

THE DEERWALKER

Vol.6, Issue 2, No. 15, 2080



Sifal School

Welcome

CO-EDITOR-IN-CHIEF
Nupur Lamichhane

EDITORS

Aayotrie Chaudhary
Aayusi Shrestha
Surabhi Ghimire
Manavi Regmi

DESIGN

Digital Digital Lab,
Deerwalk Sifal School

CONTACT US

Tel. 01-4591240,
contact@sifal.deerwalk.edu.np

The Deerwalker is a students' magazine and is published by Sifal School, Kathmandu, Nepal.

The Deerwalker is an independent magazine. The views expressed by the writers do not necessarily represent the views of the magazine.

Dear Readers,

We are extremely delighted to present to you the 15th edition of "The Deerwalker." The Deerwalker continues to be a repository of articles created by the students of Sifal School, spanning from our youngest learners in elementary school to the high schoolers. In our pursuit of excellence, we've thoughtfully curated the most insightful pieces for this edition, ensuring that you, our cherished readers, gain a deep-rooted understanding of our students' thoughts and their perspectives. This magazine consists of literary works, including poetry, reflective thoughts, book and movie reviews, as well as other interests and facts that have captivated our students' imagination. Beyond being just a magazine, "The Deerwalker" serves as a vibrant forum for the distribution of both hidden and essential knowledge.

"The Deerwalker" is a magazine born from the creative minds of our students and nurtured through a meticulous editorial process. The primary objective, for us, is to inspire and broaden the horizons of our students, fostering a love for exploration and encouraging them to dig deeper into subjects they are already passionate about or are intrigued by.

We hope that our platform can be a source of knowledge and inspiration for all readers who come across it to take a glimpse at the collective effort of the students, faculty members and respective language teachers.

Regards,
Nupur Lamichhane
Co Editor in Chief



स्वागतम्

प्रधान सम्पादक
भाषा विभाग

सह-सम्पादक
सुप्रभ आचार्य

सम्पादक
अमु शाक्य
स्वर्णिम शाक्य
ऋद्धि शर्मा
चाहत राठौर
सौहार्द बज्राचार्य

डिजाइन
डियरवाक डिजिटल ल्याब,
डियरवाक सिफल, स्कुल ।
काठमाडौं, नेपाल ।

सम्पर्क
टेलिफोन ०१-४५९९२४०,
contact@sifal.deerwalk.edu.np

‘द डियरवाकर’ सिफल स्कुलद्वारा प्रकाशित
विद्यार्थीहरूको पत्रिका हो ।

शिक्षा त्यो ज्योति हो, जसले मानवको मन, मस्तिष्क अन्तस्करणभित्रको परिवर्तनमा ऊर्जा प्रदान गर्दछ। शिक्षाले हामीलाई सही र गलत विचको भिन्नता छुट्याउन मद्दत गर्दछ, उचित शिक्षाका कारण हामीले निर्धारण गरेका लक्ष्यहरू सही समय र सही प्रक्रियाको मार्गदर्शनबाट प्राप्त गर्दछौं। शिक्षाका माध्यमबाट हामीले सिकेका ज्ञानलाई काव्यात्मक शैलीमा प्रस्तुत गर्ने सिप प्राप्त हुन्छ। शिक्षा विद्यालयको पर्खालभित्र गुरु र शिष्य भएर मात्र आर्जन हुने होइन। हामीले जीवनका हरेक भोगाइ, गराइ र देखाइले शिक्षाको पाठ आर्जन गरिरहेका हुन्छौं। औपचारिक शिक्षाले सिद्धान्तका कुरालाई उच्च स्थान दिएता पनि व्यवस्थापन अनुसासित ढङ्गले निर्वाह गर्ने पथमा अनौपचारिक शिक्षाले भूमिका खेल्नसकेको हुन्छ। हामीजस्ता कलिला मस्तिष्क बोकेका भविष्यका संवाहकहरूका लागि औपचारिक शिक्षाको जत्तिको महत्त्व हुन्छ, त्यति नै अनौपचारिक शिक्षाको भूमिका गहन हुन्छ। यिनै कुरालाई मध्यनजर गरी हाम्रो विद्यालय सिफल विद्यालयले विद्यार्थीका सिर्जनालाई परीक्षामुखी र शिक्षक केन्द्रित मात्र नगरेर बालबालिकाहरूका सिर्जनाहरूको सङ्कलन गरी लिपिवद्ध गर्दै आएको छ। आफ्ना सिर्जनाको सङ्कलन गरी विद्यार्थीलाई नै त्यसको सम्पादनको जिम्मेवारी दिँदै आएको यस विद्यालयले हरेक क्रियाकलापमा विद्यार्थीलाई केन्द्रमा राख्ने र शिक्षक सहजकर्ताको रूपमा रहने व्यवहारले सिफल विद्यालय विद्यार्थीकेन्द्रित विद्यालय बन्दै गएको र धेरैको रोजाइको विद्यालय बन्नमा सफल भएको छ।

आफ्ना विद्यार्थीका सिर्जनाहरूलाई सङ्कलन गरी सिफल विद्यालयले त्रैमासिक पत्रिका डियरवाकरको प्रकाशन गर्दै आएको छ। विद्यार्थीहरूले नै

सम्पादन गरेर प्रकाशन गरिने यो पत्रिकामा विद्यार्थीहरूद्वारा सिर्जना गरिएका कथा, कविता, कथा, नाटक, विचार, समालोचना, राजनीतिक घटना, चलचित्र र पुस्तक समीक्षा, संवादजस्ता साहित्यका विविध विधाहरू समेटेर प्रकाशन गर्दै आएको छ। नेपाली र अङ्ग्रेजी भाषामा सिर्जित सिर्जनाहरूलाई यस अङ्कमा समावेश गरिएको छ। हामी जस्ता कलिला बालबालिकालाई पत्रिका प्रकाशनको ज्ञान भन्ने उद्देश्यले यस विद्यालयका गुरुवर्ग, प्रशासन शाखाले दिनुभएको अवसर प्रति हामी विद्यार्थीहरू आभारी छौं। आशा छ यसमा प्रकाशन भएका लेख, सामग्रीले पाठकहरूको मन आकर्षण गर्ने छ।

अन्त्यमा, विद्यालयको त्रैमासिक रूपमा प्रकाशन हुँदै आएको यस डियरवाकरको छैटौं अङ्क र सोह्रौं संस्करणमा समावेश भएका लेख, रचनाहरूको सम्पादनमा हरपल हामीलाई सकारात्मक रूपमा हौसला र समर्थन प्रदान गर्नुहुने यस विद्यालयकी गुरुआमा श्री लक्ष्मी तिवारीप्रति हार्दिक कृतज्ञता व्यक्त गर्दछौं र यसमा प्रकाशन भएका कुनै लेख, रचनाहरूमा भुलवस त्रुटि फेला परेमा क्षमाप्रार्थी छौं।

सह-सम्पादक
सुप्रभ आचार्य



Features

1. Book and Movie Review
2. Poetry
3. Science and Technology
4. Politics and Current Affairs
5. Creative Writing and Opinion
6. Events and Activities Of The School
7. Sports, Travel, Tourism and Entertainment
8. Interesting Facts and Figures
9. Social and Contemporary Issues

BOOK AND MOVIE REVIEW



इधा विष्ट

क्रमाङ्क: ३३०४५

पुस्तक समीक्षा: मामाघरको रोपाईँ

मामाघरको रोपाईँ बालकाव्य हो । यो रमाइलो किसिमको कविता भएको किताब हो । यस किताबका लेखक डा. देवी नेपाल हुनुहुन्छ । यस कवितामा चारजना मुख्य पात्र छानिएका छन् । कविता कथा जसरी नै लेखिएको छ । यहाँ एउटा रामु भन्ने बालक हुन्छ र कविता सुरु हुन्छ । रामु सहरको ठुलो स्कुलमा पढ्छ । रामुको मामाघर चाहिँ गाउँमा हुन्छ । रामुले केही दिन मामाघर घुम्न जाने विचार गर्छ । रामु मामाघरको गाउँमा

पुग्दा त्यहाँको चिसो हावा घमाइलो वातावरण झुप्रा घर देखेर ऊ धेरै रमाउँछ । उसले मामाघरमा धारा, कुवा, पँधेरी पनि देख्छ । मामाको घरमा टुकी बालेको देखेर हो छक्क पर्छ । मामाले रामुलाई गाउँको बत्ती भनेकै यही ऊ भान्जा भन्नुहुन्छ । मामाले गैरी खेतमा रोपाईँ गर्न जाने दिन घरको आँगनमा भएको हलो, जुवा, अनौ आदिजस्ता गाउँमा प्रयोग हुने सामानका बारेमा रामुलाई देखाउनुहुन्छ । मामाले रामुलाई पिँडी चकटी, पिड्का, डोको, ढाकर, तोक्मा, थुन्से, नाम्लो, हँसिया, दाम्लो आदि सबैका बारेमा भन्नुहुन्छ । मामाले भनेका कति कुराहरु त रामुले बुझ्नै सकेको हुँदैन । रोपाईँ गर्न जाने दिन भएकाले मामा हलो तयार गर्न लाग्नुहुन्छ । हलो तयार गर्दै मामाले रामुलाई हलोका विभिन्न पाटपुर्जाका बारेमा भन्दै जानु हुन्छ जस्तै हरिस, अनौ, ठेडी आदि । रामुकी दिदीले रोपाईँ गर्न जान कुटो, कोदालो फरुवा, डल्लेठो लिएर आँगनमा आउँछिन् । मामा, रामु र दिदी पनि सामान बोक्छन् । माइजू, डोको, नाम्लो बोकेर आउनुहुन्छ । मामा, माइजू र दिदी सबैजना गैरी खेततिर जान्छन् । बाटोमा जाँदै गर्दा रामुले नयाँ कुरा देख्दा दिदीलाई सोधिहाल्थ्यो । दिदीले पनि भाइलाई आली, डिल कान्लो खोल्सा, कुलो सबै कुरा उराम्रोसँग बताइदिन्थिन् । मामाले गैरी खेतमा गोरु नार्नुभयो । खेतमा रामुलाई ब्याडमा बिउ काँडेको, रोपाईँ गरेको अन्य अरू सबै जना मिलेर कान्लामाथि चिया खाजा खाएको खुबै रमाइलो लाग्यो । उसलाई गाउँमा सबैजना मिलेर काम गरेको खुबै मन पयो । रामुले गाउँमा

देखेका भोगेका सबै कुराहरू आफ्नो स्कुलमा गएर साथीहरूलाई सुनायो । सहर पुगेर पनि रामलाई गाउँको याद आँखाभरि आइरह्यो । यसरी कविताको अन्त्य हुन्छ ।



संविद ढकाल

क्रमाङ्कः ३००२८

पुस्तक समीक्षाः पिन्टो र घनटाउके खरायो

परिचयः बाल उपन्यास पिन्टो र घनटाउके खरायोलाई उज्ज्वल विक्रम खड्काले लेख्नुभएको हो। यसमा वरिष्ठ चित्रकार समित श्रेष्ठले चित्र भर्ने काम गर्नुभएको छ । यसको प्रकाशन काठमाडौँ पब्लिकेसनबाट भएको हो । यसको संस्करण तीन पटक भएको छ । जसमा यसको पहिलो संस्करण २०७३ मा, दोस्रो संस्करण २०७५ मा, र तेस्रो संस्करण भने २०७९ मा भएको हो । यसको सर्वाधिकार

लेखकसँग मात्रै छ । त्यसैगरी यसको वितरण बुक ल्यान्डबाट भएको हो । यसमा जम्मा सातअोटो भागहरू छन् । यस किताबमा जम्मा ४७ अोटो पानाहरू छन् । त्यसैगरी यस किताबभित्र २६ अोटो चित्रहरू छन् । त्यसैगरी यस किताबमा जम्मा १२ जना पात्रहरू छन् ।

कथावस्तुः यस कथामा एउटा केटो छ । जसको नाम पिन्टो हो । उसलाई थाहा छैन उसको नाम कसले राखिदिनुभयो । उसले यो कुरामा त्यति ध्यान दिएन । ऊ सोच्यो बुबा आमाले अथवा हजुरबुबा र हजुरआमाले राखिदिनुभएको हुनसक्छ तर ऊ जन्मिँदा उहाँहरू निकै बुढा भइसक्नुभएको थियो त्यसैले उसको नाम हजुरआमा र हजुरबाबाट भएको त सम्भव थिएन उसका बुबाआमा दुबै काममा जानुहुन्थ्यो । हजुरबुबा हजुरआमासँगै हुर्किएको थियो पिन्टो । आफ्नो बिदाको समयमा ऊ हजुरबुबा र हजुरआमासँगै खेल्थ्यो । उसको विद्यालयमा भने कही नभएको तालुखुइले, ठुलो भुँडी भएको, छोटो खुट्टा भएको, हाँस जस्तै देखिने हेडमास्टर थियो । पिन्टोको विद्यालय उसको घरबाट नजिकै थियो। केही गरी ऊ विद्यालय गएन भने उसका साथीहरू उसलाई सजाय दिँदैन थिए उनीहरू त उल्टै उसको लागि जुस बोकेर आउँथे। किनभने साथीहरू उसलाई आकर्षक केटो भन्थे। पिन्टोसँग टाइगर नाम गरेको कुकुर थियो, जोसँग ऊ कहिलेकाहीं खेल्थ्यो। पिन्टोसँग पिन नाम गरेको भाइ पनि थियो तर बुढो मानिसको जस्तो चस्मा लगाउने भएको हुनाले ऊ त्यति आकर्षक भने थिएन । दुई दाजुभाइ मिलेर कहिलेकाहीं बुबाआमाको आँखा छलेर नजिकैको हाँसहरू भएको पोखरीमा पौडी खेल्न जान्थे ।

कहिलेकाहीं त जङ्गल घुम्न पनि जान्थे । उनीहरूले कति जनावरको शिकार पनि गरेका छन् । उनीहरूको दुर्भाग्य, कहिले पनि खरायो भेट्न सकेनन् । त्यो जङ्गलमा विषालु सर्प भनेको हुनाले निकै खतरनाक थियो तर त्यसले पिन्टो र पिनलाई त्यसले खासै रोक्दैन थियो। उनीहरू त्यस जङ्गलका रहस्यमय कुराहरू खोज्न ध्यानमग्न हुन्थे । उनीहरूले फ्याउरोलाई आकाशमा उडेको आफ्नै आँखाले देखेका थिए। उनीहरू हिँडिरहे। अन्ततः उनीहरू बल्ल साँच्चिकै को जङ्गलमा पुगे । दुईजना रमाइरहेका थिए तर बुबाले थाहा पाएको खण्डमा गाली र कुटाइ खाने कुरा सोच्दै डराई पनि रहेका थिए । उनीहरू अब एउटा अपरिचित भूमिमा पुगिसकेका थिए । पिन्टोले शिकारको लागि चक्कु, बल्छी, लौरो, सलाईको बट्टा, र जुस तथा मिठाई पनि लगेको थियो । पिनलाई हात्तीको डर पनि थियो । तर पिन्टो जान्ने पल्टिन खोज्यो। उनीहरू यात्रामै थिए । अचानक उनीहरूले एउटा खुइलेको घनटाउके खरायो देखे । मिठाई खाएर खोज्न गए तर भेटेनन् । पिनले त्यो खरायो सम्झिन धेरै प्रयत्न गरे तर सकेन । उसलाई काठमाडौँमा देखेको अनुपको घरमा भएको खरायोको याद आयो । जसलाई निकै कडाइका र मायाका साथ राखिएको थियो। अहिले पिन्टो र पिन घरमा भएको भए समोसा खाना पाउने थिए। एउटा जुरेलीले उनीहरूलाई धेरै अगाडिदेखि एक घण्टासम्म खेदिरहेको थियो। उनीहरू कता गइरहेका थिए उनीहरू आफैलाई थाहा थिएन। त्यसपछि उनीहरूले एउटा खरायोको को चित्र हेर्दै मिठाई खाँदै थिए। उनीहरूको भोक विलाप भइसकेको थियो। रमाइरहेका थिए उनीहरू। उनीहरू हात्तीको बारेमा सोच्दै थिए हात्ती त उनीहरूका अगाडि देखा पर्‍यो तर उनीहरूलाई वास्तै नगरी गए । एक्कासि पिन गल्यो र ढल्यो । त्यहीबेला पिन्टोले एउटा सोच्दै नसोची एउटा गीत रच्यो । पिन ब्युँझियो र त्यही दुवैजना थाकेको स्वरमा गुन्गुनाए । उनीहरू भएको गुफामा कंकालहरू थिए । उनीहरू ढले । एउटा अपरिचित अनुहार उनीहरूको गीत गुन्गुनाइरहेको थियो । उनीहरू ब्युँझिए र त्यहाँ त उही घनटाउके खरायो थियो । उनीहरूमा अर्कै बल आयो र उनीहरू गीतमा नान्न थाले । मिठा परिकार खान थाले । दुष्ट जुरेली सम्झिनेबित्तिकै घनटाउके खरायोको हातमा ऊ देखापर्‍यो । खास त्यसले मानिस असल हो कि खराब भने परीक्षण गर्ने रहेछ । घनटाउके खरायो जादु पनि गर्दो रहेछ । उसको भाइ अनुपको खरायो रहेछ । उसलाई जादु गरेर जाँदा उसलाई गाह्रो हुन्छ रे । जादुबाट उनीहरू आफ्नो घर पुगे । फेरि अनुपको घर पुगे । अनुपले खरायो दिन मानेको थिएन तर अन्त्यमा दियो । त्यसपछि खरायोका दाजुभाइ जङ्गलतिर लागे ।

पात्रहरू: उपन्यासका मुख्य पात्रहरू पिन्टो र घनटाउके खरायो हुन् । सहायक पात्रहरू बुबा, आमा र पिन हुन् । गौण पात्रहरू भने हेडमास्टर, हात्ती, टाइगर, हजुरबुबा, हजुरआमा, स्याल र जुरेली हुन् । यस उपन्यासमा खराब पात्र कोही पनि छैन । यस उपन्यासका मुख्य परिवार पिन्टोको परिवारलाई मध्यम वर्गीय परिवार भन्न सकिन्छ ।

परिवेश: पिन्टोको घर, विद्यालय, विद्यालय जाने बाटो, नदी, जङ्गल, अनुपको घर पिन्टोको गाउँका विभिन्न ठाँउहरू स्थलगत परिवेशको रूपमा आएका छन् । पिन्टो आकर्षक केटा भएर सबैले उसलाई माया गर्नु, कहिलेकाहीं पिन्टो उसको भाइ पिनसँग पौडी खेल जानु, एकदिन उनीहरू जङ्गल घुम्न जानु, उनीहरूमर्ने अवस्थामा पुग्नु, घनटाउके खरायोसँग उनीहरूको भेट हुनु, घनटाउके खरायो जादुगर हुनु, उनीहरू आफ्नो घर पुग्नु, अनुपको घर पुग्नु, अनुपको खरायो घनटाउकेको भाइ हुनु र उसलाई पनि जङ्गल लानु आदि घटनाहरू अवस्थागत परिवेशका रूपमा आएका छन् । कालगत परिवेशको रूपमा हेर्दा उल्लिखित घटनाहरू एकदेखि दुई हप्ताको अन्तरालमा भएको अनुमान गर्न सकिन्छ ।

सिफारिस: मलाई यो पुस्तक निकै मन प्यो यो किताबमा विभिन्न किसिमका चित्र तथा मिठा गीतहरू पनि छन् । विशेष गरी मलाई यसको बाहिरी गाता मन प्यो। यहाँ पिन्टो, पिन र घनटाउके खरायोको चित्र छ र पछाडि भने उपन्यासमा समेटिएको मिठो गीत रहेको छ । म यो पुस्तक कक्षा ४ देखि ५ का भाइबहिनीहरूलाई पढ्नको लागि स्वीकृति प्रदान गर्दछु । यस किताबमा उनीहरूलाई नै मनपर्ने विषयवस्तु रहेका छन् ।

निष्कर्ष तथा सन्देश: अन्त्यमा यस कथाले भन्न खोजेको मुख्य कुरा जङ्गल जाँदाको एक्लो सङ्घर्ष र त्यहाँ भएको कठिन परिस्थितिको बारेमा हो । यस कथाको मुख्य सन्देश भनेको सधैं साहसी हुनुपर्छ, कहिल्यै हार मान्नु हुँदैन, घरदेखि कतै टाढा जानुपरेमा बुबाआमाको स्वीकृति लिनुपर्छ र आफ्नो लक्ष्यलाई निरन्तरता दिनुपर्छ भन्ने हो ।



तनिष्क शाक्य

क्रमाङ्कः २८०११

पुस्तक समीक्षा: एकलव्य

विषय प्रवेश: 'एकलव्य' एक आख्यान हो । यस ९५ पृष्ठ भएको पुस्तकका लेखक रेशन पोखरेल हुन् र चित्रकार समित श्रेष्ठ हुन् । एकलव्य पुस्तक काठमाडौं पब्लिकेसनले प्रकाशन गरेको हो । यस पुस्तकको पहिलो संस्करण वि.सं. २०७६, दोस्रो संस्करण वि.सं. २०७७, तेस्रो स्संस्करण वि.सं. २०७८ र चौथो संस्करण वि.सं. २०७९ मा प्रकाशन भएको थियो । यो पुस्तक एकलव्यको धनुर्विद्या सिक्न चाहेको र त्यसका लागि गरेको सङ्घर्षका बारेमा लेखिएको पुस्तक हो ।

पात्रहरू: यस कथामा हामीलाई विभिन्न पात्रहरूको परिचय गराइएको छ । कथामा दुवै मानवीय र मानवेतर पात्रहरूको आ-आफ्नै महत्वपूर्ण भूमिका छन् । यस कथाको सुरुवातदेखि अन्त्यसम्म देखाइएका मुख्य पात्र भनेको एकलव्य हो । यसरी नै यस कथाका सहयोगी र मानवीय पात्रहरू भनेका अभय (एकलव्य), निसादराज (अभयको बुबा), सुलेखा (अभयकी आमा), बल्लभ (अभयको भ्राता), अभयका साथी, भिल्ल गुरु शृङ्गदेव, गुरु द्रोणाचार्य, पाण्डव, कौरव, अधर्बैसे, रक्तासुर, नव्यमुनि, सेना, दीर्घबाहु पर्छन् भने मानवेतर पात्रमा बाघ, गाईवस्तु, सर्प, कुकुर, हात्ती पर्दछन् । आफ्नो धनुर्विद्या सिक्न गरेको सङ्घर्ष र धनुर्धारी बनिसक्दा पनि आफ्नो औंला काटेर पनि धेरै चुनौतिहरूको सामना गरेर सफल धनुर्धर बन्न सकेका एकलव्य यस कथाका असल र साहसी पात्र हुन् । द्रोणाचार्यले चाहिँ एकलव्यको औंला गुरु दक्षिणाको रूपमा स्वार्थी भएर मागेकोमा र भिल्ल जातको भएकोमा धनुष चलाउन नसिकाएकोमा यस कथाको खराब पात्र हुन् ।

परिवेश: यस कथामा विभिन्न स्थानहरू छन् र विभिन्न घटनाहरू पनि घटेका छन् । कथाको स्थलगत परिवेशका रूपमा चाहिँ शृङ्गवेरपुर, हस्तिनापुर, जङ्गल, बाटो, नदी, गुरु द्रोणाचार्यको गुरुकुल, आदि आएका छन् । अभय धनुर्विद्या सिक्न चाहने, भिल्ल गुरु शृङ्गदेवले उनलाई गुरु द्रोणाचार्यको बारेमा बताउने, अभय र निसादराज गुरु द्रोणाचार्यकोमा पुग्ने, गुरु द्रोणाचार्यले अभयलाई धनुर्विद्या नसिकाउने, अभय शृङ्गवेरपुर नफर्कने, जङ्गलमा गुरु द्रोणाचार्यको मूर्ति बनाउने, धनुर्विद्या सिक्ने, अभय एकलव्य बन्ने, द्रोणाचार्यले गुरु दक्षिणाको रूपमा दाँया हातको बुढी औंला एकलव्यसँग माग्ने, औंला नभएपनि एकलव्य धनुर्धर बन्ने, चुनौतिहरूको सामना गर्ने,

नव्यमुनिबाट वरदान पाउने, आफ्नो घर फर्कँदा फेरि चुनौतिको सामना गर्ने, घर फर्केपछि एक सेनामा भर्ना हुने कुराहरू अवरथागत परिवेशका रूपमा आएका छन् । यो लगभग ५००० देखि ६००० वर्ष अघि घटेको घटना हो भनेर अनुमान लगाउन सकिन्छ।

कथावस्तु: आफ्नो भाँच्िएको धनुष लिएर अभय आफ्नो बाबा कहाँ गए । उनका बाबाले उनलाई धनुष भिल्ल जातिका मान्छेले चलाउनु हुँदैन भनेर सम्झाए तर अभय मानेनन् । उनलाई धनुष चलाउनु थियो। एक दिन खाना खाँदै रहँदा गाउँमा एउटा बाघ आयो। त्यस बाघले गाउँबाट गाईवस्तु लगेको थियो र त्यस बाघको पछि पछि लाग्दा पनि अभय र निषादराजले त्यो बाघ भेट्टाएनन् । त्यति बेलामा भिल्ल गुरु श्रृङ्गदेव त्यहाँ आएर गुरु बिनाको शिक्षा सम्भव हुँदैन र उनले गुरु द्रोणाचार्यको बारेमा पनि भने । अभयले पनि हस्तिनापुरको गुरु द्रोणाचार्यबाट नै धनुर्विद्या सिक्ने भने । निसादराजले आफ्नो छोरो अभयलाई लिएर हस्तिनापुरतर्फ लागे । हस्तिनापुरमा पुगेपछि उनीहरू द्रोणाचार्य भएको ठाउँमा गएर अभयलाई धनुर्विद्या सिकाइदिन भनेर बिन्ती गरे तर गुरु द्रोणाचार्य भिल्ल जातिको भएकोले अभयलाई धनुष चलाउन सिकाएनन् र उनीहरूलाई त्यहाँबाट पठाइदिए । उनीहरू आफ्नो गाउँ फर्कनलाग्दा अभयले गुरु द्रोणाचार्यले टेकेको माटो लिएर आफ्नो बुबालाई भने कि जबसम्म उनले धनुर्विद्या सिक्दैनन् त्यति बेलामा उनी घर फर्कदैनन् । धेरै पटक भनेपछि बल्ल उनको बुबाले स्वीकार गरेर अभयलाई त्यहीं छोडी आफ्नो गाउँ फर्के। जङ्गलमा एकलै बस्दा पहिले त अभयलाई डर लाग्यो तर उनको धनुष सिक्ने इच्छा भने अटल नै थियो । उनले पहिले आफ्ना बुबाले दिएको खानेकुरा खाएरपछि आफैँ जङ्गलमा फल टिप्दै खाए । उनले गुरु द्रोणाचार्यले टेकेको माटोबाट उनको मूर्ति बनाएर त्यहाँ उनले आफ्नो धनुर्विद्या सिके । धनुर्विद्या सिक्ने एउटै इच्छा तथा उद्देश्य भए पछि उनको नाम एकलव्य भयो । उनले त्यसै गरी धनुष चलाउन सिके । उनले जहिल्यै गुरु वन्दना गर्थे र अभ्यास पनि गर्थे । एकदिन उनी अभ्यास गरिरहेका बेलामा कसैले गुहार मागिरहेको थियो । एकलव्यले त्यहाँ एउटा बाघ देख्यो र त्यो बाघले एक मान्छेलाई घाइते बनाएको थियो । त्यो बाघलाई उनले मारेर त्यस दिनदेखि चुनौति आउँन थाले । एकदिन एकलव्यलाई सर्पले घेरेको थियो त्यो सर्प माथि उनले वाण चलाएर ३ ओटा तीर लिई त्यसमा सर्पको बिख राखे । त्यसरी उनले बिष वाण बनाए । उनले एउटा रुखमा बिष वाण चलाएर अर्को दिन त्यो रुख सुकिसकेको थियो । जङ्गलमा उनले एक रक्तासुर नाम गरेको ठुलो राक्षस भेटेर त्यस राक्षसलाई वाणले हान्दा केही भएन । त्यतिबेला उनले बिष वाण चलाएर त्यहीं त्यो राक्षसको मृत्यु भयो । रक्तासुरलाई मारेपछि एकलव्यलाई आफ्नो कमजोरीको बारेमा थाहा

भयो । एक दिन उनी जहिल्यै जस्तो अभ्यास गरिरहेको बेलामा एउटा कुकुरले उनलाई अभ्यासमा वाधा उत्पन्न गर्दा उनले त्यस कुकुरको मुखभरि वाण हाने तर त्यो कुकुरको मुखबाट रगत आएन । त्यो कुकुर त्यहाँबाट गएर द्रोणाचार्य भएको ठाउँमा पुग्यो र द्रोणाचार्य पनि यस्तो कुशल धनुर्धर देखेर अचम्मित भए । उनले पछि त्यो धनुर्धर खोज्दा एकलव्य भएको ठाउँमा पुगे । त्यो वाण एकलव्यले नै चलाएको हो भनेर थाहा पाउँदा उनको गुरु को हो भनेर सोधे र एकलव्यले द्रोणाचार्यको नाम लिए र उनको मूर्ति देखाए । एकलव्यले कौरव र पाण्डवलाई पराजित गरेको देखेर द्रोणाचार्यले गुरु दक्षिणाको रूपमा एकलव्यको दायाँहातको बुढी औंला मागे, एकलव्यले त्यसो गरेर बेहोस भए । उनले सपनामा गुरु द्रोणाचार्यको पनि दायाँ हातको बुढी औंला नभए पनि वाण चलाएको देखेर उनले अत्यन्त परिश्रम गरेर बुढी औंला नहुँदा पनि धनुष चलाउन सिके । एकलव्यले आफ्नो गाउँ जाने निधो गरेर पानी लिन जाँदा उनले नव्यमुनि नाम गरेका मुनिवरसँग भेटे । पछि नव्यमुनिले उनलाई एउटा वरदान दिएर एकलव्य त्यहाँबाट गए । बाटामा केही सेना त्यहाँ आएर एकलव्यलाई आक्रमण गरे तर एकलव्यले ती सिपाहीहरूलाई परास्त गरे । उनको गाउँ पुगेर थाहा पाए । त्यो एउटा परीक्षा मात्र थियो र अन्त्यमा एकलव्य सेनामा भर्ना भए ।

निष्कर्ष तथा सिफारिस: यो पुस्तक सबै उमेरका मानिसका लागि अत्यन्त राम्रो पुस्तक हो। यस किताबले हामीलाई इच्छा भयो भने त्यसको लागि मिहिनेत गर्नु भन्ने अवश्य हामीले त्यसको फल प्राप्त गर्ने छौं भन्ने कुरा सिकाउँछ। एकलव्यले आफ्नो दायाँ हातको बुढी औंला नभए पनि आफ्नो परिश्रम, सङ्घर्षले र विश्वास गर्दा एक सफल धनुर्धर भए त्यसै गरी हामीले पनि मिहिनेत गर्नु भन्ने सफल हुने नै छौं। म यो पुस्तक खास गरी ऐतिहासिक विषयवस्तुप्रति रुचि राख्ने व्यक्तिहरूमाज सिफारिस गर्न चाहन्छु ।



प्रसिद्धि डंगोल
क्रमाङ्क: २८००९
पुस्तक समीक्षा: 'नोर'

विषयपरिचय: 'नोर' रोशन पोखरेलबाट लेखिएको उपन्यास हो । यसको प्रकाशन काठमाडौं पब्लिकेशनले गरेको हो । यसको पहिलो संस्करण २०७६ मा भएको थियो । यसको वितरण साइबर म्याक्स इन्टरनेशनल, बुक ल्याण्डले गरेको हो । यस पुस्तकले दुइ युग र बर्बर युग बीचको समयावधिको बारेमा कुरा गरेको छ ।

जङ्गलमा बस्ने र धेरै जसो बेलामा नयाँ ठाउँको खोजीमा यात्रामा जाने मानिसहरूको बारेमा लेखिएको छ तर बाटोमा उनीहरूले धेरै अवरोधहरूको पनि सामना गर्नुपर्ने हुन्छ तर एउटा गल्तीले उनीहरूको जीवन नै परिवर्तन हुन पुग्छ ।

कथावस्तु: नोरले आफ्नो साथीलाई हेर्छ जुन चन्द्रमा थियो तर त्यसपछि उसले आफ्नी आमाले उसको नाम पुकारेको सुन्छ र ऊ उनीकहाँ जान्छ । अहिले उसको आमाको ठूलो पेट थियो र किन यस्तो भयो भनेर उसलाई थाहा थिएन तर अचानक त्यो चल्थ्यो, उ निकै डरायो तर उसकी आमाले उसलाई यो उसको भाइ हो भनेर बताइन् । त्यसपछि उनीहरू सबै हिँड्न थाले । त्यसपछि नोरको बुवा सेहाले उनीहरूलाई रोक्न भनेका थिए, त्यसैले त्यो दिन उनीहरू त्यहीं बस्न तयारी गर्न थाले । अचानक लोह उनीसँग कुरा गर्न आयो तर उनले हजुरबुवालाई देखेपछि उहाँकहाँ दौडियो र कुरा गन्यो र राति उनीहरूले इन्देनानो गाए र सुते । भोलिपल्ट उसले आफ्नो हजुरबुवासँग कुरा गरिरहेको बेला उसले आफ्नी आमालाई देख्यो र उनको हातमा सेतो केही देख्यो, त्यो फल थियो जुन उसलाई मनपर्थ्यो । त्यसैले ऊ आफ्नी आमातिर दौडियो । अर्को दिन हिउँदै गर्दा उसका हजुरबुवा आएर उसलाई समूहको पुछारमा तानेर २ वटा फल दिए । उहाँले एउटा खायो र एउटा मिइको लागि राख्नुभयो । उनीहरू हिँडिरहे तर अचानक समूहको बीचबाट कोही चिच्यायो र सबै भाग्न थाले र त्यहाँ उनीहरूले देखे कि लोहले बोहोलाई मारेको थियो र अब ऊ मर्न लागेको थियो । उनीहरूले लोहको हातमा हतियार पनि देखे । त्यसपछि चाँडै बोहो मयो, त्यसैले उनीहरूले केही खाना लिएर उसको छातीमा राखे र हिँडे । एक दिन नोह आफ्ना साथीहरूसँग पहाडमा दौडिन थाल्यो र त्यो दिन नोर उसको पछि लाग्यो तर उनीहरू छिटो दौड्न थाले ,नोर रोकियो तर अचानक उसले झाडीमा कसैलाई देख्यो र डरायो । त्यसपछि अचानक एकजना मानिस बाहिर आयो र नोर दौडिन थाल्यो । त्यसपछि अरू मानिसहरूले त्यो मान्छेलाई देखेपछि उनीहरूले उसलाई आक्रमण गर्न थाले तर त्यो मान्छेले अरूलाई बोलायो र तिनीहरू सबै झगडामा परे । अन्त्यमा उनीहरूले जिते । उनीहरू हिँड्न थाले तर उसको आमा एक्कासि तल बसिन् किनभने उनलाई धेरै गाह्रो भयो । नोर डरायो किनभने प्रायः उसको समूहले त्यस्ता मानिसहरूलाई छोडिदिन्थे तर उनीहरूले यस पटक बस्ने निर्णय गरेपछि उसले आराम महसुस गर्‍यो । त्यो दिन खाना खाएपछि ऊ हजुरबुवासँग बसिरहेको थियो जब उसले आमा चिच्याएको सुन्यो र त्यसपछि ऊ सुत्‍यो । अर्को दिन ऊ आफ्नी आमाकहाँ गयो र उनले एउटा बच्चालाई समातिरहेकी थिइन् र उनले उसलाई यो उसको बहिनी हो भनिन् । त्यसपछि अरू केही आइमाईहरू आए र उनको बुबालाई बच्चालाई हेर्न बोलाए । भोलिपल्ट जब नोर ब्यँइयो, उसले

हजुरबुवा अझै सुतिरहेको देख्यो र त्यहाँबाट गयो तर उनलाई उठाउन फक्क्यो तर उसको हजुरबुवाको मृत्यु भएको उसलाई थाहा भयो। उसको समूहले फेरि उसको हजुरबुवालाई केही खाना छोडेर त्यहाँबाट गए। यसको कारण नोरलाई धेरै एकलै भएको लाग्यो। एक दिन उसको बुबा अरूसँग सिकार गर्न निस्कनुभयो र फर्केर आउँदा ३ वटा छाउरा ल्याएर नोरलाई दिनुभयो। उसले ती छाउरा लियो र पछि खाएर सुत्न गयो। भोलिपल्ट बिहान ऊ मिईसँग खेल्न गयो तर उसलाई छाउराहरूको याद आयो। ऊ फर्केर गयो र उनीहरूलाई भेटायो तर दुखको कुरा उसले तीमध्ये एकलाई बचाउन सकेन र त्यो मर्न्यो। एक दिन एउटा समूहले अचानक उनीहरूमाथि आक्रमण गर्‍यो तर उनीहरूले नै जित्न सफल भए। नोरले उनीहरूको आँखा धेरै रातो भएको देख्यो, त्यसैले उनीहरूलाई रात आँखे बोलायो। उनीहरूले नोर र उसको समूहमा धेरै पटक आक्रमण गरे तर उनीहरूले सधैं जिते तर हालै लोह धेरै दिनदेखि बाहिर निस्केर हराएर फर्किँदै आएको थियो र उसको आँखा पनि रातो हुन थालेको थियो। उसका बुबा सेह र लोहबीच झगडा हुने गर्थ्यो तर एक दिन अचानक उनीहरू एकअर्कासाथ मिलिरहेका थिए र उनीहरूसँगै सिकारमा जाने निर्णय गरे तर जब उनीहरू फर्किए। नोरको बुबा उनीहरूसँग थिएनन् र उनीहरूले उहाँको मृत्यु भएको बताए। त्यसैले त्यस दिनदेखि लोह समूहको नेता भयो। त्यसपछि लोहले ती मानिसहरूलाई(रात आँखे) आफ्नो साथीको रूपमा परिचय गरायो र त्यसपछि तिनीहरू खोलाको तिरमा बस्न थाले। उनीहरूको पनि मेलन नामको नेता थियो। रात आँखेले उनीहरूलाई खेतीपाती र आगो कसरी बाल्ने जस्ता धेरै कुराहरू सिकाए तर उनीहरूले उनीहरूलाई बिजुली पानी पनि दिए र त्यसपछि बिस्तारै लोह र नोहले त्यस पानी बारम्बार पिउन थाले र बिजुली पानीको बानी बसाले। अब उनीहरू बिजुली पानी चोरेर पनि पिउँथे। रात आँखेले उनीहरूको फाइदा पनि उठाउन थाले। तब एक दिन लोहले नोरलाई उसको झुपडी बोलायो र माफी माग्यो र उसलाई भन्यो कि यस समूहमा एक मात्र बुद्धिमान व्यक्ति थियो र त्यो नोर थियो र त्यसपछि नोर त्यहाँबाट गयो। भोलिपल्ट उनीहरूले लोहको मृत्यु भएको थाहा पाए। उनीहरू दुःखी थिए। साँझ रात आँखेले नोरलाई लिन आए। मेलानले उसलाई सोधे कि उसले लोहलाई मारेको हो। उसले अस्वीकार गर्‍यो र रिसाएर करायो, त्यसैले उनीहरूले उसलाई बेहोस हुन्जेल कुटपिट गरे र बाहिर फालिदिए। त्यसपछि जब ऊ ब्यूँझ्यो उसले इन्देनानोको मधुरो आवाज सुन्यो र उसको शरीर आफै त्यस लयमा काँप्न थाल्यो।

परिवेश: यो पुस्तकको स्थलगत परिवेश एउटा जङ्गल रहेको छ। यसको अवस्थागत परिवेश भनेको नोर र उसको समूहले सामान्यतया नयाँ ठाउँहरू खोज्छन् र केही ठाउँमा तिनीहरू केही

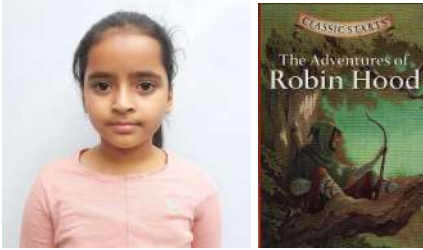
समयको लागि बस्छन्, त्यसपछि त्यो ठाँउ छोडेर हिड्छन् तर अचानक तिनीहरूले रात आँखेलाई भेट्छन् । तिनीहरूको पहिलो झगडा हुन्छ र नोर र उसको समूहले जित्छन् तर तिनीहरू अझै पनि लगातार लड्छन् । उनका बुबा (नेता) र लोह नामको अर्को व्यक्तिको सधैं झगडा पर्छ किनभने लोह एक रात आँखेमा परिणत भएको थियो । एक दिन उसको बुबाको मृत्यु हुन्छ । त्यसपछि लोहलाई नेताको रूपमा चिनिन्छ तर त्यसले गर्दा नै उनीहरूको सम्पूर्ण समूह र त्यसको सम्बन्ध टुट्छ । कालगत परिवेश लगभग २० देखि २५ वर्षको छ ।

पात्र: यस पुस्तकका पात्रहरू लोह, सेह, नोर, नोह, मिर्झ, आमा, साना बच्चाहरू, बोहो, मेलान, बुरुकी, स्यो, बहिनी, रात आँखेहरू हुन् । यसमा खराब पात्रहरू रात आँखे, मेलान, स्यो र बुरुकी हुन् । पहिले उनीहरूले नोर र उसको समूहलाई साथी बनाएका थिए तर बिस्तारै उनीहरूको फाइदा उठाउँदै उनीहरू बिचको सम्बन्ध बिगार्न थालेपछि उनीहरूकै मौलिक नेता सेहको मृत्युको कारण पनि बनेका छन् । लोहले आफ्नै मान्छेका विरुद्धमा षड्यन्त्र रचेकोले नराम्रो पात्रको रूपमा पनि लिन सकिन्छ । आफ्नै समूहको नेतालाई मार्ने योजना बनाएर आफैँ नेता बन्न खोजेकोमा र उसकै कारण समूह बिचको नाता वा खुसी टुटेको थियो । यसमा मेलान, लोह, स्यो र बुरुकी बाहेकका पात्रहरू राम्रा पात्रहरू हुन्, विशेषगरी नोरले उसको समूहमा खुसी ल्याउन र लोहको विरुद्धमा जान धेरै प्रयास गरेको थियो र ऊ आफ्नो समूहमा एक मात्र बुद्धिमान व्यक्ति थियो । ऊ एउटा मानवीय पात्र पनि हो ।

आलोचनात्मक विश्लेषण: यो पुस्तक नेपालमा विदेशीको प्रभावको बारेमा छ किनकी नेपालीहरू वास्तवमा पश्चिमी संस्कृतको पालना गर्दै छन्, अहिले उनीहरू आफ्नो संस्कृति दाबी गर्न र यसलाई पालना गर्न पनि लाज मान्छन् । खानादेखि लुगासम्म सबै पश्चिमी संस्कृतिबाट प्रभावित छ । यो पुस्तकले वास्तवमा नेपाली संस्कृतिको सत्यतालाई बताउँछ । त्यसैले मलाई मनपर्छ कि लेखकले कसरी यो कुरा औँल्याउन र यस समस्याको बारेमा बुझाउन सम्पूर्ण पुस्तक लेखेका छन् ।

निष्कर्ष: यो पुस्तक एउटा उपन्यास हो र यसले नेपाली मानिसहरूको चरित्रलाई पनि देखाउँछ । यसमा हामीले रात आँखेलाई विदेशी र नोरको समूहलाई नेपालीका रूपमा लिन सक्छौं । त्यसपछि हामी देख्न सक्छौं कि रात आँखेले नोरको समूहलाई यति धेरै प्रभाव पारेको छ कि उनीहरूले आफ्नो परम्परालाई बेवास्ता गरेका छन् र उनीहरूको एकमात्र संस्कृतिलाई पनि बाध्यता महसुस गरेका छन् । यो हाम्रो संसारमा भइरहेको कुरा हो र यो हामीले रोक्नु पर्ने कुरा

हो । मलाई लाग्छ कि म यो पुस्तक सबै उमेर समूहहरूलाई सिफारिस गर्न चाहन्छु किनभने सबैले यस पुस्तक पढ्न पाउनु नै पर्छ ।



Dinisha Shiwakoti

Roll no: 31042

Book Review: Robin Hood

Author: Archie Oliver

Illustrator: Terry Riley, Gary Mac Namara and Nadene Naude

Publisher: Hinkler Books Pty Ltd

Robin Hood is about a courageous young man who was outlawed and sentenced to death after being cruelly tricked by the Sheriff Nottingham's men.

Characters: The good characters include Robin Hood,

Little John Allan a Dale, Will Stutely, Will Scarlet, Friar Tuck, Midge the Miller, Tim the Tanner and Maid Marian. The nasty characters are The Sheriff of Nottingham Prince John and Sir Guy of Gisborne.

Setting: This story took place at Nottingham Castle, Sherwood Forest, Great old oak tree and Forest Edge Church.

Plot: One day, Robin was walking hand in hand with Maid Marian, Robin's childhood sweetheart. They were returning to the village of Loxley, where they lived. They spotted four men (the sheriff of Nottingham's men). They simply said "bye" and went on. But the sheriff of Nottingham's men teased Robin for having an arm arrow (bow) and that he cannot arch, and he told him that if he gets his target in the king's deer, he gets a gold coin. Sheriff had been a strong man since King Richard of Lionheart went to fight in the Holy War. He knew that all the deer belonged to the king. But he could not control his youthful anger and temper as he targeted a deer. A fight was about to happen when Robin killed one of the sheriff's men in an accident. Now only he had not killed the king's deer; he also had killed one of the men. The sheriff of Nottingham's men chased Robin. And Robin collapsed into the Sherwood Forest. The Sheriff of Nottingham's men were scared to go, as it was known as a hiding place for outlaws. The sheriff of Nottingham's men told the sheriff that Robin Hood shot a deer and killed one of the sheriff's men, but they did not tell why he shot a deer. When Robin had already found a comfy place to sleep, the sheriff was still deciding his fate. The first try to get Robin was pasting posters written: "Wanted Robin Hood of Loxley for the murder of one of the sheriff's men And killing one of the king's deer rewards £200 in

trees and plants.” But that did not work. Robin was feeling lonely, but he knew he was not alone and that there were other outlaws too. It was not a long time before I found one. He was trying to cross the bridge, but Robin also wanted to cross the bridge. So, there began a fight. They fought for 2 hours, took a break, and again fought until Robin finally gave up. They fixed their wounds that they had gotten through the fight. They had a feast and became friends. His name was Little John. (The first men to join Merry Men were Robin’s close friend and Robin’s personal assistant.) Like that, he made other friends. In one year, there were 30 merry men. And by Robin’s birthday, there were 50 merry men. By seeing Robin Hood and the Merry Men’s hard work, King Richard of Lionheart awarded them jobs. Robin Hood and Lady Marian got married and also had several children. The sheriff was also not the sheriff of Nottingham. So, they lived happily ever after.

Recommendation: To learn more about the adventures of Robin Hood and the Merry Men, I recommend you read this book. This book is adventurous and fun. I would like to rate this book 4.5 out of 5.



Tanishq Shakya

Roll no: 28011

**Book Review - Fahrenheit
451**



Author: Ray Bradbury

Genre: Fiction

Introduction:

“A futuristic world where reading books is illegal” is the main plot of this book “Fahrenheit 451” written by Ray Bradbury. This is a fictional book which shows what our future might look like where all people do is stick around tvs. This book shows a fireman not setting fire but starting one if people read books because reading books are banned

in the country.

Plot: Firemans in the future burned books. Instead of stopping a fire they start one. They burnt books because reading books was illegal in the country and all people did was watch tv and listen to the radio. Their hats had the number 451 because that was the temperature in which paper burnt. The government had banned the books so that the citizens would not question them or their system.

Montag was a fireman and he loved to see things burn and did not question anything until he met a 17 year old girl named Clarisse

McCellen who studied about others. Clarisse was the girl who made Montag think about burning the books and what should really be in the books that should be burnt. Later when Montag reaches home he finds his wife Mildred unconscious on the floor by eating a jar of sleeping pills. After Mildred's treatment Montag has to burn a house where an old woman lived because there were books in the house. He tried to warn the woman and told her to come outside the house but the woman did not come and she was killed. Montag was now a bit scared and started questioning himself about what's so special in books that a person died for it. A few days later Montag gets the news that Clarisse had passed away in a car accident. One day when Montag wants to call out sick and take a day off Captain Beatty shows up at their house. After Captain leaves Montag shows Mildred the books he had been hiding and reads them out. He calls an English professor named Faber and they meet up in a park and discuss books. Now Montag was scared of the mechanical hounds all over the city which killed people if they were caught with books. Faber gave Montag a microphone so they could speak with each other and told him to read more books. When Montag gets back home he finds Mildred and her friends having a gettogether and reads out a poem. Mildred's friends were horrified and they filed a complaint against Montag. Mildred was ready to leave the house and the firemen set Montag's house on fire. Beatty was about to arrest Montag when Montag threw a flamethrower on Beatty. The mechanical hounds chase after Montag but were unable to catch him. Later Montag joined a group outside the city which was led by a man named Granger. It was a group in which a person had memorized a book. With the group they build a community where reading books are not banned.

Critical Analysis and Recommendations: This book illustrates how the future world can be and how the government would do anything to not make people question them such as banning books and burning down houses which have books. A place where no one can read books and all they do is watch tv and follow rules made by the government. This book is a fictional book with an interesting plot where people burn books. Although the book had a strange starting it gets more exciting as it shows what our future may look like.

I would recommend this book to people my age or above who would want to know about a country where books are illegal and a modern society where technology is everything.

POETRY



अयाशं पाण्डे

क्रमाङ्कः ३५००५

मेरो काम

अयाशं मेरो नाम
पढ्ने मेरो काम ।
स्कुल गई पढ्छु
घरमा पनि खेल्छु ।
छुट्टी छ आज साथी
हिंड घुम्न जाऔं ।
चिनीं नयाँ ठाउँ
कति रमाइलो वातावरण
चर्को छ है घाम ।



अन्वेषा पन्त

क्रमाङ्कः ३५००२

प्यारी आमा

मेरी आमा प्यारी हुनुहुन्छ
मेरी आमाले माया गर्नुहुन्छ ।

म पनि त माया गर्छु
आमाको हातको खाना खान्छु ।
आमा अफिस जानुहुन्छ
आमाले सहयोग गर्नुहुन्छ ।



विलक्षण बञ्जारा

क्रमाङ्कः ३५००६

बालबालिका

आजका साना कोपिला
भोलिका हामी फूल हौं ।
आजका हामी बालबालिका
भोलिका हामी कर्णधार हौं ।

पढ्छौं लेख्छौं ज्ञानी बन्छौं
हुन्छौं डाक्टर पाइलट ।

देशको सेवा गरेर
राख्छौं हाम्रो इज्जत ।



आर्फा शाक्य

क्रमाङ्कः ३४००३

राम्रो बानी

स्कुल जाने बानी राम्रो
नाई भन्ने नराम्रो ।
किताब पढ्ने बानी राम्रो
धेरै खेल्ने नराम्रो ।
सफासुग्घर बन्ने बानी राम्रो
फोहोर गर्ने बानी नराम्रो ।
सबैलाई माया गर्नु राम्रो
झगडा गर्नु नराम्रो ।



प्रनिश पाण्डे

क्रमाङ्कः ३४०२२

आमा

मेरी आमा बिहान छिट्टै उठ्छिन्
गीत गाउँदै मलाई उठाउँछिन् ।
म आँखा चिम्म गरेर सुते जस्तै गर्छु
उनी मलाई दुध बिस्कुट ल्याउँछिन् ।
अनि मलाई खान दिन्छिन्
लुगा लगाएर स्कुल पढ्न पठाउँछिन् ॥



सिद्धिका मल्ल

क्रमाङ्कः ३४०२५

जङ्गल

बारीमा अग्लो रुख छ
जमिनमा राम्रो घाँस छ ।

रुखमा चराको गुँड छ
चराको सानो बच्चा छ ।

काग बस्छ रुखमा
कोइली कराउँछन् जङ्गलमा ।

हरियो जङ्गल सबको धन
वन जोगाउने हाम्रो मन ।

अग्ला अग्ला रुख छन्
हरिया हरिया रुख छन् ।



आर्या रेग्मी

क्रमाङ्क: ३३०५२

पानी

म पिउँछु पानी
कति राम्रो बानी ।
कलकल गर्ने पानी
बचाउँछ हाम्रो जिन्दगानी ।
फोहोर पानी पिउनु हुँदैन
सफा पानीले रोगले छुँदैन ।
पानीले नै हामीले हात धुनुपर्छ
पानी धेरै खाएर स्वस्थ हुनुपर्छ ।



आध्या ढुङ्गाना

क्रमाङ्क: ३३००१

खोला

कल कल कल कल खोला बग्छ मेरो गाउँमा
खोला सम्झी लाग्छ मलाई त्यही जाऊँ म ।
खोलामा त पौडी खेल्छन् माछा मार्दछन्

त्यही माछा बेचेर रुपियाँ पाउँदछन् ।
आजकाल पोखरी, खोला फोहोर भयो हेर न
हामीहरू सबै मिली सफा गरौंन ।



तेजस्वी बस्नेत

क्रमाङ्क: ३३०४८

झरी

सिमसिम पानी पयो कस्तो रमाइलो
भेल आयो बाढी आयो बगायो धुवाँ धुलो
सबेरै बिहान छिट्टै घाम लाग्यो
घामपानी हेर्दा इन्द्रेणी पो आयो
आहा ! कति राम्रो सातवटा रङ्ग
इन्द्रेणी नै हेरेर भए मत दङ्ग ।



रविहर्ष अधिकारी

क्रमाङ्क: ३२०१३

हाम्रो राजनीति

हिमाल, पहाड, तराईले भरिएको हाम्रो देश
विकास, समृद्धितिर लम्किएको हाम्रो देश
तर पनि यहाँ राजनीतिमै अलमलिएको
देखिन्छ
विकास गर्न छाडेर लुछाचुँडीमै लागेको
देखिन्छ
आसै आस बाडेर चुनाव लडिन्छ
अगुवा रोजिन्छ, गफ गरिन्छ
योजना बाडिन्छ, बजेट बाँडिन्छ
खै के के बाडिन्छ ? बाडिन्छ ?
हेदहिदैँ देश अझ बिग्रिन्छ
जे भए पनि आस अझै रहन्छ प्रश्न सधैं रहन्छ
खै के ? अब त हाम्रो राजनीति
के विश्व मानचित्रमा हाम्रो पनि समृद्धि सुधन्छ
?
के सुख, शान्ति र विकास हाम्रो पनि दैलोमा
आउँछ ?
आशा गरौं, हो आशा गरौं
श्रम र जीवन यहाँ पुनः पलाउँछन्
अवसर र प्रतिफल यहाँ पुनः पलाउँछन्
थोरै भाषण गरेर काम धेरै गर्ने
क्रम यहाँ पनि आउँछ
स्वदेशमा नै काम गर्ने अवसर पुनः पलाउँछ
विकास र समृद्धि यहाँ पनि आउँछ
पुनः यहाँ प्रकृति र शान्ति अझ बढी रमाउँछ
विश्वास गरौं राजनीतिमा अवश्य सुधार आउँछ
।



युनिशा पाठक

क्रमाङ्क: ३००४३

आमा

आमा तिमी धरती हौ
यो संसारमा मलाई जन्म दियो ।
नौनौ महिना कोरवमा राखी
दुख कष्ट पीडा सही संसार देखायो ।

ताते ताते गरी मलाई हिँड्न सिकायो ।
कोखा कोखा भनी मलाई खान सिकायो ।
असल शिक्षक बनी मलाई उड्न सिकायो
हौसला दिएर असल मानिस बन्नपछि भनी अधि
बढायो ।

आमा तिमी महान् छौ केसँग तुलना गरौं
आमा तिमी मेरो लागि जीवित देवी हौ ।
तिम्रो काखमा लुटुपुटु हुँदा संसार बिर्सिन्छु
तिम्रो प्रेममा सधैंभरि सुरक्षाको अनुभव गर्छु ।

भोक तिर्खा निन्द्रा केही नभनी रात दिन खट्ने
मेरो असल सिपाही हौ सबैको मन मुटुमा अट्ने ।
तिमी मेरो जीवनको चम्किलो ज्योति हौ
तिमी मेरो जीवनको शक्ति र बाँच्ने आधार हौ ।



नीतिका कपाली

क्रमाङ्क: ३००१६

वर्षाको महिना

टप टप पानी पर्छ
 निलो आकाश बादलले भर्छ
 पानीका थोपाहरू पातहरूमा नाच्छन्
 एक रमाइलो गीत गाएजस्तो गर्छन् ।
 हरियो घाँसमा मयूरहरू नाच्छन्
 फूलहरू फुल्छन् र घाँस उम्रन्छन्
 बच्चाहरू हिलोमा उफ्रिन्छन्
 र छाता ओढी घर फर्कन्छन् ।

घरको भान्साभिन्न आमाले पकौडा तार्नुहुन्छ
 बाहिर चराहरू आफ्नै लयमा गीत गाउँछन् ।
 चराहरूको गीतमा बच्चाहरू नाच्छन्
 आफैँ हाँसी खेली रमाउँछन् ।

आऊ अब सबै जना मिलीजुली खेलौं
 मयूरसँग नाचौं अनि चरासँग गाऔं ।
 यस वर्षाको महिना खुसीले रमाऔं
 हाम्रो सुन्दर नेपाललाई हरियाली बनाऔं ।



सेलिना भट्टराई

क्रमाङ्क: ३००४१

मेरो प्यारो मातृभूमि

मेरो प्यारो मातृभूमि शान्तिपूर्ण देश
 दौरा सुरुवाल गुन्यु चोलो नेपालीको भेष
 कृषिप्रधान देश मेरो सुन्दर, शान्त, विशाल

आफ्नै काम आफ्नै सान स्वाभिमानी नेपाल ।

धनी, गरिब, महिला, पुरुष हुन्छन् सबै एक
 छैनन् कोही बैरी यहाँ तराई, पहाड, लेक ।
 सबै जात सबै वर्ग काम गर्छन् मिली
 देशका लागि मर्न तयार हुन्छन् छाती थापी ।

देशका वीर पुर्खाले हो हाम्रो इज्जत धानेको
 आफ्नो रगत पसिनाले देश बचाई राखेको ।
 पूर्व मेची पश्चिम महाकाली देशको सीमा हो
 मात्रभूमिको रक्षा गर्ने हाम्रै जिम्मा हो ।

सुस्ता, लिपुलेख, कालीपानी नेपालको माटो हो
 नेपाली हामी एकजुट भई रक्षा गर्ने दायित्व हो ।
 जन्मभूमिको रक्षा गर्दै देशलाई सजाउँछौं
 देशका लागि लड्न परे मर्न मर्न तयार छौं ।



आद्याश्री पौडेल

क्रमाङ्क: २९०६०

प्रकृति

प्रकृतिको सुन्दरताले मनलाई सतायो
 प्रकृतिको टाढा हुँदा आँखा नै रसायो ।
 संसारको सुन्दरतामा तिमी सधैं पर्छौं
 हरियाली जङ्गलमा प्रीति तिम्ले खोल्छौ ।

प्रकृतिको सिर्जनाले नयाँ जीवन पायौं
 प्यारो बास मिठो सास तिमीबाटै खायौं ।
 जङ्गलको शीतलतामा तिमी रमाउछौ
 फूलै फूलको बगानमा प्रीति तिम्ले खोल्छौ ।

हावा, पानी, हिमालले डाक्छ हाम्रो मन
सुखी जीवन, सुखी काल रमाउँछ मन ।
खाने खाना पिउने पानी तिम्ले नै दिन्छौ
हरियाली जङ्गलमा प्रीति तिम्ले खोल्छौ ।

फूल, नदी, लेकैलेक तिम्रा गहना
तिमी प्यारा हाम्रा त्यो अनमोल धन
शीतल हावा शीतल छाँया हुँदामा रमाउछौ
हरियाली जङ्गलमा प्रीति तिम्ले खोल्छौ ।

तराई, पहाड, हिमालमा तिमी पनि छाउनी
नेपालको सुन्दर खानी तिमी नै त हौ नि ।
खुला आकाश खुला तारा राति देखाउँछौ
हरियाली जङ्गलमा प्रीति तिम्ले खोल्छौ ।



आदर तिमिल्सिना

क्रमाङ्कः २९०४६

मेरो देश

यो प्यारो देश सुनौलो भेष पहिचान हो हाम्रो
प्रगति गर्न खोज्दैनन् कोही सोच्दछन् नराम्रो ।
मान्छेको भेष सपनाको देश साह्रै नै भिन्नता
कहिल्यै जातले कहिल्यै रङ्गले छैन है सरलता ।

आफ्नो नै देश प्रगति हुन्छ भनेर थाहा छ
प्रगति गरे सबैका अधि बल्ल पो आहा छ
देशप्रति प्रेम कर्तव्य गरी हिड्नु छ सबैले
सपनाको किरण सजाउनतिर लाग्दैन कसैले ।

सपना म देख्छु देश विकास भएको साकार हुन्न
खोई ?

यो मेरो देश गोर्खाली शेष बचाउने छैनन् कोही
पृथ्वीकोजन्म पृथ्वीको कर्म नेपाल एक पार्नलाई
बुद्धको जन्म बुद्धको कर्म शान्ति बीज छर्नलाई
।

देशप्रेमी भन्छन् आफूलाई फेरि विदेश भागेका
बाहिर बसी दोष लगाउँछन् कोही छैनन् जागेका
युवा हो शक्ति युवा हो जुक्ति युवा नै सबथोक
तर के गर्नु भाग्दछन् विदेश नेपाल बिजोग

सब जना भन्छन् भाषण दिन्छन् हुँदैन विकास
भ्रष्टचारले देश खोक्रो भयो हुँदैन निकास
देश बिगार्छन् दोष दिन्छन् अरू मानिसहरूलाई,
नेता भ्रष्टचार , युवा भगुवा के र बाँकि खोई ?



सुमेधा अधिकारी

क्रमाङ्कः २९०३६

मेरो नेपाल

प्रकृतिले हराभरा मेरो सुन्दर देश
हिमालका सेता लहर हाँस्छन् उभिएर ।
सेता हिमाल चढ्न आउँछन् विदेशका मानिस
आफ्नो नाम अमर राखे वीर पुरुष भनी ।

संस्कृतिको सुगन्धले सजिएको नेपाल
विश्वासले उभिएको हाम्रो अटल हिमाल
प्रकृतिको वरदान हाम्रो ठुलो धन
धनभन्दा निकै ठुलो नेपालीको मन ।

चाडपर्व छन् रमाइला संस्कृति छन् फरक
दर्सेँ तिहार तीजमा नहोस् तडक भडक ।
मनमा धेरै खुसी लिई रमाइलो गर्छौं
चाडपर्व आउंदा हामी नाच्ने गाउने गर्छौं ।

फरक छन् भेषभूषा चाडपर्व धेरै
हामी भन्ने भावना छ तैन तिम्नो मेरै
तिहारमा बत्ती बाली देउसीभैलो खेलदै
रोटेपिङ र लिङ्गेपिङमा रमाइलो गर्दै ।

गण्डकी, कोशी, हाम्रा धेरै ठुला नदी
लेक, बेसी, तराई हुँदै बग्छन् सधैं भरि ।
संसारको सबैभन्दा अग्लो हिमाल हाम्रो
नाम पनि सगरमाथा हेर्दा धेरै राम्रो ।

महान छौ सबै हामी उचो हाम्रो सान
सबै मिली बढाउनु छ नेपालीको मान



सम्बुद्धि गेलाल

क्रमाङ्क: २९०६३

गाउँको याद

पटुकी त हरियो छ हरियाली ठाँउ
चराहरू चिरबिर गर्दै रमाउने ठाँउ ।
डाँडाकाँडा हरियाली रमाइलो गाउँ
नेपालको सानो ठाँउ, सानो मेरो गाउँ ।

सहरको धुलोमा नै काम गर्दा गर्दै
याद आउँछ मेरो गाउँको मन हुन्छ अर्कै
रुखै रुखले ढाकिएको हरियाली गाउँ
नेपालको सानो ठाँउ सानो मेरो गाउँ ।

दाजुभाइ दिदी भहिनी मिलिजुली बस्छौं
कहिले पनि साथ नछोड्ने कम्मर कस्छौं ।

सुख दुख एकआपसमा साटिने यो ठाँउ
नेपालको सानो गाउँ, सानो मेरो गाउँ,

रमाउँछ मन आफ्नो प्यारो गाउँ जाँदा ।
रसिला र हरिया ती सागसब्जी खाँदा
सुन्दरताले भरिएको न्यानो शान्त ठाँउ ।
नेपालको सानो ठाँउ, सानो मेरो गाउँ ।

साथीसँग रमाउँदै खेलौं हामी खेल
याद आउँछ दर्सेँको पिङ तिहारको सेल
पशुपन्छी रमाउने रमाइलो गाउँ
नेपालको सानो ठाँउ, सानो मेरो गाँउ ।



वरुण कडरिया

क्रमाङ्क: २९०५३

सूर्य र चन्द्र

चन्द्रको त्यो प्रकाशमा जुनकिरीको गीतमा
ताराहरू फैलिएका त्यही जुनेली रातमा
पूर्णिमाको त्यही दृश्य आज मेरो मनमा
आकाश पनि जिस्किदिन्थ्यो त्यो जुनेली रातमा

त्यो बिहान सित पथ्र्यो त्यही बोटको पातमा
जाडो महिना चिसो रात केही थिएन साथमा
नौलो थियो साँझपख बर्खा यामको दिनमा
झ्याउँकिरीले झ्याउँझ्याउँ गथ्र्यो बर्खामासको
साँझमा ।

रातपछि दिन आउँछ सूर्य उदाउँछ
चिरबिर चिरबिर चराले नि मिठो गीत गाउँछ
सूर्यको त्यो प्रकाशले घमाइलो हुन्छ
पूर्णिमाको चन्द्रमाले रमाइलो हुन्छ ।

अध्यारोलाई हटाएर दिन उज्यालो पाछ
रात दिनको प्रक्रिया त त्यसैबाट चल्ल ।
सूर्यले नै ऊर्जा दिन्छ दृष्टि पनि मिल्ल
इन्द्रेणीको, सात रङ्गले मनमोहित हुन्छ ।

सूर्यको त्यो मिठो साथले चन्द्र हुन्छ पूर्ण
शीतलताको प्रतीक चन्द्र सूर्य चाहिँ कर्म ।
सूर्यचन्द्र दिनरात प्रकृतिकै धार
यसमा नै समय छ यही नै संसार ।



श्रीदा रिसाल

क्रमाङ्क: २९०३१

तिर्खाए नेपाल विदेशमा

नेपाली युवा गए विदेश कमाउने आशले
काम गरेर परिवार पाल्छु भनेर आँटले ।
भोक र तिर्खा भुलेर सधैं बलिदान गरेका
घाम र पानी नभनिकन काममा लागेका ।

घरबाट पर परिवार सम्झी सधैंभर रोएका
चाड र बाड गाउ र घर सकल सम्झेका ।
आमा र बुवा गाउँको पानी सधैंभर सम्झिने
माया त लाग्छ देशको तर अवसर नहुने ।

छोडेर गए अरूको दास बन्दैमा खुसी छन
परिवार जस्तो सहयोग गर्ने उता त खाँचै छन
।

सम्झना आयो आमा र बुवा कस्लाई
बोलाउने
आफन्त जस्तो मिठो साथ दिने अरू त को
पाउने ।

फर्केर आउँ देशमा भने के गरी धान्ने हो
फर्केर आउँ भने त रिन कसरी तिर्ने हो ।
घाउ र चोट सम्पूर्ण सही काममा जोतिने

देशमा भने जति नै गरे अवसर नपाउने
लागे नि धेरै विदेशतिर देशले के पाउने ?
माया त लाग्छ देश र भेष जात र पातको
के गर्व गर्नु खाएर पनि विदेशी भातको ।



आरभ तिमिसिना

क्रमाङ्क: २८०२८

धर्ती हो रक्षक

हास्छौं र खेल्छौं, खान्छौं र नाच्छौं धर्तीकै
हावामा
उम्रिन्छ फूल, सुन्दर र नाजुक धर्तीकै साथमा
।

देवीको दया मायाले गर्दा पाएका आश्रय
आकाशको भव्य ताराले गर्दा भएका विस्मय।

गगनको रिसबाट छेकेर धर्तीले बचाउँछिन्
बालकको रक्षा गरेर उनले आफूलाई
त्यागदछिन् ।

जमिन खोलेर आश्रय दिन्छिन्, ढुङ्गाले छेकेर
बोट उमाछिन् अन्न बनाउँछिन्, माटोमा रोपेर

धर्तीको धुकधुक कम हुँदैछ, सुन हुँदै छ तन
रुख विनाश, जङ्गलमा आगो, खत्तम हुँदै छ
वन ।

पृथ्वीको हाँसो लुटिसकेछन्, मानिसका
पुस्ताले
धर्तीको राम्रो माटो खनेछन, नेपालकै प्रजाले

रुख नकाटौं, बिरुवा रोपौं धर्तीकै नाममा
शुद्ध पानीमा घुम्ला नै जन्तु रमाइलो सागरमा ।
हिमशिला पग्ले आपत पर्छ, धर्तीलाई बचाउनु
खडेरी लाग्न नदिने हामी, धर्तीकै सेवक हौं ।

मनको पीडा गहिरो दुख कसलाई सुनाउने ।
धर्तीकै प्रेमले पुगेका हामी ऐलेको पालामा
धर्तीकै बलले बाँचन सक्छौ ऐलेको सालमा ।
धर्ती हौं माता , बचाइ राखौं यो हाम्रो जगतलाई
धर्ती मरेमा पर्ने छ घाटो यो हाम्रो संसारलाई ।



शब्दिका नेपाल

क्रमाङ्क: २८०२९

हाम्रो समाज

सानो थियो बाबु अनि सानै थिइन् नानी
धनी थिइन् नानी उनी मायाकी खानी
बाबुलाई खान, लाउन सधैं धौ धौ पथर्यो
एकै छाकमा उसको सबै २४ घण्टा टर्थ्यो ।

सानै हुँदा भेटेका थिए चौरमा एक दिन
बाबु देख्दा त्यो नानीले मन थाप्ने सकिन् ?
बाबु भने उसलाई देख्दा परे निकै छक्क
हेरिरहे एकअर्कालाई परे अक्कबक्क ।

एकछिन पछि बोल्न थाले दुवै हाँसी हाँसी
धेरै नजिक बन्न थाले मित्रता गाँसी
हेर्दा हेर्दै माया बस्यो दुवैमा गहिरो
एक हुने बाचा भयो, चाहे आओस पहिरो ।

२१ - २२ वर्ष पछि बिहे गर्ने सोचे
जातभात नमिल्नाले समाजले घोचे
ठुलो सानो जात मुख्य समस्या पो रह्यो
जातकै कारण समाजले छुटाउने भयो ।

रोइन् नानी, रोयो बाबु, रोए दिनरात
समाजका कसैले नि दिएनन् है साथ
गर्न पनि के सक्थे र अन्धो समाजलाई
यो चलनले कसैको नि नहुने भो भलाइ ।



कृष्णा थापा

क्रमाङ्क: २७००५

छोरी

छोराभन्दा धेरै फरक हो भनिन्छ
आमाको सबैभन्दा नजिक मानिन्छ
सबैलाई बुझ्ने एक घरको भविष्य
कुल खानदानको एक तारा ।

उनका लागि जीवन धेरै बोझ छ
यो बोझ सबै आफ्नो काँधमा बोकेर,
उनको भविष्य आँखा अगाडि छ
आफैले निर्णय गर्ने अधिकार छैन ।

उनले आफ्नो भविष्य छोडेर
पराइ घरसँग नाता जोडेर,
खुसी मान्दै जीवनमा सम्झौता गर्दै
सम्झौताको पोको बोकेकी छिन् ।

आफ्नो परिवार धात्रे पनि छोरी नै उनी
हेरचाह सबैको गरी बस्छिन् कुरा सुनी
संसार चलाउने पनि सृष्टि थाप्ने उनी
परिवारको गौरव हुन् ।

छोरी परिवारको उज्वल भविष्य हुन्
सबैको ख्याल राख्ने जिम्मेवारी छोरी,
आमा पनि छोरी, धरती पनि छोरी
देवी पनि छोरी, जन्मदात्री नै छोरी ।



आकाङ्क्षा खड्का

क्रमाङ्कः २७००१

शून्य छ सहर

शून्य छ आज सहर
हावा आफ्नै सुरमा बगिरहेछ
ताराहरू आकाशमा चम्किरहेछन्
मध्यरातमा एकलै हिँडिरहेको व्यक्ति
त्यही स्तब्ध सहरको शून्यतामा मग्न छ ।

दैनिक सहरको चहलपलपछि
शून्यतामा हराएको त्यो व्यक्ति
चन्द्रमालाई नियालेर मुस्कुराउँछ
एक नयाँ फूल फक्रिएझैं
आफ्नै सोचमा हराउँछ ।

उसका लागि अहिले समय स्तब्ध छ
आफ्नो दुःख पीडा सबै भुली
शून्यले भरिएको यस महासागरमा
आफ्नै एकलोपनमा हर्षित छ

त्यस्तो शून्यतामा रुइन नसकेको व्यक्ति
ऊ बटुवा ,फटा ,काम नलाग्ने ,कामचोर छ
भौतिकवादी समाज बुझ्ने नसकेको ऊ भने
सधै मध्यरातको बेला हिँडी नै रहन्छ ।



सुफियाना घिमिरे

क्रमाङ्कः २७०१४

म आइमाई

आकाशमा टल्किन्छन् सुन झैं तारा
बिहानीमा भने सूर्यको रूपमा छ तारा
साझमा चाहिँ चन्द्रमाको साथमा
झल्किन्छ ती ताराका ज्योति पृथ्वीमा,

तर यी ताराझैं टल्किन सकिन्नँ म
समाजकी कर्कश आइमाई भएकी म
छन् मेरा पनि ठुला आकाङ्क्षा र सपना
तर तितो छ यो समाजको विपना ।

समाज यस्तो साँघुरो सोच बदल्न सकिन्छ
चल्नु नै पर्छ अगाडि बाधा अनेक हटाई,
छातीमा राखी साहस चढ्नु बाधाका सिँढीमा
बढौला हामी अगाडि गारो मुहार बाटोमा ।

म पनि उड्नेछु छिट्टै त्यो स्वतन्त्र आकाशमा
लड्ने छु म, रोक्ने छु अब हेलामा लागेका दाग
समाज मिठो भनेको फल एकतासँगै हो
त्यसैले सानैदेखि नै सगैं हाँस पो सिकौंला ।

मेरा सिपहरू किन नाटकको रूपमा केलाउछौ
समाज ती तुलनाका भाँडोबाट न्याय किन
हटाउँछौ ?



सिद्धार्थ पाण्डे

क्रमाङ्कः २४०५६

शेरे

मृत्युलाई लल्कार्ने,
जीवनलाई मुरलीझैँ खेलाउने,
अग्लो र उज्यालो थियो शेरे,
हिजो बाटोमा उसको लाश भेटियो रे ।

अङ्ग्रेजहरूलाई अङ्ग्रेजी सिकाउँदै
देशमा कम्प्युटर भित्र्याउँदै
धुलो अनगिन्ति सरह
धन अनगिन्ति भित्र्याउँथ्यो शेरे,
यही सिप र ज्ञान धनीको
रहयो किन अपुरो कहानी ।

खोटविहीन नभई खोट भरिपूर्ण थियो शेरे
लोभ हैन घमण्डको गद्दीमा आसन पसान्यो
उसले,
यसरी, लोभलाग्दो जीवनको बाटो फर्कायो
उसले

पश्चाताप त ढिलो चाडो हुन्छ भन्छन्
के उसलाई समय नपुगेको ?
कि उसले हार मानेको ?
उज्यालो विकिरण गर्ने हुँदा के उसलाई
अन्धकारले जालमा फसाएको ?

परिवारभरि कसैलाई नहकारी छोडेन,
आफैँ पनि कुलतले ढल्दा गोदाई खान छोडेन,
तर उसले कहिलैँ दुःखको गाग्री हामीमा पोखेन
त्यो गाग्रीको ढक्कनमा हाप्रो हातपनि कहिले
पुगेन।

शेरेको आज 'श्री' नाम गरेको छोरो मात्र
रहयो,
उसको कहानी नै आज एक तर्फी रहयो,
नपोखिई गयो त्यो पानी,
यो हो शेरेको अपुरो कहानी ।



मुस्कान सिंह

क्रमाङ्कः २४०२३

दृश्य यात्राको अज्ञातावधि

अँध्यारो छायामा छुपेको एक रहस्य
जीवनको गुप्त पर्याय र आत्मा छ जल्दै
घनिष्ठ जङ्गलको घना प्रभामा बल्दै
अन्जन पथमा अन्जान दिशामा ।

रातको अँध्यारोमा गुमेका चरणहरू
भयभित हृदयको धडकन बढाउँछ ।
प्रेतको आवाज अदृश्य अन्जान
असभ्य वातावरणमा बसेको छ
कसैको पहिचान ।

छायाका आँखाहरूको झलक
आत्मालाई खोजी डरमा धकेल्छ ।
रहस्यको पर्दामा चिन्ता र भय
एक अनौठो कथा जो जीवनको
अदृश्य झल्काउँछ ।

अँध्यारोको गोधूलि रहस्यमा बसेको
न जाने किन न जाने कसो यसको अन्त ।
जीवनको पुरानो पुस्तक खोली
अनपढ अक्षरहरू नायिकाको अदृश्य यात्रा ।

अदृश्य सङ्केतहरू आखिर लुकेको
जीवनको अनपढ लेखनीमा
भविष्यको अदृश्य अनुभव ।
न थाहा पाएँ अनजान पथमा छु म
विचारहरूको आभास
जीवनको अदृश्य समस्यामा छु म ।

छायामा भएको सपना देखिएको
सोझ्न न सक्ने भन्न न सक्ने यसको अन्त ।
हृदयको धडकनमा बसेको भाग्यको स्पष्ट सङ्केत
समयको पूर्वानी दस्तावेज
जीवनको अदृश्य अंश ।



साधना उप्रेती

क्रमाङ्क: २४०९२

मेरो संसार

मनका कैयौँ विचारमा
डुबिरहेछ मेरो संसार,
मनका तर्कहरूको भुमरीमा
अलपत्र परेको छ मेरो संसार ।

यो सही त्यो गलतको हुण्डरीमा
थर्थराउँदै छ मेरो संसार।
आजको डर र भोलिको चिन्ताको
दलदलमा फसेको छ मेरो संसार ।

अरूलाई न्याय कि आफूलाई न्यायको
अपठचारोमा फसेको छ मेरो संसार।
सजाय दिऊँ कि माफीको
कठघरामा उभिएको छ मेरो संसार ।

यो चोट सम्झिराखूँ कि बिर्सूँ
भनी रोइरहेछ मेरो संसार ।
दुःखको आँसु र शोकको शुन्यतामा
रुझिरहेछ मेरो संसार ।

सूर्यको न्यानोपन कि अँध्यारो एकान्तको
भिन्नतामा अलझेको छ मेरो संसार ।
उडी आकाश चुम्नूँ कि पिंजडाको
उल्झन्मा रहेको छ मेरो यो संसार ।



Nivaan Aryal
Roll: 34029
My Kid Brother

I looked at my mummy,
She had a huge tummy
I asked her, " Why are you so huge?"
She told me inside was
something that would amuse me.

I remember I had asked
her for someone to play with
Here, she was ready to
gift me with what I had wished!

My kid brother!
Oh! I can't say how much
I am fond of my kid brother.
And, for this, I will always
Thank you, my dearest mother.
Tiny feet, twinkling eyes,
he looks the cutest
And, even if he cries,
He sounds the sweetest!

I know he's just a little boy,
But he fills my heart with full of joy
Together we laugh and we play,
creating memories every single day
My baby brother I will always
be there for you at any cost
Because forever and always
I love you the most.



Aamnaya Raj
Dhungel
Roll no: 33002
Rain

Oh God! Look the sky's anger,
The sunlight collapsed and it's
getting darker.
Rush to your home, as it is
raining,
My father told me that the
monsoon is coming.

Water droplets makes my
shoulders wet,
Oh! Open the umbrella and don't
be late.
Stay under umbrella or you will
catch cold,
Run to the home and remember
not to hold.

We will have hot soup, when we
reach home,
Tomorrow we will go to the city
to roam.



Prasoya Yadav
Roll no: 33014
The Tiny Things

Sometimes do you feel that,
There's something tiny watching.
Because I do, like when I,
Look at a teacup, something is living in
there.

Mushrooms are cute,
A little house for little people.
Just think how cool it would be,
To live in a mushroom village.

They would use fallen leaves,
As boats to cross a puddle.
At night they would pull up their
sleeves,
And go climb the trees.



Prapya Mishra
Roll: 32049
Kathmandu

Kathmandu, the capital of Nepal
It is surrounded by hills just like a wall
Kathmandu, also known as the city of
temples
It is the administrative center of Nepal

Kathmandu city is really beautiful
Rich in authenticity and culture
Religious and historical with
places like Pashupati
Swayambhu and Durbar Square

Beautiful greenery towards the
corner
A short summer to catch winter
sooner
Kathmandu is rich in temples and
monasteries
The history and stories are all
adventurous and full of merry!



Uddhati
Bhattarai
Roll: 32040
My Birthday

Once in a year
Here comes the day
When I get to hear
Happy Happy Birthday!

So much of fun
And so much of joy
A day like none
Makes me want to fly!

I blow off the candles
As my friends wish
Chocolates, goodies and dolls
And the best one is my mom's kiss!

Many friends I got to meet
And we danced and played
"Oh it's really late!"
Said my friend in red!

The clock stroke ten
And we had to end
So I said goodbye
To each of my friends!

Now a year older
Should I be sad?
I've become older
And I've not done bad!

There were twists and turns
It was a tricky ride
But, I gave my best shot
So, I take pride!



**Sushant
Pokharel
Roll: 32020
Monsoon**

Droplets of water falling from the sky
Chirping and dancing, the birds will fly.
The season of monsoon is finally here,
The mountains of the valley look so
clean and clear.

The thirsty earth drinks its fill,
Reviving trees upon each hill.
Crops grow tall, the fields turn
green,
A lush, lively and thriving scene.

The scent of wet soil fills the air,
A fragrance so sweet,
Puddles form a water maze
splish-splashing in this damp
embrace.

Umbrellas open wide and bright,
Shielding us from rain's delight
So, let's observe this watery show,
With open hearts, let happiness
flow.



Radharani Sen

Roll no: 31022

Life!

Life, which comes today and ends
tomorrow,
In a darkness where nobody
cares,
Filled with struggles
Where discrimination is unfair,

Life is a happiness
Life that you can't describe with
anyone,
You can't trust, explain, or share
your life with a trustworthy
person.

The place had a heavenly aura
You are terrified of everything in life.

We all want a life with no struggle or hate,
Life where you want peace,
Life where you want pure and bright
Life where you want to be with good and positive vibes.

Just imagine how your life is going, and goes on in the future.
Life that comes today and ends tomorrow.



**Aashutosh
Basnet**
Roll no: 31005
Spirit World

One day I got shot,
My eye closed
And then, I saw it
I saw the spirit world

The world where peace
And harmony truly lies,
The place where dead
Spirits of creatures live

I opened the gate
To the spirit world,
And saw different kinds of creatures,
Ranging, from dragons to human

Protecting the spirits
From the ugly demons,
Hell trying attacking them

It gives freedom to all,
No danger or evil in the world
Oh Spirit! How great you are
Oh Spirit! The source of Life.



Saphal Pokhrel
Roll no: 31052
Nothing

When I write something, nothing comes to mind.
The answers to questions I try to find
The meaning of life is just nothing.
I tried to find emotions, but there was no sign of anything.

I tried to find something, but because of the mighty zero,
I knew I had to show that I was the hero.
I fought, knowing the universe was vanishing.
the speed of light suddenly flashing.

Oh no! The world is becoming black and white.
The colors are going away from my sight.
No! I am falling into the abyss.

I wanted to give up, but I knew I
couldn't be defeated like this.

I took out my prism, shined light on it,
Showing its majestic colors, bit by bit.
I said to the zero, "It's time to say
goodbye.",
One by one, the colors burned the
zero's massive eye.

Eventually, it couldn't even see!
Now, I could finally take the victory by
myself.
Yes! I could finally see bright colors.
I can see the world congratulating me
with gold and dollars.

I woke up after hearing a strange
sound.
I was in a dream, I found.
It doesn't matter, because it was a great
dream.
I put a big grin on my face.



Anirvan Joshi
Roll no: 31045
**Getting lost in
a book**

I'm getting lost in a book,
A world of adventure,
Where I can explore and take a look,
At the characters and their league.

The pages turn and I'm excited,
The story takes me far away,
The characters are so heroic
That I can't help but stay.

The plot twists and turns
The characters come alive
The story is filled with fun, a
place I can go,
Where I can explore and take a
break and never feel alone.



Saanvie Nepal
Roll no: 31044
Butterfly

Little butterfly;
Little butterfly;
Fluttering in the sky,
Up high like a ray of sunshine.

You're scared of flies.
You're scared of birds.
Just like me,
Steal all attention.

And the colour is so bright.
As beautiful as a bird's
In your own unique way
Making everyone around you
joyful.
Whispering secrets, only they can
choose.



Priyasaha Pant
Roll no: 30067
Beautiful Lake

Open the wonder of the golden world,
A bulb that glows, with a light on low.

Digging deep to find the narrow way,
Trusting god in every step

Moving inch by inch everyday,
Not knowing where it leads at the end

Finally to open up to a beautiful lake
Drinking it slowly day by day.



Barun Kadariya
Roll no: 29053
The trees

In a world so lush and green,
Where nature's artistry is seen.
Stands proud the kings of earth,
The mighty trees of infinite worth.

Tall and graceful, they reach the sky,
Their branches waving, as if to fly.
Dressed in robes of vibrant hues,

Beneath their shade, tranquility
reigns,
Where weary souls find solace
and gains,
Their leaves like emerald
whispers sway,
Dancing to nature's vibrant ballet.

From ancient oaks, wisdom they
impart,
As ageless guardians of the heart,
They've witnessed stories yet
untold,
Their wisdom, more valuable
than gold.

In spring, they dazzle with
blossoms bright,
A symphony of colors, a
wondrous sight,
But as seasons change, so do
they,
In autumn's embrace, they gently
sway.



**Deerghayu
Ghimire**
Roll no: 27032
**Whisper of the
Forest**

In the deep dark forest,
There are unknown secrets,
Guarded by ancient trees,
Touching the sky.
I'd give the sun as one asked for

You can hear the whispers,
As you go deeper,
You forget the stress and pain,
Sound and calmness regained.

Wander through this beautiful green,
Let whispers guide you now and then.
Feel nature beauty, up your art,
The whispers of the forest fill your heart.

A symphony of life can be heard all around,
as the sun dances through the leaves,
casting patterns on the ground,
on the ground puzzles in the breeze.

Under the magnificent canopy,
Every step is like a magic wand,
Every step feels like an eternity
Knowing the secret tree knows.



Krishma Thapa
Roll no: 27005
Being in Love

It's like a river, a relentless flow,
Embracing every flaws,
In depth of a beating heart,
Emotions blooming like flowers.

My love don't you worry,
Is all you remind to,
Lies, trust, betrayal,
All in one to feel about.

The sun setting and rising with
one's smile
Whisper of stars in the starry
night
Glazing each and every moment.

A crescendo of joy to feel,
How it feels to be in love,
questioning
One's heart fluttering with others
smile
The look in the shining eye
describes.

The way one's heart skips a beat,
The world fades for a second,
It's just you and them,
Against the whole world.

Every moment takes you breath
away,
A journey together towards the
future,
To the point where love grows,
A feeling of profound.

The love so divine to you,
The tear flows with the fear of
losing them,
the warmth of their hug,
Is all you need for comfort.



Aakanchya Khadka

Roll no: 27001

**Before My World
Ends**

I fear what lies ahead
Destruction of world, crisis
in economy
Or a devastating nuclear war?
Plastic in my morning cup of tea
Or the sensation of sun's warmth on
my bare skin
Becoming an unusual sight to see.

I fear that my life will just be a burden
A complete waste of time.
And someday I know I will just fade
away
Someday with my last breath
My world will come to an end.

I fear the future,
And every breath that forces me ahead
I wish time would just freeze
Or in the future a time machine would
actually exist.

I know they are just whispering
thoughts,
Jar full of worries woven deep inside
my head.
But there are so many things I want to
do And we only get one lifetime to
achieve it.

I want to create memories,
I want to feel the ocean on my
feet
I want a spring with flowers,
buzzing of bees
And the authentic taste of fresh
raw honey.

I want to go camping on my own
I want to see the Northern Lights
I want to bungee jump and
paraglide
They are just so many things
And just one lifetime.

I don't want to risk losing it,
I want to store all these
memories.
So I can relive all the joy and
pain,
And repaint my canvas with
memories again and again.

I want to live it to my fullest,
I want to feel all sort of emotion
I want to forget all fears and live
Before my world ends.....



Kristina Rai
Roll no: 27006
The horizon

Blank canvas, I paint the blue sky
Wave laces the shore and I write
Stars twinkles as my hands and feet
intertwine
The ocean sings and my soul strives.

I lay beneath the velvet sky
Watching past the horizon
The horizon where the sky and the sea
intertwine
Just like my imperfection inside me
relies.

The wind whispers goodbye
As the sun sets and the moon shines
The horizon far beyond remains
unknown
Just like my illusion that reflects in my
eye.

The silence of the unspoken echos
The essence of my soul screams
Still unknown and far beyond the
illusion
The unknown me and lost me on the
horizon.

Take a look at eachother,
Take a look at the ended bliss,
And turn back around,
Because it's all over.



Sonam Sunner
Roll no: 27017

Lasted

Terror and panic as it happens,
A fear you were warned of,
“It's not a big deal” as they say,
If it's not, why can't I let go of this
feeling?

This happens to everyone,
But do they all feel the same?
No one would have ever
expected,
But neither did I.

Let's just keep denying.
Draw a blank and forget,
Pretend it never happened,
Pretend it's not there when it's so
obvious.

They're not the issue,
They were never the issue,
Its me who can't accept it,
Me and my sentimental self.

Let go let go let go,
Two words repeating over and
over,
Both of us have our own path,
A friendship that came to an end



Aayusi Shrestha
Roll no: 26002
Elegance in
Self-Validation

A heavy feeling, always there,
Thinking I'm not good enough, I swear,
Comparisons bind, spirits low,
Unseen chains grip, won't let go.

But remember, your worth isn't in
rules,
You're special, like jewels,
Different and strong in your own way,
A story inside, ready to display.

The journey's tough, doubts might stay,
But be kind to yourself each day,
Trying to be perfect isn't the goal,
Rest, take it slow, let yourself whole.

Through imperfections, radiance
emerges clear,
You're fine as you are, no need to veer,
Release the burden of worry and
dismay,
Self-kindness paves the way, day by day.

Even if time fades I wish we don't,
I go in the future as I hope we remain
together.

Let's walk the hallways together again,
Let's visit new places never getting
bored.



Manaswi Sapkota
Roll no: 26004
We May Fade,
Though Not
Today

The summer flows, the winter
thaws,
The autumn flutters by and the
skies change.
The day passes by, the months
elapse,
Without notice the years too slip
my grasp.

Somehow it feels like yesterday,
We went through heat, rain, and
cold as one.
Today's a new day,
Yet yesterday's memories don't
go away.
The songs we listened to still
sound new,

The movies we watched still give
the same feeling.
Our bond never seems to fade,
It might one day, but not right
now.

Highschool finished and college is
starting,

Let's keep the friendship together,
For as long as we live, even if that might
be tough.

Everchanging, we'll grow and learn,
Our paths will divert as the world spins
and takes us afar.
This turbulence, I hope will bind us like
weaved clothes,
If not I hope we cross paths again,
somewhere we stay together.



Anuska Basnet

Roll No: 24011

**A Thought on a
Summer Night**

Sun sets and rises the same place,
Forever I keep waking up in a mess,
Golden, sometimes I am painted blue,
My heart is laden with rue,
One hurt I allow to be million cuts,
I find the corners to every merry shut,
Watching from the windows of lovers,
Too busy to be wary of others,
Wished I could shine even through dirt

Yet it feels like we're still in
middle school.

Yet the only thing I do is hope
with my wounded heart,
Should my passion smolder out,
Would I give up the ideal world
throughout,

Night brings the wind into my
room,
The flowers of a season bloom,
If I was the one stars could see,
Could the wind blow myself back
to me,

The thoughts in my head though
with no sound,
Never keeps people from
commenting they are loud,
Promises of forever are always
the sweetest con,
Away from this emptiness I
should now run,

The ocean I once feared,
Now brings her waves with the
blue cleared,
The clouds I forever see white,
I bid goodbye to a thought on a
summer night.

SCIENCE AND TECHNOLOGY



सादगी कोइराला

क्रमाङ्क: ३१०२६

चन्द्रयान ३

आजको युग विज्ञान र प्रविधिको युग हो । वैज्ञानिक आविष्कारको कारणले गर्दा मानव जीवन सहज बनेको छ । वैज्ञानिकहरूले नयाँ नयाँ कुराहरू पत्ता लगाइरहेका छन् । लामो खोज र अनुसन्धान गरी विभिन्न सफलता हासिल गरेका छन् । वैज्ञानिकहरूले पृथ्वीदेखि विश्व ब्रह्माण्डसम्मका सबै रहस्यहरू पत्ता लगाएर सबैलाई आश्चर्यचकित पारेका छन् । हाम्रो छिमेकी देश भारतले मिति २०८०/०५/०६ गते साँझ ६ बजेर १९ मिनेटमा चन्द्रमाको दक्षिण भागमा रकेटको सफल अवतरण गरेको छ । कुनै कुरा असफल भयो भन्दैमा हार मान्नु हुँदैन भन्ने कुरा यस मिसन 'चन्द्रयान -३' ले सिकाएको छ । भारतले सन् २००८ मा चन्द्रयान - १ तथा सन् २०१९ मा चन्द्रयान- २ चन्द्रमामा पठाइएको थियो तर असफल भयो । त्यसपछि भारतको स्पेश अनुसन्धान संस्था (ISRO) ले चन्द्रयान- ३ चन्द्रमामा पठायो र सफल अवतरण पनि भयो । चन्द्रमाको दक्षिणी भागमा रकेट अवतरण गर्ने भारत पहिलो देश भएको छ । चन्द्रयान -३, १४ जुलाई २०२३ मा प्रक्षेपण गरिएको थियो । अगस्ट २३, २०२३ को नेपाली समयअनुसार साँझ ६ :१९ मा रकेट सफलतापूर्वक अवतरण भयो । भारतले चन्द्रमामा पानी, अक्सिजन, पानीको आइस छ कि छैन ? बस्ती बसाउन सकिन्छ कि सकिँदैन भनेर खोज, अनुसन्धान गर्न रकेट पठाएको थियो । चन्द्रयान- ३ को सफल प्रक्षेपणपछि भारत इतिहास रत्न सफल भएको छ ।



Pranav Raut
Roll no: 35016
Solar System

There are eight planets in our solar system. They are: Mercury, Venus, Earth, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus and Neptune. The Sun is the biggest star known in the solar system. There is a dwarf planet named Pluto which is also part of the solar system. Mercury is the closest planet to the Sun. Venus is the hottest planet. Earth is the only planet in the solar system where life is possible. Mars is also known as the red planet. Jupiter is the largest planet of the solar system. Saturn has a ring around it which is made of tiny particles of stones and ice. Uranus is the seventh planet. Neptune is the coldest planet of all. Our solar system is part of the Milky way Galaxy.



Rihan Bogati
Roll: 34035
The Universe

The Universe is really big. The Universe is everything around us; stars, planets, galaxies, etc. The stars are the big ball of gas that twinkle in the sky. The planets are big balls that go round the stars and galaxies are like the star cities. The Milky way galaxy is our home galaxy.

The Universe is huge and much older than anything we know. There are eight planets in our solar system. Solar system is a system of the Sun and the objects that move around it. The Sun is a star which is a very hot mass made up of hot plasma. The gravity of the Sun holds the solar system together.



Medhansh Rana

Roll no: 31013

**My Favorite Planet:
Mars**

My favorite planet is Mars. Mars is the fourth farthest planet from the sun, which places it in the habitable zone. The amazing fact is that life could still be possible there. Mars used to be a habitable planet. Scientists also refer to it as the red planet due to the iron minerals that cause its reddish appearance. Mars is approximately 228 million kilometers from the sun, with a diameter of 6,779 kilometers and a radius of 3,389.5 kilometers. It takes about 12.5 minutes for sunlight to travel from the sun to Mars. Mars' normal temperature ranges from around

minus 80 to 60 degrees Celsius, but in winter, it drops to as low as minus 125 degrees Celsius. Additionally, Mars has a hidden layer of ice and rock, and it's composed of various gasses.

Galileo Galilei first discovered Mars in 1564–1642. The planet has two moons, Deimos and Phobos, which were discovered by Asaph Hall in 1877. Over the course of several million years, Mars will attract its nearest moon, Phobos, and eventually develop rings.

I'm drawn to this planet because of its vast differences from others. Mars isn't as small as Mercury but also not as large as the gas giants—Jupiter, Saturn, Uranus, and Neptune. While it's relatively hot, it doesn't reach the extreme temperatures of Venus. Mars once had the potential for life even before most other planets, including Earth. Observing Mars up close, you can't help but be intrigued by features like Olympus Mons, the enormous frozen ice on its surface, and the distinctive giant rocks that are believed to have formed from various gasses over millions of years. Mars evokes a sense of mystery about its past and what might have happened to the planet.



Saurav Phuyal

Roll no: 24035

Understanding Operating Systems: A Beginner's Guide

In the world of computers, there's a critical piece of software that acts as the foundation for all other programs to run smoothly.

This essential software is called an Operating System, or OS for short. In this article, we'll delve into the world of operating systems, exploring their significance, and touching on some popular examples, including Linux, macOS, and Windows.

We'll also take a glance at security-focused operating systems like Kali Linux.

What is an Operating System?

At its core, an Operating System is a vital piece of software that manages the hardware and software resources of a computer. It is the main interface you see after turning on your system. In fact, your hardware is of no use without an operating system.

Key Functions of an Operating System:

1. **Hardware Management:** The OS takes care of the computer's hardware, such as the CPU (Central Processing Unit), memory (RAM), storage devices, and input/output devices like keyboards and mice. It ensures these components work harmoniously.
 2. **Process Management:** Operating systems oversee the execution of programs or processes, allocating CPU time and memory space. This prevents conflicts and ensures that tasks run efficiently.
 3. **File Management:** OSes handle the creation, deletion, and organization of files and directories, making it easy for users to store and retrieve information.
 4. **User Interface:** They provide a user-friendly interface, allowing you to interact with the computer through graphical elements like icons and windows or through text-based command lines.
 5. **Security:** OSes offer security features to protect your data and the system itself from unauthorized access and malware.
- Hence we have a basic understanding of what an Operating System does. Now, let's explore some popular examples.

Windows: The Friendly Face of OS

Windows is one of the most well-known operating systems worldwide. Developed by Microsoft, it has been the best OS in personal computing for decades. Here are some key points about Windows:

User-Friendly Interface: Windows is known for its user-friendly graphical interface, making it accessible to a wide range of users.

Compatibility: It supports a vast array of software and hardware, making it suitable for both home users and businesses.

Regular Updates: Microsoft releases regular updates to improve performance, fix bugs, and enhance security.

Software Availability: The Microsoft Windows Store offers a wide variety of applications, from productivity tools to entertainment software.

Versions: Windows comes in different versions, with Windows 10 and Windows 11 being the latest at the time of writing.

If you want to explore more about Windows and its features, you can find additional information on my website here: <https://ekg.com.np/posts>.

macOS: Apple's Smoothness in an OS

macOS is the operating system developed by Apple Inc. It's the OS that powers Apple's Macintosh line of computers. Here's what you need to know:

Sleek Design: macOS is renowned for its elegant and minimalist design. It offers a sleek and visually appealing user interface.

Stability: Apple controls both the hardware and software, which results in a stable and smooth user experience.

Exclusive Software: macOS includes exclusive software like iMovie, GarageBand, and Final Cut Pro, making it a favorite among creative professionals.

Compatibility: While it's primarily designed for Mac hardware, Apple's Boot Camp software allows you to run Windows on a Mac.

Security: macOS is known for its robust security features, including Gatekeeper, which restricts the installation of unauthorized software.

Linux: The Open-Source Champion

Linux is quite different from Windows and macOS in several ways:

Open Source: Linux is open-source, meaning the source code is freely available for anyone to view, modify, and distribute. This has led to a vast and active community of developers.

Variety of Distributions: Instead of a single OS, Linux comes in various distributions or "distros," each with its own unique features and user interfaces. Examples include Ubuntu, Fedora, and Debian.

Security: Linux is known for its security and is often used in servers and critical systems.

Customizability: Linux allows for extensive customization, letting users tailor their system to their exact needs.

Cost: Most Linux distributions are free, making it an economical choice for individuals and organizations.

Kali Linux: The Hacker's Playground

If you're interested in cybersecurity and ethical hacking, Kali Linux is a specialized operating system worth exploring: **Purpose-Built:**

Kali Linux is designed for penetration testing, digital forensics, and ethical hacking. It comes pre-loaded with a wide range of security tools.

Security Focus: It's created with security in mind and is regularly updated to address vulnerabilities.

Training and Certification: Many cybersecurity professionals use Kali Linux for training and certification purposes.

Legal Use: Kali Linux is meant to be used legally and responsibly for testing the security of your systems or with proper authorization on other systems.

Other Security-Focused Operating Systems

Beyond Kali Linux, several other security-focused operating systems serve to various aspects of cybersecurity:

Tails: Tails is a privacy-focused OS that routes internet traffic through the Tor network, providing anonymity and security.

Qubes OS: Qubes OS is known for its compartmentalization (creating multiple virtual instances), where you can run different tasks in separate virtual machines for enhanced security.

Whonix: Whonix is designed for secure, anonymous web browsing and is often used in conjunction with Tor.

Parrot OS: Similar to Kali Linux, Parrot OS offers a wide range of security and penetration testing tools.

These security-focused operating systems are essential for professionals and enthusiasts who want to protect their digital assets and enhance their knowledge of cybersecurity.

Operating systems are the unsung heroes of the computing world,

quietly working in the background to ensure your computer runs smoothly. Whether you prefer the user-friendly approach of Windows, the elegant design of macOS, the open-source world of Linux, or the security-focused offerings like Kali Linux, there's an OS to suit your needs.

To explore more about Linux and hacking, visit my website here: <https://ekg.com.np/>. Operating systems are fascinating subjects, and learning more about them can help you make informed choices about the technology you use every day. So, dive in, explore, and embrace the world of operating systems—it's the foundation of modern computing.

POLITICS AND CURRENT AFFAIRS



सार्थक पौडेल

क्रमाङ्कः २९०६७

राजनीति

राज्य सञ्चालनका लागि बनाइने नीति नै राजनीति हो । देश र समाजलाई निःस्वार्थ विचारले सेवा गर्नु नै राजनीतिको पहिलो चरण मान्न सकिन्छ । हाम्रो देश नेपालमा राजनीतिको नाममा विभिन्न सङ्घ, सङ्गठन खोली राजनीति गर्नेहरूको ठुलो जमात वा समूह पाउन सकिन्छ ।

यहाँ राजनीतिको नाममा देश र जनताभन्दा पनि आफू र आफ्नो परिवारको लागि राजनीति गर्छन् । यो पनि एउटा कारण हो किनकि हाम्रो देश नेपाल अरु देशहरूभन्दा पछाडि छ र यस कारण पनि राजनीति पार्टी र राजनीति गर्ने व्यक्तिप्रति जनताले विश्वास गर्न छाडेका छन् । असक्षम, अयोग्य र स्वार्थले भरेका व्यक्तिहरू प्रायः जसो सबै ठाउँमा हाबी भएका छन् र त्यसैले सबै क्षेत्र तहसनहस बनिसकेको छ । अहिलेका दिनमा राजनीति गर्ने व्यक्तिहरू सच्चिदैन् भने हाम्रो देश नेपाल नै तहसनहस हुन सक्छ तर राजनीति गर्ने व्यक्तिभन्दा पनि हाम्रा जनताहरू सच्चिनुपर्छ । हामी सच्चिनुपर्ने खण्डमा हामीले योग्य, सक्षम र इमानदार व्यक्तिहरूलाई चुनेर सम्भावित ठाउँमा पठाइ विकासका कार्यलाई अगाडि बढाउन सकिन्छ । त्यसकारण पनि म भन्न चाहन्छु कि नेताभन्दा हामी, जनता बढी सच्चिनु आवश्यक छ र हामी नै असक्षम, अयोग्य र स्वार्थले भरिएको मान्छेलाई चुन्छौं, यसमा चाहिँ कसको गल्ती छ र ? अवश्य हाम्रो छ, हामी सच्चिनुपर्छ ।

नेपालको राजनीतिमा मुख्य पाँच ओटा दलहरू छन् र ती हुन् ; नेपाली कांग्रेस, नेकपा (एमाले), नेकपा (माओवादी केन्द्र), लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी (लोसपा) र जनता समाजवादी पार्टी । अहिलेको समयमा भ्रष्टाचार नगरिकन काम गर्ने व्यक्तिहरू लगभग छँदै छैनन् र अहिले आफ्नो कार्यले सबैभन्दा प्रसिद्ध भएको मान्छे चाहिँ बालेन्द्र शाह हो । राजनीति एउटा मुख्य क्षेत्र हो जसको मद्दतले हामी हाम्रो देशलाई विकसित र प्रसिद्ध बनाउन सक्छौं । हाम्रो नेपालको राजनीति कमजोर छ । यदि कोही राम्ररी इमानदारसँग काम गर्न थाल्यो भने अरु मान्छेहरू जो भ्रष्टाचार गरिरहेका छन् तिनीहरूले त्यस मान्छेलाई गलत फत्तुर लगाएर फसाउँछन् किनभने त्यस मान्छेले भविष्यमा, अहिले जो जो भ्रष्टाचार गरिरहेका छन् तिनीहरूको पर्दाफास गर्न सक्छ तर यदि त्यो राम्रो काम गर्ने मान्छेले जनतामा नाम कमायो भने त्यो मान्छेलाई यी

भ्रष्टाचार गर्ने व्यक्तिहरूले सजिलोसँग फसाउँन सक्दैनन् । अहिलेको लागि सबैभन्दा राम्रो उदाहरण चाहिँ बालेन्द्र शाह हुन् । बालेन्द्र शाहले काठमाडौँको लागि धेरै राम्रा कामहरू गरेका छन् र भ्रष्टाचार गरेका छैनन् । उनी आफ्नो राम्रो कामहरूको लागि प्रसिद्ध छन् ।

CREATIVE WRITING AND OPINION



केशा कोइराला
क्रमाङ्कः ३५००९
आफ्नो बारेमा

मेरो नाम केशा कोइराला हो । म बालकोटमा बस्छु । मलाई गुलाबी रङ मन पर्छ । मेरी आमाको नाम आकृति हो । मेरो बाबाको नाम विकास हो । मेरो दादाको नाम केतन कोइराला हो । मलाई मःम खान मन पर्छ । म सात वर्षकी भएँ । म एक कक्षामा पढ्छु ।



प्रारथी अधिकारी
क्रमाङ्कः ३५०१७
मेरो परिवार

मेरो परिवारमा तीन जना छौं । मेरो परिवारमा मेरा बुबाआमा र म बस्छौं । मेरो परिवारमा मेरा बुबा आमाको मुख्य भूमिका हुन्छ । मेरा बुबा र आमाले मलाई माया र हेरबिचार गर्नुहुन्छ । मलाई उहाँहरूसँग कुरा साटासाट गर्न मन पर्छ । म उहाँहरूले भनेको मान्छु । हामी यसरी नै हाँसी खेली बस्छौं ।



आर्यभ डडुल

कुरडडकः ३५००३

खडनेकुरड

गुलडडु र रड डडडडडडु ककलेड, आडसकुरडड, कुस धरु खडरुडु डने डडरडडु डरडनुख । डुडुगड डनुकरहेकड खडनेकुरड खडरुडु डने डनड डडरडडु डरडनुख । नरडडु तेलडड तडरेकड खडनेकुरड खडरुडड डनड डडरडडु डरडनुख । अखडड वसुतुडडड डनेकड खडनेकुरडले डनड डडरडडु डरडनुख ।



गुरेहड शुरेष्ठ

कुरडडडकः ३५००ॢ

डेरु सडनु डडड

सडउन १२ गते शुकुरडडर रडतड असुडतडलडड डेरु आडडले डेरु डडडलडडु डनुड डनुडडु । डेरु सडनु डडड त कतड सडनु गुडडडड डसुतु डेखडनुथु । हडडु सडु डरडवर धरु खुसु डरुडु । डेरु डडडलडडु डेरु कडखडड डसुन खुडु डन डरुडु । डेरु डडडकु नड हडडुले गुरषडकलडल शुरेष्ठ रडखेकड खुडु तर ड उसलडडु वडषुणु डनेर डुलडडुडु । डलडडु डेरु डडडकु धरु डडड लडगुख ।



शिवयाना पौडेल
क्रमाङ्क: ३४०३६
गाई

गाई चारखुट्टे घरपालुवा जनावर हो । गाई हाम्रो देश नेपालको राष्ट्रिय जनावर पनि हो । गाईको दुई वटा कान, दुई वटा आँखा, दुई वटा सिङ र एउटा पुच्छर हुन्छ । गाई विभिन्न रङ्गको हुन्छ । गाईको मुख्य आहार घाँस, पराल र खोले हो । गाईले हामीलाई दुध दिन्छ । गाईको दुध मिठो हुन्छ । गाईको दुधबाट दही, मही र घ्यू पनि बनाइन्छ । गाईको दुध, दही, घ्यू पोषणले भरिपूर्ण हुन्छ । गाईको मल खेतबारीमा हाल्ने प्रयोग गरिन्छ । गाईलाई तिहारमा पूजा गरी गाईतिहार मनाइन्छ ।



पारिका श्रेष्ठ
क्रमाङ्क: ३४०३८
मेरो परिवार

मेरो नाम पारिका श्रेष्ठ हो । मेरो परिवारमा चार जना छौं । मेरो परिवारमा म, बुबा, आमा र हजुरआमा छौं । मेरो बुबाको नाम प्रकाश श्रेष्ठ हो । मेरी आमाको नाम रमिला श्रेष्ठ र हजुरआमाको नाम विष्णुदेवी श्रेष्ठ हो । मेरो बुबा र आमा पसलमा काम गर्नुहुन्छ । मेरी हजुरआमा घरमै बस्नुहुन्छ । मेरो परिवार राम्रो छ । मेरो घरको कौसीमा फूलहरू फुलेका छन् । मेरो मामाघर पनि घरनजिकै छ । म मेरो छुट्टीको दिन मामाघर जान्छु । मेरो घरमा कुकुर पनि छ । मेरो कुकुर निकै प्यारो छ । हामी बिदाको समयमा सबैजना घुम्न जान्छौं । मेरो परिवार सुन्दर छ ।



वेदाङ्ग अर्याल

क्रमाङ्क: ३४०१८

मेरी प्यारी हजुरआमा

मेरी प्यारी हजुरआमाको नाम हेमकुमारी अर्याल हो । मेरो जन्म भएको १५ दिनपछि उहाँको मृत्यु भएको थियो रे उहाँले मलाई देख्न धेरै मन गर्नुभएको थियो रे तर देख्न पाउनुभएन । मेरो घरमा उहाँको ठूलो फोटो छ । उहाँलाई म सधैं ढोग्ने गर्छु । मेरा बुबाआमा सधैं उहाँको कुरा गरिरहनुहुन्छ । उहाँलाई साडी र चोलो मनपर्ने कपडा थियो । उहाँलाई गाई धेरै मन पर्दथ्यो । उहाँलाई मन पर्ने खाना साग र रोटी थियो । उहाँ सधैं व्रत बस्ने गर्नुहुन्थ्यो । उहाँ सधैं भगवानको पूजा गर्नुहुन्थ्यो र धार्मिक किताबहरू पढ्नुहुन्थ्यो । उहाँले सिकाउनुभएका राम्रा अर्ती उपदेशहरू बुबाआमाले भनेअनुसार हामी अनुसरण गर्छौं । मलाई मेरी हजुरआमाको धेरै माया लाग्छ ।



साम्भवी जोशी

क्रमाङ्क: ३३०२०

गौतम बुद्ध

भगवान गौतम बुद्धको जन्म २५६७ वर्षअगाडि वैशाख शुक्ल पूर्णिमाको दिन नेपालको लुम्बिनीमा बुबा शुद्धोधन र आमा मायादेवीको कोखबाट भएको थियो । गौतमबुद्ध सानै उमेरदेखि मान्छे किन कसरी बुढो र बिरामी हुन्छ ? किन मर्छ ? भनेर दुखी हुन्थे । उनी यही कुराको चिन्ता धेरै गर्दथे । २९ वर्षको उमेरमा उनी राति सुटुक्क दरबार बाहिर ज्ञानको खोजीमा निस्किए । त्यस समयमा गौतम बुद्धको त्याग र तपस्याबाट प्राप्त ज्ञान र उपदेश संसारभर फैलिन थाल्यो । गौतम बुद्धले प्राप्त गरेको ज्ञान शान्ति ध्वनिको रूप आज पनि विश्वमाझ फैलिरहेको छ । भगवान गौतम बुद्ध नेपालमा जन्मेका भएता पनि उनी सम्पूर्ण पृथ्वीकै सम्पत्ति हुन् । शान्तिको ज्ञान आज पनि उत्तिकै महत्त्वपूर्ण छ । अझै शान्तिको ज्ञान फैलाउनु हामी सम्पूर्ण मानवजातिको कर्तव्य हो । रसिया र युकेनको युद्ध रोकनु र यस्ता युद्ध हुन नदिनु सबै मानवजातिको इच्छा पनि हो ।



रिवान शाक्य

क्रमाङ्कः ३३०१८

गुँला पर्व

गुँला पर्व नेवारी समुदायले मनाउने पर्व हो । 'गुँ' को अर्थ नवौं र 'ला' को अर्थ महिना हो । यसरी नेवारीमा गुँला भनेको 'नवौं महिना' भन्ने बुझिन्छ । यो पर्व एक महिनासम्म मनाइन्छ । गुँला पर्व बौद्ध धर्मावलम्बीहरूले विशेष पूजाआजा गरी मनाउने चलन छ । गुँला पर्वमा विशेषगरी बौद्ध चैत्यहरूको परिक्रमा गरिन्छ । यस पर्वमा विभिन्न बाजागाजा जस्तै धाः बाजा, बाँसुरी, धिमेबाजाहरू बजाएर चैत्य र मन्दिरको परिक्रमा गरिन्छ । गुँला पर्वमा स्वयम्भूमा एक महिना मेला लाग्ने गर्दछ । जनैपूर्णिमा र गाईजात्रा आदि पनि गुँला पर्व मै पर्दछ । म पनि गुँला पर्वमा धाः बाजा बजाएर गणेशस्थान र धन्दो चैत्यको परिक्रमा गर्दछु ।



प्रिन्सा खतिवडा

क्रमाङ्कः ३३०२२

फोहोर व्यवस्थापन

फोहोर भन्नाले हाम्रो घर, वरपरको वातावरण, विद्यालय आदि ठाउँमा प्रयोग भएर काम नलाग्ने बाँकी रहेका सामान हुन् । फोहोर दुई प्रकारका हुन्छन्, कुहिने फोहोर र नकुहिने फोहोर । कुहिने फोहोरलाई हामीले जताततै फाल्नुहुँदैन । कुहिने फोहोरलाई हामीले आफ्नो घरमा खाल्टो खनेर मल बनाएर व्यवस्थापन गर्न सक्छौं । फोहोर जथाभावी फालेमा त्यसले हामीलाई रोग लाग्छ । फोहोरमैला व्यवस्थापन गर्न सबैजना एकजुट भएर लाग्नुपर्छ । फोहोर व्यवस्थापन एक दिन मात्र गरेर हुँदैन । नियमित रूपमा गर्नुपर्छ । फोहोर जताजतै फालेर हावापानी प्रदूषित भइरहेको हुन्छ । त्यसैले फोहोरमैला व्यवस्थापन एवं सरसफाइमा हामीले धेरै नै ध्यान दिनुपर्छ । सबै मिलेर फोहोर व्यवस्थापन गरे मात्र हाम्रो वातावरण सफा हुन जान्छ ।



सरुन महर्जन
क्रमाङ्क: ३३०२९
नेपाल

हाम्रो देशको नाम नेपाल हो । नेपालमा पृथ्वीनारायण शाहले एकीकरण गरिसकेपछि अहिलेसम्म बाह्र जना शाहवंशीय राजाहरूले राज्य गरिसक्नुभएको छ । उहाँहरू हुनुहुन्छ पृथ्वी नारायण शाह, प्रतापसिंह शाह, रणबहादुर शाह, गीर्वाणयुद्धविक्रम शाह, राजेन्द्रविक्रम शाह, सुरेन्द्रविक्रम शाह, पृथ्वी वीर विक्रम शाह, त्रिभुवन वीर विक्रम शाह, महेन्द्र वीर विक्रम शाह, वीरेन्द्र वीर विक्रम शाह, दीपेन्द्र वीर विक्रम शाह र ज्ञानेन्द्र वीर विक्रम शाह । राजा त्रिभुवनले नेपालबाट राणा शासनलाई हटाएर प्रजातन्त्रको स्थापना गर्नुभएको थियो । नेपालको सबैभन्दा लामो नदी कर्णाली नदी हो । नेपालको

झण्डा त्रिकोणात्मक छ । हाम्रो देश नेपाल अनेकतामा एकता भएको देश हो । हाम्रो देश नेपालमा भगवान गौतम बुद्ध र माता सीता जन्मनुभएको हो । हाम्रो देश भारत र चीनको बिचमा पर्दछ । हाम्रो देश नेपालमा विश्वको सबैभन्दा अग्लो हिमाल सगरमाथा पनि छ । नेपाली सैनिकलाई गोर्खाली सैनिक भनेर विश्वमा चिनिन्छ । हाम्रो देश नेपालमा अहिले झन्डै तीन करोड मानिसहरू बसोबास गर्छन् । पृथ्वी नारायण शाह, त्रिभुवन वीर विक्रम शाह, मोतीराम भट्ट भिमसेन थापा आदि केही नेपालका राष्ट्रिय विभूति हुन् ।



प्राप्य मिश्र
क्रमाङ्क: ३२०४९
तिहार

तिहार हाम्रा चाडहरूमध्ये एक महत्त्वपूर्ण चाड हो । यो चाड प्रत्येक वर्ष कार्तिक कृष्ण त्रयोदशीदेखि कार्तिक शुक्ल द्वितीयासम्म पाँच दिन मनाइन्छ । यी पाँच दिनमा कागतिहार, कुकुरतिहार गाईतिहार, गोरुतिहार र भाइतिहार मनाइन्छ । यस चाडलाई यमपञ्चक र दीपावलीका रूपमा पनि चिनिन्छ । नेपाल अधिराज्यभरका हिन्दुहरूले यो चाड धुमधामसँग मनाउँछन् । नेपाल बाहिर बस्ने नेपालीहरू पनि यस चाडलाई उत्तिकै महत्त्व दिई मनाउँछन् । तिहारको पहिलो दिन कागतिहार हो । यस दिन कागको पूजा गरिन्छ । तिहारको दोस्रो दिन कुकुरतिहार हो ।

यस दिन कुकुरको पूजा गरिन्छ । तिहारको तेस्रो दिन गाईतिहार र धनकी देवी लक्ष्मीको पूजा गरिन्छ । यस दिन हामी भैलो पनि खेल्छौं । तिहारको चौथो दिनलाई गोरुतिहारका रूपमा मनाइन्छ । यस दिन गोरु पूजा गरिन्छ र देउसी खेलिन्छ । तिहारको अन्तिम तथा पाचौं दिन

भाइटीकाका रूपमा प्रसिद्ध छ । यस दिन दिदीबहिनीले दाजुभाइलाई टीका लगाइदिएर मसला, फलफूल र सेलरोटी दिन्छन् । दाजुभाइले पनि दिदीबहिनीलाई टीका लगाएर कपडा र दक्षिणा दिन्छन् । यसरी नै हामी तिहार मनाउँछौं ।



प्रत्युष लोहनी

क्रमाङ्कः ३१०१९

प्राकृतिक प्रकोप

प्रकृति भनेको हाम्रो वरिपरिको वातावरण हो । प्रकोप भनेको प्राकृतिक र अप्राकृतिक घटनाबाट उत्पन्न हुने विनाशकारी अवस्था हो। यही दुई शब्द जोडेर बनेको शब्द प्राकृतिक प्रकोप हो । सामान्य भाषामा भन्नुपर्दा प्रकृतिमा आउने जोखिमपूर्ण अवस्थालाई नै प्राकृतिक प्रकोप भनिन्छ । प्रकृतिमा धेरै प्रकोपहरू आउँदछन् जस्तैः बाढी, पहिरो, भूकम्प, भूक्षय, आँधीहुरी, आगोलागी आदि । प्राकृतिक प्रकोपले जीवन र धन दुबैलाई जोखिममा राख्दछ । प्राकृतिक प्रकोपहरू दुई प्रकारका हुन्छन् ।

१. प्रकृतिद्वारा हुने प्रकोपः प्राकृतिक रूपमा नै हुने प्रकोपलाई प्राकृतिक प्रकोप भनिन्छ । जस्तैः बाढी, पहिरो, भूकम्प आदि । प्राकृतिक प्रकोपलाई न त रोक्न नै सकिन्छ, न त निम्त्याउन सकिन्छ । यसले धनजन तथा जीवनको नाश गर्न सक्दछ ।

२. मानवद्वारा हुने प्रकोपः मानवीय क्रियाकलापले गर्दा हुने प्रकोपलाई मानवद्वारा हुने प्रकोप भनिन्छ । जस्तैः आगोलागी, महामारी, डुबान आदि । मानवद्वारा हुने प्रकोपहरू प्रदूषणबाट हुन्छन् । जसले विभिन्न किसिमका महामारीका रोगहरू फैलिन्छन् । जलवायु परिवर्तनका कारण खडेरी, बाढी भूक्षय तथा प्रतिकूल मौसम देखापर्नेजस्ता प्राकृतिक प्रकोपहरूको सम्भावना बढ्दै जान्छ । जसले गर्दा महामारी र सुखखापन फैलनुका साथै जनजीवन र कृषि उत्पादनमा प्रतिकूल असर पार्दछ । वृक्षरोपण गरेर, प्रकृति र प्रकृतिको बारेमा शिक्षा दिएर, जनचेतनामूलक कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरेर, आफ्नो वरपरको वातावरण सरसफाईमा ध्यान दिई प्राकृतिक प्रकोपलाई घटाउन सकिन्छ।

सबैले आ-आफ्नो ठाँउबाट प्रकृतिमैत्री भएर दैनिक क्रियाकलाप गर्ने, प्राकृतिक नियमलाई मनन गर्दै विकास कार्य अगाडि बढाउने गर्नुपर्दछ । जसले गर्दा यी यस्ता प्रकोपलाई घटाउन मद्दत पुग्दछ ।



सभ्य मरासिनी प्रधान
क्रमाङ्कः ३००३९
कानूनको शासन

समाजमा बस्दा त्यहाँका कानून र नियमहरू बुझ्नुपर्छ । कानुनी के हो र के होइन भनेर हामीले कसरी बुझ्ने ? म आजको लेखमा यसको बारेमा कुरा गर्ने छु । कानूनको शासनको अर्थ सबै व्यक्ति र संस्थाहरू निष्पक्ष रूपमा लागु हुने कानूनको अधीनमा छन् भन्ने सिद्धान्त हो । म "निष्पक्ष" शब्द प्रयोग गर्दै छु किनभने कानून त्यो देश वा राज्यमा बस्ने प्रत्येक व्यक्तिलाई लागु हुन्छ । नागरिक नभएका मानिसहरूले पनि यी कानूनहरू पालना गर्नुपर्छ ।

कानून के हो र के होइन भनेर जान्न वा पत्ता लगाउन कानूनका पुस्तक किनेर वा इन्टरनेटमा उपलब्ध कानूनका पुस्तक पढ्न सक्छौं । हामी हाम्रा ज्येष्ठहरूलाई सोध्न सक्छौं । कानूनको पालना नगरे के हुन्छ ? यदि हामीले कानूनको पालना गरेनौं भने हामी सजाय पाउँछौं । यदि सुरक्षा नियम पालना नगर्ने जस्तो सानो अपराधको लागि हो भने हामी जरिवाना मात्र लिने छौं । यदि यो हत्या जस्तो ठूलो अपराध हो भने हामी गिरफ्तार हुने छौं । नेपालमा सरकारले मृत्युदण्ड दिँदैन तर विश्वका धेरै देशमा भने दिन्छन् । संयुक्त राज्य अमेरिकाका पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प धेरै पटक अपराधमा दोषी ठहरिएका छन् । फुटबल खेलाडी नेयमार जुनियरलाई पनि आफ्नो घरको आँगनमा पानीको प्राकृतिक स्रोत प्रयोग गरी कृत्रिम ताल बनाएकोमा ३० लाख युरो जरिवाना गरिएको थियो ।

राजनीतिज्ञहरूले अपराध गरेको पछिल्लो उदाहरण नेपालमा भएको छ । धेरै नेपाली नागरिकहरूले विदेशमा पुनर्वासका लागि भुटानी शरणार्थीहरूको सूचीमा आफ्नो नाम समावेश गर्न राजनीतिज्ञहरूलाई पैसा दिए । उक्त सूची नक्कली भएको थाहा पाएपछि अधिकारीहरूले समावेश गरेका धेरै व्यक्तिहरू पहिले नै पक्राउ परिसकेका छन् र अनुसन्धान जारी छ । मैले के भन्न खोजेको छु कि अपराध गर्ने वा कानून नमान्ने जोसुकै राजनीतिज्ञ, अभिनेता, आदि जोसुकैले सजाय पाउने छन् ।



अनुप्रस्थ लुइटेल
क्रमाङ्कः ३००५८
जलवायु परिवर्तन र
यसको असर

परिचय

पृथ्वीको हावापानीमा आएको परिवर्तनलाई जलवायु परिवर्तन भनिन्छ । आजभोलि हावापानीको स्वाभाविक चक्रमा अस्वाभाविक परिवर्तहरू देखिन थालेका छन् । हावापानीको स्वाभाविक चक्रमा देखिने अस्वाभाविक परिवर्तनलाई नै जलवायु परिवर्तन भनिन्छ । परिवर्तन नियमित प्रक्रिया हो । हिँउदमा जाडो हुनु, बर्खामा गर्मी हुनु, ऋतुहरू फेरिनु र उचाइअनुसार तापक्रममा फरक पर्ने कुरा प्राकृतिक हुन् । प्रकृतिले सिर्जना गरेको परिवर्तनको गतिलाई वर्तमान मानिसका गतिविधिले निकै प्रभाव पारेको छ । जलवायु परिवर्तनले पृथ्वीमा रहेका जीव र वनस्पतिको जीवनमा नराम्रो असर परेको छ ।

कारण

मानवीय गतिविधिले जलवायुको स्वाभाविक चक्रमा प्रभाव पारेको देखिन्छ । विकास निर्माणका नाममा वातावरणीय प्रभावको अध्ययन नगरी सञ्चालन गरिने गतिविधि नै जलवायु परिवर्तनको प्रमुख कारण हो । मानिसले सञ्चालन गरेका ठुलाठुला कलकारखानाहरू, वनविनाश गरी बनाइएका विशाल मानवबस्ती, प्राकृतिक संरचनालाई भत्काएर बनाइएका बाटाहरू, सुरुङहरू, यातायातका साधनहरू, आणविक भट्टीहरू आदिको सङ्ख्यामा वृद्धि भएका कारण वातावरणीय प्रदूषण बढेको छ । वातावरण प्रदूषणका कारणले पनि जलवायु परिवर्तन भएको छ । वायुमण्डलमा रहेका कार्बनडाइअक्साइड लगायतका अन्य हरितगृह ग्यासहरूको मात्रामा अस्वाभाविक वृद्धि भएको छ । वायुमण्डलको केन्द्रीय संरचनामा भूमिका खेल्ने ग्याँसको अनुपातमा हुने फेरबदलले पृथ्वीको तापक्रम पनि बढ्दै गएको छ । पृथ्वीको तापक्रम आएको यो फेरबदल जलवायु परिवर्तनका कारणले नै हो ।

असर

पृथ्वीको तापक्रम बढेसँगै हिउँ पग्लने क्रम बढेको छ । निश्चित हावापानीमा बाँच्ने जीवजन्तु र वनस्पतिको जीवन सङ्कटमा परेको छ । बाढीपहिरो, खडेरी, अधिक वर्षा, समुद्री सतहको

वृद्धिसँगै डुबान जस्ता प्राकृतिक विपत्ति बढिरहेको देखिन्छ । केही नयाँ जीवको जन्म भए पनि जलवायु परिवर्तनले पुराना जीवहरू लोप हुँदै गएका छन् । जसले गर्दा पर्यावरणीय सन्तुलन धरापमा परेको छ । पृथ्वीका अधिकांश जीवजन्तुका साथै जलवायु परिवर्तनले मानव जातिकै अस्तित्वसमेत खतरामा रहको छ ।

समाधान

जलवायु परिवर्तनले निम्त्याएका यस्ता समस्यालाई नियन्त्रण गर्न, मानव तथा पृथ्वीको अस्तित्वलाई जोगाउन मानवीय गतिविधिमा रोक लगाउनु आवश्यक छ । वैज्ञानिक उन्नति र विकासका नाममा भएका विनाशतर्फका दुष्प्रयासलाई निरुत्साहित गर्नु आवश्यक देखिन्छ । जलवायु परिवर्तन र यसका असरलाई एक व्यक्तिले मात्र कम गर्न सम्भव नभएकाले यसमा व्यक्ति, समाज, राष्ट्र तथा अन्तर्राष्ट्रिय समुदायको सहकार्य आवश्यक हुन्छ ।



रुद्रायणी श्रेष्ठ

क्रमाङ्क: ३००२५

समय

समय संसारको सबैभन्दा मूल्यवान् वस्तु हो । समयले हाम्रो जीवनमा महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ । यसले हामीलाई कामकाजको योजना बनाउन, कार्यहरूलाई समयमा पूरा गर्न, अनुशासन र नियमितता बनाउन मद्दत गर्दछ । नेपालीमा समयलाई घडी वा वेला भनिन्छ । समयले हाम्रो जीवनमा एक महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्दछ र हामीलाई कामकाजमा सफलता प्राप्त गर्न मद्दत गर्दछ । समयलाई कसैले देख्न सक्दैन । समयको न आदि हुन्छ न अन्य । यसलाई अनादि र अनन्त पनि भनिन्छ । समय अनादि कालदेखि चलिरहेछ र अनन्तसम्म चलिरहने छ । समय आफ्नै गतिमा चलिरहन्छ । समय

कसैलाई पर्खदैन । समय कसैको लोभमा पर्दैन । समय कसैको डर, त्रास र धम्की मान्दैन । हामी समयलाई सेकेन्ड, मिनेट, घन्टा, दिन, हप्ता, महिना र वर्षमा गणना गर्न सकिन्छ । हामी समयकै एउटा भाग हौं । हामी जन्मँदा सानासाना हुन्छौं र बिस्तारै बुढेसकालमा पुग्छौं । समय न ढिलो हुन्छ न छिटो । यो आफ्नै गतिमा चलिरहन्छ । बितेको समय फिर्ता आउँदैन । त्यसैले समयलाई बर्बाद नगर्नुहोस् ।



प्रतीक कर्ण
क्रमाङ्क: ३००४८
घमण्डले विनाश
निम्त्याउँछ

पञ्चचक्र नामको एउटा सुन्दर गाउँ थियो । त्यो गाउँ हरियालीले भरिएको थियो । त्यो गाउँमा सबैजना मध्यम वर्गका थिए । एउटा मात्र धनी परिवार त्यो गाउँमा बस्थ्यो । त्यो परिवारमा ३ जना सदस्यहरू थिए । श्री किरण श्रेष्ठ, सुश्री रिया श्रेष्ठ र उनीहरूकी छोरी लक्ष्मी । लक्ष्मी घमण्डी स्वभावकी थिई । उसमा धन र रूपको घमण्ड थियो । लक्ष्मीलाई ऊसँग मात्र धेरै ज्ञान, बुद्धि, धन र पैसा छ भन्ने लाग्थ्यो । गाउँका कुनै पनि मानिसले लक्ष्मीलाई मन पराउँदैनथे । लक्ष्मी विद्यालय, घर, आँगन, खेल्ने मैदान तथा पसलहरूमा मौका पाउने बित्तिकै आफ्नो ज्ञान, बुद्धि, धन र पैसाको घमण्ड देखाउँथी । किरण र रिया आफ्नी छोरी लक्ष्मीको व्यवहार हेरेर दिक्क मानी सकेका थिए । लक्ष्मीका आमाबुबाले उसलाई नसम्झाएका पनि होइनन् । उसका आमाबुबाले उसलाई हजारौं चोटी सम्झाएर बुझाएर यस्तो गर्नुहुँदैन भनिसकेका थिए तर लक्ष्मीले जति बुझाए पनि घमण्ड गर्न छोडिदिन्थी । एक दिनको कुरा हो लक्ष्मीको घरमा आगो लाग्दा उसको सम्पति जलेर नष्ट भयो । दुर्भाग्यले उसका आमाबुबाको पनि देहावसान भयो । लक्ष्मीले गाउँलेहरूसँग मदत मागी तर कसैले मदतको लागि हात दिएनन् । अचानक लक्ष्मी खाटबाट जरुक्क उठी । उसको शरीर पसिनाले निश्रुक्क भिजेको थियो । उसले सपना पो देखेकी रहिछ । त्यस दिनदेखि लक्ष्मीले आफ्नो घमण्ड त्याग गरी । लक्ष्मीले आफ्नो बुद्धि र पैसाको प्रयोगबाट गाउँका धेरै क्षेत्रहरूको विकास गरी । त्यसपछि सबै गाउँलेहरू लक्ष्मीलाई मन पराउन थाले । लक्ष्मीका आमाबुबाले पनि आफ्नी छोरीमाथि गर्व गर्न थाले ।



आद्याश्री पौडेल

क्रमाङ्कः ३०००१

रात्रि र प्रकाश

लुम्ले भन्ने ठाउँमा जहिले घाम लाग्दथ्यो तर आजभोलि छिनमा घाम लाग्ने र छिनमा पानी पर्ने भइरहेको छ । यो कुरा पत्ता लगाउने काम मौसम पूर्वानुमान विभागको थियो । त्यहाँका प्रबन्धक एक दिन दुई जना कर्मचारीलाई कुरिरहेका थिए । ती कर्मचारीहरूसँग प्रबन्धकको मुनि बसेर काम गर्ने मान्छे हुन् । प्रकाशको अचानक मोबाइलको घन्टी बज्यो त्यसैले ऊ निद्राबाट ब्युझियो । उसलाई सबै कुरा समयमै गर्न मन पर्थ्यो । आज ऊ मौसम पूर्वानुमान विभागमा काम गर्ने व्यक्ति भएर जान लागेको थियो । अर्कोपट्टि रात्रिको घन्टी बजे पनि ऊ उठेकी थिइन । उसकी आमाले रात्रिलाई उठाएर आज तिमी मौसम पूर्वानुमान विभागमा काम गर्न जानुपर्छ त्यसैले छिटो उठ भन्नुभएको थियो । रात्रि र प्रकाश दुवै जनाले आफ्नो नित्यकर्म पूरा गरे । त्यसपछि उनीहरू सँगसँगै मौसम पूर्वानुमान विभागमा गए । रात्रि एउटा अनुसन्धानकर्ता थिइन् तर उनी अजीव कुरामा मात्र अध्ययन तथा अनुसन्धान गर्दथिन् । प्रकाश भने ठिक त्यसको विपरीत थियो । उसलाई जुनसुकै कुराको जवाफ चाहिन्थ्यो । त्यो जवाफ साँचो हो भन्ने कुरा पनि प्रमाणित हुनुपर्दथ्यो । उनीहरूले एक अर्कालाई त्यति मन पराउँदैनथे । उनीहरू मौसम पूर्वानुमान विभागमा पुगे । उनीहरूको बैठकको बेलामा रात्रि जहिले पनि बोलिरहन्थिन् र अन्य कर्मचारी र प्रकाशलाई आफ्नो विचार प्रस्तुत गर्न दिँदैन थिइन् ।

एक चिसो बिहानीमा एक बुढा मानिस नहकुल(प्रबन्धक) सँग कुरा गर्नका लागि अफिस बाहिर कुरिरहेका थिए । उक्त बुढा मानिसले भन्नुभयो, "तपाईंहरू यहाँ आफ्नो समय बर्बाद गरिरहनुभएको छ । यो मौसम राम्रो हुन तपाईंहरूले समस्यामा परेको आशा भन्ने नागराजलाई भेट्नुपर्दछ । उसलाई नील नाम गरेको अर्को नाग जसले आशाको शक्तिहरू लिन खोजेको छ । त्यसबाट आशालाई जोगाउनुपर्दछ ।" यो कुरा भनेपछि त्यो बुढो मानिस आफ्नो बाटो लाग्यो । यो कुरा रात्रि र प्रकाशले सुनिरहेका थिए तर यो कुरा कसैले पनि विश्वास गरेका थिएनन् । जुन दिन प्रकाश र रात्रि मिलिजुली बस्दथे त्यस दिन मौसम धेरै राम्रो हुन्थ्यो तर उनीहरू प्रायः मिल्दैनथे । रात्रि अजीव कुराहरूको अध्ययन अनुसन्धान गर्ने भएकोले कुनै पनि कुराहरू गर्दा मौसम नराम्रो हुँदा रात्रिलाई त्यो बुढो मान्छेको कुरा विश्वास लाग्न थाल्यो । त्यसपछि रात्रिले प्रकाशलाई आशालाई भेट्न जाऊँ भन्न थालिन् । त्यसपछि प्रकाशले पनि रात्रिले जिद्धी गरेपछि

मात्र मान्यो । उनीहरू मिलेर आशालाई खोज्न जङ्गलमा हिँड्दै थिए । त्यतिबेला मौसम एकदमै राम्रो थियो । उनीहरू हिँड्दै गर्दा एउटा पहाडबाट ज्यालामुखी विष्फोट भयो । त्यो विष्फोटको आवाज सुनेपछि प्रकाश र रात्रि ज्वालामुखी भएको ठाउँमा पुगे । त्यसपछि उनीहरू दुवै जना त्यो ज्यावालामुखी विष्फोट भएको ठाउँबाट भित्र गए । भित्र आगोका लप्काहरू थिए । उनीहरू ज्वालामुखी भित्र हिँड्दै गर्दा एउटा विशाल ढुङ्गामा सुन्तला रङ्गको नाग बसेको देखे । त्यस नागलाई भने ज्वालामुखीको तापले गर्दा सही नसक्नु भएर बेहोसीको अवस्थामा पुग्नै लागेको थियो । त्यति नै बेला रात्रि र प्रकाशले नागलाई भेटे । त्यसपछि उक्त नागलाई बचाउन खोज्दा नील अचानक देखा पर्‍यो । कारण त्यस स्थानमा आशालाई नीलले नै अपहरण गरेर लुकाइ राखेको थियो । आशाको शक्ति नीलले लिनको लागि प्रक्रिया पूरा गर्दै गरेको अवस्थामा रात्रि र प्रकाशले आशालाई लिएर बाहिर निस्कन खोजे तर त्यहाँ नीलले अवरोध खडा गर्यो । नील र रात्रिको युद्ध भयो । त्यति नै बेला प्रकाशले आशालाई लिएर बाहिर निस्कन खोज्यो । रात्रिले तत्काल जुक्ति लगाएर तलको ज्वालामुखीमा एउटा ठुलो ढुङ्गा खसालिन, जसले गर्दा लाभा उर्लेर माथि आयो र नीललाई खाइदियो । त्यसपछि आशा, रात्रि र प्रकाश तीन जना बाहिर निस्के । उनीहरूको शक्ति पनि सकियो । तीनै जना आरामसँग पृथ्वीमा बस्न थाले ।



आर्षित खनाल

क्रमाङ्क: ३००३

नागपञ्चमी

हरेक वर्ष श्रावण शुक्ल पञ्चमीका दिन नागपञ्चमी पर्दछ । यस दिन नागको पूजा अर्चना गरेर घरको मूल ढोकामा नाग टाँसिन्छ । यसरी नागको तस्बिर टाँस्दा वर्षभर घरमा नाग, सर्प र बिच्छीलगायतका जीवले दुःख नदिनुका साथै अग्नि, मेघ र चट्याङको भयबाट पनि बच्न सकिन्छ भन्ने धार्मिक विश्वास छ । यस दिन नागको मन्त्र उच्चारणले मात्र पनि सर्पको टोकाईबाट बच्न सकिन्छ भन्ने विश्वासका साथ नाग पूजाको प्रचलन वैदिक कालदेखि नै सुरु भएको हो । नागलाई सर्पको राजाको रूपमा मान्ने वैदिक प्रचलन अनुसार र नाग रिसाए भने पानीको अभाव

हुने वैदिक विश्वास अनुसार नाग पञ्चमी मनाइन्छ ।

वैदिक मान्यताअनुसार भगवान बिष्णु जलमाथि नागको शैय्यामा शयन गर्ने र भगवान शिवले नागको माला लगाउने भएकाले नागलाई भगवान बिष्णु र शिवको अवतारको रूपमा पनि मानिन्छ । यसै गरी हरेक घरको जगमा नाग रहने र नागको पूजा नगरे घर नै भत्कने धार्मिक विश्वास पनि रही आएको छ । नागका बाह नाम भएपनि आठ कूलका आठ वटा नागको पूजा

गर्ने वैदिक सनातन कालदेखिको परम्परा छ । अनन्त, वासुकी, पद्म, महापद्म, तक्षक, कुलीर, कर्कट र शङ्ख गरी आठ नागलाई आजको दिन ब्राह्मण पुरोहितबाट पूजाआजा गरी घरको ढोकामाथि टाँसिन्छ ।

आजको दिन घरमा नाग टाँसेपछि खेतबारीमा खनजोत नगर्ने र नाग, सर्प लगायतका घिसने जनावरलाई मार्नुहुँदैन भन्ने मान्यता छ । यस दिनमा काठमाडौँको नागपोखरी र टौदह, भक्तपुरको सिद्धपोखरी साथै देशभरका नागदह तथा कुण्डहरूमा विशेष रूपमा पूजाआजा गरी नागको सम्मानका साथ गाईको दूध, अक्षता, दुबो, खीर र रोटी लगायत विभिन्न परिकारका प्रसाद चढाइ नाग पञ्चमी मनाइन्छ ।



सुभानी कार्की

क्रमाङ्क: २१०५५

मरेको गुलाब

अनुपमा, ए, अनुपमा यहाँ आ त । अनुपमाकी आमाले चर्को आवाजले बोलाइन् । अनुपमा आफ्नो लट्टी खोज्दै भान्सातिर गई । अनुपमा को हुन् भन्नु पर्दा अनुपमा ११ वर्षकी कक्षा ५ मा पढ्ने सानी बालिका हुन् । अनुपमा हामीजस्तो होइनन् उनी अपाङ्ग छिन् । उनी यसको कारण दुःखी त छैनन् तर उनी यस पछाडिको घटना कहिलै बिर्सिन्न ।

अनुपमा सानै हुदाँको घटना हो । अनुपमाको बुबा प्रायः बाहिर बस्नुहुन्थ्यो तर उहाँले कहिल्यै पनि आफ्नो जागिर अनुपमालाई भन्नुभएको थिएन तर पनि अनुपमा आफ्नो बुबाको जागिर थाहा पाउन उत्सुक रहन्थिन् । एकदिन अनुपमा सामान्य हुँदाको बेला बुवा छुट्टीमा घरमा आउनुभएको थियो । छुट्टीमा आएको बेला अनुपमालाई बुबाले घुमाउन लैजानुभयो । अनुपमा हर्षित भई । घुमेर घर फर्कदाको समयमा उनको बुबाको गाडी चलन बन्द गर्‍यो । उनी र उनको बुबा अत्तालिनुभयो । घरमा आमा एकलै थिइन् । औँसीको दिन थियो, राति झमक्कै अँध्यारो हुन्छ भन्ने भएर घर जानुपर्छ भन्ने उनीहरूलाई थाहा थियो । गाडी नचले तापनि उनीहरूले साझा बसमा जाने निर्णय गरे । निकै बेर कुरेपछि एउटा गाडी आयो । गाडी खाली थियो । सायद भखरै मान्छे छोडेर आएको जस्तो । उनीहरूले सोधे, “लोकन्थलीसम्म पुऱ्याइदिन्छौ ? ।” गाडीको चालकले रिसाउँदै अहँ भनेर जवाफ दियो । बाबु छोरी साँझको झिसमिसेमा दोधारमा परे । अनुपमाको बालाई छोरी अँध्यारामा हिँड्न डराउँछे भन्ने थाहा थियो । सायद त्यही दिन बाबु छोरीको भाग्यमा दोष थियो । बाटोको छेउमा बसेका

बाबुछोरीलाई एक्कासि दुई जना प्रहरीले शङ्कास्पद रूपले हेर्न थाले । अनुपमा निकै डराई । उसका बुबाले उसलाई नडराऊ भन्दै सम्झाउँन थाले । अनुपमा बिचरी प्रहरी देखेर डरले रुन लागी । उनीहरू त्यहाँबाट उठेर प्रहरीसँग मद्दत माग्नु थाले । प्रहरीले छेउको चोकमा गएर कुनै सल्लाह दिए । औंशीको रातको अन्धकार सबैतिर फैलियो । उसै डराएकी अनुपमा झन् झन् धेरै डराउन थाली । प्रहरीको सुझावअनुसार उनीहरू चोकमा गएर उभिए । चोकमा एउटा मधुरो बत्ती बलिरहेको थियो । एउटा साझा बस मान्छेको भिड लिए आयो । बुवा छोरी त्यही गाडीमा चढे । अनुपमा एक महिलाको काखमा गएर बसी । ऊ त्यहीँ निदाई । केही बेर गाडी हुँडकिएर चल्यो तर अचानक गाडीमा जोडले ब्रेक लाग्यो । अनुपमा निद्राबाट बिउँझी र उसले जे देखी सायदै कसैले सम्झना गर्न पनि सक्छ होला । अनुपमाले रगतले लत्पतिएको शरीर जताततै देखी । त्यो गाडी ठुलो दुर्घटनामा परेछ । यो कुरा समेत अनुपमालाई जान्न गाह्यो भयो । त्यस गाडीमा एक जना थियो । ऊ हतारिदै काटिएको हात लिएर भाग्यो । त्यसपछिको कहानी अनुपमालाई थाहा छैन रे तर सायद सत्य बाँकी छ कि ?

त्यो दिनपछि अनुपमाले घरमा एउटा सानो बुवाको चिनो गाडी र एउटा सानो गुलाबको बोटमात्र पाएकी छे । त्यस दिनपछि ऊ त्यो डराउने अनुपमा होइन फेरिएकी अनुपमा भएकी छ, निकै धेरै फेरिएकी अनुपमा ।



यावना शर्मा

क्रमाङ्क: २९०६६

विकासका लागि कृषि

कृषि नेपालको अर्थतन्त्रको मेरुदण्ड हो, जसले बहुसङ्ख्यक जनतालाई रोजगारी प्रदान गर्दै खाद्य सुरक्षामा योगदान पुऱ्याएको छ । नेपालमा पढ्ने सात कक्षाको विद्यार्थीको हैसियतमा मैले कृषि खाद्य उत्पादनका लागि मात्र होइन दिगो विकासका लागि पनि महत्त्वपूर्ण रहेको देखेकी छु । कृषिले बहुसङ्ख्यक जनसङ्ख्यालाई रोजगारीको अवसर प्रदान गरी आर्थिक विकासमा योगदान पुऱ्याउन सक्छ । नेपालको ७०% भन्दा बढी जनसङ्ख्या कृषिमा संलग्न रहेको अनुमान गरिएको छ, जसले देशको सबैभन्दा ठुलो रोजगारीको क्षेत्र बनाउँछ ।

कृषिमा आयआर्जन गर्ने र ग्रामीण क्षेत्रमा रोजगारीका अवसरहरू सिर्जना गर्ने क्षमता छ, जसलाई सरकार र निजी क्षेत्रले प्रायः बेवास्ता गरेका छन् । कृषिमा लगानी गरेर सरकारले

रोजगारीका अवसर सिर्जना गर्न र साना किसानको आमदानीमा वृद्धि गरी गरिबी न्यूनीकरणमा योगदान पुऱ्याउन सकिन्छ ।

त्यसै गरी, कृषिले खाद्य उत्पादन बढाएर खाद्य सुरक्षामा योगदान दिन सक्छ । नेपाल विश्वको सबैभन्दा कम विकसित देश हो, जहाँ ठुलो जनसङ्ख्याले खाद्य असुरक्षाको सामना गरिरहेको छ । कृषिमा लगानीले खाद्यान्न उत्पादन बढाउन मद्दत गर्न सक्छ, जसले गर्दा जनसङ्ख्याको लागि खाद्यान्न र राम्रो पोषणमा पहुँच बढ्छ । यसले देशको खाद्य सुरक्षालाई बढावा दिन र राम्रो स्वास्थ्य नतिजामा योगदान दिन सक्छ । यतिमात्र हैन, कृषिले वातावरणमैत्री अभ्यासलाई बढावा दिएर दिगो विकासमा योगदान दिन सक्छ । कृषि प्रायः वातावरणीय हास, वन फँडानी र माटोको क्षयसँग सम्बन्धित छ । यद्यपि, संरक्षण खेती, अन्तरबाली र बाली घुमाउने जस्ता दिगो कृषि अभ्यासहरूलाई प्रवर्द्धन गरेर सरकारले दिगो कृषि अभ्यासहरूलाई प्रवर्द्धन गर्न र वातावरण संरक्षण गर्न सक्छ । यसले खाद्यान्न उत्पादनमा वृद्धि गर्दै वातावरणमा कृषिको प्रतिकूल प्रभावलाई कम गरी दिगो विकासमा योगदान पुऱ्याउन सक्छ ।

यसले ग्रामीण उत्पादनलाई बजार उपलब्ध गराउन र ग्रामीण विकासमा योगदान पुऱ्याउन सक्छ । ग्रामीण क्षेत्रलाई सहरी बजारसँग जोड्न सडक, भण्डारण सुविधा र प्रशोधन केन्द्रजस्ता पूर्वाधारमा लगानी गरेर यसलाई हासिल गर्न सकिन्छ । यसले रोजगारीका अवसरहरू सिर्जना गर्न, ग्रामीण-सहरी बसाइँसराइ घटाउन र ग्रामीण उत्पादनको बजार उपलब्ध गराउन सक्छ । कृषिले लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन गरी सामाजिक विकासमा योगदान पुऱ्याउन सक्छ । नेपालमा, महिलाहरूलाई प्रायः कृषिमा निर्णय प्रक्रियाबाट वञ्चित गरिएको छ, उनीहरूको सहभागिता र योगदानलाई सीमित पाउँदै कृषिमा लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन गरेर, महिलाहरूले निर्णय प्रक्रियामा भाग लिन र कृषि उत्पादनमा योगदान दिन सक्छन् । यसले लैङ्गिक असमानता घटाउन, लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन गर्न र महिला सशक्तिकरणमा योगदान पुऱ्याउन सक्छ ।

अन्त्यमा, नेपालको विकासमा कृषिले महत्त्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउन सक्छ । कृषिमा लगानी गरेर सरकारले आर्थिक विकास, खाद्यान्न उत्पादन बढाउन, दिगो विकास प्रवर्द्धन, ग्रामीण विकास प्रवर्द्धन र लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन गर्न सक्छ । नेपालको नागरिकको हैसियतले देशको विकासमा कृषिले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्न सक्छ र दिगो विकास प्रवर्द्धन गर्न र गरिबी घटाउन कृषिमा लगानी गर्नु आवश्यक छ भन्ने मलाई विश्वास छ ।



अग्रिम रिजाल

क्रमाङ्कः २९००५

स्वास्थ्यको महत्त्व

रोग वा चोटबाट मुक्त हुनु भनेको स्वास्थ्य हो । स्वास्थ्य धेरै महत्त्वपूर्ण छ किनभने यदि हाम्रो स्वास्थ्य राम्रो छैन भने हामीले राम्रोसँग काम गर्न सक्दैनौं र हामीलाई रोगहरू पनि लाग्न सक्छ ।

एक जीवित प्राणीको जीवनमा स्वास्थ्य सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो । मानिसका लागि मात्र नभई जनावर र किरा हरूको लागि पनि महत्त्वपूर्ण छ । कसैको स्वास्थ्य राम्रो छैन भने बेवास्ता गर्नुहुँदैन । हामीले यसलाई सकेसम्म चाँडो ठिक गर्ने प्रयास

गर्नुपर्छ । यदि हामीले यसलाई बेवास्ता गर्नुभने हामीले अझ ठुला रोगहरूको सामना गर्नुपर्ने हुन सक्छ , जसले हाम्रो सम्पूर्ण जीवन बर्बाद गर्न सक्छ । रोगका कारण धेरैले ज्यान गुमाएका छन् । अहिले धेरैजसो मानिस रोगले मरिरहेका छन् । कतिपय मानिसहरू मात्र आफ्नो आयुसम्म बाँचिरहेका छन् किनभने मानिसहरू लागुऔषध, आत्महत्या, हत्या आदि जस्ता धेरै घटनामा फसेका छन् । तिनीहरू सोच्छन् कि तिनीहरूले यो रमाइलोको लागि गर्दैछन् तर तिनीहरूले आफ्नो जीवनमा प्रभावहरू बारे सोचिरहेका छैनन् ।

कोरोना भाइरस आएपछि स्वास्थ्य सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण भएको छ। यो २०१९ मा आयो। यसले सारा संसारलाई डराएको थियो। कोरोना भाइरसका कारण धेरैको मृत्यु भएको छ । पहिले मानिसले स्वास्थ्यको बारेमा सोच्दैनथे तर कोरोना भाइरस यति खतरनाक थियो कि अहिले सबै आफ्नो स्वास्थ्यलाई लिएर डराएका छन् र अहिलेका मानिसहरू आफ्नो स्वास्थ्यको बारेमा धेरै चिन्तित भएका छन् । यदि तिनीहरूको शरीरमा कुनै रोग छ भने, तिनीहरू जतिसक्दो चाँडो त्यसलाई निको पार्ने प्रयास गर्छन् । स्वास्थ्यका कारण धेरैलाई कुनै पनि काममा लगाइएको छैन । उनीहरूको स्वास्थ्य राम्रो नभएकोले उनीहरूमा काम गर्ने शक्ति छैन । स्वस्थ रहन हामीले जङ्ग फूडबाट टाढा रहनुपर्छ । पौष्टिक तत्वले भरिपूर्ण खानेकुरा हाम्रो स्वास्थ्यको लागि धेरै स्वस्थ र राम्रो हुन्छ । हामीले घरमै बनाएका खानेकुरा खानुपर्छ किनभने ती प्याकिङ् गरिएका खानेकुराभन्दा धेरै स्वस्थ हुन्छन् । प्याकिङ् गरिएका खानेकुराका कारण हामी क्यान्सरबाट

पीडित हुन सकछौं । त्यसैले जङ्ग फूड खाने बानी छ भने हामीले आफ्नो बानी छोड्ने प्रयास गर्नुपर्छ ।

त्यसैले हामीले सधैं स्वस्थ रहने प्रयास गर्नुपर्छ र यदि हामी बिरामी छौं भने हामीले बेवास्ता गर्नुहुँदैन, हामीले सधैं त्यो रोगबाट निको हुने उपाय खोज्नुपर्छ । हामीले जङ्ग फूड र तेल युक्त प्याकिङ्ग गरिएको खानाबाट टाढा रहनुपर्छ किनभने हामी क्यान्सरबाट पनि पीडित हुन सकछौं । सारा संसारलाई डराएको थियो । कोरोना भाइरसका कारण धेरैको मृत्यु भएको छ । पहिले मानिसले स्वास्थ्यको बारेमा सोच्दैनथे तर कोरोना भाइरस यति खतरनाक थियो कि अहिले सबै आफ्नो स्वास्थ्यलाई लिएर डराएका छन् र अहिलेका मानिसहरू आफ्नो स्वास्थ्यको बारेमा धेरै चिन्तित भएका छन् । यदि तिनीहरूको शरीरमा कुनै रोग छ भने, तिनीहरू जतिसक्दो चाँडो त्यसलाई निको पार्ने प्रयास गर्छन् । स्वास्थ्यका कारण धेरैलाई कुनै पनि काममा लगाइएको छैन । उनीहरूको स्वास्थ्य राम्रो नभएकोले उनीहरूमा काम गर्ने शक्ति छैन । स्वस्थ रहन हामीले जङ्ग फूडबाट टाढा रहनुपर्छ । पौष्टिक तत्वले भरिपूर्ण खानेकुरा हाम्रो स्वास्थ्यको लागि धेरै स्वस्थ र राम्रो हुन्छ । हामीले घरमै बनाएका खानेकुरा खानुपर्छ किनभने ती प्याकिङ्ग गरिएका खानेकुराभन्दा धेरै स्वस्थ हुन्छन् । प्याकिङ्ग गरिएका खानेकुराका कारण हामी क्यान्सरबाट पीडित हुन सकछौं । त्यसैले जङ्ग फूड खाने बानी छ भने हामीले आफ्नो बानी छोड्ने प्रयास गर्नुपर्छ ।

त्यसैले हामीले सधैं स्वस्थ रहने प्रयास गर्नुपर्छ र यदि हामी बिरामी छौं भने हामीले बेवास्ता गर्नु हुँदैन, हामीले सधैं त्यो रोगबाट निको हुने उपाय खोज्नुपर्छ । हामीले जङ्ग फूड र तेलयुक्त प्याकिङ्ग गरिएका खानाबाट टाढा रहनुपर्छ किनभने हामी क्यान्सरबाट पनि पीडित हुन सकछौं ।



वरुण कडरिया

क्रमाङ्क: २९०५३

स्वस्थ भोजन र त्यसको

महत्त्व

हाम्रो भविष्य र हाम्रो स्वास्थ्य हामीमा नै निर्भर छ । भविष्यमा स्वस्थ रहनका लागि हामीले अहिलेदेखि नै राम्रो भोजन गर्नुपर्छ । भोजन मात्र नभएर हामीहरूले योग र खेलकुदमा पनि सहभागी हुनुपर्छ । यसले हामीहरूलाई आफ्नो जीवन र शरीर निरोगी रहन मद्दत गर्छ ।

हामीले अहिलेबाटै खानाको लागि राम्रो बानी अपनायौं भने हाम्रो भविष्य राम्रो हुन्छ । यसरी नै हामीहरूले राम्रो भोजनको सेवन गरेमा पनि हाम्रो भविष्यमा प्रभाव पर्छ । राम्रो भोजनले नै भविष्यलाई सकारात्मक रूपमा बलियो बनाउँछ । हामीहरूले

खाएको भोजनले हाम्रो जीवनमा सकारात्मक र नकारात्मक ऊर्जा उत्पादन गरिरहेको हुन्छ । हामीलाइ थाहा छ, हाम्रो शरीरलाई कार्बोहाइड्रेट, भिटामिन, प्रोटीन जस्ता तत्वहरू चाहिन्छ । एउटा गाडी चल्नका लागि जसरी डिजेल वा पेट्रोल चाहिन्छ, त्यसरी नै हाम्रो शरीर चल्नका लागि हामीहरूलाई स्वस्थ खानेकुराहरू चाहिन्छ । कार्बोहाइड्रेट, भिटामिन, प्रोटीनजस्ता तत्वहरू भएका खाद्य पदार्थहरू हामीहरूले खायौं भने हाम्रो शरीरको विकास राम्ररी हुन्छ र हाम्रो शक्ति पनि बढ्छ । स्वस्थ भोजनमा पर्ने अन्य कुराहरूमा हरियो तरकारीहरू र सलाद पर्दछ भने पिउने पानी पनि प्रशस्त मात्रामा पिउन जरुरी हुन्छ । हामीले पोसिला खाने कुराहरूको नियमित सेवन गर्नुपर्छ । पाचनशक्ति बढाउनका लागि फाइबरयुक्त खानेकुरा खाने बानी बसाल्नुपर्छ । धेरै पकाएको, चिल्लो र तारेको खानेकुरा खाने बानी गर्नुहुँदैन । हामीले सन्तुलित भोजनलाई ध्यान दिन सक्थौं भने हाम्रो निरोगी र शक्तिशाली हुन सक्थौं । यसले हामीलाई मानसिक र शारीरिक दुवै रूपमा सक्षम बनाउँछ । यसले हाम्रो रगतलाई शुद्ध बनाउन पनि मद्दत गर्छ । हामीले हरिया सागपात र फलफूलहरू खायौं भने हामीलाई भिटामिन र कार्बोहाइड्रेट्सको कमी हुँदैन ।

हामीलाइ थाहा छ कि बाहिरी खानाहरू स्वस्थ भोजन मानिँदैनन् । हामीहरूले आफ्नो शरीरलाई स्वस्थ बनाउनका लागि ताजा, घरको भान्सामा पकाएको खानामा हरिया सागसब्जीको समावेश गरेर नियमित भोजन गर्नुपर्छ । हामीले बाहिरको खाद्यपदार्थहरू खायौं भने हामीहरू रोगी र कमजोर हुनसक्छौं । बाहिरी भोजनहरूमा धेरै तेल हालेको हुन्छ जुन हाम्रो शरीरका लागि राम्रो मानिँदैन । कुनैकुनैमा धेरै चिनी र कुनैमा धेरै नै नुन हालेको हुन्छ, यसबाट हाम्रो पाचनशक्ति कमजोर हुन्छ । हामीले सही मात्रामा भोजनको सेवन गर्नुपर्दछ । थोरै खानु र धेरै

खानु दुवै हाम्रो शरीरको लागि राम्रो होइन । धेरै थोरै खायो भने हामीलाई पेटको समस्या, पाचनको समस्या र ग्यास्टिकको समस्या हुन सक्छ । यी सबै कुराले हामीहरूको स्वास्थ्यमा प्रभाव पार्छ त्यसैले हामीले राम्रो खानेकुरा खाऔँ भने हाम्रो शारीरिक तथा मानसिक स्वास्थ्य पनि हुन्छ र हाम्रो शरीर मजबुत, बलियो र मानसिक रूपमा तन्दुरुस्त भयौँ भने हाम्रो पारिवारिक र सामाजिक जीवन पनि स्वस्थ हुन्छ । स्वस्थ जीवनका लागि स्वस्थ खाद्य पदार्थहरूको सेवन गर्न धेरै महत्त्वपूर्ण छ ।



अनुश्री आचार्य

क्रमाङ्क: २८००२

चाडपर्वमा देखिएको

विदेशी प्रभाव

(अनिता कक्षा ८ मा अध्ययनरत् छात्रा हुन् । एक दिन कक्षामा सामाजिक विषय पढाउने गुरुआमाले नेपालको चाडपर्वको बारेमा कुरा गर्नुभएको थियो । कक्षाको अन्त्यमा उनको एउटा साथीले हाम्रो चाडपर्वमा देखिएको विदेशी प्रभाव बारे सोध्छन् । गुरुआमाले यसको बारेमा खोजेर आउन भन्नुभएको कारणले उनले आमालाई यसको बारेमा सोधिन्छन् ।)

अनिता: आमा! आज कक्षामा नेपालका चाडपर्वका बारेमा कुरा भएको थियो अनि गुरुआमाले गृहकार्यको रूपमा नेपाली चाडपर्वमा देखिएको विदेशी प्रभाव बारे खोज्न भन्नुभएको छ । हजुरलाई यसको बारेमा थाहा छ ?

आमा: थाहा छ नि नानी! के थाहा पाउनु छ त त्यसको बारेमा ?

अनिता: हजुरलाई जे जे थाहा छ सबै कुरा भनिसो न ।

आमा: विगतको केही समयदेखि हाम्रा नेपाली चाडपर्वहरूमा विदेशीको प्रभाव बढ्दै आएको देख्न सकिन्छ । पहिला सबैसँग मिलेर मनाइने चाडपर्वहरू अहिले एकलै मनाइन्छ किनभने विदेशी प्रभावले हामीलाई त्यस्तै सिकायो ।

अनिता: यस्तो त भयो तर कुनै चाडपर्व विदेशी प्रभावका कारण मनाउनै छोडिएको छ र ?

आमा: (गम्भीर हुँदै) त्यस्तो पनि भएको छ । विदेशी समाजले हाम्रा चाडपर्वहरूलाई अन्धविश्वास भनेर भनेपछि हामी नेपालीहरूले ती चाडपर्व मनाउन छोडिम् । त्यसरी म नेपाली भनेर गौरव राख्नेले नै हाम्रा चाडपर्वहरू त्यागें ।

अनिता: (चकित हुँदै) ओहो! तर त्यस्तो चाडपर्वहरूमा मात्रै भएको हो र ?

आमा: हैन नि! चाडपर्वमा मात्र हैन, विभिन्न समाजमा मनाइने सांस्कृतिक गतिविधिमा पनि यस्तो भएको छ । जस्तै: पहिला समाजमा परिवारले गर्भवती महिलालाई दही चिउरा खुवाउने गर्थे तर अहिले त्यस चलन विदेशको "बेबी सावर" भन्ने चलनले ढाकेको छ ।

अनिता: (अझै जान्न इच्छुक हुँदै) सबै कुराको राम्रो र नराम्रो पक्ष दुवै हुन्छ । यसको पनि राम्रो र नराम्रो पक्ष दुवै छ होला नि । दुवै भनिसो न मलाई ।

आमा: हो छोरी । तिमीले भनेजस्तै सबै कुराको दुइटा पक्ष; राम्रो र नराम्रो हुन्छ तर यसमा मलाई राम्रो पक्ष हुन्छ जस्तो लाग्दैन । नकारात्मक पक्ष भन्नुपर्दा भने धेरै छ । विदेशी प्रभावका कारण हामीले आफ्नो अस्तित्व बिर्सिदै गएका छौं । अरूको पछि लाग्दा लाग्दै आफूलाई के चाहिन्छ भन्ने कुरा बिर्सिदै छौं तर यो कुरा बुझ्नुभन्दा हामी झनै यस्तै काम गर्दै छौं ।

(आमाले कुरा सक्नुअगाडि नै बुबाले कोठाबाट निस्किएँ बोल्नुभयो ।)

बुबा: चाडपर्वको कुरा गर्दा त त्यो भयो तर विदेशी समाजको प्रभावले हाम्रो विकास हुँदै गएको भन्न सकिन्छ । (आमाले बोल्न खोज्दा रोक्दै) अहिलेको बाटोघाटो सबै विदेशी प्रभावले विकसित भएको हो नि त ।

आमा: हामी त चाडपर्व र संस्कृतिको कुरा गर्दै छौं नि त ।

बुबा: (छोरीलाई हेर्दै) त्यसो हो भने म तिम्री आमाले भनेको कुरा नै स्वीकृत गर्छु ।

अनिता: त्यसो भए हाम्रो चाडपर्वमा देखिएको विदेशी प्रभाव नराम्रो हो त ?

आमा: मेरो विचारमा भन्ने हो भने हो । विदेशी प्रभाव नकारात्मक हो तर सबैले मेरै दृष्टिकोणले यसलाई हेर्ने गर्छन् भन्ने हुँदैन । कसैलाई यसले राम्रो गरेको छ भन्ने पनि लागेको हुन सक्छ । यस्तो अवस्था आइपर्दा कसैलाई आफूले भनेको कुरा सही हो र मैले भनेको मान्नुपर्छ भन्ने गर्नुहुँदैन । त्यसैले तिम्रो कुनै अर्कै विचार छ भने त्यो भने हुन्छ तर कक्षामा कसैलाई त्यस्तो नगर्नु है ।

अनिता: हस्! म कक्षामा सबैको कुरा भन्छु अनि मेरो पनि भन्छु अनि त्यहाँको कुरा हजुरहरूलाई पनि सुनाउँछु ।

आमा र बुबा: (हाँस्दै) भै हाल्छ नि नानी ।

आमा: ल अब यो सबै कुरा छोड अनि हात धोएर आऊ । खाजा खाने बेला भै सक्यो । बुबालाई पनि बोलाऊ ।

(अनिताले बुबालाई बोलाइन् र आमा र बुबासँग बसेर खाजा खान थालिन् ।)



सयुरी श्रेष्ठ

क्रमाङ्क: २८०१७

अनलाइन खेल

“हैन कति सुन्न सक्थो !! छिटो उठ त”, रिनाले आफ्नो भाइ सुरभलाई बिहान उठाउँदै भन्छिन् । “स्कूल जान ढिलो भै सक्थो”, रिना सुरभलाई रिसले उठाउँदै भन्छिन् । “हैन कति कराउन सक्थो ? उठ्दै छु त” सुरभ बिस्तारै उठ्दै भन्छ । “रात भरि गेम मात्र खेलेर बस्छ अनि कहाँबाट बिहान उठ्न मनलाग्छ त!” रिना फेरि बोल्छे । सुरभ पनि बोल्न आटेको हुन्छ तर त्यति बेला नै आमाले रिना र सुरभलाई कराउनुहुन्छ, “हैन बिहान बिहान कति कराउन सक्थो तिमीहरू स्कूल जान ढिला भइसक्थो, करा छ करा छ, छिटो गर।” रिना र सुरभ फटाफट स्कूल जान तयार हुन्छन् । बाटोमा रिना र सुरभ एकअर्कासँग

नबोली हिँड्छन् । त्यति नै खेर सुरभको साथी रमन ऊसँग हिँड्न आउँछ । “हिजोका गृहकार्यहरू गथौ तिमीले ?” रमनले सोध्छ, “अँ ह गर्ने पाँइन नि” भन्दै सुरभ रमनसँग स्कूलतर्फ लाग्छ ।

स्कूल पुगेपछि उनीहरू आ-आफ्नो कक्षामा जान्छन् । रिना सुरभभन्दा ४ वर्ष जेठी थिई । सुरभ कक्षा ६ मा पढ्थ्यो र रिना कक्षा १० मा । सुरभ कक्षामा छिर्नेबित्तिकै आफ्ना साथीहरूसँग खेल्न थाल्छ । पहिलो परीक्षा आउन थालेको हुन्छ त्यसैले कक्षाहरूमा सबैले त्यसैको अभ्यास गरिरहेका हुन्छन् । तेस्रो कक्षामा सुरभको शिक्षकले उसलाई आफ्नो गृहकार्य देखाउन लगाउँछन्, तर सुरभले गरेको हुँदैन । यो हप्ताको चौथो पटक सुरभले आफ्नो गृहकार्य गरेको थिएन । सुरभ पहिला यस्तो थिएन । ऊ एक असल र मेहनती विद्यार्थी थियो तर केही दिन ऊ आफ्नै दुनियाँमा हराइरहेको हुन्थ्यो र कक्षामा पनि उसको ध्यान हुँदैन थियो । सुरभको शिक्षकलाई यो कुराले सताउँछ र त्यो दिन उनले सुरभको आमालाई फोन गर्छन् ।

“नमस्ते म सुरभको नेपाली शिक्षक बोलेको ।” “ए... हजुर भन्नुस् न के कुरा हो” सुरभकी आमाले भन्नुहुन्छ । “हैन आजभोलि सुरभ नियमित रूपमा गृहकार्य गर्दैनन् र शिक्षकले पढाउँदा ध्यान पनि दिँदैनन् । के सबै ठिक छ? वा उसलाई केही समस्या छ हजुर? परीक्षा आउन आटी सक्थो यसरी त हुँदैन नि” नेपाली शिक्षकले भन्नुहुन्छ । “ए... मलाई पनि यी कुराहरू थाहा थिएन, म आज सुरभसँग कुरा गर्छु,।” “हुन्छ, धन्यवाद।” “धन्यवाद”।

बेलुका रिना र सुरभ फेरि केही नबोली दुबै जना सरासर हिँड्दै घर जान्छन् । घर पुग्दा सदा झैं उनीहरू हात मुख धोएर खान थाल्छन् । आमाले सुरभलाई केही भन्नुहुन्न । “रिना, आज तिम्रो

दिन कस्तो थियो त ?” आमाले सोध्नु हुन्छ। “राम्रै थियो आमा ।” “अनि तिम्रो नि सुरभ ?”। “मेरो नि राम्रै थियो आमा ।” “परीक्षा आउँन केही दिन मात्र बाँकी छ, तिमीहरूको तयारी कस्तो भैरहेको छ र ?” आमाले फेरि सोध्नु हुन्छ । “राम्रै भै रहेको छ आमा” रिनाले भन्छिन् । “अनि तिम्रो सुरभ ? ।” “मेरो पनि राम्रै भै रहेको छ” सुरभले भन्छ । “ल ठिकै छ, छिटो खाऊ अनि तिमीहरू पढ्न सुरु गर ।” आमालाई सुरभको चिन्ता त हुन्छ तर उनलाई अहिले केही भन्न मन लाग्दैन । एक घण्टापछि आमा रिना र सुरभलाई हेर्न जानुहुन्छ, दुवै जान आफ्नो काम मै व्यस्त थिए । आमालाई सुरभसँग कुरा गर्न मन त थियो तर के गर्ने ? कसरी गर्ने ? थाहा भएन । एक छिनपछि उनी रिनाको कोठामा गएर रिनालाई सोध्छन, “ रिना आज तिम्रो भाइको शिक्षकको फोन आएको थियो, उनले भाइले आजभोलि गृहकार्य गर्दैनन् रे कक्षामा पनि ध्यान दिँदैनन् भनेर उसका शिक्षकले भन्नुभएको थियो ।” “हो त नि आजभोलि त ऊ जति खेर पनि गेम मात्र खेलिरहेको हुन्छ, जति भन्दा पनि सुन्दैन, ।” “ओहो त्यसो पो, आम्मै अब फोन सोन केही दिदिन म!!” । “हैन आमा उसलाई फोन दिएन भने ऊ झन् मान्दैन, बरु उसलाई हजुरले केही नभन्नु फोन पनि दिनु, परीक्षा आइरहेको छ, एक थोपा पढेको छैन के गर्दो रहेछ हेरौं न ।” रिनाले आमालाई भन्छिन् । त्यसपछि आफ्नो गल्ती आफैँ थाहा पाउँछ भनेर, आमा र रिनाले सुरभलाई केही पनि भन्दैनन्, ऊ जति खेले पनि न पढे पनि कोहीले उसलाई केही भन्दैनन् । सुरु सुरुमा यस्तो कुरा देखेर सुरभलाई अचम्म लाग्छ र ऊ खुसी पनि हुन्छ तर पछि पछि उसको पढाइ खस्कदै गएपछि र परीक्षामा पनि ऊ बल्ल बल्ल पास भएपछि उसलाई आफ्नो गल्तीको महसुस हुँदै जान्छ ।

एक दिन स्कूलबाट आएपछि सुरभ आफ्नो कोठामा नै बसिरहन्छ, रिना र आमाले ऊ फेरि गेम खेलिरहेको होला भनेर हेर्न जान्छिन् तर ऊ परिश्रम गर्दै अर्को परीक्षाको लागि पढिरहेको हुन्छ । सुरभलाई देखेर आमा र रिना मुसुक्क हाँस्छन् ।



श्रीसद् शिवाकोटी
क्रमाङ्कः २७०१४
विद्यालय जाने चाहना

नेपाल प्रकृतिको सुन्दरताले भरिएको देश हो । यहाँ विकसित ठाउँहरू पनि छन् र दुर्गम अविकसित ठाउँहरू पनि छन् । विकसित ठाउँहरू सबै सुविधा सम्पन्न छन्, भने दुर्गम ठाउँतिर बाटो पनि पुगेका हुँदैनन् ।

यो कथा हो बैतडीको एक दुर्गम गाउँको । यो गाउँमा धेरै घरहरू त थिएनन् तर मानिस भने धेरै नै थिए । गरिबी र बाध्यताले उनीहरू एक घरमा धेरै जना बस्थे । तिनै घरहरूमा कोचिएर बसेका थिए हरिहर परिवारको परिवार । परिवारमा उनकी श्रीमती सीता परिवार, उसको जेठी छोरी राधा परिवार, माइली

छोरी विन्दु परिवार र उसको कान्छो छोरो रमेश परिवार ।

राधा त बिहे गरेर गइसकेकी थिई । त्यसैले त्यस घरमा विन्दु, रमेश र उनीहरूका बुबाआमा मात्र बस्थे । विन्दु १४ वर्षकी थिई र रमेश चाहिँ १० वर्षको थियो । त्यो गाउँमा विद्यालय त थियो तर त्यस विद्यालयमा शिक्षकहरू नै थिएनन् । कोही सहर गए त कोही पढाउनै आएनन् । रमेश र बिन्दुलाई पनि त्यही भर्ना गरिएको थियो तर उनीहरू कहिल्यै विद्यालय गएनन् ।

एक दिन रमेशलाई औधी नै ज्वरो आयो । गाउँमा अस्पताल त थिएनन् त्यसैले गर्दा हरिहर आफ्नो छोरालाई लिएर बैतडीको सदरमुकाम दशरथचन्द्रमा पुग्यो । रमेशलाई डोकोमा राखेर ३ घण्टा हिँडेर ऊ त्यहाँ पुगेको थियो । त्यहाँ अस्पतालमा भर्ना भयो र दुई दिनको उपचारपछि ऊ ठिक भयो । अर्को दिन उनीहरू त्यो सहर घुमे र पर्सिपल्ट उनीहरू आफ्नो घर फर्के । तर त्यो घुमाइले रमेशको पूरै भाव फेरियो । ऊ त्यहाँ घुम्दाखेरि उसले एउटा विद्यालय देखेको थियो । त्यो विद्यालयमा विद्यार्थीहरू राष्ट्रिय गान गाउँदै थिए । धेरै शिक्षकहरू थिए । राष्ट्रिय गानपछि अन्य कार्यक्रमहरू पनि भए । सबै जना आफ्नो कक्षाकोठातिर गए । त्यो देखेपछि रमेशलाई पनि विद्यालय जान मन लाग्यो । उसले आफ्नो बुबालाई पनि भनेको थियो तर बुबाले सुने पनि नसुनेझैं गर्नुभयो । त्यो देखेर रमेशको चित्त दुख्यो । उनीहरू घर पुगिसकेपछि रमेशले फेरि यही कुरा निकाल्यो । बुबाले त्यो विद्यालय धेरै टाढा र महँगो भएको कुरा गरे । रमेशले त्यसपछि जसरी भए पनि त्यही विद्यालयमा पढ्ने जिद्दी गर्‍यो, रोयो र करायो । त्यसको फल चाहिँ बुबाको एक थप्पड र आमाको गाली खायो ।

दिनरात ऊ त्यही विद्यालयको बारेमा सोचिरहेको हुन्थ्यो । ऊ सपनामा पनि त्यहीँ पढेको देख्थ्यो । एक दिन एक जना विद्यालय प्रतिनिधि उनीहरूको गाउँमा आएर विद्यार्थीहरूलाई सूचना

दिन्छन् “यस गाउँबाट उत्कृष्ट तीन जनालाई छात्रवृत्तिका साथै छात्रावासको पनि सुविधा दिइने छ । छनोट भने शनिबार बिहान १० बजे दशरथचन्द्र माध्यमिक विद्यालयमा हुने छ ।” यो सुनेर रमेश खुसीले गद्गद् हुन्छ र बुबालाई त्यहाँ पुऱ्याउनु भनेर भन्छ । बुबाले पनि सितैमा छोरो पढ्न पाउने भयो भनेर उसलाई त्यही लिएर जानुभयो । शुक्रबार बेलुका रमेशले पुस्तकालयबाट पुस्तक पढेर तयारी गर्छ । भोलिपल्ट बिहान सबेरै उठेर ऊ त्यही विद्यालय जान्छ र जसरी भए पनि परीक्षामा उत्तीर्ण हुने सङ्कल्प गर्छ । ऊ त्यहाँ परीक्षा दिएर फर्कन्छ । त्यो रात ऊ निदाउनै सक्दैन । सोच्दासोच्दै भोली बिहान हुन्छ ।

बिहानै ऊ त्यही विद्यालय जान्छ र बोर्डमा टाँसेको नतिजा हेर्छ । ऊ बिस्तारै त्यहाँ भएको नाम हेर्छ । पहिला अमनको नाम आउँछ र दोस्रोमा देख्छ ‘ रमेश परिवार ’। ऊ खुसीले गद्गद् हुन्छ र उफ्रिन थाल्छ । पछाडिबाट एउटा शिक्षक आएर रमेशलाई बधाई दिन्छन् र उसलाई भन्छन्, “यो हप्ता तिमी यही होस्टेलमा बस र अर्को हप्तादेखि पढ्नुपर्छ ।” उसका बुबाले त्यो शिक्षकप्रति धेरै आभारी प्रकट गर्नुभयो र रमेश पनि धन्यवाद ! भन्दै थियो । उसको आँखामा खुसीको आँसु छचल्किरहेको थियो । त्यसको भोलिपल्ट उसका बुबा घर फर्के । ऊ त्यहाँ अलि डर र बढी खुसीका भोली आउने दिनको कल्पना गर्दै बस्यो ।

यो त नेपालको विकट गाउँको एउटा मात्र कहानी हो । यस्ता सङ्घर्षका थुप्रै हजारौं कथाहरू त सुनाउनै बाँकी छन् । रमेशजस्ता हजारौं स्कुल जान नपाएर तड्पिरहेका हुन्छन् ।



सुप्रभ आचार्य

क्रमाङ्क: २७०१४

आशाको किरण

हरियाली र रमणीयताले भरिएको एक सुन्दर गाँउमा एक महिला बस्दथिन् । उनको नाम आशा थियो । उनको एक छोरा पनि थियो । उसको नाम किरण थियो । आमाछोराको लवाइखवाइ खासै नभए पनि इमानदारीतामा उनीहरू अब्बल नै थिए । मेरी आमाका अनुसार आशा एकल महिला रे । उनका श्रीमान् केही वर्षअगाडि वैदेशिक रोजगारीमा जाँदा उतै बितेकाले यहाँ गाँउमा अहिले आशा र किरण मात्र बसेका छन् । किरण यसो उमेरले हेर्दा मभन्दा अल्ली पाको हो कि जस्तो लाग्थ्यो मलाई तर म निजी विद्यालय र ऊ सरकारी विद्यालयमा

पढ्ने भएकाले हाम्रो भेट हुन मुस्किल नै हुने गर्दथ्यो । बिहान मेरो विद्यालयको बस छिट्टै आउने भएकाले बिहान ऊ विद्यालय गएको मैले खासै देखिदिएँ तर आइतबार भने मेरो विद्यालय बिदा

हुने भएकाले ऊ विद्यालय जाने र आउने गरेको मैले देखेको थिएँ । आमाले भनेअनुसार ऊ कक्षा १० मा पढ्ने विद्यार्थी थियो । मिहेनती र अब्बल पनि थियो भन्ने मैले थाहा पाएको थिएँ ।

आशा र किरण मेरो घर नजिकै बस्ने भएकाले मैलेभन्दा बढी मेरी आमाले उनीहरूको बारेमा थाहा पाउनु नौलो कुरा भएन । फेरि मेरी आमा सामाजिक काममा चासो राख्ने भएकाले यस किसिमका कुरामा उहाँको बढी नै ध्यान हुने गर्दथ्यो । बुबा र आमाका बेलुकाका भलाकुसारीबाट पनि समाजमा, छिमेकमा कस्ताकस्ता समस्याबाट मानिसहरू गुजिरहेका छन् र त्यस्ता नागरिकका समस्यामा जुन नेताले जिते पनि मलमपट्टि लगाउन नपाँउदा आमाबुवा दुवैका गफमा चिन्ता मिसिएको हुन्थ्यो । मैले उहाँहरूका कुरामा खासै चासो नदेखाए पनि कुरा भने सुनिरहेको हुन्थेँ र मनमा गुनिरहेको पनि हुन्थेँ ।

आशा साक्षर र मेहनेती थिइन् । उनले आफ्नो गुजारा चलाउन र छोराको शिक्षा, पालनपोषणका लागि ज्यामी काम गर्दथिन् । छिमेकीहरूका बिहान बेलुकाका भाँडा मोल्ने र खेतबारीमा सघाएर कमाएको पैसाले उनले किरणको खर्च र आफ्नो खर्च पनि धानिरहेकी थिइन् । यस किसिमको गुजारामा आमाछोराको जीवन चलिरहेकोमा मेरी आमाले बेलाबेलामा चिन्ता गरिरहेको मैले देखेको थिएँ । दिनहरू यसरी नै बितिरहेका थिए ।

एक दिन हाम्रो पालिकामा स्थानीय मानिस भेला हुने खबर आयो । आमाले पनि त्यस भेलामा जाने निधो लिनुभयो र जानुभयो । उक्त भेलामा स्थानीय महिलाहरूका लागि सिप विकास तालिमको अवसर आए र आफ्नो टोलमा पनि जो जो छन् उनीहरूको नाम दिनुपर्ने प्रस्ताव आयो । यस्तो कुरा भएपछि मेरी आमाले आशाको नाम सिफारिस गरिदिनुभयो । फर्किएर आशालाई सबै कुरा बताउनुभयो । आशाले पनि तालिममा जाने निधो गरिन् र बिहान बेलुकाको कामसँगै दिउँसो च्याउखेतीको तालिम सिक्ने निधो गरिन् ।

समय बित्दै गयो । किरणको एस.ई.ई.को परीक्षा पनि नजिकिँदै थियो । आशाको तालिम पनि सकियो । तालिमपश्चात् पालिकाले नै आर्थिक स्थिति कमजोर हुनेलाई आवश्यक सामग्री, च्याउको बिउसहित तालिम लिनेले खेती गरेमा त्यसबाट भएको उत्पादन पालिकाले नै किनिदिने भयो । यो सुनेर आशाले च्याउ खेती गर्ने निधो गरिन् । नभन्दै उनको च्याउ खेती राम्ररी नै चल्दै गयो । उता किरणले पनि एस.ई.ई. परीक्षा सकेर आफ्नी आमाले गर्दै आएको च्याउ खेती सञ्चालनमा सहयोग गर्यो । उनीहरूको उत्पादन दिन दुगुना, रात चौगुनाको दरले फस्टाउँदै गयो । आशाका दिन खुसीमा बितिरहेका थिए । किरणको पनि एस.ई.ई.को नतिजा प्रकाशित भयो । ऊ ए ग्रेड ल्याएर पास भयो । मिहिनेती आमाको मिहिनेती छोरो किरणले जेटिए कोर्स पढ्ने रहर

गयो । त्यसका लागि ऊ जेहनदार विद्यार्थी भएकाले पालिकाले उसको पढाइ खर्च ब्यहोरिदिने निधो गर्यो । किरणले पनि आमाले गरेको दुःख मेहनत र पालिकाले गरेको सहयोगलाई हृदयमा राखेर कडा मेहनत गरेर जेटिए तालिम सक्यो । उसले आफ्नो कक्षामा सधैं अब्बल काम गरेकाले उसले जेटिए पढेको क्याम्पसले पनि किरणलाई सम्मान गर्दै उसकी आमाले सञ्चालन गरिरहेको च्याउ खेतीमा सहयोग गर्ने निधो गर्‍यो ।

आमा छोराकै मेहनतका कारण आशाको किरणले आशाको जीवनमा उज्जालो किरण फैलाउँदै गयो । किरणले आफ्नो पढाइ सकेर आमाले गरेको च्याउ खेतीलाई फर्मको रूपमा दर्ता गर्‍यो । मिहिनेत गरेअनुसार उनीहरूले गरेको च्याउले बजार पाउँदै गयो । किरणले पहिले आमाले सञ्चालन गरेको पाराले च्याउलाई विभिन्न च्याउहरूको उत्पादनमा परिणत गर्‍यो । अब उसले आफ्नो च्याउ खेतीलाई खेतीमा मात्र सीमित राखेन र त्यसलाई ऊ ध्यानको रूपमा च्याउ खेतीको तालिम केन्द्रको रूपमा विकास गर्‍यो । उसको च्याउले देश विदेशको बजारमा राम्रो स्थान पायो ।

एक दिन कृषि मेलामा किरण र आशा सम्मानितसमेत हुन पुगे । कडा मेहनत र परिश्रमले गर्दा आशा र किरणको जीवन सफल र सुन्दर हुन पुग्यो । परिश्रमको फल मिठो हुन्छ भने जस्तै आफ्नो जीवन गुजारा गर्न चलाएको आशाको च्याउ खेती उनको सपना छोराको मेहनत र सबैको साथ सहयोग र हौसलाले तालिम केन्द्र र उद्यानको रूपमा परिणत भए । साँच्चै आशाको जीवनमा छोरो किरण आशाको किरण भएर उदायो ।



क्रिस्टिना राई

क्रमाङ्क: २७००६

मेरो कथा

बिहान भएको पनि पत्तो भएन । तलबाट काकीको चर्को स्वरले म झसझ बिउँझें । बालालाई सेतो कपडाले छोपेर माथिल्लो घरको आँगनमा राखेको सपनाले मलाई चिन्तित बनायो । बा बितेको पनि झन्डै सात महिना भैसक्यो तर पनि त्यस कठोर दिनको झझल्कोले भने मलाई हरेक रात अझै पनि सताउँछ । के गर्नु सानी भए पनि जीवनले कठिन समय दिएकै छ ।

"घाम टाउको माथि आइसक्यो, महारानीको अझै पनि उठ्ने बेला भएको छैन" तलबाट काकी रिसाउँदै कराइन् । हुन त यो मेरो दैनिकी नै भइसक्यो । यस संसारमा रहेको मेरो अन्तिम सहारा नै काकी हुन् । मलिन अनुहार लिएर भित्रेकी थिएँ, म यो घरमा । लाग्थ्यो कि जीवनमा सारा संसार गुमाए पनि आफ्नै एउटा पराइको घर भन्ने चाहिँ थियो तर अफसोस मेरै भाग्यले मलाई साथ

नदिएको हो कि ! यसरी नै सहेको छु । यी ७ महिना आफ्नो हात बन्द गरी । आफ्नो स्वर गुमाएर मात्र सक्रिय राखेको छु, मेरो भावना । भावनालाई प्रत्येक दिन लेखेको छु आफ्नो दैनिकी किताबमा जीवनमा ठुलो विसङ्गति ल्याए पनि, मलाई सानो खुसी दिने यो किताब सारा संसारलाई देखाउने छु र आफ्नो लेखनलाई इतिहासको पानामा कोर्ने छु ।

"गाईलाई घाँस काट्न जानुपर्दैन । आफूले त खाना पाएन पाएन, बिचरा ! वस्तुभाउलाई नि खाना दिन्नस् अलच्छिना ।" काकी फेरि कराउन सुरु गरिन् । बजिराख्छन् यी तिखा वाणहरू यता कानदेखि अर्को कानमा । "बाउ आमालाई त जिउँदै खाइस्, भाको मेरो सम्पत्तिमा नि हात लगाइस् हैन ।" "बग्छन् खोला यी आँखाबाट तर यी आँसु पुछिदिने न त कोही छ । फटाफट घाँसको डोको बोकेर हिँडे म, गोठमा गाई बाख्रालाई । घाँस दिए अनि बाटैबाटो लागें । दिउँसो १२ बजिसकेको थियो । बिहानदेखि १ घुट पानी पनि पिएकी थिइँन ।

काकीले झट्ट आएर पस्किन् चिसो बासी भात र खोले । तातो भोजन खान नपाए पनि, काकीको मायाको आशमा अझै पनि म बसेकी छु । थाहा छैन यो एकबारको जुनी भोलि नै अन्तिम छ कि ! तापनि आफ्ना सक्रिय आँखा र भावनाले यस संसारलाई नभोगे पनि देखेर मेरो किताबमा सजेकी छु ।

हेर्छु त्यो सानो झ्यालबाट स्कुलको ड्रेस लाएर, हातमा किताब र पिठ्युँमा झोला बोकी विद्यालय हिडेको । छ, रहर मलाई पनि यी केटाकेटी जस्तै विद्यालय जान तर, मेरो चाहाना र इच्छाहरू झुल्केको पहेंलो घाम जस्तै अँध्यारोमा डुब्छ । आँखाभरि आँसु बोक्दै र मनका पीडा लुकाई लेख्छु । मेरो किताबका पानाहरूमा । जाडो गयो गर्मी आयो मानिसहरू नयाँ पोसाक फेरे चाडबाड मनाए, खुसीको बाटो मोडे तर म भने यही अँध्यारोमा कोठामा बसेर लेखे मात्र । न त मसँग जाने कुनै बाटाहरू खुसी ल्याइने कुनै सङ्गति नै छ ।

साँझ ढल्किन्छ केही घण्टामै, त्यसैले यही आफ्नो किताब काँधमा च्यापी हिँडे म बाटैबाटो मेरो शान्त भूमिको खोजीमा । जाँदैजाँदा बाटोमा एक्कासि अनौठो भेट भयो । तल रचना दिदीको भाइ । ऊ पनि थियो होला, मेरै उमेरको भर्खर स्कुल सकेर घर फर्केको हुनुपर्छ । "के च्यापेर हिडीँ कि नि त" मोहनले मलाई प्रश्न गन्यो । हुन त यो मेरो जीवनकै एकमात्र साथी हो, हरेक दिनको मेरा भावनालाई बुझिदिने यो किताब, मेरो आफ्नै ज्यानभन्दा प्यारो थियो । तर मैले उसलाई जवाफ भने अरु नै दिए" काकीले किनिदिनु भएको चित्रबुक हो । उत्साहित अनुहारले मोहन मेरो किताब माग्नु थाल्यो । मलाई भने मेरो यो किताब सारै प्यारो भएकाले न कुनै हालतमा पनि उसलाई पढ्न दिदिनथेँ । मुन्टो हल्लाउँदै म आफ्नो बाटोतिर लागे । पछाडि भने

मोहन मेरैपछि आउँदै रैछ । केही बेरमै पुगे एउटा ठुलो पिपलको बोटमुनि । अनि आफ्नो किताब खोलेर लेख्न थालें ।

पछाडिबाट मोहनले यत्रो बेरसम्म हेरिरहेको मलाई केही पत्तो भएन । एक्कासि आएर उसले त्यो किताब मेरो हातबाट खोस्यो र पढ्न थाल्यो । म आत्तिएर लिन खोजें तर त्यति बेलासम्म हार मानेर मैले मोहनालाई पढ्न नै दिएँ ।

ऊ मेरो च्याप्प हात समातेर मलाई उसको घरको बाटैबाटो लग्यो । मनमा आए हजारौं प्रश्न र प्रसङ्ग तापनि ओठ काप्यो र मुखबाट एक शब्द पनि बोली फुटेन ।

केही समयमै उसको घर पुगेँ, घर पुगेर एउटा पत्र उसले मेरो हातमा राखिदियो र भन्यो "भोलि बिहान सबेरै तयार भएर बस्नु ! म रमेश सरलाई लिएर तिम्रो काकीको घर आउँछु" त्यति भनेपछि म सरासर आफ्नो बाटो लागें र केही बोलिनँ । घर गएर पत्र पढें, पत्रमा "बालबालिका रचना प्रतियोगिता" लेखिएको थियो । रातभर यही प्रसङ्ग मनमा खेलाई भोलि बिहान भयो । काकीको दैनिकी गाली सुने पनि घडीमा समय हेर्दै मोहनलाई कुरें ।

परबाट दुई व्यक्ति आइरहेको देखें त्यसपछि उनीहरूसँगै म पनि लागें अध्ययन माध्यमिक विद्यालय मोहनकै साथ मै बसेँ । विद्यालयमा कार्यक्रम भएर होला निकै राम्रो सजावट थियो । मोहन मलाई मञ्चप्रति इसारा गर्दै गन्यो । म केही नबोली आफ्नो किताब च्यापी मञ्चमा गएर आफ्नो किताबको अन्तिम पानालाई पढ्न थालें ।

त्यस दिनदेखिको ताली आजसम्म मलाई मेरो ओठमा मुस्कान ल्याउँछ । जीवनलाई विसङ्गतिले घेरे पनि, त्यो सानो अवसरले आज मलाई यहाँ हजुरको अगाडि सम्मान र माया दिएको छ । त्यसरी नै सुरु भयो मेरो जीवनको किताब, मेरो कथा !



सौहार्द बज्राचार्य
क्रमाङ्क: २६०१०
परिवर्तनको प्रेम

भानुपुर नामक गाँउमा, दुई युवाहरूले आफूलाई प्रेममा पाए । रोहन, एउटा माथिल्लो जातको दयालु युवा र पूजा, एउटा तल्लो जातको युवतीलाई प्रेमको बन्धनले कस्यो । रोहन र पूजाको पहिलो भेट गाँउको वार्षिक फसल उत्सवमा भएको थियो, उत्सवको सङ्गीतको बिचमा । उनीहरूका आँखा अङ्किएर र दुवैको मनमा सारङ्गी बजेझैं भयो । उनीहरूको प्रत्येक नजरमा उनीहरूबिच बन्धन बाँधियो । सामाजिक मान्यताहरूको पर्वाह नगरी उनीहरू अन्धाधुन्ध प्रेममा परे ।

काँडाहरूमा लुकेको फूलजस्तै उनीहरूको प्रेम फुल्यो । उनीहरू गाँउका कुना काँप्यामा लुकेर भेटेर, उनीहरूले आफ्नो प्रेम कथा लेखे । उनीहरू ताराको मुनि बसेर आफ्ना सपना साकार पारे । दिन रातमा परिवर्तन भएझैं, उनीहरूको मन उनीहरूका पुर्खाहरूको बन्धन जातीय सीमानाको भावनाले रोक्न सकेन ।

उनीहरूको प्रेम कथा उनीहरूको परिवारमा पुग्दा त आकाश खसेझैं भयो । रोहनको परिवारले यसबारे थाहा पाउँदा त उनीहरूले रोहनलाई आफ्नो सन्तान नै मान्न सकेनन् । सयौं वर्षदेखि गाँउको सबैभन्दा धनी र माथिल्लो जातको परिवारको सन्तानले एउटा तल्लो जातकी केटीलाई प्रेम गर्दा त समाजले के भन्छ भनेर रोहनको परिवारलाई चिन्ता थियो । रोहन र पूजाको विवाह भयो भने रोहनको परिवारको बेइज्जत हुने र समाजमा उनीहरूको स्तर कम हुने भन्ने रोहनको परिवारलाई चिन्ता थियो ।

रोहनको परिवारले जति दबाव दिए पनि, पूजालाई रोहन छोड्न लाखौं दिए पनि, उनीहरूको प्रेम अविभाज्य थियो । उनीहरूले आफ्नो प्रेम सम्बन्धमा कुनै पनि समस्या आएमा सँगै सामना गर्न रोजे । यो कुरा देखेर रोहनको परिवार झन् क्रोधित भए । यद्यपि, उनीहरूको प्रेम फुटाउन नै नमिल्ने देखियो ।

उनीहरूको प्रेम जति बढ्दै गयो, गाँउमा कानाखुसी र कुरा डढेलो झैं फैलियो । धेरैले यो प्रेम सम्बन्ध स्वीकार गर्न मानेनन् र यसले गाँउको जातीय विभाजनलाई नै परिवर्तन गरी दियो । तल्लो जातले पनि पढ्न पाउन र काम गर्न पाउन भनेर मानिसहरूले आवाज उठाउन थाले । दिनप्रति दिन रोहनको परिवारको रिस बढ्दै गइरहेको थियो ।

एक दिन रोहन र पूजाले आआफ्नो परिवारको अगाडि आफ्नो प्रेम कतिको बलियो छ भनेर प्रमाणित गर्न दुई परिवारलाई एकअर्कासँग भेटाए । आआफ्नो परिवारको अगाडि उनीहरूले जातीय विभाजन नराम्रो भएको र सच्चा प्रेमलाई कसैले रोक्न नसक्ने कुरा गरे । आँसु बगे, गाली आए, आवाज उठे जसले परिवारलाई नै टुक्रायो ।

दुवै परिवारको प्रतिक्रिया अलग अलग थियो । कोही रोहन र पूजाबिचको साँचो प्रेमलाई स्वीकार गर्न माने भने कोही समाजले के भन्छ भन्ने चिन्तामा थिए । उनीहरूको यात्रा कठिनाई र रूपान्तरणले भरिएको थियो । बिस्तारै उनीहरूको प्रेमलाई सबैले स्वीकार गर्न थाले । जातीय विभेद र विभाजनको भित्ता भत्किन थाल्यो । साथीहरू र सहयोगीहरूले उनीहरूको प्रेमलाई समर्थन गर्न थाले । उनीहरूको प्रेम कथा एउटा ज्योति बन्यो, त्यसले भानुपुरलाई नै परिवर्तन गर्‍यो ।

बिस्तारै, गाँउमा जातीय प्रतिबन्धहरू कम हुन थाले र अन्तरजातीय विवाह, चुनौतीपूर्ण भए पनि, कम निषेधित भयो । रोहन र पूजाको कथाले समावेशी समाज बनाउने एउटा बाटो बनाएको थियो । उनीहरूको प्रेम कथा एउटा उदाहरण भयो; प्रेमलाई जात वा धर्मले रोक्दैन, जसले साँचो प्रेम गर्छ, उसलाई कैसैले रोक्दैन । उनीहरूको विरासत गाउँको इतिहासमा सधैं कोरिने छ, आगामी पुस्ताहरूका लागि एउटा आशा र परिवर्तनको प्रतीक बन्ने छ ।



रुसिना तामाङ

क्रमाङ्क: २६००८

कुरूपीको कुरूपता

कैयौं वर्ष अगाडि त्यो काठमाडौं सहरको बागबजारका गल्लीहरूमा कृष्ण विस्ट र राधा विस्टको सानो र सुन्दर घरमा कुरूपीको जन्म भएको थियो । यो सानो र सुन्दर घरको सुन्दर परिवारको कथामा विडम्बना के थियो भने कृष्ण र राधा नाम गरिएका व्यक्तिहरू जो समाजमा एकदमै सुन्दर र राम्रा व्यक्तिहरूको नामले चिनिन्थे । यस्तो व्यक्तिहरूको परिवारमा जन्म लिएकी थिई कुरूपीले ।

हुन त कुरूपीको नाम कुरूपी थिएन । कृष्ण र राधा नाम गरेका मानिसहरूले आफ्ना सन्तानलाई कुरूपी नाम दिएका थिए । तर कुरूपीको साच्चीको नाम त मैले पनि बिर्सिसकेँ । खै के थ्यो के ?

तर उसलाई सबैले कुरूपी नै भन्ने गर्ने भएकाले उसको नाम कुरूपी भएको मात्र याद छ, मलाई । यो नाम उसले किन पाई होला भनेर अनुमान गर्न धेरै सजिलो छ ? हो, उसलाई यो नाम उसको कुरूप रूपको कारणले दिइएको थियो ।

आफ्नो बुबापट्टि लगेर कुरूपी कालो रङ्गले धब्बा गरेको छाला लिएर जन्मेकी थिई । तर जसरी उसको बुबालाई कालो चाल सुहाउँथ्यो त्यसरी कुरूपीको कालो चालले उसलाई सुहाउँदैनथ्यो । झन् उसको कुरूपताको मुख्य कारणझैं थियो ।

बिचरी त्यो कुरूपी । सानैदेखि उसित आफ्नो भन्नलाई कोही पनि थिएन । उसका आमाबुबालाई उसलाई माया नगरेको होइन । उसका आमाबुबाले उसलाई सारै माया गर्थे । यति धेरै माया गर्थे कि आफ्नी छोरीको कुरूपताको उपचार गर्न सकेसम्म जति कुराहरूले उपाय होला जस्तो लाग्यो ती सबै उपायहरू अपनाए । तर कुरूपीको दाग उसको छालामै टासिएको भएकाले त्यो दाग जति घोटे पनि जाँदैन थियो ।

कुरूपीले यो मायालाई घृणाको रूपमा लिई । हरेकपल्ट उसका आमाबुबाले उसलाई कोठामा लुकाउन खोज्दा छाला सेतो बनाउन सयौं साबुन र क्रिमहरूको उसको इच्छाविना प्रयोग

गर्नुपर्दा, उसको बिग्रेको दात मिलाउनुपर्दा, उसको आँखा राम्रो देखाउन गाजल लगाउनुपर्छ । पर्दा, उसको मुख राम्रो देखाउन कपालले छोप्नुपर्दा, उसको मनमा उसको आफूप्रति र आफ्नो आमाबुबाप्रति घृणा बढ्थ्यो तर उसलाई समाजप्रति कहिले घृणा लागेन । जसले उसलाई कुरूपीको नाम दिएको थियो र जसले उसलाई कुरूप कहलायो त्यो समाजलाई कुरूपीले कहिले दोषी मानिन ।

कुरूपी सारै साहसी छे । आफ्नो अगाडि आउने सबै कुरा सहन्छे । उसको २३ वर्षमा मागी विवाह हुन आँटको बेला उसले जब बल्ल उसको कोही होला भन्ने ठानेकी थिई । उसको हुन आँटको श्रीमान्ले कुरूपीजस्तो कुरूप श्रीमतीसित बाँच्न सक्दिन भनेर आत्महत्या गर्दा कुरूपीले त्यो दुख सही । आफूलाई यो संसारमा माया गर्ने दुई जना मात्र, उसका आमा र बुबाले उसलाई ३७ वर्षको उमेरमा छोडेर जाँदा, केही छैन उसले त्यो दुख पनि सही । ४० को उमेरमा उसले ९ वर्षको केटोलाई गोदमा लिई । छोरोको नाम उसले छानेर बुझेर आशिष राखी । त्यो छोरोलाई पुरै संसार दिई । आफूले कहिले नपाएको माया दिई तर समाजले त्यो छोरोलाई आमाको कुरूपताको कारण हेप्र थाले पछि त्यो छोरोले पनि ठुलो भएपछि कुरूपीलाई छोडेर गयो । कुरूपीलाई उसले चिन्ने मान्छेहरूले पनि चिन्दिन भनेर छोडेर गए ।

८९ वर्षको उमेरमा जब कुरूपी आफ्नो मृत्युशय्यामा मृत्युको पर्खाईमा थिई, तब उसको छोरालाई ऊ भएको ठाउँमा ममताको यादले तानेर ल्याएको थियो । सबैले छोडेर गएको कुरूपीले आफ्ना अन्तिम शब्दहरूमा सायद उसको जन्ममा उसलाई भगवान्ले पनि छोडेर गएको थियो होला त्यसैले उसको त्यति कुरूप भएको भनेर भनी । उसले अन्तिमसम्म आफ्नो दुखी जीवन आफ्नै कुरूपताको दोष लगाई तर समाजलाई कहिले दोष लगाइन ।

यो थियो मेरी आमा कुरूपीको कथा र म हुँ उसले संसारको सबै माया दिएको सबै ममता दिएको र उसलाई उसको बुढेसकालमा छोडेर गएको उसको प्यारो छोरो आशिष जसको अर्थ 'आशिर्वाद' ।



मानश्री सापकोटा

क्रमाङ्क: २६००४

निरानाको अवलोकन

ग्रिम गाउँमा निराना नामकी केटी बस्थी । निराना बाजको आँखा भएकी केटी थिई । उसले मानिसहरूका कुरा सुन्थी र उनीहरूसँग कहिल्यै नबोले पनि केही दिनको अवलोकनका साथ तिनीहरूका विशेषताहरू विश्लेषण गर्थी । निरानाले सानैदेखि मानिसलाई हेर्ने बानी बनाएकी थिई किनभने ऊ लजालु स्वभावकी थिई । त्यसैले कसैसँग बोल्ने हिम्मत नहुँदा उसले उनीहरूलाई हेर्ने गर्थे । बाल्यकालमा साथी बनाउने उसको यो तरिका थियो तर अब ऊ मानिसहरूलाई मनोरञ्जनका लागि मात्र अवलोकन गर्छे ।

एक दिन चट्टानी सडकमा हिँड्दा निरानाले हराएको पोस्टर देखी । पोस्टर हराएको बिरालोको बारेमा थियो । बिरालो खैरो र सेतो रङ्गको थियो । बिरालो आज हराएको रहेछ । निरानाले आफ्नो याद गरी कि उसले यो बिरालोलाई कतै, कतै पसल नजिकै देखेकी थिई । निरानाले आफ्नो स्मरणशक्तिमाथि प्रश्न गरिरहेकी थिई, त्यसैले ऊ पसलमा गई र बिरालो साँच्चै त्यहाँ थियो । निरानाले बिरालोलाई छक्क पार्न चाहिनन् । त्यसैले बिरालो उठाउनुको सट्टा हराइरहेको पोस्टरबाट नम्बरमा फोन गरी र मालिकले बिरालो उठाउन आए । यसरी उसको तिखो अवलोकनले अन्य मानिसहरूलाई मद्दत गरेको छ । निराना आफ्नो गाउँमा स-साना कुराहरूबाट चिजहरू चिन्न सक्ने भएकाले चिनिन्थी, यो त उसका लागि केही होइन ।

आजको दिन विशेष थियो किनभने उसको घरमा एउटा रहस्यमय नोट देखा परेको थियो । नोटमा लेखिएको थियो, "म तिमीलाई म को हुँ भनेर पत्ता लगाउन चुनौती दिन्छु । यदि तिमीले मलाई भेटाउनु सक्थौ भने तिमीले ठुलो इनाम पाउने छौं ।" उत्सुक निरानाले आफ्नो रहस्यमय नोट प्रेषक खोज्नको लागि यात्रा सुरु गरी । निरानाले आफ्ना आमाबाबुलाई प्रश्न गर्न थाली किनकि उसका आमाबाबुलाई सम्पर्क नगरी उसलाई नोट कसले पठाउन सक्छ ? दुर्भाग्यवश निरानाका लागि, उसका आमाबाबुले केही भनेनन् । उनीहरूले आफ्नो मुख बन्द राखे, यसको मतलब उनीहरूलाई केही थाहा थियो तर उनीहरूले यो गोप्य राखेका थिए, त्यसैले अब आफ्नो प्रेषक खोज्ने काम निरानामा निर्भर थियो ।

निरानाले नोटमा भएको हस्तलेखनलाई आफूले चिनेका व्यक्तिहरूको हस्तलेखनसँग तुलना गरी । हस्तलेखन उसका छिमेकीहरू उसका साथीहरू वा आमाबाबुसँग पनि मेल खाएन । निरानाले बस स्टेसनसम्म गएर गाउँ भित्र पस्ने आफूले चिनेको व्यक्तिलाई पर्खी तर दुखको

कुरा, उसले केही भेटिन । निरानालाई त्यही बेला एउटा कुराको याद आयो । निरानाले आफ्नो कोठाको आलमारी जाँच गरी र पुरानो डायरी फेला पारी । डायरीको हस्तलेखन नोटको हस्तलेखनसँग मेल खायो । निरानाले यी हस्तलेखनहरू मिलेको विश्वास गर्न सकिन । यो वास्तविक हुन सक्दैन उसले आफ्नो टाउकोमा जप गरी जबसम्म उसले अन्ततः हस्तलेखन वास्तवमा उसकी दिदीको हो भनेर स्वीकार गरी ।

निरानाकी दिदी ५ वर्षअघि विदेश गएकी थिइन् । उनले ५ वर्षदेखि दिदीलाई भेटेकी थिइन्, किनभने निरानाकी दिदी कामको कारण कहिल्यै भेट्न आइन् । तिनीहरूले फोनमा कुरा गर्थे तर तिनीहरूले आफ्नो जीवनको बारेमा कुनै ठुलो विवरण साझा गरेका थिएनन् र निरानाले आफ्नी दिदीबाट टाढा जाने महसुस गर्न थालेकी थिई । ऊ आफ्नी दिदीबाट टाढा हुन चाहँदैनथी । उसले यो कुरा पहिले पनि आफ्ना आमाबुवालाई भनेकी थिई । अहिले उसको घरमा आफ्नी दिदीको हस्तलेखनसँग मेल खाएको नोट छ ? निराना यति ढुक्क भई कि उसकी दिदी उसलाई भेट्न र उनीहरूको बन्धनलाई बलियो बनाउन फर्केकी छिन् ।

अन्ततः आफ्ना आमाबुवालाई उसले रहस्य बुझी भनेसकेपछि, निराना उत्साहित हुँदै आफ्ना आमाबुवालाई दिदीलाई भेट्न आग्रह गरी । उनीहरूले उसकी दिदी घरमा कतै लुकेकी छिन् भने त्यसैले अब निरानाले दिदीलाई खोज्न अर्को साहसिक यात्रा गर्नुपर्ने । घरका हरेक कुना-कुना खोजेपछि निरानाले अन्ततः दिदीलाई भेट्टाई र उनीहरूको पारिवारिक माया बढ्दै गयो । यदि निरानाको पर्यवेक्षक दिमाग नभएको भए सायद उसले कहिले पनि आफ्नी दिदी फर्केर आएको महसुस गर्ने थिइन ।



Arsan Bajimaya
Roll: 34007
Elephants

Elephants are very huge mammals. They are very intelligent and noble animals. They are very powerful and are the largest land animals. Their legs are super strong because they are designed in such a way by nature that they support their huge body. They are herbivores. They eat fruits, grasses, roots, and tree bark. They can drink upto 200 liters of water per day depending on their age. To cool down, they can suck up to eight liters of water into their trunk and then spray over the body.

Elephants are very emotional animals and they support and love their family members. They

show love and affection by touching each other through their trunks. They also take care of the weak and injured ones in their family.



Abhinya Ghimire
Roll: 34042
Food for Our Body

We eat different kinds of food. In ancient times, people used to work hard to grow their own food in their fields. They used to grow crops, fruits and vegetables in their own fields and gardens. But these days, it has become easy as we can buy everything from the market. The farmers grow them and sell them to the people. Not only foods that are grown but many other fast foods are available in the market. Those foods are also called junk food because they are harmful to our body. We need food for energy and to remain fit and healthy.

Eating junk food will not only make us fat and lazy but it will also make us catch different diseases. Our brain will not work properly if we eat a lot of Junk food.

We should eat balanced and healthy food. We should eat organic vegetables, fruits, meat, fish, eggs and cereals like rice, dal etc. This will make us healthy and active.



Kashvi Satyal
Roll no: 33010
My Favorite Subject

Science is my most favourite subject. We can learn many things from science. We can learn what different animals eat, what they do, and other environmental pollution and environmental sanitation. Science is the body of knowledge that gives us ideas about how things work. Science helps people invent amazing things. It also teaches us how to take care of things and our planet. We learn about recycling, saving water, and protecting the environment and animals. By the help of science, we can make our planet beautiful for future generations. Science is a fantastic adventure where we explore, ask questions, learn different new things every day. It helps to understand the world and make it a better place to live.



Manavi Devkota
Roll no: 33011
Hostel's Life

A hostel is a place where students stay in shared rooms and sometimes in private rooms as well. Students stay away from family and live with friends in a hostel for different reasons. Hostel life is a great way to make new friends and learn about different cultures. Students become more independent and disciplined during their hostel stays. Hostel life is enjoyable, but students have to follow certain rules in the hostel. They have to do everything as per the schedule. They get some time to study, some time to play, and some time to relax. Hostel life gives students the training to develop a taste for whatever food is served. I also want to stay in a hostel if my family allows it and lets me experience a new life and surroundings .



Risimi Mewahang
Roll no: 33017
My Birthday Gift

I celebrated my birthday on August 12th with my friends and family. We had lots of fun and enjoyed different activities like games, dancing, and singing songs. On my birthday, I received many gifts. My friends gave me many wonderful gifts. Among them, my favourite gift was the pink drawing book. It even had colours, pencils, an eraser, and a sharpener. The cover was cute, with a picture of a bunny holding a carrot. It is my favourite gift because I can use the drawing book to draw and write, and I can even use the colours to decorate my book. I love drawing and sketching, so this pink drawing book is very useful and special for me. This gift was from my friend Medhanshi. It was so thoughtful of her. I thanked her and all my friends for their lovely gifts.



Ananya Sri Aryal
Roll no: 33042
My Best Friend

The name of my best friend is Sofia. She lives in California. She is one year younger than me. Her new school session started one week ago. She is also in third grade.

I went to her house four times to play with her. There was a trampoline in her big backyard. We used to jump together for hours. She had a big collection of dolls. We used to bring all her toys on the trampoline and jump with them. Her family was so nice to me. I loved going to her house.

We went to the same school. The name of the school is Lakeland Elementary. We were both new students in kindergarten. I did not like her when I first met her; I was mean to her and did not treat her with manners. After some time, I started liking her and started playing with her. I realised that I should not treat her rudely and said sorry. Later, she became my best friend. When we met, we did many things together. We played, talked, helped each other, and shared our food. I enjoyed her Mexican food like tacos, burritos, etc. I used to share Pakoda, Mo:Mo. She loves the Mo:Mo that my mom makes.

I always like to stay and play with her. We used to exchange a lot of our toys. A day came when I had to leave her and California for Nepal. We were moving to Nepal. Before I left, she gave me a special gift. The gift had her voice recorded saying a goodbye song to me. I cried for several days and still do today. We still talk on the phone and share my Nepal experience.



Krishika
Munakarmi
Roll no: 33050
Pashupatinath
Temple

Pashupatinath Temple is one of the most religious sites in the world. It is one of the most famous heritage sites in our country. It is a Hindu temple that is dedicated to Lord Shiva. It is located in Kathmandu. The Bagmati River flows near it. It is believed that Pashupatinath temple was built before the unification of Nepal. During festivals like Maha Shiavratratri and Teej, many devotees from different places visit Pashupatinath temple. Maha Shivarati is celebrated to celebrate the marriage between Lord Shiva and Goddess Parvati. In Teej, women fast in the name of Lord

Shiva for the long and prosperous lives of their husbands. Pashupatinath Temple is considered a sacred place for Hindus. Due to these factors, Pashupatinath Temple has become a strong symbol for people not only in Nepal but throughout the world.



Manavi Bhandari
Roll no: 33055
Balendra Shah

Balendra Shah, known as Balen, is the mayor of Kathmandu. He is thirty-three years old. He was born on April 27, 1990, in Naradevi, Kathmandu. He is known for his profession as an engineer, and many people know him for his singing career. He took place in people's hearts by doing a good job and providing welfare for the people. He is very hard-working, concentrated, good-looking, and intelligent. He is the first mayor to telecast the meetings and has brought many changes to Kathmandu Valley. He has made roads in many places. He knows everything and has more ideas to bring changes in our country. My father said he is a good man and we should vote for good leaders.



Ruhjen Jung
Khadka
Roll: 32014
Recycling

Recycling is a process by which waste or used materials are turned into new useful products. Recycling is a great way of controlling air, water and land pollution. Paper, plastics, glass, metals can all be recycled to obtain new products. Recycling waste has many benefits. It helps to protect the environment, conserve natural resources and also save energy since it takes less energy to produce items with the recycling process than with the raw materials. The 3 R's of sustainability and waste management are Reuse, Reduce and Recycle.

Humans produce a lot of waste every day. So everyone should be encouraged to recycle waste.

We can sell recyclable waste to scrap dealers and help in protecting the environment. A scrap dealer is a person who deals in metal items which are of no use for us or other waste materials like used papers, plastic items etc. We should not throw waste materials in public areas. There are two types of dustbins placed in most public places. Green dustbins are for the non-recycling wastes and red ones are for the recycling waste materials. We should be

disciplined and dispose of the waste materials in proper places so that the government can send the wastes for recycling.



**Praneesha
Shrestha
Roll no: 31017
Seasons**

A season is a division of the year on the basis of changes in the weather. There are four seasons. They are summer, autumn, winter, and spring. This type of weather is found only for a few months of the year. The change in seasons in a year is due to the inclination of the earth on its axis. Another reason for the change of seasons is the difference in the duration of time the earth receives sunlight. The winter season has cold weather, and the summer season has hot weather. Summer is the hottest season. In summer, people like to eat ice cream and have cold drinks. This season begins in May and continues up to August. People prefer to wear clothes that are made up of cotton and light

colors.

Autumn comes after summer and before winter. Trees shed their leaves during this season. In autumn, it is neither cold nor too hot. Autumn begins in September and ends in November.

Winter is the coldest of all the seasons. In winter, fog and mist are seen. In this season, people like to eat hot food and drink tea and coffee. In this season, people like to sit right next to the campfire. This season begins in late November and continues up to February. In this season, people prefer to wear woolen clothes.

Spring is the most beautiful season among them all. Spring comes after winter and before summer. Most of the flowers bloom during this season. It begins in March and ends in May.

Each season has its own unique characteristics, from the burning heat of summer to the colorful greenery of autumn, the cold of winter, and the blossoming beauty of spring. Each season is beautiful, and I love them all.



**Snighda
Chaudhary**
Roll no: 30047
Art

Art, for some people, is a way of expressing themselves through a physical medium. There are different forms of art, like painting, dancing, writing, theater, photography, and more. Visual art is usually used to capture beautiful things like landscapes, portraits, etc. Or you can imagine scenes in your mind as well. Everyone has a different way of expressing themselves. Some people like to make stylized drawings, while others like to make realism, still life, or even semi-realistic drawings. Some people like to even do abstract art like Picasso and Dalí. People can even use their favorite artists' work to find their own style, which

they are comfortable with.

There are a lot of things to look out for, like color theory. You need to find colors that pop out next to each other and complement each other. Each color has its own meaning and can make the drawing feel different. Like, red means passion, danger, orange means energy, creativity, yellow means happy, active, black means death, power, green means nature and healing, blue means calm, wisdom, purple means wealth, ambition, and white means purity and peace.

If you look at the color wheel, you can also see that the colors that are on the opposite side of the wheel look better together. Like how green and red make each other pop, there are a bunch of more combinations that you can try out. The warmer colors are red, orange, and yellow. The one neutral color is green, and the cold colors are blue, purple, and magenta.



Pasang Doma Sherpa
Roll no: 30019
A Not So Good Day

"Lova, wait up for me," Naomi said, almost tripping. Without turning to look at her best friend, Lova replied, "Nope.," and dashed forward. Athletic and intelligent, Lova was the exact opposite of Naomi, who was clumsy and messy. Lova and Naomi had been best friends since they were young. They lived in Norway, in a place called Narvik. They lived next door to each other and attended the same school. Due to their parents being good friends, they had grown up like sisters. The only distinguishing feature

between them was their hair. In contrast to Naomi, Lova had beautiful blonde hair, whereas Naomi had beautiful black hair. They always stuck together, even in hard times, making sure not to attract attention from the soldiers who were present in every neighborhood.

It had been weird to adjust to the soldiers observing their daily routine two years ago. Lova had been nine that year. They didn't understand what was happening. All they knew was that these were German soldiers. Just after the soldiers had moved into Narvik, Lova was at Naomi's place, and she overheard their parents talking about the soldiers. She didn't catch everything they were saying. She couldn't understand, and she didn't care about it. ... "Nazi attack France... German... 2 boats sunk." At eleven years old, she was cautious about everything. She was careful not to provoke the German soldiers. They appeared intimidating with their big boots and rifles. That's what Naomi thought. During bombings and fights outside, Naomi and Lova were always together. The frequency of such events had made them seem normal. Everything had become like that, but it was sad how some of their friends had disappeared with their families. The girls simply assumed that these friends had fled Narvik due to the danger.

That was their belief before they learned that most of their Jewish friends had been executed, killed, or had attempted suicide. They had overheard this when a man came to their house. Even though they were supposed to be in bed, they were restless. He had covered himself with a scarf, and his face was not visible. Lova's mom and dad immediately recognised him. However, the most shocking news was when they heard him say that the soldiers might come to collect Naomi

and her parents to be taken to a concentration camp. Numerous questions swirled in the minds of the girls. They were confused and desperately needed answers. To be continued...

(Note: I've made some grammatical and phrasing adjustments to improve the flow and clarity of the text. Please review the changes and let me know if you have any further questions or edits.



Bishakha Upadhaya

Roll no: 30010

My Worst Fear - Injections

Fear is a common emotion that everyone experiences. One of my worst fears is injections. The sight of needles and the anticipation of pain can send shivers down my spine. In this essay, I will explore the reasons behind my fear of injections, its impact on my life, and the steps I have taken to overcome it.

My fear of injections stems from a combination of factors. Firstly, the sight of needles triggers a feeling of discomfort and anxiety. The thought of something piercing through my skin is unsettling. Secondly, the fear of pain associated with injections adds to my anxiety. The anticipation of the needle entering my body and the possibility of it hurting intensify my fear. Lastly, previous negative experiences with injections, such as feeling lightheaded or experiencing discomfort afterward, have contributed to my fear.

My fear of injections has had a significant impact on my life, particularly when it comes to receiving necessary medical treatments. The anxiety and fear I experience leading up to a medical appointment can be overwhelming. It becomes a source of stress not only for myself but also for my parents and healthcare providers. This fear has also resulted in avoidance behaviour, where I try to delay or avoid medical procedures involving injections altogether, which may have consequences for my health.

Recognising the importance of overcoming my fear, I have taken steps to address it. Firstly, I have sought support from my parents and healthcare providers. They have provided reassurance, explaining the importance of injections for maintaining good health. Secondly, I have engaged in relaxation techniques such as deep breathing exercises or visualization to calm my nerves before and during injections.

Additionally, I have educated myself about the process of injections, understanding that the discomfort is temporary and necessary for my well-being.

In conclusion, my fear of injections is a real and challenging aspect of my life. However, by acknowledging the reasons behind my fear and taking proactive steps to overcome it, I am gradually becoming more comfortable with the idea of injections. Overcoming fears takes time and effort, but with continued support and self-awareness, I am confident that I can conquer my fear and approach injections with a greater sense of calm and resilience.



Nikita Kapali
Roll no: 30016
Sleepover Disaster

Lily, Sophie, Emma, and Amanda were all best friends who studied in the 3rd grade. One Friday afternoon, it was 2:00 pm, and school ended one hour earlier on Fridays. All the students gathered at the gate, laughing and discussing their weekend plans as parents picked up their kids. The four best friends sat together on a bench, waiting for their moms to pick them up.

Emma asked everyone, "What are you all doing this Saturday?"

"I don't know; I think I'll just stay home," Lily replied. The others agreed. Then

Emma stood up, clearly with something on her mind. "What if we all have a sleepover at my house?" she said with excitement. Everyone nodded in agreement, but would they survive Emma's bratty behaviour?

They all returned home, and in the evening, the three best friends came to Emma's house, each with cute little suitcases in hand and small fluffy toys to sleep with at night. Emma's mother welcomed them at the door and offered some snacks. Amanda exclaimed, "Wow, Emma, your house is so big!"

"Thanks," Emma replied. They all chatted about mermaids and unicorns. Suddenly, the doorbell rang, and the older kids arrived. Emma's older sister opened the door and said, "Hey, friends! Let's do the group project in the living room."

However, Emma had issues with the older kids. She didn't want anyone to ruin her sleepover. "No! You can't sit here with your friends! Emma exclaimed angrily.

"Why? Are you the boss of the house? Emma's sister, Rosie, didn't really care about her sister's anger.

"Well, we came first! Emma argued, signaling her friends to agree with her. "Right?" she asked them.

"Yea, we came first," they all said. This small argument quickly escalated, and Emma's mom had to intervene. "Rosie, go to your bedroom and let your sister play with her friends for a while," she instructed. The mother's word was final, and Rosie and her friends went upstairs while Emma played with her friends in the living room.

As bedtime approached, all the girls went to Emma's bedroom, which she shared with Rosie. When Emma entered, she was shocked to see the room in disarray. Tiny pieces of colourful paper were strewn everywhere, glue had spilled on the carpet, and glitter covered every surface. Emma didn't hesitate to scream, "MOM!

Emma's mom rushed upstairs, asking, "What happened? Is everything fine, Emma? She paused and took in the messy room. "Rosie, what did you do to my room?" Emma screeched.

"It's my room too, not only yours," Rosie retorted.

"KEEP QUIET, YOU TWO! Everyone, get to work. They all began cleaning the room. Emma's mom vacuumed the glitter, Rosie cleaned up the glue, and the kids tidied up the colourful paper. Eventually, the room was clean. They all had dinner and headed to their rooms.

Rosie was about to go upstairs when Emma's mom stopped her. "Rosie, today you have to sleep in a different room."

"Why?"

"It's Emma's sleepover. Rosie rolled her eyes and went to the guest room.

Upstairs, Emma and her friends decided to play Pass the parcel.' "Whoever loses has to do a dare," Amanda suggested. "But who will play the music? Sophie asked.

"You can do it," Emma said to Sophie, who then sat down, taking Emma's tablet to play the music. In the first round, no one lost, but in the second round, Lily was the loser. The dares began flowing. "You need to smash an egg on your head!" "No, eat a spoonful of chilli powder! "No, listen to me! Eat a slice of lemon! They all started suggesting dares.

Finally, they settled on a prank call to Ms. Johnson, their neighbour. Lily dialled the number, and Ms. Johnson answered. "Hello, is your fridge running? Lily asked while trying to hold back her laughter.

"Yes, it is. Why?" Ms. Johnson replied.

"Well, you better catch it! Lily and her friends burst into laughter, and even Ms. Johnson joined in. They were just kids, after all. The sleepover ended with laughter and joy, leaving them with unforgettable memories.



Paridhi Pant
Roll no: 30054
I Got Rid Of It!

This is the story of how I conquered my worst fear, and it brought me inspiration in life that there is nothing to be afraid of. The story begins when I was six years old. I went to the beach with my family for a summer vacation, and I was absolutely thrilled when I saw the water. That day, I enjoyed many water rides and swam a lot. It was around 7:00 p.m. when I found myself on a water park ride. It was a round-shaped water slide powered by electricity. However, in the middle of my slide, the ride suddenly shut down, leaving me stuck there all alone. My parents had told me that this would be my

last ride for the day because it was getting late. I waited up there for around 10 minutes, but no one came to save me. It was the first time I had ever felt scared in the water. I waited and waited, and finally, after what felt like an eternity, the slide came back to life, and I ended up in the swimming pool. I couldn't explain why, but I felt like I might drown in the water. The place was silent, and my heart raced. I quickly managed to get out of the water and rushed to find my parents. When I saw my mom, I hugged her tightly and started to cry, explaining everything that had happened. We decided to return to the hotel.

The next day, when I looked at the swimming pool, I could not help but shiver. I had developed a fear of the water, which I now knew was aquaphobia. Whenever we went to the water park, I couldn't enjoy anything. I would just sit on the bench and watch the other children splash water at each other. Many times, my friends would tease me because I couldn't even swim in 2 feet of water. I began to see my fear of water as a curse on my life. My friends started to dislike and even

hate me. They excluded me from their plans, and I became very lonely. I started hating myself as well.

One day, I was in my room when I received a call from my best friend, Sheli. She asked me if I wanted to join them for a swimming outing and made fun of my water phobia. After hanging up the call, I cried and threw my phone on the floor. At first, I thought about ending it all, but then another thought crossed my mind. I remembered how I used to enjoy swimming and being in the water. I told myself that I could try to overcome this fear. I motivated myself and firmly decided that no one would be able to tease me anymore.

The next day, I enrolled in swimming classes, and my mentor, Tannie, provided me with immense support. For the first few days, I was still terrified when I stepped into the swimming pool, but slowly, I began to regain my confidence in swimming. One day, there was a swimming competition at my school. When I signed up, everyone laughed at me, but I gave it my all, and I emerged as the winner. My friends shook their heads in front of me and apologised. I felt immensely proud of myself. This story changed my life, and I'll never forget this incident. I have conquered my aquaphobia, and now I can enjoy the water again. I learned that we should never give up and that there's nothing in the world to be afraid of.



Irada Timsina

Roll no: 30053

**My First Experience of
Riding The Ferris Wheel**

It was Sunday, and my mother and I had made a bet. If my father did not go to his office, I would give her 500 rupees. However, if he went to his office, my mother would have to do anything I told her. That day, luck was on my side because my father went to his office, and I asked her if we could go to the amusement park. To my surprise, she agreed. I was overwhelmed by her answer because I had expected her to disagree. My brother and I quickly got ready, and then my mother received a phone call

from her friend, which was quite a coincidence. Her friend, along with her friend's daughter, sister, and sister's baby, were also planning to go to the amusement park. My mother agreed to join them. We met her

friend's group at their house, and from there, we set off to the amusement park.

Upon reaching the park, we purchased tickets for everyone and entered. We started our adventure with the roller coaster and then enjoyed a round of bumper cars. Finally, it was time for the Ferris wheel. When I was younger, I used to watch people ride the Ferris wheel, and it always looked like so much fun. It had been a dream of mine to ride it, but when I was younger, I was not old enough, as the minimum age requirement was 12. Now, it was my chance.

My brother and I got our tickets and boarded the Ferris Wheel. Initially, it was a lot of fun, but as the speed increased, I began to feel frightened. To ease my anxiety, I started pinching my brother. However, he did not appreciate it and asked me to stop. When I tried to release my grip, I felt like I was going to have a heart attack. My mother noticed the fear on my face and immediately asked the operator to stop the Ferris wheel. When I finally stepped out of the ride, I was immensely relieved. After the Ferris Wheel, we enjoyed other games and rides, had some snacks, and indulged in ice cream for dessert. It had been a thrilling, scary, and incredible experience. However, at that moment, I vowed never to ride a Ferris wheel again in my entire life. Though, who knows, maybe I will change my mind one day. After our day at the amusement park, we returned home.



Eva Ghimire

Roll no: 30072

**What I think about
Global Warming**

Global warming is the long-term heating of the Earth's surface, which has been occurring since the 19th century. This phenomenon has resulted in significant climate change. Since the Industrial Revolution, the global annual temperature has increased by a little more than 1 degree Celsius, or about 2 degrees Fahrenheit. However, this trend continues to rise, posing potential dangers to our planet and its inhabitants.

I personally believe that human activities are primarily responsible for this warming. People have been burning fossil fuels, which release heat-trapping greenhouse gases into the Earth's atmosphere. Despite the warnings from scientists and governments, it

appears that many people are not taking the issue seriously. If these unsustainable practices persist, our planet and human civilization could face substantial threats. It is crucial that individuals and societies make every effort to reduce activities that contribute to the escalation of global warming.



Yavna Sharma
Roll no: 29066
How Rational Is It
To Be Lucky?

Luck is a topic that has fascinated people for centuries. Some people believe in luck while others consider it a superstition. Superstition is a belief that certain actions or things can bring bad luck or good luck. People believe in them because of their cultural and personal backgrounds. However, some people don't believe in superstitions, and they think that it is just a myth. As a seventh grader studying in Nepal, I believe that superstitions are irrational beliefs and are not based on any scientific evidence.

I don't believe in luck or superstitions because they don't make any sense to me, and there is no logic behind them. I think that people are superstitious because they are afraid of the unknown future. They want to control the things that they can't control. Superstitions can help them feel secure and safe, even though they do not affect the outcome of events.

For example, some people believe that if they break a mirror, they will have seven years of bad luck. This belief has no basis in reality, and it is a superstition that has been passed down from generation to generation. People have been told about the curse so much that they begin to believe it. However, I don't think that breaking a mirror can bring negative energy or curses.

Another popular superstition is the belief that black cats bring bad luck. People believe that if a black cat crosses your path, it is a sign that something bad will happen. This thinking is especially prevalent in Nepal. But, frankly speaking, this is not a reliable source of logic or belief. There is no evidence that black cats are in any way related to bad luck or are a sign of negative things to come.

Similarly, people believe in lucky numbers and that they can help them achieve success. People think that some numbers like 7, 13, and 666

are lucky or unlucky. People often use such numbers in daily life or while gambling. But realistically, there is no logical fact to support this belief.

In Nepal, many people wear special amulets or charms to protect themselves from evil spirits and attract good fortune. These charms are believed to give them good luck and act as protection against the evil eye. They believe that such objects have a supernatural power that protects them from harm. However, these ideas are not based on facts or scientific research.

I think that people are superstitious because they want to find meaning in everyday life. When people get into situations that they cannot control, they try to explain them with supernatural powers like good luck or bad luck. They are looking for something to make them feel safe and secure in a world that is unpredictable and unknown. This is a part of human nature and instinct.

In a nutshell, I believe that superstitions are irrational beliefs, and people who believe in them are often vulnerable to manipulation. It is important to question beliefs and examine them critically. We mustn't let superstitions control our lives or make significant decisions based on such beliefs. We should put our trust in logic and science, which are based on facts and evidence, rather than beliefs that are not based on logical explanations. It is a prudent and smart approach to life that can lead to success and happiness.



Sanskar Sharma
Roll no: 29051
The Lost Lighthouse

Once upon a time, in a quaint coastal village named Harbor's End, there stood a lighthouse that had been a guiding beacon for sailors for generations. The lighthouse was a towering structure with a spiral staircase that led to its lantern room, where a brilliant light shone across the turbulent sea every night. For as long as anyone could remember, it had never failed.

The keeper of the lighthouse was an elderly man named Captain Edmund. He had spent his entire life caring for the lighthouse, tending to the light, and ensuring that it never went out. Captain Edmund was known

throughout the village as a wise and reliable man, and his dedication to the lighthouse was unwavering.

One stormy night, a fierce tempest descended upon Harbor's End. The winds howled, and the rain lashed against the lighthouse. The sea roared with anger as waves crashed against the rocks below. Captain Edmund climbed to the lantern room, his hand trembling as he lit the lamp. But just as the light began to shine, a lightning bolt struck the lighthouse, causing the lantern to flicker and go out.

Panicked, Captain Edmund rushed to rekindle the flame, but the storm was relentless. He struggled to keep his footing on the slippery staircase as he made his way down to fetch more fuel and matches. By the time he returned, soaked to the bone and shivering, he found the lantern room in disarray. The wind had blown open a window, extinguishing the flame once again.

Desperation gripped Captain Edmund's heart as he tried to relight the lantern, but his hands trembled too violently, and the matches kept blowing out. The once-reliable beacon was now shrouded in darkness, and Captain Edmund felt like he had failed not only the lighthouse but also the sailors whose lives depended on its light.

Down in the village, the townsfolk had noticed the absence of the lighthouse's glow. Panic spread as they realised the danger their beloved sailors were in. A group of courageous villagers, led by a young fisherwoman named Lucy, decided to brave the storm and find out what had happened to the lighthouse.

As Lucy and her companions climbed the treacherous path to the lighthouse, they could see Captain Edmund's futile attempts to relight the lantern. With determination, Lucy took charge. She steadied herself against the raging wind and managed to strike a match, shielding it with her body. She lit the lantern, and its brilliant light pierced the storm, guiding the sailors safely through the tempestuous sea.

The village cheered as they saw the light of the lighthouse shine once more. Captain Edmund, tears of relief in his eyes, thanked Lucy and her brave companions. He realised that even the most steadfast of beacons could falter, but with the help of others, they could be relit.

From that day forward, Captain Edmund shared the responsibility of the lighthouse with Lucy and the other villagers. They formed a tight-knit team, ensuring that the light never went out again, no matter the storms that raged around them. In the darkest of nights, the light

of Harbor's End Lighthouse continued to shine, a symbol of resilience, community, and the unwavering spirit of those who cared for it.



Aadar Timalisina
Roll no: 29046
The Paper Crown

In a quiet corner of the bustling city of Elmsworth, there lived a young girl named Amelia. Amelia was unlike other children her age; she had a heart that harboured dreams as vast as the sky and an imagination that painted the world in different shades of wonder. She lived with her grandparents, who nurtured her creative spirit with tales of enchanted forests and magical beings.

One warm afternoon, Amelia's grandfather handed her a faded book.

Its pages were aged, and its cover had the title, "Legends of Eloria.," written on it. He told her that the book contained stories of a hidden realm where paper crowns held the power to make dreams come true. With eyes wide in anticipation, Amelia began to read.

In the world of Eloria, it was said that a paper crown, when worn by someone with a pure heart, could grant them a single wish. But obtaining such a crown was no simple task. It required a journey through the Whispering Woods, a place where the trees seemed to speak in hushed tones and the path was uncertain.

Amelia's heart danced with excitement as she read about the adventures of brave souls who had ventured into the Whispering Woods. She knew that she wanted to embark on such a quest herself, to experience the magic that lay beyond the pages of her book. She shared her aspirations with her grandparents, who saw the spark in her eyes and encouraged her to follow her dreams.

Equipped with her grandfather's walking stick and her grandmother's hand-stitched map of Eloria, Amelia set off into the ominous Whispering Woods. The trees whispered secrets that only she could hear, guiding her along the winding path. She encountered talking animals and glowing fireflies that lit up the twilight, illuminating her way.

As days turned into nights and nights into days, Amelia faced challenges that tested her determination. She crossed rivers on rickety bridges, climbed steep cliffs using nothing but her wits, and braved

thunderstorms that shook the very ground she stood on. Yet, her spirit remained unbroken, for she knew that the paper crown awaited her at the heart of the woods.

Finally, after what felt like an eternity, Amelia emerged into a sunlit glade. At its centre stood a magnificent tree, its branches heavy with paper crowns of all colours and sizes. She could feel the magic tingling in the air, and her heart raced with a mixture of awe and anticipation. With a deep breath, she approached the tree and carefully chose a paper crown adorned with stars.

As she placed the crown on her head, a warm glow enveloped her, and a voice spoke softly in her mind, "What is your heart's desire, pure soul?"

Amelia closed her eyes and thought of her wish. She wished for a world where imagination knew no bounds, where children could dream without fear and create without limits. She wished for a place where kindness and wonder reigned supreme.

As the world glowed, Amelia removed the paper crown and held it in her hands. A breeze rustled through the trees, and petals from flowers high above gently rained down upon her. The air seemed to hum with the fulfilment of her wish.

With a heart full of gratitude, Amelia retraced her steps through the Whispering Woods, her paper crown held close to her chest. When she emerged on the other side, she found herself standing before her grandparents, who had been waiting with bated breath. She shared her journey with them, her words weaving a tapestry of enchantment. From that day on, Elmsworth transformed. Children began to see the magic that lay hidden in everyday things, and grown-ups started to embrace the power of imagination once more. The city became a canvas for dreams, where art and innovation flourished, and kindness flowed like a gentle river.

Amelia's paper crown became a symbol of hope and inspiration, reminding all who saw it that the spirit of Eloria lived within them, and as the years rolled on, the story of the girl who ventured into the Whispering Woods and brought back the magic of the paper crown continued to be told, passing from one generation to the next.

For Amelia, the greatest reward was not the wish she had made, but the journey itself—the journey that had led her to discover the true magic that resided within her heart and the hearts of all who dared to dream.



Shabdika Nepal
Roll no: 28029
Broken

It was the cold month of December. Mia and her parents lived in the USA. Being an only child, she was the apple of their eyes. She went to the USA from Nepal at the age of nine with her parents. They did not have any friends or relatives there and eventually met two siblings, Nohan and Alina on the plane on their flight to the USA. They bonded with the siblings pretty well and started to think of them like their own relatives. Mia studied in grade nine and was a straight “A” student. She was good in sports, academics and extra activities as well. She was a cherished child loved by everyone. She thought of Nohan and Alina as her own siblings.

Mia’s mom was pretty sick and she had to travel to Nepal and the USA frequently. Mia did not want to leave her mom like that and wanted to live with her family together but she couldn’t afford to miss her class. So, Mia lived with her nanny as her dad had to go with her mom. She loved her nanny, Brenda. Brenda was always so calm and loving. She always kept Mia happy no matter what.

One day, when Mia’s mom was in Nepal, she fell into a coma. As soon as Mia heard this news, she cried a lot and she wanted to visit her mother but her mother insisted not to come. She was not happy but obeyed. Nohan and Alina found out about it and decided to visit Mia. Mia was pretty sad but as she felt more comfortable around them she decided to keep her sorrows away and talk to them. Mia felt better talking to them and the siblings offered Mia a stay at their house for a few days. Mia wasn’t satisfied but still wanted to go to their house as she was feeling lonely over the past few days and had a lot of things going on in her mind. She went with them and was feeling a bit refreshed. The siblings led Mia to the guest room which made Mia feel a little odd because she used to share a room with the siblings whenever she went to their house. She was sleepy and tired so went to sleep quickly.

It was almost midnight when Mia suddenly felt a warm feeling in her legs. At first she thought it was a nightmare but she opened her eyes

and found Nohan in the room. She was shocked and scared to find Nohan in her room trying to grab her legs. She said, "Hey Nohan, What are you doing here? Weren't you supposed to be sleeping right now?" Nohan answered looking startled, "Yes I will be sleeping now. I just came to check whether you were comfortable or not." Then he left the room quickly. Mia's brain wanted to believe Nohan's words but her heart was unsure about it. She did not overthink and fell asleep quickly but after a few moments, she felt the warmth again but this time in her back. She woke up quickly and Nohan was terrified. Nohan did not even wait for her question and told, "I just came because I thought you had a fever. You can call me if you need anything." Mia was sure this time that Nohan was no good. She knew he was there because he found a girl alone in the room and his intentions were evil. Mia couldn't sleep after that. She kept thinking about it the whole night. She even cried because the person who she trusted had bad intentions for her.

The next day, Mia called Brenda early in the morning and told her everything. Brenda was so angry that she scolded Nohan and told him not to show his dirty face ever again. Mia cried for weeks after that thinking about what happened and she had trust issues after that. She didn't trust anyone because of Nohan who tried to ruin her life. Her life was broken after that forever.....



Prasiddha Shrestha

Roll no: 28008

Hope

Hope, it's the one thing that always shines in the dark. Hope gives us the energy required to reach our goal in the darkest of time. Hope always makes a path through all of the confusions and mistakes we make. It is the only thing that helps us to make a better tomorrow. Hope is the part of the brain and the heart that keeps us alive to see or live another day.

Hope has endless possibilities and it can lead us to be a different person any day. Hope always gives us this feeling that we need to continue and make something out of us everyday. No matter how hard something is or how energy draining it is, hope always shows us a way. Hope is not present in only ourselves but it truly exists in whole communities. We should always view the

positive outcome of something and how we can change the negative output into a positive one. It is the only feeling that overcomes all the difficulties and views positivity in everything.

Hope arises during challenges, the challenges create lessons and these lessons paint the empty canvas of our future. Hope arises in the heart as a feeling but it fades after changing our lives. During hardships we experience some kind of frustration and disappointment in ourselves and at that time hope is the thing that helps us go through it. We might see all the difficulties or obstacles on the way to paradise but from hope we only see our goal. No matter how hard or easy anything is, challenges are always there to stop us. Challenges are made intentionally to stop us from achieving something easily. Getting something by working hard is one thing but getting something without doing anything is something else. When we work very hard for something we will remember and value it for a long time but when we get something without doing anything we take it for granted.

Being sad, depressed and unhappy is a very normal thing. Emotions are something that changes with time. In this hope gives us positive energy and helps us be more calm. We might be unhappy with our decisions today but maybe happy tomorrow. No one knows what will happen to us or our emotions at any time. Hope can change someone's emotions as well but for that we truly need to know ourselves.



Rushina Tamang
Roll no: 26008

**The Collective Human Mind
and Adaptation**

Humans cannot peel the hard shell of another human body and figure out their feelings and what others think about. We do not have the power to know true opinions that others hold about different matters. They most probably might be different from ours but there might be a probability of others opinions being exactly the same as ours and we would still have no idea about it.

What comes after death is something only the dead know. But as a living soul, we have no idea about what the 3 people within our four walls are thinking right now. I guess you could call that the beauty of living in some way. It's like a

journey of discovering others and trying to guess what they are thinking of at the moment. I usually do this when I'm in a room full of people. I try to read their body language and guess what they are thinking of. I might be correct and might not but who knows. It's like a fun game I like to play trying to guess the thoughts of people about their different natures. One thing I can say is: people are very different. Every human has gone through different experiences and they have different perspectives. It's fun seeing others trying to guess what the other person is feeling while creating relationships. Luckily, humans have a sense that allows them to I guess or feel what the other is feeling. Maybe they're sensing pheromones or it's just their instinct. They seem to know when the other person hates them or wants to know them. Sometimes I wish I could learn and know every single thing the other person has done, is doing or is planning to do just to expand my knowledge about human nature and how different a person is from me. But I guess it's a good thing that humans cannot read each other's minds. Because no matter what we express on the outside to portray a type of image in front of others, we have literally no mercy up in the head. We'll straight up be smiling and laughing with a person in front of us and still be insulting them in our heads. Or we could be doing some important work and be thinking about what food we're going to make using which ingredients when we get home. And these are just some examples. If we dig deeper, we have very interesting thoughts i.e. weird. And I don't think anyone would like to know about the weird thoughts that float around in another's head.

But what I want to talk about today is about the gap that exists between saying something and actually implementing it. Society raises humans within a barrier or something like a filter. They teach us about the better and more perfect side of society. Leaving out the bad parts thinking it would traumatize us. But we've always known that we adapt the best and learn the best when we're younger. It's harder to change our perspectives as we age. So, why doesn't society teach us about the negative aspects of society and the things beyond the filter from a young age? I feel that teaching kids about these types of things from a younger age is the best way to avoid these events from occurring in the future. I think it helps them better prepare themselves for the vast and dark aspects of life and helps them get through them better. It's kind of like teaching a child how to speak their native language. We teach them a few starter words but the rest of the language, they learn

it on their own trying to understand what emotions adults try to express when they speak a certain sentence or word. And I do not think that I've ever seen a parent sit down and teach their children their entire native language. Have you ever wondered when kids just started speaking the language the parents were speaking? Or when they started learning it?

This proves that babies or kids are the best at adapting to new things. Because they have a clearer mind with a lot of room for improvement. And compared to an adult, it is way harder for us to learn new languages. We can spend years in another country and still struggle to speak the language fully. I mean we could try to understand a few words and actually learn it but it would be very difficult for us to learn the language fluently. So, why don't we teach humans about crimes such as rape, murder, or even discrimination from a young age? And following the "perfect" filter of society we can teach them how those activities are crimes and how they ruin or go against the society. Wouldn't teaching a children about rape and how it is a crime from a young age actually help to prevent them from ever committing such act in the future? Or teaching a kid that all humans of different skins are equal, help the child to adapt to the fact that discrimination against someone's race is wrong in the future? If kids who grow up with a good environment and good parenting grow up to be good parents, then wouldn't kids who grew up knowing about the negative activities and how they badly affect the society grow up to actually avoid those activities? I mean we've known since ages that psychos and sociopaths are not born but they are made by their environment. But still we continue to give birth to people with negative mentality. And the reason for that? I guess this is where one could apply the saying "Humans are their biggest enemy".

For humans saying something and actually implementing it are two different things. We might say something but never really believe in what we say or practice it. For example, we might say that we support the black community and still get scared when we are standing next to a black person. We'll be scared thinking they might pull out a gun from their pocket any second and I don't blame anyone for thinking that. Because that is just how society raised us. Even through movies we watched as kids, we adapted to the thought that black people are bad or they're mafias with guns in their pockets who'll shoot anyone in

their way. The sentence I wrote just now is also an example. That is how I was taught to portray a dark skinned person. If this perspective never existed then maybe racism would have never existed as well. What if we just grew up thinking racism never existed? Maybe, this would just end all social problems for the better. If we grew up thinking to love everyone equally and to think of everyone equally while not being envious of them and being greedy, we would be a perfect civilization building a perfect world.



Sauharda Bajracharya
Roll no: 26010
From Dropout to a Master

Amidst the global pandemic in 2020, a young boy from Singapore found himself at a critical point. Universities were closing their doors, and Jason's dream of having a computer science degree fell apart. Colleges started teaching through virtual mediums and it failed to replicate immersive learning such in traditional classrooms.

Despite the consequences, Jason took a risk and dropped out of college in the junior year. He believed that there would be a better way to learn and revolutionize the world. Filled with determination, a good internet connection, and a laptop, he sought out the internet and embarked on a journey of learning programming. With the help of online tutorials and textbooks, he immersed himself in the world of coding. He started small, creating personal websites that grew his passion. As time passed by, he tirelessly improved himself, watching countless videos and reading hundreds of books.

His first breakthrough came when he released a game that would cure boredom during the pandemic, 'Ludo King' which quickly became popular amongst all. In the first week of release, it had 50 thousand downloads. Users flocked to the game, and before long, he was making hundreds of dollars simply because of a risk he took one day. This experience ignited a spark in him to keep pushing his limits and making more better games and apps. When the pandemic had still not been over, he created a website which would display the toll rate of the people affected and deceased by the pandemic. After his second breakthrough, he saw opportunities everywhere. He developed

applications for virtual learning which would provide immersive learning experiences, e-learning sites, and fitness apps.

With new projects arised new challenges that would require creative knowledge and problem solving. Jason collaborated with like-minded individuals who were also navigating the endless sea of self-learning. They used to participate in coding programs and hackathons, sometimes, earning some money on the side. They shared their experiences, learnt from each others' successes and failures and became an idol. Through sheer will and determination, Jason became a programming master. His skills exceeded only coding, he became well versed in team collaboration, and project management. He showcased his work to prove to everyone that everything can be possible if one is determined.

As the pandemic eventually subsided, Jason's impact remained intact. He was sought out by every company for his expertise and experience. He had forged a network of professionals and internet pioneers who shared common interests. He created many more applications which honed his expertise, and his team became even better than multi-million companies.

Jason's journey from a dropout to a programming master became legendary in the tech world. He shared his story at major tech conferences, inspiring countless programmers to embrace their passion and push themselves to their limit. To this day, his story serves as a beacon of inspiration and that anything can be possible with determination and will. Traditional learning methods often fall short in providing comprehensive education in today's modern world. In such times, we should take a leap of faith and hope for the best.



Anmol Dangol

Roll no: 26015

My Hobby as a Fish Keeper

As a kid, I loved to keep pets, even if it was a small dog or even a small fish. At first, I did not care for the fish at all. I only wanted to look at them, as it was just so magical to watch them swim, but I did not have to nor want to clean or take care of them. This all changed when I was in fifth grade. I started to take care of the fish. It was not fun, but watching them swim made it all worth it.

When the first fish gave birth to some small fries, I did not know what to do. My brother told me to take them out so the mother fish could not eat them. Yes, some fish eat their babies; it is just nature's way. Then I kept them in a small fish pot that could only hold water. That was the first fish that gave birth in my house, and I felt good experiencing it firsthand. Although all of them did not survive, I was more determined to take care of them, so I bought a new breeding pair of guppies. They were a bit expensive for a sixth grader, but I saved some money, bought them, and brought them home.

I cleaned the tank, put some sand in it to make it look good, and put some plants in it to make it look more promising. The fish started to breed and give a lot of fries, even to the point where there was no place to keep the fries, so I began to sell them to the aquarium shop where I bought the fish and got some fish food, like the barter system. Soon, that trend turned into business, but a small one. One day I had a small sum of money, so I went to the shop and told my brother that I wanted a big fish. The wish was granted when I got a small snakehead, which unfortunately died after three years. I took care of the fish like it was my baby. Sometimes I felt like I spent more time with the fish than with my own family.

Sometimes I would also get scolded for not spending time with family, but I did not care. I bought it at the end of grade five, and it died at the beginning of grade nine. I cried because it was a big part of my life, and I had invested a lot of time in him. But still, I have a lot more to learn and more experience to gain from this hobby. In the end, I have a

lot of fun in fish keeping; they give me peace that nothing can give me. I have to work harder to get even a small bit of enjoyment out of my hobby, and I like it because I was extremely lazy when I was a small boy. I have to work hard to enjoy my hobby, and I like it. Fishkeeping is not just for fun; it is a full-time job. For example, if I am late to change the water in a tank, the fish will die in the tank so fast because of ammonia burn.

EVENTS AND ACTIVITIES OF THE SCHOOL



उज्ज्वल ढकाल
क्रमाङ्क: ३३०२३
चित्रकला प्रदर्शनी

मेरो विद्यालयमा हरेक वर्ष जाडो बिदा सकिएपछि चित्रकला प्रदर्शनी हुने गर्दछ । म दुई कक्षामा हुँदा पनि चित्रकला प्रदर्शनी भएको थियो । मलाई पनि शिक्षिकाले चित्रकला प्रदर्शनीमा छनोट गर्नुभएको थियो । म ल गायत धेरै जना साथीहरू छनोट हुनुभएको थियो । त्यस चित्रकला प्रदर्शनीमा मैले मलाई मन पर्ने एनिमेटेड कार्टुन 'गोकु' बनाएको थिएँ । त्यो चित्र बनाउन मैले धेरै अभ्यास गरेको थिएँ र त्यो चित्र राम्रो पनि भएको थियो । चित्रकला प्रदर्शनी तारागाउँ सङ्ग्रहालय चुच्चेपाटीमा भएको थियो । त्यो दुई दिनको प्रदर्शनी थियो । त्यस प्रदर्शनीमा म पनि परिवारको साथमा गएको थिएँ । हामी पुगुभन्दा पहिले नै मेरो चित्र बिक्री भइसकेको रहेछ । मेरो त्यो चित्र ७,००० हजारमा बिक्री भएको थियो । त्यो चित्र मेरो विद्यालयको दादाले किन्नुभएको रहेछ । मेरो चित्र देखेर मेरो परिवार पनि खुसी हुनुभयो । मेरो परिवारले पनि एक जना दादाको चित्र किन्नुभयो । त्यो पनि राम्रो थियो । चित्रकला प्रदर्शनीमा लगभग ९० वटा चित्रहरू थिए । ती सबै राम्रा थिए । मलाई चित्र कोर्न र रङ्ग भर्न धेरै मन पर्छ । म फुर्सदको समयमा चित्रहरू कोर्ने गर्दछु । मलाई फरक फरक किसिमका चित्रहरू कोर्न मन पर्छ ।



शुभी लामिछाने
क्रमाङ्क: २९०३३
डिएएस पोएट्री नाइट

२०८० भाद्र १ गते सिफल स्कुलले वार्षिक कविता वाचन प्रतियोगिताको आयोजना गरेको थियो । यो प्रतियोगिता सिफल स्कुलले हरेक वर्ष आयोजना गर्ने गरेको छ । हरेक वर्षजस्तै यो वर्ष पनि यो प्रतियोगिताको आयोजना गरिएको थियो । यो वर्ष अधिलो वर्ष जस्तै थियो । पहिलो चरणमा सबैले भाग लिनुपर्थ्यो । त्यसपछि दोस्रो चरणमा थोरै विद्यार्थीहरू छनौट भएर पुगे । त्यसपछि तेस्रो चरणमा को को पुगे भने स्कुलको सूचना पाटीमा टाँसिएको थियो । त्यसपछि अन्तिम चरणमा को पुगे भनेर फेरि स्कुलको

सुचना पाटीमा टाँसिएको थियो । अन्तिम चरणमा पुगेका सबै प्रतियोगीहरूले आआफ्ना सल्लाहकार शिक्षकहरूलाई भेट्नुपर्थ्यो । यसपटक अन्तिम प्रतियोगिताभन्दा अगाडि थोरै समय मात्रै थियो । यस छोटो समयमा सबै प्रतियोगीहरूले आआफ्ना सल्लाहकारलाई भेटे र फाइनलको लागि तयारी पनि गरे । त्यसपछि भाद्र १ गते पोयट्री नाइटको अन्तिम प्रतियोगिता सुरु भयो । यो दिन धेरै रमाइलो भयो । त्यहाँ प्रतियोगीहरूका आमाबुबा सबै आउनुभएको थियो । त्यसपछि ४:३० तिर कार्यक्रम सुरु भयो । कार्यक्रम सञ्चालनकद्वारा कार्यक्रमको सुरुवात भयो । सञ्चालकहरूले निर्णायक मण्डलको परिचय पनि गराउनुभयो । त्यसपछि सिफल विद्यालयकी लक्ष्मी गुरुआमाले कार्यक्रममा आमन्त्रित सबैलाई स्वागत गर्नुभयो । त्यसपछि क्रमबद्ध रूपमा सबै प्रतियोगीहरू आए र आआफ्ना कविताहरू प्रस्तुत गरे । त्यसपछि सबै प्रतियोगीहरूले प्रमाण पत्र पाए । अन्त्यमा निर्णायक मण्डलको निर्णयअनुसार विजेताहरूको पनि उद्घोषण गरियो । त्यसपछि कार्यक्रम बेलुकी ७:३० बजे सकियो र सम्पूर्ण महानुभावहरू आफ्नो घर फर्किनुभयो ।

यसपालि म पनि पोएट्री नाइट फाइनलसम्म पुगेकी थिएँ । म दुवै अङ्ग्रेजी र नेपाली विषयमा फाइनलसम्म पुगेकी थिएँ । म सँगसँगै कक्षा ७ का ४ जना मेरा साथीहरू पनि फाइनलसम्म पुगेका थिए । पोएट्री नाइट फाइनलको एक हप्ताअगाडि मैले र अरू प्रतियोगीहरूले धेरै परिश्रम गरेका थियौँ । धेरै परिश्रम गरेपछि हामी फाइनलमा आइपुगेका थियौँ । फाइनलको दिन म र मेरा साथीहरूले धेरैबेर अभ्यास गर्‍यो । मेरो पालोमा मैले आफ्नो कविता वाचन गरे । सबैको कविता वाचन सकिएपछि निर्णायक मण्डलको आफ्नो निर्णय सुनाउनु भएको थियो ।

निर्णयमा म कुनै स्थानमा नआएता पनि म अन्तिम प्रतियोगीको रूपमा आफूलाई पाँउदा धेरै खुसी लागेको छ र रमाइलो पनि महसुस भएको छ । यो पटक म फाइनलसम्म पुग्नै मैले मेरो उपलब्धि मानेकी छु । म पोयट्री नाइट जस्ता सिफल स्कुलद्वारा आयोजित अरू विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सहभागी हुन चाहन्छु । मैले यो प्रतियोगिता नजिते पनि म यस्तै अरू सिफल स्कुलद्वारा आयोजित अरू विभिन्न कार्यक्रमहरूमा सहभागी भएर आफ्नो प्रतिभालाई देखाउन चाहन्छु र मेरा आमाबुबा, अभिभावक र विद्यालयको नाम रोशन बनाउन चाहन्छु । जुन चाहना पूरा गर्न सिफल स्कुल र मेरा आदरणीय शिक्षकहरू मार्गदर्शक बन्नुभएको छ ।



इशानी मानन्धर

क्रमाङ्क: २८००४

**विज्ञान सङ्ग्रहालयमा शैक्षिक
वार्षिक भ्रमण**

मेरो विद्यालय, सिफल माध्यमिक विद्यालयले वर्षमा एक पटक प्रत्येक कक्षाको लागि एउटा ठाउँमा विद्यार्थीको लागि भ्रमण गर्नको लागि व्यवस्था गर्छ । शैक्षिक वार्षिक भ्रमणमा विभिन्न कक्षाका विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको शैक्षिक ज्ञान अभिवृद्धि गर्न र विद्यार्थीहरूलाई उनीहरूको अध्ययन सामग्री व्यावहारिक रूपमा सिकाउनका लागि सङ्ग्रहालय, कारखाना, वनस्पति, उद्यानजस्ता आदि विभिन्न ठाउँमा लगिन्छ । कक्षा ८ का लागि विद्यालयको स्थलगत भ्रमणको

क्रममा, कक्षा ८ का विद्यार्थीलाई कीर्तिपुरस्थित 'बिपि कोइराला मेमोरियल प्लानेटेरियम अब्जर्भेटररी विज्ञान सङ्ग्रहालयमा भ्रमण गर्न श्रावण महिनामा लिएको थियो ।

हामी कक्षा ८ का विद्यार्थीहरू आफ्नो नियमित समयमा बिहान ९ बजे विद्यालय पुगेका थियौं । २ कक्षा पढिसकेपछि हामीले खाजा खायौं र शैक्षिक वार्षिक भ्रमणको लागि तयार भयौं । खाएपछि, हामी बिहान ११:१५ बजे सङ्ग्रहालय तर्फ लाग्यौं । हाम्रो विद्यालयबाट कीर्तिपुर टाढा भएकोले बसको यात्रा निकै लामो थियो । दिउँसोको १२ बजे हामी सङ्ग्रहालय पुग्यौं । सङ्ग्रहालय निकै विशाल र ठूलो थियो । सङ्ग्रहालयबाट हामीले देख्न सक्ने दृश्य पनि अति सुन्दर थियो । हामी सङ्ग्रहालय केही मिनेटपछि गयौं । सङ्ग्रहालयमा गएपछि, हामीले धेरै नयाँ ग्याजेटहरू र मेसिनहरू देख्यौं जुन निकै अद्वितीय थिए । सङ्ग्रहालयमा हामीसँग एक जना मार्गदर्शक हुनुहुन्थ्यो र उहाँले हामीले देखेका प्रत्येक मेसिन र ग्याजेटका कामहरू र कार्यहरूको बारेमा बताउनुभयो । पहिले, हामीलाई गुरुत्वाकर्षण, नयाँ बल, पुली आदिको परिचय केही मेसिनद्वारा गराइयो । हामीले विभिन्न पुली र लिभरहरू पनि परीक्षण गर्न पायौं । त्यसपछि, हामीले हाम्रो दैनिक जीवनमा र आफ्नै देशको विकासमा प्रयोग गर्न सकिने मेसिन र ग्याजेटहरू देख्यौं । हामीले विभिन्न सामग्रीहरू जस्तै रोबोट, विभिन्न प्रकारका ऐना, धातुहरू, विद्युतीय कन्फिगरेटर आदि देख्यौं । यद्यपि, त्यहाँ धेरै वस्तुहरू / उपकरणहरू थिए जसले त्यस समयमा काम गरिरहेको थिएन, त्यसैले हामीले सबै उपकरणहरू र वस्तुहरू काम गरिरहेको देख्न सकेनौं । मैले देखेका सबै उपकरणहरूमध्ये, रोबोट पक्कै पनि मेरो मनपर्ने थियो । रोबोटको परिचय हामीलाई हाम्रो मार्गदर्शकले गराए र उनले रोबोटको नाम फूलमाया हो भनी

बताए । रोबोट, फूलमायामा धेरै विभिन्न बटनहरू थिए । जसले फूलमायालाई हामीले त्यसलाई दिएका निर्देशन कामहरू गराउँछ, हामीसँग कुरा गर्न दिन्छ, प्रश्नहरूको जवाफ भन्न दिन्छ आदि । त्यसपछि, हामीलाई अर्को कोठामा लगियो, जहाँ हामीले रियाक्सन टाइमर, इन्फिनिटी मिरर आदि जस्ता ठूला मेसिनहरू राखिएका थिए । त्यहाँ प्रत्येक महिनाको राशिफल कसरी बन्छन् र गरिन्छ भनेर देखाउने एउटा मोडेल पनि थियो । त्यसपछि, हामीलाई फेरि सङ्ग्रहालयको अर्को भागमा लगियो जहाँ हामीलाई डी.एन.एको बारेमा जानकारी देखाइएको थियो । त्यहाँ डी.एन.ए पत्ता लगाउन प्रमुख भूमिका खेल्ने विभिन्न वैज्ञानिकहरूको फोटोसहित डीएनएका धेरै मोडेलहरू पनि थिए । त्यहाँ फर्न, च्याउ आदिजस्ता विभिन्न प्रजातिका बोटबिरुवाहरू पनि थिए । त्यसपछि अन्त्यमा, हामीलाई सङ्ग्रहालयको त्यो भागमा लगियो जहाँ धेरै कीराहरू, ढुङ्गे युगको समयका मानिसहरूका आदिको मूर्तिहरू देखाइएको थियो ।

शैक्षिक भ्रमणको क्रममा, मैले हाम्रो दैनिक जीवनमा वैज्ञानिक ज्ञान कसरी महत्त्वपूर्ण छ र यसले हाम्रो जीवनमा कसरी प्रभाव पारेको छ भनेर थाहा पाउन सकें । यात्राको क्रममा मैले प्राप्त गरेको ज्ञानले विभिन्न वैज्ञानिक विषयहरू जस्तै: जीवविज्ञान, भौतिक विज्ञान, भूविज्ञान आदिलाई समेट्न मद्दत गर्‍यो जसले गर्दा मेरो वैज्ञानिक आलोचनात्मक सोच र ज्ञानको विकास गर्न मद्दत गर्‍यो । यो यात्राले मेरो दैनिक जीवनमा विज्ञानलाई अझ उपयोगी बनाउन मद्दत गर्‍यो र विज्ञान विषयको मेरो अध्ययनमा पनि मद्दत गर्‍यो किनभने मैले धेरै विज्ञानका विषयहरू बारे यात्रामा व्यावहारिक रूपमा सिक्न पाएँ । भ्रमणले मलाई धेरै विज्ञान अवधारणाहरूमा गहिरो समझ विकास गर्न मद्दत गर्‍यो । समग्रमा, त्यस भ्रमण निकै रमाइलो र शैक्षिक थियो र यसले मलाई मेरो सिकाइ अनुभवलाई अझ रमाइलो र साहसिक तरिकामा बढाउन मद्दत गर्‍यो । यस शैक्षिक वार्षिक भ्रमण मेरो पढाइ र ज्ञानको लागि निकै फाइदाजनक र रमाइलो थियो ।

अन्त्यमा, म मेरो विद्यालयलाई मलाई र अन्य विद्यार्थीहरूलाई विज्ञान सङ्ग्रहालयमा शैक्षिक वार्षिक भ्रमणका रूपमा जाने अवसर प्रदान गरेकोमा धन्यवाद दिन चाहन्छु र अझै विद्यालयले यसरी थप शैक्षिक र रमाइला यात्राहरू आयोजना गरोस् भन्ने आशा राख्छु ।



Eva Shrestha
Roll no: 33008
Extracurricular Activities
in My School

We have many extracurricular activities (ECA) in school. This is one of my favorite classes at school. All the classes have their own ECA classes. We have ECA classes frequently. There are different activities in ECA like dance, music, futsal, ITF, basketball, table tennis, etc. ECA is a very fun class. In my school, ECA classes have been divided into Club I and Club II. In Club I, there are ITF, yog, table tennis, and badminton.

In Club II, there are two games, futsal and basketball, from which we can select anyone. There are different classes for dance, music, drama, art and craft, and DSS talk. Our teachers in ECA classes are also very friendly, and they train us very well. I and all my friends are very happy when we have ECA classes. ECA classes make us free from our daily routine and refresh us. We can develop our confidence, create good relations with our friends, learn to work in teamwork, know about our responsibilities, and increase our communication skills. I love ECA classes very much and also enjoy them a lot.



Ridika Gurung
Roll no: 31024
Hiking from
Chisapani to Dhapedam

We started our hike at 9:00 a.m. after having breakfast in Sundarijal at 8:00 a.m. There were around 20 to 25 people in our group, and it turned out to be a really fun experience for all of us.

During our hike, we saw a beautiful waterfall and a nice temple. I was walking pretty fast and was at the front of the group. My uncle was making a video, and the rest of us were singing songs and telling jokes, which made the hike enjoyable.

The scariest part of our hike was encountering leeches. I was hoping they wouldn't bite me, but unfortunately, about 9 or 10 of them did. We stopped for lunch at 1:00 pm, and the food was really tasty. After lunch, I was excited to have some candy and check my phone for a

minute. But when I looked at my hand, I saw a leech on it! I got really scared, but my uncle quickly removed it.

After lunch, we continued our hike to Dhapedam. It took us about 3 more hours to get there, and I was really happy when we finally arrived. We took photos and videos of the big dam in Dhapedam.

On the way back to Kathmandu, we took an off-road route. We also saw a small dam and an army camp. We reached Kathmandu at 9:00 pm, and I was very happy to be back. In total, we hiked for 18 hours during this trip. It was a mix of fun, excitement, fear, and adventure for me and my whole team.

SPORTS, TRAVEL AND TOURISM AND ENTERTAINMENT



उद्धती भद्राई
क्रमाङ्कः ३२०४०
बास्केटबल

मलाई मन पर्ने खेल बास्केटबल हो । यो समूहमा खेलिने खेल हो । प्रत्येक समूहमा पाँच पाँच जना खेलाडीहरू हुन्छन्। यो आयताकार मैदानमा खेलिन्छ । मैदानको दुवैतर्फ १० फिटको उचाइमा बास्केटबल राखिएको हुन्छ । खेलाडीहरूले आपसमा तालमेल गर्दै अर्को समूहको बास्केटमा बल छिराउने प्रयास गर्छन् । यसरी गोल गर्दा दूरीका आधारमा दुई वा तीन अङ्क पाइन्छ । खेलको अन्त्यमा जुन समूहको बढी अङ्क हुन्छ त्यही समूह विजयी हुन्छ । बास्केटबल फुटबलभन्दा ठूलो आकारको हुन्छ । यसमा बललाई भुइँमा ठोक्काउदै उफार्दै अघि बढाइन्छ । यसमा साथीभाइ बिचको तालमेल निकै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । बास्केटबल खेल्दा शरीरका सबै अङ्गहरूको राम्रो व्यायाम पनि हुन्छन् । त्यसैले मलाई यो खेल मनपर्छ । यो खेल संसारभरि निकै लोकप्रिय छ । कतिपय देशमा त व्यावसायिक रूपले बास्केटबल खेलिन्छ । आजकाल स्कुल कलेजहरूमा पनि बास्केटबल मैदान बनाइएको हुन्छ । हाम्रो विद्यालयमा पनि यो सुविधा छ । मलाई जस्तै मेरा साथीहरूलाई पनि बास्केटबल खेल्न मन पर्छ ।



एरोन सिंह
क्रमाङ्कः ३२०३५
फुटबल

हाम्रो शरीरलाई तन्दुरुस्त राख्न गरिने क्रियाकलाप खेलकुद हो । पहिले पहिले व्यायाम र मनोरञ्जनका लागि मात्र खेल खेलिन्थ्यो । आजभोलि व्यवसाय र प्रतिस्पर्धाका रूपमा खेल खेलिन्छ । खेलबाट हाम्रो मन स्वस्थ हुन्छ । घरभित्र खेलिने र घरबाहिर खेलिने खेल गरी दुई प्रकारका खेल छन् । म पनि विभिन्न खेल खेल्छु । तीमध्ये मलाई मन पर्ने खेल फुटबल हो । फुटबल लोकप्रिय खेल हो । यो एउटा सामूहिक खेल हो । फुटबल खेलमा दुई समूह हुन्छन् । प्रत्येक समूहमा ११ जना खेलाडी हुन्छन् । यो खेलमा दुईवटा गोलपोष्ट हुन्छ र प्रत्येक गोलपोष्टमा एक एक जना गोलरक्षक हुन्छन् । खेलाडीहरूले

आफ्नो समूहका साथीहरूलाई बल पास गर्छन् । भकुन्डोलाई गोल गर्नु नै यस खेलको उद्देश्य हो । खेलमा गोलरक्षक नै एउटा मात्र यस्तो खेलाडी हुन्छ जसले भकुन्डोलाई रोक्न अथवा बचाउनका लागि हात प्रयोग गर्न अनुमति हुन्छ । समूहको बाँकी खेलाडीले हात बाहेक अरु सबै शरीरका अङ्गले हिक्राउन वा छुन मिल्छ । फुटबल खेल्ने धेरै खेलाडीहरू छन् । जस्तै: मेस्सी, रोनाल्डो, पेले, एम्बाप्पे, पोग्बा जस्ता राम्रा खेलाडीहरू फुटबल खेल्छन् ।



अग्रज रिजाल

क्रमाङ्क: २९००४

महिला विश्वकप - २०२३

महिला विश्वकप २०२३ अष्ट्रेलिया र न्युजिल्याण्डले आयोजित गरेको थियो । महिला विश्वकप २०२३ जुलाई २० देखि अगस्ट २० सम्म आयोजित भएको थियो । विश्वकपमा खेल्ने देशहरूलाई ८ समूहमा विभाजन गरिएको थियो । समूह 'क' मा न्यूजिल्याण्ड, नर्वे, फिलिपिन्स र स्विट्जरल्याण्ड थिए । समूह 'ख' मा अस्ट्रेलिया, क्यानडा, नाइजेरिया र आयरल्याण्ड थिए । समूह 'ग' मा कोस्टारिका, जापान, स्पेन, जाम्बिया थिए । समूह 'घ' मा चीन, डेनमार्क, इङ्गल्याण्ड र हाइटी थिए ।

समूह 'ङ' मा नेदरल्याण्ड, पोर्चुगल, अमेरिका र भियतनाम थिए । समूह 'च' मा ब्राजिल, फ्रान्स, जमैका र पनामा थिए । समूह 'छ' मा अर्जेन्टिना, इटाली, दक्षिण अफ्रिका र स्वीडेन थिए भने समूह 'ज' माकोलम्बिया, जर्मनी, दक्षिणकोरिया र मोरक्को थिए ।

स्विट्जरल्याण्डले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जितेको थियो, २ खेलमा बराबरी गरेको थियो । नर्वेले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जितेको थियो, १ खेल बराबर गरेको थियो र १ खेलमा पराजित भएको थियो । न्यूजिल्याण्डले ३ खेल खेल्थ्यो । १ खेल जितेको थियो, १ खेल बराबरी गरेको थियो र १ खेलमा पराजित भएको थियो । फिलिपिन्सले ३ खेल खेल्थ्यो । १ खेल जितेको थियो, १ खेल बराबर गरेको थियो र १ खेलमा पराजित भएको थियो । स्विट्जरल्याण्डले ५ अङ्क ल्याएको थियो । नर्वेले ४ अङ्क ल्याएको थियो । न्यूजिल्याण्डले ४ अङ्क ल्याएको थियो । समूह 'ख' मा पर्ने अस्ट्रेलियाले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेलमा जितेको थियो र १ खेल हारेको थियो । नाइजेरियाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेलमा जित्यो र २ खेलमा बराबरी भयो । क्यानडाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो एक खेलमा बराबरी भयो र एक खेलमा हारेको थियो । आयरल्याण्डले ३ खेल खेलेको थियो । आयरल्याण्डले कुनै पनि खेल जित्न सकेको

थिएन, १ खेलमा बराबरी भएको थियो र २ खेलमा हारेको थियो । अस्ट्रेलियाले ६ अङ्क ल्याएको थियो । नाइजेरियाले ५ अङ्क ल्याएको थियो । क्यानडाले ४ अङ्क ल्याएको थियो । आयरल्याण्डले १ अङ्क ल्याएको थियो । समूह 'ग' मा पर्ने जापानले ३ खेल खेलेको थियो । जापानले तीनवटै खेल जितेको थियो । स्पेनले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जितेको थियो र एक खेल हारेको थियो । जाम्बियाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जितेको थियो र २ खेल हारेको थियो । कोस्टारिकाले ३ खेल खेलेको थियो । कोस्टारिकाले तीनवटै खेल गुमाएको थियो । जापानले ९ अङ्क बनाएको थियो । स्पेनले ६ अङ्क बनाएको थियो । जाम्बिया र कोस्टारिकाले अङ्क बनाउन सकेनन् । समूह 'घ' मा पर्ने इंग्ल्याण्डले ३ खेल खेलेको थियो । इंग्ल्याण्डले तीनवटै खेल जितेको थियो । डेनमार्कले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जितेको थियो र १ खेल हारेको थियो । चीनले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेलमा जितेको थियो र २ खेल हारेको थियो । हाइटीले ३ खेल खेलेको थियो । हैटीले तीनैवटा खेल हारेको थियो । इंग्ल्याण्डले ९ अङ्क बनाएको थियो । डेनमार्कले ६ अङ्क बनाएको थियो । चीनले ३ अङ्क बनाएको थियो र हाइटीले कुनै अङ्क बनाउन सकेको थिएन । समूह 'ङ' मा पर्ने नेदरल्याण्डले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जित्यो र १ खेलमा बराबरी भएको थियो । अमेरिकाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो र २ खेलमा बराबरी भएको थियो । पोर्चुगलले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो, १ खेलमा बराबरी भयो र १ खेल हारेको थियो । भियतनामले ३ खेल खेलेको थियो । भियतनामले तीनवटै खेल हारेको थियो । नेदरल्याण्डले ७ अङ्क बनाएको थियो । अमेरिकाले ५ अङ्क बनाएको थियो । पोर्चुगलले ४ र भियतनामले शून्य अङ्क बनाएको थियो । समूह 'च' मा पर्ने फ्रान्सले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जित्यो र १ खेलमा बराबरी भयो । जमिकाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेलमा जित्यो र २ खेलमा बराबरी भएको थियो । ब्राजिलले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो, १ खेलमा बराबरी भयो र १ खेलमा हायो । पनामाले ३ खेल खेलेको थियो । पानामाले तीनवटै खेलमा हारेको थियो । फ्रान्स र जमिकाले ४ गोल गरेका थिए । ब्राजिलले ३ गोल गयो र पानामाले कुनै गोल गर्न सकेको थिएन ।

समूह 'छ' मा पर्ने स्वीडेनले ३ खेल खेलेको थियो र तीनवटै खेल जितेको थियो । दक्षिण अफ्रिकाले ३ खेल खेलेको थियो । एक खेल जित्यो, एक खेलमा बराबरी भयो र एक खेल । इटालीले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो र २ खेल हारेको थियो । अर्जेन्टिनाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेलमा बराबरी गयो र २ खेलमा हायो । स्वीडेनले ९ अङ्क बनाएको थियो । दक्षिण अफ्रिकाले ६ अङ्क बनाएको थियो । इटालीले ३ र अर्जेन्टिनाले १ अङ्क बनाएको थियो

। समूह 'ज' मा पर्ने कोलम्बियाले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जित्यो र १ खेल हान्यो । मोरक्कोले ३ खेल खेलेको थियो । २ खेल जित्यो र १ हारेको थियो । जर्मनीले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेल जित्यो, १ खेलमा बराबरी भयो र १ खेल हारेको थियो । कोरियाले ३ खेल खेलेको थियो । १ खेलमा बराबरी भइको थियो र २ खेल हारेको थियो । कोलम्बिया र मोरक्कोले ६ अङ्क बनाएका थिए । जर्मनीले ४ र कोरियाले १ बनाएका थिए । नकआउट राउन्डमा स्विजरल्याण्ड, नर्वे, अष्ट्रेलिया, नाइजेरिया, जापान, स्पेन, इङ्गल्याण्ड, डेनमार्क, नेदरल्याण्ड, संयुक्त राज्य अमेरिका, फ्रान्स, जमैका, स्वीडेन, दक्षिण अफ्रिका, कोलम्बिया र मोरक्को पुगेका थिए । अगस्ट ५ मा स्विजरल्याण्ड र स्पेनबीचको खेल भएको थियो । स्पेनले स्वीट्जरल्याण्डलाई ५-१ ले हराएको थियो । अगस्ट ५ मा जापान र नर्वे बीच अर्को खेल भएको थियो । जापानले नर्वेलाई ३-१ ले हराएको थियो । अगस्ट ६ मा नेदरल्याण्ड्स र दक्षिण अफ्रिकाबीचको खेल भएको थियो । नेदरल्याण्ड्सले दक्षिण अफ्रिकालाई २-० ले हराएको थियो । अगस्ट ६ मा अर्को पनि खेल भएको थियो । त्यस खेल अमेरिका र स्वीडेन बीच भएको थियो । त्यहाँ ०-० को बराबरी भएको थियो र पेनाल्टी सुटमा स्वीडेनले अमेरिकालाई ५-४ ले हराइदियो । अगस्ट ७ मा इङ्गल्याण्ड र नाइजेरियाबीच खेल भएको थियो । त्यस खेलमा ०-०को बराबरी भएको थियो । पेनाल्टी सुटआउटमा इङ्गल्याण्डले नाइजेरियालाई ४-२ ले हराएको थियो । त्यही दिन अर्को पनि खेल भएको थियो । त्यो खेल अस्ट्रेलिया र डेनमार्क बीच भएको थियो । अष्ट्रेलियाले डेनमार्कलाई २-० ले हराएको थियो । अगस्ट ८ मा कोलम्बिया र जमैकाबीचको खेल भएको थियो । कोलम्बियाले जमैकालाई १-० ले हराएको थियो । त्यही दिन अर्को पनि खेल भएको थियो । त्यो खेल फ्रान्स र मोरक्को बीच भएको थियो । फ्रान्सले मोरक्कोलाई ४-० ले हराएको थियो । क्वाटरफाइनलमा ८ वटा देशहरू पुगेका थिए । ती देशहरू स्पेन, नेदरल्याण्ड्स, जापान, स्वीडेन, अष्ट्रेलिया, फ्रान्स, इङ्गल्याण्ड र कोलम्बिया थिए । अगस्ट ११ मा स्पेन र नेदरल्याण्ड्स बीचको खेल भएको थियो । स्पेनले नेदरल्याण्डलाई २-१ ले हराएको थियो । त्यही दिन अर्को खेल पनि भइको थियो, त्यो खेल जापान र स्वीडेनबीच भएको थियो । स्वीडेनले जापानलाई २-१ ले हराएको थियो । अगस्ट १२ मा अस्ट्रेलिया र फ्रान्सबीच खेल भएको थियो । त्यस खेलमा ०-० को बराबरी भएका कारण पेनाल्टी सुटआउट भएको थियो । पेनाल्टी सुटआउटमा अष्ट्रेलियाले फ्रान्सलाई ७-६ ले हराएको थियो । त्यही दिन इङ्गल्याण्ड र कोलम्बियाबीच अर्को खेल थियो । इङ्गल्याण्डले कोलम्बियालाई २-१ ले हराएको थियो । सेमिफाइनल पुग्ने देशहरू स्पेन, स्वीडेन, इङ्गल्याण्ड र अष्ट्रेलिया थिए । अगस्ट १५ मा

स्पेन र स्वीडेनबीचको खेल भएको थियो । स्पेनले स्वीडेनलाई २-१ ले हराएको थियो । अगस्ट १६ मा अष्ट्रेलिया र इङ्ल्याण्डबीच खेल भएको थियो । इङ्ल्याण्डले अष्ट्रेलियालाई ३-१ ले हराएको थियो । अगस्ट १९ मा अस्ट्रेलिया र स्वीडेनबीच खेल भएको थियो । त्यो खेल तेस्रो स्थानको लागि भएको थियो । त्यस खेलमा स्विडेनले अस्ट्रेलियालाई २-० ले हराएको थियो । अगस्ट २० मा स्पेन र इङ्ल्याण्डबीचको खेल भएको थियो । त्यो खेल विश्वकप २०२३ को फाइनल थियो । त्यस खेलमा स्पेनले इङ्ल्याण्डलाई १-० ले हराएको थियो र यसरी स्पेनले विश्वकप २०२३ जित्यो ।



आरम्भ पन्त

क्रमाङ्क: ३३००३

राष्ट्रिय निकुञ्ज घुमघाम

गएको हप्ता जेठ १५ गते गणतन्त्र दिवसको दिनमा म मेरा आमा र बुबासँग शिवपुरी राष्ट्रिय निकुञ्ज घुम्न गएको थिएँ । बुढानीलकण्ठ मन्दिरबाटमाथि गएपछि डाँडाको फेदीमा आर्मीको ब्यारेक रहेछ । भित्र जान टिकट काट्नुपर्ने रहेछ । आफूले लिएर गएको खानेकुराको जानकारी गराएर फारम भर्नुपर्दो रहेछ । हामी त्यहाँबाट टिकट लिएर भित्र गयौँ । हामीलाई त्यहाँ आर्मीले बाटोमा जङ्गली जनावरहरू हुने भएकाले हल्ला नगरिकन जान सल्लाह दिनुभयो । हामीले खानेकुरा पानी, जुस र अन्य केही लिएर गएका थियौँ । त्यहाँ घुम्न जानका लागि तीनवटा ठाउँ बागद्वार, विष्णुद्वार र शिवपुरी पिक रहेछ । हामी भने विष्णुमतीको मुहान विष्णुद्वार गयौँ । चार किलोमिटरको बाटो हिँडेर हामी विष्णुद्वार पुग्यौँ । त्यहाँ मन्दिर ठुलाठुला ढुङ्गा र पानीको झरना रहेछन् । त्यहाँ मैले धेरै फोटोहरू खिचेँ र रमाइलो गरेँ । हामी फेरि दुई घन्टा हिँडेर पुनः फेदीमा फर्कियौँ । हामीलाई भित्रबाट केही सामान ल्याउन नपाउने जानकारी दिँदै आर्मीले जाँच गर्नुभयो र हामी साँझ घर फर्कियौँ ।



स्वप्निल अमिर कंसाकार

क्रमाङ्क: ३३०४६

रमणीय ठाउँ नगरकोट

म बिदामा आमाबुबा र भाइसँग नगरकोट घुम्न गएँ । हामी गाडीबाट गयौँ । नगरकोटको होटलमा पुगेर हामी सबैजनाले आराम गयौँ । म मेरो भाइसँग त्यहाँ खेलन थालें । हामीले त्यहाँ धेरै खेलहरू खेल्यौँ । खेल खेलिसकेपछि हामी खाना खान गयौँ । हामीले मिठा मिठा खाना खायौँ । त्यहाँ धेरै मानिसहरू आएका थिए । त्यहाँ थुप्रै विदेशीहरू पनि आएका थिए । म विदेशीहरूसँग बोल्न गएँ । हामी कोठामा गयौँ । कोठामा गएर आमा बुबासँग बसेर टि.भी हेर्यौँ । कुराकानी गर्नु र सुनुनु । भोलिपल्ट बिहान उठेर सूर्य उदाएको हेर्यौँ । सूर्य त सुन्तला जस्तै थियो । बिस्तारै उदाउँदो रहेछ । जति जति सूर्य माथि आयो त्यति त्यति नै उज्यालो हुँदै आयो अनि म नुहाएर चिया खान गएँ । चिया खाइसकेपछि म पौडी खेलन पनि गएँ । म र मेरो भाइ धेरैबेरसम्म पानीमा पौडी खेल्यौँ । मैले नयाँ साथीहरू पनि बनाएँ । त्यसपछि मैले हाम्रो कोठामा गएर फेरि नुहाएँ । त्यसपछि सबै सामानहरू झोलामा राख्यौँ र घर फर्किने तयारी गर्नु । म र मेरो भाइलाई नगरकोट खुब रमाइलो लाग्यो । त्यसपछि हामी गाडीमा बसेर घर फर्कियौँ । हाम्रो नगरकोटको यात्रा धेरै रमाइलो भयो ।



विश्रान्त सिटौला

क्रमाङ्क: ३२००६

मेरो रमाइलो यात्रा

यात्रा भनेको भ्रमण गर्नु वा घुमफिर गर्नु हो । यात्रा कुनै न कुनै उद्देश्य प्राप्तिको लागि गरिन्छ । यात्रा कहिले मनोरञ्जनका लागि गरिन्छ । कहिले प्राकृतिक र सांस्कृतिक सुन्दरता अवलोकन गर्न गरिन्छ भने कहिले अध्ययन र अनुसन्धान गर्नका लागि गरिन्छ । संसारमा यात्रा गर्न सबैलाई मन पर्छ । यात्रा गर्न रुचि नलाग्ने कोही पनि हुँदैन । मलाई पनि यात्रा गर्न मनपर्छ । मेरो रमाइलो यात्रा पोखरा घुम्न जाँदा भएको थियो । मेरो यात्रा मनोरञ्जनका लागि थियो । पोखरा हामी कलङ्कीबाट नागढुङ्गा हुँदै गएका थियौँ । काठमाडौँबाट पोखरा पुग्नु करिब ६/७ घण्टा लागेको थियो । पोखरामा धेरै पर्यटकको चहलपहल थियो । पोखराको भौगोलिक बनावट धेरै राम्रो थियो । मैले पोखराको प्रसिद्ध ठाउँहरू देखेँ । पोखरा हामी सबै नेपाली र विदेशीहरूले घुम्ने ठाउँ रहेछ । त्यहाँ हामी दुई दिन

बसेर सबैतिर घुमेपछि घर फर्कियोँ । मलाई यस यात्राले विभिन्न कुराहरू सिकायो र अनुभव गरायो ।



सुबिञ्जाराज खरेल
क्रमाङ्क: २९०६५
एसियाको यात्रा

मलाई धेरै यात्रा गर्न मन लाग्छ । यसले आफ्नो संस्कृति, भौगोलिक संरचना र विश्वभरका मानिसहरूको विविधता देखाउँछ । नयाँ कुराहरू खोज्नु र जीवनभरका लागि अनुभवहरू बटुल्नु मेरो सोख हो । सन् २०१८को दसैं बिदामा म, मेरी आमा र बुबाले एसियाका तीनवटा देश इन्डोनेसिया, मलेसिया र सिङ्गापुरको भ्रमण गर्ने मौका पाएका थियोँ । हामीले तीनवटै देशको भिसा आवेदन दियोँ र हजुरबा हजुरआमाको आशीर्वाद लिएर अन्तरराष्ट्रिय विमानस्थल गयोँ । पहिले हामी मलेसिया उड्योँ त्यहाँ टुर गाइडले हामीलाई चिन्नको लागि बोर्ड लिएर पखिँरहेका

थिए । उनले आफ्नो ठुलो कारमा मलेसियाको वास्तुकला देखाउँदै हामीलाई होटलमा लगे । हामी बस्ने होटेल साँच्चै सुन्दर थियो र यो प्रसिद्ध पेट्रोनास ट्विन टावरको ठिक अगाडि थियो । हाम्रो मलेसियामा तीन दिन मात्रै बस्ने योजना थियो त्यसैले हामी अलिकति पनि समय बर्बाद गर्न चाहन्न थियोँ । होटेलमा चेक इन गरेपछि हामी बाटु गुफाहरू र चकलेटको ठुलो मेलामा गयोँ । त्यहाँ गुलिया, तीता, अमिलाका साथै पिरा चकलेट पनि थिए । हामी पर्यटकहरूलाई निःशुल्क चकलेट चाख्न दिइएको थियो । भोलिपल्ट सबैरै हामी सनवे लगुन भनिने वाटर पार्कमा गयोँ । त्यहाँ दिनभरि पानीका खेलहरू खेल्दा हामीले समय बितेको पत्तै पाएनौँ । भारतीय रेष्टुराँमा दाल भात खाँदा मलाई घरको याद आएको थियो । मलेसियामा हाम्रो रमाइलो समय सकिएको थियो र इन्डोनेसिया जाने समय भयो । हामी बिहानको पाँच बजेको हाम्रो उडान हुनाले चाँडै उठ्योँ । इन्डोनेसिया पनि रमाइलो थियो । यो ठुलो र विविधताले भरिएको देश थियो । टापुहरूले यसलाई धेरै सुन्दर बनाएका रहेछन् । त्यहाँ धेरै समुद्र तटहरू थिए र हामी बाली सहरको मुटुमा बसेका थियोँ । इन्डोनेसिया एक मुस्लिम देश भए पनि बालीमा भने नब्बे प्रतिशत हिन्दू थिए । त्यसैले हामीले धेरै हिन्दू मन्दिरहरू पनि खोज्योँ र केही स्मृति चिन्हहरू किन्योँ । हाम्रो होटलको कोठा ठुलो र आरामदायक थियो । दुई दिन हामी त्यहाँ बस्योँ । दिउँसो घुम्ने क्रममा ज्वालामुखी निस्केको ठाउँ "किन्तामनि" टाढाबाट हेर्योँ, तनहालट भन्ने समुद्री तटमा डुल्योँ अनि उलुवटु भन्ने

मन्दिर पनि गयौं । सहरको बिच चोक चोकमा रामायण, महाभारतका पात्रका ठुला र आकर्षक मूर्तिहरू थिए । बालीमा एकदिन त हामीले साहसिक पानीका खेल जस्तै प्यारासेलिड, जेट स्किड, बनाना राइड आदि गरेरै बितायौं । त्यसपछि व्यक्तिगत कारणले गर्दा हामीले आकर्षक सिङ्गापुर विमानस्थल देख्न सकेनौं र इन्डोनेसियाबाट सिङ्गापुर जान बस र डुङ्गा लियौं । इन्डोनेसियामा गरेका सबै गतिविधिले गर्दा म धेरै थाकेको थिएँ, त्यसैले म सिङ्गापुर जाने बसमा निदाँएछु तर, हामीले डुङ्गामा गाएर नाच्यौं । सिङ्गापुर सानो देश थियो तर यो धेरै आधुनिक र विकसित थियो । त्यहाँ पुग्दा बिहान भइसकेको थियो त्यसैले हामीले स्थानीय ठाउँमा खाजा खायौं र त्यसपछि हाम्रो होटेलमा चेक इन गयौं । हाम्रो होटल सानो तर धेरै आधुनिक थियो र यससँगै आकर्षक सुविधाहरू पनि थिए । सिङ्गापुरमा, हामी युनिभर्सल स्टुडियो र धेरै प्रसिद्ध लायन झरनामा गयौं । हामी चरा सर्कस र म्याडम टसन्ड्स भन्ने ठाउँमा पनि गयौं जहाँ शाहरूख खान, रानी एलिजाबेथ, डोनाल्ड ट्रम्प र इवेन जोन्सन जस्ता धेरै प्रसिद्ध व्यक्तिहरूको मैनका मूर्तिहरू थिए । हामीले मूर्तिहरूसँग धेरै तस्बिरहरू खिच्यौं र राति हामी बसेको होटलमा फर्कियौं । दोस्रो दिनमा, हामीले सिङ्गापुर र त्यहाँको प्राकृतिक सौन्दर्यको खोजी गयौं, मरलायन पार्क, ऐतिहासिक सङ्ग्रहालय घुम्यौं र केही चिजहरू पनि किन्यौं । मैले पहिलो 4-डी चलचित्रको अनुभव पनि मैले त्यहीं गरें ।

समग्रमा, यो एक यस्तो अनुभव थियो जुन म बिर्सन सक्दिनँ र म सबैलाई यात्रा गर्नुपर्छ भन्ने सल्लाह दिन्छु, किनकि यसले हामीलाई संसार वास्तवमा कति ठुलो छ भनेर देखाउँदछ । यो रमाइलो पनि छ र हामीले धेरै कुरा यात्राबाट सिक्ने मौका पाउँछौं ।



Apurba Gopal Aryal
Roll no: 33043
Road trip to Chitwan

After a long time, our family decided to go on a vacation. We were not sure where to go for vacation. My brother wanted to go hiking, my sister wanted to go to a tea garden, and I wanted to see wild animals. Finally, we decided to go to Chitwan. Chitwan is around 200 kilometers from Kathmandu.

On November 25, 2022, we all woke up early in the morning. We were all excited because it was our first trip out of the Kathmandu Valley. We packed food, clothes, and snacks for the trip.

We loaded our things in the car. My dad was driving the car, and it was

his first time driving out of Kathmandu Valley. We were not sure how he drove. We asked him to drive slowly.

After 45 minutes of driving, we were out of the Kathmandu Valley. The road was so busy because it was full of buses and trucks. The scenic view of the mountain and curvy roads was very beautiful. We tried to maintain silence in the car because we did not want to disturb our dad. After a couple of hours, we stopped at a restaurant called Hamlet for lunch. We ate pizza and canned juice. Behind the restaurant, I saw a paddy field, and in front of the restaurant, there was a beautiful heart shape on the hill. The restaurant was in a beautiful location.

With a full stomach, we resumed our journey. We were following the Trisuli River on the right side of our road. When we got into the car we felt sleepy. Our dad was also feeling sleepy. We gave him spicy chips so that he could concentrate on the road.

Finally, after a long drive, we arrived at our hotel called "Sapana". The hotel was so nice. There was a balcony at the hotel for the elephant sight. In the evening we went to see a Tharu dance. The dance was beautiful. At the end of the day, we were so tired and right after dinner, we jumped to bed for a good night's sleep.



Aradhya Gopal Aryal
Roll no: 33044
My Road Trip to Pokhara

It was a misty morning on December 28th, 2022, and we were heading to Pokhara for the New Year. We are a family of five. Me, my brother, my sister, my mother, and my dad woke up early in the morning with excitement. We were excited because it was our first trip to Pokhara. I had heard that Pokhara is a beautiful city with rivers, lakes, hills, mountains, etc. I know that there are lots of tourists who come to Pokhara. We brushed our teeth, changed our clothes, ate

breakfast, and were finally ready for the trip.

My dad was driving on this trip. Sometimes our dad drives a car really fast. On this road trip, I did not want him to drive fast, so we all told him not to drive fast. Safety should always be first. It took us two hours to get out of Kathmandu valley. There was a big broken truck in the middle of the road blocking all vehicles. After almost two hours, the road was finally cleared and we were able to get out. The road was

bumpy and curvy because of that, I had a headache. The river Trishuli was always on our right side of the road.

We were planning to have lunch in the city called Mungling. After a couple of hours, we reached Mungling but could not find a good place for lunch. The restaurants were not clean. We moved ahead and ate our lunch in one of the restaurants in Khaireni. We resumed our journey after lunch. The portion of the road after lunch was so bad that it was bumpy and dusty. There was construction going on, which was the reason for the bad condition of the road. I hope the road will be better after the construction is done.

On the way to Pokhara, we stopped at a police station in the city called Damauli. There we met my dad's friend, who was the head of the police station. After another two hours of driving, we finally arrived at our hotel in Pokhara. Our hotel was next to a lake called Phewa Lake. We took a few walks on the side of the lake. We were so tired because of the long drive. After dinner at our own hotel, we jumped on the bed for a good night's sleep.

Overall, the trip was mostly an adventure. I enjoyed the view of the mountains, hills, rivers, and lakes. I wish for better road conditions next time.

INTERESTING FACTS AND FIGURES



Soumya Poudyal
Roll: 34030
Koshi

Koshi river is the second longest river in Nepal. It lies in the eastern part of Nepal. It meets the river Ganga in Bihar of India. It is also known as Sapta Koshi river because it consists of seven different rivers. All of the seven rivers meet in the northern part of Nepal. It is also known as the 'Sorrow of Bihar' because it floods Bihar every year. Koshi Barrage was built to control the flood in Bihar caused by the Koshi River. This barrage has 56 gates. It was known as 'Kaushika' in ancient times. We can find the importance of this river mentioned in Mahabharat too.



Hitaksh Aragwal
Roll: 34028
Colosseum

The Colosseum was the first largest live theater of the world. It is in Rome, Italy. It is one of the seven wonders of the world. More than 50 thousand people could sit in the Colosseum to watch fights, punishments and animals' battles. It is over 1900 years old. It is oval shaped and covers a very big area. It was damaged in several earthquakes but it is still very well because it was rebuilt and maintained well. It is very beautiful and many people from around the world visit this place. We can see it in the movie named 'Gladiator'.



**Aiden Man Nhuchhe
Pradhan
Roll: 32028
Mosquitoes**

Do you hate mosquito bites just as I do? They aren't actually biting you but are sucking your blood. That is the only way for their reproduction. If they wouldn't, they would become extinct just like the dinosaurs. Blood is full of essential nutrients for mosquitoes such as proteins and other amino acids.

Mosquitoes can't get these vital nutrients from any other source. Male mosquitoes do not feed on blood. They only feed upon flower nectars. Female mosquitoes feed upon the blood because they require the ingredients found in blood to lay their eggs. They also feed upon the blood of other animals like dogs, cats etc.

Though animals and humans are the source of survival for mosquitoes, these pests are dangerous as they spread diseases like malaria and dengue. We need to make sure we remain safe from their bites. Wearing light coloured full sleeved clothes, using repellants and doing fumigations can help us keep mosquitoes away.

Mosquitoes hate the smell of neem, peppermint, lemongrass, basil, garlic etc. You can also smoke some coffee grounds to keep those mosquitoes away!

Pyramids are three dimensional shaped monumental structures. These structures were built in Egypt, Greece, Italy, Thailand etc. Among the countries, the pyramids of Egypt and South America are well known. The pyramids in Egypt were built over a period of 2,700 years. Imhotep, a royal Egyptian architect built the first pyramid for Pharaoh Djoser.



Suprabh Acharya
Roll no: 27014
Rise and Fall of Silk
Road : A Dark Web
Empire

Ross Ulbricht, a 29 year old man was arrested by federal agents on October 1, 2013 in San Francisco public library. Ross Ulbricht had been running the largest online business for illegal drugs in history, known as Silk Road. Silk Road operated in the depths of the dark web, where it processed around \$214 million in sales over 2 years.

Ross Ulbricht was born in Austin, Texas on March 27, 1984 and had a strong academic background. Ulbricht scored good grades in his SATs and earned a full student scholarship to the University of Texas and got a Master's degree at Penn State. While doing his Master's at Penn State, Ulbricht got

interested in the field of advocating minimal government involvement in people's lives. He became a fervent follower of this field and visioned to create a marketplace that allowed people to buy anything they wanted without the government knowing. Soon, he brought his vision to life through the Silk Road. The name Silk Road was a reference to the trade routes connecting China to Europe to trade golds and other minerals. This showed the journey Ulbricht aimed to give to people.

Ross Ulbricht coded Silk Road in such a way that it could only be accessed through the Tor network. It enabled users to exchange illegal goods using Bitcoin as the main form of payment so that the government couldn't track the payment source. The hidden nature of the site, combined with the use of cryptocurrency, provided the users of Silk Road anonymity which was previously unseen in online marketplaces.

Ulbricht was fond of reading books from the library and the things he learned from the books guided him to the types of products that can be listed on Silk Road, which included hardcore drugs and weaponry. Although Silk Road offered firearms and weaponry, Ulbricht removed their listing later due to potential controversies that could expose him and his marketplace. The marketplace exploited the vulnerabilities of postal systems to ship products to the buyers.

While the Silk Road was working smoothly unseen, government agencies were silently tracking the marketplace's activities. The Department of Homeland Security intercepted packages that were to

be sent to buyers, which led them to find the site's server that was hosted in Iceland. This started an investigation that exposed various loopholes and vulnerabilities in Silk Road's program that eventually exposed Ross Ulbricht's identity. Not only this, Ulbricht made a critical mistake by using the same computer for his personal use and to run the Silk Road marketplace. This allowed the government agents to link Ulbricht to the Silk Road. The final success came when Gary Alfrod, IRS investigator, connected the username "Frosty" to Ross Ulbricht.

In a sting operation, agents caught Ulbricht while he was logged into Silk Road's site at a San Francisco public library. With this arrest, the investigators finally uncovered the mastermind behind the Silk Road empire.

Reference:

<https://www.newsweek.com/2015/02/27/silk-road-hell-307732.html>

SOCIAL AND CONTEMPORARY ISSUES



आशिष दाहाल

क्रमाङ्क: २७००४

आतङ्कवादीको प्रभाव

दक्षिण एसियाली देशहरू भारत, बङ्गलादेश, पाकिस्तान, अफगानिस्तान, माल्दिभ्स, भुटान, नेपाल आदि देशहरू पर्दछन् । यी देशहरूबाट सबैभन्दा बढी आतङ्कवादी आक्रमण हुने गरेको छ । विश्वमा सबैभन्दा बढी आतङ्कवादीहरू रहेको देश पनि दक्षिण एसिया नै हो । आतङ्कवादीहरूले चलाएको देश भनेर अफगानिस्तानलाई भन्ने गरिन्छ ।

यसरी विश्वमा आतङ्कवादीहरू छन्, तर किन ? यो प्रश्नको उत्तरले भारतको इतिहासको धेरै ठुलो हात रहेको छ ।

जब पाकिस्तान सन् १९५७ अगस्ट १४ मा भारतसँग छुट्टिएको थियो, तब मानिसहरूले हिन्दु एक देश र मुस्लिम एक देश भनी नामकरण गरे । त्यसले एउटा पूरै धर्मलाई नै नराम्रो बनाउने कारण बनायो । जब भारत र पाकिस्तान छुट्टिएको थियो तब, काश्मिर, भारत र पाकिस्तान कसको भन्ने कुरामा धेरै विवाद भयो । दुवै देशले त्यो सानो ठाउँलाई आफ्नो हो भन्छ र त्यस कारणले गर्दा पाकिस्तानलाई एउटा आतङ्कवादीहरूको देश मानियो पाकिस्तानले समय समयमा भारतलाई आक्रमण गर्न थाल्यो र पाकिस्तानलाई एउटा आतङ्कवादीहरूको देश मानिन थालियो । पाकिस्तानको सबैभन्दा ठुलो आतङ्कवादी समूह तालिबानले आफ्नो भनेर आफ्नो धर्म बेच्ने भन्दै पूरै पाकिस्तानलाई आफ्नो हातमा लियो । त्यतिले नपुगेर तालिबानहरूले अफगानिस्तानमाथि पनि हमला गरे । अफगानिस्तान तालिबानको हातमा आयो ।

नेपालबाहेकका देशमा आतङ्कवादी हमला भएर हामीलाई के असर भयो त ! हामी नेपालवासी एउटा पहाडले घेरेको देशमा छौं । केही कारणवश हाम्रो देशमा पनि अफगानिस्तानमा जस्तै हमला हुने हो भने यहाँ पनि हामी बाँच्न सक्दौं । जब तिब्बत चीनसँग जोडियो तब नेपालमा धेरै आतङ्कवादीहरू आएका थिए ती आतङ्कवादीहरूले मुस्ताङमा हमला गरेर त्यता बसेको पनि इतिहासमा छ । अहिले नेपालमा आतङ्कवादी हमला नभए पनि हामी सतर्क भनेर हुनुपर्छ । नेपालमा आतङ्कवादी हमला नभए पनि भविष्यमा हुन सक्छ नेपाल, भारत र चीनको बिचमा छ, त्यसकारण नेपालमा हमला हुन पनि भन्न सकिँदैन । त्यसकारण नेपाल सजग हुनुपर्छ । हामीले आफ्नो बरेमा मात्र होइन, देशको बारेमा पनि सोच्नुपर्छ ।



Raunak Thapa Magar

Roll no. 24082

**Should Cryptocurrency be
Legal in Nepal?**

Cryptocurrency is a relatively new form of digital money that relies on secure coding techniques. It has gained popularity and could change how we use money globally. But in Nepal, its legal status is uncertain. The government has not officially said whether it is allowed. In fact, we do not have a clear policy for cryptocurrency as such.

The debate on whether Nepal should make cryptocurrency legal is complex. There are several perspectives by which people support or oppose this idea, each with its own perspective. One key point is that legalizing cryptocurrency could boost technology and help our economy grow. Cryptocurrencies could change how we do things, especially in finance. Transactions could be faster, cheaper, and more secure. Also, allowing cryptocurrency could bring in new investment opportunities for Nepalese. Another important reason is that more people could get access to financial services. People who do not have easy access to traditional banks, especially in remote areas, might benefit.

Think about people who work abroad and send money back home. That is a big deal for Nepal's economy. Cryptocurrencies could make it quicker and cheaper to send money across borders. Moreover, the way cryptocurrencies work might help cut down on corruption. Because all transactions are visible, there is less room for under the table cash transactions. This could increase trust in the government. Also, by saying "yes" to cryptocurrencies, Nepal could show it is open to new things. This might lead to more partnerships and collaborations with other countries interested in digital money. Cryptocurrency operates in a highly volatile market, marked by rapid and unpredictable price fluctuations. This volatility poses both opportunities and risks, attracting investors seeking high returns while necessitating cautious decision-making due to the inherent instability.

Still, there are concerns. Some worry that if cryptocurrencies are allowed, bad things might happen. People might use them for illegal things, and it could be hard to catch them. Plus, there is the issue of taxes – how would the government collect them if everyone is using digital money?

Cryptocurrency has the potential to change how banking works, especially in places like Nepal. Instead of having one boss in control, it is more like a team effort, which could be good for Nepal's banks. In Nepal, there are places that are hard to reach, and getting to a bank can be a challenge. Cryptocurrencies do not need a specific place, so they could help people in these areas do money stuff without going to a bank.

And since most of Nepal's income comes from remittance. Using cryptocurrencies could make sending money across borders faster and cheaper. This could be a big help for Nepal's economy. Another interesting thing about cryptocurrencies is that they use blockchain. It is like a super-honest system where everyone can see the transactions made. There is no middleman messing up the algorithm.

Whether Nepal should legalize cryptocurrencies is a tough question. It is like deciding whether to enter a mid-game chess duel. It might be fun, but we also need to be careful not to make mistakes. Whatever happens, cryptocurrencies are changing things, and Nepal has some big choices ahead.



Sifal School