्लटिङका कारण सुक्दै गएका छन्। पानीका लागि कतै स साना कुवा र पधेँरा भए पनि यस क्षेत्रमा खासै कुनै खोला रहेको छैन। तर फुटुङको नाग पोखरीमा गहना पोखरी रहेको छ। जहाँ नयाँ वर्षका समयमा जयन्ती देवीको जात्रा लाग्ने गर्दछ।

वनजंगल:

यस क्षेत्रमा विभिन्न सामुदायिक वन रहेका छन्।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यहाँका प्रमुख देवीदेवतामा फुटुङ नारायणी जयादेवी, कल्पेश्वर महादेव, महालक्ष्मी, महाँकाल, चिमर पोखरीका सेता गणेश आदि प्रमुख मानिन्छन्। फुटुङमा नयाँ वर्षताका मनाइने जयन्तीपुर देवी जात्रा मनाइन्छ।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडाको प्रमुख पेसामा कृषि रही आएकोमा तीव्र सहरीकरणका कारणले यो पेसा हाल ओझेलमा पर्दै आएको छ। यसको अलावा व्यापार व्यवसाय र उद्योगधन्दातर्फ वडा उन्मुख देखिन्छ।

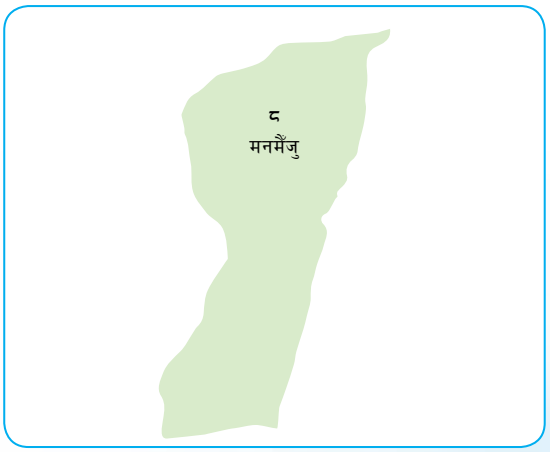
विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा सामुदायिक विद्यालय १ र संस्थागत विद्यालय ५ वटा रहेका छन्। त्यसका अतिरिक्त यहाँ विभिन्न संघसंस्था, आमा समूह, क्लब, अन्य संस्थाहरु रहेका छन्।

वडा नं. ८ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

यस वडाको सिमानाअन्तर्गत पूर्वमा ता न पा ८ नं वडा, पश्चिममा ता न पा ४ र ६ नं वडा, दक्षिणमा ता न पा ११ र ८ वडा र उत्तरमा ता न पा ७, ६ र २ नं वडा पर्दछन्। वडा नं ८ को वडा



कार्यालय डाँडागाउँमा अवस्थित छ। यस वडाको क्षेत्रफल ०.४४ वर्ग कि.मि. रहे को छ।

जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
८	२७३४	५२२७	५०५५	१०२८२	२३३६८

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस वडामा ब्राह्मण,क्षेत्री, तामाङ,नेवार र दलित जातिको मुख्य बसोबास छ।

हावापानी:

यस वडाको हावापानी अरु वडाको तुलनामा न्यानो खालको छ। दक्षिणपट्टि भिर ालो परेको यो वडाको प्राय: सबै भूभागमा एउटै खालको हावापानी पाइन्छ तर दक्षिणपट्टि शेषमती नदीको तटमा अलि चिसो बढी हुन्छ।

वनजङ्गल:

यस वडामा प्राकृतिक स्रोत र साधनमा सामुदायिक वन, पिपलडाँडा, खजान्तीको पाखाजस्ता वनहरु छन्।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यस वडामा शान्तेश्वर महादेव मन्दिर, चुनदेवी मन्दिर, वनदेवी मन्दिर, शिव मन्दिर, छोर्तेन गुम्बा, राधाकृष्ण, नवदुर्गा ,पुरानो गणेशस्थान पर्दछ।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडामा विभिन्न व्यापार व्यवसाय खुलेका छन्। निर्माण सामग्री, खाद्य पसल,विभिन्न प्रकारका मिल,फर्निचर आदि साना ठूला उद्योग कलकारखाना खुलेका छन्। यहाँ व्यापार व्यवसाय र नोकरी गर्ने मानिस पनि बसोबास गर्दछन्।

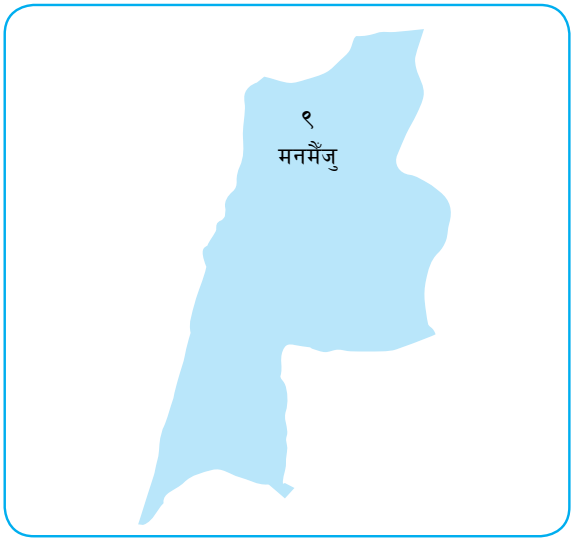
विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा १ वटा सरकारी र ११ वटा निजी गरी १२ वटा विद्यालयहरु रहेका छन्। यहाँ एकवटा प्राविधिक विषय अध्यापन हुने विद्यालय पनि रहेको छ।

वडा नं ९ को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

वडा नं ८ को पूर्वमा टोखा नगर पालिका, पश्चिममा तारकेश्वर नगर पालिका वडा नं. ८, दक्षिणमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं. ११ र १० छ भने उत्तरमा फुटुङ तारकेश्वर नगर पालिका वडा नं ७ पर्दछ। यस वडाको क्षेत्रफल १.७४ वर्ग कि.मि. रहेको छ।



जानसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
९	२०१४	३८९०	३६५८	७५४८	४३३७

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस वडामा नेवार, ब्राह्मण, क्षेत्रीको बाहुल्य देखिन्छ भने त्यसबाहेक अन्य जातिहरुको बसोबास पनि देखिन्छ।

हावापानी:

यस वडा अन्य वडाको तुलनामा ज्यादै न्यानो रहेको छ। यसको पूर्वपट्टिको भू-भागको तुलनामा पश्चिम फर्केको भू-भागमा बढी हावा चल्ने हुँदा गर्मीयाममा यहाँ बढी शीतल हुन्छ।

वनजंगल:

यस वडामा सामुदायिक वन रहेको छ। इन्द्रायणी सामुदायिक वनमा विभिन्न प्रकार का वनस्पति रहेका छन्।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यस वडामा पनि विभिन्न मठ मन्दिरहरु रहेका छन्। जसमा मनमैजु मन्दिर, गणेशस्थान, बासुकी नाग, नासल थान, धनेश्वर महादेव पर्दछन्। यहाँस्थित मनमैँजु मन्दिरलाई यस नगरपालिकाकै महत्वपूर्ण मन्दिरका रुपमा लिइन्छ। जहाँ चैत्र महिनामा भव्य जात्रा हुने गर्दछ। यो जात्रा देशविदेशमा समेत लोकप्रिय रहेको छ।

व्यापार /व्यवसाय:

यसवडामा विभिन्न कलकारखाना रहेका छन्। नेपा टप, नेपाल हिलटप प्रालि, इन्डिको पेन्टस् यस वडामा रहेका छन्। त्यस्तै अन्य विभिन्न निर्माण सामग्री पसल, फर्निचर, घरेलु उद्योग यस वडामा रहेका छन्।

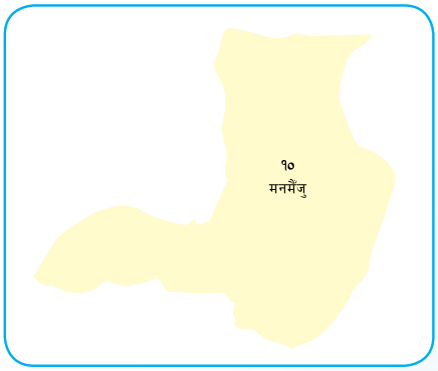
विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा एउटा सरकारी विद्यालय र चारवटा निजी विद्यालय छन्। यस वडाको वडा कार्यालय भवन खजान्ची पाखामा छ। यहाँ विभिन्न प्रकारका संघसंस्था, सहकारी, महिला, आमा समूह, क्लब लगायतका विभिन्न संस्थाहरु रहेका छन्।

वडा नं. १० को परिचय:

भौगोलिक अवस्थिति:

वडा नं १० को सिमाना पूर्वमा टोखा नगरपालिका वडा नं ८ र ११ पर्दछ। पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ८ र ११ पर्दछ। उत्तरमा तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं ८ र दक्षिणमा ११ नं वडाको सिमानासँग जोडिएको छ। यस वडाको क्षेत्रफल ०.४५ वर्ग कि.मि. रहेको छ।



जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
१०	२७०६	५०५२	४७९८	९८५०	२१८८८

(स्रोत: जनगणना २०६८)

जातजाति:

यस वडामा प्राय: सबै प्रकारका मानिसहरुको बसोबास रहेका छ। जस्तै: ब्राह्मण, क्षेत्री, नेवार, तामाङ गुरुङ्ग, छन्त्याल आदि जातजातिको बसोबास रहेका छ।

हावापानी:

यहाँको हावापानी अन्य वडाको तुलनामा ज्यादै न्यानो खालको छ।

वनजंगल:

यस वडामा रहेको सामुदायिक वनमा वृहस्पति सामुदायिक वन पर्दछ।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यस वडा प्राकृतिक, धार्मिक, सांस्कृतिक तथा भाषिक विविधताले भरिपूण छ। यहाँका मठमन्दिरमा नासलचोकमा अवस्थित विभिन्न मन्दिरहरु, देउताघर, कुलदेवतामन्दिर, पन्चेश्वर मन्दिर, मनकामना मन्दिर र सप्तऋषेश्वर मन्दिर मुख्य मानिन्छन्।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडामा विभिन्न पेसा व्यवसाय गर्ने मानिस बस्छन्। यस वडामा भूमिसुधार तथा नापी कार्यालय र न्यायिक परिषद्को कार्यलय पनि रहेको छ। निर्माण सामाग्री, कानुनी लेखापढी व्यवसाय, नोटरी पब्लिक कार्यालय, विभिन्न उद्योग व्यवसायका लागि यो वडा अगाडि रहेको छ।

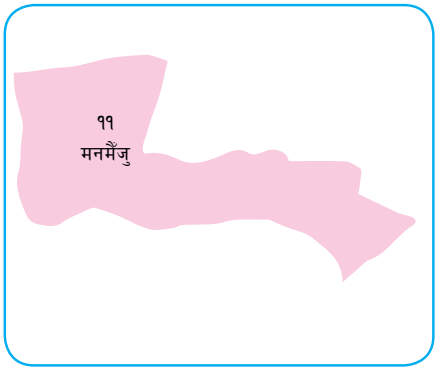
विद्यालय/संघसंस्था:

त्यस्तैगरी यस वडामा एक वटा सरकारी विद्यालय र निजी विद्यालय ४ वटा रहेका छन्। विभिन्न आमा समूह, संघसंस्था,वैक तथा वित्तिय सहकारी संघसंस्था पनि यहाँ रहेका छन्।

वडा नं. ११ को परिचयः

भौगोलिक अवस्थितिः

यस वडाको पूर्वमा टोखा नगरपालिका वडा नं ८ पर्दछ। पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ४ पर्दछ। उत्तरमा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ८, ९ र १० पर्दछ भने दक्षिणमा काठमाडौं महानगरपालिका वडा नं १६ पर्दछ। यस वडाको क्षेत्रफल ०.४२ वर्ग कि.मि. रहेको छ।



जनसाङ्ख्यिक अवस्थाः

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
११	३४९५	६५९२	६१४४	१२७३६	३०३२३

(स्रोतः जनगणना २०६८)

जातजातिः

यस वडामा विभिन्न जातिका मानिसको बसोबास भएको पाइन्छ। खासगरी नेवार, ब्राह्मण, क्षेत्री, तामाङ, राई जातिको बसोबास रहेको छ।

हावापानीः

यस वडाको हावापानी अन्य वडाको तुलनामा न्यानो खालको छ। पूर्वमा विष्णुमती नदी तट पर्ने भएका कारण यहाँ जाडोयाममा अलि बढी चिसो हावा चल्दछ। अन्य भूभागमा भने एउटै खालको हावापानी पाइन्छ।

पानीको स्रोतः

यस वडामा खासै पानीको स्रोत देखिन्न। तर यहाँ पँधेरा, कुवाहरु रहेका छन्। तीव्र रूपमा बढ्दै गएको सहरीकरणका कारण भएका पानीका मूलहरु सुक्दै गएका हुन्।

वनजंगलः

यस वडामा खासै वन नभए पनि यहाँ सामुदायिक वन रहेका छन्।

मठमन्दिर/ जात्रा:

यस वडामा रहेको प्रमुख मन्दिरमा विन्ध्यावासिनी मन्दिर पर्दछ। त्यसको लगायत अन्य स साना मन्दिर पनि यस वडामा रहेका छन्।

व्यापार /व्यवसाय:

यस वडामा विभिन्न प्रकारका उद्योग कलकारखानाहरु रहेका छन्। यहाँ विभिन्न प्रकारका होटल व्यवसाय सञ्चालित छन् भने विभिन्न वैंक, वित्तीय संस्थाहरु रहे का छन्।

विद्यालय/संघसंस्था:

यस वडामा रहेका प्रमुख कार्यालय वा संघसंस्थामा वडा कार्यालय, सहरी स्वास्थ्य कार्यालय पर्दछ। यस वडामा विभिन्न संस्थाहरु रहेका छन्। त्यस्तैगरी यस वडामा सामुदायिक विद्यालय १, निजी विद्यालय ६ र सामुदायिक क्याम्पस २ वटा रहेका छन्।

क्रियाकलाप:

१) *तपाईं बस्ने वडाको भौगोलिक, धार्मिक तथा सांस्कृतिक अवस्था झल्कने गरी टिपोट तयार बनाउनुहोस्।*

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भनुहोस्:**

क) वडा नं. १ को वडा कार्यालय समुद्री सतहबाट ··· मिटरमा रहेको छ।

ख) वडा नं २ अन्तर्गत ····· पर्दछ।

ग) वडा नं ३ ले ····· वर्ग कि मि क्षेत्रफल ओगटेको छ।

घ) जितगुरु गणेश मन्दिर वडा नं. ····· मा पर्दछ।

ङ) वडा नं. ५ को प्रमद्रख पानीको स्रोत ····· खोला हो।

२) **ठिक भए ठिक र बेठिक भए बेठिक चिह्न लगाउनुहोस् :**

क) वडा नं ७ को पूर्वदिशामा नुवाकोट पर्दछ।

ख) वडा नं ८ मा कुनै पनि सामुदायिक वन छैनन् ।

ग) तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ८ मा सरकारी विद्यालय ४ वटा छन् ।

घ) वडा नं १० मा लोकतान्त्रिक चोक पार्क रहेको छ ।

ङ) वडा नं ११ मा सामद्रदायिक क्याम्पस ५ वडा छन् ।

च) जलविनायक मन्दिर तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ६ मा पर्दछ ।

३) छोटो उत्तर दिनुहोस् :

क) वडा नं ४ को भौगोलिक अवस्था चर्चा गर्नुहोस् ?

ख) वडा नं ५ को जनसाङ्ख्यिक अवस्था लेख्नुहोस् ?

ग) वडा नं ६ को प्रमुख खोलाहरुको सूची तयार पार्नुहोस् ?

घ) वडा नं ८ तारकेश्वर नगरपालिकाको नगरोन्मुख वडा हो । प्रस्ट पार्नंहोस् ।

४) तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ९, १० र ११ को भौगोलिक तथा जानसाङ्ख्यिक अवस्था चित्रण गर्नुहोस् ।

५) तारकेश्वर नगरपालिकाको शैक्षिक अवस्थाको वर्णन गर्नुहोस् ।

एकाइ २

स्थानीय ठाउँ

पाठ १ परिचय

क) जितपुर फेदी:

नामकरण:

नेपाल र तिब्बत बीच व्यापारिक सम्बन्ध नेपाल एकीकरणको समय अगाडिदेखि नै रहेको थियो। काठमाडौँ उपत्यकासँग व्यापार गर्ने प्रमुख व्यापारिक मार्गका रुपमा जितपुर फेदी र पाँचमाने भञ्ज्याङ नै थियो।

नेपाली फौजले चिनियाँ फौजलाई काठमाडौँ उपत्यका पस्न नदिई चातुर्यतापूर्वक लडाइँ गरी जितेको ठाउँ (पुर) बाट नै यसको नाम रहन गएको हो। इतिहासमा उल्लेख भएअनुसार पृथ्वीनारायण शाहको पालामा नेपाल र भोटबीच भएको सन्धिलाई भोटले उलङ्घन गरी नेपालतिर आक्रमण गऱ्यो। त्यसको बदलामा नेपाली सेनाले भोट पुगी त्यहाँबाट सम्पत्ति लुटेर ल्याउनुका साथै केही पदाधिकारीलाई कैद समेत गराए। त्यसकारण वि.सं. १८४८ (ई.सं. १७९२) मा भोटको रक्षा गर्न भनी हजारौँ चिनियाँ सेना भोट आए। उनीहरु बेत्रावती, खरानीटार, थानसिङ, ककनी हुँदै पाँचमानेतिर बढेका थिए। काठमाडौँ उपत्यकाको संरक्षणार्थ सरकारी ढुकुटी, गरगहना, बहुमूल्य पदार्थहरु मकवानपुर पठाइयो। वि.सं. १८४८ (इ.सं. १७९२ सेप्टेम्बर १९) तारिखको रात चिनियाँ तथा भोटका सेना बिना अवरोध पाँचमाने आइपुगे। नेपाली सेना पनि पाँचमाने वरपर तैनाथ थिए। जसको सङ्ख्या दुई तीनसयभन्दा बढी थिएन।

त्यतिबेला नेपाली सेनाले बडो चलाखीपूर्वक जङ्गलका बुट्टाहरुमा राँको बाँधी, तल मैदान र फेदी वरपरका घरेलु जनावरका सिँगमा समेत राँकाहरु बाँधी छोडियो । त्यसपछि चिनियाँ सेनाहरु आफू चारैतिरबाट घेरिएको महसूस गर्दै त्यहाँबाट उत्तर पश्चिमतिर नै फर्किए । नेपाली सिपाहीले उनीहरुलाई बेत्रावतीसम्म लखेटे । यसरी चिनियाँ सेनाको कब्जामा रहेको भू-भागमाथि विजय प्राप्त गरेको वा जितेको कारण यस ठाउँको नाम जितपुर रहन गएको हो । पहाडको फेदमा रहेको स्थान भएका कारण यसलाई फेदी भनिएको हो । जितपुर र फेदीबाट नै यसको नाम जितपुर फेदी हुन गएको हो ।

भौगोलिक अवस्था:

काठमाडौँ उपत्यकाको उत्तरपश्चिम दिशामा जितपुरफेदी रहेको छ । शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको फेदमा रहेको जितपुरफेदी प्राकृतिक दृष्टिकोणले रमणीय स्थान हो । जितपुरफेदी नुवाकोट जिल्लाको ओखरपौवासँग जोडिएको छ । जितपुर फेदी पञ्चबुद्धसँग सम्बन्धित ऐतिहासिक पाँचमाने भञ्ज्याङको पूर्वतिर र तारकेश्वर महादेवको दक्षिणपट्टि **काभ्रेस्थली र** धर्मस्थलीको पश्चिममा, गोलढुंगाको उत्तरमा रहेको छ । यसको भौगोलिक धरातल विषम खालको छ । यो समुद्र सतहबाट ५००० फिट उचाइमा रहेको छ भने यसको क्षेत्रफल करिब १३.७६ वर्ग कि.मि. छ ।

पाँचमाने भञ्ज्याङदेखि पूर्वतिर र पश्चिमतिरको भाग क्रमशः होचो हुँदै गएको छ । पूर्वतिरको भाग होचिँदै चिसापानीफाँटसम्म पुगेको छ। पश्चिमतिरको भाग ठूलो खोलाको काखसम्म फैलिएको छ । दक्षिणतिरको भाग क्रमशः अग्लिँदै गढीथुम्कोसम्म छ । गढीथुम्कोबाट पुनः जमिनको धरातल होचिँदै शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको नागार्जुन खण्डको आँपचौर, आठमाइल, ख्यालबुच्चा हुँदै ठूलो खोलाको किनारसम्म पुगेको छ ।

फेदी बजारदेखि चिसापानीसम्म समतल फाँट रहेको छ। यो ज्यादै उर्वर जमिन हो। यहाँ विभिन्न प्रकारका खेती गरिन्छ। धान, गहुँ, मकै, आलु, कोदो, फापर लगायत यहाँ मौसमी र बेमौसमी तरकारी खेती पनि गरिन्छ । हिजोआज यहाँ फूलखेती, च्याउखेतीसमेत गर्न थालिएको छ ।

हावापानी:

समतल फाँटदेखि उच्च भूभाग भएको यस क्षेत्रमा समशीतोष्ण र शीतोष्ण दुवै खालको हावापानी पाइन्छ। पाँचमाने, तिनपिप्ले, चोगाउँ बढी हावा वहने क्षेत्र हुन्। पाँचमाने पूर्वको फेदीबजार निक्कै न्यानो क्षेत्र हो। चोगाउँपूर्वको उत्तरी ढलान फर्केको भूभाग, पश्चिमतर्फको ठूलो खोलासम्म फैलिएको क्षेत्र बढी चिसो हुने क्षेत्र हो। ठूलो खोलादेखि ख्यालबुच्चा हुँदै आठमाइलको फेदीको भू-भागमा शीतोष्ण खालको हावापानी पाइन्छ। यहाँ बढी हावा चल्ने भएका कारण जाडोयाममा निक्कै चिसो हुने गर्दछ। काठमाडौँको उत्तर पश्चिममा पर्ने यस क्षेत्रमा वर्षायाममा सरदर १,४३६ मिलिलिटर वर्षा हुने गर्दछ।

जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं ३ साविकको जितपुरफेदी गा.वि.स.भित्रको भूभाग हो। यस वडामा विशेष गरी हिन्दू धर्म र बौद्ध धर्म मान्ने मानिसहरुको बाहुल्यता रहेको पाइन्छ। नेवार समुदायको कम बसोबास भएको पाइन्छ।

२०६८ को जनगणनाअनुसार जितपुरफेदीको जनसंख्या, घरपरिवार सङ्ख्या, जनघनत्व यस प्रकार रहेको छ:

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
३	११०३	२४९९	२६३६	५१३५	५७३

(स्रोत: जनगणना २०६८)

यहाँ घरपरिवार संख्या ११०३ रहेको छ। जसमा पुरुषको जनसंख्या २४८८ र महिलाको जनसंख्या २६३६ रहेको छ। यहाँ पुरुषभन्दा महिलाको सङ्ख्या बढी रहेको देखिन्छ। जितपुरफेदीको जनघनत्व ५७३ प्रतिवर्ग किलोमिटर रहेको छ।

पानीका स्रोत:

जितपुरफेदी पानीको स्रोतका लागि धनी मान्न सकिन्छ। नुवाकोट र काठमाडौँको सिमाना हुँदै बग्ने ठूलो खोला वा अधेरी खोला र तारकेश्वरदेखि बग्ने महादेव खोला

नै यस वडाका प्रमुख पानीका स्रोत हुन् । शिवपुरी नार्गाजुन खण्डको पाँचमानेमा खानेपानी संस्थानले ठूलो चिम्बर बनाएको छ उक्त चिम्बरमा ठूलो खोलाको मुहानबाट नै ल्याइएको छ । बाटाटार खोल्सा, भडारी खोला, यहाँका स साना खोला हुन् । यहाँ स साना खोल्साखोल्सीहरु यहाँ रहेका छन् । यहाँ पानीका पधेँरा, ढुङ्गेधारा, कुवाहरु पनि रहेका छन् । यहाँ स साना खोला खोल्सीबाट बग्ने पानीलाई सिचाइका रुपमा गर्ने गरिएको पाइन्छ ।

वनजङ्गल र जैविक विविधता:

शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको काखमा पर्ने भएकाले यहाँ बाह्रै महिना हरियाली देखिन्छ । यस क्षेत्रमा विभिन्न प्रकारका सामुदायिक वनलगायत निजी वनहरु पनि छन् । यहाँ सालकोट सामुदायिक वन, थानागढी सामुदायिक वन, खोरियापाखा स्याउलीत्याउली सामुदायिक वन, मरुवा पाखा सामुदायिक वन, पारीवन पाखा सामुदायिक वन आदि सामुदायिक वन रहेका छन् । यहाँ विभिन्न प्रजातिका चराचुरुङ्गीहरु, विभिन्न खालका पुतली र वनस्पति पाइन्छन् ।

चाडपर्व तथा मठमन्दिर:

ऐतिहासिक, धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्व बोकेको तारकेश्वर महादेव मन्दिर र ऐतिहासिक पाँचमाने (न्यागमणि) यही रहेका छन्। पाँचमानेको फेदीमा पर्ने पुरानो जितपुरफेदी बजार को सिरानमा एउटा ऐतिहासिक ढुङ्गे धारा र त्योसँगै चैत्य पनि रहेको छ । उक्त चैत्यको निर्माण महामञ्जुश्रीले गरेको भन्ने किंवदन्ती रहेको पाइन्छ । यहाँ नै प्रख्यात नाट्येश्वर महादेवको मन्दिर रहेको छ। यो मन्दिर शताब्दियौँ पहिले निर्माण भएको अनुमान गर्न सकिन्छ। हाल उक्त मन्दिर खडुँवालकोट माध्यमिक विद्यालयको प्राङ्गणमा अवस्थित छ । पुरातात्विक दृष्टिले महत्वपूर्ण सिद्धेश्वर महादेव मन्दिर, चोगाउँस्थित सरस्वती मन्दिर, किसन्डोल मगरगाउँमा महाकाली मन्दिर, कालीदेवी मन्दिर, बुद्धस्तूप, पाँचमाने(न्यागमणि), ऋषि

बालेश्वर महादेव मन्दिर, अकवरेश्वर महादेव, मुक्तेश्वर महादेव, भुवनेश्वरीको आर्कषक मन्दिर जस्ता थुप्रै मन्दिर पनि यहाँ नै छन् । यहाँ केही वर्ष अगाडिसम्म गणेशको खटयात्रा हुने गर्दथ्यो तर यहाँका नेवारी समुदाय अन्यत्र बसोबास गर्न पुगेका कारण अहिले यहाँ खटजात्रा हुने गरेको छैन । बालाजु क्षेत्रमा बस्ने यहाँका नेवारी समुदायका संस्कृतिप्रेमी दाजुभाइले विभिन्न जात्रा मनाउने गरिएको पाइन्छ । स्वयम्भूमा पुगेर आफ्नो परम्परालाई निरन्तरता वा जीवन्तता दिने प्रयास गरेको देखिन्छ ।

पेसा व्यवसाय:

यस ठाउँका मानिसको मुख्य पेसा कृषि र पशुपालन नै हो । त्यसका अलावा होटल व्यवसाय, व्यापार, नोकरी गर्ने पनि छन् । मौसमी र बेमौसमी तरकारी खेतीप्रति मानिसको रुचि पनि बढेको छ। हिजोआज प्लास्टिक घरमा आधुनिक तवरले व्यावसायिक तरकारी खेती पनि हुँदै आएको छ। यहाँ दाना कारखाना, राइसमिल, ह्याचरी, जुत्ता कारखाना पनि सञ्चालित छन् ।

प्रमुख स्थानहरु:

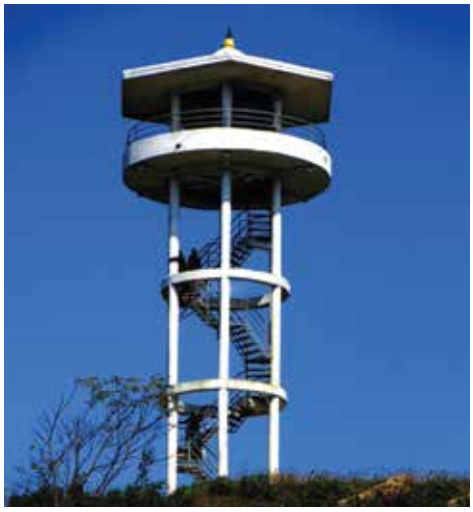
तिनपिप्ले, फेदीबजार, राजापुर, रामघाट, कोट, चोगाउँ, किसन्डोल, पाँचमाने यहाँका प्रमुख स्थानहरु हुन्। तिनीहरुको आफ्नै ऐतिहासिक, धार्मिक, सास्कृतिक र पर्यटकीय महत्व रहेको पाइन्छ ।

धार्मिक,सांस्कृतिक र व्यापारिक महत्व:

कुनैबेला यो स्थल राजधानी काठमाडौँको प्रमुख व्यापारिक मार्ग पनि रहेको थियो। साबिक जितपुर फेदी गा.वि.स.मा तिनपिप्ले नजिकै एउटा बस्ती छ जसलाई कोट भनिन्छ । मल्लकालीन समयमा यहाँ कोत पूजा गर्ने गरिएकोले यस स्थलको नाम कोत र हन गएको हो। कालान्तरमा कोत शब्द नै कोट र हन गएको हो कि भन्ने अनुमान गर्न सकिन्छ। वि.सं. २०१७ मा तात्कालीन राजा महेन्द्र नेपालको पश्चिम क्षेत्र सवारी हुँदा फेदीबजारको चहलपहल अर्कै थियो। वि.सं २०१४ सालमा काठमाडौँ त्रिशुली सडक हालको पासाङ ल्हामु मार्ग निर्माण भएपछि यो ठाउँ क्रमश:

ओझेलमा पर्न पुगेको हो । विगतमा यस स्थानको जुन शान र गौरव रहेको थियो अहिले त्यो देख्न सकिँदैन ।

वि.सं. २०७२ साल वैशाख १२ र २८ गते विनाशकारी भूकम्प गएको थियो जसका कारण देशभरका थुप्रै सम्पदामा क्षति पुग्यो। भने कैयन् सम्पदा ध्वस्त भए। यस्तै उक्त भूकम्पका कारण जितपुरफेदीमा निर्माणाधीन अवस्थामा रहेको माता भुवनेश्वरीको मन्दिर पनि पूर्ण रुपमा ध्वस्त भयो। अहिले त्यहाँ माताको पक्की मन्दिर पुन: निर्माण हुँदै छ। निर्माणाधीन अवस्थामै ध्वस्त बन्न पुगेको माता भुवने श्वरीको मन्दिर तीनतले प्यागोडा शैलीको थियो। अहिले निर्माणधीन भुवनेश्वरी माताको मन्दिर शिखरशैलीको छ। २७ वटा साना ठूला गजुरले सजिएको माता भुवनेश्वरीको मन्दिरलाई आस्थाको प्रमुख धरोहरका रुपमा लिइन्छ। यस मन्दिरले तारकेश्वर नगरपालिकाको पर्यटन व्यवसाय विस्तारमा महत्वपूर्ण टेवा पुऱ्याएको पाइन्छ।



यस वडामा मठमन्दिर, स्तुप, शिलालेख आदि रहेका छन्। यस वडामा ऐतिहासिक तथा महत्वपूर्ण पर्यटकीय स्थल गढीथुम्को (थानागढी) रहेको छ। जहाँ आकर्षक भ्यूटावरसमेत रहे को छ। भ्युटावरबाट काठमाडौँ उपत्यकाको दृश्यावलोकन समेत गर्न सकिन्छ। भ्यूटावरको पूर्वपट्टि सेल्फी थुम्कोमा डाँफेको प्रतिमा पनि निर्माण गरिएको छ।

जितपुरफेदीमा रहेको महत्वपूर्ण मन्दिरका रुपमा सिद्धेश्वर महादेव मन्दिर लाई पनि लिन सकिन्छ। यो मन्दिर महादेव खोलाको किनारमा रहेको छ। यस मन्दिरको शिवलिङ्ग लिच्छविकालीन भएको अनुमान गर्न सकिन्छ। यस मन्दिरको निर्माण विक्रम सम्वत् १८८७ मा भएको कुरा मन्दिर प्राङ्गणमा रहेको शिलालेखबाट स्पष्ट हुन्छ। यस मन्दिरको उत्पत्तिका बारेमा हिन्दूहरुको धार्मिक ग्रन्थ स्वस्थानीमा समेत उल्लेख छ।

क्रियाकलापः

जितपुर फेदी भ्रमण गरी त्यहाँ रहेका प्रमुख स्थान, मठमन्दिर, चैत्य र जैविक विविधताको सूची तयार पार्नुहोस् ?

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस्:

क) ऐतिहासिक पाँचमानेलाई ..... पनि भनिन्छ ।

ख) जितपुर फेदी (तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ३) को क्षेत्रफल ..... वर्ग कि.मि. छ ।

ग) स-साना गजुरको बीचमा मुख्य गजुरले सजिएको मन्दिर ..... हो ।

घ) जितपुर फेदी .....पर्वतको काखमा रहेको छ ।

ङ) विक्रम् सम्वत् .....नेपाल र तिब्बतबीच जितपुरफेदीमा युद्ध भएको थियो ।

३) छोटो उत्तर दिनुहोस्:

क) जितपुर फेदीको भौगोलिक अवस्थाको सङ्क्षिप्त चर्चा गर्नुहोस् ?

ख) जितपुर फेदीमा भएका प्रमुख मठमन्दिरहरुको सूची तयार पार्नुहोस् ?

ग) जितपुर फेदीको व्यापारिक तथा ऐतिहासिक महत्व स्पष्ट पार्नुहोस् ?

घ) वडा नं ८ तारकेश्वर नगरपालिकाको नगरोन्मुख वडा हो। प्रष्ट पानुहोस् ।

३) जितपुर फेदीको नामकरणका सम्बन्धमा पाइने मतमतान्तर लेख्नुहोस् ।

४) जितपुर फेदीको जनसङ्ख्या र त्यहाँ अपनाइने पेसाका सम्बन्धमा चर्चा गर्नुहोस् ।

५) जितपुर फेदीलाई जैविक दृष्टिकोणले महत्वपूर्ण मानिन्छ । पुष्टि गर्नुहोस् ।

ख) काभ्रेस्थली:

नामकरण:

दक्षिण मोहडा भएको घमाइलो र फाँटले भरिएको क्षेत्र पशुपालन तथा कृषिका लागि उत्तम क्षेत्र हो । उपत्यकाको उत्तरमा रहेको यो ठाउँ कृषि तथा पशुपालनका लागि उपयुक्त स्थान हो। यस क्षेत्रको मुख्य पेसा नै परापूर्वकालबाट नै कृषि तथा पशुपालन र हिआएको छ । पशुपालनका लागि डालेघाँसका रुपमा विभिन्न घाँसको रुख तथा बोटविरुवामध्ये काउरो वा काभ्रो पनि एक हो । परापूर्वकालदेखि नै काभ्रो वा काउरोलाई डालेघाँसका रुपमा लिइन्थ्यो यस ठाउँमा धेरै पहिलेदेखि नै काउरो को रुखहरु रहेको र त्यसका वरपर चार घर रहेकोले चारघरे काउरे भन्ने प्रचलन रहिआएको पाइन्छ । पछि चारघरे काउरेबाट विस्तार भई मसारसम्मको स्थानलाई वल्लो र पल्लो काउरे वा काभ्रे भनी नमकरण भएको पाइन्छ । यही काउरेबाट अपभ्रंश भई काभ्रे भन्ने नाम रहन गएको जनश्रुति छ । २०१८ सालमा पञ्चायती व्यवस्थासँगै गाउँ पञ्चायतको स्थापना गर्नेक्रममा साविक काभ्रे र चाक्लो फराकिलोस्थानमा रहेको पूर्वपट्टिको फाँट भएको थलीलाई मिलाईगाउँ पञ्चायतको नाम राख्नेक्रममा काभ्रेस्थली नामकरण गरिएको भनाइ रहिआएको छ । यसरी काभ्रे र थली दुईवटा स्थानलाई मिलाई दुबै ठाउँको नामलाई एकीकृत बनाउने क्रममा काभ्रेस्थली बनेको पाइन्छ । गाउँ पञ्चायतको भवन बनाउने सवालमा पनि दुवै गाँउको बिचमा पर्नेगरी ठोटी पिपलबोट हालको ठाँटीमा काभ्रेस्थली गाउँ

पञ्चायतको कार्यालय र पछि काभ्रेस्थली गाविस कार्यालय हुँदै हाल तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं २ को वडा कार्यालय रहिआएको छ।

भौगोलिक अवस्था:

तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं २ नै समग्रमा काभ्रेस्थली हो। यसको पूर्वपट्टि तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं १ साङ्ला र वडा नं ७ फुटुङ पर्दछ। पश्चिममा तारकेश्वर नगर पालिकाको वडा नं ३ जितपुर तथा वडा नं ५ धर्मस्थली पर्दछ। दक्षिणतर्फ वडा नं ६ धर्मस्थली तथा तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ८ मनमैँजु पर्दछ। शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्ज हुँदै नुवाकोट जिल्लासँग यसको सिमाना जोडिएको छ। पूर्वतर्फ महादेवखोला र पश्चिमतर्फ धर्मस्थली तथा जितपुर फेदी पर्दछ। यो ठाउँ भौगोलिक हिसावले शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको अग्लो स्थानदेखि महादेवखोलाको फाँट क्षेत्रसम्म फैलिएको छ। अग्ला पहाड, समथर भूभाग मिलेर बनेको यो स्थानको हावापानी पनि एकरुप छैन। काभ्रेस्थलीको उत्तरमा शितोष्ण हावापानी पाइन्छ भने तल्लो भागमा समशितोष्ण हावापानी पाइन्छ। यस स्थानको सम्पूर्ण भाग दक्षिण मोहडा भएका कारण यो क्षेत्र घमाइलो र रमाइलो रहेको छ। यहाँ खासगरी ब्रह्माण, क्षेत्री, नेवार र तामाङ समुदायका मानिसहरुको बसोबास रहेको पाइन्छ। यसको क्षेत्रफल ८.८५ वर्ग कि मी रहेको छ। माथिल्लो भाग फुकेको र तल्लो भाग भने साँघुरो रहेको यो क्षेत्रको नक्सा सोली आकार जस्तो देखिन्छ।

जनसाङ्ख्यिक अवस्था:

निश्चित भूगोलमा बसोबास गर्ने मानिसहरुको समूहलाई त्यस भूगोलको जनसंख्या भनिन्छ। तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं २ साविकको काभ्रेस्थली गा.वि.स.भित्रको भूभाग हो। यस वडामा विशेष गरी हिन्दू धर्म मान्ने मानिसहरुको बाहुल्यता रहेको पाइन्छ। त्यस्तै वडाको उत्तरी भागमा तामाङ जातिको बसोबास रहेको छ। तामाङहरू केही मात्रामा बुद्धधर्मावलम्बी रहेका छन्। त्यस्तैगरी नेवार समुदायको पनि उल्लेख्य मात्रामा बसोबास भएको पाइन्छ।

वडा नं	घरपरिवारको सङ्ख्या	पुरुष	महिला	जम्मा	जनघनत्व(प्रति वर्ग कि.मि.)
२	१००७	२३६४	३४१०	४७४७	५५९

(स्रोत: जनगणना २०६८)

२०६८ को जनगणनाअनुसार काभ्रेस्थलीको जनसंख्या ४७४७ छ भने घरपरिवार संख्या १००७ रहेको छ। पुरुषको जनसंख्या २३६४ र महिलाको जनसंख्या ३४१० रहेको छ। यसरी काभ्रेस्थलीमा पुरुषभन्दा महिलाको संख्या बढी रहेको देखिन्छ। काभ्रेस्थलीको जनघनत्व ५५८ प्रतिवर्ग किलोमिटर रहेको छ।

पानीको स्रोत:

काभ्रेस्थलीको पश्चिमतर्फ महादेवखोला पर्दछ। यस खोलाबाट काभ्रेस्थलीको तल्लो क्षेत्र थली र भेडीगोठ फाँटमा सिँचाइ गरिन्छ। महादेव खोला सिँचाइका नामले प्रचलित पुरानो सतह कुलोबाट बाह्रै महिना सिँचाइ गर्ने गरिएको छ। त्यस्तै घट्टे खोला पनि काभ्रेस्थलीको एक महत्वपूर्ण खोला हो, केही समयपहिलेसम्म यस खोलाको पानीबाट सञ्चालित पानी घट्टबाट यस क्षेत्रका बासिन्दाले पिसानीको काम गर्दै आइरहेका थिए। अहिले उक्तबाट सतहकुलोको रुपमा घट्टे खोला सिँचाइ कुलो सञ्चालित छ।

शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्ज हुनु र त्यहाँबाट निरन्तर खोलाखोल्सीको पानीलाई खानेपानीका रुपमा स्थानीय स्तरमा प्रयोग त हुने नै भयो। यसको बाबजुद काठमाडौँ उपत्यकामा समेत खानेपानीको रुपमा प्रयोगमा ल्याइन्छ। यहाँको पानीलाई ठूलो पाइपमार्फत् फुटुङको चिम्बरमा ल्याई मूल पाइपमा जडान गरी उपत्यकामा खाने पानी वितरणको लागि पठाइन्छ। काभ्रेस्थली पानीको स्रोतमा निकै धनी छ। त्यसैले बाह्रै महिना यहाँका फाँटमा खेतीपातीले ढाकिरहेको देखिन्छ। हाल सहरीकरण तीब्ररुपमा भएका कारण पिउने पानीको उचित वितरण र व्यवस्थापन नहुँदा समस्या देखिएको छ। यहाँ रहेका पानीका स्रोतलाई समुचित प्रयोग गर्न सकेमा यस क्षेत्रमा पिउने पानीको समस्या पर्ने देखिन्न।

वनजङ्गल:

उत्तरमा शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जले यस वडाको ठूलो भू भाग ओगटेकोले वनजंगलका हिसाबले यो निक्कै धनी नै देखिन्छ। यसको अलावा विभिन्न उपभोक्ता समूहमार्फत् संरक्षित वनहरु पनि यहाँ पाइन्छन्। देवीस्थान सिमडाँडा, सिमाखोला सामुदायिक वन उपभोक्ताद्वारा सञ्चालित मुख्य वनहरु हुन्। यी वन क्षेत्रमा विभिन्न प्रकारका चराचुरुङ्गी र जीवजन्तुहरु पाइन्छन्। विशेषत: हर्रो, बर्रो, सर्पगन्धन, नागबेली, चिराइतो, सालसिंग, दलचिनी, टिमुर, रिट्ठा आदि जडिबुटी र काफल, ऐँसेलु, चुत्रो, लप्सीजस्ता जंगली फलफूल पनि यस क्षेत्रमा पाइन्छन्। बढ्दो शहरीकरणका कारण सामुदायिक ववनप्रतिको जनस्तरमा बढेको नकारात्मक धारणाका कारण यी वनहरु दिनप्रतिदिन अतिक्रमित भइरहेका छन्।

चाडपर्व तथा मठमन्दिर:

यस वडाका अधिकांश मानिसहरु हिन्दूधर्मावलम्वी भएकाले यहाँ हिन्दूहरुले मनाउने पर्वहरु विशेष धूमधामसँग मनाउने गरिन्छ। यस क्षेत्रको भेडीगोठ र देवीस्थानमा विशेष गरी बौद्ध धर्माबलम्वीको बसोबास रहेको पाइन्छ। त्यसैले यस क्षेत्रमा सोनाम ल्होसारलाई विशेष महत्वका साथ मनाउने गरिन्छ। पछिल्लो समयमा विभिन्न क्षेत्रबाट बसाइँसराइँ गरी आउने क्रममा इसाइ र मुस्लिम धर्मावलम्वीहरुको पनि बसोबास भएको पाइन्छ।

हिन्दूहरुका चाडपर्व कुनै कन कुनै देवीदेवतासँग जोडिएर मनाइने भएकाले यस क्षेत्रमा विभिन्न देवीदेवताका मठमन्दिरहरु रहेका छन्। शिवपार्वती, राधाकृष्ण भीमसेन, सिम्लेश्वर, पञ्चकन्या मन्दिर यस क्षेत्रका प्रमुख मठमन्दिर हुन्। यसका अलावा काभ्रेस्थलीको प्रमुख मन्दिर देवस्थली हो। यहाँ वैशाख पूर्णिमाको दिनबाट तीनदिनसम्म धूमधामसँग देवस्थली जात्रा मनाइन्छ। सो अवसरमा खटजात्रा पनि हुने गर्दछ। यो काठमाडौँ उपत्यकाको प्राचीन जात्रामध्येको एक हो।

पेसा व्यवसाय:

यहाँका अधिकांश मानिसहरु कृषि पेसामा आवद्ध छन् । यसको अलावा नोकरी एवम् व्यापारमा पनि लागेको पाइन्छ । सरकारी नोकरी क्षेत्रमा निजामती न्याय, शिक्षा, सेना तथा प्रहरी उच्च ओहोदादेखि सामान्य तहसम्म ठूलो सङ्ख्यामा राजगारी रहेका छन् ।

यहाँ पशुपालन, तरकारी खेती, मौरी पालन, होटल व्यवसाय पनि हुने गरेको छ । सिँचाइको राम्रो व्यवस्था हुने भएकाले यस क्षेत्रमा विभिन्न प्रकारका खेतीको सम्भावना रहेको छ ।

प्रमुख स्थानहरु:

देउथली:

विभिन्न देवीदेवताका मूर्ति स्थापना गरिएको यस स्थानमा इन्द्रायणी देवीमध्येकी कान्छी इन्द्रायणी देवी (देउथली माई)को मूलमन्दिर रहेको छ । यहाँ नवरात्रमा ठूलो मेला लाग्दछ ।

पदमसाल:

काभ्रेस्थलीको महत्वपूर्ण स्थान पदमसाल हो । बुद्धगुरु पद्मसम्भवले यस स्थानमा प्रवचन गरेका कारण यस ठाउँको नाम पदमसाल रहन गएको हो ।

मालिकामाई:

प्राचीन कालमा उपत्यका जलमग्न तालको अवस्थामा भएको बेला कुनैबेला एक साधकले यस स्थानमा बसेर बढीमालिका देवीको साधना गर्दा मालिकादेवी प्रकट

भएकी थिइन्। यस स्थानमा राजा प्रताप मल्लले तपस्या पनि गरेका थिए। उनले यस स्थानमा स्थापना गरेको शिलालेखसमेत २०६१ सालमा चोरी भएको थियो। अहिले त्यहाँ प्राचीन भग्नावशेषमात्र देख्न सकिन्छ।

ढुंगाडे:

काभ्रेस्थली र धर्मस्थलीको सिमानामा एउटा प्राचीन सीमास्तम्भ रहेको छ। यस्तै खालको सिमास्तम्भ धर्मस्थली र जितपुरफेदीको सिमानामा नजिक पर्ने भँगेरीटारदेखि केहीमाथि फाँटामा र फुटुङ क्षेत्रमा पनि केही वर्ष पहिलेसम्म भएकाले यो ऐतिहासिक कालको राज्यको सीमास्तम्भ भएको अनुमान गर्न सकिन्छ।

कालिदेवी:

काभ्रेस्थली थुम्कीमा अवस्थित कालिदेवी मन्दिर परापूर्वकालीन मन्दिर मानिन्छ। यसै मन्दिर क्षेत्रमा हाल कालिदेवी माध्यमिक विद्यालय रहेको छ।

रक्षादेवी:

काभ्रेस्थली भण्डारी गाउँदेखि केही उत्तरतिर यो मन्दिर रहेको छ। काठमाडौँ उपत्कामा दुर्लभ मानिने कम्तीमा २ सय वर्ष पुराना बेलका रुखहरु समेत यहाँ पाइन्छ। यसै स्थानबाट तारकेश्वर धाम जाने प्रमुख बाटो समेत रहेको छ।

पानीघट्ट:

काभ्रेस्थलीमा अझै पनि प्राचीन पानीघट्ट देख्न सकिन्छ। केही दशकअघिसम्म यहाँ एक दर्जन पानी घट्ट रहेका थिए। यसैकारण यस गाउँको नाम घट्टेखोला रहेको हो।

अल्ले पानीमुहान तथा झरना:

काभ्रेस्थलीको उत्तरमा रहेको श्री ३ भीमसमसेरको पालामा काठमाडौँ उपत्यकामा पिउने पानी लगिएको पानी मुहान रमणीय रहेको छ। पानी मुहानदेखि करिब ३ सय मिटर माथि अत्यन्त मनोरम झरना रहेको छ। हाल पिउनेपानीको सरसफाइलाई ध्यानमा राखी यस स्थानमा आवतजावत गर्न नियन्त्रण गरिएको छ।

शिक्षा स्वास्थ्य:

यहाँ ३ वटा सामुदायिक र ४ वटा निजी विद्यालयहरु रहेका छन् । यहाँको सबै भन्दा पुरानो विद्यालय काभ्रेस्थली मा. वि हो । जुन २०१८ सालमा स्थापना भएको थियो । यहाँ सरकारी स्तरको हेल्थपोस्ट, निजी स्वास्थ्य क्लिनिक पनि रहेका छन् ।

यातायात:

विक्रम सम्वत् २०६५ सालमा पक्की सडक बनेपछि यहाँका हरेक टोल र बस्ती सडक सञ्जालमा जोडिएका छन् । जरङ्कू,भेडीगोठ, सर्वकल्याणेश्वर मूल सडक पक्की रहेका छन् । यसका अलावा टोल स्तरीय अन्य सडक पनि ढलान र पक्की रहेका छन् । यस क्षेत्रमा रहेको जितपुरफेदी काभेस्थली साङ्ला झोर जोड्ने सडक निर्माण भएपछि यस क्षेत्रको महत्व अझै बढने देखिन्छ ।

क्रियाकलाप:

काभ्रेस्थली (तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं.२) को भ्रमण गरी त्यहाँ भएका धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय र जैविक विविधताको सूची तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **जोडा मिलाउनुहोस् :**

क	ख
घट्टेखोला	देवस्थली
प्रमुख स्थान	कृषि पशुपालन
पेसा	सिँचाइ
जात्रा	पदमसाल

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) काभ्रेस्थलीको भौगोलिक अवस्था सङ्क्षेपमा लेख्नुहोस् ।

ख) काभ्रेस्थलीमा रहेका मुख्य मठमन्दिरहरुको सूची तयार पार्नुहोस् ।

ग) काभ्रेस्थलीमा रहेको पानीको स्रोतको वर्णन गर्नुहोस् ।

घ) काभ्रेस्थलीको वनजङ्गल र जैविक विविधताको सूची तयार पानुहोस् ।

ङ) काभ्रेस्थलीमा रहेका मद्रख्य पेशा व्यवसायको चर्चा गनर्द्रहोस् ।

३) **काभ्रेस्थलीको नामकरण सम्बन्धमा पाइने जनश्रुतिको चर्चा गर्नुहोस् ।**

४) **काभ्रेस्थली महत्वपूर्ण पर्यटकीय स्थल हो । पुष्टि गर्नुहोस् ।**

५) **काभ्रेस्थलीमा रहेका महत्वपूर्ण धार्मिक, पर्यटकीय स्थानको सूची तयार पारी वर्णन गर्नुहोस् ।**

एकाइ ३

महत्वपूर्ण मठमन्दिरहरू

पाठ १ पुरानो गुह्येश्वरी

हालको तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं. ४ स्थित पुरानो गुह्येश्वरीलाई प्रमुख शक्तिपीठका रुपमा लिइन्छ । स्वयम्भू पुराणमा उल्लेख भएअनुसार काठमाडौँ उपत्यकाको उत्पत्तिसगैँ हालको पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर स्थापना भएको देखिन्छ । प्रायऐतिहासिक कालमा चीनबाट नेपाल आउनुभएका गुरु वागीश्वर मञ्जुश्रीलाई नैरात्मादेवी गुह्येश्वरीले विश्वरूपको दर्शन दिई खड्गसहित शक्ति प्रदान गरेपछि उनलाई चोभारको डाँडो काटी उपत्यकाको पानी बाहिर पठाउन सफलता मिलेको तथ्य स्वयम्भू पुराणमा उल्लेख भएको पाइन्छ । उक्त पुराणअनुसार मञ्जुश्रीले नै गुह्येश्वरीको कुण्डको जलले अभिषेक गरेपछि कुण्डलाई सर्वप्रथम व्यवस्थित रूपमा निर्माण गर्ने काम गरेका हुन् ।

स्वस्थानी महात्म्यमा वर्णन भए अनुसार सत्ययुगमा सतीदेवीको गुह्यपतन भएको स्थानमा उत्पन्न भएकीले उनलाई गुह्येश्वरी शक्तिपीठ भनिएको हो। त्यस्तै, अर्को कथन अनुसार कालकूट विष सेवनपश्चात महादेव डाहा शान्त गर्न उत्तरापन्थतिर लाग्दा यहाँ बस्नु भएको थियो । त्यसैक्रममा माता पार्वती महादेवको खोजीमा यहाँ आउँदा रजस्वला हुनुभएपछि त्यहीँ अलप भएर गुह्येश्वरीका रूपमा उत्पन्न भएकी हुन् भनिन्छ ।

त्यस्तै, अर्को कथनअनुसार कुनै समयमा एकजना आचार्य कालीको दर्शन गर्न गएका र अब उप्रान्त तिमी दर्शन गर्न आइरहन पर्दैन भनेर एउटा थाली दिएको र बीच बाटो मा आउँदा थाली खसेको र त्यसै ठाउँमा नै माता गुह्येश्वरीको उत्पत्ति भएको हो भन्ने कथन प्रचलित छ। स्वयम्भू पुराणका विपश्वी तथागतले काठमाडौं उपत्यका जलमय भएको बेला रोपेको कमलको फूल फुलेको स्थानमा स्वयम्भू ज्योतिर्लिङ्ग उत्पत्ति भएको र त्यस फूलको जरा गुह्येश्वरीको पीठसम्म पुगेको भन्ने कुराको उल्लेख पाइन्छ। यहाँकी माता गुह्येश्वरी नै पशुपति नजिककी गुह्येश्वरीभन्दा प्राचीन मानिएकी हुन्। पशुपतिमा रहेको गुह्येश्वरी मन्दिर राजा प्रताप मल्लको राज्यकालमा विक्रम सम्वत् १६३६ मा पुरानो गुह्येश्वरीको प्रतिकृतिबाट सारिएको उल्लेख छ।

पुरानो गुह्येश्वरीको प्रतिकृतिस्वरुप पशुपतिमा गुह्येश्वरीको स्थापना राजा प्रताप मल्लले नेपाल सम्वत् ७०० तिर अर्को मन्दिर बनाएर स्थानान्तरण गराइएको भन्ने तथ्य इतिहासमा पाइन्छ। पुरानो गुह्येश्वरीको पीठको कुण्ड करिब सातफिट गहिराइको रहेको छ। पानीले भरिएको त्यस कुण्डको मुखमा चाँदीको कलश राखिएको हुन्छ। यस कुण्डमा कलश राख्ने काम सर्वप्रथम वि.सं. ८८८ मा भएको हो। चाँदीको पूर्णकलशका रूपमा सर्वसाधारणले दर्शन पूजन गरिने देवस्थलको मुन्तिर अर्को गोप्य असली तान्त्रिक देवता रहेको बताइन्छ।

गुह्येश्वरी मन्दिर परिसरमा वि.सं. १८६० मा धर्मशाला बनाइएको कुरो मन्दिर परिसरमा रहेको नरसिंह गुरुङको शिलालेखबाट प्रस्ट हुन्छ। यस मन्दिरको पूर्वतिर भित्तामा रहेको यस अभिलेख कुँदिएको शिलापत्र रहेको छ। विक्रम सम्वत् १८६० जेष्ठ महिना दशमी तिथि मङ्गलवार गुह्येश्वरीको चारैतिर पर्खाल बनाएर राम्रो मन्दिर नरसिंहले बनाए भन्ने कुरा उक्त अभिलेखमा उल्लेख भएको छ। तर मन्दिर मा चार ढोका राखेर हालको स्वरूपमा तयार पार्ने काम भने श्री ५ को निजी ढुकुटीको खर्चमा वि.सं.२०३३ मा गुठीसंस्थानले गरेको हो। जुन कुरा त्यहाँस्थित शिलालेखबाट थाहा हुन्छ। मन्दिरको भित्तामा २०४४ मा जनसहभागितामा मार्वल राख्ने काम भएको थियो।

नेपालका प्रथम प्रधानमन्त्री भीमसेन थापाको पालामा त्यहीँ गाउँका एकजना मुख्य व्यक्तिलाई नित्यपूजाको जिम्मा दिएर केही पारिश्रमिकको व्यवस्था गरिएको थियो। तर यसले निरन्तरता पाउन सकेन। त्यसपछि नित्यपूजाका लागि श्री ५ महेन्द्र सरकारमा बिन्ति चढाउने काम भएको थियो। गुह्येश्वरी मन्दिर परिसरमा पहिले गोसाइँकुण्ड, भैरवकुण्ड र सरस्वती गरी तीनवटा कुण्ड थिए। अतिक्रमणका कारण सरस्वती कुण्डको अस्तित्व नै लोप भएको छ भने भैरव कुण्डको केही अवशेष र अर्कोमा भने हालको पुरानो गुह्येश्वरी माध्यमिक विद्यालयको भवन बनिसकेको छ। प्रत्येक वर्ष बालाजु बाइसधारा पूर्णिमाको दिन पुरानो गुह्येश्वरीको विशेष पूजा र जात्रा हुने परम्परा छ। वि.सं. २०५३ मा पुरानो गुह्येश्वरी सुधार समिति गठन भई पाटीपौवा, चौतारो पुनर्निर्माण गर्ने काम भएको हो। त्यसपछि समयसमयमा यहाँ निर्माणकार्य मर्मतसम्भारका काम पनि हुँदै आइरहेको छ

क्रियाकलापः

पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर भ्रमण गरी त्यहाँ रहेका प्राचीन शिलालेख, मठमन्दिर र भौतिक पूर्वाधारको अवस्था समेटेर प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस्।

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भर्नुहोस् :**

क) पुरानो गुह्येश्वरीलाई प्रमुख ..... रुपमा लिइन्छ।

ख) पुरानो गुह्येश्वरीभित्र कुण्डमा कलश राख्ने काम सर्वप्रथम .... भएको हो।

ग) पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर परिसरमा ..... वटा कुण्ड छन्।

घ) पुरानोन गुह्येश्वरी मन्दिरको पूर्वतिर भित्तामा एउटा अभिलेख कुँदिएको ..... छ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) पुरानो गुह्येश्वरीका सम्बन्धमा स्वयम्भू पुराणमा उल्लेख भएको कुरा चर्चा गर्नुहोस् ।

ख) पुरानो गुह्येश्वरी परिसरमा रहेका अन्य देवीदेवता तथा अभिलेखको चर्चा गर्नुहोस् ।

ग) पुरानो गुह्येश्वरीको उत्पत्तिका सम्बन्धमा पाइने कथन उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ) पुरानो गुह्येश्वरी वरपर भएका कुण्डहरुको वर्तमान अवस्था वर्णन गर्नुहोस् ।

३) **पुरानो गुह्येश्वरीको धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्वको वर्णन गर्नुहोस् ।**

४) **पुरानो गुह्येश्वरीको मन्दिरको धार्मिक तथा पर्यटकीय महत्व वयान गर्नुहोस् ।**

पाठ २ नारायणी जयन्तीदेवी

काठमाडौँ उपत्यकालाई मन्दिरैमन्दिरको सहर भनिन्छ। यहाँका प्रत्येक टोल, चोक, बस्तीमा विभिन्न प्रकारका देवीदेवीताका मन्दिरहरु छन् । विशेषत: उपत्यकामा विभिन्न देवीशक्तिका पीठहरु रहेका छन् । यस्तै उपत्यकाको उत्तरी क्षेत्रमा रहेको तारकेश्वर नगरपालिका पनि धार्मिक दृष्टिकोणले ज्यादै धनी मानिन्छ। यहाँ मठ मन्दिर गुम्बाहरु प्रशस्तमात्रामा रहेका छन् । मनमैँजु मन्दिर, नारायणी जयन्तीदेवी, पुरानो गुह्येश्वरी, साङ्ला बालकुमारी, धर्मस्थली महाङ्काल, तारकेश्वर धाम आादि यस नगरका प्रसिद्ध ऐतिहासिक तथा पौराणिक मठमन्दिर हुन्। यिनै मठ मन्दिरहरु मध्येको नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिर पनि एक हो।

नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिर तारकेश्वर नगरपालिकाको वडा नं ७ को वडा कार्यालय नजिकै रहेको छ। यही शक्तिपीठको नामबाट फुटुङ चौरलाई जयन्तीपुर फुटुङ पनि भन्ने गरिन्छ। नारायणी जयन्तीपरदेखि यस क्षेत्रमा बसोबास गर्ने सबै जातजातिको मानिसहरुको साझा आस्थाको केन्द्रका रुपमा रहेको छ। नारायणी जयन्ती देवीलाई नारायणी जयादेवी पनि भन्ने गरिन्छ।

पौराणिक कालमा सतीदेवीले आफ्नै बुबा दक्षप्रजापतिको यज्ञकुण्डमा हामफाली देहत्याग गरेपछि भावविह्वल महादेवले सतीदेवीलाई आफ्नो काँधमा बोकी यत्रतत्र हिँड्नु भयो। त्यसक्रममा धेरै समयसम्म मृत शरीर बोकी हिँड्दा विभिन्न ठाउँमा विभिन्न अंगहरुको पतन हुने क्रममा जयन्तीपुरमा कलेजो पतन भएको हो। त्यही

क्षेत्रमा जयन्तीपुर पीठ, जयन्तीपुर देवी र कल्पेश्वर महादेवको उत्पत्ति भयो भन्ने कुरा स्वस्थानी व्रतकथामा उल्लेख भएको छ। यसबाट जयन्तीदेवी फुटुङमा सत्ययुगमा नै स्थापितदेवी हुन् भन्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ। जयन्तीदेवीलाई नै कालान्तरमा नारायणी जयादेवीको नामले पुज्ने गरेको पाइन्छ। नारायणी जयादेवीलाई शक्तिस्वरुपा देवी भएका कारण प्रत्येक दिन पूजाआजा र आराधना गरिन्छ। एकचित्त भई पूजापाठ गरेमा आफूले आँटेका काम पूरा हुन्छ भन्ने जनविश्वास रहिआएको छ। त्यसैले अहिले पनि यस क्षेत्रका मानिसहरु जयन्तीदेवीको पूजाआराधना गरेर मात्र नयाँ कामको थालनी गर्ने प्रचलन छ।

परापूर्वकालमा खुल्ला चौरमा विराजमान देवीलाई ढुंगाको रथ बनाई वरिपरि पर्खाल घेरेर राखिएको थियो। जसबाट देवीको सरसफाइ तथा सुरक्षा भएको थियो। पछि पर्खाल जीर्ण अवस्थामा पुगेपछि २०४८ सालमा स्थानीय बासिन्दाहरुको पहलमा विभिन्न स्रोतबाट आर्थिक संकलन र चन्दा संकलन गरी व्यवस्थित रुपमा दुईतल्ले गजुरसहितको मन्दिर निमांण गरियो। साथै वपरपरि पर्खाल र गेट बनाई मन्दिरको सुरक्षा र सौन्दर्य बढाइएको छ। यो मन्दिर प्यागोडा शैलीमा निर्माण गरिएको छ। मन्दिरको दुवै छाना पित्तलबाट बनेको छ। विक्रम सम्वत् २०५३ सालमा त्यहाँ भएको पुरानो भजनकीर्तन गर्ने पाटीलाई पनि जीर्णोद्धार गरी नयाँ पाटी र श्रीकृष्णको मूर्ति स्थापना गरिएको छ। जहाँ बेलाबेलामा भजनकीर्तन र सत्संग हुने गरेको छ। यसका साथै देवीको उत्तरपट्टि चारमुखे महादेवको शिवलिङ्ग रहेको छ। यो पौराणिक कालमा नै स्थापना भएको मानिन्छ। जयन्तीदेवी मन्दिर परिसरमा विभिन्न देवीदेवतामा मूर्ति रहेका छन्। जुन पौराणिक कालदेखि नै स्थापना भएको मानिन्छ। देवी मन्दिरको उत्तरतर्फ महाँकाली देवी छिन् भने दक्षिणतर्फ महालक्ष्मी देवीको मन्दिर रहेको छ। त्यस्तै मन्दिर परिसरमा सप्तऋषिको मन्दिर पनि रहेको छ। जहाँ हिन्दू नारीहरुले ऋषिपञ्चमीका दिन भव्यरुपमा पूजाअर्चना गर्दछन्। उक्त

मन्दिरमा भएको सप्तऋषिको मूर्ति पूर्वराजा ज्ञानेन्द्र शाहद्वारा प्रतिस्थापित गरिएको हो । जयन्तीदेवीको पूजाआराधनाका लागि गुठीको रुपमा जग्गाजमिन रहेको छ । उक्त जग्गालाई हालसम्म पनि नारायणीको जयादेवीको गुठी भनी कायम रहेको छ ।

उपत्यकामा लाग्ने जात्राहरुमध्ये जयन्तीपुर नारायणीको जात्रा पनि एक हो । नयाँवर्षको अवसरमा लाग्ने यो जात्रा चैत्र मसान्तबाट सुरु भई चारदिनसम्म लाग्दछ। जात्राअवधिभर यिनै देवीको पूजा आराधना गरिन्छ। नारायणी देवीको पूजाअर्चना गर्दा अरुबेला खासै बली दिने चलन नभए पनि जात्राको समयमा परम्परागत रुपमा देवीको पूजा सम्पन्न गरेपछि गुठीयारको तर्फबाट पूजाआराधनासहित बोकाको बली दिने चलन छ। बोकाको टाउकोलाई देवीको अगाडि राखी हवन गरिन्छ। हवन गरिएको टाउकोको खरानीलाई प्रसादका रुपमा लगाउने चलन प्रथाका रुपमा चलिआएको छ। फुटुङ जयन्तीपुर नारायणी जयादेवी मन्दिर वरपर धार्मिक वातावरण बढ्दै गइरहे को छ। मन्दिरको स्थापना, नयाँ मन्दिरको निर्माणले यस क्षेत्रलाई अझ आध्यात्मिक महत्वको बनाउँदै छ। यसलाई अझ व्यवस्थित बनाउन सके यो क्षेत्र एक धार्मिक पर्यटकीय क्षेत्र बन्न सक्नेछ ।

क्रियाकलाप:

नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिरको भ्रमण गरी त्यहाँ रहेका मठमन्दिर, भौतिक पूर्वाधारको अवस्था समेटेर प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भर्नुहोस् :**

क) काठमाडौँ उपत्यकालाई मन्दिरै मन्दिरको ..... भनिन्छ ।

ख) तारकेश्वर नगरपालिका धार्मिक दृष्टिकोणले ज्यादै ..... मानिन्छ ।

ग) कल्पेश्वर महादेवको उत्पत्ति ..... व्रतकथामा उल्लेख भएको छ ।

घ) उपत्यकामा लाग्ने जात्राहरुमध्ये ..... नारायणीका जात्रा पनि एक हो ।

ङ) नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिर ..... शैलीमा निर्माण भएको छ ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिरको उत्पत्तिका सम्बन्धमा चर्चा गर्नुहोस् ।

ख) नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिको धार्मिक महत्व दर्शाउनुहोस् ।

ग) नारायणी जयन्तीदेवी मन्दिरमा कुन कुन पर्वमा मेला लाग्दछ ?सूची बनाउनुहोस् ।

घ) नारायणी जयन्तीदेवीको पौराणिक महत्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

३) **नारायणी जयन्ती देवीको मन्दिर वरपर भएका अन्य मठमन्दिरको सूची तयार पारी त्यहाँ लाग्ने जात्राको वयान गर्नुहोस् ।**

पाठ ३ धर्मस्थली बुद्धचैत्य (ख्योमा)

तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ३ को खेलाचौरमा आकर्षक बुद्धचैत्य रहेको छ। बुद्धचैत्य रहेको यस ठाउँलाई खेलाचौर भनिन्छ। जसको नजिकै तारकेश्वर नगर पालिकाको कार्यालय पनि रहेको छ।

यस बुद्धचैत्यलाई प्राचीन चैत्यका रुपमा लिइन्छ। नेवारी भाषामा यसलाई ख्योमा अजिमा भनिन्छ। धर्मस्थली वा धमाथु चैत्यलाई स्वयम्भू महाचैत्यकी आमा पनि भनिन्छ। किनभने खुल्लाचौरको बिचमा पूर्वतिर फर्किएको यो चैत्य नेवार सम्प्रदायका बौद्धमार्गीका लागि विशेष महत्वको तीर्थ हो। यस वरपर नेवारी सम्प्रदायका विभिन्न देवीदेवताका स-साना मूर्तिहरु पनि रहेका छन्। यहाँ प्राय: नेवार समुदायका कुलदेवताहरु रहेका छन्। जहाँ कोजाग्रत पूर्णिमाका दिन बुद्ध भगवानको मूर्तिलाई खटमा राखेर जात्रा गरिन्छ। स्थानीय नेवार सम्प्रदायले क्रुकुच्छन्द र कश्यप बुद्धको पालामा यो जात्रा चलाएकोले नेवारहरुले कश्यप गोत्र लेख्ने गरिएको पाइन्छ। स्थानीयहरु यस जात्रालाई अम्बेजात्रा पनि भन्दछन्।

यस चैत्यका बारेमा उल्लेख गरिएका अभिलेख तिब्बतमा र चीनमा रहेको पाइन्छ। यो चैत्य तिब्बती व्यापारीले निर्माण गराएको हो भन्ने कथन छ। त्यसबेला तिब्बतबाट भारतमा व्यापार गर्न जाने क्रममा यही बाटोबाट जाने र यहाँ बास

बस्ने गर्दथे । उक्त व्यापारीले एकदिन बास बस्दा सपनामा यो ठाउँ निक्कै पवित्र भएकाले यहाँ केही पुण्य काम गर्नु भनेका कारण तिनै व्यापारीले यहाँ चैत्य स्थापना गरेर पीपलको बोट रोपेका हुन् ।

यस चैत्यको रङ सेतो छ । वृत्ताकार ढिस्कोमा स्थापित यस चैत्यमा चारै सुरमा खापा छन् । यसको चारैतिर बुद्धका आँखा पनि बनाइएका छन् हर्मिकाको शीर्षभागमा तोरण राखिएको छ । वज्रयान परम्पराअनुसार तेह्र भुवनका प्रतीकस्वरुप तेह्रवटा गोलाकार भुवनका आकार कोरिएका छन् । त्यसको माथि कमलासन छत्रावली पनि रहेको छ । उक्त छत्रमाथि वृत्ताकार चार तहजस्तो देखिने गजुरसमेत रहेको छ ।

यस ख्योमाअगाडि धर्मपुर र शान्तिपुर नामका पत्थरका प्रतिमा पनि रहेका छन् । जसको शिरोभागमा पश्चिमतिर फर्केका खोपा रहेका छन् । ख्योमा अगाडिको ढुंगाको स्तम्भमा त्यस्ता दुईवटा खोविल्टा छन् । त्यहाँ सुन्दा सुसेली हालेको जस्तो आवाज आउँछ । शान्तिको कामना गर्दै वा शान्तिध्वनि आओस् भनेर सुन्ने गरिन्छ । यहाँ पूजा गर्दा रोगव्याधि लाग्दैन, बालबालिकाको रोग निको होस् भनेर साथै बच्चाहरुले नपिरलोस् भनेर पूजा गर्ने गर्दछन् । ती पत्थरमा शिलालेख पनि रहेका छन् । भारतका राजा अशोक बुद्ध दर्शनको सिलसिलामा यस स्थलमा आइपुगेका थिए । उनले यहाँको ख्योमा अगाडि पाली भाषामा धम्म धम्म शब्द थपी धर्मस्थली नाम दिएका थिए । अहिले उक्त शिलालेख दिनप्रतिदिन क्षयीकरण हुँदै गएको छ । त्यसलाई संरक्षण गर्नु अत्यावश्यक देखिन्छ ।

क्रियाकलाप:

धर्मस्थली बुद्धचैत्य स्थानको भ्रमण अवलोकन गरी त्यहाँ वरपरको धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय महत्व समेटर प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) ठिक भए ....र बेठिक.....चिह्न लगाउनुहोस् :

क) तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ३ खेलाचौरमा बुद्धचैत्य ख्योमा रहेको छ ।

ख) ख्यौमा अजिमा भनेर नेवारी भाषामा बुद्धचैत्यलाई बुझिन्छ ।

ग) विजया दशमीको दिन बुद्ध भगवानलाई खटमा राखी जात्रा गरिन्छ ।

घ) बुद्धचैत्य ख्यौमाको रङ रातो छ ।

ङ) ख्यौमा अगाडिको ढुंगाको स्तम्भमा तीनवटा खोविल्टा छन् ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) बुद्धचैत्उ ख्यौमाको प्राचीन महत्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

ख) बुद्धचैत्य ख्यौमामा लाग्ने जात्राको महत्व दर्शाउनुहोस् ।

ग) बुद्धचैत्य ख्यौमाको धार्मिक महत्व चर्चा गर्नुहोस् ।

३) **बुद्धचैत्य ख्यौमाको नामकरण, धार्मिक, पर्यटकीय तथा प्राचीन महत्वको बर्णन गर्नुहोस् ।**

एकाइ ४

ऐतिहासिक पर्यटकीय स्थल:पाँचमाने

पाठ १ परिचय

नामकरण:

काठमाडौँ उपत्यकामा प्रसिद्ध ऐतिहासिक चार भञ्ज्याङहरु रहेका छन् । ती भञ्ज्याङहरुमा साँगा, बाडभञ्ज्याङ, पाटीभञ्ज्याङ र पाँचमाने भञ्ज्याङ हुन् ।

काठमाडौँको उत्तर/पश्चिममा तारकेश्वर नगरपालिकामा पाँचमाने भञ्ज्याङ पर्दछ। पाँचमाने भञ्ज्याङ पञ्चबुद्धसँग सम्बन्धित स्थान हो। नेवारी संस्कृतिमा यस स्थललाई न्याग:मणिका रुपमा चिनिन्छ । पञ्चध्यानी बुद्धहरु वैरो चन, अक्षोम्य, रत्नसम्भव, अमिताभ र अमोघसिद्धिको स्मरणार्थ यहाँ पाँचवटा स्तूप (माने) स्थापना भएको थियो ।

ती पाँचवटा स्तूपका कारण नै यस ठाउँको नाम पाँचमाने नाम रहन गएको हो। पासाङ ल्हामु मार्गका् ठूलो खोलाको पूर्वतिर यो स्थान पर्दछ। त्यहाँबाट पैदल हुँदै वा सवारी साधनबाट सजिलै त्यहाँ पुग्न सकिन्छ।

ऐतिहासिक महत्व:

इतिहासमा पाँचमानेको विभिन्न महत्व रहेको पाइन्छ। यस ठाउँलाई बुद्धधर्मको पवित्र तीर्थस्थलका रुपमा पनि लिइन्छ। यस ठाउँमा बौद्धमार्गीहरु आएर प्रार्थना गर्ने गर्दछन्। पाँचमाने भनिए पनि यस ठाउँमा हाल तीनवटा मानेमात्र देख्न सकिन्छ। पाँचमाने तिब्बती बौद्ध धर्माबलम्बीको एउटा प्रमुख तीर्थस्थल हो।

विक्रम सम्वत् २०१७ सालपूर्व काठमाडौँ उपत्यकाबाट नेपालको पश्चिम भागतिर यही ठाउँ हुँदै आवतजावत गर्ने गरिन्थ्यो। त्यसैले यो स्थान प्रमुख मार्गका रुपमा इतिहासमा उल्लेख भएको पाइन्छ।

केहीवर्ष पहिले पाँचमानेमा लिच्छविकालीन मानाङ्क मुद्रा फेला परेको थियो। जसका कारण पाँचमानेको अस्तित्व लिच्छवि कालदेखि नै भएको हो भन्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ। यो स्थान त्यतिबेलादेखि नै प्रमुख व्यापारिक केन्द्र भएको अनुमान गर्न पनि सकिन्छ। तत्कालीन वडामहाराजधिराज पृथ्वीनारायण शाहले नेपाल एकीकरण गर्ने क्रममा वि.सं. १८२५ मा काठमाडौँ उपत्यकालाई विजय प्राप्त गर्नुपूर्व ककनी काहुले हुँदै यही ठाउँबाट उपत्यका प्रवेश गरेका थिए। यो स्थल लिच्छवि, मल्ल तथा शाह कालसम्म पनि व्यापारिक दृष्टिले महत्वपूर्ण मार्गको रुपमा रहेको पाइन्छ।

धार्मिक सांस्कृतिक महत्वः

पाँचमाने हजार वर्ष पुरानो तीर्थ हो। बुद्ध भिक्षु अतीस दीपङ्कर नालन्दा महाविहार विश्वविद्यालयका महापण्डित हुन्। उनले भोटयात्राको क्रममा भगवान्बहालको रक्षाका लागि सन् १०४१ मा विशाल पाँचमाने बौद्ध स्थल निर्माण गराएका हुन्। अतीस दीपङ्करले इ.सं.१०४१-१०५५ मा भोट यात्रा गरेका थिए। ती पाँचवटा स्तूपले बुद्ध धर्मका विभिन्न पाँचवटा धार्मिक स्थललाई बुझाउँछ। पाँचमानेको प्रतीकात्मक चित्र काठमाडौँको थाम बहिल बिहारमा समेत रहेको छ थाम बहिलको चित्रमा भगवान्हरु बुद्धको स्वागतका लागि सगुन लिएर उभिएका छन्। उनीहरु शाक्यमुनी बुद्धको स्वागतमा ख्याली बजाइरहेका छन्। काठको तोरणमा खोपिएको उक्त चित्र पाँचमानेको हो। पाँचमानेको ऐतिहासिक, सांस्कृतिक खोजअनुसन्धान विभिन्न विद्वान् बाट भएको पाइन्छ। यसरी पाँचमानेको खोजअनुसन्धाान गर्ने थुप्रै विदेशी लेखकमध्ये बेल्जियमका हुवर्ट डिक्लीयर पनि एक हुन्। जसले आफ्नो पुस्तक एकाउन्ट्स अफ स्वयम्भूमा सो सम्बन्धमा विभिन्न कुरा उल्लेख गरेका छन्।

त्यस्तै, नेवारी संस्कृतिमा न्याग:मणि भनेर लोकप्रिय यस ठाउँमा बुद्धको मूर्तिमाथि पञ्चमुखी नागले छहारी दिएको पाइन्छ । पाँचमानेलाई नेपाल तिब्बत भोटको व्यापारिक मार्गका रुपमा लिइन्छ। भृकुटीको विवाहपछि उनको बिदाइ यही मार्ग हुँदै गरिएको थियो । जगत्गुरु शङ्काराचार्य पनि तिब्बत यात्राका लागि यही बाटोबाट लाग्नु भएको थियो। काठमाडौंकी देवी शोभाभगवती आफ्नो माइत नुवाकोट जाने र फर्कने मार्ग पनि पाँचमाने नै हो। अहिले पनि उनको रथ शोभाभगवतीबाट त्रिशुली लैजाँदा एक दिन धर्मस्थलीमा बास बसाएर यहीँ स्थानबाट लैजाने चलन छ। नेवारी समुदायको उत्कृष्ट तीर्थस्थल शिलु वा गोसाइँकुण्ड हो। जसको महत्व शिलुम्येमा पाइन्छ। यसरी शिलुम्येमा पाँचमानेको प्रसङ्ग आउनुले यस स्थलको प्राचीनतालाई समेत थप पुष्टि गर्दछ।

छेना दना बना धमाथुली बास

धमाथुली दना वना न्याग:मणि बास

संरक्षणको प्रयास:

हजार वर्ष पुरानो पाँचमानेमा चालीसको दशकमा पाँचवटा माटोका माने थिए। ती मानेहरु क्रमश: वर्षाका कारण नाश हुँदै गए। जसको संरक्षणमा पछिल्लो समयमा आएर स्व.निर्मलरत्न तुलाधर को पहलमा पाँचमानेको संरक्षणका लागि अभियान सुरु भएको थियो । स्थानीय समुदाय, सम्पदाप्रेमी, भक्तजन, चन्दादाताको सहयोग र सल्लाहअनुसार पाँचमाने निर्माण कार्य सुरु भयो। त्यसको फलस्वरुप अहिले तीनवटा माने तयार भएका छन्। वृहत गुरुयोजनासहित यसलाई निर्माण गर्ने योजना पाचमाने संरक्षण समितिको रहेको छ। जसका कारण पाँचमाने निर्माणका लागि ६ सय सदस्यले

एकहजार रुपैयाँ तिरेर आजीवन सदस्य बनेका थिए। उनै तत्कालीन अध्यक्ष तुलाधरको प्रस्तावमा स्वयम्भूको ज्ञानमाला भजन खलले न्यागमणिको जीर्णोद्धारको सम्पूर्ण जिम्मा लिएको थियो । खलले न्यागमणिमा बुद्धमूर्ति स्थापना गरेको हो । झण्डै ५ सय किलो तौलको एउटै ढुंगाबाट कुँदिएको हो । न्याग:मणिको उक्त मूर्ति करिब ३ वर्ष लगाएर पाटनका मूर्तिकारले तयार पारेका हुन् । उक्त न्याग:मणिको उद्घाटन श्रीलंकाका राजदूत डब्लु एमले विक्रम सम्वत् २०७१ असोज २५ गते शनिवार गर्नुभएको थियो ।

पर्यटकीय महत्वः

काठमाडौँको मुटुदेखि करिब १२ किलोमिटर उत्तर पश्चिममा रहेको छ। पाँचमानेबाट नुवाकोट, धादिङ, काठमाडौँ, भक्तपुर,ललितपुरको सुन्दर दृश्यमात्र होइन यहाँबाट सूर्योदय र सूर्यास्तको दृश्य पनि अवलोकन गर्न सकिन्छ । यस स्थानबाट दक्षिणतिर तारकेश्वर महादेव मन्दिर रहेको छ । शिवपुरी र नागार्जुन पर्वतमालाले यस ऐतिहासिक स्थललाई थप सजाएको छ । पाँचमानेको करिब १ सय मिटर तल र ाजपुर थुम्कोमा भुवनेश्वरी देवीको भव्य र विशाल मन्दिर रहेको छ । यी दुबै स्थान महत्वपूर्ण पर्यटकीय स्थल हुन् । देशभित्र र बाहिरबाट थुप्रै पर्यटकहरु यहाँ घुम्न आउँछन् । बुद्ध धर्मावलम्बीका लागि यो ज्यादै पवित्र र महान तीर्थस्थल हो । त्यसैले यहाँ थुप्रै श्रद्धालु भक्तजनहरु दर्शन र प्रार्थना गर्नका लागि यहाँ आउने गर्दछन् । तिब्बती र चिनियाँ बौद्धमार्गीहरुले यस स्थललाई महत्वपूर्ण तीर्थका रुपमा लिने गर्दछन् । त्यतिबेला तिब्बत भोट व्यापार गर्न जानेहरु यहाँका पञ्चबुद्धको दर्शन गरेर जाने गर्दथे ।

क्रियाकलापः

पाँचमानेको भ्रमण गरी त्यहाँको ऐतिहासिक,धार्मिक तथा सांस्कृतिक महत्व समेटेर टिपोट गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **ठिक भए र बेठिक भए चिह्न लगाउनुहोस् :**

क) काठमाडौँ उपत्यकाका प्रसिद्ध ऐतिहासिक महत्वका पाँच भञ्ज्याङहरु रहेका छन् ।

ख) पाँचमानेलाई बुद्धधर्मको पवित्र स्थलका रुपमा लिइन्छ ।

ग) पाँचमानेमा लिच्छविकालीन मानाङ्क मुद्रा परेको थियो ।

घ) पाँचमानेलाई नेपाल तिब्बत भोटको व्यापारिक मार्गका रुपमा लिइन्छ ।

ङ) नेवारी समद्रदायको उत्कृष्ट तीर्थस्थल शिलद्रतीर्थ होइन ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) पाँचमानेको ऐतिहासिक महत्व दर्शाउनुहोस् ।

ख) पाँचमानेको नामकरण सम्बन्धमा भएका कथन चर्चा गर्नुहोस्

ग) पाँचमानेको धार्मिक सांस्कृतिक महत्व दर्शाउनुहोस् ।

घ) पाँचमानेका बारेमा विदेशी विद्वानहरुबाट भएको खोज अनुसन्धानको चर्चा गर्नु होस् ।

३) **पाँचमानेको ऐतिहासिक, धार्मिक, सांस्कृतिक एवम् पर्यटकीय महत्व वर्णन गर्नुहोस् ।**

एकाइ ५

नगर भित्रका पेशा व्यवसाय

पाठ १ कृषि र पशुपालन

कुखुरापालन

कुखुरापालन क्षेत्रको ऐतिहासिक विकासक्रमलाई हेर्ने हो भने २०१० देखि परम्परागतरुपमा स्थानीय जातका कुखुर ापालन व्यवस्थापन गर्दै आएको देखिन्छ । त्यस्तैगरी २०१७ मा परवानीपुर बाराबाट विभिन्न जातका चल्लाहरु ल्याएर भालेपोथी छुट्याइ काठमाडौं उपत्यकामा विक्री वितरण गरेको पाइन्छ। २०४० मा ग्रामीण कुखुरा कार्यक्रमको थालनी गरियो २०५२ मा चितवनमा पोल्ट्री एक्स्पो सम्पन्न भयो। २०६२ मा पोल्ट्री फार्म र ह्याचरीको मापदण्ड स्वीकृत भयो। अहिले नेपालमा मासुको लागि अत्मनिर्भर बन्दै गएको देखिन्छ ।

कुखुराका जातहरुः

कुखुराका धेरै जातहरु छन् ती सबै जातहरुलाई व्यावसायिक रुपमा पाल्ने गरिदैंन । सबै देशमा कुखुरा पाइएता पनि कुखुरालाई सामान्यतः निम्न लिखित चार वर्गमा विभाजन गर्दै आएको पाइन्छ ।

१. अमेरिकन वर्गः जस्तै लेगहर्न, ह्वाइट मिनोका, एन्कोना

२. वेलायती वर्गः जस्तै अस्टालोप, ह्वाइट कर्निस, अरपिग्टन

३. भूमध्य सागरीय वर्गः जस्तै लेगहर्न, ह्वाइट मिनोर्का, एन्कोना

४. एशियाली वर्गः जस्तै लोगसोग, ब्रह्मा कोचीन आदि

नेपालमा पाइने केही स्थानीय कुखुराहरुको यहाँ चर्चा गरिएको छ ।

क) ब्रोइलर:

ब्रोइलर कुखुराहरु मासुको लागि पालिन्छन् । ब्रोइलर कुखुरा विभिन्न जातका कुखुरालाई प्रजनन गराई इच्छाइएका र छानिएका वंशाणुहरु भएका लाइनहरु क्रस गराउँदै र एउटै लाइनमा केन्द्रित गराउँदै विकास गरिएका हुन्छन् । यसरी धेरैवटा कुखुराको जातहरुबाट पटकपटकको विभिन्न प्रकारको छनोट र प्रजनन विधिबाट उत्कृष्ट वंशाणुको प्रवेश गरउने भएकोले एवम् यो प्रक्रियालाई हाइब्रिड वा क्रसब्रिड भनिन्छ । ब्रोइलर कुखुर ाहरुको जातअनुसार छिटो वा ढिलो बढ्ने छाती लेग र अन्य भागमा कम वा बढी मासु लाग्ने दाना कम वा ज्यादा खपत गर्ने जस्ता विशेषताहरु हुन्छन् । ४० ५० दिन को अवधिमा औसत २ देखि २.८ के जी मासु बन्दछ । यस अवधिमा यस्ता कुखुराले ४ देखि ५.५ के. जी. दाना खाने गर्दछ ।

ख) लेयर्स:

लेयर्स पनि माथि उल्लेख गरिए जस्तै गरी धेरै अण्डा उत्पादन गर्ने र हलुका तौल भएका विभिन्न जातहरुबाट विकास गरिएकोले यिनीहरु पनि एक प्रकारका सिन्थे टिक जातहरु नै हुन् । लेयर्स कुखुराहरु धेरै फुलपार्ने लेगहर्न,मिनोर्का ससेक्स, रोड आयल्याण्ड रेड आदिबाट नै विकास भरिएका छन् । यस्ता कुखुराहरु सामान्यतया १८ हप्तादेखि फुल पार्न

सुरु गरी ७५ हप्तासम्ममा औसत वार्षिक ३१० ओटाभन्दा बढी अण्डा दिने गर्दछन् । यीमध्ये नेपालमा हाल लोम्यान र हाइलाइन कुखुराहरु नै धेरै लोकप्रिय रहेका छन् ।

ग) नेपालका स्थानीय कुखुराहरु:

व्यावसायिक रुपमा लेयर्स र ब्रोइलर कुखुराको प्रचलन बढी भएपछि रैथाने कुखुराहरु ओझेलमा पर्दै गएका छन् । तिनका जात र विशेषताहरू निम्न छन्:

१. साकिनी	
२. घाँटी खुइले	
३. प्वाँख उल्टे	
४. लुइँचे (जंगली)	

स्थानीय जातका कुखुराहरुको रोगसँग लड्ने क्षमता अत्याधिक हुन्छ । यिनीहरुलाई छाडा रुपमा पालिन्छ । लोकल कुखुराहरुको माग प्रशस्त भएता पनि पुऱ्याउन सकिएको छैन । त्यसैले यो अलि महंगो भने पर्ने गर्दछ

कुखुरामा देखिने प्रमुख रोगहरु:

१) रानीखेत:

लक्षणहरु:

श्वास फेर्न गाह्रो हुने

नकबाट पानीजस्तो बाक्लो पदार्थ निस्कने

एकै ठाउँमा फनफन घुम्ने पछाडि हिँड्ने

पखेटा र खुट्टाको पक्षघात हुने

घाँटी बटार्ने

फुल पार्न कम हुने

हरियो रंगको गन्हाउने दिसा गर्ने

सिउर र लोती पहेँलो हुने र पछि निलो रंगमा बदलिने ।

रोकथामका उपायहरु:

कुखुरा पाल्ने खोर वरपर सफा गर्ने

तालिकाअनसुार खोप लगाउने

बाहिरी कुखुरा र अन्य कुखुराहरुपालन क्षेत्रभित्र आउन नदिने

मरेका कुखुराको उचित विसर्जन गर्ने

भाँडाकुँडालाई संक्रमणमुक्त राख्नु पर्ने

चल्लालाई पहिलो हप्तामा एफ स्ट्रोन भ्याक्सिन र ८ १० हप्तापछि आर टुवि खोप लगाउनु पर्छ ।

२) कक्सिडियोसिसः

लक्षणहरुः

प्वाँख खस्रो हुने

रगतको कमी हुने

दिसामा रगत छर्ने हुन्छ

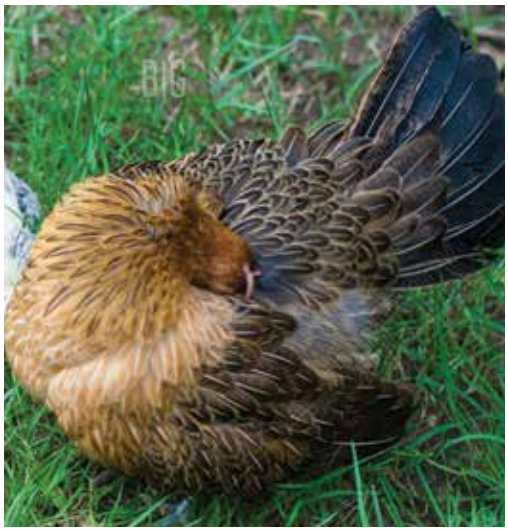
कुखुराको शरीर पहेँलो हुँदै बढी छर्दछ

८ १० प्रतिशत कुखुरा मर्ने गर्दछ ।

रोकथामका उपायहरुः

चिस्यान भएको खोर सोत्तर र दाना यसका लागि उपयुक्त वातावरण हुने हुँदा बस्ने ठाउँ र दाना सुख्खा हुनु पर्दछ । वर्सातको मौसममा बढी ध्यान दिनु पर्दछ । यदि सोत्तरमा चिस्यान छ भने ५ देखि ७ किलो ग्राम चुन प्रति १०० वर्ग फिटको क्षेत्रमा छर्नुपर्दछ । यसले चिस्यान कम गरी ताप उत्पन्न गर्दछ, जसले प्रोटोजोवा मर्दछन् ।

३) गम्बारोः



लक्षणहरुः

कुखुरा बिस्तारै झोक्राउँदै जाने

प्वाँख गुजमुजिएर बस्ने

टाउको र घाँटी काप्ने

ज्वरो आउने

टाउको तल झुकाएर राख्ने

कुखुरा झोक्राएर दुब्लाउँदै जाने

रोकथामका उपायहरुः

सरसफाइमा विशेष ध्यान पुऱ्याउने

गम्बारो विरुद्धको भ्याक्सिन दिने

दानापानी दिने भाडाकुँडालाई किटाणुरहित बनाउने

ख) तारकेश्वर नगरभित्रका कृषिकार्य च्याउ खेती:

तारकेश्वर नगर एउटा ग्रामीण बस्ती भएको क्षेत्र हो। यहाँका मानिसहरु कृषिमा निर्भर छन्। यहाँका पुराना मानिसहरुको अझै पनि प्रमुख आयस्रोत कृषि र जमिन नै हो। मौसम अनुसारको खेती योग्य जमिनमा तरकारी बाली लगाउने गरिन्छ। विशेषगरी गहुँ धान फलफूल तरकारी आलु,काउली, मुला, साग,बन्दा यहाँको प्रमुख खाद्यान्नको रुपमा लिइने गरिन्छ। तारकेश्वर कृषि शाखाका अनुसार यस नगरका विभिन्न वडाहरुमा निम्न कृषि कार्यक्रमका साथ कार्यहरु हुँदै आएको जानकारी गरेको छ।

तारकेश्वर वडा नं ६ र ३ मा उन्नत जातको सुन्तलाको बगैँचाको स्थापना गरी सुन्तला खेतीलाई जोड दिइएको छ। फलफूल खेतीमा ५० प्रतिशत अनुदानमा फलफूलका विरुवा वितरण गरिएको छ। काभ्रेस्थली जितपुर साङ्ला धर्मस्थली गोलढुंगामा प्लाष्टिकको घरभित्र बेमौसमी लगायत गोलभँडा खेतीगरी कृषकहरुको आयआर्जन बृद्धि गर्ने कार्य भएको छ। प्लाष्टिक टनेलभित्र मौसमी तथा वेमौसमी तरकारी उत्पादन गरी कृषकहरुको जीवन सुधार गरि एकृ छ। कृषि कार्यक्रमअन्तर्गत कृषि सम्बन्धी औजार उपकरणहरु वितरणमा ५०% अनुदान दिने गरेको छ। कृषकहरुलाई बीउ विजन विषादी नि:शुल्क वितरण गरेको र समय समयमा तालिम गोष्ठी शिविरहरु सञ्चालन गर्दै आएको छ। गहुँबालीको लागि विज वृद्धि गरी २ हेक्टर जमिनमा जितपुर ३ मा बिउ बिजन वितरण गरी गहुँको विउ उत्पादन भएको छ। यस नगरक्षे त्रभित्र च्याउ खेती व्यवसाय पनि सञ्चालन भएको छ। विशेष गरेर वडा नं ४ र ५ च्याउखेती फस्टाएको छ। धर्मस्थलीमा सेट हाउसमा सयपत्री फूलको व्यवसाय सञ्चालन गरी विभिन्न प्रकारको फूलहरु उत्पादन गरी बजार मा विक्री गरी आर्थिक स्तरमा वृद्धि गरिएको छ। तारकेश्वर नगरपालिकामा मौरीपालन व्यवसाय पनि सञ्चालन भएको छ। तारकेश्वर नगरपालिकाका विभिन्न वडाहरुमा कृषक समूह र कृषि सहकारीहरु समेत गठन भएका छन्।

ग) पशुपालनः

तारकेश्वर नगरपालिकाको उत्तरपश्चिम क्षेत्रमा विशेष गरेर पशुपालनको लागि एउटा असल क्षेत्रमा रुपमा हेर्ने गरिएको छ। यहाँका मानिसहरु खेतीपाती तर कारी खेतीका साथसाथै पशुपालनमा पनि उत्तिकै ध्यान दिने गरिएको पाइन्छ। विशेषगरी सबै वडाहरुमा केही न केही मात्रामा पशुपालनमा ध्यान दिइएता पनि विशेष गरी वडा नं १ २ ३ र ६ वडामा बढी पशुपालन गरेको पाइन्छ।

नगरपालिकाले पशुपालन व्यवसायलाई प्रवर्द्धन गर्नका लागि निम्न कामहरु गर्दै आएको छ :

विभिन्न औषधी वितरण

जौ घाँस बीउ वितरण

सोत्तर वितरण

भुस्सा काट्ने मेसिन वितरण

मासु पसलको अनुगमन

दूध डेरीको अनुगमन

पशुपालनको तालिम

कृत्रिम गर्भाधान

पशुआहार वितरण

प्रयोगशाला सेवा कार्यक्रम

घरपालुवा जनावर रेखदेख

पशुपंक्षी रेखदेख

पशुसेवा प्रचार प्रसार कार्यक्रम

जर्सी जातका उन्नत गाई पालन।

क्रियाकलापः

तपाईको नजिकै रहेका पेसा व्यवसाय र आर्थिक क्रियाकलापको सूची तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भर्नुहोस्**

क) कुखरापालन क्षेत्रको ऐतिहासिक विकासक्रम ..... भएको हो ।

ख) ..... मा चितवन पोल्ट्री एक्सो सम्पन्न भयो

ग) कुखरालाई सामान्यतया: ..... वर्गमा विभाजन गर्न सकिन्छ

घ) स्थानीय जातका कुखुराहरुको ..... सँग लड्ने क्षमता अत्याधिक हुन्छ ।

ङ) ब्रोइलर कद्रखद्राहरु ..... का लागि पालिन्छ ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) कुखुरापालनको ऐतिहासिक विकासक्रम लेख्नुहोस् ।

ख) कुखुराका जातहरुको वर्णन गर्नुहोस् ।

ग) लेयर्स कुखुराका जातहरु लेख्नुहोस् ?

घ) रानीखेत रोगको लक्षणहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।

ङ) गम्बारो रोगको रोकथामका उपायहरु चर्चा गर्नुहोस् ।

३) **ब्रोइलर र लेयर्स कुखुरामा लाग्ने रोगहरुको सूची बनाई त्यसका रोकथामका उपायहरु बुँदागत रुपमा लेख्नुहोस् ।**

४) **तारकेश्वर नगरभित्र भएका कृषिकार्यहरुको चर्चा गर्नुहोस् ।**

५) **तारकेश्वर नगरभित्रको पशुपालन व्यवसाय प्रवर्द्धनका लागि गरिएका कार्यहरुको सूची बनाउनुहोस् ।**

एकाइ ६

प्राकृतिक स्रोत र साधन

पाठ १ परिचय

विश्व भू-मण्डलको चीन र भारतजस्ता विशाल देशका बीचमा रहेको भूपरिवेष्ठित देश नेपाल हो। हाम्रो देश सर्वोच्च हिमशिखर सगरमाथाले विभूषित देश हो। अघिदेखि नै ऋषिमहर्षिहरुको तपोभूमि रही आएको शिवपार्वतीको क्रीडाभूमि जनक, सीता र बुद्धजस्ता विभूतिहरुको जन्मभूमि भएको पवित्र तीर्थस्थलले सिँगारिएको देश हो। नेपाल धार्मिक प्राकृतिक र स्रोत साधनले महत्वपूर्ण मानिन्छ। नेपालभूमिमा हिमाली श्रृङ्खलाबाट बग्दै आएका ठूलाठूला नदीहरुले धार्मिक पवित्रता पोखेका छन् भने जलसम्पदाको रुपमा राष्ट्रलाई धनी बनाएका छन्।

प्रकृतिले दिएको उपहारलाई प्राकृतिक स्रोत भनिन्छ। माटो र पानी खनिज सौर्य ऊर्जा हावा वनजङ्गल जनावर इन्धन आदि प्राकृतिक स्रोतहरु हुन्। काठमाडौं महानगरपालिकाको उत्तरी भेगमा रहेको तारकेश्वर नगरपालिका यस उपत्यकाभित्रको प्राकृतिक स्रोत र साधनले महत्वपूर्ण मानिन्छ। यस नगरभित्र दृश्यावली अवलोकन गर्न पाइने जामाचो, शिवपुरी, ककनी, तीनपिप्ले इत्यादिले सजाएको अनुपम प्राकृतिक क्रीडास्थल तारकेश्वरको आफ्नै शोभायमान गराएको कुरा विशिष्ट छ।

प्रकृतिबाट स्वत: सिद्ध मानव जीवनोपयोगी चिजलाई प्राकृतिक स्रोत भनिन्छ । प्राकृतिक स्रोतको रुपमा यहाँ वालुवा खानी, ढुंगाखानी, वनपैदावार, प्रमुख मानिन्छन् । त्यस्तैगरी विभिन्न वन्यजन्तु, चराचुरुंगी, जल जमिन र जडीबुटीहरु यहाँका प्राकृतिक स्रोत र साधनहरु हुन् ।

पाठ २ जलस्रोत:

विश्वमा जलस्रोतको दोस्रो धनी देशका रुपमा नेपाललाई उभ्याउन अनन्य सहयोग पुऱ्याउने प्रसस्तै नदीनालाहरु छन् । यस नगरपालिकामा पनि प्रसस्तै प्राकृतिक स्रो त र साधन पाइन्छन् । काठमाडौ जिल्लाको उत्तरी सिमालाई केही भागसम्म छुट् याउने काम स साना नदी वा खोलाले गरेका छन् । साङ्ले खोला, महादेव खोला, घट्टेखोला, शेषमती, रुद्रमती, नागिन खोला, कमेरे खोला,ठूलो खोला आदिले दक्षिण पश्चिम एवम् नगरपालिकाका मध्यभागलाई सुसिञ्चित गरेको पाइन्छ ।

यस नगर क्षेत्रभित्र केही स साना पोखरीहरु पनि छन् । ती पोखरीहरु संरक्षणका अभावमा लोप भइसकेको देखिन्छ। मानिसहरुको चाप, पोखरीहरुको संरक्षणमा वेवास्ता आदिका कारण हाल पोखरीहरुको अस्तित्व खतरामा परेको देखिन्छ । तसर्थ यस्ता पोखरीहरुलाई लोप हुनबाट जोगाउन सबैको पहलकदमी हुन आवश्यक छ । हाल फुटुङको नाग पोखरी र साङ्लाको ढकालचौरको पोखरी मात्र अस्तित्वमा रहेको पाइन्छ । पुरानो गुह्येश्वरी नजिकको सूर्य चन्द्र पोखरी , डुक्रने पानीको पोखरी, लोलाङको पोखरी, धर्मस्थलीको पोखरीको विगमा आफ्नै महत्व भए पन हाल ती सबै अस्तित्वविहीन बन्न पुगिसकेका छन् । ती पोखरीहरु पुरिएर कतै विद्यालय कतै उद्यान त कतै खेल्ने ठाउँमा परिणत भएका छन् । यस्ता पोखरीहरुको धार्मिक

सांस्कृतिक महत्व पनि पाइन्छ ।

धार्मिक महत्वः

यस नगरपालिकाभित्र बहने विभिन्न नदी वा खोलाहरुको आफ्नै धार्मिक महत्व पनि रहेको छ। तारकेश्वर महादेवलाई मुहान बनाएर बग्ने महादेव खोलाका तिरमा विभिन्न धार्मिक तीर्थस्थल र घाट रहेका छन् । यस महादेव खोला तिरमा प्रिकुन, जलविनायक, पञ्चेश्वर महादेव मन्दिर रहेका छन्। त्यस्तै नागिन नदीको समीपमा रुद्रेश्वर महादेव मन्दिर रहेको छ। यहाँका नदी तटमा रहेका घाटमा मानिसको दाहसंस्कार पनि गर्ने गरिन्छ ।

यसैगरी फुटुङ पोखरीमा रहेको नागपोखरीमा यहाँ वैशाख महिनामा लाग्ने जात्रामा जया देवीको खटलाई पोखरीमा लगेर घुमाउने चलन पनि रहेको छ । जहाँ जयादेवीको गहना खोज्ने काम पनि हुन्छ। त्यसकारण यहाँका जलासयको जात्रा पर्व एवम् संस्कृतिमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको पाइन्छ ।

पाठ ३ वनजङ्गलः

वनजङ्गल महत्वपूर्ण प्राकृतिक सम्पदा हो । यस्ता सम्पदाको अनियन्त्रित तथा जथाभावी नाश वा विनाश गर्नु, रुख कटान गर्नुलाई नै वनजङ्गल विनाश भनिन्छ । वनविनाश नै प्रमुख वातावरणीय समस्या हो । जसको परिणामस्वरुप प्राकृतिक सौन्दर्य हराउन पुग्दछ भने सुन्दर तरेली फाँटहरु मरुभूमिमा परिणत हुन्छन् । त्यसैले प्राकृतिक सौन्दर्यका लागि मात्र नभई मानवहरुका लागि पनि वनजङ्गल अति नै आवश्यक छ । वनजङ्गलले बाढी,पहिरो भूक्षय नियन्त्रण गर्नुका साथै जलवायु सन्तुलन र संरक्षणमा समेत महत्वपूर्ण भूमिका खेलेको पाइन्छ ।

वनजङ्गलबाट मानिसहरुले घाँस, दाउरा,काठ,जडीबुटी प्रशस्तमात्रामा उपभोग गर्न पाउँछन् । वजन जङ्गलबाट तथा रुखविरुवा मानवका लागि स्वच्छ हावाका लागि पनि अत्यावश्यक छ । तारकेश्वर नगरक्षेत्रभित्र झण्डै १० प्रतिशत जमिन जङ्गलले ढाकेको छ । यहाँका वनमा विशेष गरेर साल, कटुस, उत्तीस, बकाइनो, सल्लो, चिलाउने, मयल, बाँस आदि जातका रुखहरु पाइन्छन् । खासगरी वनजङ्गलबाट दाउरा र डाले घाँसको आपूर्ति हुने गरेको पाइन्छ ।

यस नगरमा विभिन्न सामुदायिक वनहरु पनि रहेका छन् । समुदायबाट सञ्चालित, निर्देशित वन नै सामुदायिक वन हुन् । जसले जैविक विविधता, पर्यावरण सन्तुलन र वातावरण संरक्षणमा महत्वपूर्ण योगदान दिएको पाइन्छ । यहाँका वनमा विभिन्न जातका जीवजन्तु पनि पाइन्छन् । वनबिरालो, स्याल,चितुवा,वनेल,मृग,खरायो, दुम्सी,

वाँदरजस्ता वन्यजन्तु र वनकुखुरा, ढुकुर,चिल, सुगा जस्ता पक्षीहरु पनि पाइन्छन् । यसैगरी यहाँका वन क्षेत्रमा विभिन्न प्रकारका जडिबुटी पाइन्छन् । अमला, हर्रो बर्रो कुरिलो, लप्सी, काफल, ऐँसेलु,चुत्रो,सिकारी लहरो,घँगारु,पानी अमला,कटुस आदि प्रशस्त मात्रामा पाइन्छन् । यहाँका वनमा लाली गुराँससमेत पाइन्छन् । त्यस्तै यहाँ विभिन्न थरिका पुतली र चराचुरुङ्गी पाइने भएकाले यस क्षेत्रलाई जैविक विविधताले धनी क्षेत्रका रुपमा लिन सकिन्छ । यहाँका निजी,सरकारी र सामुदायिक वनले यस क्षेत्रको प्राकृतिक वातावरण सुन्दर बनाएको छ। पछिल्लो समयमा मानवीय अतिक्रमण बढ्दै गएका कारण यहाँको प्राकृतिक सुन्दरतामा ह्रास आउने खतरा बढेको छ । त्यसैले यस प्रकारका सम्पदाको संरक्षणमा सम्बन्धित निकायले बेलैमा उचित कदम चाल्नु पर्ने देखिन्छ। यहाँको पानीको स्रोत र वातावरण बीचको सम्बन्ध दिगो रूपमा कायम राख्न त्यसलाई संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्न जरुरी छ ।

धार्मिक महत्वः

यस नगरपालिका भित्र बहने विभिन्न नदी वा खोलाहरुको आफ्नै धार्मिक महत्व पनि रहेको छ। तारकेश्वर महादेवलाई मुहान बनाएर बग्ने महादेव खोलाका तिरमा विभिन्न धार्मिक तीर्थस्थल र घाट रहेका छन् । यस महादेव खोला तिरमा प्रिकुन, जलविनायक, पञ्चेश्वर महादेव मन्दिर रहेका छन् । त्यस्तै नागिन नदीको समीपमा रुद्रेश्वर महादेव मन्दिर रहेको छ । यहाँका नदी तटमा रहेका घाटमा मानिसको दाहसंस्कार पनि गर्ने गरिन्छ ।

यसैगरी फुटुङ पोखरीमा रहेको नागपोखरीमा यहाँ वैशाख महिनामा लाग्ने जात्रामा जया देवीको खटलाई पोखरीमा लगेर घुमाउने चलन पनि रहेको छ । जहाँ जयादेवीको गहना खोज्ने काम पनि हुन्छ। त्यसकारण यहाँका जलाशयको जात्रा पर्व एवम् संस्कृतिमा प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको पाइन्छ ।

पाठ ४ जैविक विविधता

पोखरी, नदी, खोला र सिमसारले कतिपय जीवजन्तुलाई आश्रय प्रदान गरेको पाइन्छ। पानीमा बस्ने र पानीभन्दा बाहिर रहने जीवजन्तुका लागि पानी र आहारको भर पर्दो अवस्था बनेका ती पोखरी, नदी, खोला र सिमसार क्रमशः हराउँदै जाँदा विभिन्न जीवजन्तु र वनस्पतिमा पनि प्रत्यक्ष प्रभाव परेको छ। स साना जीव किरा फट्याङ्ग्रालाई समेत असर परेको छ। जसका कारण यहाँको जैविक विविधतामा समेत असर परेको छ। यस्ता पोखरी, खोला र सिमसारको उचित संरक्षण हुन सकेमा यस नगरको प्राकृतिक धार्मिक सांस्कृतिक तथा पर्यटकीय अवस्थामा सुधार गर्न सकिन्छ। दलदल वा छिपछिपे पानीले भरिएको धापजस्तो जमिन नै सिमसार हो।

तारकेश्वर नगर जैविक विविधताले भरिएको नगर हो। शिवपुरी नागार्जुन राष्ट्रिय निकुञ्जको बीचमा भएका कारण यो नगरपालिकाका केही स्थानमा सिमसार पाइन्छ। यहाँ विभिन्न ओसिलो, धाप जमिन पाइन्छ। तिनै ओसिलो धाप वा जमिन नै स साना पानीका मूल वा खोलाका मुहानका रुपम रहेका छन्। जुन खोला वा मुहान खानेपानी र कुलो बनाएर सिँचाइको समेत व्यवस्था गरिएको छ।

यहाँका नदी खोल्सामा सिमसाग पनि पाइन्छ। जुन साग ज्यादै पौष्टिक साग हो। यहाँका खोला नदीमा विभिन्न प्रकारका माछा पनि पाइन्छन्। यहाँका खोला जलाशयमा बकुल्ला, माटिकोरे जस्ता पक्षी आश्रित भए पनि तिनीहरुको संख्या दिनप्रतिदिन घट्दै गएको छ। जसको मुख्य कारण ती नदीहरुमा हुने अतिक्रमण र जलप्रदूषण नै हो।

सिमसार क्षेत्र घट्नुका कारणमा जनसंख्या वृद्धि र प्राकृतिक साधनको उपयोगमा पारेको नकारात्मक प्रभाव नै हो। कृषि एवम् बस्ती विस्तार, भौतिक पूर्वाधारको निर्माणका कारण पनि सिमसार क्षेत्र घट्दै गएको छ। पानीको उपयोग वृद्धि, बढ्दो प्रदूषण, मिचाहा वनस्पतिको आक्रमण, प्राकृतिक संसाधनको दोहन, व्यावसायिक

मत्स्यपालन, कृषि र सहरी पूर्वाधार निर्माणका कार्यले जमिनको प्राकृतिक स्वरुप बिग्रदैं गएको छ ।

करिब ८५ प्रतिशत जनसंख्या खाद्यान्न, इन्धन, मनोरञ्जन, औषधि, आवतजावत, मत्स्यपालन लगायतका कार्यका लागि सिमसारमाथि नै भर परेको पाइन्छ । सिमसार क्षेत्रमा रहेर जीवननिर्वाह गर्ने जातिहरु पनि पाइन्छन् । सिमसार संकटापन्न अवस्थामा रहेका वनस्पति तथा जीवहरु, बसाइँसराइ गर्ने चराहरुका लागि सिमसारक्षेत्र महत्वपूर्ण मानिन्छ ।

हाम्रा कैयन् चाडपर्व, संस्कृति प्रत्यक्षरुपमा सिमसारसँग पनि जोडिएको पाइन्छ । मानवीय जीवनयापनमा सिमसारको घनिष्ट सम्बन्ध रहेको छ । स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन, २०७४ मा सिमसार संरक्षणको कार्यक्षेत्र स्थानीय सरकारको भनी उल्लेख गरेको छ ।

क्रियाकलापः

तारकेश्वर नगरपालिकाको प्राकृतिक स्रोत र साधनको धार्मिक तथा जैविक महत्व समेटेर प्रतिवेदन लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस्

क) नेपाल धार्मिक,प्राकतिक स्रोत र साधनले ..... मानिन्छ ।

ख) प्रकृतिले दिएको उपहारलाई ..... भनिन्छ ।

ग) तारकेश्वर नगरभित्र स साना ..... छन् ।

घ) फुटुङमा भएको नागपोखरीमा ..... महिनामा जात्रा लाग्दछ ।

ङ) तारकेश्वर नगरक्षेत्रभित्र ..... प्रतिशत जमिन जङ्गलले ढाकेको छ ।

च) तारकेश्वर नगरक्षेत्रका वनमा विभिन्न जातका ..... पाइन्छ ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) प्राकृतिक स्रोत र साधनको परिचय दिनुहोस् ।

ख) नेपाल जलस्रोतको धनी देश हो । प्रष्ट पार्नुहोस् ।

ग) तारकेश्वर नगरपालिकाको जैविक विविधताको चर्चा गर्नुहोस् ।

घ) तारकेश्वर नगरपालिका भित्रका वनजङ्गलको महत्व लेख्नुहोस ।

ङ) तारकेश्वर नगरपालिका भित्र रहेका पानीको स्रोत र वातावरण बीचको सम्बन्ध प्रष्ट्याउनुहोस् ।

३) **तारकेश्वर नगरपालिका क्षेत्रमा भएका प्राकृतिक स्रोत र साधनको सूची तयार पारी त्यसको धार्मिक, सांस्कृतिक महत्व वर्णन गर्नुहोस् ।**

४) **तारकेश्वर नगरपालिकाको जैविक विविधताको बारेमा वर्णन गर्नुहोस् ।**

एकाइ ७

प्रचलित जात्रा

पाठ १ परिचय

तारकेश्वर नगरपालिका विभिन्न संस्कृति र परम्पराले गमक्क भरिएको नगर हो। यहाँका विभिन्न बस्तीमा परापूर्वकालदेखि विभिन्न जात्राहरु मनाउँदै आइएको पाइन्छ। खासगरी गोलढुंगामा रहेका प्राचीन बस्ती न्याँकन्डोल, छबेली, फूलबारी र लोलाङमा विभिन्न खटजात्रा हुने गर्दछ।

घोडेजात्रा वा पाँहाचह्रेको बेलामा न्याकन्डोलमा महाँकाल र भैरवीको खटजात्रा हुन्छ। बाइसधारा मेलाताका गोलढुङ्गा छबेली, फूलबारीमा लौरी विनायक र लोलाङमा जितगुरु गणेश र बज्रयोगिनीको खटयात्रा हुने गर्दछ। त्यस्तै,यहाँ रोपाइँ जात्रा, गाईजात्रा, लाखेजात्रा जस्ता पनि धुमधामसित मनाइन्छ।

क) न्याकन्डोल महाँकाल भैरवी जात्राः

यो जात्रा सुरु हुनु केही दिनपूर्व देवताघरमा देउगुठीको बैठक बस्छ। यस दिन जात्रा सम्बन्धी नियम वा कार्यक्रम पारित गरिन्छ यसैगरी जात्रा सुरु हुनु अघिल्लो दिन रथ र देवदेवतालाई सरसफाइ गरिन्छ। रथलाई विभिन्न ध्वजापताकाले सिगारिन्छ। त्यसैदिन देउताघरबाट देवताका मूर्तिलाई नाय वा मुख्यव्यक्तिले ढकीमा राखेर पूजाआजा गरेपछि मात्र महाँकाल भैरवी मन्दिरमा बाजागाजासहित लगेर राखिन्छ। त्यसपछि पूजा गरिन्छ। त्यसैबेला साथमा खट पनि लगिन्छ। त्यसपछि सबै गाउँलेको उपस्थितिमा भोज खाइन्छ।

भैरवी मन्दिरमा राखेर पूजा गरेका देवीदेवतालाई बाजागाजासहित पूजाआजा गरी खटमा राखिन्छ । सोही रात गाउँको डबलीमा ल्याइन्छ र खटलाई बिसाइन्छ । दोस्रो दिन गाउँका माथिल्लो भेगका सदस्यहरुको घरमा मूलजात्राका लागि रथ लगिन्छ र त्यहाँ पूजाआजा गरिन्छ । पूजाआजा गर्दा फूल अक्षताले पूजा गरी गच्छेअनुसारको भोग चढाइन्छ । त्यसपछि खटलाई पुनः डबलीमा लगिन्छ ।

तेस्रो दिन डबलीमा बिसाएर राखिएको खटलाई बिहान गाउँ र बाहिरका अन्य ठाउँबाट आएका भक्तजन पूजा गर्छन् । यस अवसरमा भैरवीको भजन (दापा) गाइन्छ । भजन गाउँदा गाउँदै स्थानीय प्रत्येक घरबाट धान, चामल, भेटी, फलफूल (किपू) खटअगाडि राखिन्छ । यसपछि सिन्दूरयात्रा गरिन्छ । जसलाई मन्दिर व्यवस्थापन समितिले जिम्मा लिन्छ । यसदिन परम्परागत नेवारी भोज पनि खाइन्छ । यस रातभर जाग्राम बसेर दीप बाल्ने चलन पनि छ ।

अन्तिम दिन बिहानै देवीदेवताको पूजाआजा भव्यरुपमा हुन्छ। तल्लो टोलका प्रत्येक घरबाट पूजा गरिन्छ। सोही दिन खटलाई गोलढुङ्गा छबेली हुँदै गणेशस्थान सम्म पुऱ्याइन्छ । यसबेला गोलढुङ्गा गणेशस्थानका स्थानीय बासिन्दाले खट बोक्छन् र बाजागाजाको समूहलाई समेबजी दिएर स्वागत गर्छन् । त्यसपछि पुनः पूजा गर्न बाँकी रहेका घरघरमा विश्राम गर्दै पूजाका लागि खट लगिन्छ। त्यसपछि खटलाई पुनः गाउँमा लगिन्छ र खट बोकी केही समय नाचगान र माइलो गरिन्छ। रथलाई पालो अनुसार निश्चित सदस्यको घरमा भित्र्याइन्छ। त्यो देवीदेवता, बाजागाजा, खटको सम्पूर्ण जिम्मा सोही सदस्यहरुको हुन्छ । भोलिपल्ट परम्परागत नेवारी भोज खाइन्छ र पाहाँचह्रे जात्रा सकिन्छ ।

ख) गोलढुंगा छवेलीमा जात्राः

गोलढुंगा छबेलीमा बालाजु बाइसधारा पूर्णिमाको अघिल्लो दिन खटजात्रा हुने गर्दछ । पूर्णिमाको अघिल्लो दिन महाँकाल माईको खट सफा गरिन्छ । देवीको मूर्तिलाई सफा गरिन्छ । यो खटजात्रा चार दिन विशेष धूमधामसँग मनाइन्छ । गोलढुंगा महाँकाल माइलाई न्याँकन्डोल महाँकाल भैरवीकी बहिनीका रुपमा लिइन्छ ।

पहिलो दिन:

गुठियारहरुले पूर्णिमाको भोलिपल्ट खटलाई देवताघरबाट महाँकाल देवीको मूर्तिलाई टोलमा रहेको महाँकाल मन्दिर मा लैजान्छन् । मूर्तिलाई मन्दिरमा र खेर विधिवत्रुपमा पूजाअर्चना गरिन्छ। राती नाचगान र रमाइलो हुन्छ भने भोजभत्तेर पनि गरिन्छ ।

दोस्रो दिन:

देवीको मूर्तिलाई खटमा राखिन्छ । यसपछि सिन्दूर यात्रा पनि गरिन्छ । त्यसपछि खटयात्रा टोलटोलमा हुन्छ । गोलढुंगाको गाम्चा पुगेको खटलाई गणेशस्थान, देवीस्थान, महाँकाल थान हुँदै देवताघरमा ल्याएर बिसाइन्छ। चोकचोकमा बिसाइन्छ। त्यस अवसरमा घरघरबाट आएर पूजा पनि गर्दछन् । कोहीकोहीले कुखुरा, बोकाको बली पनि दिन्छन् तर बली नचढाउनेले नरिवल चढाएर पूजा गर्दछन् । यसै रातमा खटलाई डबलीमा राखिन्छ। त्यसपछि नाचगान गरी रमाइलो गरिन्छ। यस अवसर मा युवाहरुको उत्साहजनक सहभागिता देख्न सकिन्छ ।

तेस्रो दिन:

यस दिन बिहान खटमा रहेका महाँकाल देवीको गुठियारद्वारा पूजा गरिन्छ। घरघर बाट पूवा ल्याउँछन् पूजा गर्छन् । दिउँसो खट सफा गरेर बेलुकीपख गुठियारले पूजा गर्छन् । त्यसपछि नाचगान र रमाइलो गरिन्छ ।

चौथो दिन:

यस दिन बिहानै गुठीयारहरुले भोज खान्छन्। डबलीबाट खटलाई गोलढुंगा गणेशथान लगिन्छ। त्यसपछि पुन: त्यसलाई फर्काएर डबली अगाडिको घरमा नै बिसाइन्छ। त्यसपछि खटलाई सातधारा हुँदै तीनधारातिर लगिन्छ । तीनधारामा पूजाका लागि केहीबेर खट रोकिन्छ । पूजा गरिसकेपछि त्यो खटयात्रा न्याकन्डोलतिर बढ्छ । न्याकन्डोलमा रहेको महाँकाल भैरवीको मन्दिरमा पुऱ्याइन्छ। त्यहाँ तीनपटक परि

क्रमा गराएर खटलाई पुनः गोलढुंगा गणेशस्थानमा लगिन्छ । त्यसपछि उक्त खट देवताघर अगाडि लगेर राखिन्छ । यस अवसरमा विशेष नाचगान रमाइलो पनि गरिन्छ । रातको दुई बजेतिर महाँकाल माईलाई देवता घरमा भित्र्याइन्छ । यसरी चारदिनसम्म लाग्ने गोलढुंगा छबेलीको महाँकाल माईको खटजात्रा समाप्त हुन्छ ।

ग) लौरी विनायक जात्राः

तारकेश्वर नगरपालिका वडा नं ४ फूलबारी पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर वरपरका नेवारी सम्प्रदायले लौरी विनायक जात्रा बालाजु पूर्णिमाको अघिल्लो दिनदेखि मनाउँछन् । पूर्णिमाको अघिल्लो दिन खट निकालेर सफा गरिन्छ । त्यसलाई रङरोगन गरी झल्लरले सजाइन्छ । देवताघर मा भएका लौरी विनायक गणेशको विधिवत्रुपमा पूजा गरिन्छ । गुठीयार, समितिका सदस्यबाट तीन चरणको पूजा हुन्छ ।

खासगरी यो जात्रा बालाजू पूर्णिमाको दिनबाट सुरु हुन्छ । यस दिन बिहानै लौरी विनायक गणेश मन्दिरभित्र भगवान गणेशलाई स्थापना गरिन्छ र पूजा गरिन्छ । यसदिन सबैले नाचगान रमाइलो गर्ने गरिन्छ ।

पूर्णिमाको भोलिपल्टको जात्रालाई मूलजात्रा भनिन्छ । यसदिन भगवानलाई बोकाको बली दिएर उक्त बोकाको आन्द्राको माला लगाइन्छ । त्यसपछि गणेशको मूर्तिलाई खटमा राखिन्छ र पूजा गरेपछि खटलाई तीनपटक पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर तीनपटक परिक्रमा गराउने चलन छ । त्यसपछि खटयात्रा निश्चित ठाउँमा पुऱ्याइन्छ । गुह्येश्वरी चोकबाट खटलाई राखेर मुख्य पूजा गरिन्छ । यस अवसरमा सिन्दूरजात्रा पनि गरिन्छ । यस अवसरमा हाँसको बली दिइन्छ । एउटा सानो साँचोले खटलाई तानिन्छ । त्यसपछि खटलाई दौडाएर गुह्येश्वरी मन्दिर दर्शनका लागि मूलढोकातिर लगिन्छ ।

सबैभन्दा पहिले टोलका थकालीका घरमा खट पुऱ्याइन्छ ।त्यहाँ विधिवत्रुपमा धूप, अक्षता फलफूल अन्डा सगुन समेत चढाएर पूजा गरिन्छ । बली दिने ले बली चढाउँछन् । भाकल पूजा लिनका लागि भाकल गर्नेका घरघरमा खट पुऱ्याएन्छ । त्यसपछि सरकारी पूजाका लागि रथलाई बालाजु बाइसधारामा लगिन्छ। बाइसधारा माथिको शीतलामाई मन्दिरअगाडि एकपटक खट घुमाइन्छ। केही वर्षअगाडि देखि खटलाई बालाजु टौडेलसम्म पुऱ्याइने गरिएको छ । उक्त खट पुनः पुरानो गुह्येश्वरी मन्दिर परिसरमा पहिलेकै ठाउँमा ल्याइन्छ । नाचगान गर्ने र रमाइलो गर्ने क्रम यथावत् नै चलिरहन्छ ।

जत्राको तेस्रो दिन सबैले आराम गर्दछन् । जसको घरमा खट बिसाइएको हुँदैन त्यस घरका मानिस भगवानको पूजा गर्न आउँदछन् । यसैदिन रातभरि जाग्राम बस्ने,पूजा गर्ने र दीप बाल्ने पनि गरिन्छ । खासगरी भाकल गर्नेले रातभरि दीप बाल्दछन् । यसरी तीनवर्ष बत्ती बालेपछि अन्तिम वर्ष बली दिने चलन छ । यसपछि भोज खाएर नाचगान रमाइलो गरिन्छ ।

खटयात्राको चौथो दिन चोकमा भएको खटलाई उठाउन पूजा गर्न मूलजात्रामा खट बिसाएका घरबाहेकका मानिसको घरमा पुऱ्याइन्छ । बाइसधारा अगाडिको श्वेतविनायक गणेशको खट पुरानो गुह्येश्वरी आइपुगेपछि लोलङको जितगुरु गणेश र वज्रयोगिनीको खट पनि ल्याइन्छ । लौरी विनायक, श्वेतविनायक, जितगुरु र वज्रयोगिनीको रथलाई क्रम मिलाएर राखिन्छ । ती खटको त्यहाँ सामूहिक पूजा गरिन्छ। त्यसपछि उक्त खटहरुलाई पुरानो गुह्येश्वरी पुऱ्याइन्छ। त्यहाँ सगुन चढाएर पूजा गरिन्छ । उक्त खटहरु दगुर्ने पानी लखपात पोखरीमाथि चौरमा पुगेपछि केहीबेर त्यँहा पूजाआजाका लागि राखिन्छ ।

उक्त खटहरु बाइसधारा पुगेपछि शीतलामाईको मन्दिरअगाडि चौरमा घुमाइन्छ। जहाँ शितलामाई भजन खलले उक्त खटमा पूजा गर्ने चलन छ । पूजा गरी नाचगान सकेपछि समेबजी खाइन्छ । त्यसपछि ती खटहरु बाइपास ल्याइन्छ । जहाँ जितगुरु, वज्रयोगिनी श्वेतविनायकले लौरी विनायक गणेशलाई तीनपटक परिक्रमा गर्छन् र केहीबेर त्यहाँ जात्रा देखाउँछन् । उक्त खटहरु तरुण

स्कूल हुँदै नेपालटार शेषमतीसम्म आइपुग्छन् । त्यहाँबाट सबै खट आ आफ्ना क्षेत्रमा फर्कन्छन् । शेषमती नेपालटार हुँदै श्वेतविनायकको खट बालाजु बाइसधारातिर फर्कन्छ । शेषमती दगुर्ने पानी हुँदै पुरानो गुह्येश्वरीतिर लौरी विनायक गणेशको खट फर्कन्छ । त्यसैगरी जीतगुरु र वज्रयोगिनीको रथ शेषमती गणेशथान हुँदै लोलाङ फर्कन्छ । त्यसरी फर्केको खटलाई गुह्येश्वरी मन्दिर परिक्रमा गराइन्छ मूलचोकमा राखिन्छ । नाचगान रमाइलो गरिन्छ र त्यसैदिन मध्यरातमा विधिवत्रुपमा देवतालाई पूजाआजा गरिन्छ र देवतालाई देवताघर वा द्य:छेँ मा राखिन्छ ।

घ) लोलाङ जात्रा:

बालाजु बाइसधारा मेलाको अघिल्लो दिनबाट लोलाङमा बज्रयो गिनी र जितगुरु गणेशको भव्य खटजात्रा हुने गर्दछ । अघिल्लो दिन खटलाई सफा गरिन्छ । बालाजु बाइसधारा पूर्णिमाको दिन देवघरबाट बज्रयोगिनी र जितगुरु गणेशको मूर्तिलाई खटमा राखिन्छ। सो अवसरमा बाजागाजासहित खटलाई सम्बन्धित शक्तिपीठ वा मन्दिरमा लगेर राखिन्छ । त्यसदिन गुठियारहरुले विधिवत्रुपमा पूजाअर्चाना गर्छन् । बेलुका खटलाई गाउँको बिचमा लगेर राखिन्छ । त्यसअवसरमा बाजागाजासहित नाचगान हुन्छ। यस अवसरमा ज्यादै रमाइलो हुन्छ। त्यसपछि टोलमा रहेको भीमसेनको मन्दिरअगाडि खट राखिन्छ। त्यहाँ खटमा राखिएका भगवानको पूजा गरिन्छ । पूजा गर्दा कुखुरा, अण्डा नरिवल पनि चढाइन्छ । पूजाआजा सकिएपछि गुठियारहरु जम्मा भएर पूजा र भोजका लागि आवश्यक रकम संकलन गरिन्छ । यसरी पहिलो दिनको जात्रा सकिन्छ ।

दास्रो दिन बिहान खटमा रहेका भगवानलाई विधिवत्रुपमा पूजा गरिन्छ । टोलटोलमा पूजा थाप्नका लागि खटलाई घरघरमा लगिन्छ । यस अवसर मा विभिन्न बाजागाजा सहित नाचगान पनि गरिन्छ । साँझतिर खटलाई भीमसेन थानअगाडि लगेर राखिन्छ। बेलुका भोज खाएर नाचगान गरेर रमाइलो गरिन्छ । यसरी दोस्रो दिनको जात्रा सकिन्छ ।

तेस्रो दिन खटमा राखिएका भगवानको खास पूजा गरिन्छ। बेलुका भोज खाइन्छ। यस दिन विश्राम गरिन्छ ।

जात्राको चौथो दिन विशेष महत्वको दिन हो । यस दिन बालाजु बाइसधारामा अवस्थित श्वेतविनायकको खट लोलाङमा रहेका बज्रयोगिनी र जितगुरु गणेशलाई जात्रामा समावेश हुन निमन्त्रणा गर्न आउने चलन छ । बिहान विधिवत्रुपमा पूजा गरेपछि बाजागाजासहित बालाजु श्वेतविनायक र शितलामाईसँग भेट गराउन लगिन्छ । त्यसैबेला फूलबारी गोलढुंगाबाट लौरीविनायकको खट पनि त्यहाँ पुगेको हुन्छ । त्यहाँ एकापसमा ती खटहरुको भेट हुन्छ । जुन एकदम महत्वपूर्ण मानिन्छ । यस भेटलाई भगवानहरुको एकापसको हार्दिक मिलनका रुपमा लिइन्छ। अनि ती सबै खटहरु बालाजु बाइपासतिर हुँदै अगाडि बढ्छन् । लौरीविनायक, जितगुरु र बज्रयोगिनीको रथ नेपालटारतिर बढ्छन् । शेषमती पुलबाट लौरीविनायकको खट लखपात दगुर्नेपानी हुँदै पुरानो गुह्येश्वरीतिर बढ्छ भने जितगुरु र बज्रयोगिनीको रथचाहिँ सानोपुल हुँदै गणेशथानको उकालोबाट लोलाङ गाउँतिर बढ्छ । मध्यरातमा बज्रयोगिनी र जितगुरु गणे शको रथलाई भेट गराइन्छ । नाचगान बाजागाजासहित रमाइलो गरिन्छ । इष्टमित्र, नातागोता, पाहुनापासालाई भोज पनि खुवाइन्छ । मध्यरातमा र थलाई देवताघरमा भित्र्याइन्छ । यसरी लोलाङको बज्रयोगिनी र जितगुरु गणे शको खटयात्रा समाप्त हुन्छ ।

संरक्षणको प्रयासः

कुनै पनि संस्कृतिले त्यो वर्ग समूहको पहिचान पनि प्रष्ट पार्दछ। संस्कृतिलाई जीवन्त बनाउने काम त्यस समूहको कर्तव्य हो। गोलढुंगामा मनाइने यी चारवटै जात्रको संरक्षणका लागि युवावर्गको विशेष भूमिका रहेको पाइन्छ। जात्रालाई उत्साहपूर्ण रुपमा सफल पार्न उनीहरु लागिपरेको पाइन्छ। यसमा आधुनिक युवतीहरुको पनि सहभागिता पाइन्छ। उनीहरु धिमेबाजा, धाबाजा, झ्याली,मुरली बजाएर आफ्ना सांस्कृतिक गीतसंगीतको जगेर्ना गरेको पाइन्छ। जात्राको सञ्चालन,व्यवस्थापनको कार्य गुठीले गर्ने गर्दछ। जात्रा सञ्चालनका लागि नीति नियम बनाउने, रकम संकलन गर्ने, खर्च गर्ने सबालमा गुठीयारबिच आपसी छलफल हुने गर्दछ। जात्रा सुरु हुनु केही दिन पहिले यस प्रकारको छलफल हुँदा जात्रा सञ्चालन व्यवस्थित हुने गर्दछ। यस प्रकारको छलफल गर्दा सांस्कृतिक परम्पराका बारेमा आधुनिक युवावर्गमा पनि जानकारी पुग्दछ। अन्यत्र जात्राको केही दिन गुठीयारहरुको छलफल भए पनि गोलढुंगा छबेलीमा हुने महाँकाल माई खटयात्राको बारेमा गुठीयारहरुको छलफल फागुपूर्णिमाको दिन हुने गर्दछ। यसलाई विशेषताका रुपमा लिन सकिन्छ। हिजो आज युवावर्गको जात्रा परम्परामा सहभागिता उल्लेख्य रुपमा बढेको पाइन्छ। टोलमा रहेका विभिन्न प्रकारका बाँसुरी खल, धिमे खलका कारण आफ्नो संस्कृति संरक्षणमा समेत टेवा पुगेको छ। युवायुवतीको उल्लासमय सहभागिताका कारण यहाँका जात्रा र परम्परा संरक्षण भएका छन्। स्थानीय निकायबाट जात्रा सञ्चालनका लागि एवम् बाजागाजा खरिदका लागि कहिलेकाहीँ सहयोग प्राप्त भए पनि त्यो ज्यादै अपुग देखिन्छ। आर्थिक अभावमा देशका कैयन् महत्वपूर्ण जात्रा पर्वसमेत लोप भएर गईसके को अवस्थामा यस प्रकारका जात्रा एवम् परम्परा संरक्षणमा स्थानीय निकायले विशेष ध्यान दिनु पर्दछ। जात्राका अवसरमा गाइने प्राचीन गीतसंगीतको संरक्षणका लागि विशेष जोड दिनु आवश्यक छ। युवापुस्तालाई ती कुराको ज्ञान दिएर यस प्रकार का सांस्कृतिक मूल्यमान्यता संरक्षणमा विशेष पहल भएमा मात्र कुनै पनि संस्कृति पछिसम्म जीवित रहन सक्छ। नत्र त्यो लोप भएर जान पनि सक्दछ। गीतसंगीतको लिपिबद्ध गर्ने युवावर्गलाई समावेश गर्ने गीतिनाटक, लोकनाच, लोकनाटक आदिको

संरक्षणमा युवापुस्तालाई आकर्षण जगाउने त्यसका लागि विशेष तालिम दिने, अभ्यास गराउने गरिएमा ती जात्रा वा परम्परा संरक्षण हुन सक्छन् ।

भावी कार्ययोजना:

निश्चित योजना बनाएर त्यसलाई संरक्षण गर्न सकिन्छ । त्यसलाई जीवित राख्न नगरपालिकाले संस्कृति र परम्पराको संरक्षण सम्बर्द्धन, जात्रा सु सञ्चालनका लागि वार्षिक रुपमा योजना बनाएर बजेट विनियोजन गर्नु पर्दछ । जात्रालाई जीवित रुपमा राख्न विभिन्न प्रयास गर्नु जरुरी छ तर त्यसलाई पर्यटनसँग जोडेर पनि जानु पर्दछ । भोटोजात्रा, इन्द्रजात्रा, गाईजात्राजस्ता थुप्रै जात्रालाई सांस्कृतिक पर्यटनसँग पनि जोडेर हेरिएको छ । यदि हामीले पनि हाम्रो नगरपालिकाका जात्रालाई सोहीअनुरुप जोडेर अगाडि बढाउन सकियो भने यसबाट हाम्रो संस्कृति संरक्षणमा जोड पुग्दछ भने पर्यटन व्यवसायलाई पनि प्रवर्द्धन गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि नगरपालिका र सम्बन्धित वडाले गुरुयोजना नै तयार गर्नु पर्दछ । त्यस्तै ती जात्रा र परम्परासँग सम्बन्धित सम्पदाको संरक्षण,मर्मत, सुधार गर्नु पनि पर्दछ । जात्रा र परम्परा सञ्चालनका लागि आवश्यक बजेट विनियोजन समेत गर्नु पर्ने देखिन्छ ।

क्रियाकलाप:

तपाईको वरपर मनाइने कुनै पनि जात्राको अवलोकन गरी त्यसको धार्मिक, सांस्कृतिक, पर्यटकीय महत्व समेटेर प्रतिवेदन लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **ठिक भए .... र बेठिक भए.....चिह्न राख्नुहोस् :**

क) पाहाँचह्रेको बेला न्याँकन्डोलमा महाँकाल र भैरवीको खटजात्रा हुन्छ ।

ख) गोलढुंगा छबेलीमा बालाजु बाइसधारा पूर्णिमाको भोलिपल्ट खटजात्रा हुने गर्दछ ।

ग) लौरी विनायक जात्रा बालाजु पूर्णिमाको दिनमा सुरु हुन्छ

घ) बज्रयोगिनी र जीतगुरु गणेशको जात्रा लोलाङमा हुँदैन ।

ङ) जात्रा आउनद्र पूर्व गद्रठीयारहरुबीच छलफल गर्ने गरिन्छ ।

च) जात्रा र परम्परा सञ्चालनका लागि आवश्यक वजेट विनियोजत गरिदैंन ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) न्याँकन्डोल महाँकाल भैरवी जात्राको धार्मिक महत्व दर्शाउनु होस् ।

ख) गोलढुंगा छबेलीमा मनाइने जात्राको महत्व उल्लेख गर्नुहोस् ।

ग) लौरीविनायक जात्रामा अपनाइने विधि उल्लेख गर्नुहोस् ।

घ) लोलाङमा मनाइने जात्राको तरिका लेख्नुहोस् ।

ङ) जात्राको सम्बर्द्धन र संरक्षणका लागि नगरपालिकाले अपनाउने भावी योजना प्रष्ट पानर्द्रहोस् ।

३) **गोलढुंगा छबेली र न्याकन्डोलमा मनाइने जात्राको वर्णन गर्नुहोस् ।**

४) **लोलाङ र लौरीविनायक जात्रा मनाउने तरिका वयान गर्नुहोस् ।**

५) **तारकेश्वर नगरपालिका र स्थानीय समुदायले जात्रा संरक्षणका लागि चाल्नुपर्ने कार्यको सूची तयार पार्नुहोस् ।**

एकाइ ८

प्रेरक व्यक्तित्व: मोहनराज शर्मा

पाठ १ परिचय

नेपाली भाषा र साहित्यको श्रीवृद्धिमा अतुलनीय योगदान दिने थुप्रै व्यक्तित्वहरु छन् । जसले नेपाली भाषा र साहित्यका उत्थान,संरक्षण,सम्बर्धन तथा प्रचारप्रसार मा उल्लेख काम गरेका छन् । उनीहरुको तीनै महत्वपूर्ण योगदानका कारण नेपाली भाषासाहित्य दिनप्रतिदिन समृद्ध बन्दै गएको छ । नेपाली भाषा र साहित्यको क्षेत्रमा कलम चलाउने अथक साधकका रुपमा हामी मोहनराज शर्मा ढकाललाई लिन सक्छौँ । उनी विशिष्ट भाषासे वी र व्याकरणकारसमेत हुन् ।

ढकालको जन्म विक्रम सम्वत् १९९४ साल कार्तिक शुक्ल पक्षको प्रतिपदा बुधबार गो वर्द्धनपूजाका दिन काभ्रेस्थली महादेवटारमा भएको हो । पिता रुद्रराज शर्मा ढकाल र माता तारादेवी ढकालको द्वितीय सन्तानका रुपमा उनले जन्म लिएका थिए । उनको न्वारनको नाम तुलसीप्रसाद ढकाल हो । बाल्यकालमा उनी दुब्लो, पातलो, खिनौटे र रुन्चे स्वभावका थिए । उनी आफ्ना बुबाका साथमा लागेर चारवर्षको उमेरमा वनारस पुगेका थिए । त्यहाँ नै उनको प्रारम्भिक अध्ययन सुरु भयो । वनारसमा नै उनले उच्चशिक्षा हासिल गरेका थिए । उनको व्रतबन्ध पनि वनारसमा नै भएको थियो । उच्चशिक्षाको अध्ययन उनले वनारसबाट नै गरेका थिए ।

मोहनराज शर्माले मेची बहुमुखी क्याम्पसबाट प्राध्यापन सुरु गरेका थिए। वनारसमा अध्ययनरत् हुँदा देखि नै उनी साहित्य क्षेत्रमा लागेको पाइन्छ । विक्रम सम्वत्

२०१६ मा 'दीपक'भन्ने पत्रिकामा उनको एकको एक हात लाग्यो शून्य कथा प्रकाशित भएको थियो। यो नै उनको पहिलो रचना हो। त्यस्तै, विक्रम सम्वत् २०१६ सालमा आसामबाट निस्कने पत्रिका ब्रह्मपुत्रमा उनको दिलु नामको निबन्ध प्रकाशित भएको थियो। च्याँखे धर्ना(२०२४) उनको पहिलो प्रकाशित कृति हो।

प्रारम्भमा उनको लेखक बन्छु भन्ने सोच थिएन। उनले लेख्ने प्रेरणा आफ्ना बुबाबाट पाएका थिए। उनका बुबा रुद्रराज शर्मा ढकाल पनि नेपाली साहित्यको माध्यमिक कालका प्रभावशाली कवि हुन्। उनका बुबा आफ्ना रचना उनलाई साफी गर्न दिन्थे। यसरी साफी गर्नेक्रममा उनमा पनि साहित्यको रस बस्दै गएको पाइन्छ।

पुरानो ढाँचामा लेख्नु हँदैन। नयाँ र प्रयोगपरक लेखन हुनु पर्दछ। त्यस्तै पुराना कुरालाई पुनरावृत्ति गर्नु हुँदैन। प्रयोगद्वारा नयाँ नयाँ कुरा लेख्नु पर्दछ भन्ने उनको मान्यता रहेको पाइन्छ। यही कुरा उनी लेखक बन्न चाहने युवालाई सुझाव दिइरहन्थे।

मोहनराज शर्मा ढकालका च्याँखे धर्ना (२०२४), कोर्रा (२०२४), महाशून्य (२०५०), बैखरी (२०५४), भर्खर(२०६८),आदि कथासङ्ग्रह प्रकाशित छन्। इन्टर भ्यू स्पेसलिस्ट मिस्टर झप्पुसिंह डबल एम.ए. (२०३८), पुछारको पातो (२०४०), रस चिनारी (२०२५) आदि उनका निबन्ध सङ्ग्रह हुन्। यसैगरी आधुनिक साहित्यकारहरु(२०२६), नेपाली साहित्यको सङ्क्षिप्त इतिहास (२०३४), कथाको विकासक्रम (२०३५), शैली विज्ञान (२०४८), समकालीन समालोचना र सिद्धान्त र प्रयोग (२०५५), पूर्वीय र पाश्चात्य साहित्य सिद्धान्त (२०६१), आधुनिक तथा उत्तरआधुनिक पाठक मैत्री समालोचना(२०६१)उनका समालोचना कृतिहरु हुन्।

ढकालका नाट्यकृति पनि प्रकाशित छन्। यातनामा छटपटाएकाहरु(२०३८), जेयन्त/यमा(२०४०),बैकुण्ठ एक्सप्रेस (२०४२),उताको बाघ १) आदि उनका नाट्यकृति हुन्। नेपाली नाट्यविधामा सर्वप्रथम मदन पुरस्कार प्राप्त गर्ने उनी नै

हुन्। उनको बैकुण्ठ एक्सप्रेसले २०४२ सालमा मदन पुरस्कार प्राप्त गरेको थियो।

उनले नेपाली व्याकरणको क्षेत्रमा विशेष योगदान पुऱ्याएका छन्। उनका शब्द रचना र वर्ण विन्यास(२०३१) भाषा विज्ञान पद्धति (२०३६) व्याकरणका उत्कृष्ट कृति हुन्। उनले लोकसाहित्यको क्षेत्रमा पनि विशेष योगदान दिएको पाइन्छ। लोकवार्ता विज्ञान र लोकसाहित्य (२०६३) उनको लोकसाहित्य विधाको एकमात्र कृति हो। कथा,निबन्ध, नाटक, एकाङ्की, उपन्यास, समालोचना, भाषा, व्याकरणका विधामा कलम चलाउने मोहनराज शर्माको योगदान सामालोचना विधामा सशक्त देखिन्छ। उनको कथाकार व्यक्तित्व पनि ज्यादै प्रभावकारी देखिन्छ। नवीन विषयवस्तु र प्रस्तुति रहेका उनका कथाहरुमा स्वैरकल्पनात्मकता सशक्तरुपमा आएको देखिन्छ।

उनी नारीवादी लेखक पनि हुन्। उनको 'पल्ली' उपन्यासमा उनले नारीको सम्मान गरेका छन्। शरीर उनको समलिङ्गीको यौन सम्बन्धमा लेखिएको उपन्यास हो। त्यसैले उनी भन्ने गर्थे 'नारीवाद मभित्र बलियो रुपमा रहेको छ।'

नेपाली साहित्य र इतिहासमा एम.ए. गरेका मोहनराज शर्माले लामो समयसम्म त्रिभुवन विश्वविद्यालयमा प्राध्यापन गरेका थिए। उनले मोराश उपनामका नामबाट पनि कलम चलाएको पाइन्छ। मैनाली कथा पुरस्कार(२०४०), मदन पुरस्कार(२०४२) लगायत पुरस्कार प्राप्त गरेका मोहनराज शर्मा विभिन्न संस्थाबाट सम्मानित र पुरस्कृतसमेत भएका थिए। कैयन् विद्यार्थीका स्नातकोत्तर, दर्शनाचार्य र विद्यावारिधि तहका शोध निर्देशक भएका मोहनराज शर्मा शिष्ट, मृदुभाषी, बौद्धिक, गहन व्यक्तित्वका धनी थिए। उनी नेपाली साहित्यका बहुआयामिक व्यक्तित्वका रुपमा चिनिन्छन्।

यसरी नेपाली भाषासाहित्यको क्षेत्रमा अथक साधना गर्ने साधक हामीमाझ छैनन्। उनी लामो समयसम्म मधुमेह र रक्तचापका कारण पीडित थिए। उनको निधन विक्रम सम्वत् २०७५ साल माघ १० गते विहान कलङ्कीस्थित नेशनल अस्पतालमा भयो।

क्रियाकलाप:

तपाईको नजिकै रहेका प्रेरक व्यक्तिहरुको सूची तयार पारी कुनै एक व्यक्तिको जीवनी तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **जोडा मिलाउनुहोस् :**

क	ख
बुबा	१८८४ कार्तिक
जन्म	मेची बहुमुखी क्याम्पस
प्राध्यापन	रुद्रराज शर्मा ढकाल
मदन पुरस्कार	च्याँखे धर्ना
कथा सङ्ग्रह	विक्रम सम्वत् २०४२

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) मोहनराज शर्माको बाल्यकालको चर्चा गर्नुहोस् ।

ख) मोहनराज शर्माको साहित्यिक यात्रा कहिले सुरु भयो ?

ग) मोहनराज शर्माका कथा कृतिको सूची तयार गर्नुहोस् ।

घ) मोहनराज शर्माले प्राप्त गरेका पुरस्कार के के हुन् ?

ङ) मोहनराज शर्माले प्राध्यापन कहाँबाट सद्रु गरेका हद्रन् ?

च) नेपाली भाषा र व्याकरणका क्षेत्रमा मोहनराज शर्माले पुऱ्याएको योगदानहरु उल्लेख गर्नुहोस् ।

३) **मोहनराज शर्माका प्रमुख कृतिहरुका सूची तयार पारी उनको साहित्यिक योगदानको चर्चा गर्नुहोस् ।**

एकाइ ९

सामाजिक रुपान्तरण र आधुनिकीकरणा

पाठ १ महिला हिंसा

महिला भएकै आधारबाट मानव अधिकारको उपभोगमा गरिने विभेद, शारीरिक तथा मानसिक रुपमा दिइने पीडा, प्रतिबन्धलगायत कुनै न कुनै तरिकाबाट महिलाको आत्मसम्मानमा पुऱ्याउने सबै प्रकारका आघातलाई नै महिला हिंसा भनिन्छ ।

नेपालको कुल जनसंख्याको आधाभन्दा बढी भाग ओगट्ने महिलाहरु अहिलेसम्म विभेद, असमानता, अन्याय तथा विभिन्न खालका हिंसाका सिकार भैरहेका छन् । परम्परागत, धार्मिक, सांस्कृतिक मान्यताले महिलालाई असमान बनाएको छ भने देशमा विद्यमान कतिपय कानुनी व्यवस्थालेसमेत महिलाको हैसियतलाई समान बनाउन सकिएको देखिँदैन । समाजमा व्याप्त पितृसत्तात्मक सोच, अन्धविश्वास, पुरातन संस्कार एवम् परम्परा, विभेदपूर्ण कानुन, लैङ्गिक असमानता, आर्थिक परनिर्भरता, अशिक्षा, गरिबी, नीति निर्माणको तहमा महिला प्रतिनिधिको न्यूनताजस्ता विषय नै महिलामाथि हिंसा हुनुका प्रमुख कारणका रुपमा देखिएका छन् ।

महिलाहरुको अमानविय तरिकारले हत्या, बलात्कार, यौन दुर्व्यवहार, अपहरण, बेचबिखन, कुटपिट, आगो लगाउने, विष ख्वाउने, एसिड खन्याएर कुरुप बनाउने, दैनिक घर व्यवहारमा भेदभाव गर्ने, संस्कार एवम् परम्पराका नाममा अधिकार बाट बञ्चित गर्ने गराउने, आत्मसम्मानमा चोट पुग्ने बोली र व्यवहार गरिने आदि कार्यहरु नै महिला हिंसा हुन ।

अधिकांश महिला आफै घर परिवेशभित्र श्रीमान् तथा परिवारका अन्य सदस्यबाट पीडित छन् । जसलाई घरेलु हिंसा भनिन्छ । दाइजो नल्याएको छोरा पाउन नसकेको, चरित्र राम्रो नभएको जस्तो आरोप लगाउँदै श्रीमान तथा उनका परिवारका सदस्यहरुले पत्नी र बुहारीप्रति गर्ने व्यवहार अति नै अमानवीय रहँदै आएको पाइन्छ । श्रीमानले बहुविवाह गरी अघिल्लो श्रीमती तथा सन्तानप्रतिको जिम्मेवारी पूरा नगर्दा

र कतिपय अवस्थामा घरबाट निकालिदिने अवस्थाका साथै महिलाहरु वैवाहिक बलत्कारबाट पनि उत्तिकै सताइएका छन् ।

महिला हिंसा गर्भावस्थादेखि वृद्धावस्थासम्म घट्नसक्ने हिंसा हो । गर्भावस्थामा छोरा वा छोरी परीक्षण गरी छोरी भए गर्भपतन गर्ने वा गराउने कार्यलाई लिङ्गका आधार मा हुने महिला हिंसा मान्न सकिन्छ ।

महिला हिंसा शिक्षित र अशिक्षित दुबै वर्गबाट हुने गरेको पाइन्छ । अधिकांश महिला अझै विकासको मूल प्रवाहमा आउन नसकी घरधन्दा र चुल्होचौकामा सीमित हुनु परेको छ । सामजिक डरले महिलाहरु महिला हिंसाको विरुद्धमा दरो रुपमा उत्रिएको पाइन्न । महिला हिंसाका कारण बालबालिका र वृद्धामात्र होइन, सिँगो समाज नै प्रभावित भएको छ ।

यस्तो यातनाजन्य आपराधिक कार्यलाई सबैले आ-आफ्नो क्षेत्रबाट रोक्नु पर्दछ । यो महिलावर्गको मात्र समस्या होइन, समग्र समाजको चिन्ताको विषय पनि हो ।

नेपालको संविधानले महिलाको अधिकार धारा ३८ मा यातना विरुद्धको हक, छुवाछुत र शोषणविरुद्धको हक, प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी हक, गोपनियताको हक, सम्पत्तिमा समान हक र न्यायसम्बन्धी हकलाई मौलिक हकका रुपमा प्रत्याभूत गरेको छ । त्यसैले, संविधानले प्रत्यायोजन गरेको महिला अधिकारको जबर्जस्ती हस्तक्षेप गर्न पाइन्न ।

घर, परिवार र समाजले पनि आफ्ना बालबालिका, आमा र बुबा समान हुन्, दिदी दाजु बहिनी र भाइ सबै बराबर हुन् ,सबैले समान काम गर्छन्, उनीहरुमाथि एकअर्काले समान व्यवहार गर्नुपर्छ भन्ने सामान्य शिक्षा दिएमा पनि लैङ्गिक असमानता हटेर समानता कायम गर्न सहयोग पुग्दछ । समाजमा आफ्नो चरित्र, आचरण र नैतिकताको ख्याल नगर्ने, अरुको मात्र खेदो खन्ने वा मानमर्यादा हनन गर्ने कार्यलाई निरुत्साहित गर्ने हो भने पनि केही हदसम्म महिला हिंसा न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ । तसर्थ, लैङ्गिक हिंसाको कारक तत्व पहिचान गरी यथार्थपरक र वास्तविक तौर तरिकाबाट महिला हिंसाविरुद्ध प्रभावकारी कदम चाल्नु पर्छ । त्यस्ता

हिंसाविरुद्ध नागरिक समाज, सञ्चारकर्मी, सरोकारवाला निकाय, स्थानीय सरकार, प्रहरी प्रशासन, शिक्षक सबैले एकजूट भएर अगाडि बढ्नु नै आजको आवश्यकता हो ।

क्रियाकलाप:

तपाईको टोल छिमेकमा घटेका कुनै पनि महिला हिंसाका घटनालाई समेटेर एउटा प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भर्नुहोस् :**

क) नेपालको कुल जनसंख्याको आधाभन्दा ..... भाग महिलाहरुले ओगटेका छन् ।

ख) छोरी भए गर्भपतन गर्ने वा गराउने कार्यलाई .... आधारमा हुने महिला हिंसा भनिन्छ ।

ग) नेपालको संविधानले महिलाको अधिकार धारा .... मा उल्लेख गरेको छ ।

घ) ..... डरले महिलाहरु महिला हिंसाको विरुद्धमा दरो रुपमा उत्रिएको पाइन्न ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) महिला हिंसा भनेको के हो ?

ख) महिला हिंसाका कारणहरु के के हुन् ?

ग) महिला हिंसा कसरी रोक्न सकिन्छ ?

घ) नेपालको संविधानले कुन धारामा महिला हकको प्रत्याभूत गरेको छ ?

४) **नेपालको संविधानले महिलालाई दिएको अधिकारका बारेमा उल्लेख गर्नुहोस् ।**

५) महिला हिंसा अन्त्यका लागि चाल्नपर्ने कदमका बारेमा वर्णन गर्नुहोस् ।

पाठ २ योग अभ्यास

संस्कृतको युज् धातुबाट बनेको योगको सोझो अर्थ जोड्नु हो । साधारण अर्थमा भन्नुपर्दा योग भनेको मानव मनभित्र उब्जने खराबकुराहरु, अशुभ विचार र चित्तलाई छोड्दै असल कुरा,शुभविचार सकारात्मक सोचलाई जोड्दै वा ग्रहण गर्दै जानु नै योग हो । शरीरलाई स्वस्थ र आरोग्यता बनाउने, मनलाई एकाग्र र असल विचार को धारण गर्दै भावनासँग प्रेमआनन्द प्राप्त गर्ने मार्ग प्रशस्त गर्नु नै योग हो । आक्रान्त, अशान्त र तनावले भरिएको जीवनबाट छुटकारा प्राप्त गर्दै जीवनमा सदा शान्ति छाइरहने अवस्था सृजना गर्ने प्रमुख माध्यम नै योग हो । योग मानवबाट महामानव बन्ने प्रमुख मार्ग हो । योगका लगि मन स्थिर हुनुपर्दछ । मनस्थिर गर्न विभिन्न शारीरिक मानसिक तथा अध्यात्मिक अनुशासनलाई पालना गर्नुपर्ने हुन्छ । स्थिरमनले आफूभित्र रहेको विकारलाई हटाई मन र इन्द्रियमाथि विजय प्राप्त गर्नु गर्न आफूभित्र सुषुप्त अवस्थामा रहेको दैवत्वलाई जगाउन सक्दछ । दैवत्व भनेको दया दान क्षमा र करुणाले भएको तत्व हो । जुन हामी सबैसँग शुषुप्त अवस्थामा हुन्छ ।

योगबाट भित्रि आत्मालाई पोषण मिल्दछ । भय, लज्जा, रिस पैदा गर्ने कार्यले आत्मालाई पोषण मिल्दैन । त्यसैले योगले शरीरभित्रको विष र विजातीय पदार्थ बाहिर निकाल्ने अमृत प्राणवायु अक्सिजन अङ्गप्रत्यङ्गमा पुऱ्याउने र शरीरलाई शुद्ध बनाउँछ । जसबाट शरीरको शुद्धिपन बढ्दै जान्छ भने लोभ क्रोध जस्ता विकारयुक्त दोषहरु घट्न गई असल चेतना,ओज र तेज बढ्दै जान्छ । त्यसैले भनिने गरिन्छ योग रोगीहरुका लागि औषधि हो भने निरोगीका लागि जीवनपद्धति हो ।

योग र व्यायाममा फरकः

शरीर, मन र आत्मलाई एकाकार बनाई शरीर र मनलाई शान्त एवम् स्थिर सुखपूर्वक रहन मद्दत गर्ने काम योग हो । शारीरिक मानसिक र आध्यात्मिक व्यक्तित्व विकासमा योगआसनको महत्व रहन्छ। योग आसन गर्दा श्वासप्रश्वासलाई विशेष ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । योगासनबाट नाडीमण्डल ग्रन्थिहरु बलियो हुन जान्छ ।

तनाव घट्छ। पाचनप्रक्रिया बलियो हुन्छ। आलस्यता हुँदैन । फूर्ति बढ्दै जान्छ । आसन क्रमबद्ध रुपमा गरिने साधना हो । यसका लागि साधारण खुला ठाउँमा एउटा साधारण ओछ्याउने दरी भए पुग्छ। विरामी मानिसका लगि रृागको उपचारका लागि योग आसन गराउन सकिन्छ। ६ ७ वर्षका बालकदेखि ७० ८० वर्षसम्मको उमेरमा नि योगअभ्यास गर्न सकिन्छ । नियमित गरिराखेको मानिसले बीचमा योग अभ्यास गर्न छोडेमा पनि शरीरलाई कुनै असर गर्दैन । नियमित योगगर्ने मानिसको जति उमेर ढल्कँदै गयो उति साधनामा रमाउने जीवन विताउन सहज बन्न जान्छ। योगमा खानपिन को शुद्धतालाई पनि ख्याल गरिन्छ। यसकृ क्षेत्र व्यापक छ।

शरीरलाई मात्र बलियो बनाउने काम कसरत वा व्यायामको हो। यसले शरीरमा भएका मांशपेशीलाई बलियो बनाउने कार्य गर्दछ। व्यायामाले मांशपेशीलाई मात्र बलियो बनाउने हुँदा शरीरलाई मनसँग जोडेर शान्ति प्रदान गर्न सक्दैन। व्यायाम गर्दा केही साधन प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ।

रोगी वा विरामी मानिसहरुले शारीरिक कसरत गर्न सक्दैनन्। बच्चा र वृद्धवृद्धालो सबै प्रकारका शारीरिक व्यायाम गर्न मिल्दैन । नियमित शारीरिक कसरत वा व्यायाम गर्ने मानिसले नियमित गर्न छोडेमा शरीरमा अन्य समस्याहरु पनि देखिन सक्छन् । त्यसैले नियमित व्यायाम गर्ने दौड कुस्ती वेट लिफ्टिङ गर्ने

व्यक्तिहरुको जीवनको उत्तरार्ध केही कष्टकर भएको हामीले सुन्ने गरेका छौँ । व्यायाममा खानपिनलाई ध्यान दिइदैन यम र नियमको पालना हुँदैन । व्यायामलाई एउटा निश्चित घेराभित्र राखिएको हुन्छ । योग शारीरिक क्यालोरी कर्म गर्न वा दुब्लाउनका लागि पनि गर्ने गरेको पाइन्छ । त्यसो गर्नु गलत हो । किनकी योगमा यस्ता प्रश्न नै उठ्दैनन् नियमित योगले आफैँ शारीरिक सन्तुलन कायम गराउँदछ । त्यसैले आफ्नो शरीरबारे हरेक कुरा जान्नका लागि योग र यो गासन गर्नु पर्दछ ।

योगको आवश्यकता किन ?

स्वस्थ नै धन हो, स्वस्थ शरीरबाट मात्र असल विचारको थालनी हुन्छ । प्राचीन समयमा ज्ञानी मानिसहरुले स्वस्थ रहने सिद्धान्त प्रतिपादन गरी प्रयोगमा ल्याए । ती थिए आयुर्वेद प्राकृतिक चिकित्सा र योगाभ्यास । यीमध्ये योगको माध्यमबाट जीवनभर स्वस्थ तेजिलो रहन सफल भएका थिए । उनै ऋषिहरुका चेलाहरुले यसलाई फैलाउँदै गए । तर आजको युगमा आइपुग्दा योग र यसका गुणलाई बुझी प्रयोगमा ल्याउन नसक्दा मानिसहरु शारीरिक रुपमा अस्वस्थ मानसिक रुपमा रोगी भई औषधोपचारको नाममा लाखौँ खर्च हुने अवस्थामा पुगेका छन् । निममित योग गर्दै गएमा शरीर स्वस्थ भई रोगबाट भुक्ति प्राप्त हुन हुन सक्दछ । थरीथरी रोगहरुले दु:ख दिँदैनन् । रोगहरु योगीबाट टाढा भाग्दछन् । जीवन सुन्दर शान्त र संयम बन्दछ । औषधोपचारको नमामा विभिन्न प्रकारका औषधीको सेवनले गर्दा शरीरमा नकारात्मक असरहरु देखिँदै जान्छन् । अर्को रोगको औषधी गर्दा धनसम्पत्तिको नाश हुनुका साथै शारीरिक दु:ख भोग्नु पर्ने हुन्छ । त्यसैले समाजका हरेक सदस्यले योग अभ्यास गरी समाजलाई स्वस्थ र निरोगी समाजमा रुपान्तरण गर्न सकिन्छ ।

अभ्यास

१) **ठिक भए ....बेठिक भए.....चिह्न लगाउनुहोस् :**

क) योग रोगीहरुका लागि औषधी र निरोगीका लागि जीवनपद्धति हो ।

ख) योग वयस्कहरुले मात्र गर्न सकिन्छ ।

ग) शरीरमात्र बलियो बनाउने काम कसरत वा व्यायाम हो ।

घ) योग सुरु गरेपछि कहिल्यै छोड्न मिल्दैन ।

ङ) योगासन क्रमबद्धरुपमा गरिने साधना हो ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) योग केलाई भनिन्छ ?

ख) योग र व्यायामबीच फरक छुट्याउनुहोस् ।

ग) योगाभ्यासबाट हुने कुनै ५ वटा फाइदाहरु लेख्नुहोस् ।

घ) कस्ताकस्ता व्यक्तिले योग गर्न मिल्दछ ?

३) **योग अभ्यासको आवश्यकता र महत्व लेख्नुहोस् ।**

४) **आधुनिक समाजमा योग अभ्यास स्वस्थ्य जीवनका लागि अपरिहार्य छ । पुष्टि गर्नुहोस् ।**

५) **योग रोगीहरुका लागि औषधी र निरोगीका लागि जीवन पद्धति हो । पुष्टि गर्नुहोस् ।**

पाठ ४ शरीर स्वस्थ राख्न गरिने केही योगासन

मन शरीरलाई स्थिर बनाएर लामो समयसम्म रहनुलाई आसन भनिन्छ। ध्यानात्मक र क्रियात्मक गरी दुई प्रकारका हुन्छन्। लामो समयसम्म ध्यान गर्न बस्ने आसनहरुलाई ध्यानात्मक आसन भनिन्छ। पद्मासन, वज्रासन,सहजासन आदि लामो समयसम्म रहन नसक्ने छोटो समयका लागि गरिने आसनलाई क्रियात्मक आसन भनिन्छ। योग अभ्यास गर्दा यिनै क्रियात्मक आसनहरु गरिन्छ।

महत्वपूर्ण आसन

१. ताडासनः

सिधा उभिएर दुबै हातलाई टाउकोमाथि लगी एक अर्को हातका औंलाहरुलाई कैंची बनाई हात खुट्टा र शरीरलाई तनक्क पै तालाका बलले सन्तुलित भई उभिनुलाई ताडासन भनिन्छ यो क्रिया कम्तीमा ३० सेकेण्डसम्म सन्तुलित भई सम्पन्न गर्नुपर्दछ ३-४ पटक दोहोऱ्याउनु पर्दछ।

फाइदा:

१ हातखुट्टाका मांसपेशी मजबुत हुन्छन्।

२ पेट छातीका मांसपेशी बलियो हुन्छन्।

३ बच्चाहरुलाई उचाइ बढाउन अत्यन्त उपयोगी हुन्छ।

४ पेट र छात्ती सम्बन्धी खराबी हट्छ।

२. पवनमुक्तासन:

शरीरलाई उत्तानो पारेर सुत्ने, एउटा खुट्टा तनक्क तन्काउने र अर्को खुट्टा खुम्चाउने, खुम्चाएको खुट्टालाई समात्ने । स्वासलाई बाहिर फ्याँकेर टाउको उठाउने र घुँडालाई तानेर क्रमश: चिउँडो नाक र निधारले छुने । दुबै गोडालाई दायाँ वायाँ बराबर गर्ने ।

फाइदा:

१ अपच कब्जियत वायुविकारजस्ता समस्याका लागि लाभकर हुन्छ ।

२ ढाडकम्मर दुखाइमा लाभ हुन्छ ।

३ जोर्नीहरुमा लचकता ल्याउनुको साथै मांसपेशी बलियो बनाउँछ ।

३. कन्धारसन सेतुबन्धासन:

शरीरलाई उत्तानो पारेर सुत्ने दुबै खुट्टालाई मोडेर कुर्कुच्चालाई नितम्बको नजिक ल्याउने। शरीरलाई काँधले र खुट्टाले टेकेर माथि उठाउने। यस स्थितिमा १० ३० सेकेण्डसम्म रोकिने र श्वास प्रश्वास गर्दै सामान्य अवस्थामा आउने ।

फाइदा:

१ चिन्ता हटाउन सहयोगी हुन्छ ।

२ पाचन क्षमता बढाउँछ ।

३ कम्मरको तल्लो भागलाई बलियो बनाउँछ ।

४ पेटका भित्रि अंगहरुलाई मजवुत बनाउन सहयोग हुन्छ ।

४. नौकासन:

शरीरलाई उत्तानो पारेर सुत्ने आँखा बन्द नगर्ने। गहिरो स्वास लिने स्वासलाई भित्र रोकी हात काँध टाउको का साथै दुबै खुट्टालाई जमिनबाट माथि उठाउने । यसरी उठाउँदा टाउको र खुट्टा बराबर मात्रामा उठाउने । शरीरलाई नितम्बको बलमा सन्तुलन गरी मेरुदण्डलाई सिधा राख्ने । दृष्टि गोडाको आँलाहरुमा राख्ने । विस्तारे १० ३० सेकेण्ड सम्म रोकेर राख्ने र श्वास छोड्दै जमिनतर्फ आउने। यो क्रियालाई ३ ५ पटकसम मगर्न सकिन्छ।

फाइदा:

१. पेटको मांसपेशी बलियो बनाउँछ ।

२ ढाड कम्मर र गर्धनको मांशपेसी बलियो हुन्छ ।

३ पेटको बोसो हटाइ माटोपना कम गराउन सहयोगी हुन्छ ।

४ नितम्ब घुँडाको जोर्नी र मांशपेशीमा लाभ मिल्दछ ।

५. चक्रासन:

कन्धरासन जस्तै गरी शरीरलाई उत्तानो पारेर सुत्ने, दुबै हातलाई उल्टोपारी पछाडि भुईंमा टेकाउने , दुबै हात र दुबै खुट्टालाई फाटिएको अवस्थामा विस्तारै नजिक ल्याउने, नितम्बलाई सकेसम्म माथि उठाउने हात र खुट्टाको बलमा शरीर लाई चक्रजस्तै बनाउने कोशिस गर्ने ।

फाइदा:

१ पेटलाई सक्रिय बनाई पाचन प्रणाली मजबुत बनाउँदछ ।

२ महिलाको गर्भाशयको समस्याका लागि उपयोगी ।

३ हातखुट्टाको मांसपेशीलाई बलियो बनाउन सहयोगी हुन्छ ।

४ शरीरलाई लचिलो बनाइ राख्न सहयोग गर्छ ।

क्रियाकलाप:

तपाईले सिकेका योग अभ्यास पालैपालो कक्षामा शिक्षकको निर्देशन अनुसार साथीहरुको विचमा प्रस्तुत गर ।

अभ्यास

१) तलका प्रश्नको छोटो उत्तर देऊ :

क) योग आसन केलाई भनिन्छ ।

ख) योग आसन कति प्रकारका हुन्छन् ति क के हुन् ।

ग) योग अभ्यासमा क्रयात्मक आसन गर्नुको कारण के हो ।

घ) कुनै ४ वटा महत्वपुणै आसनको नाम लेख ।

ङ) ताडासन कुन उमेर समुहका मानीसलाई अझ प्रभावकारी हुन्छ ।

च) पवन मुलासनका मुख्य दुई फाइदा लेख्नुहोस् ।

२) लामो उत्तर दिनुहोस् :

क) कन्धरासन गर्ने तरिका र यसका फाइदाहरु लेख्नुहोस् ?

ख) नौकासनका मुख्य मुख्य फाइदाहरु लेख्नुहोस् ।

एकाइ १०

नगरपालिका र नगरकार्यपालिका

पाठ १ नगर कार्यपालिकाका कार्यहरू

गाउँगाउँमा चुनावको लहर चलिरहेको थियो । मतदाताहरुले आ आफ्ना मनले जितेका दलहरुका चुनाव चिह्नमा मतदान गरिसकेका छन् । आफूले मतदान गरेका दलका प्रतिनिधि विजयी भइसकेका छन् । नयाँ संविधान बमोजिम नयाँ व्यवस्थाअनुसार स्थानीय तहमा जनप्रतिनिधिहरु आइसकेका छन् । केन्द्र,प्रदेश र स्थानीय तहहरुमा तीनवटा सर कार बनेका छन्, तर पनि मानिसहरुलाई स्थानीय तहमा नै बढी चासो छ । किनकि आम मानिसहरुले एउटा नारा अब सिंहदरबारको अधिकार गाउँगाउँमा भन्ने सुनेका छन् । यो भनेको के होला? कसरी अधिकार प्रत्यायोजित होला मानिसमा कौतुहलता छ । चोकचोकमा पाटीपौवा र चौतारोमा ४ वाट ५ जना जम्मा भएपछि यही कुरामा जोडका तोड बहस हुन थाल्दछ । आज पनि चौतारोमा केही मानिसहरु भेला भएका छन् ।

शिवदेव : होइन ए केटा हो ! चुनाव पनि सकियो भोट पनि हालियो । भोटखेर पनि गएन । अब त गाउँबाट नै सबैकुरा हुन्छन् भन्थ्यौ तिमीहरु अब के के नयाँ हुन्छ त बाबु हो ।

हरिकृष्ण : अब त सबैथोक हुन्छ नि बा ! यहींबाट । सिंहदरवारको अधिकार

गाउँगाउँमा भनेका छन् । सिंहदरवारले गर्ने सबै काम यहींबाट हुन्छन नि अब । बाटाघाटा चौडा हुन्छन् । शिक्षालय बन्दछन् ।

रामकुमारी : ए लौ लौ भयो । त्यसो भए हामी गाउँ छोडेर कहीं जान नपर्ने भो होइन ? नागरिकता बनाउन, मालपोत कर, नक्शापास गर्न आदि आदि ।

विनय : ए त्यसो भए त कलेज अस्पताल सबै यही गाउँमा नै हुने भए, कले ज पढ्न पनि टाढा टाढा जानु नपर्ने भयो । बिरामी भए विशेषज्ञ सेवा पनि यहींबाट पाइने भो । हो काका ?

शिवदेव : गफ दिन्छौ केटा हो, एउटा हेल्थपोस्ट छैन अस्पताल,र म्रो गो्रेटो बाटो छैन पक्कीसडक,एउटा कुलो छैन सिँचाइ बिजुली बत्ती हँ , यो सङ्घीयता भनेको जादुको घडी हो कि क्या हो बाबु हो, हुन्छ आफू त पाको भइसकियो खोई हेरौं के के देख्न पाइन्छ ?

रामकुमारी : यो सब कसले गरिदिन्छ त हरिकृष्ण बाबु ?

हरिकृष्ण : हामीले मतदान गरेर विजयी भएका मानिसहरुले नि ! अब त हाम्रो नगर बनाउने जिम्मा उनीहरुको नै हो । उनीहरुले आफैं योजना छनोट गर्दछन् ।

विनय : यसभन्दा अगाडि पनि स्थानीय निकायमा यस्तै चुनाव हुन्थ्यो । यसरी नै विजयी हुन्थे । सबैले भोट हाल्दथे । अध्यक्ष, सदस्य भई हाल्दथे । खोइ त यतिका वर्ष भई सक्यो जस्ताको त्यस्तै छ । तिनीहरु र यिनीहरुमा के फरक छ त यिनीहरुलाई यत्रो शक्ति र ताकत कहाँबाट आयो हँ ? (एक जना मानिस पनि घुम्दै त्यही चौतारोमा आइपुग्दछन् । थकाइ लागेकाले होला एकछिन चौतारोमा बिसाइ मार्छन् ।)

शिवदेव : (नयाँ व्यक्तितर्फ आँखा लगाउँदै) बाबु कताबाट आउनु भयो ? कहाँ पुग्ने होला ?

नयाँ व्यक्ति : म सहरबाट आएको, ऊ त्यो गाउँमा मेरो पुख्यौली घर छ। त्यहीँ जान लागेको यसो आफन्तसँग भेटघाट गरौँ कि भनेर ?

शिवदेव : यो त हाम्रै गाउँ हो ? चिनिएन नि बाबुलाई ?

नयाँ व्यक्ति : म हरिदेवको छोरा हुँ नि चिन्नुहुन्छ ?

शिवदेव : ए ! किन नचिन्नु नि ? ऊ त सानैमा विफरले बित्यो। तिमीहरु मामाघरतर्फ लाग्यौ। त्यही भएर नि, चिन्न नसकेको। अनि के गर्दै छौ त ? के तिमीहरुका आमालाई सञ्चै छ त धेरै वर्षपछि गाउँमा आयौ ?बल्ल देख्न पाइयो। कति पढेका छौ, के गर्दै छौ बाबु, गाउँमा आयौ खुसी लाग्यो। अब यतै बस्नुपर्दछ। अब गाउँम पनि सहरमा जस्तै विकास हुन्छ भनेका छन्।

नयाँ व्यक्ति : म कानुनको विद्यार्थी। भर्खरै वकिल भएको छु।तपाईलाई चौतारीमा भेटेँ खुसी लाग्यो। म त सानैमा सहर गएँ आफू जन्मेको ठाउँको याद आएर नि बा। कस्तो शीतल सरर हावा चलिराखेको, स्वर्गजस्तो पो रहेछ त मेरो गाउँ सोध्दै सोध्दै आएको नि !

हरिकृष्ण : ए बाबु त हरिदेव दाइको छोरा पो रहेछौ, उनी र म त सधैँ खेल्ने दौ तरी पो हौँ त। अनि बाबु तिमीले कानुन पढेका रहेछौ यो चौतारोमा थकाइ मार्दै हामीलाई नयाँ व्यवस्था अन्तर्गत नगरको विकास गर्ने योजना बनाउने प्रक्रिया के के हुन कसरी बन्दछन् ? त्यसको बारेमा बताइदेउ न बाबु ?

नयाँ व्यक्ति : हुन्छ नि। आफूले जानेको कुरा तपाईलाई भन्न पाउँदा म खुसी छु। ल सुन्नुहोस् ! नेपालको संविधान २०७२ असोज ३ बाट लागू भयो। जसले नेपाललाई सङ्घीय गणतान्त्रिक मुलुकका रुपमा घोषणा गऱ्यो। त्यही संविधानअनुसार देशमा तीनवटा सरकारको व्यवस्था गरियो। केन्द्रीय सरकार, प्रदेश सरकार र स्थानीय तहको सरकार। अब यी तिनै तहका फरक फरक अधिकार क्षेत्र हुन्छन्।

स्थानीय तहमा तपाईहरुले मतदान गरेर विजयी भएका व्यक्तिबाट स्थानीय व्यवस्थापिका कार्यपालिका र न्यायिक समिति बन्दछ। तीमध्ये कार्यपालिकाले नै विकास निर्माण र कानुन कार्यान्वयन गराउँदछ।

रामकुमारी : ए त्यसो भए ता हरिकृष्ण बाबुले भनेको ठिकै रहेछ नि त अनि अरु नि ?

नयाँ व्यक्ति : नेपालको संविधानको भाग ५ मा राज्यको संरचना र राज्यशक्तिको बाँडफाँड सम्बन्धमा रहेको छ। यस भागको धारा ५७ को उपधारा ४ मा स्थानीय तहको अधिकार के के हुने के के गर्न पाउने भन्ने कुरा अनुसूचि ८ बमोजिम हुने छ भनी लेखिएको छ। साथै ती आधिकारको पयोग संविधान र नगरसभाले बनाएको कानुनबमोजिम हुनेछ भनी लेखिएको छ।

विनय : ए यसो भए त सबै अधिकार नभएपछि पहिले र अहिलेमा के फरक भयो त ?

हरिकृष्ण : सुन न सुन ! एक छिन सुन न।

नयाँ व्यक्ति : त्यसैगरी यही धाराको उपधारा ३ मा संघ र प्रदेश र स्थानीय तहका साझा अधिकारका बारेमा उल्लेख गरिएको छ। उपधारा ६ मा उपधारा ३ र ५ बमोजिमका अधिकार प्रयोग गर्न बनाइने ऐन नियम संघ र प्रदेशसँग नबाझिने गरी बनाउनु पर्ने भन्ने उल्लेख छ। स्थानीय तहले बनाएको कानुन स्वत: खारेज हुने कुरा उल्लेख छ। स्थानीय तहले कानुन निर्माण गर्दा संघ र प्रदेशसँग बाझिन गएमा स्थानीय तहले बनाएका कानुन स्वत: खारेज हुने कुरा उल्लेख छ। त्यसैले साझा अधिकार सम्बन्धी स्थानीय तहले कानुन निर्माण गर्दा संघ र प्रदेशसँगको छलफल र सहयोगबाट मात्र निर्माण गर्नुपर्दछ।

शिवदेव : ओहो ! संविधानमा नै कुन कुन तहले के के गर्ने भन्ने स्पष्ट पारिएको रहेछ होइन त बाबु ?

नयाँ व्यक्ति : हो नि बा, त्यतिमात्र कहाँ हा र ? धारा५८ले त आफ्नो अधिकार क्षेत्रभित्रको कानुन बनाउने वार्षिक वजेट बनाउने र वजेटलाई कार्यान्वयन गर्न पाउने व्यवस्था गरेको छ। पहिले स्थानीय निकायलाई कानुन बनाउने बजेट बनाउने र कार्यान्वयन गर्ने अधिकार थिएन। स्थानीय निकायले केन्द्रबाट बनाइएका कानुन र वजेटको अधिकारभित्र रही विकास निर्माणका कार्य सम्पन्न गर्नुपर्दथ्यो।

विनय : ए बल्ल बुझेँ। पहिलेभन्दा अहिले त स्थानीय तहलाई धेरै अधिकार पो रहेछ नि त ?

नयाँ व्यक्ति : त्यतिमात्र कहाँ हो र ? संविधानमा स्थानीय कार्यपालिकाका सम्बन्धमा एउटा छुट्टै भाग नै बनाइएको छ। भाग १७ मा यस सम्बन्धि व्यवस्था गरिएको छ। यस भागको धारा २१४ मा स्पष्टसँग भनिएको छ। स्थानीय तहको कार्यकारिणी अधिकार, गाउँपालिका वा नगर पालिकामा रहने छ भनी उल्लेख गरिएको छ। नगरकार्यपालिकाले गर्नसक्ने कार्यकारिणी अधिकार यही संविधानको अनुसूचि ८ र ९ मा उल्लेख गरिएको छ।

रामकुमारी : हैन बाबु ! यो धारा, अनुसूचि भनेको के हो ? मैले त केही बुझिन अनुसूचि कहाँ हुन्छ ?

हरिकृष्ण : धारा भनेको संविधानमा रहेका कानुन र नियमको संख्या हो। धारा २१४भनेको संविधानमा भएको मुख्य २१४ औँ नियम हो। यी नियम कानुन सरह हुन्छन्। यसको प्रयोगका लागि छुट्टै कानुन बनाउन पर्दैन। अनुसूचि भनेको संविधानका कुनै कुनै धारालाई अझ बढी व्याख्या गर्नुपर्ने हुँदा संविधानको अन्त्यमा धारा ध्यानाकार्षण हुनेगरी गरिएको व्याख्या हो। जस्तो अनुसूचि ८ र ९ ले धारा २१४ लाई व्याख्या गरेको छ। त्यहाँ नगरकार्यपालिकाले के के काम गर्न सक्दछ। कस्ताकस्ता क्षेत्र अधिकार नगर कार्यपालिकाका हुन्छन् भनी कुराको सूची बनाइएको छ, होइन त बाबु ?

नयाँ व्यक्ति : हो, काकाले ठिक भन्नुभयो । अझ एक छिन है काका, नगर कार्यपालिकाको सम्बन्धमा धारा २२६ मा अनुसूचि ८ र ९ प्रयोगको लागि कानुन बनाउने अधिकार स्थानीय तहलाई दिइएको छ । त्यस्तै, भाग १९ को धारा २२८ ले कानुनले तोकेको बाहेकका क्षेत्रमा कर लगाउन नपाउने र कानुनले तोकेबाहेक ऋण लिन नपाउने भनी नगर कार्यपालिलाई सचेत गराएको छ । तर यसै धाराको उपधारा २ले स्थानीय तहले राष्ट्रिय आर्थिक नीति वस्तु तथा सेवा ओसारपसार पुजी र श्रमबजार, छिमेकी प्रदेश वा स्थानीय तहलाई प्रतिकूल असर नहुने गरी कानुन बनाएर कर लगाउन सकिने व्यवस्था गरेको छ ।

त्यस्तै, धारा २३० ले नगर कार्यपालिकाले बनाएका कानुन प्रत्येक वर्षका आयव्यय तथा राजश्वको अनुमान आदि स्थानीय कानुन बमोजिम गाउँसभा वा नगरसभामा पेश गर्ने र नगरसभाले पारित गराउने कार्य पनि स्थानीय कार्यपालिकाले नै गर्नुपर्दछ । अनिमात्र ती कानुन तथा वजेट कार्यान्वयन गर्न योग्य हुन्छन् ।

शिवदेव : मैले बाबुको सबै कुरा सुनँ । तर बाबुले भने अनुसार त स्थानीय तह प्रदेश सरकार र संघीय सरकारका बिचमा अधिकारको प्रयोगका लागि विवाद हुने डर पो देखियो त ? यसले विकासलाई झन पछाडि पार्दछ कि बाबु ? खोई अझ बुझिएन ?

नयाँ व्यक्ति : होइन नि बा ! यी र यस्तै समस्या आउलान् भनेर संविधानकै धारा २३२ मा संघ, प्रदेश र स्थानीय तहको बीचको सम्बन्धका बारेमा व्याख्या गरिएको छ । त्यहाँ भनिएको छ यिनीहरुको सम्बन्ध, सहकारि ता सहअस्तित्व र समन्वयका सिद्धान्तमा आधारित हुनेछ । त्यस्तै यही धाराको उपधारा ८ मा नेपाल सरकारले सोझै वा प्रदेश सरकारमार्फत् नगर कार्यपालिकालाई आवश्यक सहयोग र निर्देशन दिन सक्नेछन् । त्यस्तो निर्देशन पालना गर्नु नगर कार्यपालिकाको कर्तव्य हुनेछ भनी लेखिएको छ ।

शिवदेव : ए ! त्यसो भए त राम्रो भयो। तीनैवटै सरकार मिलेर देश विकासमा लागून देशको छिटो विकास होस् आफू त डाँडामाथिको घाम के कति देख्न पाइन्छ। तिमीहरुले सुखका साथ दिन बिताउन पाउला। नगर पालिकाले स्थानीय आवश्यकतालाई प्राथमिकता दिँदै योजना निर्माण गरोस्।

रामकुमारी : अनि बाबु, सबै कुरा बुझियो। त्यो अनुसूचि ८ र ९ मा के के छन् भन्नु भएन त बाबुले ?

नयाँव्यक्ति : अनुसूचि ८ मा स्थानीय तहले आफैँले कानुन बनाएर कार्यान्वयन गर्न पाउने २२ वटा अधिकार क्षेत्रहरु छन्। ल सुन्नुहोस् ती यस प्रकार छन्:

१.

२२.

अनुसूचि ९ मा संघ,प्रदेश र स्थानीय तहको अधिकारका सूचि उल्लेख गरिएको छ। यहाँ १५ वटा साझा अधिकार छन्। यी अधिकारको प्रयोग धारा २३२ बमोजिम गरिने छ।

१.

१५.

नयाँव्यक्ति : यी अधिकार क्षेत्रभित्र रहेर नगरकार्यपालिकाले आफ्नो नगरको विकास का लागि कानुन निर्माण र कार्यान्वयन गर्न कार्य सम्पादन कार्यविधि र कार्यसञ्चालन कार्य विधि तयार गरेका हुन्छन्। कार्य सम्पादन कार्यविधिमा नगरपालिकाले सम्पादन गर्ने विकस निर्माण र सेवाका कामहरु समावेश गरिएको हुन्छ भने कार्यसञ्चालन कार्यविधिले पदाधिकारीको दायित्व र क्षेत्राधिकार तोकेको हुन्छ।

शुकदेव : ल बाबु ! चौताराको सितल हावासँगै हामीलाई नगरकार्यपालिकाका अधिकार गर्न सक्ने कामका बारेमा सविस्तार बुझाई दियौ। खुसी लाग्यो। ल अब जाऔँ। (सबैजना उठ्छन् र आ-आफ्नो घरतर्फ लाग्छन्। त्यस्तै नयाँव्यक्ति पनि हरिकृष्णसँगै जान्छन्।)

क्रियाकलापः

नेपालको संविधानमा स्थानीय तहसम्बन्धि विभिन्न धारा उपधारामा भएका व्यवस्थालाई समेटी एउटा टिप्पणी लेख्नुहोस् ।

अभ्यास

१) खाली ठाउँ भर्नुहोस् :

क) संविधानको धारा भन्नाले संविधानमा रहेको ..... का सङ्ख्या हो ।

ख) संविधानको धारा ... ले स्थानीय तहको अधिकारको व्याख्या गरेको छ ।

ग) संविधानको भाग १७ मा ..... सम्बन्धमा बनाइएको भाग हो ।

घ) ..... नेपाललाई सङ्घीय गणतान्त्रिक मुलुकको घोषणा गऱ्यो ।

२) छोटो उत्तर दिनुहोस् :

क) संविधानको धारा केलाई भनिन्छ ?

ख) स्थानीय तहको अधिकार व्याख्या गरिएका संविधानका धाराहरु कुन कुन हुन् ?

ग) स्थानीय तह, प्रदेश र सङ्घका कुनै ५ वटा साझा अधिकारहरुको सूची बनाउनुहोस् ।

घ) स्थानीय तहले गर्नसक्ने कुनै ५ वटा कार्यहरु लेख्नुहोस् ?

ङ) स्थानीय निकाय र स्थानीय तहबीच अधिकारका आधारमा फरक लेख्नुहोस् ।

३) स्थानीय तहले नै स्थानीय स्तरमा विकास निर्माण गर्ने हो । संविधानले दिएका अधिकारका आधारमा छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।

४) नेपालको संविधानले स्थानीय तहलाई दिएका अधिकारका आधारमा स्थानीय तहले गर्ने ५ वटा कार्यहरु लेख्नुहोस् ।

पाठ २ नगर कार्यपालिकाको निर्णय प्रक्रिया

नगरपालिका भित्रको क्षेत्रलाई स्वच्छ, स्वस्थ, हराभरा र सुन्दर बनाउन नगरभित्र विभिन्न प्रकारका कार्यक्रमहरु सञ्चालन भइरहेका हुन्छन् । सडक, शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, पशु, सामाजिक सुरक्षा, खेलकूद, प्राकृतिक साधनको संरक्षण र सम्वर्द्धन र सदुपयोग, मानव संसाधनको विकास आदि कार्यक्रमहरु सञ्चालन हुन आवश्यक हुन्छ । यी र यस्ता अन्य कार्यक्रमहरु नगर पालिकाद्वारा निर्मित ऐननियम र कार्यविधि सञ्चालन र कार्यान्वयन हुने गर्दछन् ।

नगर कार्यपालिका नगर पालिकाको मुख्य कार्यकारिणी हो । नगरपालिका भित्र सञ्चालित हरेक क्रियाकलाप र योजनाहरुको उत्तरदायित्व यही निकायले लिन्छ । हरेक नगरमा नगरप्रमुख नवर उप प्रमुख वडाध्यक्षहरु नगरसभामा प्रतिनिधित्व गर्ने महिला सदस्यमध्येबाट नगरसभाबाट छानिएका ५ जना, दलित र पिछडिएका क्षेत्रबाट प्रतिनिधित्व गर्ने सदस्यमध्येबाट ३ जनासहितको नगर कार्यपालिका बन्दछ । हाम्रो नगरपालिकामा २१ सदस्यीय नगर कार्यपालिका छ । नगर प्रमुख नगरसभाप्रति उत्तरदायी हुन्छन् ।

नेपालको संविधानको अनुसूचि ८ र ९ मा दिइएको अधिकार क्षेत्रभित्र कार्य गर्नका लागि नगर कार्यपालिकाले स्थानीय सरकार सञ्चालन ऐन २०७४ लाई आधार मानेर नगरकार्य सम्पादन कार्यविधि तयार पारेका हुन्छन्। जहाँ नगर कार्यपालिकाले सम्पादन

गर्ने कार्य योजना र प्रक्रिया उल्लेख गरिएको हुन्छ । त्यस्तै, नगर कार्यपालिकाले आफ्नै नगरकार्य सञ्चालन कार्यविधि पनि तयार पार्न सक्दछ । जसमा नगर कार्यपालिकाका पदाधिकारी र कर्मचारीको काम कर्तव्य र अधिकार क्षेत्र तोकिएको हुन्छ । यिनै कार्यविधिका अधिनमा रही नगरपालिका भित्र कुनै पनि विकास निर्माणको योजना तथा कार्यक्रमहरु सञ्चालन, अनुगमन, र नियन्त्रणको निर्णय नगर कार्यपालिकाले गर्न सक्दछ। नगर कार्यपालिकाले आफूलाई चाहिने ऐन तथा कार्यविधि आफैँ निर्माण गर्न सक्दछ। नगरभित्रका विभिन्न व्यक्तिगत समस्या,सामुदायिक कार्यहरु, साँधसिमाना सम्बन्धी विवाद, व्यापार व्यवसाय सञ्चालन आदिको उचित व्यवस्था र समाधान पनि नगर कार्यपालिकाबाट नै हुन्छ ।

योजना छनौट र कार्यान्वयनः

नगरकार्यपालिका केन्द्र तथा प्रदेशमा मन्त्रिमण्डल भए जस्तै स्थानीय तहको कार्यकारिणी निकाय हो । यसमा कार्यपालिका सदस्यहरुलाई विभिन्न समितिका संयोजक तोकिएको हुन्छ। समिति सञ्चालनमा संयोजकको अहम् भूमिका रहेको हुन्छ। नगर कार्यपालिका भित्र विभिन्न वडाहरु हुन्छन् । हाम्रो नगरपालिकामा पनि ११ वटा वडा छन् । जनस्तरमा काम गर्न सरकारको तल्लो निकाय पनि यही हो । प्रत्येक वडामा वडाध्यक्ष नै रहेको ५ सदस्यीय निर्वाचित प्रतिनिधि रहेको वडा समिति हुन्छ ।

सर्वप्रथम वडाले टोलटोलबाट स्थानीयको आवश्यकताका आधारमा योजनाहरुको माग गर्दछ । स्थानीय उपभोक्ताहरुको भेलामा छलफल भइ योजना सञ्चालनको औचित्य स्पष्ट भएको निवेदन, विभिन्न टोल सुधार समिति, उपभोक्ता समितिमार्फन् वा सिधै वडा कार्यालयमा दर्ता हुन्छन्। यस्ता योजना वडास्तरीय वा नगरस्तरीय प्रदेश स्तरीय वा केन्द्रीय पनि हुन सक्दछन् ।

संकलन भएका वा दर्ता भएका योजनाहरुलाई वडा समितिले प्राथमिकीकरण गर्दछ । प्राथमिकीकरण गर्दा समयका आधारमा एक आर्थिक वर्षमा पूरा हुने वा वहुआर्थिक वर्ष लाग्ने भन्ने आधार र वजेट योजनाको प्रभावका आधार वडा भित्रबाट सञ्चालन हुने, वा केन्द्रबाट सञ्चालन वा कार्यान्वयन गर्ने भन्ने आधारमा गरिन्छ ।

एउटै वडाका मात्र वासिन्दा वा उपभोक्ता लाभान्वित हुने योजना वडास्तरीय योजनाका रुपमा सस्ञ्चालन हुन्छन् । दुई वा दुईभन्दा वढी वडाका उपभोक्ता लाभान्वित हुने योजना नगरस्तरीय योजना हुन्छन् । वडा समितिले प्राथमिकीकरण गरेका योजनाहरुको आवश्यक लगत (वजेट) सहित वडास्तरीय वा नगरस्तरीय भनी छुट्टाएको निर्णयसहित नगरपालिकामा दर्ता गरिन्छ ।

नगर कार्यपालिकामा दर्ता भएका यस्ता योजनाहरु प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले नगर प्रमुखको राय सल्लाह लिई लगतका आधारमा पुनः प्राथमिकीकरण हुने गर्दछन् । प्राथमिकीकरण गरिएका यस्ता योजनाहरु नगरप्रमुखको आदेशमा प्रशासकीय प्रमुखद्वारा नगर कार्यपालिकाको कार्य सूचिअनुसार कार्यपालिका वैठकमा पेश हुन्छन् । नगर कार्यपालिकामा छलफल भई कार्यान्वयनको चरणमा आउने योजनाहरुलाई प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले कार्यपालिकाको निर्णयसहित नगरसभामा पेश गर्दछन् । नगरसभाले स्वीकृत गरिसकेपछि मात्र योजनाहरु कार्यान्वयनको चरणमा आउँदछन् ।

वजेटको स्रोतः

वडाहरुलाई नगरपालिकाले आफ्नो वार्षिक वजेटबाट विकास निर्माण र योजनाका लागि एउटा वजेटको सीमा तोकिएको हुन्छ । त्यही सीमाको आधारमा योजनाहरु प्रस्ताव हुन्छन् । नगर पालिकाको वजेट नगरपालिकाको आन्तरिक स्रोतबाट प्राप्त र कम जुन राजस्वबाट प्राप्त हुन्छ । त्यस्तै नगरपालिकालाई प्रदेश सरकारबाट प्राप्त अनुदान तथा केन्द्रिय सरकारबाट प्राप्त अनुदानलाई मिलाएर आन्तरिक वजेट निर्माण गरिन्छ । नगरपालिकालाई प्रदेशबाट प्रदेश स्तरीय वजेट र संघीय वजेट पनि प्राप्त हुन्छ । प्रदेश स्तरीय र केन्द्रीय वजेट स सर्त वा निःसर्त दुवै हुन सक्दछन् । विभिन्न संघसंस्थाहरुका वार्षिक कार्यक्रमका आधारमा पनि वजेट निर्माण हुने गर्दछ । यसरी सबै तर्फबाट प्राप्त रकमका आधारमा वजेट निर्माण गरिन्छ । वजेट नगर कार्यपालिकाले तयार गर्दछ । नगर कार्यपालिकाको निर्णयसहित स्वीकृतिका लागि वजेट नगरसभामा पेश गरिन्छ । स्वीकृत भइसकेपछि उक्त वजेट लागू हुन्छन् ।

स्थानीय ऐन नियम र कार्यविधिः

नेपालको संविधान अनुसूचि ८ र ९ मा नगरपालिकाका कार्य क्षेत्राधिकार तोकिएको छ। क्षेत्राधिकारभित्र कार्यहरु गर्नका लागि संघीय कानुन र प्रदेश कानुनसँग नबाझिने गरी स्थानीय तहले कानुन निर्माण गर्न सक्दछन् ।नगरपालिकाभित्र धेरै शाखाहरु हुन्छन, विभिन्न शाखालाई कार्यक्रम कार्यान्वयन र सञ्चालनका लागि ऐन तथा कार्यविधिहरु आवश्यक हुन्छन् । शाखाहरुले आफूसँग सम्बन्धित ऐन तथा कार्यविधिका मस्यौदाहरु त्यार पार्दछन् । उक्त मस्यौदालाई प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतसमक्ष नगर कार्यपालिकामा पेश गरिन्छ। नगरप्रमुखको सल्लाह तथा परामर्शमा नगर कार्यपालिकाको कार्यसूचिअनुसार कार्यपालिकाको बैठकमा प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतले पेश गर्दछन्। नगरकार्यपालिकाका सदस्यहरुमा व्यापक छलफल भइसकेपछि मस्यौदालाई अन्तिम रुप दिइ कार्यपालिकाले नगरसभामा पेश गर्न सिफारिस गर्दछ। नगरसभामा पेश भएका मस्यौदा ऐन वा कार्यविधिलाई लालमोहर लगाइसकेपछि स्थानीय राजपत्रमा प्रकाशित हुन्छ। त्यसपछिमात्र मस्यौदाले कानुनी अधिकार प्राप्त गर्दछ ।

लालमोहर र राजपत्रः

ऐन तथा कार्यविधिलाई नगरप्रमुखद्वारा प्रमाणीकरण गर्नुलाई लालमोहोर लाग्नु भनिन्छ। राजपत्र भन्नाले ऐन तथा कार्यविधि कार्यान्वयनका लागि सार्वजनिकीकरण हुनु हो। राजपत्रमा प्रकाशन नगर प्रमुखको आज्ञाले प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतमार्फत् हुन्छ।

समस्याको सुनुवाइः

यसका लागि नगरपालिकामा नगर कार्यपालिकाका उपप्रमुखको संयोजकत्वमा नगर कार्यपालिकाका दुईजना सदस्य सहितको न्यायिक समिति बनेको हुन्छ। सरोकारवाला पक्षले आफूलाई परेको समस्या त्यही समितिमा दर्ता गर्दछ । दर्ता भएको निवेदनउपर सम्बन्धित पक्षहरुबीच छलफल गराइ सम्भव भएसम्म विभिन्न विधिहरु

प्रयोग गरेर समस्याको समाधान खोजिन्छ र समस्याको निरुपण गरिन्छ । यदि समस्या समाधान हुन नसकेमा सम्बन्धित पक्षलाई अदालतसमक्ष जानका लागि आदेश पनि यही समितिले दिन्छ । यस समितिको कार्यक्षेत्र पनि अनुसूचि ८ मा उल्लेख भए बमोजिम नै हुन्छ ।

नगर कार्यपालिकाका हरेक निर्णयले नगरको विकास निर्माण र जनजीवन प्रत्यक्ष प्रभाव पार्दछ । यो निकाय त अत्यन्त संवेदनशील र शक्तिशाली निकाय हो ।

क्रियाकलापः

नगरपालिकामा नगर प्रमुख वा नगर उपप्रमुख वा वडा कार्यालयमा वडाध्यक्षलाई प्रत्यक्ष भेटी आफ्नो वडाका यस वर्ष हुने विकास निर्माणका कार्यहरु सूची बनाई त्यसको कार्यान्वयन प्रक्रियाबारेमा जानकारी लिई शिक्षक र साथीहरुसँग छलफल गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१) **खाली ठाउँ भर्नुहोस्:**

क) स्थानीय राजपत्र प्रकाशन नगरप्रमुखको आज्ञाले ..... ले गर्दछन् ।

ख) न्यायिक समितिको कार्यक्षेत्र संविधानको अनुसूची .... मा उल्लेख गरिएको छ ।

ग) तारकेश्वर नगरपालिकाम ..... सदस्यीय नगर कार्यकालिका रहेको छ ।

घ) नेपालको संविधान २०७२ को अनुसूची ८ र ९ मा ..... क्षेत्राधिकार तोकिएको छ ।

२) **छोटो उत्तर दिनुहोस् :**

क) स्थानीय तहले कार्यान्वयन गर्ने योजनाहरु कति प्रकारका हुन्छन् ?

ख) निसर्त र ससर्त योजना भनेको कस्ता योजनाहरु हुन् ?

ग) विकासका योजनाहरु सर्वप्रथम कहाँ र कसरी छनोट हुन्छन् ?

घ) विकासका योजनाको अन्तिम छनौट कसरी हुन्छन् ?

घ) नगर सभा नगरपालिकाको सार्वभौम संस्था हो । पुष्टि गर्नुहोस् ।

३) **नगर कार्यपालिका स्थानीय निकायमा कार्य गर्ने प्रमुख निकाय हो । पुष्टि गर्नुहोस् ।**

४) **स्थानीय स्तरमा योजना छनौट र कार्यान्वयन कसरी हुन्छ ? छोटकरीमा चर्चा गर्नुहोस् ।**

५) **स्थानीय ऐन र कार्यविधि बन्ने प्रक्रियाको चर्चा गर्नुहोस् ।**

६) **स्थानीय तहमा विभिन्न योजनाहरुको लागि बजेटको व्यवस्था कसरी हुन्छ ? लेख्नुहोस् ।**