थुँगा

मातृभाषाका
कविता सँगालो **११**

अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस - २०२२

सल्लाहकारद्वय
गोकुलप्रसाद घर्ती
कमलप्रसाद राजवंशी

सम्पादक
सरीना गुरुङ
विमला गुरुङ

प्रकाशक

नेपाल सरकार
आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान
सानेपा, ललितपुर

थुँगा मातृभाषा कविता सँगालो–११

प्रधान सम्पादक : सरीना गुरुङ
भाषा सम्पादक : पदम राई

प्रकाशक : आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान
सानेपा, ललितपुर, नेपाल
फोन नं. +९७७-०१-५१८३२५२/५१८३१७४
Email: mail@nfdin.gov.np
URL: www.nfdin.gov.np

सर्वाधिकार : प्रकाशक

प्रकाशन प्रति : २००
संस्करण : प्रथम, वि.सं. २०७९ (सन् २०२२)

मुद्रण : क्लासिक प्रिन्टिङ सर्भिस
अनामनगर, काठमाडौँ, नेपाल
फोनः +९७७-०१-४१०२६०२

ISBN NO. **:** 978-9937-9548-3-9

THUNGA: ANTHOLOGY OF POEMS IN INDIGENOUS LANGUAGES OF NEPAL. EDITED BY: ***SARINA GURUNG AND BIMALA GURUNG IN 2022***

नेपाल सरकार
आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान
सानेपा, ललितपुर

उपाध्यक्षको मन्तव्य

नेपाल विविध जात, जाति, संस्कार-संस्कृति, भाषाभाषीहरूको संगमस्थल हो । वि.सं. २०६८ को राष्ट्रिय जनगणनाअनुसार नेपालमा १ सय २५ जाति र १ सय २३ भाषा बोल्ने समुदायहरू बसोबास गर्दछन् । विविधताले भरिएका यी अमूल्य निधिहरूले आफ्ना जातिका मात्र नभई समग्र राष्ट्रको परिचय दिन महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गरेका छन् ।

यी अमूल्य निधिहरूको विकास, संरक्षण, संवर्द्धन र प्रवर्द्धन गर्न आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान ऐन २०५८ ले ५९ समुदायलाई आदिवासी जनजातिको रूपमा सूचीकृत गरेको छ। सरकारले यसै संयन्त्रमार्फत् आदिवासी जनजातिसँग सम्बन्धित जाति, भाषा, धर्म, संस्कार-संस्कृति, भाषा, साहित्य र समाज-विकासमा प्रोत्साहन गर्दै आइरहेको छ। आदिवासी जनजातिको पहिचान जोगाउने महत्वपूर्ण कडीहरूमध्ये मातृभाषाको विविध पक्षहरूको अध्ययन-अनुसन्धानको अतिरिक्त मातृभाषा तथा साहित्य लेखन तथा प्रकाशनको कार्य पनि गर्दैं आएको छ। यसै सन्दर्भमा '**थुँगा**' **मातृभाषा कविता सँगालो**– ११ प्रकाशनमा ल्याएको छ । यस सँगालोमा १५ मातृभाषाका २२ वटा कविताहरू सङ्ग्रहित छन् । यस प्रकारका प्रकाशनले राष्ट्र भाषाको साहित्य, विकास र संरक्षणमा योगदान पुऱ्याउँदै जानेछ भन्ने कुरामा विश्वास गर्दै मातृभाषाहरूको संरक्षण र विकासमा सहयोग पुऱ्याउन प्रतिष्ठान सधै प्रतिवद्ध छ ।

अन्त्यमा, प्रत्येक वर्ष मनाइने मातृभाषा दिवस फेब्रुअरी २१ ले आदिवासी जनजातिहरूको मातृभाषाहरूलाई जीवन्त राख्न महत्वपूर्ण भूमिका खेल्नेछ भन्ने विश्वासका साथ **थुँगा– ११ मातृभाषा कविता सँगालो**मा आफ्ना कविताहरू प्रकाशन गर्न दिएर सहभागी हुनुहुने सम्पूर्ण सर्जक/स्रष्टा कविहरूप्रति आभार व्यक्त गर्दछु ।

असार, २०७९

....
(गोकुलप्रसाद घर्ती)
उपाध्यक्ष

नेपाल सरकार

आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान

सानेपा, ललितपुर

प्रकाशकीय

नेपाल बहुजातीय, बहुभाषिक, बहुसांस्कृतिक एवम् बहुधार्मिक देश हो। राष्ट्रिय जनगणना २०६८ अनुसार नेपालमा १ सय २५ जाति र १ सय २३ भाषाहरू बोलिन्छन्। भाषा मरे जाति मर्दछ। तसर्थ, जाति वा समुदायलाई चिनाउने भाषाहरू देशको अमूल्य सम्पत्ति भएकाले यसको संरक्षण, संवर्द्धन र प्रवर्द्धन अपरिहार्य छ।

आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठानले आदिवासी जनजातिको पहिचान जगेर्नाको लागि भाषामा लेखिएका कथा, कविता, साहित्य, व्याकरण, शब्दकोश, वर्ण निर्धारणलगायतलाई प्राथमिकताका साथ प्रकाशन गर्दै आइरहेको छ। मातृभाषाको विकास र प्रवर्द्धनको लागि प्रतिष्ठान विगत एक दशकदेखि निरन्तर मातृभाषी कविहरूको कविताहरू सङ्ग्रहित थुँगा प्रकाशन गर्दै आएको छ। यस सन्दर्भमा **मातृभाषाका कविता सँगालो– ११** प्रकाशनमा ल्याएका छौं। भाषाको विकास र श्रीवृद्धिमा कविताहरूको भूमिका महत्वपूर्ण हुन्छ। यसमा मातृभाषी कविहरूको कविताहरू वाचन दस्तावेजीकरण र प्रकाशन गर्ने मञ्चहरूको अभावलाई पूर्ति गर्न प्रतिष्ठानमार्फत **थुँगा** प्रकाशनले आंशिक रूपमा सहयोग पुऱ्याएको अनुभूति गरेका छौं। भाषामा कविताहरूको लेख्य परम्पराका थालनी हुन सकोस् भन्ने मनसायले प्रतिष्ठानको यो सानो प्रयासमात्र हो प्रर्याप्त छैन, तर हौसला प्रदान गरेका छौं।

मातृभाषाहरूको विकासको लागि प्रतिष्ठानले गरिरहेको कार्यहरूको अतिरिक्त राष्ट्रियस्तरको मातृभाषा नीतिहरू बन्नु जरुरी छ। मुलुक संघीयतामा प्रवेश गरेपश्चात् मातृभाषाहरू सरकारी कामकाजमा उपयोग हुन सकेमा भाषा विकासको लागि कोशेढुङ्गा हुन सक्छ। मातृभाषा बचाउन बोलिरहेको भाषा परिवारमा पुस्तान्तरण हुनु अनिवार्य सर्त हो। संयुक्त राष्ट्रसंघीय निकाय युनेस्कोले ई.सं. २००० देखि प्रत्येक वर्ष २१ फेब्रुअरीमा नयाँ-नयाँ नाराका साथ मातृभाषा दिवस मनाउदै आएको छ। यसै अवसरमा प्रतिष्ठानले पनि **अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस फेब्रुअरी** २१ को अवसरमा मातृभाषी कविताहरूको सँगालो 'थुँगा' कवितासङ्ग्रह प्रकाशन गरेको हो।

यस सँगालोमा उराँव, गुरुङ, ताजपुरिया, तामाङ, तीन गाउँले थकाली, थारू, थुलुङ, दुरा, धिमाल, नाछिरिङ, बान्तावा, बायुङ, मगर, मेचे र वाम्बुले गरी १५ भाषाका २२ वटा कविताहरू सङ्ग्रहित छन्। भविष्यमा थप धैरै आदिवासी जनजातिहरूले बोल्ने मातृभाषालाई समेट्दै मातृभाषा साहित्यको श्रीवृद्धिका लागि यस प्रकारको प्रकाशन गर्ने प्रतिवद्धता गर्दछौं। अन्त्यमा, यस सँगालोमा प्रत्यक्ष एवम् अप्रत्यक्ष रूपमा सहयोग पुऱ्याउनुहुने सम्पूर्णमा कृतज्ञता जाहेर गर्दछौं।

असार, २०७९

सरीना गुरुङ
निमित्त प्रमुख
प्राज्ञिक तथा अनुसन्धान महाशाखा

बिषय–सूची

उराँव भाषा

अधिकार	कुमारी शरणा उराँव	१

गुरुङ भाषा

स्वागत मू	गणेश गुरुङ	५
कोरोना	विमला गुरुङ	७

विमला गुरुङ

ताजपुरिया मातृभाषा मा	सपनाकुमारी ताजपुरिया	९

तामाङ भाषा

गल्ति थालाउ या	प्रकृति थिङ तामाङ	११
प्रकृति थिङ तामाङ	तामाङ भाषा	१५
दुच्छे	कविराज तामाङ	१५
बेसा देन मेफ्रा	आवाज शर्मा	१९

तीन गाउँले थकाली

स कोन्च्यो हिमो	रामबहादुर थकाली	२१

थारु भाषा

स्वोदेशके हित	संदिपकुमार चौधरी	२३

थुलुङ भाषा

सेउ बु अई !	सुमित थुलुपा	२७

दुरा भाषा

ङिनी मातृलोपा	देवबहादुर दुरा	२९

धिमाल भाषा

ल्हो आबाउ सोना ल्हो	सोम चातेला	३३
मन खार्खे हाइपालि एला	भरत राजदिङ	३७
माफाङ लोउ, काइनि आनाउ सोना	प्रकाश धिमाल	३९
आबा अबादाङ्गते हाई पालि	गणेशमान धिमाल	४१

नाछिरिङ भाषा

नामरबु	प्रतापसिंह नाछिरिङ 'ठुले पसिना बादेल'	४३
इ रु माइमूहोउवा	सरिता नाछिरिङ	४५

बान्तावा

अ़ङ्का किरावा छा	जिडी राइ	४७

बायुङ राई भाषा

रङ्ब्अे साम	किशोर बायुङ राई	४९

मगर ढुट भाषा

मूम पो ही छाना ईलाङ	लोकबहाडूर ठापा	५३

मेचे भाषा

आङ्खउ बिर्न ह	ममता मेचे	५५

वाम्बुले राई भाषा

उङ योर	अविश्वर राई	५९

दस्तावेज

मातृभाषा राष्ट्रिय पुरस्कारबाट सम्मानित प्रतिभा वैरागी काइँला

प्रस्तुति : अमृत योन्जन-तामाङ

फ्याफुल्ला !

कार्यक्रमका सभाध्यक्ष गरिरहनुभएका आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठानका उपाध्यक्ष गोकुलप्रसाद घर्तीज्यू,

प्रमुख अतिथिको आसनमा आसिन संघीय मामिला तथा सामान्य प्रशासन मन्त्री माननीय राजेन्द्र श्रेष्ठज्यू,

आजका सम्मानित प्रतिभा प्राज्ञ वैरागी काइँलाज्यू र उहाँका परिवारजन,

मन्चमा आसिन तथा हलमा उपस्थित प्रतिष्ठित भाषा, साहित्य र समाजसेवी महानुभावहरू,

यहाँहरू सबैमा फ्याफुल्ला ! सेवा ! सेवारो ! छ्याज्यालो ! टासी देले ! प्रमाण ! नमस्ते !

यस गरिमामय समारोहमा उपस्थित लब्धप्रतिष्ठत विद्धतजनलाई आज सम्मानित प्रतिभा प्राज्ञ वैरागी काइँलाको परिचय गराइरहनुपर्छ जस्तो मलाई लाग्दैन। वैरागी काइँला आफैमा स्वनामधन्य सुप्रतिष्ठित नाम हो। नेपाली साहित्य, लिम्बू लोकवाङ्मय र आदिवासी जनजातिहरूको दैनिकीहरूमा सधै सुनिने, देखिने, पढिने र सदासर्वदा गुञ्जिरहने नाम हो- वैरागी काइँला। उहाँको बारेमा अध्ययन-अनुसन्धानका ठेलीहरू प्रशस्त निस्केका छन्। सबै उमेर समुहका बीच उहाँ परिचित छन्।

‘मेरो माया मफलर भए बाँधिहिँड्थें गलामा

कहिलेकाहीँ त मन नहुँदा टाँगिदिन्थें किलामा।’

त्यस्तै-

‘सात समंद की मसी करों लेखनी सब बनराइ।

धरती सब कागद करौं तउ हरि गुण लिख्या न जाइ॥’

अर्थात सात समुद्रको मसी, सबै जङ्गलको कलम र सबै धर्तीको कागज बनाएर लेखे पनि हरिको गण लेखेर लेख्न सकिन्न भने जस्तै वैरागी काइँलाको विराट छवी र सक्रिय जीवनशैलीलाई अभिव्यक्त दिन सक्छ जस्तो मलाई लाग्दैन। वास्तवमै उनी ‘नभूतो नभवति नभविष्यति’ भने जस्तै हुन्।

यसर्थ मैले यहाँ धेरै बोल्नु उचित हुँदैन। यहाँ मैले उहाँको आधारभूत जीवनवृत्ति (पछाडिको पृष्ठमा) प्रस्तुत गरेको छु। यसबाट यहाँहरूको जानकारी ताजा हुनेछ भन्ने मलाई लागेको छ।

प्रस्तुत उहाँको जीवनवृत्तिबाट के प्रष्ट हुन्छ भने सन् साठीको दसकमा साहित्य लेखन प्रारम्भ गरेकोमा उहाँ हाल पनि सिर्जनामा सक्रिय हुनुहुन्छ र भन्नुहुन्छ- धेरै लेख्न सकुँ भन्दछु, इच्छा छ। ...मैले लेख्न चाहेको केही कविता छन्। अवश्य पनि लेखेर सक्छु नै होला (मेरो श्रृजनाको यात्रा)।'

उहाँले जीवनलाई सम्पूर्णतामा हेर्नुभयो। लेखनमा जीवनको अनुभूतिलाई जोड दिनुभयो। ठोस वस्तुमा जस्तै जीवनलाई पनि लम्बाइ, चौडाइ र गहिराइमा अभिव्यक्त गर्नुभयो- 'तेस्रो आयाम' भनियो। समय र सन्दर्भ पनि जोडिए। यससम्बन्धी उहाँका तीनवटा कविताकृति प्रकाशित छन्।

लिम्बू लोकवाङ्मयका विशाल भण्डारबाट उहाँले ११ वटा मुन्धुम ग्रन्थहरू लिपिवद्ध गर्नुभएको छ। एन्ड्रूस होफरको शैलीलाई केही पछ्याएर लोकवाङ्मय आलेखनमा मानकस्वरुप प्रदान गर्नुभएको छ। मलाई लाग्छ- कुनै पनि लोकवाङ्मय लेखनमा वैरागी काइँलालाई नपछ्याउने हो भने हामी कही पुग्न सक्दैनौं, लोकअभिव्यक्तिलाई वैज्ञानिक तथा प्राज्ञिकस्वरुप दिन सक्दैनौं।

उहाँले एकजना भाषाशास्त्रीले जस्तै गरी लिम्बू भाषाको आलेखनलाई भाषावैज्ञानिक पद्धतिमा ढालेर मानकीकरण गर्नुभयो। मानक 'लिम्बू-नेपाली-अङ्ग्रेजी शब्दकोश' तयार गर्नुभयो। 'लिम्बू व्याकरण' लेख्नुभयो र लेख्नु सहयोग गर्नुभयो।

उहाँले १८ वटा जति कृति, पत्रिका र जर्नलको सम्पादन पनि गर्नुभएको छ। नेपालका दर्जनौ भाषाका कृति लेखनमा सहयोग पुऱ्याउनुभएको छ। नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानमा आदिवासी जनजातिको मातृभाषा, साहित्य र संस्कृतिको प्रवेश उहाँले नै गराउनुभएको हो। लेखनका साथै २०६२/०६३ को साहित्यकार, कलाकारहरूको प्रतिनिधित्व गर्दै अग्रपंक्तिमा उभिएर लोकतान्त्रिक आन्दोलन हाँक्नुभयो।

प्राज्ञ वैरागी काइ'लाको लेखनदेखि आश्चर्यचकित हुँदै सुप्रशिद्ध कवि, गीतकार तथा समालोचक जस योन्जन प्यासीले 'मैले त आफ्नो भाषा र समुदायलाई केही गर्न सकिन'' भनी ईर्ष्या व्यक्त गरेका छन् (मुख्य वक्ता- अभातावैंसं सिलगुढी, २०१८)।

वास्तवमै समकालीनहरूका लागि ईर्ष्याका पात्र र मजस्ता नयाँ पुस्ताका लागि वैरागी काइ'ला मानक हुन्।

उहाँसँग मेरो चिनापर्ची र यात्रा २०४७ देखिकै हो। उहाँसँग धेरै जीवन्त पाटाहरू मैले

यहाँ खोल्न चाहिनँ । समयले साथ दिए कुनै दिन व्यक्त गर्नेछु ।

अन्त्यमा म उहाँको सुस्वास्थ्य, दीर्घजीवन र अनवरत साधानायात्राको लागि हार्दिक कामना गर्दछु ।

यस गरिमामय मञ्चमा उभिएर मैले आज सम्मानित व्यक्तित्व प्रज्ञा वैरागी काइ'लाको परिचय राख्ने धृष्टता गरें । यो संस्थागत औपचारिकता हो । यो अवसर प्रदान गर्नुभएकोमा म आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान (आजउराप्र)प्रति आभार प्रकट गर्दछु । यस वर्षको प्रतिभा छनौट गर्न आजउराप्रले प्रा.डा. चुन्दा बज्राचार्य, डा. तारामणि राई र मलाई निम्त्याउनुभएकोमा म प्रतिभा छनौट समितिको तर्फबाट पनि आजउराप्रप्रति आभार प्रकट गर्दछु । यहाँ उपस्थित हुनु भएर मेरो कुरा श्रवण गरिदिनु भएकोमा म सबैप्रति फ्याफुल्ला (नमस्कार) टक्र्याउदछु ।

धन्यवाद !

वैरागी काइँलाको जीवनवृत्ति

नाम : तिलविक्रम नेम्बाङ

उपनाम : वैरागी काइँला

जन्म : वि.सं. १९९६ साउन २५

थात्थलो : पौवा सारताप, पाँचथर

हालको ठेगाना : (क) महाकाली मार्ग- २८, धुम्बाराही, सुकेधारा, काठमाडौँ
(ख) सुब्बा बस्ती, धुलाबारी झापा

शिक्षा : स्नातक तह

आमा/बुबा : सरस्वती नेम्बाङ र खड्गबहादुर नेम्बाङ ।

श्रीमती : देवकुमारी नेम्बाङ

छोरी : नामोती नेम्बाङ

सेवा : भाषा, साहित्य, मुन्धुम, नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठान (कुलपति, २०६६)

कृति/सिर्जना :

१) वैरागी काइँलाका कविताहरू (कवितासङ्ग्रह २०६२)

२) साप्पोक चोमेन (लिम्बू जातिमा कोखपूजा, २०४८)

३) नाहेन मुन्धुम (ईर्ष्या र आँखीडाहीको आख्यान र अनुष्ठान, २०५१)

४) साम्सोधा मुन्धुम (प्रेतात्माको अध्ययन र अनुष्ठान, २०५१)

५) ससिक मुन्धुम (मोच मार्ने आख्यान र अनुष्ठान, २०५२), (मोच मार्ने आख्यान र अनुष्ठान, २०५१)

६) तङसिङ तक्मा मुन्धुम (आख्यान र अनुष्ठान, २०५२)

७) नावा सइत मुन्धुम (२०६०)

८) पाइजामा मुन्धुम (घर निर्माण, विवाह, प्रेतात्माको जन्म, चौतारा निर्माण र अनुष्ठान, २०७०)

९) ताहादाङ्ना-सुहाम्फेवा मुन्धुम (सावा येत्हाङ वंशजको विस्तार। बसाइँसराइ, लोभलालच, छलकपट, रिसराग, पाप व्याभिचारीको उत्पत्ति र आगोको आख्यान र अनुष्ठान, २०७०)

१०) मजिङ्ना खेयङ्न मुन्धुम (मजिङ्ना खेयङ्नाको आख्यान, २०७०)

११) नाम्सामि-केसमि मुन्धुम वंशभित्रका दाजुभाइमा ईर्ष्या, रिस झगडा, लडाइँ तथा पाप-धर्म, उत्पत्तिको आख्यान, २०७०)

१२) खाप्पुनामा मेल्लङहाङमा मुन्धुम र लुप्लिनामा वदन्नमा मुन्धुम (प्रेतात्माको उत्पत्ति, मृत्य संस्कार तथा ग्रह नाघ्ने आख्यान र अनुष्ठान २०७०)

१३) अन्धा मान्छे र हात्ती (कवितासङ्ग्रह, २०६८)

१४) वैरागी काइँलाका सङ्कलित कविता (२०७६)

सम्पादन/अनुवाद :

१) तेस्रो आयाम (मासिक, २०२०)

२) महागुरु फाल्गुनन्दको उपदेश र सत्यहाङ्मा वचनमाला (धर्म-सांस्कृतिक २०४७) (याक्थुङ) सामसक्नु साकथिम (त्रैमासिक, २०४९)

४) लिम्बू ग्रन्थसूची (२०५०)

५) लिम्बू भाषा तथा साहित्य विचार गोष्ठी (२०५०)

६) जागरण गीत (लेखक : खड्गबहादर नेम्बाङ, २०१२, २०३८)

८) लिम्बू नेपाली अङ्ग्रेजी शब्दकोश (२०५९)

९) इमानसिंह चेम्जोङका ९ वटा कृतिहरूको सम्पादन (२०५९) कविता (२०५९) समकालीन साहित्य (२०५९) जर्नल अफ् आर्ट, लिटरेचर एण्ड

कल्चर (२०५९), लिम्बू व्याकरण (नेपाली र लिम्बू २०७०)

पुरस्कार/सम्मान :

- साझा पुरस्कार (२०३१)
- गोर्खा दक्षिणबाहु दोस्रो (२०५१)
- सिद्धिचरण पुरस्कार (२०५२)
- रत्नशोभा शुभलक्ष्मी मुन्धुम पुरस्कार (२०६२)
- मातृभाषा राष्ट्रिय पुरस्कार (२०१८),
- आदिवासी गीतकार समाज नेपालद्धारा सम्मान (२०६२), आदि ।

सम्पर्क :

फोन : ४४३२५२८

मो. ९८४१३४१३२७

Email: tilbikram_nembang@yahoo.com

२०७८ फागुन ९, ललितपुर

*(**नोटः आदिवासी जनजाति उत्थान राष्ट्रिय प्रतिष्ठान**ले अन्तर्राष्ट्रिय मातृभाषा दिवस-२०२२ को अवसरमा नेपाल प्रज्ञा-प्रतिष्ठानका पूर्व कुलपति **वैरागी काइँला**ज्यूलाई २०७८ फागुन ९ गते ललितपुरमा आयोजित एक समारोहमा '**मातृभाषा राष्ट्रिय पुरस्कार**- २०७८' द्वारा सम्मानित र पुरस्कृत गर्दा भाषाशास्त्री अमृत योञ्जन-तामाङले दिनुभएको लिखित मन्तव्य ।)*

अधिकार

✍ कुमारी शरणा उराँव

नामागे हिकदत आदीबासी आलत
रअदत परता, जंगला, खाड़ गहि गन्डा नू
जंगला खाड़ अउर जमिन हिके
नम्हय सम्पति, उज्जना आधार
रअी नम्हय भाख़ा, सस्कृति
रअी अतना पुन्जरना हू भिनेम
मल लजरा कच्छनखरा गे
अयंग कत्था भाख़ा गहिन
मनाबआ धरम संस्कृतिन
अउर पारपवनीन
इवड़ा हिके नम्हय पहिचान
जनचेतना विड़आ पद्दा समाज गहि राजी नू
संरक्षण नना नम्हय भाख़ान अउर जातियतान
मा लड़आ ददा भइरो नूम
लडआ नम्हय अधिकार खतरी
एक जुट मना की बेदआ नोकरी नू नम्हय आधार
टुड़ाबचा की सिखारआ लुरबुदिही
कमरआ कोहा आल कमरआ हाकिम
बेदआ राजनितिक छेत्र नू जगहा

उठवा नम्हय नम्हय कात्थान जोडसे
लुडकुड़िया नू नम्हय भाख़ा नू टुड़नाबचना नन्तआ
संविधान हि कत्था नन्ना सरकारस गने हू
मा बचा चिआ नम्हय जग्गा जमिनान
मा ओना दरुभागं अउर भ्कारा बग्गे
इवड़ा नू ओन्ते बुडाबचकत सम्पतिन
बढ़रा अगु होआ गे नम्हय अधिकार
कत्था नना बेल्खा राजी नू
बछाबआ नम्हय मानव अधिकार अउर आदिवासी अधिकार ।

इनरुवा नगरपालिका २, सुनसरी

अधिकार

✍ कुमारी शरणा उराँव

हामी हौं आदिवासी मानिस
बसाइ छ जङ्गल पहाड र नदीनालाको छेउछाउमा
जङ्गल, नदीनाला र जमिन हो
हाम्रो जिउने आधार
छ हाम्रो भाषा र संस्कृति
छ जातीय पोसाक छुट्टै
न लजाउ बोल्न
आफ्नो मातृभाषा भाषामा कुरा
मनाऊँ धर्म, संस्कृति र चाड पर्व
यिनीहरू हुन हाम्रो पहिचान
जनचेतना फैलाऊँ समाज, टोल र देशभरि नै
संरक्षण गर हाम्रो भाषा र जातियताको
भाइ-भाइमै लडाइँ नगर
हाम्रो अधिकारको लागि लडौं एक जुट भई
सरकारी सेवामा खोजौं आफ्नो आधार र स्थान
पढीलेखी बन राष्ट्रसेवक
राजनीतिक क्षेत्रमा पनि खोज आफ्नो स्थान
जोड दिएर उठाऊँ आफ्नो हकको कुरा

विद्यालयमा आफ्नो भातृभाषामा पढ्न, लेख्न लगाऊँ
हाम्रो अधिकार र संविधानले दिएको अधिकारबारे गर सरकारसँग कुरा
आफ्नो जग्गाजमिन खोसिन नदेऊँ
धेरै नपिउ जाँड, रक्सी
यसको सेवन धेरै गरेर सकायो सर्म्पा
अगाडि बढ लिन हाम्रो अधिकार
राख कुरा अन्तर्राष्ट्रिय क्षेत्रमा
बचाऊँ हाम्रो मानवअधिकार र आदिवासी अधिकार ।

इनरुवा नगरपालिका २, सुनसरी

स्वागत मू

✍ **गणेश गुरुङ**

ङिअर खवै पैँ मैला
ङिअर खवै म्हि मैला
चुरी खबै रीँ मैला
चुरी खबै मुयूँ मैला
स्वागत मू ! स्वागत मू !! स्वागत मू!!
ङिङर खमा दुःख योँइ उ
धीँ आसेसी म्हैल तुइ उ
ङिले खयोँइ अम्लिदो
एसी अखा खयोँइ अबिदो
स्वागत मू ! स्वागत मू !! स्वागत मू !!!
न्हमै खमा ङी सै तो मू
ङिए सैँ छ्याँब तमू
ङिजी ह्मिमा ङिह्री खमिनौ
त्हानै सैँन्होरी थैँमिनो
स्वागतमू ! स्वागत मू !! स्वागत मू !!!
न्हमै ङिमै त्होला योँजी
त्हानै म्होरा म्रोल योँजी
न्हमै ल्हान्ल जय जय तर्गे
सैंरी म्हैबा सै त्हान युर्गे
स्वागत मू ! स्वागत मू !! स्वागतमू !!

ललितपुर

स्वागत छ

✍ **गणेश गुरुङ**

हामी कहाँ कार्यक्रममा उपस्थित हुँदा हाम्रा
पाहुनाज्यूहरू महिला पुरुष सबैमा स्वागत छ।
घर ठाउँ र स्थान नचिनेर दुःख पाउनुभएको कि ?
दुःख पाएर अर्कोपटक आउदैन नभन्नुहोला।
हजुरहरू हाम्रो कार्यक्रममा उपस्थित हुँदा सबै कार्य सफल हुन्छ।
हजुर हामी साक्षात भेटघाट हुन पाउँदा साह्रै मन खुसीले रमाएर
सबैको मनको इच्छासमेत पुरा होस् भनी कामना समेत गर्दछ।

ललितपुर

कोरोना

✍ **विमला गुरुङ**

ज्यु जोगेबरी धाउ धाउ तव बेलारी
ह्युल बचेव अर्को दायित्व थपदिई ।
कोरोनाई फतक्कै गलिवा मौका छोप्दीई
लिंम्पींयाधुरा भारत ङाई गाभ्दिईए ।
लौन ऋथेवा ह्युल जोगभारी
जोड्दार पहल थालिदो ।
व्यक्तिगत दे पार्टीगत भन्दा
फिदलबे कदम चालिदो ।
तारेम सारो तई सरकार सारो तई ।
च्यां तईरा टिमरी ह्युलल थेवा क्षति तई
छले अझै खईमा सम्म आउला दमन सैदिवा

सिमा पोके युले मिले न ?
आखिर ह्युल चेइस्या न ङ्यो चइमो
आखिर ह्युल चेइस्या न ङ्यो चेइमो ।

मस्र्याङ्दी गाउँपालिका ७, ङादी, लमजुङ

कोरोना

✍ विमला गुरुङ

ज्यान बचाउन धौऊधौऊ परेको बेला
देश बचाउने अर्को दायित्व थपियो ।
कोरोनाले फतक्कै गलेको मौका छोपी
लिम्पियाधुरा भारततिर गाँभियो ।
लौन सरकार देश बचाउन
जोडदार पहल थालियोस् ।
व्यक्तिगत र पार्टीगतभन्दा
माथिल्लो कदम चालियोस् ।
अब त अति भो
सरकार अति भो ।
चुपचाप-चुपचाप सहेर
बस्दा राष्ट्रकै ठूलो क्षति भो ।
यसरी अझै कहिलेसम्म
अरुको दमन सहने हो ?
सीमा विवाद छिट्टो टुङ्ग्याऊँ
आखिर देश रहे हामी रहने हो
आखिर देश रहे हामी रहने हो ।

मर्स्याङ्दी गाउँपालिका ७, ङादी, लमजुङ

मा

✍ सपनाकुमारी ताजपुरिया

मोर जन्मेर खुना खुसी मानाले भेलेला जना,
मोक देखिए खुसिर लोए गिरालो खाली तुइ मा ।
मुइ कान्वार खुना त फुस्लाले भेलेला जना,
कलाखानत राखिए मोक निदुवालो खाली तुई मा ।

कि छोक हालसम्चार कइए सोधे भेलेला जना,
मुइ बेमारी हबार खुना रातभर जागिए देखभाल कलो खाली तुइ मा ।
खराक खालो कएने सोधे भेलेला जना,
आपने भोके रहए भोक खराक खिलालो खाली तुई मा ।

परुवा लागे गए सिखाले भेलेला जना,
आफ्ने दिनभर काम करिए मोक परुवा पाठालो खाली तुई मा ।
ढाटुवा निइए कहए सिखाले भेलेला जना,
सच्चा बलुवा सिकालो खाली तुईमा ।

जीवनडन बार्खा लोक बनीस कहए भेलेला जना,
जीवनडत असल लोक बनिस कहए सिलालो खाली तुइ मा ।
लोकलारे भित्तरत भगुवानड रहसेक कइए भेलेला जना,
लोकटर भित्तरत सच्चा भगुवानेर रुप देखालो खाली तुइ मा ।

शिवशताक्षी- ४, झापा
tajpuriyasapana@gmail.com

आमा

✍ सपनाकुमारी ताजपुरिया

म जन्मिदा खुसी मनाए धेरै जनाले तर मेरो मुहार हेरी,
मुस्कुराउँदै खुसीको आँसु झारिन् केवल मेरी आमाले ।
म रुदा फकाउने गर्थे धेरै जनाले, तर मेरो असहजतालाई बुझेर
मलाइ अँगाल्ने गर्थिन् केवल मेरी आमाले ।

सञ्चै छौ भनी खबर सोध्थे धेरै जनाले तर म बिरामी हुँदा
रातभर नसुती मेरो हेरचाह गर्थिन् केवल मेरी आमाले ।
खाना खायौ भनेर सोध्ने गर्थे धेरै जनाले तर आफू भोकै बसेर पनि
मलाई खाना खुवाउथिन् केवल मेरी आमाले ।

पढ्नुपर्छ भनेर सिकाउने गर्थे धेरै जनाले तर
आफू दिनभर काम गरेर मलाई विद्यालय पठाउथिन् केवल मेरी आमाले ।
झुठो बोल्नु हुँदैन भनेर सिकाउथे धेरै जनाले तर
वास्तविक बोल्न सिकाइन् केवल मेरी आमाले ।

जीवनमा ठूलो मान्छे बन्नुपर्छ भनेर सिकाउथे धेरै जनाले,
तर जीवनमा एउटा असल मान्छे बन्नुपर्छ भनेर सिकाइन केवल मेरी आमाले ।
मानिसभित्र ईश्वरको स्वरुप देखिन्छ भन्थे धेरै जनाले,
तर मानिसभित्र वास्तविक ईश्वरको स्वरूप देखाइन् केवल मेरी आमाले ।

शिवशताक्षी- ४, झापा
tajpuriyasapana@gmail.com

गल्ति थालाउ या

✍ प्रकृति थिङ तामाङ

आमा एसे गल्ति थालाउ या
ङादा केवा पिन्सि
एसे पाप थालाउ या
ङादा केवा पिन्सि
चु पापि ह्युल्सारि
ङादा छार्बारि आपुङ
ङादा फार्बारि आपुङ
छार्बा बिमा ङाच्छान
राक्षसका देसे नाङ्ला
फार्बा बिमान ङाच्छान
पापिकादेसे टाङ्ला
टाङ्सि थाङ नासि
च्याकचिक लासि ब्याङ्ला
आमा एसे गल्ति थालाउ या।

हाम्साम दोसि जा ताना लाउ
ओच्छे ङादा छार्ना लाउ
आहिन्साम
केवा थापिन्गो जामेदा
एसे गोठालो ला आहाम्साम
पेबाला गा थापिन्गो जामेदा
थे गारि ङा ला आहाम्साम
थे गासे पिपासु का आहाम्साम
बिन्ति आमा
चोत्ते ताम ङाला थेगो या

सिसि सिसि सोबा बिमा
बरु ङादा फो न्हाङरिन् सेगो या
हाला र्‌हाङ्ला म्हि
हाला म्हिला म्हि
हालाइदा ङोसे आहाम चुरि
बैरि दिमदिमरि ताला रो
फार्सि हाबा म्हेन्दो म्राङ्माम
साम्लो दाम्लो म्हाला रो
गिह्से सिनो छ्योइमा र्‌हाङ
छ्योइस छ्योइसि चाला रो
थे तासि
आमा एसे गल्ति थालाउ या
ङादा केवा पिन्सि।

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका- ९, सिन्धुपाल्चोक
prakrititheeng1@gmail.com

गल्ती नगर्नु है

✍ प्रकृति थिङ तामाङ

आमा तिमीले गल्ती नगर्नु है
मलाई जन्म दिएर
तिमीले पाप नगर्नु है
मलाई जन्म दिएर
यो पापी संसारमा
मलाई हुर्कन दिँदैन
मलाई फक्रन दिँदैन
हुर्कनुभन्दा अगाडि
राक्षसहरूले थिच्नेछन्
फक्रनुभन्दा अगाडि
पापीहरूले चुडाल्नेछन्
चुँडालेर गन्ध सुँघी
काचाककुचुक पारी फाल्नेछन् ।

त्यसैले,
आमा तिमीले गल्ती नगर्नु है
सक्छौ भने मलाई छोरा बनाऊ
अनिमात्र मलाई हुर्काऊ
नत्र भने
जन्म नदिनु छोरीलाई
तिमीले गोठाला गर्न सक्दैनौ भने
लाजको घुम्टो नदिनु छोरीलाई
त्यो घुम्टोमा म लुक्न सक्दैन भने
त्यो घुम्टोले पिपासु छेक्न सक्दैन भने
बिन्ती आमा

यत्ति कुरा मेरो सुनिदिनु है
मरी मरी बाँच्नुभन्दा
बरु मलाई पेटभित्रै मारिदिनु है
को आफ्नो मान्छे
को अर्काको मान्छे
कसैलाई चिन्न सक्दैन यहाँ
सत्रु त घर-घरमै हुन्छ रे
फक्रिँदै गरेको फूल देख्दा त
होस हवासै हराउछ रे
गिद्दले सिनो लुछेझैँ
लुछी-लुछी खान्छ रे ।

त्यसैले,
आमा तिमीले गल्ती नगर्नु है
मलाई जन्म दिएर ।

चौतारा साँगाचोकगढी नगरपालिका- ९, सिन्धुपाल्चोक
prakrititheeng1@gmail.com

दुच्छे

✍ **कविराज तामाङ**

लाला ल्हुइ
म्हिला कुलुइ
जोम्बाला दुइसाङरि
तिलासि ताला
खालासि ताला
म्हार पोङ थान्साइ आतानि
म्हुइ पोङ थान्साइ आतानि
पोङरि थान्सि कोम्हेन्दासे ग्यानबाला
ङ्हान जोम्सि स्हेङबाला
तोरला ङेमा दावादा
मारला सप्चे लामुदा
कोम्हेन्दोसे छ्योदो-छ्योदो लासि
कोर्ताला छ्यारि गाङलासि
ग्याल्बोला छ्यारि गाङलासि
जोम्बाला ताङ्बा देप्बा
दुच्छे ङानोन हिन्ना ।

जामेकोलासे स्हेङबा ङाला ल्हुइ
दुइला खोर्लो स्यासि खामा
ल्होलो ग्लारि छार्बारि
तागाइ जेगाइ बिसि थार्बारि
कोम्हेन्दोसे छ्योदो-छ्योदो लासि
बेनानसे छ्यासे तोर-तोर
ङ्होरि स्योम्बा
दुच्छे ङानोन हिन्ना ।
लादाइ, लुदाइ तोबा

फुइ ठाम्साइ
ला स्होसाइ
ब्रेलसाङरिई
केवाला गेरिइ
ज्याबा गे तिल्दामन चुबा
दुइरिइ तोबा
जाजा, ग्रेन आच्याना
फ्युक्बो, प्राङ्बो अबिना
लेबाफेबा आलाना
तार, म्लाङ म्हिला छोन अविना
ज्योज्यो आले ङामरि ताना लाबा
बेनानदा च्योच्यो च्याबा
अडिक्पा म्हिदा डिक्ना लाबा
दुच्छे ङानोन हिन्ना।

ग्योइताम छ्योइ ताम थोर्सामि
ङ्हान्बासे सेम लो ब्यान्सि बोर्सामि
जाम्बुलिङ क्योङ कोरसाइनोन
फ्राफ्रा छ्योछ्यो तासाइनोन
गान्बाला तामदा फ्राल्बारि
ताम्बाला तामदा ज्यालबारि
म्हेन्दोला फोलेसे ग्यान्दासि
क्युइ सिङबासे जेनाकि
आइरकला थाङ खानाकि
ङ्हेनामला जेस्होन तानाकि
पोङरि थान्सि डेन लाबा
दुच्छे ङानोन हिन्ना।

काभ्रे
Kabirajtamang377@gmail,com

सगुन

✍ कविराज तामाङ

देवताको जीवन
मान्छेको चोला
भेटघाटको उपलक्ष्यमा
के गर्दा हुन्छ
कसो गर्दा हुन्छ
सुनको सगुन राख्दा नि भएन
चाँदीको सगुन राख्दा नि भएन
सानो घैँटोमा टोटालाले सजाएर
तीन थरी मिसाएर बनाएको
माथिको चन्द्र र सूर्यलाई
धर्तीको नारी महिलालाई
टोटालाको फूलले बुझाएर
च्याङ्बा र
मैच्याङको हातमा दिएर
भेटघाटको खुसी साट्ने
सगुन म नै हुँ ।

छोरी मान्छेले बनाएको मेरो जीवन
समयको चक्र घुम्दै आउँदा
फरक-फरक ठाउँमा हुर्किन
राम्रो होस् भनी देखाउन
टोटालाको फूलले बुझाएर
सबैको हातले माथि-माथि
निधारको शिरमा राखेको

सगुन म नै हुँ ।

देवता, नाकलाई नि चाहिने
घर चोख्याउँदा
देवली बनाउदा बिहेमा
जन्मिदा न्वारानमा
राम्रो काम जे गर्दा नि चाहिने
सानो, ठूलो, धनी, गरिब नबनीकन
सेतो, कालो मान्छेको वर्ण नहेरीकन
दाजु, भाइ नजिक बनाउने
नमिल्नेलाई मिल्ने बनाउने
सबैलाई बराबर बनाउने
सगुन म नै हुँ ।

भाषा र धर्म हरायो भने
अरुले मन खोस्यो भने
संसार भरी घुमे पनि
जतातातै भए पनि
बाजेको कुरा पाउनलाई
ताम्बाको कुरा पाउनलाई
फुलको थुँगाले सजाएर
साङ्लो पानी राखेर
रक्सीको सुगन्ध मिसाएर
दुधको सेतो देखाएर
सानो घैँटोमा राखी
गरेको सगुन म नै हुँ ।

काभ्रे
Kabirajtamang377@gmail,com

बेसा देन मेफ्रा

✍ **आवाज शर्मा**

म्राङबान मुबा
रामनामि पिताम्बर न्हान्बा
गिख्खे मलामिसे
ल्हानन छेन्दे उइबान
दुर्सारि क्यार बोर्बान मुबा
छेन्देकादे म्हाने म्हाने बिबान मुबा
मलामि शान्त देन कुटिसि मुबा ।

थेला विवेकला दुर्सा स्होसि
मलामिसे ह्वाङलान ल्हुइ खाङ्जि
दोसि खाइमाइ आसिबा मोलाम याङ्जि
छेन्देकादे रेम रेम सिबा श्राप पुइसि दोजि ।

ए म्हि
थेनोन मेफ्रा दोङ्सि
बेसा ह्रेबान मुला साँजि
पाङ्गो कादे रेम सिसि लिच्छा
छेन्दे मलामि दोला ?
मलामि छेन्दे दोला ?

अन्नपूर्ण गाउँपालिका-१, कास्की
adbala@msn.com

बालुवा र खरानी

✍ आवाज शर्मा

देख्दै थिएँ
रामनामी पिताम्बर ओढेको
एउटा मलामीले
एक हुल लास घिसार्दै
रामघाटतर्फ लैजादै थियो
लासहरू रामराम बर्बराउँदै थिए
मलामी शान्त र चुपचाप थियो ।

तिनका विवेकको चिता बनाएर
मलामीले आफ्नो जिउ पोल्यो
र फेरि कहिलै नमर्ने वर पायो
लासहरू पटक-पटक मर्ने श्राप बोकेर फर्के

तिमी त
त्यै खरानी मिसिएको
बालुवा चाल्दै छौ साइँला,
भन कति चोटी मरिसकेपछि
लास मलामी बन्छ ?
मलामी लास बन्छ ?

अन्नपूर्ण गाउँपालिका-१, कास्की
adbala@msn.com

स कोन्च्यो हिमो

✍ रामबहादुर थकाली

न्हाङ न्हच्ये सधिम न्हाए
पुक्या भुँसी भ्रचे सफेए
तोवालाङ ह्योम म्ल्हाचे स न्हाए
स मुसी म्हि सोला खमए

स थुक्चे छि धना म्ल्हासी ढुन्टु फेल्चे
ढुन्टु फेल्ना भ्राङ धना तना ह्योचे
भ्राङ ल्हा चुङ्सी आले कुम्चे
आले तसी चवालाङ ल्हिला याङ्चे

म्हर, फैं, छ्युकु स न्हाङ्ते फेचे
प्ला, ढो, स्यनु भिटामिन म्ल्हाचे सते
स मुसी लिम्पा, ढोलाखवालाङ चला याङ्चे
कोन, थुङ्पा, चवा-न्हुवा ह्योम सते पिन्चे

मन, म्हिन्तोमन, यार्चागुम्बा थुचे पाङ ह्योसी
रभ्राङ, घ्युभ्राङ, प्रिभ्राङ फेल्चे ल्हे थ्योवा मुसी
सोवा सोमरा तेरो-ठालुङ-चरोठालुङ सिना सप्रे नेम्चे
न्हली स, सिली स होतेबिसी स कोन्च्यो म्हनला म्याङ्चे ।

मुस्ताङ घरपफोड-५ ठीनि
ramthakali @gmail.com

माटो नै भगवान

✍ रामबहादुर थकाली

जन्मिएछ माटोकै घरमा
बामे सरिएछ आफ्नै आँगनमा
बाँचेका छौं प्राणी जमिनकै भरमा
घाँसपात मौलाए उर्बर भूमिमा

फस्टाउछ पशुपालन घाँसे मैदानमा
साच्चै धर्तीबिना जिउन गाह्रो
प्रकृतिलाई बचाउने जिम्मेवारी हाम्रो
हरियाली पृथ्वी देखिएमा राम्रो

लागौं सबै मिली धरातल संरक्षण
वातावरण मैत्री हुन्छ वृक्षारोपण
दुर्लभ जडीबुटी हिमाली काखमै फल्दछ
मृत्युपछि भौतिक शरीर माटोमै बिल्दछ

गाँस, बाँस, कपास माटोमै निर्भर
त्यसैले म स्वीकार्छु माटो नै ईश्वर ।

मुस्ताङ घरपफ्फोङ-५ ठीनि
ramthakali @gmail.com

स्वोदेशके हित

✍ संदिपकुमार चौधरी

हे १ नेपालके विर पुत्र
जाग-जाग याब तु
नेपालके चरणोमे
शिष, चरहाई बला
विर पुत्र जाग तु ।

घर-घर क्रान्तीके
आईग लगाईले याल ची
हिम्त बला, जोश बला
देशके, शेर बेटा
तोरा जगाईले यालची ।

भूमि कैद कैने ज्यारहल
दुश्मनके जनजिरोमे
आई देखया धै
कतेक खुन छै
नेपालके विरोमे ।

सुईले स्वोदेशकेहित
खोल्ल लहु मागैची
नव कली फूलके
मैजूरसे सिंगारल
कस्तुरीके सुगन्ध मागैची ।

अंगार बरैष रहल
सगरमाथाके शिखरपर

कोशी, गण्डकी, कर्णाली
क्रोधसे नाईच उठल
देख नेपालके धर्ती पर ।

अकाशमे चमैक रहल
रोशनीके मुस्कान मागैची
लिखधै भाग्य क्षितिजमे
अन्हारमे बरैत दियाके
ऊ प्रकाशके किरण मागैची ।

बिकराल एक भिषण
बाईरह आईब रहल
धधैक रहल बारुद्धके ज्वोला
सन-सना-सन गोलीसे
धर्ती अमर गुईन्ज रहल ।

देख तु पूर्वजके बलिदान
बिना मोल फाँसीमे झुईल गेलै
गोली खेलकै नि सन्देह छातीमे
सोनीसे रचैत अमर इतिहास
आप घर-परिवार भुईल गेलै ।

गगन पर लहराईत
अनन्ततक तोहर दृश्य
रक्तसे स्वोंनिम अक्षर पर
आबैबला नव पिढिके तु
लिखधै उज्वल भविष्य ।

कंचनरुप- ११, बेङ्गरी, सप्तरी
sandipkumarcaudhary145@gmail.com

स्वदेशको हित

✍ संदिपकुमार चौधरी

हे एक नेपालको वीर पुत्र
जाग-जाग अब तिमी
नेपालको पाउँमा
शिष चढाउनेहरू
वीर पुत्र जाग तिमी ।

घर-घर क्रान्तिको
आगो बाल्न आएको छु
हिम्मत भएको, जोश भएको
तिमीलाई जगाउन आको छु ।

भूमि कैद गर्दै गइरहेको
दुश्मनको जन्जिरमा
आज देखाइदेऊ
कति रगत छ
नेपालको वीरमा ।

सुनी हाल स्वदेशको हित
उम्लेको रगत माग्दैछु
नव कली फूलको
मयुरले सिँगारेको
कस्तुरीको सुगन्ध माग्दै छु ।

आगोको वर्षा हुँदैछ
सगरमाथाको शिखरमा

कोशी, गण्डकी, कर्णाली
रिसले नाच्दै उठेको
हेर नेपालको धर्तीमा ।

आकाशमा चम्किदै गरेको
रोशनीको मुस्कान माग्दै छु
लेखी देऊ भाग्य क्षितिजमा
अँध्यारोमा बल्दै गरेको बत्ती
त्यो प्रकाशको किरण माग्दै छु ।

विकराल एक भीषण
बाढी आउँदै छ
दन-दन बल्दै बारुदको ज्वाला
सन-सना-सन गोलीले
धर्ती अमर गुन्जिदै छ ।

हेर एक तिमी पूर्वजको बलिदान
मोल नलिई फाँसीमा झुलेको
गोली खायो निःसन्देह छातीमा
रगतले रच्दै अमर इतिहास
आफ्नो घर-परिवार बिर्सिएको ।

गगनमा लहराउँदै
अनन्तसम्म तेरो दृश्य
रगतले स्वर्णिय अक्षरमा
आउने नव पिँढीको तिमी
लेखी देऊ उज्ज्वल भविष्य ।

कंचनरुप- ११, बेङ्गरी, सप्तरी
sandipkumarcaudhary145@gmail.com

सेउ बु अई !

✍ सुमित थुलुपा

ओ नेवो ङादो प्रसिदीप प्रमदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो दिरिदीप चम्मादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो प्रिप्चिदीप सुबुदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो छेकुदीप मेर्कुदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो दिप्लुङदीप धक्सादीपनेउ सेउ बु अई ।

ओ नेवो सिकियादीप मंक्यादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो सफुन्दा आम्रङदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो सागुदीप दिलाङदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो कुविया कुविदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो देवाया मतयादीपनेउ सेउ बु अई ।

ओ नेवो सेलेदीप मिक्पादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो कुलिबु छारिदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो साउ खोरेदीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो दिपुप्क्षादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो रुकुयादीप पारेदीपनेउ सेउ बु अई ।

ओ नेवो सिबेयादीप बुबेयादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो सुनयादीप रुपयादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो सामादीप रिमायादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो साचादीप मुरियादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो वालियादीप लोलियादीपनेउ सेउ बु अई
ओ नेवो पास्युपाच्यो लोलिपाच्योकाम खोत्लेङा सेउ बु अई ।
अलहै ।

नमस्कार छ है !

✍ सुमित थुलुपा

ल है त सर्वप्रथम सृष्टि देवलाई नमस्कार छ है
ल है त महासागर देवलाई नमस्कार छ है
ल है त जगतमाता देवलाई नमस्कार छ है
ल है त सातसमुन्द्र देवलाई नमस्कार छ है
ल है त सर्वप्रथम सृष्टि देवलाई नमस्कार छ है

ल है त सजीव प्राणीहरूको देवलाई नमस्कार छ है
ल है त अग्नि देवलाई नमस्कार छ है
ल है त हावा देवलाई नमस्कार छ है
ल है त अग्र देवलाई नमस्कार छ है
ल है त माइला देवलाई नमस्कार छ है ।

ल है त धामी झाक्री देवलाई नमस्कार छ है
ल है त कान्छा देवलाई नमस्कार छ है
ल है त इष्ट देवलाई नमस्कार छ है
ल है त वासुकी देवलाई नमस्कार छ है
ल है त शिर आकाश देवलाई नमस्कार छ है ।

ल है त बोलीको सृष्टि देवलाई नमस्कार छ है
ल है त महालक्ष्मी देवलाई नमस्कार छ है
ल है त पितृ कुल देवलाई नमस्कार छ है
ल है त कानुन दायरा राख्ने देवलाई नमस्कार छ है
ल है त परमात्मा देवलाई नमस्कार छ है
ल है त यो सेवा गर्ने सजीव मानवको सबैलाई नमस्कार छ है ।

थुलुङ-दूधकोशी गाउँपालिका वडा नं. ९, सोलुखुम्बु

ङिनी मातृलोपा

✍ देवबहादुर दुरा

ङिरु मातृलोपा दाउते यो निकाते याबाउपोजु
भिम् मि पार उपान्जि माकु जे सोउ तोङ् मिदाउपोजु पो ।
ङि नी मातृलोपा एँउ लाउ मिदाउपोजु दौंउपी
ङिरु अस्तित्व यो मे एँउने लावो तोङ् मिदाउपोजु पो ।

न रो माइखु नी ल्हि जे ज्याउते तोवो, न रो डास्ली जे हुनुपोजु निकाते तोवो
काला यौं ज्याउते यो पणीते पाठशाला यालायान् ङि नी मातृलोपा ।
जेउ याजेउना जे ङि नी ल्याप्से हाङ्गी फि यौं निकाते स्याम्लेइजुनी तुपी
निसी नी ख्याउसी जे हुनुवोन्जि ल्याप्से ज्यावे यौं निकाते यातोयान् ङि नी मातृलोपा ।

निसोए जे मे नी स्वि ले छाइदो म्हिका फिँ मातृलोपा
मातृलोपा निकाते यावाउयान् ङि नी मे एउँदो चुँ मोदघ्याउ मिदाउपोजु पो ।
निसोए रे माउछोते ङे गे ले छाइदो म्हिका फिँ मातृलोपा
ङी फिँ मातृलोपा निकाते यावाउयान् ङी माँछापाउ दोउँदो चुँ मोदघ्याउ मिदाउपोज पो ।

लोपा एँउवो संस्कार एँउवोपो रे संस्कार एँउवो विसिका
हाङ्ग फि रो ङिरुनी संस्कार यो विसिका ज्यावे दुउवोजु पो ङि नी मातृलोपा ।
छुँदु विसिका एँउवो रो मे यु एँउवोपो रे
हाङ्ग फि रो ङिरुनी मे नी ढुकढुकी ज्यावे दुउवोजु पो ङि नी मातृलोपा ।

दागा बिजु नी नाम् नाम् घेरा जम्मा उपान्जि चो लुउ भै
निसो लाउधो हिम्चा ङ्यान्जि हुनुपोजु मातृलोपा नी लाकाशा आपा खोजीउ तुदो ।
ङिरुनी साङ् यो जिवनशैली ज्यावे दुउन्जि हुनुवोजु मातृलोपा नी लाकाशा आपा रे
लाकाशा कोष यो व्याकरण नी चुँ ताकाउन्जि म्हिका रे ताखारोउ तुदो ।

छुँदु मे यो अस्तित्व नी ङे ङेफुबर्धान नी या फोताङ् आपा जे
ङिरुनी मातृलोपा नी ओ यो मुस्ताङ् आपा फि झलमल यो मगमग ताकाउ तुदो ।
हाइँ ग्ले यो दोमाङ् दु किउते झरना आपा जे मातृलोपा नी रोल् तापाउन्जी
सिरी सिरी कुले हाइँ पिकु आपा ज्याबे ङिरु नी मातृलोपा नी ताम्का कारेउ तुदो ।

सौन्दर्य यो फुची फि भरिपुर्ण हाइँ हरियाली सिमारु था आपा रे ता दाचिपान्जि
या चि जे कुरु पोउन्जि मातृलोपा जिविउ नी से अठोट उउ तुदो ।
ज्ञान नी चुँ ले ङिरु नी मातृलोपा या नी जिवि उउनी से
दागा म्हिका फि कुरु जे कलम दचिपान्जि मातृलोपा जे साहित्य दाउ तुदो ।

दागा रो अखबार नी पाना आपा जे टि भी यो रेडियो स्टेशन आपा जे यौं
ङिरु नी मातृलोपा जे समाचार आपा दाउ तुदो छुँदु ताम्का आपा तोसिउ तुदो ।
छुँदु सरकार फि यौं किङ् दाचिउ ङिरु नी अस्तित्व यो मे जिवि उउ रे
मातृलोपा नी सम्मान नी दु म्हिका स्कुल आपा जे बहुलोपा पणी दाचिउ तुदो ।

नखिपोट- १४, ललितपुर
debdura3125@gmail.com

मेरो मातृभाषा

✍ **देवबहादुर दुरा**

आफ्नै मातृभाषा लेख्न र बोल्न नजान्दा
दुवै आँखा बन्द गरेर अँध्यारोमा हिँडेजस्तो लागेको छ।
मेरो मातृभाषा लोप हुन लागेको देख्दा
आफ्नै अस्तित्व र पहिचान हराउने भयोजस्तो लागेको छ।

न त आमाको गर्भमा सिक्न पाएँ, न त काखमा बसेर बोल्न पाएँ
कतै पनि सिक्ने र पढने पाठशाला भएन मेरो मातृभाषा।
जान अन्जानमा मेरो बाउबाजेले पनि बोल्न बिर्सिएको हुँदा
पिढीको डिलमा बसेर बाबासँग पनि बोल्न पाइन मेरो मातृभाषा।

समाजमा पहिचानको प्राण हो भन्छन् सबैले मातृभाषा
मातृभाषा बोल्न नजान्दा मेरो पहिचान गुम्छ कि डर लागेको छ।
समाजलाई चिनाउने सुन्दर गहना हो भन्छन् सबैले मातृभाषा
मैले मातृभाषा बोल्न नजान्दा म नराम्रो देखिन्छु कि डर लागेको छ।

भाषा हराए संस्कार हराउछन् रे संस्कार हराए संस्कृति
त्यसैले त हाम्रो संस्कार र संस्कृतिसँग जोडिएको छ मेरो मातृभाषा।
अनि संस्कृति हराए त पहिचान पनि हराउछन् रे
त्यसैले त हाम्रो पहिचानको ढुकढुकीसँग जोडिएको छ मेरो मातृभाषा।

अब तिलको एक-एक गेडा जम्मा गरेर भकारी भरेझै
गाउँघरभित्र लुकेर बसेको मातृभाषाको शब्दहरू खोज्नुपर्छ।
हाम्रो माटो र जीवनशैलीसँग टाँसिएर बसेका मातृभाषाका शब्दहरूलाई
शब्दकोश र व्याकरणको भण्डार बनाएर सबैलाई सिकाउनुपर्छ।

अनि पहिचान र अस्तित्वको बहुरङ्गी फूलबारीको यो बगैचाहरूमा
हाम्रो मातृभाषाको रुप र बासनाहरूले झलमल र मगमग बनाउनुपर्छ ।
ती हिमाल र पहाडबाट झर्ने झरनाहरूमा मातृभाषाको सङ्गीत बजाउदै
सिरी सिरी चल्ने ती पवनहरू सँगै हाम्रो मातृभाषाको गीत गाउनुपर्छ ।

सौन्दय र सौभाग्यले भरिपूर्ण ती हरियाली वन पाखाहरूलाई साक्षी राखेर
यो धर्तिमा हात फैलाउदै मातृभाषा जोगाउनको लागि अठोट गर्नुपर्छ ।
ज्ञानको भण्डार हो हाम्रो मातृभाषा यसको रक्षा गर्नको लागि
अब सबैले हातमा कलम लिएर मातृभाषामा साहित्य लेख्नुपर्छ ।

अब त अखबारको पानाहरूमा टिभी र रेडियो स्टेशनहरूमा पनि
हाम्रो मातृभाषामा समाचारहरू लेखिनुपर्छ अनि गीतहरू गाउनुपर्छ ।
अनि सरकारले पनि ध्यान दिनु हाम्रो अस्तित्व र पहिचानको रक्षा गर्नलाई
मातृभाषाको सम्मानको लागि सबै स्कुलहरूमा बहुभाषा शिक्षा दिनुपर्छ ।

नखिपोट- १४, ललितपुर
debdura3125@gmail.com

ल्हो आबाउ सोना ल्हो

✍ **सोम चातेला**

झेङहोइ, किया ओःहोइ
ल्हो आबाउ सोना ल्हो
लाम्फासोङ नुइधुइका काथा
लेखेका मान्थु, लेखेलि गोयाना
खाइन्हामता न्होइन्होइपा
दाउनि पाका काथा लेखेका मान्थु
बेला लोहोइ, ना लेखेलि गोयाना ।

धिमालाइको हिकाचाका काथाबेथा
लेखेका मान्थु मेनाङ दोअ्का चलन हि
राम्खोइ ला इस्का पुर्ना काथा
एला ना लेखेलि गोयाना
सिरजात, जातिरि, बोमिको चाकाआम्का
गुरगुराइपा एसोउसो चागिल्का काथा
लेखेका मान्थु एला ना लेखेलि गोयाना ।

आन्जिको आजुआजाइको काथाबेथा
हेसापा हिहिचाहि लेखेका मान्थु
एला ना पोन्हेका हिना
लेखेलि गोयाना, खोदाइलि गोयाना
आन्जिको माझि, धामि, ओझा, हानुवाको काथा
हासुङ लेखेलि माभ्याइहि
एला ना लेखेलि गोयाना ।

आन्जिको बेजान हेर्का, खुका चलन

रेम्का मारेम्का चलन इस्तु हि वाला
सामाजता भोगिका चाका काथा
एला ना लेखेलि गोयाना
आन्जिको पुर्ना इतिहास मालेखिन्हाका काथा
हासु लेख्यावा ला, लेखेका मान्थु
एला ना मालेखेनु हासु लेख्यावा ला
ना मापानु एला हासु तेनावा ला
ओदिभाअ्सिङ ल्हो आबाउ सोना ल्हो
मालेखिन्हाका काथा लेखेलि ल्हो ।

dhimal_som@yahoo.com

उठ बाबु नानी उठ

✍ **सोम चातेला**

मिर्मिरे भो, भाले बास्यो
उठ बाबु नानी उठ
पहिलादेखि बोलीचालीको कुरा
लेखिएको छैन, तिमीले लेख्नुपर्छ
खमारमा समूह-समूहमा
दाइँ गर्ने कुरा लेखिएका छैन
बेला भो, तिमीले लेख्नुपर्छ।

धिमालहरूको बसोबासको कथाव्यथा
लेखिएको छैन, खाली भन्ने मौखिक चलन छ
लोप हुँदै गएका छन् यस्ता पुरानो कुरा
अब तिमीले लेख्नुपर्छ
सिरजात, जातिरी, चाडबाड
रमाइलोसाथ यताउता खानपिन गर्ने कुरा
लेखिएको छैन अब तिमीले लेख्नुपर्छ।

हिजोको बाजेबज्यैको कथाव्यथा
कसरी खाएबसे लेखिएको छैन
अब तिमी पढेका छौ
लेख्नुपर्छ, खोज्नुपर्छ
हिजोको माझी, धामी, ओझा, हानुवाको कथा
कसैले लेख्न भ्याउनुभएन
अब तिमीले लेख्नुपर्छ।

हिजोको केटी तान्ने, चोरी गर्ने चलन
राम्रा नराम्रा चलन धेरै छन् होला
समाजमा भोगेका कथा
अब तिमीले लेख्नुपर्छ
हिजोको पुरानो इतिहास लेखिएका कथा
कसले लेख्ने त, लेखिएको छैन
अब तिमीले नलेखे कसले लेख्लान् त
तिमीले नगरे अब कसले गर्लान् त
त्यसैले उठ बाबु नानी उठ
नलेखिएका कुरा लेख्नु उठ ।

dhimal_som@yahoo.com

मन खार्खे हाइपालि एला

✍ भरत राजदिङ

थोका रो कल्लि मातिङखे एला खुर खोकइता
चुङदिङता भाराङ जोम्तेङ एम्घाहि मे सालेङता
फोङ पातेङ मन खार्खे हाइपालि एला
लाम्फालाम्फा भादेर थेकापा भाराङ थिङघाखे रोपा
च्वाल्हे लाफा पुसुङता बिङतेङ बेजालाइ चुघाखे जोरखोपा
फोम पातेङ मन खार्खे हाइपालि एला
अघनता उम चेतेङ मिलिङभारि पुन्जाइघाखे खाइन्हामता
रेम्कारेम्का काथा निम्पिघाखे
फोमपातेङ, मन खार्खे हाइपालि एला
दोल्हा मिलिङता मावाइलाउ कुराइका माफामाफा हाया
उल्ता पाहा सोइतेङ थोतोमाता दाङधिङ होइ तानितेङ
पार्वाता पाल्घाखे पाया
फोमपातेङ मन खार्खे हाइपालि एला

मन रुन्छ के गर्नु अब

✍ भरत राजदिङ

थोका र कल्ली देखिँदैन अब हात खुट्टामा
जाडोमा सबै भेला भई ताप्दथे आगो आँगनमा
याद गर्दा मन रुन्छ के गर्नु अब
पहिला-पहिला भदौसम्म सबै रोप्दथे धान
पानीफूल पहिला केशमा लगाई केटीहरू केश विन्यास गर्दथे
याद गर्दा मन रुन्छ के गर्नु अब
मङ्सिरमा धान काटी खेतबारीतिर कुनिउ हाल्थे खमारमा
राम्राराम्रा कथाहरू भनिदिन्थे
याद गर्दा मन रुन्छ के गर्नु अब
धाबीखेतमा पटाहा लाउँदा टिप्दथ्यो छिटोछिटो माछा
उल्टोबाट छोएर मुखमा धागोले बाँधी तानेर
तिहारमा मार्ने गर्दथे सुँगुर
याद गर्दा मन रुन्छ के गर्नु अब ।

माफाङ लोउ, काइनि आनाउ सोना

प्रकाश धिमाल

ए हिसो हिसुन्हाको केलाइको पितापुर्खाको बेला
सिमाना नुहैँ टिस्टा, दिहैँ काँगडा हिगाहि
खालि काम पागाहि, साधा सुद्ध ताइको बानाइका
आनेमानेगालाइ खिनिङ चागाहि
केलाइको प्राकृतिक चिज दिरदेराङ
झारझोरागालाइ बान्चेपातेङ ताअ्का हिगाहि
एला ते गोताङ दोपासुन्हा
माफाङ लोउ, काइनि आनाउ सोना
ए केलाइको बार्का द्याङ माचासिङ खालि
चि आम्तेङ लरिका, इतिहास ताअ्का हि
एला ते गोराबिहा, बालात्कारि खिनिङ पाखे
देस बानाइका नेतागालाइ खालि भस्टाचार पातेङ
कान्डङकान्डको थुप्रा बानाइहि ।

गोतेङ पिहि माहाकालि, सप्तकोसि, लिम्पियाधुरा
लिपुलेक कालापानि मापुगितेङ एमसिसिता साम्झाउता
पातेङ सार्वभोमसात्ता बुझाइखे
उङकोभाअ्सिङ मारफा ल्होकाइने आनाउ सोना
बहुदल लोहि, संघियता लोहि केलाइको ऱ्हाइ फेरिलि
नेपालको आस्तित्व नेपालिको पुरिङ जाअ्पालि
उङकोभाअ्सिङ मारफा लोउ, काइनि आनाउ सोना
उङकोभाअ्सिङ मारफा ल्होकाइने आनाउ सोना ।

छिट्टै आऊ, बोलाऊ न प्रिय

✍ प्रकाश धिमाल

हो कता थियौं हाम्रा पुर्खाहरूको बेला
सिमाना पूर्व टिष्टा, पश्चिम काँगडा थियो
खाली काम गर्‍यौं, सादा शुद्ध आफ्नो बनाएको
चिजबिजहरू मात्र खायौं
हाम्रा प्राकृतिक चिज देवीदेवता
खोला, वनजङ्गलहरू संरक्षित गरी राखेका थिए
अहिले त सबै सक्यौं
छिट्टै आऊ, बोलाऊ न प्रिय
हो नि हाम्रा वरिष्ठ व्यक्तिले नखाइ
खाली पानी पिएर लडेका, इतिहास राखेका थिए
अहिले त रक्सी मासु, बलत्कारी मात्र गर्छन्
देश निर्माण गर्ने नेताहरू खाली भष्टाचार गरी
काण्डैकाण्डको थुम्को बनाएका छन् ।

सबै बेची खाए महाकाली, सप्तकोशी, लिम्पियाधुरा
लिपुलेक कालापानी नपुगेर एमसिसिमा सम्झौता
गरी सार्वभौमसत्ता बुझाउँछन्
त्यसैले छिटो उठौं प्रिय
बहुदल आयो, संघीयता आयो हाम्रा मुहार फेर्न
नेपालको अस्तित्व नेपालीको शिर उच्च राख्नु
त्यसैले छिटो आऊ, बोलाऊ न प्रिय
त्यसैले छिटो उठौं प्रिय ।

कानेपोखरी गाउँपालिका, रमाइलो बजार, मोरङ

आबा अबादाङ्गते हाई पालि

✍ **गणेशमान धिमाल**

आबा आबा दोङ्ग ते हाई पालि, ताईकोङ्ग आबादोङ ते
चेर लाउ बुङ्ग नाइलाउ बुङ्ग हाइ पालि ताइकोङ्ग आबा दोङ ते

कासेङ म्हुइकाङ तिङखे, हाई दोङ पालि मा दाना दोखे
हाई दोङ्ग मा मा गिखना, हाई ग्याना ना दोखे
आबा आबा दोङ्ग ते ....

हाई पातेङ चाना, आबाउ हाई दोङ मा गिखेना दोखे
काबुङ्ग ते उमेर चाहोइगा, कासेङ्ग बारकाङ मा तिङ्खे
आबा आबा दोङ्ग ते.....................................

हाई पाखाना दोतेङ हिखे, पढेखा दोखा मा मासाखे
हीकाई तेङ पढेनु हीकाईही दोखे सिकापा पढेनु आबा माहिन्खे
आबा आबा दोङ्ग ते...

आबा गुनगुन्हाईखे सुर्त पाखे, कासेङ हाई पातेङ चाना दोखे
बोसो हानिनु हिसो हानिहि दोखे हाई चालि हानि ही दोखे
आबा आबा दोङ्ग ते ....

आबा थेका मेका गेलाई शान्ति पीखे हिपीगेल्खे तापिखे
पुर्ना पुर्ना मा लागाईका जुत्ता चप्पल योतेङ तापिगील्खे
आबा आबा दोङ्ग ते...।

एनि बोस हानिनु हेलाउ लाङ दोखे दोतेङ दामा खाङ्खे
हाई पालि हानिही हाई चाली हानि ही खारतेङ दामा खाङ्खे
आबा आबा दोङ्ग ते...।

दमक-३, झापा
ganeshdhimal313@gmail.com

बुबा बुबा नै हो के गर्नु

✍ **गणेशमान धिमाल**

बाबु बाबु नै होनि के गर्नु आफ्नै बुबा त हो
रिसाए खुसाए पनि बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

मलाई सानो देख्नुहुन्छ केही गर्न सक्दैनस् तँ भन्नुहुन्छ
केही गर्न आउँदै आउदैन के गर्छस् भन्नुहुन्छ
बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

के गरी खान्छस् केही गर्न आउँदैन तलाई भन्नुहुन्छ
म पनि उमेर खाइसके मलाई सानो नै देख्नुहुन्छ
बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

के गर्दैछस् भन्नुहुन्छ पढ्दै छु भन्छु पत्याउँदै पत्याउनुहुन्न
कराएर पढ्छु कराउँछ भन्नुहुन्छ विस्तारै पढ्दा बुबा सुन्नुहुन्न
बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

बुबा गुन्गुनाउनुहुन्छ सुर्ता मान्नुहुन्छ मलाई के गरी खान्छस् भन्नुहुन्छ
कही गयो भने कहाँ गयो के खान गयो भन्नुहुन्छ
बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

बुबाले मेरो थोत्रो मोत्रो लुगा पट्याएर राखिदिनुहुन्छ
पुरानो नलाएको जुत्ता, चप्पल पुसेर धोइदिनुहुन्छ
बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

एक दिन कही गयो भने कहिले आउँछ भन्दै बाटो हेरिरहनुहुन्छ
किन गयो के खान गयो भन्दै रुदै बाटो हेरिरहनुहुन्छ
रिसाए खुसाए पनि बुबा बुबा नै हो के गर्नु ?

दमक- ३, झापा
ganeshdhimal313@gmail.com

नामरबु

✍ प्रतापसिंह नाछिरिङ 'ठुले पसिना बादेल'

इकि तेलनामपिकु नामरबु खमा धे खानुप
इकि साउलो दोखोलापिकु नामरबु खमा धे खानुप
खारुमिम् खारुतोउ युक्तोउ नामरबु खमा धे खानुप
हम्बइसिछोलाम तेलनाम्मि नामरबु खमा धे खानुप।

इकि साउलो दोखोलापि बाइकु बु खमा धे खानुप
गनाम खिसाम लिम्कु खमा धे खानुप
छोउ काकु हेइमा धे खानुप
साउलोसा भुल्स्ताकु खमा धे खानुप।

इकि तेलनामपि मुम्दाकु तोउ धे खानुप
चादुम् सिकु खमा धे खानुप
रा दोचेर ब्राम सिकु खमा धे खानुप
चेर्चा दोरोसि पाल्कोति सिकु खमा धे खानुप।

मिखि सलुसु खमा खम्चाम्लुदा धे खानुप
चिउलिलापि चिउलि खमा धे खानुप
इकि रु रिदुम हदुम हेइम्चाम्लुदा धे खानुप
इकि साखेल्वा घिउलु रुरुम्छो खम्चाम्लुदा धे खानुप।

तेलपि खल तुङदामिह तुदामिकु धे खानुप
मिका तुङदामिह बलुमिकु धे खानुप
इकि तेलनामपिकु नामरबु खमा धे खानुप
इकि साउलो दोखोलपिकु नामरबु खमा धे खानुप।

ऐसेलुखर्क गाउँपालिका वडा नं. २, बादेल, खोटाङ

रमिता

✍ प्रतापसिंह नाछिरिङ 'ठुले पसिना बादेल'

हाम्रो गाउँघरको रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर
हाम्रो वन जङ्गलको रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर
किसानको कृषि रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर
अग्लो थुम्काबाट गाउँघरको रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर ।

हाम्रो वन जङ्गलमा फुलेको फूल हेर्नु अनुपम मनोहर
साग सिस्नु पलाएको हेर्नु अनुपम मनोहर
चराचुरुङ्गीको चिरबिर सुन्नु अनुपम मनोहर
वन्यजन्तु दौडेको हेर्नु अनुपम मनोहर ।

हाम्रो गाउँघरमा गरिने मेलापात अनुपम मनोहर
अन्न फलेको हेर्नु अनुपम मनोहर
धान, गहुँ, फापर फलेको हेर्नु अनुपम मनोहर
कोदो मकै कन्दमूल फलेको हेर्नु अनुपम मनोहर

त्यहाँ जैविक विविधता हेर्नु हरिरहौँ लाग्छ अनुपम मनोहर
पानी लहराघारीमा पानीलहरा हेर्नु अनुपम मनोहर
हाम्रो भाषा, संस्कार-संस्कृति सुनिरहौँ लाग्छ अनुपम मनोहर
हाम्रो इष्टदेव देउराली हेरिरहौँ लाग्छ अनुपम मनोहर ।

गाउँमा सबै सद्भावले बसेको अनुपम मनोहर
अनि सद्भाव आपसी पारस्परिक सहयोग अनुपम मनोहर
हाम्रो गाउँघरको रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर
हाम्रो वन जङ्गलको रमिता हेर्नु अनुपम मनोहर ।

ऐसेलुखर्क गाउँपालिका वडा नं. २, बादेल, खोटाङ

इ रु माइम्होउवा

✍ सरिता नाछिरिङ

इ फुपामुमा मामापापाआ चेति युक्सिकु इ रु
इनिवा केइआ उध मुम्दानकु उन् इ रु
उन् रु रिदुम हदुमलाम्ङा केइ लोलिसिकु
उन् उम्छु इनिबा केइआ उध मातुम्कु ।

इ फुप्मुमचि हप्मि रुलाम्ङा बेम् छादा छुल तात्दान
बुजाम आपुम्दालो दि सिर बिछु हप्मि रु लाम्ङा पिम् छादा माख पाछु तुम्दान
मुन्तह केइ खलआ हप्मि रु निनिदि
इ रु तात्नख तुस्बुलो चेइलइदि ।

केइ रदुमि ह-हप्मि रु धे खानुप तुवा
केइङा निनिदिन लामुम्दानख मिका उ छुवादा
उन्तोक्ङाख तोपि कुभोउ रु नेइमा
केइ रदु पिम्ह उधाम छेइमेमा ।

माका हप्मि रु नेइमा पिकद काङ रदु छुवक्सा
माइम् इस्दा वाछेङ्का वारेङ्का इ रु निन्मिक्सा
माइम् इस्दा पा-पातिसु चुनिमा लो इ रु
उम्दस्का छुइदि इक्सा ना मिक्सा मास्खात्दाख इ रु ।

ऐसेलुखर्क गाउँपालिका वडा नं. १, राखाबाङदेल बुखु, खोटाङ

हाम्रो भाषा लोप हुनै लाग्यो

✍ सरिता नाछिरिङ

हाम्रो बाजेबजु आमाबाबुले सिकाइराखेको हाम्रो भाषा
अचेल हामीले किन बोलचाल गर्दैनौँ यो हाम्रो भाषा
यही भाषा संस्कार-संस्कृतिबाट नै हामी फैलिएको
यही सत्य कुरो अचेल हामीले किन भुलेको ।

हाम्रो पितृलाई मातृभाषामा नै श्रद्धा गर्नुपर्छ, श्राप लाग्दैन
न्वाङ्गी फुकाउँदा चोखो जाँड अक्षेता अदुवा मातृभाषामा नै चढाउनुपर्छ नत्र शक्ति पाइदैंन,
त्यसैले हामी सबैले मातृभाषा बोलौँ
मातृभाषा नजाने अग्रजसँग सिकौँ ।

हामी किरातीको मातृभाषा अनुपम थियो
हामीले नै बोलेनौँ खोजेनौँ भने अनि के हुने हो
यस्तै हो भने भविष्यमा कुन भाषा बोल्नु
हामी किराती हौँ भन्ने पहिचान कसरी चिनाउनु ।

अब मातृभाषा बोलौँ भन्छु म किराती भएको हुनाले
भुल्नु हुन्न पुस्तौँ पुस्ताले हाम्रो भाषा बोलेको हुनाले
भुल्नु हुन्न पुर्खाहरूलाई र हाम्रो भाषा
कालान्तरमा भइन्छ बेवारिसे लोप भइगए हाम्रो भाषा ।

ऐसेलुखर्क गाउँपालिका वडा नं. १, राखाबाङदेल बुखु, खोटाङ

अ़ङ्का किरावा छा

✍ जिडी राइ

सुम्निमा कि पारुहाङच्यो अचु सिसोम्छा
हेन्खामाछा, बाखाछा, अ़ङ्का किरावाछा
चुप्पाङ टोक्पाङ असिन्ऩङ अ़ङ्का सिसोम्छा
सेकबोम कादोङ हाङ कामुना अ़ङ्का किरावाछा ।

सावा रिम्ला अ़आङ्ऩङ ओ अ़ङ्का सिसोम्छा
हाङ्होन खाप्याङ, मिन्मा तुक्याङ य़ङ्ङा किरावाछा
दोङ्दावा कि दोङ्वाङादा लाक लुङा सेमुना सिलि
आराङयुङ्का युङाताओ ओक्को थाप्सङ हिलि ।

साया चोङ्याङ, ताया फोङ्याङ, यङ्याङ बोब्बिछा
झाराचिआ एन्मादोरा ओक्को किरावाछा
सावा पाक्सा लोङ्साखानिन हालेनाङ यावाच्यो
कोङ मिन्मा तोङ्सा हुसुम तारुम्ने हाङ्होन किरावाच्यो ।

आमचोक, भोजपुर

म किराती छोरो

✍ जिडी राई

सुम्निमा र पारुहाङका सन्तान
प्रकृतिको सन्तान, माटोको सन्तान म किराती
सानो-ठूलो जान्दिनँ म उही सन्तान
सात सय वर्ष राज्य गर्ने म किराती सन्तान।

बल मिच्याइँलाई सहन्न म सन्तान
राज्य रुदै छ, मन दुख्दैछ भन्दै छु म किराती सन्तान
उँधौली र उँभौलीमा सेमुना सिलि गर्दै
उहिलेदेखि बसी आएको यो चलनचल्ती।

शिर उभिँदै छ, शिक्षा बढ्दै छ, भन्दैछ माटो पुत्र
सबैले सुन्नुपऱ्यो यो किराती सन्तानलाई
बल गर्दै उठिहेर सबै साथी हो
मन मिलाउदै फेरि ल्याऊ हाम्रो गुमेको राज्य।

आमचोक, भोजपुर

रङ्ब्ब्अे साम

✍ किशोर बायुङ राई

खापी कीकीम् मारा पाम्तामे ? खापी पीपीम् मारा पाम्तामे ?
सारी कीकीम् मारा पाम्तामे ? सारी पीपीम् मारा पाम्तामे ?
मार्याङ्सेवा म्याम दुके मो रो
साफ्ला-साफ्ला ब मिम्तोङमारी नेसेनेसेम लो रो ।

कीकीम्
गिजोयाचो खाम्स्सो आतेला लासोमाम्
रिक्चो खरे हिप्सोमाम्
रङ्ब्ब्अे रेत्तामे
सोरी ब्विअल्सो ब्र्याप्चोम् ताप्सो निवा लेत्तामे ।

पीपीम्
सोबुमोले पासोमाम् गुलोहाम्बा मार्साहाम्बा पासोमाम्
ब्व्याब्व्यार्याङ्मा सफ प्रोसोमाम्
ब्व्याब्व्यार्याङ्मा रेत्तामे
बःरवसे सोरी मुःसोमाम् दुखासाम ताप्सो निवा लेत्तामे ।

पापाम्
दोखो दोखो अक्षर स्यान्सोमाम्
गःल स्याङ्खिरी लुक्सोमाम्
दुखासुखा जोत्तामे
बोकोली नेवाली भ्कासोमाम् फुङ्लाम धोत्तामे ।

मामाम्
कुप्पीर्याङ्माङ एके दासोमाम्

खिमन्याम झासोमाम्
मिरेम तरेमा गिम्तामे
बोकोल नेवाल तिक्सोमामि निवाथुम चिम्तामे ।

माल्ती गुयिम
कीदुः पोदुः मिम्सोमाम्
मामा पापा कोसोमाम्
दब मो दबमिङ र्याक्चोदुम्
ब्व्याब्व्यार्याङ्मा सफरी साया रोक्चोसाम पिक्चोदुम्
रङ्ब्व्अे सामरी दब सलङ खिक्चोदुम ।

बिनायो धुन

✍ किशोर बायुङ राई

च्याप्जुले के गरे ? च्याप्जुमाले के गरिन् ?
बराजुले के गरे ? बराजुमाले के गरिन् ?
लेखोट भएन जुगको कथाहरू
धमिलो छ सम्झनाको पानामा विगतहरू ।

बाजेले,
हतियार लिई लेकतिर गएर
मालिङ्गो काटेर
खिपे बिनायो
र, मुखमा लाएर औंलाले बजाई बुझाए मन ।

बोजुले,
वनजङ्गल धाइ खोला वारिपारि गरेर
पिपिरीको टिपेर
पिपिरी बाजा बनाए
र, दुःखको धुन निकालेर मन फर्काए ।

पापा (बुबा) ले,
अलिअलि अक्षर चिने
पसिनाको भेलबाढी बगाएर
दुःखसुख जमाए
बोकोली -नेवाली (कुल वंश) धानेर सुबाटो नै अपनाए ।

मामा (आमा) ले,
लेखान्त नै यहीँ हो भनेर

कुलघरान धानेर
जिउज्यान जीवन समर्पण गरेर
बोकोली नेवाली (कुल वंश) धानेर मुटु दिनुभो ।

आज हामीले,
च्याप्जु च्याप्जुमाको जुग सम्झेर
मामा आमाको जीवन हेरेर
आफ्नो इतिहास आफै लेख्नुपर्छ
पिपिरी पातमा शिर उच्च हुने धुन भर्नुपर्छ
बिनायो धुनमा आफ्नै चेतनाको भाका सजाउनुपर्छ ।

नेचासल्यान- १, ख्याम्पु, सोलुखुम्बु
E-mail: bayunge1@gmail.com

मूम पो ही छाना ईलाङ

✍ लोकबहादूर ठापा

डासा ङाक्‌के मोईढूट, मूम पो ही छाना ईलाङ ?
माले डेहाङ मोईढूट रोच छीनीङ, रेट्‌म पो ही छाना ईलाङ ?
फोकूङ रोस ढर्‌म लाचके लहऊ, डेम पो ही छाना ईलाङ ?
पामले म्‌हाट्‌के मोईढूट छीनीङ, कम्‌डीम पो ही छाना ईलाङ ?
सेहच छाना मम्‌मी हटई डेड्‌डी, बोई मोई डेम पो ही छाना ईलाङ ?
डासा डेके फूपई र पूसईं, खोन डेम पो ही छाना ईलाङ ?
सईनो म्‌हाटा मामा र मईजीऊ, भानूजा डेम पो ही छाना ईलाङ ?
म्‌हाटा डेहाङ मोईढूट पट्ट, डरबाराङ मूम पो ही छाना ईलाङ ?
मीजाकोआङ ढूट मासरीसा डेहाङ, जाप्‌चजाप्‌च ज्‌याम पो ही छाना ईलाङ ?
मीजामीजीङ ढूट म्‌हाट्‌चपार, सेहचसेहच बील्‌म पो ही छाना ईलाङ ?
ङाक्‌के डासा मोईढूट पट्टलाक, रीक्‌के पाम पो ही छाना ईलाङ ?
ढूट जोगरीच माले मन सूकेर, कीटाब छाप्‌डीम पो ही छाना ईलाङ ?
गार्‌हा बारी छाना पट्ट बाँझो, ईम कूर्‌म पो ही छाना ईलाङ ?
आर्‌नाम रेन्‌झा पट्ट पेलीसाङ ले, जाट्‌के ही पो हेक्‌ले ईलाङ ?
ढूट रोस सेहच सम्‌टी लहऊ, माजोगरीम पो माछान ईलाङ ?
ढूट रोस जोगरीके मापाले डेहाङ, गनटन्‌ट्र राहम पो ही छाना ईलाङ ?

बसेर पो के भयो यहाँ

लोकबहादुर थापा

छाडे बोल्न मातृभाषा सबैतिर, बसेर पो के भयो यहाँ ?
छैन भने माया मातृभाषा आज, हाँसेर पो के भयो यहाँ ?
अर्काको धर्म, संस्कृति लिने मान्छेलाई, आफ्नो भनेर पो के भयो यहाँ ?
खोज्दै छ लोप हुन मातृभाषा आज, कमाएर पो के भयो यहाँ ?
राम्रो भयो मम्मी र ड्याडी, बाबा आमा भनेर पो के भयो यहाँ ?
छाडे भन्नु फुपू र पुसैज्यू, बुहारी भनेर पो के भयो यहाँ ?
हरायो भने मातृभाषा सबै, दरबारमा बसेर पो के भयो यहाँ ?
छोराछोरीमा भाषा सरेन भने, मिठोमिठो खाएर पो के भयो यहाँ ?
छोराछोरीबाट नै भाषा हराएपछि, राम्रो राम्रो लगाएर पो के भयो यहाँ ?
बोल्न छाडे मातृभाषा सबैतिर, लेख्न खोजेर पो के भयो यहाँ ?
भााषा बचाउने मन कसैको नभएपछि, पुस्तक छापेर पो के भयो यहाँ ?
खेतबारी सबै बाँझो, घर कुरेर पो के भयो यहाँ पो के भयो यहाँ ?
युवायुवती सबै विदेशमा छन्, गर्न पो के सकिन्छ यहाँ ?
भाषा-संस्कृति हाम्रो सम्पदा आफ्नै, संरक्षण नगरी पो भएन यहाँ ?
भाषा-संस्कृति संरक्षण गरिँदैन भने, गणतन्त्र आएर पो के भयो यहाँ ?

आङ्खउ बिर्न ह

ममता मेचे

आङ् जमइ बाइदि बिर्न गस दोङ्
आङ्खउ बिर्न ह
हिन्जाउसा हन्नानइ बेङ्न दाबाइ
आङ्नि ब नङ्नि बाइदि गस दोङ
गस गर्वनि राग्ङाखउ वाख्खिबाइदि
खोगाहाइ लाबनानइ लाइद्राइन ह
आङ्खउ जारउ जानानइ जारउयइ
थान गस दों
आङ्खउ रामबाथुलनि रङङाहाइ गोलाइनो ह
आङ् दइलाम् बाइदि बहिगाछेन
थांखियाहाइ छोइन्न गस दोङ्
आङ्खउ दइलाम् बाइदि बहिनो ह
आंखउ दइसा बाइदि बहिन्अ ह
समुद्र बाइदि गेदेद सागर जानअ् दोङ्
जेछेबाङ् जिबजन्थुनि नोअ् बासा जानअ् दोङ्
आङ्खउ समुद्रहाइ मिलाइन्अ ह
गर्बहाइ गबांयिन खथाबाथ्रा दोङ्
बि खथाबाथ्राखउ बुंन ह
आङ् दाउछेन् दाउला बाइदि बिर्न गस दोङ्
आङ्खउ बिर्न ह
सगरमाथानि गुसु बारआहाइ
हाङ् लान गस दोङ्
सान्थिनि हाङ् लान ह
लालिगुरास नाइ न गस दोङ्
नाइ न ह

गस गर्बनि खथा दिहुन्न गस दोङ्
दिहुन्न ह
आङ् दाउछेन् दाउला बाइदि बिर्‌न गस दोङ्
जमइखउ दाङ्न गस दोङ्
आङ्खउ बिर्‌न ह
जमइखउ दाङ् न ह
सगरमाथाखउ नाइ न ह
सान्थिनि हाङ् लान ह
आङ्खउ बिर्‌न ह ।

झापा

मलाई उड्न देऊ

✍ ममता मेचे

म बादलजस्तै उड्न चाहन्छु
मलाई उड्न देऊ
नारी भनी छेक्न नखोज
मेरो पनि तिम्राजस्तै भावना छन्
मनभरिको रिसको ज्वाला
मुखमा ल्याई भन्न देऊ
मलाई रङ्गिन रङजस्तै बन्नु छ
इन्देणीको रङमा घुल्न देऊ
म खोलाजस्तै निरन्तर
गन्तव्यमा पुग्नु चाहन्छु
मलाई खोलाजस्तै बग्न देऊ
समुद्रजस्तै विशाल बन्नु छ
हरेक जीवको आश्रय बन्नु छ
मलाई समुद्रमा मिल्न देऊ
मनभरि धेरै बिचारहरू छन्
ती बिचारहरू पोख्न देऊ
म पंक्षीजस्तै उड्न चाहन्छु
मलाई उड्न देऊ
सगरमाथाको चिसो हावामा
सास फेर्न चाहन्छु
शान्तिले सास फेर्न देऊ
लालीगुराँस छुन चाहन्छु
छुन देऊ
डाँफे नाचेको हेर्न चाहन्छु
हेर्न देऊ

भावनाका कुरा पोख्न चाहन्छु
पोख्न देऊ
म चरीजस्तै उड्न चाहन्छु
बादललाई छुन चाहन्छु
मलाई उड्न देऊ
बादल छुन देऊ
सगरमाथा हेर्न देऊ
शान्तिले सास फेर्न देऊ
मलाई उड्न देऊ ।

झापा

उङ योर

✍ अविश्वर राई

उङ्गु राङु योर तिङ्म
मुयोङा त्वाम टिङ्म
नेपालील्वाङ भाषा
अंग्रेजील्वाङ ल्याङ्ग्वेज
थास देम्वाँइ उङ्गु तिङ्म
कुडु जुब्बे इन्वाङ उङ इल बाङ्म
मुयो ज्वाल्निल आमै आजोनि
उङ बाँमाख्वा उनतिङ् राइनिम्याँ
आत्ति द्यास्ता उङक्वा
आःकुडु तिम
उङ योर

ट्याप्पि,
आस्याँ दुलिङम्याँ
त्वाम ख्वाम्म्याँ बाःम
आःकुदुल्वा चाकु बाम्याँ
सुङकाल्या पासि आदाउ
उङ्गु बाँमा आदेउँ
सिस्कोको पाका
उनु चिक्दुम क्याउ
उङ ङ्आम्बिम आमै आवानि
थासलुँया आब्िअम्दु
योर त्यास्सि ज्याक्दुम ङ्याम
उपो तिच्वा
नुमब्वा आमा योर ज्वाक्बिइति

आदाउ चेइसि
इस आपुका।

खाम्नुल ग्यार्नुल उङ बाङ्म
उङ्गु वाख्खा ख्ल्यानिम बाःम
आत्ति उनुडा मातल्वाइम स्याम्दा
इस आपुका
चाकुमै बाम्कान
आमै आवानि
उङ्गु ङ्आम्बिल च्वाम्का
आ ङिमा लुम बाःम
नौठाला या आच्वामङि
इमस्या ब्अिम्बे
त्याङ आसपुउँ
इस आपुकै
उङ योर।

मानेभन्ज्याङ- ३, ओखलढुंगा

म भाषा

✍ अविश्वर राई

म राई भाषा हुँ
मान्छेको मन हुँ
नेपालीमा भाषा
अङ्ग्रेजीमा ल्याङग्वेज
जसो भने पनि मै हुँ
घर बनाउँछु अनि म त्यहीँ बस्छु
मान्छे जन्मिदा केही जान्दैनौ
म बसेकोले तिमीहरू सुन्दर भयौ
होइन कसरी भन्छौ ?
मेरा घर हो
म भाषा ।

हिजोआज,
किन धपाइरहेछौ
मन रोएको छ
मेरो घरमा अरु बसे
रिसाउन जानिनँ
म पनि बस्छु भनिनँ
माया गर न
तिमी थाहा पाउँछौ
म पहिलेको केही भन्दिनँ
कस्तो महसुस गरे सोचेनौ
कुरा काट्न थाल्यौ रे
बाजेहरू
उहिले कस्तो भाषा जानेका हुन्

मन पर्दैन सिक्न
त्यो नगर मलाई ।

रुँदा रमाउँदा म छु
तिमीलाई कत्ति सघाएको छु
होइन तिमी त बिर्सिन थाल्यौजस्तो छ
त्यो नगर मलाई
अरु पनि बसुन्
केही भन्दिनँ
मलाई अगाडि राख
मलाई डर भइरहेछ
पछाडि पनि राखेनौ
त्यसरी सोचें
अब कसो गरुँ
त्यसो नगर है
म भाषा ।