

स्थानीय पाठ्यक्रमया लिधंसाय् नेपालभाषाया सफू

संख्य ममीक

येँ देय् म्हसीके



तगिं
कक्षा



महानगरपालिका
काठमाडौं महानगरपालिका





सं महानगरपालिका

काठमाडौं महानगरपालिका



स्थानीय पाठ्यक्रमया लिधंसाय् नेपालभाषाया सफू

सं खस्य म्मीव

(यें देय् म्हसीके)



तगिं (कक्षा)

पिकाक (प्रकाशक)

यें महानगरपालिका

काठमाडौं महानगरपालिका

स्थानीय पाठ्यक्रमया लिधंसाय्
नेपालभाषाया सफू

यँ देय् म्हासीके

(यँ देय् म्हासीके)

तगिं ५/कक्षा ५

सर्वाधिकार :

यँ महानगरपालिका

काठमाडौं महानगरपालिका

न्हापांगु पिथना (प्रथम प्रकाशन) :

ने.सं. ११४१ (वि.सं. २०७७)

परिमार्जित पिथना (परिमार्जित प्रकाशन) :

ने.सं. ११४६ (वि.सं. २०८२)

पिकाक :

यँ महानगरपालिका

काठमाडौं महानगरपालिका

©

यँ महानगरपालिका शिक्षा विभागया लिखित स्वीकृति बिना ब्यापारिक प्रयोजनया निंतिं थुगु सफूया पूरा वा आंशिक भाग प्रकाशन यायेत, हीकाः प्रकाशन यायेत, छुं नं विद्युतीय साधन वा मेगु प्रविधिं रेकर्ड यायेगु वा प्रतिलिपि पिकायेगु ज्या याये दइ मखु ।

Yen Dey Mhasike – A text book of Nepal Bhasa for class 5 based on local curriculum.

Published and implemented by Kathmandu Metropolitan City.

जिमिगु धापू

येँ देय् न्यंकया ब्वनेकुथिइ शैक्षिक दँ ११४० (वि.सं. २०७७) निसें आधारभूत तह (तगिं छगूनिसें च्यागूतक) येँ देय्या म्हसीका बीगु स्थानीय पाठ्यक्रम नेपालभाषाया माध्यमं ब्वकेगु नीतिगत निर्णय येँ महानगरपालिकां याये धुंकूगु दु । नेपाःया संविधानया भाग ३ मौलिक हक अन्तर्गत धारा ३२ या उपधारा (२) व (३) य् देय् या हरेक स्थानीय तहपाखें थःगु मातहतय् लाःगु सामुदायिक व संस्थागत ब्वनेकुथिइ स्थानीय पाठ्यक्रम कथं थःपिसं हे छगू विषय ब्वके फइगु व्यवस्था यानातः कथं येँ महानगरपालिकां थ्व खँ क्वःछ्यूगु खः । थ्वया लिधंसाय् ब्वनामिपिन्त थःगु येँ देय् दुने व पिने नापं स्थानीय तहया थीथी विषययाबारे दुग्यंक ज्ञान बीगु उद्देश्य थ्व पाठ्यक्रमं काःगु दु । थ्वहे भवलय् हरेक न्यादँय् ई कथं पाठ्यक्रम परिमार्जन यायेमाःगु नियम कथं परिमार्जित पाठ्यक्रमया आधारय् थ्व पाठ्यसफू दयेकाः पिथंगु खः ।

थुकी येँ देय्या नखःचखः, वेशभूषा, संस्कार, सम्पदा, भाषा, सीप, कला कौशल व व्यवसाय, नैतिक शिक्षा, भौगोलिक स्वरूप व प्राकृतिक स्वरूप, स्वास्थ्य शारीरिक शिक्षा व कासा, व्यक्ति म्हसीका, लिपि नं यानाः मुक्कं भिगू विषय दुथ्याकातःगु दु । थज्याःगु थीथी विषय ब्वनामिपिसं अध्ययन यानाः उकिया महत्व, उपयोगिता नापं व्यावहारिकताबारे थुइकाः पुस्तान्तरणया नितिं संरक्षण व सम्बर्द्धन याये फइ ।

येँ देय् ऐतिहासिककालनिसें मूलतः नेवाः भाय् ल्हाइपिनिगु वस्ती जुया वयाच्वंगु व थ्व नगरया म्हसीका विइबलय् नेवाः भाय् हे यक्व छ्यलाबुला जुइगुलिं पाठ्यसफूया अध्यापन स्थानीय नेपालभाषां जुल धाःसा महानगरयात अझ सतित थुइके अःपुइगुया नापनापं स्थानीय भाषाया संरक्षण व सम्बर्द्धन यायेगु स्थानीय तहया संवैधानिक व कानुनी अभिभारा नं पूवनी । थुकथंया अध्ययनपाखें विद्यार्थीतय्त थःगु देय् व थः जःखःया लः, फय्, चा म्हसीके बियाः कन्हय् देय्यात माःगु सक्षम जनशक्ति उत्पादन याये फइ धइगु भलसा कयागु दु । थ्व सफू दुने सम्बन्धित विषयवस्तु, न्ह्यसःलिसः, खँग्वः धुकू, याज्या नापं परियोजना ज्या दुथ्याःगुलिं ब्वनामिपिसं अःपुक हे रचनात्मक ज्या याये फइ । अथे हे स्यनामिपिनि नितिं क्रियाकलाप नं बियातःगु दु ।

सफू थ्व रूपय् पिथनेत थःगु ग्यसुलाःगु सुभावा बियादीम्ह येँ महानगर कार्यवाहक प्रमुख **सुनिता डंगोल**जुयात सुभाय् देछासे थ्व सफू पिथनेया नितिं ग्वाहालि यानादीपिं येँ महानगरपालिका शिक्षा तथा स्वास्थ्य समिति नापं नेपालभाषा पाठ्यक्रम तथा सफू परिमार्जन समितिया कजि **चिनीकाजि महर्जन**, छयाञ्जे भाजु **नेत्रनारायण पौडेल**, प्रमुख प्राविधिक सल्लाहकार नापं च्वमि **बरुणप्रसाद बैद्य**, परिमार्जन यानादीम्ह **सन मानन्धर** व थ्व ज्याय् ग्वाहालि यानादीपिं सकलसितं दुनुगलं सुभाय् देछानाच्वना । न्हापांगु संस्करण च्वयादीपिं **प्रा.डा.चुन्दा बज्राचार्य**, **सह-प्राध्यापक मदनरत्न मानन्धर**, **सह-प्राध्यापक पुष्पनारायण मानन्धर**, **नन्दकाजी श्रेष्ठ**, **कायबहादुर नेपाली (व्यञ्जनकार)**, **राकेश श्रेष्ठ**, **सन सायूमि**, **सिल्भा प्रधान**, **सुनिता मानन्धर**, **सरस्वती तुलाधर** व **सृजना शाक्य**पिंत नं दुनुगलं सुभाय् देछाना च्वना ।

सफूयात थुगु स्वरूपय् पिथनेत ग्वाहालि यानादीपिं भाषा सम्पादनय् **रमेश काजि स्थापित**, विषयवस्तु सम्पादनय् **सिल्भा प्रधान** व **सुनिता मानन्धर**, लेआउट डिजाइनय् **अर्विन्द्र मान सिं**, च्वयाकिपाय् **एकाराम सिं**, फोटोग्राफीया नितिं **रेखा शाक्य**, लिपि विज्ञ **आनन्द कुमार महर्जन** व कम्प्यूटर टाइप यानादीम्ह **सरोजमान नकमी**पिं सकलसितं सुभाय् देछाना ।

थ्व सफू स्यनेकनेया नितिं छगू साधन जक खः । थुकियात छ्यलाबुलाय् हयेत सःस्यूपिं स्यनामि, ब्वनामिपिसं नं पाठ्यक्रमं ब्यूकथंया सिकाई उपलब्धियात स्रोत व साधनया रूपं छ्यल धाःसा याउंक अःपुक हे स्यना काये फइ । थ्व सफूतिइ दुथ्याःगु विविध विषयपाखे छुं नं मगाःमचाःगु दुसा सुधारया नितिं सकल स्यनामि, अभिभावक, बुद्धिजीवी नापं ब्वमिपिनिगु थःथःगु थासय् महत्वपूर्ण भूमिका दुगु हुनिं सकसितं रचनात्मक सुभावाया नितिं इनाप यानाच्वना ।

हायो भनाई

काठमाडौं महानगरका सबै विद्यालयहरूमा शैक्षिक वर्ष वि.सं. २०७७ (ने.सं. ११४०) देखि आधारभूत तह (कक्षा एकदेखि कक्षा आठसम्म) काठमाडौं महानगरको परिचय बोध गराउने स्थानीय पाठ्यक्रम नेपालभाषाको माध्यमबाट पठनपाठन गराउने नीतिगत निर्णय काठमाडौं महानगरपालिकाले गरिसकेको छ। नेपालको संविधानको भाग ३ मौलिक हक अन्तर्गत धारा ३२ को उपधारा (२) र (३) मा देशको हेरक स्थानीय तहले आफू मातहत रहेका सामुदायिक र संस्थागत विद्यालयहरूमा स्थानीय पाठ्यक्रमका रूपमा आफैले एक विषय पढाउन पाइने व्यवस्था गरिए अनुसार काठमाडौं महानगरपालिकाले उक्त निर्णय गरेको हो। निर्णय अनुसार विद्यार्थीहरूलाई आफू बसिरहेको काठमाडौं महानगर भित्र र बाहिरका समेत स्थानीय तहका विविध विषयहरूका बारेमा पूर्ण ज्ञान दिने उद्देश्य लिइएको छ। यसै सिलसिलामा प्रत्येक पाँच वर्षमा समय सापेक्ष पाठ्यक्रम परिमार्जन गर्नु पर्ने नियम अनुसार परिमार्जित पाठ्यक्रमको आधारमा यो पाठ्यपुस्तक प्रकाशित गरिएको छ।

यसमा काठमाडौं महानगरको चाडपर्व, वेशभूषा, संस्कार, सम्पदा, भाषा, सीप, कला कौशल र व्यवसाय, नैतिक शिक्षा, भौगोलिक स्वरूप र प्राकृतिक स्वरूप, स्वास्थ्य शारीरिक शिक्षा र खेलकूद, व्यक्ति परिचय, लिपि समेत गरी जम्मा दशवटा विषय समावेश गरिएको छ। विद्यार्थीहरूले यी विषयहरू अध्ययन गरी त्यसको महत्व, उपयोगिताका साथै व्यावहारिकताबारे बुझी पुस्तान्तरणका लागि संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्न सक्षम हुनेछ।

काठमाडौं महानगर ऐतिहासिककालदेखि नै मूलतः नेपालभाषाभाषीहरूको वस्ती रहँदै आएको र यो नगरको परिचय दिँदा नेपालभाषाकै बढी प्रयोग हुने भएकोले पाठ्यपुस्तकको अध्यापन स्थानीय नेपालभाषाबाट भएमा विद्यार्थीहरूले नगरलाई अभिमानका साथै बुझ्न सक्नुका साथै स्थानीय भाषाको संरक्षण र सम्बर्द्धन गर्ने स्थानीय तहको संवैधानिक एवं कानुनी अभिभारा पनि पूरा हुन पुग्दछ। यस प्रकारको अध्ययन अध्यापनबाट विद्यार्थीहरूलाई आफ्नो मुलुक, आफू वरिपरिको हावा, पानी, माटोको परिचय दिई भोलि मुलुकलाई आवश्यक पर्ने सक्षम जनशक्ति उत्पादन गर्न समेत टेवा पुग्ने विश्वास लिएका छौं।

यस पुस्तक भित्र सम्बन्धित विषयवस्तु, प्रश्नोत्तर, शब्द-अर्थ, अभ्यासका साथै परियोजना कार्य समावेश गरिएकाले विद्यार्थीहरूले सजिलै रचनात्मक कार्य गर्न सक्दछन्। त्यस्तै शिक्षकहरूको लागि पनि क्रियाकलापको व्यवस्था गरिएको छ।

यो पुस्तकलाई यो रूपमा प्रकाशित गर्न आफ्नो अमूल्य सुझाव तथा सहयोग गर्नु हुने काठमाडौं महानगर कार्यवाहक प्रमुख **सुनिता डंगोल** ज्यू प्रति कृतज्ञता प्रकट गर्दछौं। यो पुस्तक प्रकाशनका लागि योगदान गर्नु हुने काठमाडौं महानगरपालिका शिक्षा तथा स्वास्थ्य समिति एवं नेपालभाषा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक परिमार्जन समितिका संयोजक **चिनीकाजि महर्जन**, सदस्य सचिव **नेत्रनारायण पौडेल**, प्रमुख प्राविधिक सल्लाहकार एवं लेखक **बरुणप्रसाद बैद्य**, परिमार्जन कर्ता **सन मानन्धर**लाई हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्दछौं। यसका साथै प्रथम संस्करणका लेखकहरू **प्रा.डा.चुन्दा बज्राचार्य**, **सह-प्राध्यापक मदनरत्न मानन्धर**, **सह-प्राध्यापक पुष्पनारायण मानन्धर**, **नन्दकाजी श्रेष्ठ**, **कायबहादुर नेपाली (व्यञ्जनकार)**, **राकेश श्रेष्ठ**, **सन साय्मि**, **सिल्भा प्रधान**, **सुनिता मानन्धर**, **सरस्वती तुलाधर** र **सृजना शाक्य**लाई पनि हृदयदेखि धन्यवाद दिन चाहन्छौं। यस पुस्तकलाई यो स्वरूपमा प्रकाशित गर्न सहयोग गर्नुहुने भाषा सम्पादनमा **रमेश काजि स्थापित**, विषयवस्तु सम्पादनमा **सिल्भा प्रधान** र **सुनिता मानन्धर**, लेआउट डिजाइनमा **अर्विन्द्र मान सिंह**, चित्रकलामा **एकाराम सिंह**, फोटोग्राफीका लागि **रेखा शाक्य**, लिपि विज्ञ **आनन्द कुमार महर्जन** र कम्प्यूटर टाइप गर्नुहुने **सरोजमान नकर्मि**लाई पनि धन्यवाद दिन चाहन्छौं।

यो पुस्तक पठनपाठनका लागि एउटा साधन मात्र हो। यसलाई प्रयोग गर्ने विज्ञ, शिक्षक, विद्यार्थीहरूले पनि पाठ्यक्रमले निर्देश गरे अनुसार सिकाई उपलब्धिलाई स्रोत र साधनका रूपमा प्रयोग गरे सजिलै सिक्न सक्दछन्।

यो पुस्तकमा समावेश गरिएका विविध विषयहरूमा कुनै छुट वा अपुग हुन गएको छ भने सुधारका लागि सम्पूर्ण शिक्षक, अभिभावक, बुद्धिजीवीका साथै विद्यार्थीहरूको आआफ्नो स्थानमा महत्वपूर्ण भूमिका हुने भएकोले सम्बन्धित सबैलाई रचनात्मक सुझावको लागि अनुरोध गर्दछौं।

प्रशिक्षण निर्देशन

थुगु पाठ्यसफूपाखें व्वनामि मस्तयूत सफलतापूर्वक सिकाइ उपलब्धि हासिल यायेत व्वय् बियातःगु बुँदाय् ध्यान बियादीत इनाप यानाच्वना ।

- 📢 बियातःगु विषयवस्तुत लँपु जक खः, उकिं छितः मगाःमचाःगु थें जूसा छिं स्यूकथं धयादिसँ ।
- 📢 मस्तयूत न्ह्यसःया लिसः याउँकः यायेफयेकेत विषयवस्तु धुंकाः **न्ह्यसः लिसः** बियातःगु खः ।
- 📢 पाठ पतिकं बियातःगु क्रियाकलाप व्वनेक्वथाय् यायेत बियातःगु खः । **क्रियाकलाप** याकेत दक्व मस्तयूत अनिवार्य रुपं सहभागी याकादिसँ । थीथी स्रोतं किपा वा भिडियो क्लिपत नं कयाः प्रयोग याकादिसँ ।
- 📢 परियोजना ज्यायात प्राथमिकता बियादिसँ ।
- 📢 मस्तयूत खँगवःत तःकःमछि धायेकादिसँ ।
- 📢 याज्याय् न्यनातःगु न्ह्यसःया लिसः मस्तयूत धायेके धुंकाः जक च्वकादिसँ ।
- 📢 स्वास्थ्य, शारीरिक शिक्षा व कासा म्हितेत फयांफत्तले यक्व ई बियादिसँ । कासा म्हिते धुंकाः धेंधेंबल्लाः कासा याकादिसँ ।
- 📢 व्यक्ति म्हसीकाय् बियातःपिं हनेबहपिनिगु देनबारे खँल्हाबल्हा जक यानादिसँ ।
- 📢 लिपिबारे आखःग्वःत तःकःमछि च्वकादिसँ । लिपि च्वकेगुबारे धेंधेंबल्ला कासा याकादिसँ ।
- 📢 फयांफत्तले यक्व सम्पदा भ्रमण याकादिसँ ।

नां :

रोल ल्या : सेक्सन :

ब्वनेकुथि :

.....

.....

धलःपौ

एकाइ	शीर्षक	पेज ल्याः
१	भाषा	१
२	नखःचखः व वेशभूषा	
	२.१ गथांमुगः चःद्वेः	७
	२.२ न्हय्गां जात्रा	११
	२.३ होली	१४
	२.४ बालाचःन्हे	१७
	२.५ कु छ्वयेगु	२०
	२.६ सगंज्वलं व मचाजंक्वज्वलं	२३
३.	संस्कार	
	३.१ वःलाः तयेगु	२८
	३.२ कय्तापुजा	३०
	३.३ बरे छुइगु	३३
	३.४ इहि	३५
	३.५ वाऱ्हाः तयेगु	३७
४.	सम्पदा	
	४.१ मरुसतः	३९
	४.२ फल्चा	४०
	४.३ छ्वास	४०
	४.४ महाद्यः	४२
	४.५ चाबहिल	४४
५	सीप, कला कौशल व व्यवसाय	
	५.१ सिजःकःमि, लुँकःमि व चिकंसाः	४६
	५.२ नेवाः बाजंया नां	५०
६	नैतिक शिक्षा	
	६.१ विधि व्यवहार	५२
	६.२ बहुजन हिताय बहुजन सुखाय	५२
	६.३ गुधि	५३
७	भौगोलिक व प्राकृतिक स्वरुप	
	चा, फि व ल्वहं	५६
८	स्वास्थ्य व शारीरिक शिक्षा	
	८.१ कुपोषण	५८
	८.२ कासा (पाँय्कासा, द्यःनां तिसानां, धुँ कासा)	६१
९	व्यक्ति म्हसीका	६५
१०	लिपि	७१

भीगु यँ देय्

भीसं हे सुचुकुचु याये



ला:ला:थाय् फोहोर वायेगु मयाये

न्त्या:न्त्या:थाय् ई फायेगु मयाये

थ:गु व्वने क्वथा थ:पिसं हे यचुपिचु याये



मै मन्तानगवन्तान्ति

काठमाडौं महानगरपालिका



सांस्कृतिक शहर यँ महानगर

सिकाइ उपलब्धि

गथांमुगःपाखें विस्मयादिबोधक खँवः म्हसीकेफइगु, छैय् दइगु बसजाः ज्वलंया नां धायेफइगु, न्यय् छगःनिसें न्हयगःतक धायेफइगु, थीथी सिसाबुसा व वाउँचाया नां धायेफइगु, पुजामलय् तइगु ज्वलंया नां धायेफइगु, गथांमुगःपाखें विस्मयादिबोधक खँवः ब्वनाः धायेफइगु, हे माकः जंगली माकः मे हालेफइगु व गथांमुगःयाबारे च्वयेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : २०)

विस्मयादिबोधक चिं व खँवः

भीसं छुं खनाः, ब्वनाः, स्वयाः, न्यनाः भीके ब्वलनिइगु सुख, दुःख, अजूचाःगु, ग्याःगु, लय्ताःगु भावयात सः पाकाः न्ववाइगुयात विस्मयबोध धाइ ।

विस्मयबोध भावयात च्वयेबलय् छगू विशेष चिं छयलेमाः ।

थुगु चिं ! यात विस्मयादिबोधक चिं धकाः धाइ ।

विस्मयादिबोधक चिं छयलाः न्ववाइगु वा च्वइगु खँवःयात विस्मयादिबोधक खँवः धाइ ।

दसु :

“आहा ! गुलि हिसि दुम्ह मचा ।”

“छ्या ! गपाय्सकं ग्यात ।”

“अय् ! धाथें खः ला ?”

“अहो ! तसकं नुगः मछिन ।”

१.१ खँवःबाबलहा

जिं म्हिगः सुथय् मरुइ मिला नापलात । निम्हं तरकारी न्या वनापिं खः । जिपिं तरकारी स्वस्वं वना । मरु गणेद्यःया न्हयःने अंगू मियातःगु खना । मस्त अंगू न्यायेत अंगू ल्ययाच्चन । ओहो ! थथाय् सलं भाः यानाच्चन ।

हरे ! घ्वातु घ्वानाच्चन । जिमिसं नं अंगू न्यायेत स्वया । “आहा ! गज्याःगु बांलाःगु अंगू खनीसा स्व रे

मिला ।” जिं धया । “ख नि सा ! थ्व अंगू तसकं हे बांलाः ।” मिलां धाल । निम्हेस्यां अज्याःगु हे अंगू न्याना । मिलायात छम्ह मचां न्हुयाबिल । मिलां “आया ! तुतिइ स्याक लात का ।” धाल । जिं स्वया अले धया, “ओहो ! घाः जुल खनीसा ।” जिं टेप न्यानाः तिकाबिया । “का ! वा वल । कुसा नं मद्दु । आः हे वा वयेमाःगु ला ?” जिं धया । भचा उखे वनां ला गथामुगः थनाच्चंगु खनी । मस्तयूसं जगाः फवनाच्चन । “का स्व ! जिके ला ध्यवा फुत का । नीतका जक दुगु, अंगू न्यायेधुन का ।” मिलां धाल । अले जिं न्यातका जगाः बिया । जिपिं छें लिहां वयाः ।

“हरे शिव, तरकारी ग्व ?” मामं न्यनादिल । “का स्वः ! अंगू जकं न्यानाः हल का । अय्सा स्वकिं लूगु नकिं छपू न्यानाहजि बहनिइ तायेमानी । तरकारी नं न्यानाहजि ।” धकाः मामं न्ययूतकाः दां बियादिल । जि हानं पसः वनाः ।

१.२ न्यनादिसँ व धयादिसँ

१.२.१ छैय् दइगु ज्वलंया नां

खाता, मेच, टेबुल, ईलचं, दराज, सोफा, टि.भी., बाता, घः, कसरी, कराइ, धवः, चतं, बाताचा, थुमाचा, हासा, तुफि, करुवा, देमा, रिकापि, कयः, चुपि, कुँइ, त्यप व मेमेगु ।

१.२.२ थीथी सिसाबुसा व वाउँचा म्हसीके व धाये

सिसाबुसाया नां : सन्त्रासि, भोगत्या, स्याउ, मेवा, खरबुजा, अंगुर, केरा, धालय, अं, आमसि, पासि, तुसि, बःसि, लैं, तु, नँइक्याः, जामुन, अंजीर व मेमेगु ।

वाउँचाया नां : पाछै, तुकं, चसु, मिचः, पलः, धनिया, साकिचा, प्याज, लाभा, छाःचा, स्वंपस्वः, च्वलः, जीसाचा व मेमेगु ।

१.२.३ पुजाभलय् तइगु ज्वलंया नां :

जाकि, तछ्वः, हाम्वः, अबिर, म्हासुसिन्हः, भूयुसिन्हः, ताय, स्वां, जजंका, धुपाँय्, इताः, क्वखा, नीलः, लंपिचा व मेमेगु ।

१.२.४ ल्याः न्यय्छगःनिसैं न्हय्गःतक

५१	५२	५३	५४	५५	५६	५७	५	५९	६०
न्यय् छगः	न्यय् निगः	न्यय् स्वंगः	न्यय् प्यंगः	न्यय् न्यागः	न्यय् खुगः	न्यय् न्हय्गः	न्यय् च्यागः	न्यय् गुंगः	खुइगः
६१	६२	६३	६४	६५	६६	६७	६८	६९	७०
खुइ छगः	खुइ निगः	खुइ स्वंगः	खुइ प्यंगः	खुइ न्यागः	खुइ खुगः	खुइ न्हय्गः	खुइ च्यागः	खुइ गुंगः	न्हय्गः

१.३ ब्वनादिसँ :

१.३.१ क्वय् बियातःगू खँ ब्वनादिसँ :

हिसि व वया पासापिं गथांमुगः तःगु थासय् स्वः वन ।

हिसिया पासा यचुं धाल : “यमांसा ! जि ला ख्याः खनाः ग्याः ।”

अले उपिं तापाक च्वनाः गथांमुगः स्वयाच्वन । लँय् गथांमुगः ब्वाँय् ब्वाँय् जुयाच्वन ।

हिसिं धाल, “अय् अय् ! गथांमुगः, जितः थी मते हुँ ।” उपिं दक्वं थःथःगु छँय् लिहां वन ।

१.३.२ मे हाला दिसँ

मे च्वमि : दुर्गालाल श्रेष्ठ

हे माकः जंगली माकः, मिखा माखा प्वाक

न्हाय् न्हि छ्याकः, आप्पां छ्याः थें

ख्वाः हे ह्याकः, स्वयेमते आम थे मन हे ग्याक्क, हे माकः

घाराघुरु सिंचा ख्याःचिया भिंचा, ज्याखँय् धाःसा तां धाले तिंचा

फुँइफाँय् हाकनं थुलि तच्चः कि, थाय्मा छं हे छुचुनय् खिंचा

उकिं ला जूगु छ न्ह्यावलें याकः, हे माकः जंगली माकः

छँ नं म्वाःम्ह बुँ नं म्वाःम्ह, सिमाचाय् हुसुलुं पुइ दुसा गाःम्ह,

हे जक माकः च्वय् च्वय् धाय्काः तिक उखेथुखे तिन्हुइ न्ह्याम्ह

हत्तेरि गुलि जक ह्वाज्यः पाकः, हे माकः जंगली माकः

नयेत ला नय्सः पाका पाका, निपा ल्हातिं नं कय्कय् च्याच्यां

गय् जक तिखें बुद्धि ला ह्वान्तां, प्यपां चुयाजुइ लय्लय् तातां

उकिं ला थाःगु नि नुगलय् हाकः, हे माकः

दापुया एकाइ ब्वनादिसँ :

वाचकं - आधा चौथाइ

चकंछि - चौथाइ

वामना - आधा माना

छमना - एक माना

निमना - दुइ माना

कूछि - दुइ माना

त्यःछि - चार माना

फच्छि - आठ माना (एक पार्थी)

निफा - दुइ पार्थी

छमुरी - बीस पार्थी

छगू लिटर - एक लिटर

लनेगुया एकाइ ब्वनादिसँ :

बाँल - आधा पाउ (१०० ग्राम)

पँल : एक पाउ (२०० ग्राम)

कुँल - दुइ पाउ (४०० ग्राम)

छधानी - एक धानी

छतोला - एक तोला

छलाल - एक लाल

छगू मासा - एक मासा

१.८ च्वयादिसँ

गथांमुगःयावारे छिं स्यूगु खँ च्वयादिसँ ।

न्हयसः लिसः

क) न्हयसः “ए ! थुखे वा ।” थुकी विस्मयादिबोधक खँगवः छु खः ?

लिसः थुकी विस्मयादिबोधक खँगवः “ए !” खः ।

ख) न्हयसः “छिछि ! गुलि बांलाःगु स्वां ।” श्व खँपु पाय्छि जू लाः ? पाय्छि मजूसा छु धाये माली ?

लिसः बियातःगु खँपु पाय्छि मजू । “आहा ! गुलि बांलाःगु स्वां ।” धायेमाः ।

ग) न्हयसः “जि पासा सानु च्वसु कासाय् न्हाप जुल ।” श्व खँपुयात विस्मयादिबोधक खँगवः तयाः भिंकादिसँ ।

लिसः “हुरें ! जि पासा सानु च्वसु कासाय् न्हाप जुल ।”

नेपालभाषा		नेपाली भाषा	अंग्रेजी
अंगू	–	औठी	ring
घ्वातु घ्वानाः	–	घचेटेर	pushing
स्यात	–	दुख्यो	pain
घाः	–	घाउ	wound
स्वकिं नकिं	–	तीन मुखे किला	three tailed nail
इलचं	–	घडि	watch
धाले	–	अनार	pomegranate
अँ	–	आँप	mango
स्वां	–	फूल	flower
ख्याः	–	ख्याक	ghost
तिन्हुइ	–	उफ्रिन्छ	jumped

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) “ए ! जा नः वा ।”
- ख) “विचरा ! वया लाकां हे चबुत हं ।”
- ग) “हाहा ! कासाय् हरियागु नां हे मदु हं ।”
- घ) “थुक्क ! छ पास जुल लाः ?”
- ङ) “हिहि ! छ नं पिकनिक वनेगु ला ?”

२. च्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः च्वयादिसँ :

- क) हिसि व यच्चुं धाःगु खँपु थें मेगु स्वपु खँपु च्वयादिसँ ।
- ख) न्यय्छगःनिसें न्हय्गः तक च्वयादिसँ ।
- ग) दापुया एकाइ न्यागू च्वयादिसँ ।
- घ) लनेगुया एकाइ न्यागू च्वयादिसँ ।
- ङ) गथांमुगःया क्पिपा च्वयादिसँ ।

३. परियोजना ज्या : विस्मयादिबोधक भिगवः खँवः च्वयादिसँ । उकियात खँपुइ छ्यलाः ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

च्वय् बियातःगु विस्मयादिबोधक खँवः तया खँपु धायेकाः च्वकादिसँ । न्यय्छगःनिसें न्हय्गः तक धाधां च्वकादिसँ । च्वय् बियातःगु दापुया एकाइ ब्वकादिसँ । थ्व सम्बन्धी धारणाया लागि कासा म्हितकादिसँ । कासाया लागि २२ कू भ्वँतय् (लगभग ८ इन्ची X ५ इन्ची) सफुतिइ बियातःगु (छकुलिइ बाचकं व मेगु भ्वँतय् चकछि आदि) च्वयातःगु तयार याकादिसँ । मस्तयत् ४/५ गू पुचः दयेकाः छगू पुचलं छकू भ्वं स्वकेगु, उकिइ छु वल उकिया लिसः मेगु पुचःयात बीकेगु । पाय्छि जूसा नम्बर बीकेगु । भ्वंकुचा मफूतले म्हितकेगु, अप्वः ल्या हःगु पुचःयात सिरपाः बीगु । अथे हे लनेगु कासा म्हितकाः एकाइ धायेकादिसँ । अथे हे छगू पुचःयात न्यंकाः मेगु पुचःयात लिसः बीकेगु कासा नं म्हितकाः दिसँ ।

२.१ गथांमुगः चःःहे

सिकाइ उपलब्धि

गथांमुगः चःःहे बारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ५)

गथांमुगः चःःहे श्रावणकृष्ण चतुर्दशीकुन्हु लाइ । थ्व नखःयात कायमचा नखः नं धाइ । थ्वकुन्हु स्वथनातःगु बाजं पितहइ । पितहःगु बाजं दकलय् न्हापां नासःद्यःयाथाय् पुजा याइ । न्हूपिं मस्तय्त बाजं थायेगु स्यनेगु शुरु याइ ।

थ्वकुन्हु थःथःगु छैय् सुचुकुचु याइ । सुथय् थीथी द्यःपिनिगु पुजा याइ । सुथनिसें त्वाःत्वालय् दुवातय् गथांमुगः धकाः पंकथी थनी । उकिया दथुइ ग्यानापुसे च्वंक च्वयातःगु ख्वाःपाः व्वइ । व ख्वाःपाःयात गथांमुगः राक्षस धाइ । मिसामस्तय्सं कतांमरि घाःवइ । मनूतय्सं नयागु अंगू न्ह्याइ । मिसा मस्तय्सं ल्हातिइ लैचा छिनाः बांलाका जुइ ।

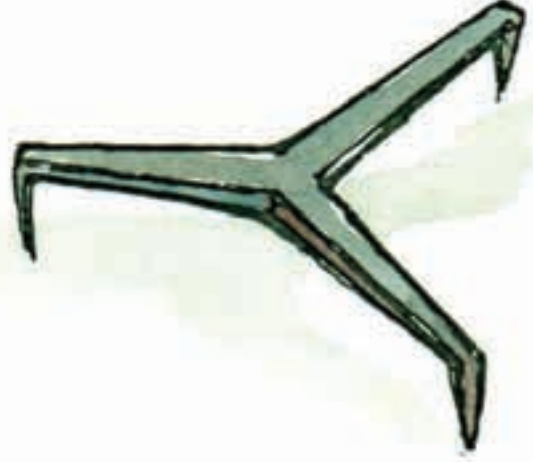
गथांमुगः न्हिच्छं धंका तइ । सन्ध्याकाःई जुलकि छम्ह मनूयात म्हय् हाकुगु पाकाः जगाः फ्वंके छ्वइ । जगाः फ्वं वनीबलय् ल्हातय् धौभ्यगः ज्वनाः 'आजु जय, ओम शान्ति जय नेपाल' धकाः हाहां वनी । थथे 'आजु जय' धकाः बाः बाज्यापिनि जयजयकार याःगु धाइ । थथे 'आजु जय' धालकि नापं वनिपिसं 'हा' धाइ । बहनी 'आजु जय'यात धौबजि नकी । धौबजि नके धुंकाः गथांमुगः क्वःथली ।

गथांमुगःया द्यःने 'आजु जय'यात तयाः सालाः खुसिइ वाये यंकी । वाय यंकीबलय् छ्वालि च्याकाः सीबाजं थानावनी ।



गथांमुगः वाये धुंकाः बहनी छँखापतिं
छ्वासय् बौ तयेगु याइ । बौ वाये यंकीगुयात
भूतप्रेत विसिके छ्वयेगु कथं काइ । बौ
वायेधुंकाः छँय् भूतप्रेत दुहां मवयेमा धकाः मू
लुखाय् नँया स्वकिं लूगु नकिं ताइ । गथांमुगः
बारे छपु बाखं थथे दु :

न्हापा न्हापा छम्ह मभिंम्ह राक्षस दु
खनी । वं थःगु न्हाय्पनय् गं घानातइगु खनी ।
उकिं वयात घण्टाकर्ण धाइगु जुयाच्चन । वं
मनू स्यानाः नयाः तसकं दुःख वियाच्चन ।
छन्हु छम्ह नाजाःम्ह तान्त्रिकं वयात स्यायेगु
बिचाः यात । तान्त्रिक ब्याचिया रुप कयाः
राक्षसया न्हयःने वन । अले वयात हायेकेगु
शुरु यात । थ्व खनाः राक्षसं तं पिकयाः
ब्याचित स्यायेगु धकाः लिनायंकल । ब्यांचा
नं विसिउँ वनाः छगू पुखूया ध्वपय् दुहां वन ।
राक्षसं नं अन हे ल्यूवन । तर राक्षस ध्वपं
थहां वये मफयाः अन हे सित । राक्षस सीगु
दिं गथांमुगः चःहे जुयाच्चन । उकिं घण्टाकर्ण
राक्षस सीगु लसताय् गथांमुगः चःहे हनेगु
यानातःगु जुयाच्चन । गथांमुगः चःहे देशं पिने
नेवाःत दुगु थासय् नं हनेगु याः । बुइँ बुइँ
वा पिइसिधयेकेगु यानाः सुचुकुचु याइगुलिं
गथांमुगःयात सिनाज्या नी व्यंकेगु नं धाइ ।



न्हयसः लिसः

क) न्हयसः गथांमुगः धकाः छु दयेकातइ ?

लिसः गथांमुगः धकाः न्हाय्पं कथि व खाइबःसिमाया कचा म्हुचिनाः धंकातइ ।

ख) न्हयसः गथांमुगःकुन्हु छु छु न्ह्याइ ?

लिसः गथांमुगःकुन्हु पञ्चधातु (न, ली, सिजः, वहः व लुँ) वा नयागु अंगू न्ह्याइ ।

ग) न्हयसः बौ तयेगु धकाः छु छु तइ ?

लिसः बौ तयेगु धकाः बौस्वां, च्वकाबजि, थ्वँ, अय्लाः, कचिला, लाभा, छाः, कः, समय्बजि, मरि, धुपाँय् आदि
भ्यगतय् तयाः पुजा याइगु खः ।



नेपालभाषा		नेपाली भाषा	अंग्रेजी
स्वथनातःगु	–	थन्काएर राखिएको	stored
धंकातइ	–	उठाएर राखिन्छ	by standing
न्हायपंकथि	–	नर्कट	reed
म्हूचिनाः	–	मुठा पारेर	bundling
ग्यानापुसे	–	डरलाग्दो	scary
ख्वाःपाः	–	मखुन्डो	mask
कतांमरि घाःवइ	–	कपडाको पुतली भुण्ड्याउन आउँछन्	came to hang cloth dolls
अंगू	–	औंठी	ring
लैचा छिनाः	–	मेहन्दी लगाएर	to apply heena
खुसिइ वाये यंकी	–	खोलामा सेलाउँछन्	throw in the river
स्वकिं लूगु	–	तीन खुट्टे	three leged metal nail
मभिंम्ह	–	खराब	bad
ब्यांचाया	–	भ्यागुतोको	of the frog
ध्वप	–	दलदल	swamp

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) गथांमुगः चःऱ्हेयात कायमच्चा नखः धाइ ।
- ख) बाजं पितहयाः दकलय् न्हापां नासःऱःयाथाय् पुजा याइ ।
- ग) घण्टाकर्णया न्हाय्पनय् गं घाना तःगु दु ।
- घ) घण्टाकर्ण राक्षसयात तान्त्रिकं बखुंचाया रूप कयाः स्यात ।
- ङ) बौ दुवातय् वाये यंकी ।

२. च्वय् बियातःगु न्त्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) गथांमुगः चःऱ्हे गबलय् लाः वः ?
- ख) स्वथनातःगु बाजं गबलय् पितहइ ?
- ग) न्हाय्पनय् गं घानातःम्ह राक्षसयात छु धाइ ?
- घ) 'आजु जय ! यात छु नकी ?
- ङ) सुनां घण्टाकर्ण राक्षसयात स्यात ?

३. परियोजना ज्या : छँजःपिंके गथांमुगःबारे न्यनेकने यानाः गथांमुगःकुन्हु छँय् छु छु याइ धकाः च्वयाः ब्वनेकुथिइ ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

च्वय् बियातःगु खँत ब्बंकाः धायेकादिसँ । थ्वकुन्हु याइगु ज्याभ्वःबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । मस्तय्त किलप व किपा क्यनाः थ्व नखःया बारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ । ब्वनेकुथिइ थ्व नखःया नाटक याकादिसँ । मस्तय्त गथांमुगःकुन्हु ब्वनेकुथिं सतिक तयातःगु गथांमुगःया अवलोकन याकाः स्थानीयबासीपिंके न्यनेकने याकादिसँ । थुकिया महत्वबारे बुँज्या याइपिं ज्यापुतय्के खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

२.२ न्हय्यां जात्रा

सिकाइ उपलब्धि

न्हय्यां जात्राया बारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ४)



येँ देय्या दक्षिण पश्चिम भेगय् किपू देय् दु । किपू लागाय् न्हय्यू गामय् दँय्दँसं जात्रा न्यायेकी । थ्व जात्रायात न्हय्यां जात्रा धाइ । थुगु जात्रायात वखुंमदः जात्रा नं धाः । थ्व जात्राय् बःखुइ च्वंम्ह विष्णुदेवी चःयात मंकाः चःकथं हनी ।

थ्व जात्रा थिंलाथ्व सप्तमिनिसें दशमितक न्यायेकी । पांगाय् सप्तमिनिसें नवमितक न्यायेकी । मेगु खुगू गामय् अष्टमिनिसें दशमितक न्यायेकी । मच्छेगां व सतुंगलय् विष्णुदेवी चःया, बोसिगां व ल्ह्वंखाय् भैरवया, पांगाय् बालकुमारी व विष्णुदेवीया सिन्दुर जात्रा यानाः चःखः ल्वाकी । किपुलिइ चःखः निखः दइ । छगू खतय् पीगंछः धकाः भिम्ह थीथी चःपिं दइ । मेगु चिखःगु खतय् गणेछः छम्ह जक तयाः जात्रा याइ । सप्तमिकुन्हु म्येय् भोग बी । भोग ब्यूम्ह म्येय्या लाय् चि मतसे तःखाला खुनी । नवमिकुन्हु उगु तःखा नापं थीथी घासा तयाः लाखेपाः च्वनी । थुगु लाखेपाः बारे छपु बाखं थथे दु :

कोतः भ्ना नांगु जंगलय् च्वम्ह छम्ह लाखेनं किपूमितय्त तसकं दुःख बियाच्चन । वं बीगु दुःखपाखें मुक्त जुइत किपूमितय्सं वयात न्हिं छम्ह मनू आहाराया लागि छ्वयाहयेगु सम्भौता यात । किपूमित पालंपाः वयागु

आहारा जू वनीगु जुल । छन्हु छम्ह बुरिया कायया पाःवल । बुरिं थः कायया पलेसा थः हे लाखेया आहारा जूवनेगु क्वःछित । बुरिं लँय् देवी इन्द्रायणीया प्रार्थना यायां वन । प्रार्थनाया फल कथं बुरियाके देवीया शक्ति दुबित । बुरिं लाखेयात स्यानाविल । उकिं इन्द्रायणी देवीं किपूमितय्गु रक्षा याःगु लुमंतिइ दँय्दँसं इन्द्रायणी चःया जात्रा न्यायेकूगु खः । मेखे लाखेयात नकेत धकाः थौतक नं छम्ह मनू पीगं इन्द्रायणीया चौरय् चच्छि पाः च्वनेगु चलन दनि । थुकियात लाखेपाः च्वनेगु धाइ । लाखेपाः च्वंहेसित कन्हय्कुन्हु सम्मान यासैं जात्रा यानाः देय् चाःहीकी ।

अष्टमिकुन्हु किपूपाखें होमया लागि बःखुइ पुजा यंकी । किपुलिइ इन्द्रायणी चः चःछँय् थहां बिज्याकेवं जात्रा क्वचाइ । जात्रा सिधयेवं काहा पुइ । काहा पुलकि किपू देय्या जात्रा सिधल, आः ल्यं दुगु गामय् नं चः दुकाःसां जिल धकाः सुचं ब्यूगु खः ।

न्हयसः लिसः

क) न्हयसः न्हयगां धायेबलय् छु छु थाय् लाःवइ ?

लिसः न्हयगां धायेबलय् किपू, पांगा, नगां, बोसिगां, मच्छगां, ल्हंखा व सतुंगाः लाःवइ ।

ख) न्हयसः मंकाःकथं गय् यानाः जात्रा याइ ?

लिसः मंकाःकथं ल्हंखा, बोसिगां, सतुंगाः व मच्छेगां प्यथासं बःखुया विष्णुदेवीया थासय् मुनाः जात्रा याइ । किपू, नगां व पांगाय् धाःसा थःथःगु हे थासय् देय् चाःहीकाः जात्रा याइ ।

ग) न्हयसः काहा धयागु छु खः ?

लिसः काहा धयागु बाजं खः । नेपाली थुकियात तुरही धाइ । थव छगू म्हुतुं पुइगु बाजं खः । नेपालय् परम्परागत तरसिङ्गा नं छगूकथंया काहा खः ।

खँगवः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
न्हयगां	सात गाउँ	seven village
बखुं	परेवा	pigeon
निखः	दुइवटा खत	chariot
न्यायेकूगु	मनाइएको	celebrated
क्वचाइ	सम्पन्न हुन्छ	completed

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) न्हय्गां न्यान्ह हनी ।
- ख) न्हय्गां जात्राय् दयेकीगु तःखालय् चि तइ मखु ।
- ग) इन्द्रायणी छःया शक्तिं लाखेयात स्यात ।
- घ) लाखे स्याःगुलिं लाखेपाः च्वनीम्हेसित जात्रा याःगु खः ।
- ङ) बोसिगां व ल्ह्वंखा गामय् भैरवया जात्रा याइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्त्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) न्हय्गां जात्रा गन गन हनी ?
- ख) न्हय्गां जात्रा गबलय् छु तिथिइ हनी ?
- ग) किपुलिइ छु छःया जात्रा जुइ ?
- घ) किपुलिइ छाय् लाखेपाः च्वंगु खः ?
- ङ) बःखुइ विष्णुदेवीयाथाय् छु छु गांया खःजात्रा याइ ?

३. परियोजना ज्या : छिगु छँजः वा थःथितिपिके न्यनेकने यानाः थ्व जात्राया महत्वबारे च्वयादिसँ, अलय् ब्वनेक्वथाय् ब्वनादिसँ ।

क्रियाकलाप

मस्तय्त च्वय् च्वंगु खँत ब्वंकाः थ्व जात्राया बारे धायेकादिसँ । न्हयगू थाय्या जात्राया बारे च्वकादिसँ । थ्व जात्राया भिडियो क्लिप व किपा क्यनादिसँ । थ्व जात्राया बारे खँल्हाबल्हा यायेत किपूया बुद्धिजीवी वा स्यूपिं मनूतय्त ब्वनादिसँ ।

२.३ होली

सिकाइ उपलब्धि

होलीया बारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ३)



थ्व छगू प्राचीन उत्सव खः । छम्हेस्यां मेम्हेसित अबिरं छ्वाकाः म्हिती । यें देय्या लाय्कू वसन्तपुरय् दँयदँसं चिल्लाथ्व अष्टमिकुन्हु चीर स्वाइ । चिल्लाथ्व पुन्हि कुन्हु दक्व इर्ष्या, द्वेष, शत्रुता ल्वमंकाः होली म्हिती । दक्व जातजातीयापिं सकलें मुनाः पारस्परिक ग्वाहालि, सहानुभूति नापं मैत्री भावया सन्देश छेंय् छेंय् थ्यंकी । नेवाःतय् श्रीपञ्चमीकुन्हु ससुघः पुजा याना होली म्हितेगु याइ । पुन्हिया बहनी चीर क्वथःलाः चीरदाह यानाः होली क्वचायेकी । अनंनिसें वसन्त ऋतु अन्त जुइ । अनं लिपा धातु मे हालेगु सुरु जुइ । होलीबारे छपु बाखं थथे दु :

सत्ययुग्यु दैत्यराज हिरण्यकशिपु नांयाम्ह राक्षस छम्ह दु खनी । व तसकं बलवान जूगुलिं घमन्डी जुयाच्चन । वं सुयातं पत्याः मयाः । तर वया काय प्रल्हाद धाःसा भगवान विष्णुया भक्त जुयाच्चन । वं अबुम्हेसित द्यःपिंत हेपे मयाकेत यक्व कुत यात । वरु राक्षसं थः काय प्रल्हादयात हे स्यायेगु कुत यात । यक्व कुत यातं नं मफुसेलिं थः केहें होलिकाया ग्वाहालि पवन । होलिका थःत मिं मपुइगु वरदान कयातःम्ह जुयाच्चन । थ्वहे वरदानया घमन्डं प्रल्हादयात मुलय् तयाः मिइ दुहांवन । अग्निदेवं होलिकायात भष्म यानाबिल । तर प्रल्हादयात छुं हे मजू । सत्यया अनुयायी प्रल्हादं त्याकल । असत्यया प्रतीक होलिकाया विनाश जुल । वहे लसताय् प्रल्हादयात अबिर जात्रा यानाः उत्सव न्यायेकल धाइ । अबलेनिसें थुकिया लुमन्तिइ थ्व पर्व माने यानाः वयाच्चंगु खः धाइ ।

न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः होली ग्वःन्ह्यंक न्यायेकी ?

लिसः होली न्ह्यन्ह्यंक न्यायेकी । पुन्हिकुन्हु होली म्हिताः बहनी चीरदाह याइ ।

ख) न्ह्यसः चीर धयागु छु खः ?

लिसः चीर धयागु २५ फुट तजाःगु पँथय् च्वय्लाक्क स्वचाः तयाः उकी रङ्गीचङ्गी कापःया कुचा तयाः दयेकातःगुयात चीर धाइ ।

ग) न्ह्यसः चीरय् तइगु कापःया यक्व रङ्गिन कुचाकाचात छुकिया चिं खः धाइ ?

लिसः भगवान कृष्ण दक्कसियां प्रिय जुयाच्चन । वृन्दावनय् गोपिनीत कृष्णया भक्त जुयाच्चन । अन हे कृष्णं न्ह्यइपुसे च्वंकेत होली म्हितेगु ग्वसाः ग्वःगु जुयाच्चन । चीरय् तइगु कापःया कुचाकाचा दक्क गोपिनीतय्गु लंयागु चिं खः धाइ ।

खँग्वः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
ग्वाहालि	सहयोग	help
राक्षस	खराब मान्छे	devil
घमन्ड	घमन्ड	arrogance
हेपे	हेपेको	exploit
मुलय्	काखमा	on the lap

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) होली धयागु रङ्गया उत्सव खः ।
- ख) होली ल्वापु यायेगु त्वहः खः ।
- ग) सकलें मुनाः होली न्ह्यइपुसे च्वंकेमाः ।
- घ) राक्षस धाःपिं सिक्क विद्वानपिं खः ।
- ङ) भीसं सत्य खँ ल्हायेमाः ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) होलीं छु सन्देश बियाच्वंगु दु ?
- ख) राक्षस छाय् घमन्डी जुल ?
- ग) प्रल्हाद धयाम्ह सु खः ?
- घ) प्रल्हादं अबुम्हेसित छु धाल ?
- ङ) गथे यानाः असत्य बुत ?

३. परियोजना ज्या : छँजः वा जलाःखलाःपिलिसे न्यनेकने यानाः होलीया महत्वबारे च्वसु च्वयादिसँ । ब्वनेक्वथाय् ब्वनादिसँ ।

क्रियाकलाप

क्वय् बियातःगु खँत ब्वंके बियादिसँ । ब्वनेकुथिइ चिकिचाधंक चीर स्वाकाः होली म्हितेगु नाटक याकादिसँ । थुकिया महत्वबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

बालाचःऱे कछलागा चतुर्दशीकुन्हु हनी । बालाचःऱेकुन्हु पशुपति गुह्येश्वरीया नापनापं श्लेषमान्तक वनय् छँजःपिं मदुपिनिगु नामय् सतविज ह्वलेगु दिंयात बालाचःऱे धाइ । थ्वकुन्हु श्लेषमान्तक वनय् सतविज ह्वलकी स्वर्गे जुपिं थःथितिपिं अन ह्वगु सतविजं नसा बुया नये खनी धाइगु धापु दु । थुकियात बालू वनेगु धाइ । थ्वकुन्हु १०८ शिवलिङ्ग, श्लेषमान्तक वन, मृगस्थली व गुह्येश्वरी लागाय् सीम्हेसिया नामय् बाला ह्वली । बाला ह्वलेगु धकाः सतबीज ह्वलेगु याइ । छन्हु न्ह्यः अनहे बासं च्वनाः मतः छ्वयेकाः सीपिनिगु आत्मा व परमात्माया स्वापूयात लुमंकेगु याइ । बालाचःऱेया बारे छपु बाखं थथे दु :

न्हापा न्हापा पशुपति दिपय् सीम्ह उयाच्वनीबलय् गुथ्याःतय् नसात्वंसा नयेमाःगु चलन दु खनी । अबलय् छम्ह गुथ्याः बालानन्दया ब्वय् सीम्हेसिगु न्ह्यपु छकू तिंन्हुयाः लाःवन । तर वं थ्व खँ मस्यूगु जुयाच्वन । अथे जुयाः वं सीम्ह मनूयागु न्ह्यपु नापं नयाछ्वइ । वयात तसकं साः ताइ । अले सीपिं मनूतय्गु न्ह्यपु नयेगु बानी याइ । पशुपतिया दिपय् च्वनाः सीम्ह उइगु व दिप सफा यायेगु ज्या नं याइ । लिपाजूलिसे सीम्हेसिया न्ह्यपु जक मखु, ला नं नयेगु यानाहल । वयागु छयं वहःयागु थें थिनावल । अले मनूतय्सं वयात बालानन्द मखु बालासुर धयाहल । सीम्ह मनूया न्ह्यपु व ला ननं सीम्ह दिपय् मथ्यवं लँय् लाकाकयाः नं नयेगु यात । मनूतय्त तसकं दुःख ब्यूगुलिं जनतां जुजु भुवनकेशरीलिसे बालासुरयात स्यायेगु बारे सहलह यात । जुजुं बालासुरया त्वाय् वृषसिंहयात धनसम्पति वीगु लोभ क्यनाः बालासुरयात स्यायेगु उजं वी । थः त्वाय्यात स्यायेगु शक्तिया निंतिं वृषसिंहं पशुपति महाद्यःया तपस्या याइ । महाद्यवं 'जिं बालासुरयात स्यायेगु शक्ति बी, तर बालासुर स्याये धुंकाः वयागु छयंया मतू दयेकाः जितः छयं माः ।' धकाः अन्तर्धान जुइ ।

अनं वृषसिंह यक्व नसात्वंसा भरियायात ज्वंकाः त्वाय् बालासुरयाथाय् वन । थः त्वाय् वःगु व नयेत्वनेगु ज्वलं खनाः बालासुरं तसकं लय्तायाः नल । यंकातःगु अय्लाः, थ्वँ सिक्क त्वत्वं वया होस मंत । उबलय् दक्व जानाः बालासुरयात तुँथिइ क्वफानाः स्यानाविल । अले वृषसिंहं बालासुरया छयंया मतू दयेकाः पशुपति महाद्यःयात छात । वृषसिंहं महाद्यःयाके थः त्वाय् स्यानागु पापं मुक्त जुइगु वरदान फवन । महाद्यवं वृषसिंहयात धाल 'बालासुर स्यानागु न्हिकुन्हु वयागु छयंया मतू दयेकाः पुइकाः पुजा यायेवं त्वाय् स्यानागु पापं मुक्त जुइ ।' थथे पशुपति महाद्यवं मतू पूगु दिंकुन्हु महाद्यःया दर्शन यानाः बाला ह्वलेगु यात धासाः वयागु न्हय्गू पुस्तां मोक्ष प्राप्त याइ, अले स्वर्गय् वनी धकाः धाइ । व न्हि धाःगु बालाचःऱेकुन्हु खः । अबलय् निसें थ्व चलन न्ह्याना वयाच्वंगु खः धाइ ।

न्हयसः लिसः

- क) न्हयसः बाला ह्वलेगु धकाः छु छु ह्वली ?
लिसः बाला ह्वलेगु धकाः वा, छ्व, जाकि, ताय्, कःनि, ईका, पःका, मुस्या, हाकु हाम्बः, तछ्व, बीबः व चिचीकुक तानातःगु तु आदि तयाः ह्वली ।
- ख) न्हयसः पशुपति लागाय् छाया् बाला ह्वलेगु यानातःगु जुइ ?
लिसः श्रृष्टिकर्ताया प्रतीककथं शिवलिङ्ग व गुह्येश्वरी लागाय् बाला ह्वलेगु याइ ।
- ग) न्हयसः मत् धयागु छु खः ?
लिसः मत् धयागु मुकुट खः ।

खंगवः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
सीम्हेसिया	मरेको मान्छेको	of the dead body
ह्वली	छर्कन्छन्	worship the grains
बासं च्वनाः	बास बसेर	to stay
गुथ्याःतय्	गुथियारहरूको	members of the Guthi
ब्वय्	खाना प्लेटमा	in the food plate
न्हयपु	गिदी	brain
वहःयागु	चाँदिको	of silver
त्वाय्	मित	best friend
अन्तर्ध्यान	अल्प	disappeared
तुँथिइ	इनारमा	in the well

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) सीम्हेसिया नामय् बाला ह्वली ।
- ख) बालाचः-हे छन्हु न्ह्यः चान्हय् मत छ्वयेकी ।
- ग) बालानन्द धइम्ह पुजारी खः ।
- घ) वृषसिंहयात स्याःम्ह बालासुर खः ।
- ङ) वृषसिंहं महाद्यःयात मत पूइकल ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) बालाचः-हेबलय् गन गन बाला ह्वली ?
- ख) बालाचः-हेबलय् छाग्य् बाला ह्वली ?
- ग) सीम्ह मनूयागु न्ह्यपु व ला नइम्हेसिया तां छु खः ?
- घ) जनतां जुजु भुवनकेशरीलिसे छु सहलह यात ?
- ङ) बालासुरयात गथे यानाः स्यात ?

३. परियोजना ज्या : न्यनेकने यानाः बालाचः-हेबलय् ह्वलीगु ज्वलंया नांधलः च्वयादिसँ । नापं बालाचः-हेबलय् मनूत गननिसँ गनतक वनी धकाः लँया रुट च्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

मस्तयुत च्वय् बियातःगु खँत ब्वंके बियादिसँ । भिडियो क्लिप व किपा क्यनाः थुकिया महत्वबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । राक्षसयागु स्वभाव गथे जुइ ? छाग्य् मभिपित राक्षस धाःगु आदिबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ ।

२.५ कु छ्वयेगु

सिकाइ उपलब्धि

कु छ्वयेगुबारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ५)

२.५.१ बौया ख्वा: स्वये, मांया ख्वा: स्वयेबलय् कु छ्वयेगु :

स्वनिगलय् भाद्रकृष्ण आमाइकुन्हु बौया ख्वा: स्वइ । चौलागा आमाइकुन्हु मांया स्वा: स्वइ । नेवा:तय् म्थ्याय्मचा वियाछ्वया: मांया ख्वा: स्वयेगु व बौया ख्वा: स्वयेगु न्हिकुन्हु न्हापां कु छ्वयेगु चलन दु । थुकिं याना: मां-बौया नं मचात प्रति माया ब्वलनीसा मचातय् नं थ: मां-बौ प्रति मान-सम्मान ब्वलनी । मां-बौयात पालिइ भपुइमा: । कु छ्वइबलय् थीथी सिसाबुसा, मरि, सगं, भ्वय् ज्वलं, वस: व पुजा ज्वलं विया छ्वयेमा: ।



कु छ्वइबलय् छ्वइगु ज्वलं थये दु :

- क) **सिसाबुसा** : केरा, सन्त्रासि, स्याउ, अनार, मौसम, अं, धालय्, मेवा आदि ।
- ख) **मरि** : जेरी, स्वारी, लालमोहन, रसवरी, बर्फी, फिनी, निम्की, लाखामरि आदि ।
- ग) **सगं** : ला, ख्यें, न्या, व:, अय्ला:, धौ ।
- घ) **वस:** : लं, पर्सि, कमिज, पाइन्ट ।
- ङ) **पुजा ज्वलं** : पुजाभ:, सिन्ह:, स्वां, सुकुन्दा, जाकि आदि ।
- च) **भ्वय्** : बजि, तरकारी, अचार, कय्गू, छ्वय्ला, लाया परिकार आदि ।



२.५.२ किजापुजा कु :

दँयदँसं कछलाथ्व दुतियाकुन्हु किजापुजा याइ । स्वन्तिबलय् बियाछ्वयेधुंकूम्ह म्प्याय्मचां नं थःछँया किजा वा दाजुया किजापुजा याःवइ । किजापुजा धयागु दाजुकिजाया भिं जुइमा व ताःआयु जुइमा धकाः कामना याइगु खः । ब्याहा जूगु न्हापांगु दँय किजापुजा याःवनीबलय् भाःतपिंथासं कु छ्वयेगु चलन दु ।

किजापुजा यायेत कु ज्वलं मन्दः ज्वलं, सिसाबुसा, मरि, सगं, यःमरि, भ्वय् आदि तयाः यंकी ।

थुपिं फुक्क ज्वलं तयाः तताकेहेँनं थः दाजुकिजायात दच्छितक छुं न ल्वय् मजुइमा धकाः कामना याइ । यमराजयात नं साक्षी तयाः पुजा याइ । थुबलय् ततां ख्वःसि थें बल्लाक, तःसि थें पू मजुइक, ग्वय्स्वां थें भवाः मजुइक, खेलुइताः थें न्प्याबलें तेज जुइमा धकाः मनंतुनी ।

न्ह्यसः लिसः

- क) न्ह्यसः भ्नीसं छाया् मां-बौया ख्वाः स्वयेगु नखः हनेमाः ?
लिसः भ्नीसं थः मां-बौ प्रति आदर, सद्भाव व कर्तव्य लुमंकाः ख्वाः स्वयेगु नखः हनेमाः ।
- ख) न्ह्यसः भ्नीसं छाया् मां-बौया पालि भपुइमाः ?
लिसः पालि भपुइबलय् मां-बौनं मचाखाचायात सुवाः (आशीर्वाद) बी ।
- ग) न्ह्यसः ख्येंसगनय् छु छु दइ ?
लिसः ख्येंसगनय् ख्यें, न्या, ला, वः, अय्लाः दइ ।

खँग्वः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
बौया ख्वाः स्वयेगु	बाबुको मुख हेर्ने	Father's day
न्हापां	सबैभन्दा पहिले	first of all
ब्वलनी	बढ्छ	extend
पालिइ भपुइ	खुट्टामा ढोग गर्नु	respect by touching feet
लाया परिकार	मासुको परिकार	varieties of meat
थःछँया	माइतिको	mother's home
ताःआयु	लामो आयु	long life
ख्वःसिं	ओखर	walnut

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) ब्याहा जुइधुंकूपिं म्ह्याय्मस्त मां-बौया ख्वा: स्वयेत थ:छँय् वनी ।
- ख) भीसं मा-बौयात सम्मान यायेमा: ।
- ग) मां-बौनं भीत ब्व: बी ।
- घ) तताकेहँ दाजुकिजा मिलेजुया च्वनेमा: ।
- ङ) किजापुजा याइबल्य् ख्व:सिं, ग्वय्स्वां, त:सि, खेलुइता:, जजंका आदि मदयेकं मगा: ।

२. क्वय् बियात:गु न्ह्यस:या लिस: बियादिसँ :

- क) मां-बौया ख्वा: स्वइबल्य् छु छु यंकेमा: ? न्याता ज्वलंया नां च्वयादिसँ ।
- ख) कया सगन्य् छु छु दइ ?
- ग) किजापुजा यायेत च्वइगु मन्दल्य् छु छु तइ ?
- घ) किजापुजाबल्य् छु छु सिसाबुसा मा: ? न्याता ज्वलंया नां च्वयादिसँ ।
- ङ) किजापुजाबल्य् ततां किजायात छु धका: सुवा: बी ?

३. परियोजना ज्या :

१. छिं मां-बौया ख्वा: स्वयाबल्य् छु छु तया: स्वयादिया ? नापं ख्वा: स्वयागु विधि नं च्वयादिसँ ।
२. छिं किजापुजाबल्य् छु छु ज्वलं तया: किजापुजा यानादिया ? ज्वलंया महत्वबारे छँज:पिलिसे न्यनेकने याना: च्वया: ब्वने क्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

दक्व मस्तय्त भंया कुचाय् सिसाबुसा, मरि, सगं, वस:, पुजा ज्वलं, भ्वय् च्वकादिसँ । ब्वनेक्वथाय् छम्ह मिसामचायात मां व छम्ह मिजंमचायात बौ भा:पिया: दक्व मस्तय्त थ:थ:गु कु ज्वंका: ख्वा: स्वयेगु ज्याइव: याकादिसँ । दक्व मस्तय्त ब्वति कायेका: भ्वय् नयेगु ज्याइव: याकादिसँ । मस्तय्त किजापुजा कु ज्वलंया नां भ्वंकुचाय् च्वकादिसँ । भ्वंयागु कुचायात वास्तविक ज्वलं भा:पिया: मन्द: च्वका: मस्तय्त किजापुजा याकादिसँ । किजापुजाबल्य् हइगु ज्वलंया महत्वबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

२.६ सगंज्वलं व मचाजंक्वज्वलं :

सिकाइ उपलब्धि

सगंज्वलं व मचाजंक्वज्वलंया नां व श्वबारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ६)

२.६.१ सगं ज्वलं

नेवा: संस्कृतिइ छुं भिंगु ज्या याइबल्य् सगं कायेगु चलन दु । सगंज्वलं धका: न्याता ज्वलं दइ । थुकियात पञ्च तत्व नं धाइ । भीगु म्ह नं पञ्चतत्वं दयेकात:गु ख: । सगंया ज्वलं व उकिया प्रतीक थुकथं दु :

१) ख्येँ = आकाश तत्व २) न्या = जल तत्व ३) व: = पृथ्वी तत्व ४) ला = वायु तत्व

५) अय्ला: = अग्नि तत्व

सगं काइबल्य् स्वताजि ज्वलं ख्येँ, न्या, अय्ला: जक काइपिं नं दु । ख्येँसगं थीथी अवस्था व संस्कारय् बीगु याइ ।

गथे कि :

क) छुं भिंगु ज्या पूवंगु लसताय् वा पूवनेमा धका: बी ।

ख) छुं कथंया दुर्भिक्ष वा अनिष्टं मुक्त जूगुलिं बी ।

ग) जन्मन्दिबल्य् बी ।

घ) लक्ष्मीपुजा, म्हपुजा व किजापुजा याइबल्य् बी ।

ङ) इहि, बाह्ना:, मचाजंक्व, कय्तापुजा, इहिपा, ज्या:जंक्व थेंज्या:गु संस्कार याइबल्य् बी ।

थुकथं जीवनयात सफल यायेगु निरितिं थीथी संस्कार व संस्कृतिया माध्यमं भीसं सगंयात महत्व बियाच्चनागु दु ।

२.६.२ मचाजंक्वज्वलं

मचा बुइधुंका: छुं ई लिपा मचायात जा नकेगु संस्कार याइ । थुकियात मचाजंक्व धाइ । मिजंमचायात खुलां जा नकी । मिसामचायात न्याला वा न्हय्लां जा नका: जंक्व याइ । मचायात शारीरिक विकासया लागिं थप पौष्टिक तत्व आवश्यक जुइ । उकिं मांया दुरु नापनापं ठोस पदार्थ नं नके माली ।

जा नकीकुन्हु छेँय् भ्वछिसिनं म्व:ल्ह्या: नीसी याइ । पुजा यायेथाय् बाँ थिला: यचुपिचु याइ । पुजा यायेन्त्य: गणेद्य:याथाय् दइके वनी । थुबल्य् मचाया नां तइ ।



मचायात दकलय् न्हापां घ्यः कस्ति फ्ययेकी । चय्प्यता घासा तयाः थाय्भुइ खीर नापं नकी । दकलय् न्हापां मांम्हं लुंयागु ध्यबा व वहःया चम्चां खीर नकी । छुंया थाकुलिनिसें सकस्यां मचायात खीर नकी । छ्यँसगं नं बी । मचां भविष्य् वनाः छु लजगाः ज्वनी धकाः सीकेत वयागु न्ह्यःने थीथी ज्वलं तयाः थीके बी ।

मचाजंक्वज्वलं थुकथं दु :

- क) सगंज्वलं : छ्यँ, न्या, ला, वः, अय्लाः ।
 ख) तिसाज्वलं : कल्ली, मार्चा, रक्षामाः आदि ।
 ग) लं : तासया लं (भोटो), तपुलि, सुरुवाः आदि ।
 घ) हासा वा भुइ : मचायात थीकेत चा, अप्पा, सफू, तिसा, कलम, मुगः आदि ।

कन्हय्कुन्हु सुथन्हापां गणेद्यःया पुजा याइ । मचायात कथुप्वाः चायेकेगु धकाः गणेद्यःयाथाय् यंकाः द्यःयात छाःगु लड्डु प्रसाद हे मचायात नं नकी । थुकथं मचाजंक्वया विधि पूवनी ।

न्ह्यसः लिसः

- क) न्ह्यसः सगं कायेगु ज्या गबलय् निसें सुरु जुइ ?
 लिसः सगं कायेगु ज्या मचाजंक्वनिसें सुरु जुइ ।
 ख) न्ह्यसः पञ्चतत्वयात छु नं धाइ ?
 लिसः पञ्चतत्वयात पञ्चमकार नं धाइ । पञ्चमकार समस्त प्राणी जगतयात मदयेकं मगाःगु तत्व खः ।
 ग) न्ह्यसः मचाजंक्वबलय् मचायात छाय् छ्यँसगं बी ?
 लिसः मचाया शारीरिक विकासय् गबलें पंगः मवयेमा धकाः छ्यँसगं बी ।

खँग्तः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
न्याता ज्वलं	पाँच वटा सामग्री	five objects
पञ्चतत्व	पाँचवटा तत्व	five elements of nature
खुलां	छ महिनामा	in six months
न्यालां	पाँच महिनामा	in five months
न्ह्यलां	सात महिनामा	in seven months
पंगः मवयेमा	अवरोध नआओस्	no obstacle
थीके	छुन लगाउने	to touch
ब थिलाः	लिपपोट	clean the floor
कथुप्वाः चायेकेगु	घाँटी खोल्ने	open the neck hole

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) ख्यँसगं भिंगु ज्याखँय् बीगु याइ ।
- ख) छुं नं कथंया सृष्टि यायेत पञ्चतत्व म्वाः ।
- ग) नेवाःतय् थीथी संस्कारय् ख्यँसगं बीगु चलन दु ।
- घ) मचायात जा नकीबलय् ल्हातं नकी ।
- ङ) मचाजंक्वया कन्हय्कुन्हु गणोद्यःयाथाय् कथुप्वाः चायेकेत यंकी ।

२. क्वय् बियातःगु न्त्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) सगं छाय् बीगु याइ ?
- ख) सगनय् छु छु ज्वलं दइ ? नां च्वयादिसँ ।
- ग) मचाजंक्व छाय् यायेमाःगु खः ?
- घ) मचाजंक्वबलय् दकलय् न्हापां छु नकी ?
- ङ) मचा जंक्वबलय् मचायात छु तिसां तीकी ?

३. परियोजना ज्या : ख्यँसगं गबलय् बी ? न्यनेकने यानाः छगू खँधी च्वयादिसँ । छिं खंगु मचाजंक्वया बारे च्वयाः ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

१. मस्तयगु पुचः दयेकाः उमिसं ख्यँसगं गबलय् गबलय् कयागु दु, ख्यँसगनय् छु छु दइ धकाः पुचलय् ज्या बियादिसँ । अप्वः नां ब्यूगु पुचःयात सिरपाः बियादिसँ । सगनय् तइगु ज्वलंया महत्वबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । भंया कुचाय् सगंज्वलंया नां च्वकादिसँ । निम्ह मस्तयत् छगू पुचः यानाः सगं बीगु ज्याइवः याकादिसँ ।
२. मचाजंक्वबलय् छु छु याइ च्वय् बियातःगु खँत मस्तयत् धायेकादिसँ । माःमाःगु ज्वलंया नां भंया कुचाय् च्वकादिसँ । छम्ह मचायात मां व कतांमरियात मचा भाःपियाः मचाजंक्व याकादिसँ । मस्तयत् मचाजंक्वया विधिबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

ताःजिग्वः ल्याःखायेगु तरिका

१. ग्वल्लाःगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'गः' तनेगु ।
गथे - छगः बल, निगः मिखा, प्यंगः स्याउ ।
२. ताःहाकःगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'पु' तनेगु ।
गथे - न्यापु पतिं, स्वपु च्वसा, खुपु सँ, निपु कथि ।
३. पतिचिंगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'पा' वा 'पाः' तनेगु ।
गथे - छपा मरि, निपाः लं, न्यापा हासा, निपा ल्हाः, छपाः भुतुमाली ।
४. ज्यान दुगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'म्ह' तनेगु ।
गथे - निम्ह चखुं, स्वम्ह सा, न्याम्ह भुजिं, निम्ह मचा ।
५. ज्यान दुगु ज्वःलाःगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'ज्वः' तनेगु ।
गथे - निज्वः न्या, स्वज्वः भंगः, छज्वः खराचा ।
६. ज्यान मदुगु ज्वःलाःगु वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'जु' तनेगु ।
गथे - निजु लाकां, स्वजु पञ्जा, न्याजु मोजा, छजु टप ।
७. स्वांपवः ल्याः खायेबल्य् 'पवः' तनेगु ।
गथे - न्यापवः स्वां ।
८. छँ ल्याः खायेबल्य् 'खा' तनेगु ।
गथे - छखा छँ, प्यखा छँ ।
९. दिन ल्याः खायेबल्य् 'न्हु' तनेगु ।
गथे - छन्हु, प्यन्हु ।
१०. हप्ता ल्याः खायेबल्य् 'वाः' तनेगु ।
गथे - छवाः, स्ववाः ।
११. महिना (ला) ल्याः खायेबल्य् 'ला' तनेगु ।
गथे - निला, खुला ।
१२. घण्टा ल्याः खायेबल्य् 'घौ' तनेगु ।
गथे - निघौ, न्याघौ ।
१३. वर्ष ल्याः खायेबल्य् 'दँ' तनेगु ।
गथे - न्यादँ, भिदँ ।

१४. न्यासि वनेगु ल्याः खायेबल्य् 'पलाः' तनेगु ।
गथे - सुइपलाः, सच्छि पलाः ।
१५. ज्या यायेगु, म्हितेगु व चाःहिलेगु ल्याः खायेबल्य् 'कः' तनेगु ।
गथे - निकः म्हितेगु, प्यकः ज्या यायेगु ।
१६. तरकारी, तुफि, खिपः चिनातःगु ल्याः खायेबल्य् 'थू' तनेगु ।
गथे - प्यथू पाच्छै, छथू तुफि, न्याथू खिपः ।
१७. जा नयेगु ल्याः खायेबल्य् 'प्यय्' तनेगु ।
गथे - स्वप्यय् जा, भिप्यय् जा
१८. अमूर्त वस्तु ल्याः खायेबल्य् 'गू' तनेगु ।
गथे - निगू समस्या, छगू विचार, प्यंगू मेच ।
१९. ध्यबा ल्याः खायेबल्य् 'तका' तनेगु ।
गथे - न्यातका, नीतका, प्यतका ।

नेपालभाषाय् हीकादिसँ :

- | | | | |
|---------------|-----------------|-----------------|------------------|
| १) २ वटा आलु | ६) ७ वटा माछा | ११) १५ वर्ष | १६) ३ महिना |
| २) ४ वटा आँखा | ७) १० वटा माछा | १२) ३० दिन | १७) ६ वटा समस्या |
| ३) ५ वटा औंला | ८) ७३ पाइला | १३) ८ जोर पञ्जा | |
| ४) ३ वटा कलम | ९) ४ वटा धनियाँ | १४) ६ वटा घर | |
| ५) ६ वटा भाले | १०) १० रुपैया | १५) १२ वटा घोडा | |

सिकाइ उपलब्धि

वःलाः, कयतापुजा, बरे छुइगु, इति व बाःन्हाःबारे बयान यायेफइगु।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ६)

३.१ वःलाः तयेगु

वःलाः ज्यापु, साय्मि व मेमेगु जातयापिं मस्तयत् तइ । ज्यापु संस्कारय् वःलाः मछवयेकं मिजंमचा पूर्ण जुइ मखु । मचा भिनिदं दइबलय् तक स्वदं तक स्वकः वःलाः छवइ । स्वदं लिपा पूर्ण लाकेगु विधिं पुजा यानाः संस्कार पूर्वकी । थ्व स्वदंया दुने मचाया कयतापुजा नं यायेमाः । वयां लिपा धिमे स्यनाः त्वाल्य् दुकाइ । गुलिसियां खुदंय् धिमे स्यनीसा खुदं लिपा धुन्या वा प्वांगा स्यनी ।



अथे हे यँया साय्मितय् मस्तयत् भिनिदं तक वःलाः यंकेगु संस्कार दु । वःलाः मुंकूम्हेसिया थः काययात थाकुलि यानाः पचिमन्हःकुन्हु पचली पीठय् प्यदं, श्रीघःपुन्हिकुन्हु श्रीघलय् प्यदं व कतिपुन्हिकुन्हु स्वयम्भूइ प्यदं यानाः भिनिदं विक वःलाः तइ । वःलाः च्वापिं मस्तयत् स्वां छुकः वनी । साय्मितय् बुसँखा सिधःपिनिसें कयतापुजा सिधःपिं तक तइ । वःलाः तलकि मचा पूर्ण साय्मि जुइ ।

न्हयसः लिसः

क) न्हयसः थःने त्वाःया ज्यापुतय् छु छु त्वाःयापिसं गन गन वःलाः तयेके छवइ ?

लिसः थःने त्वाःया ज्यापुतय् यक्वसिया कतिपुन्हि कुन्हु स्वयम्भूइ वःलाः तयेके छवइ । क्वाःबहाः, प्वांगाःथां, कुसुमबियालाछि, वलाछि आदि त्वाःयापिनि सीघः कतिपुन्हि कुन्हु सीघलय् वःलाः तयेके छवइ । अथे हे तेबहाः, वँतु, दुगंबहीयापिनि पाहांचःन्हेकुन्हु लुँमरिइ वःलाः तयेके छवइ । त्यःर त्वाःयापिसं बालाचःन्हेकुन्हु लुति वा भवरि गणेद्यः वा यपिंछ्यलय् वःलाः तयेके छवइ ।

ख) न्हयसः क्वःने त्वाःया ज्यापुतय् गन वःलाः तयेके छवइ ?

लिसः क्वःने त्वाःया ज्यापुतय्सं पचिमन्हःकुन्हु पचलिइ वःलाः तयेके छवइ ।

ग) न्हयसः साय्मितय् गन व गबलय् वःलाः तयेगु याइ ?

लिसः साय्मितय् बालाचःन्हेबलय् लुतिइ व पाहांचःन्हेबलय् लुँमरिइ वःलाः तयेगु याइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
तयेके छ्वइ	राख्न पठाइन्छ	sending to keep
मिजंमचा	केटा	boy
स्यनी	सिकाउँछ	to learn
पचिंमन्हः	दसैको पाँचौं दिन	fifth day of the Dashain

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) यँया ज्यापुत ३२ त्वाल्य् च्वनाच्चंगु दु ।
- ख) थःने त्वाःया यक्वसिया स्वांयाः पुन्हिकुन्हु वःलाः तयेके छ्वइ ।
- ग) तेबहाःया मस्तय्त पाहांचः-हेकुन्हु तेबहालय् वःलाः तइ ।
- घ) साय्मित्य् मस्तय्त बालाचः-हेबलय् लुतिइ वःलाः तयेगु याइ ।
- ङ) वःलाः तलकि मचा पूर्ण मचा जुइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) वःलाः छा्य् तयेके छ्वइ ?
- ख) क्वःने त्वाःया ज्यापुतय्सं गबलय् गन वःलाः तयेके छ्वइ ?
- ग) मस्त भिनिर्दँया दुने ग्वःकः वःलाः छ्वयेमाः ?
- घ) साय्मि मस्त मध्ये सुयात थाकुलि याइ ?
- ङ) वःलाः च्वपिं मस्तय्त छु छुकः वनी ?

३. परियोजना ज्या : वःलाः तयेकेगु धकाः छु याइ ? छँजः व जलाःखलाःपिलिसे न्यनेकने यानाः च्वयादिसँ । ढवनेक्वथाय् सकसितं न्यंकादिसँ ।

क्रियाकलाप

वःलाः वनेधुंकूपि मस्तय्गु अनुभव न्यंकादिसँ । वःलाः तयेगु नापं वःलाः गन च्वपिसं गन तये यंकी खँल्हाबल्हा याकादिसँ । वःलाः तयेमाःगु खँयात खँल्हाबल्हा यानादिसँ । भिडियो क्लिप व किपा क्यनाः थुकिया महत्वबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ ।

3.2 कय्तापुजा

कय्तापुजा यायेगु धयागु मिजंमचा तःधिक जुल धकाः याइगु संस्कार खः । कय्तापुजा धुंका मिजंमचायात तःधिजुगु व्यवहार यानाः गुथिइ दुथ्याकेगु नं याइ । नेवाः मिजंमस्तय्त भिनिदँया दुने साइत स्वयाः कय्तापुजा याइ । थुबलय् मचायात मन्त्र न्यंकेगु याइ । गुलिसियां दीक्षा बीगु चलन नं दु ।

मचाया पाजुं छन्हु न्ह्यः मचाया आंगसाय् चिं तयाः लुँअंगू चिनावनी । त्वाःया गणेद्यः, आगद्यः व थःगु रीतिथितिकथं मेमेपिं द्यःपिनि पुजा याइ । दकलय् न्हापां कय्तापुजाया पुजा संकल्प याकी । पाजुं लुँख्वःचा, वहःख्वःचा व नख्वःचां सँ खाके भाय् याइ । अले सँ खाकीम्ह नौयात सँ खाकेत लःल्हानाबी । मचाया सँ बँय् मलाकेत निनि कँय्भुइ फयाच्चनी । थुकथं फःगु सँ निनिं धौबजि तयाः खुसिइ चुइकाछ्वइ ।



छँजः नकिनं मचायात ताःचा ज्वंकाः करुवां लः हायेकाः पुजा यायेत हइ । छँजः नायलं साइतय् न्हय्क् ह्वनातःगु कय्ता लःल्हानाः चिकाबी । न्हूगु वसः पुंकी ।

मचाया देपा व्वहलय् चल्लाया छ्यंगू, जाकि दुगु मिहचा व बजि दुगु मिहचा फ्वंसिकथिइ चिनाः पाछायेकी । जव ल्हातय् धनुष, ल्हातय् कमण्डलु व चिम्ता ज्वंकी । भिक्षापात्र ज्वनाः थःथिति सकसिकें भिक्षा फ्वनी । दकलय् लिपा मांअबुयाके भिक्षा फ्वनाः, स्वकः चाःहिलाः भागि याइ । अनं लिपा मचायात न्हय्पाः ग्वाःहः व ग्वःग्वय् छगः छगः नं भवःलिं तयाः उकी न्हय्पलाः छिकी । मचा वनवास वनी । मचायात पाजुं ह्ययेकाः छँय् लितहइ । गुलिसियां थ्व ज्याभवः त्वाःया गणेद्यःयाथाय् यंकाः न्हय्पलाः छिकेगु याइ । छँय् लसकुस यानाः दुकाइ । मचायात छँसगं बी । थःथितिपिसं नं छँसगं व वसः देछाइ । थुकथं विधि सिधयेके धुंकाः लसताभव्य् याइ ।

व्हयसः लिसः

- क) न्ह्यसः कय्तापुजा छाये याकी ?
लिसः मिजंमचायात समाजय् दुथ्याकेत थव संस्कार याइ ।
- ख) न्ह्यसः गबलय् बय्लिं श्राद्ध याइ ?
लिसः कय्तापुजा याये न्ह्यः बय्लिं श्राद्ध याइ ।
- ग) न्ह्यसः कय्तापुजा याइबलय् छु छःयाथाय् यंकी ?
लिसः कय्तापुजा याइबलय् गणेछःयाथाय् यंकी ।

सँगतः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
मन्त्र न्यंकेगु	मन्त्र सुनाउने	to tell a sacred utterance
खःचा	कपाल खौरने छुरा	razor
नौयात	कपाल काट्नेलाइ	to barber
लःल्हानाबी	हातमा दिन्छ	to put in hand
बँय् मलाक	भुइँमा नपर्ने गरी	not to fall in floor
चुइकाछ्वइ	बगाउँछ	to make flow
ताःचा	साँचो	key
ह्वनातःगु	जोडेर बनाइएको	by sewing
पाछायेकी	बोकाउँछ	to carry
फवनी	मागछ	beg
ग्वाःहः	पानको पात	betel leaf
ग्वय्	सुपारी	betel nut
ह्ययेकाः	फकाएर	by convincing

१. पायुछि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) मिजंमचायात छँय् दुश्याकेत कय्तापुजा याइ ।
- ख) कय्तापुजाया छन्हु न्ह्यः पाजुं मचाया आंगसाय् अंगू चिनावनी ।
- ग) कय्तापुजाया न्हिकुन्हु दकलय् न्हापां संकल्प याकी ।
- घ) छँया नायलं साइतय् कय्ता चिकाबी ।
- ङ) मचा वनवास वने न्ह्यः न्ह्यपाः ग्वाःहः व न्ह्यगः ग्वचय् पलाः छिकी ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) मचायात कय्तापुजा याये छन्हु न्ह्यः पाजुं छु याइ ?
- ख) कय्तापुजाकुन्हु दकलय् न्हापां छु याइ ?
- ग) सँ खाके न्ह्यः पाजुं छु याइ ?
- घ) मचां जव व देपा ल्हातिइ छु छु ज्वनाः भिक्षा फवनी ?
- ङ) वनवास वने न्ह्यः मचायात छुकी न्ह्यपलाः छिकी ?

३. परियोजना ज्या : कय्तापुजाय् सु सु प्रत्यक्ष संलग्न जुइ, वय्कःपिनिगु ज्याबारे च्वयाः ब्वनेक्वथाय् न्यंकादिसँ ।

क्रियाकलाप

कय्तापुजा यायेधुंकूपि मस्तय्गु अनुभव धायेकादिसँ । मस्तय्त् च्वय् बियातःगु खँत धायेकाः खँल्हाबल्हा याकादिसँ । कय्तापुजा यायेगुया महत्वबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ । भिडियो क्लिप व किपा क्यनाः थुकिया विधिबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । नापं थुकी प्रत्यक्ष संलग्न जुइमाःपि थःथितिया भूमिकाबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ ।

3.3 बरे छुइगु

बज्राचार्य व शाक्य जातिया कायमस्तयत् न्ह्यर्देनिसें भिंछदँया दुने यायेमाःगु संस्कार बरे छुइगु खः । थःथःगु बहाः वा बहिली मंकाः कथं बरे छुइगु याइ । बुसँ खाके धुंकाः बज्रयानकथं गुर्जु पञ्च गर्व्ये हाहा याइ ।

बरे छुइ न्ह्यः ग्वय्दां तयेगु याइ । ग्वय्दां तलकि ज्या जुइगु पक्का जुइ । थुबलय् आंगसानापं चाकी । विहारया थकालिपिंसं मचायात लखं

लुनांः अभिषेक याइ । मचायात ह्याउंगु बरे छुइगु चीवर पुंकाः न्हायपनय् पँयति सुइकी । अले ल्हातय् त्वह न्ह्याकाः, गःपतय् सुता क्वखायेकाः गुलुपा व सिसाकू लःल्हाइ ।

छत्रं कुइकाः देय् जात्रा यानाःलि लाय्कुलिइ चाःहीके यंकी । बरे छुइगुयात स्वीकृति बीकथं अनं दक्षिणा विया हइ । प्यन्हु दुकुन्हु चीवर त्वकाः गुभाजु समाजया आचार्य मन्त्र बी । अनं लिपा गुरुजु जुयाः पुज्यायेगु मान्यता दइ । बौद्ध समाजय् जन्मय् छक्वःसां भिक्षु जुइमाःगु चलनकथं बरे छुइगु यानातःगु खः । बरे छुइ धुनकि बौद्ध संघया जः जुइ ।



न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः ग्वय्दां धयागु छु खः ?

लिसः ततःधंगु धर्मया ज्या यायेत फ्याइगु किसलीयात ग्वय्दां धाइ ।

ख) न्ह्यसः मचायात आंगसा त्वाःल्हाःगुलिं छु याःगु धाइ ?

लिसः मचायात आंगसा त्वाःल्हाःगुलिं चूडाकर्म याःगु धाइ ।

ग) न्ह्यसः चीवर पुंकागुलिं छु क्रिया याःगु धाइ ?

लिसः चीवर पुंकागुलिं प्रवज्यासंवर व श्रामणेरक क्रिया याःगु धाइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
आंगसानापं	– टुपी सहित	with pigtail
थ:थ:गु	– आआफ्नो	ownself
छत्रं कुइका:	– ठूलो छाताले ओढाएर	holding big umbrella
बियाहइ	– दिएर ल्याउँछ	giving
ज:	– सदस्य	member

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) ध्यबा: तल धा:सा बरे छुइगु पक्का जुइ ।
- ख) बरे छुइबलय् आंगसानापं सँ खाकी ।
- ग) मचायात ह्याउँक चीवर पुंका: न्हाय्पतय् टप सुइकी ।
- घ) मचायात गुभाजु समाजया आचार्य मन्त्र बी ।
- ङ) बरे छूपित लाय्कुलिइ यंके धुंका: अनं अन्त बियाहइ ।

२. क्वय् बियात:गु न्ह्यस:या लिस: बियादिसँ :

- क) छाय् ग्वय्दां तयेगु याइ ?
- ख) मचायात बरे छुइबलय् छु छु याइ ?
- ग) बरे छुइत मचायात गन यंकी ?
- घ) बरे छुइ मचायात लाय्कुलिइ छाय् यंकी ?
- ङ) मचाया चीवर गव:न्हु दुकुन्हु त्वकी ?

३. परियोजना ज्या : बरे छुइत मा:गु ज्वलं व थुकिया विधिबारे छँज: व ज:लाख:लापिलिसे न्यनेकने याना: च्वयादिसँ । ब्वने क्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

ब्वनेक्वथाय् बरे छुइ धुंकूपि मस्तय्गु अनुभव कंकादिसँ । च्वय् बियात:गु खँत छसिकथं धायेकादिसँ । बरे छुइगु विधि व लाय्कुलिइ चा:हीके मा:गुबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । छम्ह मचायात ब्वनेक्वथाय् बरे छुइगु ज्याइव: याकादिसँ । भिडियो क्लिप व किपा क्यना: बरे छुइगु विधि व थुकिया महत्वबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

3.8 इति

नेवाः मिसामचातयत् न्यादैनसैं भिंछदँतकया दुने यायेमाःगु संस्कार इति खः । मिसामचा विजोर दँय् लाकाः थीमज्यू जुइ न्ह्यः इति यायेमाः धाइ । इति मिसामचायात प्रज्ञानाप इहिपा याकिगु खः । इति यायेगु धयागु मचायात छँज्या स्यनेगु कथं नं खः । इति याये धुंकुम्ह मिसामचा तःधिक सरह जुइ । मचायात कन्यादान यायेगु कथं मचाया अबुं सुवर्णकुमारया



प्रतीक ब्याःयात कन्यादान बी । थुकियात बेलविवाह नं धाइ । इति याइबलय् याकःचा वा पुचलय् नं याइ । इति यातकि आध्यात्मिक रुपं नेवाः मिसा गबलें विधवा जुइ मखु धइगु विश्वास दु । इति ज्याभवः निन्हुतक याइ ।

क) धुसः

इहिया न्हापांगु न्हियात धुसः धाइ । थ्वकुन्हु नीसी यानाः थःथितिपिं सःताः बय्लिं श्राद्ध याइ । धुसःकुन्हु मचायात लुसि थीकी । पालिइ बापाअलः तयेकी । छसिकथं भवःछुनाः पुजा संकल्प याकी । थ्वकुन्हु मचायात चिसवाः नकी मखु । मस्तयत् ज्वलान्हाय्कं व सिन्हःमू बियातइ । थ्वकुन्हु ब्रम्हक्वं हयाः मूलुखाय् पिने पुज्याइ, अले इति यायेथाय् तइ । सकसितं होम यानाः पुजा याकी ।

ख) कन्यादान

धुसःया कन्हय्कुन्हुयात पिस्वः धाइ । थ्वकुन्हु मू इति जुइ । पुजा यायां ब्याः (बेल) लिसे इहिपा याइ । मचाया अबुं थः म्हाय्यलिसे च्वनाः पुज्यानातःगु ब्याःयात कन्यादान बी । थाय्भु नकेबी । लसताभव्य् नकी ।

स्वन्हु दुकुन्हु गणेद्यःया पुजा यानाः मचायात सगं बियाः इति ज्याभवः क्वचाइ ।

न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः इति ज्याइवः गन याइ ?

लिसः इति ज्याइवः छँय् वा इति मुंकीगुथाय् वा देगःया सतलय् नं याःपिं दु ।

ख) न्ह्यसः ब्याः छुकियात धाइ ?

लिसः नेपालय् दइगु वासःया गुण दुगु थ्व छगू फल खः । थुकियात Wood Apple व Stone Apple नं धाः । थुकिया दुने सन्त्रासीया थें रंग दइसा थ्वया ख्वला तसकं छाइ । थुकिया जूसं प्वाःया ल्वय्यात फाइदा याइ । नेवाः मिसामस्तयत् न्हापांगु इहिपा ब्याःलिसे याइगु सांस्कृतिक परम्परा दु ।

ग) न्ह्यसः पुचलय् इति याइबलय् सु सु तइ ?

लिसः पुचलय् इति याइबलय् नकिं व नकिंया ल्यू न्वकु मचा नं दइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
कन्हय्कुन्हुयात	भोलिपल्टको दिनलाइ	for tomorrow
मू	मुख्य	main
अबुं	बुबाले	by father
स्वन्हु दुकुन्हु	तेस्रो दिनमा	in the third day

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) मिसामचायात थीमज्यू जुइ न्ह्यः इहि यायेमाः धाइ ।
- ख) ब्याः धइगु सुवर्णकुमारया प्रतीक खः ।
- ग) इहि धइगु सुर्घःयात कन्यादान बीगु खः ।
- घ) इहि याइबल्य् बापा पालिइ पालिस तइ ।
- ङ) कन्यादानकुन्हु ब्याःलिसे इहिपा याकी ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) मिसामस्तय्त इहि गबल्य् याइ ?
- ख) इहि छा्य् याइ ?
- ग) इहि ज्याइवः ग्वःन्हु तक याइ ? व छु छु खः ?
- घ) धुसःबल्य् छु छु याइ ?
- ङ) कन्यादानकुन्हु छु छु याइ ?

३. परियोजना ज्या : छँजः व थःथितिपिके न्यनाः इहि याइगु विधिबारे च्वयाः ब्वनेक्वथाय् सकसितं न्यंकाः ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

मिसामस्तय्त थःथःगु इहि यानाबलय्या अनुभव कंकादिसँ । थुकियात माःगु ज्वलंया नां भ्वंया कुचाय् च्वकादिसँ । ब्वनेक्वथाय् मिसामस्तय्त इवःलाक्क तयाः इहि यायेगु नाटक याकादिसँ । भिडियो क्लिप व किपा क्यनाः इहि यायेत माःगु ज्वलं च्वकादिसँ । थुकी संलग्न दुथ्याइपिं मनूत व उमिगु ज्याखँबारे च्वकादिसँ ।

3.५ बाऱ्हाः तयेगु

नेवाः मिसामस्तयूत ९ निसें १३ दँ तकया दुने थीमज्यू जुइ न्त्यः बाऱ्हाः तइ । भिनिन्हू तक निभाः जः मवगु क्वथाय् कुनाः तइगु संस्कारयात बाऱ्हाः तयेगु धाइ । साइत क्यनाः छँया नकिनं धौसगं वियाः क्वथाय् कुनी । बाऱ्हाः छक्वलं प्यम्हमिसामस्त तक घाकाः तयेगु नं याः । मिसामस्तयूत क्वथाय् कुने धुंकाः क्वय् वियाकथंया ज्याभवः छसिकथं याइ :

क) क्वंचिकं सायेकेगु

बाऱ्हाः तइबलय् बाऱ्हाःपासा नं छम्ह दइ । बाऱ्हाः तयाः स्वन्हूतक चि नकी मखु । न्हाय्कं नं स्वकी मखु । प्यन्हू दुकुन्हू क्वंचिकं सायेकी । थ्वकुन्हू मचायात सुथन्हापां नी वसः पुंकी । क्वंचिकं सायेकेगु धकाः बाऱ्हाःतम्ह मिसामचाया सौन्दर्य पिज्वयेकेगु कथं क्वंचिकं बुकाः समाः याकेगु परम्परा खः । नकिनं बाऱ्हाःख्याः धकाः कपाय्याम्ह ख्याः दयेकाः सुनानं मथीक वहे क्वथाय् तयावी । बाऱ्हाःख्याकं मचायात भिं याइ धाइ । वकुन्हूनिसें बाऱ्हाः च्वनीम्हेस्यां न्त्यागु नःसां दकलय् न्हापां बाऱ्हाःख्याःयात निं छाइ । क्वंचिकं सायेकेधुंकल कि थःथितिपिसं छुस्यामुस्या नकः वःसां जिल । बाऱ्हाः पासायात नं नयेगु छगू भाग बी । बाऱ्हाः तयातत्तले छँय् द्यः पुजा याइमखु । थुकियात खय्बिलि क्यःगु धाइ ।

ख) छुस्यामुस्या नकेगु

थःथितिपिसं बाऱ्हाः मचायात भिंछन्हुया दुने छुस्यामुस्या नकःवइ । अथे हे थीथी मरि व सिसाबुसा नं नकी ।

ग) बाऱ्हाः पिकायेगु

बाऱ्हाः तयाः भिनिन्हू दुकुन्हू बाऱ्हाः पिकाइ । थ्वकुन्हू सुथय् क्वः हाले न्त्यः म्वःल्हुकाः नी वसः पुंकी । लुसि थीकी । बाऱ्हाः मचायात तुतिइ बापाअलः तयेकी । भम्चायात थें सपः प्याकाः, तिसां तीकाः, पर्सिं सिंकाः मचायात ख्वाः त्वपुकाः सुर्घः खनीथाय् यंकी । ल्हाः पतिंचां प्यपुंकाः पतिंचिया प्वालं सुर्घःया दर्शन याकी । वयां लिपा तिन मेपिनिगु ख्वाः स्वकी । विधिपूर्वक पुरोहितं पुजा यानाः नकिनं बाऱ्हाः मचायात सिन्हःमू ज्वलान्हाय्कं लःल्हाइ । सिन्हःमुलिइ च्वंगु भुयूसिन्हलं सिन्चा छायेकी । थाय्भु नकी । थःथितिपिसं बारां छूवइ । मचायात सिन्हःमू व ज्वलान्हाय्कं ज्वंकाः गणेद्यः, पीगमय् दुगुद्यः नापं मेमेपिं द्यः दर्शन याकी । अले छँय् लसकुस यानाः ख्यँसगं वियाः पुजा क्वचायेकी । लसताभवय् नकी । बाऱ्हाः च्वंपिं मस्त व बाऱ्हाःपासापिं बाऱ्हाःख्याःयात तयातःगु नसा, मिहतेत छयगु ल्वहंचा फुक्कं बाऱ्हा पिकाखुन्हू खुसिइ चुइकाछवइ ।

न्हयसः लिसः

क) न्हयसः क्वंचिकं छुकियात धाइ ?

लिसः जाकिचुं, तू, खौ, तछ्व चिकनय् ल्वाकछ्यानाः दयेकीगु ज्वलंयात क्वंचिकं धाइ ।

ख) न्हयसः छुस्यामुस्या ज्वलनय् छु छु दइ ?

लिसः छुस्यामुस्या ज्वलनय् कःनि, मुस्या, छुस्या, चाना, बकुलाः, बरां, कय्गू आदि सियातःगु बूबः दइ ।

ग) न्हयसः बारां छुइगु धकाः थःथितिपिसं मचायात छु बी ?

लिसः बारां छुइगु धकाः थःथितिपिसं जाकि, कापः व दक्षिणा मचायात बी ।

नेपालभाषा

कुना:

छँ नकिनं

घाका:

स्वकी मखु

ख्या: धका:

भिं याइ

ख्या: त्वपुका:

सिन्चा

नेपाली भाषा

थुनेर

घरमुलिले

संगै राखेर

देखाउँदैन

ख्याक मानेर

राम्रो गर्छ

अनुहार छोपी

सिउँदो

अंग्रेजी

lock up

main women of the house

putting together

not shown

supposed to ghost

to do well

covering the face

parting of the hair

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) बाःन्हा: तइबलय् भिन्हुतक मिसामचायात ख्युंगु क्वथाय् कुनी ।
- ख) बाःन्हा: तया: प्यन्हु दुकुन्हु क्वचिकं सायेकी ।
- ग) क्वचिकं सायेकेधुका: चाकुगु ज्वलं नकी ।
- घ) बाःन्हा: भिनिन्हुं पिकाइ ।
- ङ) बाःन्हा:मचायात थीथी छ:पिं दर्शन याकी ।

२. क्वय् बियात:गु न्ह्यस:या लिस: बियादिसँ :

- क) मिसामचायात बाःन्हा: तये न्ह्य: छु छु याइ ?
- ख) क्वचिकं सायेकेगु धइगु छु ख: ?
- ग) बाःन्हा:ख्या: धइगु छु ख: ?
- घ) छुस्यामुस्या गबलय् नकी ? छुस्यामुस्याय् छु छु दइ ?
- ङ) बाःन्हा: पिकाइगु विधि च्वयादिसँ ।

३. परियोजना ज्या : बाःन्हा: तइबलय् मिसा पासापिं, थ:थितिपिसं छु छु याइ धका: छँज: व थ:थितिपिके न्यना: च्वयादिसँ, अलय् ब्वनेक्वथाय् सकसितं न्यकादिसँ ।

क्रियाकलाप

बाःन्हा: च्वनेधुकूपिं मस्तय्गु थ:गु अनुभव कंकादिसँ । च्वय् बियात:गु खँत छसिकथं धायेकादिसँ । बाःन्हा: तयेत मा:गु ज्वलंया नां भ्वंकुचाय् च्वका: प्यन्ह मस्तय्त बाःन्हा: त:गु नाटक याकादिसँ । छसिकथं बाःन्हा:क्वथाय् याइगु क्रियाकलाप याकादिसँ । बाःन्हा: त:गुनिसँ पिका:गु तकया भिडियो क्लिप व किपा क्यना: छसिकथं ब्वनेक्वथाय् बयान याकादिसँ । थुकी दुथ्यायेमा:पिं मनूतय्गु ज्याबारे बयान याकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

मरुसतः, फल्चा व छ्वास महसीकेफइगु, महाघः (कालमोचन, जैशी देगः, सिनामुगः) व चाबहिल चारुमतियाबारे बयान यायेफइगु। (पाठ्यघन्टी ल्या : १२)

४.१ मरुसतः



पिने वःपिं मनूत च्वनेत, भासु लनेत, भ्वय् नयेत दयेकातःगु थाय् सतः खः । थ्व वाफसं मदाइ कथं दयेकातइगु थाय् खः । मरु गणेद्यः व सिंहसतःया दथुइ लाक लाःगु सतः मरु सतः खः । थ्वहे मरुसतःया नामं थाय्या नां मरु जुल । मरुसतः दयेकुम्ह मनू लिलावज्र खः । मरुसतःयात काष्ठमण्डप नं धाः । मरुसतः छ्मा सिमाया सिं जक दयेकातःगु खः । थ्व सतः ८ गू शदिइ दयेकूगु खः । सतः बौद्ध परम्पराया मण्डप कथं दयेकातःगुलिं काष्ठमण्डप धाःगु खः । मरुसतः स्वतँ जाः । दकलय् च्वय् गजू दु । थ्व प्यखेरं खुल्लागु सतः खः ।

8.2 फल्चा

वाफसं मदाइगु कथं च्वनेत खुल्लारुपं दयेकातइगु थाय् फल्चा खः । नेवाःतय् त्वाः ननि, बहा, बही आदि थासय् फल्चा दयेकातःगु दइ । फल्चाय् बुराबुरि, मचापिं, तःधिपिं सकलें च्वनाः भासु लनी, खँल्हाबल्हा याइ । सकिमिला पुन्डिबलय् हलिमलि ब्वयाः दाफा थायेगु व भजन नं यायेगु याइ । तापाक वनावःपिं लँजुवातय्त भासु लंकेगु थाय् फल्चा खः । फल्चाय् पौ नं तयातःगु दइ ।

8.3 छ्वास

नेवाःतय् थःथःगु त्वाल्य् थाय्थासय् छ्वास धकाः दइ । छ्वासयात छ्वास अजिमा नं धाइ । मचा बुयाः मचायात जा मनकूतले छ्वास अजिमां रक्षा याइ धाइ । उकिं छ्वास अजिमा मस्तय्गु रक्षा याइम्ह छः खः । नेवाःतय् मचा बुल धायेवं मचाबू ब्यंकीबलय् छ्वास छःयाथाय् कुलेबौ तयाः पुजा यायेगु याइ । संस्कारकथं थाय्भु नकेगु जुलकि नये सिधयेकाः चिपगु थाय्भु छ्वासय् वायेगु याइ । छ्वासयात त्वाल्य् च्वापिनिगु छु गथे धकाः जनगणना काइम्ह छः धकाः नं कयातःगु दु । छ्वास अजिमा धकाः गनं ल्वहं छ्वाः व गनं अप्पाया छुं चिं जक तयातःगु दु । गनं धाःसा छुं हे दइ मखु ।



न्ह्यसः लिसः

- क) न्ह्यसः मरुसतःया दुने दथुइ लाक छु छः दु ?
लिसः मरुसतः दुने दथुइ लाक गोरखनाथ छः दु ।
- ख) न्ह्यसः फल्चा व सतः मध्ये छु तक् जुइ ?
लिसः फल्चा सिबें सतः तक् जुइ ।
- ग) न्ह्यसः छ्वास अजिमाया आकार गथे च्वनी ?
लिसः छ्वास अजिमाया आकार दइ मखु ।

खँगतः धुकू

नेपालभाषा		नेपाली भाषा	अंग्रेजी
भासु लंकेत	-	आराम गर्न	for relax
दथुइ	-	बिचमा	in the middle
छमा सिमाया सिँ	-	एउटा रूखको काठ	wood of one tree
प्यखेरं	-	चारैतिर	in four sides
लँजुवाः	-	बटुवा	traveller
चिं	-	चिन्ह	sign

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) काष्ठमण्डप छगू सतः खः ।
- ख) काष्ठमण्डप यक्व सिमाया सिँ दयेकातःगु खः ।
- ग) फल्चाय् सकिमिला पुन्हिकुन्हु हलिमलि ब्वइ ।
- घ) त्यानुचाःपिं मनूत फल्चाय् च्वनाः भ्नासु लनी ।
- ङ) चिपगु थाय्भु छ्वासय् वाइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्त्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) सतः छाया दयेकातःगु खः ?
- ख) मरुसतःया मेगु नां छु खः ?
- ग) फल्चाय् पौ छाया तयातल ?
- घ) फल्चाय् छु छु याइ ?
- ङ) छ्वास अजिमां सुयात रक्षा याइ ?

३. परियोजना ज्या : छँजःपिलिसे न्यनाः सतः, फल्चा व छ्वास गन गन दु ? थाय् व नां च्वयाः ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ । सतः, फल्चा व छ्वासयागु संरक्षण यायेत सम्बन्धित निकाययात छु सुभावा बीमाली ? च्वयाः ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

सतः, फल्चा व छ्वासयाबारे च्वय् बियातःगु खँत धायेकादिसँ । मस्तय्सं खंगु सतः व फल्चाया नां च्वकादिसँ । सतः, फल्चा व छ्वास छाये दयेकातःगु व भीत छाये माःगु धइगुबारे वक्तृत्वकला कासा याकादिसँ । सतः व फल्चायागु किपा च्वयेगु धेँधेँबल्लाः कासा याकादिसँ । ब्वनेकुथिं सतिक लाःगु सतः, फल्चा व छ्वासया भ्रमण याकाः थुकिया महत्वबारे स्थानीय मनूतलिसे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

8.8 महाद्यः

४.४.१ कालमोचन महाद्यः

यें व यलयात स्वानाच्चंगु तांया क्वय् न्ह्यानाच्चंगु बागमति खुसि दु । थ्वया सिथय् च्वंगु सतः दुने कालमोचन महाद्यः दु । उगु कालमोचन धयागु थाय् शाह जुजुपिं व राणातय् सुं नं सितकि दुखं च्वनेगु थाय् खः । थौतक नं जोगीत च्वनेगु याः । शाह खलःयापिनि ब्रम्हुतय्त काट्रो नकेमाल धाःसा कालमोचनय् जोरे यानाः नकेगु चलन दु । कालमोचनय् च्वपिं द्यःपिंत पुजा याइपिं पुजारीया ल्याखं अन जोगीतय्त तयातःगु खः ।

४.४.२ जैशी देगः (न्हूघः)

यें महानगरपालिका वडा नं. २१ य् लाःगु देगः जैशी देवल खः । जैशी देवलयात स्थानीय मनूतय्सं न्हूघः देगः धकाः धायेगु याः । न्हूघः देगःया पूर्वय् ल्वहंया घः दु । उगु घःया नामं देगःयात न्हूघः देगः धाःगु खः । त्वाःया नां नं न्हूघः हे धायेगु याः । न्हूघःया न्ह्यःने क्वहिति वनेगु लँ खःसा क्वसं टेकु वनेगु लँ लाः । उत्तरपाखे मरु वनेगु लँ लाः ।

थ्व देगः दुने महाद्यः दु । द्यःयाथाय् वनेत त्वाथः गयाः वनेमाः । देगःया तँतँ फःचा दयेकातःगु दु । देगः स्वतँजाः । थ्व देगःया न्ह्यःने न्हूघः दबुलिइ येंयाःया क्वनेयाःबलय् किलाघःया दीप्याखं ल्हुइकेगु याइ । कुमारी जात्रा व जनबहाद्यःया जात्रा जुइबलय् आपालं मनूत थ्व देगलय् च्वनाः जात्रा स्वःवइ ।

४.४.३ सिनामुगः

यें महानगरपालिकाया वडा नं. ३२ य् पुलांगु सिनामुगः लाः । थ्व थाय् यें, यल व ख्वपया सिमानां थ्यूगु थाय् खः । नेपाल संवत्त्या संस्थापक भाजु शंखधर साख्खालं यें, यल व ख्वपय् च्वपिं जनतायात त्यासां मुक्त याःगु खः । थ्व थासय् ल्वहंया छगः थां नं दु । आः थां तनावने धुंकल । यें, यल व ख्वपया **सिमानाया मुगः** जूगुलिं थ्वया नां आः सिनामुगः जूगु खः । थ्वयात थौकन्हय् सिनामंगल धकाः नं धायेगु याः । आः थ्व थाय् त्रिभुवन विमानस्थलयया सिथय् लाः । पुलांगु सिनामुगलय् महाद्यः दु ।

न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः कालमोचन लागा दुने छु छु दु ?

लिसः कालमोचन लागा दुने पुण्येश्वर देगः, हनुमान देगः, वदन मुक्तेश्वर, नरवेश्वर, जङ्ग हिरण्य हेमनारायण, गोपाल देगः, थीथी मठ, जंग नन्देश्वर, स्वंगू शिवालय, त्रिपुरेश्वर महाद्यः देगः आदि दु ।

ख) न्ह्यसः न्हूघः दुगु थासं पूर्वय् छु थाय् लाः ?

लिसः न्हूघः दुगु थासं पूर्वपाखे ज्याःबहाः, लगं आदि लाः ।

ग) न्ह्यसः सिनामुगः नां छाय् छुत ?

लिसः सिनामुगः सिमानाय् लाःगु मुगः धायेत छूगु नां खः ।

खँगत : धुकू

नेपालभाषा		नेपाली भाषा	अंग्रेजी
जोरे याना:	–	तयार गरेर	preparing
लँ	–	बाटो	road
न्हूघ:	–	नयाँ गाग्री	new water pot
पुलांगु	–	पुरानो	old
थां	–	खम्बा	pillar

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) तिंछ्यलय् दुने कालमोचन छ: ला: ।
- ख) शाह खल:यापिं खलपिं सुं सितकि काट्टो नकी ।
- ग) घ: धयागु सिसि ख: ।
- घ) न्हूघ:या नामं न्हूघ: देग: नां छूगु ख: ।
- ङ) सिमानाया मुग: लिपा बना: सिनामुग: जूवन धाइ ।

२. क्वय् बियात:गु न्ह्यस:या लिस: बियादिसँ :

- क) कालमोचन छुकिया तिंतिं नां जा: ?
- ख) कालमोचन यँया गुखेपाखे ला: ?
- ग) जैशीदेग: गव:तँ जा ?
- घ) गथे जुया: सिनामुग: नां जूवन ?
- ङ) पुलांगु सिनामुगलय् छु छ: दु ?

३. परियोजना ज्या : कालमोचन, न्हूघ: व सिनामुग:बारे स्यूपिं मनूतय्के न्यनेकने याना: धल: दयेकादिसँ । ब्वनेक्वथाय् प्रस्तुत यानादिसँ ।

क्रियाकलाप

कालमोचन, न्हूघ: व सिनामुग:बारे च्वय् बियात:गु खँत ब्वंके बियादिसँ । थुकिया बारे थीथी च्वसु ब्वंकेबियादिसँ । कालमोचन, न्हूघ: व सिनामुग:या शैक्षिक भ्रमण याकादिसँ ।

४.५ चाबहिल

चाबहिलयात चारुमति बिहार नं धाः । स्वयम्भू, बौद्धया थें बांलूगु तुइक बौद्ध स्तुप दयेकातगु दु । अशोक धयाम्ह जुजुं नेपालय् बुद्ध धर्मया आपालं प्रचार प्रसार नं याःगु खः । वय्कलं भगवान बुद्ध बूगु थाय् लुम्बिनी खः धकाः अभिलेख च्वयेगु ज्या याःगु खः । उगु अभिलेखयात अशोक स्तम्भ धकाः थौतक नं धायेगु याः । अशोकया म्हाय्या नां चारुमति खः । वहे चारुमतिं स्तुप दयेकाः बुद्ध धर्मया प्रचार प्रसार यायेगु यात । चारुमति स्तुपया थाय् वा बिहारयात चारुमति बिहार धाःगु खः । थ्वहे स्तुपया नामं थाय्या नां चाबहिल जूगु खः । चारुमति बिहार छगुलिं पःखाः दनाः चाहीकातःगु दुसा बिहारय् दुहां वनेत लुखा नं तयातःगु दु । थन चीभाः नं दु । स्तुपय् तारा च्चःपिं नं तयातःगु दु ।

न्ह्यसः लिसः

- क) न्ह्यसः चारुमति बिहारयात छु नं धायेगु याः ?
लिसः चारुमति बिहारयात चाबही नं धायेगु याः ।
- ख) न्ह्यसः थ्व बिहार गन लाः ?
लिसः थ्व बिहार रिङ्गरोडय् लाः ।
- ग) न्ह्यसः स्तुपया न्ह्यःने छु तयातःगु दु ?
लिसः स्तुपया न्ह्यःने स्वयम्भूइ थें बज्र तयातःगु दु ।

खँगतः धुकू

नेपालभाषा		नेपाली भाषा	अंग्रेजी
बां	–	आकार	shape
थौतक	–	आजसम्म	upto today
म्ह्याय्	–	छोरी	daughter
दुहां वनेत	–	भिन्न जानको लागि	going to inside
बज्र	–	बज्र	Vajra : the symbol of unshakable strength

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) चारुमति बिहारया नामं चाबहिल जूवंगु खः ।
- ख) भगवान बुद्ध बूगु थाय् लुम्बिनी खः ।
- ग) अशोक स्तम्भ लुम्बिनीइ दु ।
- घ) अशोकया कलाःया नां चारुमति खः ।
- ङ) चाबहिलिइ चीभाः नं दु ।

२. क्वय् बियातःगु न्त्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) चारुमति बिहारयात थौंकन्ह्य् छु धाइ ?
- ख) सुनां बुद्ध धर्मया आपालं प्रचार प्रसार यात ?
- ग) सुनां भगवान बुद्ध लुम्बिनीइ जन्म जूगु खः धकाः धयादिल ?
- घ) अशोकं छु दयेकाः बुद्ध धर्मया प्रचार यातः ?
- ङ) चारुमति बिहारय् छु छु दु ?

३. परियोजना ज्या : न्यनेकने यानाः चारुमति बिहारया बारे च्वसु च्वयादिसँ व ब्वनेक्वथाय् ब्वनाः न्यंकादिसँ ।

क्रियाकलाप

चारुमति बिहारया किपा क्यनाः खंगु खँत बयान याकादिसँ । थ्व थाय्या भ्रमण याकादिसँ । थुकिया महत्वबारे सस्यूपिलिसे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

सिजःकःमि व लुँकःमिया बारे बयान यायेफइगु, घरेलु उद्योग चिकंसाःया सायमितयबारे बयान यायेफइगु व नेवाः बाजंया नां धायेफइगु ।
(पाठ्यघन्टी ल्या : ८)

५.१ सिजःकःमि, लुँकःमि व चिकंसाः

५.१.१ सिजःकःमि

सिजःकःमि छम्ह नेवाः खः । सिजःया सामान दयेकिपिंत सिजकःमि वा ताम्राकार धाइ । सिजकःमियात चिहाकलं तबः नं धाः । सिजः छताजि धातु खः । सिजःयागु सिजः घः, सिजः ताहांफ, पुजाभः, क्वल्ला (श्राद्ध यायेत तछ्वचुं न्हायेगु थल) अर्घ, सिजःत्यप, गुलु, बाता दयेकी । घःयागु मूर्ति नं दयेकी । महाघः, लक्ष्मीघः, सुर्घः आदि दयेकी । उकिं सिजः धातु मध्ये तःजि । सिजलय् तुतिं थ्वाये मत्यः धाइ । सिजयात घः भाःपी । सिजःयात नेपाली भाषां ताम्रा धाइ ।



५.१.२ लुँकःमि

लुँकःमि छम्ह नेवाः खः । वं लुँज्या याइ । लुँकःमिं लुँयागु तिसा दयेकी । नेवाः दुने शाक्य थरयापिसं याइगु लजगाः लुँज्या खः । उमित बरेजु नं धाइ । लुँया तिसा तःताजि दु । थीथी संस्कारय् थीथी कथंया तिसां तीकि । गथे कि - मचाजंक्व, इहि, बाःन्हाः, इहिपा, बुराबुरि जंक्वबलय् थीथीकथंया तिसां तीकी । छ्यनय् लुँस्वां, न्यापुसिखः, शीरबन्दी, क्लीप छुकी । न्हाय्पनय् तुकि, तपचा, लुँचाः, माकःसि सुइकी । गःपतय् तायो, तिखमाः, भिंपूमाः, सिखः, न्यापुसिखः, असर्फीमाः क्वखायेकी । पतिंचाय् अंगू, हिनाअंगू न्ह्याकी । तुतिइ कल्लि न्ह्याकी । थ्व बाहेक नं लुँकःमिं कल्या, तायो, तुकि, कामःसि, तुतिबग्गी आदि नं दयेकी ।



५.१.३ चिकंसा:



नेवाःतय् चिकं दयेकेगु थाय्यात चिकंसाः धाइ । यँ देशय् न्हय्साः दु । साय्मितय्गु परम्परागत त्वाःयात न्हय्साः धाइ । न्हय्साःया साय्मितय्त् न्हय्सः साय्मि धाइ । साय्मितय्सं सालय् च्वनाः तू सियाः चिकं पिकायेगु ज्या याइ । उमित मानन्धर नं धाः । साय्मितय्सं चिकं पिकाइगु साःया प्रविधि उत्कृष्ट खनेदु ।

द्यःयात मत बीत नं चिकं माः । देवा, त्वाःदेवा व सुकुन्दा च्याकेत चिकं माः । चिकं म्हय् बुलेत नं छ्यली । घ्यःचाकु संलूबलय् थँःजिपिसं छ्यनय् चिकं तीकी । नसात्वंसा दयेकेत चिकं मदयेकं मगाः ।

न्हय्सः लिसः

क) न्हय्सः सिजःकःमिं मेगु छु छु ज्वलं दयेकी ?

लिसः सिजःकःमिं कलश व पंचपात्र नं दयेकी ।

ख) न्हय्सः लुँकःमिं बुराबुरि जंक्व यायेत छु तिसा दयेकी ?

लिसः लुँकःमिं बुराबुरि जंक्व यायेत न्हाय्पनय् सुइत लुँयागु पुनाय्चा व कपातय् तीत लुँसिन्हः दयेकी ।

ग) न्हय्सः यँ देय्या साय्मितय्गु परम्परागत त्वाः छु छु खः ?

लिसः यँ देय्या साय्मितय्गु परम्परागत त्वाः न्हूसाः, लाय्कूसाः, दथुसाः, वंतुसाः, थँहितिसाः, तँलाछिसाः, चसाः (क्वाथःसाः), पुखूद्यां, मरुध्वाखा व धालसिक्व खः । पुखूद्यांया साय्मितय् साः मदु । वा सुइगु व बनेज्या (व्यापार) याइगुलिं उमित धिक्किबन्जाः धाइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
तःजि	भव्य	high quality
तुतिं थ्वाये मत्यः	खुड्डाले हान्नु हुन्न	not touch by feet
भाःपी	मानिन्छ	respect
तछ्व	जौ	barley
तःताजि	धेरै थरिको	many kinds
गःपतय्	घाँटीमा	in the neck
चिकं	तेल	oil
म्हय् बुलेत	शरीरमा घस्न	slowly rub in the body
नसात्वँसा	खानेकुराहरु	foods

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) सिजःकःमिं सिंयागु थलबल दयेकी ।
- ख) तछ्वचुं न्हायेत सिजःयागु क्वल्ला छ्यली ।
- ग) माकःसि न्हाय्पनय् सुइकी ।
- घ) सिखः ल्हातय् न्ह्याइ ।
- ङ) चिकं सालय् पिकाइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) सिजःकःमिं छु छु छःयागु मूर्ति दयेकी ?
- ख) मनूतय्सं सिजःयात छु भाःपी ?
- ग) इहिपाबलय् पतिंचाय् छु न्ह्याकी ?
- घ) पुनाय्चा गन सुइकी ?
- ङ) तरकारी दयेकेबलय् दकलय् न्हापां थलय् छु क्वाकी ?

३. परियोजना ज्या : मेमेगु धातु मध्ये सिजः धकाः गय् यानाः म्हसीकेगु खः, बसजाः पसलय् वनाः खँल्हाबल्हा यानादिसँ । थीथी सिजःयागु थलबलया नां नं च्वयादिसँ । ब्वनेक्वथाय् प्रस्तुत यानादिसँ । छिगु छँय् दुगु लुँयागु थीथी ज्वलंया नांधलः च्वयाः ब्वनेक्वथाय् पासापित न्यकादिसँ । छिं चिकं छुकी छुकी छ्यलादिया ? च्वयाः ब्वनेक्वथाय् धयादिसँ ।

क्रियाकलाप

थीथी धातुया किपा क्यनादिसँ । उकी मध्ये सिजः धकाः गय् यानाः म्हसीकेगु खँल्हाबल्हा यानादिसँ । सिजःयागु ज्वलंया नां धायेकादिसँ । सिजःया थलबल व किपा च्वकादिसँ । थीथी धातुया किपा क्यनाः लुँयागु धकाः म्हसीकेगुबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ । च्वय् मदुगु लुँयागु ज्वलंया नां धायेकादिसँ । लुँयागु ज्वलं गबलय् गन तीकी खँल्हाबल्हा याकादिसँ । मस्तय्गु पुचः दयेकाः लुँयागु थीथी ज्वलंया किपा क्यनाः न्ह्यसःलिसः कासा याकादिसँ । सिजःकःमिया ज्याकुथि व लुँकमिया ज्यासलय् भ्रमण याकादिसँ । थीथी ज्वलं गथे यानाः दयेकी व छुकी छ्यली खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

भीगु जीवनय् चिकंयागु महत्वबारे धायेकादिसँ । ब्वनेकुथि सतिक लाःगु चिकंसाःया भ्रमण याकाः चिकं पिकाइगु तरिका क्यनादिसँ । न्हापा व आः चिकं पिकाइगु तरिकाबारे साःथुवाःलिसे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।

५.२ नेवा: बाजंया नां



नेवा:तय् थीथी नख:चख:, जात्रा, पुजा दँयदँसं वयाच्चनी । अबलय् थीथी बाजं थाना: नेवा:तय् न्ह्यइपुका च्वनी । बाजंनं याना: लकस तसकं न्ह्यइपुसे च्वनी । सतकय् गुंला, यँया, मोहनि, स्वन्ति, पाहांच:च्हे, जनबहाद्य: जात्राबलय् बाजं थानावइपिं म्व:म्व: हे दइ । नेवा: बाजं नेवा:तय्गु मौलिक बाजं ख: । नेवा: बाजं मुख्य याना: न्याथी दु : धिमय्, खिं, ता:, भुस्या: व म्वाहालि । मेमेगु नेवा: बाजं नं दु, गथेकि : धा:, नगरा, दम्ब:खिं, मृदङ्ग, नाय्खिं, ज्व: नगरा, द: न्यकू, दबदब, काशीबाजं, वभूचा/ख्वालमालि आदि ।

न्ह्यस: लिस:

क) न्ह्यस: नेवा: बाजं धयागु छु ख: ?

लिस: नेवा: संस्कृतिइ न्ह्यानावयाच्चंगु परम्परागत जात्रा, पुजा, उत्सवय् थाइगु बाजंयात नेवा: बाजं धाइ ।

ख) न्ह्यस: गुंलाबलय् थाइगु बाजं छु छु ख: ?

लिस: गुंलाबलय् थाइगु मुख्य बाजं धा: ख: । अथेहे म्वाहालि, बासुरी, ता:, भुस्या:, नाय्खिं, छुस्या: व पँय्ता: नं छ्यली ।

ग) न्ह्यस: धा: बाजं थाइम्हेसिया जव व खवय् छु छु दइ ?

लिस: धा: बाजं थाइम्हेसिया जवय् ल्हातं जक थाइगु याइसा खवय् चिकिचाहाक:गु कथि छपु दइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
न्हयइपुकाः	– रमाइलो गरेर	enjoying
म्वःम्वः	– धेरै जना	many people
गुला	– नेपाल संवत्को दशौं महिना	Gunla is the tenth month in the Nepal Sambat calendar
जव	– दायाँ	right side
खव	– बायाँ	left side

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) नेवाः बाजं नेवाःतय्गु मौलिक बाजं खः ।
- ख) नेवाः बाजं नेपाःया राष्ट्रिय सम्पति खः ।
- ख) गुला मेला निला तक जुइ ।
- घ) गुलाबल्य् बाजं थानाः स्वयम्भू नापं बहाः बहिलिइ चाःहिलेगु याइ ।
- ङ) पाहांचःःहेबल्य् यँया त्वाःत्वाल्य् मस्तय्सं बाजं थाइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्हयसःया लिसः बियादिसँ :

- क) नेवाः बाजं गुबल्य् छ्यली ?
- ख) न्यागू नेवाः बाजंया नां च्वयादिसँ ।
- ख) छितः यःगु छगू बाजंया क्पिा च्वयादिसँ ।

३. परियोजना ज्या : छु छु नेवाः बाजं गुबल्य् छ्यली धकाः न्यनेकने यानाः धलः दयेकादिसँ । छिं च्वयादियागु धलः ब्वनेक्वथाय् प्रस्तुत यानादिसँ ।

क्रियाकलाप

थीथी बाजंया क्पिा क्यनाः नां धायेकेगु कासा म्हितकादिसँ । थीथी बाजंया क्पिा च्वकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

थःपिसं यायेमाःगु विधि व्यवहारबारे धायेफइगु व यायेफइगु, बहुजन हिताय बहुजन सुखायबारे बयान यायेफइगु व गुथिबारे धायेफइगु । (पाठ्यघन्टी ल्या : १०)

६.१ विधि व्यवहार

मनू सामाजिक प्राणी खः । मनूत समाज मदयेक म्वाये फइ मखु । समाजं थीथी नियम दयेकातःगु दइ । व सकस्यां पालना याइ । समाज न्हाकेत थीथी कथं व्यवहार यानातःगु दइ । अज्यागु व्यवहारयात विधि व्यवहार धाइ । इलय्बल्य् थीथी नखःचखः हनी । नखःबलय् थीथी नसात्वँसा दयेकाः नयेगु याइ । गुंपुन्हबलय् क्वाति दयेकाः त्वनी । चथाःबलय् बूवः सियाः नइ । मोहनियात लाया नखः धाइ । स्वन्तियात मरिया नखः धाइ । नखःकुन्हु थीथी च्चःयाथाय् च्चइके वनी । थीथी घासा ज्वरे यानाः भ्वय् नइ । पितृयात सिकिब्व तइ । सिकय्-बुकय् म्थ्याय्मस्त मदयेकं मगाः । उकिं नखःया लसताय् नखत्या सःती । तःधंगु नखः व जात्राय् जिलाजंपितं नं नखत्या सःती । थथे नखत्या सःतेगु धइगु थःथिति नापलानाः न्ह्यइपुकेगु व स्वापू बल्लाकेगु खः । मोहनि, स्वन्ति व यःमरि पुन्हबलय् पाजुपिंथाय् नखत्या वनेगु न्ह्यइपुसे च्वं । पाहांचःहेबलय् नं नखत्या वनी ।



६.२ बहुजन हिताय बहुजन सुखाय

मनू सर्वश्रेष्ठ प्राणी जूगुलिं वया बुद्धि विवेक दइ । छु याये ज्यू छु याये मज्यू धइगु स्यू । समाजय् भीसं थःगु जक मखु, बहुजन अर्थात् यक्व मनूया हित व सुख जुइगु ज्या यायेमाः । समाजय् थःजक नये, थःजक त्वने धाइपिं स्वार्थी मनूत नं मदुगु मखु । उमित भीसं बांलाःगु शिक्षा बीमाः । हित व सुख जुइगु बिचाः यानाः ज्या यात धाःसा समाजया याकनं विकास जुइ । भगवान बुद्धं नं बहुजन हिताय बहुजन सुखायया नितिं उपदेश बियाबिज्याःगु दु ।



6.3 गुथि



नेवाःतय्सं दँयदँसं थीथी गुथि न्यायेकी । गुथिया अर्थ सभा वा पुचः खः । भी पुर्खा समाज बांलाक न्ह्याकेत थीथी गुथि स्वनातःगु दु । गथेकि सीगुथि, सनांगुथि, देपुजा गुथि, नासःपुजा गुथि, मरःजा गुथि आदि । दँयदँसं गुथि न्यायेकेबलय् फुकी, दाजुकिजापिं व गुथियारत मुनी । छः पुज्याइ । समयबजि व भव्य नइ । धार्मिक कीर्ति तयेगु भवल्य् थीथी छःपिं थापना यानाः गुथि नीस्वनी । छःया जात्रा यायेत नं गुथि नीस्वनी । समाजोपयोगी ज्या यायेत सतः, फल्वा दयेकी । हिति, तुं, पुखू थापना यानाः गुथि नीस्वनी । गुथि बांलाक न्ह्यायेमा धकाः बुँ तयाथकी । बुँया बालिपाखें दँयदँसं छःया बुसाधं व गुथि न्यायेकी । थथे गुथि न्यायेकेगु धयागु परोपकारी ज्याय् न्ह्यज्यानाः समाजसेवा यायेगु खः ।

न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः सिकिब्व धयागु छु खः ?

लिसः न्ह्यागुं भव्य जूसां सीधुकूपिं थःथिथिपिनिगु नामय् ब्व छाइ । वहे ब्वयात सिकिब्व धाइ ।

ख) न्ह्यसः समाजय् भीसं गज्याःगु ज्या यायेमाः ?

लिसः यक्व मनूतय्गु हित व सुख जुइगु ज्या यायेमाः ।

ग) न्ह्यसः छु विश्वासं गुथि नीस्वनातःगु खनेदु ?

लिसः धर्म लाइ धइगु विश्वासं प्राचीनकालनिसें गुथि नीस्वनातःगु खनेदु ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
फइ मखु	– सकिँदैन	cannot do
बूबः सियाः	– गेडागुडी भुटेर	dry roasting the beans
लाया नखः	– मासुको चाड	festival of the meat
मरिया नखः	– मिठाइको चाड	festival of the sweets
घासा	– परिकार	a menu, variety of the foodstuffs
न्हयइपुकेगु	– रमाइलो गर्ने	to get entertained
बहुजन	– धेरैको	of the many, for the many
बिज्याःगु	– जानु भएको	have gone
फुकी	– एउटै रगतको नातेदार	relative of own blood
नीस्वनातःगु	– स्थापना गरिएको, बनाइएको	have been formed, established
न्हयायेमाः	– अघि बढ्नु	to move forward

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) समाजय् थीथी विधि व्यवहार हनी ।
- ख) समाज मदयेक मनू म्वाये फु ।
- ग) भीसं छम्ह मनूया जक हित जुइगु ज्या याये मज्यू ।
- घ) भीसं बहुजन हिताय बहुजन सुखाय जुइगु ज्या यायेमाः ।
- ङ) नेवाःतय्सं दँय्दँसं गुथि न्यायेकी मखु ।
- च) समाज संगठित यायेत गुथि नीस्वंगु खः ।
- छ) भनी पुखां गुथि न्यायेकेत बैकय् ध्यबा जम्मा यानाथकूगु दु ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) मनूतयसं इलय्ब्यलय् छु हनी ?
- ख) समाजय् भ्नीसं गजाःगु ज्या यायेमाः ?
- ग) गुकथं समाजया विकास जुइ ?
- घ) गुथिया अर्थ छु खः ?
- ङ) गुथि बांलाक न्ह्याकेत पूखां छु तयाथकूगु दु ?
- च) दँय्दँसं गुथि न्यायेकल धायेवं छु जुइ ?

३. परियोजना ज्या :

- क) दँय्दँसं नेवाःतयसं छु छु गुथि न्यायेकी न्यनेकने यानाः च्वयादिसँ ।
- ख) लोकोपकार ज्याय् गुथिं गजाःगु भूमिका म्हिती न्यनेकने यानाः च्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

१. च्वय् बियातःगु खँत मस्तयत्त धायेकादिसँ । थीथी खँगःया बारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । मस्तयसं स्यूगु थीथी विधि व्यवहार न्यँन्यं बोर्डय् च्वकादिसँ । उकी मध्ये छँय्, थःथितिपिथाय्, ब्वनेकुथिइ आदि थासय् यायेमाःगु व्यवहार छु छु पाइगु खः ध्वाथुइकादिसँ । वकथं फयांफत्तले विधि व्यवहारया नमूना ब्वनेक्वथाय् याकादिसँ । मस्तयत्त थःपिसं न्ह्याथाय् नं न्ह्याम्हलिसे नं याइगु व्यवहारं थःगु जीवन बांलाक हनेफइगुबारे ध्वाथुइकादिसँ । मस्त थीथी थासं वइगुलिं उमित थःथःगु थाय्या बांलाःगु व बांमलाःगु प्रभाव लानाच्वनी । थुकिया प्रभाव ब्वनेक्वथाय् नं लाइगुलिं उमित विशेष ध्यान तयाः थ्व विषयय् मस्तयत्त सचेत याकादिसँ ।
२. यक्व मनूतयगु हित जुइकथंया थीथी ज्याखँ मस्तयत्त याकादिसँ । उमिसं यायेमाःगु ज्या मस्तयगु पुचः दयेकाः च्वकादिसँ व ब्वनेक्वथाय् ब्वयेकादिसँ । बुद्ध भगवानं बियादीगु उपदेश बहुजन हिताय बहुजन सुखायबारे सीकेत ब्वनेकुथि सतिक लाःगु विहारय् यंकाः भन्ते, गुरुमांपिनिगु प्रवचनया व्यवस्था यानादिसँ ।
३. मस्तयसं स्यूगु थीथी गुथिबारे धायेकाः बोर्डय् च्वकादिसँ । उकी मध्ये संस्कार, सांस्कृतिक, पारिवारिक, धार्मिक, शैक्षिक आदि गुथिइ ब्व ब्वकथं पाइगु खँ क्यनादिसँ । उकी छु छु गुथिं छु छु ज्या गय् यानाः याइ धायेकादिसँ । ब्व ब्वकथंया गुथिइ जुयाच्वंगु ज्या व जुइमाःगु ज्याबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । मस्तयत्त भिडियो क्लिप वा किपा क्यनाः गुथि सम्बन्धी खँल्हाबल्हा याकादिसँ । थीथी गुथिया ज्याइवः जुयाच्वंगु थासय् यंकाः छु छु जुयाच्वंगु दु धकाः गुथिया जःपिलिसे खँल्हाबल्हा याकादिसँ ।
४. च्वय् बियातःगु ब्वकथं उकिया महत्त्व व आवश्यकताबारे नाटक, वक्तृत्वकला व न्ह्यसःलिसः कासा याकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

चा, फि व ल्वहँया बनोटबारे बयान यायेफइगु व थुकिया प्रयोग व महत्वबारे बयान यायेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्या : ४)

चा, फि व ल्वहँ

भी च्वंच्वनागु पृथ्वीइ निव्व लः व छव्व जमिन (चा) दु । तजाःगु थाय्यात पहाड धाइ । पहाडय् ततःग्वःगु ल्वहँ, फि व चा दइ । अथेहे जमिन दुने नं ल्वहँ, फि व चा दइ । खुसिइ फि दइ । बुँइ चा दइ । मिखां खने दुपिं व मदुपिं जीवतय्गु थाय्वाय् चा खः । भीसं क्यवय् वनाः चा क्वानाः स्वल धाःसा थ्व खँ सीदइ । खुसिं चुइकाहःगु लखय् नं फि, चा दइ । खुसि सिथय् नं चा, फि, ल्वहँ दइ । चा मदयेक सुं प्राणी म्वाये फइ मखु । मनूतय्सं थःत नयेत माःगु वा, छव्व, केँ तरकारी चाय् हे पी । स्वां, सिमा नं चाय् हे पी । चाया द्यःने छँ दनी । छँ दनेत माःगु सिमेन्ट, कंक्रीट आदि नं जमिनय् च्वंगु ल्वहँ तछ्यानाः दयेकी । कलकारखाना नं चाय् हे दयेकी । स्वां, सिमा, हः ध्वगिनाः चा जुइ । प्राणीत थ्वहे चाय् म्वाइ । सितकि चाय् तुं ल्वाकज्याइ । मनू म्वायेत ग्वाहालि जुइगुलिं चायात धर्तिमां नं धाइ । मनूतय्सं बुँज्या यानाः अप्वः जूगु अन्न मी । निर्यात नं याइ । थुकिं देय्या आर्थिक विकास यायेत तिबः जुइ । थुकथं भीगु जीवनय् चा, फि, ल्वहँया तःधंगु महत्व खनेदु ।



न्ह्यसः लिसः

क) न्ह्यसः पृथ्वीइ छु छु दु ?

लिसः पृथ्वीइ पुख, खुसि, हिमाल, पहाड, सागर, महासागर व जमिन दु ।

ख) न्ह्यसः चाया क्वय् छु मुनाच्चनी ?

लिसः चाया क्वय् लः मुनाच्चनी ।

ग) न्ह्यसः चा, फि व ल्वहँ नं देय्या आर्थिक विकासय् गथे यानाः तिबः जुइ ?

लिसः बुँज्या यानाः वःगु ज्वलं, कलकारखानां उत्पादन जूगु ज्वलं विदेशय् मियाः देय्या आर्थिक विकासय् तिबः जुइ ।

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
निब्व	– दुइ भाग	two third
छब्व	– एक भाग	one third
थाय्बाय्	– बस्ने ठाउँ	living space
म्वाये	– बाँच्न	to live
ध्वगिना:	– कुहिएर	rotten
ल्वकज्याइ	– मिसिन्छ	mixed

याज्या

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) आकाशया क्वय् लः मुनाच्चवनी ।
- ख) मिखां खने दुपिं मदुपिं जीवतय्गु थाय्बाय् ल्वहं खः ।
- ग) थीथी स्वां, सिमा, सिसाबुसा, तरकारी व अन्न चाय् पी मखु ।
- घ) छँ दनेत माःगु कंक्रीट व सिमेन्ट ल्वहं तछ्यानाः दयेकी ।
- ङ) खुसिइ नं चा, फि, ल्वहं दइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) पृथ्वीइ गुलि ब्व चा (जमिन) दु ?
- ख) पहाडय् दुने छु छु दइ ?
- ग) चा गये जुयाः दयावइ ?
- घ) खुसिइ छु छु दइ ?
- ङ) बुँज्या गन याइ ?

३. परियोजना ज्या : क्यबय् चा क्वानाः स्वयादिसँ । छिं छु छु खनादिया ? धलः दयेकादिसँ । थःगु त्वाल्य् च्वपिं ज्यापु दाजु ततापिके थःथःगु बुँइ छु छु अन्न पिना धकाः न्यनेकने यानाः ब्वनेक्वथाय् कनादिसँ ।

क्रियाकलाप

मस्तय्त च्वय् बियातःगु खँत धायेकादिसँ । ग्लोब, चार्ट क्यनाः पृथ्वीइ दुगु खँत म्हसीकादिसँ । वास्तविक चा, फि व ल्वहं क्यनाः थुकिया बनोटबारे खँल्हाबल्हा यानादिसँ । मस्तय्त स्वंगू पुचः दयेकाः चा, फि व ल्वहँत भीत यानाच्चंगु ग्वाहालिबारे च्वकादिसँ । थुकिया आवश्यकताया बारे च्वखँ च्वयेगु कासा याकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

कुपोषण जुइगु कारण व रोकथाम यायेगु उपायबारे बयान यायेफइगु, थीथी कासा (पाँच, घःनां तिसानां, घुँ कासा विहतेफइगु । (पाठ्यघन्टी ल्या : १४)

८.१ कुपोषण

भी स्वस्थ जुयाः म्वायेगु खःसा पोष दइगु नसात्वँसा नयेगु यायेमाः । न्हिंन्हिं नयेगु नसात्वँसाय् कार्बोहाइड्रेट, प्रोटिन, चिल्लो पदार्थ, भिटामिन, खनिज पदार्थ आदि सन्तुलित मात्राय् नयेमाः । कार्बोहाइड्रेट व चिल्लो पदार्थ भीगु म्हयात माःगु शक्ति बी । थ्व विशेष यानाः जाकि, छ्व, तछ्व, कःनि, दुसि, आलु, घ्यः, चिकं आदि नसाय् दइ ।

प्रोटिनं भीगु म्ह व्वलंकेत तिवः बी । ख्येँ, ला, न्या, दुरु नापं थीथी सिसाबुसापाखें प्रोटिन दइ । सिसाबुसा, दुरु व दुरुं दयेकातःगु परिकार नापं वाउँगु तरकारीपाखें भिटामिन व खनिज दइ । थुकिं ल्वय् नापं शारीरिक व मानसिक विकृतिपाखें बचे याइ । उकिं पोषण दइगु नसात्वँसा ताःई तक नये मखन धाःसा उकिं शरीरय् हइगु विकारयात हे कुपोषण धाइ । न्हिंन्हिं पोष दइगु नसात्वँसा नयेगु यात धाःसा कुपोषणया कारणं जुइगु ल्वय् मजुइका च्वनेफइ ।



ढ्हयसः ललसः

- क) ढ्हयसः सन्तुलनकथं ढोष दुगु नसात्वेसा नयेगु मयात धाःसा छु जुइ ?
ललसः सन्तुलनकथं ढोष दुगु नसात्वेसा नयेगु मयात धाःसा थीथी कथंया ल्वचं कयेफु ।
- ख) ढ्हयसः कुढोषण अढ्वः याताः गुलि देँ दुपलं मस्तयूत जुइ ?
ललसः कुढोषण अढ्वः याताः नकतलनल बूपलं व ल्हयये त्पलं वा न्यादं क्वयूयापलं मस्तयूत जुइ ।
- ग) ढ्हयसः तःधलकःपलंत कुढोषण जुल धाःसा छु जुइ ?
ललसः तःधलकःपलंत कुढोषण जुल धाःसा म्हुयू हल कम जुइगु, गलः वइगु आदल ल्वयू जुइ ।

संघतः धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
म्वायेत	बाँचनलाई	to live
सन्तुलन	सन्तुलन	balanced
छव	गहुँ	wheat
तछव	जौ	barley
दुसल	कोदो	millet
बलंकीगु	वृद्धल वलकलस गने	making strong
तलबः	सहयोग	helping
वाउँगु	हरलयो	green
ल्हयये त्पलं	वलमे सर्न ललगेकल	to crawl
गलः	गलगाँड	goitre

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) कार्बोहाइड्रेट व चिल्लो पदार्थ थीथीकथंया लाय् दइ ।
- ख) कुपोषणं याता: मस्तय्सं यक्व जा नइ ।
- ग) कुपोषणं याता: मस्तय्गु शारीरिक व मानसिक विकास जुइ मखु ।
- घ) न्या, ला, ख्यँचय् प्रोटिन दइ ।
- ङ) ल्वचं मुक्त याइगु नापं रक्षा याइगु नसात्वँसा पोष दुगु नयेज्वलं ख: ।

२. च्वय् बियात:गु न्ह्यस:या लिस: बियादिसँ :

- क) कुपोषण धइगु छु ख: ? कुपोषण अप्व: याता: सुयात जुइ ?
- ख) कुपोषणया कारणं छु छु जुइ ?
- ग) भीसं छु छु दुगु नसात्वँसा नयेमा: ?
- घ) शक्तिबर्धक नसात्वँसा छुक्रियात धाइ ? थव छुकिं प्राप्त यायेफइ ?
- ङ) प्रोटिन मगाना: जुइगु ल्वय् छु ख: ? भीसं प्रोटिन छु छु नसात्वँसां कायेफइ ?

३. परियोजना ज्या :

१. प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, चिल्लो पदार्थ, भिटाभिन व खनिज पदार्थ दुगु नसात्वँसा ज्वलंया चार्ट दयेकादिसँ । ब्वनेक्वथाय् प्रस्तुत यातादिसँ ।
२. कुपोषणं याता: थीथी ल्वय् जुइफुगुलिं थव थव नसा नयेमा: धका: छिगु त्वाल्य् पोष्टर तिकेगु लागिं उक्रिया नमूना दयेका: ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

कुपोषण जूपिं मस्तय्गु किपा क्यना: थुक्रिया कारणबारे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । च्वय् बियात:गु खँत धायेकादिसँ । मस्तय्गु प्यंगू पुच: दयेका: भीसं नयेगु नसात्वँसाया थीथी ज्वलं च्वकादिसँ । उकी मध्ये कार्बोहाइड्रेट व चिल्लो पदार्थ, प्रोटिन, भिटाभिन व खनिज दुगु नसात्वँसा अलग अलग सीदइकथं ब्वनेक्वथाय् ब्वयेकादिसँ ।

अथेहे कुपोषण जूपिं मस्तय्गु लक्षणबारे खँल्हाबल्हा याता: च्वकादिसँ । चार्ट पेपरय् पोष दुगु नसात्वँसाया नां नापं किपा च्वका: ब्वनेक्वथाय् ब्वयेकादिसँ । कुपोषणबारे वडाया स्वास्थ्यकर्मीतलिसे खँल्हाबल्हा याकादिसँ । थव सम्बन्धी पोष्टर, पम्प्लेट च्वकेगु धेँधेँबल्ला: कासा याकादिसँ ।

८.२.१ पाँय् कासा



थ्व कासा म्हितेत ताँख, बांलुइक त्यप, भ्यगः, मकः बाकूयात चुत्तुचुलाः चाकलाक्क वा प्यकुंलाक्क दयेकी । थुकी छखे हाकुगु व मेखे ह्याउँनःगु जुइमा (मेमेगु रंगया जुसां ज्यू) । थथे यानाः दयेकीगु वस्तुयात पाँय् धाइ । थ्व निचाःयात बाँय् ह्वानाः पाँय् म्हितीगु खः । थ्व निचाः पाँय् ह्वायेबल्य् छचाः क्वपुसां पुयाः मेगु थसः पाल धाःसा उगु दाउयात **काना दाउ** धाइ । निचालं क्वपुसां पुल बाय् निचालं थसः पाल धाःसा उकियात **निता दाउ** धाइ । म्हितीपिं निम्ह मध्ये छम्हेस्यां **काना दाउ** व मेम्हेस्यां **निता दाउ** ल्यइ ।

काना दाउ काःम्हेस्यां न्हापालाक पाँय् बाँय् ह्वाइ । पाँय् ह्वाःम्हेस्यां थःगु दाउ वयाः त्यातः धाःसा पाःम्हेस्यां लिपाया पाल्य् दुगंछि पाये दु । यदि व नं नल धाःसा हाकनं वयागु दुगंछि पायेदइ । पुल धाःसा त्याकूम्हेस्यां पाँय् ह्वायेगु ज्या याइ । निम्ह सिबें अप्वः म्हितेमाल धाःसा म्हिताच्चंथाय् वनाः मेपिसं थाय् कायेमाः । थथे थाय् कायेगुयात च्याखी पायेगु धाइ । पाँय् कासा म्हितेत थुलि हे ई माः धयागु म्दु । थः यत्तले म्हितेफु ।

८.२.२ द्यःनां तिसानां

थ्व कासा म्हितीबलय् यक्व द्यःपिं व यक्व तिसाया नां धायेफइ । द्यःनां तिसानां कासाया थासय् द्यःनां स्वाँनां कासा, द्यःनां थाय्नां कासा धयाः नं म्हितेज्यू । थ्व कासा म्हितेत छुं नं न्त्यवःसा म्वाः । निथ्वः जुयाः भवःलिं फ्यतुनाः थ्व कासा म्हितेफइ ।

थ्व कासा म्हिते न्त्यः कासामिपिं दक्वं छथाय् मुनी । निम्हेसित नायः वा नकिंया रुपय् ल्यइ । तःधिकः चीधिकः छ्याय्फ्वाय् यानाः कासामिपिं सकसितं उत्तिग्यंक् निब्व थली । ब्वथलीबलय् भैल्याः मजुइमा धकाः ज्वःज्वःलाःपिं निम्ह निम्हेसिगु पा (जोडी) दयेकी । हरेक जोडीं थवंथः गोप्य नां छुइ । थथे जोडीया नां तयेधुंकाः नकिं मय्जुयाथाय् वइ । थःपिनिगु नां कनाः सुर्घः काये लाकि चन्द्रमा काये धकाः न्यनी । सुनां छु काये धाल व नांयाम्ह कासामि वहे मय्जुया पुचलय् वनाः च्वंवनी । थुकथं निगू पुचःया ल्यज्या जुइधुंकाः थीथी ख्वाः स्वयाः कासा म्हितेगु थासय् फ्यतुइ ।

निगू पुचलय् फ्यत्पिं कासामिपिंत थःथः नकिं मय्जुपिसं छगू पुचलय् द्यःपिनिगु नां छुइ । मेगु पुचलय् थीथी तिसाया नां छुइ । द्यःयागु नां छुइपिसं गणेश, कृष्ण, कुमार, बुद्ध, राम आदि नां तइ । तिसायागु नां छुइपिसं हिरायागु अंगू, लुंयागु सिखः तायो आदि नां छुइ । पुचःया नकिनं कासामिपिंत सुनानं मतायेक न्हाय्पनय् द्यःयागु नां व तिसायागु नां तयेधुंकाः कासा म्हितेत तयार जुइ । सकसिनं थःथःगु नां थम्हं जक सीकाः गोप्य यानाः सुम्क भवःछुनाच्चनी । सुनानं छुं कथंया नियम हाचां गाइ मखु ।

नां छुइ सिधयेवं कासा न्ह्याइ । दकलय् न्हापां द्यःनां पुचःया नकिं तिसानां पुचलय् वनी । छम्ह कासामियात मिखा पीकाः द्यःनां पुचःया कासामिपिं मध्ये छम्हेसित सःती । गथे कि बुद्ध धकाः सःती । अले गोप्य नां बुद्ध जूम्ह कासामिं मिखा पीकातःम्ह कासामियात तीजक न्हासय्, छ्यनय्, ल्हातय् थियाथकी वा पाराक्क दायाथकी वा कुतिं न्यानाथकी । अले व थःगु थासय् वनाः न्हापा थें तुं सुम्क फ्यतुनाच्चनी । थुलि यायेधुंकाः मिखा पीकातःम्ह नकिनं ल्हाः लिकाइ । अले व कासामिं थःत थियावंम्ह द्यःनां पुचःया बुद्ध गोप्य नां जूम्ह कासामि थ्व खः धकाः धाये माली । यदि वं थःत थियावंम्ह कासामि थ्व खः धकाः म्हसीकाः क्यनेफत धाःसा बुद्धयात सालाः तिसानां पुचलय् तयेहइ । वं म्हसीकूम्ह गलत जुल धाःसा वयात हे सालाः द्यःनां पुचलय् फ्यतुके यंकी । थुकथं द्यःनांपाखें छकः व तिसानांपाखें छकः यानाः पालंपाः मिखा पीकाः थःत थ्यू वइपिं मनू म्हसीकाः कासा म्हितेगु याइ । अन्तिमय् गुगु पुचलय् अप्वः कासामि दत वहे पुचः त्याइ ।

८.२.३ धुँ कासा

धुँ कासाय् धुँ जक मखु च्वलय्चा नं दइ । धुँ च्वलय् धायेसातं भीसं लुमंकेफुगु खँ छु धाःसा च्वलय्चा सिबे धुँ बल्लाइ । उकिं धुँ च्वलय्चित स्याइ । थ्व कासाय् च्वलय्चां थःगु बुद्धि बांलाक छ्यलेफुसा धुँयात नं अःपुक कुनेफइ । उकिं थ्व कासायात बुद्धिया कासा नं धाइ ।

थ्व कासा निम्हेसिगु दथुइ जक म्हिती । थ्व कासा म्हितेत ३२ गू क्वथा दयेकी । थ्व कासा म्हितेत चिचीग्वःगु प्यंगः चागः माः । थ्वयात धुँ धाइ । थ्व छम्ह कासामिं काइ । व सिबें चीग्वःगु नीगः चागः मेम्ह कासामिं काइ । थ्वयात च्वलय्चा धाइ ।

न्हापां प्यंगः धुँयागु चागःयात प्यकुनय् तइ । अले च्वलय्चायागु चागः छगः धुँ चागलं हाचांगाये मफयेक छगू कुंचाय् तइ । धुँ चागः काःम्ह कासामि व च्वलय् चागः काःम्ह कासामिं पालंपाः यानाः क्वथायागु कुंचाय् तइ । च्वलेचां धुँयात कुनेत स्वइ, धुँ च्वलय्चित नयेत स्वइ । च्वलय्चां थःगु बुद्धि छ्यलाः धुँयात सने मफयेक कुनेफत धाःसा च्वलय्चां त्याकी । यदि धुँ न्यागः च्वलय्चित नयेफत धाःसा धुँ त्याइ ।



न्हयसः लिसः

- क) न्हयसः पाँय् कासा म्हितेत छु बाजी तयाः म्हिती ?
 लिसः पाँय् कासा म्हितेत चागः, भ्रंया पत्ती, सिसिया पुसा आदि न्हयागुं ज्वलं तयाः म्हितेज्यू ।
- ख) न्हयसः द्यःनां तिसानां कासा म्हिताः छितः छु फाइदा दत ?
 लिसः द्यःनां तिसानां कासा म्हिताः जिं यक्व द्यः, तिसा, थाय्, जात्रा, ल्याः आदिया नां अःपुक लुमंकेफत ।
- ग) न्हयसः धुँ कासा म्हितेबलय् च्वलय्चां ग्वःगू क्वथा हाचां गायाः वने ज्यू ?
 लिसः धुँ कासा म्हितेबलय् च्वलय्चां छगू क्वथा नं हाचां गायाः वने मज्यू । क्वथाया कुंचाय् जक वनेसाः ।

खँग्वः घुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
चुलाः	घोटेर	to rub
थसः पाःसा	उत्तानो परेमा	face up
पायेमाः	बाजी थाप्नुपछ	to bet
दुगंछि	दोब्बर	double
तिसानां	गहनाको नाम	name of ornament
निथ्वः	दुई समूह	two groups
ज्वःज्वःलाःपिं	उही उचाइका	with same heights
न्हाय्पनय्	कानमा	in the ear
मिखा पीकाः	आँखा छोपेर	by closing the eyes
सःती	बोलाउँछ	calling
कुतिं न्यानाथकी	चिमोट्छ	pinch
त्याइ	जित्छ	win
चागः	ढुंगाको टुक्रो	piece of stone
धुँ	बाघ	tiger
नीगः	२० वटा	twenty
च्वलय्चा	बाखा	goat
हाचांगाये	उफ्रेर	to jump over
कुने फइ	थुन्न सकिन्छ	to lock
कुंचाय्	कुनामा	in the corner

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) पाँय् धयागु ध्यबा खः ।
- ख) छःनां तिसानां कासाय् न्ह्यागु नां तःसां ज्यू ।
- ग) छःनां तिसानां कासाय् दकसिबें तःधिकःम्हेस्यां मिखा पीकी ।
- घ) धुँ कासाय् ३२ गू कुचा दइ ।
- ङ) प्यंग चागःयात च्वलय्चा धाइ ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) पाँय् कासाय् छु छु दाउ दइ ?
- ख) छःनां तिसानां कासाय् मिखा पीकीम्ह सु जुइ ?
- ग) छःनां तिसानां कासाय् गथे यानाः निगू पुचः दयेकी ?
- घ) च्वलय्चां धुँयात छु यायेत स्वइ ?
- ङ) धुँ ग्वःम्ह च्वलय्चित नल धाःसा त्याइ ?

३. परियोजना ज्या : पाँय् कासा म्हितेबलय् छितः यःगु खँत च्वयादिसँ । छँजःपिंके न्यनाः फयांफक्व अप्वः छः व तिसाया नां च्वयाः ब्वनेक्वथाय् ब्वयादिसँ । छिं थःथिति व जःलाखःलायात नं धुँ कासा म्हितकादिसँ । म्हितेसःपिं मनूतय्गु नां च्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

१. मस्तय्त पाँय् कासा म्हितेत ज्वलं बियाः नियम धायेकादिसँ । दक्व मस्तय्त म्हितेगु पाः बियादिसँ ।
२. छःनां तिसानां कासाया नियम थुइकाबियादिसँ । मस्तय्त छकः अभ्यास याकाः जक कासाया रूपय् म्हितकादिसँ । दक्व मस्तय्त सहभागी याकादिसँ ।
३. धुँ कासाया नियम थुइकाबियादिसँ । दक्व मस्तय्त कासा म्हितकाः छम्हेसित न्हापया सिरपाः बियादिसँ । च्वय् बियातःगु थीथी कासा म्हितेत माःगु सीपबारे खँलाबल्हा याकादिसँ । थुकिं मस्तय्गु छु खँया विकास जुइ खँलाबल्हा याकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

सत्यमोहन जोशी, शुक्रराज शास्त्री, माणिकमान चित्रकार, मदनकृष्ण श्रेष्ठ, विद्यावती कंसाकार, धनवज्र वज्राचार्य व योगवीरसिं कसाःया योगदानबारे बयान यायेफइगु । (पाठ्यघन्टी ल्या : १०)

९.१ सत्यमोहन जोशी

सत्यमोहन जोशी नांजाःम्ह संस्कृतिविद् खः । वय्कःया जन्म ने.सं. १०४० वछलागा नवमीकुन्हु यलया वखुंबहालय् जूगु खः ।

वय्कः नेपालभाषा व नेपाली भाय्या साहित्यकार नं खः । वय्कःयात नेपाल सरकारं 'वाङ्मय शताब्दी पुरुष' धइगु उपाधि बियातःगु दु । अथे धाःगु सच्छि दँया उमेरय् थ्यंकाः नं साहित्यसंस्कृतिया ख्यलय् योगदान यानाच्वंम्ह धाःगु खः । वय्कः नेपालभाषा एकेडेमिया पुलांम्ह कुलपति खः । अथे हे राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठानया पुलांम्ह सदस्य सचिव नं खः । वय्कः पुरातत्व संस्कृति विभागया न्हापांम्ह निर्देशक नं जुयादिल ।



वय्कलं नेपालभाषा, नेपाली व अंग्रेजीं यानाः ७१ गू मयाक सफू च्वयादीगु दु । सत्य वर्णमाला, बःचाधंगु खँवःधुकू, जयप्रकाश मल्ल, कलाकार अरनिको, श्वेतचैत्य, कर्णाली लोक संस्कृति, हाम्रो राष्ट्रिय मुद्रा आदि वय्कःया नांजाःगु सफू खः । वय्कलं मचा वर्णमालानिसें महाकाव्यतकं च्वयादिल । लिसें वय्कः दकलय् अप्वः नाटकया सफू पिकयादीम्ह च्वमि नं खः । वय्कलं नेपालभाषा एकेडेमि, नेपाल कला परिषद, लोक साहित्य परिषद् आदि संस्था नं निस्वनादीगु दु ।

वय्कःयात सरकारं उज्ज्वल कीर्तिमय राष्ट्रदीप, सुप्रसिद्ध गोरखा दक्षिणबाहु, त्रिशक्तिपट्ट (तेस्रो) पदकं सम्मानित यानातःगु दु । स्वक्वःतक 'मदन पुरस्कार' त्याकूम्ह व्यक्ति वय्कः छम्ह जक हे खः । नेपालभाषाया थीथी संघसंस्थापाखें भाषारत्न, नेपालभाषा शिरोमणि, लाकौल सिरपाः आदि देछाःगु दु । नेपाली भाषाय् त्रिभुवन प्रज्ञा पुरस्कार, आदिकवि भानुभक्त पुरस्कार, भूपालमान सिंह कार्की पुरस्कार आदि देछाःगु दु । काठमाडौं विश्वविद्यालयं मानार्थ विद्यावारिधीं सम्मानित याःगु दु । यलय् वय्कःया भवाता दु । वय्कःया क्पिपा तयाः हुलाक टिकट, वहःया पाँय्म्वः नं पिथंगु दु । वय्कःया नामं सत्यमोहन जोशी शताब्दी पदक, वाङ्मय शताब्दी पुरुष सत्यमोहन जोशी पत्रकारिता सिरपाः आदि नीस्वंगु दु ।

९.२ शहीद शुक्रराज शास्त्री

शुक्रराज शास्त्रीया जन्म वि.सं. १९५० य वनारसय् जूगु खः । वय्कः छम्ह नांजाःम्ह शहीद खः । वय्कः थःगु देय् नेपाःयात राणातय्गु क्रूर शासनं मुक्त यायेत ज्यान बियावंम्ह वीर सपूत खः । जातया ल्याखं वय्कः नेवाः जोशी खः । शास्त्री (वेदान्त दर्शन) पास यानातःम्ह जूगुलिं वय्कलं थःगु नांया ल्यूने 'शास्त्री' च्वयेगु यानादीगु खः ।



वय्कःया अबु माधवराज जोशीं **आर्य समाज** नीस्वनाः राणा सरकारया विरोध यात । सरकारं वय्कःयात जातिच्युत (जात मदयेका बीगु) यानाबिल । शुक्रराज शास्त्री छम्ह च्वमि नं खः । वय्कलं नेपालभाषा, नेपाली, संस्कृत व हिन्दी भाषां सफू च्वयादीगु दु । वय्कलं **स्वर्गको दरबार, नेपाली वर्णमाला, संस्कृत प्रदीप, वैदिक अग्निहोत्र, शहीदके कलम से** आदि सफू च्वयादीगु दु । वय्कः नेपालभाषाया व्याकरणविद् खः । नेपालभाषाय् **नेपालभाषा रिडर, नेपालभाषा व्याकरण सफू** च्वयादीगु दु ।

देशय् राणा सरकारं जनतायात अन्याय अत्याचार यात । वय्कलं जनतायात प्रजातन्त्र बीमाल धकाः सरकारया विरोध यात । थ्वहे द्वपनय् वय्कःयात ज्वनाः देशद्रोहीया घोषणा यात । वि.सं. १९९७ साल माघ १० गते यँया टेकुइ लँय् लाःगु वंगलसिमाय् यखायाः वय्कःयात फाँसी बिल । वयां छुं न्हि लिपा धर्मभक्त माथेमा, गंगालाल श्रेष्ठ व दशरथ चन्द्रपिंत नं मृत्युदण्ड ब्यूगु खः । वय्कः लिसें मेपिं शहीदपिनिगु लुर्मतिइ दँय्दँसं माघ १६ गते शहीद दिवस हनी । वय्कःया भवाता यँय् टेकुइ व यलय् तिसिं तँचय् दु । टेकुइ वय्कःयात शहीद याःगुलिं टेकुइ च्वंगु अस्पतालयात शुक्रराज ट्रपिकल हस्पिटल धकाः नामाकरण याःगु खः ।

९.३ माणिकमान चित्रकार

माणिकमान चित्रकारया जन्म वि.सं. १९६१ सालय् यँया भिन्धःत्वालय् जूगु खः । वय्कलं पौभाः च्वयादी । अथे हे द्यःपिंत लंपुं छायादी । पुजाय् छयलीगु चायागु थलबलय् किपा च्वयादी । छँय् भिंज्या याइबलय् अष्टमंगल व पञ्चबुद्ध च्वयेगु ज्याय् नांजाःम्ह कलाकार खः । अज्याःगु परम्परागत ज्यायात पुंज्या धाइ । अथे ज्या याइपिंत पुं धाइ । जलनागं पुनाहल धायेवं जनैकै वइ । उगु जनैकै लंकेगु ज्या नं वय्कलं यानादी ।

वय्कलं आपालं द्यःपिनिगु किपा च्वयादीगु दु । थथे द्यःपिनिगु किपा च्वयादीबलय् उकिया क्वसं किपाया खँ आखलं नं च्वयादी । थुकिं यानाः किपा थुइकेत अःपुइ । भगवान बुद्धयात महाद्यःलिसें थीथी द्यःपिसं भागि यानाः सम्मान यानाच्चंगु किपा च्वयादीगु दु । उगु किपा दँय्दँसं कृष्णाष्टमीकुन्हु मरुइ ब्वइगु जुयाच्चन । थथे किपा छाया च्वयागु धकाः राणा सरकारं वय्कःयात ज्वनायंकल । वय्कलं **'ललित विस्तर'** नांगु सफुलिइ वर्णन यानातःथें च्वयागु खः धका प्रमाण बिल । अनलि वय्कःयात त्वःता हल । वय्कलं क्वथा छायापीत छँया अंगलय् नं आपालं किपा च्वयादीगु दु । वय्कलं किपा च्वयाः भाषां क्याप्सन च्वयेगु परंपरा न्त्याकेत वय्कःया त्वाःया पासा पण्डित वेदानन्द वज्राचार्य विचाः व्यूगु खः ।

वय्कलं देशविदेशय् कलाव्वज्या यानादीगु दु । वय्कःयात **इन्द्रराज्यलक्ष्मी सिरपाः** देछाःगु दु । वय्कलं नापां गवसाःगवःगु कला प्रदर्शनीइ स्वर्णपदक व राष्ट्रिय कला प्रदर्शनीइ न्हाप सिरपाः त्याकादीगु दु ।

९.४ मदनकृष्ण श्रेष्ठ

मदनकृष्ण श्रेष्ठया जन्म ने.सं. १०७० बछलाथ्व दुतियाकुन्हु यँया जीतपुर फेदिइ जूगु खः । नेपाःया ख्यालिन्हिलि ख्यलय् वय्कः तसकं नांजाःमह कलाकार खः । नेपालभाषा ख्यलय् वय्कःयात **'ख्यालि जुजु'** धइगु सम्मान वियातःगु दु । वय्कलं नेपालभाषां आपालं लोकंहवाःगु ख्यालिम्ये हालाःतःगु दु । **कुने सु वल ... धापलां ख्याः, छपिं जक काली मखु, जिमि कलाः नं खः काली**, सापारु खुन्हु यँ, यल, ख्वप देशं वँय् प्यां वल, मरु गनेद्यःया गजू मरु, चाया धम्प ज्या लगे मजू संगु बाल कि, आदि म्ये तसकं लोकंहवाः । वय्कलं नेपालभाषां **किसि न्याइमह मदनमान, किरालुं लिनाच्वंमह मनु** आदि प्याखनय् अभिनय यानादीगु दु । अथेहे **सिलु, राजमति**, आदि संकिपाय् नं म्हितादीगु दु । वय्कःया तःगूमछि लोकंहवाःगु मेया मेचाः पिदंगु दु । सफूया रुपय् धाःसा थम्ह हे च्वयागु थःगु बाखं **महको म** नेपाली भाषां पिदंगु दु ।



नेपाली भाषाया मेम्ह नांजाम्ह कलाकार हरिवंश आचार्यनाप जानाः मह सञ्चार केन्द्र नीस्वनादिल । वय्कःपिंत **'मह जोडी'** नं धायेगु याः । निम्ह जानाः म्हितादीगु हास्य नाटक **विज्ञापन, कक्फाइट, लण्डन एअरपोर्ट, १५ गते** आदि लोकंहवाः । अथेहे **मदनबहादुर हरिबहादुर, दशैं, लालपूर्जा, भकुण्डे भूत** आदि नं तसकं लोकंहवाः । वय्कःपिनिगु ज्याया मूल्याङ्कन यासे सरकार व थीथी संघसंस्थापाखें सलंसः सिरपाः व सम्मान देछाःगु दु । उकी मध्ये गोरखा दक्षिणवाहु (चौथो), जगदम्बा श्री, पद्मश्री आदि नं खः ।

९.५ विद्यावती कंसाकार

वि.सं. १९६३ श्रावण षष्ठिकुन्हु यँया केल त्वालय् विद्यावती कसाःया जन्म जूगु खः । वय्कः नेपाःया शुरु शुरुयाम्ह नर्स कथं नांजाः । वय्कलं नर्स जुयाः आपालं ल्वगितय्गु सेवा यानादीगु दु । वय्कः न्ह्याथेंज्याःमह ल्वगियात नं सेवा यायेत उसि मचाइमह स्वास्थ्यसेविका खः । **'सेवा हे धर्म खः'** धयागु खँय् वय्कलं विश्वास यानादी ।



राणा शासनकालय् नेपालय् निम्हप्यमह तःधपिं मनूतय्सं बाहेक मेपिसं आखः ब्वने मदु । उकिसनं मिसापिंत आखः ब्वंकेगु चलन हे मदु । वय्कःया अबु योगवीरसिं कसाः नांजाःमह च्वमि व समाजसेवी खः । वय्कलं विद्यावतीयात छँय् तुं तयाः आखः स्यनादिल । ने.सं. १०१० य् न्हापांगु अस्पताल वीर अस्पताल चायेकल । उगु अस्पतालय् ज्या याइपिं डाक्टरत सकलें विदेशी जुयाच्वन । उकिं प्रधानमन्त्री चन्द्र समशेरं नेपाःया प्यमह मिसापिंत भारतया अलाहाबादय् नर्सिङ्ग ब्वंकेछ्वत । आखः ब्वंविं मध्ये छमह विद्यावती कसाः नं खः । मेपिं स्वमह राधादेवी मालाकार, धर्मदेवी व विष्णुदेवी खः ।

आखः ब्वनाः नेपाः लिहां वये धुंकाः विद्यावती व राधादेवी निम्हेस्यां जक नर्स जुयाः ज्या यानादिल । वय्कलं दरबारय् जुजु व लानिपिनिगु सेवा यानादिल । अथेहे गरीबपिनिगु छँ वनाः नं सेवा यानादिल । वि.सं. १९९० य् नेपालय् तःभुखाय् ब्वल । भुखाचं घाःपाः जूपिं आपालं मनूतय्त वय्कलं सेवा यानादीगु खः । वय्कःया सेवाया कदर यासैं सरकारं वय्कःयात **गोरखा दक्षिणबाहु (चौथो)** पदक देछाःगु दु ।

९.६ धनवज्र वज्राचार्य

यँया मासंगल्लीइ च्वनादीम्ह धनवज्र वज्राचार्य नांजाःम्ह इतिहासकार व अनुसन्धाता खः । वय्कया जन्म ने.सं. १०५२ स जूगु खः । वय्कलं नेपालभाषा व नेपाली भाषां अनुसन्धानमूलक च्वसु च्वयादीगु दु । वय्कलं त्रिभुवन विश्वविद्यालयया एशियाली अनुसन्धान केन्द्रय् च्वनाः नेपाः व नेवाः संस्कृतिनाप स्वापू दुगु अनुसन्धान यानादिल । वय्कः अनुवादक व सम्पादक नं खः । वय्कलं डा. कमलप्रकाश मल्लनाप जानाः **द गोपालराज वंशावली** सफू पिथनादीगु दु । वय्कलं **लिच्छविकालको अभिलेख, मल्लकालको अभिलेख, शाहकालको अभिलेख** आदि सफू पिथनादीगु दु ।

वय्कःया ज्याया मूल्याङ्कन यासैं सरकारं प्रबल गोरखादक्षिणबाहु, विख्यात त्रिशक्तिपट्ट पदक व शिक्षा दिवस पुरस्कार देछाःगु दु । अथे हे वय्कःयात मदन पुरस्कार नं देछाःगु दु । धनवज्र वज्राचार्यया नामं धनवज्र वज्राचार्य शोध सम्मान कोष धकाः नीस्वनातःगु दु । अथे हे त्रिभुवन विश्वविद्यालय नेपाल एशियाली अनुसन्धान केन्द्र पाखें धनवज्र छात्रवृत्ति कोष नीस्वनातःगु दु ।

९.७ योगवीर सिं कसाः

योगवीर सिं कसाःया जन्म ने.सं. १००६ बछलाथ्व पारुकुन्हु जूगु खः । वय्कःया छँ यँया केलत्वालय् खः । वय्कः नेपालभाषाया प्यंगःथां मध्ये छगः थांकथं नांजाः ।

वय्कः छम्ह नांजाःम्ह कवि खः । वय्कः छम्ह शिक्षाप्रेमी व समाज सुधारक नं खः । वय्कः छम्ह व्यापारी नं खः । वय्कलं थःगु कापः पसः जनबहालय् नेपालभाषा व नेपाली भाषाया कविपिं मुंकाः कवि गोष्ठी नं यानादिल । सफूकुथि चायेकेगु ग्वसाः ग्वःगुलिं वय्कलं तःकःमछि जेलनेलया सजाय् फयादीमाल । वय्कलं नेपाली भाषां कविता च्वबलय् जोगवीरसिंह उदास तइगु जुयाच्चन ।

वय्कलं हिन्दी भाषां नं कविता च्वयादीगु दु । **‘नेपालभाषा जीर्ण जूगु अलिस् मचासे भिंकेनु, भारतीय शास्त्रभवनं मान थ्वैत बिइकेनु’** धकाः चिनाखँ च्वयादिल । थ्वहे चिनाखँया माध्यमं वय्कलं नेपालभाषायात थकायेत सकसितं आह्वान यानादिल ।

नेपालभाषाया पुनर्जागरण कालया नांदंम्ह कवि योगवीरसिंया **‘योगसुधा’** नांगु कविता संग्रह छगू जक पिदंगु दु । नेपालभाषा साहित्य व नेवाः समाज सुधारया निंतिं यक्व ज्या यानाभागुलिं वय्कःयात भीसं न्ह्याबलें लुमंका तयेमाः ।



न्हयसः लिसः

- क) न्हयसः सत्यमोहन जोशी च्वयादीगु वर्णमालाया नां छु खः ?
लिसः सत्यमोहन जोशी च्वयादीगु वर्णमालाया नां सत्य वर्णमाला खः ।
- ख) न्हयसः शहीद धाःगु छु खः ?
लिसः शहीद धाःगु देशया नितिं बलिदान ब्यूम्ह मनु धाःगु खः ।
- ग) न्हयसः जनैकै लंकेत छु च्वइ ?
लिसः जनैकै लंकेत छज्वः सिंहया क्पिपा च्वइ ।
- घ) न्हयसः ख्यालिम्ये धाःगु गज्याःगु मे खः ?
लिसः ख्यालिम्ये धाःगु ध्याचू व न्हीकेगु मे खः ।
- ङ) न्हयसः नर्स सुयात धाइ ?
लिसः चान्हन्निनं मधासे, घच्याः मधाइपिं, मुसुहुं न्हिलाः थःगु दुःख सुचुकाः मदिक बिरामीया सेवा याइपित नर्स धाइ ।
- च) न्हयसः अनुसन्धाता धाःगु छु खः ?
लिसः अनुसन्धाता धाःगु अनुसन्धान याइम्ह मनु धाःगु खः ।

खंगवः घुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
पाँय् म्वः	सिक्का	coin
संकिपा	फिल्म	cinema
हनावयाच्चंगु	मनाउँदै आइरहेको	celebrating
द्वपनय्	आरोपमा	allegation
ख्यालिजुजु	हास्य सम्राट	comedian king
चा	माटो	soil
तःभुखाय्	महाभूकम्प	great earthquake
ख्यालः	हास्यपूर्ण नाटक	humour drama
ल्वगि	रोगी/बिरामी	patient
स्वापू	सम्बन्ध	connect with
ब्वज्या	प्रदर्शनी	exhibition

१. पाय्छि जू मजू च्वयादिसँ :

- क) सत्यमोहन जोशी स्वक्वःतक मदन पुरस्कार त्याकादिल ।
- ख) शुक्रराज शास्त्री नेपालभाषा रिडर सफू च्वयादिल ।
- ग) माणिकमान चित्रकार चित्र कलाकार खः ।
- घ) मदनकृष्ण श्रेष्ठ नेपाःया जुजु खः ।
- ङ) विद्यावती कंसाकारं भारतय् नर्स ब्वंभाल ।
- च) धनवज्र वज्राचार्य छम्ह राजनीतिज्ञ खः ।
- छ) योगवीरसिंह कसाः नेपालभाषाया प्यंगः थांमध्ये छगः थां खः ।

२. क्वय् बियातःगु न्ह्यसःया लिसः बियादिसँ :

- क) नेपालभाषा एकेडेमीया पुलांम्ह कुलपति सु खः ?
- ख) शुक्रराज शास्त्री सु खः ?
- ग) नेपालभाषा संगीत ख्यलय् मदनकृष्ण श्रेष्ठ छु कथं नांजाः ?
- घ) माणिकमान चित्रकार छु कथं म्हस्यु ?
- ङ) विद्यावती कसाः सु खः ?
- त) धनवज्र वज्राचार्य छु छु सफू पिथनादिल ?
- थ) नेपालभाषा थकायेत योगवीर सिं कसाःजुं छु यानादिल ?

३. परियोजना ज्या : न्यनेकने यानाः सत्यमोहन जोशी पिथनादीगु सफूयागु धलः च्वयाः ब्वनेक्वथाय् प्रदर्शन यानादिसँ । अथेहे न्यने कने यानाः मदनकृष्ण श्रेष्ठं हालातःगु म्येया धलः दयेकादिसँ ।

क्रियाकलाप

च्वय् बियातःपि हनेबहपिनिगु खँत बंकेबियादिसँ । मस्तय्त थः सत्यमोहन जोशी भाःपीकाः ब्वनेक्वथाय् नाटक याकादिसँ । अथेहे च्वय् बियातःपि सकसिगु पालंपाः नाटक याकादिसँ । वय्कःपिनिगु पाखें गज्याःगु शिक्षा कायेमाली खँल्हाबल्हा याकादिसँ । मदनकृष्ण श्रेष्ठजुं हालादीगु म्ये ब्वनेक्वथाय् हायेकादिसँ ।

सिकाइ उपलब्धि

नेपाल लिपिं थःगु म्हसीका च्वयेफइगु ।

(पाठ्यघन्टी ल्याः १६)

नेपाल लिपिं रँधी च्वये सयेके

अ	आ	ऌ	ऍ	उ	ऊ	ऋ	ॠ	ऌ	ऍ	अं	अः
क	का	कि	की	कू	कू	क	कै	का	कौ	कं	कः

क	ख	ग	घ	ङ	च	छ	ज	म
ञ	ट	ठ	ड	ढ	ण	त	थ	द
ध	न	य	रु	व	रु	म	य	न
ल	व	ष	ष	स	ह	उ	त्र	रु

मि न्नाः खः । मीगु द नयाः खः । जि आगु गगिल्यु ब्रनाब्रना । जिगः नयालराषा गसकं यः । मीगु नखःचखः जिगः यः । मीगु संकृति व संकान नं जिगः यः । राषा म्नासा जागि म्नाः (वेगु धाय् जिगः गसकं यः । जिगु क्क्यु जिमी वा, मा, अजा, अजि, दाज, किजा, ग्गा, कँदँ नं द् । जिमि अ्व् ऌऌनियन खः । जिमि मांया लं यखः द् । जिमि दाःःचा थयालि असःःः यास जल । जि यःक खिवा क्क द् । वया नां ययी खः । जि यःक यासाया नां मगिना खः । वः जिमि क्क नायं ब्रनी । वया वा उकन खः । वया मां यनामि खः । वया किजा क्क द् । वं वयाः किजायाग किजायुजा याः ।

भी नेवा: ख: । भीगु देय् नेपा: ख: । जि न्यागू तगिमय् ब्वनाच्वना । जित: नेपालभाषा तसकं य: । भीगु नख:चख: जित: य: । भीगु संस्कृति नं जित: य: । भाषा म्वा:सा जाति म्वाइ धइगु धापू जित: तसकं य: । जिगु छैय् जिमि बा, मां, अजा, अजि, दाजु, किजा, तता, केहें नं दु । जिमि अबु इन्जिनियर ख: । जिमि मांया लं पस: दु । जिमि दाइचा थपालि एस.इ.इ. पास जुल । जि य:म्ह खिचा छम्ह दु । वया नां पप्पी ख: । जि य:म्ह पासाया नां मतिना ख: । व जिमि छैं नापं च्वनी । वया बा डाक्टर ख: । वया मां स्यनामि ख: । वया किजा छम्ह दु । व वया किजायात किजापुजा याइ ।

खँवत: धुकू

नेपालभाषा	नेपाली भाषा	अंग्रेजी
य:	– मन पर्छ	like
सिक्क	– धेरै	many
पस:	– पसल	shop
नापं	– छिमेकी	neighbour
स्यनामि	– शिक्षक	teacher

याज्या

१. क्वय् बियात:गु न्हयस:या लिस: च्वयादिसँ :

- क) क्वय् बियात:गु हनेबह:म्ह मदनकृष्ण श्रेष्ठयाबारे खँधी नेपाल लिपिं च्वयादिसँ ।
- ख) थ:गु म्हसीकाकथं छिगुबारे नेपाल लिपिं च्वयादिसँ ।
- ग) छिगु ब्वनेकुथियाबारे नेपाल लिपिं छगू खँधी च्वयादिसँ ।

२. परियोजना ज्या : नेपा: देय्या बारे नेपाल लिपिं छपु खँधी च्वया: ब्वनेकुथिइ ब्वयादिसँ ।

क्रियाकलाप

थज्या:गु खँधी च्वये सयेकेत त:कमछि च्वकादिसँ । चिचीधंक खँपुत च्वके बिया: उकियात नेपाल लिपिइ हीकीगु ज्या बियादिसँ । आख: च्वकेत माक्व ई बियादिसँ । खँव:त दोहोरे जुइकथंया खँपु च्वकादिसँ । दक्व मस्तय्गु च्वयेगु सीप उत्तिकं हे मजुइगुलिं स:पि मस्तय्त न्हयाकादिसँ । अथेहे कम सीप दुपिं मस्तय्त बुलुहुँ स्यनादिसँ ।



श्री महानगरपालिका
काठमाडौं महानगरपालिका

