

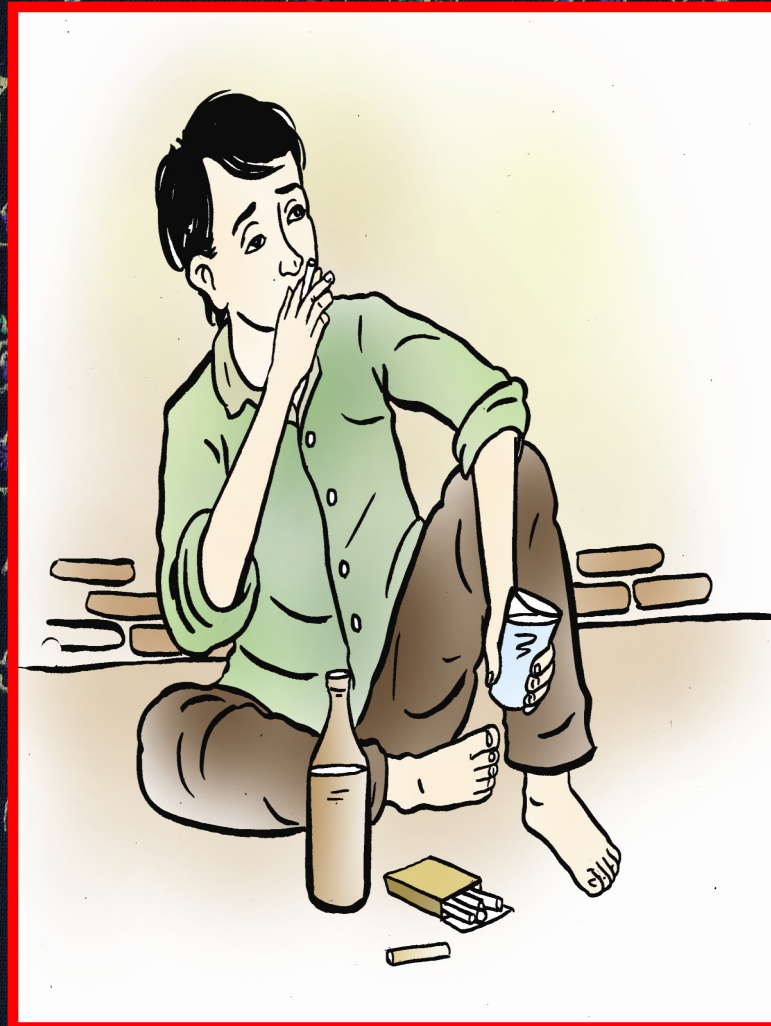
मातृभाषा पिपल पुस्तकको बारेमा

यो ग्रन्थमाला भाषानुभव विधिबाट तयार गरिएको हो। यस विधिमा लेखकले आफ्नो अनुभवको कथालाई आफ्नै मातृभाषामा तयार पार्दछ।

यस किसिमका कथाहरू सत्य घटनामा आधारित हुनुका साथै गाउँका मानिसहरूको अनुभवसँग मेल खाने र आफ्नै मातृभाषामा लेखिएको हुनाले उनीहरूले यसमा बढी चासो लिन्छन्। वास्तविक अनुभवको घटनाबाट बनेका यस्ता कथाहरू पढ्दा नव साक्षरहरूले पछि आउने घटनाको अड्कल पहिले नै पाउँछन् जसबाट उनीहरूको आत्म विश्वास र वाचन प्रवाह बढ्दै जानुको साथसाथै आफ्नो मातृभाषा संरक्षण र संवर्द्धन हुने हुनाले यसको छुट्टै महत्व रहेको छ।

यो ग्रन्थमालाले नव साक्षर पाठकहरूलाई बोली-चालीको भाषाबाट कुशलतापूर्वक किताबी भाषामा लैजान चाहन्छ। जब उनीहरूमा पढ्ने बानी बस्दै जान्छ, परिष्कृत शैलीको नयाँ नयाँ लेखहरू पनि पढ्न सक्ने हुन्छन्।

प्रत्येक शीर्षक छुट्टा छुट्टै भएतापनि यस ग्रन्थमालामा प्रयोग भएका भाषाका विभिन्न रूप, शैली र संरचनाको माध्यमबाट नव साक्षर पाठकहरूले आफ्नो भाषाको विकास गर्न सक्दछन् भन्ने विश्वास गरिएको छ।



लोहोरुङ

प्रकाशक: मातृभाषा केन्द्र नेपाल



हीम्चीम्मी फल

हारपा - चोप्बाङ सजील
मी?मी हार - लुम्पीऐ सजील
फीरीमा - मी:म सार
फीत्री?मा - काम्नु र पढालीखुवाचीम् लागी

Copyright © Mother Tongue Centre Nepal

Language: Lohorung
Language Title: Himchimmi Phal
Author: Jevin Rai
Nepali Title: Sangat Gunaako Phal
English Title: The Results of Bad Company
Artist: Ratan Ale
First Edition: 2012
Copies: 500
Publisher: Mother Tongue Center Nepal

ISBN:978-9937-533-54-6

The format for this Pipal Pustak book, as well as the Pipal Pustak series, originated with the United Mission to Nepal (UMN).

सीम्मो खानावाँ

- १ ए?वाके उमेराबी काइसे सीढा याडु:ये हला ?
- २ आसे गर्दा सीढा चाबके हला ?
- ३ मान्ठा खो याङ् पाप्युङ्से हला ?
- ४ मान्ठा खोसे खोम् क?नाम् इन्चोउये हला ?
- ५ मान्ठा खो काइसे लाम्फुबाङ् आम्पक्मा माखासिए हला ?
- ६ खो ओसे वाइचासी लाखेटुये हला ?
- ७ आक्क योम्पक् याइमम् लागी खो हाम्पी खोरे हला ?
- ८ खोम् आप्पाऐ मान्ठा काइसे लाम्फुबी भेम्मा मापीट्टुये हला ?
- ९ खो गाँवाबाङ् ऐम्पक्मार सीढा याङ्:युक्से ?
- १० इग हानम्ऐ डुम् हला ?

पिपल पुस्तकको प्रयोग कसरी गर्ने ?

- १) दर्शकलाई आवरण पृष्ठ देखाउनुहोस् र शीर्षक पढ्नुहोस् ।
त्यसपछि, उहाँहरूलाई यो पुस्तक के को बारेमा हो जस्तो लाग्यो,
छलफल गर्न लगाउनुहोस् ।
- २) दर्शकलाई आवरण पृष्ठमा देखिएको चित्रको बारेमा छलफल गर्न
दिनुहोस् । (जस्तै: चित्रमा के देख्नुहुन्छ ?)
- ३) किताब जोडसँग पढ्नुहोस् । पढ्दाखेरी आफ्नो औला अथवा
प्वाइन्टर (सूचक) ले प्रत्येक पढिरहेको वाक्य देखाउनुहोस् ।
- ४) वाक्यलाई जोडसँग पढ्नुहोस् र उहाँहरूलाई आफूसँगसँगै
दोहोर्याउन लगाउनुहोस् । यसो गर्दा पनि आफ्नो औला वा
प्वाइन्टरले पढिरहेको वाक्य देखाउनुहोस् ।
- ५) दर्शकलाई ३ देखि ४ जना सम्म पनै गरी स-साना झुण्डमा
विभाजित गर्नुहोस् । प्रत्येक झुण्डलाई एक पटकमा एउटा वाक्य
वा पुरै एक पेज देखाउनुहोस् ।
- ६) त्यसपछि प्रत्येकलाई पुरै किताब जोडसँग पढ्न
लगाउनुहोस् । अथवा,
 - प्रत्येकलाई पटकमा एउटा वाक्य वा एक पेज पुरै
पढ्न लगाउनुहोस् ।
 - यदि कोही आफै पढ्न नसक्ने हुनुहुन्छ भने कोही एक
जनालाई सहयोग गरिदिन अनुरोध गर्नुहोस् ।
- ७) कथाको बारेमा केही प्रश्नहरू सोध्नुहोस् । किताबको
अन्तिम पृष्ठमा भएका प्रश्नहरूलाई **refer** गर्नुहोस् ।

हीम्चीम्मी फल

काडा कैसे लाम्फुबी भैम्मीम्पा, आक्क
उमेराबी दुःख टक्चाडुडे हाङ्के पास्चाताप
मीन्डीडे ।

चित्रकारमी नीङ्ः रतन आले

ISBN:978-9937-533-54-6

या१ल काडा १५ बारसाए लीमार
काडा धारानबी पेन्युक्सीड् । काडामी
खीम्पीह चोप्न या१मीची टा-टाङ्पाम्
योम्पक्बी खे१युङ्सामी । काडा खीम्पी
टाङ्पाटे पेम्मा ऐस्सीयुङ्सीड् हाङ् काडा
लाङ्काम्चीम् खीम्पी खे१युङ्सीड् । हाङ्
खोचीनुङ् लेल्लैन् पेन्युङ्सीड् ।



आखा लाङ्काम्ची चुरोट
डुङ्.युङ्.सामी । हाङ्. काडासु डुङ्.ने?
कामानुङ्. सीम्युङ्.सीङ्.मी टर काडे.
डुङ्.डानी लोयुङ्.सुङ्.ची । या?ली-या?ली
ग खोचीऐ डुङ्. लोमारसुङ्. माडुङ्.युङ्.डा ।
डेङ्.-डेङ्.पी खोचीऐ एकखेपा टे?न
डुङ्.मार माङ्.स लीनी, सेबे म सेबे
कामानुङ्. लोसीङ्.मी हाङ्. काडे.सुङ्.
सेबुङ्. ।

a little less difficult. My father kept me away from my bad friends. There he didn't allow me to keep company with bad friends. Because I didn't get drugs in my village, gradually day by day my addiction to drugs was removed. After one year, such a bad habit had completely left me.

I came back to Dharan again and stayed there. When I came there, I learned that one of my friends had died because of taking drugs. If I was still taking drugs like he was, then probably I, too, might be like him. If my father hadn't become wise to the situation in time, I might still be taking drugs.

Therefore, what I would suggest is that we should take those youths who are taking drugs to a rehabilitation centre in time so that they can be made mentally and physically healthy and so they will be able to get a job and won't get into trouble. Now I know that we should not keep company with bad friends and we should become wise before it is too late. Otherwise we will have a lot of troubles.

After that, I used to spend a lot of money. At home, my parents used to give me some pocket money, but it was not sufficient for me. So I began to exchange my nice clothes, wallet, etc. for drugs and would take drugs. By that time I could not go without drugs even for a few minutes. Without drugs, I could not eat or sleep well.

One day, I was staying in my room and using drugs. There my sister saw me and told everyone in my house that I was taking drugs. Everybody at home scolded me and tried to persuade me. Then, my uncle took me to visit the place called Ilam. We went there for three days and then returned home. After returning from there, I didn't stop taking drugs. After that, my sister and father took me to the village of Sankhuwasabha where I was born. We stayed there for one year.

While in Sankhuwasabha, I was far away from my drug-addicted friends. At first it was very difficult for me that I was unable to get drugs in the village but later on it became



आक्क डेङ्पी इया टेन कासे
खोचीऐ हानम्सुङ् चुरोट डुङ्बाकीङ्मी ।
आक्कन काडासु चुरोट डुङ्मे बानी
लीसीङ् । आक्कबाङ्केग टाङ्पाऐन चुरोट
इन्से डुङ्पकीङ् । चुरोट डुङ्मार चुरोट
डुङ्खुबा लाङ्काम्ची ओइर मुसुङ्ची,
हाङ् खोचीनुङ् लाङ्काम् लेपकीङ् ।
आखाचीऐ हाम्पी खेमा लोयुङ्सीङ्मी
काडा आक्कुबीन खेप्पकीङ् । खेस्सेभेन्से



लेभे?मार?न काइसे सीढा डुङ्खुबा
लाङ्काम्चीनुङ् सुङ्क नेर लीबकीङ् ।
हाङ् कासुङ्क काइसे सीढा याङ्पकीङ् ।

काङा या?लीऐ भन्दा डीरीक् याङ्
फेप्पकीङ् । काङा आप्पा आमाऐ
पी?मीम्पा याङ्ऐ खे:मा याङ्पकीङ् । हाङ्
आक्कबाङ् काङे टाङ्पाम् क?नाम् नुङ्
काइसे सीढा लेन्चाबकुङ् । आक्क
मेङ्डीङ् काङा हेमान याङ्पकीङ् ।

The Results of Bad Company

When I was 15 years old, I was living in Dharan. All the family members at my house went to work. I was alone at home; so I felt bored staying alone at home and would visit my friends' homes nearby. I spent most days with my friends. Those friends used to smoke cigarettes and urged me to smoke, but I would say "No" to them. At first, I used to refuse them by saying "No." But they kept saying, "Just for once, nothing will happen, just try it." Finally I, too, tried it.

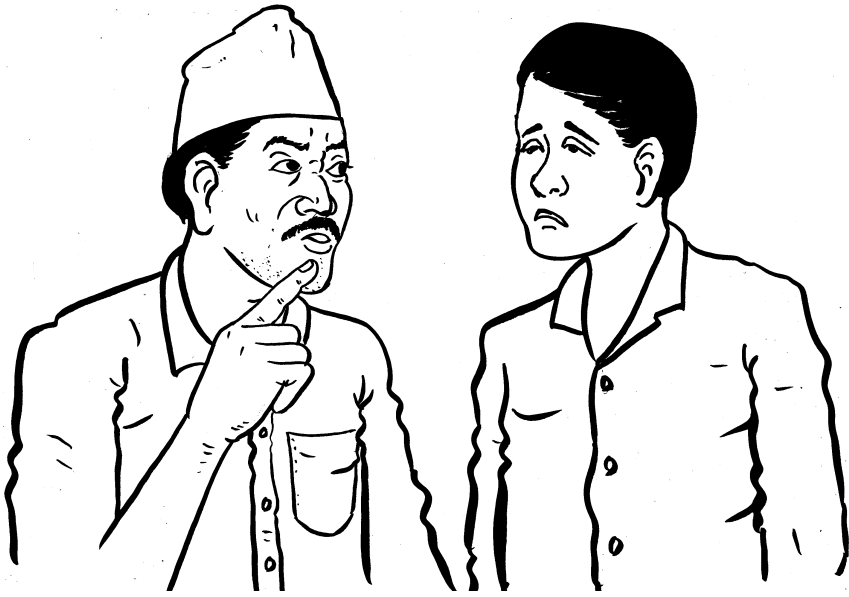
After that saying, it would be for one or two days, they used to make me to smoke day by day, and so I got in the habit of smoking. After that, I would buy a cigarette myself and would smoke it. I made more cigarette-smoking friends and kept company with them. I began to follow them wherever they led me to go. While keeping company with my smoker friends, I met yet other friends who used drugs and became closely connected with them and I also began to take drugs.

बितिसकेको कुरा थाहा पाएं । मलाई धेरै दुःख लाग्यो ।
यदि मैले पनि लागुपदार्थ सेवन गरिराखेको भए म पनि
यस्तै हुन्थें होला भनेर मनमनै सम्झें ।

त्यसैले आज म के भन्छु भने लागुऔषध सेवन
गरिरहेका साथीहरूलाई बेलैमा पुनः स्थापना केन्द्र लानु
पर्ने हुन्छ । जहां उनीहरू मानसिक र शारीरिक रूपमा
तन्दुरुस्त हुन सक्छन् । त्यसैले उनीहरू काम गर्न
सक्षम हुनेछन् र समस्यामा फस्ने छैनन् । यसरी बेलैमा
बुद्धि पुर्‍याएन भने दुःख पाइने रहेछ । आज आएर
मलाई थाहा भयो कि हामीले असल साथीको संगत गर्नु
पर्दोरहेछ ।



इया काडा कोठाबी पेन्से सीढा
याङ्ढाङ्पा, नानाए खाङ्टकीङ् हाङ्
खीम्पीहा चोप्न यामीची इठाङ्सुची ।
चोप्नए काडा लोसीटीङ्मी हाङ् काम्नु
लोबकीङ्मी । आक्कबाङ् काडा
बाब्बाङ्ऐ इलाम् वाइचासी लाखेटीङ् ।
काचीगा आक्कुबी हीच्ची सुम्ची डीना
पेनीङ्का हाङ् ऐम्पकाचीगा ।
आक्कबाङ्सङ् कामी नीवाँ माखासी हाङ्



काडा जन्म लीमीम्पा ठालबीन सात आठ
महीनामी लागी नानानुङ् आप्पे गाँवा
लेट्टीङ् ।

आक्कबाङ् काडा या?लीहा काइसे
सीटा याङ्खुबा लाङ्काम्चीबाङ्
फाक्बकीङ् । या?ली या?लीग काडा सार
सीट्टीङ् लेहाङ्मा टर डेङ्डेङ्
मी?मी?मी लेसे मीखे खारीङ् ।

मलाई गाली गर्दै सम्झाउन थाल्नुभयो । त्यसपछि
मलाई मेरो काकाले इलाम घुमाउन लानुभयो । हामी
२/३ दिन जति घुमेर घर फर्क्यौं । त्यहाँबाट
फर्केपछि पनि मैले लागु औषध सेवन गर्न छोडेन ।
त्यसपछि मलाई बुबा र दिदीले मेरो जन्मथलो गाउँ
संखुवासभामा लानुभयो । हामी त्यहाँ एक वर्ष बस्यौं ।

संखुवासभामा बस्दा म लागु औषध खाने
साथीहरूबाट टाढा भएँ । लागुपदार्थ सेवन गर्न
नपाएकोले सुरुमा त मलाई धेरै गाह्रो भयो तर पछि
कम हुँदै गयो । बुबाले मलाई त्यहाँ कुलतमा फसेका
साथीहरूबाट अलग राख्नुभयो । गाउँमा लागुपदार्थ
पाइँदैनथ्यो । त्यसैले गर्दा लागु औषध खाने बानी पनि
हट्दै गएको थियो । वर्षदिन पछि मेरो त्यस्तो नराम्रो
बानी पूर्णरूपले हट्यो ।

त्यसपछि म पहिला बसेको ठाउँ धरानमै फर्के र
त्यही बस्न थालें । म त्यहाँ आउँदा मैले दुर्ब्यसनमा
फसेका मेरो साथी अधिक लागुपदार्थ सेवनको कारणले

उनीहरूले मलाई जता लगे म त्यहीँ जान्थेँ । संगत गर्दा तिनीहरूसँग मैले लागु औषध खाने अरु साथीहरू पनि भेटेँ र म उनीहरूसँग पनि नजिकिन थालेँ । अनि मैले पनि बिस्तारै लागु औषध सेवन गर्न थालेँ ।

त्यसपछि मैले पहिलाको भन्दा धेरै फजुल खर्च गर्न थालेको थिएँ । मलाई बुबा आमाले दिएको पैसाले पुग्न छोड्यो । अनि मसँग भएको राम्रो कपडाहरु, पैसा राख्ने हाते झोला र अन्य सामानहरूसँग लागु औषध साट्टदै सेवन गर्न थालेँ । त्यतिबेला म लागु औषध बिना एकछिन पनि बस्न नसक्ने भइसकेको थिएँ । लागु औषध बिना मलाई भोक र निन्द्रा नै लाग्दैन थियो ।

एकदिनको कुरा हो, म मेरो कोठामा बसेर लागु औषध लिइरहेको थिएँ । त्यहाँ अकस्मात् मलाई मेरो दिदीले देख्नुभयो र घरको सबैजनालाई मैले लागु औषध सेवन गरेको कुरा भनि दिनुभयो । घरका सबैले



गाँवाबी आफ्ने काडा काम्नुऐ ठालबी वाइचाबाक्कीङ् । हाङ् काइसे योम्पक् मुखुबाचीनुङ् लाङ्काम् लैङ्मा मापी१डा । आक्कसे काडामी काइसे सीढा चामे बानी माखेम्पा लैटा ।

आक्क डैङ्पी काडा या१लऐ ठालबीन उडीङ् हाङ् काडे खेमुङ् काम् लाङ्काम्



संगत गुनाको फल

म १५ वर्षको हुंदा धरानमा बस्थे । घरका सबैजना दिउंसो आ-आफ्नो काममा जानुहुन्थ्यो । म घरमा एकलै हुंदा खुबै अलछी लाग्थ्यो र नजिकैको साथीहरु कहां जाने गर्थे । अधिकांश समय साथीहरुसंगै बिताउंथे । ती साथीहरु चुरोट पनि खाने गर्दथे र मलाई पनि “खान्छस्” भनेर सोध्ने गर्थे, तर म खान्न भन्थे । सुरु सुरुमा त मलाई उनीहरुले करकाप गर्दा खांदिन थिएँ । तर उनीहरुले, “एकपल्ट त हो नि, केही हुंदैन चाख न चाख” भनेर भन्थे अनि मैले पनि उनीहरुकै लहलहैमा लागेर चाखिदिएँ ।

सीखेडै । हाड् काडे-सुड् मीटकुड् कासु लाड्-काम् रक्न सीखेखुबा लेटीड्-र ? ।

गरल आपाए काडा बेलैबी गरक्मा काइसे सीढाभाड् लाबकीड् नत्र काडासु लाड्-काम् रक्न सीखेखुबा लेटीड् हला ।

आक्कबाड् काडे काइसे सीढा लेहाड्-मार काम् खीम्पीए यामीची

त्यसपछि त एक-दुई दिन भन्दै तिनीहरुले मलाई दिनदिनै चुरोट खुवाउन थाले र नभन्दै मेरो पनि चुरोट खाने बानी पर्‍यो । त्यसपछि त म आफैं चुरोट किनेर खान थालें । चुरोट खाने साथीहरु मैले धेरै बनाएँ र तिनीहरुसंग संगत गर्न थालें ।

चेन्चाबककामी । मसे आचवेला खीम्पी
काडा चोप्नसे काम्नुऐ ले लोडामी ।

गरल मीटकुड् काडा आप्पाऐ
काइसा लाड्काम्चीमी हीम्चीम्बाड् मैअड्
मायुड्मीम्पाभा काडे माड् लीसीखुबा
लेटीड् ? हाम्पी ? आसानुड् ? मान्टमा
लीसीड् ।

काडामी नीड् जेबीन राइ, लोकेपाड्मा, खा न पा
४ संखुवासभा जील्ला ।



आप्पाऐ या?लन नीवाँ माटीमीम्पा
लैटीङ्ग काडा गरक्ल सुङ्क काइसे
सीढा चाढाङ्खुबा लीसीडर ।

आक्कसै?न काडा काइसै सीढाबी
भेन्डामीहा लाङ्काम्ची सीढा लैसी
पुनस्थापना केन्द्र लै?हमें लै?मीहा छ ।
खोची आक्कुबी काम्नुर लीमी, खोचीम्
टाङ्पाम् जीउबाङ्के ऐन्टाङ्ढारीऐ सीढा

लीर, खोची काम्नुऐ योम्पक् यी?मा
हेसुचीर हाङ् काइसा योम्पक् बाङ्के
ऐन्टाहीमीर ।

या?लन माचारी?सा भनै या?मीऐ
डीरीक् दुःखा आङ्मा लैऐ रछ । मसै
लाङ्काम्चीङ् हीम्चीम् लै:मार मज्जे
लाङ्काम्नुङ् टै?न हीम्चीम् लै:मा लैऐ
रछ कामानुङ् आयु काङ्के लेटकुङ् ।

