नैतिक शिक्षा

कक्षा ८

Curriculum Development Centre

नेपाल सरकार

शिक्षा मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

नैतिक शिक्षा

कक्षा ८

लेखक

धुवप्रसाद भट्टराई

Curriculum Development Centre

प्रकाशक

नेपाल सरकार

शिक्षा मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक : नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

ISBN :

© **प्रकाशकमा**

पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यसको पुरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य प्रविधिबाट अभिलेखबद्ध गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।

प्रथम संस्करण : वि.सं. २०७२

पाठ्य पुस्तकका सम्बन्धमा कुनै सुझाव भए पाठ्यक्रम विकास केन्द्र, सम्पादन तथा प्रकाशन शाखामा पठाइदिनुहुन अनुरोध छ ।

Curriculum Development Centre

हाम्रो भनाइ

शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन विभिन्न समयमा पाठ्यक्रम, पाठ्य पुस्तक विकास तथा परिमार्जन गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइँदै आएको छ । विद्यार्थीमा राष्ट्र, राष्ट्रिय एकता र लोकतान्त्रिक संस्कारको भावना पैदा गराई नैतिकता, अनुशासन र स्वावलम्बन, सिर्जनशीलता जस्ता सामाजिक एवम् चारित्रिक गुण तथा आधारभूत भाषिक तथा गणितीय सिपका साथै विज्ञान, पेसा व्यवसाय, सूचना तथा सञ्चार प्रविधि, वातावरण र स्वास्थ्य सम्बन्धी आधारभूत ज्ञान र जीवनोपयोगी सिपको विकास गराउनु जरुरी छ । उनीहरूमा कला र सौन्दर्य, मानवीय मूल्य मान्यता, आदर्श र वैशिष्ट्यहरूको संरक्षण तथा संवर्धनप्रतिको भाव जगाउन आवश्यक छ । समावेशी समाजको निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउन उनीहरूमा विभिन्न जातजाति, लिङ्ग, अपाङ्गता, भाषा, धर्म, संस्कृति र क्षेत्रप्रति समभाव जगाउनु र मानव अधिकार तथा सामाजिक मूल्य मान्यताप्रति सचेत भई जिम्मेवारीपूर्ण आचरणको विकास गराउनु पनि आजको आवश्यकता बनेको छ । आधारभूत शिक्षा पाठ्यक्रम (कक्षा ६-८), २०६९ लाई मूल आधार मानी शिक्षा सम्बन्धी विभिन्न आयोगका सुझाव, शिक्षक, विद्यार्थी तथा अभिभावकलगायत शिक्षासँग सम्बद्ध विभिन्न व्यक्ति सम्मिलित गोष्ठी र अन्तर्क्रियाका निष्कर्ष र विभिन्न विद्यालयमा परीक्षण गरी प्राप्त पृष्ठपोषण समेतलाई समेटी यो पाठ्य पुस्तक तयार पारिएको हो ।

पाठ्य पुस्तकलाई यस स्वरूपमा ल्याउने कार्यमा केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक श्री दिवाकर ढुङ्गेल, उषा दीक्षित, डा. चिन्तामणि योगी, केशवप्रसाद न्यौपाने, सानु अमात्य, एकारत्न शर्मा आचार्य, दिनेश खनाल, तुलसी आचार्य, ज्ञानमणि नेपाल, हेमराज खतिवडा र पुरुषोत्तम घिमिरेको विशेष योगदान रहेको छ । यसको विषय वस्तु सम्पादन मित्रप्रसाद काफ्ले, भाषा सम्पादन हरिप्रसाद निरौला तथा लेआउट डिजाइन सन्तोषकुमार दाहालबाट भएको हो । यस पाठ्य पुस्तकको विकास तथा परिमार्जन कार्यमा संलग्न सबैप्रति पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

पाठ्य पुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको महत्त्वपूर्ण साधनका रूपमा लिइन्छ । यसबाट विद्यार्थीले पाठ्यक्रमद्वारा लक्षित सक्षमता हासिल गर्न मद्दत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । यस पाठ्य पुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी र रुचिकर बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । पाठ्य पुस्तकलाई अझै परिष्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

नेपाल सरकार
शिक्षा मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

वि.सं. २०७२

Curriculum Development Centre

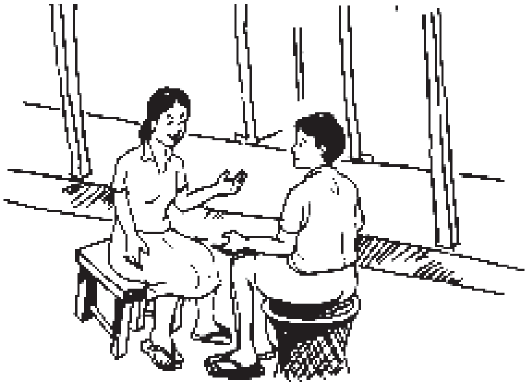
विषय सूची

एकाइ	शीर्षक	पृष्ठ सङ्ख्या
एकाइ एक	चारित्रिक विकास	१–१८
पाठ १	गाउँको सान आइतमान	२
पाठ २	असल उदाहरण बनौँ	७
पाठ ३	राम्रो सोच, सिक र गर	१३
एकाइ दुई	मानवीय मूल्य मान्यता	१९–३६
पाठ १	मनका असल साथी	२०
पाठ २	मेरो वास्तविक पहिचान	२५
पाठ ३	सबैतिर आफन्त	३१
एकाइ तिन	नागरिक कर्तव्य र दायित्व	३७–५२
पाठ १	नागरिक कर्तव्य	३८
पाठ २	मैले गर्ने काम	४३
पाठ ३	समाज सेवी मिस्रीलाल	४८
एकाइ चार	सामूहिक जीवन पद्धति र विविधता	५३–७०
पाठ १	शान्ति र मित्रता	५४
पाठ २	गङ्गाको प्रयास	६०
पाठ ३	पाँच भाइको कथा	६६
एकाइ पाँच	अनुशासन तथा सकारात्मक चिन्तन	७१–८८
पाठ १	पश्चात्ताप	७२
पाठ २	भित्री आँखा	७७
पाठ ३	अतिले खति	८३

Curriculum Development Centre

एकाइ
एक

चारित्रिक विकास



Curriculum Development Centre

सिकाइ उपलब्धि

१. *असल चारित्रिक व्यवहार प्रदर्शन गर्न*

२. *असल चरित्रले मानवीय जीवनमा पार्ने प्रभाव मनन गरी सोअनुरूपको व्यवहार गर्न*

३. *असल चरित्र निर्माणका लागि सत्य, सदाचार, शान्ति, प्रेम र अहिंसा जस्ता मानवीय मूल्य र मान्यता व्यवहारमा प्रयोग गर्न*

पाठ
१

गाउँको सान आइतमान

अपेक्षित व्यवहार

- *असल कामका लागि सबैबाट प्रेरित हुन*
- *आत्म विश्वास जगाई काम गर्न*
- *असल विचार व्यक्त गरी सोहीअनुसार व्यवहार देखाउन*
- *सामाजिक हितमा लाग्न र अरूलाई पनि लगाउन*
- *काममा निष्पक्षता देखाउन*
- *परिवार, टोल वा समुदायमा अनुकरणीय व्यक्ति बन्न ।*

आइतमानको घर सालपोखरी गाउँमा छ । यो गाउँ दुर्गम ठाउँमा पर्छ । उनी स्थानीय विद्यालयमा पढ्छन् । उनका आमाबुबा श्रम गरेर जीवन यापन गर्छन् । उनीहरूले सानो छँदा पढ्ने अवसर पाएनन् । त्यसैले आइतमानको पढाइबारे उनीहरूले राम्ररी जानेका छैनन् । उनीहरू छोराले राम्ररी पढोस् भन्ने मात्र चाहन्छन् तर आइतमानको पढाइ भने राम्रो हुन सकेको थिएन ।

लेखपढ गर्ने र साथीसँग खेल्ने रमाउने उमेरका भए पनि आइतमानको स्वभाव गम्भीर थियो । उनी घरको गरिबी र कमजोर पढाइका कारण पढाइ नै छोड्नुपर्छ कि भन्ने पनि सोच्थे । उनलाई के गरौँ, के नगरौँ भइरहेको थियो ।

एक दिनको कुरा हो, आइतमान विद्यालय जाँदै थिए । विद्यालय जान खेतको आलीमाथिबाट हिँड्नुपर्थ्यो । उनी आलीमा हिँड्दै थिए । त्यहाँ एउटा ठुलो डल्ले किरो मुखमा खानेकुरा च्यापेर आलीमाथि उक्लिँदै थियो । आलीको डिलमा आइपुगेपछि खानेकुरा च्यापेको च्याप्यै

शिक्षण सुझाव

- *असल चरित्रअनुरूपको व्यवहार प्रदर्शन गर्न आवश्यक पक्षका बारेमा छलफल गराई विद्यार्थीलाई ती पक्ष व्यवहारमा उतार्न उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।*
- *परिवार, टोल वा समुदायमा असल चारित्रिक व्यवहार प्रदर्शन गर्ने व्यक्तित्वका अनुकरणीय पक्षहरूको सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

किरो लडेर खेतमा पुग्यो । किरो खेतमा चुप लागेर बसेन । खानेकुरा च्यापेरै किरो आली चढ्यो । किरो बल्ल बल्ल आलीको डिलमा आइपुगेको थियो, पहिले जस्तै लडेर खेतमा पुग्यो । किराले हिम्मत हारेन । किरो खानेकुरा च्यापेरै तेस्रो पटक आलीमाथि चढ्यो र प्वालमा रहेको आफ्नो घरभित्र पस्यो ।

घटना सामान्य थियो तर त्यसले आइतमानलाई गम्भीर प्रभाव पार्‍यो । उनले सोचे 'सानो जीव मानेको किरो त विघ्न बाधा पन्छाएर, दुःख गरेर आफ्नो उद्देश्य पुरा गर्छ । म त मानिस, ममा भएको ज्ञान, बुद्धि र चेतनाको के काम ? आइतमानमा निरन्तर प्रयोग गरी समस्याको समाधान गरेर सफल भइन्छ भन्ने विश्वास जाग्यो । उनलाई कुनै पनि काम निरन्तर गरे सफलता पाइन्छ भन्ने लाग्यो । पढाइ छोड्ने उनको विचार हरायो ।

आइतमानले यो कुरा विद्यालयका साथीहरू र शिक्षकलाई पनि सुनाए । शिक्षकले भन्नुभयो, "भाइ बहिनी हो, कामको थालनी नै नगर्ने निम्न र थालनी गर्ने तर बाधा आए छोड्ने मध्यम श्रेणीका मानिस हुन् । थालेको राम्रो र महान् काम जतिसुकै बाधा आए पनि नछोड्ने, पुरा गरेरै छाड्ने मानिस उत्तम श्रेणीका हुन् । हामी उत्तम श्रेणीका मानिस हुनुपर्छ ।"

आइतमानको विचार र व्यवहार बदलिन थाल्यो । उनमा नयाँ काम गर्ने जाँगर पैदा भयो । वर्षाको समयमा सालपोखरी गाउँ हिलाम्य हुन्थ्यो । ओल्लो घर पल्लो घर आवत जावत गर्न पनि अप्ठ्यारो हुन्थ्यो । आइतमानले गाउँलेका बारीका ढुङ्गा टिपेर बाटोमा बिछ्याउने

Curriculum Development Centre

जुक्ति निकाले । यसो गर्दा बारी सफा भएर अन्न धेरै फल्न थाल्यो भने बाटो हिँड्न पनि सजिलो भयो । आइतमानले विद्यालय बिदा भएको दिन साथीहरूलाई यो काम गर्न हौस्याए । साथीहरूले उनको कुरा माने र पछि पछि गाउँलेले पनि साथ दिन थाले ।

सालपोखरी गाउँमा स्वास्थ्य सम्बन्धी जनचेतनाको कमी थियो । गाउँलेहरूलाई विभिन्न रोग लाग्थ्यो । आइतमानले स्वास्थ्य शिक्षा पढेको फाइदा निकाल्दै प्रत्येक घरमा शौचालय बनाउने र पानीको मुहान सफा राख्ने अभियान चलाए । उनले गाउँलेलाई व्यक्तिगत र घर आँगनको सरसफाइमा पनि सक्रिय गराए । उनको कामले गाउँ स्वस्थ र सुन्दर भयो । आइतमानको पढाइ पनि राम्रो हुँदै गयो । उनी कक्षामा प्रथम हुन थाले । शिक्षकले पनि उनलाई असल काम गर्ने हौसला दिइरहे ।

आइतमान पढ्ने विद्यालयमा उनका भाइ पनि तल्लो कक्षामा पढ्थे । एक दिन भाइले कागजको टुक्रा विद्यालयको मूल ढोका अगाडि फाले । आइतमान र पाले दाइले त्यो देखे । पाले दाइले आइतमानको भाइलाई गाली नगरी कागजको टुक्रा टिप्न लागेका थिए, आइतमानले रोके । उनले भने, “दाइ, आफूले गरेको गल्ती आफैँ सुधारेर मात्र मानिस असल बन्छ । त्यो टुक्रा म मेरै भाइलाई टिप्न लगाउँछु । त्यसो भयो भने उनले फेरि फोहोर गर्दैनन् । उनका साथीले पनि जहाँ पायो त्यहीँ फोहोर गर्नु हुँदैन भनेर चाल पाउने छन् ।” आइतमानले कागजको टुक्रा भाइलाई नै टिप्न लगाए । भाइले पनि भविष्यमा जहाँ पायो त्यहीँ फोहोर नगर्ने वाचा गरे ।

विद्यालयमा जाडो बिदा थियो । आइतमानका बुबालाई काम विशेषले जिल्ला सदरमुकाम जानुपर्ने भयो । आइतमान पनि बुबासँगै सहर गए । कार्यालयको एउटा कोठामा पुस्तकालय पनि थियो । बुबाले कार्यालयमा आफ्नो काम गरुन्जेल आइतमानले पुस्तकालयमा महान् व्यक्तिहरूको जीवनी भएको पुस्तक पढेर सिध्याए । विद्यालय खुलेपछि उनले आफूले पढेको जीवनीका विषयमा साथीहरूसँग कुरा गरे । उनले भने, “अरूले भनेर असल चरित्रको विकास हुँदैन । आफैँले अनुशासन पालना गरे चारित्रिक विकास हुँदो रहेछ ।” साथीहरूले पनि परोपकार, अनुशासनको पालना, शान्ति र सम्मानका बारेमा कुराकानी गरे । मर्यादा, धैर्य र लगनशीलताबाट असल र महान् बन्न सकिने विषयमा छलफल गरे ।

हिजोआज आइतमान सालपोखरी गाउँ र विद्यालयमा सबैका लागि अनुकरणीय बनेका छन् । छोराको पौरख देखेर आमाबुबा पनि खुसी छन् । पहिलेको आइतमान र अहिलेको आइतमानमा आकाश जमिनको भिन्नता छ । गाउँलेहरू भन्छन्, “साल पोखरी गाउँको सान, आइतमान ।”

Curriculum Development Centre

सारांश

चरित्र निर्माण बोलिने विषय नभएर व्यवहारमा प्रदर्शन गरिने विषय हो । आत्म विश्वास, सद्भाव र समर्पणबाट चरित्रको निर्माण र विकास हुन्छ । यसका लागिससाना पात्र र प्रसङ्ग पनि प्रेरक हुन सक्छन् । तिनबाट प्रेरित भएर आफ्नो काममा लागिरहने मानिसले नै जीवनमा प्रशंसा र सफलता पाउन सफल हुन्छ । असल सोचाइ र व्यवहारले मानिसको चरित्र अनुकरणीय पनि बन्न पुग्छ ।

अभ्यास

१. आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म कुनै पनि काम आत्म विश्वासका साथ

(अ) गर्छु (आ) गर्दिनँ

(ख) म सुरु गरेको असल काममा समस्या आयो भने

(अ) बिचमै छोड्छु (आ) पुरा गरेर छोड्छु

(ग) म गल्ती सच्याएर आफूलाई

(अ) कमजोर देखाउँदिनँ (आ) सुधार गर्छु

(घ) म फुर्सदमा प्रेरणादायी पुस्तक

(अ) पढ्छु (आ) पढ्दिनँ

(ङ) म मेरो कामबाट परिवारलाई

(अ) सन्तुष्ट बनाउँछु (आ) केही पनि बनाउँदिनँ

२. छोटो उत्तर देऊ :

(क) आइतमानलाई प्रेरणा दिने घटना के हो ?

(ख) कस्ता मानिस उत्तम श्रेणीका हुन्छन् ?

(ग) गाउँको हिलो बाटाको समस्या कसरी समाधान भयो ?

(घ) आइतमानका भाइको गल्ती के थियो ?

(ङ) जीवनी पढेको कुरा सुनेर आइतमानका साथीहरूले कस्तो छलफल गरे ?

(च) अनुकरणीय मानिस बन्न के गर्नुपर्छ ?

Curriculum Development Centre

३. तिम्रो समुदायमा मानिसले राम्रो काम गरेर स्याबासी पाएका होलान्। ती काम के हुन्, समुदायका मानिसहरूसँग सोधखोज गरी कामको विवरण तयार पार ।

४. यी काम गर :

(क) आइतमानले गरेका राम्रा कामहरूको सूची बनाई कक्षामा टाँस ।

(ख) विद्यालय बिदा भएको दिन साथीहरूले मिलेर आफ्नो टोल/छिमेकमा गर्न सक्ने राम्रो कामको विवरण तयार पार ।

(ग) तिमी कस्तो मानिसलाई असल चरित्रको मान्छौ, उदाहरण दिई लेख ।

५. तल दिइएको चित्रलाई दस वाक्यमा वर्णन गर :

६. तिमी आफ्नो कमजोरी पहिचान गरी तिनलाई सुधार्न के गर्न सक्छौ, लेख ।

७. समय मिलाएर नजिकको स्वास्थ्य चौकीमा जाऊ । त्यहाँ दैनिक रूपमा के काम हुँदो रहेछ, अवलोकन गर र तिमीले गर्न सक्ने कामको सूची बनाऊ। त्यसपछि अभिभावकको अनुमति लिई स्वयम्सेवीका रूपमा स्वास्थ्य चौकीमा काम पनि गर ।

८. आफ्ना भाइबहिनीलाई असल मानिस बनाउन तिमी कस्तो भूमिका निर्वाह गर्छौ ?

९. व्यक्ति कसरी राष्ट्रको सान बन्न सक्ला, आफ्ना विचार लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठ
२

असल उदाहरण बनौं

अपेक्षित व्यवहार

- *असल चरित्रबाट प्रभावित भई राम्रो काम गर्न*
- *स्थानीय व्यक्ति र प्रकृतिबाट असल कामका लागि प्रेरित हुन*
- *सामूहिक र सामाजिक काममा सक्रिय रहन*
- *सेवा र सहयोग गर्न*
- *व्यक्ति र समाजमा अनुकूल प्रभाव देखाउन*
- *उदाहरणीय व्यक्तित्व निर्माण गर्न*

अनिल, कपिल, कोपिला, दोर्जे, लखनलाल र रेजिना एउटै कक्षाका साथी हुन् । एक दिन बेलुकी पख उनीहरू गाउँको चउरमा खेलिरहेका थिए । खेल खेल्दा उनीहरूले समूह निर्माण गरे । जुनसुकै काम पनि मिलेर गर्दा सफल भइन्छ भन्ने कुरा उनीहरूले सुनेका थिए । यसरी काम गर्दा रमाइलो हुने रहेछ भन्ने उनीहरूलाई लाग्यो । उनीहरूबिच विद्यालय छुट्टी भएको दिन यस्तै काम गर्नुपर्छ भन्ने चर्चा चल्यो ।

अनिलले आफ्नै गाउँमा भएका बोट बिरुवाबारे जानकारी लिने प्रस्ताव राखे । विज्ञान विषयमा सहयोग पुग्ने भएकाले दोर्जेले यसमा सहमति जनाए । गाउँको छेउमा आँपको बगैँचा थियो । लखनलालले त्यहाँ जानु राम्रो हुने सुझाव दिए । यसमा सबैको विचार मिल्यो ।

बिदाका दिन कक्षाका सबै साथी आँपको बगैँचामा गए । बगैँचाभरि आँपका मुजुराहरू लागेका थिए । आँपका बोट नै फुलेर ढकमक्क भए जस्ता देखिन्थे । बगैँचा र वरिपरि आँपको मुजुराको सुगन्ध फैलिएको थियो । आँपका बोटमुनि उम्रेका झारपातका बुटा पनि

शिक्षण सुझाव

- *नैतिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक मूल्य मान्यता एवम् चारित्रिक आचरण जस्ता विषय क्षेत्रले असल चरित्र निर्माणमा कसरी सहयोग पुऱ्याइरहेका हुन्छन्, भन्नेबारेमा कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।*
- *विद्यार्थीहरू के बन्न चाहन्छन्, सोध्नुहोस् र त्यस्तो व्यक्तिले असल चरित्रको नमुना प्रस्तुत गर्न आवश्यक पर्ने कर्तव्य पालन सम्बन्धी तथ्यहरूको सूची बनाई प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

सुन्दर देखिन्थे । मुजुराको प्रभावले तिनबाट पनि सुगन्ध फैलिरहे जस्तो लाग्थ्यो । उनीहरू यस्तो दृश्य हेर्न पाएकामा धेरै खुसी थिए । चारैतिरको सुगन्धित वातावरणले उनीहरूलाई लट्ठ पारिरहेको थियो ।

त्यसै बेला उनीहरूले बगैँचाको नजिकबाट एक जना मानिस हिँडिरहेको देखे । उहाँ विद्यालयका पूर्वशिक्षक ज्योतिराज हुनुहुँदो रहेछ । सबैले उहाँलाई नमस्कार गरे र बगैँचामा आउनाको कारण बताए । उनीहरूले उहाँलाई बगैँचाको सौन्दर्य र सुगन्धबारे जिज्ञासा राखे। यो कसरी सम्भव भयो भनी सोधे। ज्योतिराजले बगैँचामा परिवारका सबै जना मिलेर काम गर्ने गरेको कुरा बताउनुभयो । यसबाट आफूले सिकेको कुरा पनि उहाँले बताउनुभयो । त्यसपछि ज्योतिराजले विद्यार्थीहरूलाई यसरी सम्झाउनुभयो :

“हेर नानी बाबु हो ! बगैँचाको सौन्दर्य र सुगन्धबाट एकछिन खुसी हुने मात्र होइन, जीवनमा शिक्षा पनि लिनुपर्छ । आँपमा लागेको मुजुराले अरू रुखलाई पनि सुगन्धित बनाएको छ। नफुल्ने रुख पनि फुले जस्ता राम्रा देखिएका छन्। फेदका साना झारपात पनि मुजुराको प्रभावले सुगन्धित बनेका छन् । यहाँ राम्राको छाप नराम्रामा परिरहेको छ र नराम्रो पनि राम्रो भइरहेको छ । यसै गरी हामी पनि समाजमा मुजुरा जस्तै सुन्दर र सुगन्धित हुनुपर्छ। त्यसो भयो भने व्यक्तिको राम्रो प्रभाव समाजमा पर्छ। अनि राम्रो समाजको प्रभाव व्यक्तिमा पनि पर्छ। त्यसपछि नराम्रो भन्ने कुरो उत्पन्न हुँदैन र भएको पनि राम्रामा परिवर्तित हुँदै जान्छ ।”

ज्योतिराजले थप्नुभयो, “तिमीहरूले विज्ञानमा पढेको पनि हुन सक्छ । कतै देखे सुनेको पनि हुन सक्छौ । एउटा श्रीखण्ड भन्ने प्रसिद्ध सुगन्धित वनस्पति हुन्छ । श्रीखण्डको छेउछाउमा

Curriculum Development Centre

भएका बास्ना नआउने अन्य बोट बिरुवाहरू पनि त्यसको प्रभावले सुगन्धित हुन्छन् । यो उदाहरण मानव समाजमा पनि लागु हुन्छ । ज्ञान र चेतना नभएको बोट वनस्पतिमा त राम्रो गुण लिने स्वभाव हुन्छ भने हामी मानिसमा किन नहुनु ? तिमीहरू आँपको मुजुरा र श्रीखण्ड जस्तो बन, समाज त्यस्तै बन्न पुग्छ ।"

ज्योतिराजको कुरा विद्यार्थीहरूलाई अति नै मन पऱ्यो । उनीहरूले यस्तै व्यक्तिगत प्रभाव झल्कने उदाहरण भए भनिदिन अनुरोध गरे । विद्यार्थीको रुचि बुझेर ज्योतिराजले एउटा छोटो कथा सुनाउनुभयो :

धेरै वर्ष अगाडिको कुरा हो । एक जना प्रसिद्ध सन्त थिए । उनको सज्जन पन उदाहरणीय थियो । उनी आफ्नोभन्दा पनि अरू व्यक्ति र समाजको हितका लागि समर्पित थिए । निःस्वार्थ सेवाका लागि उनले थुप्रै पुरस्कार पनि पाएका थिए । एक पटक सेवा गर्ने क्रममा उनी विदेश गए । त्यो देश धेरै धनी थियो । सन्त अरूसँग मागेर केही खाँदैनथे । खानेकुरा किन्न उनीसँग पैसा थिएन । कसैले दिए खाने, नदिए नखाने तर सबैको सेवा गरिरहने उनको स्वभाव थियो । प्रचार प्रसार गरेर आफूलाई चर्चित बनाइरहने बानी पनि उनको थिएन ।

एक दिन सन्त सडक पेटीमा हिँडिरहेका थिए । उनले धेरै दिनदेखि केही पनि खाएका थिएनन् । हिँड्दाहिँड्दै भोकले उनी सडक पेटीमा लडे । नजिकै फलफुलको व्यापार गर्ने साधारण व्यापारीले त्यो दृश्य देखे । उनी दौडिँदै सन्तका नजिक गए र लड्नाको कारण सोधे । सन्तले भोक लागेको कुरा त गरे तर आफ्नो नियमअनुसार खान देऊ भनेनन् । व्यापारी भने सामान्य मानिस थिए । उनले व्यापारबाट धेरै धन कमाएका थिएनन् । उनले सन्त भोकले लडेको यथार्थ थाहा पाए । व्यापारीले सन्तलाई फलफुल दिँदै भने, "हामी हाम्रो देशमा कोही पनि भोका नरहून् भन्ने चाहन्छौँ । तपाइँ जस्तो सन्त पनि हाम्रो देशमा आएर भोकै रहनुपऱ्यो । म देशकै तर्फबाट तपाइँसँग क्षमा माग्छु ।"

व्यापारीको कुरा सुनेर सन्त अति नै प्रभावित भए । उनलाई त्यस देशका नागरिकको भावना र व्यवहारप्रति गौरव लाग्यो । एक जना साधारण व्यक्तिले पनि ठुला सन्तलाई प्रभाव पारे । त्यसबाट सन्तले त्यस देशको समाज पनि बुझ्ने मौका पाए । सन्तले आफ्नो देश फर्केपछि पनि त्यो घटना धेरै मानिसलाई सुनाए ।

ज्योतिराजले भनेका कुराबाट सबै विद्यार्थी खुसी भए । उनीहरूले अबदेखि अरूलाई राम्रो प्रभाव पार्ने काम गर्ने वाचा गरे । आआफ्नो परिवार, टोल र छिमेकमा पनि यस्तै काम गर्ने निधो गरे । बोट बिरुवाका विषयमा जान्न र रमाइलो गर्न गएका उनीहरू जीवनमा आवश्यक ज्ञान र प्रेरणासमेत लिएर बेलुकी पख घर फर्के ।

Curriculum Development Centre

सारांश

एउटै व्यक्तिले मात्र पनि राम्रो काम गर्दा त्यसको सकारात्मक प्रभाव पर्छ । त्यसबाट अन्य व्यक्ति र समाजले प्रेरणा पाउँछन् । व्यक्तिको प्रभाव समाजमा र समाजको प्रभाव व्यक्तिमा पर्छ । सामान्य व्यक्ति र साधारण घटनाले पनि कहिलेकाहीँ दूरगामी महत्त्वको काम गर्छन् । अतः प्रत्येक व्यक्तिका काम प्रेरक, प्रभावकारी र उदाहरणीय हुनुपर्छ ।

अभ्यास

१. खाली ठाउँमा मिल्दो शब्द भर :

(क) हामी असल व्यक्तिबाट .... सिक्छौँ । (राम्रो काम/नराम्रो काम)

(ख) असल व्यक्तिको प्रभाव .... हुनुपर्छ । (सकारात्मक/नकारात्मक)

(ग) राम्रो कुरा .... सिक्न सकिन्छ । (धेरै टाढा गएर मात्र/आफ्नै वरिपरिबाट पनि)

(घ) प्रकृतिले पनि हामीलाई .... दिन्छ । (ज्ञान/सम्मान)

(ङ) राम्रो उदाहरण .... बन्नुपर्छ । (आफैँ/अरू नै)

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) किन बगैँचा राम्रो देखिन्थ्यो ?

(ख) बगैँचाको छेउमा हिँड्ने मानिस को थिए ?

(ग) नराम्रोलाई राम्रो बनाउने उपाय के हो ?

(घ) सन्तको स्वभाव कस्तो थियो ?

(ङ) व्यापारीको राम्रो पक्ष के हो ?

(च) व्यक्तिले समाजलाई कसरी प्रभाव पार्छ ?

(छ) विद्यार्थीहरू के सिकेर घर फर्के ?

३. निम्न लिखित व्यक्ति र समाजबाट सिक्न सकिने राम्रो कुरा के हो ? आफूलाई ठिक लागेको बुँदामा ठिक चिनो (√) लगाऊ :

(क) सहयोगी व्यक्तिबाट

(अ) स्वार्थी हुन सिकिन्छ । ( )

Curriculum Development Centre

(आ) अल्छी हुन सिकिन्छ ।   ( )

(इ) सहयोग गर्न सिकिन्छ ।   ( )

(ख) सभ्य समाजबाट

(अ) समाजको रहन सहन सिकिन्छ ।   ( )

(आ) सभ्यता सिकिन्छ ।   ( )

(इ) हाँसखेल गर्न सिकिन्छ ।   ( )

(ग) सन्तहरूले हामीलाई

(अ) भोकै बस्न सिकाउँछन् ।   ( )

(आ) धनी बन्न सिकाउँछन् ।   ( )

(इ) सज्जन बन्न सिकाउँछन् ।   ( )

(घ) एकताबद्ध समाजले

(अ) मिलेर बस्न सिकाउँछ ।   ( )

(आ) द्वन्द्व बढाउन सिकाउँछ ।   ( )

(इ) परदेश जान सिकाउँछ ।   ( )

(ङ) देशप्रेमी व्यक्तिबाट

(अ) भिक्षा माग्न सिकिन्छ ।   ( )

(आ) देशको माया गर्न सिकिन्छ ।   ( )

(इ) व्यापार गर्न सिकिन्छ ।   ( )

४. यी काम गर :

(क) परिवारको एक जना असल अभिभावक र कक्षाको कुनै असल साथीबाट आफूमा परेको राम्रो प्रभावबारे कक्षामा सुनाऊ ।

(ख) टोल, समुदायबाट तिमी र तिम्रो परिवारले सिकेका राम्रा काम र व्यवहारको सूची बनाई प्रस्तुत गर ।

Curriculum Development Centre

(ग) तल दिइएको घटना पढ र को कसबाट प्रभावित भएको छ, साथीहरूबिच छलफल गरी यसबाट प्राप्त हुने शिक्षासमेत कक्षामा प्रस्तुत गर :

सल्लीचौर गाउँ निकै सुन्दर छ । यहाँ विभिन्न स्वभावका मानिस बस्छन् । गाउँमाथि ठुलो पाखो छ । यहाँ पोहोर वर्षायाममा पहिरो गयो । गाउँका धेरै खेत र बारी पहिराले पुऱ्यो । गाउँले दुःखी भए । गाउँमा एक जना शिक्षक पनि थिए । उनले पहिरो पन्छाउन गाउँलेसँग सरसल्लाह गरे । उनले सम्बन्धित निकायहरूमा सम्पर्क गरेर पहिरो पन्छाउन अनुरोध पनि गरे । उनको सक्रियतामा गाउँले र विद्यार्थीहरू पहिरो पन्छाउन लागे । हेर्दाहेर्दै पहिरो धेरै पन्छियो । अबदेखि गाउँलेहरूले प्राकृतिक प्रकोपको समयमा एकजुट भई काम गर्ने अठोट गरे । त्यसपछि काम गर्न पनि सुरु गरे । आखिरमा पहिरो पन्छाउने काम सकियो । त्यसपछि सबै मिलेर पहिरो गएको पाखामा बिरुवाहरू रोपे । खेतबारीमा खेती लगाए । पहिरो पन्छाउन सक्रिय हुने सबैको कामलाई गाउँलेहरू प्रशंसा गर्छन् । हिजोआज सल्लीचौर हराभरा छ । आफ्नै प्रयासले विपत्बाट छुटकारा पाउँदा गाउँलेहरू सबै दङ्ग छन् ।

५. बोट बिरुवाबाट मानिस र जीवजन्तुले प्राप्त गर्ने फाइदाहरूको सूची बनाई कक्षामा टाँस ।

६. तल दिइएका काम गर :

(क) तलको अनुच्छेद पढ र 'देशलाई सुन्दर बनाउने उपाय' शीर्षकमा एउटा लेख लेख :

फेदका साना झारपात पनि मुजुराको प्रभावले सुगन्धित बनेका छन् । यहाँ राम्राको छाप नराम्रामा परिरहेको छ र नराम्रो पनि राम्रो भइरहेको छ । यसै गरी हामी पनि समाजमा मुजुरा जस्तै सुन्दर र सुगन्धित हुनुपर्छ । त्यसो भयो भने व्यक्तिको राम्रो प्रभाव समाजमा पर्छ । अनि राम्रो समाजको प्रभाव व्यक्तिमा पनि पर्छ । त्यसपछि नराम्रो भन्ने कुरो उत्पन्न हुँदैन ।

(ख) हामी हाम्रो देशमा कोही पनि भोका नरहून् भन्ने चाहन्छौँ । व्यापारिकको यो भनाइलाई विचार गर र हाम्रो देशका सन्दर्भमा यो भनाइ कस्तो होला, एक अनुच्छेदमा आफ्नो विचार लेख ।

७. पूर्व शिक्षक ज्योतिराज विद्यार्थी कस्ता भएको हेर्न चाहन्छन्, उनका विचारको विश्लेषण गरी एक अनुच्छेद लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठ

३

राम्रो सोच, सिक र गर

अपेक्षित व्यवहार

- *राष्ट्रिय जीवनका विविध क्षेत्रबाट अनुकूल प्रभाव ग्रहण गर्न*
- *असल काम गरी समाजमा नमुना बन्न*
- *उचित कामको अनुकरण गर्न*
- *अनुचित कामबाट बच्न*
- *विश्वव्यापी सद्भाव बढाउन*

नमिता र राजु दिदीभाइ हुन् । उनीहरू एउटै विद्यालयमा पढ्छन् । विद्यालयको वार्षिकोत्सवको उपलक्ष्यमा निबन्ध प्रतियोगिता हुन लागेको छ । निबन्धको शीर्षक 'मानिसमा राष्ट्रिय र विश्वव्यापी प्रभाव' भन्ने रहेको छ । निबन्ध कक्षा कोठामै लेख्नुपर्ने सूचना भएको छ । राजुले पनि निबन्ध प्रतियोगितामा भाग लिन लागेका छन् । उनी यस विषयमा आफ्नी दिदीसँग केही सिक्ने उद्देश्यले कुराकानी गर्दै छन् :

राजु : **मैले निबन्ध प्रतियोगितामा भाग लिन लागेको छु। निबन्धको विषय 'मानिसमा राष्ट्रिय र विश्वव्यापी प्रभाव' भन्ने छ। यस विषयमा केही बताइदिनुहोस् न दिदी !**

नमिता : हेर भाइ, यो गहिरो विषय हो। यसलाई विभिन्न प्रकारले व्याख्या गर्न सकिन्छ । म तिमीलाई यसबारे मूल कुरा भन्छु ।

राजु : हुन्छ दिदी, त्यसपछि त म पढेर, विचार गरेर पनि लेखिहाल्छु नि !

शिक्षण सुझाव

- *बाल बालिकालाई चरित्र निर्माणका सैद्धान्तिक पक्षभन्दा त्यसको व्यावहारिक प्रयोगप्रति उत्प्रेरित गराउन आवश्यक पर्ने ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिगत क्रियाकलाप गराउनुहोस् ।*
- *कक्षामा नैतिक चरित्र र सद्गुणको विकास, श्रमप्रति आस्था र स्वावलम्बन, इमानदारी, सिर्जनात्मक प्रवृत्ति तथा सेवा भावको विकास जस्ता विषय क्षेत्रमा आधारित भई छलफल गराउनुहोस् ।*
- *व्यक्ति व्यक्तिको चरित्रले समाज र राष्ट्रलाई पार्ने असरका बारेमा अन्तरक्रिया गराउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

नमिता : संसारमा सबै मानिसको आआफ्नो राष्ट्र हुन्छ । राष्ट्रमा बसेपछि त्यसको प्रभाव नागरिकमा पर्ने नै भयो । व्यक्तिको प्रभाव समाजमा र समाजको प्रभाव व्यक्तिमा पर्छ । यसै किसिमले राष्ट्रको प्रभाव राष्ट्रका बासिन्दामा पनि पर्छ ।

राजु : त्यसो भए त राष्ट्रका सञ्चालकहरूको प्रभाव राम्रो पो पर्नुपर्‍यो, होइन त दिदी ?

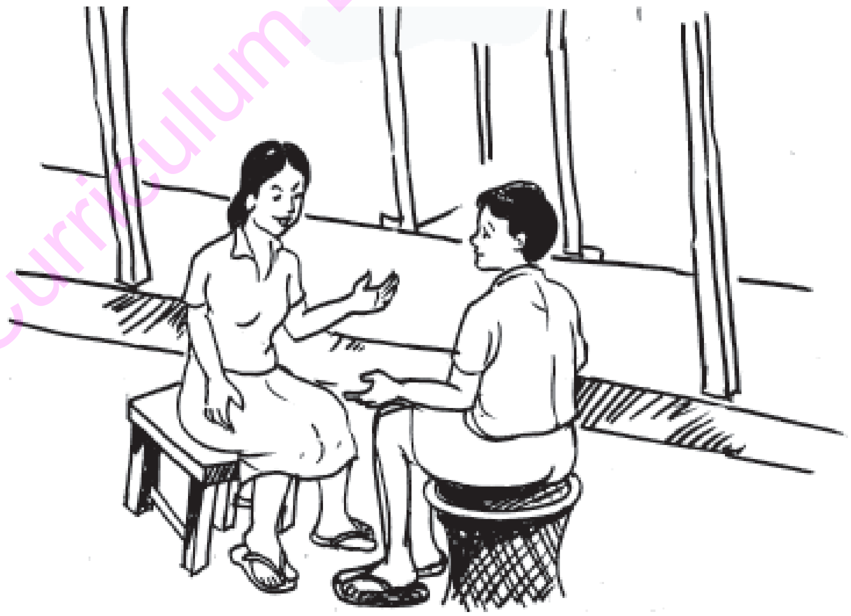
नमिता : हो भाइ, राष्ट्रका बासिन्दालाई असल बनाउनका लागि राष्ट्रको उच्च तहबाट जस्तो काम हुन्छ, जनताले पनि त्यही कुरा सिक्छन् । त्यसैले राष्ट्र सञ्चालकले सधैँ असल काम मात्र सिकाउनुपर्छ ।

राजु : जनताले पनि त असल काम गर्नुपर्छ नि ! होइन त दिदी ?

नमिता : हो, राष्ट्रको प्रभाव अरू देशसम्म पुर्‍याउनका लागि जनताको पनि भूमिका हुन्छ । जनताले देखाउने नैतिकता, इमानदारी, सभ्यता र सहयोगले राष्ट्रको इज्जत बढ्छ । नागरिकको पनि सम्मान हुन्छ ।

राजु : दिदीको भनाइबाट त राष्ट्रको छाप जनतामा र जनताको छाप राष्ट्रमा पर्ने जस्तो लाग्यो । हो त ?

नमिता : ठिक भन्यौ, जनता राष्ट्रबाट प्रभावित हुन्छन् । राष्ट्र जनताबाट प्रभावित हुन्छ । यी दुई एक अर्काबाट भिन्न हुन सक्दैनन् ।



Curriculum Development Centre

राजु : राष्ट्रको प्रभाव जनतामा पर्छ भन्ने कुरा बुझाउन एक दुई ओटा उदाहरण पनि भनिदिनुहोस् न त दिदी ?

नमिता : राष्ट्रले शान्तिको बाटो लिए जनता पनि शान्तिकै बाटो लिन्छन् । राष्ट्रले भ्रष्टाचारका विरुद्ध कठोर कदम चाले भ्रष्टाचारीहरूमा भ्रष्टाचार गर्ने आँट नै आउँदैन । यस्ता उदाहरण त कति छन् कति !

राजु : जनता परिश्रमी भए राष्ट्रलाई कसरी प्रभाव पर्छ त ?

नमिता : पर्छ नि ! परिश्रमले राष्ट्रको उन्नति हुन्छ । जनता परिश्रमी भए यसले राष्ट्रलाई सहयोग गर्ने र जनतालाई पनि प्रोत्साहित गर्ने काम गर्छ । यसो गर्नु भनेकै राष्ट्र पनि परिश्रमी हुनु हो । अब तिमी नै भन त, राष्ट्रको प्रभाव सबैतिर पऱ्यो कि परेन ?

राजु : अनि विश्वव्यापी प्रभाव भनेको चाहिँ के हो नि दिदी ?

नमिता : एउटा राष्ट्र र त्यसका जनताको प्रभाव अरू राष्ट्र र जनतामा पर्छ भने त्यो विश्वव्यापी प्रभाव हो ।

राजु : यो कसरी हुन्छ त दिदी ?

नमिता : अहिले सिङ्गो संसार नै एउटा घर जस्तो भएको छ । यो सञ्चारको विकासले भएको हो । त्यसैले एउटा ठाउँ र एक जना व्यक्तिको प्रभाव अरू ठाउँ तथा अन्य व्यक्तिमा पर्नु स्वाभाविक हो । अरूको प्रभावबाट अछुतो रहने व्यक्ति को छ र !

राजु : यस्तो प्रभाव राम्रा नराम्रो दुवै हुँदो हो नि, कसरी छुट्याउने त दिदी ?

नमिता : हो, प्रभाव भन्नेबित्तिकै राम्रो नराम्रो दुवै हुन्छ । हामीले राम्रो प्रभावको सिको गर्नुपर्छ, नराम्रोबाट बच्नुपर्छ ।

राजु : उदाहरणबाट राम्ररी बुझाइदिनुहोस् न त !

नमिता : हामीलाई बाँच्नका लागि हावा, पानी र खानेकुरा चाहिन्छ । हामी हुन्डरी, तातो हावा, चिसो हावाबाट बच्छौँ । आफूलाई अनुकूल हुने स्वच्छ हावा मात्र सेवन गर्छौं । हामी धमिलो, गन्हाएको र धेरै पुरानो पानी खाँदैनौँ । शरीरका लागि फाइदा गर्ने पानी मात्र खान्छौँ या प्रयोग गर्छौं । त्यस्तै खानेकुरा पनि स्वच्छ, फाइदाजनक र शक्तिदायक मात्र खान्छौँ । बासी, सडेगलेका खाना खाँदैनौँ । यसै गरी विश्वबाट पैदा भएको प्रभावलाई पनि हामीले छानी छानी लिन सक्नुपर्छ । जे देख्यो, जे आयो र जे भयो त्यसलाई जस्ताको तस्तै नक्कल गर्नु हुँदैन ।

Curriculum Development Centre

राजु : अरूको सिको गर्न त निकै विचार पुऱ्याउनुपर्ने रहेछ, हगि दिदी ?

नमिता : हो त नि ! तिमीले वल्ल कुरा बुझ्यौ । कुन ठिक र कुन बेठिक, के लिने र के नलिने भनेर छुट्याउन निकै होसियारी देखाउनुपर्छ ।

राजु : यसलाई अर्को उदाहरणबाट पनि स्पष्ट पारिदिनुहोस् न त दिदी, त्यसो भए झन् राम्ररी बुझ्ने थिएँ ।

नमिता : तिमीले फुल पसल देखेकै छौ होला । त्यहाँ कागज र प्लास्टिकका फुल पनि हुन सक्छन्, बोट बिरुवाबाट फुलेका फुल पनि हुन सक्छन् । देख्दा सबै राम्रा लाग्छन् । तर कागज र प्लास्टिकका फुलबाट सुगन्ध आउँदैन । ती फुलमा मौरी पनि बस्दैन । सुगन्ध पाउन र मह जम्मा गर्न बोट बिरुवाका फुल नै उपयोगी हुन्छन् । मौरी जस्तो सानो किराले त ठिक र बेठिक छुट्याउन सक्छ भने हामीले पनि विवेक लगाएर त्यस्ता वस्तु छुट्याउन सक्नुपर्छ । विश्वबाट आएको सबै प्रभाव नलिने तर राम्रो, उपयोगी र राष्ट्रिय संस्कृतिसँग स्वाभाविक लाग्ने विषयको मात्र सिको गर्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ ।

राजु : नराम्रा भए आफ्ना पनि छाड्ने र राम्रा भए अरूका पनि काम कुराको सिको गर्ने भन्नुभएको हो दिदी ?

नमिता : स्याबास ! भाइ, ठिक भन्यौ । रोग भए आफ्नै पनि छोड्नुपर्छ, औषधी भए अरूको पनि लिनुपर्छ । अरूबाट पर्ने प्रभावलाई तिमी यसरी नै बुझ ।

राजु : राम्ररी बुझेँ । अब त तपाईंले भनेका कुरा सम्झेर विचार गरेर लेख्छु । साथीहरूलाई पनि भन्छु - राम्रो सोच, सिक र गर ।

सारांश

जनता र राष्ट्र एक अर्काका अभिन्न अङ्ग हुन् । राष्ट्रको प्रभाव जनतामा पर्छ भने जनताको कामको प्रभाव राष्ट्रमा पनि पर्छ । सुखद परिणामका लागि दुवै अङ्गले अनुकूल र उपयोगी काम गर्नुपर्छ । वर्तमान समय विश्वव्यापी प्रभावको समय पनि हो । व्यक्तिगत र राष्ट्रिय जीवनलाई उन्नत बनाउने कामको अनुकरण गर्नुपर्छ । देखिने कुरा धेरै र सिकिने कुरा थोरै हुन सक्छन् । व्यक्ति, राष्ट्र र विश्वबाट राम्रो सिक्दा हित हुन्छ ।

Curriculum Development Centre

अभ्यास

१. खाली ठाउँ भरी वाक्य पुरा गर :

(क) म राष्ट्रलाई राम्रो काम गरेर ....

(ख) म अरूले गरेको राम्रो कामको सिको ....

(ग) म ठिक बेठिक छुट्याउन ....

(घ) मैले देशबासीको सम्मान हुने काम ....

(ङ) म आफ्ना काम अरूले पनि सिकून् भन्ने ....

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) राष्ट्रको प्रभाव कसमा पर्छ ?

(ख) राष्ट्रको इज्जत कसरी बढ्छ ?

(ग) सिङ्गो संसार घर जस्तो हुनाको कारण के हो ?

(घ) हामीले कुन कुरामा होसियारी देखाउनुपर्छ ?

(ङ) आफ्नो छोड्नुपर्ने र अरूको लिनुपर्ने विषय के के हुन् ?

(च) राष्ट्र र जनता किन भिन्न हुन सक्दैनन् ?

३. जोडा मिलाऊ :

खण्ड 'अ'	खण्ड 'आ'
(क) राष्ट्रको प्रभाव	(क) असल काम मात्र गर्नुपर्छ ।
(ख) अहिले सिङ्गो संसार	(ख) इज्जत बढाउनुपर्छ ।
(ग) विश्वको प्रभावलाई हामीले	(ग) राष्ट्रबासीमा पर्छ ।
(घ) जनताले राष्ट्रको	(घ) एउटा घर जस्तो भएको छ ।
	(ङ) छानीछानी लिनुपर्छ ।

Curriculum Development Centre

४. तल तिमीले चिने जानेका विभिन्न वर्गको नाम दिइएको छ । ती वर्गबाट आफूले सिकेका वा सिक्न सक्ने एउटा एउटा राम्रो काम खाली ठाउँमा लेख :

अभिभावक ....।

शिक्षक ....।

साथी ....।

छिमेकी ....।

नेता ....।

५. यी काम गर :

(क) 'राष्ट्रको प्रभाव जनतामा पर्छ भने जनताको कामको प्रभाव राष्ट्रमा पनि पर्छ ।' भन्ने वाक्यको सारलाई तिम्रो अभिभावकले कसरी बुझ्नुभएको रहेछ , उहाँहरूको भनाइका आधारमा बुँदा टिपोट गरी कक्षामा सुनाऊ ।

(ख) तिम्रो टोल छिमेकमा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूले कस्ता कामलाई अनुचित काम मान्नुहुन्छ र तीबाट बच्न के कस्ता उपायहरू अवलम्बन गर्नुभएको छ, उहाँहरूसँग अन्तरक्रिया गरी उपायहरूको सूची तयार पार ।

(ग) असल राष्ट्र बनाउन तिमीले के कस्ता कार्यहरू गर्नुपर्ला, आफ्नो मत लिखित रूपमा कक्षामा प्रस्तुत गर ।

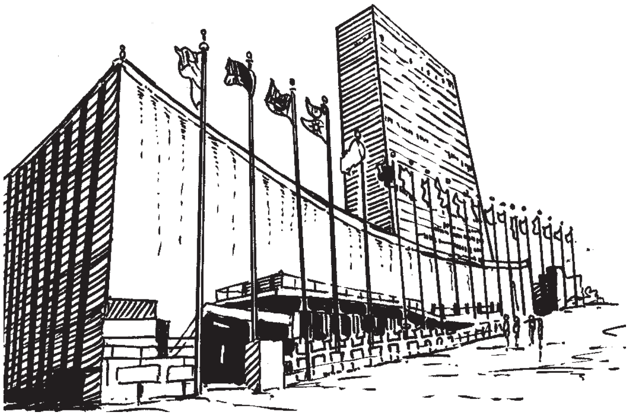
६. तलको अनुच्छेद पढ । त्यसपछि आफूभन्दा सानालाई के सिकाउँछौ, लेख ।

मौरी जस्तो सानो किराले त ठिक र बेठिक छुट्याउन सक्छ भने हामीले पनि विवेक लगाएर त्यस्ता वस्तु छुट्याउन सक्नुपर्छ । विश्वबाट आएको सबै प्रभाव नलिने तर राम्रो, उपयोगी र स्वाभाविक लाग्ने विषयको मात्र सिको गर्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ ।

Curriculum Development Centre

एकाइ
दुई

मानवीय मूल्य मान्यता



Curriculum Development Centre

सिकाइ उपलब्धि

१. *मानवीय मूल्यहरू (राष्ट्रिय) को पहिचान गरी त्यस्ता मूल्यप्रति सकारात्मक सोच राख्दै योगदान गर्न*

२. *मानवीय मूल्य (अन्तर्राष्ट्रिय) बताउन र तदनुरूप व्यवहार गर्न*

पाठ
१

मनका असल साथी

अपेक्षित व्यवहार

- *आध्यात्मिक मूल्यको विकास र संरक्षण गर्न*
- *सत्य बोल्न र अरूलाई पनि यसमा प्रेरित गर्न*
- *असल गुणको विकास गरी शान्ति कायम गर्ने काममा सहयोग पुऱ्याउन*
- *धैर्यशील हुने बानी बसाल्न*
- *आफू र अरूलाई स्वस्थ राख्न*

एक पटक भगवान् गौतम बुद्ध कतै जाँदै थिए । उनका प्रमुख शिष्य आनन्द पनि साथमा थिए । हिँड्दा हिँड्दा उनीहरूलाई थकाइ लाग्यो । उनीहरू एउटा रुखको फेदमा बसे । बुद्धलाई तिर्खा लाग्यो । उनले आनन्दलाई पानी ल्याउन अराए ।

नजिकै पानीको सानो खोल्सो थियो । आनन्द त्यहाँ गए र एकछिन पछि पानी नलिई आए । उनले बुद्धलाई भने, "खोल्सामा भर्खरै गाडा हिँडेको रहेछ । त्यसले पानी धमिल्याएछ । म नदीमा गएर पानी लिएर आउँछु ।" नदी केही टाढा थियो । बुद्धले भने, "होइन, पानी खोल्साबाट नै ल्याऊ ।" आनन्द खोल्सामा गए तर पानी धमिलो नै थियो । उनी फर्केर बुद्धसामु आए । "नदी टाढा भए पनि के भयो त ? म दौडिँदै गएर पानी लिएर आइहाल्छु नि ! खोल्साको धमिलो पानी किन खानु ?" आनन्दले भने ।

बुद्धले भने, "हुँदै हुँदैन, पानी खोल्साबाट नै ल्याऊ ।" बुद्धको आज्ञाका अगाडि आनन्दको कुनै जोड चलेन । उनी तेस्रो पटक खोल्सामा पुगे । उनी अचम्ममा परे । पानी सङ्लो भइसकेको थियो । पात पतिङ्गर पानीमुनि स्थिर भइसकेका थिए । पानी पूर्ण रूपमा खान लायक भएको थियो । आनन्द अति नै खुसी भए र पानी लिएर बुद्धसामु आए ।

शिक्षण सुझाव

- *विद्यार्थीहरूलाई आध्यात्मिक मूल्यका बारेमा बताई उनीहरूका परिवार र समाजमा के कस्ता आध्यात्मिक मूल्य प्रचलनमा छन् भनी सोध्नुहोस् । उनीहरूलाई मन पर्ने मूल्यबारे आपसमा छलफल गराउनुहोस् ।*
- *विद्यार्थीहरूले कुन कुन आध्यात्मिक मूल्य अनुसरण गर्ने मानिसको सहयोग लिइरहेका छन्, भन्न लगाई भविष्यमा पालना गर्नुपर्ने आध्यात्मिक मूल्यका बारे पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

बुद्धले भने, "आनन्द, मानिसका लागि धैर्य धारण अति नै आवश्यक गुण हो । धैर्यबाट चाहेको परिणाम पाउन सकिन्छ । यो नै आध्यात्मिक गुण पनि हो । यसको पालना गर्न हामीले भुल्नु हुँदैन ।" बुद्धको भनाइबाट आनन्द प्रभावित भए । बुद्धको कुरा उनलाई मन पर्‍यो । त्यस दिनदेखि उनी अप्ठ्यारो अवस्थामा पनि धैर्यले काम गर्न थाले ।

बुद्ध र आनन्दको यस कथाले हामीलाई गहिरो सन्देश दिन्छ । धैर्य पनि आध्यात्मिक मूल्य रहेछ भन्ने सार यहाँ पाइन्छ । वास्तवमा संसारमा भएका विभिन्न वस्तुको मूल्य तोकिएको हुन्छ । मानिस मूल्य तिरेर आफ्नो आवश्यकताका वस्तु किन्छन् र उपयोग गर्छन् । मानिसलाई जीवनमा कुनै न कुनै वस्तु किन्नु नै पर्छ । वस्तुको मूल्य निर्धारण गर्ने अनेक आधार छन् । वस्तु बिक्री गर्ने मानिसले फाइदा पनि लिन्छन् । किनबेचको क्षेत्रमा यो सामान्य प्रक्रिया हो ।

सबै वस्तुको मूल्य भए झैँ मानिसको पनि मूल्य हुन्छ । तर मानिस पैसामा किनबेच गरिने प्राणी होइन । मानिसको मूल्य बाहिरी तौल, रूप, रङ, आकार र उपयोगिताका आधारमा तोकिँदैन । मानिसको मूल्य मनका गुणहरूमा निहित हुन्छ । त्यसलाई आध्यात्मिक मूल्य भनिन्छ । यो किनिने, बेचिने, तोकिने वा साटफेर गर्न मिल्ने मूल्य होइन ।

सबैको हित गर्ने गराउने भावना, विचार एवम् उद्देश्यलाई आध्यात्मिक मूल्य भन्न सकिन्छ । सत्य एउटा यस्तै मूल्य हो । सत्य शक्ति पनि हो । सत्यको पालना गरेर शक्ति आर्जन गरेका र त्यसबाट आफू एवम् अरूलाई पनि जितेका थुप्रै मानिसका उदाहरण पाइन्छन् । सत्यबाट आत्म सन्तुष्टि, सदाचार, शान्ति, प्रेम र अहिंसाको बाटोमा हिँड्न सजिलो हुन्छ । दैनिक व्यवहारमा अनुशासनको इमानदारीपूर्वक पालना नै सदाचार हो । सदाचारको पालना नगर्ने मानिसले धेरै दुःख पाउँछ । त्यसैले हामीले सधैँ सदाचारको पालना गर्नुपर्छ ।

आध्यात्मिक सम्पदाको विकासमा शान्तिको पनि आवश्यकता पर्दछ । शान्ति व्यक्ति, राष्ट्र र विश्वकै लागि आवश्यक छ । शान्तिबिना प्रेमको उदय हुँदैन र प्रेमबिना अहिंसाको भावना पनि पैदा हुँदैन । मानिसका विभिन्न साथी हुन्छन् । असल साथीले राम्रो बाटोमा लाग्न प्रेरित गर्छन् भने खराब साथीले नराम्रो बाटोमा हिँडाउँछन् । त्यसैले हामीले सधैँ असल साथीको सङ्गत गर्नुपर्छ ।

Curriculum Development Centre

हाम्रो मनलाई पनि साथी चाहिन्छ र ती साथी असल हुनुपर्छ । मनका असल साथी भनेका सत्य, आत्म सन्तुष्टि, सदाचार, शान्ति, प्रेम र अहिंसा नै हुन् । यिनले हाम्रो मनलाई सधैँ असल बाटामा लगाउँछन् । त्यसपछि हामी असल काम गर्छौं । हाम्रो मन स्वस्थ हुन्छ । मनका यस्तै हितकारी साथीलाई आध्यात्मिक मूल्य भनिन्छ । यस पाठको कथाबाट धैर्य पनि मानिसको मनको असल साथी रहेछ भन्ने थाहा हुन्छ । धैर्यले मनलाई सफा बनाउँछ ।

स्वस्थ रहनका लागि मानिसले अनेक उपाय गर्छन् । स्वास्थ्य हाम्रो ठुलो सम्पत्ति हो । रोगचाहिँ विपत्ति हो । स्वस्थ रहन गरिने अनेकौँ उपायमध्ये दुई ओटा उपाय ज्यादै सजिला र सस्ता छन् – योग साधना तथा ध्यान । योग भनेको मन र शरीरको मेल हो । हामीले मन र शरीरलाई स्थिर राखेर तिनीहरूबिच अभिन्न सम्बन्ध स्थापना गर्न सक्यौँ भने त्यो योग हुन्छ । कुनै कामलाई कुशलतापूर्वक सफल बनाउनु पनि योग हो । योगमा लाग्ने काम योग साधना हो । शरीरका साथसाथै मनसँग पनि सम्बन्ध राख्ने भएकाले योग साधनालाई पनि आध्यात्मिक मूल्यमा राख्न सकिन्छ ।

कुनै काममा मनलाई एकाग्र राख्नु ध्यान हो । यसले काममा सफलता पाउन सहयोग पुऱ्याउँछ । प्रतिदिन गरिने ध्यानले मनलाई पनि सफा पार्छ । सेवाको मूल्य त गणना गर्न नै सकिँदैन । अरूको दुःख पीडा र समस्यामा निःस्वार्थ सहयोग गर्नु सेवा हो । वास्तविक र निःस्वार्थ सेवा गर्न जटिल पनि छ । हामीले मनमा सेवाको भावना राख्यौँ भने यो असल साथी बनिहाल्छ । हामीले मनमा असल साथीलाई राख्यौँ भने हाम्रा हात मुख आदि अङ्गले पनि स्वतः राम्रो काम गर्छन् । मन, बोली र कर्मले असल काम गर्दा सधैँ राम्रो नतिजा आउँछ ।

सारांश

मानिसका आआफ्नै मूल्य हुन्छन् । तीमध्ये आध्यात्मिक मूल्य सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण हुन्छ । सत्य, आत्म सन्तुष्टि, सदाचार, प्रेम, अहिंसा, धैर्य, शान्ति र सेवा जस्ता मानवका गुण नै आध्यात्मिक मूल्य हुन् । यिनको पालना र अभ्यासबाट मानसिक र शारीरिक समस्या हटेर जान्छन् । सबैतिर शान्ति छाउँछ । मानव जीवन सफल र सार्थक हुन्छ ।

अभ्यास

१. कोष्ठकबाट उपयुक्त शब्द छानी खाली ठाउँ भर :

(क) मनका गुणहरू नै मानिसका .... हुन् । (मूल्य/वस्तु)

(ख) मनलाई पनि असल .... चाहिन्छ । (फाइदा/साथी)

Curriculum Development Centre

(ग) आध्यात्मिक मूल्य ...... बस्छन् । (मनमा/शरीरमा)

(ङ) समस्या आइपर्दा .... ले समाधान गर्नुपर्छ । (शक्ति/धैर्य)

(ङ) निःस्वार्थ सहयोग .... हो । (योग/सेवा)

२. छोटो उत्तर देऊ :

(क) मानिसको मूल्य केमा निहित हुन्छ ?

(ख) आध्यात्मिक मूल्यमा कुन कुन कुरा पर्छन् ?

(ग) मनलाई किन असल साथी चाहिन्छ ?

(घ) बुद्ध आनन्दलाई के सिकाउन चाहन्थे ?

(ङ) स्वस्थ रहनका लागि आवश्यक दुई ओटा उपायहरू के के हुन् ?

३. मनमा बस्न सक्ने असल साथी र खराब साथीको नाम तल दिइएका छन् । तिनलाई छुट्टाछुट्टै कोठामा लेख :

अहिंसा, रिस, धैर्य, चिन्ता, हिंसा, दुस्ट्याइँ, सेवा, शत्रुता, सदाचार, परोपकार, दया, बदलाको भावना, क्षमा, छलकपट, अपमान, मर्यादा, सत्य, मिलनसारिता, अतिलोभ, दानशीलता

असल साथी	खराब साथी

४. मनका असल साथीबाट हुने फाइदा र खराब साथीबाट हुने हानिबारे आपसमा छलफल गर र सूची बनाई कक्षामा टाँस ।

५. यी काम गर :

तल प्रस्तुत कथा पढ र सोधिएका प्रश्नहरूको अनुसार उत्तर देऊ :

कुनै गाउँमा एउटा किसान बस्थे । उनी ज्यादै परिश्रमी थिए । उनका पाँच भाइ छोरा थिए । उनीहरू परिश्रम गर्दैनथे । पढ्न पनि मन लाउँदैनथे । किसानको एउटा बगैँचा थियो । त्यहाँ उनले अम्बाका थुप्रै बिरुवा रोपेका थिए । कुनै बिरुवा सरिसकेका थिए भने कुनै बिरुवा भरखर सर्ने क्रममा थिए ।

Curriculum Development Centre

सधैँ झैँ किसान बगैँचामा गए । त्यहाँ अम्बाका सबै बिरुवा उखेलिएका, भाँचिएका र माँडिएका थिए । त्यो देखेर किसानलाई धेरै दुःख लाग्यो । यस्तो काम कसले गऱ्यो होला भनेर उनलाई चिन्ता पनि लाग्यो । किसानले पाँचै भाइ छोरालाई जम्मा गरेर जेठो, माहिलो गर्दै चारै भाइ छोरालाई सोधे । कसैले पनि आफूले बिगार गरेको कुरा गरेनन् । अन्तिममा किसानले कान्छो छोरालाई सोधे । कान्छाले भने, "हो बुबा ! हिजो खेल्दा त्यस्तो भएको हो । त्यसका दोषी दाजुहरू पनि हुन् र म पनि हुँ । तपाइँले जे सजाय दिए पनि सहन्छु ।" भाइका कुरा सुनेर दाजुहरू ज्यादै डराए । किसानले भने, "बिगार गरे पनि तिमीले सत्य बोल्यौ । त्यसैले गर्दा तिमीलाई कुनै पनि दण्ड दिन्नँ । तर दाजुहरूले बिगार पनि गरे र असत्य पनि बोले । तसर्थ उनीहरूले पहिले जस्तै बिरुवा नरोपी खेल्न जान पाउँदैनन् । त्यो काम ठिकसँग गरे नगरेको हेर्ने काम तिम्रो भयो ।"

बुबाको आज्ञाअनुसार चार जना दाजुभाइले अम्बाका बिरुवा रोपे । दिनैपिच्छे पानी हाले । कान्छो भाइले दाजुहरूले गरेको काम राम्ररी हेरे । केही दिनपछि अम्बाका बिरुवा सरे । बगैँचा हरियो भयो । सबै दाजुभाइले बिगार नगर्ने, झुटो नबोल्ने र परिश्रम गर्ने कुरा बुबासँग गरे । किसान खुसी भए । फुर्सदको समयमा उनीहरूले खेल्न जान पनि पाए ।

(क) पाँच जना छोरामध्ये बढी असल छोरो कुन रहेछ, कारण खोली एउटा छोटो विवरण तयार पार ।

(ख) माथिको कथा पढेर तिमीले के गर्ने र के नगर्ने सोचाइ बनायौ, सूची बनाई प्रस्तुत गर ।

(ग) माथि दिइएको कथासँग मिल्दोजुल्दो छोटो कथा सोधखोज गरी कक्षामा सुनाऊ ।

६. तिम्रा मनका साथीहरू कस्ता कस्ता छन्, ती साथीको साथ लिएर तिमी आफूलाई कस्तो बनाउन चाहन्छौ, आफ्नो विचार लेख ।

७. खराब साथीहरूलाई असल साथी बनाउन तिमी के के गर्छौ, बुँदामा प्रस्तुत गर ।

८. धैर्य कस्तो गुण रहेछ, एक अनुच्छेदमा लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठ

२

मेरो वास्तविक पहिचान

अपेक्षित व्यवहार

- *राष्ट्रप्रेमको भावना विस्तृत पार्न*
- *राष्ट्रिय सम्पदाको संरक्षण गर्न*
- *राष्ट्रिय मौलिकताको प्रदर्शन गर्न*
- *सामूहिक काममा सहभागिता जनाउन*
- *सिर्जनात्मक काममा उत्साहित र सक्रिय हुन*

पोहोर साल हजुरआमासँग म नजिकैको छिमेकी गाउँमा प्रवचन सुन्न गएको थिएँ । त्यहाँ थुप्रै मानिस प्रवचन सुनिरहेका थिए । हजुरआमा पनि रुचि मानेर सुनिरहनुभएको थियो । प्रवचनको सबै विषय मैले बुझिनँ तापनि एउटा कुरा चाहिँ सम्झिरहेको छु । त्यहाँ प्रवचन गर्ने विद्वानले चार थरी काम गर्‍यो भने मानिस चलाख र बुद्धिमान् हुन्छ भने । मलाई ती काम के होलान् भनेर जान्न मन लाग्यो । अरू मानिसलाई जस्तै मलाई पनि चलाख र बुद्धिमान् हुने इच्छा पैदा भयो । प्रवचन गर्ने मानिसले भने, "घुमफिर गरेर, जान्ने सुन्नेसँग सङ्गत गरेर, ठुलठुला सभा समारोहमा सामेल भएर र असल किताब पढेर मानिस चलाख हुन्छ । उसको बुद्धि पनि बढ्छ ।"

मलाई यो भनाइ निकै मन पर्‍यो । मलाई घुमफिर गर्न असाध्यै मन लाग्छ । प्रवचन गर्ने मानिसले भनेको सुनेपछि ममा अझ बढी घुम्ने इच्छा जाग्यो । विद्यालयको वार्षिक परीक्षा सकिएपछि साथीहरूबिच के गर्ने भन्ने छलफल भयो । विभिन्न प्रस्ताव आए । केही साथीहरूले शैक्षिक भ्रमणमा जाने कुरा उठाए । त्यसमा शिक्षकले पनि सहमति जनाउनुभयो । अन्तिममा शैक्षिक भ्रमणका लागि लुम्बिनी जाने प्रस्तावमा सबैले सहमति जनाए । प्रवचनमा सुनेको कुरा, आफ्नो रुचि र कार्यक्रम मिलेकाले मैले पनि त्यसमा सामेल हुने निर्णय गरेँ ।

शिक्षण सुझाव

- *स्थानीय स्तरमा उपलब्ध कुनै विशेष स्थानको भ्रमण गराई विद्यार्थीहरूलाई त्यहाँबाट अनुभव गरेका पक्षहरूका बारेमा छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।*
- *राष्ट्र, राष्ट्रियता एवम् राष्ट्रिय एकताको संरक्षण र संवर्धनका बारेमा कक्षामा छलफल गराउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

वार्षिक परीक्षा सकिएपछि हामी विद्यालयको हाताबाट लुम्बिनी जानका लागि बसमा चढ्यौँ । अविभावक, पथ प्रदर्शक र संरक्षकका रूपमा हाम्रो टोलीमा एक जना शिक्षक सम्मिलित हुनुहुन्थ्यो । हामी ढुक्क भयौँ । आफूभन्दा ठूलो मानिस साथमा भएपछि घरभित्र बसे जस्तै सुरक्षित अनुभव हुँदो रहेछ । मलाई त्यस्तै लाग्यो ।

हाम्रो बस गुड्न थाल्यो । कोही गफ गर्न थाले, कोही गीत गाउन लागे । कोही नाच्न पनि तम्सिए । मचाहिँ झ्यालबाट बाटाको दायाँबायाँ हेर्न थालेँ । यात्रामा कतै खोला, कतै वन जङ्गल, कतै हरिया चउर, कतै गाउँ र बस्ती देखिन्थे । एकछिन मात्र यात्रा गर्दा पनि यस्तो विविधता देख्न पाउँदा म खुसीले गदगद भएँ । मलाई मेरो देश धेरै सुन्दर छ जस्तो लाग्यो । छिन छिनमा जस्तो दृश्य हेर्न मन लाग्यो त्यस्तै हेर्न पाइने ठाउँ अन्त कहाँ होला र ! बाटामा देखिएका हरेक वस्तुप्रति मेरो ममता र सम्मान उम्लिरहेको थियो । बाटाका दृश्य हेर्दाहेर्दै कहाँ आइपुगियो भन्ने पनि थाहा पाइनँ । आफ्नो देशलाई माया नगर्ने मानिसले अरू कसैको पनि माया गर्दैन भन्ने सुनेको थिएँ । मलाई त्यो सत्य लाग्यो । मलाई बसबाट देखिएका वस्तु र दृश्य आँखैमा लुकाएर राखौँ जस्तो लाग्यो । यस्तै दृश्य हेर्दाहेर्दै हामी लुम्बिनी पुग्यौँ । लुम्बिनी नेपालको प्रसिद्ध तीर्थस्थल रहेछ ।

बसबाट ओर्लेपछि शिक्षकले हामीलाई पङ्क्तिबद्ध भएर हिँड्न निर्देशन दिनुभयो । लुम्बिनी एउटा ठूलो बगैँचा जस्तो रहेछ । मैले यसअघि लुम्बिनीबारे सुनेको र पढेको मात्र थिएँ । यो ठाउँ देखेको थिइनँ । अहिले पुग्न र घुम्न पाएकामा फुरुङ्ग भएँ । सबैभन्दा पहिले हामी अशोक स्तम्भ पुग्यौँ । सम्राट् अशोकले राखेकाले यसको नाम अशोक स्तम्भ रहेको कुरा शिक्षकले सुनाउनुभयो । यसले हाम्रो राष्ट्रिय परिचय दिए झैँ लाग्यो । संसारका करोडौँ बुद्धमार्गीहरूको

Curriculum Development Centre

पवित्र स्थल लुम्बिनीको सान बनेर यो स्तम्भ खडा भइरहेको थियो । संसारमा बुद्धप्रति आस्था र श्रद्धा राख्ने थुप्रै मानिस छन् । उनीहरूका देशमा जुनसुकै धर्म मान्ने नेपाली पुगे पनि बुद्ध जन्मेको ठाउँको मानिस भनेर उनीहरू ठुलो सम्मान गर्छन् । ती देश पुगेर आउनुभएका छिमेकी दाइ यस्तै कुरा सुनाउनुहुन्थ्यो । मैले लुम्बिनी आइपुग्दा त्यो पनि सम्झेँ । यो स्तम्भ अलि अलि चर्किएको रहेछ । संरक्षणका लागि फलामका पाताले कसेर र मर्मत गरेर राखिएको रहेछ । मलाई नेपाल चिनाउने यस्ता ऐतिहासिक र सांस्कृतिक सम्पदाको रक्षा गर्नु सबैको कर्तव्य हो भन्ने लाग्यो । संयुक्त राष्ट्र सङ्घले लुम्बिनीलाई विश्व सम्पदा सूचीमा राखेकामा मलाई गर्व लाग्यो ।

हामीले लुम्बिनीमा मायादेवीको मन्दिर पनि हेर्‍यौँ । बुद्ध जन्मेको ठाउँ, मायादेवीले स्नान गरेको पोखरी जस्ता ठाउँलाई विशेष संरक्षण गरिएको रहेछ । यहाँ विभिन्न देशबाट प्रतिवर्ष लाखौँ पर्यटक आउँछन् । उनीहरू यहाँ आउन पाएकामा गौरव पनि गर्छन् । उनीहरू नेपाललाई सगरमाथाको देश, बुद्ध र सीता जन्मेको देश, लाली गुराँसको देश र वीरहरूको देश भनेर पनि चिन्छन् । बुद्धको जन्म, कर्म र प्रसिद्धिले हामी सबै नेपालीको इज्जत बढेको छ । लुम्बिनी पुग्दा मैले यसलाई जोगाइराख्ने प्रतिज्ञा गरेँ ।

लुम्बिनीमा विभिन्न देशको मौलिकता झल्किने गरी गुम्बा, विहार र स्मारक स्थल पनि बनेका रहेछन् । यहाँ थुप्रै बौद्ध भिक्षुहरू पनि बस्दा रहेछन् । मलाई यहाँ नआउन्जेल लुम्बिनी नेपालको एउटा प्रसिद्ध ठाउँ मात्र भन्ने लाग्थ्यो । यहाँ आएपछि, घुमेपछि र वातावरण बुझेपछि त यो अन्तर्राष्ट्रिय तीर्थस्थल रहेछ भन्ने लागेको छ । यसको सुरक्षा, विकास र प्रचार प्रसार गर्नु हामी सबैको साझा कर्तव्य रहेछ । नेपाल र नेपालीलाई चिनाउने वास्तविक सम्पदा यिनै रहेछन् ।

शिक्षकले हामीलाई लुम्बिनी परिसरका सबै महत्त्वपूर्ण ठाउँ घुमाउनुभयो । ती प्रत्येक ठाउँले बुद्धको जीवनलाई सम्झाइरहे जस्तो लाग्थ्यो । शिक्षकले नेपालमा राष्ट्रिय पहिचान दिने अरू पनि ठाउँ भएको बताउनुभयो । आगामी दिनमा त्यहाँ पनि भ्रमण गर्ने सल्लाह दिनुभयो । सुनेर र पढेर आर्जन गरेको ज्ञानभन्दा प्रत्यक्ष देखेर र आफैँ पुगेर पाएको ज्ञान पक्का हुने तर्क पनि उहाँले गर्नुभयो । उहाँले ऐतिहासिक र सांस्कृतिक महत्त्वका स्थलहरूले हामीमा राष्ट्रप्रेमको भावना पनि बढाउँछन् भन्नुभयो । मलाई यो कुरा पनि चित्त बुझ्यो ।

हामी भ्रमण सक्ने तरखर गर्दै थियौँ । लुम्बिनी परिसरकै एक छेउमा थुप्रै मानिस निर्माणको काम गर्दै थिए । हामी सबै जना त्यहाँ गयौँ । ठुलो सभा भवन बन्न लागेको रहेछ । विभिन्न देशका बुद्धमार्गीहरूबिच आपसमा छलफल गरी लुम्बिनीको महत्त्व विस्तार गर्ने उद्देश्यले त्यो भवन बन्न लागेको थाहा भयो । सयौँ मानिस स्वयम् सेवा गरिरहेका थिए । हामीलाई पनि

Curriculum Development Centre

सकेको काम गर्न मन लाग्यो । शिक्षकले समेत यसका लागि उत्प्रेरित गर्नुभयो । बालकदेखि वृद्धावस्थामा पुगेका भिक्षुसमेत श्रमदान गरिरहेका थिए । त्यो देखेर हामीलाई अझ बढी प्रेरणा मिल्यो । देश विकासका अरू काममा पनि यसै गरी जुट्न सके सफलता पाइन्थ्यो भन्ने लाग्यो । विकास भन्ने कुरा बर्सेर आउने होइन । हामी सबैले सामूहिक रूपमा सहभागी भएर नै त्यस्तो हुने हो भनेर शिक्षकले पनि सम्झाउनुभयो । भ्रमण सकेर बेलुकीपख हामीले आराम गर्‍यौँ । शिक्षकले म एउटा कुरा भन्छु, तिमीहरू मान्न तयार छौ भनेर सोध्नुभयो । हामी सबैले तयार छौँ भन्यौँ । उहाँले विद्यालयमा एउटा पुस्तकालयको आवश्यकता भएको कुरा गर्नुभयो । अनि विद्यालय बिदा भएको कुनै एक दिन सबै जना श्रमदान गर्न तयार हुनुपर्ने प्रस्ताव राख्नुभयो । हामीले खुसीसाथ सहमति जनायौँ र विद्यालयबाट फर्केपछि सबै मिलेर पुस्तकालय पनि बनायौँ । मलाई ससाना काममा देखाइएको सामूहिक सहभागिताले पनि देश विकासमा सहयोग पुग्छ भन्ने विश्वास लाग्यो ।

बस चढेपछि मलाई लाग्यो, आज बल्ल मैले मेरो वास्तविक परिचय पाएँ । मानिसलाई चिनाउने साधन र माध्यम त राष्ट्रिय सम्पत्ति पो रहेछन् । यिनको संरक्षण र संवर्धन गर्नु भनेको आफ्नै परिचय र सुरक्षा रहेछ । आफू चिनिन आफ्नै भूमि हेरेर र टेकेर हिँड्नुपर्ने रहेछ । सामूहिक सहभागिताले पछि गएर राष्ट्रकै विकासमा योगदान पुर्‍याउने रहेछ । प्रवचन गर्ने मानिसले घुमफिर गर्नाले चलाख र बुद्धिमान् बनिन्छ भनेको ठिकै रहेछ ।

सारांश

प्रत्येक व्यक्तिमा सानैदेखि देशप्रेमको भावना जाग्नुपर्छ । त्यसले उसलाई कर्तव्यमा तल्लीन गराउन सहयोग पुर्‍याउँछ । मानिसले आफ्नो परिचय पनि स्थापित गर्नुपर्छ । देशका ऐतिहासिक, सांस्कृतिक र प्राकृतिक महत्त्वका स्थलहरूले त्यस देशको परिचय पनि दिन्छन् । तिनको संरक्षण र संवर्धन गर्नु आफ्नै परिचयको रक्षा र विस्तार हो । विकासका काममा सामूहिक सहभागिता, राष्ट्रिय सम्पदाको सुरक्षा एवम् राष्ट्रप्रेमको भावना आवश्यक हुन्छ ।

अभ्यास

१. आफूलाई मन पर्ने काममा ठिक (√) र मन नपर्ने काममा बेठिक (X) चिह्न लगाऊ :

(क) अरूका राम्रा कुरा सुन्न ( )

(ख) अरूका कुरा काट्न ( )

Curriculum Development Centre

(ग) एकै ठाउँमा बसिरहन ( )

(घ) महत्त्वपूर्ण ठाउँ घुम्न ( )

(ङ) देशप्रति माया दर्साउन ( )

(च) देशप्रति ध्यान नदिन ( )

(छ) राष्ट्रिय सम्पत्तिको उपेक्षा गर्न ( )

(ज) राष्ट्रिय सम्पत्ति बचाउन ( )

(झ) सामूहिक काममा सहभागी हुन ( )

(ञ) चुपचाप बसिरहन ( )

२. खाली ठाउँ भर :

(क) घुमफिर गरेर पनि .... बढ्छ । (चलाखी र बुद्धि/लोभ र आलस्य)

(ख) देशको माया गर्ने मानिसले अरूलाई पनि ...... गर्छ । (घृणा/माया)

(ग) लुम्बिनीले नेपालको .... रूपमा परिचय दिएको छ । (ग्रामीण/अन्तर्राष्ट्रिय)

(घ) ऐतिहासिक सम्पदाको संरक्षण गर्नु हाम्रो .... हो । (कर्तव्य/ परिचय)

(ङ) सामूहिक सहभागिताले .... योगदान पुग्छ । (देश विकासमा/ देश विनाशमा)

३. छोटो उत्तर लेख :

(क) मानिसलाई चलाख र बुद्धिमान् बनाउने कुनै चार ओटा सूत्र लेख ।

(ख) लुम्बिनी कस्तो ठाउँ रहेछ ?

(ग) नेपाललाई चिनाउने कुराहरू के के हुन् ?

(घ) कस्तो ज्ञान पक्का हुन्छ ?

(ङ) के कुराले देशप्रेमको भावना जाग्छ ?

(च) सामूहिक सहभागिताको फाइदा के हो ?

(छ) हामी सबैको साझा कर्तव्य के हो ?

(ज) शिक्षकले दिएको सल्लाह के हो ?

(झ) ऐतिहासिक स्थलहरूको संरक्षण गर्ने काम कुन मूल्यअन्तर्गत पर्दछ ?

Curriculum Development Centre

४. पाठको सारांश लेख ।

५. यी काम गर :

(क) तिम्रो समुदायमा बसोबास गर्ने बुढापाकासँग सोधी तिम्रो गाऊँ वा टोलमा रहेका सम्पदाको सूची निर्माण गर र तिनीहरूको संरक्षण गर्न आवश्यक कार्यहरूको सूची बनाऊ ।

(ख) तिम्रो समुदायमा के कस्ता सिर्जनात्मक कामहरू हुने गरेका छन्, तिमी सक्रिय रूपमा सहभागी भएको कुनै एक कामको वर्णन गर ।

(ग) तल दिइएको अनुच्छेद पढी त्यहाँ के कस्ता समस्या रहेका छन्, तिनको पहिचान गर र समाधानका उपायहरू प्रस्तुत गर :

शैलेश र विवेक साथी साथी हुन् । उनीहरू एक दिन सहर घुम्न गए । सहरमा उनीहरूले एउटा पुरानो र भत्किन लागेको पाटी देखे । पाटीको अगाडिपट्टि ढुङ्गाका ससाना मूर्ति थिए । मूर्ति लड्न लागेका र चर्केका थिए । मूर्तिमाथि केटाकेटी खेल्ने गर्थे । पाटीको भित्तामा रहेका ढुङ्गामा नबुझिने भाषामा के के कुरा लेखिएको थियो । त्यहाँ मानिसले फलामका किलाले कोरकार पारेका थिए । पाटीको छानो चुहिने थियो । भित्रपट्टि पनि ससाना थुप्रै मूर्ति थिए । पाटीको वरिपरि फोहोर फालिएको थियो । चारैतिरबाट दुर्गन्ध फैलिरहेको थियो । नजिकैबाट विदेशीहरू त्यस पाटीको फोटो पनि खिचिरहेका थिए । साथमा एक जना पथ प्रदर्शक पनि थिए । छेउबाट मानिसहरू हिँडिरहेका थिए । तीमध्ये एक जनाले टिप्पणी गरे, "भन्ने बेलामा सहरमा पहिलो पटक बनेको घर भनेर चिनाउने, हालत यस्तो छ ।" यो सुनेर शैलेश र विवेक छक्क परे ।

(घ) तिमीले भ्रमण गरेको कुनै ठाउँबाट राम्रो कुरा के सिक्यौ, वर्णन गर ।

(ङ) तिम्रो गाउँ/टोल/समुदायमा मर्मत र संरक्षण गर्नुपर्ने कुनै महत्त्वपूर्ण स्थलको विवरण तयार पार ।

६. तिम्रो विद्यालयमा गठित बाल क्लबको नेतृत्वमा शिक्षकको सहयोग लिई विद्यालय परिसरको सरसफाइ गर ।

७. तिमी आफूलाई कस्तो नागरिकको रूपमा चिनाउन चाहन्छौ, एक अनुच्छेदमा लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठ

३

सबैतिर आफन्त

अपेक्षित व्यवहार

- *व्यक्ति, समाज र राष्ट्रप्रति सद्भाव राख्न*
- *मित्रतापूर्ण व्यवहार गर्न*
- *परस्पर सहयोग गर्न*
- *अरूको अस्तित्वको रक्षा र सम्मान गर्न*
- *देशको प्रतिष्ठा बढाउने काम गर्न*
- *कर्तव्यमा तल्लीन रहन*

धेरै मानिस विजयमा खुसी हुने र पराजयमा दुःखी हुने गर्छन् तर उनीहरू विजय प्राप्त गर्ने र पराजयको सामना गर्नुपर्ने कारण खोज्दैनन् । मानिस प्रकृतिसँग हार्न सक्छ तर बुद्धि र विचार पुऱ्याउँदा अरू सबै मानिसलाई जित्न सक्छ । सबै मानिसलाई जित्न सकिने एउटा मात्र उपाय उपयुक्त व्यवहार हो । हाम्रो व्यवहार शत्रु र मित्र दुवै जन्माउने आमा हो । मित्रको चाहना राख्ने मानिसले संसारका सबै मानिसप्रति मानवीय व्यवहार गर्नुपर्छ । संसारका सबै मानिसले आपसमा दाजुभाइ र दिदी बहिनीको जस्तो व्यवहार गर्दा मित्रहरूको जन्म हुन्छ । यसैलाई विश्व बन्धुत्वको भावना पनि भनिन्छ । यो सम्पूर्ण संसार हाम्रा आफ्नै नाता कुटुम्बको घर हो भन्ने उदार भावनाले विश्व बन्धुत्वको विस्तार हुन्छ । यो नै सम्पूर्ण मानव जातिको साझा अन्तर्राष्ट्रिय मूल्य पनि हो ।

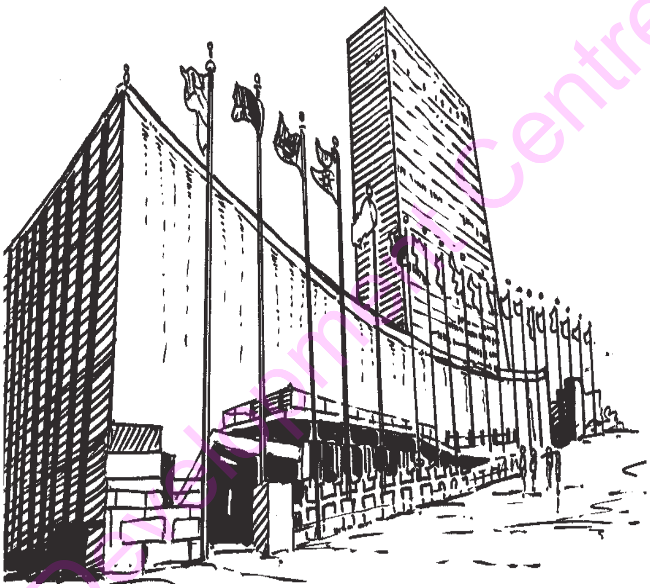
आज कुनै पनि राष्ट्र र व्यक्ति अरूबाट छुट्टिएर रहन सक्दैन । कुनै काम सम्पन्न गर्न राष्ट्र र व्यक्तिको सङ्घ सङ्गठन आवश्यक हुन्छ । सङ्घ सङ्गठनले त्यसमा लागेका व्यक्ति र

शिक्षण सुझाव

- *अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा लागु गर्न सकिने मानवीय मूल्यहरूको सूची बनाई कक्षामा टाँस्नुहोस् र त्यसबारे विद्यार्थीहरूबिच छलफल गराउनुहोस् ।*
- *अपरिचित मानिससँग तिमी कस्तो व्यवहार गर्छौ भनी सोध्नुहोस् र विद्यार्थीको उत्तर सुनिसकेपछि थप गर्नुपर्ने विषयहरू भनिदिई बन्धुत्वको भावना बढाउन विद्याथीहरूलाई उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

निकायलाई बलियो बनाउँछ । २१ औँ शताब्दीको युग सङ्घ सङ्गठनमा शक्ति हुन्छ भन्ने कुरामा विश्वास राख्ने युग हो । त्यसो हुँदा हाल संसारमा विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घ सङ्गठनहरू प्रशस्त खुलेका छन् । संयुक्त राष्ट्र संघ यस्तै प्रमुख अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठनहरूमध्ये एक हो । यसको स्थापना र सञ्चालन भएपछि राष्ट्रहरूलाई फाइदा पनि भएको छ । यसको मुख्य काम संसारमा शान्ति कायम गर्नु हो ।



मानिसहरूले मिलेर बस्न टोल छिमेकमा समेत कतिपय नियम बनाएका हुन्छन् । ती नियमले उनीहरूलाई परस्पर मित्रको जस्तो व्यवहार गर्न सिकाउँछन् । समाजमा शान्ति र व्यवस्था बलियो हुन्छ । अन्तर्राष्ट्रिय सङ्घ सङ्गठनलाई यस्ता नियम र सिद्धान्त अझ बढी आवश्यक पर्छन् । प्रत्येक राष्ट्रको आफ्नो सीमा, शक्ति र स्वाभिमान हुन्छ । त्यसको सम्मान गर्दा राष्ट्रहरूबिच सुमधुर सम्बन्ध बढेर जान्छ ।

राष्ट्रहरू साना वा ठुला हुन सक्छन् । कुनै धनी र शक्तिशाली हुन्छन् भने कुनै गरिब र कमजोर पनि हुन सक्छन् तर सबैको अस्तित्व समान हुन्छ । शक्तिशाली राष्ट्रले कमजोर राष्ट्रलाई धम्क्याउन, हस्तक्षेप गर्न र आक्रमण गर्न पाइँदैन । यो पनि अन्तर्राष्ट्रिय मान्यता र सिद्धान्त हो । ठुला र शक्तिशाली राष्ट्रले साना र कमजोर राष्ट्रलाई दबाउने हो भने संसारमा शक्तिको मात्र शासन चल्छ । विधिको शासन समाप्त हुन्छ । संयुक्त राष्ट्र सङ्घ जस्ता सङ्गठनले सबै राष्ट्रको सुरक्षा र अस्तित्वमा ध्यान दिएका छन् ।

प्रत्येक राज्यको शासन व्यवस्था एक अर्कासँग भिन्न हुन सक्छ । शासन व्यवस्था भिन्न हुनुमा विविध कारण हुन्छन् । तर सबै राष्ट्रले अर्काको अस्तित्वलाई शान्तिपूर्ण रूपमा स्वीकार गर्नुपर्छ । यसै गरी राष्ट्रहरूले पनि अर्काको भूगोल, शासन व्यवस्था, धर्म, संस्कृति र सामाजिक मूल्य मान्यतामा चोट पुऱ्याउनु हुँदैन । यो पनि विश्वमा बन्धुत्वको भावना विस्तार गर्ने एउटा उपाय हो ।

Curriculum Development Centre

एक व्यक्तिलाई अर्को व्यक्तिको सहयोग चाहिन्छ भने एउटा राष्ट्रलाई पनि अर्को राष्ट्रको सहयोग आवश्यक पर्छ । सहयोग दुईतर्फी नै हुन्छ । देशको विकास गर्न, प्राकृतिक दुर्घटनाको सामना गर्न र ठुलठुला अपराधीलाई नियन्त्रण गर्न पनि राष्ट्रहरूबिच सहयोग आवश्यक हुन्छ । सबै राष्ट्र सबै विषयमा सम्पन्न हुँदैनन् । एउटाले अर्काको आवश्यकता पुरा गर्न र गराउनका लागि दोहोरो सहयोग चाहिन्छ । राष्ट्रहरूबिच सम्मान, सहिष्णुता, सद्भाव र सहयोगले अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध बढेर जान्छ । यस्ता मान्यताहरू पञ्चशीलको सिद्धान्तसँग मेल खान्छन् । संसारमा मेल र मित्रता बढाउन यी सिद्धान्तले महत्त्वपूर्ण भूमिका खेलेका छन् । यसमा व्यक्ति र सम्पूर्ण नागरिकको पनि योगदान रहेको हुन्छ । यसरी सबैको सम्मान, सुरक्षा र सहयोग नै अन्तर्राष्ट्रिय मूल्यका रूपमा रहेका हुन्छन् ।

नेपालले पनि माग र आवश्यकताअनुसार सहयोग गरेर अन्तर्राष्ट्रिय जगत्मा विश्व बन्धुत्वको भावना विस्तार गरेको छ । संयुक्त राष्ट्र सङ्घको आह्वानमा अशान्त देशहरूमा शान्ति स्थापना गर्न नेपालको पनि सक्रियता रहेको पाइन्छ । नेपाल र नेपालीको माया पाएर ती देशका नागरिकहरूले हाम्रो सम्मान बढाएका छन् । नेपालको सहयोग र अन्तर्राष्ट्रिय सम्मानले विश्व बन्धुत्वको भाव फैलिँदै गएको छ । राम्रो काम गरेर नेपालीहरूले अन्तर्राष्ट्रिय पुरस्कार पनि पाएका छन् । विश्व बन्धुत्वको भावना फैल्याउनका लागि यी काम पनि प्रभावकारी बनेका छन् ।

विश्वमा शान्ति, अस्तित्व र बन्धुत्व कायम गर्नका लागि एउटा सामान्य व्यक्तिको पनि भूमिका हुन्छ । जुनसुकै उमेर, वर्ग र अवस्थाको भए पनि व्यक्तिको कामले समेत यसमा भूमिका खेलिरहेको हुन्छ । आज गरेको कामबाट भोलि परिणाम निस्कन्छ । प्रत्येक व्यक्तिले आआफ्नो ठाउँबाट कर्तव्य पुरा गर्दा भविष्यमा अन्तर्राष्ट्रिय मूल्य मान्यताको स्थापना र पालनामा सहयोग पुग्छ ।

सारांश

प्रत्येक मानिसको व्यवहार अरूप्रति सम्मान र सद्भाव बढाउने खालको हुनुपर्छ । सबै मानिससँग मेल र सद्भावको व्यवहार गर्दा विश्व बन्धुत्वको विस्तार हुन्छ । यसबाट संसारमा शान्ति पनि कायम हुन्छ । राष्ट्रहरूको नीति र काम पनि अरूको सम्मान बढाउने, सुरक्षा गर्ने र हस्तक्षेप नगर्ने हुनुपर्छ । परस्परको अस्तित्व बोधले सहयोगको वातावरण पनि निर्माण हुन्छ व्यक्ति र राष्ट्रका जस्तै विश्वका साझा मूल्यहरूको स्थापना र पालना गर्न सबैले आआफ्नो कर्तव्य पुरा गर्नुपर्छ ।

Curriculum Development Centre

अभ्यास

१. आफूलाई ठिक लागेको बुँदामा ठिक (√) चिह्न लगाई आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म सबै मानिसलाई मित्रको आँखाले

(अ) हेर्छु ( ) (आ) हेर्दिनँ ( )

(ख) म राम्रो व्यवहारबाट विश्व बन्धुत्वको विस्तार

(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

(ग) मलाई सहयोगको आदान प्रदान गर्न

(अ) मन पर्छ ( ) (आ) मन पर्दैन ( )

(घ) म नियममा बस्न

(अ) रुचाउँछु ( ) (आ) रुचाउँदिनँ ( )

(ङ) संसारमा शान्ति कायम गर्न मेरो पनि भूमिका

(अ) छ ( ) (आ) छैन ( )

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) असल मित्र कसरी बनाउन सकिन्छ ?

(ख) मानिसलाई कस्तो व्यवहारले जित्न सकिन्छ ?

(ग) विश्व बन्धुत्वको भावनालाई कसरी चिनाउन सकिन्छ ?

(घ) राष्ट्रहरूबिच सुमधुर सम्बन्ध बढाउन के गर्नुपर्छ ?

(ङ) राष्ट्रहरूबिच सहयोग किन आवश्यक हुन्छ ?

(च) अन्तर्राष्ट्रिय मूल्य के के हुन् ?

(छ) नेपालले विश्व बन्धुत्वको भावना कसरी बढाएको छ ?

(ज) कर्तव्य पुरा गर्नाले के फाइदा हुन्छ ?

३. तिमीलाई ठिक नलागेका भनाइहरू सच्याएर कापीमा लेख :

(क) मानिसको जन्म शत्रुता देखाउन पनि भएको हो ।

(ख) मानिस प्रकृतिसँग हार्न पनि सक्छ ।

(ग) हाम्रो व्यवहारले मित्रता मात्र जन्माउँछ ।

Curriculum Development Centre

(घ) सङ्घ सङ्घठनले व्यक्तिलाई मात्र बलियो बनाउँछ ।

(ङ) विश्वमा अन्तर्राष्ट्रिय सङ्गठन खुलेका छन् ।

(च) सबै राष्ट्रको अस्तित्व समान हुँदैन ।

(छ) एउटा राष्ट्रले अर्को राष्ट्रलाई हेप्नु हुँदैन ।

(ज) अन्तर्राष्ट्रिय मूल्यको स्थापनामा विद्यार्थीको भूमिका हुँदैन ।

४. तल दिइएको तालिकालाई आधार बनाई एउटा छोटो अनुच्छेद लेख :

मूल्य		
आध्यात्मिक	**राष्ट्रिय**	**अन्तर्राष्ट्रिय**
सत्य	देशप्रेम	विश्व बन्धुत्व
सदाचार	राष्ट्रिय गौरव बोध	अहस्तक्षेप
सद्भाव	राष्ट्रिय संस्कृति र	सहअस्तित्व बोध
अहिंसा	राष्ट्रियताको संरक्षण	सहयोग, सहकार्य
धैर्य	राष्ट्र विकासमा सहभागिता	अनाक्रमण
ध्यान		

५. यी काम गर :

(क) कक्षाका साथीहरू दुई समूहमा बाँडिएर बस । एउटा समूहले विश्व बन्धुत्वमा पर्ने र अर्को समूहले पञ्चशीलका सिद्धान्तमा पर्ने बुँदाहरू लेखी आपसमा छलफल गर ।

(ख) तिम्रो टोल छिमेकमा भए गरेका कामहरूमध्ये कुन कामले विश्व बन्धुत्वको भाव बढाउन सहयोग पुगेको छ, अभिभावकको सहयोग लिई लेख र कक्षामा प्रस्तुत गर ।

६. तल दिइएका अनुच्छेदहरू पढ र राष्ट्रिय सम्मानका लागि सबै मिलेर के के काम गरे, टिपोट गरी कक्षामा सुनाऊ :

(अ) अभूको घर दुर्गम गाउँमा पर्छ । उनी त्यहाँको स्थानीय विद्यालयमा पढ्छन् । उनी सारै मिहिनेती छन् । उनी प्रतिभाशाली पनि छन् । विद्यालयमा भएका धेरैजसो प्रतियोगितामा उनी पुरस्कार पाउँछन् । उनको पढाइ र परिश्रमबारे प्रचार प्रसार पनि भयो । त्यसबाट प्रभावित भएर काठमाडौँको एक विद्यालयले उनको पढाइको

Curriculum Development Centre

जिम्मा लियो । हिजोआज अभु मामाघर बसेर सोही विद्यालयमा पढ्दै छन् । उनी काठमाडौँको विद्यालयमा पनि पढाइ र अन्य प्रतियोगिताहरूमा सधैँ प्रथम हुन्छन् । उनले साथी, शिक्षक र अभिभावकको माया, सहयोग र प्रेरणा पाएका छन् ।

(आ) विद्यालयमा बिदा थियो । अभु घरमा बसेर पढिरहेका थिए । त्यसै दिन अभूकी माइजु घरबाहिर जान लाग्नुभयो । अभुले पनि माइजुसँगै जान चाहे । माइजूले उनलाई सँगै लैजानुभयो । अभू माइजूसँग एउटा ठुलो सभा भवनको हाताभित्र पुगे । त्यहाँ अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन हुन लागेको थियो । चहलपहल पनि निकै थियो । भवनको अगाडिपट्टि फलामका खम्बामा विभिन्न देशका झन्डा फरफराइरहेका थिए । विभिन्न आकार र चित्र भएका झन्डा फरफराइरहेको देखेर अभु खुसी भए । भवनको ढोका अगाडि विभिन्न देशका नक्सा पनि मिलाएर प्रदर्शन गरिएका थिए । नक्साका एक छेउमा आआफ्नो देशका राष्ट्रिय पोसाक लगाएर धेरै मानिस उभिएका थिए । ती मानिस देखेर अभुलाई नौलो पनि लाग्यो । ती मानिसको भाषा पनि बेग्लाबेग्लै थियो । नयाँ झन्डा, नक्सा, मानिस, पोसाक एवम् भाषा देखेर र सुनेर अभु निकै खुसी भए ।

(इ) अभू माइजूसँगै सभा भवनभित्र पसे । एकै छिनमा विभिन्न देशका राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखहरू आए । सभामा बसेका सबै मानिसले उठेर उनीहरूको स्वागत र सम्मान गरे । मञ्चमा बसेका राष्ट्र प्रमुख र सरकार प्रमुखका देशका राष्ट्रिय गीत पालैपालो बजे । सभाका सबै मानिस उठेर गीतको पनि सम्मान गरे । त्यसपछि सबै प्रतिनिधिले पालैपालो सम्बोधन गरे । सम्बोधन सकिँदा सबै मानिसले ताली पनि पिटे । कार्यक्रमको अन्तिममा एउटा घोषणा पत्र तयार पारेर सुनाइयो । मञ्चमा बसेका सबै प्रतिनिधिले त्यसमा हस्ताक्षर गरे । एक अर्काले कसैलाई नमस्कार गरे भने कसैले आपसमा हात मिलाए । कार्यक्रम सकिएपछि अभु माइजुसँग घर फर्के । नयाँ अनुभव आर्जन गर्न पाएकामा अभुलाई निकै रमाइलो लाग्यो ।

७. तिमीले छिमेकमा कस्तो काम गरेर सहयोग गर्न सक्छौ, सूची बनाई कक्षा कोठामा टाँस ।

८. नेपालको राष्ट्रिय झन्डाका विशेषताको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर ।

९. अर्थ स्पष्ट पार :

संसार सबैको साझा घर हो ।

Curriculum Development Centre

एकाइ
तिन

नागरिक कर्तव्य र दायित्व

Curriculum Development Centre

सिकाइ उपलब्धि

१. *राज्यले निर्धारण गरेका आधारभूत कानुनको जानकारी लिई पालना गर्न*

२. *दैनिक व्यवहारमा मितव्ययी भई साधन स्रोतको समुचित उपयोग गर्न*

३. *सामाजिक एवम् सांस्कृतिक रूपान्तरणमा सहयोग गर्न*

पाठ

१

नागरिक कर्तव्य

अपेक्षित व्यवहार

- *कानुनको आवश्यकता र महत्त्व बताउन*
- *कानुनको सम्मान र पालना गर्न*
- *आधारभूत कानुनको जानकारी प्राप्त गर्न*
- *करको महत्त्व बुझी कर तिर्न*
- *मतदान र निर्वाचनको आवश्यकता र महत्त्व थाहा पाउन तथा उत्साहपूर्वक भाग लिन*
- *सार्वजनिक सम्पत्तिको संरक्षण गर्न*
- *शान्ति र सुशासनका लागि राज्यलाई सघाउन*

सल्लेरी, सोलुखुम्बु

२०७०/०९/०९

प्यारी छोरी अञ्जना,

धेरै धेरै माया !

यहाँ मलाई सन्चै छ । तिमीहरूलाई पनि सन्चै होला भन्ने लागेको छ । यहाँ जाडो बढिरहेको छ । बिहान बेलुका त जरुरी काम नपरी घर बाहिर निस्कन पनि गारो छ । हिजोआजको जाडो खेप्नुपर्दा त बरु त्यहीँ नेपालगन्जको गर्मी ठिक जस्तो लागेको छ । प्रकृतिको परिवर्तनलाई कसले रोक्न सक्छ र !

हिजो मात्र तिम्रो चिठी पाएँ । सारै खुसी लाग्यो । चिठीमा सबै विषय उल्लेख गरेकी रहिछ्यौ । धेरै दिनपछि आएको चिठी दोहोऱ्याइकन पढेँ । क्षेत्रीय स्तरमा आयोजित वक्तृत्वकला प्रतियोगितामा पहिलो भइछ्यौ । आफ्नो परिश्रम, शिक्षकहरूको सहयोग र विद्यालयको प्रेरणाले तिमी सफल भएकी हौ भन्ने लागेको छ ।

शिक्षण सुझाव

- *नागरिकले कानुनको पालना नगर्दा हुने हानि र पालना गर्दा हुने लाभबारे कुनै स्थानीय स्तरको उदाहरणीय घटना बताएर विद्यार्थीहरूलाई कानुनको पालनामा प्रेरित गर्नुहोस् ।*
- *विद्यार्थीहरू कुनै कानुनबारे जानकार छन् कि छैनन्, सोध्नुहोस् र नभएमा आधारभूत कानुनको जानकारी राख्नुपर्ने आवश्यकता पनि देखाइदिनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

तिमीले पुरस्कार लिँदा सूचनामा उल्लेख भएको सबै रकम पाइनँ भनेर गुनासो गरेकी रहिछ्यौ । तिमीले गुनासो गर्नु स्वाभाविकै हो किनभने तिमीलाई देशका सबै नियम, कानुन र व्यवस्था थाहा छैन । यथार्थ नबुझेर दुःखी हुने मानिस धेरै छन् ।

हेर छोरी, कर तिर्नु प्रत्येक नागरिकको कर्तव्य हो । तिमीले पाएको पुरस्कारको रकममा कर काटेर बाँकी रकम मात्र दिइएको हो । कुनै काम गरेवापत पाइने रकममा कर काट्ने व्यवस्था संसारका सबैजसो देशमा हुन्छ । त्यसरी काटेको कर व्यक्तिको नभई राज्यको हुन्छ । हामीले तिरेको करबाट हाम्रै भलाइ हुन्छ भने राष्ट्रको विकास निर्माण पनि हुन्छ । हामीले कर तिरेनौं भने आर्थिक रूपले राष्ट्र कसरी चल्छ र ? कर तिर्नु एक प्रकारले आफ्नै भलाइ गर्नु हो । अहिले तिमी सानी छौ, धेरै कुरा बुझ्दिनौ । कर किन तिर्नुपर्छ र त्यसबाट के लाभ हुन्छ भन्ने विषयमा प्रकृतिबाट सिक्न सकिन्छ । बादलले समुद्रबाट पानीको बाफ लिन्छ र बाफलाई पानीमा परिवर्तन गरेर फेरि समुद्रलाई नै दिन्छ । समुद्रले बाफ नदिने हो भने पानी पर्ने थिएन । पानी नपरे समुद्र सधैँ कहाँ समुद्र नै रहिरहन सक्छ र ! यसै गरी कर तिरेपछि त्यसबाट हुने फाइदा पनि हामीमै आइपुग्छ । त्यसैले तिमीले भोलि अरू काम गरेर कुनै रकम पायौ भने त्यसमा पनि कर काटिन्छ । कर तिर्नु नागरिकको कानुनी दायित्व हो । कर तिरेर तिमीले देशको पनि हित गर्‍यौ, कानुनी दायित्व पनि पुरा गर्‍यौ । यसमा गुनासो गर्ने ठाउँ नै छैन ।

कुनै पनि देशले शासन व्यवस्था सञ्चालन गर्न कानुनको निर्माण र कार्यान्वयन गरेको हुन्छ । कानुनबिना राष्ट्र चल्न सक्दैन । एउटा घर परिवार चलाउन त घरायसी नियम, मर्यादा र अनुशासन आवश्यक पर्छ भने राज्य चलाउन कानुन नभई हुँदैन । त्यसको पालना गरेर हामी सबै सम्मानित र सुरक्षित हुन्छौँ । कानुन यस्तो कुरा हो जसले हामीलाई नियन्त्रण पनि गर्छ र उन्मुक्ति पनि दिन्छ । यसको उल्लङ्घन गरे हामी नियन्त्रणमा पर्छौं । पालना र सम्मान गरे स्वतन्त्र हुन सक्छौँ । कानुनले देखाएको बाटोमा हिँड्ने मानिस कहिल्यै गलत ठाउँमा पुग्दैन भन्ने कुरा तिमी बुझ ।

देशमा अनेकौँ थरी कानुन हुन्छन् । अप्ठ्यारो अवस्थामा रहेका देशहरूमा कडा कानुन लागु हुन सक्छन् । शासन व्यवस्था, जनताको व्यवहार र परम्पराले पनि कानुनको निर्माण र कार्यान्वयनमा भूमिका खेलेका हुन्छन् । नागरिकले अत्यावश्यक कानुनको जानकारी राख्दा फाइदा हुन्छ । यसबाट उसको अधिकार पनि स्थापित हुन्छ । जान्ने बुझ्नेहरूले कानुनलाई राज्यको एउटा अङ्ग नै मानेका छन् । अङ्ग नभए, भएर पनि काम गर्न नसक्ने भए राज्य चल्न सक्दैन । त्यसैले नियम कानुन बन्नुपर्छ, बुझ्नुपर्छ र तिनको प्रयोग पनि गर्नुपर्छ ।

देशमा विभिन्न प्रकारका निर्वाचन पनि हुन्छन् । त्यसमा उम्मेद्वारहरू उठेका हुन्छन् । हाम्रै मतले तिनीहरू जित्छन् र हार्छन् पनि । ठिक मानिस छान्दा सबैको हित हुन्छ भने बेठिक मानिस छान्दा कसैको पनि हित हुँदैन । ठिक मानिस छान्न हामीलाई कानुनले नै अधिकार

Curriculum Development Centre

दिएको हुन्छ । हामी आफ्नो गाउँ/टोलदेखि देशको राजधानीसम्म प्रतिनिधि ठिक मानिस पुगोस् भन्ने चाहन्छौँ । यस्तो चाहना पुरा गर्न मतदान गर्न जानु नै पर्छ । असल व्यक्तिको चयन गर्न सक्नु हाम्रो लागि परीक्षा जस्तै हो ।

निष्क्रिय बसेर मात्र पनि कानुन र कर्तव्यको पालना भएको मानिँदैन । देशभरि सरकारी र सार्वजनिक सम्पत्ति छरिएर रहेको हुन्छ । हाम्रो घर वरिपरि धार्मिक, सांस्कृतिक र ऐतिहासिक स्थलहरू हुन सक्छन् । तिनको संरक्षण गर्नु र अतिक्रमण हुनबाट बचाउनु पनि हाम्रो कर्तव्य हो । समाजमा कुनै अपराध हुन सक्छ । अपराधी लुकेर बसेको पनि हुन सक्छ । त्यसबारे सरकारी निकायमा सूचना दिनु पनि हाम्रो कानुनी दायित्व हो ।

कानुनको निर्माण हामीले छानेर पठाएका प्रतिनिधिले गर्छन् । त्यसको पालना सबैले गर्नुपर्छ । आआफ्नो ठाउँबाट कानुनको पालना गर्दा मात्र राष्ट्र बलियो हुन्छ । हामी सबै राष्ट्रलाई बलियो बनाउन चाहन्छौँ । कर तिरेर, मताधिकार प्रयोग गरेर र शान्ति सुव्यवस्था स्थापनामा सहयोग गरेर तिमी पनि राष्ट्रलाई बलियो बनाउन सक्छ्यौ ।

मैले चिठीमा जे जति लेखेँ, कक्षाका साथीहरूलाई पनि सुनाऊ । जाने सुनेको राम्रो कुरा सुनाउँदा सुन्ने र सुनाउने दुवैलाई फाइदा हुन्छ । लामो बिदामा घर आउँदा यस विषयमा म तिमीलाई अझ राम्ररी बुझाउँला । पढाइलाई अझ राम्रो बनाउँदै लैजाऊ । चिठी पनि लेखिराख । आजलाई यति नै ।

धेरै माया गर्ने बुबा,
विशाल

Curriculum Development Centre

सारांश

राज्य सञ्चालनका लागि विभिन्न प्रकारका कानुनको आवश्यकता पर्दछ। शान्ति र सुव्यवस्था कायम गर्नका लागि राज्यले कानुनको निर्माण र कार्यान्वयन गरेको हुन्छ। त्यसको सम्मान र पालना गर्नु नागरिकको दायित्व हुन्छ। कानुनको पालनाबाट नागरिकको सुरक्षा हुन्छ भने उसलाई अधिकार पनि प्राप्त हुन्छ। राष्ट्रलाई बलियो बनाउन पनि कानुनको भूमिका हुन्छ। कर तिर्नु, मताधिकारको प्रयोग गर्नु एवम् सामाजिक शान्ति र सुरक्षाका लागि सरकारलाई सहयोग गर्नु हाम्रो कर्तव्य हो। यस्ता कानुनी दायित्व पुरा गर्दा राष्ट्र बलियो हुन्छ। राष्ट्र बलियो भए नागरिक पनि बलिया हुन्छन्।

अभ्यास

१. खाली ठाउँ भर :

(क) राज्य सञ्चालनका लागि कानुनको .... पर्छ। (आवश्यकता/समस्या)

(ख) हामीले तिरेको करबाट हाम्रो ...... हुन्छ। (हानि/भलाइ)

(ग) कानुनको पालना गर्दा .... हुन सकिन्छ। (सुरक्षित/दण्डित)

(घ) कानुन राज्यको एउटा........ नै हो। (अङ्ग/कर्तव्य)

(ङ) हामी हाम्रो ...... ठिक होस् भन्ने चाहन्छौँ। (हारजित/प्रतिनिधि)

(च) हामीले राष्ट्रलाई .... बनाउनुपर्छ। (बलियो/दुर्बल)

(छ) मानिसको भिडमा .... सेवा लिनु सभ्यता हो। (लाइन बसेर/पालो मिचेर)

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) पुरस्कारको रकम किन काटिएको रहेछ ?

(ख) हामीले तिरेको करबाट कसको भलाइ हुन्छ ?

(ग) कानुनले हामीलाई के गर्छ ?

(घ) हामी हाम्रा प्रतिनिधि कस्ता हुन् भन्ने चाहन्छौँ ?

(ङ) मतदान किन गर्नुपर्छ ?

(च) हामीले कस्ता ठाउँको संरक्षण गर्नुपर्छ ?

(छ) राष्ट्रलाई बलियो बनाउन के गर्नुपर्छ ?

(ज) कस्ता विषयको सूचना सरकारी निकायमा दिनुपर्छ ?

Curriculum Development Centre

३. राज्यलाई सहयोग हुने काममा ठिक (√) र हानि हुने काममा बेठिक (X) चिह्न लगाऊ :

(क) कानुनको पालना गर्नु ( )

(ख) वन विनाश गर्नु ( )

(ग) बिरुवा रोप्नु ( )

(घ) विकास निर्माणमा सक्रिय हुनु ( )

(ङ) अपराधीलाई लुकाउनु ( )

(च) असामाजिक कामको सूचना दिनु ( )

(छ) निरक्षरता उन्मूलनमा निष्क्रिय हुनु ( )

(ज) मतदानमा भाग लिनु ( )

(झ) कर तिर्नु र तिर्न प्रेरित गर्नु ( )

(ञ) सार्वजनिक सम्पत्ति कब्जा गर्नु ( )

(ट) सरसफाइ अभियानमा सहभागी हुनु ( )

४. यी काम गर :

(क) विद्यालयको अतिरिक्त क्रियाकलापमा भाग लिनका लागि आफ्नो कक्षाबाट प्रतिनिधि पठाउँदा तल दिइएका विधिमध्ये कुन विधि अपनाउँदा बढी राम्रो हुन्छ, आफ्नो रायसहित छलफल गर :

(अ) सहमति गरेर (आ) मतदान गरेर (इ) आन्तरिक प्रतियोगिता गरेर
(ई) शिक्षकको सल्लाह र सहयोग लिएर (उ) एक्लाएक्लै नाम दिएर ।

(ख) जथाभावी फोहोर फाल्ने टोल/समुदायमा फोहोर व्यवस्थापन गरी वातावरण स्वच्छ राख्नका लागि आफूले गर्न सक्ने कामहरूको सूची बनाई कक्षामा प्रस्तुत गर ।

(ग) सार्वजनिक वनका रुख कसैले अवैधानिक रूपबाट काट्दै गरेको देखे तिमी के गर्छौ, शिक्षक र साथीहरूलाई सुनाऊ ।

(घ) नदी, गौचरन, पार्क जस्ता सार्वजनिक सम्पत्ति संरक्षणका लागि तिमी के गर्न सक्छौ ?

(ङ) कर तिर्दा हुने फाइदाहरू के के हुन्, सूची बनाऊ ।

५. बुबाको चिठी पढेर अञ्जनाले कस्तो उत्तर लेख्लिन्, नमुना तयार पार ।

Curriculum Development Centre

पाठ

२

मैले गर्ने काम

अपेक्षित व्यवहार

- *कर्तव्य पालनामा तत्पर रहन र मिलेर सँगै काम गर्न*
- *मितव्ययी बन्न र पारिवारिक हितमा लाग्न*
- *प्राप्त अवसरहरूको सदुपयोग गरी सही काम गर्न*
- *सुख दुःखमा साथ दिन र सहयोग गर्न*
- *परिवारको असल सदस्य बन्न*
- *इष्टमित्र र आफन्तबाट असल कुरा सिक्न*

विनिता र विवेक दिदीभाइ हुन् । उनीहरू एउटै विद्यालयमा पढ्छन् । विनिता बिहान चाँडै उठेर सबै काम ठिक समयमा पुरा गर्छिन् । विवेक अलि ढिला उठ्छन् । विवेकका कारणले विद्यालय पुग्न कहिलेकाहीँ ढिला हुन्छ । विनिता विवेकलाई अलि चाँडो उठाउन खोज्छिन् ।

विनिता : ए विवेक, अझै उठेका छैनौ ? आज पनि विद्यालय जान ढिला हुने भयो । तिमीले त बानी नै सुधारेनौ ।

विवेक : (उठ्दै) उठिहालेँ नि दिदी ! भर्खर सात त बजेको छ नि ! विद्यालय जान केको हतार !

विनिता : विद्यालय जान मात्र उठ्ने हो र ! बिहान उठेर गर्ने धेरै काम हुन्छन् नि । दैनिक काम बाहेक एकछिन लेखपढ गरे पनि राम्रै हुन्थ्यो । तिमी बिहानको समयको महत्त्व नै बुझ्दैनौ ।

विवेक : बिहानको समयको के महत्त्व छ र दिदी ?

शिक्षण सुझाव

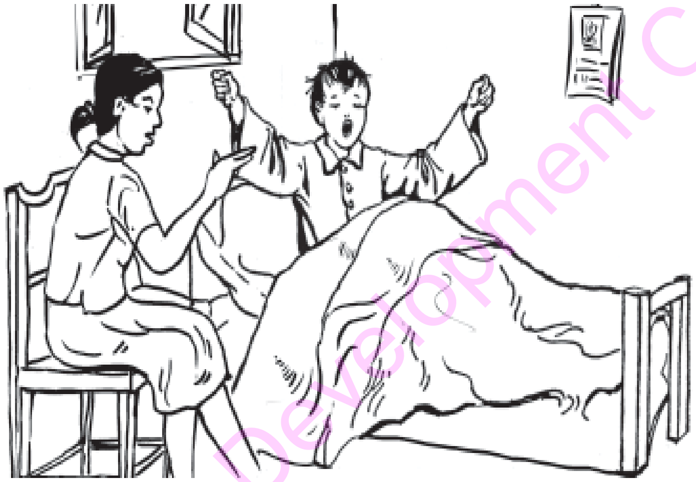
- *पारिवारिक जीवन र त्यसमा व्यक्तिगत तथा सामूहिक दायित्वका बारेमा विद्यार्थीहरूबिच छलफल गराउनुहोस् ।*
- *विद्यार्थीहरूले कुन कुन पारिवारिक दायित्व पुरा गर्ने गरेका छन्, तिनीहरूका सूची बनाउन लगाई आवश्यक पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

विनिता : बिहान चाँडै उठ्ने हो भने हाम्रो मन सफा र शरीर स्वस्थ हुन्छ । हामीलाई काम गर्ने उत्साह पैदा हुन्छ । हामी कर्तव्य पालन गर्न तत्पर हुन्छौँ र सफल पनि हुन्छौँ ।

विवेक : हामी त साना छौँ । विद्यार्थीले के कर्तव्य पालना गर्नुपर्छ र ! यो ठुला मानिसको काम होइन र ?

विनिता : कहाँ त्यस्तो हुन्छ ! हाम्रा पनि कर्तव्य हुन्छन् । तिनलाई बुद्धि र श्रम लगाएर पुरा गर्नुपर्छ । आमाबुबाले हामीलाई पालन पोषण गरेर, लेखपढ गराएर कर्तव्य पुरा गर्नुभएको छ । हामीले पनि उहाँहरूप्रति सकेको काम गरेर कर्तव्य पुरा गर्नुपर्छ । यसलाई परिवारप्रतिको जिम्मेवारी पनि भन्न सकिन्छ ।



विवेक : हामीले परिवारप्रति पुरा गर्नुपर्ने अरू जिम्मेवारी के हुन् त, दिदी ?

विनिता : हामी परिवारका सबै सदस्यले मिलेर काम गर्नुपर्छ । हाम्रा शरीरका कुनै अङ्गले काम नगरे जीवन सङ्कटमा पर्छ । त्यस्तै परिवारका कुनै सदस्यले काम नगरे परिवार नै सङ्कटमा पर्छ । त्यसैले हामी सबै मिलेर काम गर्नुपर्छ । यो नै सहकार्य हो ।

विवेक : यो कुरा त मलाई चित्त बुझ्यो । अरू कुरा पनि भन्नुस् न त दिदी !

विनिता : हो भाइ, परिवारको हित हुने काममा पनि हामी लाग्नुपर्छ । हामीले आमाबुबालगायत परिवारका सबै सदस्यबाट सुरक्षा पाएका छौँ । हामीले पनि उहाँहरूका लागि यस्तै काम गर्नुपर्छ ।

विवेक : त्यसो भए त हामीले पढाइ लेखाइबाहेक भ्याएसम्म क्षमताअनुसारको काम गर्नुपर्ने रहेछ, होइन त दिदी ?

Curriculum Development Centre

विनिता : ठिक भन्यौ । हो, गर्नु नै पर्छ । मैले तिमीलाई छिटो उठ त्यसै भनेको होइन नि ! परिवारका ठुला सदस्यले कति दुःख गरेर आर्जन गरेको धन हाम्रो पढाइ लेखाइमा खर्च गर्नुभएको छ । त्यसका लागि हामीले केही पनि नगर्ने त ?

विवेक : त्यसो भए त हामीले अनावश्यक कुरामा खर्च पनि गर्नु नहुने रहेछ । आवश्यक खर्च गर्दा मात्र उहाँहरूलाई सहयोग हुने रहेछ । हो, दिदी ?

विनिता : हो विवेक ! हामीले फजुल खर्च नगर्दा पनि परिवारलाई सहयोग पुग्छ । चाहिँदो कुरामा खर्च गर्ने मानिसलाई मितव्ययी भन्छन् । तिमीले पनि सुनेका छौ होला नि त !

विवेक : हामीले भविष्यमा कमाउने धन पनि ठिकसँग खर्च गर्नुपर्ने रहेछ । त्यही भन्नुभएको हो त ?

विनिता : हो, घरका परिवारले कमाएको धन परिवारकै सदस्यको हित हुने विषयमा खर्च गर्नुपर्छ । खानेकुरा, शिक्षा, कपडा, ओखती, सामाजिक काम, आवास, मनोरञ्जन आदिमा यस्तो खर्च हुन्छ । परिवारका सबै सदस्यले मिलेर खर्च गर्दा कठिन काम पनि पुरा गर्न सकिन्छ ।

विवेक : सुखदुःखमा सबैले सबैलाई साथ पनि दिनुपऱ्यो, हो दिदी ?

विनिता : दिनुपर्छ ! त्यसो नगर्ने भए जङ्गलमा गएर एक्लै बसे भइगयो नि ! दुःख पनि खेप्छु सुख पनि भोग्छु भनेर नै हामी परिवारमा बसेका हौँ ।

विवेक : हामीले समय र अवसरअनुसार उचित काम पनि गर्नुपऱ्यो, होइन त दिदी ?

विनिता : हो विवेक, परिवारका लागि विभिन्न अवसर पनि आउँछन् । तिनलाई पनि सदुपयोग गरेर, उचित वितरण गरेर हामी परिवारको जिम्मेवारी पुरा गर्छौं । धेरै टिभी हेरेर, मोबाइल चलाएर पनि केटा केटी बिग्रन सक्छन् । हाम्रो संस्कार सबै कुराको उचित सदुपयोग गर्ने खालको हुनुपर्छ ।

विवेक : दिदीले त चित्त बुझ्दो कुरा भन्नुभयो । अब भोलिबाट म पनि छिटो उठ्छु र तपाईँले भन्नुभए जस्तै काम पनि गर्छु । अब म परिवारप्रतिको कर्तव्य र दायित्व सधैँ पुरा गर्छु ।

सारांश

परिवार सामाजिक सङ्गठनभित्रको एउटा सानो एकाइ हो । यसमा बस्ने प्रत्येक सदस्यका कर्तव्य र दायित्व हुन्छन् । तिनलाई पुरा गर्दा मात्र आदर्श परिवारको निर्माण हुन्छ । पारिवारिक हित, सहयोग र संरक्षणका लागि यसका सदस्य सक्रिय हुनुपर्छ । सहकार्य, मितव्ययिता र सहभागिताले पारिवारिक जीवन सुखी पनि हुन्छ ।

Curriculum Development Centre

अभ्यास

१. तल दिइएका वाक्यहरू पढी ठिक भए ठिक (√) र बेठिक भए बेठिक (X) चिह्न देऊ :

(क) बिहान चाँडो उठेर केही काम छैन । ( )

(ख) साना मानिसले पनि कर्तव्य पालन गर्नुपर्छ । ( )

(ग) मिलेर काम नगरे परिवार सङ्कटमा पर्छ । ( )

(घ) जथाभावी खर्च गर्दा परिवारको हित हुन्छ । ( )

(ङ) सुख दुःखमा साथ र सहयोग नदिए परिवारमा नबसे हुन्छ । ( )

(च) विनिताले विवेकलाई असल कुरा सिकाइन् । ( )

(छ) म पनि परिवारको असल सदस्य बन्छु । ( )

(ज) म असल संस्कार भएको मानिस बन्छु । ( )

२. छोटो उत्तर देऊ :

(क) किन हामी बिहान चाँडै उठ्नुपर्छ ?

(ख) पारिवारिक जिम्मेवारी कसरी पुरा गर्न सकिन्छ ?

(ग) कस्तो व्यवहार गर्दा मितव्ययी बनिन्छ ?

(घ) के गर्दा परिवारको हित हुन्छ ?

(ङ) विवेकले के गर्ने निर्णय गरेका छन् ?

३. तल विभिन्न कामको नामावली दिइएको छ । तीमध्ये तिमी कुन कुन काम गरेर परिवारप्रतिको कर्तव्य र दायित्व पुरा गर्न सक्छौ ? लेख :

अभिभावकको निर्देशनको पालना, परिवारलाई चाहिने सम्पूर्ण खर्चको व्यवस्था, आफूभन्दा साना भाइ बहिनीलाई पढाइमा सहयोग, घर आँगनको सरसफाइमा सहयोग, परिवारलाई आवासको व्यवस्था, पारिवारिक सम्पत्तिको सुरक्षामा सहयोग, परिवारका विषयमा गरिने महत्त्वपूर्ण निर्णय, पारिवारिक हित हुने अवसरको पहिचान र सदुपयोग ।

Curriculum Development Centre

४. कक्षाका दुई जना विद्यार्थीले अभिनयका साथ पाठ पढ र त्यसमा साथीहरूले व्यक्त गरेको प्रतिक्रिया सुन ।

५. यी काम गर :

(क) पाठका आधारमा आफ्नो परिवारप्रतिको कर्तव्य र दायित्वको सूची बनाई साथीहरूसँग छलफल गर र कक्षामा टाँस ।

(ख) परिवारका कुनै सदस्यसँग मिलेर आफूले गरेको कुनै कामको विवरण तयार पारी कक्षामा प्रस्तुत गर ।

(ग) तल दिइएको अनुच्छेद पढ र सोधिएका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर लेख :

विमला र कमला दिदी बहिनी हुन् । कमला दस वर्ष र विमला बार वर्षका छन् । विद्यालयमा छुट्टी भएको दिन उनीहरू मामाघर गए । मामाघरमा सबैले प्यारो गरेर उनीहरूलाई पैसा दिए । दुवै जनाको चार चार सय रुपियाँ भएछ । घर फर्किने बेलामा कमलाले पसलका महँगा खानेकुरा किनिन् । अलि अलि दिदीलाई दिइन् र धेरै आफूले खाइन् । उनले एउटा खेलौना पनि किनिन् । कमला खेलौना खेलाउँदै थिइन्, खेलाउँदा खेलाउदै त्यो खेलौना भुइँमा खस्यो र फुट्यो । दिउँसो किनेर खाएको खानेकुराले कमलालाई सन्चो पनि भएन । भोलिपल्ट दुवै जना विद्यालय गए । विमलाले आफ्नो पैसाले एउटा शब्दकोश र दुई ओटा राम्रा कलम किनिन् । हिजोआज भाषा सम्बन्धी अप्ठ्यारो आइपर्दा दुवै जना शब्दकोश हेर्छन् र लेख्छन् । यसले उनीहरूको पढाइमा सहयोग पुगेको छ ।

(अ) दुई दिदी बहिनीमा मितव्ययी को रहेछ ?

(आ) पैसाको सदुपयोग कसले गरेको छ, यसो गर्न हामीले के के गर्नुपर्ला ?

(इ) दिदी बहिनीलाई कुन काममा सहयोग पुगेको छ ?

(ई) कमला र विमलाले पाए जति पैसा पाए तिमी के गर्छौ ?

(उ) कमला र विमलाको व्यवहारमा पाइने भिन्नता के हो ?

(घ) हामीले असल बन्न के कस्तो आचरण पालन गर्नुपर्छ, बुँदा तयार पारी कक्षामा सुनाऊ ।

६. बिनिता, विवेक र तिम्रो आचरणमा के कस्ता समानता र भिन्नता छन्, तुलना गर र तिमीले सुधार्नुपर्ने केही भए के के कुरा कसरी सुधार्छौ, लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठः
३

समाज सेवी मिस्रीलाल

अपेक्षित व्यवहार

- *सामाजिक दायित्वप्रति सचेत रहन*
- *सामूहिक काममा सक्रिय हुन*
- *सामाजिक काममा अरूलाई प्रेरित गर्न*
- *सकारात्मक कामका लागि भूमिका खेल्न*
- *विभेद र विकृति हटाउन*
- *सामाजिक एकता, सद्भाव र सहयोग बढाउन*

आज किसनपुर गाउँमा निकै चहलपहल छ। सबै गाउँले उत्साहले काम गरिरहेका छन्। गाउँका आदरणीय व्यक्ति मिस्रीलाल चौधरीको अभिनन्दन हुन लागेको छ। मञ्च बनाउने, सरसफाइ गर्ने र सिँगारपटार गर्ने काम भइरहेको छ। पहिले मिस्रीलाललाई खिसी गर्ने मानिस पनि आज उनको सम्मान गर्न खटिरहेको छ। गाउँमा उत्सव आए जस्तो भएको छ।

मिस्रीलालले पढ्ने बेलामा गाउँमा कुनै विद्यालय नै थिएन। विद्यालयको स्थापना हुँदा उनको उमेर गइसकेको थियो। उनले पढ्न नपाए पनि पढ्न चाहनेहरूका लागि ठूलो काम गरेका छन्। विद्यालय, औषधालय, अनाथालयलाई जग्गा दिएर, श्रमदान गरेर र तिनको हेरचाह गरेर नै उनको असी वर्ष बित्यो। उनको काम देखेर हिजोआज गाउँले नतमस्तक छन्। मिस्रीलाललाई गाउँलेले गौरव मानेका छन्। मिस्रीलाल नभए किसनपुर कस्तो हुन्थ्यो होला, कल्पना गर्दा मात्र पनि गाउँलेहरू डराउँछन्। अरूले साथ दिऊन् कि नदिऊन्, सामाजिक काममा लागिहाल्ने बानी भएका मिस्रीलाल सबैका बधाई पात्र बनेका छन्।

किसनपुर गाउँमा एउटा ठूलो पोखरी छ। त्यहाँ मानिसहरू लुगा धुने, भाँडा माझ्ने, पौडी खेल्ने गर्थे। गाईभैँसीको पानी खाने ठाउँ पनि त्यही पोखरी थियो। कोही मानिस मरेका जनावर लगेर त्यहीँ फ्याँक्थे। अरू फोहोर फाल्ने ठाउँ पनि त्यही पोखरी थियो। हेर्दा पनि

शिक्षण सुझाव

- *कुनै स्थानीय समाज सेवीको विषयमा छोटो कथा भनी विद्यार्थीहरूलाई पाठप्रति आकर्षित गराउनुहोस्।*
- *सामाजिक कामको सूची बनाई त्यस्ता काममा लाग्न विद्यार्थीहरूलाई प्रेरित पनि गर्नुहोस्।*

Curriculum Development Centre

पोखरी विरूप देखिन्थ्यो । कोही कोही मानिस त पोखरीको डिलमा बसेर दिसापिसाब पनि गर्थे । यसले गर्दा पोखरी दूषित भएर पोखरीका माछा, कछुवा, भ्यागुता भटाभट मर्न लागेका थिए ।

पोखरीको अवस्था देखेर मिस्रीलाल ज्यादै दु:खी भए । एक दिन बिहानै उनी पोखरीमा गए र छेउबाट सफा गर्न थाले । एक थरी मानिसले बुढाले नसक्ने काम किन सुरु गरेको होला भनेर कुरा काट्न थाले । कोही चाहिँ बुढा पोखरीमा डुबेर मर्ने भए भनेर गलल्ल हाँसे । मिस्रीलालले समाजका अगुवाहरूलाई पोखरी सफा गर्न अनुरोध पनि गरे तर कसैले वास्ता गरेनन् ।

मिस्रीलाल दैनिक गएर पोखरी सफा गर्थे । फोहोर फाल्न खोज्ने मानिसलाई नफाल्न अनुरोध गर्थे । कोही तिम्रो निजी पोखरी हो र भन्दै फालेर जान्थे । कोही भनेको मान्थे, फोहार नफाली फर्केर जान्थे । मिस्रीलालले महिनौ प्रयास गरेपछि पोखरी राम्रो र सफा देखिन थाल्यो । गाउँलेलाई पनि पोखरीमा फोहोर फालेर, मिस्रीलाललाई सहयोग नगरेर, जिस्क्याएर गल्ती गरे जस्तो लाग्यो । उनीहरूले आपसमा सल्लाह गरे । मिस्रीलाललाई अबदेखि सघाउने कुरा पनि गरे । मिस्रीलाल खुसी भए । गाउँलेहरूले घरको कम्तीमा एक जनाका दरले मिस्रीलालसँगै मिलेर पोखरी सफा गर्न थाले । उनीहरूले फोहोर फाल्न पनि छोडे । हेर्दाहेर्दै पोखरीको पानी पनि सङ्लो देखिन थाल्यो ।

गाउँलेहरूले पोखरीको छेउमा सानो पर्खाल लगाए । त्यहाँबाट ठुलो पोखरीको पानी निकास निकालेर लुगा धुने, भाँडा माझ्ने र गाई भैँसीलाई पानी खाने ठाउँ बनाए । त्यताको फोहोर पानी पोखरीको मूल भागतिर नजाने व्यवस्था गरे । पोखरीको डिलमा बिरुवा पनि रोपिए । पोखरी हिमाली क्षेत्रको स्वच्छ र सुन्दर कुण्ड जस्तो देखियो । मिस्रीलालको अभियान सफल भयो । हिजोआज टाढा टाढाबाट किसनपुर आउने मानिसहरू आफ्नो गाउँको पोखरीलाई पनि यस्तै बनाउने कुरा गर्छन् । गाउँलेहरू पनि गरे हुँदोरहेछ भन्छन् । उनीहरूलाई समाजका लागि समाजले नै जुटेर काम गर्नुपर्दोरहेछ भन्ने विश्वास भएको छ ।

हिजोआज किसनपुरवासी मिस्रीलालले जुन काम सुरु गर्छन् त्यसमा साथ दिइहाल्छन् । मिस्रीलाल किसनपुरबासीका लागि मौरीको रानु जस्तै भएका छन् । गाउँलेमा चेतना पनि बढ्दै गएको छ ।

एकदिन मिस्रीलालले गाउँलेहरूलाई मेरो काम नै थाहा नपाई तपाईँहरूले किन मेरो काममा सहयोग गर्नुभएको ? भनी सोधे ।

Curriculum Development Centre

गाउँलेहरूलाई मिस्रीलाल जे काम गर्छन्, राम्रो नै गर्छन् र समाजका लागि गर्छन् भन्ने विश्वास थियो । उनीहरूले भने, "आफूले मान्नुपर्ने, हितैषी र अनुभवी मानिसले भनेको कुरा प्रश्नोत्तर नगरी मान्नुपर्छ । यो ठिक बेठिक के होला भनेर विचार गरिरहनुपर्दैन किनभने त्यो सधैँ ठिक र राम्रो नै हुन्छ ।" गाउँलेहरूको कुरा सुनेर मिस्रीलालले उनीहरूलाई कामका आधारमा विश्वास गर्न अराए । मिस्रीलाललाई बुढो भए पनि अझ धेरै काम गरौँ भन्ने लाग्यो ।

मिस्रीलालले धेरै धन त कमाएका थिएनन् तर उनको पुर्ख्यौली सम्पत्ति भने प्रशस्त थियो । साना नानीहरूले पढ्न नपाएको देखेर उनले गाउँमा विद्यालय स्थापना गर्न खोज्दा जमिन पाइएन । उनले आफ्नो केही जमिन दिएर विद्यालय बनाए । हिजोआज किसनपुरका सबै बाल बालिका त्यहीँ पढेर साक्षर छन् । गाउँमा अस्पताल थिएन । अकालमा मानिसको ज्यान जान्थ्यो । गर्भवती महिलाले समस्या बेहोर्नुपर्थ्यो । मिस्रीलालले अस्पताल र औषधालयका लागि पनि जग्गा दिए । आफूले पनि भवन निर्माणमा श्रमदान गरे । अहिले गाउँलेलाई उपचारमा सहयोग पुगेको छ ।

केही वर्ष पहिलेको कुरा हो । गाउँ नजिकैको दुधिया खोलामा ठुलो बाढी आयो । त्यसले धेरै खेत बगायो । बाढीमा थुप्रै मानिस पनि परे । उनीहरूका बालबच्चा अनाथ भए । ती बच्चाहरूको दुःख देखेर उनी पनि दुःखी भए । उनलाई तिनीहरूका लागि केही गर्न मन लाग्यो । तिनको हेरविचार गर्ने कोही भएन । मिस्रीलालले एउटा अनाथालयका लागि पनि जमिन दिए । ती बालबच्चालाई त्यहाँ राखेर मिस्रीलालले गाउँको विद्यालयमा पढाउने व्यवस्था गरे । गाउँलेको मुठीदानबाट तिनको खानपान गर्ने व्यवस्था पनि मिस्रीलालले मिलाए । उनले गाउँका वृद्धहरूको हेरचाह गर्न वृद्धाश्रम पनि खोले ।

अहिले किसनपुरमा विभिन्न जाति, धर्म र सम्प्रदायका मानिस बसोबास गर्छन् । उनीहरूका बिच एकता, सद्भाव र सहयोग छ । एकअर्काका सामाजिक र सांस्कृतिक कार्य तथा उत्सवहरूमा सबै सामेल हुन्छन् । किसनपुरमा पहिले पहिले मन नपरेकी कुनै महिलालाई बोक्सीको आरोप लगाएर दुर्व्यवहार गरिन्थ्यो । त्यस्ती महिलालाई गाउँ निकाला पनि गरिन्थ्यो । मिस्रीलालले यो सबै अन्धविश्वास हो भनेर गाउँलेलाई सम्झाए । एक थरी महिलालाई विवाहमा दाइजो कम ल्याएको भनेर यातना दिइन्थ्यो । कसैको त हत्या पनि हुन्थ्यो । मिस्रीलालले गाउँलेका घर घर गएर यो विकृति निमिट्यान्न पारे । मानिस अर्काले दिएको धनले सुखी हुने होइन, सच्चा परिश्रमबाट आफैँले आर्जन गरेको धनले सन्तुष्ट हुन्छ भनेर उनले सम्झाए । मिस्रीलाल आफूले पढेका थिएनन् तर उनका कुराले पढे लेखेका मानिसको पनि चित्त बुझ्थ्यो । हिजोआज बाल विवाह, बोक्सी, दाइजो जस्ता कुराहरू किसनपुरमा एकादेशका कथा जस्तै नौला विषय बनेका छन् ।

गुणै गुणले सम्पन्न मिस्रीलालको अभिनन्दन हुन लागेकामा सबै गाउँले दङ्ग छन् । सामाजिक काम गर्ने अगुवा व्यक्तिको सम्मान हुन लागेकामा गाउँमा उत्सव छाएको छ । बाल बालिकालाई पनि समाजका लागि राम्रो काम गरे सम्मान र इज्जत पाइने रहेछ भन्ने छाप परेको छ ।

Curriculum Development Centre

सारांश

मानिस समाजमा बस्छ। समाजमा बसेपछि सामाजिक काम गर्नु उसको दायित्व हो। सामूहिक हितका लागि नि:स्वार्थ काम गर्नु नै सामाजिक काम हो। यस्तो काम गर्न कुनै ठुलो शैक्षिक योग्यता हासिल गरिरहनुपर्दैन। मनलाई सफा पारेर र सबैको हित चिताएर राम्रो परिणाम आउने गरी गरेको कामले सबैलाई प्रभावित पार्छ। यसबाट मानिसमा सकारात्मक परिवर्तन पनि आउँछ। परिणाममा समाज सेवीको सम्मान पनि हुन्छ। हामी पनि सामाजिक काममा सक्रिय भएर र समाजको अनुकूल रुपान्तरण गरेर सम्मान पाउन सक्छौँ।

अभ्यास

१. आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म सामाजिक दायित्वप्रति सचेत

(अ) छु ( ) (आ) छैन ( )

(ख) म सार्वजनिक ठाउँको सफाइमा

(अ) जुट्छु ( ) (आ) जुट्दिनँ ( )

(ग) म राम्रो काम एक्लै पनि सुरु

(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

(घ) म समाज सेवीको अनुकरण

(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

(ङ) म समाजका खराबी हटाउने काममा

(अ) लाग्छु ( ) (आ) लाग्दिनँ ( )

२. जोडा मिलाऊ :

खण्ड 'अ'	खण्ड 'आ'
(क) मिस्रीलालको प्रयासबाट	(क) महशुस गरे।
(ख) गाउँलेले आफ्नो गल्ती	(ख) सम्मान पाइन्छ।
(ग) पोखरी	(ग) पढ्न पाएका थिएनन्।
(घ) किसनपुरमा साना नानीहरूले	(घ) पोखरी सफा भयो।
(ङ) समाजका लागि राम्रो काम गरे	(ङ) मौरीका रानु हुन्।
(च) मिस्रीलाल किसनपुरबासीका लागि	(च) हिमाली क्षेत्रको कुण्ड जस्तो देखियो।

Curriculum Development Centre

३. तल विभिन्न कामको सूची दिइएको छ । मिस्रीलालले गरेका काम छानेर कापीमा लेख :

गाउँलेहरूमा अनेकता ल्याउनु, पोखरी सफा गर्नु, उद्योगहरूको स्थापना गर्नु, गाउँलेहरूलाई प्रेरित गर्नु, विद्यालयलाई जग्गा दिनु, रङ्गशाला निर्माण गर्नु, मुठीदानको व्यवस्था गर्नु, बोक्सी र दाइजो प्रथा हटाउनु, श्रमदान गर्नु, पोखरीमा फोहोर फाल्नेलाई धन्यवाद दिनु ।

४. छोटो उत्तर लेख :

(क) मिस्रीलालले किन पढ्न पाएनन् ?

(ख) गाउँलेहरू कस्तो कल्पना गरेर डराउँछन् ?

(ग) मिस्रीलालले पोखरीलाई कसरी सफा बनाए ?

(घ) गाउँलेहरूले किन मिस्रीलाललाई सहयोग गरे ?

(ङ) मिस्रीललाले अनाथ र वृद्धहरूका लागि के के व्यवस्था गरे ?

(च) किसनपुरमा कस्तो परिवर्तन देखियो ?

(छ) सम्मान पाउन कस्ता काम गर्नुपर्छ ?

५. यी काम गर :

(क) विद्यालयको वार्षिकोत्सव समारोह सम्पन्न गर्नका लागि कक्षाका सबै साथीहरूले कस्तो सहयोग गर्न सक्छौ, छलफल गरी सहयोगको खाका तयार पार र प्रधानाध्यापकसमक्ष पेस गर ।

(ख) तिमी कुनै सामाजिक काममा सहभागी भएका हौला वा त्यस्तो काम देखेका पनि हौला । त्यो कामको अगुवाइ गर्ने व्यक्ति वा वर्ग उल्लेख गरी विवरण तयार पार ।

(ग) तिमीलाई आफ्नो समुदायमा गर्न मन लागेको कुनै सामाजिक काम र त्यसको महत्त्वबारे एक अनुच्छेद लेख ।

६. साथीहरूसँग मिली तिम्रो समुदायको नजिक रहेको कुनै धार्मिक स्थलको सरसफाइ गर्ने कार्यक्रम बनाऊ र शिक्षकको समेत सहयोग लिई सो काम गर ।

७. यो पाठ पढेपछि तिम्रो मनमा कस्तो सोच जाग्यो, एक अनुच्छेदमा लेख ।

८. कसैले सार्वजनिक ठाउँमा फोहोर फालिरहेको देख्यौ भने तिमी के गर्छौ ?

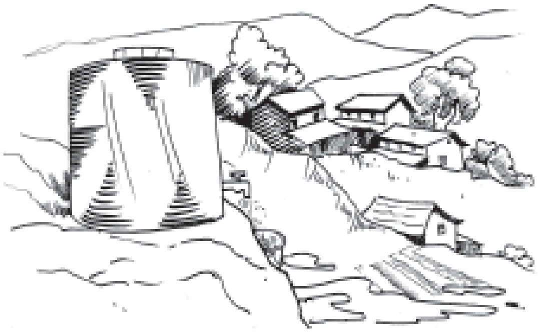
९. तिम्रो समुदायमा पनि सम्मान र अभिनन्दन गर्न उपयुक्त व्यक्ति होलान्, उनका विषयमा छोटकरीमा सुनाऊ ।

Curriculum Development Centre

एकाइ

चार

सामूहिक जीवन पद्धति र विविधता



Curriculum Development Centre

सिकाइ उपलब्धि

१. *शान्ति एवम् सद्भाव कायम गर्न र सबैसँग मित्रवत् व्यवहार गर्न*

२. *नैतिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउने स्थानीय समुदायमा भएका अभ्यासहरूलाई निरन्तरता दिन*

३. *सामूहिक नेतृत्व निर्माण गरी सोअनुसार कार्य गर्न*

पाठ
१

शान्ति र मित्रता

अपेक्षित व्यवहार

- *शान्तिको अभ्यास र अनुभूति गर्न*
- *पारिवारिक शान्ति कायम गर्न*
- *समाजमा शान्ति स्थापनाका लागि जुट्न*
- *प्रकृति र वातावरणको रक्षा गर्न*
- *मित्रतापूर्ण व्यवहार गर्न*

रक्षा सिंह शारदा माध्यमिक विद्यालयमा कक्षा आठमा पढ्छिन् । निकट भविष्यमा आयोजना हुने राष्ट्रव्यापी वक्तृत्व कला प्रतियोगिताका लागि उनी विद्यालयबाट छानिएकी छन् । उनी पढाइ र प्रतियोगिताको तयारीलाई एकै साथ अगाडि बढाइरहेकी छन् । वक्तृत्व कलाका लागि विषय वस्तु जानेर मात्र हुँदैन बोल्ने सिप पनि चाहिन्छ भन्ने उनलाई राम्ररी थाहा छ । यो कला बारम्बार अभ्यासबाट विकसित हुन्छ भन्ने यथार्थ पनि रक्षाले बुझेकी छन् । अभिभावक, शिक्षक र साथीहरूले पनि उनको तयारीलाई साथ दिएका छन् । फुर्सदको समयमा उनी घरमा पनि बोल्ने अभ्यास गर्छिन् । समयको प्रत्येक क्षणलाई सदुपयोग गर्ने बानी भएकी रक्षाप्रति सबै आशावादी छन् ।

आज शुक्रबार हो । विद्यालयको नियमित पढाइ सकिएपछि रक्षा शिक्षक र साथीहरूबिच अभ्यास बढाउनका लागि वक्तृत्व कला प्रस्तुत गर्दै छिन् । वक्तृत्व कलाको शीर्षक 'शान्ति र मित्रता' राखिएको छ । बोलिसकेपछि श्रोताबाट सुझाव आउने र त्यसले आफूलाई अझ राम्रो बोल्न सक्ने बनाउने आशा उनले राखेकी छन् । उनलाई आफ्नो दोष र कमजोरी आफैँले मात्र देख्न सकिँदैन भन्ने लाग्छ । उनलाई बोल्नका लागि पाँच मिनेटको समय दिइएको छ । रक्षा बोल्न सुरु गर्छिन् ।

शिक्षण सुझाव

- *विद्यार्थीलाई एक मिनेट आँखा बन्द गर्न लगाई मौन बस्न र भित्र बाहिर गरिरहेको स्वासमा मात्र केन्द्रित गर्न भन्नुहोस् र त्यस बेला उनीहरूले कस्तो अनुभव गरे, भन्न लगाउनुहोस् ।*
- *परस्पर मित्रता बढाउन विद्यार्थीहरू के गर्न सक्छन्, भन्न लगाई थप सम्भावित कार्य र उपायबारे पनि स्पष्ट पारिदिनुहोस् ।*
- *कक्षामा शान्तिको व्यवहार कसरी गर्ने भन्नेबारेमा सूची बनाउन लगाउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

आदरणीय सभाध्यक्ष,

गुरुहरू एवम् प्यारा साथीहरू !

राष्ट्रव्यापी वक्तृत्व कला प्रतियोगितामा भाग लिने उद्देश्यले म 'शान्ति र मित्रता' शीर्षकमा बोल्न लागेकी छु । आज शान्ति र मित्रता संसारकै चासोका विषय बनेका छन् । शान्ति सबै प्राणीका लागि आवश्यक तत्त्व हो ।

मन एवम् शरीरले आनन्द र आराम पाउनु नै शान्ति हो । आनन्द र आराम एकै पटक पाउन कठिन पनि छ । धैर्य, संयम, ईर्ष्याको त्याग, सन्तोष र परोपकार जस्ता मनका गुणहरूले हामीमा शान्तिको सञ्चार गराउँछन् । शान्ति बोलेर र मागेर अनुभव गरिने विषय होइन । मन र शरीरले एकाग्र भएर अनुभव गरेको विशेष आनन्द नै शान्ति हो । यस्तो आनन्द सबै प्राणीका लागि आवश्यक हुन्छ । भित्री मन र बाहिरी वातावरणको शान्ति नै वास्तविक शान्ति हो । हाम्रो सोचाइ, संस्कार र व्यवहारले शान्तिको अनुभव गर्न भूमिका खेलेका हुन्छन् । हामीले सबैका लागि र सधैँका लागि शान्ति दिलाउन निकै अभ्यास गर्नुपर्छ ।

शान्तिको अनुभव र विस्तार गर्नका लागि सर्वप्रथम व्यक्तिगत शान्तिको आवश्यकता पर्दछ । शान्त एवम् संयमित मन र शरीर भएको मानिसले मात्र अरूमा यसको सञ्चार गर्न सक्छ । व्यक्तिगत शान्ति मात्र भएर पुग्दैन, पारिवारिक शान्ति पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ । परिवारमा छाएको शान्तिले व्यक्तिलाई र व्यक्तिको शान्तिले परिवारलाई सहयोग पुऱ्याइरहेका छन् । 'शान्त परिवार सुखको आधार' भन्ने भनाइ छ । यसबाट पनि पारिवारिक शान्तिले सुखको सिर्जना गर्छ भन्ने तथ्यको पुष्टि हुन्छ ।

शान्तिको सीमा व्यक्ति र परिवारमा मात्र सीमित हुँदैन । समाजमा पनि शान्तिको उत्तिकै आवश्यकता पर्दछ । सामाजिक शान्तिले हाम्रो सोचाइ र सभ्यताको परिचय दिन्छ । समाज पनि व्यक्ति र परिवारहरू मिलेर नै बन्ने हो । परिवार र समाज सिक्ने र सिकाउने ठाउँ हुन् । सिक्ने पात्र चाहिँ व्यक्ति हो । फेरि सिकेको व्यक्तिले परिवार र समाजलाई सिकाउँछ । त्यसैले व्यक्तिदेखि समाजसँग शान्तिको सम्बन्ध अटुट रूपमा रहेको हुन्छ ।

शान्तिको क्षेत्र अति नै विशाल छ । यो ब्रह्माण्ड नै प्रकृतिको नियमले चलेको छ । प्राचीन कालमा जीवन र जगत्को कल्याण चाहने दार्शनिक र विचारकहरू सबैतिर शान्तिको कामना गर्दथे । उनीहरू आकाश, अन्तरिक्ष र पृथ्वीका साथै सबैतिर शान्ति छाओस् भन्ने मन्त्र पढ्थे । पुराना जमानाका कुरा हुन् भनेर हामीले तिनको बेवास्ता गर्न मिल्दैन । ती भनाइमा व्यक्तिदेखि ब्रह्माण्डसम्म शान्तिको आवश्यकता देखाइएको छ ।

Curriculum Development Centre

प्रकृति अशान्त हुँदा मानव जातिका साथै अन्य प्राणीले समेत कति दुःख पाएका छन् भन्ने उदाहरण हामीले देखेकै छौँ । मलाई लाग्छ, हामीले शान्तिका लागि सबै काम गर्नुपर्छ र अशान्ति हुने कुनै पनि काम गर्नु हुँदैन । हामीले नेपालमै पनि अशान्तिको परिणाम कस्तो हुन्छ भन्ने देखिसकेका छौँ । व्यक्ति, समाज र देशलाई शान्ति चाहिन्छ, नेपाल पनि शान्त र सुन्दर होस् भन्ने हामी सबैको चाहना छ । यसका लागि हामीले प्रयास गर्नुपर्छ ।

शान्तिको अनुभव र विस्तारका लागि गाँसिएर आउने अर्को विषय मित्रता हो । शान्तिले मित्रता र मित्रताले शान्तिको विकास एवम् विस्तार हुन्छ । कोही मानिस शत्रुतालाई नाश गर्ने साधन वा शक्ति र हतियार हो भन्छन् तर गहिरिएर विचार गर्दा यी क्षणिक साधन मात्र देखिन्छन् । शत्रुतालाई सधैँका लागि अन्त गरिदिने मिठो औषधी त मित्रता मात्र हो । अन्धकारसँग जतिसुकै ठुलो हतियारले लडे पनि त्यो हट्दैन तर बत्ती बालिदिएपछि अन्धकार आफैँ हटेर जान्छ । त्यसैले मित्रता शत्रुतालाई हटाउने मनको बत्ती हो । शत्रुता हटाउन हतियार लिने कि बत्ती लिने, हाम्रै निर्णयमा भर पर्छ । रिस, घमन्ड, ईर्ष्या र बदलाको भावना छोडेर हामी सधैँ शान्त हुन सक्छौँ । हामी सबैका मित्र बन्न सक्छौँ ।

Curriculum Development Centre

अन्तर्राष्ट्रिय सन्दर्भबाट हेऱ्यौँ भने पनि हिजोआज राष्ट्र राष्ट्रहरूबिच शान्ति र मित्रताको सम्बन्ध बढाउन प्रयास गरिएको पाइन्छ । शान्ति र मित्रताका लागि विभिन्न सङ्घ संस्था खुलेका छन् । अनेकौँ अभियान चालिएका छन् । मानिसको मनको कुरा न हो । संसारका सबै मानिसको मन मिल्ने र शान्त हुने हो भने सिङ्गो संसार शान्ति वाटिकामा परिणत हुन

सक्छ। त्यसपछि स्थायी शान्ति र मित्रता शरीरका दुई हात जस्तै मनका नदेखिने दुई हात बनेर यसको निर्माणमा जुट्छन्। अहिले हामीलाई मनका यिनै दुई हातको सक्रियता आवश्यक छ। व्यक्ति, परिवार र समाज हुँदै संसारको स्थायी रक्षाका लागि अरू उपाय छैनन् भन्दै आफ्नो भनाइ टुङ्ग्याउँछु। धन्यवाद ! (घन्टी बज्छ।)

सारांश

शान्ति मानिसको अत्यावश्यक गुण हो। सर्वाङ्गीण व्यक्तित्व विकासका लागि शान्ति अपरिहार्य हुन्छ। व्यक्तिदेखि ब्रह्माण्डसम्म र पशुपक्षीदेखि बोट बिरुवासम्म सबैलाई यसको आवश्यकता पर्दछ। शान्तिको अनुभूति र विस्तारका लागि मित्रता पनि आवश्यक पर्छ। यी दुई तत्त्व मानिसको मनका दुई हात जस्तै सक्रिय र अनिवार्य विषय बन्न सके विश्व शान्ति टाढा छैन। विश्वको वास्तविक रक्षाका लागि पनि शान्ति र मित्रता परिपूरक साधन हुन्। यिनको विस्तारका लागि हामी सक्रिय हुनुपर्छ।

Curriculum Development Centre

अभ्यास

१. तल दिइएको खाली ठाउँ भर र तिनका आधारमा आफ्ना विशेषता खुल्ने गरी एउटा छोटो अनुच्छेद लेख :

(क) म विषय वस्तु पनि .... र बोल्न पनि .... । (जान्दछु/जान्दिनँ)

(ख) म दक्षता बढाउन घरमा पनि अभ्यास .... । (गर्छु/गर्दिनँ)

(ग) अरूले देखाइदिएको कमजोरीलाई म .... । (सच्याउँछु/सच्याउँदिनँ)

(घ) मेरो परिवारमा .... छ। (शान्ति/अशान्ति)

(ङ) मेरा कारणले कतै पनि .... भएको छैन। (अशान्ति/विरोध)

(च) म पुराना भए पनि राम्रा भनाइको .... गर्छु। (अनुसरण/विरोध)

(छ) म सबै मानिस .... होऊन् भन्ने चाहन्छु। (मित्र/शत्रु)

(ज) म शत्रुलाई .... ले जित्न चाहन्छु। (मित्रता/हतियार)

(झ) शान्ति र मित्रता मेरा मनका दुई .... हुन्। (हात/हतियार)

(ञ) मलाई शान्ति नभए .... हुँदैन भन्ने लाग्छ। (सुख/दुःख)

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) वक्तृत्व कलाको विकास कसरी हुन्छ ?

(ख) शान्ति के हो ?

(ग) शान्तिको सञ्चार कसरी हुन्छ ?

(घ) समाज कसरी बन्छ ?

(ङ) सामाजिक शान्ति भनेको के हो ?

(च) पुराना भनाइमा केको आवश्यकता देखाइएको छ ?

(छ) के कस्ता साधनहरू क्षणिक साधन मानिन्छन् ?

(ज) हामी कसरी सधैँ शान्त रहन सक्छौँ ?

(झ) संसारलाई शान्ति वाटिका बनाउन के गर्नुपर्छ ?

(ञ) शान्ति र मित्रतालाई मनका दुई हात भन्नुको कारण के हो ?

३. तल दिइएको कथा पढी सोधिएका प्रश्नहरूको उत्तर देऊ :

एउटा गाउँ थियो । गाउँको नाम पाखापानी थियो । पाखापानीको तल्लो भागबाट एउटा सानो खोलो बग्थ्यो । गाउँले त्यसलाई स्याउले खोला भन्थे । स्याउले खोला सफा थियो । त्यहाँ प्रशस्त माछा पाइन्थे । गाउँले मिठो मानी मानी त्यहाँको माछा खान्थे ।

एक दिन दुई जना युवकले स्याउले खोलामा माछा मार्न जाने सल्लाह गरे । तीमध्ये एउटाको नाम कालु र अर्काको नाम जोखु थियो । दुवै जना खोलाको छेउमा पुगेर माछा मार्ने तयारी गर्दै थिए । अचानक उनीहरूले खोलामा एउटा ठुलो माछा देखे । दुवै जना उफ्रेर खोलामा पसे । कालुले खोलाको तल्लोपट्टि लम्पसार परेर माछालाई छेक्यो । जोखुले मास्तिबाट विस्तारै गएर माछा समात्यो । माछा लिएर दुवै जना बाहिर आए ।

माछा देखेपछि दुवै जनालाई लोभ लाग्यो । कालुले 'मैले खोलामा सुतेर नछेकेको भए माछा भाग्थ्यो । त्यसैले माछा मेरो हो' भन्यो । जोखुले 'मैले समातेकाले माछा मेरो हो' भन्यो । उनीहरूबिच तीव्र विवाद भयो । गाउँमा आएपछि पनि उनीहरूले माछा आआफ्नो भएको दाबी गरे । माछा कसको हो र कसले खाने भन्ने विषयमा दुई समूहमा विवाद भयो । माछा एउटा सानो आरीको पानीमा आधा डुबाएर राखिएको थियो । उनीहरू झगडा गर्दै थिए । चिलले माछा टिपेर लग्यो । कालुले मेरो माछा लग्यो भन्यो । जोखुले तेरो होइन, मेरो माछा लग्यो भन्यो ।

साँझ पर्न लागेको थियो । गाउँमा एक जना अतिथि आए । उनले झगडाको कारण सोधे । गाउँलेको कुरा सुनेर उनी छक्क परे । उनले माछा आधा आधा भाग लगाएर बाँडेको भए हुन्थ्यो भने । त्यसो नभए एकै ठाउँमा पकाएर कालु र जोखुले खाएको भए पनि हुन्थ्यो भने । अतिथिले माछा उम्किसकेपछि पनि त्यसैका विषयमा विवाद गर्नु व्यर्थ भएको बताए । अतिथिको कुरा सुनिसकेपछि कालु र जोखुले आफ्नो गल्ती अनुभव गरे । गाउँलेलाई पनि सानो कुरामा झगडा गरेकामा पछुतो भयो । हिजोआज कालु र जोखु

Curriculum Development Centre

सँगै माछा मार्न जान्छन् । बराबर भाग लाउँछन् । गाउँलेहरूबिच पनि कुनै कुरामा विवाद छैन । कालु र जोखु असल मित्र बनेका छन् । सबैको घर, परिवारमा सुख शान्ति छ । समाजमा पनि मेल र शान्ति छ ।

(क) कालु र जोखुले के सल्लाह गरे ?

(ख) कालु र जोखुका बिच विवाद हुनाको कारण के हो ?

(ग) माछा कस्को भन्ने झगडा कसरी टुङ्गियो ?

(घ) अतिथिले के भने ?

(ङ) पाखापानीमा कस्तो परिवर्तन भयो ?

(च) यस कथाले के सन्देश दिन्छ ?

४. यी काम गर :

(क) शिक्षकको सहयोग लिएर 'सामाजिक शान्ति स्थापनामा विद्यार्थीको भूमिका' भन्ने विषयमा कक्षाका दुई जना साथीलाई नै निर्णायक बनाई कक्षा स्तरको वक्तृत्व कला प्रतियोगिताको आयोजना गर ।

(ख) तिम्रो समुदायलाई शान्त, सभ्य, सहयोगी र मित्रतापूर्ण बनाउन तिमीले चिनेजानेका मध्ये सबैभन्दा बढी योगदान गर्ने व्यक्तिका बारेमा लेखेर ल्याऊ र कक्षामा सुनाऊ ।

(ग) तिम्रो घर वरिपरिको प्रकृति र वातावरणलाई शान्त राख्न गर्न सकिने कामहरूको सूची बनाई कक्षामा टाँस ।

५. असल साथीका गुणहरू के के हुन सक्छन्, आफ्नो कापीमा लेखेर शिक्षकलाई देखाऊ ।

६. शान्ति र मित्रता बढाउन गर्नुपर्ने कामहरू के के हुन्, स्पष्ट पार ।

७. तलको अनुच्छेद पढ र त्यसबाट तिमीले बुझेका कुरालाई विश्लेषण गरी एक अनुच्छेदमा लेख ।

शत्रुतालाई सधैँका लागि अन्त गरिदिने मिठो औषधी त मित्रता मात्र हो । अन्धकारसँग जतिसुकै ठुलो हतियारले लडे पनि त्यो हट्दैन तर बत्ती बालिदिएपछि अन्धकार आफैँ हटेर जान्छ । त्यसैले मित्रता शत्रुतालाई हटाउने मनको बत्ती हो । शत्रुता हटाउन हतियार लिने कि बत्ती लिने, हाम्रै निर्णयमा भर पर्छ ।

Curriculum Development Centre

पाठ

२

गङ्गाको प्रयास

अपेक्षित व्यवहार

- *नैतिक विकासमा सहयोग पुऱ्याउने स्थानीय अभ्यासमा लाग्न*
- *असल सोचाइ राखी अरूको हितका लागि काम गर्न*
- *असल कामका लागि स्थानीय समुदायलाई प्रेरित गर्न*
- *स्थानीय समस्याको पहिचान गरी समाधान गर्न*
- *समय र सम्पत्तिको सदुपयोग गर्न*

सुन्तले गाउँमा पानीको अति नै दुःख थियो । खेतीपातीका लागि मात्र नभएर गाउँमा खानेपानीकै समस्या थियो । गाउँलेहरू टाढाको छाँगे खोलाबाट पानी बोकेर ल्याउँथे । बिहान झिसमिसेमा नै गाउँलेहरू जम्मा हुन्थे । घर घरमा आपसमा निद्राबाट बिउँझाउँदै, हल्लीखल्ली गर्दै उनीहरू खोलामा जान्थे । पानी लिएर आउँदा बिहानको समय बितिसकेको हुन्थ्यो । घरमा खाना ढिला भएर बाल बालिका कहिल्यै पनि ठिक समयमा विद्यालय पुग्दैनथे । अरू गाउँका मानिस पानीको दुःख खेप्नुपर्छ भनेर सुन्तले गाउँका मानिससँग छोरीचेलीको विवाह गरिदिन पनि हिचकिचाउँथे ।

सुन्तले गाउँका गाई र बाख्रा पानी खान छाँगे खोलामै पुग्थे । लुगा धुन र नुहाउन पनि गाउँले छाँगे खोलामै जान्थे । जङ्गलबाट आएको चितुवाले पानी खाइरहेका गाई र बाख्रालाई झम्टेर माथ्र्यो । पानीको दुःखले गाउँलेले बसाइँ सर्ने विचार पनि गरे । सरसल्लाह गर्दा जन्मेको ठाउँ भरसक नछोड्नु भन्ने निचोड निस्क्यो । त्यसो हुँदा उनीहरू बसाइँ सर्न चाहेनन् ।

Curriculum Development Centre

शिक्षण सुझाव

- *कुनै स्थानीय नैतिक र सामाजिक कामको उदाहरण हुने कथा सुनाई विद्यार्थीहरूलाई पाठप्रति रुचि जगाइदिनुहोस् ।*
- *पाठ पढिसकेपछि विद्यार्थीहरूमा नैतिक व्यवहार र सामुदायिक काममा प्रेरणा जाग्यो जागेन, निरन्तर रूपमा अवलोकन गरी त्यस्ता काममा योगदान दिन प्रेरित गर्नुहोस् ।*

गाउँमा एउटा दलित परिवार बस्थ्यो । त्यसै परिवारकी गङ्गा गाउँकै प्राथमिक विद्यालयको शिक्षका थिइन् । एक दिन गङ्गा घरमा बसिरहेकी थिइन् । उनको घर अगाडि टाढासम्म पुग्ने ठुलो बाटो थियो । त्यसैबाट दुई जना बटुवा आए र गङ्गासँग खानेपानी मागे । गङ्गा घरभित्र पानी लिन गइन्, तर घरमा खानेपानी अलिकति पनि रहेनछ । बटुवामध्ये एक जना बिरामी जस्ता देखिन्थे । उनीहरू पानी नखाई बाटो लागे । गङ्गालाई घरमा आएका अतिथिलाई खानेपानीसमेत दिन नसकेकामा सारै दुःख लाग्यो । उनले सानामा पढ्दा सुनेकी थिइन्, "जतिसुकै गरिब भए पनि अतिथिलाई मिठो बोली वचन गर्ने, बस्न आसन दिने र पानी खान दिने घर परिवार असल हो ।" गङ्गालाई असाध्यै छटपटी भयो । उनलाई मानिस हुनु पनि व्यर्थ जस्तो लाग्यो ।

गङ्गालाई बेलुका पनि निद्रा लागेन । गाउँमा यति धेरै मानिस छन् । उनले मान्नुपर्ने र जान्ने सुन्ने पनि धेरै छन् । खानेपानीको समस्या समाधान गर्ने सोचाइ कसैको छैन । उनी यस्तै यस्तै सोच्न थालिन् ।

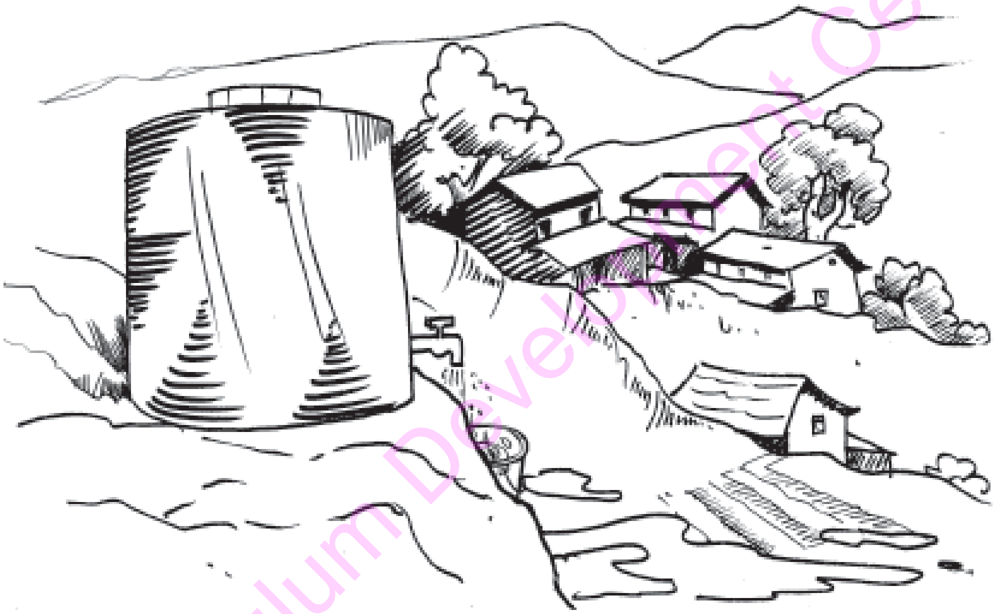
गङ्गाले अलिकति पैसा बचाएर राखेकी थिइन् । उनले त्यो पैसाले यही नै काम गरौँला भनेर कुनै तयारी गरेकी थिइनन् । उनलाई सच्चा कमाइबाट जम्मा गरेको धनले आपत्विपत् पर्दा सहयोग गर्छ भन्ने थाहा थियो । गङ्गाले मनमनै नयाँ काम गर्ने योजना बनाइन् ।

केही समयपछि विद्यालयमा जाडो बिदा सुरु भयो । गङ्गाले छाँगे खोलाबाट गाउँमा खानेपानी ल्याउन गाविसमा गएर अनुरोध गरिन् । गाविसले आफ्नो बजेटले मात्र गाउँमा खानेपानीको व्यवस्था गर्न नसक्ने जवाफ दियो । गाविसले बजेटको सीमाअनुसार पाइप किनिदिन सकिने तर पानी ट्याङ्की बनाउन नसकिने कुरा गऱ्यो । गङ्गाले बाँकी खर्च आफूले व्यवस्था गर्ने कुरा गरेपछि गाविसले पाइप किनिदिन सहमति जनायो ।

गाविसले छाँगे खोलाबाट खानेपानीका पाइप बिछ्याउन सुरु गऱ्यो । गाउँमा गङ्गाले आफ्नो निजी खर्चमा पानी ट्याङ्की बनाउन सुरु गरिन् । पाइप बिछ्याउने काम गाउँसम्म पुग्दा नपुग्दै गङ्गाले पानी ट्याङ्की बनाएर तयार पारिन् । गाउँमा पानी आउने भयो भनेर गाउँले पनि खुसी भए । कसै कसैले निजी खर्च लगाएर बनाएको हुँदा पानी ट्याङ्कीको नामकरण गङ्गाको नामबाट गर्नुपर्छ भन्ने प्रस्ताव गरे । गङ्गाले मानिनन् । उनले मैले मेरो नामका लागि काम गरेको होइन, अरूको हितका लागि गरेको हो भनिन् । उनले ट्याङ्कीको वरिपरि फोहोर नगर्न गाउँलेलाई अनुरोध गरिन् । उनले आफ्नै खर्चमा ट्याङ्कीको सुरक्षाका लागि वरिपरिबाट बार्न पनि लगाइन् । वरिपरि बोट बिरुवा रोपिए । छेउमा चौतारो बनाइयो ।

Curriculum Development Centre

ट्याङ्कीमा पानी झरेको दिनदेखि गङ्गा र गाउँलेको दुःख र छटपटी हटेको छ। सबैको मनमा शान्ति छाएको छ। गाउँलेको पानीको समस्या टरेको छ। उनीहरूको समयको बचत भएको छ। गाईबाख्राले चितुवाको सिकार हुनुपरेको छैन। तिनले अघाउन्जेल पानी खान पाएका छन्। बढी भएको पानीले गाउँलेले तरकारी खेती गरेका छन्। पानी लाउने पालो लगाइएको छ। टाढा टाढा हिँडेका बटुवा पनि सुन्तले पुगेपछि त पानी खान पाइन्छ भन्छन्। छिमेकी गाउँले "गाउँ त सुन्तले जस्तो पो हुनुपर्छ" भन्छन्। सबै गाउँलेले गङ्गालाई जलदेवताले आशीर्वाद दिएको ठान्छन् र सम्मान गर्छन्। उनलाई समाजसेवा गरेकामा यस वर्ष गाउँ विकास समितिले पुरस्कार प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ।



Curriculum Development Centre

सारांश

मानिसले आफ्नै स्तर र परिवेशमा रहेर पनि नैतिक कामद्वारा उदाहरण पेस गर्न सक्छ। असल कामका लागि उपदेशभन्दा अभ्यास बढी प्रभावकारी हुन्छ। दृढ अठोट र सक्रियताबाट सामुदायिक हितका लागि काम गर्न सकिन्छ। असल मानिसको असल कामले समाजलाई नै परिवर्तन पनि गर्न सकिन्छ। आँट र इच्छा भए उपाय स्वतः निस्कन्छ। त्यसले सकारात्मक परिणाम दिन्छ।

अभ्यास

१. आफूलाई ठिक लागेको कुरामा ठिक (√) र बेठिक लागेको कुरामा बेठिक (X) चिह्न लगाऊ :

(क) नैतिकता बढाउने सामूहिक काममा सहभागी हुनुपर्छ । ( )

(ख) गाउँको समस्या समाधान गर्नुभन्दा बसाइँ सर्नु राम्रो हुन्छ । ( )

(ग) अतिथिलाई खानेपानी दिनु ठिक होइन । ( )

(घ) कमाइको केही अंश सामूहिक काममा खर्च गर्नुपर्छ । ( )

(ङ) आफ्नो खर्चले गरेको काममा आफ्नै मात्र नाम हुनुपर्छ । ( )

(च) आफ्नो टोल/छिमेकलाई उदाहरणीय बनाउनुपर्छ । ( )

(छ) सकारात्मक परिवर्तनका लागि आफैँ सक्रिय हुनुपर्छ । ( )

२. खाली ठाउँ भर :

(क) सुन्तले गाउँमा पानीको .... थियो । (समस्या/झगडा)

(ख) गाउँलेले .... पनि विचार गरे । (घरबार गर्ने/बसाइँ सर्ने)

(ग) बटुवालाई गङ्गाले खानेपानी दिन .... । (सकिन्/सकिनन्)

(घ) अतिथिलाई मिठो बोली वचन गर्ने घरपरिवार .... हो । (धनी/असल)

(ङ) गङ्गाले .... बचाएर राखेकी थिइन् । (पैसा/पानी)

(च) गङ्गाको योजनालाई गाविसले .... गर्‍यो । (अस्वीकार/सहयोग)

(छ) पानी ट्याङ्की बनेपछि गङ्गाको मनमा ..... छ । (छटपटी/शान्ति)

(ज) सुन्तले गाउँबाट नैतिक अभ्यासको .... पाइन्छ । (ढिलाइ/प्रेरणा)

३. जोडा मिलाऊ :

खण्ड 'अ'	खण्ड 'आ'
(क) बाल बालिका समयमा	(क) सर्न चाहेनन्
(ख) गाउँलेले बसाइँ	(ख) गङ्गा दुःखी भइन्

Curriculum Development Centre

(ग) अतिथिलाई खानेपानी दिन नसक्दा	(ग) गाविसमा अनुरोध गरिन् ।
(घ) सच्चा धनले आपत्‌विपत्‌मा	(घ) काम गरेकी थिइनन् ।
(ङ) गङ्गाको प्रयासले	(ङ) विद्यालय पुग्दैनथे ।
(च) गङ्गाले खानेपानी ल्याउन	(च) आमाले जस्तो सहयोग गर्छ ।
(छ) गङ्गाले नामका लागि	(छ) सुन्तलेमा खानीपानी आयो ।
	(ज) खेतमा जान्थे ।

४. छोटो उत्तर लेख :

(क) बाल बालिका समयमा विद्यालय नपुग्नुको कारण के हो ?

(ख) गाउँलेले किन बसाइँ सर्न चाहेनन् ?

(ग) गङ्गाले सानी छँदा के सुनेकी थिइन् ?

(घ) गङ्गाले बचाएको पैसाले के गर्ने तयारी गरेकी थिइन् ?

(ङ) गङ्गाले गाउँलेको कुन प्रस्ताव मानिनन् ?

(च) ट्याङ्कीको सुरक्षा कसरी गरिएको छ ?

(छ) गाउँले गङ्गालाई के भनेर सम्मान गर्छन् ?

५. यी काम गर :

(क) पाठमा तिमीले गङ्गाले नैतिक शिक्षा दिने सामाजिक काम गरेको विषय पढ्यौ । गङ्गाको कामबाट खुसी भएका गाउँलेले सामूहिक रूपमा उनलाई दिने धन्यवादको बेहोराको नमुना तयार पार ।

(ख) तल दिइएको गाउँको विषयमा पढ । त्यसपछि कक्षाका विद्यार्थी दुई समूहमा बाँडिएर एउटा समूहले गाउँको समस्या भन र अर्को समूहले समाधानका उपाय बताऊ :

एउटा अति सुन्दर गाउँ छ। गाउँको वरिपरि खेत छ। खेतको बिचमा गाउँ छ। बिचमा गाउँ भएकाले यसलाई मानिसहरू माझ गाउँ भन्छन् । गाउँलेले खेतमा पानी लगाउनका लागि नजिकैको खोलाबाट कुलो खनेका छन् । कुलामा राम्रोसँग पानी आउँछ । एकथरी कुलो खन्दा मेरो बढी परिश्रम परेकाले मैले बढी पानी लाउनुपर्छ भन्छन् ।

Curriculum Development Centre

अर्काथरी कुलो खन्दा मेरो घरका धेरै कोदाला लगेकाले पानी मलाई धेरै चाहिन्छ भन्छन् । कोही म गाउँको जेठोबाठो भएकाले मैले धेरै पानी पाउनुपर्छ भन्छन् । हरेक दिन साँझसम्म पनि उनीहरू कुलाको पानीकै विषयमा आआफ्नो तर्क गर्छन् । कोही राति गएर एउटाको खेतमा लागिरहेको पानी थुनेर आफ्ना खेततिर लाउँछन् । बिहान खेतमा गएपछि उनीहरू फेरि पानीकै बाँडफाँडबारे कराउन थाल्छन् । माझ गाउँ देख्दा सुन्दर तर बुझ्दा असुन्दर हुँदै गएको छ ।

(ग) छिमेकका कुनै तिन परिवारका एक एक मिहिनेती र परिश्रमी व्यक्तिसँग भेट गरी उनीहरूले बचाएर राखेको पैसाले गर्न चाहेको काम निम्न लिखित ढाँचामा उल्लेख गरी कक्षामा प्रस्तुत गर :

छिमेकीको नाम			
बचाएको पैसाले गर्न चाहेको काम			
तिम्रो दृष्टिमा उक्त काम			
(अ) सर्वोत्तम	( )	(आ) उत्तम	( )
(इ) उचित	( )	(ई) ठिकै	( )
(उ) सामान्य	( )	(ऊ) बेठिक	( )
कारण			

६. तिम्रो गाउँ, टोल, छिमेकमा खानेपानीको समस्या छ कि छैन, छ भने समाधान गर्न के के गर्नुपर्ला, आफ्ना विचार लेख ।

७. तिमीले भविष्यमा आफुले बचाएको पैसा के कस्ता काममा खर्च गर्छौ, कारणसहित लेख ।

८. 'पानीको सदुपयोग' शीर्षकका एउटा संवाद लेख ।

Curriculum Development Centre

पाठ
३

पाँच भाइको कथा

अपेक्षित व्यवहार

- *सफलताका लागि समूह निर्माण गर्न*
- *सामूहिकताको भावनाले काम गर्न*
- *सामूहिक काममा सक्रिय रहन*
- *सामूहिक काममा अरूलाई उत्प्रेरित गर्न*

विद्यालयमा खाजा खाने बेलाको छुट्टी थियो । सरोज, राजन, हीना, जयन्ती र हीरालाल कुराकानी गर्दै थिए । सरोजले पढ्दा पढ्दा पट्यार लागेको कुरा गरे । राजनले एकछिन खेलौँ न त भने । हीनाले चुट्किला सुनाइन् । सबै हाँसे । जयन्ती म त पुस्तकालय जान्छु भनेर हिँडिन् । हीरालालले कथा भनौँ न त भने तर कथा भन्ने समय नै थिएन । पढाइको घन्टी लाग्ने बेला भइसकेको थियो । अन्तिममा शिक्षकबाट कथा सुन्ने सल्लाह भयो । आजको अन्तिम घन्टीमा पढाउने शिक्षकलाई कथा सुनाउन अनुरोध गर्ने भन्नेमा कुरा मिल्यो । घन्टी लाग्यो । सबै जना कक्षाभित्र पसे ।

अन्तिम घन्टी लागेपछि शिक्षक कक्षामा आउनुभयो । साथीहरूको सल्लाहअनुसार हीरालालले कथा सुनाउन शिक्षकलाई अनुरोध गरे । शिक्षकले यसलाई स्वीकार गर्नुभयो । विद्यार्थी खुसी भए । शिक्षकले कथा सुनाएपछि प्रश्न गर्ने र तिनको उत्तर दिनुपर्ने सर्त पनि राख्नुभयो । सबै विद्यार्थी उत्तर दिन राजी भए । शिक्षकले यस्तो कथा सुनाउनुभयो :

धेरै धेरै वर्ष पहिलेको कुरा हो । हत्केलो बाबु र पाँच ओटा औँला उसका पाँच भाइ छोरा थिए । छोरा गतिला भएनन् भनेर हत्केलाले जहिले पनि गुनासो गर्थ्यो । बाबुको गुनासो सुनेर पाँचै भाइ छोरा दुःखी भएछन् । उनीहरूलाई आफूहरू कमजोर भएकामा विश्वास भएछ ।

शिक्षण सुझाव

- *सामूहिक नेतृत्वको भावनालाई सबल बनाउने कुनै रोचक कथा भनी त्यसबाट विद्यार्थीहरूले विकसित गरेको मानसिकताको पहिचान र त्यसअनुरूप प्रदर्शित व्यवहारको अवलोकन गर्नुहोस् ।*
- *कुनै सामूहिक नेतृत्वको काममा सहभागी भएको प्रसङ्ग भन्न लगाई त्यसबाट विद्यार्थीहरूले सिकेको नयाँ कुराबारे स्पष्ट पार्न लगाउनुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

एक दिन पाँच ओटै औँलाले बाबुले गुनासो गर्नाको कारण सोध्ने सल्लाह गरेछन् । सबैभन्दा पहिले जेठो (बुढी) औँलाले आफू गतिलो नहुनाको कारण सोधेछ । हत्केलाले तँ बुढो भइस्, केही गर्न सक्दैनस् भनेछ । उसलाई आफू बुढो भए झैँ नै लागेछ । त्यसपछि माहिलो (चोर) औँलाले सोधेछ । हत्केलाले नामै तेरो चोर छ, तँ केको गतिलो हुन्थिस् र, भनेछ । त्यसपछि माझी औँलाको पालो आयो । उसले पनि हत्केलासँग आफू गतिलो नभएको कारण भनिदिन आग्रह गरेछ । हत्केलाले तँ धेरै अग्लो भइस्, धेरै अग्लो हुनु राम्रो होइन भनेछ । हत्केलाले तँ अग्लो देख्दै नराम्रो छस् भनेछ । बाबुको कुरा सुनेर ऊ पनि चुप भएछ ।

केही बेरपछि साहिली औँलाको पालो आयो । उसले पनि दाजुहरूको जस्तै प्रश्न हत्केलासँग गरेछ । हत्केलाले भनेछ, “तँलाई ‘अनामिका’ भन्छन् । अनामिका भनेको नाम नभएको भन्ने हो । नामै नभएको तँ कसरी गतिलो भइस् र !” साहिँली औँलालाई पनि बाबुको कुरामा पत्यार भएछ । त्यसपछि कान्छी औँलाको पालो आयो । उसलाई कान्छो भएकाले बाबुको बढी माया पाउँछु भन्ने आशा थियो । उसले हत्केलासँग पुलपुलिँदै भनेछ, “बाबा, म दाजुहरू जस्तो अगतिलो त छैन नि, होइन त बाबा ?” हत्केलाले भनेछ, “तँ छोटो पनि छस् र सानो पनि छस् । केको गतिलो हुन्थिस् ! तँलाई आफ्नो हैसियत नै थाहा रहेनछ !” यसरी बाबुले आफूहरूको दोष देखाइदिएपछि पाँच ओटै औँला चुपचाप बसेछन् ।

एक दिन अचानक सुनैसुनले बनेको एउटा चरो उड्दै आएछ र हत्केलामा बसेछ । सुनको चरो देखेर हत्केलालाई लोभ लागेछ । उसले तुरुन्त पाँचै भाइ औँलालाई मुठी परेर बस्न र चरालाई थिच्न आदेश दिएछ । पाँच ओटै औँलाले चरो थिचेछन् । चरो निकै बलियो थियो । औँलालाई थिचिरहन निकै गारो भयो । बुढी औँलाले म बुढो भएँ, थिच्न सक्दिनँ भनेछ । हत्केलाले होइन, होइन तँ बुढो भएको छैनस्, थिचिराख् भनेछ । चोर औँलाले मलाई चोर भनेको होइन, चोरले यो काम किन गर्नु भनेछ । हत्केलाले होइन बाबु, तँ चोर होइनस् । चरो उड्ला, थिचिराख् भनेछ ।

माहिली औँलाले मलाई किन अग्ले र नराम्रो भनेको त, थिच्दिनँ भनेर निहुँ खोजेछ । हत्केलाले हत्त न पत्त भनेछ, “होइन, तँ नराम्रो छैनस् । अग्लो हुनु पनि कहिलेकाहीँ फाइदै हुन्छ । राम्ररी थिच् ।”

त्यसपछि साहिली औँलाले म नामै नभएको छोराको के काम ? चरो उडेर गए जाओस्, म त थिच्दिनँ भनेर निहुँ खोजेछ । उसलाई पनि फकाउँदै हत्केलाले भनेछ, “त्यसो नभन् बाबु ! चरो उड्यो भने त बरबाद भइहाल्छ नि ! तँलाई अबदेखि नाम नभएको कहिल्यै भन्दिनँ । तँ राम्रो नाम भएको छोरो होस् ।”

अन्तिममा कान्छी औँलाले भनेछ, “म त झन् सानो र दुब्लो ! कुनै हैसियत नै नभएको मैले चरो कसरी थिच्नु । म त फुत्किएर छुट्टै बस्छु ।” कान्छी औँलाको कुरा सुनेर हत्केलाले

Curriculum Development Centre

आत्तिदैँ भनेछ, "त्यसो नभन् कान्छा ! तँ छुट्टिस् भने त चरो छेउबाट उडेर भागिहाल्छ नि ! फेरि यस्तो चरो कहाँ पाइन्छ र !" हत्केलाको अनुरोधपछि पाँच ओटै औँलाले सुनको चरो मुठीभित्र पक्रेर राखेको राख्यै गरेछन् । उनीहरूको बल र सहयोगले हत्केलाले धेरै पैसामा चरो बेचेछ ।

त्यो दिनदेखि हत्केलो र औँला मिलेर बस्न थालेछन् । हत्केलामा केही चिज पक्रेर राख्नुपर्‍यो भने पाँच ओटै औँला एकैचोटि मुठी बनेर आउन थालेछन् । हत्केला र औँलाहरूबिच गरेको मेल, एकता र सहकार्यको परीक्षण सफल भएछ । हत्केला र औँलाले एक अर्काबाट शिक्षा पाएछन् । हत्केला र औँलाका बिच नजिकको अभिन्न सम्बन्ध कायम भएछ । हत्केलाले औँलालाई स्नेह र औँलाले हत्केलालाई सम्मान गर्न थालेछन् ।

कथा भनिसकेपछि शिक्षकले कथा कस्तो लाग्यो त भनेर सोध्नुभयो । सबै विद्यार्थीले खुब राम्रो लाग्यो भने । त्यसपछि उहाँले कथाबाट के सिक्यौ ? पालैपालो भन भनेर सोध्नुभयो । विद्यार्थीहरूले यस्तो उत्तर दिए ।

सरोज : हाम्रा शरीरका अङ्गले मिलेर काम गरे जस्तो समाजका सदस्यले पनि समूहमा मिलेर काम गर्दा सफलता पाइन्छ । एकले अर्काको दोष देखाएर मात्र हुँदैन, उसको गुण र विशेषताको पनि पहिचान गर्नुपर्छ । त्यही गुण र विशेषताको सदुपयोग गरी काम सम्पन्न गर्नुपर्छ ।

राजन : समाजमा विभिन्न थरी मानिस हुन्छन् । रूप, रङ, आकार आदिका आधारमा तिनीहरूलाई भेदभाव गर्नु हुँदैन । व्यक्ति भिन्न भए पनि सबै मिलेर बन्ने शक्ति एउटै हुन्छ । हरेक काम गर्दा हामीले यस विषयमा ध्यान पुर्‍याउनुपर्छ ।

हीना : कथामा पाँच औँलालाई छोराका रूपमा प्रस्तुत गरिएको भए पनि यसले छोरी मानिसले पनि मिलेर काम गर्नुपर्छ भनेर सिकाएको छ । पुरुषले समूहमा मिलेर

Curriculum Development Centre

काम गर्ने, नारीले चाहिँ समूह निर्माण गर्नु हुँदैन भनेको होइन । कथाबाट प्रेरणा लिएर हामी छोरी मनिसले पनि समूह निर्माण गरी काम गर्‍यौँ भने सफलता पाउँछौँ ।

जयन्ती : मलाई त परिवार, समूह र समाज सबैतिर समान नेतृत्व र भूमिका हुनुपर्छ भन्ने लाग्यो । कथा रमाइलो हुनाका साथै यसले हामीलाई गहिरो विचार दिएको छ । नेतृत्व गर्नेले सफलताको जस आफूले मात्र लिनु हुँदैन । सामूहिक काममा जस र अपजस दुवै समूहले लिनुपर्छ ।

हीरालाल : हातका औँला देख्दा होचा अग्ला छन् तर तिनको मूल्य समान छ । यस्तै समूहमा जो जस्तो भए पनि सामूहिक सफलतामा सबै हकदार हुन्छन् । समूह निर्माण गरी सामूहिक नेतृत्वको भावनाले काम गरे हामी सफल हुन्छौँ । कथाले यही कुरा सिकाए जस्तो लाग्छ ।

शिक्षक : तिमीहरू सबैले ठिक भन्यौ । यस कथाले हामीलाई सामूहिक भाव र व्यवहार सफलताका सूत्र हुन् भन्ने सिकाएको छ ।

सारांश

व्यक्तिगतभन्दा समूहको स्वर र शक्ति बलियो हुन्छ । समूह निर्माण गरेर सामूहिकताको भावनाले काम गर्दा सफलता पाउन सकिन्छ । समूहको काममा एउटाले परिणाम भोग्ने स्थिति पनि आउँदैन । समूह निर्माण र सामूहिक नेतृत्वको अभ्यासले व्यक्तित्वको विकासमा पनि सहयोग पुग्छ । यो वर्तमान समयको आवश्यकता भइसकेको छ ।

अभ्यास

१. आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म समूहमा काम गर्न मन
(अ) पराउँछु ( ) (आ) पराउँदिनँ ( )

(ख) म समूहमा बसी काम गर्न अरूलाई प्रेरित
(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

(ग) मलाई समूहमा शक्ति हुन्छ भन्ने कुरामा विश्वास
(अ) लाग्छ ( ) (आ) लाग्दैन ( )

(घ) समूहको सफलतामा म अरूलाई पनि जस
(अ) दिन्छु ( ) (आ) दिन्नँ ( )

(ङ म समूहको नेतृत्व गरेर
(अ) समूहलाई अघि बढाउँछु ( ) (आ) आफूलाई अघि बढाउँछु ( )

Curriculum Development Centre

२. नमिल्दा भनाइ सच्याएर भन :

(क) समूहको निर्माण गर्दा काम गर्न सजिलो हुन्छ ।

(ख) सामूहिक काममा सफलता पाइँदैन ।

(ग) सफलताको जस आफूले लिनु राम्रो हुन्छ ।

(घ) समूहले मिलेर गर्दा समूहलाई नै फाइदा हुन्छ ।

(ङ) समूहमा शक्ति हुन्छ ।

(च) पाठमा दिइएको कथाले सामूहिक काम गर्न प्रेरित गर्दैन ।

३. छोटो उत्तर लेख :

(क) हत्केला र औँलाबिच कस्तो सम्बन्ध रहेछ ?

(ख) पाँच औँलाले कस्तो सल्लाह गरे ?

(ग) हत्केलाले औँलालाई के आदेश दिएछ ?

(घ) हत्केला र औँलाबिच कसरी मेल भयो ?

(ङ) सफलता पाउन कस्तो किसिमले काम गर्नुपर्छ ?

(च) कथाले दिएको सन्देश के हो ?

४. यी काम गर :

(क) कक्षामा भिन्न भिन्न रुचि भएका साथी छौ होला । निम्न लिखित ढाँचामा आआफ्नो रुचिअनुसार समूह निर्माण गर र समूहअनुसार काम गर :

समूह	विद्यार्थी सङ्ख्या	गरेको काम
(अ) साहित्य		
(आ) चित्रकला		
(ई) खेलकुद		

(ख) तिम्रो टोल/छिमेक/ समुदायमा तल दिइएका मध्ये कुनै समूह हुन सक्छन् । तिनको काम र सफलताबारे विवरण तयार पार र कक्षामा सुनाऊ :

(अ) साहित्यिक समूह (आ) खेलकुद समूह (इ) कला समूह

(ई) सांस्कृतिक समूह (उ) साङ्गीतिक समूह (ऊ) आमा समूह

(ए) धार्मिक समूह (ऐ) युवा समूह (ओ) टोल सुधार समूह

५. 'सामूहिक कामबाट हुने फाइदा' शीर्षकमा एउटा लेख तयार गरी शिक्षकलाई देखाऊ ।

Curriculum Development Centre

एकाइ पाँच

अनुशासन तथा सकारात्मक चिन्तन

Curriculum Development Centre

सिकाइ उपलब्धि

१. *सकारात्मक सोचका लागि आवश्यक क्षमताको अभ्यास गर्न*

२. *सकारात्मक चिन्तनका पक्षहरूलाई व्यवहारमा उतार्न*

३. *सकारात्मक सोचद्वारा स्वव्यवस्थापन गर्ने उपाय अपनाउन*

पाठः १

पश्चात्ताप

अपेक्षित व्यवहार

- *आफूमा भएको क्षमताको पहिचान गर्न*
- *स्वार्थ नराखेर निष्ठापूर्वक काम गर्न*
- *ईर्ष्या र अहङ्कारको भावना त्याग्न*
- *विनयी, क्षमाशील र विश्वसनीय व्यक्ति बन्न*
- *क्रोधको नियन्त्रण गरी संयमी बन्न*
- *सकारात्मक विचार र व्यवहारको सञ्चार गर्न*

सुतेको दुई घण्टा बितिसक्यो, निद्रा नै लागेन । हिजो अस्ति यतिखेर गाढा निद्रा लागिसक्थ्यो । दिउँसोको घटना नभएको भए यस बेला निदाइसकिन्थो होला । (नवीन्द्र कोल्टो फर्किन्छ) हुन त मेरो पनि अलिकति गल्ती छ । साथीहरूसँग खेल खेल्दा सानोतिनो गल्ती त हुन्छ नै । साथीहरूबिच खेल खेल्दा अलि अलि विवाद हुन पनि त सक्छ । अरूले झगडा गरे पनि मैले सहेको भए भइहाल्यो नि । विद्यालयमा सबैले सहनशील छ भन्थे । अब भोलिबाट के भन्लान् र !

खेल खेलेपछि जित हार त हुन्छ नै । परिणाम भोग्न तयार नहुने हो भने खेल किन खेल्नु ! त्यसमाथि हाम्रो खेल कति ठुलो हो र ! विद्यालयका साथी मिलेर खेलेको फुटबल प्रतियोगिता त हो नि ! हामी फुटबल खेल्न पो गएका थियौँ, झगडा गर्न त होइन नि ! खेल खेल्न सक्ने शक्तिलाई हामीले झगडामा बदलेछौँ । आफूसँग भएको क्षमता थाहा नपाउने वा दुरुपयोग गर्ने मानिसले दुःख पाउँछ भन्ने सुनेको थिएँ । आज दिउँसोको घटनाले यो कुरा प्रमाणित गरिदियो ।

शिक्षण सुझाव

- *कुनै घटनाको भूमिका अभिनय गर्न लगाई त्यसबाट सकारात्मक सोचप्रति दत्तचित्त हुन उत्प्रेरित गर्नुहोस् ।*
- *पाठको अन्त्यमा अपेक्षित व्यवहार, सिकाइ उपलब्धि र सक्षमता प्राप्त भए भएनन्, निरन्तर विद्यार्थी मूल्याङ्कन गरी पृष्ठपोषण प्रदान गर्नुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

साथीहरूले धाँधली गरेर गोल बढाए भन्दैमा मैले झगडा गर्न तम्सिनु हुँदैनथ्यो । उनीहरूको गल्ती बताएर सल्लाहले फेरि खेलौँ भनेको भए पनि हुन्थ्यो । एकैचोटि लात्ती बजार्दै मैले जानु नहुने थियो । उनीहरूको पनि कुटाइ खाइयो । बाझाबाझ पनि भयो । मेरा समूहका साथी पछि त भागे छन् । मानिसले त्यस्तो स्वार्थी र अवसरवादी त हुनु हुँदैन नि ! पछि भेट्दा गल्ती भयो भनेर हुन्छ र ? स्वार्थ छाड्यो भने मात्र सामाजिक हुन सकिन्छ भन्ने पनि थाहा रहेनछ तिनीहरूलाई । स्वार्थ राखेर काम गर्दा कसको भलो हुन्छ र !

कुनै कामप्रति निष्ठा भएन भने थालेको काम पुरा हुन सक्दैन भन्ने कुरा मैले बिर्सेँ छु । खेल खेल्दाखेल्दै हारिने भइयो, कुटाइ खाइने भइयो भनेर भाग्ने मेरा साथीमा खेलप्रति निष्ठा छ कसरी भन्नु ? साथीले पनि बिर्से छन् । कुनै काममा निरन्तर लगाव भयो भने मात्र निष्ठा झल्किन्छ । धाँधली गरेर खेल जित्न खोज्ने विपक्षी समूहमा मात्र होइन, मेरै समूहका साथीमा पनि निष्ठा देखिएन ।

साँच्चै हो, निष्ठा छैन भने कुनै कामको थालनी नगर्नु नै राम्रो ! (फेरि कोल्टो फर्किन्छ ।)

खेलका निर्णायक अमृत दाइले हाम्रो झगडा रोक्न पनि खोज्नु भएको हो । म आवेशमा आएछु । उहाँलाई पनि नराम्रो भनेँछु । साँच्चि नै, पढेको मान्छे नम्र हुन्छ भन्ने कुरा मैले नसुनेको पनि होइन । कति त उदाहरण पनि देखेको छु तर झगडा गर्ने बेलामा ती सबै बिर्सिएछु । पढेको कुरा व्यवहारमा उतार्न सकिएन भने पढाइ सफल भएको कसरी मान्नु ? साथीसँग झगडा गर्नेको पढाइ सफल भएको कसरी मान्ने ? साथीसँग झगडा गर्ने बेलामा मलाई बलियो छु भन्ने घमन्ड पनि पैदा भएछ । नत्र म अरूलाई पिट्न किन तम्सिन्थेँ ? आफू ठूलो छु भन्ने घमन्डले पेट फुलाउँदा फुलाउँदै फुटेर मरेको भ्यागुताको कथा पढेर पनि आफूलाई सुधार गर्न सकिनँ । त्यसबाट मैले शिक्षा लिन सकिनछु । पढेर, देखेर, सुनेर आफूलाई सुधार नगर्ने मानिसले दुःख नै पाउने रहेछ ।

यसो सम्झिँदा त आफैँलाई मूर्ख भन्न मन लाग्छ । विपक्षी समूहले नै खेल जितेको भए पनि मैले किन ईर्ष्या गर्नु ? मेरो ठूलो हानि के नै पो हुन्थ्यो र ! उनीहरू विजयको नारा लगाउँदै हिँड्थे होलान्, म चुप लागेर बसेको भए भइहाल्थ्यो । अर्काको उन्नतिमा डाहा गर्ने मानिसको आफ्नो उन्नति चाहिँ कहिल्यै हुँदैन । भो, म त अब डाहा गर्दिनँ, बरु प्रेरणा लिएर राम्रो काममा लाग्छु ।

Curriculum Development Centre

विपक्षी समूहका साथीले मलाई कुटे पनि । त्यसको बदलामा म तिनीहरूलाई फेरि कुट्न सक्छु । ओहो ! तर यो अति नै नराम्रो काम हो । बदलाको भावनाले काम गर्दै जाने हो भने त सबै मानिस शत्रु हुन बेर छैन ! म त्यस्तो काम कहिल्यै गर्दिनँ ! म त क्षमाको बाटो लिन्छु । उनीहरूले पनि यस्तै बाटो लिने छन् । अमृतको उपयोग गर्नेले विषको परिणाम कहाँ भोग्नुपर्छ र ! भोलि विद्यालय गएर म ती साथीलाई यो कुरा भन्छु । हामी सबैले हिजोको घटना बिर्सेर मेलमिलाप गरौँ, मिलेर पढौँ, खेलौँ भन्छु । म यो घटनाले सुत्न नसकेको र ईर्ष्या र रिस जस्ता कुराले हाम्रो स्वास्थ्यमा नराम्रो असर पुऱ्याउने कुरासमेत उनीहरूलाई गर्छु ।

वास्तवमा आजको घटना रिसको परिणाम त हो नि ! रिस र आगोले थोरै भए पनि भयानक परिणाम ल्याउँछन् भन्ने सुनेको थिएँ । यो कुरा सही रहेछ । यो रिस दबाउने र देखाउने वस्तुभन्दा पनि उत्पन्न नै हुन दिनु नहुने रहेछ । रिस नउठेको भए आजको झगडा हुने थिएन । अनि अहिलेसम्म मनमा कुरा पनि खेल्ने थिएनन् । गल्ती गरेर सिक्ने र आफूलाई सुधार गर्ने मानिस बुद्धिमान् हो । हो, आजको घटनाले मलाई धेरै कुरा सिकायो । मानिस परेर पनि जान्दछ भनेको यही रहेछ । यी कुरा म भोलि सबै साथीहरूलाई पनि भन्छु । उनीहरूले पनि आफूलाई सुधार गर्ने मौका पाउने छन् ।

सारांश

मानिसले आफूमा भएको क्षमताको पहिचान गरी निष्ठापूर्वक काम गर्नुपर्छ । स्वार्थ, ईर्ष्या र अहङ्कारले मानिसलाई पतनतिर लैजान्छन् भने क्षमा, विश्वास र विनयले उन्नतितिर अग्रसर गराउँछन् । मानिसलाई समाप्त पार्ने अर्को शत्रु क्रोध हो । जीवनमा जय र पराजयमा समान व्यवहार गर्ने मानिस नै सुखी हुन्छ । राम्रो ज्ञानको विस्तारले अरूलाई सुधार गरेर सुखी बनाउन सकिन्छ ।

अभ्यास

१. जोडा मिलाई वाक्य बनाऊ :

खण्ड 'क'	खण्ड 'ख'
(क) साथीहरूबिच	(क) कामको थालनी नगरे हुन्छ ।
(ख) मानिसले	(ख) सबैलाई भन्छु ।
(ग) निष्ठा नहुनेले	(ग) फुटबल प्रतियोगिता भएको थियो ।

Curriculum Development Centre

(घ) म राम्रो कुरा

(ङ) आफूलाई सुधार नगर्ने मानिसले

(घ) दु:ख पाउँछ ।

(ङ) स्वार्थी हुनु हुँदैन ।

(च) स्वार्थी हुनु हुन्छ ।

२. ठिक वाक्यलाई जस्ताको तस्तै र बेठिक वाक्यलाई ठिक बनाई कापीमा सार :

(क) साथीहरू फुटबल खेल्न जम्मा भएका थिए ।

(ख) स्वार्थ राखेर काम गर्दा अरूको भलो हुन्छ ।

(ग) पढेको कुरा व्यवहारमा ल्याउनु हुँदैन ।

(घ) अरूको उन्नति देखेर प्रेरणा लिई काम गर्नुपर्छ ।

(ङ) असल कुरा अरूलाई भन्नु हुँदैन ।

(च) गल्ती गरेर सुध्रिने मानिस बुद्धिमान् हो ।

३. छोटो उत्तर देऊ :

(क) साथीहरूबिच किन झगडा भयो ?

(ख) निष्ठा नहुनेले के गर्नु हुँदैन ?

(ग) कस्तो मानिसले दु:ख पाउँछ ?

(घ) कुन भावना लिई काम गर्नु हुँदैन ?

(ङ) बुद्धिमान् हुन के गर्नुपर्छ ?

४. यी काम गर :

(क) पाठमा उल्लिखित घटनामा तिमी पनि अमृत दाई जस्तै सरिक भएका भए के गर्थ्यौ, आफूले गर्ने कामको छोटो विवरण तयार पार ।

(ख) साथीहरूबिच आपसमा कस्ता खेल खेल्छौ, ती खेल खेल्दा सकारात्मक सोचाइ र अनुशासनको पालना गर्न के के काम गर्छौ, तिनको सूची बनाई प्रस्तुत गर ।

Curriculum Development Centre

(ग) **यो कथा पढ :**

एउटा गाउँ थियो । त्यहाँ एउटा परिवार थियो । परिवारका सबै सदस्य दिनभरि काममा जान्थे । तीमध्ये कान्छो छोरो विद्यालय जान्थ्यो । ऊ घरमा खाना खाने बेलामा आफूलाई मन परेको थालमा खाना नदिएको भनेर आमाबाबुसँग झगडा गर्थ्यो । ऊ विद्यालय छुट्टी भएपछि साथीहरूलाई धकेल्दै पहिले निस्कन्थ्यो । विद्यालय पनि अलि ढिला आइपुग्थ्यो । मन लागेको ठाउँमा बस्न नपाएको भनेर साथीहरूसँग विवाद गर्थ्यो । खाजा खाने बेलामा ऊ साथीहरूसँग खेल्न जान्थ्यो । खेलमा हारेपछि ऊ झगडा गर्थ्यो । विद्यालय छुट्टी भएपछि साथीहरूलाई धकेल्दै पहिले निस्कन्थ्यो र सबैभन्दा अगाडि हिँड्थ्यो । त्यसो गर्न नपाएको दिन ऊ रुन्थ्यो र बाटामा हिँडेका साथीसँग पनि झगडा गर्थ्यो । उसको चाल देखेर साथीहरू छक्क पर्थे । यस्तो व्यवहारले गर्दा अन्तमा ऊ एक्लो भयो ।

कथामा उल्लिखित साथीलाई निम्न लिखित वर्गले दिने छुट्टा छुट्टै छोटो सुझाव तयार पार :

(अ) **अभिभावक वर्गले दिने सुझाव**

(आ) **साथीले दिने सुझाव**

(इ) **शिक्षकले दिने सुझाव**

५. **नवीन्द्र आखिरमा कस्तो निष्कर्षमा पुग्यो, नवीन्द्रको ठाउँमा तिमी भएको भए के गर्थ्यौ, कक्षामा छलफल गर र रिसलाई संयम गर्ने उपायहरूको सूची तयार गरी शिक्षकलाई पनि सुनाऊ ।**

६. **'अनुशासन खेलको आधार हो' भन्ने विषयमा वक्तृत्वकला प्रतियोगिताको आयोजना गर र प्रथम, द्वितीय र तृतीय हुने साथीलाई प्रोत्साहित गर्ने व्यवस्था गर ।**

Curriculum Development Centre

पाठ
२

भित्री आँखा

अपेक्षित व्यवहार

- *आफ्नो शक्ति र क्षमताको पहिचान गर्न*
- *सकारात्मक सोचाइ राख्न*
- *सकारात्मक कामको अनुसरण गर्न*
- *सोचाइ र व्यवहारबिच एकरूपता देखाउन*
- *सकारात्मक कामबाट अरूलाई प्रेरित गर्न*

कैलाश विद्यालयबाट समयमै फर्के। उनको गृहकार्य भर्खरै सकियो। उनी खेल्न जान लागेका छन्। आँगनमा हजुरआमा चामल केलाउँदै हुनुहुन्छ। खेल्न जाने अनुमति माग्न उनी हजुरआमाको नजिक जान्छन्। हजुरआमा चामलबाट ढुङ्गा, भुस आदि खान नहुने चिज फालिरहनुभएको छ।

कैलाश : हजुरआमा, त्यस्तो नराम्रो चामल के हेरिरहनुभएको ? त्यो फ्याँकेर अर्को चामल ल्याउनु न ! केलाइरहने झन्झट त हुँदैन।

हजुरआमा : किन फ्याँक्नु ? खान नहुने कुरा छ भन्दैमा सबै चामल कसरी फ्याँक्नु ? तिमीले यो के कुरा गरेको ?

कैलाश : हो, हजुरआमा मैले ठिकै भनेको हुँ। आँखा नै दुख्ने गरी चामलबाट त्यति साना सेता ढुङ्गा खोजिखोजी फाल्नुभन्दा चामल नै अर्को ल्याए भइहाल्यो नि।

हजुरआमा : तिमीले कत्ति पनि ठिक भनेनौ बाबु। नराम्रोसँग राम्रो फाल्ने होइन। बरु नराम्रोबाट राम्रो छुट्याएर राख्नुपर्छ। राम्रो नराम्रो त सबैतिर हुन्छ। त्यो सबै हाम्रो हेराइमा भरपर्छ।

शिक्षण सुझाव

- *सकारात्मक चिन्तन र विकासका लागि विद्यार्थीहरूमा पनि शक्ति भएको कुरा बताई उनीहरू के काम गर्न सक्छन्, सोध्नुहोस् र त्यसका लागि आफूमा भएको अधिकतम शक्ति प्रयोग गर्न सल्लाह दिनुहोस्।*
- *सकारात्मक दृष्टिको विकासका लागि आवश्यक पर्ने गुणहरू (निरपक्षता, आशावादिता, लोभ नहुनु आदि) को सूची बनाई कक्षामा टाँसी विद्यार्थीहरूलाई त्यसतर्फ लाग्न उत्साहित पार्नुहोस्।*
- *सकारात्मक सोच भएका महान् व्यक्तिहरूको सूची तयार गर्न प्रोत्साहन गर्नुहोस्।*

Curriculum Development Centre

कैलाश : त्यसो भए चामलका ढुङ्गा र भुसलाई पनि राम्रो मानेर खानु त, त्यो कसरी राम्रो हुन्छ र ?

हजुरआमा : तिमी यसलाई ढुङ्गा र भुस मात्र नदेख न । यहाँ चामल पनि त छ नि । ढुङ्गा र भुससँग मिसियो भन्दैमा चामल नै होइन भन्न त मिल्दैन नि । हेराइ सकारात्मक नभएर तिमीले यसलाई फाल्ने कुरा गर्‍यौ । हामी नकारात्मक होइन सकारात्मक हुनुपर्छ ।

कैलाश : सकारात्मक र नकारात्मक भनेको के हो, हजुरआमा ?

हजुरआमा : गल्ती, निराशा, निन्दा र कमजोरी जहाँ पनि हुन्छन् । तिनलाई त्यसै रूपमा हेरेर घृणा गर्नु, उपेक्षा गर्नु नकारात्मक सोचाइ हो तर त्यसभित्र पनि सत्य, आशा, प्रशंसा र शक्ति छ भन्ने ठान्नु सकारात्मक सोचाइ हो । हाम्रो सोचाइ जस्तो छ हेराइ पनि त्यस्तै हुन्छ ।

कैलाश : त्यस्तो छुट्याउन त गारो हुन्छ होला नि । होइन त हजुरआमा ?

हजुरआमा : हो बाबु, त्यस्तो छुट्याउन गारो नै हुन्छ । हामीमा पक्षपात हुनु हुँदैन । अर्काको श्रमको मूल्य बुझ्नुपर्छ । लोभमा फस्नु हुँदैन । मेरा पनि कमजोरी छन् र मबाट पनि गल्ती हुन सक्छ भन्ने सोच्नुपर्छ । हामी जसलाई नकारात्मक रूपमा हेर्छौं त्यसको यथार्थ बुझ्नुपर्छ । मानिसले नराम्रा काम गरेको लाग्छ भने त्यसको कारण पत्ता लगाउने प्रयास गर्नुपर्छ । यति भयो भने हामीमा सकारात्मक सोचाइ आउँछ ।

Curriculum Development Centre

कैलाश	:	मलाई त यो कुरा मन पऱ्यो । अरू पनि भन्नुस् न ।
हजुरआमा	:	यस्तो सोचाइ त्यसै आउँदैन । हामीभित्रको आँखा र शक्ति लगाएर मात्र यस्तो सोचाइ आउँछ ।
कैलाश	:	हामीभित्र पनि आँखा र शक्ति हुन्छ र ! यो के भनेको हजुरआमा ?
हजुरआमा	:	हुन्छ नि ! थाहा पाउन पो सक्नुपऱ्यो त । हामीभित्र आँखा छन् भनेको बाहिरका जस्तै आँखा छन् भनेको होइन । गुण, दोष, सत्य, असत्य छुट्याउन सक्ने बुद्धिलाई भित्री आँखा भनिएको हो । त्यसले हामीभित्र रहेको शक्तिलाई चिनाउँछ। यस्तो शक्ति सबैमा हुन्छ। मानिस थाहा नपाएर आफूलाई कमजोर र विफल ठान्छन्। आफ्नो भित्री शक्तिलाई सक्रिय बनाएर काम गर्ने मानिसलाई कसैले ठग्न सक्दैन । आफैँले आफैँलाई नचिनेर मानिस ठगिइरहेको हो । ऊ कमजोर बन्नाको कारण पनि यही हो ।
कैलाश	:	त्यसो भए मभित्र पनि त्यस्तो आँखा र शक्ति छ त हजुरआमा ?
हजुरआमा	:	अवश्य पनि छ । मैले सुनेको संसारमा अयोग्य र शक्तिहीन मानिस त कोही पनि छैनन् रे । उसको योग्यता, दक्षता र शक्ति देखाइदिने मानिस मात्र पाइँदैन रे । तिमीले शमीको रुख त देखेका छौ नि । त्यसको भित्र आगो हुन्छ तर बाहिर केही पनि देखिँदैन । भित्रको आगो निकाल्ने हो भने त्यसले कत्रो शक्तिको काम गर्छ । मानिसको पनि त्यस्तै आगो जस्तो शक्ति हुन्छ । त्यसलाई सदुपयोग गर्दा हामी ठुला ठुला काम गर्न सक्छौँ । त्यसैबाट सकारात्मक सोचाइ र क्षमताको विकास हुन्छ । हाम्रो हेराइ र व्यवहार सकारात्मक बन्छ ।
कैलाश	:	तपाइँको भनाइबाट त राम्रो जति छान्नु र लिनु, नराम्रो नलिनु, निन्दा पनि नगर्नु बरु राम्रो बनाउने प्रयास गर्नु भन्ने बुझियो । हो हजुरआमा ?
हजुरआमा	:	स्याबास बाबु ! ठिक भन्यौ । तिमीले बुझेको र भनेको कुरा नै सकारात्मक चिन्तनको परिणाम हो । हामी व्यक्ति, परिवार, समाज र राष्ट्रमा भएका कमी कमजोरीबारे कहिलेकाहीँ नकारात्मक कुरा गर्छौं । त्यस बेला हाम्रो हेराइ र बोलाइ एकतर्फी हुन्छ । हामी आफ्नै कुरा मात्र ठिक जस्तो मान्छौँ । त्यो नकारात्मक सोचाइको परिणाम हो ।
कैलाश	:	मलाई कक्षाका एक दुई जना साथी अलिकति पनि मन पर्दैन । यो पनि मेरो नकारात्मक सोचाइकै परिणाम हो त, हजुरआमा ?

Curriculum Development Centre

हजुरआमा : हो त, उनीहरूप्रति तिमीले नराम्रो मात्र सोच्यौ र नराम्रो मात्र देख्यौ । चामलमा चामल नदेखेर ढुङ्गा र भुसमात्र देखे झैँ साथीलाई पनि तिमीले त्यसरी नै हेऱ्यौ । उनीहरूले तिमीलाई कसरी हेरेका छन् भनेर कहिल्यै सोच्यौ त ? त्यस व्यवहारले तिमीलाई पूर्वाग्रही र नकारात्मक बनाइदिएको छ । तिमीले पढ्ने किताबमै लेखिएको छ, 'आधा भरिएको गिलासलाई आधा खाली नदेख, आधा भरिएको देख ।' आधा खाली देख्यौ भने नकारात्मक सोचाइ भयो । आधा भरि देख्यौ भने सकारात्मक सोचाइ भयो । अब तिमी नै भन, कसलाई कसरी हेर्ने ? यस्तो हेराइका लागि भित्री आँखा र शक्ति नभई भयो त ?

कैलाश : हो हजुरआमा, आज तपाईँले मलाई साँच्चै नै भित्री आँखा र शक्ति देखाइदिनुभयो । अब म सबैतिर सबैलाई सधैँ सकारात्मक बनेर हेर्छु र व्यवहार गर्छु । अरूको कमजोरी देखाएर निन्दा गर्दिनँ । निराशा पनि पाल्दिनँ । आज खेल्न नगएको राम्रै भयो । यति राम्रा कुरा सुन्न पाएँ ।

सारांश

मानिस आफ्नो चिन्तनअनुसार नकारात्मक वा सकारात्मक व्यवहार गर्छ । आफ्नो आन्तरिक क्षमता नचिन्दा मानिस नकारात्मक हुन्छ । त्यो क्षमता चिन्न उचित अनुचितको भेद छुट्याउन सक्दा उसले सकारात्मक व्यवहार गर्छ । व्यक्तिदेखि राष्ट्रसम्म राम्रो हुनका लागि सकारात्मक सोच, चिन्तन र व्यवहार हुनुपर्छ । हामीले अरूको आफूप्रतिको हेराइलाई पनि ध्यान दिनुपर्छ । प्रत्येक व्यक्ति, कार्य र घटनामा निष्पक्ष बन्न सक्दा पनि मानिसको हेराइ र व्यवहार सकारात्मक बन्न सक्छ । सबैतिर सकारात्मक सोचाइ र व्यवहारको आवश्यकता छ ।

अभ्यास

१. ठिक भए ठिक (√) र बेठिक भए बेठिक (X) चिह्न लगाऊ :

(क) नराम्रोसँग राम्रो पनि फाल्नुपर्छ । ( )

(ख) हाम्रो सोचाइ पनि हेराइअनुसार हुन्छ । ( )

(ग) हामीले आफ्ना पनि कमजोरी छन् भन्ने सोच्नुपर्छ । ( )

(घ) भित्री आँखाले भित्री शक्तिलाई चिनाउँछ । ( )

(ङ) आफूले आफूलाई चिन्न सक्दा कमजोर बनिन्छ । ( )

Curriculum Development Centre

(च) मानिसले आफ्ना कुरा मात्र ठिक मान्नुपर्छ । ( )

(छ) सबैले सबैलाई सकारात्मक दृष्टिले हेर्नुपर्छ । ( )

२. आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म कसै व्यक्ति, कार्य र घटनालाई सकारात्मक दृष्टिले

(अ) हेर्छु ( ) (आ) हेर्दिनँ ( )

(ख) म पनि भित्री आँखाले कसैको गुणदोष

(अ) देख्छु ( ) (आ) देख्दिनँ ( )

(ग) ममा पक्षपात गर्ने स्वभाव

(अ) छ ( ) (आ) छैन ( )

(घ) म आफूभित्रको शक्ति सक्रिय बनाएर काम गर्न

(अ) चाहन्छु ( ) (आ) चाहन्नँ ( )

(ङ) म अरूको राम्रो कुरालाई महत्त्व

(अ) दिन्छु ( ) (आ) दिन्नँ ( )

(च) म मेरो हेराइ र बोलाइलाई एकतर्फी

(अ) बनाउँछु ( ) (आ) बनाउँदिनँ ( )

(छ) म परिवार, समाज र राष्ट्रमा भएका सकारात्मक कुराहरूको जानकारी

(अ) राख्छु ( ) (आ) राख्दिनँ ( )

(ज) म अरूको कमजोरी देखाएर निन्दा

(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

३. छोटो उत्तर लेख :

(क) नकारात्मक सोचाइ कस्तो हुन्छ ?

(ख) सकारात्मक सोचाइ भनेको के हो ?

(ग) पक्षपातबाट कस्तो सोचाइ बन्छ ?

(घ) भित्री आँखालाई कसरी चिनाउन सकिन्छ ?

Curriculum Development Centre

(ङ) मानिस ठगिनुको कारण के हो ?

(च) कस्तो मानिस पाउन सकिँदैन ?

(छ) कुन बेला हाम्रो हेराइ र बोलाइ एकतर्फी हुन्छ ?

(ज) निराशा हटाउन के गर्नुपर्छ ?

(झ) हजुरआमाको कुरा सुनेर तिमीले के सिक्यौ ?

४. पाठको सारांश आफ्नै शब्दमा लेख ।

५. हजुरआमाले नातिलाई दिएका अर्तीको सार के हो, विश्लेषण गर ।

६. यी काम गर :

(क) कक्षाका दुई जना साथीले अभिनय साथ पाठ पढ र अरूले ध्यान दिएर सुन ।

(ख) कक्षाका सबै साथी दुई समूहमा बस । एउटा समुहले पाठबाट सकारात्मक पक्षलाई जनाउने बुँदाहरू र अर्को समूहले नकारात्मक व्यवहारलाई जनाउने बुँदाहरू टिपोट गरी कक्षामा सुनाऊ ।

(ग) तिम्रो परिवारहरू छिमेक र टोलमा राम्रो व्यवहार गर्ने मानिस हुन सक्छन् । तिनीहरूले गरेको सकारात्मक व्यवहार उल्लेख गर । आफूले गर्न सक्ने दुई ओटा राम्रा काम के के हुन सक्छन् ?

(घ) तलका व्यवहार देखाउनेलाई सुधार गर्न के गर्नुपर्ला, दुई दुई ओटा कुराहरू लेख ।

(क) विद्यालय नगई खेलेर दिन बिताउने

(अ) (आ)

(ख) अरूको चियोचर्चोमा रुचि राख्ने

(अ) (आ)

(ग) घरायसी कुरा सबैतिर भनी हिँड्ने

(अ) (आ)

(घ) केही गर्न सकिनँ भनेर गुनासो गर्ने

(अ) (आ)

(ङ) काममा व्यस्त मानिसलाई विघ्न पुऱ्याउने

(अ) (आ)

Curriculum Development Centre

पाठ
३

अतिले खति

अपेक्षित व्यवहार

- *लोभ नगर्न*
- *इच्छा र आकाङ्क्षालाई नियन्त्रण गर्न*
- *आवश्यकताको प्राथमिकता निर्धारण गरी काम गर्न*
- *अहङ्कार नराखी असल व्यवहार प्रदर्शन गर्न*
- *अरूको उन्नतिबाट प्रेरणा लिन*
- *रिसको आवेग शान्त पार्न*
- *क्षमताअनुसार व्यवहार गर्न*

कुनै जङ्गलमा एउटा स्याल थियो । धेरै दिनदेखि खान नपाएकाले ऊ ज्यादै भोकाएको थियो । खान नपाएर ऊ निकै दुब्लाएको थियो । यताउति हिँड्दा हिँड्दै एक दिन साँझमा ऊ एउटा ठुलो बगैँचाको छेउमा पुग्यो । वरिपरि पर्खाल लगाएर बगैँचालाई घेरिएको थियो । बगैँचामा विभिन्न थरी फल पाकेका थिए । पाकेका फलको भारले रुखका हाँगा भुइँसम्म नुहेका थिए । बगैँचा देखेर स्याल लोभियो । स्याल बगैँचामा पस्न पर्खालको वरिपरि घुम्न थाल्यो । पर्खाल अग्लो थियो । पर्खालको बिचमा बनाइएको ढोका पनि बन्द थियो ।

स्याल पर्खालको वरिपरि घुम्दै थियो । अन्तिममा उसले पर्खाल भत्केर बनेको सानो प्वाल देख्यो । पहिले त उसलाई त्यहाँबाट भित्र छिर्न सकिन्छ भन्ने नै लागेन । भोकले उसको पेट सुकेको थियो । छिर्न सकिन्छ कि भनेर स्याल प्वालमा पस्यो । पर्खालमा धस्सिएर र दलिएर स्याल बल्लतल्ल बगैँचामा पस्यो । पाकेका फल देखेर ऊ ज्यादै खुसी भयो ।

शिक्षण सुझाव

- *इच्छा र आवश्यकतालाई नियन्त्रण गर्नुपर्छ भन्ने सन्देश दिने खालका साना कथा भनी विद्यार्थीहरूमा अनुचित कुरामा महत्त्वाकाङ्क्षी बन्नु नहुने मनस्थिति निर्माण गरिदिनुहोस् ।*
- *घमन्ड गरेर विनाश भएको सन्देश दिने छोटा कथा भन्न लगाई विद्यार्थीहरूलाई विनयी बन्न प्रेरित गर्नुहोस् ।*

Curriculum Development Centre

रातको समयमा बगैँचा सुनसान थियो । स्यालले बगैँचाको चारैतर्फ घुमेर छानी छानी मिठा फल खायो । ऊ अघाएर एउटा रुखमुनि सुत्यो । बगैँचाको नजिकै एउटा जङ्गल पनि थियो । जङ्गली जनावरको आवाज सुनेर स्याल आधा रातमा ब्युँझियो । उसलाई भोक लागेको थिएन । उसले सोच्यो, "सधैँ यहाँ आएर खान पाइने होइन । फल त फेरि खानुपर्‍यो ।" त्यसपछि आधारातमै बगैँचा चाहारेर उसले फल खायो । स्यालको निद्रा पुगेको थिएन । ऊ फेरि एउटा रुखको फेदमा गएर सुत्यो । बिहानीपख स्याल ब्युँझियो । स्यालले उज्यालो भएपछि बगैँचामा मानिस आउँछन् भन्ने ठान्यो र त्यहाँबाट भाग्ने विचार गर्‍यो । उसले बगैँचाबाट भाग्ने बेलामा पनि बाहिर गएपछि केही खान पाइने होइन भन्ने सोच्यो । एक छिनपछि भोक लागिहाल्छ । फल त फेरि खानुपर्‍यो ।

भोक नलागे पनि स्यालले जबरजस्ती फल खान थाल्यो । खाँदा खाँदा उसको पेट फुलेर ठुलो भयो । ऊ दौडन पनि नसक्ने अवस्थामा पुग्यो । उज्यालो भइसकेको थियो । बगैँचाको हेरचाह गर्ने मानिस लाठी लिएर भित्र पस्यो । उसले भित्रबाट फेरि ढोका बन्द गर्‍यो । मानिसलाई देखेर स्याल आत्तियो । ऊ अघिल्ला दिन छिरेर आएको प्वालतिर भाग्यो । स्यालको पेट छिरेन । स्यालले सकेसम्म बल गर्‍यो । ऊ बाहिर निस्कन सकेन । त्यही बेला बगैँचाको हेरचाह गर्ने मानिसले ऊ माथि लाठीले समेत प्रहार गर्‍यो ।

मानिसका अनगिन्ती इच्छा हुन्छन् । उसका आवश्यकता पनि थुप्रै हुन्छन् । यथार्थ यही हो तापनि ती सबै पुरा हुन सक्दैनन् । क्षमताअनुसारको इच्छा गर्ने र नभई नहुने आवश्यकता पुरा गर्ने मानिस सुखी हुन्छ तर ऊ सबै इच्छा र आवश्यकता पुरा भए भन्दैन । मानिसको इच्छा आगो जस्तै बल्दै र बढ्दै जाने शक्ति हो । आगोले सिर्जना र विनाश दुवै गर्छ । कुनै उपायबाट पुरा नहुने वस्तुको इच्छाले मानिसको विनाश पनि हुन सक्छ । आफ्नो क्षमता र परिश्रमको बलबाट पुरा हुन सक्ने इच्छाले मानिसलाई सिर्जनातर्फ अघि बढाउँछ । कहिल्यै नसिद्धिने र सबै पुरा पनि हुन नसक्ने भएकाले नीति वचनमा इच्छालाई सधैँ जवान रहने, बुढाबुढी नहुने शक्ति भनिएको छ ।

संसारमा आवश्यकताको अनुभव नगर्ने कुनै प्राणी छैन । यसमा पनि मानिसको आवश्यकताको त कुनै सीमा छैन । आवश्यकताका पनि तह हुन्छन् । एक थरी पुरा गर्न सकिने र पुरा पनि गर्नै पर्ने आवश्यकता हुन्छन् । अर्का थरी पुरा गर्न नसकिने र पुरा नगरे पनि हुने आवश्यकता हुन्छन् । पहिलो थरी इच्छा पुरा हुँदा मानिस सुखी हुनुपर्छ । दोस्रो थरी आवश्यकता पुरा भएन भनेर दुःखी हुनु हुँदैन । मानिसले आफ्ना आवश्यकताको तह चाहिँ छुट्याउन सक्नुपर्छ । मन र इच्छा जता पायो त्यतै हिँड्छन् । मन पनि तीव्र गतिमा उड्ने वा गुड्ने रथ जस्तो वस्तु

Curriculum Development Centre

भएकाले मनोरथ भन्ने शब्द चलेको छ । मनोरथलाई लगाम लगाएर इच्छाको नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । त्यसबाट मात्र हाम्रो मन पुरा गर्न सकिने आवश्यकतामा केन्द्रित हुन्छ । यो नै सुख, सन्तोष र आनन्द पाउने उपाय हो ।

अनियन्त्रित इच्छा र पुरा गर्न नसकिने आवश्यकताको लोभले मानिसलाई महत्त्वाकाङ्क्षी बनाउँछ । कसै कसैको महत्त्वाकाङ्क्षा जगबिनाको घर जस्तो कमजोर हुन्छ । इच्छा तथा आवश्यकतालाई काबुमा राख्न नसकेर मानिसमा महत्त्वाकाङ्क्षा जाग्छ । सानो सफलताका लागि पनि ठुलो श्रम र साधनाको आवश्यकता पर्छ । कुनै उपायबाट पुरा नहुने महत्त्वाकाङ्क्षी बन्दा कहिलेकाहीँ नराम्रा परिणाम पनि आउन सक्छन् । तिनले हामी सबैको हानि गर्छन् । सही र सकारात्मक विचार एवम् व्यवहारले मानिसलाई महत्त्वाकाङ्क्षी हुनबाट बचाउँछ । त्यसबाट मानिस चिन्तामुक्त हुन्छ । चिन्ता नभएपछि निरोगी र निरोगी भएपछि सन्तोषी भइन्छ । सन्तोष नै ठुलो सुख मानिएको छ । हामीले मानिसले इनार खनेको पनि देखेका छौँ र अग्ला भवन बनाएको पनि देखेका छौँ । इनार खन्ने मानिस जमिनको तल तल जान्छन् । अग्ला भवन बनाउने मानिस चाहिँ माथि माथि जान्छन् । यो सामान्य घटनाबाट पनि हामी शिक्षा पाउँछौँ । आफ्नो कामले मानिसको पतन वा उत्थान हुन्छ । यसरी मानिसलाई पतनतिर लैजान अरू होइन, हाम्रा कतिपय दुर्गुणहरू हुन् । अहङ्कार यस्तै एउटा दुर्गुण हो । मानिसले म र मेरो भन्नु अस्तित्वको खोजी हो । तर 'म' र 'मेरो' मात्र भन्नु अहङ्कारको प्रदर्शन हो । अहङ्कारले मानिसलाई पतनतिर लैजान्छ । अहङ्कारकै कारणले शक्तिशाली व्यक्ति पनि पतन भएका उदाहरण प्राचीन कालदेखि अहिलेसम्म धेरै भेटिन्छन् । घमन्ड पनि पतनका लागि पहिलो पाइलो हो । गुण, क्षमता, ज्ञान र सद्भावको अभावमा घमन्डको जन्म हुन्छ । घमन्डीहरूलाई सफलता पाउन पनि कठिन हुन्छ ।

ईर्ष्या मानिसको हृदयमा रहने विष जस्तै घातक तत्त्व हो । अरूको सुख, उन्नति र सफलतामा भित्रभित्रै जल्ने र अशान्त हुनेहरू ईर्ष्यालु हुन्छन् । ईर्ष्याले व्यक्तिको विकासको बाटोमा अवरोध ल्याउँछ ।

Curriculum Development Centre

बन्द गरिदिन्छ । यो नकारात्मक सोचाइ र हेराइको नतिजा हो । अरूको उन्नतिमा ईर्ष्या गर्नेहरू समाप्त हुन्छन् । त्यसबाट प्रेरणा लिएर अघि बढ्नेहरू सफल हुन्छन् । रिस मानिसको अर्को शत्रु हो । यो पनि विष भन्दा कम घातक हुँदैन । हाम्रा मनका इच्छा जस्तै विभिन्न आवेग पनि छिन छिनमा पैदा भइरहन्छन् । ती सधैँ सक्रिय भइरहन्छन् । अनेक रूपमा तिनीहरू बाहिर प्रकट हुन खोज्छन् । प्रकट भएपछि हाम्रो हानि हुन्छ । रिस यस्तै हानी गर्ने आवेग हो । रिसको आवेगलाई शान्त पार्दा हामीले यसबाट हुने हानि भोग्नुपर्दैन । घमन्ड, ईर्ष्या, रिस जस्ता शत्रुबाट बच्ने मानिस नै उत्तम र सफल हुन्छ । अनावश्यक लोभ नगर्ने मानिसले दुःखी बन्नु पर्दैन । जुनसुकै विषयमा पनि सीमा नाघेपछि दुःख, अशान्ति र आवेग सक्रिय हुन्छन् । आफ्नो सीमा र क्षमता अनुसार व्यहार गर्दा यिनीहरू सक्रिय हुन पाउँदैनन् । त्यसपछि मात्र मानिस वास्तविक मानिस हुन्छ । हामी सबैले वास्तविक मानिस हुन प्रयास गर्नुपर्छ ।

सारांश

मानिसका सबै इच्छा र आवश्यकता सहजै पुरा हुन सक्दैनन् । मानिसले सीमा र सम्भावना भित्रका इच्छा राख्न र आवश्यकता पुरा गर्न प्रयास गर्नुपर्छ । असीमित इच्छा र आवश्यकताले महत्त्वाकाङ्क्षाको जन्म हुन्छ । यो दुःखको कारण हो । हामीमा अनेकौँ मानसिक आवेग पनि पैदा हुन्छन् । ती सक्रिय हुँदा पनि हामीलाई दुःख नै हुन्छ । आफ्नो सीमा र क्षमताअनुसार व्यवहार गर्दा तिनलाई नियन्त्रण गर्न सकिन्छ । यसबाट सुख प्राप्त हुन्छ । त्यसैले भनिएको पनि छ "लोभ पापस्य कारणम् ।"

अभ्यास

१. आफ्नो मूल्याङ्कन आफैँ गर :

(क) म असीमित इच्छालाई सीमामा
(अ) राख्छु ( ) (आ) राख्दिनँ ( )

(ख) मैले लोभले विपत्ति ल्याएको देखेको
(अ) छु ( ) (आ) छैन ( )

(ग) म पुरा गर्नै पर्ने आवश्यकताका लागि प्रयास
(अ) गर्छु ( ) (आ) गर्दिनँ ( )

(घ) म धेरै महत्त्वाकाङ्क्षी
(अ) हुन्छु ( ) (आ) हुन्नँ ( )

(ङ) मलाई अहङ्कार पतनको कारण हो भन्ने
(अ) लाग्छ ( ) (आ) लाग्दैन ( )

Curriculum Development Centre

(च) म अरूको उन्नति देखेर

(अ) ईर्ष्यालु हुन्छ ( ) (आ) प्रेरित हुन्छु ( )

(छ) मलाई अरूले रिसाहा

(अ) भन्छन् ( ) (आ) भन्दैनन् ( )

२. छोटो उत्तर लेख :

(क) स्याल बगैँचामा के कारणले पस्यो ?

(ख) स्याल बगैँचाबाट किन भाग्न सकेन ?

(ग) कस्ता मानिस सुखी हुन्छन् ?

(घ) इच्छालाई नीति वचनमा के भनिएको छ ?

(ङ) मानिस कसरी महत्त्वाकाङ्क्षी हुन्छ ?

(च) सन्तोषी बन्न के गर्नुपर्छ ?

(छ) अहंकारको प्रदर्शन कसरी हुन्छ ?

(ज) कस्ता मानिस ईर्ष्यालु हुन्छन् ?

(झ) कस्तो मानिस असल र सफल हुन्छ ?

(ञ) वास्तविक मानिस हुन के गर्नुपर्छ ?

३. बेठिक भनाइलाई सच्याएर कापीमा लेख :

(क) स्याल धेरै लोभी थिएन ।

(ख) सबै मानिस इच्छा पुरा भए भन्छन् ।

(ग) मन पनि रथ जस्तै तीव्र गतिमा चल्छ ।

(घ) महत्त्वाकाङ्क्षी मानिस दुःखी हुन्छ ।

(ङ) आफ्नै कामले मानिसको उत्थान वा पतन हुन्छ ।

(च) ईर्ष्या र रिस विष बराबर घातक हुन्छन् ।

(छ) हामीलाई वास्तविक मानिस हुनुछ ।

Curriculum Development Centre

४. खाली ठाउँ भर :

(क) धेरै लोभ गर्दा स्याल ....। (भाग्न सक्यो/भाग्न सकेन)

(ख) मानिसका ....इच्छा हुन्छन् । (अनगिन्ती/दुई ओटा)

(ग) आवश्यकता ....हुन्छन् । (तिन थरी/दुई थरी)

(घ) महत्वाकाङ्क्षाले मानिस ....हुन्छन् । (दुःखी/सुखी)

(ङ) घमन्डीहरूलाई ....पाउन कठिन हुन्छ । (विफलता/सफलता)

५. यी काम गर :

(क) पाठमा लोभी स्यालको कथा दिइएको छ। त्यसबाट के सिक्यौ, साथीहरूबिच छलफल गर र त्यसको निष्कर्ष शिक्षकलाई सुनाऊ ।

(ख) मन पर्ने मानिसको ठाउँमा ठिक (√) र मन नपर्ने मानिसको ठाउँमा बेठिक (X) चिह्न लगाऊ :

(अ) अति धेरै लोभ गर्ने ( )

(आ) पुरा गर्न सकिने इच्छा भएको ( )

(इ) असीमित आवश्यकता पुरा गर्न खोज्ने ( )

(ई) अरूलाई दबाएर अघि बढ्न खोज्ने ( )

(उ) घमन्ड नदेखाउने ( )

(ऊ) अर्काको सफलतामा रमाउने ( )

(ए) चाँडै रिसाइ हाल्ने ( )

(ऐ) अरूको कमजोरी देखेर हाँस्ने ( )

(ओ) आफ्नो क्षमताअनुसार काम गर्ने ( )

(औ) सकारात्मक कुरा गर्ने ( )

(ग) आफ्नै काम र कारणले पतनतर्फ लागेको वा उन्नतितर्फ अघि बढेको आफूले चिने जानेको कुनै मानिसको विषयमा लेखेर त्याई कक्षामा सुनाऊ ।

(घ) तिमी परीक्षामा चाहे जस्तो अङ्क ल्याउन के गर्छौ, लेखेर कक्षामा सुनाऊ ।

(ङ) 'रिस खा आफू बुद्धि खा अर्को' यस उखानले हामीलाई के सिकाउँछ, साथीहरूबिच छलफल गर ।

(च) 'लोभ पापस्य कारणम्' भनाइको अर्थ स्पष्ट पार र आधुनिक योगवादी सभ्यताका हानिहरूको विश्लेषण गर ।

Curriculum Development Centre