puspas.com.np

INDEX

रिपोर्ताज भनेको के हो ?

शब्दभण्डार

बोध र अभिव्यक्ति

व्याकरण

रिपोर्ताज भनेको के हो ?

रिपोर्ताज भनेको पत्रकार वा लेखकले स्वयम्को प्रत्यक्ष संलग्नतामा देखेका, भोगेका वा अनुभव गरेका समसामयिक विषयवस्तुमाथि साहित्यिक एवं पत्रकारिताको शैलीमा तयार पारिएको गद्य लेख हो । यो साहित्यको नयाँ विधा हो । रिपोर्ताज लेख्ने लेखक प्रत्यक्षदर्शी वा भोक्ता हुनुपर्दछ । रिपोर्ताज लेख्नुपूर्व लेखकले सम्बन्धित विषयको गहन एवं सतर्कतापूर्वक अध्ययन एवं विश्लेषण गर्नुपर्दछ । विषयवस्तु वास्तविक भएपनि लेखक वा पत्रकारद्वारा व्यक्तिगत अनुभव वा धारणालाई निजात्मक वा आत्मपरक शैलीमा व्यक्त गरिने भएकाले रिपोर्ताजलाई समाचार र साहित्यको मिलनबिन्दु पनि भन्ने गरिन्छ । सर्जकले समसामयिक विषयवस्तुमा आफ्ना अनुभव र अनुभूतिलाई पत्रकारिताको शैलीमा प्रस्तुत गर्ने हुँदा रिपोर्ताजको संरचनागत आकार लामो वा छोटो दुबै हुन सक्छ ।

puspas.com.np

puspas.com.np

शब्दभण्डार

१. दिइएका योगसँग सम्वन्धित पारिभाषिक शव्दको अर्थ शव्दकोशका सहायताले लेख्नुहोस् :

यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि

उत्तरः

	शव्द		अर्थ
(क)	यम	–	अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य र अपरिगृह जस्ता पाँचओटा तत्व पालना गर्नाले पूर्ण हुने अनुशासन, अष्टाङ्ग (यम, नियम, आसन, धारणा प्राणयाम, प्रत्याहार, ध्यान र समाधि) योगमध्येको पहिलो योग
(ख)	नियम	–	व्यवहार वा आचरणका बारेमा निश्चित गरिएको सिद्धान्त
(ग)	आसन	–	रहने वा बस्ने ठाउँ, बस्ने तरिका वा ढाँचा
(घ)	प्राणायाम	–	श्वासप्रश्वासको गतिलाई नियमित पार्ने क्रिया
(ङ)	प्रत्याहार	–	इन्द्रियहरुलाई विषयबासनाबाट हटाएर चित्त एकाग्र पार्ने साधना
(च)	धारणा	–	धारण गरिएको अवस्था
(छ)	ध्यान	–	कुनै विषय वा कार्यमा रुचिपूर्वक भएको एकाग्रता
(ज)	समाधि	–	ब्रह्म चिन्तनमा केन्द्रित हुने योगसाधनाको आठौं अथवा अन्तिम अवस्था

puspas.com.np

२. दिइएका अर्थसँग मिल्ने शब्द पाठबाट खोजेर लेख्नुहोस् :

उत्तरः

(क) हलचल नगर्ने – निस्पन्द, स्थिर

(ख) ओइलाएको – मलिन

(ग) बौद्धस्मारक – स्तूप

(घ) प्राचीन चिकित्साशास्त्र – आयुर्वेद

(ङ) एकचित्त – एकाग्रता

(च) कथाहिनता – अकथा

(छ) एम. ए वा सो सरह – स्नातकोत्तर

३. दिइएका शब्दहरुलाई अर्थ खुल्ने गरी वाक्य बनाउनुहोस् ।

१. व्यग्र : राम विदेशबाट आएको साथी भेट्ने व्यग्र प्रतीक्षामा बसेको छ ।

२. चैत्य : हाम्रो देशका चैत्य र गुम्बाहरु हाम्रा साँस्कृतिक सम्पदा हुन् ।

३. योग : योगले मानिसलाई स्वस्थ एवं दीर्घजीवी बनाउँछ ।

४. स्नातकः राम स्नातक तह उत्तीर्ण गरी स्नातकोत्तर तहको अध्ययन गर्न काठमाडौं गएको छ।

५. मनोचिकित्सक : मनोरोगी बनेको राम मनोचिकित्सकसँग सल्लाह गरी उपचारका लागि काठमाडौं गयो ।

६. समग्रता : मानसिक शान्तिका लागि मनको समग्रतासँगै एकाग्रता चाहिन्छ ।

puspas.com.np

puspas.com.np

बोध र अभिव्यक्ति

१. दिइएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :

क. रिपोर्ताज कुन विषयमा लेखिएको छ ?

उत्तर : रिपोर्ताज योग साधना र यसको महत्वको विषयमा लेखिएको छ ।

ख. रिपोर्ताजमा कति जना व्यक्तिको नाम उल्लेख भएको छ ?

उत्तर : रिपोर्ताजमा अमित, सुन्दर र युरेन्द्र गरी तीन जना व्यक्तिको नाम उल्लेख भएको छ ।

ग. रिपोर्ताज कतिओटा अनुच्छेदमा संरचित छ ?

उत्तर : रिपोर्ताज पच्चिसओटा अनुच्छेदमा संरचित छ ।

घ. रिपोर्ताजमा प्रयुक्त भाषाशैली कस्तो छ ?

उत्तर : रिपोर्ताजमा प्रयुक्त भाषाशैली आत्मपरक एवं निजात्मक छ ।

२. दिइएको अनुच्छेद पढ्नुहोस् र रिपोर्ताज विधाका बारेमा छलफल गर्नुहोस् :

उत्तरः रिपोर्ताज भनेको पत्रकार वा लेखकले स्वयम्को प्रत्यक्ष संलग्नतामा देखेका, भोगेका वा अनुभव गरेका समसामयिक विषयवस्तुमाथि साहित्यिक एवं पत्रकारिताको शैलीमा तयार पारिएको गद्य लेख हो । यो साहित्यको नयाँ विधा हो । रिपोर्ताज लेख्ने लेखक प्रत्यक्षदर्शी वा भोक्ता हुनुपर्दछ । रिपोर्ताज लेख्नुपूर्व लेखकले सम्बन्धित विषयको गहन एवं सतर्कतापूर्वक अध्ययन एवं विश्लेषण गर्नुपर्दछ । विषयवस्तु वास्तविक भएपनि लेखक वा पत्रकारद्वारा व्यक्तिगत अनुभव वा धारणालाई निजात्मक वा आत्मपरक शैलीमा व्यक्त गरिने भएकाले रिपोर्ताजलाई समाचार र साहित्यको मिलनबिन्दु पनि भन्ने गरिन्छ । सर्जकले समसामयिक विषयवस्तुमा आफ्ना अनुभव र अनुभूतिलाई पत्रकारिताको शैलीमा प्रस्तुत गर्ने हुँदा रिपोर्ताजको संरचनागत आकार लामो वा छोटो दुबै हुन सक्छ ।

puspas.com.np

puspas.com.np

३. पाठका आधारमा जोडा मिलाउनुहोस् :

उत्तरः

(क) अमित ठाकुर	–	पत्रकार
(ख) सुन्दर छन्त्याल	–	योगसाधनाका कारण पुनर्जीवन र सफलता पाउने व्यक्ति
(ग) रत्नराज्यलक्ष्मी क्याम्पस	–	अमित ठाकुरले पत्रकारिता पढेको क्याम्पस
(घ) धुलिखेल	–	अमित ठाकुरले फिचर स्टोरी खोज्न गएको ठाउँ
(ङ) आरुबारी	–	काठमाडौँमा सुन्दर छन्त्यालहरुको बसोबास रहेको ठाउँ
(च) म्याग्दी	–	सुन्दरको जन्मथलो
(छ) हृदयाघात	–	सुन्दरका पिताको मृत्युको कारण
(ज) क्यान्सर	–	सुन्दर छन्त्यालकी आमालाई लागेको रोग
(झ) तौलिहवा	–	अमित ठाकुरको घर भएको ठाउँ

४. "योग, ध्यान .... ताँती सुरु भयो" रिपोर्ताजको अंश पढी सोधिएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :

क. ध्यान गर्नका लागि म पात्र कहाँ कहाँ पुगेका थिए ?

उत्तर : ध्यान गर्नका लागि म पात्र लुम्बिनी स्तूप, चैत्य, गोठाटारको पीपलको रुख, देवालय नजिकको खुला मैदान, पशुपति छेउको मैदान, धुलिखेल आदि ठाउँमा पुगेका थिए ।

ख. गोठाटारले म पात्रलाई किन आकर्षित गर्दछ ?

उत्तर : गोठाटारका प्रतीक बनेका पीपलका रुखमुनि बसेर शान्त वातावरणमा प्राणायाम गर्न सकिने र नजिकैको देवालयको खुला मैदान योगासन गर्न उपयुक्त ठाउँ भएकाले गोठाटारले म पात्रलाई आकर्षित गर्दछ ।

ग. "हजारौँ माइलको यात्रा एक सानो पाइलाबाट सुरु हुन्छ" भन्नुको तात्पर्य के हो ?

उत्तर : कुनै पनि महान् कार्य वा ठूला ठूला कार्यको प्रारम्भिक चरण सानो कार्यबाट नै भएको हुन्छ । सानो कार्यले निरन्तरता पाएपछि नै महान् कार्य सम्पन्न हुन्छन् र लक्ष्यमा पुग्न सकिन्छ भन्नु नै "हजारौँ माइलको यात्रा एक सानो पाइलाबाट सुरु हुन्छ" भन्नुको तात्पर्य हो ।

घ. योगले मानव जीवनलाई कसरी परिवर्तन गर्दछ ?

उत्तर : योग चिन्तन र ज्ञान हो जसले मनलाई एकाग्रता बनाई आत्मिक एवं भौतिक शान्ति दिलाई सुखी र निरोगी जीवन बाँच्ने आधार खडा गर्ने भएकाले योगले मानव जीवनलाई परिवर्तन गर्दछ ।

puspas.com.np

५. दिइएको रिपोर्ताजको अंश पढी सोधिएका प्रश्नहरुको उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) सुन्दर छन्त्यालमा कसरी बाँच्ने इच्छाशक्ति जागृत भयो ?

उत्तरः बाबुको हृदयाघातबाट मृत्यु हुँदा उदासिन भई स्नातकोत्तर पढ्न नसकेका सुन्दर आमा पनि क्यान्सर पीडित भएपछि डिप्रेसनको सिकार भएका थिए । चिकित्सा केन्द्रका डा. युरेन्द्रले योग ध्यानका सबै विधि सिकाई योग साधना गर्न लगाएपछि अनि मनोचिकित्सकको सान्त्वना र सल्लाहपछि सुन्दरको मन शान्त हुँदै गयो अनि योगको बोध हुँदै गएपछि योगमा यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा र ध्यान हुँदै समाधिको यात्रा तय गरिने कुरा बुझेकाले मनको विकार हट्दै गई सुन्दर छन्त्यालमा बाँच्ने इच्छाशक्ति जागृत भयो ।

(ख) योग साधनाले मानव स्वास्थ्यमा पार्ने प्रभावहरु के के हुन् ?

उत्तरः योग चिन्तन हो, ज्ञान अनि मनको एकाग्रता हो । अन्ततः योग समाधि तर्फको यात्रा पनि हो । योगले नै मनको विकार हटाई आत्मिक एवं भौतिक शान्ति दिलाई सुखी र निरोगी जीवन बाँच्ने आधार खडा गर्दछ । योग साधनाले निराशालाई जिती नव जीवन प्राप्त गर्न सकिन्छ । स्वस्थ अनि तन्दुरुस्त जीवन बाँच्न सकिन्छ । यसरी हेर्दा योग साधनाले मानव स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभावहरु पार्दछ ।

puspas.com.np

६. म पात्रले सुन्दरको कथा प्राप्त गर्नका लागि गरेका प्रयत्नहरुलाई क्रमबद्ध रुपमा टिपोट गर्नुहोस्।

उत्तरः **म पात्रले सुन्दरको कथा प्राप्त गर्नका लागि गरेका प्रयत्नहरुः**

१. अफिसबाट हाकिमको फोन आएपछि बिहानको खाना नखाई अफिस जानु,

२. हाकिमको निर्देशनअनुसार फिचर स्टोरी लेख्न भोकसमेत बिर्सी धुलिखेल जानु,

३. धुलिखेल पुगेपछि प्रकृतिनिर्मित स्वप्नमा हराउनु,

४. कार्यक्रमको अनुत्पादक शैलीप्रति वितृष्णा जाग्नु,

५. योगाभ्यास गरेका स्थलहरु सम्झनु,

६. डा. युरेन्द्र झाको विचार रमाइलो लाग्नु,

७. सुन्दर छन्त्यालका विचार मितव्ययी र मिठो लाग्नु,

८. भाषणको भारीमा परेको महसुस गर्नु,

९. सुन्दरको फोन नम्बर लिएर खिन्न भई गोठाटार फर्कनु,

१०. भोलिपल्ट विहान सुन्दरको घरमा गएर सुन्दर र सुन्दरकी आमाबाट म पात्रले सुन्दरको कथा प्राप्त गर्नु ।

puspas.com.np

puspas.com.np

७. उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) रिपोर्ताजमा प्राकृतिक परिवेशको वर्णन कसरी भएको छ ?

उत्तरः रिपोर्ताजमा योगसाधनाका लागि उपयुक्त पशुपतिको जङ्गल, गोठाटारका पीपलका रुखहरु, गोठाटारको खुला मैदान, चउर, पशुपति छेउको मैदान, सफा आकाश, वरिपरि पहाड, साँझको प्रकाशमा टल्किँदो चन्द्रागिरि, अन्धकारमा गणितीय रेखाचित्रझैँ स्तब्ध र निश्चल पहाडहरु, धरतीलाई छुँला छुँला झैँ गरी तल तल झरेझैँ आकाश अनि धरती अद्भूत चित्रलाई छातीमा समेटेर बात्सल्यमयी बन्दै सारा प्राणीलाई आफ्ना वक्षस्थलमा लपेटेर सुतेको, पहाडी चुचुरा, घामको प्रकाश अनि प्रकाशले उज्ज्यालिएको आरुबारी आदि सुन्दर, शान्त, रमणीय एवं उल्लासमय प्राकृतिक वातावरण र परिवेशलाई कलात्मक ढङ्गले चित्रण गर्दै अनि प्रकृतिलाई मानवीकरण गरी वर्णन भएको छ ।

(ख) सुन्दर छन्त्यालको सफलताको कथा सङ्क्षिप्त रुपमा लेख्नुहोस् ?

उत्तरः सरकारी अधिकृत बाबु र माध्यमिक शिक्षिका आमाको एक्लो छोरा सुन्दरको जन्म म्याग्दीको गाउँमा भएको थियो । उनको बाल्यकालीन जीवन सुखद् रह्यो । उनले काठमाडौंको नाम चलेको विश्वविद्यालयबाट एसएलसी सकी विज्ञान विषयमा उच्च मा. वि. पूरा गरेर थापाथली क्याम्पसबाट सिभिल इन्जिनियरिङमा स्नातक उत्तीर्ण गरेपछि स्नातकोत्तरमा फाराम भरी नाम निकाले पनि बाबुको हृदयाघातबाट मृत्यु भएपछि म्याग्दी गए तर पितृवियोगको चोटका कारण काठमाडौं फर्कन मन नभएपछि आमाले जति सम्झाए पनि गाउँमै बसे । आमा विद्यालय जाने अनि सुन्दर एक्लै घरमा उदासिन भएर बस्न थाले । आमा बिरामी भई डाक्टरलाई देखाउँदा क्यान्सर भएको थाहा पाएपछि दिल्ली लगेर उपचार गरेपछि आमालाई निको भयो तर दिल्लीबाट फर्केपछि ऋणको आहालमा डुब्दा सुन्दर डिप्रेसनको सिकार बने । काठमाडौंमा डेरा लिएर मनोचिकित्सकलाई देखाई उपचार गर्ने क्रममा एकदिन डा. सुरेन्द्र झाको चिकित्सा केन्द्रमा गई योग र ध्यानका विधि अपनाउँदा क्रमशः सुन्दरको मन शान्त हुन थाल्यो । योगको विषय बोध गर्दै गएपछि मनको विकार हटी बाँच्ने इच्छाशक्ति जागृत भयो । योग र ध्यान सिक्नुका साथै प्रशिक्षकसमेत बने । पहाडको जग्गा बेची ऋण तिरे भने बाँकी ऋण पौरख गरी तिर्ने आत्मविश्वास उनमा जाग्यो । मिहिनेतको प्रतिफल प्राविधिक अधिकृतमा समेत नाम निकाल्न सफल भए ।

puspas.com.np

(ग) पाठको मुख्य सन्देश के हो ?

उत्तरः सुख र दुःख जीवनका अभिन्न पाटा भएकाले जस्तोसुकै समय र परिस्थितिलाई पनि स्वीकार गरी आत्मविश्वासका साथ अगाडि बढेमा नै जीवन सहज बन्दछ । जस्तो परिस्थिति भएपनि सहमत भएर अघि बढे जीवन स्वाभाविक रुपमा चल्छ । परिस्थितिसँग सहमति हुन नसक्दा मानसिक चिन्ता सुरु हुन्छ । आफ्नो मन आफैँ मिलिहाल्छ भनेर हुन्न, मनलाई शान्त र स्थिर पार्न समग्रता र एकाग्रता चाहिन्छ । परिस्थितिसँग हार खाई आत्मबल कमजोर बनाएमा अनि उदासिन भई मनोविकार बढाएमा डिप्रेसनको सिकार भई मानसिक रोगी बन्न पुगिन्छ । मनको एकाग्रता नै शान्तिको आधार हो । गहिरो शान्ति योग र ध्यानबाट पाइन्छ । शारीरिक शान्ति योगाभ्यासबाट प्राप्त हुन्छ । सुखी र निरोगी जीवन बाँच्नका लागि योगाभ्यास अति आवश्यक छ भन्नु नै पाठको मुख्य सन्देश हो ।

puspas.com.np

(८) व्याख्या गर्नुहोस् :

(क) यो स्मृति भन्ने वस्तु पनि रमाइलो छ । स्मृतिले नै शब्दलाई जोड्छ र झत्काउँछ । स्मृतिले मानिसलाई मानिस बनाउँछ र पुनर्जीवित गर्छ ।

उत्तरः प्रस्तुत गद्यांश कक्षा ११ को नेपाली पाठ्यपुस्तकमा सङ्कलित सफलताको कथा शीर्षक रिपोर्ताजमूलक रचनाबाट साभार गरिएको हो । यस पाठमा योग र ध्यानको महत्वका बारेमा प्रकाश पारिएको छ । पत्रकार अमित ठाकुरको प्रस्तुत मनोभावमा मानसिक स्मृतिको सामर्थ्य प्रतिविम्वित भएको छ ।

विगतका अनुभवको सम्झना नै स्मृति हो । स्मृतिले विगत र वर्तमानलाई जोडेको हुन्छ । मानव जीवन नै स्मृतिको पुञ्ज हो । स्मृतिले नै मानव जीवनलाई रमाइलो बनाउने मात्र नभएर मार्गनिर्देशन पनि गर्दछ । विगतको अनुभव र अनुभूतिबाट पाठ सिकेर नै वर्तमानमा पाइला चाली भविष्यको गन्तव्य पछ्याउने प्रयास गर्नुपर्छ । जीवन नै अनुभवको शास्त्र हो । विगतको जीवन भोगाइको स्मृतिले कहिले सुखद् अनुभूति दिलाउँछ त कहिले भावविह्वल पनि बनाउँछ । भावुकताबाट नै मानिस स्वप्नील संसारमा विचरण गरी सिर्जनामा फक्रन्छ । स्मृतिले नै मानिस शब्दशक्तिको लहरामा फैलन्छ त कहिले भावुकतामा बरालिन्छ । स्मृतिले नै मानिसलाई विगतका कमजोर पक्षहरु सुधार गरी सत्मार्गमा हिँड्न प्रेरित गर्दछ । स्मृतिले नै मानिसलाई सत्कर्ममा गतिशील बनाई पुनर्जीवित बनाउन सक्दछ । यस रचनामा पनि अमितलाई विगतको स्मृतिले आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिका लागि पृष्ठपोषणको काम गरेको पाइन्छ । अतः स्मृतिले नै शब्दलाई जोड्छ, झत्काउँछ, मानिसलाई मानिस बनाई पुनर्जीवित गर्न सक्दछ ।

puspas.com.np

(८) व्याख्या गर्नुहोस् :

(ख) मनको शान्ति खोज्न टाढा जानुपर्दैन यो तपाईंभित्रै छ । योगबाट यो प्राप्त हुन्छ ।

उत्तरः प्रस्तुत गद्यांश कक्षा ११ को नेपाली पाठ्यपुस्तकमा सङ्कलित 'सफलताको कथा' शीर्षक रिपोर्ताजमूलक रचनाबाट साभार गरिएको हो । यस पाठमा योग र ध्यानको महत्वका बारेमा प्रकाश पारिएको छ । प्रस्तुत सुन्दर छन्त्यालको अभिव्यक्तिमा मानसिक शान्ति योगबाट प्राप्त गर्न सकिने सत्यलाई उद्घाटन गरिएको छ।

कुनै किसिमको मानसिक विकार नभएको अवस्था नै शान्ति हो । विरक्ति वा उदासीनता मुक्त स्थिति नै शान्ति हो । शान्तिको आधार मनको एकाग्रता हो । जस्तो परिस्थिति छ, त्यससँग सहमत भएर अघि बढे जीवन स्वाभाविक रुपमा चल्छ भन्ने कुरामा सहमत हुन नसक्दा मानसिक चिन्ता सुरु हुन्छ । चिन्ताले चितामा पुर्‍याउँछ । आफ्नो मन आफैँ मिलिहाल्छ भन्न थालियो भने शान्ति कहिल्यै मिल्दैन । मनको शान्तिका लागि समग्रता र एकाग्रता चाहिन्छ । ध्यान र योगाभ्यासबाट नै वास्तविक शान्ति पाउन सकिन्छ । योग र ध्यानबाट नै मानसिक विकार हटी जीवन सुन्दर बन्दछ । योगबाट नै तनावमुक्त भई तन र मन दुवै स्वस्थ र तन्दुरुस्त बन्न पुग्दछ । अतः सुख शान्तिको आधार नै मन भएकाले मानसिक रुपमा निरोगी बनी शारीरिक रुपमा स्वस्थ र तन्दुरुस्त बनी खुसी र सुखी जीवन बाँच्नका लागि योग साधना गर्नुपर्दछ । जुन भौतिक दुनियाँमा भौंतारिनु पर्दैन, मनभित्र नै हुन्छ ।

puspas.com.np

(८) दिइएको अनुच्छेद पढी सोधिएका प्रश्नहरुको उत्तर दिनुहोस् :

(क) स्वस्थ हुनु भनेको के हो ?

उत्तरः स्वस्थ हुनु भनेको रोग वा दुर्बलताको अभाव मात्र नभएर शारीरिक, मानसिक र सामाजिक रुपले पूर्ण तन्दुरुस्तीको अवस्था हो ।

(ख) देशका नागरिकको स्वास्थ्य स्थिति कुन कुन कुरामा निर्भर हुन्छ ?

उत्तरः देशका नागरिकको स्वास्थ्य स्थिति सुर्तीजन्य पदार्थको प्रयोगको स्थिति, उच्च रक्तचाप तथा मोटोपनको स्थिति, शुद्ध पानीको उपलब्धता, औसत आयु, कुपोषणग्रस्त जनसङ्ख्याको प्रतिशतका साथै मृत्युको अवस्था आदि कुरामा निर्भर हुन्छ ।

(ग) चिकित्सा विज्ञान कसरी रोकथामतिर पनि केन्द्रित हुन थालेको छ ?

उत्तरः चिकित्सा विज्ञान विभिन्न किसिमका खोप, जनहितमा जारी हुने विभिन्न जनस्वास्थ्यसम्बन्धी सूचना, जानकारी, तालिम आदिको व्यवस्था गरी रोकथामतिर पनि केन्द्रित हुन थालेको छ ।

(घ) चिकित्सा विज्ञानमा कुन कुराले बढी महत्त्व पाएको छ ?

उत्तरः चिकित्सा विज्ञानमा रोकथामलाई भन्दा रोग लागिसकेपछि उपचार गर्ने कुराले बढी महत्त्व पाएको छ।

puspas.com.np

puspas.com.np

१०. दिइएको अनुच्छेदवाट मुख्य मुख्य पाँचओटा बुँदाहरु टिपेर सारांश लेख्नुहोस् :

उत्तरः मुख्य मुख्य पाँचओटा बुँदाहरुः

१. निर्विचार नै विचारहरुमध्येकै सवैभन्दा राम्रो विचार हुनु,

२. निर्विचारको अभ्यास गर्नेले परमानन्द प्राप्त गर्न सक्नु,

३. प्रशान्तिको अभ्यासवाट साधकको अन्तस्करणमा सुदृढ प्रतिरोधक संस्कार सिर्जना हुनु,

४. सुदृढ प्रतिरोधक संस्कारले दुःखदायी विचारको आक्रमणवाट सुरक्षित राख्ने भएकाले साधकले भयानक दुःखको परिस्थितिमा पनि धैर्य नगुमाउनु,

५. आएको जुनसुकै तत्व फर्केर जानलाई आउने भएकाले दुश्चिन्तताग्रस्त हुनु नपर्ने,

सारांश

योग साधना र विचार

कुविचार, सुविचार, विवेक विचार र निर्विचारमध्ये सवैभन्दा राम्रो विचार निर्विचार भएकाले यसको पर्याप्त अभ्यास गर्नेले परमानन्द प्राप्त गर्न सक्छ । प्रशान्तिको अभ्यासवाट साधकको अन्तस्करणमा सुदृढ प्रतिरोधक संस्कार सिर्जना भई दुःखदायी विचारको आक्रमणवाट साधकलाई सुरक्षित राख्ने भएकाले यस्तो साधकले भयानक दुःखको परिस्थितिमा पनि धैर्य गुमाउँदैन । आएको जुनसुकै तत्व फर्केर जानलाई आउने भएकाले दुश्चिन्तताग्रस्त हुनु पर्ने कारण छैन ।

दिइएको अनुच्छेदको शव्द सङ्ख्याः १५८

एक तृतीयांश शव्द सङ्ख्याः ५३

सारांश शव्द सङ्ख्याः ५५

११. आफ्नो समुदायमा भएका योगसम्बन्धी गतिविधिहरु समेटी समाचारको नमुना तयार पार्नुहोस्।

कश्यप धाममा भव्य रुपमा योग शिविर सम्पन्न

दुर्गा त्रिपाठी

आषाढ ७, २०७७ पोखरा । –

'योग नै दीर्घ जीवनको मूल आधार हो' भन्ने मूल नाराका साथ पोखरा महानगरपालिका वडा नं. २४ को कश्यप धाममा विश्व योग दिवशको अवसर पारी २०७७ साल असार ७ गते आइतबारका दिन पोखरा २४ को आयोजनामा एक दिने योग शिविर भव्य रुपमा सम्पन्न भयो ।

वडाध्यक्ष ओमप्रसाद सुवेदीको अध्यक्षतामा सञ्चालित उक्त कार्यक्रममा पतञ्जली योगकेन्द्र कास्कीका अध्यक्ष योगगुरु श्रीकृष्णाचार्यको प्रमुख आतिथ्यता रहेको थियो । उक्त कार्यक्रमको सम्पूर्ण व्यवस्थापकीय जिम्मेवारी कश्यप युवा क्लवले कुशलतापूर्वक निर्वाह गरेको थियो । यस कार्यक्रममा वडाका विभिन्न टोलका आमा समूह, युवा क्लव, बाल क्लव एवं जनसमुदायको बाक्लो उपस्थिति रहेको थियो ।

यस कार्यक्रममा योगको महत्व स्पष्ट पार्दै योगगुरुले आत्मिक शान्तिको आधार नै योग भएको र सुखी र निरोगी एवं दीर्घजीवन बाँच्नका लागि योगाभ्यास आवश्यक छ भन्नुभयो । शारीरिक र मानसिक शान्तिका लागि योग अपरिहार्य भएको भन्दै यस वडाका टोलटोलमा योगकेन्द्र खोल्न सुझाव दिनुभयो । अध्यक्षको तर्फवाट वडाध्यक्षले अबको बजेटमा यस वडाका प्रत्येक टोलहरुमा योग केन्द्र खोल्न बजेट विनियोजन गर्ने वचनवद्धता प्रकट गर्दै स्वस्थ रहन सबैले योग गर्नुपर्ने विचार राख्नुभयो ।

करिव २ घण्टा जति योगासन एवं योगाभ्यासपश्चात् कार्यक्रम सुसम्पन्न भयो । यस कार्यक्रमलाई वडा समितिका सदस्य अग्निधर त्रिपाठीले प्रभावपूर्ण शैलीमा सञ्चालन गर्नुभएको थियो ।

puspas.com.np

puspas.com.np

१२ दिइएका शीर्षकमा टिप्पणी लेख्नुहोस् :

विश्वसम्पदाको संरक्षण र संवर्द्धनमा देखिएका चुनौतीहरु

विश्वसम्पदा विश्वसमुदायकै सम्पत्ति हो । यसको संरक्षण र संवर्द्धन गर्नु विश्वसमुदायका नागरिकको दायित्व हो । संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय अङ्ग युनेस्कोद्वारा बहुमूल्य सम्पदाका रुपमा सूचीकृत विश्वका स्मारक र स्थानलाई युनेस्को विश्व सम्पदा क्षेत्र भनिन्छ । युनेस्कोले कुनै पनि राष्ट्रको विशेष साँस्कृतिक महत्व राख्ने वन, पहाड, ताल, द्वीप, मरुभूमि, स्मारक, भवन वा सहर जस्ता धरोहरलाई आफ्नो सूचीमा सूचीबद्ध गर्ने गर्दछ । जुन विश्वसम्पदा समितिद्वारा चयन गर्ने गरिन्छ र यसै समितिले यस सम्पदा क्षेत्रलाई रेखदेख युनेस्कोको तत्वावधानमा गर्दछ । यस कार्यक्रमको उद्देश्य विश्वका यस्ता स्थलहरुलाई सूचीबद्ध गर्ने तथा संरक्षित गर्ने हुन्छ । सन् 2013 सम्ममा १६० देशका ८८१ क्षेत्रलाई विश्व सम्पदाका रुपमा सूचीकृत गरिएको छ । प्रत्येक सम्पदा क्षेत्र त्यस देशको विशेष सम्पत्ति हुन्छ तथापि यसको संरक्षणको जिम्मेवारी पूरै विश्व समुदायलाई रहन्छ । विश्वसम्पदाको संरक्षण र संवर्द्धनमा देखिएका चुनौतीहरु निम्नानुसार छन् :

puspas.com.np

विश्वसम्पदाको संरक्षण र संवर्द्धनमा देखिएका चुनौतीहरु :

१. विकासका नाममा धार्मिक सम्पदाहरुको अतिक्रमण हुनु,

२. नेपालको पूर्वाधार विकासका कार्यक्रमहरु अवैज्ञानिक अनि जमिनको संवेदनहीन दोहन,

३. बाढी, पहिरो एवं कटानको तिब्र चपेटामा परेका पाल्पाको रानीमहल जस्ता प्राकृतिक एवं ऐतिहासिक क्षेत्रको नदी तटीय क्षेत्रहरु संरक्षणका वैज्ञानिक कदम चाल्न नसक्नु,

४. तोडफोड, संरक्षणका कार्यमा अनुत्तरदायी, राज्यको संवेदनहीनता हुनु,

५. सरोकारवालाको उदासिनता हुनु, मानवीय गैरजिम्मेवारीपूर्ण रवैया,

६. सामाजिक एवं राजनीतिक चाप,

७. स्मारकसँगै ठूलाठूला भवननिर्माण, विद्युत टेलिफोनका तारहरु जताततै झुण्ड्याउनु,

८. अव्यवस्थित सहरीकरण एवं सडकविस्तार,

९. दरबार, सार्वजनिक स्मारक तथा भवनहरु जीर्णोद्धार एवं मर्मत नगर्नु,

१०. पुरातात्त्विक सिद्धान्तमा जीर्णोद्धार नगर्नु,

११. पुरातत्त्व विभागसँग स्वीकृत नलिई जीर्णोद्धारका नाममा पूर्ण रुपले नयाँ निर्माण गर्नु,

१२. संरक्षणमा मित्र राष्ट्र एवं दातृ संस्थाको सहयोग न्यून हुनु,

१३. युनेस्कोलगायत दातृ राष्ट्रहरुले विश्व सम्पदा क्षेत्रका स्मारकहरुलाई जीर्णोद्धार गर्दा नभत्काई यथास्थितिमा जीर्णोद्धार गर्न दबाब दिनु, नियम विपरित घरहरु बनाउनु आदि ।

१२ दिइएका शीर्षकमा टिप्पणी लेख्नुहोस् :

सामाजिक सञ्जालको अतिशय प्रयोगले मानव जीवनमा पारेको प्रभाव

सामाजिक सञ्जाल अन्तरक्रियात्मक कम्प्युटर मध्यस्थता प्रविधि हो जसले आभासी समुदाय र सञ्जालहरुमार्फत जानकारी, विचार, रुचि र अभिव्यक्तिहरु सिर्जना वा साझेदारी गर्ने सुविधा दिन्छ । यो व्यक्तिहरु र समुदायलाई साझा सहभागी बनाउने एउटा माध्यम हो । यसको उपयोग सामाजिक सम्बन्ध बाहेक उपयोगकर्ता सामग्रीलाई संशोधनको लागि, उच्च पारस्परिक मञ्च बनाउनको लागि मोबाइल र वेब आधारित प्रविधिको प्रयोगको रुपमा समेत हेर्न सकिन्छ । सामाजिक सञ्जालका लागि धेरै सञ्चार प्रविधिहरु छन्, जस्तैः फेसबुक, ट्विटर, इमो, ह्वाट्स एप, इन्स्टाग्राम, डिग वा लेकसेट, युट्युब, डेलिमोसन, वर्ल्ड अफ वार क्राफ्ट, सेकेन्ड लाइफ आदि । इन्टरनेट प्रयोगकर्ताहरु अन्य वेबसाइटहरुभन्दा सामाजिक सञ्जाल वेबसाइटमा बढी समय व्यतित गर्दछन् । यसको अतिशय प्रयोगले मानव जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको देखिन्छ । जसलाई निम्नानुसार उल्लेख गर्न सकिन्छ :

puspas.com.np

सामाजिक सञ्जालको अतिशय प्रयोगले मानव जीवनमा पारेको प्रभावः

टाउको दुख्छ, दिमागलाई नराम्रो असर पार्छ, आँखा दुख्छ, आँखामा दृष्टिक्षमतामा असर पुर्‍याउँछ, छाती दुख्छ, अति प्रयोग गर्दा मुटुमा असर गर्छ, छातीको क्यान्सरसमेत हुन्छ, हत्या, हिंसा, अपहरणजस्ता घटना घट्छन्, दिनचर्या एव बानी नै बदलिदिन्छ, भावात्मक रुपमा दुःखी बनाउँछ, सिर्जनात्मकतामा ह्रास आउँछ, गलत विचार र नकारात्मक सोच बढ्न जान्छ, सोच्ने क्षमतामा ह्रास आउँछ, अरुको देखासिकी गर्न झुटो कुरा बोल्न थाल्दछन्, एकोहोरो बन्न पुग्दछन्, अरुसँग आफूलाई तुलना गरी निराश र क्रोधित महसुस गर्दछन्, वास्तविक जीवनका कुराकानी पातलिन्छन्, एकअर्काको भावना बुझ्न छाड्छन्, घरको कामधन्दा प्रभावित हुन्छ, छोराछोरीतर्फ ध्यान दिन छाड्छन्, छोराछोरीको बिचल्ली बनाउँछन्, बालविवाह, बहुविवाह गरी भविष्य बिगार्छन्, क्षणिक मनोरञ्जनका सम्बन्धले जीवन नै जटिल मोडमा पुग्न सक्छ, पतिपत्नीबिचमा नै शङ्का उपशङ्का एवं घरझगडा मात्र नभै सम्बन्ध विच्छेद हुन पुग्छ, सामाजिक सञ्जालमा जथाभावी फोटाहरु पोस्ट गर्दा आत्महत्यका घटना घट्छन्, सामाजिक विकृति विसङ्गति बढ्छ, आपत्विपत् एवं प्राकृतिक विपत्तिमा समेत लाइभ आउने तर उद्धार गर्न अग्रसर नहुने मानवताहीन प्रवृति बढ्छ, कर्मयोग र सिर्जनातमकता घट्छ आदि ।

puspas.com.np

१३. आफ्नो वडामा आयोजित एक हप्ते सरसफाइ अभियानको समापन कार्यक्रमका मुख्य विषयवस्तु समेटी प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

एक हप्ते सरसफाइ अभियान कार्यक्रम सम्पन्न

प्रकृतिको घुम्टो ओढी माछापुच्छ्रेको काखमा नवबधुझैँ मुस्कुराइरहेको सुन्दर नगरी पोखराको वडा नं. २४ मा विश्व वातावरण दिवशको अवसर पारेर २०७७ जेठ १७ देखि २३ गतेसम्म सञ्चालित एक हप्ते सरसफाइ अभियान कार्यक्रम जेठ २३ गते भव्य समारोहका साथ सुसम्पन्न भएको थियो । उक्त कार्यक्रम पोखरा महानगरपालिका वडा नं. २४ ले आयोजन तथा व्यवस्थापन गरेको थियो । वडा अध्यक्ष ओमप्रसाद सुवेदीको अध्यक्षता र महानगर प्रमुखको प्रमुख आतिथ्यता रहेको उक्त कार्यक्रमको सञ्चालन वडा सदस्य अग्निधर त्रिपाठीले गर्नुभएको थियो ।
एक हप्ते वृहत् सरसफाइ अभियानलाई व्यवस्थित रुपमा सञ्चालन गर्नका लागि गठित मूल समितिका सम्पूर्ण पदाधिकारीहरु कार्यक्रमलाई व्यवस्थित एवं मर्यादित बनाउन जुटिरहेका थिए । उक्त कार्यक्रममा सम्पूर्ण टोलका युवा क्लब, टोल सुधार समिति, बाल क्लब, आमा समूह लगायत उल्लेखनीय रुपमा जनसमुदायको उपस्थिति थियो । कार्यक्रम विहानको ठिक १० बजे नै सुरु भएको थियो । आसन ग्रहणपश्चात् उक्त कार्यक्रमको उद्घाटन नगर प्रमुखद्वारा द्वीप प्रज्ज्वलन गरी भएको थियो भने स्वागत मन्तव्य वडा सदस्य सन्तु सुवेदीले राख्नुभएको थियो । सरसफाइ अभियानमा खटेर महत्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्ने युवा क्लब, आमा समूह, टोलसुधार समिति एवं बाल क्लबहरुलाई प्रशंसापत्र प्रदान गरिएको थियो भने प्रत्येक टोल सुधार समितिका अध्यक्षलाई सम्मानपत्र प्रदान गरिएको थियो । यस क्रममा उत्कृष्ट काम गर्ने टोल सुधार समितिलाई नगद पुरस्कार एवं प्रशंसापत्र प्रदान गरिएको थियो ।

puspas.com.np

प्रशंसापत्र एवं सम्मानपत्र वितरणपश्चात् प्रमुख अतिथिले वातावरणीय स्वच्छताले नै मानिसले स्वस्थता प्राप्त गर्ने भएकाले प्रदूषणरहित समाज निर्माण गरी निरोगी बनी दीर्घजीवन बाँच्ने प्रयत्न गर्नुपर्छ भन्दै सबैलाई बधाई एवं शुभकामना व्यक्त गर्नुभयो । अन्त्यमा सभाध्यक्षले कार्यक्रमसफल पार्न सहयोग गर्ने सम्पूर्ण महानुभावहरुलाई धन्यवाद दिँदै प्रदूषणमुक्त समाज निर्माणमा सबै वडाबासी लाग्नुपर्ने विचार प्रकट गर्दै सभा विसर्जन गर्नुभयो ।

उपर्युक्त कार्यक्रमले वडाबासीहरुमा सरसफाइसम्बन्धी सचेतना एवं जागरण ल्याउन सफल भएको पाइयो । यस कार्यक्रमले एकातिर स्वास्थ्यप्रति सचेतना अभिवृद्धि गरेको पाइयो भने अर्कोतर्फ सामूहिक सहकार्य एवं सामाजिकीकरणको भावना विकास भएको पाइयो । स्वस्थ जीवनका लागि प्रदूषणमुक्त समाज निर्माण गर्नुपर्छ भन्ने सबैले बोध गरेको पाइयो । वडाले कार्यपत्रमाथि छलफलका लागि थप समय उपलब्ध गराउनुपर्ने एवं समयको सही व्यवस्थापन गरी कार्यक्रम सञ्चालन गरेको खण्डमा सुनमा सुगन्ध हुने छ । भविष्यमा यस्ता कार्यक्रमले आफ्नो गाउँ आफैँ बनाऔँ भन्ने भनाइलाई थप सार्थक पार्ने अपेक्षा गर्न सकिन्छ ।

मितिः २०७७।०२।२३ गते

प्रतिवेदक

दुर्गादत्त

दुर्गादत्त त्रिपाठी

puspas.com.np

puspas.com.np

puspas.com.np

कृत प्रत्यय : धातु मूलको पछाडि जोडिने प्रत्यय कृत प्रत्यय हुन् । कृत प्रत्यय लागेर नाम, विशेषण र अव्यय जस्ता कृदन्त शब्द बन्दछन्:

धातु		कृत प्रत्यय		कृदन्त शब्द
पढ्	+	आइ	=	पढाइ (नाम)
लेख्	+	आइ	=	लेखाइ (नाम)
भुल्	+	अक्कड	=	भुलक्कड (विशेषण)
हाँस्	+	इलो	=	हँसिलो (विशेषण)
जा	+	एर	=	गएर (अव्यय)
धु	+	एर	=	धोएर (अव्यय)

तद्धित प्रत्यय : नाम, सर्वनाम, विशेषण, अव्ययजस्ता मूल शब्दको पछाडि जोडिने प्रत्यय तद्धित प्रत्यय हुन् भने तद्धित प्रत्यय लागेर नाम, विशेषण र अव्ययजस्ता तद्धितान्त शब्द बन्दछन् :

शब्द		प्रत्यय		तद्धितान्त शब्द
घर	+	एलु	=	घरेलु (विशेषण)
को	+	ति	=	कति (विशेषण)
मानव	+	ता	=	मानवता (नाम)
राम्रो	+	अरी	=	राम्ररी (अव्यय)
भित्र	+	ई	=	भित्री (विशेषण)

puspas.com.np

१. दिइएको अनुच्छेद पढी रेखाङ्कन गरिएका शब्दहरु टिपेर तिनको निर्माण प्रक्रिया देखाउनुहोस् :

लेखक, पाठक, भावक, आदरणीय, सम्माननीय, भौगोलिक, सम्मानित, शिक्षित, प्राचीन, आधुनिक, नवीन, तल्लीन, पूजनीय, माननीय, काव्य, कारण, श्रेष्ठतम, गन्तव्य, हास्य, वक्ता, गतिवान्, व्यक्तित्व, कवित्व, लेखकत्व, सिद्धत्व, क्षमतावान्, बुद्धिमान्, कीर्तिमान, भावमय, रहस्यमय, लेखकत्व, दयालु, लालित्य, माधुर्य, लेखनी

शब्द		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
लिख्	+	अक	=	लेखक
पठ्	+	अक	=	पाठक
भू	+	अक	=	भावक
आदृ	+	अनीय	=	आदरणीय
सम्मान्	+	अनीय	=	सम्माननीय
भूगोल	+	इक	=	भौगोलिक

शब्द		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
सम्मान	+	इत	=	सम्मानित
शिक्षा	+	इत	=	शिक्षित
प्राच्	+	ईन	=	प्राचीन
अधुना	+	इक	=	आधुनिक
नव	+	इन	=	नवीन
तत्	+	इन	=	तल्लीन

puspas.com.np

puspas.com.np

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
पूज्	+	अनीय	=	पूजनीय
मान्	+	अनीय	=	माननीय
कवि	+	य	=	काव्य
कृ	+	अन	=	कारण
श्रेष्ठ	+	तम	=	श्रेष्ठतम
गम्	+	तव्य	=	गन्तव्य
हास्	+	य	=	हास्य
वच्	+	ता	=	वक्ता
गति	+	वान्	=	गतिवान्
व्यक्ति	+	त्व	=	व्यक्तित्व
कवि	+	त्व	=	कवित्व

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
लेखक	+	त्व	=	लेखकत्व
सिद्ध	+	त्व	=	सिद्धत्व
क्षमता	+	वान्	=	क्षमतावान्
बुद्धि	+	मान्	=	बुद्धिमान्
कीर्ति	+	मान्	=	कीर्तिमान्
भाव	+	मय	=	भावमय
रहस्य	+	मय	=	रहस्यमय
दया	+	आलु	=	दयालु
ललित	+	य	=	लालित्य
मधुर	+	य	=	माधुर्य
लेखन	+	ई	=	लेखनी

२. सफलताको कथा पाठबाट दशओटा प्रत्यय लागेका शब्दहरु टिप्नुहोस् र ती शब्दहरूको निर्माण प्रक्रिया देखाउनुहोस् :

जीवनी, उत्साहित, समर्पित, थकाइ, प्राचीनपन, काटेर, कारण, लेखक, लेखकीय, स्मृति, मौनता, सीमित आदि ।

शब्द		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
जीवन	+	ई	=	जीवनी
उत्साह	+	इत	=	उत्साहित
समर्पण	+	इत	=	समर्पित
थाक्	+	आइ	=	थकाइ
प्राचीन	+	पन	=	प्राचीनपन
काट्	+	एर	=	काटेर

शब्द		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
कृ	+	अन	=	कारण
लिख्	+	अक	=	लेखक
लेखक	+	इय	=	लेखकीय
स्मृ	+	ति	=	स्मृति
मौन	+	ता	=	मौनता
सीमा	+	इत	=	सीमित

puspas.com.np

puspas.com.np

३. दिइएका प्रत्यय लगाई दुई दुईओटा शब्द निर्माण गर्नुहोस् :

अक, अन, अनीय, इक, इत, ई, ईन, ईय, क, तर, तम, तव्य, ता, ति, त्व, मय, मान्, वान्, य

अकः	लेखक(लिख्+अक), नर्तक(नृत्+अक), गायक(गै+अक), नायक(नी+अक), कारक(कृ+अक)
अनः	दर्शन(दृश्+अन), भोजन(भुज्+अन), मरण(मृ+अन), स्मरण(स्मृ+अन), कारण(कृ+अन)
अनीयः	दर्शनीय(दृश्+अनीय),पूजनीय(पूज्+अनीय) स्मरणीय(स्मृ+अनीय), रमणीय(रम्+अनीय),
इकः	शैक्षिक(शिक्षा+इक),मौखिक(मुख+इक) वार्षिक(वर्ष+इक), वैज्ञानिक(विज्ञान+इक)
इतः	लिखित(लिख्+इत), रचित(रच्+इत), कथित(कथ्+इत), पतित(पत्+इत),
ईः	धनी(धन+ई), नेपाली(नेपाल+ई), दानी(दान+ई), हिमाली(हिमाल+ई), दुःखी(दुःख+ई)
ईनः	युगीन(युग+ईन), कुलीन(कुल+ईन), ग्रामीण(ग्राम+ईन), नवीन(नव+ईन), कालीन(काल+ईन)
ईयः	केन्द्रीय(केन्द्र+ईय), आत्मीय(आत्मा+ईय), सम्पादकीय(सम्पादक+ईय), क्षेत्रीय(क्षेत्र+ईय)

puspas.com.np

कः	बालक(बाल+क), शीर्षक(शीर्ष+क), विषयक(विषय+क), मृतक(मृत+क),
तरः	बृहत्तर(बृहत्+तर), उत्तर(उत्+तर), लघुतर(लघु+तर), प्रियतर(प्रिय+तर),
तमः	उच्चतम(उच्च+तम), प्रियतम(प्रिय+तम), लघुतम(लघु+तम), उत्तम(उत्+तम),
तव्यः	गन्तव्य(गम्+तव्य), मन्तव्य(मन्+तव्य), वक्तव्य(वच्+तव्य), कर्तव्य(कृ+तव्य),
ताः	कर्ता(कृ+ता), श्रोता(श्रु+ता), नेता(नी+ता), वक्ता(वच्+ता), भोक्ता(भुज्+ता),
तिः	स्मृति(स्मृ+ति), गति(गम्+ति), मति(मन्+ति), दृष्टि(दृश्+ति), भक्ति(भज्+ति),
त्वः	मानवत्व(मानव+त्व), पुरुषत्व(पुरुष+त्व), सतीत्व(सती+त्व), गुरुत्व(गुरु+त्व), प्रभुत्व(प्रभु+त्व)
मयः	जलमय(जल+मय), रहस्यमय(रहस्य+मय), मङ्गलमय(मङ्गल+मय), आँट्+इलो), रसिलो(रस्+इलो),
वान्ः	गुणवान्(गुण+वान्), बलवान्(बल+वान्), प्रतिभावान्(प्रतिभा+वान्), क्षमतावान्(क्षमता+वान्)
मान्ः	गुणवान्(गुण+वान्), बलवान्(बल+वान्),
यः	काव्य(कवि+य), माधुर्य(मधुर+य), धैर्य(धीर+य)

puspas.com.np

४. दिइएका शब्दहरूको निर्माण प्रक्रिया देखाउनुहोस् :

नायक, शुद्धता, गुरुत्व, व्यवस्थित, द्विपक्षीय, आयुष्मान्, वैदेशिक, गरिमामय, सौन्दर्य, गति, कारक, धैर्य, योगी, श्रेष्ठतम, पाशविक, पञ्चक, सौर्य, वित्तीय, चटनी, हतियार, बोलक्कड, दुधालु, पुर्वेली, मुस्ल्याइँ, गँजडी, पँधेरो

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
नी	+	अक	=	नायक
शुद्ध	+	ता	=	शुद्धता,
गुरु	+	त्व	=	गुरुत्व,
व्यवस्था	+	इत	=	व्यवस्थित
द्विपक्ष	+	ईय	=	द्विपक्षीय
आयुष्	+	मान्	=	आयुष्मान्
विदेश	+	इक	=	वैदेशिक

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
गरिमा	+	मय	=	गरिमामय
सुन्दर	+	य	=	सौन्दर्य
गम्	+	ति	=	गति
कृ	+	अक	=	कारक
धीर	+	य	=	धैर्य
युज्	+	ई	=	योगी
श्रेष्ठ	+	तम	=	श्रेष्ठतम

puspas.com.np

४. दिइएका शब्दहरूको निर्माण प्रक्रिया देखाउनुहोस् :

नायक, शुद्धता, गुरुत्व, व्यवस्थित, द्विपक्षीय, आयुष्मान्, वैदेशिक, गरिमामय, सौन्दर्य, गति, कारक, धैर्य, योगी, श्रेष्ठतम, पाशविक, पञ्चक, सौर्य, वित्तीय, चटनी, हतियार, बोलक्कड, दुधालु, पुर्वेली, मुर्ख्याइँ, गँजडी, पँधेरो

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
पशु	+	इक	=	पाशविक
पञ्च	+	क	=	पञ्चक
सूर्य	+	य	=	सौर्य
वित्त	+	इय	=	वित्तीय
चाट्	+	अनी	=	चटनी
हात	+	इयार	=	हतियार

आधार पद		प्रत्यय		व्युत्पन्न शब्द
बोल्	+	अक्कड	=	बोलक्कड
दुध	+	आलु	=	दुधालु
पूर्व	+	एली	=	पुर्वेली
मूर्ख	+	याइँ	=	मुर्ख्याइँ
गाँजा	+	अडी	=	गँजडी
पानी	+	एरो	=	पँधेरो