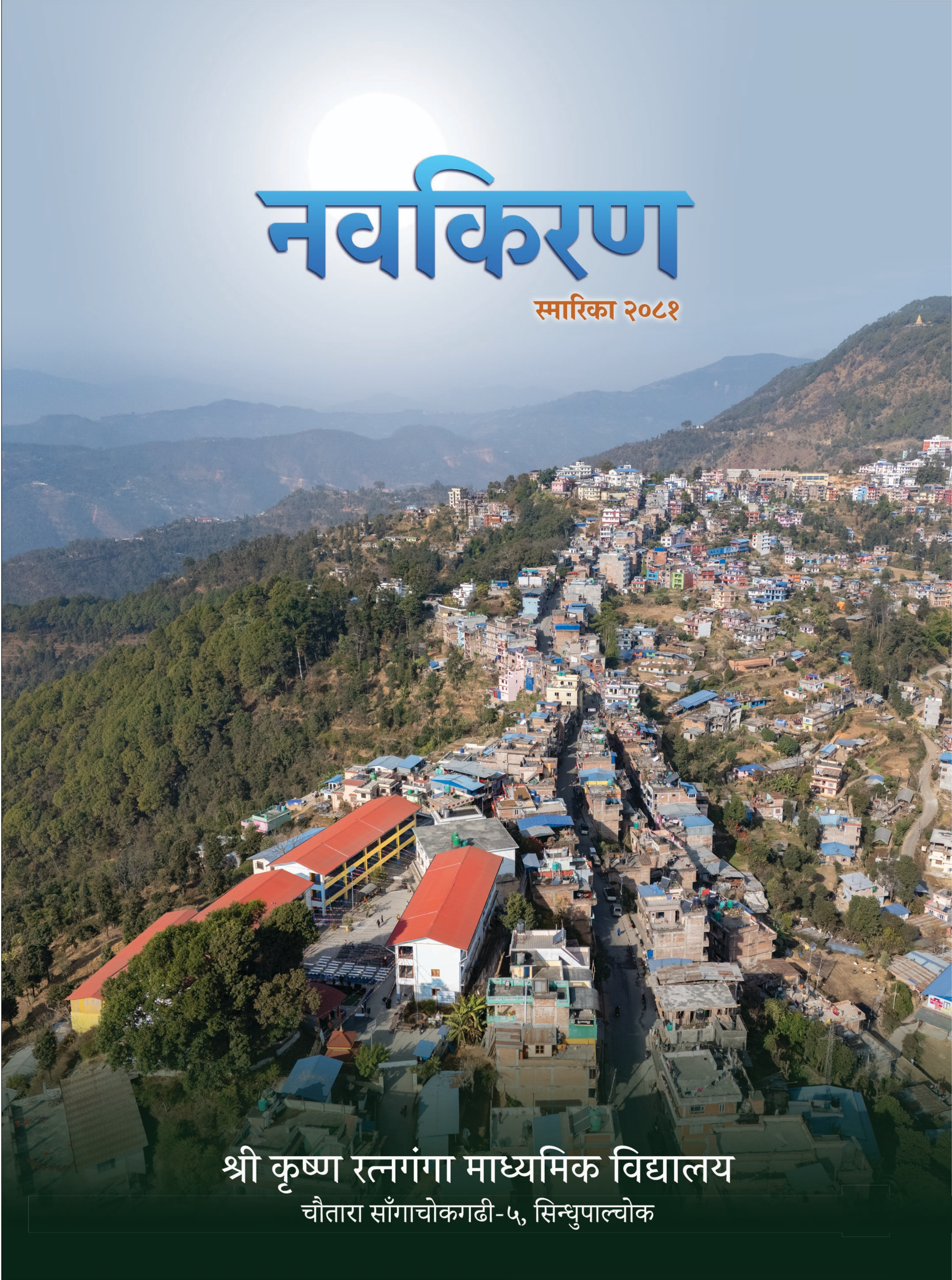
नवकिरण

स्मारिका २०८१



श्री कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालय

चौतारा साँगाचोकगढी-५, सिन्धुपाल्चोक

नवकिरण

स्मारिका २०८१

कृतज्ञता

लामो ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, गौरवमय शैक्षिक एवम् सामाजिक संस्कार बोकेको यस सिन्धुपाल्चोक जिल्लाकै अग्रणी श्री कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालयको ७८औं वार्षिकोत्सवको पुनित अवसरमा वर्ष ५४ अङ्क २९ को नवकिरण समारिका प्रकाशित गर्न पाउँदा हामी विद्यालय परिवार गौरवान्वित भएका छौं । नेपाली धर्ती, आकाश र सिन्धुवासीको अगाध प्रेम, न्यानो स्नेह र निस्वार्थ भावनाको प्रतिफल आज यो विद्यालय हुर्कंदै, बढ्दै, फस्टाउँदै यस महत्वपूर्ण स्थान र स्थितिसम्म पुग्न सफल भएको छ । विगत चार वर्षदेखि लगातार जिल्ला प्रथम र १४०० भन्दा माथि संख्यामा विद्यार्थीहरू अध्ययन-अध्यापन गराउन सफल भई गुणस्तरीय शिक्षाको प्रतीकका रुपमा विभिन्न पदक र पुरस्कार प्राप्त हुनु नै एक आफैमा गौरवान्वितको विषय रहेको छ ।

वि.सं. २०२२ सालमा भित्तेपत्रिकाबाट श्रीगणेश भई वि.सं. २०२४ मा नवकिरण स्मारिकाको रुपमा प्रथम अङ्क विमोचित भएको थियो । तत्कालीन् अभावग्रस्त परिस्थितिमा शिक्षक, विद्यार्थीका साहित्यिक प्लेटफर्मको रुपमा स्थापित यसले राष्ट्रियस्तरका साहित्यकारहरू समेत जन्माउन सफल भएको छ । राष्ट्रको शैक्षिक उन्नयनका साथै नेपाली भाषा र साहित्यको बगैंचामा सुन्दर फूल फुलाउन यो एक अथक प्रयास हो । विद्यालयको गतिविधिका साथै विविध साहित्यिक विधाका सिर्जनाहरूलाई समावेश गरिनु यस पत्रिकाको आकर्षणका विषयवस्तुहरू रहेका छन् । यस अवसरमा स्मारिकाको सम्पूर्ण अग्रजहरूप्रति हार्दिक नमन तथा आभार व्यक्त गर्न चाहन्छौं ।

शिक्षाप्रेमी, बुद्धिजीवि, समाजसेवी, राजनीतिज्ञ, व्यापारी, कर्मचारी वर्गको न्यानो र कोमल मायाका साथ हुर्कन सफल यस विद्यालयबाट शिक्षा हासिल गरी राष्ट्रको विभिन्न उच्च ओहदामा पुग्न सफल व्यक्तिहरू नै यस विद्यालयको कर्तव्यपथका उदाहरणहरू हुन् । गुणात्मक तथा आधुनिक शिक्षाका लागि रुचि राख्ने चौतारा र आसपासका क्षेत्रका अभिभावक तथा बालबालिकाका शैक्षिक केन्द्रका रुपमा परिचित यस विद्यालयले विविध आरोह-अवरोह पार गर्दै लोकतन्त्रको सुनौलो किरण चुम्दै समृद्ध नेपालको दीगो लक्ष्य प्राप्तिका लागि निरन्तर मुस्कुराइरहेको छ ।

विनाशकारी भूकम्पका कारण अपुरणीय क्षति व्यहोर्न परेको यस विद्यालयको पीडालाई कम गर्न तथा विद्यालय स्तरोन्नति र व्यवस्थापन गर्न नेपाल सरकार एवम् एसियाली विकास बैंकको सहयोगमा विद्यालयको स्वामित्वको जग्गामा आधुनिक नवभवन निर्माण भई सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको शैक्षिक जगतमा एउटा नयाँ आयाम थपिएको छ। जसले विद्यालयको गुणस्तरीय सुनिश्चितताको अतुलनीय किरण छर्ने नै छ ।

अन्त्यमा, यस विद्यालयको ७८औं वार्षिकोत्सवको अवसरमा हामीप्रति गहिरो स्नेह र सद्भाव प्रकट गरी आफ्नो शुभेच्छा र शुभकामना प्रदान गर्नुहुने सम्पूर्ण महानुभावप्रति गहिरो आभार प्रकट गर्दछौं । विद्यालयको श्रीवृद्धिका लागि खट्नुहुने शिक्षकवर्ग, व्यवस्थापन समिति, सल्लाहकार समिति, अभिभावक, सहयोगी, चन्दादाता, जग्गादाता तथा स्मारिका प्रकाशनमा आफ्ना अमूल्य सिर्जना प्रदान गर्नुहुने महानुभावहरूप्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रकट गर्न चाहन्छौं । साथै कम्प्युटर डिजाइन तथा सेटिङमा विशेष सहयोग गर्नुहुने श्री प्रभात श्रेष्ठ विशेष धन्यवादका पात्र हुनुहुन्छ ।

वर्ष ५४, अङ्क २९
२०८१ पुस १९ गते

संरक्षक
श्यामकृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष,
विद्यालय व्यवस्थापन समिति
डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक

संयोजक
हरिगोपाल श्रेष्ठ

सदस्यहरु
सरस्वती घिमिरे
विदुर आचार्य
कृष्णगोपाल श्रेष्ठ

प्रकाशक
कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालय
चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
०११-६२०१४२

कम्प्युटर लेआउट
सेवा कम्प्युटर सेन्टर
सिन्धुपाल्चोक, चौतारा
९८५११७४५१४
sewacomputer@gmail.com

संस्थापकहरु

स्व. भक्तध्वज प्रधान

स्व. समुन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका
Chautara Sangachokgadhi Municipality
नगर कार्यपालिकाको कार्यालय
Office of the Municipal Executive
चौतारा, सिन्धुपाल्चोक
Chautara, Sindhupalchok

पत्र संख्या (Letter No.)ः २०८१/०८२

वागमती प्रदेश, नेपाल
Bagmati Province, Nepal

शुभकामना

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको यस चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिकाको गौरवको रुपमा रहेको श्री कृष्ण रत्न गंगा माध्यामिक बिद्यालयको ७८ औं बार्षिकोत्सवको उपलक्ष्यमा प्रकाशित हुने नवकिरण स्मारिका मार्फत् स्थापना दिवसको अवसरमा यस विद्यालयका व्यवस्थापन समिति, अभिभावक, सम्पुर्ण शिक्षक/शिक्षिका, अन्य कर्मचारी तथा विद्यार्थीहरुमा हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

कुनै ब्यक्ति, समुदाय र राष्ट्रलाई असल मार्गको लागि शिक्षा आवश्यक पर्दछ । वि.सं. २००४ सालमा स्थापित भई आफ्नो जन्मकाल देखि नै जिल्लाको विभिन्न क्षेत्रबाट आएका बालबालिकाहरुलाई शिक्षाको उज्यालो छर्दै लक्ष्य सम्म पुऱ्याउन यस विद्यालयले निरन्तर प्रयास जारी राखेको छ । यस विद्यालयले देखाएको बाटोलाई आत्मसाथ गर्दै देशका विभिन्न ओहोदामा पुग्न सफल व्यक्तित्वहरु नै यसका कर्तव्यपथका उदाहरण हुन् ।

यस विद्यालयले सामाजिक रुपान्तरणमा पुऱ्याएको अतुलनिय योगदानको उच्च सम्मानका साथै आगामी दिनमा अझै प्रगति गर्दै जाने विश्वास लिएको छु । यस अवसरमा बिद्यालयको स्थापना गर्न अगुवाई गर्ने र स्थापना काल देखि विभिन्न भूमिकामा रहेर तथा यस विद्यालयबाट अध्ययन गरी राज्यको विभिन्न सेवामा सेवारत सबैको योगदानको स्मरण गर्दछु ।

आधुनिक विश्व परिवेशमा इमान्दार, अनुशासित, लगनशील, सीप र प्रविधियुक्त, प्रतिस्पर्धी एवं दक्ष, सभ्य र सुसँस्कृत नागरिक तयार पार्ने कार्यमा मेरुदण्डको रुपमा रहेको शिक्षालाई गुणस्तरीयता अभिवृद्धि गर्न यस विद्यालयले महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नेछ भन्ने विश्वास लिएको छु ।

अन्तमा, शैक्षिक क्षेत्रको विकास विना समृद्धि सम्भव छैन । त्यसैले शिक्षालाई सीप, श्रम र उत्पादनमा जोड्नु आजको आवश्यकाता रहेकोमा सोहि अनुसार अगाडी बढ्न सक्नेछ भन्ने विश्वास सहित बिद्यालय परिवारलाई ७८ औं बार्षिकोत्सवको अवसरमा बधाई तथा आगामी दिनहरुमा थप सफलताका साथै उत्तरोत्तर प्रगतिको शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

कृष्ण प्रसाद सापकोटा
नगर प्रमुख

http://chautaramun.gov.np/ chautaramun@gmail.com ०११-६२०३१३, ४७७ ०११-६२००४७

☎ : ०११-६२०१०६
☎ : ०११-६२०१३३
फ्याक्स : ०११-६२००८४

नेपाल सरकार
गृह मन्त्रालय
जिल्ला प्रशासन कार्यालय
सिन्धुपाल्चोक
चौतारा

शुभ-कामना

सिन्धुपाल्चोक जिल्ला एकातर्फ बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक भौगोलिक विविधतायुक्त विशेषताले भरिएको सुन्दरता जिल्ला हो। विविधताका बीचमा एकता फैलाउँदै विद्यालयले राष्ट्रिय एकता अखण्डता, जातीय सदभाव र विविध धर्म बीच सौहार्दता कायम राख्न विद्यालय, विद्यार्थी, विद्यालय व्यवस्थापन समिति र अभिभावकको सफल रहेको छ।

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको शैक्षिक धरोहर श्री कृष्ण रत्न गंगा माध्यमिक विद्यालयले मिति २०८१ पौष १९ गते आफ्नो ७८ औं वार्षिकोत्सवको सन्दर्भमा **"नवकिरण स्मारिका"** प्रकाशन गर्न लागेको थाहा पाउँदा खुशी लाग्यो। वि.सं. २००४ सालमा स्थापित यो विद्यालयले २०२२ सालमा एस.एल.सी. र २०५१ सालमा प्लस टु को थालनी गरी विभिन्न भूगोलबाट आएका बालबालिकाहरुलाई शिक्षाको उज्यालो घाम छर्दै लक्ष्यमा अडिग रही अविछिन्न रुपमा सेवारत छ। यस विद्यालयका प्रबुद्ध गुरु वर्गहरुले देखाएको बाटोलाई अनुसरण गर्दै विद्यालयका पूर्व छात्र छात्राहरुले राष्ट्रकै उन्नयनमा उल्लेखनीय भूमिका निर्वाह गरेको दृष्टान्तका रुपमा लिन सकिन्छ ।

शिक्षण विधिहरुमा विज्ञान तथा प्रविधिको उपयोग गरी शिक्षालाई समयानुकुल परिमार्जित एवं परिष्कृत गर्दै शिक्षालाई जीवनपयोगी बनाउनु आजको आवश्यकता हो। त्यसैले, विश्वव्यापीकरण तथा बजारीकरणको माग एवं आवश्यकता अनुकूल गुणस्तरीय, प्रतिस्पर्धी, परिश्रमी र मानवता प्रति उच्च सम्मान राख्न सक्ने प्रतिभावान जनशक्ति उत्पादन गर्न विद्यालय सधैं सफल रहोस भन्ने हार्दिक शुभ-कामना व्यक्त गर्दछु।

धन्यवाद्

२०८१/९/१४
(किरण थापा)
प्रमुख जिल्ला अधिकारी

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका

CHAUTARA SANGACHOKGADHI MUNIPALCITY

५ नं. वडा कार्यालय

5 No. Ward Office

चौतारा, सिन्धुपाल्चोक

Chautara, Sindhupalchok

स्थापित २०७३ ESTD:2073 B.S

बागमति प्रदेश, नेपाल

Bagamati Province, Nepal

पत्र संख्या:२०८१/०८२

चलानी नं.:

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका ५ नं. वडा कार्यालय चौतारा, सिन्धुपाल्चोक बागमती प्रदेश, नेपाल २०७३

शुभकामना !!!

सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको सदरमुकाम चौतारा स्थित वि.स २००४ सालमा स्थापित जिल्लाको ठुलो र जेठो विद्यालय श्री कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालयको ७८ औं वाषिकोत्सव उपलक्ष्यमा विद्यालयको उत्तरोत्तर प्रगति र सफलताको शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

यस विद्यालयले ७८ औं स्थापना दिवसको उपलक्ष्यमा केहि वर्षयता स्मारीका प्रकाशन नभए पनि पुन: प्रकाशनमा ल्याउन लाग्नु भएको र मेरो केहि शुभकामना प्रकाशन गर्ने अवसर प्रदान गर्नु भएकोमा विद्यालय परिवारलाई धेरै धेरै धन्यवाद व्यक्त गर्दछु ।

म लगायत मेरो परिवारको पाँचौं पुस्ताले शिक्षा हासिल गरेको यो विद्यालय स्थापना काल देखी यहाँ सम्म ल्याउनको निम्ति विभिन्न काल खण्डमा विभिन्न बाधा,अबरोध,चुनौती र समस्याहरुको बाबजुत पनि योगदान र सहयोग पुर्‍याउनु हुने आदारणिय शिक्षाविद्,बुद्धिजिबि,समाजसेवी र शिक्षकहरु प्रति हार्दिक नमनका साथै स्मरण गर्न चाहान्छु ।

यस विद्यालय स्थापना काल देखी यहाँ सम्म आइपुग्दा आफ्नो छुट्टै पहिचान र इतिहास कोर्दै नमुना विद्यालय सम्म बन्न सफल भई यस विद्यालयबाट शिक्षा हासिल गरेका विद्यार्थीहरुले राष्ट्रको उच्च ओहोदामा सम्म पुगी राष्ट्रंलाई प्रत्यक्ष एवम् अप्रत्यक्ष रुपमा सहयोग र योगदान पुराईरहेका छन् ।

सवैको साथ र सहयोगबाट यो स्थान सम्म आईपुगेको विद्यालयको शिक्षाको गुणस्तर विगतका दिनहरुमा भन्दा हाल आएर केहि खस्किएको जनगुनासो आईरहेको छ र बढिरहेको छ । तर्सथ शिक्षाको गुणस्तर सुधार र व्यवस्थित गर्न सम्पुर्ण सरोकारवालाहरुलाई एकजुट भई लाग्नपर्ने आवश्यक ठानेको छु ।साथै आम विद्यार्थीको उज्वल भविष्य निर्माणको लागी सहयोग र योगदान पुर्‍याउनुहुनेछ भने आशा र विस्वास लिदै सम्पुर्ण अविभावक,विद्यार्थी,शिक्षक,व्यवस्थापन समिती र विद्यालय परिवारलाई ७८ औ वाषिकोत्सवको अवसरमा हार्दिक मङगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

081/03/18

शिव श्रेष्ठ
वडा अध्यक्ष
५ नं. वडा कार्यालय
चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका

शिव श्रेष्ठ
वडा अध्यक्ष

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
शिक्षा तथा मानव स्रोत विकास केन्द्र
शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ
सिन्धुपाल्चोक

फोन नं: ०११-६२०११७
Fax: ०११-६२००८५
email: edcusindhupalchok2074@gmail.com
web- sindhupalchok.edcu.gov.np

पत्र सं: ०८१/०८२
चलानी नं. ४४२

शुभकामना

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं.५, चौतारा स्थित श्री कृष्णरत्न गंगा मा.वि.ले स्थापनाको ७८ वर्ष पुगेको पुनित अवसरमा मनाउन गइरहेको वार्षिकोत्सव तथा यस अवसरमा 'नवकिरण स्मारिका' प्रकाशन गर्न लागेको थाहा पाउँदा खुसी लागेको छ। यस स्मारिकाले विद्यालयको शैक्षिक गतिवधि सहित विद्यार्थीहरुको अन्तरनिहित प्रतिभा पहिचान गरी सरोकारवालाहरुसम्म पुर्याउने विश्वास लिएको छु।

वि.सं. २००४ सालमा सामुदायिक विद्यालयको रुपमा स्थापना भई यस विद्यालयले शैक्षिक इतिहासमा शिक्षाको ज्योति फैलाउँदै आएको थियो। विद्यालयले एस.ई.ई. परीक्षा, कक्षा १२ को राष्ट्रिय परीक्षाको नतिजामा आफुलाई अब्बल सावित गर्न सकेको छ। आगामि दिनमा विद्यालयले सिप मूलक, रोजगार मूलक र गरीखाने शिक्षा एवं पराम्परागत मूल्य मान्यतामा आधारित सक्षम प्रतिस्पर्धी नैतिकवान जनशक्ति तयार गर्दै सेवा क्षेत्रमा रहेका बालबालिकाहरुलाई विद्यालय भित्राउने, सिकाउने, टिकाउने र विकाउने तर्फमा महत्त्वपूर्ण योगदान दिने विश्वास लिएको छु।

अन्त्यमा कृष्णरत्न गंगा मा.वि. शिक्षक, कर्मचारी, अभिभावक, वि.व्य.स., शि.अ.सं. तथा विद्यार्थीहरुलाई सिकाइ उपलब्धी सुधार र सामाजिक उत्तरदायित्व प्रति प्रतिवद्ध रही रचनात्मक गतिविधिले निरन्तरता हुने अपेक्षा सहित विद्यालयको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दछु।

धन्यवाद !

बैकुण्ठ सुबेदी
इकाइ प्रमुख(उपसचिव)
शिक्षा विकास तथा समन्वय इकाइ सिन्धुपाल्चोक
मितिः २०८१।०९।१६

प्रभावकारी सेवा शैक्षिक स्तरीयता, सिकाइमा सक्षमता हाम्रो आवश्यकता

विद्यालय व्यवस्थापन समिति

श्यामकृष्ण श्रेष्ठ
अध्यक्ष

शान्ति थिङ
सदस्य

ग्याल्बो लामा
सदस्य

निमेश श्रेष्ठ
सदस्य

रेणुका श्रेष्ठ
सदस्य

सन्जीव तामाङ
सदस्य

रोजिना घतानी
सदस्य

विदुरप्रसाद आचार्य
शिक्षक प्रतिनिधि

संसार श्रेष्ठ
पदेन सदस्य

शिव श्रेष्ठ
पदेन सदस्य

डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
सदस्य-सचिव

शिक्षक तथा कर्मचारी

डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक

हर्षलाल तामाङ स. प्रधानाध्यापक	राजु पराजुली शिक्षक	सरस्वती घिमिरे शिक्षक	विनोद नेपाल शिक्षक	मखमली मगर शिक्षक	अशोक कार्की शिक्षक	बोधराज भट्टराई शिक्षक	रेशमबहादुर खत्री शिक्षक	रामहरि मिश्र शिक्षक

हरिगोपाल श्रेष्ठ परीक्षा संयोजक	विदुरप्रसाद आचार्य शिक्षक	मनिषा दंगाल शिक्षक	दिपेश सापकोटा शिक्षक	सुनिल श्रेष्ठ शिक्षक	मीनादेवी श्रेष्ठ शिक्षक	सुवर्णलाल श्रेष्ठ शिक्षक	कृष्णबहादुर श्रेष्ठ शिक्षक	रामप्रसाद शर्मा शिक्षक

होमकुमारी पुरी शिक्षक	राधिका सापकोटा शिक्षक	सरू श्रेष्ठ शिक्षक	जीतेन्द्र लामा शिक्षक	रश्मिला कार्की शिक्षक	मेघनाथ घोरासैनी शिक्षक	रिना महर्जन शिक्षक	हरिप्रसाद ढुंगाना शिक्षक	प्रमिता दुलाल शिक्षक

ध्रुव घोरासैनी शिक्षक	चिनीमाया तामाङ शिक्षक	रमादेवी न्यौपाने शिक्षक	शर्मिला कर्माचार्य शिक्षक	दिलमाया तामाङ शिक्षक	प्रकाश श्रेष्ठ शिक्षक	निर्जन श्रेष्ठ शिक्षक	रीता श्रेष्ठ शिक्षक	गीता केसी आंशिक शिक्षक

साजन घले शिक्षक	मथुरा श्रेष्ठ शिक्षक	गुणकेशरी श्रेष्ठ शिक्षक	ज्वालादेवी श्रेष्ठ शिक्षक	दिया प्रधान शिक्षक	प्रमिला श्रेष्ठ शिक्षक	शर्मिला भण्डारी शिक्षक	देवकी थापा शिक्षक	रजिना श्रेष्ठ शिक्षक

सानुमाया लामा शिक्षक	रमा चौलागाईं शिक्षक	अन्जली स्वगमिखा गुरुङ शिक्षक	सकिना तामाङ शिक्षक	गायत्री श्रेष्ठ शिक्षक	दिपा प्रधान विद्यालय नर्स	कृष्णगोपाल श्रेष्ठ लेखापाल	भीमबहादुर तामाङ लेखापाल

गौरव श्रेष्ठ लाइब्रेरियन	गणेश श्रेष्ठ कार्यालय सहायक	बिन्दा तामाङ कार्यालय सहायक	रामकृष्ण श्रेष्ठ कार्यालय सहायक	अस्मिता श्रेष्ठ कार्यालय सहायक	दिलबहादुर घले सुरक्षा गार्ड	प्रेमबहादुर तामाङ सुरक्षा गार्ड

सल्लाहकार समिति

कमलचरण कक्षपति
संयोजक

ठाकुर श्रेष्ठ
सदस्य

कोमलबहादुर श्रेष्ठ
सदस्य

नेत्रबहादुर घले
सदस्य

राधिका सापकोटा
सदस्य

राजन बुढाथोकी
सदस्य

सुर्यमाया लामा
सदस्य

सावित्री दंगाल
सदस्य

सावित्री अर्याल
सदस्य

शिक्षक अभिभावक संघ

संसार श्रेष्ठ
अध्यक्ष

हरिकुमार श्रेष्ठ
सदस्य

योगेन्द्रमान श्रेष्ठ
सदस्य

आशारानी लामा
सदस्य

विन्दा पुरी
सदस्य

मनकुमारी चुवान
सदस्य

सुर्यमाया लामा
सदस्य

श्यामकृष्ण श्रेष्ठ
पदेन सदस्य

डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
पदेन सदस्य

गीता केसी
सदस्य

रीता श्रेष्ठ
सदस्य-सचिव

पूर्व विद्यार्थी समाज

नगेन्द्रप्रसाद दंगाल
संयोजक

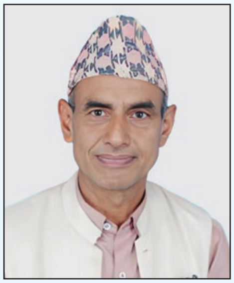
कमलचरण कक्षपति
सदस्य

नरमान श्रेष्ठ
सदस्य

ईश्वरीप्रसाद श्रेष्ठ
सदस्य

हरिचन्द्र कुँवर
सदस्य

रामप्रसाद गौतम
सदस्य



कृष्णप्रसाद शर्मा
सदस्य

दिलकुमारी श्रेष्ठ
सदस्य

प्रभात श्रेष्ठ
सदस्य

दीपक श्रेष्ठ
सदस्य

रोजिना घतानी
सदस्य

रेणुका श्रेष्ठ
सदस्य

डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
सदस्य

कक्षा नर्सरी ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा नर्सरी बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा नर्सरी सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा केजी ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा केजी बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा केजी सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा केजी डी (साथमा शिक्षक)

कक्षा १ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा १ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा १ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा १ डी (साथमा शिक्षक)

कक्षा २ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा २ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा २ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ३ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ३ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ३ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ४ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ४ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ४ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ५ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ५ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ५ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ६ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ६ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ६ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ७ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ७ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ८ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ८ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ९ ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा ९ बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ९ सी (साथमा शिक्षक)

कक्षा १० ए (साथमा शिक्षक)

कक्षा १० बी (साथमा शिक्षक)

कक्षा ११ Education (साथमा शिक्षक)

कक्षा ११ Management English (साथमा शिक्षक)

कक्षा ११ Management Nepali (साथमा शिक्षक)

कक्षा ११ Science (साथमा शिक्षक)

कक्षा १२ Education (साथमा शिक्षक)

कक्षा १२ Management English (साथमा शिक्षक)

कक्षा १२ Management Nepali (साथमा शिक्षक)

कक्षा १२ Science (साथमा शिक्षक)

अध्यक्षको कलम

अभिभावकको सामुदायिक विद्यालयप्रति वितृष्ण बढ्दै गइरहेको सन्दर्भमा ग्रामीण क्षेत्रमा पनि सामुदायिक विद्यालयले पनि अभिभावकको माग र बालवालिकाले अपेक्षा गरे अनुसारको गुणस्तरीय शिक्षा प्रदान गर्न सक्दछ भन्ने गतिलो प्रमाणको रुपमा असल छवि बनाउन सफल जिल्लाकै सबैभन्दा जेठो हाइस्कुलको नामले परिचित यस श्री कृष्ण रत्नगगा माध्यमिक विद्यालयले ७६ वर्ष पूरा गर्दै ७७औं वार्षिकोत्वस ४८औं अभिभावक भेला तथा पूर्व विद्यार्थी समाजको नवौं साधारण सभाको अवसरमा प्रकाशित हुने नवकिरण स्मारिका मार्फत सबैप्रति हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु । यस घडीमा विद्यालयको संस्थापकद्वय स्व. श्री भक्तध्वज प्रधान र स्व. श्री समुद्रप्रसाद श्रेष्ठको स्मरणमा हार्दिक श्रद्धासुमन प्रकट गर्दछु ।

संघीय सरकारको नमूना विद्यालय विकास कार्यक्रममा छनौट हुन सफल यस विद्यालयले स्थापनाको ७७औं वर्षको दौरानमा थुप्रै हेर्न लायक, अनेकौं सम्झन लायक र अनगिन्ती रुपमा सुन्न लायक सफलताका परिदृष्यहरू जिल्ला र देशभित्र मात्र नभएर अन्तर्राष्ट्रिय जगतमा समेत आफ्ना प्रतिभाहरूलाई स्थापित गर्न सक्षम भएको छ ।

विद्यालयको प्रगतिपथमा लामबद्ध भई अनवरत रुपमा लागिरहने विद्यालय व्यवस्थापन समितिका पदाधिकारीहरू, शिक्षक अभिभावक संघका पदाधिकारीहरू, सल्लाहकार समितिका पदाधिकारीहरू, शिक्षक, अभिभावक, प्रदेश सरकार, चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका, पूर्व विद्यार्थी, सहयोगी व्यक्ति, संघसंस्थाहरूप्रति हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु ।

विद्यालयको उन्नति प्रगतिमा सकारात्मक सोचकासाथ एकाकार भई लाग्न सम्पूर्ण प्रवुद्ध एवम् विद्वान वर्गमा आग्रह गर्दछु । विद्यालयका कमीकमजोरीहरूलाई दोहोरिन नदिइ अवसर नै अवसरको श्रृङ्खला निर्माण गर्नुपर्ने आजको प्रमुख आवश्यकता हो । रचनात्मक र अमूल्य रायसुझाव उपलब्ध गराएर विद्यालयलाई प्रगतिको उचाइमा पुऱ्याउन सबैको साथ र सहयोगको कामना गर्दै हार्दिक शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

श्यामकृष्ण श्रेष्ठ
वि.व्य.स.अध्यक्ष

वार्षिक प्रतिवेदन २०८१

डम्बरबहादुर श्रेष्ठ | प्रधानाध्यापक

विद्यालयको इतिहासलाई केलाउँदा आजभन्दा ७७ वर्ष पहिले वि.सं. २००४ साल पौष १९ गतेका दिन हालको कृष्ण मन्दिर (रामझ्रुपडी) को माथिल्लो तलामा स्थानीय शिक्षाप्रेमी व्यक्तित्व स्व. भक्तध्वज प्रधान र स्व. समुन्द्रप्रसाद श्रेष्ठको पहल र अगुवाईमा स्थानीय व्यक्तित्वहरुको सहयोगमा श्री कृष्ण प्राइमरी स्कूलको नामबाट पठनपाठन गर्न शुरु गरिएको थियो। राणा शासनको कडा निगरानी र निरङ्कुश अवस्थालाई वास्ता नगरी विद्यालयको स्थापना गर्नु शासन विरोधी कार्य भएकोले राज्यको धरपकडको कारण विद्यालय स्थायी र नियमित रुपमा एकै स्थानमा सञ्चालन हुन नसकेकोले कहिले मन्दिरमा र कहिले व्यक्तिको घरमा समेत सञ्चालन गर्नु परेको अवस्था भोग्नुपरेको भन्ने जानकारी स्थानीय जानिफकार व्यक्तिहरु बताउनुहुन्छ। वि.सं. २००७ सालमा प्रजातन्त्रको उदय भएपछि शिक्षामा बालवालिकाहरुको रुची बढेको कारणले कृष्ण मन्दिरमा साँघुरो भएकोले सानो टुँडिखेल (हाल निर्वाचन कार्यालय र रेडियो सिन्धु रहेको स्थान) मा मास्टरसाब स्व. यदुनाथ धितालले पठनपाठन सञ्चालन गर्नु भएको मौखिक इतिहास पाइन्छ। सानो टुँडिखेलमा पनि व्यवस्थित रुपमा पठनपाठन गर्न कठिन भएको हुँदा हालको जिल्ला प्रहरी कार्यालय रहेको ठाउँमा लामो जस्ताको टहरामा ठाउँमा विद्यालय सारी विद्यालयको पठनपाठन गर्ने काम भएको थियो। उक्त स्थानमा जिल्ला प्रहरी कार्यालय निर्माण गर्ने सरकारको निर्णय भए अनुसार फेरी विद्यालय भीमसेन स्थान मन्दिरमा सारेर विद्यालय सञ्चालन गरिएको थियो। वि.सं. २०१७ साल सम्म श्री कृष्ण विद्याश्रम मिडिल स्कूलको नामबाट भीमसेनस्थान मन्दिरमा सञ्चालन हुँदै गर्दा वि.सं. २०१८ सालमा समुद्र सतहदेखि १४७० मी. उचाइमा रहेको यसै खर्कडाँडामा विद्यालयको भवन निर्माण भएकोले आफ्नै भवनमा विद्यालयको पठनपाठन सञ्चालन गर्ने कार्य हुँदै आइरहेको छ। वि.सं. २००७ सालको राजनीतिक परिवर्तन पश्चात राज्यबाट प्राइमरी स्कूललाई वार्षिक रु. ५००। मिडिल स्कूललाई वार्षिक रु. ९००। र हाइस्कूललाई वार्षिक रु. ५०००। आर्थिक सहायता उपलब्ध गराउने व्यवस्था थियो। सोही आर्थिक सहायता र समुदायको अभिभावक सहायताले विद्यालय सञ्चालन गर्ने परिपाटी रहेको पाइन्छ। वि.सं. २०२२ सालमा तत्कालीन शिक्षा मन्त्री कीर्तिनिधि विष्टसँग सिन्धुपाल्चोक जिल्लाको तत्कालीन जिल्ला पञ्चायत सभापति स्व. त्रिभुमान श्रेष्ठको पहलमा मिडिल स्कूलबाट हाइस्कूलमा पदोन्नति गर्न अनुरोध गरे अनुसार श्री कृष्ण विद्याश्रम हाइस्कूलमा पदोन्नति भई पहिलो पटक एस.एल.सी. बोर्ड परीक्षामा सामेल भएको

थियो । राष्ट्रिय शिक्षा पद्धतिको योजना (२०२८) दोस्रो चरणको कार्यक्रम लागू भएपछि यस विद्यालयको नाम श्री कृष्ण व्यावसायिक माध्यमिक विद्यालय कायम भयो ।

विद्यालय स्थापना गर्न अतुलनीय योगदान प्रदान गर्नुहुने साहसी व्यक्तित्वहरुको प्रतिफल स्वरुप आजको अवस्थामा आइपुगेको यस श्री कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालयको ७८औं वार्षिकोत्सव समारोह, ५०औं अभिभावक भेला तथा पूर्व विद्यार्थी पूनर्मिलन ऐतिहासिक कार्यक्रम मनाउने क्रममा सभाका आदरणीय अध्यक्षज्यू, प्रमुख अतिथिज्यू, विशेष अतिथिज्यू, अतिथिज्यूह, विभिन्न कार्यालयका कार्यलय प्रमुखज्यूहरु, सञ्चारकर्मी, रेडियोकर्मी, पत्रकारज्यूहरु, शिक्षाप्रेमी, समाजसेवी, बुद्धिजीवी, अभिभावक तथा नगरवासी महानुभावहरु, विद्यालय व्यबस्थापन समितिका सदस्यज्यूहरु, अभिभावक संघका पदाधिकारी, राजनीतिज्ञ, पेशगत संघ संगठनका प्रमुख तथा सदस्य, क्याम्पस प्रमुख, विभिन्न विद्यालयका प्रधानाध्यापक, प्राध्यापक, शिक्षक तथा विभिन्न पेशा व्यबसायमा संलग्न महानुभावज्यूहरु सरोकारवाला महानुभावहरुकासाथै विद्यार्थी भाईबहिनीहरु समक्ष शै.स.२०८१ को वार्षिक प्रगति प्रतिवेदन प्रस्तुत गर्न पाएकोमा आफूलाई गौरवान्वित भएको महसुस गरेको छु ।

सर्वप्रथम संस्थापकद्वय स्व. भक्तध्वज प्रधान तथा स्व. श्री समुन्द्रप्रसाद श्रेष्ठकासाथै विद्यालय स्थापना गर्नको लागि आधारभूमी प्रदान गर्नुहुने स्व. उत्तरध्वज प्रधानप्रति हार्दिक श्रद्धासुमन अर्पण गर्दछु । यसैगरी विद्यालयको भौतिक संरचना निर्माण गर्न र आयआम्दानी वृद्ध गर्नको लागि जग्गा प्रदान गर्नुहुने स्व. त्रिभुमान श्रेष्ठ, स्व. किर्तिबहादुर घले, स्व. सुर्जमान श्रेष्ठ, स्व. रविलोचन शर्माप्रति हार्दिक श्रद्धाञ्जली अर्पण गर्दछु साथै विद्यालय व्यवस्थापन समितिको पूर्व अध्यक्ष एवम् जग्गादाता श्रीमती सितादेवी प्रधानज्यूप्रति आभार व्यक्त गर्न चाहन्छु । वि.सं. २०४५ सालमा विद्यालयको भवनमा मानविकी संकायमा प्रवीणता प्रमाणपत्र तह संचालनार्थ रु. ३७००००। आर्थिक सहयोग प्रदान गर्नुभई वि.सं. २०५२ सालमा तत्कालीन रत्नगंगा क्याम्पस श्री कृष्ण उच्च माध्यमिक विद्यालयमा गाभिन गई हालको श्री कृष्ण रत्नगंगा माध्यमिक विद्यालयमा रुपान्तरण भएको व्यहोरा निवेदन गर्दै शिक्षा क्षेत्रको उन्नयनका लागि उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउनु भएका स्व.रत्नध्वज प्रधान तथा गंगादेवी प्रधानप्रति हार्दिक श्रद्धासुमनसहित सदा स्मरणीय व्यक्तित्वको रुपमा सम्मानभाव प्रकट गर्दछु ।

विद्यालयमा कार्यरत उत्कृष्ट शिक्षकमध्येबाट १ जना र अभिभावकमध्येबाट १ जनालाई सम्मान गर्ने कार्यक्रमलाई निरन्तरता प्रदान गर्नु भएकोमा असलनारायण मानकुमारी स्मृति प्रतिष्ठान चौताराप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । त्यस्तै विगत वर्षदेखि विद्यालयमा कार्यरत कर्मचारीहरुमध्ये १ जनालाई सम्मान तथा कदर पत्र प्रदान गर्ने कार्यलाई निरन्तरता प्रदान गर्नु भएकोमा सर्वपक्ष साप्ताहिक र दु:खी प्रकाशनका अध्यक्ष वरिष्ठ पत्रकार श्री सुरेश कसजुज्यूलाई हृदयदेखि धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । सुनकोशी गाँउपालिका सुनखानी निवासी श्री प्रेम तामाङले यस विद्यालयमा अध्ययरत ३ जना छात्रछात्राहरुलाई पठनपाठन लगायत विद्यालयको सहयोग रकम र घरायसी खर्च व्यबस्थापनमा समेत सहयोग उपललब्ध गराउनु भएकोमा हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु । कक्षा १२ विज्ञान विषयमा अध्ययनरत १ जना विद्यार्थीलाई शैक्षिक सहायताको लागि छात्रवृत्ति उपलब्ध गराई सहयोग गरिदिनु भएकोमा Answer नेपाल काठमाण्डौ प्रति धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । त्यस्तै कक्षा १२ व्यवस्थापन विषय समूहमा अध्ययनरत १ जना विद्यार्थीलाई शैक्षिक सहायता उपलब्ध गराएर छात्रवृत्ति प्रदान गर्नुहुने छिरिङस् फन्ड USA का नेपाल प्रतिनिधि विष्णु भण्डारीज्यूप्रति हार्दिक अभार प्रकट गर्दछु । यस विद्यालयबाट २०४८ सालको एस.एल.सी. परीक्षामा सम्मिलित व्याजको तर्फबाट विद्यालयको हातामा १ थान टेबलटेनिस बोर्ड निमार्ण गरी विद्यार्थीको शारिरीक एवं मानसिक विकास गर्न मद्दत पुऱ्याउन सहयोग गर्नु भएकोमा SLC व्याज २०४८ प्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु ।

स्थापना कालदेखि विद्यालयलाई स्तर बृद्धि गर्दै भौतिक र शैक्षिक रुपमा जिल्लाकै उत्कृष्ट विद्यालय बनाउने कार्यमा अग्रणी भूमिका निर्वाह गर्नुहुने आदरणीय अग्रज व्यक्तित्व स्व. विकुलाल श्रेष्ठ, पूर्व

सांसद तथा जि.वि.स. सभापति स्व.चन्द्रलाल श्रेष्ठ, स्व.रत्नध्वज प्रधान, स्व.चन्द्रप्रसाद श्रेष्ठ, स्व.त्रिभुमान श्रेष्ठ, स्व.रविलोचन शर्मा, स्व.खिलबहादुर भाबुक, स्व.किर्तिबहादुर घले, स्व.नरबहादुर श्रेष्ठ, स्व. हिमालयप्रसाद दंगाल, स्व. डम्बरबहादुर सापकोटा, स्व.रामप्रसाद घिमिरे, पूर्व माननीय साँसद श्री कृष्णराज श्रेष्ठ, राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोगका पूर्व माननीय सदस्य श्री गौरी प्रधान, पूर्व माननीय साँसद श्री सुभाष कर्माचार्य, सम्माननीय पूर्व सभामुख श्री अग्नीप्रसाद सापकोटा, श्री हिमालयप्रसाद दंगाल, श्री रामबहादुर कार्की, तत्कालीन प्र.जि.अ. तथा पूर्व मुख्य सचिव श्री विमलप्रसाद कोईराला, वागमती प्रदेश सभा सदस्य पूर्व मन्त्री माननीय श्री युवराज दुलाल 'शरद' लगायत विद्यालयको विकासमा महत्वपूर्ण सहयोग गर्नुहुने सम्पूर्ण महानुभावहरुप्रति हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्न चाहन्छु । यसका साथ विद्यालयमा निरन्तर सेवारत भै विद्यालयको विकासमा तल्लीन तत्कालीन प्रधानाध्यापक पञ्चराम श्रेष्ठ, श्याम गोपाल श्रेष्ठ, प्रयागमान श्रेष्ठ, शशिकला शर्मा, राजेन्द्रप्रसाद शर्मा, बलभन्द्र क्षेत्री, शुशिलचन्द्र अमात्य, भवानी विक्रम राणा, कोमल चन्द्र कर्माचार्य, बासुदेव भट्ट, पुण्यप्रसाद न्यौपाने, पुण्यप्रसाद दंगाल, महलकाजी योगल, स्व.लिलानाथ पौडेल, धिर्जबहादुर कायस्थ, नगेन्द्रप्रसाद दंगाल, राजेन्द्रकुमार कार्की र ध्रुवलाल श्रेष्ठप्रति हार्दिक आभार व्यक्त गर्न चाहन्छु । यसैगरी विद्यालय व्यबस्थापन समितिको अध्यक्ष भई महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउनु हुने स्व. श्री भक्तध्वज प्रधान, श्री सितादेवी प्रधान, स्व.किर्तिबहादुर घले, स्व. खिलबहादुर भावुक, स्व.त्रिभुमान श्रेष्ठ, स्व. रत्नप्रसाद श्रेष्ठ (भाइकाजी), पूर्व माननीय साँसद श्री कृष्णराज श्रेष्ठ, श्री कुलवीरसिं खड्का, श्री ईश्वरी प्रसाद श्रेष्ठ र हाल अध्यक्षको रुपमा कार्यरत श्री श्यामकृष्ण श्रेष्ठ लगायत विद्यालय ब्यबस्थापन समितिका पूर्व तथा वर्तमान सदस्यज्यूहरु तथा अभिभावक संघका पूर्व तथा वर्तमान पदाधिकारीज्यूहरुप्रति उहाँहरुले गर्नुभएको सेवाको हृदयदेखि प्रशंसा गर्दै हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापन गर्दछु । साथै पूर्व विद्यार्थी समाजका अध्यक्ष श्री नगेन्द्रप्रसाद दंगाल तथा पदाधिकारीज्यूहरुप्रति उहाँहरुको सहयोगको उच्च कदर गर्दै हार्दिक आभार व्यक्त गर्दछु ।

यस विद्यालयको सुरक्षा व्यवस्थापनको लागि पक्की घेराबार निर्माण गर्न विशेष पहल गरी सहयोग उपलब्ध गराउनु हुने बाग्मती प्रदेश सरकारका पूर्व भौतिक पूर्वाधार विकास मन्त्री एवम् माननीय श्री युवराज दुलालज्यूप्रति हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु । विद्यालयको हाताभित्र सरस्वती माताको मन्दिर निर्माण गरी शोभा बढाउने कार्य गर्नु भएकोमा जुगल गाउँपालिकाका हाल काठमाण्डौ निवासी अ. प्रा. उपरथी श्री पूर्णबहादुर सिलवालज्यूप्रति हार्दिक कृतज्ञता प्रदान गर्दछु । विद्यालयमा अध्ययनरत कक्षा १ देखि १० सम्मका ६९ जना छात्राहरुलाई स्टेशनरी लगायत शैक्षिक सहायता उपलब्ध तथा कक्षा ११ र १२ का २७ जना छात्राहरुलाई निशुल्क अध्ययन गर्न सहयोग उपलब्ध गराउनु हुने ग्रामीण स्वास्थ्य शिक्षा सेवा गुठी (रेष्ट) नेपालप्रति आभार प्रकट गर्दछु ।

विद्यालयमा आर्थिक व्यवस्थापन गरी पूर्ण निशुल्क प्रत्याभूत गर्न अक्षयकोष स्थापनार्थ शुरुवात गर्नहुने शिक्षाप्रेमी अभिभावकज्यूहरु पूर्व प्रधानाध्यापक श्री ध्रुवलाल श्रेष्ठ, विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष श्री श्यामकृष्ण श्रेष्ठ, पूर्व विद्यार्थी बुढाथोकी, जीवनप्रसाद कक्षपति, दिलिप बस्नेत, श्यामकुमार सापकोटा, हरि कुमार श्रेष्ठ, थापा इन्टरप्राइजेज चौताराका प्रोपाइटर श्री भुपेन्द्र थापाज्यूहरुप्रति हार्दिक सम्मानभाव प्रकट गर्दछु ।

यस विद्यालयको पूर्व विद्यार्थी एवम् शिक्षक श्री लालबाबु खड्काले गत वर्षदेखि लगनशील तथा जेहेन्दार विद्यार्थीको लागि छात्रवृत्ति सहयोगलाई निरन्तरता दिँदै रु. ५० हजार सहयोग उपलब्ध गराउनु भएकोमा हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु । महिमा बहुउद्देश्य बचत तथा ऋण सहकारी चौताराले पुरस्कार सहयोगको लागि ७ हजार रुपैया उपलब्ध गराउनु भएकोमा हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु ।

वि.स. २०१७ सालमा नि.मा.वि. २०२२ सालमा मा.वि. र २०५१ सालमा उच्च मा.वि. हुदै कक्षा १२ सम्मको अध्ययन अध्यापन भईरहेको यस विद्यालयमा कक्षा ११ र १२ मा विज्ञान, मानविकी, शिक्षा र व्यवस्थापन विषय समूहको पठनपाठन हुँदै आइरहेको

छ। बाल विकास कक्षादेखि १२ सम्म अंग्रेजी माध्यमबाट कक्षाहरु सञ्चालन भइरहेको व्यहोरा अनुरोध गर्दछु। हालसम्म आर्थिक तथा भौतिक सहयोग उपलब्ध गराएर सहयोग पुऱ्याउनु हुने सम्पूर्ण शिक्षाप्रेमी महानुभावहरुकासाथै महत्वपूर्ण सल्लाह सुझाव उपलब्ध गराउनु भएर रचनात्मक सहयोग पुऱ्याउनु भएकोमा पूर्व विद्यार्थी मित्रहरु र अभिभावकज्यूहरु तथा सहयोगी संघसंस्थाहरुलाई हार्दिक धन्यवाद व्यक्त गर्न चाहन्छु।

१.आर्थिक सहायता :

तत्कालिन रत्नगंगा क्याम्पस स्थापना एवं संचालनार्थ आर्थिक सहयोग गर्नुहुने साथै विभिन्न शिर्षकमा विभिन्न समयमा आर्थिाक सहायता प्रदान गर्नुहुने महानुभावहरुको नामावली

क्र.स.	नाम थर	रकम
१	स्व.रत्नध्वज प्रधान तथा गंगादेवी प्रधान	३७००००।०
२	तत्कालीन चौतारा गाउँ विकास समिति	१३९२५।
३	श्री कृष्णराज श्रेष्ठ	१३१५२।
४	स्व.रामप्रसाद घिमिरे	११५००।
५	स्व.सुर्यमान श्रेष्ठ	११११११
६	श्री रत्न बहादुर थापा	१०५५५।५५
७	श्री नारायणकाजी श्रेष्ठ	१०५००।
८	स्व. पहलमान श्रेष्ठ	१०१०१।
९	श्री गणेशमान श्रेष्ठ	१०१०१।
१०	श्री राम बहादुर कार्की	१००००।
११	श्री गौरी प्रधान	१००००।
१२	श्री रमेशकुमार श्रेष्ठ	१००००।
१३	श्री गम्भीरलाल श्रेष्ठ/श्री उत्तमदेवी श्रेष्ठ	१४१११।
१४	श्री लाल बहादुर श्रेष्ठ	१००००।
१५	डा.आनन्द श्रेष्ठ(विज्ञान संकायको प्रयोगात्मक सामग्री खरिद गर्न)	१००१११।
१६	श्री रामचन्द्र श्रेष्ठ	१२०५००।
१७	सोसाइटी अफ नेपलिज इन अमेरिका (रामचन्द्र श्रेष्ठ)	१००००००।
१८	श्री अनिता श्रेष्ठ	१००००।
१९	श्री हरि दवाडि	२००००।
२०	डा.आनन्द श्रेष्ठ (०७१/०७२)	११११११२।
२१	श्री रमेश भण्डारी	७४२३७१९७
२२	जापानी विद्यार्थी समुह (शम्भु पोखरेल मार्फत)	३५००००।
२३	श्री डा. पूर्ण सिलवाल नगद	५१०००।

क्र.स.	नाम थर	रकम
२४	श्री डा. पूर्ण सिलवाल (विद्यालय हातामा सरस्वती मन्दिर निर्माण)	१३०००००।
२५	श्री उमेश कसजु	१५००००।
२६	श्री सि.ई. गोविन्द श्रेष्ठ	३१०५८४।
२७	श्री ध्रुवलाल श्रेष्ठ (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	५००००।
२८	श्री श्यामकुमार सापकोटा (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	२५०००।
२९	श्री हरिकुमार श्रेष्ठ (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	५६००।
३०	श्री दिलीप बस्नेत (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	५००००।
३१	श्री श्यामकृष्ण श्रेष्ठ (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	५००००।
३२	श्री जीवन कक्षपती (अक्षयकोष स्थापनार्थ)	२५०००।
३३	श्री केदारनाथ आचार्य	२००००
३४	श्री गेहेन्द्र, दुलबहादुर र मिनबहादुर बुढाथोकी	२००००
३५	श्री रामचन्द्र श्रेष्ठ-ज्योति स्मृति प्रतिष्ठान छात्रवृत्ति कोष (०८१।०८२)	५०००००।
३६	श्री भुपेन्द्र थापा (०८१।०८२) अक्षयकोष स्थापनार्थ	५११११।
३७	श्री महिमा बहुउद्देश्य बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लि पुरस्कार सहयोगको लागि	७०००।
३८	श्री लालबाबु खड्का विद्यार्थी छात्रवपृत्तिको लागि २०८१	५००००।

२. छात्रवृत्ति विवरण :

RHEST **छात्रवृत्ति विवरण** :

कक्षा १ देखि कक्षा १० सम्मका छात्राहरुलाई विद्यालय पोषाक र स्टेशनरी जम्मा ६९ जना र कक्षा ११ र १२ मा अध्ययनरत निम्न ४१ विद्यार्थीहरुलाई निशुल्क छात्रवृत्ति प्रदान गरिएको छ ।

SN	Students' Name	Grade	Types of Scholarship
1	Gracy Ghale	2	Uniform/Stationery
2	Sapana Thapa	3	Uniform/Stationery
3	Rabina Syangbo	3	Uniform/Stationery
4	Shriya Tamang	3	Uniform/Stationery
5	Nishma Ghale	4	Uniform/Stationery
6	Aaroshi Tamang	4	Uniform/Stationery
7	Ronisha Thapa Magar	4	Uniform/Stationery
8	Apeskhya Ghale	4	Uniform/Stationery
9	Rabina Tamang	4	Uniform/Stationery
10	Saira Nepali	4	Uniform/Stationery

SN	Students' Name	Grade	Types of Scholarship
11	Pratima Ghising	4	Uniform/Stationery
12	Pasang Dolma Tamang	4	Uniform/Stationery
13	Subina Kapali	4	Uniform/Stationery
14	Sipora Bhanila Sunuwar	4	Uniform/Stationery
15	Sadhiksya Kapali	4	Uniform/Stationery
16	Dolma Sherpa	5	Uniform/Stationery
17	Pramila Tamang	5	Uniform/Stationery
18	Alisha Shrestha	5	Uniform/Stationery
19	Simran Tamang Lama	5	Uniform/Stationery
20	Anu Baiju	5	Uniform/Stationery
21	Reksana Giri	5	Uniform/Stationery
22	Soniya Tamang	5	Uniform/Stationery
23	Karina Shrestha	5	Uniform/Stationery
24	Samjhana Karki	5	Uniform/Stationery
25	Ritisha Acharya	5	Uniform/Stationery
26	Sahara Sunuwar	5	Uniform/Stationery
27	Ritu Khil Kumari Giri	5	Uniform/Stationery
28	Sunita Lama	5	Uniform/Stationery
29	Ashisma K.C	6	Uniform/Stationery
30	Neharika Joshi	6	Uniform/Stationery
31	Jenisha Ghatani	6	Uniform/Stationery
32	Pari Thapa	6	Uniform/Stationery
33	Dipika Shrestha	6	Uniform/Stationery
34	Tika Devi Giri	7	Uniform/Stationery
35	Ram Maya Tamang	7	Uniform/Stationery
36	Apsara Tamang	7	Uniform/Stationery
37	Kabita Tamang	7	Uniform/Stationery
38	Jenisha Ghale	7	Uniform/Stationery
39	Sandhya Shrestha	7	Uniform/Stationery
40	Puja Nepali	7	Uniform/Stationery
41	Anju Tamang	8	Uniform/Stationery
42	Nisma Shrestha	8	Uniform/Stationery
43	Gayatri Acharya	8	Uniform/Stationery
44	Ritu Ghale	8	Uniform/Stationery

SN	Students' Name	Grade	Types of Scholarship
45	Sabu Shrestha	8	Uniform/Stationery
46	Sadina Khatri	8	Uniform/Stationery
47	Shriya Tamang	8	Uniform/Stationery
48	Sudikshya Karki	8	Uniform/Stationery
49	Debaki Tamang	8	Uniform/Stationery
50	Susmita Tamang	9	Uniform/Stationery
51	Ritika Shrestha	9	Uniform/Stationery
52	Sujata Tamang	9	Uniform/Stationery
53	Mamata Shrestha	9	Uniform/Stationery
54	Sanju Kapali	9	Uniform/Stationery
55	Nisha Shrestha	9	Uniform/Stationery
56	Sharmila Gole	9	Uniform/Stationery
57	Rukshar Thapamagar	9	Uniform/Stationery
58	Sunidhi kachapati	9	Uniform/Stationery
59	Samikshya Ghale	9	Uniform/Stationery
60	Tina Shrestha	9	Uniform/Stationery
61	Sun Maya Tamang	10	Uniform/Stationery
62	Garima Nepal	10	Uniform/Stationery
63	Aashika Khatri	10	Uniform/Stationery
64	Helen Tamang	10	Uniform/Stationery
65	Sajina Tamang	10	Uniform/Stationery
66	Swaita Karki	10	Uniform/Stationery
67	Laxmi Pariyar	10	Uniform/Stationery
68	Aangchori Sherpa	10	Uniform/Stationery
69	Sushma Shrestha	10	Uniform/Stationery
70	अन्जना लामा	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
71	विकिसा कुँवर	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
72	विमु तामाङ	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
73	रेष्मा घले	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
74	सन्ध्या श्रेष्ठ	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
75	सन्जीना खनाल	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
76	कुसुम रिजाल	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
77	सुजिता पुरी	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क

SN	Students' Name	Grade	Types of Scholarship
78	रमिता सापकोटा	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
79	दिपीका खत्री	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
80	देवकी श्रेष्ठ	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
81	सलिना श्रेष्ठ	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
82	मलिका खड्का	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
83	अन्जली लामा	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
84	सरस्वती शाक्य	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
85	नम्रता गुरुङ	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
86	सलिना परियार	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
87	दिपिका तामाङ	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
88	देब्यानी ढुङ्गाना	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
89	सन्ध्या श्रेष्ठ	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
90	निर्जना घले	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
91	देवी तामाङ	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
92	अनिता कार्की	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
93	लिलामाया श्रेष्ठ	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
94	सुष्मा सापकोटा	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
95	कालिका खत्री	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क
96	अलिषा भण्डारी	१२	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क

Answer Nepal **छात्रवृत्ति विवरण** :

१	निहारिका मास्के	११	पोशाक एवम् सम्पूर्ण शुल्क

बद्रीनाथ न्यौपाने छात्रवृत्ति विवरण :

१	रोनिसा थापामगर	४	५०००
२	कविराज थापा	६	५०००

शम्भु शंकर स्मृति छात्रवृत्ति कोष मार्फत छात्रवृत्ति प्राप्त गर्नेको विवरण :

१	प्रशन्न श्रेष्ठ	५	५०००

२	सन्जिता बाँनिया	१	५०००

छिरिङ फन्ट USA छात्रवृत्ति विवरण :

१	कन्चन वि.क.	१२	सम्पूर्ण शुल्क

लालबाबु खड्का मार्फत विवरण हुने गरीब तथा जेहेन्दार छात्रवृत्ति प्राप्त गर्ने विद्यार्थीहरुको नामावली

क्र.स.	विद्यार्थीको नाम	कक्षा	रकम
१	सलिना श्रेष्ठ	१२	१५०००
२	निरज शर्मा	१२	१५०००
३	विशाल पुरी	११	५०००
४	सुसन खत्री	४	५०००
५	सोफिया कार्की	१०	५०००
६	यान्जी लामा	७	५०००

महिमा बहुउदेशीय सहकारी संस्थाबाट प्राप्त गर्ने विद्यार्थीहरुको नामावली

क्र.स.	विद्यार्थीको नाम	कक्षा	रकम
१	मिलन तामाङ	४	५०००

ज्योति स्मृति प्रतिष्ठान छात्रवृत्ति (विज्ञान विषय – ११/१२ मा अध्ययनरत)

क्र.स.	विद्यार्थीको नाम	कक्षा	रकम
१	शिखरनारायण श्रेष्ठ	११	१००००
२	सुदिप महत	११	१००००

तुल्सी हिरा छात्रवृत्ति कोष

क्र.स.	विद्यार्थीको नाम	कक्षा	रकम
१	नारायण काजी थापा	११ विज्ञान समुह	१००००
२	विष्णु लामा	९	५०००

२०८१ को ७८औं वार्षिकोत्सवको पुरस्कारको लागि आर्थिक सहयोग प्रदान गर्नुहुने व्यक्ति/संस्थाहरुको नामावली

क्र.स.	व्यक्ति/संस्थाहको नाम	ठेगाना	रकम
१	इ.श्री गोविन्द श्रेष्ठ	चौतारा	१००००।

सिन्धु एफएमबाट प्राप्त छात्रवृत्ति विवरण

क.स.	विद्यार्थीको नाम	कक्षा	
१	प्रेम लामा	११	
२	तुलसा थापा	१२	

WFP बाट २०८० पौष २३ गते प्राप्त सामानहरू

१	प्लेट	- ६३४ थान
२	डेक्ची	- थान १
३.	डेक्ची विर्को	- थान १
४.	ठुलो कराइ	- थान १
५.	वाल्टी	- थान १
६.	जग	- थान १
७.	डाडु	- थान १
८.	पन्यू	- थान १
९.	चम्चा	- ६३४ थान

- चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ६ निवासी श्री तिर्थ बहादुर बुढाथोकीको ८४औं पुजा (तुलादान) कार्यक्रमबाट संकलित रकम रु २०,०००। छोरा श्री गेहेन्द्र बहादुर बुढाथोकी, दुल बहादुर बुढाथोकी र मिन बहादुर बुढाथोकीको तर्फबाट विद्यालयमा अक्षयकोष स्थापना गर्नको लागि हन्तान्तरण गरियो । मिति २०८०।१०।०४ गते
- चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका वडा नं. ६ गिदाने निवासी श्री केशरनाथ उपाध्याय (आचार्य) बाट स्व.पिता बद्रीनाथ उपाध्याय (आचार्य) को स्मृतिमा रु २०,०००। (विस हजार) विद्यालयमा अक्षयकोष स्थापना गर्नको लागि हन्तान्तरण गरियो । मिति २०८०।१०।०५ गते
- राम चन्द्र श्रेष्ठ ५ लाखको अक्षयकोष निर्माण

४. विद्यार्थी विवरण :

प्रारम्भिक कक्षा बाल विकास देखि १२ सम्म सञ्चालित यस विद्यालयको चालु शैक्षिक सत्र २०८१ को कक्षागत विद्यार्थी विवरण देहायको तालिकामा उल्लेख गरिएको छ ।

कक्षागत विद्यार्थी विवरण

Class	Adibashi/ Janajati			Brahmin/ Chhetri			Dalit			Madhesi			Others			Grand Total		
	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total
One	58	64	140	10	16	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	68	80	148
Two	50	50	100	2	1	3	1	0	1	1	0	1	0	0	0	54	51	105
Three	41	42	83	7	3	10	0	1	1	0	1	1	0	0	0	48	47	95
Four	66	53	112	7	8	15	1	2	3	0	0	0	0	0	0	74	63	137
Five	42	39	81	6	3	9	1	1	2	0	0	0	0	0	0	49	43	92

Class	Adibashi/ Janajati			Brahmin/ Chhetri			Dalit			Madhesi			Others			Grand Total		
	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total	M	F	Total
Six	35	24	59	6	4	10	1	1	2	1	0	1	1	1	2	44	30	74
Seven	30	31	61	7	7	14	1	1	2	0	0	0	0	0	0	38	39	77
Eight	26	28	45	7	11	18	1	1	2	0	0	0	0	0	0	34	40	74
Nine	45	40	85	13	8	21	1	2	3	0	0	0	0	0	0	59	50	109
Ten	18	22	39	9	12	21	1	4	5	0	0	0	0	0	0	28	38	66
Eleven (MGT English)	10	10	20	4	5	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	14	15	29
Twelve (MGT English)	19	8	27	5	10	15	2	2	4	0	0	0	0	0	0	26	20	46
Nursery	26	22	91	1	1	2	0	0	0	0	1	1	29	24	0	56	48	104
Eleven (MGT Nepali)	10	8	18	1	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	11	10	21
Eleven (Education)	10	15	25	2	6	8	2	0	2	0	0	0	0	0	0	14	21	35
Eleven (Science)	2	2	4	3	4	7	1	0	1	0	0	0	1	2	3	7	8	15
Twelve (MGT Nepali)	12	0	8	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	0	13
Twelve (Education)	13	30	43	2	4	6	0	3	3	0	0	0	0	0	0	15	37	52
Twelve (Humanities)	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
Twelve (Science)	2	2	4	3	4	7	1	0	1	0	0	0	1	2	3	7	8	15
Eleven (MGT Nepali Computer)	2	0	2	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3	0	3
Twelve (MGT Nepali Computer)	2	0	2	3	3	6	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5	4	9
Eleven (EDU. COMPUTER)	2	6	8	3	2	5	0	1	1	0	0	0	1	0	1	6	9	15
Twelve (Edu.Com-puter)	6	9	15	7	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	9	22
Twelve (Science) S	7	4	11	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1	1	8	6	14
Eleven (Science) S	1	8	9	4	3	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	11	16
KG	51	47	98	2	0	2	0	1	1	0	1	1	0	0	0	53	49	102
Humanities eleven	5	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	4	9
Open	**8**	**7**	**15**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	**0**	8	7	15
Total	**599**	**575**	**1205**	**117**	**118**	**235**	**15**	**20**	**35**	**2**	**3**	**5**	**33**	**31**	**61**	**766**	**747**	**1513**

(६) शिक्षक तथा कर्मचारी विवरण :

सि.न.	नाम थर	पद	तह	योग्यता
१	डम्बर बहादुर श्रेष्ठ	प्रधानाध्यापक	मा.शि.द्वितीय	एम.ए./एम.एड
२	हर्षलाल तामाङ	सहायक प्रधानाध्यापक	मा.शि.तृतीय	एम.ए./एम.एड
३	राजु पराजुली	शिक्षक	मा.शि.तृतीय	एम.एड
४	सरस्वती घिमिरे	शिक्षक	मा.शि.तृतीय	एम.एड
५	विनोद नेपाल	शिक्षक	मा.शि.तृतीय	एम.एड.
६	मखमली मगर	शिक्षक	मा.शि.तृतीय	एम.एड.
७	अशोक कार्की	शिक्षक	मा.शि.तृतीय	एम.ए.
८	बोधराज भट्टराइ	शिक्षक	मा.शि. करार	एम.एस्सी
९	रेशम बहादुर खत्री	शिक्षक	मा.शि. करार	एम.वि.एस
१०	रामहरि मिश्र	शिक्षक	मा.शि. करार	एम.एस्सी
११	हरिगोपाल श्रेष्ठ	परीक्षा संयोजक	नि.मा.शि. प्रथम	एम.ए./वि.एड
१२	विदुर प्रसाद आचार्य	शिक्षक	नि.मा.शि. द्वितीय	एम.ए./वि.एड
१३	मनिषा दंगाल	शिक्षक	नि.मा.शि. तृतीय	एम.एड.
१४	सुनिल श्रेष्ठ	शिक्षक (निजी) श्रोत)	मा.शि. करार	विइ
१५	दिपेश सापकोटा	शिक्षक	नि.मा.शि. तृतीय	एम.एड.
१६	मिना देवी श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. प्रथम	एम.एड.
१७	सुवर्णलाल श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. प्रथम	आई.एड.
१८	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. द्वितीय	आई.एड.
१९	राम प्रसाद शर्मा	शिक्षक	प्रा.शि. द्वितीय	आई.एड.
२०	होम कुमारी पुरी	शिक्षक	प्रा.शि. द्वितीय	एम.एड.
२१	राधिका सापकोटा	शिक्षक	प्रा.शि. द्वितीय	एम.एड.
२२	सरु श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
२३	जितेन्द्र लामा	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	कक्षा १२
२४	रश्मिला कार्की	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
२५	मेघनाथ घोरासैनी	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	एम.एड.
२६	रिना मर्हजन	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
२७	हरि प्रसाद ढुंगाना	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	एम.एड.
२८	प्रमिता दुलाल	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
२९	ध्रुव घोरासैनी	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.

सि.न.	नाम थर	पद	तह	योग्यता
३०	चिनीमाया तामाङ	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
३१	रमादेवी न्यौपाने	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
३२	शर्मिला श्रेष्ठ कर्माचार्य	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
३३	दिलमाया तामाङ	शिक्षक	प्रा.शि.तृतीय	वि.एड.
३४	प्रकास श्रेष्ठ	शिक्षक (निजी) श्रोत)	मा.शि. करार	एम.एड.
३५	निर्जन श्रेष्ठ	शिक्षक (निजी) श्रोत)	मा.शि. करार	एम.एड.
३६	रिता श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
३७	गिता के.सी.	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
३८	साजन घले	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
३९	मथुरा श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
४०	गुणकेशरी श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
४१	ज्वालादेवी श्रेष्ठ	शिक्षक	प्रा.शि. करार	वि.एड.
४२	दिया प्रधान	शिक्षक	प्रा.शि. करार	विविएस
४३	प्रमिला श्रेष्ठ	शिक्षक	इसीडि करार	वि.एड.
४४	शर्मिला भण्डारी	शिक्षक	इसीडि करार	वि.एड.
४५	देवकी थापा	शिक्षक	इसीडि करार	वि.एड.
४६	रजिना श्रेष्ठ	शिक्षक	इसीडि करार	विविएस
४७	सानुमाया लामा	शिक्षक	इसीडि करार	वि.एड.
४८	रमा चौलागाई	शिक्षक	इसीडि करार	कक्षा १२
४९	अंन्जली स्वगमिखा गुरुङ	शिक्षक	इसीडि करार	कक्षा १२
५०	सकिना तामाङ	शिक्षक (निजी) श्रोत)	प्रा.शि. करार	कक्षा १२
५१	गायत्री श्रेष्ठ	शिक्षक (निजी) श्रोत)	प्रा.शि. करार	कक्षा १२
५२	दिपा प्रधान	विद्यालय नर्स	अनुदान करार	कक्षा १२
५३	कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ	लेखापाल	अनुदान करार	
५४	भिम बहादुर तामाङ	लेखापाल	निजी करार	
५५	गौरब श्रेष्ठ	लाइब्रेरियन	निजी करार	
५६	गणेश श्रेष्ठ	का.स.	अनुदान करार	
५७	विन्दा तामाङ	का.स.	निजी करार	
५८	रामकृष्ण श्रेष्ठ	का.स.	निजी करार	
५९	अष्मिता श्रेष्ठ	का.स.	निजी करार	

सि.न.	नाम थर	पद	तह	योग्यता
६०	दिल बहादुर घले	का.स.	अनुदान करार	
६१	प्रेम बहादुर तमाङ	सुरक्षा गार्ड	निजी करार	

विद्यालयमा कार्यरत शिक्षक दरबन्दी विवरण :

क्र.स	तह	शिक्षक संख्या	कैफियत
	ECD	७	अनुदान
	प्रा.वि.	२	निजीश्रोत
	प्रा.वि.	६	राहत अनुदान
	प्रा.वि.	१८	सरकारी अनुदान
	नि.मा.वि.	६	सरकारी अनुदान
	मा.वि.	७	सरकारी अनुदान
	मा.वि.	१	निजीश्रोत
	मा.वि.(कक्षा ११ र १२)	३	सरकारी अनुदान
	लेखापाल	१	अनुदान
	लेखापाल	१	निजीश्रोत
	विद्यालय नर्स	१	सरकारी अनुदान
	लाईब्रेरियन	१	निजीश्रोत
	ल्याब असिष्टेन्ट	१	निजीश्रोत
	कार्यालय सहयोगी	१	अनुदान
	कार्यालय सहयोगी	३	निजीश्रोत
	सुरक्षा गार्ड	१	निजीश्रोत
	खाजा सहयोगी	१	निजीश्रोत

७) कक्षागत रुपमा उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण

क्र.सं.	कक्षा	नाम
१	नर्सरी	वाईदेन बुढाथोकी
२	के.जी.	रश्मिला लामा
३	१	सुप्रिया खत्री
४	२	अभियान श्रेष्ठ
५	३	कविर थापा
६	४	श्रृजन तामाङ

क.सं.	कक्षा		नाम
७	५		प्रस्तोता आचार्य
८	६		सलिना चुहान
९	७		उर्मिला तामाङ
१०	८		सदिना खत्री
११	९		रुष्मा आलेमगर
१२	१०		सोफिया कार्की
१३	११	व्यबस्थापन समुह	अनुषा सापकोटा
		शिक्षा समुह	सुजन श्रेष्ठ
		विज्ञान समुह	निहारिका मास्के
१४	१२	व्यबस्थापन समुह	प्रतिक्षा सापकोटा
		शिक्षा समुह	राजकुमार श्रेष्ठ
		विज्ञान समुह	सलिना श्रेष्ठ

वार्षिक परीक्षामा तहगत उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८०

क.सं.	तह	नाम
१	आधारभूत तह -क (कक्षा४ - ५)	आशिका कुँवर
२	आधारभूत तह -ख (कक्षा ६ - ८)	उर्मिला तामाङ
३	माध्यमिक तह -क (कक्षा ९ - १०)	जोशिला खत्री
४	माध्यमिक तह -ख (कक्षा ११ - १२)	प्रतिक्षा सापकोटा

आधारभूत नगर स्तरीय परीक्षाका उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८० (कक्षा ८)

क.सं.	नाम	प्राप्त जीपीए
१	ग्याल्मो लामा	३.७३
२	जेनी लामा	३.६८
३	रुष्मा आलेमगर	३.६६
४	ॠतु बुढाथोकी	३.६
५	रोश्नी तामाङ	३.६

एस इ इ का उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८० (कक्षा १०)

क.सं.	नाम	प्राप्त जीपीए
१	जोशिला खत्री	३.८२

क.सं.	नाम	प्राप्त जीपीए
२	रिजन कार्की	३.७९
३	रश्मी बुढाथोकी	३.७५
४	प्रयत्न बस्नेत	३.७४
५	दिविशा नापित	३.७३
६	निहारिका मास्के	३.६८

एस एल.सी. का उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८१ (कक्षा १२)

क.सं.	नाम	प्राप्त जीपीए
१	पुजा सापकोटा	३.२८
२	निश्चल श्रेष्ठ	३.२५

सरसफाईमा उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८१

क.सं.	नाम	तह
१	सौराग श्रेष्ठ	नर्सरी-केजी
२	पल्लबी तामाङ	कक्षा १-३

वार्षिक परीक्षामा कक्षागत उत्कृष्ट विद्यार्थी विवरण -२०८०

क.सं.	नाम	कक्षा
	परीश्ता श्रेष्ठ	४
	प्रस्तोता आचार्य	
	डेनियल श्रेष्ठ	
	आशिष कुँवर	५
	आयुषी श्रेष्ठ	
	परी थापा	
	उर्मिला तामाङ	६
	प्रशंशा खड्का	
	जेलिशा तामाङ	
	आर्यन श्रेष्ठ	७
	सुदिना खत्री	
	प्रमिता पुरी	

क्र.सं.	नाम	कक्षा
	ग्याल्मो लामा	८ (वि.एल.इ)
	जेनी लामा	
	रुष्मा आलेमगर	
	ऋतु बुढाथोकी	
	रोश्नी तामाङ	
	रुपेश श्रेष्ठ	९
	प्रिया श्रेष्ठ	
	नयन श्रेष्ठ	
	जोशिला खत्री	१० (एस इइ)
	रिजन कार्की	
	रश्मी बुढाथोकी	
	प्रयत्न बस्नेत	
	दिवीशा नापित	
	निहारिका मास्के	
	प्रतिक्षा सापकोटा	११
	सलिना श्रेष्ठ	
	रचना दुलाल	
	पुजा सापकोटा	१२ (एस एल.सी)
	निश्चल श्रेष्ठ	
	रिचन श्रेष्ठ	
	सुजन सेन्चुरी	

उत्कृष्ट वर्ष विद्यार्थी (Student of the Year) २०८१

क्र.सं.	नाम	कैफियत
१	प्रतिक्षा सापकोटा	ब्यबस्थापन समुह कक्षा १२

८. २००६ देखि हाल सम्मका विद्यालय ब्यबस्थापन समिति र प्रधानाध्यापकहरुको नामावली

क्र.स.	प्र.अ.को नामथर	कार्यरत अवधि	क्र.स.	अध्यक्षको नाम थर	कार्यरत अवधि
१	पञ्चकृष्ण श्रेष्ठ	२००६	१	त्रिभुमान श्रेष्ठ	२०२२ देखि २०२३
२	यदुनाथ धिताल	२०१२	२	जयराम पराजुली	२०२४ देखि २०२८

क्र.स.	प्र.अ.को नामथर	कार्यरत अवधि	क्र.स.	अध्यक्षको नाम थर	कार्यरत अवधि
३	श्यामगोपाल श्रेष्ठ	२०१४	३	बम बहादुर कार्की	२०२९ देखि २०३३
४	बलभद्र क्षेत्री	**२०१८ देखि**	४	किर्ति बहादुर घले	२०३४ देखि २०३८
५	प्रयागमान श्रेष्ठ	२०२३	५	खिल बहादुर भावुक	२०३९ देखि २०४१
६	शशिकला शर्मा	**२०२४ भदौ**	६	भक्तध्वज प्रधान	२०४२ देखि २०४३
७	राजेन्द्र प्रसाद शाह	२०२४	७	सिता देवी प्रधान	२०४४ देखि २०४७
८	सुशिलचन्द्र अमात्य	**२०२५ बैशाख**	८	रत्न प्रसाद श्रेष्ठ	२०४८ देखि २०५३
९	भवानी विक्रम राणा	२०३०	९	कृष्णराज श्रेष्ठ	२०५४ देखि २०७०
१०	कमलकृष्ण श्रेष्ठ	२०३१	१०	कुलविर सिंह खड्का	२०७१ देखि २०७३
११	सुशिलचन्द्र अमात्य	२०३२	११	इश्वरी प्रसाद श्रेष्ठ	२०७४ देखि २०७५
१२	महलकाजी योगल	२०३३	१२	श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	२०७६ देखि २०७८ असोज सम्म
१३	मंगलदास कर्माचार्य	२०३४	१३	नरमान श्रेष्ठ	२०७८ कार्तिक देखि पौष सम्म
१४	पुण्यप्रसाद न्यौपाने	२०३५	१४	श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	२०७८ माघ देखि हाल सम्म
१५	पुण्यप्रसाद दंगाल	२०३८			
१६	नगेन्द्र प्रसाद दंगाल	२०४२			
१७	धिर्ज बहादुर कायस्थ	२०४९			
१८	लिलानाथ पौडेल	२०५०			
१९	नगेन्द्र प्रसाद दंगाल	२०५१			
२०	राजेन्द्र कुमार कार्की	२०७१			
२१	ध्रुवलाल श्रेष्ठ	२०७४			
२२	डम्बर बहादुर श्रेष्ठ	**२०७८ देखि हाल सम्म**			

९. यस विद्यालयको ब्यबस्थापन समिति र शिक्षक अभिभावक संघको विवरण यसप्रकार रहेको छ

क्र. सं.	नाम थर	पद	कैफियत
१	श्री श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	अध्यक्ष	
२	श्री निमेश श्रेष्ठ	सदस्य	
३	श्री रेणुका श्रेष्ठ	सदस्य	
४	श्री शान्ति तामाङ	सदस्य	
५	श्री ग्याल्बो तामाङ	सदस्य	
६	श्री सन्जीव तामाङ	सदस्य	
७	श्री रोजिना घतानी	सदस्य	

क्र. सं.	नाम थर	पद	कैफियत
८	श्री शिव श्रेष्ठ	पदेन सदस्य	
९	श्री संसार श्रेष्ठ	पदेन सदस्य	
१०	श्री विदुरप्रसाद आचार्य	शिक्षक प्रतिनिधि	
११	श्री डम्बरबहादुर श्रेष्ठ	सदस्य सचिव	

शिक्षक अभिभावक संघको पदाधिकारीहरू

क्र.सं.	नाम थर	पद	कैफियत
१	श्री संसार श्रेष्ठ	अध्यक्ष	
२	श्री हरिकुमार श्रेष्ठ	सदस्य	
३	श्री योगेन्द्रमान श्रेष्ठ	सदस्य	
४	श्री आशारानी लामा	सदस्य	
५	श्री विन्दा पुरी	सदस्य	
६	श्री मनकुमारी चुहान	सदस्य	
७	श्री सुर्यमाया लामा	सदस्य	
८	श्री श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	पदेश सदस्य	
९	श्री डम्बरबहादुर श्रेष्ठ	पदेन सदस्य	
१०	श्री गीता के. सी.	सदस्य	
११	श्री रीता श्रेष्ठ	सदस्य-सचिव	

सल्लाहकार समितिका पदाधिकारीहरू

क्र.सं.	नाम थर	पद	कैफियत
१	श्री कमलचरण कक्षपती	संयोजक	
२	श्री ठाकुर श्रेष्ठ	सदस्य	
३	श्री कोमल बहादुर श्रेष्ठ	सदस्य	
४	श्री नेत्र बहादुर घले	सदस्य	
५	श्री राधिका सापकोटा	सदस्य	
६	श्री राजन बुढाथोकी	सदस्य	
७	श्री सुर्यमाया लामा	सदस्य	
८	श्री डम्बरबहादुर श्रेष्ठ	सदस्य	
९	श्री साबित्री दंगाल	सदस्य	
१०	श्री साबित्री अर्याल	सदस्य	

१०. पूर्व विद्यार्थी समाज :

यस विद्यालयका पूर्व विद्यार्थीहरुबाट यस विद्यालयको विकासको लागि सहयोग गर्ने हेतुले श्री कृष्ण रत्न गंगा मा.वि. पूर्व विद्यार्थी समाज क्रियाशिल छ । २०७३ पौष १९ गते पुनर्गठित पूर्व विद्यार्थी समाजको विवरण यस प्रकार छ ।

संयोजक	: श्री नगेन्द्र प्रसाद दंगाल
सदस्य	: श्री कमल चरण कक्षपती
सदस्य	: श्री नरमान श्रेष्ठ
सदस्य	: श्री ईश्वरी प्रसाद श्रेष्ठ
सदस्य	: श्री हरिचन्द्र कुँवर
सदस्य	: श्री राम प्रसाद गौतम
सदस्य	: श्री कृष्णप्रसाद शर्मा
सदस्य	: श्री दिलकुमारी श्रेष्ठ
सदस्य	: श्री प्रभात श्रेष्ठ
सदस्य	: श्री रेणुका श्रेष्ठ
सदस्य	: श्री दिपक श्रेष्ठ
सदस्य सचिब	: श्री डम्बरबहादुर श्रेष्ठ

१२. लेखा परीक्षण :

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिकाबाट लेखापरीक्षक खटाइ नसकेको हुनाले रजिष्टार्ड लेखा परीक्षकबाट आन्तरिक लेखा परीक्षण गरिएको प्रतिवेदन यस विद्यालयबाट प्रकाशित नवकिरण स्मारिका २०८१ मा समावेश गरिएको ब्यहोरा अनुरोध गर्दछु ।

१३. विद्यालयका उपलब्धिहरू :

- प्रत्येक कक्षामा बढीमा ३५ जना विद्यार्थी सम्म राखेर पठनपाठन गरिएको छ ।
- विविध कारणले विद्यालय जान नसकेका विद्यार्थीहरुलाई खुला विद्यालय मार्फत एस.ई.ई. परीक्षामा संलग्न गराई एस.ई.ई. उत्तीर्ण गरिएको छ ।
- शैक्षिक स्तर वृद्धि गर्न कक्षा ९ र १० मा थप कक्षा संचालन गरी अध्ययन अध्यापन गरिएको छ ।
- कक्षा ९ र १२ लाई विविध जानकारी मूलक शैक्षिक भ्रमण गराईएको छ ।
- समय समयमा कक्षाकोठामै विशेषज्ञ बोलाई लैंगिक हिंसा, पौष्टिक आहार, विपत ब्यबस्थापन एवं स्वास्थ्य सम्बन्धी तालिम तथा गोष्ठी तथा अभिभावक शिक्षा कार्यक्रम समेत संचालन गरिएको छ ।
- शिक्षकको दक्षता अभिवृद्धिका लागि शैक्षिक सत्रको सुरुवातमा र विभिन्न समयमा विभिन्न विषयमा विषयगत तालिममा समावेश गराईएको छ ।
- विविध समयमा गित, संगित, नृत्य तथा विभिन्न खेल जस्ता अतिरिक्त क्रियाकलापहरुमा संलग्न गराइएको छ ।
- स्काउटको विविध तहका तालिम प्रदान गरिएको छ ।
- विद्यालयको प्राङ्गणमा सरस्वतीको मन्दिरको निर्माण भएको छ ।
- नमूना विद्यालय अवधारणा अन्तरगत पाँच वर्षे गुरुयोजना कार्यान्वयन भएको छ ।

- ➢ स्वास्थ्य क्लिनिक र स्टाफ नर्सको व्यबस्थापन गरी विद्यार्थीहरुलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिएको छ ।
- ➢ शिक्षकको अभाव हुन नदिन विभिन्न विषयका निजीश्रोतमा शिक्षक नियुक्ति गरी शिक्षण गरिएको छ ।
- ➢ बालमैत्री कक्षा संचालन गरिएको छ ।
- ➢ दैनिक प्रशासकीय तथा शैक्षिक कार्यको लागि शिक्षकको कार्य विभाजन गरी कार्यान्वयन गरिएको छ ।
- ➢ समय समयमा अभिभावक तथा आमाभेला गरी विद्यार्थीको शैक्षिक समस्या निराकरण गर्ने प्रयास गरिएको छ ।
- ➢ कक्षा नर्सरी देखि कक्षा ६ सम्म ७९१ जनालाई कक्षा कोठामा नै दैनिक खाजाको ब्यबस्थापन गरिएको छ ।

१४. भावी कार्यक्रमहरू

क्र.स.	प्राथमिकता प्राप्त कार्य
१	कक्षागत सिकाई उपलब्धी वृद्धि गर्ने ।
२	विद्यार्थीको नियमितता वृद्धि गर्ने ।
३	शिक्षकले अध्यापन गर्ने औसत समय वढाउदै नियमितता वृद्धि गर्ने ।
४	शिक्षक निर्देशिका र सन्दर्भ सामग्रीको उपलब्धता वृद्धि गर्ने
५	पाठयोजना सहितको शिक्षणलाई अझै ब्यबस्थित गर्ने ।
६	शिक्षक तालिम, प्रोत्साहन कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने
७	परामर्श कक्षको व्यवस्था गर्ने ।
८	विद्यार्थी संख्याको अनुपातमा शिक्षक दरबन्दी वृद्धि गर्ने ।
९	शिक्षक, कर्मचारी, अभिभावक र वि.व्य.स.को सयुक्त अन्तरक्रियात्मक बैठकको आयोजना गर्ने ।
१०	नमूना विद्यालय कार्यक्रमलाई गुरुयोजना अनुसार अगाडी बढाउने ।
११	पहुँचयुक्त कक्षाकोठा निर्माण गर्ने ।
१२	पहुँचयुक्त वास सहितको शौचालय निर्माण गर्ने ।
१३	पहुँचयुक्त विद्यार्थीका लागि खेलकुद र मनोरञ्जन सामग्री व्यवस्थापन गर्ने ।
१४	पहुँचयुक्त विद्यालय वातावरण निर्माण गर्ने ।
१५	नयाँ १८ कोठे भवन र्‍याम्पसहित निर्माण गर्ने ।
१६	फर्निचर खरिद गर्ने ।
१७	प्रारम्भिक कक्षाको खेलकुद र सृजनात्मक समावेशी सामग्री व्यवस्थापन गर्ने ।
१८	पहुँचयुक्त खेल मैदान व्यवस्थापन गर्ने ।
१९	शैक्षिक अवलोकन भ्रमण आयोजना गर्ने ।
२०	विद्यालय प्रवेशद्वार र हाताभित्र पहुँचयुक्त बगैचा निर्माण गर्ने ।
२१	डिजिटल पहुँचयुक्त कक्षाकोठा व्यवस्थापन गर्ने ।
२२	वैकल्पिक प्रणालीबाट सिकाई सहजीकरण योजना तर्जमा गर्ने ।
२३	पहुँचयुक्त विज्ञान प्रयोगशाला व्यवस्थापन गर्ने ।

क्र.स.	प्राथमिकता प्राप्त कार्य
२४	पहुँचयुक्त मिनि विज्ञान संग्रहालय निर्माण गर्ने ।
२५	पहुँचयुक्त मिनि अविष्कार कक्षको निर्माण गर्ने ।
२६	STEAM प्रयोगशालाको निर्माण गर्ने ।
२७	पहुँचयुक्त इ-लाइब्रेरी निर्माण गर्ने ।
२८	पहुँचयुक्त संगित कक्षको निर्माण गर्ने ।
२९	खेल विधिबाट शिक्षण सिकाई व्यवस्थापन गर्ने ।
३०	पहुँचयुक्त अडिटोरियम निर्माण गर्ने ।
३१	मोटर साइकल र गाडी पार्किङ्ग स्थल निर्माण गर्ने ।
३२	पहुँचयुक्त बुक कर्नर र कक्षा कोठा पुस्तकालय व्यवस्थापन गर्ने ।
३३	टेबुलटेनिस, बास्केटबल र व्याडमिन्टन कोर्ट निर्माण गर्ने ।

१५. विद्यालयका चुनौतिहरू :

शौचालय : विद्यार्थी चापको अनुपातमा फ्ल्याटपिच्छे शौचालय व्यवस्थापन गर्न जरुरी देखिन्छ। एउटै शौचालयमा सबै विद्यार्थीहरुको अत्यधिक चाप पर्ने भएकोले उपयुक्त समय व्यवस्थापन गर्न कठिन भएको छ।

शिक्षक : विद्यार्थी अनुपातमा शिक्षक दरबन्दी उपलब्ध हुन नसकेकोले विद्यार्थी संख्या अनुपातमा शिक्षक व्यबस्थापन गर्दा विद्यालयले धेरै शिक्षकहरु निजी श्रोतमा राख्नुपर्दा ती शिक्षकरुको सेवा सुविधाको लागि अभिभावक विद्यार्थीको आर्थिक सहयोगमा निर्भर रहन परेको छ। नेपाल सरकारले तोकिएको तलब सुविधा समेत दिन नसकेकोले चुनौतिपूर्ण अवस्थाको सामना गर्नु परेको छ।

कार्यालय ब्यबस्थापन : विद्यालयमा कोठा अभावका कारण विद्यालय व्यवस्थापन समिति सचिवालय स्थापना, इलाइब्रेरी कक्षा स्थापना, विषयगत सिकाइ कुना सञ्चालन, सभा हलको अभाव, मल्टीमेडिया रुमको अभाव रहेको छ।

अन्तमा सिन्धुपाल्चोक जिल्लाबाट योग्य र सुशिक्षित नागरिक तयार गरी राज्यकै उच्च तहको विविध क्षेत्रमा विलक्षण प्रतिभाशाली योग्य चरित्रवान कुशल नागरिक तयार पार्ने कार्यमा यस विद्यालयमा कार्यरत शिक्षकवर्ग, विद्यालय व्यवस्थापन समिति पदाधिकारीहरु, शिक्षाप्रेमी अभिभावकवर्ग, साझेदार सहयोगी संघसंस्थाहरुसँग समन्वयकारी भूमिका निर्वाह गरी कर्तव्यपथमा अनवरत रुपमा लागिरहने प्रतिवद्धता जाहेर गर्दै विद्यालयको उन्नति प्रगतिका लागि आ-आफ्नो क्षमता अनुसार आर्थिक, भौतिक र शैक्षिक पक्षमा सहयोग गर्नु हुने सम्पूर्ण महानुभावहरुलाई हार्दिक धन्यवाद ज्ञापन गर्दछु। देशको शैक्षिक, आर्थिक, समाजिक, राजनैतिक, धार्मिक, साँस्कृतिक तथा पर्यटकीय प्रवर्द्धनमा महत्वपूर्ण योगदान पुऱ्याउन सफल यस विद्यालयको साख जोगाइ राष्ट्रिय स्तरमा पहिचान बनाउनु आजको आवश्यकता भएकोले सर्वपक्षीय सहयोग र सद्भावको कामना गर्दै यस गरिमामय समारोहमा पाल्नु हुने प्रमुख अतिथि, अतिथि लगायत सम्पूर्ण महानुभावहरुमा हार्दिक आभार प्रकट गर्दछु। धन्यवाद।

प्रार्थी
डम्बरबहादुर श्रेष्ठ
प्रधानाध्यापक
२०८१/९/१९

बाल मनोविज्ञान र सिकाई

नगेन्द्रप्रसाद दंगाल | प्रमुख, चौतारा बहुमुखी क्याम्पस **एवम् बाल मनोविज्ञ**

बीसौं शताब्दीको प्रारम्भदेखि नै मनोविज्ञानको अर्थ मानसिक प्रकृया र व्यबहारको अध्ययन गर्ने विद्याको रुपमा बिकसित भएको शास्त्र भएता पनि यस्को क्षेत्र शिक्षा लगायत अन्य क्षेत्रमा दिनानुदिन ब्यापक बन्दै हरेक पक्षमा उपयोगी बन्दै गएको छ । व्यवहार भन्नाले जीवनका हरेक कृयाकलापहरुको सामूहिक रुप हो ।

बाल्यकाल मानव जीवनको प्रारम्भिक अवस्था हो जुन बाबु र आमाबाट वंशाणुगत जैविक गुणहरु लिएर जन्मेका बच्चाहरु सामाजिक अन्तरक्रियाबाट आफ्नो सोच, चिन्तन र जीवनदर्शन निर्माण गर्दछन ।

जीवनको जरो बाल्यकाल भएकोले यसै अवस्थामा राम्रो स्याहार-सुसार गर्न सकेमा मात्र सफल जीवनरुपी वृक्षको अपेक्षा गर्न सकिन्छ । मुख्यतयाः मनोविज्ञान तीन किनारामा बिभक्त छन- एउटा ब्यवहारवाद, दोश्रो संज्ञानवाद र तेश्रो संरचनावाद । ब्यवहारवादीहरुको दृष्टीकोणलाई वालवालिकाहरुको ब्यवहार परिमार्जनमा प्रयुक्त गराउँन सकिन्छ, संज्ञानवादी दृष्टीकोणलाई मानसिक पक्ष क्रियाशिल गराई नविनतम सूचनाहरु तथा नयाँ नयाँ ज्ञानहरु वालवालिकाहरुको मस्तिष्कमा प्रवेश गराई बुझाईको दाएरा विस्तार गराइन्छ भने संरचनावादी दृष्टीकोणलाई वालवालिकाहरुमा विद्यमान संज्ञानहरुलाई नयाँ नयाँ ढाँचा वा रुपमा परिमार्जन गरि प्रदर्शन वा ब्यक्त गराउने प्रविधिसंग आवद्धता राख्दछ ।

सिकाई भन्नु नै सिक्ने ब्यक्तिको मन, वचन तथा कर्ममा सुनियोजित परिमार्जन ल्याउनै प्रकृया हो । जसरी महाभारतको युद्धमा कृष्णले अर्जुनलाई मानसिक आत्मवल बढाएर युद्ध सफल पारे जस्तै वालवलिकाहरुको मनस्थितिलाई विषयवस्तु प्रति अभ्यस्तता गराउँदै सक्षमता प्रदान गराउँनु हो । १२ वर्षको उमेर सम्म वालवालिका कै रुपमा ब्यवहार गर्नु पर्दा ६ वर्ष पश्चात उनीहरुको मानसिक एवम सामाजिक पक्ष सवल बन्दै जान्छ, यहीं अवस्थादेखि नै रचनात्मक एवम श्रृजनात्मक क्षमताको विकासमा ध्यानपु-याउनु पर्दछ । शिक्षकले पाठ्यवस्तुको साथसाथै वालवालिकाहरुको मानसिक, शारिरीक, सामाजिक, संवेगात्मक, पारिवारीक, ब्यक्तिगत भिन्नता, भौगोलिक, साँस्कृतिक लगायत यावत पक्ष समेत पढ्नु पर्दछ ताकी शिक्षक र विद्यार्थीको सम्बन्ध प्रशिद्ध मनोविश्लेषक मनोवैज्ञानिक Sigmund Freud ले भने जस्तै डाक्टर र विरामीको जस्तै Trasference and counter trasference रुपमा हुनु पर्दछ । शिक्षकले अपरिचित वा जटिल विषयवस्तुलाई बिद्यार्थीहरुको पूर्व अनुभवहरु र स्थानिय परिचित उदारणहरुसंग सम्बन्धित गराएर विषयवस्तुहरुको बुझाईलाई संधिग्न वा केन्द्रिय क्षेत्रको तह (Zone of proximal development) सम्म पु-याउनु पर्दछ ।

शिक्षक र विद्यार्थी कक्षा कोठाका मस्तिष्क र मुटु हुन । वालवालिकाहरुलाई विद्यालयमा वालमैत्री वातावरण

उपयुक्त खेलकुदको व्यवस्था भएमा खुसी हुन्छन । खुसी रहने वातावरणको श्रृजना विद्यालयबाट नै गराउनु पर्दछ । वालवालिकाहरु बिच तुलनाको वातावरण कहिले नै बनाउनु हुदैंन बरु उनिहरुको आन्तरिक क्षमताको उच्चतम बिकास गराउँने वातावरण निर्माण गराउँनु पर्दछ ।

शिक्षाले मानवीय मूल्य सिकाउने, खुसी हुन सिकाउने, सिर्जनशिलता बढाउने आदी पक्षमा ख्याल पु-याउनु पर्दछ । शिक्षकको लागि कक्षा कोठा पुस्तक हो भने बिद्यार्थीहरु ती पुस्तक पानाहरु हुन जस्लाई शिक्षकले दोहो-याई-दोहो-याई पढ्नु पर्दछ । कक्षामा उपस्थित सबै बिद्यार्थिहरुलाई एक समान बुझेर मात्र शिक्षण गर्ने हो भने शिक्षकको शिक्षण बन्द बोतलमा बिर्को नखोली पानी भर्ने प्रयासतुल्य हुन्छ ।

सिकाई भन्नु नै वालवालिकाहरुको सृजनात्मक क्षमता वा नयाँ-नयाँ रचनात्मक तरीकाको विकास गराउनु हो । वालवालिकाको मस्तिष्क वेलायतको व्यवहारवादी मनोवैज्ञानिक जोन लक (Jone Locke)ले भने जस्तो खाली सिट (Blank Sheet) नभई संज्ञावादी मनोवैज्ञानिकहरुले भने जस्तै जन्मजात बाटै सिक्ने क्षमता लिएर आएका हुन्छन, उनीहरुको वृद्धि र विकास संगै उपयुक्त वातावरणिय सिकाईका उद्दीपकहरु प्रदान गरि उनिहरुको व्यबहारलाई रचनात्मक पक्षमा आन्तरिकरण एवम आत्मिकरण गरांउन सक्नु नै वास्तबिक सिकाई हो । वालवालिकाहरुलाई उनिहरुको उमेर तथा व्यक्तिगत क्षमताको आधारमा विभिन्न समस्याहरु प्रस्तुत गरि समाधानमा अग्रसर गराउंनु पर्दछ ताकी उनीहरुमा पछि सृजनात्मक क्षमताको विकास हुंदै जावस ।

संस्कृतमा भनिए जस्तै " अयोग्या पुरुषोः नास्ती, योज कस्तत्र दुर्लभ" कुनै पनि व्यक्ति अयोग्य भएर जन्मिएको हुंदैन बरु उस्लाई योग्य बनाउने व्यक्तिको खांचो रहेको छ । यसर्थ वालमनोविज्ञानको मुख्य लक्ष भन्नु नै वालवालिकाहरुलाई ब्यवहारको आकृतीकरण गराई एवम संज्ञानात्मक क्षेत्रको विकासको साथै उनीहरुलाई रचनात्मक व्यक्तित्वको बिकास गराउनु हो ।

नेपालको शिक्षा प्रणालीका चुनौतिहरु र समाधानका उपायहरु

यज्ञप्रसाद दंगाल | पूर्व प्राचार्य

२००७ साल अघि र पछि, २०४७, २०६३ र २०७२ सालका सम्बैधानिक परिवर्तन पछि पनि शिक्षामा सुधारका थुप्रै दस्तावेजहरु बने, समय,श्रम र पैसाको पनि व्यय अपव्यय थुप्रै भए । सुधारहरु पनि केही त भए । केही उपलब्धीहरु पनि भए । हासिल गरिएका प्रगतिहरूको बावजुद, नेपालको शिक्षा प्रणालीले सबैलाई समान र उच्च गुणस्तरको शिक्षा प्रदान गर्न समर्थ हुन सकेन । असमर्थ बनाउने थुप्रै कारणहरु होलान् ; ती मध्ये निम्न लिखित मुख्य चुनौतीहरूको सामना नेपालले गरिरहेको देखिन्छ :

१. पहुँच र समानता

नेपालले प्राथमिक शिक्षा भर्नामा उल्लेखनीय प्रगति गरेको छ, तथापि, माध्यमिक र उच्च शिक्षामा असमानताहरू अझै पनि स्पष्ट छन् । सीमान्तकृत समूहहरू खासगरी ग्रामीण क्षेत्रका केटीहरूको हकमा सामाजिक र आर्थिक कठीनाइका कारण तिनीहरूको विद्यालयमा सहभागिता सीमित हुन पुगेको छ ।

ग्रामीण क्षेत्रका केटीहरूले प्राय: विवाह वा घरेलु जिम्मेवारीलाई शिक्षाभन्दा प्राथमिकता दिने सामाजिक मान्यताका कारण विद्यालय छोड्न बध्य छन् । यस्ता मुद्दाहरूलाई सम्बोधन गर्न सचेतना कार्यक्रमहरू र छात्रवृत्ति योजनाहरू जस्ता लक्षित अभियान प्रभावकारी हुनु आवश्यक छ ।

२. शिक्षाको गुणस्तर

शिक्षाको गुणस्तर सुनिश्चित गर्नु एक निरन्तर चुनौती रहेको छ । अनुपातभन्दा धेरै बढी विद्यार्थी सम्मिलित कक्षाहरू, पुराना शिक्षण विधिहरू, राम्रोसँग प्रशिक्षित शिक्षकहरूको अभाव, बेलाबेलामा शिक्षकलाई दिनुपर्ने पुनर्ताजगी तालिमको अभाव, बेलाबेलामा शैक्षिक सामग्री निर्माण कार्यशाला सन्चालनको अभाव आदि कारणले सिकाइ परिणामलाई उल्लेखनीय रूपमा नराम्रो असर गरेको पाइन्छ । एकातिर ६/७ जना मात्र विद्यार्थीहरुलाई लिएर शिक्षकहरु कक्षा चलाइराखेको देखिन्छ अर्कोतर्फ अनुपातभन्दा धेरै नै हुन्छन् । आवश्यकताभन्दा राजनीतिक दवावमा खुलेका कतिपय विद्यालयहरुमा यो समस्या देखिन्छ । यो समस्या कर्मचारी तहबाट हल हुन गाह्रो छ । यदि यो समस्य हल हुने हो भने विद्यमान दरबन्दीबाटै दरबन्दी मलान गर्न पुग्छ होला । १:३५/१:४० का शिक्षक विद्यार्थी अनुपात नियममा मात्र सीमित हुन पुगेको कारण मध्येको एउटा यो पनि देखिन्छ । थप रूपमा, मानकीकृत मूल्यांकनहरूको अभाव र शिक्षक प्रशिक्षणका लागि अपर्याप्त स्रोतहरूले समस्यालाई झनै बढाएको पाइन्छ ।

३. पूर्वाधार र स्रोतहरू

धेरै विद्यालयहरूको आधारभूत पूर्वाधार सुधार गर्न आवश्यक छ । उचित शौचालय, सुरक्षित पिउने पानी,

र बिजुलीको अभाव जस्ता समस्याहरूले दुर्गम क्षेत्रका विद्यालयहरूलाई असमान रूपमा प्रभावित गरेका छन् ।

नेपालका करिब ५०% विद्यालयहरूले मात्र न्यूनतम पूर्वाधार मापदण्डहरू पूरा गरेके पाइन्छ । यी सुविधाहरू सुधार गर्नु सिकाइको लागि अनुकूल वातावरण सिर्जना गर्न आवश्यक छ।

४. रोजगारीका अवसर प्राप्त नहुनु :

राष्ट्रिय विकासको जुनसुकै क्षेत्रमा भए पनि कहीं न कहीं रोजगारी अवसर प्राप्त गर्न मिल्दो खालको शिक्षा हुनु पर्नेमा त्यस्तो नभै बेरोजगार उत्पादन गर्ने खालको शिक्षा व्यवस्था बन्न गयो हाम्रो शिक्षा व्यवस्था ।

५. विश्वव्यापी तुलना

विश्वव्यापी शिक्षा व्यवस्थासँग तुलना गर्दा नेपालको शिक्षा प्रणालीले उपलब्धि कम र चिन्ता बढी गराउछ । विद्यार्थी भर्ना दर, साक्षरता दर, शैक्षिक परिणामहरू र लगानी स्तर जस्ता अवस्थाहरुको परीक्षण गरेर, हामीले नेपालको विश्वव्यापी मंचमा आफ्नो स्थानलाई राम्रोसँग बुझ्न र सुधार्न जरुरी छ ।

६. विद्यार्थी भरना दर र साक्षरता दर

नेपालले प्राथमिक शिक्षामा भर्ना दर राम्रै हासिल गरेको छ तथापि माध्यमिक र उच्च शिक्षामा पछि परेको छ । उदाहरणका लागि, नेपालको उच्च शिक्षाको भर्ना दर लगभग १२% छ, जबकि फिनल्याण्ड र सिंगापुर जस्ता देशहरूमा यो दर ४०% भन्दा बढी छ (विश्व बैंक, २०२२)।

७. शैक्षिक परिणामहरु

शिक्षामा फिनल्याण्डमा साना कक्षाहरू, व्यक्तिगत शिक्षा योजना, र शिक्षकको स्वायत्ततामा जोड दिन्छन् जव कि नेपालले भीडभाड कक्षाहरू, पुराना शिक्षण विधिहरू, र सीमित स्रोतहरूको कारणले एकसमान सिकाइ परिणामहरू प्रदान गर्न चुनौतीहरूको सामना गरिरहनु परेको छ ।

८. शिक्षामा लगानी

नेपालले आफ्नो कूल बजेट को करिब ११.२६% शिक्षा क्षेत्रमा विनियोजन गर्दछ, जुन विकशित देशहरुको विश्वव्यापी औसत २०% भन्दा बढी छ। सरकारले पूर्वाधार सुधार, शिक्षक प्रशिक्षण, र शैक्षिक कार्यक्रमहरू विस्तार गर्न सुनिश्चित गर्न थप वित्तीय सहायता आवश्यक छ । लगानीको वृद्धि गरी नेपाललाई विश्वव्यापी शिक्षा मापदण्डहरूसँगको खाडल पुरा गर्न ज्यादै कठीन छ। SSDP जस्ता सुधारहरू र ICT को एकीकरणले नेपालको शिक्षा क्षेत्रमा प्रगतिका लागि आधार सिर्जना त गरेका छन् तथापि, पहुँच, गुणस्तर, र स्रोतहरूमा प्रणालीगत चुनौतीहरूलाई सम्बोधन गर्न आवश्यक छ ताकि नेपालका हरेक बालबालिकाले आफ्नो पूर्ण सम्भावना हासिल गर्न अवसर पाउन सकून् । विश्वव्यापी सफलताको कथाहरूबाट सिक्दै र निरन्तर लगानीमा प्रतिबद्ध भएर नेपालले राष्ट्रिय विकासको आधारको रूपमा समान र उच्च प्रदर्शन गर्ने शिक्षा प्रणाली निर्माण गर्न अवश्यक देखिन्छ । हाम्रा विज्ञ,विशेषज्ञहरु देशविदेश घुम्छन् ,अध्यन भ्रमण पनि गर्छन् तर राजनीतिक नेतित्वसंगको असमझदारी वा मुलुक अनावश्यक अर्थिक अपव्ययको शिकार भएर शिक्षामा आर्थिक लगानी बृद्धि गरी उचित सुधारका पाइला चाल्न अबरोध उत्पन्न भएको जस्तो पनि देखिन्छ ।

सफल शैक्षिक मोडलहरुको केस स्टडीहरु

विश्वव्यापी शिक्षा प्रणालीको परीक्षणले नेपालको दृष्टिकोण सुधार गर्न मूल्यवान् अन्तर्दृष्टिहरू प्रदान गर्न सक्छ। यहाँ दुई उदाहरणीय मोडलहरू छन्—फिनल्याण्ड र सिंगापुर—जसले आफ्नो परिवेश अनुकूल लागू गरी शिक्षा क्षेत्रमा परिणाममुखी सुधार गर्न जिम्मेवार निकायको ध्यान जानु जरुरी छ ।

१. फिनल्याण्ड

फिनल्याण्डको शिक्षा प्रणाली प्रायः विश्वव्यापी रूपमा स्वर्ण मानक मानिन्छ । यसको सफलता विद्यार्थी-केन्द्रित दृष्टिकोणमा निहित छ, जसले रचनात्मकता, महत्वपूर्ण सोच, र समानतालाई प्राथमिकता दिएको पाइन्छ । मुख्य रुपमा यी सुविधाहरू समावेश छन् :

- फिनल्याण्डमा शिक्षालाई पूर्व-प्राथमिकदेखि विश्वविद्यालय स्तरसम्म निःशुल्क बनाइएको छ, जसले

सबै सामाजिक-आर्थिक समूहहरूमा समान पहुँच सुनिश्चित गर्दछ । यो त हाल हाम्रो देशमा सम्भव देखिदैन ।

- साना कक्षाहरूको व्यक्तिगत आवश्यकताहरूमा आधारित सहयोगी सिकाइ वातावरण सशक्त पारिएको हुन्छ ।

- शिक्षक प्रशिक्षणमा ठूलो प्राथमिकता राखिएको छ, १०% स्नातकहरूलाई शिक्षक पदको लागि स्नातकोत्तर डिग्री हासिल गर्ने अवसर क्रमश दिदै जाने नीति लिएको पाइन्छ ।

- फिनल्याण्डले मानकीकृत परीक्षणहरूलाई न्यूनीकरण गर्दछ, जसले ज्ञानको व्यावहारिक अनुप्रयोगलाई प्राथमिकता दिने समग्र मूल्यांकनहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्छ, र विद्यार्थीहरूमा महत्वपूर्ण सोच र रचनात्मकता उत्प्रेरित गर्छ । नेपालले शिक्षक प्रशिक्षण र समानतालाई प्राथमिकता दिने फिनल्याण्डको दृष्टिकोणलाई अपनाउन सक्छ । उदाहरणका लागि, सीमान्त वर्गका विद्यार्थीहरूका लागि छात्रवृत्तिमा प्रोत्साहन गराउँदै र अभ्यासात्मक शिक्षक शिक्षा कार्यक्रमहरू प्रवर्द्धन गरेर शिक्षाको गुणस्तर बढाउन सक्छ।

२. सिंगापुर

सिंगापुरले प्राविधिक र व्यावसायिक शिक्षा र कक्षाकोठामा प्रविधिको एकीकरणमा केन्द्रित भएर विद्यार्थीहरूलाई प्रभावकारी कार्यान्वयनका लागि तयारी गराउन एक नमूनाको रूपमा आफूलाई स्थापित गरेको छ।

सिंगापुरको शिक्षा प्रणालीका प्रमुख विशेषताहरूमा TVET (प्राविधिक र व्यावसायिक शिक्षा र प्रशिक्षण) मा विशेष ध्यान केन्द्रित गरेको छ, जसले विद्यार्थीहरूलाई उद्योग-सँग सम्बन्धित सीपहरू प्रदान गर्दछ, तिनीहरूलाई स्नातक पछि रोजगारीको पनि प्रबर्द्धन गर्दछ । उन्नत ICT उपकरणहरूको एकीकरणले अन्तरक्रियात्मक र आकर्षक सिकाइ अनुभवहरू बढाउँछ र परम्परागत र आधुनिक दुबै शिक्षण विधिहरूलाई जोड्छ । साथै, सिंगापुरको विश्वव्यापि प्रतिस्पर्धामा ध्यान दिनुका साथै यसको विद्यार्थीहरू अन्तर्राष्ट्रिय मूल्याङ्कनहरू जस्तै PISA (Programme for International Student Assessment) मा निरन्तर उच्च प्रदर्शनकर्ताहरूको रूपमा स्थान पाउँछन्, जसले राम्रोसँग गोलबद्ध गर्दै उच्च प्रदर्शन गर्ने व्यक्तिहरू उत्पादन गर्ने प्रणालीको प्रभावकारितालाई प्रतिबिम्बित गर्दछ ।

नेपालले स्थानीय श्रम बजारका मागहरू सम्बोधन गर्न व्यावसायिक तालिम कार्यक्रमहरू विस्तार गरेर सिंगापुरको TVET मोडलबाट लाभ उठाउन सक्छ । थप रूपमा, विद्यालयहरूमा डिजिटल पूर्वाधार सुधार गरेर ग्रामीण क्षेत्रमा गुणस्तरीय शिक्षामा पहुँच वृद्धि गर्न सक्छ।

भावी सुधारहरूका लागि सुझावहरू :

नेपालको शिक्षा प्रणाली जीरो प्वायन्टमै बसेको त छैन नि यसले महत्वपूर्ण प्रगति गरेको पनि छ, तर यसको स्थायी सुधारको लागि एक रोडम्याप आवश्यक छ । यहाँ केही सुझावहरू छन् :

१. बजेट विनियोजन वृद्धि गर्ने :

नेपालले आफ्नो GDP को करिब ४% शिक्षा क्षेत्रमा विनियोजन गर्दछ, जुन विश्वव्यापी औसत ६% भन्दा कम छ। यसलाई कम्तिमा ६% सम्म बढाउन सकेमा निम्न सेवामा समेत ब्रद्धि गर्न सकिन्छ :

- कम सेवा पुर्‍याइएका क्षेत्रहरूमा राम्रोसँग सुसज्जित विद्यालयहरूको निर्माणको लागि कोष प्रदान गर्न सकिन्छ ।
- निरन्तर शिक्षक प्रशिक्षणको लागि स्रोतहरू प्रदान गर्न पुग्छ ।
- पाठ्यपुस्तकहरू, ICT उपकरणहरू, र अन्य आवश्यक सिकाइ सामग्रीहरूको पहुँच सुनिश्चित गर्न सकिन्छ २. समावेशितालाई प्रवर्द्धन गर्ने :
- सीमान्तकृत समूहहरू, विशेष गरी केटीहरू, दलितहरू, र दुर्गम क्षेत्रका विद्यार्थीहरूले शिक्षामा महत्वपूर्ण बाधाहरूको सामना गरेका छन् । समावेशितालाई प्रवर्द्धन गर्ने प्रक्रियामा निम्न समावेश छन्:
- वञ्चित विद्यार्थीहरूको लागि छात्रवृत्ति प्रदान गर्ने।
- ग्रामीण क्षेत्रमा सामुदायिक-आधारित विद्यालयहरू विस्तार गर्ने।
- केटीहरूको शिक्षालाई हतोत्साहित गर्ने सामाजिक मान्यतालाई चुनौती दिनका लागि सचेतना अभियानहरू सुरु गर्ने ।

नेपालको कर्णाली प्रदेशमा, सामुदायिक-आधारित कार्यक्रमहरूले तीन वर्षमा केटीहरूको विद्यालय भर्नामा १५% वृद्धि गरेको छ ।

सरकारहरूले शिक्षा पूर्वाधार परियोजनाहरूमा निजी क्षेत्रको योगदानका लागि करमा प्रोत्साहनह गराउन सक्छन् ।

३. शिक्षक प्रशिक्षणलाई बलियो बनाउनु पर्ने :

शिक्षकहरू कुनै पनि शिक्षा प्रणालीको मेरुदण्ड हुन् । व्यावसायिक विकासमा लगानीले शिक्षकहरूलाई आधुनिक शिक्षण विधिहरू लागू गर्ने सीपहरू प्रदान गर्न सक्छ । सिफारिसहरूमा समावेश गर्न सकिने केही कुराहरु :

- शिक्षकहरूको लागि निरन्तर सिकाइ मोड्युलहरू प्रस्तुत गर्ने ।
- ज्ञान आदानप्रदान कार्यक्रमहरूको लागि अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरूसँग साझेदारी गर्ने।
- शिक्षकहरूले उत्कृष्ट अभ्यासहरू साझेदारी गर्नको लागि सहकर्मी-लर्निङ प्लेटफर्महरू प्रोत्साहित गर्ने।

फिनल्याण्डका प्रभावकारी शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमहरूले नेपालका शिक्षाविदहरूको लागि यसको मानकीकृत, अनुसन्धान-आधारित पाठ्यक्रमको विकासको लागि एक नमूना रूपमा सेवा गर्न सक्छ ।

४. प्रविधिको लाभ उठाउनु पर्ने :

प्रविधिले विशेष गरी दुर्गम र कम सेवा पाएका क्षेत्रमा शैक्षिक असमानतालाई पूर्ति गर्ने सम्भावना छ । ICT पहुँच विस्तार गर्नाले यो सम्भव छ :

- विशेष गरी ग्रामीण क्षेत्रमा दूर शिक्षा कार्यक्रमहरूलाई सक्षम बनाउनु पर्छ ।
- विज्ञान शिक्षाको लागि भर्चुअल प्रयोगशालाहरू र सिमुलेशनहरू प्रदान गर्न सकिन्छ ।
- अनलाइन प्लेटफर्महरू मार्फत शिक्षक प्रशिक्षणलाई जोड्न सकिन्छ ।
- ग्रामीण विद्यालयहरूमा सौर्य ऊर्जामा आधारित ICT प्रयोगशालाहरू प्रदान गर्दा बिजुलीको समस्यालाई समाधान गर्न सक्छ र डिजिटल शिक्षालाई सजिलो बनाउँछ।

विश्वव्यापी उत्कृष्ट अभ्यासहरूलाई अपनाउँदै र लक्षित सुधारहरूमा प्रतिबद्धता जनाउँदै गर्दा नेपालले अधिक समावेशी र प्रभावकारी शिक्षा प्रणाली निर्माण गर्न सक्छ । बढेको लगानी, प्रभावकारी शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रमहरू, सीमान्त समुदायहरूको सशक्तिकरण, र प्रविधिको एकीकरणद्वारा नेपालले यस्तो फ्रेमवर्क सिर्जना गर्न सक्छ जसले विद्यमान चुनौतीहरूलाई सम्बोधन गर्न र विद्यार्थीहरुको भविष्यको निर्माण गर्न महत्वपूर्ण योगदान पुग्छ ।

सर्वोत्कृष्ट शिक्षा प्रणालीबारे कुरा गर्दा, धेरैजसो विशेषज्ञहरूले फिनल्याण्डको शिक्षा प्रणालीलाई सर्वश्रेष्ठको रूपमा मान्ने गर्छन्। यसको मुख्य कारणहरू यस प्रकार छन्:

विद्यार्थी-केन्द्रित दृष्टिकोण

फिनल्याण्डको शिक्षा प्रणाली विद्यार्थी-केन्द्रित छ, जसमा रचनात्मकता, महत्वपूर्ण सोच, र समतामूलक पहुँचलाई प्राथमिकता दिन्छ ।

नि:शुल्क शिक्षा

पूर्व-प्राथमिकदेखि विश्वविद्यालय स्तरसम्मको शिक्षा नि:शुल्क छ, जसले सबै सामाजिक-आर्थिक समूहहरूमा समान पहुँच सुनिश्चित गर्दछ।

साना कक्षाहरू

फिनल्याण्डका विद्यालयहरूमा साना कक्षाहरू छन्, जसले व्यक्तिगत ध्यान प्रदान गर्न सक्षम बनाउँछ र शिक्षणको गुणस्तरलाई वृद्धि गर्छ।

शिक्षकहरूको उच्च योग्यता

फिनल्याण्डमा शिक्षक बन्नको लागि स्नातकोत्तर डिग्री आवश्यक छ र उच्चतम अंक ल्याई उत्तीर्ण १०% स्नातकहरूलाई शिक्षक पदको लागि चयन गरिन्छ । यहाँ पनि त्यस्तै र समान निजामती सेवाको भन्दा सेवा सुबिधामा एकतह माथि स्तर कायम गरिदिने । यसले शिक्षण पेशा प्रति राम्राको मात्रै प्रवेश सुनिश्चित हुन गई गुणस्तरलाई निरन्तर उच्च राख्न मद्दत पुग्छ ।

मानकीकृत परीक्षणको न्यूनता

फिनल्याण्डमा मानकीकृत परीक्षणहरू न्यूनतम छन् । यसको सट्टामा, समग्र मूल्यांकनलाई प्राथमिकता दिइन्छ, जसले ज्ञानको व्यावहारिक अनुप्रयोगलाई प्रोत्साहित गर्छ र विद्यार्थीहरूलाई महत्वपूर्ण सोच र रचनात्मकतामा विकास गर्छ ।

फिनल्याण्डको यस दृष्टिकोणबाट नेपाल लगायत अन्य देशहरूले धेरै सिक्न सक्छन्, विशेष गरी शिक्षक प्रशिक्षण र समानताको क्षेत्रमा । यसले एक उच्च गुणस्तरीय शिक्षा प्रणालीको लागि आधार सिर्जना गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

नेपालको शिक्षा प्रणालीलाई फिनल्याण्ड जस्तो बनाउन धेरै सुधारहरू आवश्यक छन् । यहाँ केहि प्रमुख सुधारहरू उल्लेख गरिएको छ:

१. शिक्षक प्रशिक्षणलाई बलियो बनाउनु पर्ने :

२. शिक्षकहरू उच्च योग्यता भएका छन्। यस दृष्टान्तमा, नेपालले पनि आफ्नो शिक्षकहरूको लागि स्नातकोत्तर डिग्री अनिवार्य गर्न सक्छ र नियमित व्यावसायिक विकास कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्न सक्छ।

२. विद्यार्थी-केन्द्रित दृष्टिकोण अपनाउनु पर्ने :
फिनल्याण्डको शिक्षा प्रणाली विद्यार्थी-केन्द्रित छ, जसले रचनात्मकता र महत्वपूर्ण सोचलाई प्रोत्साहित गर्छ । नेपालले कक्षाकोठामा पनि यस प्रकारको दृष्टिकोण लागू गर्नुपर्छ ।

३. शिक्षाको पहुँच र समानता सुधार गर्नु पर्ने :
फिनल्याण्डमा शिक्षा सबैका लागि नि:शुल्क र समान पहुँचको साथ उपलब्ध छ। नेपालले पनि सबै सामाजिक-आर्थिक समूहहरूका लागि समान शिक्षाको सुनिश्चितता गर्नुपर्छ । विशेष गरी सीमान्तकृत समूहहरू, जस्तै केटीहरू र दलितहरूका लागि छात्रवृत्ति र सहायताहरू उपलब्ध गराउनुपर्छ।

४. साना कक्षाहरू र व्यक्तिगत ध्यान
फिनल्याण्डमा साना कक्षाहरूले व्यक्तिगत ध्यान प्रदान गर्न सक्षम बनाउँछन् । नेपालले पनि कक्षाको आकार घटाएर प्रत्येक विद्यार्थीलाई व्यक्तिगत ध्यान प्रदान गर्नुपर्छ ।

५. आधुनिक शिक्षण विधिहरू
फिनल्याण्डमा शिक्षण विधिहरूमा नवप्रवर्तन र

अद्यावधिक प्राविधिक समाधानहरू लागू गरिन्छ । नेपालले पनि विज्ञान शिक्षामा भर्चुअल प्रयोगशालाहरू, अन्तरक्रियात्मक सिकाइ प्लेटफर्महरू, र उन्नत ICT उपकरणहरूको एकीकरणमार्फत शिक्षण विधिहरू सुधार गर्नुपर्छ।

६. शिक्षा बजेट वृद्धि

फिनल्याण्डले शिक्षा क्षेत्रमा उल्लेखनीय बजेट विनियोजन गरेको छ । नेपालले पनि आफ्नो शिक्षा बजेटलाई बढाएर शिक्षाको गुणस्तर सुधार गर्न र नयाँ पूर्वाधार निर्माण गर्नुपर्छ ।

७. नेपालमा निजी विद्यालय र सरकारी विद्यालयबीच शिक्षामा एकरूपता ल्याउनका लागि निम्नलिखित कदमहरू आवश्यक छन् :

१. पाठ्यक्रमको मानकीकरण

सार्वजनिक र निजी विद्यालयहरूमा एकरूपता ल्याउनको लागि समान पाठ्यक्रम र शिक्षण विधिहरू लागू गर्नु आवश्यक छ। यसले दुवै प्रकारका विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई समान ज्ञान र सीप प्रदान गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

२. शिक्षक प्रशिक्षण

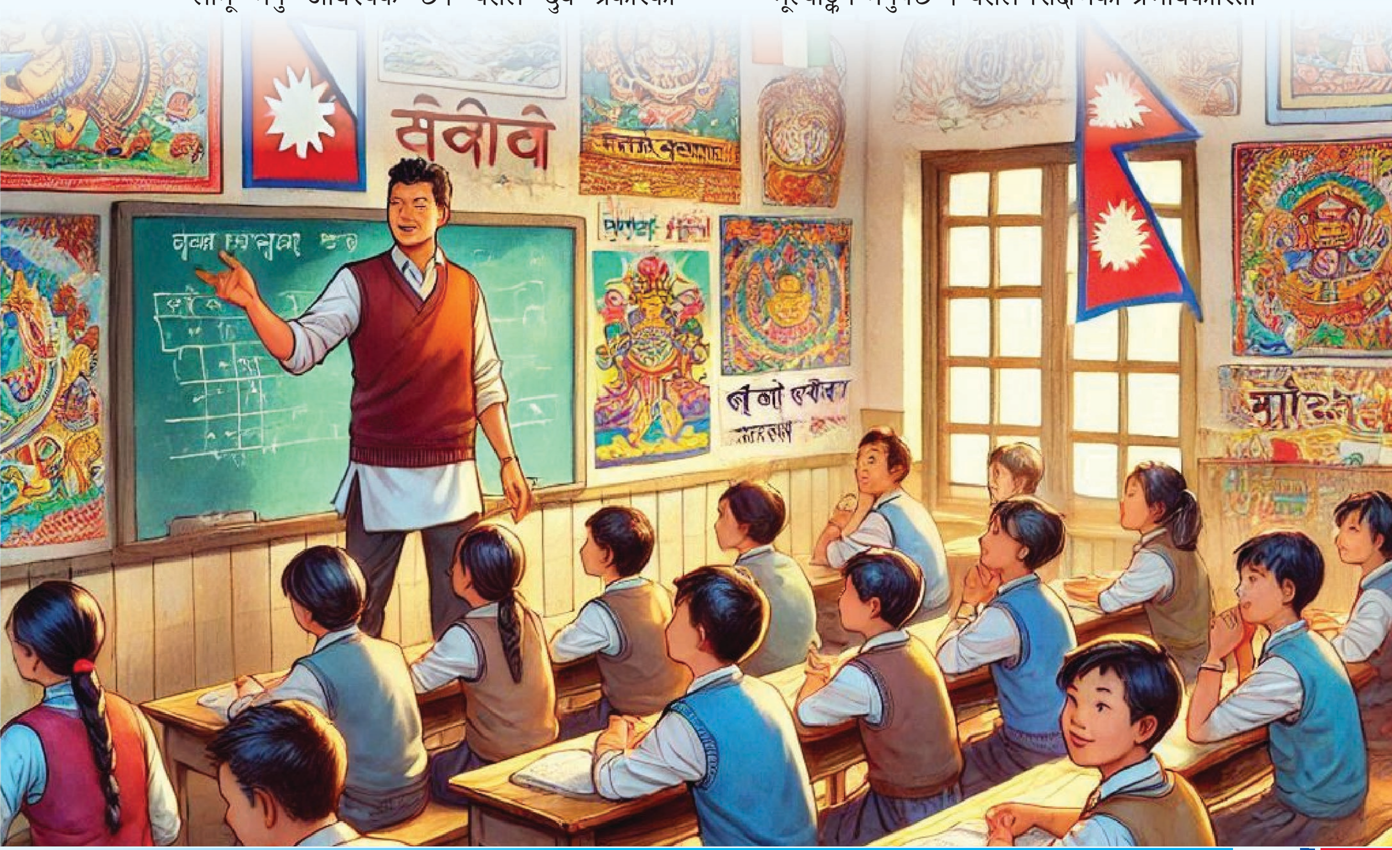
दुवै सरकारी र निजी विद्यालयका शिक्षकहरूको लागि नियमित र समान व्यावसायिक विकास कार्यक्रमहरू संचालन गर्नु आवश्यक छ । यसले शिक्षणको गुणस्तरलाई सुधार गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

३. स्रोतको समान वितरण

सरकारी विद्यालयहरूमा उचित स्रोतहरूको अभाव हुने गर्दछ। यसकारण, शिक्षाको गुणस्तर वृद्धि गर्न स्रोतहरूको समान वितरण गर्नुपर्छ, जस्तै पुस्तकलय, प्रयोगशालाहरू, र ICT उपकरणहरू।

४. अनुगमन र मूल्याङ्कन

दुवै प्रकारका विद्यालयहरूको नियमित अनुगमन र मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ । यसले शिक्षणको प्रभावकारिता



मापन गर्न र आवश्यक सुधारको पहिचान गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ।

५. साझेदारी र सहयोग

निजी र सरकारी विद्यालयहरू बीचको सहकार्यलाई प्रोत्साहन गर्नुपर्छ। यसले विधिहरू र उत्कृष्ट अभ्यासहरूको आदानप्रदान गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ, र दुवै प्रकारका विद्यालयहरूमा गुणस्तर सुधार गर्न सहयोगी हुन्छ।

६. शुल्क संरचना

निजी विद्यालयहरूको शुल्क संरचना नियन्त्रणमा राखेर, गरिब र सीमान्तकृत समुदायका विद्यार्थीहरूलाई पनि गुणस्तरीय शिक्षामा पहुँच सुनिश्चित गर्नुपर्छ।

७. समुदाय र अभिभावकको संलग्नता

विद्यालयहरूको प्रशासनिक निर्णय प्रक्रियामा समुदाय र अभिभावकहरूको सक्रिय संलग्नता आवश्यक छ । यसले शिक्षाको गुणस्तर सुधार गर्न र विद्यार्थीहरूको समग्र विकासमा मद्दत पुऱ्याउँछ ।

८. शिक्षामा राजनीतिकरण रोक्नु पर्छ जसका लागि निम्नलिखित कदमहरू आवश्यक छन् चाल्नु पर्छ :

क. स्वतन्त्र शिक्षा परिषद् गठन गर्नु पर्छ :
शिक्षा नीति, पाठ्यक्रम, र अन्य शैक्षिक निर्णयहरूको लागि स्वतन्त्र शिक्षा परिषद् गठन गर्नुपर्छ, जसले राजनीतिक दबावबाट मुक्त भएर काम गर्न सकोस् । यसमा सरकार र राजनीतिक नेतृत्व पूरै इमान्दार बन्न सक्नु पर्छ । बनेको देखाउन सक्नु पर्छ ।

ख. पारदर्शिता र जवाफदेहीता बढाउनु पर्छ :
शैक्षिक संस्थाहरूमा पारदर्शिता र जवाफदेहीतालाई बढावा दिनु आवश्यक छ। यसका लागि स्वतन्त्र इमान्दार नियमित अनुगमन र मूल्याङ्कन प्रणाली लागू गर्नुपर्छ ।

ग. शिक्षण पेशाको राजनीतिकरण रोक्नु पर्छ :
शिक्षक नियुक्ति, पदोन्नति, र स्थानान्तरण प्रक्रियालाई पूर्ण रूपमा योग्यता र निश्चित मानकमा आधारित बनाउनुपर्छ र भाइरसमुक्त कम्प्युटर भनेजस्तै राजनीतिक अर्थिक चलखेल रुपी भाइरस मुक्त र हस्तक्षेपबाट मुक्त राख्नुपर्छ।

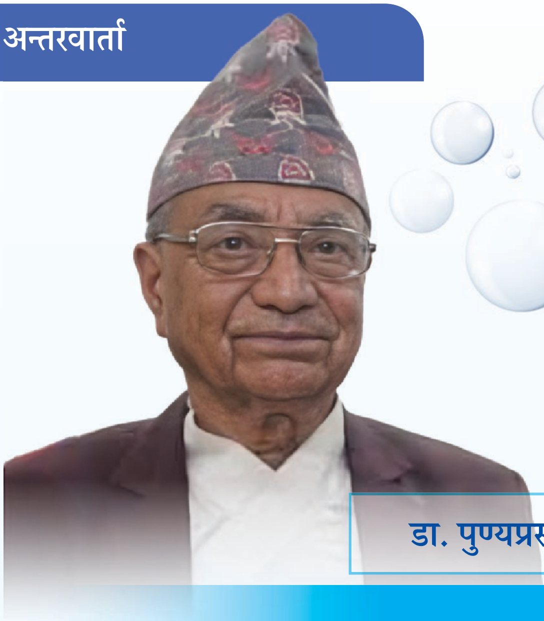
घ. शैक्षिक निकायहरूको स्वतन्त्रता सुनिश्चित गर्नु पर्छ :
विद्यालय र विश्वविद्यालयको प्रशासनिक निकायहरूलाई स्वायत्तता दिनु आवश्यक छ, ताकि तिनीहरूले स्वतन्त्र रूपमा निर्णय लिन सकून् । यहाँ बिग्रेको कुरा के छ भने महत्वपूर्ण पदहरुमा राम्रालाई हटाएर हाम्रालाई राख्नाले जस्तोसुकै सुधारका प्रयास असफल हात लाग्छन् । आफ्नै राख्नु छ भने पनि राम्रो खोजेर राख्नु नि ।

ङ. जागरूकता अभियान
राजनीतिकरणको हानिकारक प्रभावबारे जागरूकता फैलाउनका लागि शैक्षिक समुदाय, विद्यार्थी, र अभिभावकहरू बीच जागरूकता अभियान चलाउनु आवश्यक छ ।

च. कानूनी मापदण्डहरू लागू गर्नु पर्छ :
शैक्षिक क्षेत्रको राजनीतिकरणलाई रोक्नका लागि कडा कानूनी मापदण्डहरू लागू गर्नुपर्छ जसले कुनै पनि प्रकारको राजनीतिक हस्तक्षेपलाई निषेध गर्न सकोस् ।

छ. अभिभावक र समुदायको सहभागिता
विद्यालयहरूमा अभिभावक र स्थानीय समुदायको सहभागिता बढाउनुपर्छ। यसले विद्यालयहरूको पारदर्शिता र जवाफदेहीतालाई सुनिश्चित गर्न मद्दत पुऱ्याउँछ ।

यी उपायहरू अपनाएर नेपालमा शिक्षामा राजनीतिकरण रोक्न, सरकारी र निजी विद्यालयबीच शिक्षामा एकरूपता ल्याई गुणस्तर ब्रिद्धि गर्न र सबै विद्यार्थीहरूको लागि समान शिक्षाको सुनिश्चितता गर्न सफलता मिल्छ ।



पूर्व प्रधानाध्यापकसँगको भलाकुसारी

डा. पुण्यप्रसाद दंगाल

प्रस्तोता | हरिगोपाल श्रेष्ठ

१. आजभोलि के गर्दै हुनुहुन्छ ?

२०५७ साल कार्तिक महिनादेखि ७ वर्षसम्म संस्कृत, ज्योतिष र विज्ञान विषय औपचारिक रूपले अध्ययन गर्न थालेँ । २०६४ सालदेखि २०७६ सालसम्म १२ वर्ष विभिन्न आश्रममा बसेर स्वाध्याय गर्ने अवसर पाएँ । २०७६ साल देखि नै श्रीहरि आध्यत्मिक सेवा आश्रम निर्माण गर्न र आध्यत्मिक चेतनाको विकास गर्ने काममा व्यस्त छु ।आध्यत्मिक चेतनाको साथै भौतिक विकास पनि अगाडि बढाउने काममा लागेको छु। आध्यत्मिक जागरणको लागि १०० जनासम्म अनाथ, अभिभावक विहीन बालबालिकाको लागि आधुनिक गुरुकुल सञ्चालन गर्ने काममा मरिमेटेर लागेको छु।

२. हाम्रो विद्यालयलाई कतिको सम्झनु हुन्छ ?

धेरै नै याद राख्छु। किनकि २०२२ साल देखि नै अध्यापन गर्न थालिएको हुनाले त्यस विद्यालयलाई हृदय देखि नै सम्झिन्छु साथै । विद्यालयको उत्तरोत्तर प्रगतिको कामना गर्दछु।

३. तपाईंको औपचारिक शिक्षाको बारेमा केही बताइदिनु होस् न ।

मेरो औपचारिक शिक्षा विज्ञान, कला र शिक्षामा स्नातक थियो पठनपाठन र सरकारी सेवामा रहँदासम्म।२०५७ साल भाद्र १५ गते परिवारसहित विस्थापित भएपछि विश्वविध्यालयलगातार ७ वर्ष संस्कृत व्याकरण, ज्योतिष र विज्ञान विषयमा औपचारिक अध्ययन गर्ने अवसर पाएँ । संस्कृतमा आचार्य ,ज्योतिष शास्त्रमा आचार्य र विज्ञानमा स्नातकोत्तर उत्तीर्ण गरेर खगोल शास्त्रमा एम.फिल. सहित विद्यावारिधि (Ph.D.) गरेँ । जीवनको उत्तरार्धमा आर्जन गरेको विद्यालाई व्यवहारमा कसरी ल्याउन सकिन्छ भनेर लागेको छु।

४. त्यतिबेला नै तपाईंले औपचारिक शिक्षामा यति उचाई प्राप्त गरी सक्नु भएको रहेछ, तपाईंले निजामति सेवामा नलागी किन शिक्षण पेसामा लाग्नु भयो ?

राम्रो प्रश्नको लागि धन्यवाद! मलाई विशेष गुरुहरु, प्राध्यापकहरुले र मेरा पिताश्री पं हरिरमण दङ्गालले पनि निजामति सेवामा भन्दा शिक्षण पेसामा लाग्न प्रेरणा दिनु भयो । मलाई पनि गणित र विज्ञान अध्यापन गर्ने शौख भएको हुनाले निजामती सेवामा जान पटक्कै मन लागेन। नत्र सचिव सम्मको तहमा पुगिन्थ्यो होला।

५. तपाईंको शिक्षण पेसामा प्रवेश कति सालबाट भएको हो र कति वर्ष शिक्षण गर्नुभयो ?

२०२२ साल चैत्र १० गतेबाट औपचारिक शिक्षक भएर अध्यापन गर्न थालेँ । विद्यालयस्तरमा मात्र २० वर्ष अध्यापन गरेँ । श्रीकृष्ण रत्नगंगा मा. वि. चौतारा, श्री आनन्द मा.वि. जलबिरे र श्री जालपा मा.वि. कोठेमा मात्र। जि. सि .अ. र शिक्षा निर्देशकको सेवा अवधिपछि ज्ञानपुञ्ज बोर्डिङ स्कूलमा २० वर्ष अध्यापन गरे।

६. प्रधानाध्यापकको भूमिकामा रहेर कुन सालदेखि कार्य गर्नुभयो?

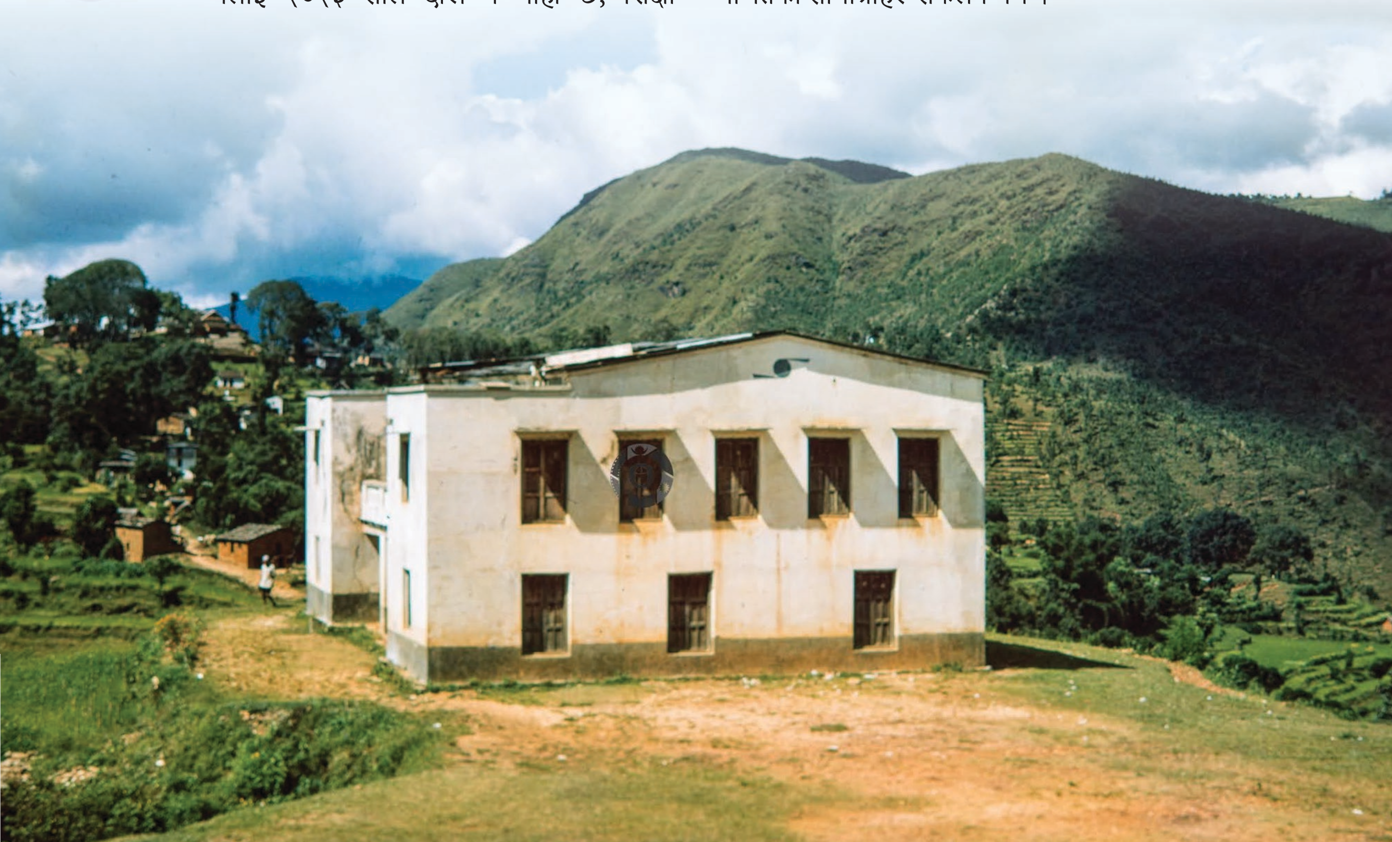
प्रधानाध्यापकको भूमिकामा त २०२३ सालमा निमित्त प्रधानाध्यापक, बिस्तारै का.मु प्र.अ. र २०३६ सालबाट confirm प्रधानाध्यापक हुने अवसर पाएँ ।त्यसबखत चौतारा, बाह्रबिसे ऐंसेलुखर्क मा. वि मा मात्र confirm प्र.अ. को व्यवस्था थियो।

७. तपाईं प्रधानाध्यापक रहँदाको विद्यालयको शैक्षिक, भौतिक, आर्थिक र सामाजिक वातावरण कस्तो थियो?

मलाई २०२३ साल देखि नै थाहा छ, शिक्षा मन्त्रालयबाट वर्षको ५ हजारमात्र अनुदान प्राप्त हुन्थ्यो विद्यार्थीबाट उठेको सामान्य शुल्क र त्यही रु ५ हजारले वर्षभरि पुराउनु पर्थ्यो । अहिलेको जस्तो भौतिक सुविधा आर्थिक सुविधा थिएन तर सामाजिक मान्यताचाहिँ ज्यादै राम्रो थियो । शैक्षिक वातावरण पनि पवित्र थियो। शिक्षक शिक्षिकालाई सम्मानपूर्वक मर्यादा राख्ने चलन थियो।

८. तपाईं प्रधानाध्यापक रहँदा तपाईंको विद्यालयको सर्वपक्षीय विकासमा पुऱ्याउनु भएको योगदानका बारेमा बताइदिनुहोस् न ।

भौतिक सामग्रीको सारै आभाव भएको हुनाले सबै अभिभावकहरू, सरकार र सञ्चालक समितिका पदाधिकारीहरुलाई विशेष आग्रह गरेर भौतिक सामग्री र शैक्षिक सामाग्री जुटाउने काम पनि गरियो ।तर आफैले पनि शैक्षिक सामाग्रीहरू खरिद गरेर विद्यार्थीहरूको पढाइमा सरलीकरण गर्ने कोशिस गरियो। तर पर्याप्त मात्रामा सकिएन। म विज्ञानको विद्यार्थी भएको हुनाले विज्ञान र गणितका सामाग्रीहरू संकलन गर्थें ।



९. विद्यालयमा सर्वपक्षीय विकासका लागि के कस्तो कुरामा ध्यान पुर्याउनु पर्छ होला ?

गुणस्तरीय अध्यापन, अभिभावक र छात्र छात्राबिचमा सुमधुर समन्ध कायम गरी शिक्षण पेसा पवित्र पेसा भएको हुनाले शिक्षक शिक्षिकाहरुले राजनीतिमा पटक्कै चासो राख्नु हुँदैन। शिक्षा अत्यन्त पवित्र पेशा भएको हुनाले तन, मन, बचन र ब्यवहार समेत शिक्षामा नै लगाउनु पर्दछ। त्यसकारण कुनैपनि विद्यार्थी असफल हुँदैनन्।

१०. विद्यालयको शैक्षिक गुणस्तर अभिवृद्धिका लागि प्रधानाध्यापकको के कस्तो भूमिका हुनुपर्छ भनी सुझाउनु हुन्छ?

प्रधानाध्यापक निस्कलङ्क, योग्य, विवेकी सबै छात्र छात्रा, अभिभावक र शिक्षक शिक्षिकाहरुको बिचमा रहेर मार्ग निर्देशक, स्वाभिमानी, आध्यात्मिक चिन्तक हुनुपर्दछ। विद्यालयको कक्षागत पढाइको बारेमा पूर्ण जानकार हुनु आवस्यक छ।

११. वर्तमान अवस्थामा बाहिरबाट हेर्दा तपाईंले यस विद्यालय कस्तो रुपमा पाउनु भएको छ ?

वर्तमान अवस्थामा यस विद्यालयलाई मैले सुधारुन्मुख देखेको छु। हाम्रो पालामा अभावै आभाव थियो भने अहिले भवन, कक्षाकोठा,आर्थिक अवस्था, कार्यशाला आदि सबै नेपाल सरकारको तर्फबाट प्राप्त भएको हुनाले पनि सुधारुन्मुख देखेको छु।तर राजनीति गन्धले विद्यालयलाई अधोगतिमा लान्छ। त्यस्ता शिक्षक र सञ्चालक समितिका पदाधिकारीहरु सुध्रिन पर्ने देख्दछु ।अनि मात्र विद्यालयको वातावरण शुद्ध हुन्छ र सतप्रतिशत प्रतिफल प्राप्त हुन्छ।

१२. विद्यालयका बारेमा तपाईंले भन्न चाहनु भएको केही छ कि?

विद्यालय भनेको पवित्र सरस्वतीको मन्दिर हो। यहाँ आपारधिक कार्य गर्नु हुँदैन। वर्तमान राजनीति भनेको गन्धा नीति हो। नैतिक शिक्षा र आध्यात्मिक शिक्षाको आभावमा वर्तमान शिक्षाले कक्षा १२ उत्तीर्ण भएपछि विद्यार्थीहरुलाई विदेश जाने कुलत लागेको छ। आफ्नै देशमा नेपाल सरकारले अभिभावकत्व बहन गरी सबै नेपालीहरुले आत्मनिर्भर हुने आयमूलक शिक्षा प्राप्त गर्न पाउनुपर्छ भन्ने मेरो अवधारणा छ। म पनि अहिले ८४ वर्षको भएर पनि राष्टको लागि केही गर्नुपर्छ भनेर आध्यात्मिक जागरणको लागि लागेको ५ वर्ष भयो। परिवारै समेत विस्तापित भएर पनि निराश भएको छैन। गतिलो र गुणस्तरीय विद्याले मानिसलाई स्वावलम्बी बनाउन र सुमार्गमा लाग्न मदत पुर्याउँछ। "स्वदेशे पूज्यते राजा विद्वान सर्वत्र पूज्यते"। भनेको वाक्य सत्य हो। गतिलो शिक्षाले मानिसमा परिवर्तन गर्दछ ।साथै भावना, सोभाव र आचरण शुद्ध हुन्छ। मुक्तिको बाटो भनेको पनि त्यही हो। अहिले यति मात्र।

गुठी पद्दति र राष्ट्रिय सुरक्षाबीचको अन्तरसम्बन्ध

डा. पूर्णबहादुर सिलवाल

गुठी व्यवस्था नेपालको मौलिक धर्म, संस्कृति, संस्कार, परम्परा र जीवन पद्दतिलाई अनुसरण गर्ने नेवार समुदायको एउटा पहिचान हो । अन्ततोगत्वा यो राष्ट्रको पनि पहिचान हो । सरकारले वि.सं. २०७६ मा संघीय संसदमा गुठी बिधेयक पेश गरेपछि काठमाण्डौंका गुठीहरु कमजोर पारी विघटन गर्न खोजेको आशंका गुठीयार हरुमा परेको थियो । नेपालमा धेरै किसिमका गुठीहरु सदियौं देखि संचालनमा रहेका छन् । काठमाण्डौंका गुठीयारहरु गुठी व्यवस्थालाई कमजोर होईन मजबुद पारी निरन्तरता दिन चाहेको स्पष्ट देखिन्छ । बिधेयकको बिरोधमा काठमाण्डौंमा आयोजना गरिएको एउटा सभामा एक जना युवक गुठीयारले भनेका थिए । 'भिगु गुठी भिगु अस्तित्व, भिगु ज्यान, भिगु गहना, भिगु मान, भिगु शानू अर्थात हाम्रो गुठी हाम्रो अस्तित्व, हाम्रो ज्यान, हाम्रो गहना, हाम्रो मान, हाम्रो शान । उहांको भनाई अत्यन्तै सारगर्वित, मननयोग्य र रणनीतिक अर्थको छ । गुठी पद्यति लगायत नेपालका हरेक संस्कति, संस्कार र परम्पराको सिधा र गहिरो सम्बन्ध राष्ट्रिय सुरक्षासंग गांसिएको छ ।

हाम्रो संस्कृति र परम्परा नेपाल राष्ट्रको बिभिन्न मूल्य र मान्यताहरु मद्ये एउटा महत्वपूर्ण मूल्य र मान्यता हो । मुलुकको महत्वपूर्ण मूल्य र मान्यताको प्रवर्द्धन र रक्षा गर्नुनै राष्ट्रिय सुरक्षा हो । यसका बिरुद्ध देश भित्र र बाहिरबाट चुनौति उत्पन्न भएमा जनताले ज्यानको समेत बाजी राखेर रक्षा गर्दछन् । यो संबेदनशीलता र महत्वलाई नेपालको संबिधानले पनि स्विकार गरेको अवस्था छ । नेपालको संविधानको धारा ३ मा राष्ट्र भन्नाले 'बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुधार्मिक, बहुसांस्कृतिक बिशेषतायुक्त ... एकताको सुत्रमा आवद्ध सबै नेपाली जनता समष्टीमा राष्ट्र हो भनि स्पष्ट व्यवस्था गरिएको छ । धारा ४ मा 'धर्म निरपेक्ष भन्नाले सनातन देखि चलिआएको धर्म संस्कृतिको संरक्षण लगायत धार्मिक, सांस्कृतिक स्वतन्त्रता सम्भन्नु पर्दछ भनी स्पष्ट पारिएको छ । काठमाण्डौं उपत्यकाको गुठी हजारौं बर्ष पुरानो र उपत्यकाको संस्कृति र सभ्यतासंग गाँसिएको छ । गुठी भनेको जनसमुदायले धर्म र संस्कृतिको प्रबर्द्धनको लागि स्वतन्त्र ढंगले श्रृजना गरेको प्रणाली हो । नेवार समुदाय बसोवास गर्ने उपत्यका बाहिरका शहर बजारमा पनि यस्तै प्रकारका गुठी प्रणाली बिद्यमान छ ।

नेपालको राष्ट्रिय सुरक्षा नीति २०७५ ले पनि संस्कृति र परम्परालाई नेपालको मूल्यमान्यता (भ्याल्युज) को रुपमा उल्लेख गरेको बुझिन्छ । राष्ट्रिय सुरक्षा नीतिले मौलिकता र विशिष्टतामा आधारित नेपाली संस्कृति र परम्परागत पहिचानलाई प्रवर्धन र संरक्षण गर्नु नेपाली जनताको साझा चाहना र कर्त्यब्य हो भनी जोड दिईएको छ । गुठी बिधेयकको बिरोधमा निस्किएको

जुलुसमा 'गुठी हाम्रो प्राण हो, गुठी हाम्रो ज्यान हो' भन्ने नारा घन्किएको थियो । गुठी बिधेयकको विरोध सभाहरुमा सोचे भन्दा अत्यधिक संख्यामा गुठियारहरु सडकमा आएर बिधेयक खारेजीको माग मात्र गरेनन्, बिधेयकको खारजी नभएसम्म आन्दोलन जारी राख्ने घोषणा समेत गरेका थिए । राष्ट्रमा स्थापित महत्वपूर्ण मूल्यमान्यताको रक्षार्थ जनताहरु यसरी स्वतफूर्त रुपमा बिरोधमा उत्रन्छन र आवश्यकता परे ज्यानको समेत बाजी राखेर रक्षा गर्न तत्पर हुन्छन् भन्ने यो एउटा प्रतिनिधि पात्र घटनामात्र हो । तसर्थ, त्यो घटनाले हरेक नेपाली समुदायको धर्म, संस्कृति र परम्परा नेपालको महत्वपूर्ण मूल्य र मान्यता हो भन्ने कुरा स्पष्ट पारेको छ ।

राजतन्त्रको अन्त्यसंगै नेपालका केही स्थापित महत्वपूर्ण मूल्य र मान्यताहरु खारेज भएको र त्यसपछिका बर्षहरुमा आम जनतालाई सर्वस्विकार्य हुने नयाँ मूल्यमान्यताहरु स्थापित भई नसकेको अवस्था छ । नेपालको संविधानमा नेपाललाई धर्मरिपेक्ष राज्य घोषणा गरिएको हालको अवस्थामा जनताको धर्म, संस्कृति र परम्परामाथि राज्यले हस्तक्षेप गर्न मिल्दैन र पाउँदैन । धर्म निरपेक्षता भनेको राज्यको धर्म हुँदैन, धर्म संस्कृतिमा राज्यले हस्तक्षेप गर्न हुँदैन, राज्य कुनै पनि धर्म, संस्कृति र परम्पराको पक्ष र बिपक्षमा उभिन र हस्तक्षेप गर्न हुँदैन र धर्म गुरुहरुले पनि राज्य संचालनमा हस्तक्षेप गर्न हुँदैन भन्ने सिद्धान्त हो । धर्म निरपेक्षता अन्तर्गत स्वतन्त्ररुपमा जनताले आआफ्ना धर्म, संस्कृति र परम्पराको संरक्षण र प्रबर्द्धन गर्न पाउँछन् । संविधानले पनि धर्म र संस्कृतिको संरक्षण गर्नुपर्ने स्पष्ट व्यवस्था गरेको छ । धर्म संस्कृति र परम्परा मास्दै जाने हो भने नेपालको पहिचान र अस्तित्व धरापमा पर्ने निश्चित छ । राज्यहरुको बिभाजन, जन्म र विकास धर्म संस्कृतिको आधारमै भएका छन् । टाढाको कुरा होइन भारत, पाकिस्तान र बंगलादेशको इतिहास हेरौं र मनन गरौं । यी देशहरुको बिभाजन, जन्म, बिकास र आपसी कलह धर्म, संस्कृति र भाषाको कारणले भएका हुन् । पश्चिमा देशहरु र मध्यपूर्वका देशहरुवीचको लामो द्वन्द प्रतिस्पर्धि सभ्यता, धर्म र संस्कृतिका कारणले नै भएका हुन् ।

चीनको कम्युन र इजरायलको किब्बुज पनि काठमाण्डौंको गुठी अवधारणासंग मिल्दोजुल्दो प्रणाली हो । यद्यपि, ती प्रणालीहरु धर्म, संस्कृतिसंग नभई

रोजगारी, विकास र सम्पन्नतासंग गाँसिएका छन् । आखिर कुरा उस्तै उस्तै हुन्, समुहमा मिलेर काम गर्ने प्रणाली र सभ्यता । सामुहिकताको भावनाले समुदाय र राष्ट्रलाई बलियो बनाउँदछ । राष्ट्र पनि सामुहिकताको बिशाल रुप हो । संयुक्त राज्य अमेरिकामा अमेरिकी जिवन पद्यतिलाई पूर्वीय संस्कृति र परम्पराको समकक्षी राखेर हेरिन्छ । अमेरिकीहरु आफ्नो जिवनपद्यतिको प्रवर्द्धन र रक्षाको लागि जस्तोसुकै कदम चाल्न पनि तयार देखिन्छन् । केही बर्षयता युरोपका देशहरुले बाह्य धर्म, संस्कति र परम्परालाई राष्ट्रिय सुरक्षा खतराको रुपमा पहिचान गरेका छन् । उदाहरणको लागि फ्रान्स लगायत युरोपका छ वटा देशहरुले मुसलमान महिलाले लगाउने बुर्का लगाउन निषेधनै गरेको छ । तसर्थ, धर्म, संस्कृति र परम्पराहरुको राष्ट्रिय सुरक्षासंग गहिरो सम्बन्ध छ । नेपालमा बिद्यमान संस्कृति, परम्परा र सामाजिक सद्भाव नेपालीहरुको जिवन पद्यति हो ।

नेपालमा रणनीतिक संस्कृति ९Strategic culture) को अभाव छ । यसलाई परिपक्व ढंगले संचालन गर्ने गरी संस्थागत बिकास पनि भएको छैन र बिकास गर्ने तत्परता र प्रतिवद्धता देखिन पनि बाँकी नै छ । हरेक बिषयहरुलाई गहिरिएर बिश्लेषण गर्ने र राष्ट्रलाई त्यसले अल्पकाल र दीर्घकालमा कसरी कमजोर बनाउँन सक्छ भनेर निरन्तर बिश्लेषण गरी तदनुरुप नीति निर्माण गर्नु आवश्यक छ । मुलुक अस्थिरता र संक्रमणमा रहेको अवस्थामा धर्म, संस्कृति र परम्परामाथि सबैभन्दा बढी हस्तक्षेप र आक्रमण हुने गर्दछ । हस्तक्षेपकारी शक्तिहरुले यस्तै मौका खोजी रहेका हुन्छन् । अब नेपालमा अस्थिरता ल्याउन धर्म, संस्कति र परम्परामाथि आक्रमण गर्ने सम्भावनालाई पनि नकार्न सकिँदैन । त्यस्ता तत्वहरुले सकेसम्म अस्थिरता र संक्रमणलाई लम्ब्याउँन चाहन्छन् ।

नेपालको धर्म, संस्कृति, परम्परा र बिशिष्ट सामाजिक सद्भावले गर्दा नै नेपाल सानो देश भएर पनि स्वतन्त्र राष्ट्रको रुपमा बिश्वमानचित्रमा अंकित छ । नेपाललाई कमजोर र क्रमशः बिघटनको दिशामा लैजान चाहने बाह्य र भित्री तत्वहरुले गर्ने भनेकै नेपाली धर्म, संस्कृति र परम्परामा आधारित जिवनशैलीमाथि आक्रमण हो । यसमा सरकार, संसद, न्यायालय र जनसमुदाय सबै बेलैमा सचेत, सतर्क र संरक्षणको खारित तम्तयार रहनु पर्दछ ।

(लेखक यस विद्यालयका पूर्व विद्यार्थी र अवकासप्राप्त उपरथी हुनुन्छ । उहांले राष्ट्रिय सुरक्षा रणनीतिमा स्नातकोत्तर र विद्यावारिधी गर्नुभएको छ ।)

Collective Action to Address Local Environmental Issues

Shambhu Dangal PhD | Environment and Forestry Professional

Critical Local Environmental Issues

The local environment is experiencing significant challenges that threaten livelihoods and the sustainability of natural resources. One critical issue is the damage caused by monkeys to agricultural crops, which has forced many farmers to alter cropping patterns or abandon farmland altogether. This shift not only reduces agricultural productivity but also exacerbates food security concerns (Chakravarthy et al., 2020). Additionally, massive forest fires are becoming increasingly frequent, leading to severe environmental consequences. These fires contribute to local-level air pollution, elevated temperatures, biodiversity loss, and heightened aridity, disrupting the delicate ecological balance (Sundar & Hiremath, 2021).

Another pressing concern is the drying of water resources, often linked to unplanned road construction and inadequate forest management. These activities lead to soil erosion, reduced groundwater recharge, and the depletion of natural springs, which are vital for local communities and ecosystems (Sharma et al., 2018). Compounding these issues are waste management challenges, particularly the improper disposal of plastic and other waste materials. The burning of plastics releases toxic pollutants, while the ineffective use of decaying household waste adds to environmental degradation and public health risks (Gupta & Rani, 2022).

Collectively, these environmental issues pose a severe threat to local livelihoods by undermining agricultural productivity, reducing water availability, and harming public health. Without immediate and integrated management strategies, these challenges are likely to intensify, creating long-term socio-economic and ecological vulnerabilities.

Drivers of Environmental Challenges

Monkeys have long been an integral part of the local ecosystem, but their population has increased significantly over the past two decades due to natural biological processes (Smith et al., 2020). Historically, their presence necessitated vigilant measures to protect matured crops, especially during harvest seasons. However, the pressure on their natural habitats has intensified due to unsustainable forest management practices, leading to a decline in the availability of food in forests and their original habitats (Brown & Green, 2019). This has forced monkeys to increasingly invade farmlands, where food is more abundant and accessible. Consequently, their dependency on agricultural lands has disrupted traditional foraging behaviors and escalated human-wildlife conflicts in the region.

In our locality, most forest fires are human-induced, exacerbating the challenges of forest conservation (Jones, 2018). Local ownership of forests has diminished significantly over time, reducing the community's sense of responsibility. The increasing temperatures driven by climate change, coupled with the accumulation of leaf litter and debris in forests, have heightened the risk of fires (UNEP, 2021). In some cases, fires are deliberately started to drive away monkeys and other wildlife from agricultural areas. Moreover, the lengthy legal processes, elite capture of forest management benefits, and the inability of marginalized communities to realize tangible benefits from forests have discouraged local populations from participating in firefighting efforts. This stands in stark contrast to the situation a decade ago, when collective action against forest fires was more robust and effective.

Locally, pine forests, commonly referred to as ...Salla," are often blamed for groundwater depletion, although scientific evidence for this claim is lacking (Singh et al., 2017). Pines are well-suited to degraded lands and can thrive in areas with limited groundwater due to their fine fibrous root systems. However, when pine forests are overly dense, they tend to pump more water due to their rapid growth rates. Studies have shown continuous spring water flow beneath native pine forests. Nonetheless, the total groundwater usage is proportional to tree density, regardless of whether the trees are pine or non-pine species. A mature tree typically pumps around 120 liters of water per day. Non-pine species tend to pump more water than pines under similar conditions. However, the accumulation of pine needles can increase surface water runoff during rains, reducing groundwater recharge and contributing to drier conditions.

Waste management is another critical issue receiving insufficient attention from local governments (Doe & White, 2022). The widespread burning of

plastics releases harmful carbon emissions that pose severe risks to public health, including lung and heart complications. Additionally, the improper disposal of degradable waste pollutes the local environment, leading to unpleasant odors and the emission of toxic gases. Addressing these waste management challenges is essential to safeguarding public health and maintaining environmental integrity.

Role of Public and Schools in Collective Action

Forest density management is a cornerstone of sustainable forest management practices, ensuring ecological balance while catering to community needs. By maintaining appropriate tree densities, forests can support biodiversity, prevent soil erosion, and promote groundwater recharge. Thinning over-dense forests and removing dead vegetation reduces fire risks and improves forest health, enhancing their capacity to support wildlife and provide ecosystem services (Greenwood et al., 2020).

To ensure community participation in conservation efforts, it is crucial to provide tangible benefits to the economically disadvantaged segments of the population. Programs that generate direct economic returns, such as income from timber harvesting and processing, agroforestry, or forest-based enterprises, can empower poorer households. Revenue-sharing mechanisms and simplified access to forest resources further incentivize active engagement in sustainable forest management (Smith & Doe, 2021).

The removal of combustible materials such as leaf litter and debris from forests serves multiple purposes. This practice not only mitigates fire risks but also transforms these materials into valuable resources, such as compost or compact fuel pellets. These products provide an additional source of income for communities while simultaneously addressing environmental concerns by reducing reliance on conventional fuels (Jones et al., 2022).

Developing suitable habitats for monkeys within forests can reduce their reliance on agricultural lands. By planting native fruit-bearing trees and restoring degraded forest areas, their natural foraging behavior can be reestablished. Simultaneously, introducing crops that are unpalatable to monkeys in nearby

farmlands can minimize human-wildlife conflicts. This dual approach balances the needs of wildlife and agricultural communities (Brown et al., 2020).

Addressing ecological issues requires integrated landscape management. Removing trees in one area without considering the broader ecological context can simply shift the problem to other locations. A holistic approach, incorporating diverse stakeholders, is essential to prevent unintended consequences and ensure long-term sustainability (Green & White, 2019).

Fire prevention and firefighting capacity building are crucial in mitigating forest fire risks. Local communities should be empowered through training programs, volunteer groups, and eco-clubs established at schools. These initiatives, supported by local governments in collaboration with local forest offices, can enhance awareness and preparedness at the grassroots level. Proper resources and technical expertise must be provided to ensure the effectiveness of these measures (UNEP, 2021).

Schools also play a critical role in shaping environmentally conscious citizens. Integrating waste management and local environmental crisis management into school curricula can foster early awareness and instill sustainable practices in students. Such education prepares future generations to address environmental challenges proactively, ensuring long-term community resilience and sustainability (Doe & White, 2022).

References

- *Brown, A., & Green, P. (2019). Sustainable forest management and wildlife conservation. Forest Ecology Journal, 45(2), 123-134.*
- *Chakravarthy, S., Kumar, R., & Devi, M. (2020). Human-wildlife conflict in agricultural landscapes. Agricultural Review, 12(4), 345-359.*
- *Doe, J., & White, L. (2022). Waste management practices and public health. Environmental Health Perspectives, 56(1), 78-89.*
- *Greenwood, T., Harris, D., & Evans, J. (2020). Balancing forest density for ecological health. Forestry and Conservation, 62(3), 245-267.*
- *Gupta, P., & Rani, S. (2022). Plastic waste and its environmental impact. Waste Management Research, 30(5), 315-328.*
- *Jones, E. (2018). Community-driven forest fire prevention strategies. Rural Sustainability Review, 34(2), 89-102.*
- *Jones, E., Smith, L., & Turner, P. (2022). Innovative uses of forest by-products. EcoSolutions Journal, 18(6), 421-437.*
- *Sharma, A., Singh, P., & Joshi, K. (2018). Impact of unplanned infrastructure on natural water resources. Hydrological Studies, 29(1), 56-72.*
- *Singh, R., Patel, V., & Kumar, N. (2017). Pine forests and groundwater dynamics. Journal of Forestry Science, 12(7), 209-218.*
- *Sundar, R., & Hiremath, S. (2021). Climate-induced forest fire challenges in South Asia. Climate Resilience Journal, 15(9), 100-115.*
- *UNEP. (2021). Forest fire management in a changing climate. United Nations Environment Programme Report, 1-40.*

Article

Importance of **Chemistry** in EverydayLife

Ramhari Mishra | Teacher

Chemistry quietly shapes our world, delving into what things are made of and how they transform under different circumstances. It's integral to our food's nutrition and preservation, our clothing, medicines, and cosmetics. It engineers materials for homes, fuels vehicles, and enhances farming for healthier crops while mitigating pollution. Chemistry's influence is pervasive, enriching our lives with improved quality, safety, and comfort every day.

What is the Importance of Chemistry in Engineering?

Chemistry impacts engineering across production, fuel research, and materials for construction. Understanding compound and element properties aids in comprehending mechanisms, fostering innovation for the future.

What is the Importance of Chemistry in Society?

Everything in our environment is formed of matter. Chemistry is significant in our civilization because it affects our basic needs for food, clothing, shelter, health, energy, and clean air, water, and soil, among other things.

What is the Importance of Chemistry in Agriculture?

Chemistry boosts agriculture with vital fertilizers, herbicides, insecticides, and fungicides, promoting healthy crop growth. Key fertilizers like urea, calcium superphosphates, ammonium sulfate, and sodium nitrate are instrumental in this process.

What is the Importance of Chemistry in Medicine?

Chemistry is vital in medicine,

producing pharmaceuticals that treat diseases and alleviate pain. It facilitates the creation of surgical materials like sutures and artificial skin. Clinical lab tests rely on chemical procedures for analysis.

What are Some Examples of Chemistry in Daily Life?

Toothpaste, lotions, facewash, the food we eat, pharmaceuticals, batteries in watches, mobile phones, cars, laptops, and other electronic devices, and fuel in our vehicles are all instances of chemistry in our daily lives.

Why is Chemistry Important in Food?

Chemicals are essential components of all food, from nutrients like carbs, vitamins, and proteins to additives and flavorings that preserve quality and prolong shelf life

At last, I want to say chemistry is mystery of the chemicals, mystery is life so "Read chemistry more, practice chemistry more don't feel bore " then mystery will be is in your hand.

गोपालप्रसाद रिमाल र उनको 'मसान' नाटक

हरिगोपाल श्रेष्ठ | शिक्षक

गोपालप्रसाद रिमाल

जन्म	:	१९७५ जेठ १३, लगनटोल, काठमाडौं पिता उमाकान्त, माता आदित्यकुमारी १९९२ को SLC मा Board First
शिक्षा	:	I.A.
सेवा	:	अध्यापन, जुद्धोदय स्कूल(१९९५), अमिनीको लप्टन (वर्दिया) (१९९७), प्रजातन्त्र संघका सदस्य (१९९७), गौरीशङ्कर नाटय समुदाय संस्थापक (१९९९), भाषानुवाद परिषद्मा जागिरे (२०००-२००२), सम्वादक शारदा (२००३), दर्पण (२०१३)
कृति	:	नाटक - मसान (२००३) यो प्रेम (२०१५), एकाङ्की - माया (२०१०)
सम्मान	:	मदन पुरस्कार (२०२०), त्रिभुवन प्रज्ञा पुरस्कार (२०३०)
मृत्यू	:	२०३० कार्तिक ८
प्रवृत्ति		- सामाजिक यथार्थवादी नाटककार , - नारीवादी , समस्यामूलक नाटककार , - दुखान्त र प्रहसनको प्रयोग गर्ने नाटककार , - परम्परागत नाट्यमान्यताप्रति विद्रोह गर्ने नाटककार , - वाह्य/आन्तरिकद्वन्द्व विधानको सफल प्रयोक्ता , - सरल स्वाभाविक बोलचालको भाषा प्रयोग

'मसान' नाटकको समीक्षात्मक विश्लेषण

नाटककार गोपालप्रसाद रिमालबाट रचित 'मसान् नाटक वि.सं. २००२ सालमा रचना सम्पन्न भई २००३ सालमा प्रकाशन भएको हो । सामाजिक यथार्थावादी धारामा आधारित यो नाटकले २००७ साल पूर्वको

मध्यमवर्गीय सामन्ती परिवारका नेपाली नारीहरूले भोग्नुपरेका अन्याय अत्याचार र उनीहरूमा विकसित विद्रोहका ज्वालालाई देखाइएको छ। उक्त नाटकलाई विधातात्विक रूपमा यसरी समीक्षा गर्न सकिन्छ।

कथावस्तु

नाटककार गोपालप्रसाद रिमालले 'मसान् नाटकलाई अघिल्लो आधा र पछिल्लो आधार गरी दुई खण्डमा विभाजित गरी रचना गरेका छन्। प्रत्येक आधामा ५।५ दृष्यको विभाजन गरिएको छ। नाटकको प्रारम्भ कृष्णले चिठी लेखेर खाममा राखी ठेगाना लेखेकोबाट हुन्छ। कृष्ण यस नाटकका प्रमुख पात्र हुन्। २५ वर्षे युवक कृष्णकी पत्नी युवती (हेलेन) आफूबाट सन्तान नभएका कारणले चिन्तित छिन्। घरमा भानिज भोटुलाई धर्मपुत्रका रूपमा पालेको हुन्छ। युवतीलाई आफूबाट सन्ताल नभएपनि आफ्नै श्रीमान्को अंशबाट जन्मेको सन्तानको इच्छा छ। त्यसैले युवती आफैले कृष्णको विवाह गरिदिन खोज्छे। कृष्णलाई भने पुर्नविवाह गर्ने इच्छा हुँदैन। ऊ, युवतीलाई नै प्रेम गर्ने कुरा व्यक्त गर्दछ। तर युवतीले करकाप गरेपछि उनको विवाह हुन्छ। युवतीले आफ्नो श्रीमान् र नयाँ दुलहीलाई आफ्नो कोठा छोडिदिन्छे र सुहागरातका लागि दुलही भएको कोठामा कृष्णलाई पठाइदिन्छे।

विवाह पश्चात पनि कृष्णले दुलहीलाई आफूले दिनुपर्ने माया दिन सक्दैन। यसले दुलहीको मनमा मानसिक द्वन्द्व पैदा गर्छ। घरका सम्पूर्ण सुखको सहानुभूति युवती (हेलेन) प्रति रहेको, युवतीले पनि दुलहीलाई कुनै काम नगर्न नदिई सिंगारिएर मात्र बस्न आग्रह गरेकी हुनाले उनले आफ्नो स्वतन्त्रता कुण्ठित भएको महशुस गर्छे। यता युवतीले ती दुई नवदम्पत्तिको सम्बन्ध सुमधुर होस भन्नाका खातिर आफू माइत जान खोज्छे। तर कृष्णले उसलाई रोक्छ। कृष्ण र दुलहीबीच मायाप्रेम र खुलस्त बोलचाल नहुँदा नहुँदै पनि ती दुईबाट पुत्रको जन्म हुन्छ। कृष्णलाई भने त्यस घटनाले कुनै उमङ्ग र उल्लास दिन सक्दैन। युवतीमा आफूबाट कुनै सन्तान नभएको, धर्मपुत्रको रुपमा पालेको भोटु घर गएको, आफ्नो स्थानमा सौताको उपस्थिति भएको आदि घटनाहरुले मानसिक पीडा भने भित्र भित्रै रहेको हुन्छ। तैपनि उनले आफूले गर्न सक्ने कर्तव्य भने कुशलताका साथ निर्वाह गरेकी हुन्छे। छोरोको सम्पूर्ण हेरचाह युवतीबाट हुन्छ। दुलही भने पतिबाट आफूले कुनै किसिमको माया, दया, सहानुभूति र अधिकार नपाएको छोरो जन्मिएपछि छोरो पनि सौताबाट खोसिएको सम्झिन्छे र झन मानसिक रुपमा विछिप्त हुन्छे। उनलाई नोकर्नी वागमतीले झन् उक्साउँदछ। उनले आफूलाई छोरा जन्माउने उद्देश्यले मात्र विवाह गरी ल्याएको भन्ने मानसिक पिडा व्यक्त गर्दै औषधि खान पनि इन्कार गर्दछे। युवती र दुलही बीचको पत्नीत्वको द्वन्द्व छोरो जन्मिएपछि मतृत्वमा परिणत हुन्छ। दुलहीको मानसिक पिडा विद्रोहमा बदलिन्छ।

कथानकको विकासका क्रममा कृष्णकी बहिनलिाई उसको लोग्नेले कुलतमा लागेर कुटपिट गर्ने हैंला गर्ने आदि गर्दछ। कृष्णले आफ्नी बहिनीलाई घरमा ल्याएर पाल्ने प्रस्ताव आफ्नी आमालाई राख्दछन् भने दुलहीलाई छोडेर छोरो र युवतीका साथ अन्तै गएर बस्ने प्रस्ताव युवतीलाई राख्छन्। युवतीले सो कुरा इन्कार गर्छिन्। कृष्णले यवतीलाई जिन्दगी भरी माया दिइरहने कुरा व्यक्त गर्दै उनलाई सधैं जवानी अवस्थामा राखी रहनका लागि कृष्ण आफैले युवतीले थाहा नपाउने गरी सन्तान नहुने औषधी खुवाएको रहस्य उद्घाटन गर्दछ। यो कुरा सुनेपछि युवती मर्महत भई केही बोल्न सक्दिनन्। लोग्नेकै कारण आफ्नो मातृत्व हरण भएको थाहा पाएपछि कृष्णप्रति उनको घृणा भाव जाग्दछ। यता शारीरिक, मानसिक विक्षिप्तता र रोगले थलित भई रहेकी दुलहीको मृत्यू हुन्छ। दुलहीको मृत्यूले सौतेनी द्वन्द्व त सकिन्छ तर सौताको मृत्यूको घटनासम्म आइपुग्दा युवतीमा दाम्पत्य पारिवारिक जीवनप्रति वितृष्णा पैदा भईसकेको हुन्छ र आफ्ना पतिप्रति घृणा भाव जागिसकेको हुन्छ। वासनालोलुप, अविवेकी, धोकेबाज पुरुषसँगको वैवाहिक सम्बन्धले प्रेमिका, पत्नी, आमा जस्ता नारीका सबै रूप क्षतिग्रस्त भएको अनुभूतिले यूवती विद्रोह गर्छे। उनले नारीलाई जिउँदै दागवती दिने घरलाई मसानको संज्ञा दिदै घर छोडेर हिँड्छे। कृष्णले अनेक कोशिस गर्दा पनि

उनी मान्दिनन् । कथानक टुङ्गिन्छ।

चरित्र चित्रण :

कृष्ण :

- सहारिया, शिक्षित र सम्पन्न ब्राह्मण परिवार,
- प्रमुख पात्र/पुरुष पात्र/ २५ वर्षको युवक,
- प्रेम विवाह गरी परम्परागत सामाजिक मूल्य र मान्यताको विरोधीको रुपमा देखिएको,
- विलासी सोच भएको,
- चिरकारसम्म युवतीको कसिलो शरीरसँग खेल्ने अभिलाषाले झुक्याएर बाँझो हुने औषधी खुवाएको ,
- अदूरदर्शी, अल्लारेपना,
- युवती, बहिनी र भान्जोप्रति दयालु तर दुलही र छोरोप्रति अति कठोर,
- नारीलाई पुतलीझैं भोग गर्ने तर मातृत्व हरण गर्ने हत्यारा,
- कर्तव्यच्यूत प्रतिकूल व्यक्तिपात्र ,स्वार्थी,
- असफल पति, असफल दाजु, असफल वावु, असफल प्रेमी ।

युवति/हेलेन:

- नायिका/केन्द्रीय चरित्र,
- २५ वर्षकी युवती,
- आदर्शता र यथार्थताको समन्वय ,
- प्रेमिका, पत्नी, बुहारी, सौता मालिक्नी, आमा सबै भूमिका निर्वाह गरेकी,
- सबैमा सफल र प्रभावकारी भूमिका रहेको ,
- आफ्नो कोखबाट सन्तान नजन्मेपछि आफ्नो पतिको अंश भएको सन्तान खेलाउन चाहने ,
- वंश परम्परा जोगाउन चाहने ,
- उदार - आफैले विवाह गरिदिनु - उनीहरुबाट अलग्गिनु ,
- ईर्ष्या, डाहा, रत्तिभर नभएकी तर आन्तरिक द्वन्द्वमा भित्रभित्रै डुवेकी,
- कर्तव्य र जिम्मेवारीप्रति सदा तत्पर रहने ,

- सासू, ससूरा र नोकचाकरलाई रिफाएर बसेकी - दयाली,
- पतिलाई परमेश्वर जत्तिकै ठान्ने,
- रुढ परम्परालाई विश्वास गर्ने ,
- अन्तमा - गतिशील,
- उसको चरित्र र व्यवहारमा अप्रत्याशित परिवर्तन आएको ,
- श्रीमान्, छोरो र घरपरिवार त्याग्न तयार भएकी ।

दुलही :

- सहनायिका,
- कृष्णकी विवाहिता पत्नी,
- १५/१६ वर्षकी,
- व्यवहारमा अपरिपक्व, सौतालाई शत्रुका रुपमा हेर्ने, पूर्वाग्रही ,
- स्वतन्त्रता गुमेकी, कुनै काम गर्न नपाइने, सिंगारिएर मात्र बस्नुपर्ने, छोरो जन्माइदिनुपर्ने ,
- यन्त्रवत् रूपमा आमा बनेकी,
- दया र माया होइन हक, अधिकार र स्वतन्त्रताको खोजी गर्ने, हठी,
- सौताको असल नियतमाथि पनि शंका गर्ने,
- पत्नीत्व र मातृत्वको दुबै द्वन्द्वमा आफूलाई पराजित ठानेकी,
- मानसिक उपचारको अभाव फेल्नु परेकी, विक्षिप्त अवस्थामा पुगिसकेकी ,
- परस्थितिको शिकार बनेकी ,
- लोग्नेको मायाकै अभावका कारण मृत्यूको दुर्नियति भोग्नुपरेकी ।

वाग्मती

- नोकरका रूपमा कृष्णको घरमा उपस्थित ,
- लोग्ने र सौताबाट पीडित ,
- अप्रत्यक्ष रूपमा दुलहीमा सौताप्रति घृणा भाव जगाउन सफल ,
- लोग्ने मान्छेलाई मासुको थुप्रो भए पुग्दो रहेछ भन्ने तिक्त अनुभव बोकेकी ,
- घर, श्रीमान्, छोरो, सम्पत्ति सबै गुमाएकी ,भुक्तभोगी, रोएर केही हुन्न भन्ने सोच बोकेकी ,
- दोहोरो कुरा गरेर सबैतिर चोचोमोचो मिलाउन ज्यादै सिपालु ।

देशकाल परिवेश

'मसान् नाटक २००२ सालमा लेखी २००३ सालमा प्रकाशन भएको नाटक हो । त्यसैले यस नाटकमा २००७ साल अगाडिके उच्च मध्यम वर्गीय नेपाली परिवारका आर्थिक, सामाजिक र चेतनाको स्तरलाई देखाइएको् छ । त्यस समयमा उच्च मध्यम परिवारमा मानिसहरूका, नोकर चाकर राख्ने, बहुविवाह गर्ने, महिलालाई वासना सेलाउने भोग्य वस्तुका रूपमा लिने, हक, अधिकार र व्यक्तिगत स्वतन्त्रताको कदर नगर्ने आदि प्रवृत्तिलाई यस नाटकमा देखाइएको छ । स्यानगत परिवेश रूपमा यस नाटकमा काठमाडौं सहर र सहस वरपरका स्थानलाई देखाइएको छ । साथै वीरगञ्ज र काशी जस्ता स्थानहरु पनि सूच्य रुपमा चर्चामा आएका छन् । नाटकमा त्यस ताकाका चालचलन, विश्वास आदिलाई पनि परिवेशका रूपमा चित्रित भएका छन् - जस्तै बाजा बजाएर विवाह गर्नु, दुलही भित्र्याउँदा पाथी चुलठी गर्नु, विवाहमा कूल देवता पुकार्नु, वुहारीलाई ढुकुटी सम्पनु, नवजात शिशुलाई बच्चा खेर नगएकी आईमाईको कपडाबाट लुगा सिलाउने, न्वारन गर्ने जस्तो चलन, त्यस्तै सन्तान नभए गति पाइन्न, बुढेसकालमा तीर्थ जानुपर्छ भन्ने जस्ता विश्वास आदि यसका उदाहरणहरू हुन् । नाटकमा पुरुषले् कान्छी ल्याएर जेठीलाई हेला गर्ने, कुटपिट गर्ने, घरमा टिक्न नसक्ने वातावरण बनाउने परस्त्रीगमन गरी घरवार बिगार्ने जस्ता कुसंस्कारलाई पनि परिवेशका रूपमा उभ्याइएको छ । पुरुषको स्वार्थी र निठुर व्यवहारका कारण समस्याग्रस्त बनेको नारी समाजलाई देखाई विस्तारै नारीहरु पनि सचेत र विद्रोही बन्न थालेको देखाइएको छ । नाटकमा घटित सम्पूर्ण कार्यव्यापारको अवधि करीव डेढ वर्ष रहेको छ ।

संवाद/कथोपकथन :

नाटकमा प्रयोग भएका संवाद सरल सहज र पात्र अनुकूल छ । पात्रको स्तर र मनोभाव अनुसारको

भाषा प्रयोग र संवादका कारण नाटक स्वभाविक र स्तरीय बनेको छ। नाटकका पात्रहरु मध्ये युवतीको बौद्धिक स्तर अन्यभन्दा अलि माथि रहेको हुँदा उनीले प्रयोग गरेका सम्वाद तुलनात्मक रुपमा लामा, बौद्धिक, लाक्षणिक र व्यञ्जनात्मक किसिमका रहेको छ। स्नेह र ममतामयी भाव अभिव्यक्त गर्ने उनको सम्वादमा वात्सल्य भाव पाइन्छ। कृष्णको सम्वादमा स्वार्थी, भोगी, पूर्वाग्रही र शोषक प्रवृत्ति झल्किएको प्रष्टै देखिन्छ। पति प्रेम र पारिवारिक सहानुभूतिका अभावमा मानसिक रूपमा ग्रस्त दुलहीको संवादमा हीनतावोध, कारूणिकता र विद्रोही भाव पाइन्छ। त्यस्तै वाग्मती पनि पति र सौताबाट पीडित भएकी र आफ्नो छोराकै अकाल मृत्यूको पीडा सहन वाध्य र पीडित पात्रका रूपमा उभिएकी हुँदा उनले बोल्ने संवाद परिपक्व किसिमको छ। अन्य पात्रहरूका सम्वाद छोटा छरिता र अनौपचारिक किसिमका छन्।

भाषाशैली

'मसान्' नाटकमा सरल, सहज, सुवोध्य र स्वभाविक भाषाको प्रयोग भएको छ। नाटकमा घटना र प्रसङ्ग अनुसार जनजिव्रोमा प्रयोग हुने विविध उखान टुक्काहरू पनि प्रयोग भएका छन्। यसले नाटका संवाद स्वभाविक र आकर्षक बनेको छ। विविध वर्ग र स्तरका पात्रहरूको चयन नाटकमा भएका कारण पात्रोचित भाषाको प्रयोग यसमा भएको छ। मालिक ,नोकर ,श्रमिती आदि विभिन्न भूमिका निर्वाह गरेका पात्रहरुले बोल्ने भाषा विविध किसिमको रहेको छन्। विविध विम्व र अलंकारहरुको पनि पर्याप्त प्रयोग यस नाटकमा पाइन्छ। कथानक आदि, मध्य र अन्त्य भागको रैखिक शैलीमा बुनिएको हुँदा नाटक भाषाशैलीका दृष्टिमा बोधगम्य, सहज र आकर्षक रहेको छ।

द्वन्द्व :

नाटकको अनिवार्य तत्वहरूमध्ये एक हो द्वन्द्व। द्वन्द्वको आयोजना गरिएको छैन भने कथानक वा घटनाले विसिकतता र चरमोत्कर्षता प्राप्त गर्न सक्दैन। यस नाटकमा पनि सुरु देखिनै द्वन्द्वको आयोजना गरिएको छ र त्यही द्वन्द्वले नाटकको घटनालाई विकसित रूप दिई कथानकलाई चरमोत्कर्षमा पुऱ्याई टुङ्ग्याइएको छ। नाटकमा आन्तरिक र वाह्य दुबैको द्वन्द्वको सफल प्रयोग भएको छ। मुख्य रूपमा यौनेच्छा र मातृत्वबीचको द्वन्द्व, प्रेम र कर्तव्यबीचको द्वन्द्व, पत्नीवीच र मातृत्ववीचको द्वन्द्व आदि आन्तरिक द्वन्द्वका रूपमा रहेका छन् भने, पति पत्नीबीचको द्वन्द्व, सौतासौता वीचको द्वन्द्व वाह्य द्वन्द्वका रूप हुन्। नाटकको सुरुवात यौनइच्छा र मातृत्वबीचको द्वन्द्वबाट भएको छ। यस द्वन्द्वलाई कृष्ण र युवतीका माध्यमबाट प्रस्तुत गरिएको छ। कृष्ण युवतीबाट कुनै सन्तान नजन्माई उसलाई खाली यौन तृप्ति पुरा गर्ने माध्यमको रूपमा उपयोग गर्न चाहन्छन भने युवती मातृत्वविना नारीको कुनै अस्तित्व देख्तिनन्। यसै द्वन्द्वबाट सुरुवात भएको नाटकको कथानक यसै द्वन्द्वका कारण कृष्णलाई पत्नीबिहीन तुल्याई टुङ्गिएको छ। नाटकमा युवती र दुलही बीचको द्वन्द्व पनि उतिकै महत्वपूर्ण रहेको छ। ती दुईवीच पत्नीत्वको द्वन्द्व रहेका छन्। दुलहीबाट पुत्रको जन्म भएपछि ती दुईको पत्नीत्वको द्वन्द्व मातृत्वमा बदलिएको देखाइएको छ। यही द्वन्द्वको पराकाष्ठाले दुलही मानसिक रूपमा विक्षिप्त र चिलित हुन्छे र अन्तयमा मृत्यूवरण गर्ने पुग्छिन्।
द्वन्द्वको आयोजना गरेपछि जय र पराजय पनि अवश्य देखाउनै पर्दछ। यस नाटकमा कृष्ण र युवतीबीचको द्वन्द्वमा दुलहीले पराजित भएको महशुस गरेकी छिन् यही मानसिक पीडाका कारण उनको मृत्यू भएको हो। यसबाहेक कृष्ण, युवती र दुलहीबीच प्रेम र कर्तव्यको आन्तरिक द्वन्द्व पनि त्यतिकै महत्वपूर्ण छ। एकातिर कृष्णले युवतीलाई प्रेम गर्नुपर्ने छ भने अर्कोतिर दुलही स्वास्नीप्रति लोग्नेको कर्तव्य पुरा गर्नुपर्ने दोहोरो भूमिका कारण भित्रभित्रै द्वन्द्वले छटछटिएकी छिन्। दुलही प्रतिको कर्तव्यमा उबाट पुत्र जन्मेको हुँदा कर्तव्य पूरा भएको ठानेको छ भने यता युवतीप्रतिको प्रेममा ऊ चुकेको छ। त्यही प्रेम जताउन खोज्दा कृष्णले आफूले युवतीमाथि गरेको मातृत्वहरणको पोल खुल्दछ र कथानकले अर्कै मोड लिएको छ। यसमा कृष्ण पराजित हुनु परेको छ। यसरी द्वन्द्वै द्वन्द्वको सफल आयोजना यस नाटकमा भएको हुँदा यो नाटक सफल नाटक हो।

उद्देश्य :

जुन घरमा नारीले उचित स्थान र सम्मान प्राप्त गर्न स्क्दैन त्यो घर घर नभई मसान हो । 'मसानू विशेषत नारी समस्यामा केन्द्रित नाटक हो । तत्कालिन समाजमा नारीहरुले भोग्नु परेका समस्याहरुलाई यस नाटकले केलाई यथार्थ रूपमा प्रस्तुत गरेको छ । यस नाटकको प्रमुख उद्देश्य भनेको तत्कालीन नेपाली महिलाहरुले भोग्नुपरेको अन्याय, अत्याचार, शोषण, दुर्वव्यवहारलाई प्रस्तुत गरेर ती नारीहरुप्रति सहानुभूति प्रकट गर्दै त्यस्ता राक्षसी प्रवृत्तिका विरूद्ध विद्रोह गर्दै सामाजिक क्रान्तिका लागि बिगुल फुक्नु नै हो । यस नाटकमा युवती, दुलही, कृष्णकी बहिनी र वाग्मती यी चारै जना नारीहरु पुरुषका कामलोलुप राक्षसी प्रवृत्तिको शिकार हुनुपरेको छ । युवतीले कृष्णका कराण मातृत्व गुमाउनु परेको छ, दुलहीले मातृत्वको अनुभव त गरिन् । तर कृष्णबाट पत्नीत्वको प्रेमको अनुभूति कहिल्यै प्राप्त गर्न सकिनन । त्यस्तै वागवती र कृष्णकी बहिनीले पनि तिनीहरु कै पतिबाट प्रताड्ती भएर कृष्णको घरमा शरण लिन वाध्य हुनु परेको छ । पुरुषकै दानवीय डसाइका कारण यी चारै जनाको पारिवारिक जीवन ध्वस्त भएका छन् । पति पत्निबीचको सम्बन्ध धार्मिक सामाजिक र कानुनी आधारमा मात्र निर्धारित गरिनु हुन्न । आपसी प्रेम, समझदारी र विश्वासका आधारमा यसलाई स्थापित गर्नुपर्दछ भन्ने सन्देश दिनु यस नाटकको अर्को उद्देश्य हो । धार्मिक र सामाजिक आधारमा मात्र पति पत्नी हुनु दाम्पत्य जीवनको सम्पूणता होइन । आपसी प्रेम, विश्वास र समझभदारीले नै यसलाई पूर्णता दिन सक्दछ । यस नाटक पनि चौरै जना नारीहरुको दाम्पत्य जीवन यही प्रेम, विश्वास र समझदारीको अभावमा तहसनहस भएको छ र घर मसान जस्तो बनेको देखाइएको छ ।

यस नाटकको अर्को उद्देश्य भनेको मातृत्वशक्ति अविजेय छ भन्ने तथ्यता प्रस्तुत गर्नु हो । मातृत्वको शक्तिले नै नारीको अस्तित्व र अर्थ खुल्दछ । नारीले नारी हुनुको पूर्णता महसुस गर्दछ । मातृत्व शक्तिले नै घर संसारलाई कसिलो र मजबूत बनाउन मद्दत गर्दछ ।आमा भएपछि नारीको सम्मान प्रेमिका र पत्नीभन्दा उच्च हुन्छ । संसारको सृष्टि परम्परालाई निरन्तरता दिने कडी यही मातृत्व नै हो ।त्यसैले मातृत्व पूज्य र महिमामयी छ । कृष्ण जस्ता व्यक्तिको गलत प्रवृत्तिको कारण मातृत्व गुमाउनु परेका नारीले अन्त्यमा पुरुषविहिन जीवन स्वीकार्न पनि पछि पर्दैन भन्ने सन्देश नाटकले दिएको छ । नाटकमा रिमालले नारीहरुले धर्मपुत्र र सौतापुत्रले मात्र मातृत्वको प्यास मेटाउन सक्दैन भन्ने यथार्थ भाव व्यक्त गरेको छ । यो यस नाटकको अर्को उद्देश्य हो । युवतीबाट कुनै सनतान नभएपछि भोटुलाई धर्म पुत्रका रूपमा त्यस घरमा पालेको हो । तर युवतीलाई आफ्नै श्रीमान्को अंश भएको सनतानको चाहना हुन्छ र उनकै करकापमा कृष्णले दुलही भित्र्याउँछन् । दुलही भित्रिएपछि पनि उनीमा आफूबाट सन्तान जन्मिने आशा अझै रहेको हुन्छ । दुलहीबाट छोरा पाएपछि अर्कैले काखभरी खेलाउन पाउँदा पाउँदै पनि सन्तान नजन्मेको रहस्य खुलेपछि असह्य पीडा बोध गर्दछिन् र आखिरमा गृहत्यागको निर्णय लिन पुग्छिन् । समग्रमा यस नाटकको उद्देश्य नारीपीडा र विद्रोह प्रस्तुत गर्नु हो ।

शीर्षक सार्थकता :

नाटकमा दिइएको शीर्षक 'मसानू प्रतीकात्मक छ । मसान त्यो स्थान हो जहाँ मानिसका मृत देहसँगसँगै उनका साराइच्छा, आकांक्षा, गर्नुपर्ने कार्य आदि भष्म गराइन्छ । त्यहाँबाट केही फर्किएर आउन्न । यस नाटकमा पनि पुरुषले नारीको स्वतन्त्रता अस्तित्व, मातृत्व, पत्नीत्व, प्रेम, विश्वास आदिलाई नारी जीवित हुँदै ध्वस्त र भष्म पारिएको देखाइएको छ । नारीको अस्तित्व आमा बन्नुमा रहेको हुन्छ । यहाँ युवतीको मातृत्व कृष्णको कामुक प्रवृत्तिका कारण भष्म भएको छ । नारीको अस्तित्व पत्नीत्वमा रहेको हुन्छ । यहाँ दुलहीको पत्नीत्व कृष्णको स्वार्थी प्रवृत्तिका कारण ध्वस्त भएको छ । पुरुषका यस्तै कामलोलुप प्रवृत्तिका कारणले कृष्णकी वहिनी र वाग्मती जस्ता कैयौं नारीको जीवन भताभुङ्ग भएका छन् । जहाँ नारीको उचित सम्मान हुन्न त्यस घर घर नभई मसान हो । जहाँ नारीलाई जिउँदै दागवती दिइन्छ । त्यो घर घर होइन मसान हो । प्रस्तुत नाटकले यसै सन्देशलाई सफलताका साथ प्रस्तुत गरेको हुँदा दिइएको् शीर्षक 'मसानू सार्थक छ ।

Some useful idioms and their meanings

Saraswati Ghimire | Teacher

Idioms	Meanings
1. I lost my head completely	1) Totally confused
2. Bury the hatchet	2) Forget an old enmity
3. At the drop of a hat	3) Without hesitation
4. Kill two birds with one stone	4) Accomplish two things with the same effort
5. Have a blast	5) To enjoy oneself, have a good time
6. Beat around the bush	6) Trying to avoid a subject /person/ situation
7. Burn the midnight oil	7) Work or labor late into the night
8. Judge a book by its cover	8) Rely on outward appearances
9. Takes two to tango	9) Most deeds /actions/misdeeds require participation from two people
10. Penny for your thoughts	10) Asking someone what is on their minds
11. A piece of cake	11) An easy task or job
12. Whole nine yards	12) The entire thing, all of something
13. A dime of dozen	13) Very common/common place
14. Bite off more than you can chew	14) Try to take on a task too big for oneself
15. Cry over spilled milk	15) Regret/ complain about something that cannot be rectified
16. Hit the road	16) Begin one's journey
17. Once in a blue moon	17) Once in a while, infrequently
18. Devil's advocate	18) To present a counter argument
19. Let the cat out of the bag	19) To reveal a secret
20. Miss the boat	20) To miss the chance

21. Sit on the fence — 21) To avoid making a choice/decision
22. Add fuel to the fire — 22) To make a situation worse
23. Call it a day — 23) Time to stop working
24. See eye to eye — 24) To agree with someone
25. On cloud nine — 25) Very happy
26. Cost an arm and a leg — 26) Something is very expensive
27. Out of the blue — 27) With no warning
28. Rain cats and dogs — 28) Rain heavily
29. Teacher's pet — 29) A teacher's favourite student
30. When pigs fly — 30) Something is impossible
31. A hot potato — 31) A current issue
32. Ball is in your court — 32) To make the next decision or step
33. A blessing in disguise — 33) A good thing that seemed bad at first
34. Hit the sack — 34) Go to bed for sleep
35. Fit as a fiddle — 35) Being in good health
36. Straight from the horse' mouth — 36) To the information directly from the person's mouth rather than anyone else's mouth
37. Action speaks louder than words — 37) What you do have a stronger effect than just talking about it
38. Go down in flames — 38) To fail miserably
39. Take it with a pinch of salt — 39) Not being very serious about something
40. Through thick and thin — 40) Being faithful and loyal in all the circumstances
41. Pull someone's leg — 41) To make fun of someone
42. Spill the beans — 42) Revealing the secret or hidden facts
43. Under the weather — 43) Feeling unwell
44. Kick the bucket — 44) To die
45. Bite the bullet — 45) To endure a painful or difficult situation
46. Barking up the wrong tree — 46) To make a mistake or follow the wrong course of action
47. Jump on the bandwagon — 47) To join others in doing something that is currently popular or trendy
48. Throw in the towel — 48) To give up or admit defeat
49. Caught between a rock and a hard place — 49) Being in a difficult situation where both options are unfavorable
50. Don't put all your eggs in one basket — 50) Don't risk everything on a single plan or idea

Source: Cited from different books.

Article

History of **Janaki Temple**

Som Singar | Teacher

Abstract

History shows the bright future, Janakpur is the capital city of Mithila, Mithila is also known as Mithila, Birya and Tirbhukti which is situated on the east by the Koshi River and West by the Gandagi River. Mithila was ruled by the Vaidehi dynasty, the king Janak. Janakpur was covered by forest for a long time; it has many statements to establish this place such as Saint Sur Kishore Das and his co-workers came from southern India and started to do penance in the forest. He built a small temple. Gradually, the people around the forest came to know and Started coming to adore Ram Janaki. Another statement says that Sadhu Sur Kishore Das of Luvagad, Jaipur, India, came to Jankapur he showed unforgettable dreams of mata Janaki, He made Janaki temple and he started to adore it. 300 years later in 1784 BS King Manik Sen from Makawanpur came to visit Janaki did grand puja and donated about 1400 Bighas of land. King Pratap Singh and Queen Brish Bhanu Kuwari from Tikamagad India were childless, she came to Janakpur, and she did puja, after 1 year she born a child, and then she urged to make Janaki temple.

Key words: Janakpur, Mithila, Religious and Tourism.

Introduction

Janakpur is an ancient city that is known religiously and culturally. In the Bradhmanical literature there is mention of an ancient kingdom, known as Mithila, Birya and Tirbhukti which was situated on the north by the Himalayas, on the south by the Ganga, on the east by the Koshi River, and on the west by the Gandaki River. Ancient Mithila was ruled by the Vaidehi dynasty, the kings of which held the ti tle of Janak and hence the capital of Mithila is called Janakpur (Burghart.R.1983). Similarly, being the birthplace of Sita, it has become a famous and sacred religious land. After this, the temple of the people who were here became known as a cultural heritage site (Kishwar, M. 1997).

For hundreds of years, Janakpur had been a forest, According to some accountants and historians, Saint Sur Kishore Das and his co-workers, who came from the southern part of India, started doing hard work and penance in the forest. At this time, he came to know that it was a holy place and built a small temple. Gradually, the people around the forest came to know and Started coming to adore Ram Janaki (https://saarang.com.np).According to some writers. In 1417, Sadhu Sur Kishore Das of Luvagad, Jaipur, India, came to this area while on a pilgrimage, while staying in this area for a few days, he saw an unforgettable Mata Sita in his dream. He established a small Janaki temple and he started to adore it. After that, the number of saints and devotees started increasing in that place. After that number of saints and devotees stared increasing in that place (Pinch, W. R. 1996). After this, the birthplace of mother Sita was completely established. 300 years later in 1784 BS King Manik Sen from Makawanpur came to visit Janaki and offered a grand puja and donated about 1400 Bighas of land in the name of the temple. In this way, Janakpur became Janakpur dham. In the construction of the present Janakpur temple, it is seen that a different concept has been mentioned. King pratap Singha and his queen Brish bhanu Kuwari were

Fig: *King Janak*

Fig: *Sita Mata*

childless in the kingdom of Tikamagad India. Brish Bhanu came to Janakpur and she adores the mata Sita, she urged to make the Janaki temple. After 1 year she received a child, and she died. Afterward, King Pratap Singha got married to her sister Narendra Kuwari. The construction of the Janaki temple was completed an after 16-year letter in 1968 BS.

Result and conclusion

The Jankai temple has not only enhanced the glory of Janakpur, but it also a temple with the pride of the entire country.

The ancient temples in Nepal are gifts given to us by the ancestors. It is our duty to protect these gifts, which helps us to preserve our own identity and our identity in the world demand. If this heritage can make the world's tourism attractive, then we can be able to recognize the world and become financially prosperous. If we can educate the coming generation about our monasteries temples properly, they will also be inspired to preserve these heritages (Shah, S.K., Raut, S.K., Yadav, R. 2024).

References

Burghart, R. (1983). Renunciation in the religious traditions of South Asia. Man, 635-653.

https://saarang.com.np/story/janaki-temple/

Kishwar, M. (1997). The Continuing Popularity of Sita in India.

Pinch, W. R. (1996). Peasants and monks in British India. Univ of California Press.

Shah, S.K. Raut, S.K. Yadav, R. 2024.

Programming & Its Use in our Daily Life

Er. Sunil Shrestha | Teacher

Introduction

In the modern digital age, programming has become a fundamental pillar shaping how we interact with technology. From the smartphones we use to the applications that manage our daily tasks, programming lies at the heart of it all. But what exactly is programming, and how does it influence our everyday lives? This article explores the concept of programming and its practical applications in daily life.

What is Programming ?

Programming is the process of writing instructions (code) that computers can understand and execute. These instructions allow computers, software, and other digital devices to perform specific tasks. Programming uses languages such as Python, Java, C++, JavaScript etc which serve as intermediaries between humans and machines.

At its core, programming involves:

1. Problem-Solving: Identifying problems and designing solutions in a logical sequence.
2. Coding: Writing the step-by-step instructions in a programming language.
3. Debugging: Identifying and fixing errors in the code.
4. Execution: Running the program to perform the intended tasks.

The Role of Programming in Our Daily Lives

Programming has become an invisible yet indispensable part of our lives. Here are some of the major ways programming impacts our day-to-day activities:

1. Smartphones and Applications
   Every time you use your smartphone to send messages, make calls, or scroll through social media, programming is at work. Mobile applications like

WhatsApp, Instagram, messenger and YouTube are built using programming languages and frameworks.

2. Internet and Websites

   The websites we visit for information, shopping, or entertainment are built using programming languages like HTML, CSS, and JavaScript. Search engines like Google rely on complex algorithms written by programmers to deliver the most relevant search results.

3. Banking and Online Payments

   Online banking systems and payment gateways like Eswa, Khalti, IME pay etc use programming to ensure safe and secure transactions. Every financial operation, from withdrawing cash at an ATM to online fund transfers, is made possible through carefully written code.

4. E-Commerce and Online Shopping

   E-commerce platforms such as Daraz, Hamro bazar, Amazon etc use programming to create smooth shopping experiences. Features like product recommendations, payment integration, and delivery tracking are powered by complex algorithms.

5. Transportation and Navigation

   Navigation apps like Google Maps rely on programming to provide accurate routes, live traffic updates, and estimated arrival times. Self-driving vehicles are also being developed using artificial intelligence and programming.

6. Entertainment and Media

   Streaming platforms like Netflix and Spotify utilize programming

```
const fastestRoute = (floors, start, goal, up, down) => {
  const visited = new Set();
  const queue = [start];
  let numberOfPresses = 0;
  let currentVal = start;

  while (!queue.length) {
    currentVal = queue.shift();
    if (currentVal === goal) {
      return numberOfPresses;
    }

    if (visited.has(currentVal)) {
      continue;
    } else {
      visited.add(currentVal);
    }

    const u = currentVal += up <= floors ? currentVal += up : null;
    const d = currentVal -= down >= 1 ? currentVal -= down : null;
    if (u !== null) queue.push(u);
    if (d !== null) queue.push(d);
  }
}
```

to personalize your entertainment experience. By analyzing user preferences and behaviors, algorithms suggest content that matches your taste.

7. Home Automation and Smart Devices

With the rise of IoT (Internet of Things), smart devices such as smart watch, smart lights, thermostats, and voice assistants (e.g., Alexa or Google Assistant) use programming to make our homes more comfortable and efficient.

8. Healthcare and Medical Devices

Programming plays a crucial role in healthcare. From advanced medical imaging machines (CT scan, MRI) to applications that monitor fitness and heart rate, software solutions are vital for improving health outcomes.

9. Education and E-Learning

Online learning platforms like Coursera and Khan Academy provide access to education using interactive programs. Teachers also rely on tools like digital classrooms and automated grading systems to manage their work efficiently.

10. Gaming

Video games, whether played on consoles, PCs, or mobile devices, are all created using programming languages. Advanced programming enables complex game mechanics, realistic graphics, and multiplayer experiences.

Why Programming is Important?

Programming drives innovation, automates repetitive tasks, and solves real-world problems. Some of the key benefits include:

Efficiency: Automating tasks saves time and reduces human effort.

Innovation: Programming enables the creation of new technology, driving progress in industries.

Connectivity: Programs facilitate global communication and access to information.

Customization: Programs can be tailored to meet specific needs, such as personal apps or business software.

Conclusion

Programming is more than just writing code—it's a skill that powers the digital world we live in. It has revolutionized industries, simplified everyday tasks, and opened doors to limitless possibilities. Whether we realize it or not, programming shapes our lives, making it essential for technological growth and development. Learning programming is no longer just for professionals; it is increasingly becoming a fundamental skill in today's tech-driven world.

स्काउट सुरुवात कसरी र कसलाई ?

मथुरा श्रेष्ठ | शिक्षक

संसारमा धेरै मानिसहरु जन्मन्छन् तर थोरै मात्र समाजको सेवा गर्ने मानिसहरुको जन्म हुन्छ ।जसको विचारले संसार लाई सेवा पुरयाइरहेको हुन्छ ।प्राणी र मानव जगतलाई कल्याण गरेको हुन्छ । जसको विचार र सिद्धान्तले संसारका मानव जातीलाई सहयोग, सदभाव,मित्रता,मेलमिलाप र एकताको भावनामा अभिवृद्धि गरेको छ ।ती महामानव मध्ये एक थिए लर्ड वेडेन पावेल । जस अन्तर्गत सेवाको भाव पैदा भए र जुन भावना संसारमा संगठित रुपमा व्यापक भएको छ "स्काउटको भावना" ।

वेडेन पावेल एक बेलायती सैनिक थिए । धेरै समय सम्म सैनिक सेवामा संलग्न भै अफ्रिकाको युद्धमा सहभागी भएका थिए । युद्धमा कयौं दिनसम्म अन्नको अभाव र विरामी पर्दा पनि कतै बाट सहयोग नआए सम्म माफेकिङ शहर को रक्षा र संरक्षण गरिरहेका थिए । जुन बेला वेडेन पावेल र उनका सेनाहरु खानेकुराको अभावमा र बिरामी पर्दा पनि देश र जन्ताको सेवामा खटिरहेका थिए ।

युद्धमा लडिरहेका थिए तर बेलायतका किशोर र किशोरीहरु भने आफनो देशको बारेमा अनविज्ञ थिए । देशको सेवामा समर्पित हनुपर्छ भन्ने थाहा थिएन । उनिहरु फजुल समय व्यतित मा थिए । जसलाई राष्ट्को अनुभव थिएन । त्यस्ता यूवाहरुलाइ नेतृत्व विकास ,समूह सीप र उत्तरदायित्वको बोध गराउन र अरु र आफनो कर्तव्य अनुसारको जीवनयापन गरोस भन्ने लर्ड वेडेन पावेलको चाहाना थियो । उहाँले सन् १९०७ मा बेलायतमा २० जना युवासदस्यहरु बाट स्काउटको शुरुवात गरेका थिए । वहाँको योगदानले गर्दा विश्वभर आज सम्म स्काउट संगठन व्यापक र शसक्त हुँदै आएको छ ।

नेपालमा पनि नेपाल स्काउटको स्थापना सन् १९५२ (वि.स. २००९) मा भएको थियो । नेपालका बालबलिका तथा युवाहरुलाई अत्यधिक मात्रामा सहभागि गराई तिनीहरुको शारिरीक, मानसिक संवेगात्मक, सामाजिक र अध्यात्मिक विकास गरि तिनीहरलाई अनुशासित र स्वावलम्बी बनाइ देश विकास कार्यमा सहभागी गराउन नेपाल स्काउटको स्थापना भएको हो ।

World Organzation of the scout Movement संस्थामा सन् १९६९ मा नेपाल स्काउट सदस्य भएको थियो भने ध्यचमि ब्ककयअष्बतष्यल या न्र्चा न्ाष्मभक बलम न्र्चा क्अयगत मा सन् १९८४ मा सदस्य भई महिलाहरुलाई पनि स्काउटमा आवद्ध गरि शसक्त बनाउँदै आएको छ ।

हाल सम्म नेपाल स्काउटमा आवद्ध सदस्यहरु १०९००० जना भन्दा माथि रहेको छ । नेपाल स्काउटको उद्देश्य मुख्यत निम्नानुसा रहेको छ ।

स्काउटको उद्देश्य

१. बालबालिका र युवालाई जनसेवी बनाउने ।

२. स्काउटको माध्यमबाट बालबालिका तथा युवाहरुलाई अनुशासित, स्वावलम्बी, सचरित्रवान तथा सुयोग्य नागरिक बनाउने ।

३. विभिन्न घटनामा परेका नागरिक उद्धार तथा सहायता कार्यमा परिचालन गराउने ।

४. सामाजिक सेवा तथा जनहित कार्य गर्ने गराउने ।

५. विभिन्न जनउपयोगी कार्यक्रममा संचालनमा स्काउट युवाशक्ति लाई परिचालन गर्ने ।

६. विद्यालय तहका बालबालिकाहरुलाई स्काउटिङ शिक्षा व्यवस्था गर्ने ।

स्काउटको १० वटा नियम र ३ वटा प्रतिज्ञा र तीनवटा सिद्धान्तलाई ग्रहण गराई बालबालिका तथा युवाहरु कर्तव्यनिष्ठ र जिम्मेवारी बनाउनुपर्दछ ।

स्काउटको १० वटा नियम

१. स्काउट विश्वास योग्य हुन्छ ।

२. स्काउट भक्त हुन्छ ।

३. स्काउट उपयोगी र सहयोगी हुन्छ ।

४. स्काउट सबैको मित्र हुन्छ र परस्परमा भ्रातृत्व रभगिनित्व कायम राख्दछ ५.स्काउट विनम्र हुन्छ ।

६. स्काउट प्राणी प्रति दयालु हुन्छ ।

७. स्काउट अनुशासित र आज्ञाकारी हुन्छ ।

८. स्काउट बहादुर हुन्छ र सधैं प्रसन्न रहन्छ ।

९. स्काउट मितव्ययी हुन्छ ।

१०. स्काउट मन, वचन र कर्ममा पवित्र हुन्छ ।

स्काउट प्रतिज्ञा

म (आफनो नाम) ....आत्मा साक्षि राखी आफनो मर्यादामा प्रतिज्ञा गर्दछु कि सकभर

१. राष्ट्र र सत्य / निष्ठा / इश्वर / धर्म प्रति आफनो कर्तव्य पालन गर्दछु ।

२. सधै. परोपकार गर्दछु ।

३. स्काउट नियम पालना गर्दछु ।

स्काउटको आधारभुत सिद्धान्त

१. इश्वर प्रति सेवा (Duty to God)

२. अरु प्रतिको सेवा (Duty to other)

३. आफूप्रति सेवा (Duty to self)

समय र परिस्थिती अनुसार स्काउटको नियम, प्रतिज्ञा र सिद्धान्त लाई अपनाई समाजको विकास सगै व्यक्तिगत विकासमा मा पनि परिवर्तन ल्याउन शान्ति ,मेलमिलाप,सहयोग, सदभाव र सकारात्मक सोच अभिवृद्धि गर्दै असल व्यक्ति र असल एवं समृद्धि समाजको निर्माणमा ध्यान दिनु हामी सबैको साझा कर्तव्य हो ।

मेरो असफलताको कथा

अमित घिमिरे

१.वीभत्स जीवन

जाडोका ती दिन ।

म त्यसबेला जिल्ला शिक्षा कार्यालयमा थिएँ । अफिस र स्कूल समय थियो । मेरो अफिस ओर्लने चोकमा मान्छेहरुको बाक्लो झुण्ड थियो । केही अनौठो मानेर हेरिरहेकाहरु । ससाना केटाकेटी भने हेर्दै भाग्दै थिए । म पनि गएँ । एउटा वीभत्स डर लाग्दो मुहार । उनी फोहोर नालीमा फ्यालेको बन्दाको फेद खोजेर चपाईरहेकी थिईन् ।

मान्छेहरु हेर्दै मुख विगार्दै आफ्नो बाटो लाग्थ्ये । म नजिकिएँ । उनी झस्किइन । म बोले, मैले सोधें । तर मेरा कुनै प्रश्नका जवाफ आएनन् ।

धेरै बेर उनलाई हेरें । उनको मुहारमा नलेखिएको तर देखिएका भंगिमालाई पढ्ने असफल कोशिश गरें । किन, कहाँ, कसरी, कसले आदि प्रश्नका प्रहारहरुले मस्तिष्क झनझनाहट भयो । अफिस समय अवेला हुने भएकाले म जाने विचार गरें र पर्सबाट २० रुपैया निकालेर दिएँ, हेर्दै हेरिनन् । न त उनले त्यो पैसा नै लिइन ।

दिनभर म आक्रान्त भएँ । उनकै मुहार, उनकै अलिखित कथाहरुको अनुमानले दग्ध भएँ । मलाई दिन कहिले वित्ला जस्तो भयो । ४ बज्दा नबज्दै म निस्किएँ । हतार हतार । तर उनी त्यहाँ थिइनन् । एक फन्को बजार खोजें तर उनलाई भेटिँन । मैले मानिसहरुलाई सोधें पनि । अघिन त उतातिर गएको देखेको हो भन्थ्ये । म उनीहरुले भनेको बाटो तर्फ खोज्दै पनि गएँ ।

निराश म वोझिल मन बोकेर घर पुगें । मलाई त्यो रात निकै ऐठन भयो ।

भोलिपल्ट बिदाको दिन थियो ।

मेरो घरमाथिको पीपलबोट मुनी चटपटे र पानीपुरी बेचेकाहरुले खसालेको चटपटे(मुरै/भुजा) का दाना टिपेर खान लागेको देखें । मनमा उस्सै घाम लागे । माघे संक्रान्तिको दिन थियो त्यो । म गएँ भने उनी आउने छैनन् भन्ने एकीन मलाई थियो तर्सथ मैले गंगाजीलाई पठाएँ ।

कसोरी कुन भाषामा फकाएर ल्याईन गंगाजीले थाहा भएन तर ती घरको आगनमा आईन । नेपाली संस्कार मासुभातै हो ठूलो राजशी खानकी, यसमाथि संक्रान्तिको दिन । उनलाई एकपेट टन्न खुवाउन पाईयो ।

म गंगाजीको पासमा थिएँ । उनले शायद मलाई चिनिन् र यो तानावुना मेरै हो भन्ने उनको मनले एकीन गर्यो । बेला-बेलामा चोरीचोरी हेरिन् । उनको आँखा निमेषभरका लागि मेरा आँखासंग एक भएका हुन्थ्ये पटकपटक ।

गंगाजीले आफ्नो केही लगाउने कपडा पनि दिइन् । “यही बस्नु भनिनन्” । तर उनले खाइवरी कपडा टिपिन र सरासर हिँडिन, फर्केर पनि हेरिनन् ।

म साविक समयअघि नै अफिसका लागि निस्कन थालें । मेरो उदेश्य उनीसँग सामिप्यता बढाउनु थियो ।

म आत्मीयता बढाउने यत्नमा थिएँ, उनको वेदना र उनको इतिवृत्त लेख्ने विचारमा उनको इर्दगिर्द नै थिएँ । बाटोमा भेट्दा उनी मलाई फर्केर हर्नेसम्म भएकी थिईन् । उनका आँखामा मेरालागि एउटा आत्मीकपना नाचेको मैले वोध गरेको थिएँ ।

घरसम्म आइपुगेकी हुनाले मलाई आशा थियो यिनको कहाली लाग्दो, भीमकाय व्यथा लेख्ने छु । दोस्रो हप्ता “ईश्वर तँ मुर्दावाद” शीर्षकमा कविता र एउटा स्तम्भ लेखें । फेसवुक र पत्रिकामा छ्यापछ्याप्ती उनको वीभत्स लाग्नेरुपको फोटो सार्वजनिक भयो । तर कसैबाट केही भएन । उनी उसैगरी नालीबाट फोहोरमा फालिएका चाउमिनका तान्द्रतुन्द्री छान्दै गरेकी थिईन् ।

उनी बोल्दैन थिइन् । म एकहोरो उनलाई-

“मेरो घर आउनु खाना खानु यसोरी नालीको फोहोर नखानु” ।

“तपाईको घर कहाँ हो म पुर्याइदिन सहयोग गर्छु” ।

“कसोरी यहाँ आइपुग्नु भयो” ।

“कसले ल्याइदियो” ।

म एकहोरो सवाल गरिरन्थ्ये उनी मौन बुत बनिरहन्थ्यिन् ।

पहिलो दिन उनलाई भेट्दा मसँग पैसा थिएन र २० रुपैया मात्र दिएको थिएँ । २० रुपैया भएर नलिएकी होलिन भनेर १००/२०० का नोट तेर्स्याउथ्ये तर उनी ती पैसा नै नचिने झैं गरी वेवास्ता गर्थिइन् ।

म हार नमानी उही रफ्तारमा उनीसँग आत्मिकता बढाइरहेथ्ये । मलाई विस्वास थियो म पक्का उनको दर्दनाक कथा लेख्ने छु । उनी प्रति भएको अत्याचारका उनी प्रति भएको अमानवीयताका वर्वरताको कथांश लेखेर हलुको हुने छु भन्ने थियो ।

तर एकाएक उनी हराईन् । उसै गरी जसरी उनी

आएकी थिईन् ।

मैले खोजें । सीमाना दोलालघाट र जिल्लाका अरु सानाठूला बजारहरुमा, खाडिचौर, वाह्रविसे, मेलम्ची, जीरोकिलोका फोहोरको डङ्गुरहरुमा, सडकमा, गल्लीहरुमा तर कहीँ भेटिन एउटा दर्दजन्य त्यो मुहार-हरायो ।

र म आज वर्षौं पनि आसोचमा छु "मेरो असफलताको कथा" प्रति ।

२. एउटा चराको मृत्यु

हेमन्तको बादल र आकाश ।

चिसा घाम । धुम्मिएको छ, आकाशमा श्यामल बादलहरु छन्, रिसाउँदाकी प्रियसीको अनुहार जस्तो । पारदर्शी भएर पनि घाम छिरिसकेको छैन । लाग्छ यी शिशाबाट भित्र छिर्दा घाम सेलाउँछन् । सामुन्यको पारिजातको वृद्ध हुँदै गरेको रुख पनि कक्रिएको छ ।

धूलो धूवाँ पिएर थारो हुँदै गरेको पारिजात रुख मेरो आँखा गएर विश्रान्त हुने थलो पनि हो । त्यही एउटा रुख नयाँ र सजीव लाग्छ । नत्र उही कोठा, उही सबै थोक, उस्तै दैनिकी, उस्तै म र फरक याम ।

मन र याम । शीर्ष विपरित भएका छन् अचेल । एकनासले दर्के झरी परेको छ र साउन जस्तो छ मन । चिसो साउन । र वाहिर पनि, पानी परेको छैन तर ओसमा भिजेको छ पर्यावरण ।

केही हप्ताअघि फाट्टफुट्ट देखिने पुलतीहरु अलप थिए । घामकीरीहरु पनि छैनन् । कता जाँदा हुन् । म मनमनै खोज्दै जान्छु र कहाँ पुग्छ मन, थाहै हुन्न । र फेरि उही अनुहार पुनरावृत्त हुन्छ-मनमा ।

त्यही पुग्छु जहाँबाट भागेको हुन्छु । कस्तो दौड यो, शुरु र अन्तिम गन्तब्य एउटै भएको । यादहरुको दौड ।

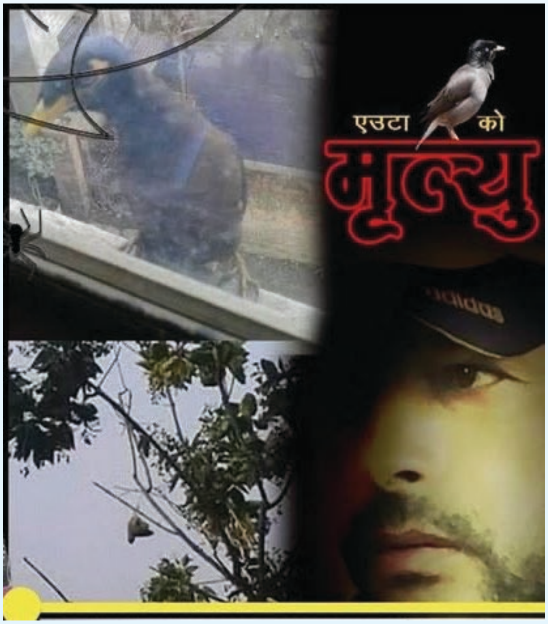
म कुद्दै जान्छु तर्कनाहरुमा । आँखा एकहोरो झ्यालको पारदर्शी शिशाबाट बाहिर रेल झैं कुदिरहन्छु र पनि कही पुग्दिंन । दुईचार दिन भयो एउटा रुपी (सारौं) आउँछ । शिशा बाहिर झ्यालमा । हाम्रो आँखा जुध्छ । उसका पहेंलो गोलाकार आँखा र मेरा कैला आँखा तीन(रुपीको दुवै देखिन्नन झ्यालबाट एकतर्फ मात्र देखिन्छन्) हुन्छन् । पहेंलो चुच्चो उठाउँदै मासुमियताले ऊ पुल्किन्थ्यो ।

एकआध मिनेटको सामिप्यतापछि ऊ जान्थ्यो । क्रमशः दिन वित्दै गए । हाम्रो सिलसिला उस्तै चलिरह्यो । एक प्रकारले बानी । निर्धारितै जस्तै ऊ आउथ्यो । अमूक भाषा उस्तै प्रस्तुती- उसका पहेंलो गोलाकार आँखा र मेरा आँखा चार हुन्छन् । पहेंलो चुच्चो उठाउँदै मासुमियताले ऊ पुल्किन्थ्यो । मलाई ऊ केही भनिरहेछ जस्तो लाग्थ्यो तर म बुझिरहेको थिईन् ।

२ दिन जति भयो रुपी आएन । मलाई त न्यास्रो जस्तो लाग्यो । के भयो मनको एक कुनामा दुख्यो के दुख्यो-तर दुख्यो । उसको बारेमा सोच्दै यसै गरी म कुद्दै जान्छु तर्कनाहरुमा । आँखा एकहोरो झ्यालको पारदर्शी शिशाबाट बाहिर रेल झै कुदिरहन्छु र पनि कहीँ पुग्दिन । आँखा सामुन्यको पारिजातको वयस्क हुँदै गरेको कक्रिएको रुखमा पुग्छ ।

म झसंग हुन्छु । एक कुनो मन भत्कन्छ । हपहप्ती उकुसमुकुस हुन्छ । सकस । निस्सासिन्छु । रुपी पारिजातको हाँङ्गामा झुण्डिरहेको थियो ।

उफ, म कति निरिह । मैले रुपीको भाषा



बुझिन । रुपीका खुट्टामा धागो बेरिएछ र त्यही धागो पासो परेछ । कति तड्पियो होला । कस्तो फाँसीमा पर्यो रुपी । विभत्स र भयानक मृत्यु । एक झमडको मृत्यु हुन नसक्नु पनि अर्को मृत्यु हो । एकपटक मर्नु र पटक-पटक मर्नुमा धेरै अन्तर हुन्छ ।

ऊ प्रयास गरिरह्यो । कागहरु उसलाई ठूंगी रहें । नङ्गा र पखेटा शेष भए । म हेरी रहें । पलपल ऊ मरेको, उसलाई लुछिरहेको । कस्तो विवस म । कति निरिह । भेट्नै नसकिने ठाउँमा, यता विजुलीका नाङ्गा लट्ठा । एकदुईबाजी कागलाई हकारें-धपाएँ । सिकारमा थुतुनो गाढेर रगतको स्वाद पाइसकेको कागका चुच्चाहरुले छाडेनन् लुछ्नलाई, मुट्ठीभरको एक छटक मासु भएको रुपीलाई ।

रुपी झ्यालमा आएर आफू जालमा परेको बताउन आएको थियो । मैले उतिबेला बुझिँन । यतिबेला मलाई वोध भयो । र संगै वोध भयो- ऊ मर्यो कि म मरिरहेको छु । मर्न सबै अर्थमा सास जानु मात्र हुन्न यदाकदा ।

आँखामा उही रुपीका आँखा । गोला बाटुला आँखा, पहेंला चुच्चा र मासुमियताको त्यो गर्दन घुमाइ । अपहत्यमा परेको रुपी र पारिजातको थारो रुख । मलाई पारिजातका अब फूल्ने फूलहरुको बिचोबिच हुने पहेंलो घेरा रुपीको रातो रगतले रातो वा अपहत्यले कालो फूल हुन्छ-फुल्छ भन्ने डर लागि रहन्छ ।

अरुलाई सुनाउँ "मान्छे हाँस्लान" भन्ने डर । नूर गिरेको छ । मनमा त्यही सकस छ । उफ् ! मैले रुपीको भाषा किन बुझिन् । आखिर किन आएको थियो झण्डै हप्ता दिनदेखि त्यो रुपी मेरो सामु । पूर्वजन्मको कुनै तुष थियो यो । मैले उसलाई रुवाएको थिएँ वा दुखाएको थिएँ र ऊ यसरी यो जन्ममा मलाई रुवाउन मात्र आयो । एउटा बिम्ब एउटा नमेटिने अनुहार छाडेर गयो । ऊ विश्रान्तत भयो, म बेचैन ।

त्यस्तो मृत्यु वरण गरेर उसले मलाई पूरा पूर २ दिनसम्म मर्दै गरेको, लुसिंदै गरेको देखाउनु के मात्र एउटा घटीया संयोग हो ? ऊ मर्यो र म मरिरहने भएँ । कसको लीला हो यो ?

आँखाभरी नाचिरहने रुपी, उस्को उपस्थिति, शुरु र भयानक अन्त्य बाहेक आँखामा, मनमा, सपनामा, विपनामा केही छैन । व्यक्ताउँन पनि सक्दिन । उही पासोमा परेर बाँकी रहेको नङ्गाका अवशेष ।

कागहरुले खुनी पञ्जा नगाढेका भए म झन धेरै मृत्यु मर्नु पर्थ्ये । पलप्रतिपल । कागहरुले लुसें भनौ कागहरुले लाश उठाए । कसोरी बुझौं म कागहरुले मासु खाए लुसें वा शव उठाए । जिम्दै लुसेनन् मरेपछि लाश उठाए । माया कस्तो विचित्रको । मरेर पनि लुस्दा दुखे जस्तै हुने । मैले शवलाई उठाउने कागहरुलाई धपाउनु हुन्न थ्यो । मैले मेरो माया चौटाचिथडा भएको देखें तर एउटा पीडाको पहाड ओझेल बनाइरहेका कागहरुलाई बुझिँन ।

केके केकेको तान्द्रामा हुन्छु । झल्यास्स बिउँझिन्छु र देख्छु, अध्यारोमा नै देख्छु । चलचित्र हलको पर्दामा झै झलल सिलिङ्मा हाँस्दै गरेको रुपी, उसका डोला पहेला घेरावन्द आँखा अनि यो चिसोमा पनि पसिनाले लथपथिन्छु । पहेंलो चुच्चो, नादान र मासुमियताले घुमाएको उसका गर्दन, काला डोला आँखाका दाना...उफ् ! के माया सकस हो ? कि सकस माया ??

लगभग २ महिना देखि निदाउनका लागि ओखती खान छाडेको थिएँ र अचेल नबिउँझन् ओखती खानु पर्ने भएको छ मेरो असफलताको कथा । मैले नबुझेको जीवन ।

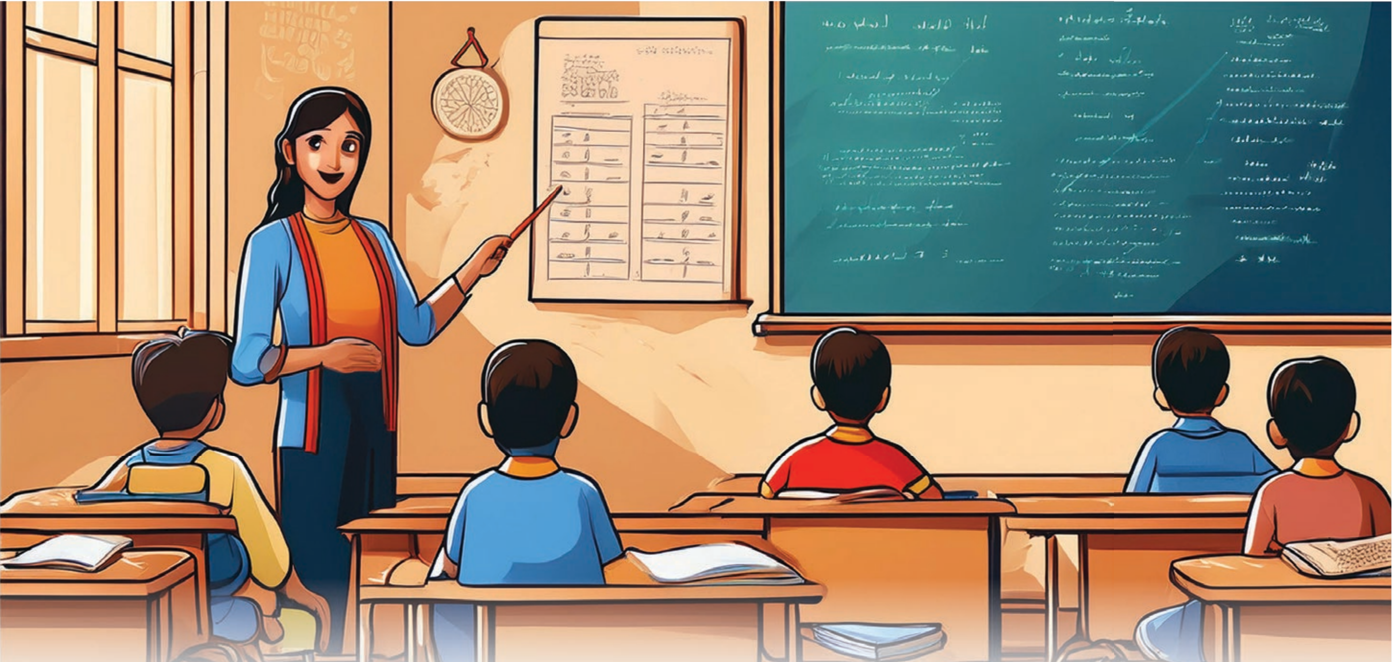
नेपाली भाषा शिक्षणमा आन्तरिक मूल्याङ्कनका आधारहरू

चिनीमाया तामाङ । शिक्षक

भाषा शिक्षण भाषिक सिपको शिक्षण हो । यसले सिकारुलाई भाषिक व्यवहारमा सक्षम तुल्याउँछ । भाषिक व्यवहार एक किसिमको सिप भएकाले सिप आर्जन गर्नका लागि अभ्यासको जरुरत पर्छ । भाषा शिक्षण विषयवस्तुको ज्ञानको शिक्षण होइन । यो त विषयवस्तुलाई ग्रहण गर्ने र व्यक्त गर्ने माध्यमको शिक्षण हो । तसर्थ “भाषा शिक्षणले विषयवस्तु सुन्ने, बोल्ने, पढ्ने, लेख्ने क्षमता बढाउन मद्दत गर्छ । विषयवस्तुको ज्ञान आर्जन गर्ने र त्यसलाई अभिव्यक्त गर्ने क्षमताको विकासले थप ज्ञान र अनुभव प्राप्त गर्न सजिलो हुन्छ । यसरी भाषाको शिक्षणले ज्ञानार्जन र त्यसको अभिव्यक्तिलाई सुगम बनाउन आधार प्रदान गर्दछ ।

भाषा शिक्षण भाषिक सिपहरूको शिक्षण भएकाले भाषिक मूल्याङ्कन पनि भाषाका सिपपरक अपेक्षाहरूसित सम्बन्धित भएर देखा पर्छ । भाषिक मूल्याङ्कन मूलतः भाषाका ग्रहण पक्ष (सुनाइ, बोलाइ) र अभिव्यक्ति पक्ष (बोलाइ, लेखाइ) सँग सम्बन्धित सिप र कलाको लेखाजोखा गरी पृष्ठपोषण दिनमा नै केन्द्रित हुन्छ यसको मूल उद्देश्य विद्यार्थीहरूको भाषिक क्षमता वा प्राप्तिको लेखाजोखा गर्नु हो । यो तथ्यलाई मनन गर्दै वर्तमान नेपाली भाषा पाठ्यक्रममा कक्षा ९ - १२ मा २५% भार आन्तरिक र ७५% भार बाह्य मूल्याङ्कनका लागि निर्धारण गरिएको छ भने कक्षा ४-८ मा ५० % भार आन्तरिक र ५०% भार बाह्य मूल्याङ्कनका लागि निर्धारण गरिएको छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनको मुख्य उद्देश्य विद्यार्थीका सिकाइ समस्यालाई समयमै पत्ता लगाई सिकाइमा सुधार ल्याउनु भएकाले यसलाई सिकाइ सहजीकरण प्रक्रियाका क्रममै उपयोग गर्नु वाञ्छनीय हुन्छ । विद्यार्थीका व्यक्तिगत सिकाइ उपलब्धिका आधारमा आन्तरिक मूल्याङ्कन प्रक्रिया सञ्चालन गर्नुपर्छ ।

आन्तरिक मुल्याङ्कनमा विद्यार्थीका दैनिक उपस्थिति, कक्षाकार्य, व्यक्तिगत तथा समूहकार्य, सिर्जनात्मक कार्य, परियोजना कार्य जस्ता मूल्याङ्कनका आधारलाई प्रयोग गर्नँपर्छ । सुनाइ र बोलाइ सिपअन्तर्गत श्रुतिबोध र श्रुतिलेखन, सुनाइका आधारमा प्रश्नोत्तर, विषयवस्तु वा चित्र वर्णन, कथाकथन, घटना, पात्र र परिवेशका वर्णन, भाषिक प्रकार्यमा आधारित संवाद तथा पढाइ सिपअन्तर्गत सस्वरवाचन जस्ता सिपसम्बद्ध क्रियाकलाप गराउनुपर्छ । त्यसगरी अभिभावक सम्पर्क, घटनावृत्त अभिलेख, विद्युतीय सञ्चार माध्यमबाट उपयुक्त सामग्रीका सङ्कलन र प्रस्तुतीकरण जस्ता माध्यम उपयोग गर्नँपर्छ । यसबाट प्राप्त नतिजालाई अभिलखीकरण गरी अभिभावकसँगसमेत विद्यार्थीका



प्रगतिका बारेमा अन्तरक्रिया गरिनुपर्छ । यसका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनबाट २५ प्रतिशत र बाहय मूल्याङ्कनबाट ७५ प्रतिशत अङकभार निधारण गरिएका छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनका लागि छुट्याइएको अङकभारका विस्तृतीकरण निम्नानुसार छ :

क) माध्यमिक तह कक्षा ९ र १० का आन्तरिक मल्याङ्कनका आधार

क.सं.	मूल्याङ्कनका क्षेत्र	मल्याङकनका क्षेत्रका विस्ततीकरण	अङ्कभार	जम्मा अङ्कभार
१.	उपस्थिति र कक्षा सहभागिता	उपस्थिति	१	३
		कक्षा सहभागिता	२	
२.	(क) सुनाइ, बोलाइ र पढाइ	निर्दिष्ट विषयवस्तुमा आधारित श्रुतिलेखन	२	१६
		पाठ्यसामग्री सुनाइका आधारमा प्रश्नोत्तर	२	
		सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्रका मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णन	२	
		कथाकथन, घटना, पात्र र परिवेशका वर्णन	२	
		भाषिक प्रकार्यमा आधारित संवाद, मौखिक वर्णन र प्रतिक्रिया	२	
		सस्वरवाचन	२	
३.	(ख) सिर्जनात्मक कार्य र परियोजना कार्य तथा प्रस्तुति	सिर्जनात्मक कार्य	२	
		परियोजना कार्य र प्रस्तुति	२	
४.	त्रैमासिक परीक्षा	त्रैमासिक परीक्षा	६	६
		जम्मा		२५

१. सहभागिताको मूल्याङ्कन

सहभागिताबापतको ३ अङ्कभारलाई विद्यार्थीको हाजिरी/उपस्थिति र सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागिता तथा सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ। सहभागिताबापतको ३ अङ्कभारअन्तर्गत हाजिरी/उपस्थिति बापत १ अङ्कभार र सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागिता र सक्रियताबापत २ अङ्कभारमा रुब्रिक्सको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने छ। ९० प्रतिशत र सोभन्दा बढी उपस्थिति भएमा १ अङ्क, ८५ प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ९० प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा ०.७५ अङ्क, ८० प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ८५ प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा ०.५ अङ्क र ७५ प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ८० प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा ०.२५ अङ्क प्रदान गर्न सकिन्छ।

२. (क) सुनाइ, बोलाइ र पढाइ भाषिक सिपको मूल्याङ्कन (१२ अङ्कभार)

आन्तरिक मूल्याङ्कनका क्रममा सुनाइ र बोलाइ, सुनाइ र लेखाइ, चित्र र विषयवस्तुमा आधारित बोलाइ, पढाइ सिपसम्बद्ध क्रियाकलाप गराउनुपर्छ। सुनाइ सिपको ४ अङ्कभारलाई विषयवस्तुमा आधारित श्रुतिलेखनवापत् २ अङ्क र पाठ्यसामग्री सुनाइमा आधारित मौखिक प्रश्नोत्तरवापत् २ अङ्कमा विभाजन गरी रुब्रिक्सका आधारमा मूल्याङ्कन गनुपर्छ। बोलाइ सिपको ६ अङ्कभारलाई सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्रको मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णनवापत् २ अङ्क, कथाकथन (विषयवस्तु, घटना, पात्र, परिवेश, सन्देश) वापत् २ अङ्क र भाषिक प्रकार्यमा आधारित प्रस्तुतिवापत् २ अङ्कमा विभाजन गरी रुब्रिक्सका आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ। पढाइ सिपको २ अङ्कभारलाई कुनै पत्रपत्रिका वा कुनै लिखित सामग्रीबाट १५० शब्दसम्मको गद्यांश वा पद्यांश दिएर गति, यति, लय मिलाएर भावानुकूल सस्वरवाचन गर्न लगाई रुब्रिक्सका आधारमा मूल्याङ्कन गनुपर्छ तर रुब्रिक्समा उल्लेखित पक्षलाइ समेटी निर्दिष्ट कार्य गरेता पनि त्यसको गुणस्तर पक्ष कमजोर लागेमा शिक्षकले स्वविवेक प्रयोग गर्नुपर्ने छ।

२ (ख) सिर्जनात्मक र परियोजना कार्यको मूल्याङ्कन (४ अङ्क)

आन्तरिक मूल्याङ्कनका क्रममा सिर्जनात्मक कार्य र परियोजना कार्यसम्बद्ध क्रियाकलाप गराउनुपर्छ। सिर्जनात्मक कार्यको २ अङ्कभारलाई कथा/ कविता/ निबन्ध/ जीवनी/ संवाद/एकाङ्की/वक्तृता/मनोवाद/ दैनिकी/वादविवादमा निर्देशित र स्वतन्त्र रचना गराउनुपर्छ। परियोजना कार्यको २ अङ्कभारलाई भाषिक सिप विकास सम्बद्ध कुनै लेख/रचना सङ्कलन गरी त्यसका मुख्य विषयवस्तु, घटना र निष्कर्ष प्रस्तुतीकरण गर्न लगाउनुपर्छ। सिर्जनात्मक र परियोजना कार्यको मूल्याङ्कन गर्दा रुब्रिक्सका आधारमा उपलब्धि स्तर मापन गर्नुपर्छ तर रुब्रिक्समा उल्लेखित पक्षलाइ समेटी निर्दिष्ट कार्य गरेता पनि त्यसको गुणस्तर पक्षमा कमजोर लागेमा शिक्षकले स्वविवेक प्रयोग गर्नुपर्ने छ।

३. त्रैमासिक परीक्षा

तीन महिनाको पठनपाठनपश्चात् संज्ञाात्मक क्षेत्रका सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्नका लागि विशिष्टीकरण तालिकाका आधारमा सबै तह र प्रकारका प्रश्न तयार गर्नुपर्ने छ। पहिलो त्रैमासिक परीक्षा ७५ पूर्णाङ्कको लिन सकिने छ तर त्यसलाई ६ अङ्कभारमा रूपान्तरण गर्नुपर्ने छ। त्यसै गरी दोस्रो त्रैमासिक परीक्षा ७५ पूर्णाङ्कमा लिनुपर्ने छ र त्यसलाई पनि ६ अङ्कभारमा रूपान्तरण गर्नुपर्ने छ। दोस्रो त्रैमासिक (अर्धवार्षिक) परीक्षा लिदा सुरु एकाइदेखि पठनपाठन भएका एकाइसम्मका सबै एकाइबाट विशिष्टीकरण तालिकाअनुसार प्रश्न सोध्नुपर्ने छ। त्रैमासिक परीक्षा विद्यार्थीको सिकाइ सुधारका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा लिनुपर्ने छ।

ख) आधारभूत तह कक्षा ४ - ८ को आन्तरिक मूल्याङ्कनका आधार

क्र.सं.	मूल्याङ्कनका क्षेत्र	मल्याङकनका क्षेत्रका विस्ततीकरण	अङ्कभार	जम्मा अङ्कभार
१.	उपस्थिति र कक्षा सहभागिता	उपस्थिति	२	४
		कक्षा सहभागिता	२	
२.	(क) सुनाइ र बोलाइ	निर्दिष्ट शब्दमा आधारित श्रुतिलेखन	२	२०
		निर्दिष्ट विषयवस्तुमा आधारित श्रुतिलेखन	४	
		पाठ्यसामग्री सुनाइका आधारमा प्रश्नोत्तर	४	
		सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्रका मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णन	२	
		कथाकथन (घटना, पात्र र परिवेशका, सन्देश)	४	
		भाषिक प्रकार्यमा आधारित प्रस्तुति	४	
	(ख) पढाइ र लेखाइ	सस्वरवाचन	२	१६
		पठनबोध	४	
		अनुलेखन	२	
		निर्देशित लेखन	२	
		प्रतिक्रिया लेखन	२	
		स्वतन्त्र लेखन	४	
३.	त्रैमासिक परीक्षा	त्रैमासिक परीक्षा	१०	१०
		जम्मा		५०

१. सहभागिताको मूल्याङ्कन

सहभागिताबापतको ४ अङ्कभारलाई विद्यार्थीको हाजिरी/उपस्थिति र सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागिता तथा सक्रियताको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्छ। सहभागिता बापतको ४ अङ्कभार अन्तर्गत हाजिरी/उपस्थिति बापत २ अङ्कभार र सिकाइ क्रियाकलापमा सहभागिता र सक्रियताबापत २ अङ्कभारमा रुब्रिक्सको आधारमा मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने छ। ९० प्रतिशत र सोभन्दा बढी उपस्थिति भएमा २ अङ्क, ८५ प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ९० प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा १.५ अङ्क, ८० प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ८५ प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा १ अङ्क र ७५ प्रतिशत र सो भन्दा बढी तर ८० प्रतिशतभन्दा कम उपस्थिति भएमा ०.५ अङ्क प्रदान गर्न सकिन्छ।

२. सुनाइ, बोलाइ र पढाइ, लेखाइ सिपको मूल्याङ्कन (३६ अङ्कभार)

आन्तरिक मूल्याङ्कनमा सुनाइ र बोलाइ, सुनाइ र लेखाइ, चित्र र विषयवस्तुमा आधारित बोलाइ, पढाइ र लेखाइ सिपसम्बद्ध क्रियाकलाप गराउनुपर्छ। सुनाइ र बोलाइ सिपको २० अङ्कभारलाई निर्दिष्ट शब्दमा आधारित श्रुतिलेखनमा २ अङ्क, निर्दिष्ट विषयवस्तुमा आधारित श्रुतिलेखनमा ४ अङ्क, पाठ्यसामग्री सुनाइका आधारमा प्रश्नोत्तरमा ४ अङ्क , सान्दर्भिक विषयवस्तु वा चित्रको मौखिक प्रतिक्रिया तथा वर्णनमा २ अङ्क, कथाकथनमा ४ अङ्क र भाषिक प्रकार्यमा आधारित प्रस्तद्रतिमा ४ अङ्क निर्धारण गरिएको छ। अतः यी सबै पक्षलाई मापन स्केलका आधारमा मूल्याङ्कन गनर्द्रपर्छ।

त्यसैगरी पढाइ र लेखाइ सिपको १६ अङ्कभारलाई सस्वरवाचनमा २ अङ्क, पठनबोधमा ४ अङ्क, अनद्रलेखनमा २ अङ्क, निर्देशित लेखनमा २ अङ्क, प्रतिक्रिया लेखनमा २ अङ्क र स्वतन्त्र लेखनमा ४ अङ्क विभाजन गरी रुब्रिक्सका आधारमा मूल्याङ्कन गनर्द्रपर्छ तर रुब्रिक्समा उल्लेखित पक्षलाइ समेटी निर्दिष्ट कार्य गरेता पनि त्यसको गद्रणस्तर पक्ष कमजोर लागेमा शिक्षकले स्वविवेक प्रयोग गनर्द्रपर्ने छ।

३. त्रैमासिक परीक्षा

तीन महिनाको पठनपाठनपश्चात् संज्ञानात्मक क्षेत्रका सिकाइ उपलब्धिको लेखाजोखा गर्नका लागि विशिष्टीकरण तालिकाका आधारमा सबै तह र प्रकारका प्रश्न तयार गर्नुपर्छ। पहिलो त्रैमासिक परीक्षा ३० पूर्णाङ्कको लिन सकिने छ तर त्यसलाई १० अङ्कभारमा रूपान्तरण गर्नुपर्ने छ। त्यसै गरी दोस्रो त्रैमासिक परीक्षा ५० पूर्णाङ्कमा लिनुपर्ने छ र त्यसलाई पनि १० अङ्कभारमा रूपान्तरण गर्नुपर्ने छ। दोस्रो त्रैमासिक (अर्धवार्षिक) परीक्षा लिदा सुरु एकाइदेखि पठनपाठन भएका एकाइसम्मका सबै एकाइबाट निर्धारित विशिष्टीकरण तालिकाका आधारमा प्रश्न सोध्नुपर्ने छ। त्रैमासिक परीक्षा विद्यार्थीको सिकाइ सुधारका लागि आन्तरिक मूल्याङ्कनका रूपमा लिनुपर्ने छ।

अत : मूल्याङ्कनका माध्यमबाट विद्यार्थीले भाषा सिकाइका क्रममा प्राप्त गरेका ज्ञान, सिप र अभिवृद्धिको लेखाजोखा गरिन्छ। सिकाइ सहजीकरणका क्रममा विद्यार्थी मूल्याङ्कन निरन्तर चलिरहने प्रक्रिया हो । विद्यार्थी मूल्याङ्कनमा आन्तरिक र बाह्य दुवै किसिमका प्रक्रिया अवलम्बन गर्नुपर्छ । मूल्याङ्कनले मूलतः विद्यार्थीको भाषिक सिप (सुनाइ, बोलाइ, पढाइ र लेखाइ), भाषिक संरचना र शब्दभण्डारको सिकाइ उपलब्धि स्तरलाई देखाउँछ। मूलतः आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई सिकाइ सहजीकरण प्रक्रियाका क्रममा उपयोग गर्नुपर्छ। यसको मुख्य उद्देश्य विद्यार्थीका सिकाइ समस्यालाई समयमै पत्ता लगाई सिकाइमा सुधार ल्याउनु हो । विद्यार्थीका व्यक्तिगत सिकाइ उपलब्धिका आधारमा आन्तरिक मूल्याङ्कन प्रक्रिया सञ्चालन गर्नुपर्छ । आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई सिकाइसँग जोडिनु सकेमा सिकाइ प्रभावकारी र व्यवहारिक बनाउन सकिन्छ। आन्तरिक मूल्याङ्कनलाई कक्षाकोठामा भएको विद्यार्थीको सहभागिता र सक्रियताका साथै अनुभवहरु आदानप्रदानले सिकाइमा आकर्षण गर्ने हुँदा सिकाइमा सक्रिय सहभागी बनाउन सकिन्छ। पाठ्यक्रममा उल्लिखित व्यवस्थाको पूर्ण परिपालना गर्ने, योगात्मक कार्यलाई कक्षा शिक्षणमा अनिवार्य बनाउने, अभिलेखको उचित व्यवस्थापन गर्ने, कार्यका आधारमा मात्र अङ्क प्रदान गर्ने तथा विद्यार्थी, विषय शिक्षक र विद्यालयको धारणामा परिवर्तन गर्ने आदि उपायहरू अपनाउनाले हचुवामा अङ्क प्रदान गर्ने परिपाटीको अन्त्य गर्न मद्दत पुग्दछ।

Article

The Rise of Artificial Intelligence: Transforming the World

Diya Pradhan | Teacher

Artificial intelligence (AI) has emerged as one of the most transformative technologies of the 21st century .Rooted in the simulation of human intelligence by machines, AI enables computer to perform tasks that typically require human cognition, such as learning, reasoning, problem solving and language understanding. From virtual assistants like Siri and Alexa to advanced algorithms driving autonomous vehicles. AI is reshaping industries and daily life.

The rapid evolution of AI is powered by advancements in machine learning, neural network s, and access to vast amount of data. Neural network I inspired by the human brain, are the backbone of breakthroughs in image recognition, natural language processing and even creative applications like generating music and art.

AI´S impact spans multiple sectors. In healthcare, AI helps diagnose diseases with precision, develop personalized treatment plans, and streamline administrative processes. In finance it powers fraud detection, risk assessment, and algorithmic trading. Education, retail, and manufacturing also benefit from AI driven efficiency and innovation .

However the rise of AI also raised ethical and societal concerns, issues such as data privacy, algorithmic bias, and the potential displacement of jobs demand careful consideration. Government and organizations are working to create guidelines for the ethical use of AI, ensuring its benefits are equitably distributed.

As AI continues to evolve, its potential seems boundless . From revolutionizing scientific research to addressing global challenges like climate change, AI offers immense promise .Yet its integration into society requires a balanced approach that prioritizes innovation while addressing its challenges responsibly. AI is not just a tool for efficiency; It is a force reshaping the future of humanity .

कविता

योग

शर्मिला कर्माचार्य । शिक्षक

योगको मार्ग, आत्माको खोज
शरीर मनको सुन्दर संयोग ।
सासको लय, ध्यानको धार
आत्मज्ञानको उज्यालो संसार ।

आसनमा लुकेको, शक्ति अपार
प्राणायामले बनाउँछ जीवन सुधार ।
ध्यानको गहिराइमा, भेटिन्छ शान्ति
योगले दिन्छ आनन्दको कान्ति ।

तन-मनको सन्तुलन, आत्माको मेल
योगले खोज्छ मुक्ति र प्रेमको खेल ।
नियमित अभ्यास, स्वास्थ्य जीवनको बाटो
योगले देखाउँछ सत्यको उज्यालो ।

ऐतिहासिक ब्याज...

निरजबन्धु पौड्याल । काठमाडौं

हामी २०५० सालको श्री कृष्ण मा.वि.का अन्तिम एस एल सी व्याज थियौ । त्यस पछि यस विधालयको नाम र हैसियत प्रगति भएर श्री कृष्ण रत्न गंगा उच्च मा.वि. बनेको थियो । आफैले अध्ययन गरेको विधालयमा दश जोड दुई कार्यक्रम सुरु भयो । हामी कक्षा ६ देखि दश सम्म सँगै पढेका अनि एस एल सी पनि द्धितिय श्रेणी मै पास गरेको सहपाठीहरु सुरेन्द श्रेष्ठ, हरिराम श्रेष्ठ , हरि कुमार श्रेष्ठ ,म , राजेन्द्र खत्री यसै विधालयमा पढ्न पाउँदा अति खुशी थियौ । हाम्रो खुशीमा अझ बढी खुशी थप्न तत्कालिन समयमा शिक्षण पेशामा आवध्द भैरहनु भएका अग्रज दाई/दिदीहरु राजेन्द्र (राजु)घिमिरे,नारायण श्रेष्ठ, नन्द लाल नेपाल, उमा दुलाल, तिलक दंगाल, दिपक नेपाल , गोविन्द नेपाल, मुना श्रेष्ठ (सुरेन्द्रको दिदी),इन्द्र कुमारी श्रेष्ठ ,गीता खरेल (तत्कालिन जिविसमा कार्यरत) हरिचन्द्र कुँवर(तत्कालिन गा.वि.स. सचिव) सुर्य लाल श्रेष्ठ (फोटो ग्राफर) ,माधव सापकोटा (शिक्षक कुविन्डे),चन्द्रकाजी लामा (गोल्छे), को आगमन भयो । यो विधालयमा सञ्चालित दश जोड दुई कार्यक्रम को पहिलो व्याज अनि श्री कृष्ण मा.वि. नाम भएको विधालयको अन्तिम एस एल सी व्याज, यो संयोग आफैमा दुर्लभ अनि ऐतिहासिक हो भन्नु अतिशयुक्ति नहोला पनि ।

सुरुवाती अवस्थामा विभिन्न समस्याको बाबजुत पनि तत्कालिन प्रधानाध्यापक श्री नगेन्द्र प्रसाद दंगाल ज्यू ले हामीलाई उच्च डिग्रीधारी अस्थायी लेक्चर खोज्न सफल हुनु भएको थियो । हामीलाई सो समयमा डा.आमसन प्याकुरेल, नगेन्द्र दंगाल, ध्रुव लाल श्रेष्ठ, सहायक सिडियो भगवान श्रेष्ठ, भुमिसुधार अधिकृत कृष्ण कुमार बिष्ट., जिल्ला शिक्षा कार्यालयका राजेन्द्र खकुरेल,इ.जयन्द्र श्रेष्ठ, मिना श्रेष्ठ(पुरानो बजार),मुज्जिदिन,खेम कार्की (सेभ द चिन्ड्रेन), पुष्प मोक्तान आदि ले पठाउँनु भएको थियो ।

माथिल्लो लहरको देब्रतिरबाट दिपक, माधव, तिलक, राजेन्द्र, उमा, निरज, चन्द्रकाजी बस्ने लहरमा देब्रे तिर बाट सूर्य लाल, हरिराम, नारायण, हरिकुमार, गोविन्द एस एल सी पछिको स्वतन्त्रता पाएर हो कि औधी खुशी थियौ । कक्षा कोठाको खाली पिरियडमा हाम्रा समकक्षी अग्रज शिक्षक दाई /दिदीहरुको ठट्यौली, उरन्ठेउला ,शिक्षण पेशा सँग सम्बन्धित गफ सुनेर मन्त्रमुग्ध हुन्थ्यौ । हासी मज्जाक खुव गरीयो । खाली पिरियडमा नेपाल बैक (हिरोमणी श्रेष्ठ को घर)को बिपरित दिशामा रहेको बिशाल श्रेष्ठ दाईको होटलमा चिया, पुरी,तरकारी आदि खान्थ्यौ । यही होटल सँगै अरनिको यातायातको

टिकट काउण्टर पनि थियो । बसपार्क अलि पर प्रतिमा(हेमन) प्रधानको घर मूनि पर्थ्यो ।

डा.आमसन प्याकुरेल(लाजिम्पाट) को इग्लीस पढाउने कला लाई मैले अहिले सम्म संझिरहेकोछु। उहाँ अहिले पनि उत्तिकै फुर्तिलो हुनुहुन्छ। उहाँ सँग म, हरिराम, सूर्य लाल, चन्द्रकाजी,तिलक दंगाल टिउसन पढ्न जान्थ्यौ । त्यहाँको माहोल सूर्य लाल ले तताउथे, सूर्य ले विभिन्न नेवारी पकवान ल्याएर खुवाउँथे। डा.साप खुशीले पुलकित हुन्थे , हामी चाही हो मा हो मिलाउँथ्यौ । जे होस टिउसनको प्रतिफल सबैले पायौ ।

आफुले पढ्दै आएका बिषय बस्तु भन्दा पृथक शिक्षाशास्त्र संकाय भएकोले होला। हामी ४-५ जना नयाँ चाहि अलमलमा थियौ । शिक्षण पेशा अंगाल्दै आउनु भएका अग्रजहरु लाई खुव स्वाद परिरहेको थियो । लेक्चर सँग सवाल जबाफ गरेर, नयाँ नयाँ कुरा सोधेर हामी लाई थप निखार्न सहजीकरण गरी दिनु हुन्थ्यो। कक्षा ११ को अन्तिम परिक्षाको लागी हाम्रो सेन्टर सञ्जिवनी माध्यामिक विधालय धुलिखेलमा पऱ्यो। हाम्रो अधिंकास साथीहरु सेन्टर नजिकै नवरंग होटलमा बसे, म भने होटल होराइजन नजिकैको बाँसघारीमा आफन्तको निवासमा बसे। सो घरमा यसै विधालयका पूर्व विधार्थी (२०४९ व्याज) हाल बेलायत बस्ने ढकेन्द्र थापा पनि उहाँकै आफन्त सँग बस्नु हुन्थ्यो। उहाँ सँग पनि खुव रमाईलो गरीयो ।

दोश्रो बर्षको सुरुवातमा तिलक दाई र म कोठा लिएर घले गाउँमा बस्यौ। शैक्षिक सत्रको अन्तिम अन्तिम तिर ४५ वटा लेसनको प्राक्टीस टिचिङ्गको लागी म, सुरेन्द्र, चन्द्रकाजी आदी यसै विधालयमा परौ। बाँकी साथीहरु सानोसिरुवारीको श्री गणेश मा.वि मा परे। मैले कक्षा ५-६ लाई शिक्षण सिकाई गरे। कक्षाको अन्तिम दिनमा, लाली गुराँस फोटो स्टिडियोका सञ्चालक हाम्रा साथी सूर्य लाल ले विधालयमै क्यामेरा ल्याएर यो सामुहिक तस्वीर पनि खिचेका थिए ।

यसै बर्ष देखी यही सेन्टर भयो। हामीले यसै विधालयमा अन्तिम बर्षको परिक्षा दियौ। उर्तीण गरी विभिन्न क्षेत्रमा सक्रिय जीवन यापन गरी रहेका छौ। यस विधालय बाट पाएको ज्ञान, शिक्षकगण बाट पाएको माया, उत्प्रेणा, सधै मेरो मानसपटलमा स्मरणीय रहिरहेको छ, समस्त शिक्षकगण प्रति नमन टक्राउँछु ।

अन्तमा, हाम्रा ती अल्पायुमा स्वार्गारोहण गर्ने सहपाठीहरु सुरेन्द्र श्रेष्ठ, राजु घिमीरे, नारायण श्रेष्ठ, ,इन्द्र कुमारी श्रेष्ठ प्रति हार्दिक श्रद्धा सुमन अर्पण गर्दछु ।

कामनपा -३२, कोटश्वर काठमाण्डौ , लेखक फ्रि ल्यान्सर का रुपमा कार्यरत छन ।

शिक्षक

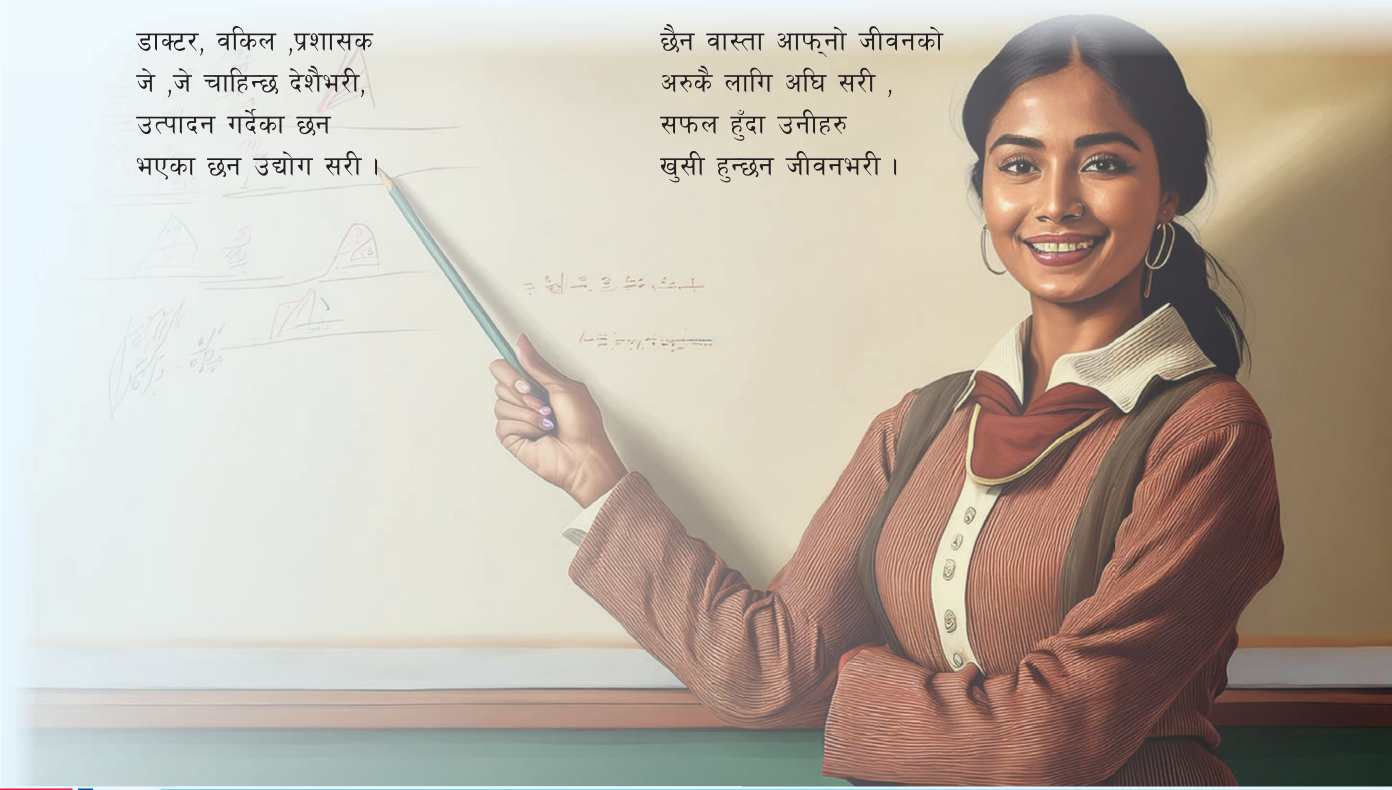
प्रमिता दुलाल | शिक्षक

दियो वत्ती दिप सरी
ज्ञानको उज्यालो छरी छरी ,
पार लगाई ज्ञानको डुङ्गा
भई बस्छन माझी सरी ।

डाक्टर, वकिल ,प्रशासक
जे ,जे चाहिन्छ देशैभरी,
उत्पादन गर्देका छन
भएका छन उद्योग सरी ।

संघर्षका कथाहरु ,सफलताका कथाहरु
सवैलाई वुझाइकन जिन्दगीका व्यथाहरु ,
छरिएका ब्रमाण्डका नँया ,नँया ज्ञानहरु
खोजी खोजी पिलाइ दिन्छन देशकै निम्ति बाच्नेहरु ।

छैन वास्ता आफ्नो जीवनको
अरुकै लागि अघि सरी ,
सफल हुंदा उनीहरु
खुसी हुन्छन जीवनभरी ।



बलात्कार

गुणकेशरी श्रेष्ठ । शिक्षक

पत्रिका पढे रेडियो सुने टिभी पनि हेरे
जनताले भन्ने गर्छन हेर बलत्कारमा परे ।
कति धेरै बन्न सक्या होला पापी बलत्कारी
देशै शुन्य बनाउछर्का सोभ्का महिला मारी ।

मानवरुपी दानव अनि यौन पिपाशुको
कतै मूल्य कदर छैन पीडितको आँशुको
होसियार बनौ बालिका महिला लोभमा नपरौ है
पाइलै पिच्छे चनाखो बनौं अकलामा कोही नमरौं है ।

जस्लाई हामी आफ्ना ठानी मान्छौ रक्षाकर्मी
ती सवै भाछन आजभोलि पापी र अधर्मी

एकान्तमा एकल महिला वालिका पर्छ देख्न भेट्न
थालिहाल्छन् पापीहरु यौनको प्यास मेट्न ।

अति फितलो भयो देशको कानुन जस्ले जे गरेनी भाछ
अव त भ्कन् देशका टाउके नेताहरु खै कुन दुलोमा गाछ ।
मतलव छैन जस्ले जस्लाई जहाँ जे जे गरुन् गरुन्
चाहे हानुन् चाहे मारुन् जे जे भ्रष्टाचार गर्छन् गरुन् ।

नेत्र अनि कान खोली सुनिदेऊ ए सरकार
दिन प्रतिदिन बढ्दै गाको छ नेपालमा बलत्कार
हत्यारा बलत्कारी मान्दैनन् कसैको डर
(अव तिनलाई फाँसी दिई कार्वाइ गर)२

महिला शिक्षक

ज्यालादेवी श्रेष्ठ । शिक्षक

विद्यालयको पर्खाल भित्र
मेरो आवाज गुमेको महशुस हुन्छ
कामको बोझ सधैं थुप्रीएकै हुन्छ
तर निर्णयको ठाउँ चाही हराएको हुन्छ
सोच्दा लाग्छ के मैले साच्चीकै
कमी नै गरे र ?
सोच्दा लाग्छ के मैले साच्चीकै
कमी नै गरे र ?
के मेरो मेहेनत कमि नै थियो र ?
तर उत्तर सधैं उही

तिमी महिला हौ तिम्रो विचार थाती नै रहन्छ
काम उस्तै परिश्रम उस्तै
तर निर्णय किन पराई हुन्छ
किन स्वचमा यति धेर भेदभाव
किन नेतृत्वको मौका आइन्छ
के निर्णयको हक पुरूषको मात्र हो ?
ज्ञान, क्षमता र योग्यता उनीहरू संग मात्र हो र ?
यो परिपाती आखीर
कहिले सम्म सहनु पर्ने हुन्छ ?

एकीकृत पाठ्यक्रममा मूल्याङ्कन प्रणाली

मथुरा श्रेष्ठ | शिक्षक

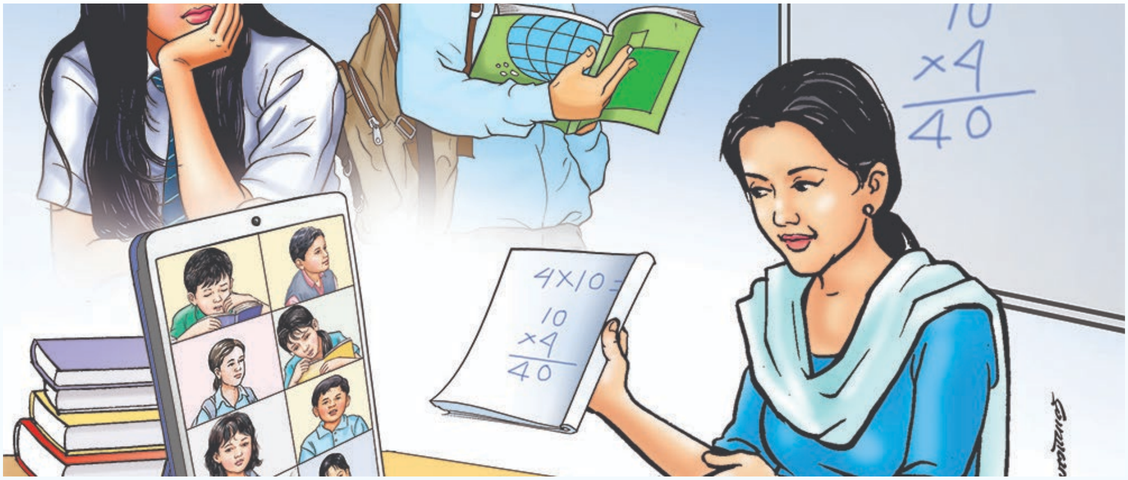
विद्यार्थीको उपलब्धिस्तर अनुसार शिक्षण सिकाइ सञ्चालन गर्न , विद्यार्थीका समस्या पहिचान गरी सुधारात्मक शिक्षण गर्न तथा सक्षम विद्यार्थीलाई अझ अगाडि बढ्न प्रोत्साहन गरी प्रभावकारी सिकाइको अवसर प्रदान गर्न विभिन्न विषयलाई अन्तर सम्वन्धित गरेर जीवन सापेक्ष हुने गरी सिकाइ प्रकृया सञ्चालन गरी ज्ञान र सिपलाई कुनै समस्या वा विषय क्षेत्रमा केन्द्रित गर्ने वा कुनै मुद्दा वा समस्यामा केन्द्रित भई विषयवस्तुको निश्चित सीमा निर्धारण नगरी समस्या समाधानका लागि आवाश्यक ज्ञान तथा सिप प्राप्त हुने गरी सिकाई सञ्चालन गर्न तयार गरीएको पाठ्यक्रम एकिकृत पाठ्यक्रम हो । जसमा दुई वा दुईभन्दा बढि विषयका उद्देश्यहरु सँगै मिलाएर सिकाउन सकिने विधि हो ।

उद्देश्य

- विद्यार्थीको उपलब्धि स्तर पहिचान गर्नु,
- विद्यार्थीको उपलब्धिको अभिलेख अद्यावधिक गरी राख्नु,
- विभिन्न क्षेत्रको सिकाइलाई अन्तरसम्बन्धित गर्नु,
- सिक्षण सिकाइलाई बालकेन्द्रित बनाउनु ,
- सिकारुहरुको सक्रिय सहभागितामा सिकाइ गर्नु,
- विद्यार्थीबिचको वैयक्तिक भिन्नताहरु पत्ता लगाई सिकाइमा सुधार गर्नु,
- विद्यार्थीलाई नियमित उपस्थितिमा उत्साहित गर्नु,

स्वरूप

- सामाजिक अध्ययन, विज्ञान तथा वातावरण, स्वास्थ्य तथा शारीरिक र सिर्जनात्मक कलालाई अन्तरविषयक ढाँचाको रुपमा हाम्रो सेरोफेरो विषयक्षेत्रमा समावेश गरिएको ।
- हाम्रो सेरोफेरो, गणित, नेपाली भाषा अंग्रेजी भाषा विषयक्षेत्र समाबेश गरी बहुविषयक ढाँचाको एकिकृत पाठ्यक्रम तयार गरिएको छ ।
- विशेषता
- सक्षमताको आधारित (Knowledge, Altitude, value and ability)
- पाठ्यघण्टा र कार्यघण्टा
- एकिकृत
- सिकाइ उपलब्धिमा आधारित
- मुल्याङ्कन र उपलब्धि प्रतिशत चार वटा स्तर
- विर्द्याथीले गरेको कार्यहरुको नियमित र व्यवस्थित रुपमा कार्य सञ्चयिकामा अभिलेख राखिने
- विद्यार्थीको वैयक्तिक एवम् पारिवारिक विवरण, परियोजना कार्य र सिर्जनात्मक कार्यलाई व्यवस्थित गरिने



- थिमको मुल्याङ्कन सिलसिलाबद्ध राखिने
- प्रत्येक विद्यार्थीको कक्षा १ मा तयार तयार गरिएको कार्य सञ्चयिका फाइल नै उप्पलो कक्षा सम्म निरन्तर गरिने
- लेटर ग्रेडिङ प्रणाली विद्यार्थीको सिकाइस्तरलाई गुणात्मक व्याख्यात्मक मान्यता रहेको
- विद्यार्थीको समग्र कक्षागत स्तर पहिचान गर्नको लागि गणना गरिने एउटा प्रचलित तरिका जसलाई स्तरीकृत अङ्कमा रुपान्तरण गरी नएव निकाल्ने
- विषयक्षेत्र तथा थिम अन्तर्गत सिकाइ उपलब्धिको अङ्कन गरेपछि थिमको समग्र उपलब्धि निम्न अनुसार निकालिने :

$$\text{थिमगत उपलब्धि प्रतिशत} = \frac{\text{उपलब्धि स्तरको अङ्कको जोड}}{\text{४ x मूल्याङ्कन गािएको सिकाइ उपलब्धिको}} \times १००$$

विद्यार्थी मूल्याङ्कन अभिलेख नमूना

कक्षा : २ विषय : हाम्रो सेरोफेरो विषयक्षेत्र/थिम : हाम्रो समुदाय विद्यार्थीको नाम : परिचय नम्बर :

विषयक्षेत्र/थिम	मुख्य सिकाइ उपलब्धि	सिकाइ उपलब्धि विस्तृतीकरण /उपलब्धि सूचक	नियमित पढाइपछि मूल्याङ्कन: सकेको/ नसकेको	नियमित पढाइपछि मूल्याङ्कन: मिति	नियमित पढाइपछि मूल्याङ्कन: अङ्कन	थप सहायतापछि मूल्याङ्कन: सकेको/ नसकेको	थप सहायतापछि मूल्याङ्कन: मिति	थप सहायतापछि मूल्याङ्कन: अङ्कन	प्रयोग गरिएका साधनहरु
हाम्रो समुदाय	१२. सहयोग र सम्मानको व्यवहार प्रदर्शन गर्न	१. आफ्नो गाउँटोलमा सामाजिक काम गर्ने व्यक्तिहरूको नाम बताउन	✗	७९/०४/०५	२	✓	७९/०६/०४	४	प्रश्नोत्तर
		२. छरछिमेकबाट आपसी सहयोग लिन	✓			✓			अभिभावक प्रतिक्रिया, सहपाठी प्रतिक्रिया
		३. छरछिमेकमा आपसी सहयोग दिन	✓			✓			अभिभावक प्रतिक्रिया, सहपाठी प्रतिक्रिया
		४. सार्वजनिक स्थल र साधनहरू उपयोग गर्दा पङ्क्तिमा पालो पर्खन र अरूलाई पालो दिन	✗			✓			अवलोकन
	१३. साधारण खेलहरु खेल्न	१. साधारण लखेटाइ खेल खेल्न	✗	७९/०४/०५	२	✓	७९/०६/०४	४	अवलोकन
		४. कुकुर फुक्यो खेल खेल्न	✓			✓			अवलोकन
		३. स्वतन्त्र रुपमा अगाडि र पछाडी पल्टने अभ्यास गर्न	✗						अवलोकन
		४. साथीहरूसँग स्किपीङ खेल्न	✓			✓			अवलोकन
	१४. स्वस्थ्यप्रति सचेत भई व्यवहारमा अवलम्बन गर्न	१. सर्ने र नसर्ने रोगहरूको नाम बताउन तथा रोगहरु सर्ने माध्यम बताउन	✗	७९/०४/०५	१	×	७९/०६/०४	३	मौखिक अभिव्यक्ति
		२. स्वास्थ्य सेवा दिने स्थानीय संस्थाहरूको छोटो परिचय दिन	✗			✓			मौखिक प्रस्तुती
		३. बिरामी हुँदा स्वास्थ्य सेवा लिन	✓			✓			आत्म मूल्याङ्कन
		४. बिरामी, अशक्त र असहाय व्यक्तिलाई स्वास्थ्य सेवाका लागि सहयोग गर्न	✗			✓			प्रश्नोत्तर, आत्म मूल्याङ्कन
	१५. जनावरको वर्गिकरण गर्न र खानाको लागि जीवहरुबिचको अन्तरनिर्भरताका उदाहरण दिन	१. वरपरका जमिन र पानीमा बस्ने जनावरहरू चिन्न	✓	७९/०४/०५	१	✓	७९/०६/०४	४	अवलोकन, प्रश्नोत्तर
		२. जनावरलाई घरपालुवा र जङ्गली समूहमा वर्गीकरण गर्न	✗			✓			परियोजना कार्य
		३. जनावरहरूको खाना चिन्न र खाना खाने तरिका बनाउन	✗			✓			प्रश्नोत्तर
		४. जनावरहरु र बिरुवाहरुबाट पाउने खानेकुराको नाम बताउन	✗			✓			मौखिक अभिव्यक्ति
	१६. आकृति छाप्न र पशुपंक्षीका क्रियाकलापको नक्कल गर्न	१. तेल, कार्बन कागज प्रयोग गरेर विभिन्न आकारहरू छाप्न	✗	७९/०४/०५	२	✓	७९/०६/०४	३	अवलोकन
		२. आफ्ना वरिपरि पाइने पशुपन्छीको हिँडाइ नक्कल गर्न	✓			✓			अवलोकन
		३. आफ्ना वरिपरि पाइने पशुपन्छीको उफ्राइ नक्कल गर्न	✓			✓			अवलोकन
		४. आफ्ना वरिपरि पाइने पशुपन्छीको बोलीको नक्कल गर्न	✗			×			अवलोकन
			उपलब्धिस्तरको अङ्कको जोड					१८	
शिक्षकको सही		अभिभावकको सही	थिमगत सिकाइ उपलब्धि प्रतिशत					९०	

$$\frac{\text{जम्मा प्रप्ताङ्क}}{\text{४ *सिकाइ उपलब्धिको संख्या}} \times १००$$

$$\frac{१८}{४ \times ५} \times १०० = ९०\%$$

चितामाथिको सती

मनिषा दंगाल | शिक्षक

पन्ध्र पुगि सोह्र तिर
लाग्दै थिइन भर्खर
आँखा हरु सपना देख्न
गर्दै थिए तरखर
भएउ भन्दै अर्कै घरकी
दिए नयाँ चोली
पराइलाई सुम्पी हात
चढाइदिए डोलि

आफ्नै भन्दै पराई घर
लागिन तेस्मै रम्न
खुसी राख्न सबैलाई
आँसु रोकिन बग्न
आफू भन्दा पाको उमेर
तेसमाथी रोगी उनी
सेवा गरि दिन रात उनैको
बसिन प्राण बनि

चल्दै थियो सन्सार तिनको
यसरी नै खुसी साथ
आमा बन्ने सौभाग्यले खुल्यो
फेरि उनको माथ
उज्यालो भो संसार फेरि

तोते बोली सुन्दा
दिनहरु बित्दै गए
तेहि खुसी मा भुल्दा

पर्यो फेरि पापी नजर
निभ्न लाग्यो दियो
उजाडदियो सिंउदो किन
उनको प्राण लियो
एकातिर छोरा अनि

अर्को तिर पत्नी धर्म
सती जान भइन तयार
कस्ले बुझ्ने उनको मर्म

उन्को शव को लाइनमा
छ बाजा पहिला
सजाय हो यो समाजमा
जन्मेको भइ महिला
चिता माथि ऊनी बसिन
पति उनको काखमा
चिता बल्यो सन्सार जल्यो
खुसी बद्ल्यो राँकमा

मुक्ती पाइन ती सती ले
बनिन आफै बलि
दाइजो बोक्सी अनेक नाममा
बाचेका छन् आजका सती
दिनहुँ जलि
सती ले सरापेको देश भन्छन्
बिग्रदै छ यहाँ को गति
श्रद्धाञ्जली छ
इतिहासमा
चितामाथी बसेकी सती ।

फेनोमेनोलोजी (Phenomenology)

देवकी थापा | शिक्षक

गुणात्मक अनुसन्धानका विभिन्न प्रकारमध्ये फेनोमेनोलाजी एक महत्त्वपूर्ण प्रकार हो । हुन त फेनोमेनोलोजी आफैमा एउटा दर्शन हो, जसको आधारभूत मान्यतामा गुणात्मक अनुसन्धान आधारित भएको हुन्छ (Qualitative research is rooted in phenomenology.) यस दर्शनको पर्वतकका रूपमा जर्मन दार्शनिक Edmund Husserl (1859-1938) लाई मानिन्छ ।

यसको थप व्याख्या र विकासमा Martin Heidegger (1889-1976), Alfred Schultz (1899-1956), Jean-Paul Sartre (1905-1980) र Maurice Merleau - Ponty (1908-1961) ले महत्त्वपूर्ण योगदान पुयाएका छन् । यस दर्शनले भौतिक विज्ञानले पदार्थ र नियमहरूको व्याख्या गरे जस्तो सामाजिक यथार्थ (Social relaity) लाई व्याख्या गर्न सकिँदैन भन्ने मान्यता राख्छ । सामाजिक यथार्थ व्यक्तिका अनुभूति धारणा र व्याख्यामा आधारित हुन्छ । फलस्वरूप सामाजिक यथार्थ भौतिक विज्ञानमा जस्तो एकल सत्य (single reality) मा आधारित नभई बहुसत्य (multiple realities) मा आधारित हुन्छ ।

यसको मुख्य कारण कुनै पनि घटना वा प्रक्रियाका बारेमा अनुभूति, बुझाइ, र व्याख्या अलगअलग भएकोले नै हो । फेरि व्यक्तिका अनुभवहरूलाई विवेचना गर्ने विभिन्न तरिका हुन्छन् । प्रत्येक व्यक्तिले आफूले अनुभव गरेका कुराहरूलाई कसरी व्याख्या गर्दछ र अर्थ लगाउँछ त्यसका आधारमा सही वा यथार्थ निर्माण भएको हुन्छ ।

'गुणात्मक अनुसन्धान अन्तर्गतको फेनोमेनोलोजी अध्ययनले व्यक्तिका अनुभूतिलाई केन्द्रविन्दुमा राखेर सामाजिक यथार्थको खोजी गर्दछ । व्यक्तिका अनुभूति वा अनुभवकै आधारमा बहुसत्य निर्माण भएको मान्यताका आधारमा यस अध्ययनले व्यक्तिले आपनो अनुभवहरूको जसरी अर्थ दिएका हुन्छन् त्यसरी नै उनीहरूका अनुभवहरूको व्याख्या र विवेचना गर्दछ (The phenomenological study is designed to desscribe and interpret an experience by the people who have participated in it) ' मानिसले आफ्नो अनुभवहरूको जसरी अर्थ लगाउँछन त्यसको आधारमा यथार्थको खोजी गर्न - यसप्रकारको अध्ययन अघि बढाइन्छ । (The purpose of conducting a phenomenological study is to describe and interprete the experience of paricipants in order to understand the "essence "of the experience as perceived by the participants) 3 2 हुन त सबै गुणात्मक अनुसन्धानमा यो धारणा प्रतिबिम्बित हुन्छ । फेनोमेनोलोजी अध्ययनले भने व्यक्तिगत अनुभव (subjective experience) लाई नै अध्ययनको केन्द्रमा राखेको हुन्छ । उदाहरणका लागि विशेष आवश्यकता भएका विद्यार्थीलाई अन्य विद्यार्थीहरूसगँ

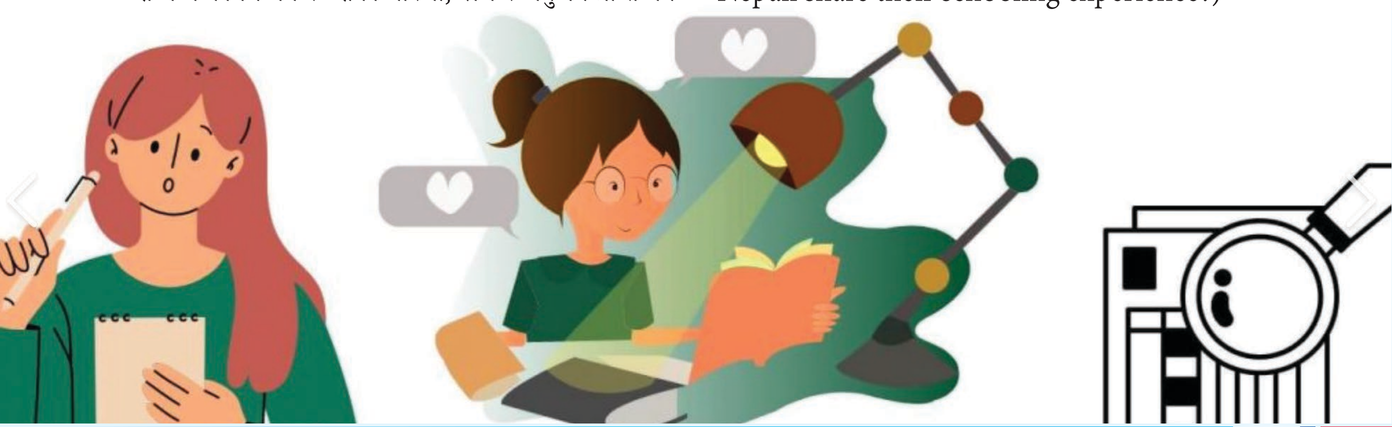
मिसाउँदा आएको अवस्था बुझ्न कुनै गुणात्मक अनुसन्धान गर्नुपर्दा यस विषयमा विभिन्न प्रक्रियाबाट अध्ययन गर्न सकिन्छ । तर, फेनोमेनोलोजी अध्ययनले भने नितान्त रूपले विद्यार्थी र शिक्षकहरूको त्यस सम्बन्धी अनुभवलाई केन्द्रमा राखेर यथार्थताको अध्ययन गर्दछ । यस्ता अध्ययनले व्यक्तिका अनुभवहरूलाई विश्लेषण गरेर राम्रो नराम्रोको निर्णय नगरी ती अनुभवहरूको आधारमा यर्थाथतालाई उजागर गर्छ। (Phenomeenology makes no judgement with respect to the reality status of experience. It mercly wants to understand how, through experience, all the events and objects of the world appear to the consciousness)

फेनोमेनोलोजी अध्ययनको यही विशेषताका आधारमा यसले अध्ययन गर्ने समस्याको रूपमा त्यस्तो विषयवस्तुको चयन गर्दछ, जुन सहभागीसँगको प्रत्यक्ष अन्तर्क्रिया वा कुराकानीको माध्यमबाट प्राप्त तथ्याङ्कहरूलाई आधार लिएर अध्ययन गर्न सकिन्छ । त्यसकारण यस अध्ययनमा सामान्यतया असंरचनात्मक अन्तर्वार्ताको विधिद्वारा तथ्याङ्क सङ्कलन गरिन्छ, जसद्वारा अनुसन्धानकर्ताले व्यक्तिको विचार भावना र अनुभूतिलाई अधिकतम रूपमा बाहिर ल्याउने कोसिस गर्दछ । यस प्रकारको अन्तर्वार्तामा व्यक्तिसँग घनिष्ट सम्बन्ध कायम गरिन्छ र उसका जीवन्त अनुभूति (lived experience) लाई प्राप्त गर्ने अधिकतम कोसिस गरिन्छ । सामान्यतयाः ५ देखि २५ जनासम्मको अन्तर्वार्ता लिनु उपयुक्त मानिन्छ । साधारणतया अन्तर्वार्तालाई टेप-रेकर्ड गरिन्छ र त्यसको विश्लेषण गरिन्छ । अन्तर्वार्ता नै तथ्याङ्क सङ्कलनको महत्त्वपूर्ण साधन हुने भएकाले अनुसन्धानकर्ताले उत्तरदातासँग सम्बन्ध कायम गर्ने र उसका धारणा, रुचि र अनुभव प्राप्त गर्ने कार्यमा आवश्यक सीप हासिल गर्नु पर्दछ ।

गुणात्मक अनुसन्धानमा फेनोमेनोलोजी अध्ययनका लागि सबै शीर्षक र समस्या उपयुक्त हुँदैनन् । अनुसन्धान समस्या व्यक्तिका प्रत्यक्ष अनुभव तथा अन्तरक्रियाबाट प्राप्त अनुसन्धान यसैगरी Hancock et al. Popen (2007) तथा काअनुसार फेनोमेनोलोजीलाई यसरी पनि उल्लेख गर्न सकिन्छः "Phenomenonogy has two components. It is phenomenological, -2 attempting to understand how participants make sense of their experiences (it does not assume that participants' accounts refer to some verifiable reality) but it recognises that this involves a process of interpretation by the researcher. It is an approach popuaLr in sychology and in some areas of nursing. It looks at subjective states o takes an insider perspective.

फेनोमेनोलोजि अध्ययनका लागि उपयुक्त हुने केही अनुसन्धान समस्याहरू उदाहरणका रूपमा उल्लेख गरिएको छः नवप्रवेशी शिक्षकहरुले शिक्षण कार्यलाई कसरी अर्थ्याउँछन् ? (What does the teaching mean to the beginner teacher?)

विद्यार्थी र प्रधानाध्यापक बीचको वास्तविक सम्बन्ध कस्तो छ ? (What is the relationship between a head teacher and student really like?) मातृभाषा नेपाली नहुने विद्यार्थीको विद्यालयीय अनुभव कस्तो छ ? (How do students whose tongne is not Nepali share their schooling experience?)



गणित विषयका कमजोर विद्यार्थीको गणित विषयप्रतिको धारणा कस्तो छ ?

माथि उल्लिखत समस्याहरूको अध्ययन गर्दा फेनोमेनोलोजिकल अध्ययनमा व्यक्तिका वास्तविक अनुभवहरू नै तथ्याङ्कको रूपमा सङ्कलन गर्नुपर्दछ । यसप्रकार व्यक्तिका जीवन्त अनुभव तथा अनुभूतिलाई खुला र गहिरो अन्तर्वार्ताद्वारा सङ्कलन गरी फेनोमेनोलोजिकल अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

A researcher applying phenomenology is concerned with the lived experiences of the people.

what is the meaning, structure, and essence of the lived experience of this phenomenon by an individual or by many individuals?

फेनोमेनोलोगिकल अनुसन्धानमा अनुसन्धानकर्ताले आफ्ना पूर्वधारणा, झुकाव र निर्णयलाई पर राखेर स्वतन्त्र र खुला रूपमा व्यक्तिका अनुभवलाई जुन रूपमा प्राप्त हुन्छ सोही रूपमा व्याख्या गर्नु पर्ने हुन्छ। यसरी अनुसन्धानकर्ताले आफ्ना झुकाव तथा धारणालाई पर राखेर अध्ययन गर्ने वा नियन्त्रण गर्ने विधिलाई ब्राकेटिङ (Bracketing) भनिन्छ। यसो गर्दा अनुसन्धानकर्ताको व्यक्तिगत गुणले तथ्याङ्क सङ्कलन र विश्लेषणलाई कम प्रभाव पार्दछ । फेनोमेनोलोगिकल अनुसन्धानमा यो विधिलाई phenomenological reduction पनि भनिन्छ । Bracketing is the process of identifying and holding in abeyance any preconceived beliefs and opinions that one may have about hte phenomenon that is being researcherd.

Phenomenological reduction is the bracketing of one's perceived notions and prejudices.

कुनै व्यक्तिका अनुभवमा अन्तर्निहित वास्तविकता र अर्थ (Meaning) को खोजी गर्नु नै फेनोमेनोलोजिकल अनुसन्धानको उद्देश्य हो । यस्ता अनुभवहरूलाई विश्लेषण गर्दा त्यस्ता अनुभूति भित्र समेटिएका विषयगत (noesis) र वस्तुगत (noema) दुवै पक्षलाई केलाउनु पर्दछ । वस्तुगत कुरा तथ्य (Fact) सँग सम्बन्धित हुन्छ भने विषयगत कुरा व्यक्तिको विचार वा दृष्टिकोणसँग सम्बन्धित हुन्छ। हरेक अनुभूतिभित्र तथ्य र दृष्टिकोण दुवै समाविष्ट हुन्छ । 'मलाई विद्यालयको लामो समय मन पर्दैन' यो प्रतिक्रियामा 'विद्यालय' र 'लामो समय' तथ्यसँग सम्बन्धित छ भने 'मन पर्दैन' दृष्टिकोणसँग सम्बन्धित छ। यसरी अनुसन्धानकर्ताले आफ्ना व्यक्तिगत अवधारणा र झुकावले नियन्त्रण गर्दै (Bracketing) सहभागीका अनुभूतिमा अन्तर्निहित विषयगत र वस्तुगत पक्षलाई केलाउँदै त्यसबाट अर्थ र वास्तविकताको विश्लेषण गर्नु नै फेनोमेनोलोजिकल अनुसन्धानको प्रमुख पक्ष हो ।

फेनोमेनोलोजी अनुसन्धानका विशेषता

(Characteristics of Phenomenological Research)

माथि उल्लेखित विश्लेषणका आधारमा फेनोमेनोलोजिकल अनुसन्धानका विशेषतालाई निम्न बुँदामा उल्लेख गर्न सकिन्छ :

- फेनोमेनोलोजी दर्शनमा आधारित अनुसन्धान हुनु (Research based on the phenomenology philosophy)
- कुनै खास विषयवस्तु वा घटनामा सहभागीको अनुभूति वा अनुभवको व्याख्या गर्नु (Attempting to describe participant's experiences of a phenomenon)
- गहिरा र खुला अन्तर्वार्ताद्वारा व्यक्तिका अनुभूतिभित्र अन्तर्निहित अर्थ र वास्तविकता पहिचान गर्नु (Attempting to gain insight into participants' lifeworlds, typically through in-depth interviewing)
- अनुसन्धानकर्ताको व्यक्तिगत झुकाव, दृष्टिकोण नियन्त्रण गरी तथ्याङ्क : सङ्कलन र विश्लेषण गर्नु (Data collection and analysis bracketing or suspending the researcher's preconceptions)
- व्यक्तिगत अनुभूतिको माध्यमबाट विशिष्ट सत्यको खोजी गर्नु (Use of subjuective data to describe an objective truth)
- व्यक्तिगत अनुभूतिलाई तथ्याङ्कको रूपमा प्रयोग

गर्नु (Researcher's own experiences integrated ino the study)

- फरक फरक व्यक्तिका अनुभूतिबाट साझा अर्थ वा निष्कर्ष पहिचान गर्नु (Focus on finding the common thread in shared experience or phenomenon)
- आगमन विधिबाट तथ्याङ्क विश्लेषण गर्नु (Inductive data analysis) फेनोमेनोलोजी अनुसन्धानका चरणहरू (Stages of Phenomenological Research)

फेनोमेनोलोजी अनुसन्धान गुणात्मक अनुसन्धानको एउटा मुख्य विधा हो जहाँ सहभागीका व्यक्तिगत अनुभव वा भोगाईलाई केन्द्रविन्दुमा राखेर अनुसन्धान प्रश्नको निर्माण गरिन्छ र सोही बमोजिम अनुसन्धान कार्य अघि बढाइन्छ । तथ्याङ्क सङ्कलनको प्रमुख विधि भनेकै असंरचित अन्तर्वार्ता हो । खुला अन्तर्वार्ताको माध्यमबाट व्यक्तिका . अनुभूतिहरूमा आधारित प्रश्नोत्तर गरिन्छ । यसरी प्राप्त भएका तथ्याङ्कहरूलाई आगमन विधिबाट विश्लेषण गरी निष्कर्षमा पुगिन्छ । फेनोमेनोलोजी अनुसन्धानमा अवलम्बन गरिने चरणहरू निम्न अनुसार हुन्छन् :

(१) अनुसन्धान समस्यसाको चयन (Selection of research problem): फेनोमेनोलोजी अनुसन्धानका लागि उपयुक्त समस्याको चयन गर्नु पर्छ । सबै किसिमका अनुसन्धान प्रश्नहरू फेनोमेनोलोजी अनुसन्धान उपयुक्त हुँदैन । अनुसन्धान प्रश्न सोझैं व्यक्तिका अनुभूति दृष्टिकोण र अनुभवसँग सम्बन्धित हुनु पूर्ण रानगन्धान पललनोल गर्न भन्दा अघि अनसन्धानकर्तामा

(2) फेनोमेनोलोजीको दार्शनिक मान्यता स्थापित गर्ने (Establishing the philosophical assumption of phenomenology): अनुसन्धानको यस चरणमा फेनोमेनोलोजीको दार्शनिक मान्यता स्थापित गर्नुपर्छ । यस अन्तरगत व्यक्तिका जीवन्त अनुभवहरु तथा कुनै पनि विषयवस्तु वा घटनाप्रतिका "धारणाहरुलाई के कसरी ग्रहण गर्ने र त्यसको सान्दर्भिकतालाई सचेतनापूर्वक कसरी उद्देश्यसँग सम्बन्धित गराउने भन्ने कुराको निश्चित गर्नुपर्छ ।

(3) सूचना सङ्कलन (Data collection) : फेनोमेनोलोजीमा सूचना भनेका व्यक्तिका विषयगत अनुभव (Subjective experiences) हुन् । हरेक व्यक्तिका निश्चित घटना वा परिवेशप्रतिको अलग-अलग अनुभवहरु सङ्कलन गर्नकालागि खुला तथा गहिरो अन्तर्वार्ता लिने र यसैको माध्यमबाट आवश्यक तथा पर्याप्त सूचना सङ्कलन गर्ने काम यस चरणमा गर्नुपर्छ । अनुसन्धान / प्रश्नका आधारमा विशिष्ट प्रश्नहरु तथा अन्तर्वार्ता सूची निर्माण गरी सूचना सङ्कलन गर्ने कार्यलाई यस अन्तर्गत व्यवस्थित गर्नुपर्छ । यस चरणमा सूचना सङ्कलनका लागि क्षेत्रगत नोट (Field note) लेख्ने, रेकर्ड गर्ने तथा धारणा प्रष्ट नभएका विषयवस्तु भएमा त्यसलाई पुनः स्पष्ट पार्न आग्रह गरी आवश्यक तथ्यगत सूचनाहरु सङ्कलन गर्नपर्दछ ।

(4) तथ्याङ्कहरुको व्याख्या र विश्लेषण (Analysis and interpretation of data): यस चरणलाई Phenomenologial data analysis पनि भनिन्छ । नच यस चणमा सङ्कलित सूचनाहरुलाई आवश्यकता अनुसार कोडिङ गरी मिल्दा धारणाहरुको समूहबाट Theme (आसय) निर्माण गर्ने काम हुन्छ । तयारी आशयबाट अलग-अलग शीर्षक बनाइ सहभागिहरुको जीवन्त अनुभवको व्याख्या र विश्लेषण गर्नुपर्दछ । आफ्ना विचारलाई पूर्ण रुपमा नियन्त्रण गर्ने र सहभागिहरुका धारणाहरुलाई व्यवस्थित किसिमबाट ब्याख्या तथा विश्लेषण (X) गर्ने काम यस चरणमा गरिन्छ ।

(5) प्रतिवेदन लेखन तथा प्रस्तुति (Report writing and presentation): यस चरणमा व्यवस्थित किसिमबाट सूचनाहरुको विश्लेषण गरिसकेपछि प्रतिवेदन लेख्ने काम गरिन्छ । प्रतिवेदन लेखनमा अनुसन्धानकर्ताका कुनै पनि दृष्टिकोणहरु समावेश हनु हुदैन । प्रतिवेदनलाई निश्चित ढाँचामा तयार पारिसकेपछि सम्बन्धित निकायमा प्रस्तुत गर्ने काम पछि फेनोमेनोलोजीकल अनुसन्धान सम्पन्न हुन्छ । प्रतिवेदनमा सहभागिहरुका साझा अनुभवहरु प्रतिविम्बित नभएको अवस्थामा यस अध्ययनले पूर्णता पाउँदैन । त्यसैले अनुसन्धानकर्ताले त्यस तर्फ विचार पुऱ्याउनु पर्दछ ।

नेपाली भाषा शिक्षणका समस्या र उपायहरू

मखमली मगर | शिक्षक

नेपाली बहुजातीय बहु धार्मिक बहुभाषिक भएको देश हो। यहा विविध भाषाको प्रयोग गरिन्छ। पहिलो भाषाका रुपमा आ-आफ्नै मातृभाषा बोल्ने प्राथमिक तहदेखि माध्यमिक तहसम्मका विद्यार्थीहरुलाई नेपाली भाषाको स्तरीय भेदमा दक्षता प्राप्त गर्न कठिनाइ अवस्था रहेको छ। आफ्नो घरपरिवार, छरछिमेक तथा वातावरणमा प्रयोग भएको भाषा बालकले सजिलै सिक्न सक्छ तर यो भन्दा बाहेकको भाषा सिक्न विभिन्न समस्याहरु उत्पन्न हुने हुँदा स्तरीय भाषा सिकाइमा समस्याहरु देखिन सक्छन्।

हाम्रो देश नेपालमा नेपाली भाषा राष्ट्रभाषा भएकोले राष्ट्रिय भाषा प्रयोग गरिरहेका धेरै विद्यार्थीका लागि नेपाली भाषा स्तरीय रुपमा प्रयोग गर्न धेरै जटिल हुन्छ। नेपाली भाषालाई बहुसङ्ख्यक बोल्ने भए तापनि स्तरीय रुपमा प्रयोग गर्ने समस्या चांहि आज जस्ताको त्यस्तै रहेको देखिन्छ। नेपाली भाषालाई मातृभाषाको रुपमा बोल्नेको संख्या ४५% भन्दा बढी रहेको छ। त्यसका अतिरिक्त नेपाली भाषालाई माध्यम वा सम्पर्क भाषाको रुपमा स्वीकार गर्ने व्यक्ताको प्रतिशत पनि ८०% भन्दा बढी न रहेको छ तर पनि नेपाली भाषाशिक्षण सिकाइमा किन समस्याहरु देखिन्छन् त ? यो वास्तवीक विद्या आर्जनको लागि प्रवेश गर्ने जुनसुकै भाषिक समुदायको विद्यार्थी भए पनि सर्वप्रथम नेपाली भाषकै माध्यमबाट अध्यापनको प्रक्रियालाई अगाडि बढाउँछ।

विद्यालय देखि सरकारी तथा गैरसरकारी संघ संस्थामा समेत नेपाली भाषाको प्रयोग गर्नुपर्ने भएकोले समस्या छ। नेपाली भाषा शिक्षणका क्रममा देखिएका विविध समस्याले गर्दा बहुभाषिक समुदायबाट आएका विद्यार्थीलाई बढी मर्का पर्छ। निम्नानुसारका समस्याहरु छन्:

- स्तरीय नेपाली भाषा सिकाउने समस्या
- पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकबीचको समस्या
- शिक्षकहरुलाई दक्ष बनाउन प्रशिक्षकको अभाव
- नेपाली भाषाप्रति उदासीनता अथवा अरुचि
- शिक्षण सामग्रीको उचित प्रयोग हुन नसक्नु
- बहुभाषिक समस्या
- दोस्रो भाषाका रुपमा नेपाली भाषाशिक्षणका क्रममा आउने समस्या
- भाषासम्बन्धी समस्या

समस्या समधानका उपायहरू

- भाषाशिक्षणमा भाषिक सीपको अभ्यास
- शिक्षकलाई तालिमको अभाव
- शिक्षण सिकाइ प्रभावकारी बनाउन विशेषज्ञहरुको टोली अनुगमन गराउने
- विविध विधि तथा प्रविधिको विकास गर्ने
- शैक्षिक सामग्रीको प्रयोग
- वैयक्तिक भिन्नता पहिचान गरी शिक्षण गराउने
- श्रुतिलेखन, हस्तलेखन तथा सिर्जनात्मक लेखन गराउने
- अन्य विषय शिक्षकले पनि नेपाली भाषा शिक्षण गराउन सकिन्छ भन्ने मानसिकता हटाउने
- भाषा पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तकको बीचको समस्या निराकरण गराउने

शब्द भण्डार
एक चर्चा

मेघनाथ घोरासैनी । शिक्षक

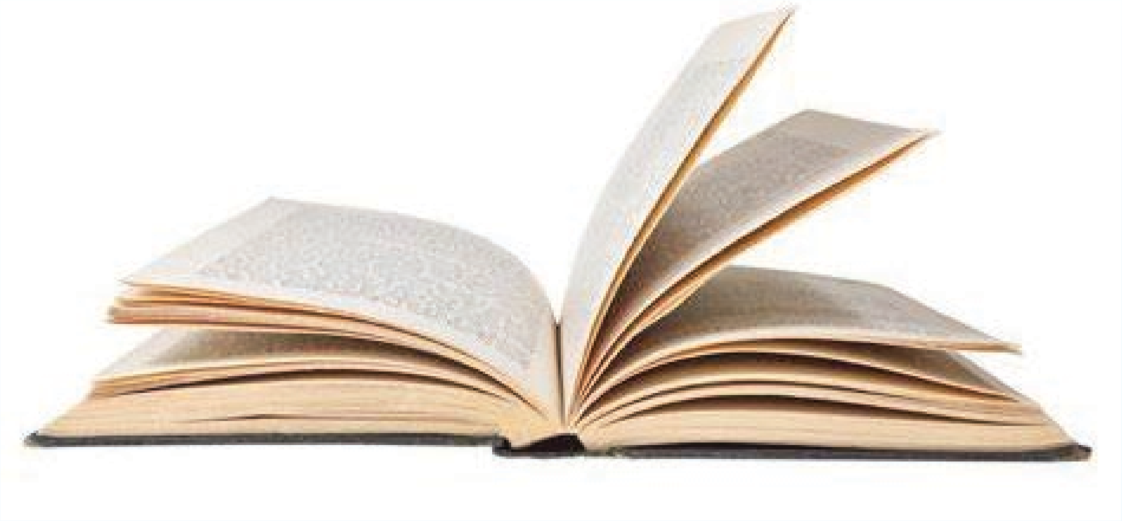
शब्द भाषको आधारभूत तत्व हो। भाषिक संरचनामा अक्षर मिलेर शब्द बन्ने र शब्द मिलेर वाक्य बन्दछ। एउटा भाषामा असिमित शब्द हुने गर्छन्, तिनै शब्दको समूहलाई शब्दभण्डार भनिन्छ। अर्थ लाग्ने शब्दलाई मात्र पद वर्गको आधारमा शब्दको स्तरलाई लिन सकिन्छ। शब्दको अर्थलाई पनि कोशीय अर्थ र सन्दर्भपरक अर्थ भनेर दुई किसिममा विभागन गर्न सकिन्छ। शब्द सम्बन्धी ज्ञान शब्दकोशबाट प्राप्त हुन्छ। शब्द भण्डारको विकास र शब्दार्थ शिक्षणका लागि शब्द कोशको जरुरत पर्दछ।

पहिलो भाषाको रुपमा नेपाली बोल्ने र दोस्रो भाषाको रुपमा नेपाली बोल्ने दुवै खाले विद्यार्थीहरुका लागि शब्दार्थ शिक्षणको आवश्यकता पर्दछ। नेपाली विषयका प्रत्येक पाठमा नयाँ र कठिन शब्द प्रयोग भएका हुन सक्छन्। प्रत्येकजसो पाठमा शब्द र अर्थसम्बन्धी अभ्यास दिइएको हुन्छ। त्यसैले शब्दार्थ शिक्षण गर्ने कार्य एउटा जटिल कार्य हो। शब्दार्थ शिक्षणका लागि पनि विशेष प्रक्रिया र निश्चित क्रमको आवश्यकता पर्दछ। शब्दार्थ शिक्षण गर्ने पनि निश्चित आधारहरु हुन्छन् जसलाई शब्दभण्डार शिक्षणको विधि मानिन्छ। शब्दको प्रकृतिसँग परिचित भएर शब्दार्थ शिक्षण गरेमा शब्दार्थ शिक्षण गर्न सजिलो हुन्छ।

शब्दभण्डार भनेको शब्दको संकलन हो। नेपाली भाषामा शब्द भण्डारको संकलनलाई निम्नअनुसार हेरिन्छ।

- स्रोत आधारमा शब्द मौलिक आगन्तुक गरी दुई वर्गमा पर्दछन्। तत्सम (संस्कृतबाट जस्ताको तस्तै आएका), तद्भव र झर्रा शब्द भौलिक हुन भने नेपालभित्र र नेपालबाहिर बोलिने नेपाली भाषाबाट आएका शब्द लागन्तुक शब्द हुन्। यसको उदाहरणका रुपमा तत्सम्-हस्त, तद्भव-हात, हागन्तुक-ज्बलम (ह्याण्ड) लाई लिन सकिन्छ।
- बनोटका आधारमा मूल र व्युत्पन्न गरी दुई प्रकारका हुन्छन्। धातु र प्रतिपादित शब्द मूल शब्दहुन भने उपसर्ग, प्रत्यय, लागेका, समास, द्वित्व र सन्धिबाट बनेका शब्द व्युत्पन्न शब्द हुन्। मूल शब्द र व्युत्पन्न शब्दलाई पनि निम्न उदाहरणबाट प्रस्ट पार्न सकिन्छ।

घर- मूल शब्द
खा-मूल शब्द
जान्-मूल शब्द
लेख्-मूल शब्द



व्युत्पन्न शब्द
उपसर्ग - वि + ज्ञान = विज्ञान
प्रत्यय - घर + एलु = घरेलु

समास
अ. तत्पुरुष समास : भाइलाई मारा = भाइमारा
आ. कर्मधारथ समास : काली + माटी = कालीमाटी
इ. दिगु समास : पाँच अमृतको समूह = पञ्चामृत
ई. अव्ययीभाव : डाँडा+माथि = डाँडामाथि
ए. द्वन्द समास : अन्न + पानी = अन्नपानी
ऊ.बहुव्रिही समासः चराको झैं नङ्ग्रा + चरीनङ्ग्रे

द्वित्व
अ. पूर्ण द्वित्व : घर + घर = घरघर
आ. आंशिक द्वित्व : आफ्नो + आफ्नो = आआफ्नो
इ. अपरिवर्तित द्वित्व : पानी + पानी = पानीसानी
सन्धि
महा+इन्द्र = महेन्द्र

- कार्यका आधारमा शब्द विकारी र अविकारी गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । नाम, सर्वनाम, विशेषण र क्रियापद विकारी पद हुन भने क्रियायोगी, नामयोगी, संयोजक, विस्मयादिबोधक र निपात अविकारी शब्द हुन् ।
- स्वरुपका आधारमा पर्यायवाची, विपरितार्थी, अनुकरणात्मक, अनेकार्थी श्रृतिसमभिन्नार्थी, संक्षिप्त लघुताबाची, सिङ्गो, समूहवाचक, परिभाषिक प्राविधिक शब्द र उखान टुक्का शब्द भण्डार भित्र पर्दछन् ।
- भषाका अर्थका आधारमा शब्दकोशीय (अविधात्मक) र सन्दर्भपरकगरी दुई प्रकारका हुन्छन् ।

तनावमुक्तिको आधार सकारात्मक चिन्तन

होमकुमारी पुरी

भनिन्छ आध्यात्म विना विज्ञान अन्धो छ र विज्ञान विना आध्यात्म लँगडो छ । आध्यात्मिक शिक्षाद्वारा मानव जीवनमा सुविचारको आगमन हुन्छ भने त्यसबाट नै तनाव मुक्त हुन सम्भव हुन्छ । आजको संसारमा सबै मानव चिन्तित छन् । अभाव ग्रस्त छन् । सबैमा भय र त्रास छ । कोही तनका दुःखी, कोही मनका दुःखी कोही धनका दुःखी र कोही सम्बन्धका दुःखी सारा संसार नै दुःखको छ । तर सम्पूर्ण सुखी केवल एक प्रभु परिवार (भगवानमा समर्पित व्यक्ति) नै छ ।

वर्तमान समयमा राजा हुन वा रङ्क हुन्, गरीव हुन वा धनवान, हरेक कुनै न कुनै कारणले दुःखी, चिन्तित देखिन्छन् । जो कसैसँग के छ हालचाल भन्यो भने बडो निराशा भएर समय बिताईरहेको छ भन्छन् । आज हरेक मानव एउटै शरिर पाल्नको लागि मेसिन समान बिहानदेखि रातिसम्म दैडिरहेको छ । फेरि पनि उसको जीवन अनेक चिन्ता, दुःख, भय, त्रास र अशान्तिले भरिएको छ । यसको प्रमुख कारण हो मनको नकारात्मक विचार अर्थात् हर कार्यमा उल्टो सोचाइ, त्यसको सिधा प्रभाव मनमा पर्छ र मन निराश हुन्छ फलस्वरुप शरिरको कार्यगर्ने क्षमता घट्छ र शारीरिक अङ्गहरुको शक्ति कमजोर हुन्छ ।

भनिन्छ शुद्ध संकल्प नै कर्मको विज हो र अशुद्ध सङ्कल्प नै पतनको जड हो । हामी घरमा अशुभ सोच्ने प्रवृत्तिद्वारा मनलाई दुःखी र चिन्तित बनाउँछौ र यही मनको चिन्ताले नै हामीलाई भित्रभित्रै जलाइराखेको हुन्छ । त्यसैले भनिन्छ चिन्ता, चिता भन्दा पनि भयानक छ । चिताले त मात्र मुर्दालाई जलाउँछ तर चिन्ताले जीवित मनलाई नै जलाइदिन्छ । बाहिरी सबै साधन भएर पनि मन खुसी छैन भने ती साधनको उपभोग गरेर पनि स्वयंलाई दुःखी बनाउँछ ।

आखिर कसरी मेटाउने यी तनावलाई ? कसरी ल्याउने जीवनमा शान्ति ? यसको एक मात्र उपाय हो राजयोग । राजयोग अर्थात स्वंको सत्य ज्ञान परमात्माको सत्य पहिचान र जीवनमा सकारात्मक विचारको उत्पत्ति । जसरी शरीरलाई तन्दुरुस्त/स्वस्थ राख्नको लागि पौष्टिक आहारको जरुरी हुन्छ । त्यसैगरी आत्मलाई शक्तिशाली बनाउन सकारात्मक विचारको भोजन आवश्यक छ । हर कार्यको सफलताको विचार मनमा हुन्छ । जसको लागि बितेको कुराको पश्चाताप र भविष्यको बारेमा अधिक सोच्ने विचारको त्याग गर्नुपर्छ । आत्मा चिन्तन, परमात्मा चिन्तन र बिच बिचमा आफ्नो संकल्पलाई जाँच गरेर हामी आफ्नो मनको व्यर्थ वा नकारात्मक विचारलाई समाप्त गर्न सक्छौं जव आफ्नो मनलाई सकारात्मक बनाउन सक्छौं तव

मात्र व्यक्तिगत स्वास्थ्यको भावनाबाट माथि उठेर आफू र अरुलाई समान दृष्टिले हेर्न र अझैं आफूभन्दा पनि अरुको लागि आफ्नो समय व्यतित गर्न सक्छौं र अरुको खुसीमा आफुलाई आनन्द मिल्छ । वास्तविक जीवन त्यो हो जहाँ न अभाव हुन्छ न त कुनै चिन्ता र भय बस जीवन र मृत्यु दुवैलाई हासेर स्वीकार्न सकियोस् ।

सर/संक्षेपमा भन्ने हो भने जीवन पहिला अनिश्चित्/छोटो छ (कतिवेला सकिन्छ थाहा छैन) यसलाई तनावग्रस्त गरेर अझ छोटो नगरौं । ठुलो कुरालाई सानो गर्न सिकौं र सानो सानो कुरालाई समाप्त गरौं । मनको टाइम टेवल बनाऔं र मनमा अधिकभन्दा अधिक शुभ र सकारात्मक विचार ल्याऔं । सधैं यो विचार गरौ कि यस संसारमा हरेक आत्माको आ-आफ्नो पार्ट छ । हामीले कसैलाई देखेर दुःखी हुनु हुँदैन । सके प्रत्यक्ष रुपमा सहयोग गरौं नत्र शुभ भावना मात्र प्रदान गरौं । मानव जीवनमा अति आवश्यक कुरा यो पनि छ हामी प्रतिदिन २४ घण्टामा एक घण्टा आत्मा चिन्तन र परमात्मा चिन्तनको लागि आवश्य समय निकालौं ।

तनाव मुक्तिको लागि राजयोगको अभ्यास अत्यन्त लाभदायी साधन हो । यसको पशिक्षण निःशुल्क रुपमा विश्वभरिका ब्रह्मा कुमारीजले स्थानीय सेवा केन्द्र मार्फत प्रदान गरीरहेको छ । इच्छुक जो कोहीले पनि समय निकालेर अवश्य राजयोग कोर्स गर्नुस् र कम्तीमा १ महिना अनुभव गरेर हेर्नुहोस् ।

हाम्रो कला र संस्कृति

कृष्णबहादुर श्रेष्ठ । शिक्षक

पौराणिक तथा ऐतिहासिक रुपले चर्चित उर्वरा भूमिको रुपमा हाम्रो जिल्ला सिन्धुपाल्चोकलाई लिन सकिन्छ। त्यसैले लाग्छ जिल्लाको आफ्नो मौलिक कला संस्कृति परम्परालाई जोगाइ राख्नु आजको आवश्यकतालाई हामीले भुल्न हुँदैन किन की आज धर्मको नाममा विदेशी धर्महरु नेपालमा भित्रिरहेको अवस्थामा त राज्यको ध्यान पुगेको छ ? त त कुनै संघ संस्थाको नजर पुगेको छ ? त्यसैले सबै जिम्मेवारी संघ संस्थाहरु एकबद्धता अर्थात बुद्ध हुनु पर्ने अवस्था छ। किनकी यो आजको आवश्यकता हो। हेर्नुस त ! आज देशमा विभिन्न धर्मको नाममा विभिन्न देशका धर्महरु भित्राई आज हाम्रो धर्म संस्कृतिमाथि लात हान्दै छन्। यो आभासलाई हामीले बुझिरहेका छौं। पचाई राखेका पनि छौं।

त्यसैले म के भाव व्यक्त गर्न चाहन्छु। भने हाम्रो कला संस्कृति र सम्पदालार्य जोगाई राख्न र यस्को उत्थानको निमित्त जिम्मेवारी निकाय, बौद्धिक समाज तथा सभ्य नागरिक समाजहरुको ठुलो भुमिका रहेको हुन्छ। अन्तमा कला संस्कृति विनताको जीवन पनि अनुरोध निर्थक हुने कुरामा कसैको दुई मत नहोला ? त्यसैले कला, संस्कृति र सम्पदा प्रति सबैको सकरात्मक ध्यान आकर्षण रहोस् भन्ने शभेक्षा व्यक्त गर्दछु।

विद्यार्थी, अभिभावक र शिक्षकबीच अन्तर्सम्बन्ध

रमा चौलागाईं नेपाल । शिक्षक

शिक्षा सामाजिक जीवनको मूल आवश्यकता हो । जसले मानव जीवनको भविष्य निर्माण गर्दछ । मानव जीवनलाई सुखमय र आनन्दमय बनाउनका लागि शिक्षाको आवश्यकता पर्दछ । शिक्षाविना जीवन सार्थक बन्न सक्दैन । मानसिको सवाङ्गीण विकास गर्नका लागि शिक्षा महत्वपूर्ण र अनिवार्य विषयवस्तु भएकाले त्यसलाई आ-आफ्नो क्षमताले भ्यायसम्म जति सक्यो, त्यति ग्रहण गर्दै अगाडी बढ्नुपर्दछ। शिक्षा आर्जन गर्नका लागि व्यक्ति अनुशासित, जागरुक हुनुपर्दछ। हितोपदेशमा भनिएको छ ।

विद्या ददाति विनयं, विनयात् पाति पात्रताम
पत्रत्वाद् धनमाहनेति धनाद धर्म ततः सुखमं ।

विद्याले नम्रता दिन्छ, विनयी भइसकेपछि असल मान्छे बन्न सहयोग गर्दछ। असल पात्र भएपछि धन कमाउन सकिन्छ। धन भएपछि सुख हुन्छ अनि ठूला-ठूला काम गर्न सकिन्छ। यी उद्धेश्य प्राप्त गर्न विद्यार्थी, अभिभावक र शिक्षक विच त्रिकोणात्मक सम्बन्ध हुनुपर्दछ। समाजमा प्रचलित शिक्षासँग अभिभावक, विद्यार्थी र शिक्षकको सम्बन्ध बलियो। हुनुपर्दछ। शिक्षालाई ग्रहण गर्ने विद्यार्थी हो र विद्यार्थीको लागि शिक्षा प्राप्त गर्न उचित वातावरण निर्माण गरिदिने खोजी गर्ने अभिभावक हुन् भने विद्यार्थीलाई असल बाटोमा लैजाने शिक्षक हुन् । शिक्षाको अर्थलाई यसरी उल्लेख गरिएको छ ।

T-Trained (तालिम प्राप्त)
E-Educated (शिक्षित)
A-Ability (सक्षमता)
C- Character (चरित्रवान)
H- Healthy (स्वास्थ्य)
E- Efficiency (शशक्तता)
R- Regular (नियमित)

शिक्षक एक माझी हो। माझीले सधै कुशलतापूर्वक यात्रुरुपि विद्यार्थीहरुलाई नदी पार गराई रहेको ढुङ्गामा तारिरहेको हुन्छ । असल क्षमतावान शिक्षक भएन भने माझीरुपी शिक्षकले पढाएको पाठ कस्तो होला त्यसैले असल आचरण राम्रो भएको शिक्षकले देखाएको बाटो अवस्य नै गलत हुदैन । शिक्षकहरुले विद्यार्थीबाट गल्ति हुँदा किन, कति र कसरी भयो सर र सहज भाषामा जानकारी गराउन र छलफल गर्नुपर्दछ। शिक्षकले देखाएको बाटोमा हिड्यो भने विद्यार्थी कहिल्यै असफल हुदैन। विद्यार्थीले शिक्षकलाई भगवान् मान्नुपर्दछ। र साथै अभिभावकलाई पनि। शिक्षकले भनेको नमान्ने,

शिक्षकले पढाउदा ध्यान नदिने, अनुशासनमा नबस्ने, शिक्षकलाई विभिन्न धाक धम्की देखाई थर्काउने विद्यार्थी भोलि अवस्थ नै पछुतोमा पर्दछ । गुरु (शिक्षक) एउटा दीप पनि हो, दीपले सधै उज्यालो दिन्छ । त्यसकारण दीपलाई कहिल्यै निभ्न नदिनु नै विद्यार्थीको महत्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

बुबा, आमा (अभिभावक) जननी, जन्मदाता हुन् भने गुरु (शिक्षक) मार्ग दर्शक हुन् र विद्यार्थी समाजमा ऐना हुन्, कोपिला हुन् । काँचो माटो र भविष्यका कर्णधार हुन् । यी तीनै पक्ष मध्ये कुनै कमजोर भएमा राष्ट्रले असर भावना भएको सभ्य नागरिक प्राप्त गर्न सक्दैन । अहिलेको परिप्रेक्ष्यमा नेपालमा सभ्य शिक्षित, अनुशासित नागरिकको खाँचो छ । त्यसलार्य परिपूर्ति गर्न पनि व्यवहारिक र नैतिक शिक्षाको अत्यन्त आवश्यकता छ । पहिलो गुरु अभिभावक अभिभावक बेला बेलामा विद्यालयमा पनि आउनुपर्दछ । र आफ्ना बच्चाले कस्तो पढेका छन, गृहकार्य गरेका छन् छैनन्, कक्षा कार्य गरेका छन् छैनन् हेनुपर्दछ । त्यसैले अभिभावक आफैमा पनि जागरुक र असल हुनु पर्दछ । ती असल अभिभावकका तलका विशेषता हुन आवश्यक छ ।

P-Pain Tolerate (सहनशिलता)
A- Activeness (कर्मठ्ता)
R- Responsible (जिम्मेवार)
E- Encouraging (हौसला दिने)
N- Native Behave (संस्कारी)
T- Talented (जान्ने बुझ्ने)
S- Simple Living (साधारण जीवनशैली)

आफ्नो छोराछोरीलाई अहिलेका धेरै अभिभावकहरुले राम्रो रेखदेख गरे जस्तो लाग्दैन । उहाँहरुले घर भन्दा बाहिरको काममा व्यस्थ रहनुपर्ने कारण बच्चाहरुलाई आवश्यक ध्यान दिन नसकेको हुन सक्दछ । मोवाइल र फेसबुकले बच्चाहरुलाई कति राम्रो वा नराम्रो गरेका छ अभिभावकले आफ्ना बच्चालाई हेरे जस्तो लाग्दैन । खानपान, रहनसहन, लुगाफाटो आदि इच्यादि बच्चा के कुरामा खुसी हुन्छन् अनिवार्य रुपमा हेनुपर्दछ । अहिलेको समयमा आफ्ना छोरा छोरी भाई बहिनिले सोधेको जुनसुकै जिज्ञासाहरु महत्वपूर्ण छन्

भनि सोचेर उत्तर दिने वा छलफल गर्ने गर्नुपर्दछ ।

बालबालिकालाई हातोत्साही हुने कुराकानी नगर्न, सिर्जनशील बन्न प्रेरित गर्नुपर्दछ । बेला बेलामा शिक्षकसँग आएर परामर्श लिन पनि आवश्यक हुन्छ । अनिमात्र माथि उल्लेखित गरिएको एब्ब्ल्त्व को विशेषता युक्त अभिभावक हुन सक्छ ।

विद्यार्थीको कुरा गर्दा, विद्यार्थी भनेको शिक्षक र अभिभावकलाई जोड्ने कडि पनि हो र विद्यार्थी नै आजको समयले दिएको शिक्षा भोलिको लागि सुरक्षित रुपमा लैजाने संवाहक पनि हो, त्यसैले विद्यार्थी परिश्रमी हुनुपर्दछ । भनिएको छ ।

काकः चेष्टा वको ध्यान स्वान निन्द्रा तथैव चः
अल्पहारी गृहत्यागी विद्यार्थी पञ्च लक्षणम ।

कौवा जस्तो चलाख, ज्ञान आर्जन गर्ने बेलामा बक्कुलो झै एक चित्त भएर पढाइमा ध्यान दिने, कुकुरको जस्तो छोटो निन्द्रा, थोरै खाने र घर त्यागेर नियमित विद्यालयमा उपस्थित हुनुपर्ने विद्यार्थीका प्रमुख गुणहरु हुन् । अल्छी गरेर नपढ्ने वा गुरु र अभिभावकको आज्ञा पालन नगर्ने ढाँट्ने, छल्ने, नराम्रो साथीसँगको संगत गर्ने विद्यार्थीले भविष्य निर्माण गर्न सक्दैन तसर्थ विद्यार्थीको अर्थलाई यसरी उल्लेख गरिन्छ :

S-Sensitive (संवेदनशिलता)
T-Thoughtful (चिन्तनशिल)
U-Understanding (समझदारी)
D-Desirous (जिज्ञासा)
E-Effortful (प्रयत्नशिल)
N-Normal Living (साधारण जीवनशैली)
T-Talented (तीक्ष्ण बुद्धि)

यस्ता विशेषता एवं गुण भएका विद्यार्थीनै राष्ट्रका लागि असल नागरिक बन्न सक्छन् । विद्यार्थी नै स्वयम् सृजनशिल र जागरुक भएर दत्तचित्त भई आफ्नो भविष्यको लागि प्रयत्नशील रहनुपर्दछ । पढ्ने विद्यार्थी नै परीक्षामा सफल हुन्छन्, सर्वोत्कृष्ट हुन्छन् । अतः परिश्रम आफैले गर्नुपर्दछ । परिश्रमको फल मिठो हुन्छ ।

त्यसकारण कुसंगत कुसंस्कारबाट विद्यार्थी स्वयं सचेत हुनुपर्दछ भने संस्कार दिन पनि शिक्षकले ज्ञान र अभिभावकले ध्यान दिनुपर्दछ । कसैलार्य भेदभाव नगरी समाजमा उदाहरणीय बनेर असल व्यक्ति बन्नको लागि हरदम प्ररणा दिन र अनुशासित हुन क्षमता विकास गराउने दायित्व शिक्षक र अभिभावक स्वंयममा पनि हुन्छ । यसका लागि शिक्षक, अभिभावक र विद्यार्थीबीच नजिकको अन्तर सम्बन्ध अनिवार्य हुनुपर्दछ ।

अभिभावकसँगको अन्तरवार्ता

प्रस्तोता | हरिगोपाल श्रेष्ठ

अभिभावकको नाम : निमा ग्याल्बो लामा
विद्यार्थीको नाम : लाक्पा डोल्मा लामा
कक्षा : ११, विज्ञान

तपाईको परिचय दिनुहोस् न ।

मेरो पुरानो घर सिम्पालकाभ्रे साविक वडा नं. १ मोक्तान टोल खाले हो । म हाल धाउचेतमा घर बनाएर बसेको छु । म चौतारामा आएको लगभग १७ वर्ष भयो । यही घर बनाएर बसेको ८ वर्ष भयो ।

तपाई अहिले के काम गर्दै हुनुहुन्छ ?

हाल मेरो खासै ठुलो काम छैन । जीवन निर्वाहका लागि ट्याक्सी चलाउँछु । कसैलाई आवश्यक परेमा गाडी चलाउँछु । अलिअलि खेतीपाती गर्छु । अरुको बारी कमाउछु । थोरै थोरै अन्नपात आउँछ । सुरुमा कामको खोजीमा विदेश पनि गएँ साउदी । त्यहाँ म ४ वर्ष बसेँ, त्यसपछि मलेसिया ३ वर्ष बसे । त्यहाँ शारीरिक समस्या (स्वास्थ्य स्थिति) को कारणले बस्न सकिन अनि नेपाल फर्के ।

तपाईले कति पढ्नु भएको छ?

औपचारिक शिक्षा मेरो खासै छैन । म गाउँमा हुर्केको हुँ । कक्षा ५ सम्म मात्र पढ्न पाएँ ।

तपाईको कति छोराछोरी छन्?

मेरो छोराछोरी तीन जना छन् । दुईजना छोरा, एउटी छोरी ।

तपाईका सबै छोराछोरीले यसै विद्यालयमा पढेका छन् कि अन्य कुनै विद्यालयमा पढे ?

मेरा तीनजना छोराछोरीहरु मध्ये जेठो छोरा निमा छिरिङ लामाले लामा पढ्न गुम्बामा इन्डिया गएको छ । छोरी लाक्पा डोल्मा र छोरा प्रेम दोर्जे यही विद्यालयमा पढ्छन् ।

तपाईंका छोराछोरीले अहिले यस विद्यालयमा कति कति कक्षामा पढ्छन्?

डोल्मा कक्षा ११ मा विज्ञान विषय लिएर पढेको छ, कान्छो छोरा प्रेमदोर्जे भर्खर कक्षा १ मा पढ्दै छ ।

तपाईंले आफ्ना छोराछोरी पढाउनका लागि यसै विद्यालय रोज्नुको कारण के हो बताइदिनुहोस् न ।

चौतारामा अन्य विद्यालयहरु पनि छन् बोर्डिङ स्कुल र सामुदायिक विद्यालय पनि छन् तर मैले मेरो छोरी डोल्मालाई १२ वर्षदेखि यसै विद्यालयमा पढाए कान्छो छोरा प्रेमलाई पनि नर्सरीदेखि यसै विद्यालयमा पढाएको हुँ । किनभने यस विद्यालयमा पढाई राम्रो छ । अन्य सुविधाहरु पनि यस विद्यालयमा राम्रो छ ।

छोरी डोल्मालाई विज्ञान विषय पढाएर भविष्यमा के उद्देश्य राख्नुभएको छ ?

छोरी डोल्मा डाक्टर बन्छु भन्छे, मैले सकेसम्म विएस्सी सम्म पढाउँछु । पढाउँछु मात्र भनेर हुँदैन, आयस्रोत पनि हुनु पर्यो । सकेसम्म म पढाउछु ।

यस विद्यालयमा तपाईंको छोरा छोरीको पढाइ कस्तो छ ?

अहिलेसम्म दुवै छोराछोरीको पढाइ राम्रै छ ।

तपाईंका छोराछोरीहरु के के बनोस् भन्ने चाहनुहुन्छ?

छोरी त डाक्टर बन्छु भन्छे ऊ डाक्टर नै बनोस भन्ने लाग्छ । भविष्यमा के हुन्छ भन्न सकिन्न । कान्छो छोरा पनि राम्रै क्षेत्रमा लागोस्, सकभर IT मा जाओस् इन्जिनियर बनोस् भन्ने लाग्छ । इच्छा मात्र गरेर हुँदैन । भाग्यमा के छ, त्यही हुन्छ । हामीले साथ दिने मात्र हो ।

अहिले सबैतिर सिकाइ उपलब्धि खस्कँदै देखिन्छ, पढाइमा त्यति ध्यान दिएको देखिँदैन किन होला?

यसमा धेरै कुरा छ । सबभन्दा पहिला विद्यार्थीहरु मोवाईलका कारणले गर्दा त्यतै रमाएर बस्छन् । पढाइमा ध्यानै जाँदैन । शिक्षकहरुले गर्दा पनि कतिपय विद्यालय र विषयहरु खस्केको छ । त्यस्तै व्यवस्थापन पक्ष पनि त्यतिकै जिम्मेवारी हुन्छ ।

तपाईंको विचारमा असल शिक्षक कस्तो हुन्छ जस्तो लाग्छ ?

आफ्नै छोराछोरीलाई जस्तो व्यवहार विद्यालयका विद्यार्थीहरुलाई गर्नु पर्छ । घरमा छोराछोरीहरुलाई जसरी माया र हेरविचार गर्छौं त्यस्तै व्यवहार, माया गर्नुपर्छ । कसैलाई कुनै भेदभाव गर्नु हुँदैन । यसका साथसाथै अध्ययनशिल पनि हुनु पर्यो । जागरिलो हुनु पर्यो । शिक्षककै महत्वले नै विद्यार्थी राम्रो हुन्छ ।

यस विद्यालयको शैक्षिक तथा भौतिक अवस्था कस्तो छ?

यहाँ पढाइ र भौतिक अवस्था बारे कुनै त्यस्तो कमी कमजोरी छैन । सबै कुरा राम्रै छ । चौतारामा हाम्रो विद्यालय जतिको अर्को छैन । शुल्क पनि न्यूनतम छ । यसलाई निरन्तरता दिनुपर्छ ।

यस विद्यालयको गुणस्तरलाई अझ वृद्धि गर्न के गर्नु पर्ला ?

विद्यालयका नियम अनुशासनलाई कायम राख्नुपर्छ । शिक्षक, अभिभावक, विद्यालय प्रशासन सबैले बालबालिकालाई आफ्नै परिवारका सदस्य जस्तै ध्यान दिनुपर्छ । अभिभावकले बालबालिकालाई समय दिनुपर्छ ।

बाँकी मैले सोध्न बिर्सेको भए, तपाईंको केही भन्नु छ कि?

विद्यालयले राम्रो गरेको छ । बाहिरबाट पनि विद्यालयलाई साथ सहयोग गर्नुपर्छ ।

Article

The Power of Self-Awareness

Pratikshya Sapkota | Class 12

Have you ever discovered something surprising about yourself through self-reflection?

Self Awareness and how does it help in achieving personal growth?

Self-Awareness is the silent superpower that has the ability to transform lives. Self-Awareness is the ability to take within ourselves with honesty and clarity, understanding who we are, why we act the way we do? And how our action impact those around us. This awareness, when cultivated becomes the foundation for achieving meaningful personal growth. It is the conscious recognition of your inner world, your strengths, weakness, values, beliefs and emotions.

Dimensions to self-awareness.

Internal Self-Awareness which involves understanding yourself, emotions and your motivations.

External Self-Awareness which is about understanding how other perceive you.

Why Is Self-Awareness key to Personal Growth?

Self-awareness acts as a compass, helping you identify what truly matters to you. This clarity reduces confusion and directs your energy towards what will genuinely fulfill you. Self-awareness, helps you identify and regulate your emotions. Understand other. When you know your communication style, emotional triggers, and boundaries, you can engage with other more empathetically.

Self awareness shines a light on area that need, improvement. Acknowledging, weaknesses isn't about self-criticism; it's about empowerment self-aware individuals embrace feedback and view failures as opportunities to learn. This mindset fosters continuous improvement, making every experience good or bad – a stepping stone for growth.

By being self-aware, people can become more confident and communicate with clarity and intention. It helps to understand things from multiple perspective.

How do you think self-awareness influence self confidence and can understanding your strength and weakness make you more confident in yourself?

Self awareness plays a significant role in shaping self-confidence. By understanding your strengths and weakness, you gain a clearer picture of who you are, which builds a solids foundation for confidence.

When you're self-aware, you can identify your unique abilities and talents,

knowing what you're good at gives you the confidence to tackle challenges, take on responsibilities, and pursue opportunities without hesitation.

Self awareness helps you understand that every-one has limitations, and that's perfectly normal. By acknowledging your weakness without self judgment, you can work on improving them or seek support when needed. This reduce self-doubt and increase your overall sense of competence.

When you know who you truly are and what is your ability, you're less likely to compare yourself to other, and more likely to feel confident in your unique qualities. Self-awareness leads to positive outcomes, which further boosts your self confidence.

Self-awareness creates a cycle of growth then more you understand and accept yourself, the more confident you became in your abilities and potential.

How do you balance self-awareness with self criticism.

Balancing self-awareness with self-criticism in essential for maintaining emotional well-being and of steering personal growth. You can achieve the balance by focus on Growth, Not perfection Accepting the mistakes and imperfections are part of being human and opportunities to learn. Treat yourself with kindness, especially when reflecting on your flaws or failures. Balance self-criticism by acknowledging your successes and progress you've made. Focus on the lessons rather than the failure.

Why is Self-Awareness Important for Teenagers?

Teenage years are a critical phase in personal development, filled with curiosity and self discovery. Teenagers often experience intense emotions due to hormonal and social changes. Self-awareness allows them to identify what they are feeling and why making it easier to manage emotions like angers, frustration or sadness. Self-awareness enables teenagers to recognize areas where they can improve. It fosters a growth mindset, helping them learn from mistakes and strive to become better versions of themselves.

In conclusion, self-awareness is the cornerstone of both discipline and personal growth. When self awareness and discipline work together, they create a pathway for continuous personal growth, empowering individuals to reach their full potential.

खरायो र कछुवा

पुजा नेपाली | कक्षा ७

हिमालको केटी सेती
तराईको काली
श्री कृष्ण रत्न गंगा माध्यमिक
विद्यालयको सधैं जितहोस्
बजाइदेउ न ताली

नडराऊ नेपाली सेना
कहिले हार र कहिले दुःख मन त
भई हाल्छ नि वर
जीवनको सबैभन्दा
ठुलो कुरा नै पर्खाइ हो महोदय

वारि पारि बिचमा खोला
सिन्धुपाल्चोकको विचमा बगर
तिम्रो पढ्ने काम हो
हेलचेकाई नगर

लेख्नलाई कलम होइन
शब्द राम्रो हुन पर्छ
देख्नलाई रुप होइन
व्यवहार राम्रो हुनुपर्छ

We are a temple
We are a temple
We are a temple of the god
Girls also has be
Boys also has be
We are a temple of the god

म मन्दिर हो
म मन्दिर हो
म मन्दिर हो प्रभुको
केटीहरु आउ
केटाहरु आउ हामी मन्दिर हो प्रभुको

कविता

अस्मिता पहरी | कक्षा ७

फूल फल्छु कहाँ कहाँ
वास्ना आउँछ यहाँ
मेरो माया कहाँ कहाँ
सम्झना आउँछ यहा ॥

सायद धेरै चित्त दुखाए होला माया
आफै टाढा जादै छु
सक्छौ भने मलाई माफ गरिदेऊ
है माया ॥

आफ्नो भन्न सकिन खै
जति नाता जोडेपनि
आशु रोक्न सकिन खै
सिङ्गो आकाश ओढेपनि ॥

सफलता र असफलताको
साथ हो जीवन
सवैबाट परिक्षित हुने
जाँच हो जीवन ॥

कविता

गुरु

ग्याल्मो लामा | कक्षा ९

गुरु तिमी ज्ञानको ज्योति, उज्यालो पार्छौ जीवन
आँधिहरुमा बलिदिन्छौं दिनुहुन्छ सत्यको चिन्ह ।
तिम्रो उपदेशले हाम्रो, जीवन बदलिन्छ,
गहिलो स्नेहले माया, सधैंभरि पलाउँछ ।

पाठशालाका त्यो कक्षा, तिम्रै उपहार हो,
जीवनको हर एक क्षण, तिम्रै आदर्श हो ।

तिमी बिना यो संसार, अधुरो लाग्छ यहाँ,
शिक्षा र संस्कृतिका दाता, तिमी नै सच्चा दिव्य ।

गुरु तिमी भगवान जस्तै, सम्मान गर्दछु म
तिम्रो ज्ञानको गहिराइ, कहिल्यै सकिन्न कति ।
सदा हाम्रो उज्यालो, तिम्रै शिक्षाको माला,
सधैंभरि तिमीप्रति, रहोस् यो गह्राको ज्वाला ।

मेरी

सायरा सापकोटा | कक्षा ४

ुनै एउटा गाउँमा दुई जोडी सोबास गर्थे । एक दिन मीना गर्भवती भइन् । गर्भवती भएदेखि उनी बिरामी भईन् । उनीहरुको घर छेउमा एउटा जादुगर्नी बस्थी । उसले धेरै प्रकारका औषधी बनाउँथी । एक दिन मानिस जादुगर्नीको घर गयो । उसले औषधी माग्यो । जादुगर्नीले म तिमीलाई औषधी दिन्छु तर एउटा सर्त छ । भन्नुहोस् त । यदि तिम्रो सन्तान छोरी भयो भने तिमीले मलाई दिनुपर्छ । यसले हुन्छ भन्यो । जादुगर्नीले उसलाई औषधी दिई । ऊ घर गयो । उसले मीनालाई औषधी दियो । मीनाले औषधी खाई । केही महिनापछि मीनाले एउटी राम्री छोरीलाई जन्म दिई । उनीहरुलाई चिन्ता भयो । उनीहरुले भाग्ने निर्णय गरे । त्यति बेला जादुगर्नी पनि आईपुगी । उनीहरुले अब जादुगर्नीलाई छोरी दिनुपऱ्यो । जादुगर्नी टाढा एउटा जंगलमा गइन् । उसले एउटा अग्लो घर बनाइन् । उसले छोरीको नाम मेरी राखी । मेरी २० वर्षसम्म त्यही अग्लो घरमा बसिन् जादुगर्नी बिहानै उठे र काम गर्न जान्थी । ऊ राती मात्र घर फर्कन्थी । जादुगर्नीले मेरीको आमालाई कपाल लामो हुने औषधी दिएकी थिई । उसको कपाल यति लामो भयो । उसको कपालले अल्लो घरको तल सम्म हुन्थ्यो । जादुगर्नीले सिँडीलाई गाएब गर्दिइ । जादुगर्नी सधैँ मेरी मेरी भने र बोलाउथी अनि मेरीले कपाल झार्थी । उसको साथी भनेका त्यही बस्ने चरा, दिपकली जस्ता जनावर थिए । उनले २० वर्ष सम्म जादुगर्नीलाई आफ्नो आमा भन्ठानेकी थिई । उनको कपाल जादुई थियो । जादुगर्नीले सधैँभरिको लागि अमर हुन यो सबै गरेकी थिई । जादुगर्नीले मेरीको झरेको कपालबाट अमर हुने औषधी बनाउँथी । मेरी सधै जादुगर्नीलाई म पनि बाहिर जान्छु भनेर भन्थिन् । जादुगर्नीले चाहि बाहिरको ठाउँ खतरनाक हुन्छ भन्थिन् । एक दिन एउटा राजकुमार त्यहीँ हुन्छ भन्थिन् । एक दिन एउटा राजकुमार त्यहीँ जंगलमा सिकार गर्न आएको थिए । मेरी त्यति बेला झ्यालमा बसेर गीत गाउँदैथिइन् । राजकुमारले मेरीको सुरिलो आवाज सुन्यो । ऊ मेरी भएको ठाउँमा गयो । त्यति बेला जादुगर्नी पनि आईपुगी । राजकुमार घरमा लुक्यो । जादुगर्नीले मेरी मेरी भनेर बोलाएको सुन्थी । उसले पनि मेरी मेरी भनेर बोलायो । मेरीले फेरि कपाल झारी । राजकुमार माथि चढ्यो । उसले मेरीलाई जाऔं भन्यो । मेरी राजकुमारसँग गई । राजकुमारले मेरीका आमा र बुबासँग पनि भेट्टायायो । मेरी र राजकुमारले विवाह गरे उनीहरु खुसी भएर बस्न थाले ।

•••

कविता

आमा

रितिका श्रेष्ठ | कक्षा ९ ख

सुनेको छु मैले जन्म लिँदा,
पहिलो पटक म रुँदा तपाई हाँस्नु भाको थियो रे
पहिलो पटक मलाई हेरी रुँदै छातीमा टाँस्नु भको थियो रे

म ठुलो हुँदा मलाई हिर्काइ सम्झाउनु हुन्थियो
चोट लागेर मैले रुँदा सँगै बसेर रुनु हुन्थ्यो

आमा कसरी चुकाउने होला ऋण हजुरको
हजुरको सबै दुःखको दिन मेरो
अनि मेरो सबै सुखको दिन हजुरको

मिल्ने भए
आफ्नो बाँकीको जीवन हजुरको नाउँ गर्थें
इश्वरसँग गएर प्रार्थनामा हजुरलाई,
हरेक जन्ममा मेरो आमा भइदिन माग्थे

हजुरको वर्णन असम्भव छ
हजुर त भगवानको अर्को रुप हो आमा
भगवानको वर्णन कसैले गर्न सक्दैन
मृत्यु दिने त धेरै छन् संसारमा
तर जन्म दिने मात्र मेरी आमा ॥

आमाको काख जस्तो सितल ठाउँ देखाउ
स्नेहमयी आँचलमा जाँदा नभरिएको कुनै पाऊ देखाउ

कविता

गणेश श्रेष्ठ

#पारिबाट ढाका टोपी लगायर आउने मान्छे
तिमी जस्तै लाग्छ बा ,#अनि
#जब छेउमै आइपुग्छौ अनि मन झस्याङ हुन्छ
#तब मन चिसो भै अँखाबाट आसु बुरुरु झर्छ बा
#अनि भन्छौ
#म बिना के गरि बस्दैछौ मेरो परिवर
भनी रुन्छौ तिमी बा
#अनि भन्छौ
बाबू ततो खाइस त
#अनि तेरि आमालाई कस्तो छ भन्छौ बा तिमी
#सपनीमा
तिम्ले साथ छोडे पछि आज एल्को भए
दुनियाँले वचन लाउदा मन सह्रै रोए
मन त मैले थाम्न सकुला आमालाई कसरी सम्हालनु
#हार रात सिरानी आँशुले नै भिजाउँदा
टुव्यो मुटु छुव्यो साथ लाग्यो जीवन मशान घाट
आफ्नाले नै वचन लाउदा आयो तिम्रो साह्रै याद
आयो तिम्रो साह्रै याद बा ....

Poem

My Mother : My Guiding Light

Kashwee Thapa | Class 7A

My mother is the most important person in my life and my greatest source of inspiration. She is a woman of strength, love, and wisdom who has always stood by me in every phase of my life. From the very beginning, she has been my guide, teacher and sacrifices are beyond words. Whether it is waking up early to prepare meals, helping me with my studies, or encouraging me during difficult times, my mother has always put my needs before her own. She has taught me the values of kindness, honesty, and hard work which I strive to follow every day. Her warm smile and comforting words can brighten even my darkest days.

To me, my mother is not just a parent but also my best friend and my greatest supporter. I am truly blessed to have her in my life, and I aspire to make her proud with everything I do.

Student Life

Importance of Entertainment

Aaryan Shrestha | Class 8A

Education is crucial for students' life as they need education for stepping into the world fully prepared. Students need education but if students are bored and not interested they will not get education. To make education exciting for students we need entertainment. Entertainment is not just a luxury. It is a necessity for students. If students get bored during studies they will not get any knowledge so, we need entertainment. Entertainment helps of relieve stress and cure boredom. If the subject is entertaining students will get interested and try to learn more. Entertainment should be applied especially in pre school and lower level. Entertainment helps to make student more creative. If there is entertainment in education, the education will be more effective. Hence, entertainment is important in students' life.

Poem

The Knife you Hid

Sofiya Shrestha | Class 9A

The Kinfe you hid
You spoke or trust, of bonds so deep
Of secrets safe, of vows to keep
But behind your words, a shadow grew
A dagger sharp, I never knew

You smiled as if the world was kind
But cruetly hid within you mind
A single strike, no warning call
The friend I loved, betrayed it all.

Now, echoes fill the space we shared
A broken heart, a soul ensnared
Yet I will heal, though scas remain
And guard my trust from future pain.

Article

...

Shreya Shrestha | Class 5A

The environment comprise both biotic and abietic components Living things are living elements such as plants and animals While non-living ones include air, water, soil and sun. There are only a few plants inside inhabited places and their growth is very slow because there is no natural heat and light in that area.

The Sun is important since it gives both heat and light. Animals need air which supplies them with oxygen and plants need carbon dioxide so that they breath in. Plants take in carbon dioxide as they make food which constitutes the basis of our diet. In addition to supporting our stance, the soil also provides water and minerals to plants for their development. All elements of the earth whether living or not have a role a play in preserving the environment. For many years to come, cleanliness must be maintained with in us for good health. A healthy environment is mandatory for every plant and animal in order to survive well. On the other hand light, an essential elements, Empowers us to see the world where we live in thus able to internet with in as well.

Life

Niharika Joshi | Class 6A

Life is beautiful and the biggest gift given by god. Life is a beautiful journey that is meant to be embraced to the fullest every day. The purpose of our life is to be happy. Life is what happen when yours busy making other plans. Many of life's failures are people who did not realize how they were close to success when they gave up. Money and success don't change people; they merely amplify what is already there. Our time is limited, so don't waste it living someone else's life. Don't be trapped by a belief. Which is living with the result there other people's thinking. Not how long, but how well you have lived is the main thing. If life were predictable, it would cease to be life, and be without flavor. The whole secret of a successful life is to find out what is one's Destiney to do, and then do it. In order to write about life first you must live it.

Poem

Let the world judge

Monika Karki | Class 8A

Nobody knows me as a person.
Yet they judge me with eyes so certain,
Assuming my story without a clue,
Painting a picture that isn't true.

They see me in a momentary glance,
But miss the nuances of life's dance,
The struggles and joys that makes me whole,
And the stories that have shaped my soul.

They judge me by the clothes I wear,
The colour of my skin, or the style of my hair,
And miss the depth of my character within,
The kindness, compassion, and strength therein.

But I won't let their judgment bring me down,
I'll stand tall and wear my crown,
For I know who I am and what I can be,
And that's all that matters truly to me.

So let them judge and cast their stones,
For I know I am more than flesh and bones,
And as I move forward with each passing day,
I'll prove them wrong in every way.

Sadina Khatri | Class 8A

२०२३ साल देखि २०८० साल सम्मको SLC र SEE परीक्षामा सहभागी हुने विद्यार्थीहरूको नामावली

क्र.स.	नाम थर	साल
१	छत्रराज जोशी	२०२३
२	पुण्य प्रसाद न्यौपाने	२०२५
३	खिल बहादुर भावुक	२०२५
४	कमला श्रेष्ठ	२०२६
५	कृष्णराज श्रेष्ठ	२०२६
६	नेत्र बहादुर न्यौपाने	२०२६
७	केदार बहादुर श्रेष्ठ	२०२७
८	केदार मान जोशी	२०२७
९	यज्ञप्रसाद दंगाल	२०२७
१०	हरिलोचन शर्मा	२०२७
११	बुद्ध कुमार श्रेष्ठ	२०२८
१२	कृष्ण प्रसाद शर्मा	२०२८
१३	नगेन्द्रप्रसाद दंगाल	२०२८
१४	निर्मल प्रसाद दंगाल	२०२८
१५	कृष्णकुमार मल्ल	२०२८
१६	विल बहादुर श्रेष्ठ	२०२९
१७	दिपक चन्द्र अमात्य	२०३०
१८	इन्द्र प्रसाद न्यौपाने	२०३०
१९	धन बहादुर बस्नेत क्षेत्री	२०३०
२०	लाल बहादुर कार्की	२०३०
२१	प्रकाशमणी बज्राचार्य	२०३०
२२	शम्भ प्रसाद धिताल	२०३०
२३	दुधराज बस्नेत	२०३०
२४	सिताराम श्रेष्ठ	२०३०
२५	अग्नी प्रसाद सापकोटा	२०३१
२६	मिठदेवी मास्के	२०३१
२७	रामभक्त प्रधान	२०३१

क्र.स.	नाम थर	साल
२८	रवि प्रसाद घिमिरे	२०३१
२९	रितादेवी श्रेष्ठ	२०३१
३०	शेर बहादुर श्रेष्ठ	२०३१
३१	सुरेन्द्र प्रसाद शर्मा	२०३१
३२	बद्रीमान जोशी	२०३१
३३	गंगालाल श्रेष्ठ	२०३१
३४	गौरीशंकर प्रधान	२०३१
३५	माधव प्रसाद न्यौपाने	२०३१
३६	कृष्ण भक्त प्रधान	२०३१
३७	लक्ष्मीशोभा के.सी.	२०३२
३८	मोह बहादुर कुँवर	२०३२
३९	प्रेम कुमार बस्नेत	२०३२
४०	रमेश कुमार श्रेष्ठ	२०३२
४१	धिर्ज बहादुर कायस्थ	२०३२
४२	ललित बहादुर राणा	२०३२
४३	राजीव शर्मा	२०३२
४४	अच्यूतकृष्ण प्रधान	२०३३
४५	आनन्द बहादुर श्रेष्ठ	२०३३
४६	विश्वराम श्रेष्ठ	२०३३
४७	ध्रुव कुमार कसजु	२०३३
४८	दानरत्न शाक्य	२०३३
४९	गोविन्द बहादुर श्रेष्ठ	२०३३
५०	इश्वरी प्रसाद श्रेष्ठ	२०३३
५१	नरमान श्रेष्ठ	२०३३
५२	पूर्ण बहादुर सिलवाल	२०३३
५३	भिम बहादुर श्रेष्ठ	२०३३
५४	केशब लोचन शर्मा	२०३३

क्र.स.	नाम थर	साल
५५	ज्ञान बहादुर थापा	२०३३
५६	दुर्गा प्रसाद श्रेष्ठ	२०३४
५७	महेश्वर प्रसाद श्रेष्ठ	२०३४
५८	विष्णुप्रसाद घिमिरे	२०३४
५९	गजेन्द्र बहादुर सापकोटा	२०३४
६०	कृष्णप्रसाद कोइराला	२०३४
६१	मदन बहादुर मास्के	२०३४
६२	सरोज कसजु	२०३४
६३	तिर्थसागर श्रेष्ठ	२०३४
६४	ध्रुबलाल श्रेष्ठ	२०३५
६५	बुद्ध भक्त प्रधान	२०३५
६६	इशवरी प्रसाद कक्षपती	२०३५
६७	सुर्दशन प्रधान	२०३५
६८	सुर्य बहादुर थापा	२०३५
६९	दौलत बहादुर मास्के	२०३५
७०	दिल प्रसाद सापकोटा	२०३५
७१	महेन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०३५
७२	निल बहादुर सापकोटा	२०३५
७३	राम बहादुर अधिकारी	२०३५
७४	सुरेन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०३५
७५	शम्भुप्रसाद कोइराला	२०३५
७६	उमाचरण श्रेष्ठ	२०३५
७७	यज्ञप्रसाद श्रेष्ठ	२०३५
७८	विर बहादुर श्रेष्ठ	२०३५
७९	बद्री नारायण श्रेष्ठ	२०३६
८०	ध्रुव प्रसाद अधिकारी	२०३६
८१	अच्यूत प्रसाद प्याकुरेल	२०३६
८२	केदार प्रसाद धिताल	२०३६
८३	बलराम कुँवर क्षेत्री	२०३६
८४	भिम नारायण श्रेष्ठ	२०३६

क्र.स.	नाम थर	साल
८५	विष्णुविक्रम थापा	२०३६
८६	धन बहादुर घले	२०३६
८७	डम्बर बहादुर श्रेष्ठ	२०३६
८८	अंकल बहादुर श्रेष्ठ	२०३६
८९	कृष्णप्रसाद शर्मा	२०३६
९०	शारदा श्रेष्ठ	२०३६
९१	अमृत बहादुर कार्की	२०३६
९२	जयन्द्र बहादुर श्रेष्ठ	२०३६
९३	राजेन्द्र कुमार भज	२०३६
९४	जगत लाल श्रेष्ठ	२०३६
९५	कृष्ण बहादुर कुँवर	२०३६
९६	ललित प्रसाद श्रेष्ठ	२०३६
९७	राजेश प्याकुरेल	२०३६
९८	विर बहादुर सापकोटा	२०३६
९९	सुभाष कर्माचार्य	२०३६
१००	लक्ष्मीशोभा श्रेष्ठ	२०३६
१०१	दिल बहादुर गिरी	२०३७
१०२	माणिकलाल श्रेष्ठ	२०३७
१०३	जयसागर श्रेष्ठ	२०३७
१०४	मिनादेवी मास्के	२०३७
१०५	नारायण प्रधान	२०३७
१०६	निशा अमात्य	२०३७
१०७	रुद्रलाल श्रेष्ठ	२०३७
१०८	रामकृष्ण मास्के	२०३७
१०९	रित बहादुर खड्का	२०३७
११०	राजेन्द्र प्रसाद दगाल	२०३७
१११	रति प्रधान	२०३७
११२	शिवमान श्रेष्ठ	२०३७
११३	शारदा प्रधान	२०३७
११४	तिलक प्रसाद कक्षपती	२०३७

क्र.स.	नाम थर	साल
११५	उदयराज जोशी	२०३७
११६	उषा बादे श्रेष्ठ	२०३७
११७	बेद बहादुर घले	२०३७
११८	इन्द्रमणी श्रेष्ठ	२०३७
११९	कमल बहादुर मगर	२०३७
१२०	निलम श्रेष्ठ	२०३७
१२१	ज्ञानेन्द्र प्रसाद कक्षपती	२०३७
१२२	भगवती श्रेष्ठ	२०३७
१२३	अमर बहादुर सापकोटा	२०३७
१२४	छत्र बहादुर श्रेष्ठ	२०३८
१२५	ज्ञानरत्न शाक्य	२०३८
१२६	उषा अमात्य	२०३८
१२७	ऋषिराम कोइराला	२०३८
१२८	तिर्थमान कर्माचार्य	२०३८
१२९	सुरेन्द्र बहादुर श्रेष्ठ	२०३८
१३०	कृष्णकुमार सापकोटा	२०३८
१३१	जानकी श्रेष्ठ	२०३८
१३२	इन्द्रलोचन शर्मा	२०३८
१३३	बुद्धकुमार श्रेष्ठ	२०३८
१३४	शंकर बहादुर श्रेष्ठ	२०३९
१३५	तुल्सीमान श्रेष्ठ	२०३९
१३६	राम बहादुर श्रेष्ठ	२०३९
१३७	रेवती न्यौपाने	२०३९
१३८	रत्न शाक्य	२०३९
१३९	मोहन बहादुर पुरी	२०३९
१४०	ओम बहादुर क्षेत्री	२०३९
१४१	दामोदर घिमिरे	२०३९
१४२	गणेशमान श्रेष्ठ	२०३९
१४३	हरि बहादुर श्रेष्ठ	२०३९
१४४	पुरुषोतम प्रधान	२०३९

क्र.स.	नाम थर	साल
१४५	दिवाकर मास्के	२०३९
१४६	दुर्गा प्रसाद घिमिरे	२०३९
१४७	शान्ता कक्षपती	२०३९
१४८	रामकृष्ण श्रेष्ठ	२०३९
१४९	रामचन्द्र श्रेष्ठ	२०३९
१५०	पुष्प कुमार लामा	२०३९
१५१	गम्भीरलाल श्रेष्ठ	२०३९
१५२	दल बहादुर आचार्य	२०३९
१५३	भवानी देवी श्रेष्ठ	२०३९
१५४	अर्जुन बहादुर खड्का	२०३९
१५५	अन्जली प्रधान	२०३९
१५६	तारादेवी श्रेष्ठ	२०३९
१५७	सुब्बा लामा	२०३९
१५८	पितम कुँवर	२०३९
१५९	पदम प्रसाद पराजुली	२०३९
१६०	दिलकुमारी श्रेष्ठ	२०३९
१६१	बुद्धकुमारी श्रेष्ठ	२०४०
१६२	विद्याचन्द्र पुडासैनी	२०४०
१६३	ध्रुव मास्के	२०४०
१६४	हेम बहादुर श्रेष्ठ	२०४०
१६५	कवितमान श्रेष्ठ	२०४०
१६६	कमलमणी श्रेष्ठ	२०४०
१६७	कमल बहादुर सापकोटा	२०४०
१६८	केशवलाल श्रेष्ठ	२०४०
१६९	कुलविर सिंह खड्का	२०४०
१७०	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४०
१७१	मोहन कुमार श्रेष्ठ	२०४०
१७२	नरेन्द्र बहादुर लामा	२०४०
१७३	पुण्यलाल श्रेष्ठ	२०४०
१७४	रजनी दंगाल	२०४०

क्र.स.	नाम थर	साल
१७५	रामशंकर कर्माचार्य	२०४०
१७६	सन्तोष कर्माचार्य	२०४०
१७७	तोतामैया श्रेष्ठ	२०४०
१७८	उत्तमदेवी श्रेष्ठ	२०४०
१७९	दिप बहादुर थापा	२०४०
१८०	कृष्ण बहादुर पराजुली	२०४०
१८१	मिनाकुमारी बुढाथोकी	२०४०
१८२	नन्दलाल नेपाल	२०४०
१८३	पूर्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४०
१८४	सानुमैया श्रेष्ठ	२०४०
१८५	तुल्सी मास्के	२०४०
१८६	हरिनाथ प्रधान	२०४१
१८७	श्याम के.सी.	२०४१
१८८	प्रल्हाद राज पाण्डे	२०४१
१८९	विश्वजीत थापा	२०४१
१९०	विद्यानायर	२०४१
१९१	नारायण गिरी	२०४१
१९२	केशव बहादुर थापा	२०४१
१९३	दल बहादुर पुरी	२०४१
१९४	लोक बहादुर पुरी	२०४१
१९५	कुमारी मैया कार्की	२०४१
१९६	चन्द्र कुमार बस्नेत	२०४१
१९७	सुनकेशरी शाक्य	२०४१
१९८	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०४१
१९९	शिव कुमार श्रेष्ठ	२०४१
२००	रामजी सापकोटा	२०४१
२०१	सभाष कुमार बस्नेत	२०४१
२०२	लील बहादुर बानिया	२०४१
२०३	राज प्रसाद श्रेष्ठ	२०४१
२०४	तुलाराम घिमिरे	२०४१

क्र.स.	नाम थर	साल
२०५	नारायण बहादुर सिलवाल	२०४१
२०६	हेममान श्रेष्ठ	२०४१
२०७	रुद्रप्रसाद शर्मा	२०४१
२०८	रेशम बहादुर श्रेष्ठ	२०४१
२०९	शेर बहादुर सिलवाल	२०४१
२१०	शंकर राज जोशी	२०४१
२११	इशवर कृष्ण बुढोथोकी	२०४१
२१२	द्धारिका माया नेपाल	२०४१
२१३	हरि बहादुर नेपाल	२०४१
२१४	इन्द्र बहादुर गिरी	२०४१
२१५	मिन बहादुर श्रेष्ठ	२०४१
२१६	केशव प्रसाद नेपाल	२०४१
२१७	नेत्र प्रसाद दुलाल	२०४१
२१८	पदम बहादुर श्रेष्ठ	२०४१
२१९	केशवलाल श्रेष्ठ	२०४१
२२०	कृष्णमणि श्रेष्ठ	२०४१
२२१	पुण्य बहादुर श्रेष्ठ	२०४१
२२२	पुष्पचरण श्रेष्ठ	२०४१
२२३	राजेन्द्र प्रसाद घिमिरे	२०४१
२२४	बसन्ती बस्नेत	२०४१
२२५	धनराज श्रेष्ठ	२०४१
२२६	धन बहादुर खत्री	२०४१
२२७	गायत्री पालिखे	२०४१
२२८	बाबुराम कार्की	२०४१
२२९	केशवराज भारती	२०४१
२३०	विष्णु बहादुर गिरी	२०४१
२३१	शम्भुप्रसाद दंगाल	२०४१
२३२	देवकी श्रेष्ठ	२०४१
२३३	राजेन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०४१
२३४	योमान श्रेष्ठ	२०४१

क्र.स.	नाम थर	साल
२३५	गणे बहादुर ठकुरी	२०४१
२३६	गणेश बहादुर गुरुङ	२०४१
२३७	नारायण बहादुर सापकोटा	२०४२
२३८	राधेश्वर श्रेष्ठ	२०४२
२३९	शंकरलोचन शर्मा	२०४२
२४०	सोम बहादुर ठकुरी	२०४२
२४१	उत्तमराज गिरी	२०४२
२४२	कमल बहादुर ठकुरी	२०४२
२४३	अर्जुन बहादुर सापकोटा	२०४२
२४४	बद्री प्रसाद नेपाल	२०४२
२४५	विल बहादुर श्रेष्ठ	२०४२
२४६	दुर्गामान श्रेष्ठ	२०४२
२४७	धनलाल श्रेष्ठ	२०४२
२४८	गणेशलाल श्रेष्ठ	२०४२
२४९	गोपाल प्रसाद दंगाल	२०४२
२५०	केशव बहादुर श्रेष्ठ	२०४२
२५१	नीरु प्रधान	२०४२
२५२	अनिल रत्न तुलाधर	२०४२
२५३	चीरन्जीवी सिग्देल	२०४२
२५४	जितेन्द्र श्रेष्ठ	२०४२
२५५	मोहन बहादुर राजभण्डारी	२०४२
२५६	मणिराम नेपाल	२०४२
२५७	परमेश्वर प्रसाद मानन्धर	२०४२
२५८	सुरेन्द्रलाल श्रेष्ठ	२०४२
२५९	श्याम बहादुर तुलाधर	२०४२
२६०	कुल प्रसाद दाहाल	२०४२
२६१	कुमार बाब श्रेष्ठ	२०४२
२६२	श्याम कुमार थापा	२०४२
२६३	राजेन्द्र बहादुर खड्का	२०४२
२६४	नन्दलाल मर्हजन	२०४२

क्र.स.	नाम थर	साल
२६५	राज खड्का	२०४२
२६६	विसमेहर बहादुर जोशी	२०४२
२६७	विमला न्यौपाने	२०४२
२६८	बद्री बहादुर खत्री	२०४२
२६९	भगवती तिवारी	२०४२
२७०	दीप श्रेष्ठ	२०४२
२७१	तुल्सी प्रसाद दंगाल	२०४२
२७२	चन्द्र बहादुर घर्ती	२०४२
२७३	श्यामलाल श्रेष्ठ	२०४२
२७४	तेज प्रसाद सापकोटा	२०४२
२७५	तारा बहादुर श्रेष्ठ	२०४२
२७६	राम प्रसाद गौतम	२०४२
२७७	रुप बहादुर घले	२०४२
२७८	सविता श्रेष्ठ	२०४२
२७९	शान्ति श्रेष्ठ	२०४२
२८०	सचिन नेपाल	२०४२
२८१	सीता कार्की	२०४२
२८२	कमला नापित	२०४२
२८३	मोहन राज गिरी	२०४२
२८४	रोहित राज गिरी	२०४२
२८५	रेना मास्के	२०४२
२८६	रोशनी श्रेष्ठ	२०४२
२८७	केशवलाल श्रेष्ठ	२०४२
२८८	छत्र बहादुर श्रेष्ठ	२०४२
२८९	कृष्ण प्रसाद श्रेष्ठ	२०४२
२९०	कुसुम कर्माचार्य	२०४२
२९१	भरतलाल श्रेष्ठ	२०४२
२९२	बेन बहादुर घले	२०४२
२९३	दिल बहादुर नेपाल	२०४२
२९४	देवलाल श्रेष्ठ	२०४२

क्र.स.	नाम थर	साल
२९५	दीना नाथ पराजुली	२०४२
२९६	भिमसेन खड्का	२०४२
२९७	भरत बहादुर सापकोटा	२०४२
२९८	व्रिक्ष बहादुर तामाङ	२०४२
२९९	अमर गुरुङ	२०४३
३००	बालकृष्ण श्रेष्ठ	२०४३
३०१	भिम बहादुर श्रेष्ठ	२०४३
३०२	महेश काजी श्रेष्ठ	२०४३
३०३	नरेश काजी श्रेष्ठ	२०४३
३०४	नेमलिग लामा	२०४३
३०५	हिमालराज श्रेष्ठ	२०४३
३०६	रामप्रसाद नेपाल	२०४३
३०७	रामचन्द्र बस्नेत	२०४३
३०८	रेशम बहादुर नेपाल	२०४३
३०९	शंकर बहादुर श्रेष्ठ	२०४३
३१०	सुरजमान श्रेष्ठ	२०४३
३११	शकुन्तला कुमारी यादव	२०४३
३१२	उमेशमान कसजु	२०४३
३१३	अनिता कुमारी शाह	२०४३
३१४	विदुर खत्री	२०४३
३१५	अन्जना प्रधान	२०४३
३१६	दिनेश कुमार के.सी.	२०४३
३१७	इन्द्र बहादुर नेपाल	२०४३
३१८	जयराम सापकोटा	२०४३
३१९	केदार बहादुर थापा	२०४३
३२०	कृष्णमाया श्रेष्ठ	२०४३
३२१	कुमारराज जोशी	२०४३
३२२	मधुकर मल्ल	२०४३
३२३	प्रदिपनारायण श्रेष्ठ	२०४३
३२४	रामपृत राय यादव	२०४३

क्र.स.	नाम थर	साल
३२५	सुजता श्रेष्ठ	२०४३
३२६	टेक बहादुर श्रेष्ठ	२०४३
३२७	शारदा थापा	२०४३
३२८	नोर्बु तामाङ	२०४३
३२९	चुडामणी पराजुली	२०४३
३३०	शिव प्रसाद अर्याल	२०४३
३३१	इमान सिं योन्जन	२०४३
३३२	केशर राज पाण्डे	२०४३
३३३	महेश कुमार श्रेष्ठ	२०४३
३३४	प्रदिप महर्जन	२०४३
३३५	दिव्यश्वरी श्रेष्ठ	२०४३
३३६	यमनाथ दंगाल	२०४३
३३७	सोम बहादुर सापकोटा	२०४३
३३८	बच्चुरा दंगाल	२०४३
३३९	विष्णु बहादुर आचार्य	२०४३
३४०	हरिविक्रम नेपाल	२०४३
३४१	भिम बहादुर सापकोटा	२०४३
३४२	ऋषिराम बजगाइ	२०४३
३४३	हरिचन्द्र कुँवर	२०४३
३४४	बम बहादुर नेपाल	२०४३
३४५	नानीछोरी श्रेष्ठ	२०४३
३४६	जंगबहादुर श्रेष्ठ	२०४३
३४७	ताल बहादुर श्रेष्ठ	२०४३
३४८	चित्र कुमारी श्रेष्ठ	२०४३
३४९	ओम राज जोशी	२०४४
३५०	लाल बहादुर थापा	२०४४
३५१	गणनीध लम्शाल	२०४४
३५२	वीरेन्द्र रत्न शाक्य	२०४४
३५३	टंक बहादुर सापकोटा	२०४४
३५४	राम प्रसाद धतिाल	२०४४

क्र.स.	नाम थर	साल
३५५	रवन्द्रि शर्मा	२०४४
३५६	चन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०४४
३५७	शवि प्रसाद भट्टराई	२०४४
३५८	मूक्तL सापकोटा	२०४४
३५९	कमल बहादूर गरिी	२०४४
३६०	कमान ध्वज तामाङ	२०४४
३६१	गोवर्द्धन बहादुर बस्नेत	२०४४
३६२	चेत प्रसाद गजरेल	२०४४
३६३	वष्णिु प्रसाद अर्याल	२०४४
३६४	वष्णिु बहादुर केसी	२०४४
३६५	लक्ष्मी देवी शर्मा	२०४४
३६६	अर्जन बहादुर महत	२०४४
३६७	उमा प्रसाद दुलाल	२०४४
३६८	लाल बहादुर थापा	२०४४
३६९	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४४
३७०	कृष्ण प्रसाद धतिाल	२०४४
३७१	मनोज शीलाकार	२०४४
३७२	राज बहादुर खडका	२०४४
३७३	गणेश सापकोटा	२०४४
३७४	अंक बहादुर श्रेष्ठ	२०४४
३७५	शोभा लक्ष्मी शाक्य	२०४४
३७६	रामहरL शर्मा	२०४४
३७७	राम्जी बहादुर नेपाल	२०४४
३७८	सोवति मान श्रेष्ठ	२०४४
३७९	रेशम प्रसाद दुलाल	२०४४
३८०	मोहन प्रसाद दंगाल	२०४४
३८१	रेणू शर्मा	२०४४
३८२	कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ	२०४४
३८३	आडमाई स्याडवो	२०४४
३८४	प'ण्य बहादुर बढाथोकी	२०४४

क्र.स.	नाम थर	साल
३८५	वमिला प्रधान	२०४४
३८६	नेत्र बहादुर कार्की	२०४४
३८७	अर्जन बहादुर नेपाल	२०४४
३८८	अमृत लाल श्रेष्ठ	२०४४
३८९	राम बहादुर श्रेष्ठ	२०४४
३९०	कल्पना सलिवाल	२०४४
३९१	कृष्ण बहादुर बानयिा	२०४४
३९२	रमेश कुमार श्रेष्ठ	२०४४
३९३	हर्क बहादुर लामा	२०४४
३९४	हिरण्य बहादुर बुढाथोकी	२०४४
३९५	गौतम रत्न शाक्य	२०४४
३९६	गणेश लोप्चन अर्याल	२०४४
३९७	रामहरि ढुंगेल	२०४४
३९८	कृष्ण प्रसाद दुलाल	२०४४
३९९	तारादेवी शर्मा	२०४४
४००	शारदा कुँवर	२०४४
४०१	शुलोचना श्रेष्ठ	२०४४
४०२	रुपा कक्षपती	२०४४
४०३	रत्न गोपाल जोन्छे	२०४४
४०४	सुरेन्द्र कुमार गिरी	२०४४
४०५	श्यामराज गिरी	२०४४
४०६	शेलेन्द्र कसजु	२०४४
४०७	सविन शाक्य	२०४४
४०८	श्यामकृष्ण गौतम	२०४४
४०९	श्यामकृष्ण कार्की	२०४४
४१०	रामकृष्ण ढुंगाना	२०४४
४११	रामरतन स्थापित	२०४४
४१२	राम बहादुर रानामगर	२०४४
४१३	रतन श्रेष्ठ	२०४४
४१४	प्रदिपमान राजभण्डारी	२०४४

क्र.स.	नाम थर	साल
४१५	मन्चन श्रेष्ठ	२०४४
४१६	गोकल कुमार मास्के	२०४४
४१७	ध्रुव कुमार के.सी.	२०४४
४१८	मिरा कुमारी रिमाल	२०४४
४१९	कान्छा तामाङ	२०४४
४२०	कृष्ण बहादुर भुजेल	२०४५
४२१	कुमार सापकोटा	२०४५
४२२	पूर्णराज जोशी	२०४५
४२३	राजेश कुमार श्रेष्ठ	२०४५
४२४	विनोद कुमार लामा	२०४५
४२५	विन्दा दंगाल	२०४५
४२६	धर्म बहादुर घले	२०४५
४२७	धन नारायण श्रेष्ठ	२०४५
४२८	दिनेश कुमार श्रेष्ठ	२०४५
४२९	गोविन्द लाल श्रेष्ठ	२०४५
४३०	हरिगोपाल श्रेष्ठ	२०४५
४३१	इमान सिं लामा	२०४५
४३२	जनक लाल श्रेष्ठ	२०४५
४३३	झम्क बहादुर घले	२०४५
४३४	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४५
४३५	रणेन्द्र सापकोटा	२०४५
४३६	राजेन्द्र कुमार श्रेष्ठ	२०४५
४३७	सुवर्णलाल श्रेष्ठ	२०४५
४३८	राज कुमार कटुवाल	२०४५
४३९	सुब्बा तामाङ	२०४५
४४०	शुशिला पालिखे	२०४५
४४१	सिताराम घिमिरे	२०४५
४४२	तिलक बहादुर दंगाल	२०४५
४४३	टंक बहादुर सिलवाल	२०४५
४४४	उमेश कुमार श्रेष्ठ	२०४५

क्र.स.	नाम थर	साल
४४५	दल बहादुर राणमगर	२०४५
४४६	राम प्रसाद शर्मा	२०४५
४४७	तेजमान श्रेष्ठ	२०४५
४४८	विखल बस्नेत	२०४५
४४९	भक्तलाल श्रेष्ठ	२०४५
४५०	विमला श्रेष्ठ	२०४५
४५१	खक्बाराज बस्नेत	२०४५
४५२	लोक बहादुर श्रेष्ठ	२०४५
४५३	सुन्दर लाल श्रेष्ठ	२०४५
४५४	संगिता पौडेल	२०४५
४५५	नारायण प्रसाद गौतम	२०४५
४५६	यशोधा श्रेष्ठ	२०४५
४५७	उषा दंगाल	२०४५
४५८	राजकुमार मल्ल	२०४६
४५९	तैयव अक्टर	२०४६
४६०	रमेश प्रसाद श्रेष्ठ	२०४६
४६१	पार्वती नापति	२०४६
४६२	जमूना देवी श्रेष्ठ	२०४६
४६३	जानकी श्रेष्ठ	२०४६
४६४	भीमलाल श्रेष्ठ	२०४६
४६५	यज्ञ प्रसाद दंगाल	२०४६
४६६	सचलिा कक्षपती	२०४६
४६७	राजकुमार खडका	२०४६
४६८	किरण मान श्रेष्ठ	२०४६
४६९	सीता राम गिरी	२०४६
४७०	तीलक प्रसाद सापकोटा	२०४६
४७१	रमेश सापकोटा	२०४६
४७२	लाल मैया श्रेष्ठ	२०४६
४७३	केशव नापति	२०४६
४७४	गुञ्ज बहादुर थापा	२०४६

क्र.स.	नाम थर	साल
४७५	रत्न बहादुर सलिवाल	२०४६
४७६	तेजनाथ दलाल	२०४६
४७७	राम कुमार कार्की	२०४६
४७८	पशुपती थापा	२०४६
४७९	केदार नाथ दुलाल	२०४६
४८०	दिल बहादुर तामाङ	२०४६
४८१	विष्णुराम दुलाल	२०४६
४८२	मदन बहादुर रायमाझि	२०४६
४८३	केशर बहादुर श्रेष्ठ	२०४६
४८४	गोविन्द बहादुर सापकोटा	२०४६
४८५	तेज बहादुर थापा	२०४६
४८६	सुर्य बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
४८७	सुर्य दंगाल	२०४७
४८८	रश्मी श्रेष्ठ	२०४७
४८९	रवन्द्रि श्रेष्ठ	२०४७
४९०	कल्पना लइंटेल	२०४७
४९१	नारायण प्रसाद नेपाल	२०४७
४९२	महेश कुमार श्रेष्ठ	२०४७
४९३	मूना श्रेष्ठ	२०४७
४९४	लक्ष्मण श्रेष्ठ	२०४७
४९५	यव राज श्रेष्ठ	२०४७
४९६	उद्धव प्रसाद नेपाल	२०४७
४९७	विश्व नाथ अर्याल	२०४७
४९८	सीङ बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
४९९	सुमन पाण्डे	२०४७
५००	राजेन्द्र कुमार श्रेष्ठ	२०४७
५०१	सुनी प्रधान	२०४७
५०२	पुष्कर मल्ल	२०४७
५०३	मान बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५०४	महालक्ष्मी श्रेष्ठ	२०४७

क्र.स.	नाम थर	साल
५०५	मान कुमार खत्री	२०४७
५०६	कृष्ण बहादुर थापा	२०४७
५०७	यज्ञ राज सापकोटा	२०४७
५०८	सुरुक सिं तामाङ०	२०४७
५०९	भीम कुमार दंगाल	२०४७
५१०	वीलम प्रसाद डोटेल	२०४७
५११	अजय कुमार श्रीवास्तव	२०४७
५१२	इन्दरिा दंगाल	२०४७
५१३	हरि बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५१४	दुर्गा बहादुर घले	२०४७
५१५	भगवती तामाङ०	२०४७
५१६	राधाकृष्ण मास्के	२०४७
५१७	भरत राज वलम्पु	२०४७
५१८	श्याम गीरी	२०४७
५१९	हरी नारायण श्रेष्ठ	२०४७
५२०	धन बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५२१	लोकेन्द्र मान कायस्थ	२०४७
५२२	दिपक प्रसाद नेपाल	२०४७
५२३	सर्य बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५२४	ज्ञान बहादुर भारती	२०४७
५२५	शान्ती कक्षपती	२०४७
५२६	राज बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५२७	सुब्बा श्रेष्ठ	२०४७
५२८	तेज प्रसाद गौतम	२०४७
५२९	शर्मिला श्रेष्ठ	२०४७
५३०	नवराज दंगाल	२०४७
५३१	राजेन्द्र प्रसाद दंगाल	२०४७
५३२	प्रतीमा श्रेष्ठ	२०४७
५३३	प्रेम बहादुर ठकुरी	२०४७
५३४	रामहरी गौतम	२०४७

क्र.स.	नाम थर	साल
५३५	रामकृष्ण नापीत	२०४७
५३६	याद बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५३७	शंकर प्रसाद धिताल	२०४७
५३८	सब्बा बहादुर केसी.	२०४७
५३९	शंकर प्रसाद अर्याल	२०४७
५४०	सहाना मास्के	२०४७
५४१	जीवनाथ दंगाल	२०४७
५४२	टंक बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५४३	पूर्ण बहादुर सलिवाल	२०४७
५४४	पीत्तम बहादुर बस्नेत	२०४७
५४५	प्रभा देवी श्रेष्ठ	२०४७
५४६	नमेन्द्र प्रसाद सापकोटा	२०४७
५४७	नारायण बहादुर घले	२०४७
५४८	नर बहादुर घले	२०४७
५४९	महेन्द्र बहादुर मास्के	२०४७
५५०	लोक कुमारी कुंवर	२०४७
५५१	कृष्ण गोपाल थापा	२०४७
५५२	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५५३	इन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०४७
५५४	भरत वक्रिम थापा	२०४७
५५५	देबेन्द्र राज श्रेष्ठ	२०४७
५५६	दिनेश सापकोटा	२०४७
५५७	इन्द्र कुमार दंगाल	२०४७
५५८	मिलन शोभा कक्षपती	२०४७
५५९	लीला कुंवर	२०४७
५६०	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०४७
५६१	छलं वक्रिम थापा	२०४७
५६२	जगन्नाथ घमिरि	२०४७
५६३	विवेक मान श्रेष्ठ	२०४७
५६४	दिपक बहादुर रायमाझी	२०४७

क्र.स.	नाम थर	साल
५६५	दिल कुमार सापकोटा	२०४७
५६६	हेम बहादुर बस्नेत	२०४७
५६७	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०४७
५६८	नारायाण बहादुर चुवान	२०४७
५६९	पदम बहादुर खत्री	२०४७
५७०	प्रेम बहादुर कटुवाल	२०४७
५७१	रमेश बहादुर रायमाफ्रि	२०४७
५७२	सरेश राम कसजु	२०४७
५७३	तारा बस्नेत	२०४७
५७४	यज्ञप्रसाद दुलाल	२०४७
५७५	नेत्र बहादुर भण्डारी	२०४७
५७६	राम प्रसाद दुलाल	२०४७
५७७	सुदर्शन गिरी	२०४८
५७८	राम बहादुर घले	२०४८
५७९	पदम बहादुर श्रेष्ठ	२०४८
५८०	गणेश बहादुर श्रेष्ठ	२०४८
५८१	डिल्ली प्रसाद नेपाल	२०४८
५८२	दर्गा प्रसाद ढंगेल	२०४८
५८३	दावा तामाङ०	२०४८
५८४	अमीर बहादुर श्रेष्ठ	२०४८
५८५	कमल राज जोशी	२०४८
५८६	कमल बहादुर नेपाल	२०४८
५८७	इन्द्र कुमारी श्रेष्ठ	२०४८
५८८	कमल चरण कक्षपती	२०४८
५८९	जय बहादुर श्रेष्ठ	२०४८
५९०	जमूना धिताल	२०४८
५९१	देव दोर्जे तामाङ	२०४८
५९२	अशोक लाल श्रेष्ठ	२०४८
५९३	रेवती रमण दुलाल	२०४८
५९४	सुब्बा श्रेष्ठ	२०४८

क्र.स.	नाम थर	साल
५९५	प्रकाश कार्की	२०४८
५९६	नारायण श्रेष्ठ	२०४८
५९७	शरद कुमार के.सि.	२०४८
५९८	दिपेन्द्र राज शाक्य	२०४८
५९९	दिपक मान श्रेष्ठ	२०४८
६००	दिपक राई	२०४८
६०१	कृष्ण प्रसाद सापकोटा	२०४८
६०२	कञ्चन कुमारी श्रीवास्तव	२०४८
६०३	झम्क लाल श्रेष्ठ	२०४८
६०४	सधार श्रेष्ठ	२०४८
६०५	मुन्दे तामाङ	२०४८
६०६	सुशिल प्रसाद कक्षपति	२०४८
६०७	दिल बहादुर श्रेष्ठ	२०४८
६०८	भुवन लाल जोन्छे	२०४८
६०९	कृष्ण बहादुर भारती	२०४८
६१०	जगत प्रसाद चौलागाई	२०४८
६११	हर्कलाला श्रेष्ठ	२०४८
६१२	नवराज खड्का	२०४८
६१३	गणेश कुमार श्रेष्ठ	२०४८
६१४	रामहरि धिताल	२०४८
६१५	नातीबाबु धिताल	२०४८
६१६	नानीछोरी श्रेष्ठ	२०४८
६१७	मित्र कुमार श्रेष्ठ	२०४९
६१८	मीना कुमारी श्रेष्ठ	२०४९
६१९	कृष्ण बहादुर थापा	२०४९
६२०	इशवर कुमार कार्की	२०४९
६२१	होम नाथ नेपाल	२०४९
६२२	गोविन्द्र प्रसाद नेपाल	२०४९
६२३	चन्द्र प्रसाद सुवेदी	२०४९
६२४	विरेन्द्र शाक्य	२०४९

क्र.स.	नाम थर	साल
६२५	सुर्यलाल श्रेष्ठ	२०४९
६२६	राज कुमार घले	२०४९
६२७	राजेन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०४९
६२८	रविन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०४९
६२९	माधव प्रसाद शर्मा	२०४९
६३०	माधब प्रसाद सापकोटा	२०४९
६३१	कृष्ण प्रसाद दंगाल	२०४९
६३२	खिल बहादुर श्रेष्ठ	२०४९
६३३	शिव कुमार घले	२०४९
६३४	जीवन प्रसाद श्रेष्ठ	२०४९
६३५	शिवहरि घिमिरे	२०४९
६३६	हेमन्त प्रसाद दंगाल	२०४९
६३७	शम्भु श्रेष्ठ	२०४९
६३८	डम्बर बहादुर श्रेष्ठ	२०४९
६३९	रमेश कुमार श्रेष्ठ	२०४९
६४०	रामहरि धिताल	२०४९
६४१	चुडामणी नेपाल	२०५०
६४२	प्रियालक्ष्मी खड्का	२०५०
६४३	सुरेन्द्र श्रेष्ठ	२०५०
६४४	रेशम बहादुर विश्वकर्मा	२०५०
६४५	राजेन्द्र खत्री	२०५०
६४६	निरज कुमार पौडेल	२०५०
६४७	मिन बहादुर बस्नेत	२०५०
६४८	महेश्वर घिमिरे	२०५०
६४९	हरिराम श्रेष्ठ	२०५०
६५०	हरिकुमार श्रेष्ठ	२०५०
६५१	गोकर्ण बहादुर बस्नेत	२०५०
६५२	रेवती प्रसाद सापकोटा	२०५०
६५३	रामचन्द्र बहादुर विश्वकर्मा	२०५०
६५४	केशब प्रसाद श्रेष्ठ	२०५०

क्र.स.	नाम थर	साल
६५५	सविता थापा	२०५०
६५६	चन्द्रहरि नेपाल	२०५०
६५७	मदिलमान श्रेष्ठ	२०५०
६५८	भुपेन्द्र बहादुर कार्की	२०५०
६५९	अनज श्रेष्ठ	२०५०
६६०	अमीर बहादुर थापा	२०५१
६६१	वीर बहादुर भण्डारी	२०५१
६६२	ज्ञान बहादुर श्रेष्ठ	२०५१
६६३	इन्द्र प्रसाद श्रेष्ठ	२०५१
६६४	खील बहादुर रानामगर	२०५१
६६५	रामकृष्ण ढंगाना	२०५१
६६६	टीका प्रसाद दंगाल	२०५१
६६७	तिलक बहादुर सापकोटा	२०५१
६६८	अन्जु झा	२०५१
६६९	देवी प्रसाद सुवेदी	२०५१
६७०	फलेन्द्र प्रसाद नेपाल	२०५१
६७१	होम नाथ नेपाल	२०५१
६७२	कृष्ण प्रसाद अधिकारी	२०५१
६७३	नारायण श्रेष्ठ	२०५१
६७४	प्रविण राज गिरी	२०५१
६७५	राम कुमार सापकोटा	२०५१
६७६	रेशम बहादुर श्रेष्ठ	२०५१
६७७	यज्ञ नाथ दंगाल	२०५१
६७८	वीरेन्द्र श्रेष्ठ	२०५१
६७९	वसन्ती श्रेष्ठ	२०५१
६८०	गणेश थापा	२०५१
६८१	होम कुमारी पुरी	२०५१
६८२	केशव श्रेष्ठ	२०५१
६८३	लिलेन्द्र शिवभक्ती	२०५१
६८४	सुमित्रा श्रेष्ठ	२०५१

क्र.स.	नाम थर	साल
६८५	टीका प्रसाद सापकोटा	२०५१
६८६	रमेश कसज	२०५१
६८७	चेतनाथ नेपाल	२०५१
६८८	धर्मदत्त सापकोटा	२०५१
६८९	हरि बहादुर श्रेष्ठ	२०५१
६९०	कर्ण बहादुर बुढाथोकी	२०५१
६९१	नारायण बहादुर आचार्य	२०५१
६९२	पार्वती श्रेष्ठ	२०५१
६९३	राम बहाहदुर परी	२०५१
६९४	रामशरण खत्री के.सि.	२०५१
६९५	तोप नाथ सापकोटा	२०५१
६९६	भीम बहादुर तामाङ	२०५१
६९७	उदीत नारायण कर्माचार्य	२०५१
६९८	सुलोचना श्रेष्ठ	२०५१
६९९	सुशिलमान श्रेष्ठ	२०५१
७००	रीणा श्रेष्ठ	२०५१
७०१	रामचन्द्र शर्मा	२०५१
७०२	नविन ठाकुर	२०५१
७०३	महेन्द्र श्रेष्ठ	२०५१
७०४	कविता श्रेष्ठ	२०५१
७०५	इश्वर चरण कक्षपती	२०५१
७०६	गणेश नेपाली	२०५१
७०७	सुशिला दंगाल	२०५१
७०८	सुशिला के.सि.	२०५१
७०९	यमुना श्रेष्ठ	२०५१
७१०	छविराम सुवेदी	२०५२
७११	पम्फा श्रेष्ठ	२०५२
७१२	विजय राज थापा	२०५२
७१३	हरि थापा	२०५२
७१४	झलक बहादुर भुजेल	२०५२

क्र.स.	नाम थर	साल
७१५	विमला शर्मा	२०५२
७१६	महेन्द्र मान श्रेष्ठ	२०५२
७१७	राम विनोद खडका	२०५२
७१८	राम कुंवर सापकोटा	२०५२
७१९	सरीता श्रेष्ठ	२०५२
७२०	सुशिला श्रेष्ठ	२०५२
७२१	यमूना श्रेष्ठ	२०५२
७२२	डम्बर प्रसाद नेपाल	२०५२
७२३	कमला श्रेष्ठ	२०५२
७२४	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०५२
७२५	कृष्ण प्रसाद न्यौपाने	२०५२
७२६	नयन बहादुर भण्डारी	२०५२
७२७	प्रमिला कक्षपती	२०५२
७२८	चन्द्र सिं घले	२०५२
७२९	एक बहादुर श्रेष्ठ	२०५२
७३०	जोशीला श्रेष्ठ	२०५२
७३१	कविन्द्र प्रसाद शर्मा	२०५२
७३२	राज श्रेष्ठ	२०५२
७३३	रमीला जोशी	२०५२
७३४	रुपा के.सि.	२०५२
७३५	सरेन्द्र प्रसाद धिताल	२०५२
७३६	यम बहादुर श्रेष्ठ	२०५२
७३७	विनोद कुमार श्रेष्ठ	२०५२
७३८	इन्दीरा कक्षपती	२०५२
७३९	केशव प्रसाद श्रेष्ठ	२०५२
७४०	कृष्ण प्रसाद धिताल	२०५२
७४१	नीर बहादुर विश्वकर्मा	२०५२
७४२	पूर्ण माया श्रेष्ठ	२०५२
७४३	राजेन्द्र श्रेष्ठ	२०५२
७४४	बाबुकाजी श्रेष्ठ	२०५२

क्र.स.	नाम थर	साल
७४५	छत्र बहादुर श्रेष्ठ	२०५२
७४६	ज्ञानी थापा	२०५२
७४७	जमूना श्रेष्ठ	२०५२
७४८	ज्ञानेन्द्र लोचन शर्मा	२०५२
७४९	कल्पना थापा	२०५२
७५०	कञ्चन श्रेष्ठ	२०५२
७५१	लेखराम श्रेष्ठ	२०५२
७५२	मन कुमार कंवर	२०५२
७५३	नारायण प्रसाद दुलाल	२०५२
७५४	रोमा श्रेष्ठ	२०५२
७५५	राजेन्द्र खड्का	२०५२
७५६	सपना दंगाल	२०५२
७५७	विनोद कुमार घिमिरे	२०५२
७५८	दिपक कुमार सापकोटा	२०५२
७५९	हीमा देवी भण्डारी	२०५२
७६०	भूमा घले	२०५२
७६१	जनी माया श्रेष्ठ	२०५२
७६२	कमल प्रसाद शर्मा	२०५२
७६३	कश्माखर शर्मा	२०५२
७६४	मिलन श्रेष्ठ	२०५२
७६५	नारायण कृष्ण श्रेष्ठ	२०५२
७६६	नील प्रसाद नेपाल	२०५२
७६७	रामचन्द्र अर्याल	२०५२
७६८	रामकृष्ण थापा	२०५२
७६९	रामशरण घिमिरे	२०५२
७७०	शैलेष श्रेष्ठ	२०५२
७७१	सीता धिताल	२०५२
७७२	तेज मान तामाङ	२०५२
७७३	सन्तोष मान कसजु	२०५२
७७४	सुजाता श्रेष्ठ	२०५२

क्र.स.	नाम थर	साल
७७५	सुमन श्रेष्ठ	२०५२
७७६	उद्धव प्रसाद फंयाल	२०५२
७७७	पम्फा सापकोटा	२०५३
७७८	चन्द्र बहादुर खत्री	२०५३
७७९	अमृतमान श्रेष्ठ	२०५३
७८०	विदर पुरी	२०५३
७८१	विमला नापित	२०५३
७८२	दिनेश थापा	२०५३
७८३	दिपक कक्षपती	२०५३
७८४	विमला बस्नेत	२०५३
७८५	दिपक के.सि.	२०५३
७८६	हरि बहादुर श्रेष्ठ	२०५३
७८७	हरि प्रसाद नेपाल	२०५३
७८८	इन्दीरा कुंवर	२०५३
७८९	कृष्ण बहादुर भारती	२०५३
७९०	महेन्द्र कार्की	२०५३
७९१	नव राज थापा	२०५३
७९२	राजेन्द्र भक्त प्रधान	२०५३
७९३	रामजी थापा	२०५३
७९४	रोजीना कसज	२०५३
७९५	तेज बहादुर राई	२०५३
७९६	राजेश श्रेष्ठ	२०५३
७९७	रञ्जित तामाङ	२०५३
७९८	शिव श्रेष्ठ	२०५३
७९९	सुमन कुमार नेपाल	२०५३
८००	सुरज कुमार चवान	२०५३
८०१	तारा बहादुर नेपाल	२०५३
८०२	सविन श्रेष्ठ	२०५३
८०३	संगीता शाक्य	२०५३
८०४	हीरालक्ष्मी श्रेष्ठ	२०५३

क्र.स.	नाम थर	साल
८०५	चन्द्र बहादुर श्रेष्ठ	२०५३
८०६	ज्ञानी थापा	२०५३
८०७	हरिकृष्ण श्रेष्ठ	२०५३
८०८	हिरा बहादुर घले	२०५३
८०९	कमल प्रसाद श्रेष्ठ	२०५३
८१०	कुमार श्रेष्ठ	२०५३
८११	मकर ध्वज श्रेष्ठ	२०५३
८१२	राजन कुंवर	२०५३
८१३	राजेन्द्र प्रसाद सापकोटा	२०५३
८१४	रेना शर्मा	२०५३
८१५	शम्भ नापित	२०५३
८१६	तोप नाथ सापकोटा	२०५३
८१७	रमेश भण्डारी	२०५३
८१८	शारदा कार्की	२०५३
८१९	श्याम कमार सापकोटा	२०५३
८२०	सुनिल के.सि.	२०५३
८२१	सुष्मा प्रधान	२०५३
८२२	यम बहादुर श्रेष्ठ	२०५३
८२३	सागर कार्की	२०५३
८२४	सरोज कुमार श्रेष्ठ	२०५३
८२५	कृष्ण गोपाल श्रेष्ठ	२०५३
८२६	अन्जना श्रेष्ठ	२०५३
८२७	चित्र बहादुर नेपाली	२०५३
८२८	आशिक गुरुङ	२०५४
८२९	अजित कुमार घले	२०५४
८३०	अमर घले	२०५४
८३१	अनिल कार्की	२०५४
८३२	अनिल कुमार पाण्डे	२०५४
८३३	अशोक शर्मा	२०५४
८३४	बालकृष्ण बस्नेत	२०५४

क्र.स.	नाम थर	साल
८३५	बालकृष्ण लामछिाने	२०५४
८३६	बालकृष्ण गौतम	२०५४
८३७	बसन्ती दुलाल	२०५४
८३८	भुपेन्द्र खत्री	२०५४
८३९	विकास कसजु	२०५४
८४०	विना श्रेष्ठ	२०५४
८४१	बुद्धिलाल श्रेष्ठ	२०५४
८४२	चमेली श्रेष्ठ	२०५४
८४३	चन्द्र बहादुर खत्री	२०५४
८४४	चन्द्र श्रेष्ठ	२०५४
८४५	दिपक धिताल	२०५४
८४६	दिपेन्द्र घले	२०५४
८४७	धनमाया श्रेष्ठ	२०५४
८४८	दिल्ली प्रसाद सापकोटा	२०५४
८४९	दुर्गा कार्की	२०५४
८५०	दुर्गा सिं बस्नेत	२०५४
८५१	हरिमान श्रेष्ठ	२०५४
८५२	हेम बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
८५३	हेम बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
८५४	इनद्र पोखरेल	२०५४
८५५	इनद्रलाल श्रेष्ठ	२०५४
८५६	इश्वर विष्ट	२०५४
८५७	इश्वरलाल श्रेष्ठ	२०५४
८५८	जयराम नेपाल	२०५४
८५९	जितेन्द्र लाल श्रेष्ठ	२०५४
८६०	कैलास श्रेष्ठ	२०५४
८६१	कमल दुलाल	२०५४
८६२	कमला कार्की	२०५४
८६३	कृष्ण प्रसाद सापकोटा	२०५४
८६४	कृष्ण प्रसाद गौतम	२०५४

क्र.स.	नाम थर	साल
८६५	माइला तामाङ	२०५४
८६६	मनोज कुमार श्रेष्ठ	२०५४
८६७	मोहनकाजी कपाली	२०५४
८६८	नवराज श्रेष्ठ	२०५४
८६९	नेत्र बहादुर घले	२०५४
८७०	नेत्र बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
८७१	पार्वती लामा	२०५४
८७२	पर्वत कुमार घले	२०५४
८७३	प्रभा बलम्पु	२०५४
८७४	प्रदिप कुमार घिमिरे	२०५४
८७५	प्रकाश ढुंगेल	२०५४
८७६	रजनी नापित	२०५४
८७७	राजकुमार श्रेष्ठ	२०५४
८७८	राजु लामा	२०५४
८७९	राजु थापा	२०५४
८८०	राम बहादुर तामाङ	२०५४
८८१	रमेश सापकोटा	२०५४
८८२	रमेश सिं खड्का	२०५४
८८३	राम कृष्ण पुरी	२०५४
८८४	रत्न बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
८८५	रेशम बहादुर नेपाली	२०५४
८८६	संयुक्ता शाक्य	२०५४
८८७	सर्वदा घले	२०५४
८८८	सरुना श्रेष्ठ	२०५४
८८९	शंकर कार्की	२०५४
८९०	शान्ति धिताल	२०५४
८९१	शंकर अधिकारी	२०५४
८९२	शोभा कुमारी सापकोटा	२०५४
८९३	श्याम बाबु आचार्य क्षेत्री	२०५४
८९४	श्याम कुमार कार्की	२०५४

क्र.स.	नाम थर	साल
८९५	सिता घले	२०५४
८९६	सिता घिमिरे	२०५४
८९७	सिता कुवँर	२०५४
८९८	सिजन बहादुर कुँवर	२०५४
८९९	सुजन कक्षपती	२०५४
९००	सुमन घिमिरे	२०५४
९०१	सुमित्रा कक्षपती	२०५४
९०२	सुनिता कुमारी सापकोटा	२०५४
९०३	सुरेन्द्र बस्नेत	२०५४
९०४	सुशिल थापा	२०५४
९०५	टंक बहादुर सापकोटा	२०५४
९०६	तारा भण्डारी	२०५४
९०७	तारादेवी सापकोटा	२०५४
९०८	तेक बहादुर घले	२०५४
९०९	तिमिला श्रेष्ठ	२०५४
९१०	उषा के.सी.	२०५४
९११	यम बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
९१२	युव बहादुर मगर	२०५४
९१३	सरस्वती गिरी	२०५४
९१४	बसन्ती के.सी.	२०५४
९१५	चेत बहादुर गौतम	२०५४
९१६	कमल बहादुर खत्री	२०५४
९१७	मोहन कुँवर	२०५४
९१८	मुना कक्षपती	२०५४
९१९	नरेन्द्रभक्त प्रधान	२०५४
९२०	प्रभात श्रेष्ठ	२०५४
९२१	राजन थापा	२०५४
९२२	राजकुमार कुवँर	२०५४
९२३	राम बहादुर तामाङ	२०५४
९२४	सविना श्रेष्ठ	२०५४

क्र.स.	नाम थर	साल
९२५	शान्ता श्रेष्ठ	२०५४
९२६	सुनिल विष्ट	२०५४
९२७	टेक बहादुर श्रेष्ठ	२०५४
९२८	यमनाथ दुलाल	२०५४
९२९	युवाराज श्रेष्ठ	२०५४
९३०	अशोक कार्की	२०५५
९३१	हर्षलाल तामाङ	२०५५
९३२	रामशरण वि.क.	२०५५
९३३	सागर थापा	२०५५
९३४	शैलेन्द्र प्रसाद शर्मा	२०५५
९३५	अखिला श्रेष्ठ	२०५५
९३६	बद्री बहादुर थापा	२०५५
९३७	घन बहादुर श्रेष्ठ	२०५५
९३८	गंगा श्रेष्ठ	२०५५
९३९	हरिगोपाल कार्की	२०५५
९४०	जष्मिान तामाङ	२०५५
९४१	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०५५
९४२	कृष्णचरण कक्षपती	२०५५
९४३	शान्ति धिताल	२०५५
९४४	सिता घिमिरे	२०५५
९४५	भोलानाथ पोखरेल	२०५६
९४६	चन्द्र बहादुर श्रेष्ठ	२०५६
९४७	हरि बहादुर खत्री	२०५६
९४८	हरिशरण गौतम	२०५६
९४९	हिरोमणी श्रेष्ठ	२०५६
९५०	ओमकुमारी श्रेष्ठ	२०५६
९५१	प्रभात श्रेष्ठ	२०५६
९५२	पुष्कर रायमाझि	२०५६
९५३	सकुन्तला बस्नेत	२०५६
९५४	शम्भु वि.क.	२०५६

क्र.स.	नाम थर	साल
९५५	एडम आले	२०५६
९५६	अमृत बहादुर श्रेष्ठ	२०५६
९५७	अन्जु श्रेष्ठ	२०५६
९५८	बालकृष्ण श्रेष्ठ	२०५६
९५९	बाशु कार्की	२०५६
९६०	भगवती खड्का	२०५६
९६१	विदुर रायमाझि	२०५६
९६२	विजय कुमार बस्नेत	२०५६
९६३	विना श्रेष्ठ	२०५६
९६४	विर बहादुर लामा	२०५६
९६५	विष्णु कुवँर	२०५६
९६६	दावाग्याल्बो लामा	२०५६
९६७	देवी बहादुर खत्री	२०५६
९६८	दिपक बाबु आचार्य	२०५६
९६९	धन बहादुर तामाङ	२०५६
९७०	धन बहादुर तामाङ	२०५६
९७१	दुर्गा कार्की	२०५६
९७२	एकमाया श्रेष्ठ	२०५६
९७३	गौतम पुरी	२०५६
९७४	गिता के.सी.	२०५६
९७५	गिताराज बलम्पु	२०५६
९७६	गिता सापकोटा	२०५६
९७७	इन्दिरा पोखरेल	२०५६
९७८	इन्द्रकुमारी घले	२०५६
९७९	जमुना भण्डारी	२०५६
९८०	जितलाल श्रेष्ठ	२०५६
९८१	कमल बहादुर कटुवाल	२०५६
९८२	कमल बहादुर राउत	२०५६
९८३	खोक नारायण श्रेष्ठ	२०५६
९८४	कृष्ण बहादुर कार्की	२०५६

क्र.स.	नाम थर	साल
९८५	लब बहादुर सिलवाल	२०५६
९८६	लिला बहादुर खत्री	२०५६
९८७	लोक बहादुर खत्री	२०५६
९८८	मुना कुमारी श्रेष्ठ	२०५६
९८९	मनीरत्न तामाङ	२०५६
९९०	मिना सापकोटा	२०५६
९९१	नानीछोरी श्रेष्ठ	२०५६
९९२	प्रविन बस्नेत	२०५६
९९३	प्रदिप कुमार थापा	२०५६
९९४	राजेन्द्र श्रेष्ठ	२०५६
९९५	राजेश कुमार श्रेष्ठ	२०५६
९९६	राजु श्रेष्ठ	२०५६
९९७	रिता सापकोटा	२०५६
९९८	संगिता नापीत	२०५६
९९९	सन्जीव कुमार सापकोटा	२०५६
१०००	शेलेन्द्र सिलवाल	२०५६
१००१	शम्भु आचार्य	२०५६
१००२	सिता थापा	२०५६
१००३	सोम बहादुर कार्की	२०५६
१००४	सुचिता श्रेष्ठ	२०५६
१००५	सुकुला खत्री	२०५६
१००६	सुरेन्द्र बस्नेत	२०५६
१००७	सुशिल चुहान	२०५६
१००८	टेक बहादुर लामा	२०५६
१००९	तोरसाङ लामा	२०५६
१०१०	तुल्सी कुमारी श्रेष्ठ	२०५६
१०११	उमा भण्डारी	२०५६
१०१२	यम बहादुर घले	२०५६
१०१३	पार्वती कक्षपती	२०५७
१०१४	प्रदिप श्रेष्ठ	२०५७

क्र.स.	नाम थर	साल
१०१५	राम बहादुर खत्री	२०५७
१०१६	रेशम बहादुर खत्री	२०५७
१०१७	थिनाम लामा	२०५७
१०१८	अनुप कार्की	२०५७
१०१९	बेल बहादुर श्रेष्ठ	२०५७
१०२०	रुपक कक्षपती	२०५७
१०२१	मोहन काजी श्रेष्ठ	२०५७
१०२२	देवी लामा	२०५७
१०२३	धनडोल्मा लामा	२०५७
१०२४	रामबाबु आचार्य क्षेत्री	२०५७
१०२५	अमृत भण्डारी	२०५७
१०२६	उन्जल श्रेष्ठ	२०५७
१०२७	छत्र वि.क.	२०५७
१०२८	दावा तामाङ	२०५७
१०२९	दिपेन्द्र के.सी.	२०५७
१०३०	फुलकाजी लामा	२०५७
१०३१	गोपाल पुरी	२०५७
१०३२	जीत बहादुर लामा	२०५७
१०३३	कलम बहादुर तामाङ	२०५७
१०३४	कल्पना श्रेष्ठ	२०५७
१०३५	करुण श्रेष्ठ	२०५७
१०३६	केदार विक्रम थापा	२०५७
१०३७	केशब बहादुर घले	२०५७
१०३८	केशर रायमाझि	२०५७
१०३९	केशर थापा	२०५७
१०४०	भरतमान श्रेष्ठ	२०५८
१०४१	ज्ञानेन्द्र श्रेष्ठ	२०५८
१०४२	वर्ष प्रधान	२०५८
१०४३	अनुपमा श्रेष्ठ	२०५८
१०४४	विन्दु घले	२०५८

क्र.स.	नाम थर	साल
१०४५	निर्मला सिलवाल	२०५८
१०४६	निर्जन श्रेष्ठ	२०५८
१०४७	रेणुका श्रेष्ठ	२०५८
१०४८	तारा श्रेष्ठ	२०५८
१०४९	अनिता बस्नेत	२०५८
१०५०	बीिता सापकोटा	२०५८
१०५१	भगवान खत्री	२०५८
१०५२	भगवान खड्का	२०५८
१०५३	विप सिं तामाङ	२०५८
१०५४	विरेन्द्र कुमार श्रेष्ठ	२०५८
१०५५	गंगा श्रेष्ठ	२०५८
१०५६	गोकर्ण बहादुर कार्की	२०५८
१०५७	हरिशंकर श्रेष्ठ	२०५८
१०५८	कुमार श्रेष्ठ	२०५८
१०५९	लीला बहादुर श्रेष्ठ	२०५८
१०६०	मिरा सिलवाल	२०५८
१०६१	मुना श्रेष्ठ	२०५८
१०६२	नारायण श्रेष्ठ	२०५८
१०६३	नरेशमान पालिखे	२०५८
१०६४	निरु श्रेष्ठ	२०५८
१०६५	निराजन श्रेष्ठ	२०५८
१०६६	पूर्णप्रसाद श्रेष्ठ	२०५८
१०६७	रुकमणी श्रेष्ठ	२०५८
१०६८	सविना कुवँर	२०५८
१०६९	संझना नेपाल	२०५८
१०७०	सुरेन्द्र श्रेष्ठ	२०५८
१०७१	सरेश राना	२०५८
१०७२	उर्मिला घले	२०५८
१०७३	जीत कुमारी खत्री	२०५८
१०७४	कर्मा शेर्पा तामाङ	२०५८

क्र.स.	नाम थर	साल
१०७५	किशोर कुमार बुढाथोकी	२०५८
१०७६	कृष्ण बहादुर श्रेष्ठ	२०५८
१०७७	लालुमाया श्रेष्ठ	२०५८
१०७८	राजन भण्डारी	२०५८
१०७९	राजन पुरी	२०५८
१०८०	रोजन कसमार थिङ	२०५८
१०८१	रोजिना बोहरा	२०५८
१०८२	सो बहादुर श्रेष्ठ	२०५८
१०८३	टंक बहादुर घले	२०५८
१०८४	कार सिंह तामाङ	२०५८
१०८५	तिर्थमाया पुरी	२०५९
१०८६	जीवन श्रेष्ठ	२०५९
१०८७	पवन गौतम	२०५९
१०८८	सविन श्रेष्ठ	२०५९
१०८९	युवराज न्यौपाने	२०५९
१०९०	सावीत्री शर्मा	२०५९
१०९१	मनोज प्रधान	२०५९
१०९२	पदम श्रेष्ठ	२०५९
१०९३	दिपक विक्रम थापा	२०५९
१०९४	शरद थापा	२०५९
१०९५	सन्जय थापा	२०५९
१०९६	रमेश गौतम	२०५९
१०९७	प्रतिभा श्रेष्ठ	२०५९
१०९८	समिर कार्की	२०५९
१०९९	अनुशा खत्री	२०५९
११००	राजु थापा	२०५९
११०१	सिर्जना श्रेष्ठ	२०५९
११०२	रविन्द्र पुरी	२०५९
११०३	सन्जीव ढुंगेल	२०५९
११०४	नारायण पुरी	२०५९

क्र.स.	नाम थर	साल
११०५	राम श्रेष्ठ	२०५९
११०६	कुमार पुरी	२०५९
११०७	अनिता श्रेष्ठ	२०५९
११०८	अप्सरा थापा	२०५९
११०९	विमला श्रेष्ठ	२०५९
१११०	विमला श्रेष्ठ	२०५९
११११	विना बस्नेत	२०५९
१११२	विमला घले	२०५९
१११३	विपीन घले	२०५९
१११४	विर बहादुर घले	२०५९
१११५	विष्णु बहादुर सापकोटा	२०५९
१११६	भगवती खत्री	२०५९
१११७	बृहस्पती बस्नेत	२०५९
१११८	बुनु सिं खड्का	२०५९
१११९	चन्द्रवती थापा	२०५९
११२०	चतुरमान तामाङ	२०५९
११२१	दलमाया श्रेष्ठ	२०५९
११२२	दिपक कसजु	२०५९
११२३	देवकुमारी थापा	२०५९
११२४	देवकुमार श्रेष्ठ	२०५९
११२५	दिपक कार्की	२०५९
११२६	धर्मराज घिमिरे	२०५९
११२७	दिपेन्द्र मास्के	२०५९
११२८	डुपछिरिङ तामाङ	२०५९
११२९	गणेशलाल श्रेष्ठ	२०५९
११३०	गंगालाल श्रेष्ठ	२०५९
११३१	गोमा सापकोटा	२०५९
११३२	हिमालराज घले	२०५९
११३३	हिरामाया गिरी	२०५९
११३४	जनक पुरी	२०५९

क्र.स.	नाम थर	साल
११३५	जानुका खड्का	२०५९
११३६	कैलास घले	२०५९
११३७	कल्पना कसजु	२०५९
११३८	कमल श्रेष्ठ	२०५९
११३९	कमल प्रसाद श्रेष्ठ	२०५९
११४०	केवल कक्षपती	२०५९
११४१	कुमार श्रेष्ठ	२०५९
११४२	लक्ष्मी नेपाली	२०५९
११४३	लक्ष्मी सापकोटा	२०५९
११४४	माधब कार्की	२०५९
११४५	मखमली मगर	२०५९
११४६	नारायणदेवी श्रेष्ठ	२०५९
११४७	नवराज वि.क.	२०५९
११४८	नानी मैया गिरी	२०५९
११४९	निलम खड्का	२०५९
११५०	निवेश जोशी	२०५९
११५१	निर्जना श्रेष्ठ	२०५९
११५२	निशा श्रेष्ठ	२०५९
११५३	पार्वती कार्की	२०५९
११५४	प्रदिप सापकोटा	२०५९
११५५	पार्वती श्रेष्ठ	२०५९
११५६	प्रदिप बस्नेत	२०५९
११५७	पुष्पा गिरी	२०५९
११५८	पूर्णलाल श्रेष्ठ	२०५९
११५९	राधा श्रेष्ठ	२०५९
११६०	रमिला श्रेष्ठ	२०५९
११६१	रश्मिला श्रेष्ठ	२०५९
११६२	रस्सु श्रेष्ठ	२०५९
११६३	राधा घले	२०५९
११६४	राजु सिं रिजाल	२०५९

क्र.स.	नाम थर	साल
११६५	रमिता श्रेष्ठ	२०५९
११६६	रेष्मा रन्जीत	२०५९
११६७	रुकु घले	२०५९
११६८	रुकमणी गिरी	२०५९
११६९	संझना श्रेष्ठ	२०५९
११७०	सरस्वती पुरी	२०५९
११७१	सविन घले	२०५९
११७२	सरिता घले	२०५९
११७३	सानीकान्छी भण्डारी	२०५९
११७४	शैलेजा झा	२०५९
११७५	शिला श्रेष्ठ	२०५९
११७६	शिवहरि कुँवर	२०५९
११७७	सिता विष्ट	२०५९
११७८	स्मिता श्रेष्ठ	२०५९
११७९	सोम छिरिङ तामाङ	२०५९
११८०	सिर्जना घिमिरे	२०५९
११८१	सुर्य बहादुर बुढाथोकी	२०५९
११८२	सुरेन्द्र लामा	२०५९
११८३	सुमित्रा सिलवाल	२०५९
११८४	तारा बहादुर श्रेष्ठ	२०५९
११८५	तुल्सीमाया श्रेष्ठ	२०५९
११८६	उज्ज्वल श्रेष्ठ	२०५९
११८७	योगेन्द्र श्रेष्ठ	२०५९
११८८	अनिल बस्नेत	२०६०
११८९	अनिल विष्ट	२०६०
११९०	अन्जना श्रेष्ठ	२०६०
११९१	अनुषा बुढाथोकी	२०६०
११९२	अप्सरा भुजेल	२०६०
११९३	अशोक घले	२०६०
११९४	अतुल बुढाथकी	२०६०

क्र.स.	नाम थर	साल
११९५	विकास घिमिरे	२०६०
११९६	विक्रम कटुवाल	२०६०
११९७	विमला बस्नेत	२०६०
११९८	विनोद श्रेष्ठ	२०६०
११९९	विर बहादुर तामाङ	२०६०
१२००	बुद्धकुमार घले	२०६०
१२०१	चतुरे तामाङ	२०६०
१२०२	दिपक घिमिरे	२०६०
१२०३	गम्बिर बहादुर कार्की	२०६०
१२०४	हरिचन्द्र बाँनिया	२०६०
१२०५	हरिकृष्ण श्रेष्ठ	२०६०
१२०६	हरिकृष्ण श्रेष्ठ	२०६०
१२०७	इसप सापकोटा	२०६०
१२०८	कमल बहादुर कटुवाल	२०६०
१२०९	कर्ण सिं खत्री	२०६०
१२१०	केदार नाथ अधिकारी	२०६०
१२११	लक्ष्मी महत	२०६०
१२१२	लक्ष्मी तामाङ	२०६०
१२१३	लिला कृष्ण श्रेष्ठ	२०६०
१२१४	लोचन श्रेष्ठ	२०६०
१२१५	माइसिं तामाङ	२०६०
१२१६	मोहनमान श्रेष्ठ	२०६०
१२१७	मोहन प्रसाद सापकोटा	२०६०
१२१८	निलम श्रेष्ठ	२०६०
१२१९	निर्मला श्रेष्ठ	२०६०
१२२०	निर्मला कुँवर	२०६०
१२२१	नितेश प्रधान	२०६०
१२२२	प्राचिन लामा	२०६०
१२२३	प्रकाश श्रेष्ठ	२०६०
१२२४	प्रमिला तामाङ	२०६०

क्र.स.	नाम थर	साल
१२२५	प्रतिभा चुवान	२०६०
१२२६	प्रतिभा श्रेष्ठ	२०६०
१२२७	प्रेम बहादुर भुजेल	२०६०
१२२८	प्रमे बहादुर तामाङ	२०६०
१२२९	रविन्द्र श्रेष्ठ	२०६०
१२३०	राजन थापा	२०६०
१२३१	राजेश श्रेष्ठ	२०६०
१२३२	रामकृष्ण श्रेष्ठ	२०६०
१२३३	रिना श्रेष्ठ	२०६०
१२३४	रेखा कपाली	२०६०
१२३५	रेणुका श्रेष्ठ	२०६०
१२३६	रोजिना श्रेष्ठ	२०६०
१२३७	रोजिना सिलवाल	२०६०
१२३८	रोम सिं बस्नेत	२०६०
१२३९	सवल सापकोटा	२०६०
१२४०	सजिता सापकोटा	२०६०
१२४१	संगिता श्रेष्ठ	२०६०
१२४२	सरस्वती घिमिरे	२०६०
१२४३	सरस्वती सापकोटा	२०६०
१२४४	सरस्वती थापा	२०६०
१२४५	सौगात कर्माचार्य	२०६०
१२४६	शान्ता बस्नेत	२०६०
१२४७	शान्ति घले	२०६०
१२४८	शर्मिला सापकोटा	२०६०
१२४९	शशि सापकोटा	२०६०
१२५०	श्रीकृष्ण गिरी	२०६०
१२५१	सोम बहादुर कसँवर	२०६०
१२५२	सुवास प्रसाद आचार्य	२०६०
१२५३	सुवास श्रेष्ठ	२०६०
१२५४	सुजता सापकोटा	२०६०

क्र.स.	नाम थर	साल
१२५५	सुरज तामाङ	२०६०
१२५६	स्वस्थानी सिलवाल	२०६०
१२५७	टंक बहादुर कटुवाल	२०६०
१२५८	युवाराज कार्की	२०६०
१२५९	कमल थापा	२०६१
१२६०	सन्तोष थापा	२०६१
१२६१	सन्जय बस्नेत	२०६१
१२६२	सन्ध्या शर्मा	२०६१
१२६३	लक्ष्मी खड्का	२०६१
१२६४	श्यामसुन्दर सिलवाल	२०६१
१२६५	निर्मला श्रेष्ठ	२०६१
१२६६	शान्ता बस्नेत	२०६१
१२६७	शिव सिहं बस्नेत	२०६१
१२६८	चमेली मगर	२०६१
१२६९	मुना बस्नेत	२०६१
१२७०	संझना सापकोटा	२०६१
१२७१	रवि बुढाथोकी	२०६१
१२७२	शंकर श्रेष्ठ	२०६१
१२७३	गिता चुवान	२०६१
१२७४	राधिका सापकोटा	२०६१
१२७५	प्रजिता श्रेष्ठ	२०६१
१२७६	पदम बहादुर घले	२०६१
१२७७	सिर्जना सिलवाल	२०६१
१२७८	आकास घले	२०६१
१२७९	अमर पुरी	२०६१
१२८०	अम्बिका कार्की	२०६१
१२८१	अनिष कुँवर	२०६१
१२८२	अर्चना तामाङ	२०६१
१२८३	बबिता श्रेष्ठ	२०६१
१२८४	बहादुर शर्पा	२०६१

क्र.स.	नाम थर	साल
१२८५	विजु कक्षपती	२०६१
१२८६	चन्द्र बहादुर कपाली	२०६१
१२८७	लक्ष्मण सापकोटा	२०६१
१२८८	महादेव थापा	२०६१
१२८९	मिङमर शेर्पा	२०६१
१२९०	मुना दंगाल	२०६१
१२९१	छविलाल श्रेष्ठ	२०६१
१२९२	दिलमाया श्रेष्ठ	२०६१
१२९३	गणेश श्रेष्ठ	२०६१
१२९४	गौरब श्रेष्ठ	२०६१
१२९५	गोपाल तामाङ	२०६१
१२९६	ज्ञानुका खड्का	२०६१
१२९७	जितेन्द्र लामा	२०६१
१२९८	केदार नाथ घले	२०६१
१२९९	पविदेवी कटुवाल	२०६१
१३००	पशुपती नेपाल	२०६१
१३०१	रामकृष्ण कुवँर	२०६१
१३०२	रविन राउत	२०६१
१३०३	रिता श्रेष्ठ	२०६१
१३०४	सन्जय घले	२०६१
१३०५	सरस्वती ठकुरी	२०६१
१३०६	शोभा पुरी	२०६१
१३०७	श्रीया झा	२०६१
१३०८	सुमित्रा लामा	२०६१
१३०९	सुनि श्रेष्ठ	२०६१
१३१०	सुरेश आले मगर	२०६१
१३११	सुरेशकाजी श्रेष्ठ	२०६१
१३१२	सरर्य बहादुर थापा मगर	२०६१
१३१३	स्वदेश कक्षपती	२०६१
१३१४	तिलक बहादुर खत्री	२०६१

क्र.स.	नाम थर	साल
१३१५	तोप बहादुर बुढाथोकी	२०६१
१३१६	योगेन्द्रमान श्रेष्ठ	२०६१
१३१७	अनुप भण्डारी	२०६१
१३१८	कुल बहादुर श्रेष्ठ	२०६१
१३१९	मन माया तामाङ	२०६१
१३२०	मनिका सापकोटा	२०६१
१३२१	मिठु खत्री	२०६१
१३२२	नविन लामा	२०६१
१३२३	रविना थापा	२०६१
१३२४	राजेन्द्र खत्री	२०६१
१३२५	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६१
१३२६	रत्न कुमारी घले	२०६१
१३२७	सुमिता शाक्य	२०६१
१३२८	सुष्मिता स्याङबो	२०६१
१३२९	प्रतिभा चुवान	२०६१
१३३०	सिता विष्ट	२०६१
१३३१	लोक बहादुर वि.क.	२०६२
१३३२	अशोक घले	२०६२
१३३३	शौरब कर्माचार्य	२०६२
१३३४	विनोद श्रेष्ठ	२०६२
१३३५	सुदर्शन घिमिरे	२०६२
१३३६	आकाश घले	२०६२
१३३७	अर्जुन खत्री	२०६२
१३३८	विदुर आचार्य	२०६२
१३३९	विजय श्रेष्ठ	२०६२
१३४०	विकास श्रेष्ठ	२०६२
१३४१	विमला सापकोटा	२०६२
१३४२	विमला श्रेष्ठ	२०६२
१३४३	विनोद कुमार महत	२०६२
१३४४	विष्णु प्रसाद आचार्य	२०६२

क्र.स.	नाम थर	साल
१३४५	विष्णु श्रेष्ठ	२०६२
१३४६	दिपक थापा	२०६२
१३४७	दिलीप बस्नेत	२०६२
१३४८	दिर्ग बहादुर श्रेष्ठ	२०६२
१३४९	गणेश खड्का	२०६२
१३५०	गंगादेवी श्रेष्ठ	२०६२
१३५१	हिरादेवी कटुवाल	२०६२
१३५२	किरण तामाङ	२०६२
१३५३	नारायण वि.क.	२०६२
१३५४	नवराज पुरी	२०६२
१३५५	पार्वती नेपाली	२०६२
१३५६	प्रकाश भण्डारी	२०६२
१३५७	प्रकास वि.क.	२०६२
१३५८	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६२
१३५९	रमिला श्रेष्ठ	२०६२
१३६०	रिता खत्री	२०६२
१३६१	रोजन श्रेष्ठ	२०६२
१३६२	सरिता श्रेष्ठ	२०६२
१३६३	शंकर नेपाल	२०६२
१३६४	शर्मिला महत	२०६२
१३६५	श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	२०६२
१३६६	शोभा खत्री	२०६२
१३६७	शोभित बुढाथोकी	२०६२
१३६८	सुजन श्रेष्ठ	२०६२
१३६९	सुमिना सिलवाल	२०६२
१३७०	सुमित्रा गिरी	२०६२
१३७१	तुल्सीमाया तामाङ	२०६२
१३७२	राजेन्द्र थापा	२०६२
१३७३	अष्मिता घले	२०६२
१३७४	बलिन्द्र खत्री	२०६२

क्र.स.	नाम थर	साल
१३७५	बसन्ती श्रेष्ठ	२०६२
१३७६	बाशु जंग रायमाझि	२०६२
१३७७	भुपेन्द्र घले	२०६२
१३७८	गेहेन्द्र विक्रम थापा	२०६२
१३७९	हिमांशु तामाङ	२०६२
१३८०	मखमली खत्री	२०६२
१३८१	मिन कुमारी श्रेष्ठ	२०६२
१३८२	मिनु बस्नेत	२०६२
१३८३	मुना श्रेष्ठ	२०६२
१३८४	नवराज बस्नेत	२०६२
१३८५	निरु कुँवर	२०६२
१३८६	निशा श्रेष्ठ	२०६२
१३८७	प्रतिक्षा भण्डारी	२०६२
१३८८	प्रवेश गुरुङ	२०६२
१३८९	प्रकाश श्रेष्ठ	२०६२
१३९०	प्रशान्त चुवान	२०६२
१३९१	पुष्पराज श्रेष्ठ	२०६२
१३९२	राजकुमार घले	२०६२
१३९३	राजु श्रेष्ठ	२०६२
१३९४	रिता चुवान	२०६२
१३९५	रोशन विष्ट	२०६२
१३९६	रुपक कसजु	२०६२
१३९७	सचिन लामा	२०६२
१३९८	साविति्र बस्नेत	२०६२
१३९९	श्याम बहादुर लामा	२०६२
१४००	सुदिश तामाङ	२०६२
१४०१	सृजना सापकोटा	२०६२
१४०२	सुजन श्रेष्ठ	२०६२
१४०३	सुनिल नेपाल	२०६२
१४०४	उमेश घले	२०६२

क्र.स.	नाम थर	साल
१४०५	मनकुमारी घले	२०६२
१४०६	विजेश श्रेष्ठ	२०६२
१४०७	ज्योती घले	२०६३
१४०८	रुबिना सापकोटा	२०६३
१४०९	विमला आचार्य	२०६३
१४१०	गणेश आचार्य	२०६३
१४११	काजी श्रेष्ठ	२०६३
१४१२	सचिन लामा	२०६३
१४१३	दिनेश लामा	२०६३
१४१४	कृष्णप्रसाद सापकोटा	२०६३
१४१५	कल्पना घले	२०६३
१४१६	सन्देश कुँव	२०६३
१४१७	कुमार श्रेष्ठ	२०६३
१४१८	किशोर श्रेष्ठ	२०६३
१४१९	सञ्जीव घले	२०६३
१४२०	धनबहादुर श्रेष्ठ	२०६३
१४२१	गोविन्द कार्की :	२०६३
१४२२	प्रस्ताव नेपाल	२०६३
१४२३	कृष्णमान श्रेष्ठ	२०६३
१४२४	सन्तोषपुरी	२०६३
१४२५	हरि विश्वकर्मा	२०६३
१४२६	रविन कुँवर	२०६३
१४२७	कृष्णा श्रेष्ठ	२०६३
१४२८	सन्तोषी घले	२०६३
१४२९	हरि कुँवर	२०६३
१४३०	रामशरण गौतम	२०६३
१४३१	कुवेर खड्का	२०६३
१४३२	सरीता श्रेष्ठ	२०६३
१४३३	साजन घले	२०६३
१४३४	सावित्री धिताल	२०६३

क्र.स.	नाम थर	साल
१४३५	महेश कार्की .	२०६३
१४३६	सरु कटुवाल	२०६३
१४३७	समीक्षा सापकोटा	२०६३
१४३८	रुक्सना उलक	२०६३
१४३९	मनोजकुमार घले	२०६३
१४४०	शालिराम सिलवाल	२०६३
१४४१	सञ्जय तामाङ	२०६३
१४४२	सलन तामाङ	२०६३
१४४३	मनोज श्रेष्ठ	२०६३
१४४४	सृजना घले	२०६३
१४४५	सरीता पुरी	२०६३
१४४६	सुष्मा थापा	२०६३
१४४७	मिना मगर	२०६३
१४४८	शोभा थापा	२०६३
१४४९	सीता भुजेल	२०६३
१४५०	नवराज थापा	२०६३
१४५१	श्यामकृष्ण श्रेष्ठ	२०६३
१४५२	सुवास तामाङ	२०६३
१४५३	नगेन्द्र न्यौपाने	२०६३
१४५४	श्याम तामाङ	२०६३
१४५५	सजिना श्रेष्ठ	२०६३
१४५६	आलोक कुँवर	२०६३
१४५७	नवराज खत्री	२०६३
१४५८	सीता आचार्य	२०६३
१४५९	सुमी भण्डारी	२०६३
१४६०	अनिल कटुवाल	२०६३
१४६१	नवराज थापा	२०६३
१४६२	सोमबहादुर वि.क.	२०६३
१४६३	सुमित्रा तामाङ	२०६३
१४६४	अनिल थापा	२०६३

क्र.स.	नाम थर	साल
१४६५	निजना घले	२०६३
१४६६	सुजनराज वलम्पू	२०६३
१४६७	सुन्तली खत्री	२०६३
१४६८	अनिता खत्री	२०६३
१४६९	निरुता काफ्ले	२०६३
१४७०	सुकुन खड्का	२०६३
१४७१	हिना श्रेष्ठ	२०६३
१४७२	अञ्जली श्रेष्ठ	२०६३
१४७३	पार्वती घले	२०६३
१४७४	सुमनकुमार घले	२०६३
१४७५	इन्दिरा आचार्य	२०६३
१४७६	अन्जु बस्नेत	२०६३
१४७७	प्रकाश गिरी	२०६३
१४७८	सुनिल सापकोटा	२०६३
१४७९	जयराम कार्की	२०६३
१४८०	अन्जु कुँवर	२०६३
१४८१	प्रकाश कटुवाल	२०६३
१४८२	सुमित्रा तामाङ	२०६३
१४८३	कल्पना कुँवर	२०६३
१४८४	अनोज सिं बस्नेत	२०६३
१४८५	प्रकाश नेपाल	२०६३
१४८६	तिलक बहादुर भारती	२०६३
१४८७	कमल थापा	२०६३
१४८८	अनु सापकोटा	२०६३
१४८९	अनुमाया श्रेष्ठ	२०६३
१४९०	प्रेम वि.क.	२०६३
१४९१	उमेश आचार्य	२०६३
१४९२	कृष्ण बस्नेत	२०६३
१४९३	रविन घले	२०६३
१४९४	उमेशकुमार थापा	२०६३

क्र.स.	नाम थर	साल
१४९५	कृष्णबहादुर अधिकारी	२०६३
१४९६	बालसुन्दर कटुवाल	२०६३
१४९७	राधिका रायमाझी	२०६३
१४९८	मिनबहादुर श्रेष्ठ	२०६३
१४९९	बसन नेपाली	२०६३
१५००	राजन बुढाथोकी	२०६३
१५०१	पासाङ तामाङ	२०६३
१५०२	विकासकुमार सापकोटा	२०६३
१५०३	राजेन्द्र बस्नेत	२०६३
१५०४	गणेश थापा	२०६३
१५०५	प्रेमकुमार कार्की	२०६३
१५०६	विनोद श्रेष्ठ	२०६३
१५०७	राजेश शाक्य	२०६३
१५०८	सृष्टी श्रेष्ठ	२०६३
१५०९	रवि कुँवर	२०६३
१५१०	वीरबल गुरुङ	२०६३
१५११	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६३
१५१२	सुनमाया वि.क.	२०६३
१५१३	चन्द्र थापामगर	२०६३
१५१४	राकेश श्रेष्ठ	२०६३
१५१५	उषा कुंवर	२०६३
१५१६	चुनबहादुर अधिकारी	२०६३
१५१७	रमेश श्रेष्ठ	२०६३
१५१८	दिलिपकुमार तामाङ	२०६३
१५१९	रामहरि नेपाल	२०६३
१५२०	दिनेश कुँवर	२०६३
१५२१	रामकृष्ण श्रेष्ठ१.	२०६३
१५२२	गीता खत्री	२०६३
१५२३	हरि सिलवाल	२०६३
१५२४	रामकुमार श्रेष्ठ	२०६३

क्र.स.	नाम थर	साल
१५२५	अम्बिका वि.क.	२०६३
१५२६	रबिना चुहान	२०६३
१५२७	ईश्वरी भुजेल	२०६३
१५२८	रसिला सापकोटा	२०६३
१५२९	बबिता श्रेष्ठ	२०६३
१५३०	उर्मिला श्रेष्ठ	२०६३
१५३१	जमुना नेपाल	२०६३
१५३२	रश्मी खत्री	२०६३
१५३३	भक्तकुमारी श्रेष्ठ	२०६३
१५३४	झरु खड्का	२०६३
१५३५	रीता सापकोटा	२०६३
१५३६	विक्रम रायमाझी	२०६३
१५३७	अजय कुमार ढुंगाना	२०६४
१५३८	अनिल तामाङ	२०६४
१५३९	अन्जना तामाङ	२०६४
१५४०	अनुप श्रेष्ठ	२०६४
१५४१	अरुण घले	२०६४
१५४२	भगवती घिमिरे	२०६४
१५४३	भुपेन्द्रराज गिरी	२०६४
१५४४	विवि लक्ष्मी तामाङ	२०६४
१५४५	विदुर कार्की	२०६४
१५४६	विजयध्वज तामाङ	२०६४
१५४७	विकास बस्नेत	२०६४
१५४८	विमला गुरुङ	२०६४
१५४९	विनिता थापा	२०६४
१५५०	विनोद गुरुङ	२०६४
१५५१	विनोद पुरी	२०६४
१५५२	विपीन सिलवाल	२०६४
१५५३	विष्णु घले	२०६४
१५५४	विश्व घले	२०६४

क्र.स.	नाम थर	साल
१५५५	बुद्धकुमार घले	२०६४
१५५६	चन्द्र बहादुर राउत	२०६४
१५५७	दिपक खत्री	२०६४
१५५८	दिनेश वि.क.	२०६४
१५५९	गणेश घले	२०६४
१५६०	गणेश श्रेष्ठ	२०६४
१५६१	जमुना धिताल	२०६४
१५६२	जानुका रायमाझि	२०६४
१५६३	जिवन विश्वकर्मा	२०६४
१५६४	ज्योति चौधरी	२०६४
१५६५	कल्पना श्रेष्ठ	२०६४
१५६६	काशिराम बस्नेत	२०६४
१५६७	किरण थापा	२०६४
१५६८	किश्वर पुरी	२०६४
१५६९	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०६४
१५७०	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०६४
१५७१	ममिता घले	२०६४
१५७२	मनमाया तामाङ	२०६४
१५७३	मन्जु श्रेष्ठ	२०६४
१५७४	मिरा खत्री	२०६४
१५७५	नविन सापकोटा	२०६४
१५७६	नविन श्रेष्ठ	२०६४
१५७७	नवराज तामाङ	२०६४
१५७८	नारायणदेवी श्रेष्ठ	२०६४
१५७९	नारायण घले	२०६४
१५८०	निलम श्रेष्ठ	२०६४
१५८१	निरमाया तामाङ	२०६४
१५८२	निराजन श्रेष्ठ	२०६४
१५८३	निरोज सिलवाल	२०६४
१५८४	ओसिन श्रेष्ठ	२०६४

क्र.स.	नाम थर	साल
१५८५	पदम बहादुर अधिकारी	२०६४
१५८६	पदम बहादुर श्रेष्ठ	२०६४
१५८७	प्रदिप श्रेष्ठ	२०६४
१५८८	प्रकाश श्रेष्ठ	२०६४
१५८९	प्रमिला श्रेष्ठ	२०६४
१५९०	प्रताबराज घले	२०६४
१५९१	प्रेम गुरुङ	२०६४
१५९२	रवि खत्री	२०६४
१५९३	रविन श्रेष्ठ	२०६४
१५९४	राज कुमार लामा	२०६४
१५९५	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६४
१५९६	राजकुमार थापा	२०६४
१५९७	राजेश वि.क.	२०६४
१५९८	राजेश श्रेष्ठ	२०६४
१५९९	राम हरि पुरी	२०६४
१६००	राम कुमार नेपाल	२०६४
१६०१	रन्जु श्रेष्ठ	२०६४
१६०२	रिता कार्की	२०६४
१६०३	रिता खत्री	२०६४
१६०४	रोहन श्रेष्ठ	२०६४
१६०५	रविन कुमार थिङ तामाङ	२०६४
१६०६	सदिक्षा बस्नेत	२०६४
१६०७	साजन श्रेष्ठ	२०६४
१६०८	समिल घले	२०६४
१६०९	संझना थापा	२०६४
१६१०	सन्तोष घले	२०६४
१६११	सरिता खत्री	२०६४
१६१२	सरिता श्रेष्ठ	२०६४
१६१३	सौकास घले	२०६४
१६१४	शान्ती कार्की	२०६४

क्र.स.	नाम थर	साल
१६१५	शान्ति सापकोटा	२०६४
१६१६	शर्मिला घले	२०६४
१६१७	शर्मिला श्रेष्ठ	२०६४
१६१८	सिर्जना थापा	२०६४
१६१९	सिताराम ढुंगाना	२०६४
१६२०	सोम माया तामाङ	२०६४
१६२१	सुवास भण्डारी	२०६४
१६२२	सुबै सिं तामाङ	२०६४
१६२३	सुलोचना नेपाल	२०६४
१६२४	सुमी गुरुङ	२०६४
१६२५	सुनिल श्रेष्ठ	२०६४
१६२६	सुन्तली सापकोटा	२०६४
१६२७	सुर्य ठकुरी	२०६४
१६२८	सुसन भुजेल	२०६४
१६२९	उजेली श्रेष्ठ	२०६४
१६३०	उमा घले	२०६४
१६३१	उमेश सापकोटा	२०६४
१६३२	उषा आचार्य	२०६४
१६३३	उष घले	२०६४
१६३४	यशोधा घले	२०६४
१६३५	आकाश ढुंगेल	२०६५
१६३६	अक्बर गुरुङ	२०६५
१६३७	अमृत भण्डारी	२०६५
१६३८	अनमिका घले	२०६५
१६३९	अनिल थापामगर	२०६५
१६४०	अन्जली घले	२०६५
१६४१	अनोज दंगाल	२०६५
१६४२	अर्जुन बहादुर कार्की	२०६५
१६४३	अष्मिता श्रेष्ठ	२०६५
१६४४	वविता श्रेष्ठ	२०६५

क्र.स.	नाम थर	साल
१६४५	बाबुराम अधिकारी	२०६५
१६४६	बरु सिं खड्का	२०६५
१६४७	बसन्ती नेपाली	२०६५
१६४८	भगवती वि.क.	२०६५
१६४९	भगवती श्रेष्ठ	२०६५
१६५०	भगवती श्रेष्ठ	२०६५
१६५१	भिमसेन राउत	२०६५
१६५२	विनिता तामाङ	२०६५
१६५३	विर्ख बहादुर तामाङ	२०६५
१६५४	विशाल घले	२०६५
१६५५	बुद्धकुमार श्रेष्ठ	२०६५
१६५६	बुद्ध श्रेष्ठ	२०६५
१६५७	देबेन्द्र खड्का	२०६५
१६५८	दिनेश श्रेष्ठ	२०६५
१६५९	दिपेन्द्र कार्की	२०६५
१६६०	गणेश बहादुर लोप्चन	२०६५
१६६१	गणेश विष्ट	२०६५
१६६२	गौरी धिताल	२०६५
१६६३	गौरी शंकर तामाङ	२०६५
१६६४	गोपी घले	२०६५
१६६५	हरि श्रेष्ठ	२०६५
१६६६	जयन्त्री गरुङ	२०६५
१६६७	कमला थापा	२०६५
१६६८	कर्ण सिं खत्री	२०६५
१६६९	खिल बहादुर श्रेष्ठ	२०६५
१६७०	किश्वर श्रेष्ठ	२०६५
१६७१	किश्वर थापा	२०६५
१६७२	कृष्ण बहादुर वि.क.	२०६५
१६७३	कृष्ण रत्न शाक्य	२०६५
१६७४	लालबाबु खड्का	२०६५

क्र.स.	नाम थर	साल
१६७५	लक्ष्मी खत्री	२०६५
१६७६	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०६५
१६७७	मदन तामाङ	२०६५
१६७८	मनिष थापमगर	२०६५
१६७९	मनिषा दंगाल	२०६५
१६८०	मन्जु वि.क.	२०६५
१६८१	मेनुका कसजु	२०६५
१६८२	मिलन लामा	२०६५
१६८३	मिन्जी तामाङ	२०६५
१६८४	नविन कुमार थिङ तामाङ	२०६५
१६८५	नविन राउत	२०६५
१६८६	निर्मला घले	२०६५
१६८७	निर्मला श्रेष्ठ	२०६५
१६८८	पविता खत्री	२०६५
१६८९	प्रदेश घले	२०६५
१६९०	पशुपती आलेमगर	२०६५
१६९१	प्रकाश तामाङ	२०६५
१६९२	पुजा तामाङ	२०६५
१६९३	पुष्पा घले	२०६५
१६९४	रविन लामा	२०६५
१६९५	रविन श्रेष्ठ	२०६५
१६९६	रचना विश्वकर्मा	२०६५
१६९७	राधा नेपाल	२०६५
१६९८	राहुल तामाङ	२०६५
१६९९	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६५
१७००	राजाराम नेपाल	२०६५
१७०१	राजेन्द्र आचार्य	२०६५
१७०२	राजेश पुरी	२०६५
१७०३	रजिना नेपाल	२०६५
१७०४	राकेश श्रेष्ठ	२०६५

क्र.स.	नाम थर	साल
१७०५	रामशरण कटुवाल	२०६५
१७०६	रशेम सापकोटा	२०६५
१७०७	रमिला तामाङ	२०६५
१७०८	रस्सा श्रेष्ठ	२०६५
१७०९	रश्मा राउत	२०६५
१७१०	रोजिना कटुवाल	२०६५
१७११	रुविना श्रेष्ठ	२०६५
१७१२	सविना बाँनिया	२०६५
१७१३	सविना गिरी	२०६५
१७१४	सविना लामा	२०६५
१७१५	सविना पुरी	२०६५
१७१६	सविता घले	२०६५
१७१७	सावीत्री वि.क.	२०६५
१७१८	सागर पुरी	२०६५
१७१९	सजना श्रेष्ठ	२०६५
१७२०	सलिना लामा	२०६५
१७२१	संगिता पुरी	२०६५
१७२२	सन्जीब तामाङ	२०६५
१७२३	सन्तोष बस्नेत	२०६५
१७२४	सन्तोष के.सी.	२०६५
१७२५	सन्तोष भण्डारी	२०६५
१७२६	सरला बुढाथोकी	२०६५
१७२७	सरस्वती श्रेष्ठ	२०६५
१७२८	सरिता बुढाथोकी	२०६५
१७२९	शारदा चुहान	२०६५
१७३०	सिता कार्की	२०६५
१७३१	सिता घले	२०६५
१७३२	सिता कुँवर	२०६५
१७३३	सिता लोप्चन	२०६५
१७३४	सिर्जला मल्ला	२०६५

क्र.स.	नाम थर	साल
१७३५	सुबास वि.क.	२०६५
१७३६	सुवास पुरी	२०६५
१७३७	सुजन पाठक	२०६५
१७३८	सुमन श्रेष्ठ	२०६५
१७३९	सुमी श्रेष्ठ	२०६५
१७४०	सुन बहादुर तामाङ	२०६५
१७४१	सुनिता घले	२०६५
१७४२	सुनिता गिरी	२०६५
१७४३	सुरेन्द्र तामाङ	२०६५
१७४४	सुशिल सापकोटा	२०६५
१७४५	सुशील श्रेष्ठ	२०६५
१७४६	सुष्मा बाँनिया	२०६५
१७४७	उत्सव कटुवाल	२०६५
१७४८	युवराज पुरी	२०६५
१७४९	सन्तोष न्यौपाने	२०६६
१७५०	अनु श्रेष्ठ	२०६६
१७५१	आभाष श्रेष्ठ	२०६६
१७५२	दिलमाया तामाङ	२०६६
१७५३	गंगा नेपाल	२०६६
१७५४	इशाना श्रेष्ड	२०६६
१७५५	इश्वर लामा	२०६६
१७५६	कान्छी तामाङ	२०६६
१७५७	कुमार लामा	२०६६
१७५८	मन्दिरा घले	२०६६
१७५९	मेनुका नेपाल	२०६६
१७६०	प्रताव सिं घले	२०६६
१७६१	रवि श्रेष्ठ	२०६६
१७६२	रविन सापकोटा	२०६६
१७६३	राजकुमार लामा	२०६६
१७६४	राजु लामा	२०६६

क्र.स.	नाम थर	साल
१७६५	सोनुका श्रेष्ठ	२०६६
१७६६	सीता श्रेष्ठ	२०६६
१७६७	सुर्दशन नेपाल	२०६६
१७६८	सुमन गिरी	२०६६
१७६९	सुशिल श्रेष्ठ	२०६६
१७७०	स्वस्थिका लामा	२०६६
१७७१	सन्तोष पुरी	२०६६
१७७२	अनिता भण्डारी	२०६६
१७७३	आयुसा गुरुङ	२०६६
१७७४	विकास श्रेष्ठ	२०६६
१७७५	विकुल सिं तामाङ	२०६६
१७७६	विशाल तामाङ	२०६६
१७७७	छिरिङ तामाङ	२०६६
१७७८	दिपीका गिरी	२०६६
१७७९	देवकी लामा	२०६६
१७८०	गणेश थापा मगर	२०६६
१७८१	गोमा खत्री	२०६६
१७८२	इन्जु नेपाल	२०६६
१७८३	कुमार कटुवाल	२०६६
१७८४	कुमार श्रेष्ठ	२०६६
१७८५	लक्ष्मी लामा	२०६६
१७८६	लक्ष्मी नेपाल	२०६६
१७८७	माधन कुमार नेपाल	२०६६
१७८८	मालती खत्री	२०६६
१७८९	मनोज श्रेष्ठ	२०६६
१७९०	मिलन रखाल मगर	२०६६
१७९१	मिलन थापा	२०६६
१७९२	नगिन श्रेष्ठ	२०६६
१७९३	निकु शाक्य	२०६६
१७९४	रविना श्रेष्ठ	२०६६

क्र.स.	नाम थर	साल
१७९५	रचना नेपाल	२०६६
१७९६	रजिना श्रेष्ठ	२०६६
१७९७	राम बहादुर लामा	२०६६
१७९८	रामचन्द्र कार्की	२०६६
१७९९	रामशरण वि.क.	२०६६
१८००	रमिला वि.क.	२०६६
१८०१	रश्मी पुरी	२०६६
१८०२	रोशन श्रेष्ठ	२०६६
१८०३	सविन लामा	२०६६
१८०४	सविन थापा मगर	२०६६
१८०५	सागर सिलवाल	२०६६
१८०६	साजन तामाङ	२०६६
१८०७	समिर तामाङ	२०६६
१८०८	सन्देश श्रेष्ठ	२०६६
१८०९	सन्जु तामाङ	२०६६
१८१०	सन्तोष वि.क.	२०६६
१८११	सरोज महत	२०६६
१८१२	समिना घले	२०६६
१८१३	शंकर श्रेष्ठ	२०६६
१८१४	सिता श्रेष्ठ	२०६६
१८१५	सुबास बस्नेत	२०६६
१८१६	सुवास श्रेष्ठ	२०६६
१८१७	सुमन भुजेल	२०६६
१८१८	सुनिता तामाङ	२०६६
१८१९	सुरज पुरी	२०६६
१८२०	सुरेन्द्र तामाङ	२०६६
१८२१	सुरेन्द्र तामाङ	२०६६
१८२२	वाङगेल लामा	२०६६
१८२३	भिम घले	२०६६
१८२४	सुशिल श्रेष्ठ	२०६६

क्र.स.	नाम थर	साल
१८२५	सुमनराज बलम्पु	२०६६
१८२६	सुभद्रा खत्री	२०६६
१८२७	टंक बहादुर कटुवाल	२०६६
१८२८	तारा थापा	२०६६
१८२९	मेनुका वि.क.	२०६६
१८३०	कुमार खत्री	२०६६
१८३१	दिलमाया तामाङ	२०६६
१८३२	जीवन थापा	२०६६
१८३३	कृष्ण घले	२०६६
१८३४	दिपेन्द्र पुरी	२०६६
१८३५	भिम बहादुर श्रेष्ठ	२०६६
१८३६	बद्री खत्री	२०६६
१८३७	अनिता खत्री	२०६६
१८३८	अनिल लामा	२०६६
१८३९	शर्मिला श्रेष्ठ	२०६६
१८४०	रजिका कटुवाल	२०६६
१८४१	रेशम श्रेष्ठ	२०६६
१८४२	रन्जना श्रेष्ठ	२०६६
१८४३	रमा गुरुङ	२०६६
१८४४	राम कपाली	२०६६
१८४५	निरु शाक्य	२०६६
१८४६	निर्मला कपाली	२०६६
१८४७	निलम श्रेष्ठ	२०६६
१८४८	निना श्रेष्ठ	२०६६
१८४९	संझना सुवेदी	२०६७
१८५०	कविता श्रेष्ठ	२०६७
१८५१	कुसुम आचार्य	२०६७
१८५२	देवकी श्रेष्ठ	२०६७
१८५३	गणेश खत्री	२०६७
१८५४	ज्योति तामाङ	२०६७

क्र.स.	नाम थर	साल
१८५५	लक्ष्मी कार्की	२०६७
१८५६	मनिला श्रेष्ठ	२०६७
१८५७	फसल माया तामाङ	२०६७
१८५८	प्रमशिा बस्नेत	२०६७
१८५९	प्रेम श्रेष्ठ	२०६७
१८६०	रामकाजी श्रेष्ठ	२०६७
१८६१	रश्मिला श्रेष्ठ	२०६७
१८६२	सागर श्रेष्ठ	२०६७
१८६३	सरस्वती श्रेष्ठ	२०६७
१८६४	सरिता पुरी	२०६७
१८६५	सुदिना गौतम	२०६७
१८६६	सुनिता खत्री	२०६७
१८६७	सुसन श्रेष्ठ	२०६७
१८६८	उज्वल श्रेष्ठ	२०६७
१८६९	उमेश श्रेष्ठ	२०६७
१८७०	याकुव श्रेष्ठ	२०६७
१८७१	यामलाल श्रेष्ठ	२०६७
१८७२	अमृत तामाङ	२०६७
१८७३	अशोक घले	२०६७
१८७४	बलराम सिंखडा	२०६७
१८७५	भावना श्रेष्ट	२०६७
१८७६	भिमसेन श्रेष्ठ	२०६७
१८७७	विमल घले	२०६७
१८७८	धनविर तामाङ	२०६७
१८७९	हरिशरण मगर	२०६७
१८८०	निरमाया तामाङ	२०६७
१८८१	निरु श्रेष्ठ	२०६७
१८८२	पार्वती खत्री	२०६७
१८८३	प्रविना नेपाल	२०६७
१८८४	प्रदिप खत्री	२०६७

क्र.स.	नाम थर	साल
१८८५	प्रतिभा नेपाल	२०६७
१८८६	पुष्प लम्साल	२०६७
१८८७	राधिका श्रेष्ठ	२०६७
१८८८	राजेश श्रेष्ठ	२०६७
१८८९	रामकृष्ण कार्की	२०६७
१८९०	रामहरि कार्की	२०६७
१८९१	रोमा श्रेष्ठ	२०६७
१८९२	रोशनी श्रेष्ठ	२०६७
१८९३	संझना घले	२०६७
१८९४	सन्तोष श्रेष्ठ	२०६७
१८९५	सरिना श्रेष्ठ	२०६७
१८९६	श्रीकृष्ण आचार्य	२०६७
१८९७	सोनाम तामाङ	२०६७
१८९८	सुनिल मल्ल	२०६७
१८९९	तिलक राउत	२०६७
१९००	उमेश कार्की	२०६७
१९०१	यमुना कार्की	२०६७
१९०२	विकास तामाङ	२०६७
१९०३	हिरा भुजेल	२०६७
१९०४	मिन्साङ तामाङ	२०६७
१९०५	पार्वती श्रेष्ठ	२०६७
१९०६	रविना सापकोटा	२०६७
१९०७	राजेन्द्र राउत	२०६७
१९०८	अष्मिता खत्री	२०६७
१९०९	विकास कटुवाल	२०६७
१९१०	विकेश श्रेष्ठ	२०६७
१९११	इमान सिं तामाङ	२०६७
१९१२	कृष्ण कुमारी श्रेष्ठ	२०६७
१९१३	कृष्ण श्रेष्ठ	२०६७
१९१४	लक्ष्मी आचार्य	२०६७

क्र.स.	नाम थर	साल
१९१५	लक्ष्मी खत्री	२०६७
१९१६	निर्मला थापा मगर	२०६७
१९१७	राजेश तामाङ	२०६७
१९१८	रश्मि घले	२०६७
१९१९	समिता कार्की	२०६७
१९२०	संगिता तामाङ	२०६७
१९२१	सुजन केसी	२०६७
१९२२	विनोद घले	२०६७
१९२३	कमला भण्डारी	२०६७
१९२४	माधव श्रेष्ठ	२०६७
१९२५	मोति बहादुर भुजेल	२०६७
१९२६	नेत्र बहादुर घले	२०६७
१९२७	निर्मला कार्की	२०६७
१९२८	प्रशान्त पुरी	२०६७
१९२९	प्रेम तामाङ लामा	२०६७
१९३०	रमा कुमारी चौलागाई	२०६७
१९३१	सविना तामाङ	२०६७
१९३२	तारादेवी श्रेष्ठ	२०६७
१९३३	सुदिप गौतम	२०६८
१९३४	राम कुमार पुरी	२०६८
१९३५	किश्वर थापा	२०६८
१९३६	अष्मिता श्रेष्ठ	२०६८
१९३७	सुनिल घले	२०६८
१९३८	रेष्मा श्रेष्ठ	२०६८
१९३९	सुरज नेपाल	२०६८
१९४०	विवेक च्हान	२०६८
१९४१	विवश खड्का	२०६८
१९४२	सन्जय कार्की	२०६८
१९४३	उषा बस्नेत	२०६८
१९४४	दिनेश तामाङ	२०६८
१९४५	शम्बु अधिकारी	२०६८
१९४६	शिब श्रेष्ठ	२०६८
१९४७	रवी श्रेष्ठ	२०६८
१९४८	सुजन उपाध्याय	२०६८
१९४९	विजय खड्का	२०६८
१९५०	कमल थापा मगर	२०६८
१९५१	इन्द्र बहादुर श्रेष्ठ	२०६८
१९५२	कमल श्रेष्ठ	२०६८
१९५३	राजकुमार श्रेष्ठ	२०६८
१९५४	अम्बिका खत्री	२०६८
१९५५	अमृत कार्की	२०६८
१९५६	भन्द्रकला दंगाल	२०६८
१९५७	गंगा घले	२०६८
१९५८	गौरब कार्की	२०६८
१९५९	गोपाल श्रेष्ठ	२०६८
१९६०	कमल सिलवाल	२०६८
१९६१	कमला थापा	२०६८
१९६२	कृष्ण घले	२०६८
१९६३	कृति श्रेष्ठ	२०६८
१९६४	लक्ष्मी खत्री	२०६८
१९६५	महेश थापा	२०६८
१९६६	रविन बढाथोकी	२०६८
१९६७	राजकुमार तामाङ	२०६८
१९६८	सरिता दुलाल	२०६८
१९६९	सरोज तामाङ	२०६८
१९७०	सतिश तामाङ	२०६८
१९७१	शंकर तामाङ	२०६८
१९७२	श्याम कुमार श्रेष्ठ	२०६८
१९७३	सिमा गुरुङ	२०६८
१९७४	सुवास तामाङ	२०६८

क्र.स.	नाम थर	साल
१९७५	सुजन नेपाल	२०६८
१९७६	सुमन तामाङ	२०६८
१९७७	सुनमाया तामाङ	२०६८
१९७८	सुसन श्रेष्ठ	२०६८
१९७९	सुशिल कुवँर	२०६८
१९८०	सुशिल तामाङ	२०६८
१९८१	सुष्मा गिरी	२०६८
१९८२	भावना न्यौपाने	२०६८
१९८३	भगवती अधिकारी	२०६८
१९८४	विवेक तामाङ	२०६८
१९८५	दिनेश श्रेष्ठ	२०६८
१९८६	एलिसा तामाङ	२०६८
१९८७	खिल प्रसाद दुलाल	२०६८
१९८८	उषा लामिछाने	२०६८
१९८९	गरिमा दंगाल	२०६८
१९९०	रेनुका कसजु	२०६८
१९९१	विजय तामाङ	२०६८
१९९२	घनश्याम खतिवडा	२०६८
१९९३	सिर्जना सिग्देल	२०६८
१९९४	दिपेन्द्र तामाङ	२०६८
१९९५	फुलमाया तामाङ	२०६८
१९९६	जागृति खतिवडा	२०६८
१९९७	शिब घले	२०६८
१९९८	अनु श्रेष्ठ	२०६८
१९९९	संगिता श्रेष्ठ	२०६८
२०००	उमेश तामाङ	२०६८
२००१	अम्बिका श्रेष्ठ	२०६८
२००२	राजेश श्रेष्ठ	२०६८
२००३	उषा तामाङ	२०६८
२००४	कृष्ण श्रेष्ठ	२०६८

क्र.स.	नाम थर	साल
२००५	अमृता खत्री	२०६८
२००६	एलिना श्रेष्ठ	२०६८
२००७	विजय घले	२०६८
२००८	रजत के.सी.	२०६८
२००९	सरस्वती श्रेष्ठ	२०६८
२०१०	कल्पना थापा मगर	२०६८
२०११	राम तामाङ	२०६८
२०१२	सुमिता कटुवाल	२०६८
२०१३	अनिल श्रेष्ठ	२०६९
२०१४	सागर नेपाल	२०६९
२०१५	प्रमिला श्रेष्ठ	२०६९
२०१६	अनिता श्रेष्ठ	२०६९
२०१७	बाशुदेव आचार्य	२०६९
२०१८	समर श्रेष्ठ	२०६९
२०१९	हरिशरण नेपाल	२०६९
२०२०	विजय कार्की	२०६९
२०२१	प्रविन श्रेष्ठ	२०६९
२०२२	विनोद श्रेष्ठ	२०६९
२०२३	विश्वविजय कक्षपती	२०६९
२०२४	सिर्जना श्रेष्ठ	२०६९
२०२५	करण श्रेष्ठ	२०६९
२०२६	मुना श्रेष्ठ	२०६९
२०२७	रिता श्रेष्ठ	२०६९
२०२८	रन्जु श्रेष्ठ	२०६९
२०२९	शम्भु श्रेष्ठ	२०६९
२०३०	महेश लामा	२०६९
२०३१	सागर लामा	२०६९
२०३२	निकेश श्रेष्ठ	२०६९
२०३३	जमुना घले	२०६९
२०३४	राजेन्द्र श्रेष्ठ	२०६९

क्र.स.	नाम थर	साल
२०३५	सुजना के.सी.	२०६९
२०३६	राजन लामा	२०६९
२०३७	अर्पन थिङ	२०६९
२०३८	राजु लामा	२०६९
२०३९	सुशिल तामाङ	२०६९
२०४०	सागर लामा	२०६९
२०४१	रामकुमार श्रेष्ठ	२०६९
२०४२	निरोज घले	२०६९
२०४३	राजन खत्री	२०६९
२०४४	सुजता श्रेष्ठ	२०६९
२०४५	दुर्गा आचार्य	२०६९
२०४६	मोहन श्रेष्ठ	२०६९
२०४७	अलिसा अधिकारी	२०६९
२०४८	सिया तामाङ	२०६९
२०४९	सुनिता तामाङ	२०६९
२०५०	लक्ष्मण घले	२०६९
२०५१	विनोद श्रेष्ठ	२०६९
२०५२	अनसप घोरासैनी	२०६९
२०५३	आशिष श्रेष्ठ	२०६९
२०५४	भगवती ढुंगेल	२०६९
२०५५	विन्दु तामाङ	२०६९
२०५६	धन तामाङ	२०६९
२०५७	इन्द्र बहादुर घले	२०६९
२०५८	कमला श्रेष्ठ	२०६९
२०५९	कृपा कार्माचार्य	२०६९
२०६०	रश्मि लामा	२०६९
२०६१	सुविना के.सी.	२०६९
२०६२	संगिता घले	२०६९
२०६३	सन्तोष श्रेष्ठ	२०६९
२०६४	सरिता श्रेष्ठ	२०६९

क्र.स.	नाम थर	साल
२०६५	सोना श्रेष्ठ	२०६९
२०६६	सिर्जना लामा	२०६९
२०६७	सिर्जना शर्मा	२०६९
२०६८	सुष्मा बलम्पु	२०६९
२०६९	सुष्मा श्रेष्ठ	२०६९
२०७०	जमुना नेपाल	२०६९
२०७१	सुष्मा के.सी.	२०६९
२०७२	प्रतिमा श्रेष्ठ	२०६९
२०७३	विपना थापा	२०६९
२०७४	लिला खत्री	२०६९
२०७५	अनिल दंगाल	२०७०
२०७६	विश्व दंगाल	२०७०
२०७७	दिवश तामाङ	२०७०
२०७८	इच्छा मल्ल ठकुरी	२०७०
२०७९	इशान क्रान्ति घिमिरे	२०७०
२०८०	करण सिं खत्री	२०७०
२०८१	कृष्ण श्रेष्ठ	२०७०
२०८२	कृतिका कक्षपती	२०७०
२०८३	मनिष श्रेष्ठ	२०७०
२०८४	निकेश श्रेष्ठ	२०७०
२०८५	रोशन श्रेष्ठ	२०७०
२०८६	सागर दंगाल	२०७०
२०८७	सन्दीप आचार्य	२०७०
२०८८	समिप गजुरेल	२०७०
२०८९	सन्तोष अधिकारी	२०७०
२०९०	सिजंना श्रेष्ठ	२०७०
२०९१	उज्वल सिं बस्नेत	२०७०
२०९२	अनिल श्रेष्ठ	२०७०
२०९३	असिम श्रेष्ठ	२०७०
२०९४	अष्मिता श्रेष्ठ	२०७०

क्र.स.	नाम थर	साल
२०९५	विन्दिया घले	२०७०
२०९६	देवेन्द्र श्रेष्ठ	२०७०
२०९७	इश्वरी खत्री	२०७०
२०९८	जयन्त्री सापकोटा	२०७०
२०९९	जुनु घले	२०७०
२१००	मनिला लामा	२०७०
२१०१	मिलन आचार्य	२०७०
२१०२	रविन गोले	२०७०
२१०३	रोहित श्रेष्ठ	२०७०
२१०४	सन्तोष तामाङ	२०७०
२१०५	सुदिप के.सी.	२०७०
२१०६	सुनिता श्रेष्ठ	२०७०
२१०७	उमिन तामाङ	२०७०
२१०८	उषा श्रेष्ठ	२०७०
२१०९	यशोधा शाक्य	२०७०
२११०	अभिशेक घले	२०७०
२१११	अमृत आचार्य	२०७०
२११२	बालकृष्ण श्रेष्ठ	२०७०
२११३	बन्दना कटुवाल	२०७०
२११४	विकास श्रेष्ठ	२०७०
२११५	विकास श्रेष्ठ	२०७०
२११६	विशाल तिमिल्सीना	२०७०
२११७	दिपा विश्वकर्मा	२०७०
२११८	दिपा श्रेष्ठ	२०७०
२११९	गोपाल आचार्य	२०७०
२१२०	गोपाल श्रेष्ठ	२०७०
२१२१	जीना तामाङ	२०७०
२१२२	जीवन खत्री	२०७०
२१२३	जसना तामाङ	२०७०
२१२४	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०७०

क्र.स.	नाम थर	साल
२१२५	लिला घले	२०७०
२१२६	प्रदिप खत्री	२०७०
२१२७	प्रदिप नेपाल	२०७०
२१२८	प्रमिशा नेपाल	२०७०
२१२९	प्राप्ती खत्री	२०७०
२१३०	प्रेम घले	२०७०
२१३१	प्रेमकुमारी श्रेष्ठ	२०७०
२१३२	राजकुमार तामाङ	२०७०
२१३३	राजेन्द्र श्रेष्ठ	२०७०
२१३४	राजीब लामा	२०७०
२१३५	राम बहादुर श्रेष्ठ	२०७०
२१३६	रामकृष्ण कार्की	२०७०
२१३७	रत्नमाया श्रेष्ठ	२०७०
२१३८	रिता श्रेष्ठ	२०७०
२१३९	रोहित श्रेष्ठ	२०७०
२१४०	रुविना तामाङ	२०७०
२१४१	रुपा कपाली	२०७०
२१४२	बविता श्रेष्ठ	२०७०
२१४३	सविता आचार्य	२०७०
२१४४	सविना श्रेष्ठ	२०७०
२१४५	सजिना तामाङ	२०७०
२१४६	समिता श्रेष्ठ	२०७०
२१४७	संगिता तामाङ	२०७०
२१४८	सन्तोष श्रेष्ठ	२०७०
२१४९	सन्तोष श्रेष्ठ	२०७०
२१५०	शर्मिला थापामगर	२०७०
२१५१	सरोज घले	२०७०
२१५२	सरिता आचार्य	२०७०
२१५३	शान्तिघले	२०७०
२१५४	शोभा आचार्य	२०७०

क्र.स.	नाम थर	साल
२१५५	श्याम तामाङ	२०७०
२१५६	सिमा तामाङ	२०७०
२१५७	सिर्जना आचार्य	२०७०
२१५८	सिर्जना शाक्य	२०७०
२१५९	सिर्जना श्रेष्ठ	२०७०
२१६०	सुजना खत्री	२०७०
२१६१	सुमन लामा	२०७०
२१६२	सुमिता खत्री	२०७०
२१६३	सुमित्रा भट्टराई	२०७०
२१६४	सुमित्रा घले	२०७०
२१६५	सुनिल श्रेष्ठ	२०७०
२१६६	सुशिला आचार्य	२०७०
२१६७	सुशिला गिरी	२०७०
२१६८	सुशिला श्रेष्ठ	२०७०
२१६९	अरुण तामाङ	२०७१
२१७०	असिम शाक्य	२०७१
२१७१	चिरञ्जीवी प्रसाद साह	२०७१
२१७२	दिपेश पुरी	२०७१
२१७३	एलिना थापा मगर	२०७१
२१७४	केदार दंगल	२०७१
२१७५	मनिषा नापित	२०७१
२१७६	मोनिका थापा	२०७१
२१७७	रञ्जीता गिरी	२०७१
२१७८	सविन सापकोटा	२०७१
२१७९	शंकर अधिकारी	२०७१
२१८०	सुवास चौलागाई	२०७१
२१८१	सुजन भारती	२०७१
२१८२	लक्ष्मी कपाली	२०७१
२१८३	रोमन कार्की	२०७१
२१८४	शान्ता नेपाल	२०७१
२१८५	करिश्मा थापा	२०७१
२१८६	करुणा थापा	२०७१
२१८७	मनिषा खनाल	२०७१
२१८८	निरु तामाङ	२०७१
२१८९	रानुका घले	२०७१
२१९०	संगीता तामाङ	२०७१
२१९१	सरोज भुजेल	२०७१
२१९२	सोनु दंगाल	२०७१
२१९३	आभास खत्री	२०७१
२१९४	आयुष्मा कार्की	२०७१
२१९५	अस्मिता कार्की	२०७१
२१९६	बिशेष भुजेल	२०७१
२१९७	दिल बहादुर भुजेल	२०७१
२१९८	जोशीला श्रेष्ठ	२०७१
२१९९	कबिना कार्की	२०७१
२२००	केशव कार्की	२०७१
२२०१	मनिषा घले	२०७१
२२०२	निशु तामाङ	२०७१
२२०३	प्रदिया बालम्पु	२०७१
२२०४	राजीप पुरी	२०७१
२२०५	ऋषिराम खत्री	२०७१
२२०६	रोहन श्रेष्ठ	२०७१
२२०७	संगीता श्रेष्ठ	२०७१
२२०८	सरस्वती कार्की	२०७१
२२०९	शिवराज थापा मगर	२०७१
२२१०	सिसान थापामगर	२०७१
२२११	सुमिना तामाङ	२०७१
२२१२	सुस्मिता श्रेष्ठ	२०७१
२२१३	सुमित्रा नेपाल	२०७१
२२१४	सुमित्रा सुवेदी	२०७१

क्र.स.	नाम थर	साल
२२१५	सुनिश्मा तामाङ	२०७१
२२१६	सुशन खत्री	२०७१
२२१७	तारा श्रेष्ठ	२०७१
२२१८	समिता श्रेष्ठ	२०७१
२२१९	शान्ति घले	२०७१
२२२०	सिया तामाङ	२०७१
२२२१	अमृत गिरी	२०७१
२२२२	निश्मा लोहनी	२०७१
२२२३	प्रमिला गिरी	२०७१
२२२४	रविन गिरी	२०७१
२२२५	रामहरी श्रेष्ठ	२०७१
२२२६	अनिल बस्नेत	२०७१
२२२७	विकास दुलाल	२०७१
२२२८	अजय बगदास	२०७२
२२२९	अरुण श्रेष्ठ	२०७२
२२३०	बिन्दु श्रेष्ठ	२०७२
२२३१	विशाल तामाङ	२०७२
२२३२	विश्वाश श्रेष्ठ	२०७२
२२३३	दिपेश रायमाझी	२०७२
२२३४	गणेश भारती	२०७२
२२३५	गौरी थापा	२०७२
२२३६	महिमा हिमालय	२०७२
२२३७	निखिल कक्षपति	२०७२
२२३८	पारस राउत	२०७२
२२३९	प्रवेश शर्मा	२०७२
२२४०	प्रविना हिमालय	२०७२
२२४१	प्रदिप बुढाथोकी	२०७२
२२४२	प्रजल श्रेष्ठ	२०७२
२२४३	प्रजिना बस्नेत	२०७२
२२४४	रबिना सापकोटा	२०७२

क्र.स.	नाम थर	साल
२२४५	रेगिश गिरी	२०७२
२२४६	सविन श्रेष्ठ	२०७२
२२४७	सबिना श्रेष्ठ	२०७२
२२४८	सफी श्रेष्ठ	२०७२
२२४९	सजल थापा	२०७२
२२५०	सन्ध्या सिलवाल	२०७२
२२५१	संगीता श्रेष्ठ	२०७२
२२५२	सनिम काक्षपति	२०७२
२२५३	सञ्जिता घले	२०७२
२२५४	श्रद्धा श्रेष्ठ	२०७२
२२५५	सुदीप गिरी	२०७२
२२५६	सुजाता नेपाल	२०७२
२२५७	सुशन श्रेष्ठ	२०७२
२२५८	सुशन श्रेष्ठ	२०७२
२२५९	राजेन्द्र सापकोटा	२०७२
२२६०	आदिप घले	२०७२
२२६१	आकाश तामाङ	२०७२
२२६२	अमृत कार्की	२०७२
२२६३	अखिल नेपाली	२०७२
२२६४	अलिशा तामाङ	२०७२
२२६५	बिमला श्रेष्ठ	२०७२
२२६६	बिना श्रेष्ठ	२०७२
२२६७	वीरबहादुर तामाङ	२०७२
२२६८	चन्देश्वरी कापाली	२०७२
२२६९	जय बहादुर तामाङ	२०७२
२२७०	कल्पना भारती	२०७२
२२७१	कोपिला तामाङ	२०७२
२२७२	कुमारी तामाङ	२०७२
२२७३	लुकास थापा	२०७२
२२७४	महेश तामाङ	२०७२

क्र.स.	नाम थर	साल
२२७५	मन्दिरा आचार्य	२०७२
२२७६	मन्दिरा घले	२०७२
२२७७	नकुल भारती	२०७२
२२७८	निशाल घले	२०७२
२२७९	पार्वती श्रेष्ठ	२०७२
२२८०	पार्वती श्रेष्ठ	२०७२
२२८१	पेमा तामाङ	२०७२
२२८२	प्रदिप भारती	२०७२
२२८३	प्रकाश कार्की	२०७२
२२८४	प्रकाश कार्की	२०७२
२२८५	प्रीति खत्री	२०७२
२२८६	रबिना कपाली	२०७२
२२८७	रचना थापा	२०७२
२२८८	राज कुमार श्रेष्ठ	२०७२
२२८९	राज कुमार श्रेष्ठ	२०७२
२२९०	राजेश रायमाझी	२०७२
२२९१	राजेश पुरी	२०७२
२२९२	राजिब श्रेष्ठ	२०७२
२२९३	सविता श्रेष्ठ	२०७२
२२९४	सकिला घले	२०७२
२२९५	समीर श्रेष्ठ	२०७२
२२९६	सन्देश गोले	२०७२
२२९७	संगीता लामा	२०७२
२२९८	सञ्जिता तामाङ	२०७२
२२९९	सानु माया तामाङ	२०७२
२३००	सरिता कपाली	२०७२
२३०१	सरोज कार्की	२०७२
२३०२	सरोज श्रेष्ठ	२०७२
२३०३	सतीश तामाङ	२०७२
२३०४	श्री बहादुर श्रेष्ठ	२०७२

क्र.स.	नाम थर	साल
२३०५	सोनिया तामाङ	२०७२
२३०६	सृष्टि दंगल	२०७२
२३०७	सुमी थापा मगर	२०७२
२३०८	सुनिल थापा मगर	२०७२
२३०९	सुनिता तामाङ	२०७२
२३१०	सुप्रिया घले	२०७२
२३११	सुस्मिता तामाङ	२०७२
२३१२	सतीदेवी ढुंगाना	२०७२
२३१३	वर्ष भारती	२०७२
२३१४	बिपना गिरी	२०७२
२३१५	राज थापामगर	२०७२
२३१६	अजय धिताल	२०७३
२३१७	अनिता स्याङ्बो	२०७३
२३१८	देवी श्रेष्ठ	२०७३
२३१९	दिवाश दंगल	२०७३
२३२०	लक्ष्मी सुवेदी	२०७३
२३२१	महेन्द्र कार्की	२०७३
२३२२	मिलन कार्की	२०७३
२३२३	प्रणिश श्रेष्ठ	२०७३
२३२४	प्रमिला राउत	२०७३
२३२५	प्रभा न्यौपाने	२०७३
२३२६	प्रदिप धिताल	२०७३
२३२७	प्रसन्न श्रेष्ठ	२०७३
२३२८	प्रदिप काफ्ले	२०७३
२३२९	रवीन्द्र कार्की	२०७३
२३३०	सजिना सापकोटा	२०७३
२३३१	सबिना नेपाली	२०७३
२३३२	सन्तोष तामाङ	२०७३
२३३३	सञ्जीव भुजेल	२०७३
२३३४	सजिना थापा	२०७३

क्र.स.	नाम थर	साल
२३३५	शकिल अहमद	२०७३
२३३६	शवनाम खातुम	२०७३
२३३७	सिद्धान्त तामाङ	२०७३
२३३८	सुदीप नेपाल	२०७३
२३३९	सुशान्त श्रेष्ठ	२०७३
२३४०	सुरज तामाङ	२०७३
२३४१	सुरज सिंह खत्री	२०७३
२३४२	सुजन सिंह खत्री	२०७३
२३४३	स्वस्तका श्रेष्ठ	२०७३
२३४४	शान्ति तामाङ	२०७३
२३४५	श्याम बहादुर लामा	२०७३
२३४६	रिया खत्री	२०७३
२३४७	रोहित तामाङ	२०७३
२३४८	सुनिता बुढाथोकी	२०७३
२३४९	कमला तामाङ	२०७३
२३५०	अनिल घले	२०७३
२३५१	अनिता श्रेष्ठ	२०७३
२३५२	अनिता तामाङ	२०७३
२३५३	अशोक घले	२०७३
२३५४	भवानी घले	२०७३
२३५५	दिपलेश खत्री	२०७३
२३५६	गोमा कटुवाल	२०७३
२३५७	लक्ष्मी घले	२०७३
२३५८	लीला देवी घले	२०७३
२३५९	मनिषा तामाङ	२०७३
२३६०	माया कुमारी श्रेष्ठ	२०७३
२३६१	मुना थापा	२०७३
२३६२	प्रवेश भुजेल	२०७३
२३६३	प्रकाश लामा	२०७३
२३६४	राज कुमार श्रेष्ठ	२०७३

क्र.स.	नाम थर	साल
२३६५	रमिला तामाङ	२०७३
२३६६	रस्मिला श्रेष्ठ	२०७३
२३६७	रोशन तामाङ	२०७३
२३६८	सविन गिरी	२०७३
२३६९	सागर श्रेष्ठ	२०७३
२३७०	सजन बुढाथोकी	२०७३
२३७१	समीर गोले	२०७३
२३७२	सम्झना तामाङ	२०७३
२३७३	संगीता चुहान	२०७३
२३७४	सञ्जय ठाकुर	२०७३
२३७५	सानु माया लामा	२०७३
२३७६	सरोजा घले	२०७३
२३७७	शान्ता भुजेल	२०७३
२३७८	शर्मिला श्रेष्ठ	२०७३
२३७९	कल्याणी कार्की	२०७३
२३८०	शोभा कार्की	२०७३
२३८१	शुशिला थापा	२०७३
२३८२	सिर्जना कटुवाल	२०७३
२३८३	सुवास घले	२०७३
२३८४	सुरेश श्रेष्ठ	२०७३
२३८५	सुशील श्रेष्ठ	२०७३
२३८६	सुस्मिता बुढाथोकी	२०७३
२३८७	सुस्मिता घले	२०७३
२३८८	उमा थापा	२०७३
२३८९	उर्मिला तामाङ	२०७३
२३९०	पासाङ खेन्दो शेर्पा	२०७३
२३९१	सुजन उदास	२०७३
२३९२	आश्रिया न्यौपाने	२०७४
२३९३	अजय श्रेष्ठ	२०७४
२३९४	एलिश कक्षपति	२०७४

क्र.स.	नाम थर	साल
२३९५	अलिशा नापीत	२०७४
२३९६	अमृत शर्मा	२०७४
२३९७	अनुज श्रेष्ठ	२०७४
२३९८	अविशेक गिरी	२०७४
२३९९	बबिता श्रेष्ठ	२०७४
२४००	दावा लामा	२०७४
२४०१	दिपक थापा	२०७४
२४०२	कबिन कार्की	२०७४
२४०३	कविता तामाङ	२०७४
२४०४	काजल श्रेष्ठ	२०७४
२४०५	कृष्ण श्रेष्ठ	२०७४
२४०६	क्रिष्टी श्रेष्ठ	२०७४
२४०७	मदन नेपाल	२०७४
२४०८	मनिषा घले	२०७४
२४०९	मुना कार्की	२०७४
२४१०	नारायण श्रेष्ठ	२०७४
२४११	नरेन दुलाल	२०७४
२४१२	निकेश धिताल	२०७४
२४१३	निरजन भारती	२०७४
२४१४	पार्वती थापा	२०७४
२४१५	प्रदिप न्यौपाने	२०७४
२४१६	रजनी श्रेष्ठ	२०७४
२४१७	राजेश राज राई	२०७४
२४१८	सजन तामाङ	२०७४
२४१९	सकिना तामाङ	२०७४
२४२०	समीर श्रेष्ठ	२०७४
२४२१	सम्झना श्रेष्ठ	२०७४
२४२२	सन्तोष रायमाझी	२०७४
२४२३	सायरा श्रेष्ठ	२०७४
२४२४	शिवराज कार्की	२०७४
२४२५	सोनी श्रेष्ठ	२०७४
२४२६	सुबोध कक्षपति	२०७४
२४२७	सुजन थापा	२०७४
२४२८	सुमन श्रेष्ठ	२०७४
२४२९	सुमी श्रेष्ठ	२०७४
२४३०	सुरज तामाङ	२०७४
२४३१	आकाश घले	२०७४
२४३२	आरती लामा	२०७४
२४३३	आर्या चुहान	२०७४
२४३४	आदिप तामाङ	२०७४
२४३५	अञ्जु तामाङ	२०७४
२४३६	अनुष्का श्रेष्ठ	२०७४
२४३७	अर्चना ढुंगाना	२०७४
२४३८	अर्जुन तामाङ	२०७४
२४३९	अशोक लामा	२०७४
२४४०	अस्मिता तामाङ	२०७४
२४४१	बलराम ढुंगाना	२०७४
२४४२	बिजय तामाङ	२०७४
२४४३	बिन्दु तामाङ	२०७४
२४४४	बिनिता श्रेष्ठ	२०७४
२४४५	विशाल लामा	२०७४
२४४६	चन्द्रमाया तामाङ	२०७४
२४४७	देवराज थापा	२०७४
२४४८	धिरज तामाङ	२०७४
२४४९	दिपा तामाङ	२०७४
२४५०	गंगा तामाङ	२०७४
२४५१	गोकुल घले	२०७४
२४५२	इन्दिरा बस्नेत	२०७४
२४५३	जय बहादुर लामा	२०७४
२४५४	कलावती तामाङ	२०७४

क्र.स.	नाम थर	साल
२४५५	कल्पना श्रेष्ठ	२०७४
२४५६	करुणा थापा	२०७४
२४५७	कुमार तामाङ	२०७४
२४५८	लक्ष्मी लामा	२०७४
२४५९	मणिका लामा	२०७४
२४६०	मनिला अधिकारी	२०७४
२४६१	मनोज लामा	२०७४
२४६२	मिलन लामा	२०७४
२४६३	मुना श्रेष्ठ	२०७४
२४६४	नबिना श्रेष्ठ	२०७४
२४६५	नीर बहादुर गिरी	२०७४
२४६६	निर्मल मगर	२०७४
२४६७	ओशिन तामाङ	२०७४
२४६८	पार्वती श्रेष्ठ	२०७४
२४६९	प्रशान्त श्रेष्ठ	२०७४
२४७०	प्रतिमा गिरी	२०७४
२४७१	पुष्प लामा	२०७४
२४७२	रबि कटुवाल	२०७४
२४७३	रविन श्रेष्ठ	२०७४
२४७४	राहुल श्रेष्ठ	२०७४
२४७५	राजु लामा	२०७४
२४७६	रामदेवी श्रेष्ठ	२०७४
२४७७	रोजी तामाङ	२०७४
२४७८	रोशिका थापा मगर	२०७४
२४७९	सबिना थापा मगर	२०७४
२४८०	सविता लामा	२०७४
२४८१	सचिन चौहान	२०७४
२४८२	सलिना श्रेष्ठ	२०७४
२४८३	सन्दिप श्रेष्ठ	२०७४
२४८४	सरोज तामाङ	२०७४

क्र.स.	नाम थर	साल
२४८५	सेर बहादुर कटुवाल	२०७४
२४८६	स्मृति कार्की	२०७४
२४८७	सृजना तामाङ	२०७४
२४८८	सुभद्रा कार्की	२०७४
२४८९	सुदरसुन कार्की	२०७४
२४९०	सुजन बुढाथोकी	२०७४
२४९१	सुन्माई तामाङ	२०७४
२४९२	सुष्मा खत्री	२०७४
२४९३	स्वस्तिक नेपाल	२०७४
२४९४	उषा लामा	२०७४
२४९५	उइसिङ तामाङ	२०७४
२४९६	अमिर श्रेष्ठ	२०७५
२४९७	अमृता खड्का	२०७५
२४९८	अनिश कार्की	२०७५
२४९९	अञ्जली ठाकुर	२०७५
२५००	अरुण खत्री	२०७५
२५०१	बिनु श्रेष्ठ	२०७५
२५०२	बिपना श्रेष्ठ	२०७५
२५०३	दिपक गौतम	२०७५
२५०४	दिपेन्द्र तामाङ	२०७५
२५०५	गोमा श्रेष्ठ	२०७५
२५०६	ईशा श्रेष्ठ	२०७५
२५०७	लक्ष्मी तामाङ	२०७५
२५०८	ममता कटुवाल	२०७५
२५०९	नारायण तामाङ	२०७५
२५१०	निरजन थापा	२०७५
२५११	निरोज खत्री	२०७५
२५१२	निशान श्रेष्ठ	२०७५
२५१३	पासाङ लामा	२०७५
२५१४	प्रविता हिमालय	२०७५

क्र.स.	नाम थर	साल
२५१५	प्रकाश खत्री	२०७५
२५१६	प्रकृति धिताल	२०७५
२५१७	प्रणिता बस्नेत	२०७५
२५१८	प्रतीक शर्मा	२०७५
२५१९	प्रत्युष नेपाल	२०७५
२५२०	रवीन्द्र काफ्ले	२०७५
२५२१	राज कुमार श्रेष्ठ	२०७५
२५२२	राजिना सापकोटा	२०७५
२५२३	राजिब दुलाल	२०७५
२५२४	रञ्जित श्रेष्ठ	२०७५
२५२५	रशिला बिष्ट	२०७५
२५२६	रेजु श्रेष्ठ	२०७५
२५२७	रोमन तामाङ	२०७५
२५२८	रोशन तामाङ	२०७५
२५२९	सविन श्रेष्ठ	२०७५
२५३०	सदिक्षा खत्री	२०७५
२५३१	सागर श्रेष्ठ	२०७५
२५३२	सागर तामाङ	२०७५
२५३३	समीर सापकोटा	२०७५
२५३४	समृद्धि कार्की	२०७५
२५३५	सन्तोष श्रेष्ठ	२०७५
२५३६	सशांक कसजु	२०७५
२५३७	सुभानु पुरी	२०७५
२५३८	सुदीप थापा	२०७५
२५३९	सुनिता तामाङ	२०७५
२५४०	सुरज तामाङ	२०७५
२५४१	स्वरूपा श्रेष्ठ	२०७५
२५४२	अनिशा तामाङ	२०७५
२५४३	अस्मिता घले	२०७५
२५४४	बिमला तामाङ	२०७५

क्र.स.	नाम थर	साल
२५४५	देविका भारती	२०७५
२५४६	दोर्जे तामाङ	२०७५
२५४७	इलिशा तामाङ	२०७५
२५४८	गीता सुनुवार	२०७५
२५४९	हेम कुमारी त्रिपाठी	२०७५
२५५०	इन्दिरा श्रेष्ठ	२०७५
२५५१	जमुना तामाङ	२०७५
२५५२	जेनिशा स्याङ्बो	२०७५
२५५३	झम्का लामा	२०७५
२५५४	जोन शेर्पा	२०७५
२५५५	कल्पना तामाङ	२०७५
२५५६	कञ्चन थापा मगर	२०७५
२५५७	कृष्ण तामाङ	२०७५
२५५८	कृष्ण श्रेष्ठ	२०७५
२५५९	कृति तामाङ	२०७५
२५६०	मनिका सापकोटा	२०७५
२५६१	निरजन कुँवर	२०७५
२५६२	प्रविण अधिकारी	२०७५
२५६३	प्रमिला तामाङ	२०७५
२५६४	प्रीति घले	२०७५
२५६५	पुष्प थापा मगर	२०७५
२५६६	रब्बी तामाङ	२०७५
२५६७	राधा कटुवाल	२०७५
२५६८	राज तामाङ	२०७५
२५६९	राम लामा	२०७५
२५७०	रञ्जिता घले	२०७५
२५७१	ऋचा श्रेष्ठ	२०७५
२५७२	संस्कृत तामाङ	२०७५
२५७३	सारी माया तामाङ	२०७५
२५७४	सरोज लामा	२०७५

क्र.स.	नाम थर	साल
२५७५	शान्ति तामाङ	२०७५
२५७६	श्रेया बस्नेत	२०७५
२५७७	सुजन तामाङ	२०७५
२५७८	सुमित्रा कपाली	२०७५
२५७९	सुनिल मगर	२०७५
२५८०	सुशन श्रेष्ठ	२०७५
२५८१	सुस्मा बस्नेत	२०७५
२५८२	सुस्मिता कार्की	२०७५
२५८३	सुस्मिता कटुवाल	२०७५
२५८४	सुस्मिता खत्री	२०७५
२५८५	सुस्मिता खत्री	२०७५
२५८६	सुस्मिता तामाङ	२०७५
२५८७	उज्वल रायमाझी	२०७५
२५८८	युनिशा कपाली	२०७५
२५८९	युनिशा श्रेष्ठ	२०७५
२५९०	जोएल गुरुङ	२०७५
२५९१	जोसेफ गुरुङ	२०७५
२५९२	आरती लामा	२०७६
२५९३	अलिशा बस्नेत	२०७६
२५९४	अलिशा तामाङ	२०७६
२५९५	अनिशा कार्की	२०७६
२५९६	अनिशा श्रेष्ठ	२०७६
२५९७	अञ्जु श्रेष्ठ	२०७६
२५९८	अनु श्रेष्ठ	२०७६
२५९९	अस्मिता श्रेष्ठ	२०७६
२६००	बर्षा तामाङ	२०७६
२६०१	बिनिता तामाङ	२०७६
२६०२	बिनोद सिंग तामाङ	२०७६
२६०३	बिराज थापा	२०७६
२६०४	बिरबल तामाङ	२०७६

क्र.स.	नाम थर	साल
२६०५	विशाल श्रेष्ठ	२०७६
२६०६	बिनित मान कसजु	२०७६
२६०७	छिरिङ तामाङ	२०७६
२६०८	दर्पण श्रेष्ठ	२०७६
२६०९	दिल बहादुर लामा	२०७६
२६१०	दिलु तामाङ	२०७६
२६११	दिपेन्द्र घले	२०७६
२६१२	दिपेश दंगल	२०७६
२६१३	डोल्मा लामा	२०७६
२६१४	इभा राणा	२०७६
२६१५	गरिमा थापा	२०७६
२६१६	जिगीषा श्रेष्ठ	२०७६
२६१७	जुना सिलवाल	२०७६
२६१८	केशव दंगल	२०७६
२६१९	किरण श्रेष्ठ	२०७६
२६२०	कृष्ण सापकोटा	२०७६
२६२१	कृष्णा श्रेष्ठ	२०७६
२६२२	कृतिका महत	२०७६
२६२३	लाल सिंग तामाङ	२०७६
२६२४	लक्ष्मी तामाङ	२०७६
२६२५	लीला माया बुढाथोकी	२०७६
२६२६	मदन तामाङ	२०७६
२६२७	मनिषा गिरी	२०७६
२६२८	मनिषा श्रेष्ठ	२०७६
२६२९	मनिता थापा	२०७६
२६३०	मतिषा नापित	२०७६
२६३१	ल्भ्ःब लामा	२०७६
२६३२	निरुता भारती	२०७६
२६३३	पार्वती तामाङ	२०७६
२६३४	प्रकाश तामाङ	२०७६

क्र.स.	नाम थर	साल
२६३५	प्रतीक अर्याल	२०७६
२६३६	पुजा तामाङ	२०७६
२६३७	रबि श्रेष्ठ	२०७६
२६३८	रविना श्रेष्ठ	२०७६
२६३९	रजनी तामाङ	२०७६
२६४०	रक्षा खत्री	२०७६
२६४१	रमिता तामाङ	२०७६
२६४२	रानी लामा	२०७६
२६४३	रञ्जिता श्रेष्ठ	२०७६
२६४४	रोजिना तामाङ	२०७६
२६४५	रोजित सापकोटा	२०७६
२६४६	रोशनी श्रेष्ठ	२०७६
२६४७	रुपेश तामाङ	२०७६
२६४८	सविन बुढाथोकी	२०७६
२६४९	सविन कार्की	२०७६
२६५०	सबिना कपाली	२०७६
२६५१	सबिना श्रेष्ठ	२०७६
२६५२	सबिना तामाङ	२०७६
२६५३	सविता बुढाथोकी	२०७६
२६५४	सविता तामाङ	२०७६
२६५५	सागर घले	२०७६
२६५६	सागर सापकोटा	२०७६
२६५७	सनम श्रेष्ठ	२०७६
२६५८	सञ्जीव गुरुङ	२०७६
२६५९	सञ्जु तामाङ	२०७६
२६६०	सन्यम श्रेष्ठ	२०७६
२६६१	सरिता तामाङ	२०७६
२६६२	सरोज तामाङ	२०७६
२६६३	सौगात श्रेष्ठ	२०७६
२६६४	शान्त थापा	२०७६

क्र.स.	नाम थर	साल
२६६५	सृजना मगर	२०७६
२६६६	सुबिना घले	२०७६
२६६७	सुदीना दुलाल	२०७६
२६६८	सुदीप श्रेष्ठ	२०७६
२६६९	सुदीप खत्री	२०७६
२६७०	सुजन तामाङ	२०७६
२६७१	सुजाता कटुवाल	२०७६
२६७२	सुजिना लामा	२०७६
२६७३	सुमेश श्रेष्ठ	२०७६
२६७४	सुमिना घले	२०७६
२६७५	सुमिना तामाङ	२०७६
२६७६	सुनिता तामाङ	२०७६
२६७७	सुशान्त श्रेष्ठ	२०७६
२६७८	सुस्मिता कटुवाल	२०७६
२६७९	सुस्मिता लामा	२०७६
२६८०	स्वर्णिम श्रेष्ठ	२०७६
२६८१	जेने घले	२०७६
२६८२	अजित तामाङ	२०७६
२६८३	अर्चना तामाङ	२०७६
२६८४	बिग्यान दुलाल	२०७६
२६८५	दिसित खड्का	२०७६
२६८६	कल्पना दुलाल	२०७६
२६८७	रवीन्द्र भुजेल	२०७६
२६८८	सरोज भुजेल	२०७६
२६८९	शान्त थापा	२०७६
२६९०	सीता आचार्य	२०७६
२६९१	सुजु घले	२०७६
२६९२	आरिका चुहान	२०७७
२६९३	आभाष भुजेल	२०७७
२६९४	अविनास गिरी	२०७७

क्र.स.	नाम थर	साल
२६९५	आदित्य श्रेष्ठ	२०७७
२६९६	अलिस बस्नेत	२०७७
२६९७	अजित तामाङ	२०७७
२६९८	अनिल अधिकारी	२०७७
२६९९	अनिल सुवेदी	२०७७
२७००	अनिता थापा	२०७७
२७०१	अन्जली श्रेष्ठ	२०७७
२७०२	अश्विन आचार्य	२०७७
२७०३	अष्मिता गोले	२०७७
२७०४	अष्मिता तामाङ	२०७७
२७०५	अष्मिता तामाङ	२०७७
२७०६	अभिशेक खत्री	२०७७
२७०७	विवेक श्रेष्ठ	२०७७
२७०८	विक्रम कटुवाल	२०७७
२७०९	विमला तामाङ	२०७७
२७१०	विनिता भारती	२०७७
२७११	विनिता रायमाझि	२०७७
२७१२	विपना थापा	२०७७
२७१३	दिपेश तामाङ	२०७७
२७१४	देवी भारती	२०७७
२७१५	धन बहादुर तामाङ	२०७७
२७१६	दिलासा श्रेष्ठ	२०७७
२७१७	दिलीप घले	२०७७
२७१८	दिया थापा	२०७७
२७१९	इसान श्रेष्ठ	२०७७
२७२०	गंगा श्रेष्ठ	२०७७
२७२१	गंगा तामाङ	२०७७
२७२२	गंगाराम तामाङ	२०७७
२७२३	गायत्री भारती	२०७७
२७२४	गिता भारती	२०७७

क्र.स.	नाम थर	साल
२७२५	ज्ञानु श्रेष्ठ	२०७७
२७२६	जमुना श्रेष्ठ	२०७७
२७२७	जनिल घले	२०७७
२७२८	जीवन घले	२०७७
२७२९	कमलराज बलम्पु	२०७७
२७३०	खेण्डु लामा शेर्पा	२०७७
२७३१	कोपीला स्याङ्वो तामाङ	२०७७
२७३२	कृतिका श्रेष्ठ	२०७७
२७३३	कुशल थापा	२०७७
२७३४	कुसुम अधिकारी	२०७७
२७३५	कुसुम तामाङ	२०७७
२७३६	कुसुम तामाङ	२०७७
२७३७	लक्ष्मी शाक्य	२०७७
२७३८	मनिला परियार	२०७७
२७३९	मनिषा घले	२०७७
२७४०	मनिषा नेपाली	२०७७
२७४१	मनोज लामा	२०७७
२७४२	मिङमर शेर्पा	२०७७
२७४३	मिङमरदोर्जे शेर्पा	२०७७
२७४४	मनिका श्रेष्ठ	२०७७
२७४५	नविन खत्री	२०७७
२७४६	नितु घले	२०७७
२७४७	ङेमा शेर्पा	२०७७
२७४८	निहारिका श्रेष्ठ	२०७७
२७४९	निकेश तामाङ	२०७७
२७५०	निराकार कक्षपती	२०७७
२७५१	निर्जला तामाङ	२०७७
२७५२	निरोज खत्री	२०७७
२७५३	ओमबज्र तामाङ	२०७७
२७५४	पविन श्रेष्ट	२०७७

क्र.स.	नाम थर	साल
२७५५	पार्वती घले	२०७७
२७५६	पोषण खड्का	२०७७
२७५७	प्रदिप घले	२०७७
२७५८	प्रमिला नेपाली	२०७७
२७५९	पुष्कर लामा	२०७७
२७६०	पुष्पा तामाङ	२०७७
२७६१	राधिका श्रेष्ठ	२०७७
२७६२	राजन श्रेष्ठ	२०७७
२७६३	रमिला गिरी	२०७७
२७६४	रन्जु तामाङ	२०७७
२७६५	राजन गिरी	२०७७
२७६६	रेणुका तामाङ	२०७७
२७६७	रोहण श्रेष्ठ	२०७७
२७६८	रोशनी गिरी	२०७७
२७६९	सविन धमला	२०७७
२७७०	सविना तामाङ	२०७७
२७७१	सविता श्रेष्ठ	२०७७
२७७२	सजिना सुवेदी	२०७७
२७७३	समिर तामाङ	२०७७
२७७४	सम्राट श्रेष्ठ	२०७७
२७७५	सानुमाया लामा	२०७७
२७७६	सरस्वती तामाङ	२०७७
२७७७	सरस्वती तामाङ	२०७७
२७७८	सयम पुरी	२०७७
२७७९	शर्मिला तामाङ	२०७७
२७८०	सिमन तामाङ	२०७७
२७८१	सिर्जना श्रेष्ठ	२०७७
२७८२	सिता श्रेष्ठ	२०७७
२७८३	सिता तामाङ	२०७७
२७८४	सितल श्रेष्ठ	२०७७

क्र.स.	नाम थर	साल
२७८५	सोनिया श्रेष्ठ	२०७७
२७८६	सिर्जना लामा	२०७७
२७८७	सुनिष्मा कक्षपती	२०७७
२७८८	सुष्मा कार्की	२०७७
२७८९	सुष्मिता अधिकारी	२०७७
२७९०	सुष्मिता खत्री	२०७७
२७९१	सुष्मिता लामा	२०७७
२७९२	उपमा रायमाझि	२०७७
२७९३	युधिष्ठिर कार्की	२०७७
२७९४	आकाश तामाङ	२०७८
२७९५	आशिका खत्री	२०७८
२७९६	अनिल बहादुर श्रेष्ठ	२०७८
२७९७	अनिता भारती	२०७८
२७९८	अनिता श्रेष्ठ	२०७८
२७९९	अञ्जना लामा	२०७८
२८००	अञ्जना श्रेष्ठ	२०७८
२८०१	अञ्जना तामाङ	२०७८
२८०२	अन्जिसा पुरी	२०७८
२८०३	अंकित श्रेष्ठ	२०७८
२८०४	अनु श्रेष्ठ	२०७८
२८०५	अनुष्का थापा	२०७८
२८०६	आशाली तामाङ	२०७८
२८०७	आशिका थापा	२०७८
२८०८	आशिष खत्री	२०७८
२८०९	अस्मिता कार्की	२०७८
२८१०	अविशेक श्रेष्ठ	२०७८
२८११	आयुष थापा	२०७८
२८१२	बिमल आचार्ज	२०७८
२८१३	बिनिता धमला	२०७८
२८१४	बिनिता तामाङ	२०७८

क्र.स.	नाम थर	साल
२८१५	बिराज तामाङ	२०७८
२८१६	बिशो थापा मगर	२०७८
२८१७	बितिशा गोले	२०७८
२८१८	चादनी सदाशंकर	२०७८
२८१९	चन्दनी तामाङ	२०७८
२८२०	छासङ लामा	२०७८
२८२१	दावा शेर्पा	२०७८
२८२२	देबकी तामाङ	२०७८
२८२३	देवी थापा मगर	२०७८
२८२४	दिव्या पिठाकोटे थापा	२०७८
२८२५	डोल्मा तामाङ	२०७८
२८२६	गौरव लामा	२०७८
२८२७	इन्दिरा कार्की	२०७८
२८२८	जनक लामा	२०७८
२८२९	जेनिशा श्रेष्ठ	२०७८
२८३०	कविता बि.के.	२०७८
२८३१	कृजल नेपाल	२०७८
२८३२	कृष्णा श्रेष्ठ	२०७८
२८३३	कुशल रायमाझी	२०७८
२८३४	लक्ष्मी कटुवाल	२०७८
२८३५	लक्ष्मी नेपाल	२०७८
२८३६	लक्ष्मी श्रेष्ठ	२०७८
२८३७	मनिष अधिकारी	२०७८
२८३८	मनिष थापा	२०७८
२८३९	मन्जिता खत्री	२०७८
२८४०	मोनिका गिरी	२०७८
२८४१	निमा डोल्मा तामाङ	२०७८
२८४२	निरोज घले	२०७८
२८४३	निरोज कार्की	२०७८
२८४४	प्रविना अधिकारी	२०७८

क्र.स.	नाम थर	साल
२८४५	प्रतिभा ढकाल	२०७८
२८४६	पुजा खत्री	२०७८
२८४७	पुजा थापा	२०७८
२८४८	पुनम सापकोटा	२०७८
२८४९	रबिन लामा	२०७८
२८५०	राज घले	२०७८
२८५१	राजन ठाकुर	२०७८
२८५२	रमिला स्याङ्बो	२०७८
२८५३	रेजिना भारती	२०७८
२८५४	रिचन श्रेष्ठ	२०७८
२८५५	रितिमा तामाङ	२०७८
२८५६	रितु तामाङ	२०७८
२८५७	रोजिना कटुवाल	२०७८
२८५८	रोशन शर्मा	२०७८
२८५९	रोशन श्रेष्ठ	२०७८
२८६०	रोशन तामाङ	२०७८
२८६१	रोवेना श्रेष्ठ	२०७८
२८६२	रुबिना चौधरी	२०७८
२८६३	रुबिना घले	२०७८
२८६४	सबिन भुजेल	२०७८
२८६५	सविन श्रेष्ठ	२०७८
२८६६	सबिना घले	२०७८
२८६७	सागर तामाङ	२०७८
२८६८	साजु श्रेष्ठ	२०७८
२८६९	सलिना कार्की	२०७८
२८७०	समीर श्रेष्ठ	२०७८
२८७१	सन्दिप अर्याल	२०७८
२८७२	संगम सापकोटा	२०७८
२८७३	सरूप भुजेल	२०७८
२८७४	शिल्पा चुहान	२०७८

क्र.स.	नाम थर	साल
२८७५	स्मृति घले	२०७८
२८७६	सोनिया कार्की	२०७८
२८७७	सृजन सुवेदी	२०७८
२८७८	सुदीप दुलाल	२०७८
२८७९	सुदीप सिंह बस्नेत	२०७८
२८८०	सुगरिका के.सी.	२०७८
२८८१	सुजाता श्रेष्ठ	२०७८
२८८२	सुजिना तामाङ	२०७८
२८८३	सुमन कार्की	२०७८
२८८४	सुमन तामाङ	२०७८
२८८५	सुनिल तामाङ	२०७८
२८८६	सुनिता लामा	२०७८
२८८७	सुरज तामाङ	२०७८
२८८८	सुशील श्रेष्ठ	२०७८
२८८९	सुष्मा श्रेष्ठ	२०७८
२८९०	सुष्मा तामाङ	२०७८
२८९१	सुस्मिता बैजु	२०७८
२८९२	याङचेन शेर्पा	२०७८
२८९३	आरबिक थापा	२०७९
२८९४	आशा खड्का	२०७९
२८९५	आयुष नेपाल	२०७९
२८९६	आयुष कुँवर	२०७९
२८९७	अभिषेक दुलाल	२०७९
२८९८	अग्रिन श्रेष्ठ	२०७९
२८९९	अमृत कटुवाल	२०७९
२९००	अनिल घले	२०७९
२९०१	अञ्जली लामा	२०७९
२९०२	अनुसिया दंगल	२०७९
२९०३	अनुष्का तामाङ	२०७९
२९०४	अप्सरा श्रेष्ठ	२०७९

क्र.स.	नाम थर	साल
२९०५	बैष्णवी थापा	२०७९
२९०६	बिपाशा कटुवाल	२०७९
२९०७	बिष्णु श्रेष्ठ	२०७९
२९०८	देवयानी ढुंगाना	२०७९
२९०९	दिव्यानी घले	२०७९
२९१०	दिक्षा प्रधान	२०७९
२९११	दिपिका तामाङ	२०७९
२९१२	हिरा काजी लामा	२०७९
२९१३	इशान श्रेष्ठ	२०७९
२९१४	जिया घले	२०७९
२९१५	कबिन कक्षपति	२०७९
२९१६	कनिष्मा श्रेष्ठ	२०७९
२९१७	करुण घले	२०७९
२९१८	करुण खत्री	२०७९
२९१९	कृष्ण श्रेष्ठ	२०७९
२९२०	कृष्णा श्रेष्ठ	२०७९
२९२१	कुनसाङ लामा	२०७९
२९२२	मन्दिरा काफ्ले	२०७९
२९२३	मणिका लोप्चन	२०७९
२९२४	मनिष तामाङ	२०७९
२९२५	मुक्तिमाया श्रेष्ठ	२०७९
२९२६	नम्रता गुरुङ	२०७९
२९२७	नवल खड्का	२०७९
२९२८	नयन घले	२०७९
२९२९	निलिमा थापा	२०७९
२९३०	निरजन खत्री	२०७९
२९३१	निर्जना घले	२०७९
२९३२	निशा कटुवाल	२०७९
२९३३	पविन खत्री	२०७९
२९३४	प्रमिला लामा	२०७९

क्र.स.	नाम थर	साल
२९३५	प्रसुन दाहाल	२०७९
२९३६	प्रसुना श्रेष्ठ	२०७९
२९३७	प्रतिक्षा सापकोटा	२०७९
२९३८	प्रेम तामाङ	२०७९
२९३९	रबिन कार्की	२०७९
२९४०	रवीन्द्र बि.के.	२०७९
२९४१	रचना दुलाल	२०७९
२९४२	रञ्जित श्रेष्ठ	२०७९
२९४३	रञ्जिता कार्की	२०७९
२९४४	रेहान श्रेष्ठ	२०७९
२९४५	रिवेश श्रेष्ठ	२०७९
२९४६	रिजन श्रेष्ठ	२०७९
२९४७	रितिश प्रधान	२०७९
२९४८	रोहित तामाङ	२०७९
२९४९	रोहित ठकुरी	२०७९
२९५०	रोशन तामाङ	२०७९
२९५१	रोशन थापा	२०७९
२९५२	सबिन बनिया	२०७९
२९५३	सबिना श्रेष्ठ	२०७९
२९५४	साहिल श्रेष्ठ	२०७९
२९५५	साइमन श्रेष्ठ	२०७९
२९५६	सजन लामा	२०७९
२९५७	साजन पुरी	२०७९
२९५८	सलिना परियार	२०७९
२९५९	सलिना श्रेष्ठ	२०७९
२९६०	सलोनी बी के	२०७९
२९६१	सल्पु श्रेष्ठ	२०७९
२९६२	सम्वृद्दी नेपाल	२०७९
२९६३	समुना दंगल	२०७९
२९६४	सन्ध्या श्रेष्ठ	२०७९
२९६५	सञ्जय गोले	२०७९
२९६६	सपना तामाङ	२०७९
२९६७	सरस्वती बुढाथोकी	२०७९
२९६८	सरस्वती शाक्य	२०७९
२९६९	सौरभ लामा	२०७९
२९७०	श्रीराम ढुंगेल	२०७९
२९७१	सिलसिला तामाङ	२०७९
२९७२	सिन्धु खड्का	२०७९
२९७३	शिशिर धिताल	२०७९
२९७४	सोनिया लामा	२०७९
२९७५	सुबम श्रेष्ठ	२०७९
२९७६	सुबिन थापा	२०७९
२९७७	सुजाता कटुवाल	२०७९
२९७८	सुजाता तामाङ	२०७९
२९७९	सुजित श्रेष्ठ	२०७९
२९८०	सुमन कटुवाल	२०७९
२९८१	सुमन स्याङ्तान	२०७९
२९८२	सुनिल दुलाल	२०७९
२९८३	सुरज घले	२०७९
२९८४	सुरज कार्की	२०७९
२९८५	सुस्मा तामाङ	२०७९
२९८६	सुस्मिता बस्नेत	२०७९
२९८७	स्वस्थानी दंगल	२०७९
२९८८	तुलशा थापा	२०७९
२९८९	अरिन श्रेष्ठ	२०७९
२९९०	उत्सव सापकोटा	२०७९
२९९१	युनिशा गुरुङ	२०७९
२९९२	बिमला तामाङ	२०७९
२९९३	खड्ग बहादुर कुरा	२०७९
२९९४	लक्ष्मण गिरी	२०७९

क्र.स.	नाम थर	साल
२९९५	लिला बोगटी	२०७९
२९९६	प्रसन्त पुरी	२०७९
२९९७	पूर्णबहादुर बस्नेत	२०७९

क्र.स.	नाम थर	साल
२९९८	साजन नेपाली	२०७९
२९९९	शिवराज कार्की	२०७९

२०८० मा कक्षा १२ उत्तीर्ण हुने विद्यार्थीहरूको नामावली

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
१	दिलाशा श्रेष्ठ	प्रथम
२	सौरब गिरी	द्वितीय
३	शेर बहादुर दोङ	तृतीय
४	निराकार कक्षपति	उतीर्ण
५	शिला श्रेष्ठ	उतीर्ण
६	सजिना सुवेदी	उतीर्ण
७	सीता श्रेष्ठ	उतीर्ण
८	कृतिका श्रेष्ठ	उतीर्ण
९	रेनुका तामाङ	उतीर्ण
१०	आइशा बस्नेत	उतीर्ण
११	सितल श्रेष्ठ	उतीर्ण
१२	ज्ञानु श्रेष्ठ	उतीर्ण
१३	कुमार दमाई	उतीर्ण
१४	अनिता थापा	उतीर्ण
१५	सुमित्रा तामाङ	उतीर्ण
१६	अनिता श्रेष्ठ	उतीर्ण
१७	विनिता रायमाझी	उतीर्ण
१८	राधिका श्रेष्ठ	उतीर्ण
१९	सुशीला भण्डारी	उतीर्ण
२०	युवराज दमाई	उतीर्ण
२१	सुस्मिता भारती	उतीर्ण
२२	सानुमाया तामाङ	उतीर्ण
२३	आरिका चुहान	उतीर्ण
२४	युधिष्ठिर कार्की	उतीर्ण

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
२५	मिङ्मार तामाङ	उतीर्ण
२६	देवी भारती	उतीर्ण
२७	नीतु घले	उतीर्ण
२८	ओमबज्र तामाङ	उतीर्ण
२९	सुनिता दोङ	उतीर्ण
३०	रोशनी गिरी	उतीर्ण
३१	सृजना श्रेष्ठ	उतीर्ण
३२	सुशन अर्याल	उतीर्ण
३३	पार्वती घले	उतीर्ण
३४	सुजन तामाङ	उतीर्ण
३५	सुनिष्मा कक्षपति	उतीर्ण
३६	मिङमार शेर्पा	उतीर्ण
३७	अस्विन तामाङ	उतीर्ण
३८	संजिता तामाङ	उतीर्ण
३९	गंगाराम तामाङ	उतीर्ण
४०	सोम बहादुर तामाङ	उतीर्ण
४१	राजु तामाङ	उतीर्ण
४२	इशान श्रेष्ठ	उतीर्ण
४३	सुप्रिया तामाङ	उतीर्ण
४४	भगवती तामाङ	उतीर्ण
४५	बिक्रम कटुवाल	उतीर्ण
४६	निहारिका श्रेष्ठ	उतीर्ण
४७	सारांशा तामाङ	उतीर्ण
४८	कोपिला स्याङ्बो तामाङ	उतीर्ण

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
४९	मिलन सापकोटा	उतीर्ण
५०	राजन श्रेष्ठ	उतीर्ण
५१	कुशल थापा	उतीर्ण
५२	गायत्री भारती	उतीर्ण
५३	रश्मी श्रेष्ठ	उतीर्ण
५४	सुष्मा कार्की	उतीर्ण
५५	दीपिका रिजाल	उतीर्ण
५६	कमल राज बलम्पु	उतीर्ण
५७	मनिषा घले	उतीर्ण
५८	अनन्त पुर्कुटी	उतीर्ण
५९	शर्मिला तामाङ	उतीर्ण
६०	सुन माया स्याङ्बो	उतीर्ण
६१	रोहन श्रेष्ठ	उतीर्ण
६२	सबिता श्रेष्ठ	उतीर्ण
६३	सागर श्रेष्ठ	उतीर्ण
६४	स्वस्थानी श्रेष्ठ	उतीर्ण
६५	जुना तामाङ	उतीर्ण
६६	निरोज तामाङ	उतीर्ण
६७	देवा तामाङ	उतीर्ण
६८	आदित्य श्रेष्ठ	उतीर्ण
१	आशा तामाङ	उतीर्ण
२	आभास भुजेल	उतीर्ण
३	अम्बिका कार्की	उतीर्ण
४	अनिल गोले	उतीर्ण
५	अञ्जली श्रेष्ठ	उतीर्ण
६	अर्जुन ढुंगाना	उतीर्ण
७	अर्पण तामाङ	उतीर्ण
८	अस्मिता गोले	उतीर्ण
९	अस्मिता तामाङ	उतीर्ण
१०	अस्मिता तामाङ	उतीर्ण
११	अष्टमाया तामाङ	उतीर्ण
१२	अविषेक खत्री	उतीर्ण

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
१३	बालकुमारी गुभाजु	उतीर्ण
१४	विदुर पोखरेल	उतीर्ण
१५	बिक्रम तामाङ	उतीर्ण
१६	विमला तामाङ	उतीर्ण
१७	बिनिशा वि.क.	उतीर्ण
१८	विराज बस्नेत	उतीर्ण
१९	बुद्ध तामाङ	उतीर्ण
२०	चिनलाल तामाङ	उतीर्ण
२१	दावा तामाङ	उतीर्ण
२२	दीया थापा	उतीर्ण
२३	गंगा श्रेष्ठ	उतीर्ण
२४	गङ्गा तामाङ	उतीर्ण
२५	इन्दिरा तामाङ	उतीर्ण
२६	जीवन घले	उतीर्ण
२७	करुणा लामा	उतीर्ण
२८	किरण तामाङ	उतीर्ण
२९	कृष्ण अधिकारी	उतीर्ण
३०	कृष्ण श्रेष्ठ	उतीर्ण
३१	कृष्ण श्रेष्ठ	उतीर्ण
३२	कुमार लामा	उतीर्ण
३३	कुशल लामा	उतीर्ण
३४	कुशुम तामाङ	उतीर्ण
३५	लक्ष्मी शाक्य	उतीर्ण
३६	मानब लामा	उतीर्ण
३७	मन्दिरा कार्की	उतीर्ण
३८	मनिषा नेपाली	उतीर्ण
३९	मनोज लामा	उतीर्ण
४०	मिलन बम्जन	उतीर्ण
४१	मिलन तामाङ	उतीर्ण
४२	मोनिका श्रेष्ठ	उतीर्ण
४३	मुकेश बि.क.	उतीर्ण
४४	नानी माया तामाङ	उतीर्ण

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
४५	निरिशा विष्ट	उतीर्ण
४६	पेम्साङ दोङ	उतीर्ण
४७	प्रबिना तामाङ	उतीर्ण
४८	पुजा श्रेष्ठ	उतीर्ण
४९	पुस्कर लामा	उतीर्ण
५०	रमिता श्रेष्ठ	उतीर्ण
५१	रञ्जु तामाङ	उतीर्ण
५२	रस्मिला तामाङ	उतीर्ण
५३	रेणुका आचार्य	उतीर्ण
५४	रोजन घले	उतीर्ण
५५	रोनिका बागदास	उतीर्ण
५६	सविना बानियाँ	उतीर्ण
५७	सविना खड्का	उतीर्ण
५८	सविना तामाङ	उतीर्ण
५९	सम्जना श्रेष्ठ	उतीर्ण
६०	सन्ध्या सिलवाल	उतीर्ण
६१	सञ्जय तामाङ	उतीर्ण
६२	सरस्वती तामाङ	उतीर्ण
६३	सरस्वती तामाङ	उतीर्ण
६४	सरोज तामाङ	उतीर्ण
६५	सत्तमाई तामाङ	उतीर्ण
६६	सयम पुरी	उतीर्ण
६७	शान्ति सापकोटा	उतीर्ण
६८	सृजना विक	उतीर्ण
६९	सिङ्गे तामाङ	उतीर्ण
७०	सिर्जना श्रेष्ठ	उतीर्ण
७१	सिर्जना श्रेष्ठ	उतीर्ण
७२	सिता श्रेष्ठ	उतीर्ण
७३	स्नेह तामाङ	उतीर्ण
७४	सोनिया श्रेष्ठ	उतीर्ण
७५	सृजना लामा	उतीर्ण
७६	सुदिप घोरासैनी	उतीर्ण
७७	सुजल श्रेष्ठ	उतीर्ण
७८	सुजन घले	उतीर्ण
७९	सुजन तामाङ	उतीर्ण
८०	सुस्मिता अधिकारी	उतीर्ण
८१	सुस्मिता खत्री	उतीर्ण
८२	सुस्मिता श्रेष्ठ	उतीर्ण
८३	उमेश तामाङ	उतीर्ण
८४	खुशी आचार्य	उतीर्ण
८५	रिया श्रेष्ठ	उतीर्ण

शैक्षिक सत्र २०७९ कक्षा ११

सि.नं.	नाम थर	नतिजा
१	रिचन श्रेष्ठ	प्रथम
२	अन्जना लामा	द्वितीय
३	निश्चल श्रेष्ठ	तृतीय

SEE Result 2080

SN	Name Of Students	GPA
1	Joshila Khatri	3.82
2	Rijan Karki	3.79
3	Rasmi Budhathoki	3.75
4	Prayatna Basnet	3.74
5	Dibisha Napit	3.73
6	Neharika Maskey	3.68
7	Reshma Ghale	3.59
8	Lakpa Dolma Lama	3.56
9	Nirmala Nepali	3.35
10	Anjel Rana	3.31
11	Suraj Thapa	3.31
12	Nisha Dhungana	3.29
13	Kushal Ghale	3.24
14	Nischal Shrestha	3.16
15	Aastha Shrestha	3.12
16	Amisha Tamang	3.12
17	Mingmar Sherpa	3.1
18	Pema Lama	3.09
19	Prajita Khatri	3.06
20	Pramisha Puri	3.06
21	Amrita Tamang	3.04
22	Sudhir Chuhan	3.04
23	Bimu Tamang	3.02
24	Pranaya Himalaya	3
25	Sanjina Khanal	3
26	Rojina Rayamajhi	2.98
27	Samjhana Tamang	2.9
28	Kalpana Tamang	2.89
29	Prashuna Shrestha	2.87
30	Tara Devi Katuwal	2.87

SN	Name Of Students	GPA
31	Asmita Ghale	2.86
32	Uma Acharya	2.86
33	Sandip Neupane	2.84
34	Anil Karki	2.8
35	Karina Lama	2.78
36	Swostika Thapa	2.77
37	Anjana Lama	2.75
38	Bhabishya Khatri	2.75
39	Shishir Ghale	2.75
40	Binaya Himalaya	2.68
41	Rijan Shrestha	2.6
42	Aashish Sunuwar	2.63
43	Anjan Puri	2.95
44	Arjun Karki	2.73
45	Deepika Khatri	2.86
46	Devaki Shrestha	2.9
47	Milan Sunar	2.59
48	Nabina Adhikari	2.58
49	Piyush Thapa	2.81
50	Prem Lama	2.62
51	Puja Neupane	2.87
52	Ranju Kapali	2.74
53	Salina Shrestha	2.75
54	Shivram Acharya	2.66
55	Srijana Tamang	2.68
56	Subham Ghale	2.73
57	Sudip Basnet	2.71
58	Sujan Lama	2.7
59	Suresh Lama	2.72
60	Sushant Shrestha	2.68

SLC(Grade 12) Regular Examination Passed list 2081

SN	Name Of Students	Remarks	GPA
1	Puja Sapkota	First	3.28
2	Nishchal Shrestha	Second	3.25
3	Richan Shrestha	Third	3.20
4	Sujan Senchuri	Third	3.20
5	Sabina Ghale	Passed	3.18
6	Jenisha Shrestha	Passed	3.17
7	Gaurab Puri	Passed	3.15
8	Puja Khatri	Passed	3.15
9	Shree Kaji Tamang	Passed	3.06
10	Shilpa Chuhan	Passed	3.04
11	Laxmi Khatri	Passed	3.02
12	Prabina Adhikari	Passed	2.99
13	Ram Bdr Tamang	Passed	2.96
14	Soniya Karki	Passed	2.95
15	Rojina Katuwal	Passed	2.94
16	Sudip Singh Basnet	Passed	2.94
17	Sunita Lama	Passed	2.94
18	Rajendra Dong	Passed	2.90
19	Swosthani Bk	Passed	2.87
20	Samjhana Tamang	Passed	2.84
21	Shusila Tamang	Passed	2.83
22	Sumina Dulal	Passed	2.82
23	Kumar Tamang	Passed	2.81
24	Subina Sapkota	Passed	2.81
25	Sandip Aryal	Passed	2.80
26	Samir Tamang	Passed	2.79
27	Sagar Tamang	Passed	2.77
28	Sushma Tamang	Passed	2.76
29	Manoj Shrestha	Passed	2.75
30	Karuna Acharya	Passed	2.73

SN	Name Of Students	Remarks	GPA
31	Hridesh Budhathoki	Passed	2.72
32	Laxmi Shrestha	Passed	2.71
33	Saraswoti Karki	Passed	2.70
34	Binita Tamang	Passed	2.69
35	Milan Tamang	Passed	2.68
36	Nima Dolma Tamang	Passed	2.67
37	Sujan Thapa	Passed	2.65
38	Apsara Syangbo	Passed	2.64
39	Krijal Nepal	Passed	2.63
40	Anjan Bista	Passed	2.62
41	Anjisa Puri	Passed	2.62
42	Samir Shrestha	Passed	2.61
43	Bikash Adhikari	Passed	2.58
44	Ritima Tamang	Passed	2.57
45	Suman Karki	Passed	2.57
46	Anjana Tamang	Passed	2.54
47	Sandeep Nepali	Passed	2.50
48	Sangita Bardewa	Passed	2.48
49	Bikash Puri	Passed	2.47
50	Rina Tamang	Passed	2.46
51	Rubina Ghale	Passed	2.46
52	Sunil Lama	Passed	2.42
53	Binita Ghale	Passed	2.41
54	Suman Tamang	Passed	2.37
55	Sumitra Kunwar	Passed	2.37
56	Hindi Lal Tamang	Passed	2.30
57	Anju Shrestha	Passed	2.27
58	Rakesh Shrestha	Passed	2.27
59	Prashan Raj Ghale	Passed	2.24
60	Sujata Shrestha	Passed	2.21

SLC (Grade 12) Grade Increment (Supplementary) Examination Passed list 2081

1	Aaising Tamang	Passed
2	Anuska Thapa	Passed
3	Asmita Magar	Passed
4	Avishek Shrestha	Passed
5	Bal Bahadur Tamang	Passed
6	Bitisha Gole	Passed
7	Chandani Tamang	Passed
8	Chandrika Shrestha	Passed
9	Chhasang Lama	Passed
10	Chok Bahadur Magar	Passed
11	Debaki Tamang	Passed
12	Devi Thapa Magar	Passed
13	Dibya Pithakote Thapa	Passed
14	Dipika Sapkota	Passed
15	Dolma Tamang	Passed
16	Ganga Khadka	Passed
17	Gautam Thapa	Passed
18	Gitmaya Tamang	Passed
19	Ichchha Thapa	Passed
20	Indira Karki	Passed
21	Inu Thapa Magar	Passed
22	Kabita B. K.	Passed
23	Kopila Tamang	Passed
24	Krista Setisilwal	Passed
25	Laxmi Karki	Passed
26	Laxmi Katuwal	Passed
27	Laxmi Tamang	Passed
28	Lekh Bahadur Pokhrel	Passed
29	Manjita Khatri	Passed
30	Milan Rijal	Passed
31	Mischal Khadka	Passed
32	Nikesh Basnet	Passed
33	Nikesh Shrestha	Passed
34	Nirmala Sunar	Passed
35	Niroj Ghale	Passed
36	Nisha Thapa	Passed
37	Nishan Shrestha	Passed
38	Norki Tamang	Passed
39	Norpu Tamang	Passed
40	Pasang Tamang	Passed
41	Punam Sapkota	Passed
42	Rabin Tamang	Passed
43	Rabin Tamang	Passed
44	Raja Tamang	Passed
45	Renuka Shrestha	Passed
46	Roshan Shrestha	Passed
47	Rowena Shrestha	Passed
48	Rubina Rijal	Passed
49	Sabin Kc	Passed
50	Sambridhi Nepali	Passed
51	Sanjita Sapkota	Passed
52	Shanti Tamang	Passed
53	Smriti Ghale	Passed
54	Subash Shrestha	Passed
55	Subichha Ghale	Passed
56	Suka Dolma Lama	Passed
57	Sushma Shrestha	Passed
58	Ujwal Lama	Passed
59	Utsav Shrestha	Passed
60	Yangchen Sherpa	Passed
61	Rohan Katuwal	Passed
62	Krishala Shrestha	Passed
63	Anjana Lama	Passed

Class 11 Result 2080

1	Pratikshya Sapkota	First
2	Salina Shrestha	Second
3	Rachana Dulal	Third

SLC (Grade 12) Partial/ Grade Increment Examination Passed list 2081

1	Ajit Tamang	Passed
2	Anju Lama	Passed
3	Jamuna Shrestha	Passed
4	Poshan Khadka	Passed
5	Roshan Dhamala	Passed
6	Sabin Dhamala	Passed
7	Sabina Rijal	Passed
8	Milan Karki	Passed

Head Office
Chautara Sangachokgadhi Municipality-5, Sindhupalchok
Field Support: 9801966965, 9820114506, 9820114507, 9820114508
Renew/Remote Support/Query: 9820114505, 9801966964, 9820114509, 9820114510
Repair Department : 9801966963, Managing Director: 9801966961

श्री कृष्ण रत्न गंगा माध्यमिक विद्यालय

चौ.सा.गढी न.पा. ५, सिन्धूपाल्चोक

आ.व. २०८०/०८१ को आय व्यय विवरण

क्र.स.	आय विवरण	रकम	क्र.स.	व्यय बिबरण	रकम	कैफियत
१	नेपाल बैंक लिमिटेड	६३२०३२९।८२	१	दरवन्दि शिक्षक तलव	१८५५६९७९।००	
२	ग्लोवल आई.एम.ई.बैंक लिमिटेड (३७)	१७०३३११।३३	२	निजीश्रोत शिक्षक तलव	८७३२५४१।००	
३	ग्लोवल आई.एम.ई.बैंक लिमिटेड (९४१)	५३७४।३७	३	कर्मचारी संचयकोष	३२८३६०४।००	
४	नेपाल ईन्भेष्टमेन्ट मेगा बैंक लिमिटेड	१२३५५।२९	४	नागरिक लगानी कोष विमा	२९५२००।००	
५	कृषि बिकास बैंक लिमिटेड	८५६००।००	५	सामाजिक सुरक्षा कर ११२११	२०६४७३।००	
६	नेपाल बैंक लिमिटेड मूद्धती खाता	४०००००।००	६	थप कक्षाको रकम भूक्तानी	४६८५००।००	
७	नगद मौज्दात	१७००००।००	७	थप कक्षा सञ्चालन	३४१५००।००	
२	**चौं.सा.गढी नगरपालिका अनूदान**		८	शिक्षक पोषाक	३८१४००।००	
१	तलव भत्ता	२३२६१५०१।२०	९	मसलन्द/स्टेशनरी/छपाई	४७०३७७।९३	
२	छात्रवृत्ति	१४५०००।००	१०	बैंक व्याज कर	६८१५३।८६	
३	दिवा खाजा	१९७७२७०।००	११	राजश्व दाखिला	१०४०४८।३२	
४	नमुना विद्यालय	४५००००००।००	१२	बिद्यूत सामान तथा वाईरिङ	६०६९०।००	
५	विद्यालय व्यवस्थापन खर्च	३००००।००	१३	महसूल भूक्तानी	२२१०११।००	
६	ईन्टरनेट	१२०००।००	१४	कक्षा १० को आवेदन शूल्क दाखिला	७४५२०।००	
७	खूल्ला विद्यालय अनूदान	१५२०००।००	१५	बिबिध खर्च	५०५९०।००	
८	प्रति विद्यार्थी लागत अनूदान	३१८५००।००	१६	कक्षा १० को मूल प्रमाण पत्र शूल्क दाखिला	२५६००।००	
९	लेखापरीक्षण	१५०००।००	१७	कक्षा १२ को मूल प्रमाण पत्र शूल्क दाखिला	१५९६००।००	
१०	एस.आई.पि.	२००००।००	१८	एन.सि.सि.खर्च	११७४२०।००	
११	शिक्षक पोषाक	०।००	१९	लेखापरीक्षण	६५०००।००	
१२	पाठ्यपूस्तक	६५००२४।००	२०	टेलिभिजन मर्मत	२०१००।००	
१३	वडा नं.५ निजी शिक्षक अनूदान	२०००००।००	२१	अतिथी सत्कार	४६९४४।००	
१४	वडा नं.५ स्काउट	४४०००।००	२२	समवेदना खर्च	३४२८९।००	
१५	उत्कृष्ट सिकाई अनूदान	५००००।००	२३	कक्षा ११ रजिष्ट्रेशन शूल्क दाखिला	६०८००।००	
१६	विज्ञान सामाग्री खरिद निकासा	४०००००।००	२४	ईन्टरनेट	५६५००।००	
१७	**अन्य संघ संस्था सहयोग**		२५	फोटोकपी मेशिन/प्रिन्टर व्याट्री मर्मत	९३३९५।००	
२	बैदेशिक रोजगार छात्रबृत्ति शिक्षा समन्वय ईकाई	१२०००।००	२६	स्कुल मेनेजमेन्ट सफ्टवेयर	४००००।००	
१	राष्ट्रिय परीक्षा वोर्ड	१३७१४०।००	२७	परीक्षा संञ्चालन खर्च	१२६५००।००	
२	नगर खेलकूद विकास समिति	२८८००।००	२८	कक्षा ११,१२ बाह्य परीक्षा/प्रयोगात्मक सञ्चालन खर्च	२६१४९०।००	
३	प्रदेश सरकार कम्पाउण्ड वाल	१३९२५२५।००	२९	दिवा खाजा	१९७७२७०।००	
४	**बिद्यालयलाई आर्थिक सहयोग गर्ने व्यक्ति संस्था**		३०	छात्रवृत्ति बितरण	१९००००।००	
३	श्री केदार नाथ आचार्य	२००००।००	३१	खूल्ला बिद्यालय सञ्चालन खर्च	७६६००।००	
१	श्री महिमा बहूउद्येश्यीय सहकारी संस्था लिमिटेड	१००००।००	३२	बिद्यालयको वार्षिकोत्सव	३०७६५०।००	
२	श्री उज्यालो बचत तथा ऋण सहकरी संस्था लिमिटेड	१००००।००	३३	स्मारिका प्रकाशन	२८६५०।००	
३	श्री एस.एल.सि.व्याच २०४८ टि.टि.वोर्ड निर्माण सहयोग	२२०००।००	३४	बिद्यालय सरसफाई तथा मर्मत सम्भार खर्च	२१८०६५।००	
४	श्री एस.एल.सि.व्याच २०४९ सहयोग	५१५००।००	३५	क्यान्टिन व्यवस्थापन खर्च	३३८९६८।००	
५	श्री गेहेन्द्र/दुल बहादूर/मिन बहादूर बुढाथोकी सहयोग	२००००।००	३६	कक्षा १ देखि १० सम्मको पाठ्यपूस्तक बितरण खरिद	६४०३८।००	
६	श्री प्रेसचोक बचत तथा ऋण सहकारी संस्था लिमिटेड	५०००।००	३७	राष्ट्रपती रनिडसिल्ड	६५४७०।००	
७	महाकाली सहकारी संस्था लिमिटेड	१००००।००	३८	बिद्यार्थी औषधि उपचार खर्च	८०००।००	
८	लाल वाबु खड्का छात्रवृत्ति सहयोग	५००००।००	३९	स्काउट कार्यक्रम सञ्चालन खर्च	५४०००।००	
९	मिलिजूली सहकारी संस्था लिमिटेड	५०००।००	४०	क्यालेण्डर छपाई	५५०००।००	
५	**बिद्यालयको आन्तारिक श्रोत**		४१	टाईबेल्ट खरिद	१०८७८५।००	
१	बैंक व्याज	३३९५०५।०२	४२	नगर स्तरिय खेलकूद कार्यक्रम खर्च	५९८५०।००	
२	अभिभावक सहयोग	३८२८३००।००	४३	हाउस ड्रेस,सूईटर खरिद	५५४४५९।००	
२	चारित्रिक प्रमाण पत्र	३०२६००।००	४४	बिज्ञान प्रदर्शनी खर्च	३५७१०।००	
३	हाउस ड्रस बिक्री	५०९३००।००	४५	शिक्षक डायरी खरिद	१९५००।००	
४	टाईबेल्ट बिक्रि	८९४२५।००	४६	मायाको चिनो खरिद	२०३००।००	
५	एस.ई.ई.आवेदन	६०२४०।००	४७	ईमिस अपडेट खर्च	१५०००।००	
६	परीक्षा शूल्क	१८५२९३१।००	४८	एस.आई.पि.अध्यावधिक खर्च	२००००।००	
७	रजिष्ट्रेशन शूल्क	४७५६०।००	४९	ल्यापटप खरिद	६८०००।००	
८	सूईटर बिक्री	५५७५०।००	५०	बिज्ञान प्रयोगशाला निर्माण	७९३०००।००	
९	हल चार्ज	३०००।००	५१	टि.टि.बोर्ड निर्माण खर्च	१४३००।००	
१०	आई.डि.कार्ड क्यालेन्डर	१८८००।००	५२	कम्पाउण्ड वाल निर्माण	१४५००००।००	
११	कोटेशन बिज्ञापन वापत	१०००।००	५३	वाटर फिल्टर यूरोगार्ड खरिद	३६०००।००	
१२	कवाडी सामान बिक्री	३३३३०।००	५४	बिज्ञान सामाग्री खरिद	८२००।००	
१३	भौतिक शूल्क	१३०९४००।००	५५	डिजिटल डिस्प्ले बोर्ड जडान खर्च	९४४२०।००	
१४	थप कक्षा सञ्चालन	४११७६०।००	५६	कम्प्यूटर टेवल र नेमबोर्ड खरिद	१५०००।००	
			५७	कक्षा कोठा व्हवस्थापन	८१५००।००	
			५८	साउण्ड सिष्टम खरिद	४५०००।००	
			५९	**बैंक/नगद मौज्दात**		
			१	नेपाल बैंक लिमिटेड	७७६५९८।१०	
			२	ग्लोवल आई.एम.ई.बैंक लिमिटेड (३७)	१०७८४१।१५	
			३	ग्लोवल आई.एम.ई.बैंक लिमिटेड (९४१)	३३८६५३७४९	
			४	नेपाल ईन्भेष्टमेन्ट मेगा बैंक लिमिटेड	११४६४।१८	
			५	कृषि बिकास बैंक लिमिटेड	१२५६००।००	
			६	नेपाल बैंक लिमिटेड मूद्धती खाता	४०००००।००	
			७	ग्लोवल आई.एम.ई.बैंक लि.मूद्धती	५००००००।००	
			८	नगद मौज्दात	५५१३०।००	
	जम्मा :	**५११०९१३२।०३**		**जम्मा**	**५११०९१३२।०३**	

०।००

L.N. 3966