9 771227 73 7969

(साहित्य कला र संस्कृति : सबैको साझा सम्पत्ति)

# शब्दाङ्कुर

(साहित्यप्रधान मासिक)

भारतीय नारी कविता अङ्क २

मङ्सिर २०७८

२४२

(साहित्य, कला र संस्कृति : सबैको साझा सम्पत्ति)

# शब्दाङ्कुर

(साहित्यप्रधान मासिक)

## २०७८ मङ्सिर (Nov-Dec 2021)

वर्ष २१ अङ्क २ पूर्णाङ्क २४२ (Year 21 Issue 2 Total issue 242)

संस्थापक संरक्षक : प्रा. राजेन्द्र सुवेदी (हाल दिवङ्गत)
सल्लाहकार : प्रा.डा. गोविन्दराज भट्टराई र प्रा.डा. जीवेन्द्रदेव गिरी

| | | |
|---|---|---|
| प्रधान-सम्पादक | : | धीरकुमार श्रेष्ठ |
| यस अङ्कको संयोजन | : | दीपक सुवेदी |
| सम्पादक | : | भोगेन्द्र लिङ्देन, गोविन्द घिमिरे र टेकेन्द्र चेम्जोङ |
| कला संयोजन | : | राजेश मानन्धर |
| व्यवस्थापन | : | तुलसीकुमार कन्दङ्वा |
| वेब प्रायोजन | : | https://pustakalaya.org<br>http://bit.ly/sabdankur |
| आवरण | : | भारतीय नारी कविहरू |
| ISSN | : | 2773-7969 |

मूल्य रु. २५/-

### प्रतिनिधि

प्रकाशचन्द्र निङ्लेकु, अस्ट्रेलिया prakash_ningleku@yahoo.com; लक्ष्मीकृष्ण श्रेष्ठ, महेन्द्र बहुमुखी क्याम्पस, धरान, सुनसरी; अरुणबहादुर खत्री 'नदी' ०१-४३५३५९४, सामाखुसी साहित्य समाज, काठमाडौँ; एकल यात्री ९८४९-७३३६२८, काठमाडौँ; पेशल आचार्य, ९८४४०-४४०८३, मन्थली उच्च माध्यमिक विद्यालय, रामेछाप; उमेशजङ्ग रायमाझी ९८५१०-१०३६७, काठमाडौँ; प्रेम ओझा, कञ्चनजङ्घा एकेडेमी, फिदिम, पाँचथर; ९७४२६०१८२३ र ९८५२६८१०२३, राजेशकुमार अर्याल, धवल पुस्तकालय, तानसेन, पाल्पा, पुष्करराज भट्ट, ९८४९-२२५८८३, जयमालिका कलेज, धनगढी, कैलाली; लोकेश साउद, ९८४८-८४५८९८, दशरथ चन्द नपा, वडा नं. १ शाहीलेक, बैतडी; प्रदीप प्रधान, ९८४७०-२७२९३, ९८०४४३६९०९ पञ्चरत्न फेन्सी स्टोर्स, अमरपथ, बुटवल, रूपन्देही र मोतीबहादुर भुजेल, ९८४६०-२७२१८ र ९८५६-०३०५२५ मुनाल स्टोर्स, चिप्लेढुङ्गा ४ पोखरा, कास्की र दीपक सुवेदी, गौरादह ४, झापा र श्रीराम राई, ९८४३७९२५५८ दोर्पा २, चिउरीडाँडा, सिर्जनाकुञ्ज, खोटाङ, कुमार काफ्ले, सिद्धिचरण पुस्तकालय, यसम, ओखलढुङ्गा माधव अधिकारी, ९८४३५७१८८२, नागार्जुन कम्युनिकेसन, नागार्जुन ५, सीतापाइला, काठमाडौँ, काजी रोशन, ९८४७-६२१३०९, ०६८-५२०२०४, बागलुङ..

## यस अङ्कभित्र

मनोद्वन्द्व : शर्मिला प्रधान ४; अर्को युद्ध ... : कमला तामाङ ६; साँघुरिएको सहर : सीतादेवी छेत्री ८; ज्ञान र विज्ञानको युद्ध : रीता ठकुरी ९; सुन्नु भो ... : सुमित्रा थामी 'अविरल' ११; प्रेम : स्वीकृति राई १३; भाषा र मान्यता : रञ्जना तामाङ प्रणामी १४; जलन : पि. लक्की शेर्पा १५; मौनता : डा. वीणा हाङ्खिम १६; त्यो सग्लो मान्छे : सुमित्रा रूम्दाली १७; किन भिन्न लाग्छ, आमा ! : रेखा छेत्री १७; मौनता : बबिता मादेन १८; कोरोना काल ... : द्वारिका छेत्री २०; गणतन्त्र र गणतन्त्र दिवस : योगिता राई २२; याद ३ : सन्ध्या आचार्य २३; फागुनका मिठा प्रेमका छिटा : दक्षिणादेवी गजुरेल २४; सुटुक्कै : सुनयना छेत्री २५; सायद : सुनिता (पिल्मो) राई २६; मलाई : ज्योति बाला लामा २७; सङ्कल्प : निर्दोषिक तामाङ २८; चिया श्रमिकको समस्या : भक्तिशिला देवान ३०; गुनासो : सरस्वती शर्मा छेत्री ३२; मर्जीपत्र : सरिता समदर्शी ३३; प्रिय सखी ! : प्रिस्किला राई ३५; रजस्वला र ऊ : प्रतिका स्याङ्देन ३६; तिमीलाई कुनै अधिकार छैन : प्रतीक्षा छेत्री ३७; रातो रङ : मेरिना शर्मा ३८; नदी : मञ्जुला तामाङ सुब्बा ३९; सम्झनामा तिम्रो केही हरफहरू : शीतल थापा ४१; आह्वान : आरती ठकुरी ४२; गौँथली : वसन्ती शर्मा ४३; म चियाबारी : नम्रता शर्मा ४४; मन लाग्यो : पद्मा शर्मा ४५; बौलाही : स्मिता सोताङ ४६ र अछुद म : उपासना भुजेल ४७ ।

**पत्रिकाको ठेगाना**
sabdankur@gmail.com/sabdankur58@yahoo.com
काठमाडौँ, नेपाल मोबाइल नं. ९८४१-३६२०३२

**वितरक :** साहित्यिक पुस्तक पत्र पत्रिका सप्लायर्स, चावहिल, काठमाडौँ ०१-४४९७३५१/९८४१-१४४९६७/९८४९-७२९६७६
एलाईड न्युज एजेन्सी, काठमाडौँ, ०१–४२६१९४८

**विशिष्ट सदस्य**

सीता सापकोटा (काठमाडौँ) र इन्दिरा चापागाईं (सङ्खुवासभा)

**आजीवन सदस्यहरू**

नर्मदेश्वरी सत्याल (सङ्खुवासभा), प्रा.डा. गोविन्दराज भट्टराई (पाँचथर), भोगेन्द्र लिङ्देन (झापा), धीरकुमार श्रेष्ठ (सप्तरी), गोविन्द घिमिरे (सिन्धुपाल्चोक), राजेशकुमार लिम्बु (तेह्रथुम), समीर शाह दाङ), सुभाषचन्द्र भण्डारी (कैलाली), हरिप्रसाद भण्डारी (गुल्मी), डा. रामप्रसाद ज्ञवाली (गुल्मी), रामदेव पाण्डे (अर्घाखाँची), देवीप्रसाद नेपाल (झापा), विश्वराम सिग्देल (काभ्रेपलाञ्चोक), छविरमण सिलवाल (काभ्रेपलाञ्चोक), प्रा.डा. कुमारप्रसाद कोइराला (ओखलढुङ्गा), नन्दलाल आचार्य (उदयपुर), अनन्त वाग्ले (काभ्रेपलाञ्चोक), लक्ष्मीकृष्ण श्रेष्ठ (धनकुटा), ध्रुव नेपाल (पाल्पा), मुकुन्द पोखरेल (भक्तपुर), नारायणप्रसाद रिमाल (पर्वत), मदनबहादुर पाठक (सर्लाही), अमरकुमार प्रधान (दोलखा), रामविक्रम थापा (खोटाङ), जी.के.एन. खडेरी (ललितपुर), मणिराज सिंह (महोत्तरी), अनिल श्रेष्ठ (तनहुँ), रामकृष्ण दुवाल (काठमाडौँ), इन्द्रकुमार श्रेष्ठ (ओखलढुङ्गा), मोतीबहादुर भुजेल (कास्की), प्रेमराज लुइँटेल (स्याङ्जा), सगुन श्रेष्ठ (दोलखा), डा. तुलसीप्रसाद भट्टराई (ताप्लेजुङ), निरञ्जन रिजाल (धादिङ), अनिलचन्द्रश्रेष्ठ (दोलखा), डिल्लीराम राई (खोटाङ), प्रा.डा. जीवेन्द्रदेव गिरी (सुर्खेत), टेकेन्द्र चेम्जोङ (झापा), हरि गौतम (पाँचथर), अविनाश श्रेष्ठ (आशाम, भारत), केशव भट्टराई (मोरङ), विन्दु दाहाल 'मुकदर्शक' (झापा), विष्णु न्यौपाने (झापा), नरपति पाण्डे (झापा), लेखनाथ न्यौपाने (झापा), दीपक सुवेदी (झापा), टङ्कबहादुर आलेमगर (उदयपुर), मधुर भट्टराई (महोत्तरी), यादव भट्टराई (पाल्पा), घनबहादुर, कुमार काफ्ले (ओखलढुङ्गा), दिव्य गिरी (ललितपुर), सुरेश काफ्ले 'बिदारक' (सुनसरी), निरञ्जन त्रिपाठी (काठमाडौँ), श्रवणकुमार ढुङ्गाना (रूपन्देही), प्रा.डा. कृष्णप्रसाद घिमिरे (अर्घाखाँची), सागर फुयाँल (काठमाडौँ) ...

# हाम्रो अभिमत

सृष्टिको आदिकालदेखि हामी मानव यायावरीय जीवन व्यतीत गर्न लागिपरेका हौँ । गाँस, बास, कपासजस्ता विविध कारणले थातथलो छाडी निस्केका हाम्रा आदिपुर्खाहरू विश्वभ्रमणमा निस्केका हुँदा हुन् । सुरु सुरुमा तिनको स्थायी बासस्थान थिएन हो । पछि पछि हुँदै जाँदा साधन र स्रोतको उपलब्धताका कारण स्थायी बासको व्यवस्था भएको हुँदो हो । स्थायी बासको व्यवस्था हुँदा पनि सबै जना एउटै ठाउँमा सधैँ अँटाएर बस्न कालान्तरमा असम्भव भएको हुँदो हो । विविध आवश्यकताको परिपूर्ति हेतु तिनले नयाँ नयाँ ठाउँको परिभ्रमण गर्नुपरेको हुँदो हो । यसरी सृष्टिको आदिकालदेखि छरिन थालेका हामी आजपर्यन्त छरिन विवश छौँ । परिणामतः हामीहरूको उपस्थिति आजका दिनमा विश्वका विभिन्न भागमा हुन पुग्यो । यही छरिएका हाम्राबिच जब देशगत सीमारेखाहरू कोरिए त्यसपछि एउटै मूलका हामी पनि विभाजित हुन पुग्यौँ । एउटै मूलका हामी विभिन्न देशका नागरिक बन्न पुग्यौँ । यो केवल हामी नेपाली मूलका सन्दर्भमा मात्र घटित भएको नभई समग्र मानवकै साझा विशेषताका रूपमा उपस्थित छ । यो साझा प्रवृत्तिको परिणामस्वरूप देशगत रूपमा सहभागितामूलक उपस्थिति देखा पऱ्यो । एउटै मूलका वासिन्दा पनि दुईतीन अथवा यसभन्दा बढीतिर विभाजित भयौँ । यसो भए पनि मूल एउटै भएका कारण यिनका बिचमा भावनात्मक र संवेगात्मक सम्बन्ध भने कुनै पनि हालतमा विभाजित हुन सकेन । जो जहाँ रहेबसेको भए पनि तिनको मूलगत सम्बन्ध कुनै न कुनै रूपमा अस्तित्ववान् रहिरह्यो । यद्यपि समयको लामो कालखण्डको विच्छेदले कतिपय मूलको टुङ्गो बेटुङ्गो नभएको होइन । तिनको पैत्रिक थालथलोसँगको सम्बन्ध असम्बन्धमा परिणत नभएको होइन । मूलसँगको धागो चुट्टिएर चैट भएको चङ्गाले यद्यपि मूलको कुनै न कुनै विशेषतालाई अवशेष रूपमा भए पनि जिउँदो राखिरहेको अवश्य हो । यति पनि गर्न असमर्थको भने मूल विच्छेद भएको तितो यथार्थ हाम्रा अलिखित इतिहासमा अङ्कित छन् । यस्ता पृष्ठहरू पनि कैयन् हुन सक्छन् । तिनको यथातथ्य अभिलेख पाउन असम्भव प्रतीत हुन्छ । यसका लागि गहन खोज र अन्वेषण आवश्यक पर्दो हो जुन कुरामा जिज्ञासुहरूको जिज्ञासा अवश्य उकालो यात्रामा हुनुपर्छ । तिनले बेटुङ्गालाई समयक्रममा अवश्य टुङ्गामा पुऱ्याउने छन् । अन्धकारमा हराइरहेका कतिपय मूलको जरो उधिन्ने छन् र टुटेका तारलाई जोड्ने छन् । यसबाट कसैको पनि अस्तित्व अनस्तित्वमा सम्भवतः पर्ने छैन । यो आवश्यक पनि छ । किनभने हामीमध्ये कतिपय विश्वमानवको मूल पहिचान हुन कठिन पर्ने स्थिति जन्मिसकेको छ । यो हिजोको प्रविधि सुविधाको असुविधाका कारण सिर्जना भएको हो । कठिन भूधरातल चुनौतीका रूपमा पहाड भएर उभिएका कारण यसो भएको हुनुपर्छ । हिजोको विकटता आज सन्निकटतामा परिवर्तित हुँदो छ । हिजोको असुविधा आज सुविधामा परिणत हुँदो छ । यसले गर्दा दूरता दूर हटेर निकटता बढ्दो छ । यस निकटताले अस्तित्वको पहिचानलाई पुनः स्थापित गर्दो छ । मूलसँगको विच्छेद पुनः जोडिँदो छ । छुटेकाहरू भेटिँदै छन् । भेटिएकाहरूबिच सम्बन्ध नवीकृत हुँदो छ । वैश्वीकरणले यसलाई मज्जैले सघाएको छ । यसैको परिणाम हो कि हामीले पनि हाम्रा मौलिक सम्बन्धलाई एकपटक पुनः जोड्न सक्षम भएका छौँ । यस शुभ कार्यमा हरतरहले सहयोग गर्ने सम्पूर्ण सहृदयी जनमा हार्दिक नमन गर्दछौँ ।

**– प्रधान सम्पादक**

कविता

# मनोद्वन्द्व

शर्मिला प्रधान
(मगरजोङ ८३७३०२५४०६)

थुप्रै अनुभूति घुमिरहेकै हुन्
हाम्रो वरिपरि ।
तरै पनि अनुभवले जहिल्यै विद्रोह गरिरहन्छ
अहिले मलाई नै
किनकि अनुभूतिमा रमाउने दिन
मैले काटेकै हो ।
मानौँ मेरो अनुभव
रामकृष्ण शर्माको 'प्यारो सपना' जति नै हो ।
अनि 'विपना' ठानिएका यी आनुभूतिक कुरा
ठ्याक्कै पाउँदिनँ म यहाँनेर ।
पारिजातले भनिराखिन् :
'एक थरीको जीवन
विजयबाट सुरु भएर विजयमा अन्त हुन्छ;
अर्को थरीको जीवन
पराजयबाट सुरु भएर पराजयमा अन्त हुन्छ'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
विजयबाट सुरु भएर
पराजयमा अन्त बनाउँदै गरेको देख्छु ।

हाम्रो सचेतनालाई बौरी उठाउन
हरिभक्त कराइरहे :
'म ऐलान गरिरहेछु
उनीहरू केवल कागजका बाघ मात्र हुन्;
म ऐलान गरिरहेछु
उनीहरू नाङ्लो ठटाएर हात्ती तर्साउन पल्केका
मखुन्डोधारी नपुंसक एउटा जमात मात्र हुन्'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
कागजको बाघको गुलाम भइरहेको

र फटाफट पुलिङ्ग र स्त्रीलिङ्गबाट नाम काटी
नपुंसक लिङ्ग हुनुमै रमाइरहेको देख्छु ।
चिन्तना जति पोको पारेर
फ्याँकिरहेको स्थितिमा छौँ हामी ।

आत्मीयताको वन उजाड नहोस् भनी
विजय मल्लले रोपिरहे :
'गुलाबको फूलमा अहिले
किन बारूदको गन्ध आउँछ !
अङ्कमालमा मुटु किन
बोल्दछ बमको आवाजझैँ !
किन हरेक झाँगझाँगबाट
चितुवा लुकेको शङ्का चियाउँछ'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
हिंसा, ईर्ष्या, व्यभिचार, स्वार्थ र शङ्काको
शृङ्गार गरी कुरूप सजिएको सुन्दर देख्छु ।
हामी हामीलाई
हामी हुनुको अर्थ बुझाउन नचाहने
गोरेटोमा लम्किरहेका छौँ हामी ।

जीवन हुनुको सार्थकतालाई भनी
राजेन्द्र भण्डारी यसरी लगाउँछन् चिह्न :
'तँ गर्छस् टुप्पो र फेदको कुरो,
जीवनको कुरो !
मानवताको कुरो !
के हो जीवन भनेको ?
प्लिज डोन्ट बोर मि !'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
अजीवन अजीवन जिउँदै गरेको
अनि मानवता मनको
कुन चेपमा बन्दी बसेको देख्छु ।
असल नचाहने कोचाहिँ छैन र यहाँ !

सामूहिक समृद्धिका रङले नै
स्वर्गको तस्बिर बनिन्छ भनी सम भन्छन् :

'फोहोरलाई धकेल्दै अघि बढ
स्वर्ग तिम्रो पछि लाग्छ
स्वर्ग आफै बन्छ'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
स्वर्गलाई पो धकेल्दै धकेल्दै धकेल्दै
नरक बनाउनेतर्फ लागिरहेको देख्छु ।
भुलहरू कति
मात्र ठानिँदा भुल भएका हुन्छन् ।

पूर्वाग्रहको त्यो हठी सोचलाई परिवर्तन गर्न
मिठो बोल्छन् वैरागी काइँला :
'यसरी
पहिलेको भुल संशोधन गरी
मेरो कविताको भर्खरै प्रकाशित किताबजस्तो
या हजुरको टेबलको फूलदानीमा
बिहानै फेरेर राखेको नयाँ फूलजस्तो
मेरो मायाको नयाँ संस्करण
यी दुई आँखाको
ट्रेमा लिएर आएको छु'
- खै ! कुन्नि किन हो
जीवनहरू त म
सुझबुझको संशोधन गर्न
सर्त चाहिएको जस्तो
टुक्रा टुक्रा पारिदिन्छ प्रकाशित किताब
किनकि त्यहाँ
भावनाको कालो साँपको राज्य हुन्छ
र दुर्गन्ध पाउन थाल्छ
फूलदानीमा सजाएको प्रेमबाट पनि
जब कि हेरिने ती विचारहरूमा
लेखनाथको 'सत्य सन्देश'को
चौथो पङ्क्ति बाँचिरहेको हुन्छ ।
मेरो अनुभव
खै ! कुन्नि किन हो
मेरै अनुभूतिसित द्वन्द्व परिरहन्छ ।

(pradhansharmila@gmail.com)

कविता

# अर्को युद्ध लडनेहरू

कमला तामाङ
(देउसे डाँडा ४, ७३४२१४, दार्जिलिङ)

एउटा युद्ध छ
भिन्दै छ, अर्कै छ -
निमुखाहरूको भोकसँगको युद्ध !
सङ्क्रमणको चर्चा बतासमा छ
हर पल, हर कोही आतङ्कित छ
निमुखाहरू हेर्छन् - सहर बन्द छ
गाउँ बन्द छ तर भोक बन्द छैन
उनीहरू पनि चेतावनीदेखि
कोसौँ टाढा छैनन् सायद
तर उनीहरूसित दुधमुखे अबोधले
स्तनपान गर्न नपाएको अभिशप्त समय छ ।
त्यसै पचाउन सकिने कुरा हो र यो ?
थाल लिएर उभिएको छ लाइनमा
दश दिनको सुत्केरी आमा र
कुपोषणले अर्धमृत बालक,
कति कुच्चिएका थालहरूमा तृप्ति थाप्न
तैँछाड् - मैँछाड् होलान् कतै !
महामारीले आफूसँगै बोकेर
ल्याइपुराएको कस्तो आगो त्यो ?

जिन्दगीभन्दा ठुलो भएको भोकको अनुहारलाई
हँसिलो बनाउने प्रचेष्टामा लागिपरेका
ती नाङ्गाभुतुङ्गाहरूको मर्मले
सङ्क्रमणको त्रासलाई उछिन्न खोजिरहन्छ ।

रित्ताहरूका आर्तनाद बज्ने
सोचमग्न, चिन्ताग्रस्त बिरामी मनलाई
खोई कसरी स्यार्नुपर्ने हो ? यो एकान्तवासमा
मनलाई कसरी क्वारेन्टाइन गर्नुपर्ने हो ?
उत्तर खोजिरहेछु यति खेर
यत्ति खेर उत्तर खोजिरहेछु ।

(kamalatamang04@gmail.com)

कविता

# साँघुरिएको सहर

सीतादेवी छेत्री
(मणिपुर)

साँघुरिएको सहरको गल्लीभित्र
बिहानै बिउँझिएपछि
टुक्राहरू मुटुको बनाई
फाइल हातमा च्यापी ज्याला खोज्दै
घिसार्िँदा-घिसार्िँदै
सहरको दफ्तरभरि
दिनहु विवश र लाचार बनी
डाँडापारि पुगेको घाम
फाटे कति जुत्ता
बितिसके कति वर्ष
ढल्किसके जिन्दगी
जागिर जुराएन व्यवस्थाले कतै
तुहिएर गएरचेका सपनाहरू
गुनेको पढेर सबै
तुवालोभित्र हराएर गए ।
आमाबाबाले मिहिनेत गरी
कमाइदिएको त्यो प्रमाणपत्रमा
धमिराले छियाछिया पारी लग्यो
बलिया आशाहरू जम्मै भत्किएर गए
ढुङ्गाका पर्खालजस्तै
साँघुरिएर गइरहेको
यो सहरको भित्रभित्रै ।

**सर्जकहरूमा विशेष अनुरोध**

कृपया अन्य पत्रपत्रिका, फेसबुक, अनलाइन पत्रिका आदिमा प्रकाशनका लागि नदिइएका र प्रकाशित नभएका प्रकाशनयोग्य रचना सम्पादनको अधिकारसहित 'शब्दाङ्कुर'मा प्रकाशनार्थ पठाउनुहुन र यस मासिकमा प्रकाशनार्थ पठाइएका रचना अन्यत्र छपाउनुपर्ने भएमा सूचना दिएर छपाउनुहुन हार्दिक अनुरोध गर्छौं ।

**–शब्दाङ्कुर परिवार**

कविता

# ज्ञान र विज्ञानको युद्ध

रीता ठकुरी
(दार्जिलिङ)

सल्किरहेछ रेगिस्तानी धरती
यहुदी मुस्लिमको लडाइँमा
बगिरहेछ रगतको खोलो
अहम्को प्यास बुझाइमा
यहुदी, मुस्लिम, इसाई सबै
येरूसलेम आफ्नै ठान्छन्
यसैले त मायाले सबै आफ्नै छातीमा
गोली दाग्छन्
देख्दैनन् ईश्वर रोइरहेको
सृष्टि त आफ्नै ठान्छन्
एउटाले 'पानी' अर्कोले 'वाटर'
तेस्रोले भन्दियो 'जल'
शब्द शब्दको रङ नमिल्दा
जुर्मुराई उठ्यो बल !
बलिष्टले दुर्बललाई
दुर्बलले मरन्च्यासेलाई
गोदनुसम्म गोदिरह्यो
पानीले पनि प्यासै मेटाउने
'वाटर'ले पनि त प्यास
'जल'ले पनि प्यासै मेटाउने
लडाउँदै छ व्यर्थै इयास !
बुझेन मान्छे कोही कसैले
बुझ्नेहरू अझ अबुझ बने
एकबारको यो जिन्दगीमा
हुन खोज्दै सबै धने
ईश्वर अल्लाह एउटै हो भन्दै
गान्धीले सत्य गाए
तर बुझेन तितो सत्य गोड्सेले
आफैलाई हिरो बनाए
'पानी र जल'कै विवादमा परी
गान्धीले गोली खाए

भाइ भाइमा अंशबन्डा भो
रातो धर्का कोरियो 'रेड क्लिफ लाइन'
अल्लाह र ईश्वरलाई अलग पारेर
भारत पाकिस्तान छुट्टियो
ढुक्क परे भक्त सबै
तर पारेन शक्त दुवैलाई कहिल्यै
एकल ईश्वर अल्लाह भक्तिले
लाखौँ मारिए, लाखौँ लुटिए
लाखौँ इतिहासको गर्भमा पुरिए
लाखौँलाख भए बलात्कृत, शोषित र दलित
तैपनि धर्मान्धताले कहिल्यै लगाएन प्रीत
पुच्छर छामेर हात्तीलाई डोरी देखिरह्यो
मक्ख पर्दै अभिनय प्रदर्शन गरिरह्यो अहम्को
अज्ञानता र अपूर्णताको 'बिटिङ रिट्रिट'मा
सम्प्रदायवादले चट्टी थाप्दै छ !
भाइले भाइलाई भुलेर आज
काँडेतारको रस पो पिइरहेछ
एउटा वारि अर्को पारि आँखा तरातर छ
अझै अँगालो हाली मिले हिसाब बराबर छ
मानिस भएपछि झुक्नेले उठ्नु उठ्नेले झुक्नु
खोई के लाज र शरम छ ?
मानिस नै राक्षस भइसकेपछि
ईश्वरलाई पनि दर्शक भइदिनु सरम छ
अदृश्य भाइरसले विश्व हल्लाइरहेछ
साँप, बिच्छी र चमेराले पनि
निर्धक्क बाँच्न नपाएपछि
मान्छेभित्र अति ठुलो आन्द्रा पलाइरहेछ
यसैले होला विश्वमा 'कोरोना'को हुङ्कार भो
धनले नबाँच्ने, मनले नबाँच्ने,
बलले नथेग्ने भो हरेश खायो विज्ञानले
टाउकोमा हात राख्दा सायद सम्झियो होला-
'ज्ञान विज्ञानको हात जोड्नुपर्दछ कर्ममा,
ज्ञान मर्दछ हाँसेर रोई विज्ञान मर्दछ ।'
सम भन्ने गर्थे
अब हामी पनि हाँसेरै मर्ने कर्मतिर लागौँ
कोरोनालाई हराऊँ जीवनलाई बचाऊँ ।

कविता

# सुन्नु भो .आकाशतिरको मान्छेहरू

सुमित्रा थामी 'अविरल'
(सिंहमारी, दार्जिलिङ)

म अहम् हुँ
म घमन्ड हुँ
म गौरव पनि हुँ ।

तिम्रो मस्तिष्कको निर्बल क्यामराले
मलाई जुनै पोजमा पनि
खिचिक ... खिचिक ... गर्दै जति इच्छा लाग्छ
उति खिच्नु सक्नुहुन्छ ।

मेरो भावनालाई
तिखो शब्दका भालाहरूले
जति इच्छा लाग्छ घोच्दा हुन्छ
तर ... तिम्रा कुविचारहरू
तिम्रा कुदृष्टिले त्यति सजिलै
मलाई नाङ्गो पनि बनाउन कहाँ सक्छ र ?

किनभने म आगो हुँ
म चट्टान हुँ
म छोरी हुँ
सबैभन्दा माथि उठेको म एक पूर्ण नारी हुँ ।

तिमी किन घरी घरी गल्ती गर्दै
र भुल्ने गर्छौ
मैले आफूलाई अहम् गर्ने संसार
आफै निर्माण गरेकी हुँ
यदि यसलाई गलत ठान्छौ भने ।

तिमीलाई संसार देखाउने आमालाई सोध
तिमी गर्भमा आउँदादेखि जन्म लिँदासम्मका
खुसी/वेदना/पीडा/
हर्कमान र थर्कामानका सत्यताहरू
अनि मेरो शरीरमा भएका दुर्गन्ध
वासनाहरूले हुर्काएका तिम्रा यौवनहरू ।

पोथीजस्तो कोरकोऱ्याउनुभन्दा
भाले भएर गर्वको साथमा
तिमी हरेक साझँबिहान बास्ने गर ।

तिमी एउटा राँको बालेर
पुरुषत्वको हुङ्कार पिट्दै
तिम्रो संसार निमार्णतिर लाग ।

तर मलाई घिन लाग्छ
ओ ... आकाशतिरको मान्छे
तिम्रो पुरुषत्व देखाउनलाई पनि
असह्य नारीको पछ्यौरीको
सहाराको खाँचो परेको देख्दा ।

यसैले मलाई नसम्झ
ती दिनरात नदीका छालहरूले
चुट्दै हिँडेका बालुवाका कणहरू ।

नसम्झ तिमी मलाई
आकाशबाट झर्दै गरेका
अधुरा सपनाका ताराहरू ।

कदाचित नसम्झिनू मलाई
तिम्रा ती भ्रमका आँखाहरूले
त्यति सजिलो मेरो चिरहरण गर्न सक्छ भनेर

म नहुँदाको तिम्रो अस्तित्वलाई
कसैले सिखण्डी भनिदिएको सत्यलाई
अब निस्सन्देह स्विकार गर्नु छ
हो, ओ आकाशतिरका मान्छेहरू
म अहम् हुँ / म घमन्ड हुँ
निसन्देह म आगो हुँ, आगो
म तिमीलाई न्यानोपन बाँड्न सक्छु भने,
जलाएर खरानी पनि बनाउन सक्छु
त्यही खरानीभित्रका आगो हुँ म आगो
म प्रश्न पनि हुँ
म जवाफ पनि हुँ/म चट्टान पनि हुँ
हो, म गौरव हुँ/हो, म नारी हुँ
नारी
सुन्नुभयो ... ओ आकाशतिरका मान्छेहरू ।

(6294376697)

कविता

# प्रेम

स्वीकृति राई,
(मिनिभिलेज, पेसोक चियाबारी, दार्जिलिङ)

किनारले बाँधेको नदीजस्तै होइन प्रेम
बादलको सहाराले
बर्सेको झरीजस्तै होइन प्रेम
ऋतुमा त समयको प्रतिबन्ध हुन्छ हजुर !
त्यसैले वसन्तमा फुलेको
फूलजस्तो होइन प्रेम ।
त्यो साँझजस्तो पनि होइन प्रेम;
क्षणिक सुनौलो दृश्य
त्यसपछि निष्पट्ट अन्धकार !
औँसीको रातमा विलुप्त हुने
जूनजस्तो पनि होइन प्रेम ।
तिमीले फेरेको हरेक सास
अनि तिम्रो ढुकढुकीजस्तो पनि होइन प्रेम
जसमा मृत्युको प्रकोप बाँचेको छ ।

प्रेम त ईश्वरप्रतिको अटुट विश्वास हो
जसमा कुनै बाध्यता छैन
न त समयको प्रतिबन्ध छ
न त मृत्युको भय छ
प्रेम त तिम्रो आत्माजस्तै हो
अनन्त ... ।

(Swikritirai17050@gmail.com)

## अनुरोध

हामीले 'शब्दाङ्कुर'को पूर्णाङ्क २२९, २३० र २३६ लाई भारतीय नेपाली कविता अङ्क १, २ र ३ एवम् पूर्णाङ्क २४१ र २४२ लाई भारतीय नेपाली नारी कविता अङ्कका रूपमा प्रकाशित गरिसकेका छौँ । निकट भविष्यमा यी रचनालाई समेटेर 'भारतीय नेपाली कविता' शीर्षकमा डिजिटल पुस्तक प्रकाशित गरिने भएकोले यी पाँचै अङ्कमा समेटिन नसकेका सर्जकका बारेमा सम्पर्क सूत्रसहित जानकारी गराइदिएर अथवा sabdankur@gmail.com र sabdankur58@yahoo.com मा रचना उपलब्ध गराइदिएर सहयोग गरिदिनुहुन सम्पूर्ण स्रष्टामा हार्दिक अनुरोध गर्दछौँ ।

**शब्दाङ्कुर परिवार**

# भाषा र मान्यता

रञ्जना तामाङ प्रणामी
(राङभाङ बस्ती, लामाडाँडा, दार्जिलिङ)

मनको भाव प्रकट गर्ने भाषा हो साधन
आमाको भाषा प्यारो नै लाग्छ तिम्रो नै सन्तान ॥

विदेशी भाषा अपनाई आफ्नो अस्तित्व नामेट
स्वदेशी भई बचाऊ भाषा चिन्हारी समेट ॥

जाति हो मेरो गोर्खाली हुँ म भाषा हो नेपाली
जमाना कस्तो आएको हेर नजान्ने नेपाली ॥

मान्यता पायौँ अगस्ट बिस उन्नाइसौ ब्यानबे
मान्यता पा'को भाषाले हेर के काम लगाए ॥

लाज पो मान्छ नेपाली बोले नेपाली भएर
के गर्ने होला विश्वमा यहाँ भाषा नै भुलेर ॥

म गर्व गर्छु नेपाली भाषा हो मेरो चिन्हारी
जातीय भाषा सम्मान छैन तिमी त भिखारी ॥

ए बाबु हेर विदेशीहरू गर्व छ आफूमा
अङ्ग्रेजी बोली बोलेर गयो हिँड्छन् हाम्रैमा ॥

भाषाको तिमी उडा'छौ खिल्ली भएर पर्देशी
स्वाभिमान बेच्ने तिमी र'छौ बैगुनी निष्ठुरी ॥

थाहा छ मलाई अङ्ग्रेजीविना चल्दैन जमाना
लत्याई आफ्नो जातीय भाषा कस्तो हो जमाना ॥

अङ्ग्रेजी दोस्रो स्थानमा लियौँ पहिलो नेपाली
जातीय भाषा आदर गरौँ भएर गोर्खाली ॥

(ranjanatamang09175@gmail.com)

कविता

# जलन

पि. लक्की शेर्पा

यहाँ जल्छ हरथोक
सपना जल्छ
आकाङ्क्षा जल्छ
विश्वास जल्छ
अहङ्कार जल्छ
मन जल्छ
सम्पत्ति जल्छ
घर जल्छ
चिता जल्छ
चिन्ता जल्छ
दियो जल्छ
कति जलन प्यारो हुन्छ
कति जलन पीडा हुन्छ
जल्दैन त केवल ...
समय जल्दैन
जलेर नै
चुल्हाले खाना दिन्छ
जलेर
मनले व्यथा दिन्छ
जलेर
दियोले उज्यालो दिन्छ
जलेर
चिन्ताले पटक पटक जलाउँछ
भने
चिताले एकैपटक
अस्तित्वविहीन बनाइदिन्छ ।
जलेर
आआफ्नो भूमिका निभाउँछ ।
यसैले जीवनमा प्यारो लाग्छ
जलन
केवल जलन ।

(pluckeysherpa@gmail.com)

# मौनता

डा. वीणा हाङ्खिम

यति खेर मौन छौ तिमी
र मौन छु म पनि
हामीबिच
मौनताको एउटा सुन्दर सेतु
निर्माण भएको छ
त्यही सेतु भएर
मसमक्ष आइपुग्छौ तिमी
र ठिक उसरी नै
तिम्रो मनको ढोकासामु
पुग्ने गर्छु म पनि सहर्ष
मौनता भनेको
कति व्यापक हुँदोरहेछ
अनन्त आकाशजस्तै
र यो फाँटिलो धरतीजस्तै
सुस्त शब्दहरूले निर्माण गरेका
यो गहिरो मौनता
कत्ति मिठो र शान्त छ !
जहाँ हजारौँ वीणाका सुमधुर धुनहरू
थाहै नपाई झङ्कृत भइरहन्छन्
र गुन्जिरहन्छन्
बाँसुरीका आकर्षक धुनहरू
मलयाचलको सुगन्धित वायुसँगै
कोलाहलदेखि टाढा
यो अन्तर्मनका भूभागहरूमा
बस तिमी छौ,
म छु
र
हामीबिच व्याप्त छ
एउटा ईश्वरीय मौनता !
एउटा अपरिमेय
र
अनन्त मौनता !

कविता

# त्यो सग्लो मान्छे

सुमित्रा रुम्दाली
(मिरिक, दार्जिलिङ)

मान्छेको मन-मस्तिष्कभरि
अहिले, त्यही र त्यसरी नै
हरपल, हरक्षण
जीवन लडिरहेछ, जीवन मरिरहेछ ।
खुल्ला र स्वतन्त्र हाँस्न सकिरहेको छैन
मान्छेको मन र ओठ
तर एकार्कामा बुलन्द नाराजस्तो
मृत्युका आभाष बोकेका
कृत्रिम मन र ओठहरू
अझ उर्जाशील बन्ने
उत्साहित बन्ने शुभकामना बाँड्दै
कालजयी बन्ने मन्त्रहरू साट्दै
जीवन बाटोमा, जीवन गोरेटोमा
हिँड्दै छन्, बाँच्दै छन् ।
तर म भने त्यही कतै
एउटा सग्लो मान्छे
सग्लो अनुहार
खोजिरहन्छु, पर्खिबस्छु
जसमा कतै कृत्रिमताको लेप नहोस्
मन र आँखा साँच्चै हाँसेको होस्
ओठहरूले फरफराउन सकोस्
बोल्न सकोस् उसका
सुन्दर, सुललित भावहरू, शब्दहरू ।
तर खै, मैले खोजेको त्यो अनुहार
मैले पर्खिबसेको त्यो सग्लो मान्छे
कहीँ - कतै देखिन्न ।
सायद, ऊ पनि अरूले जस्तै
ओठभरि, मनभरि
त्यही कृत्रिमता बोकेर कृत्रिमता पोतेर
कतै हराइसक्यो कि !
कतै बिलाइसक्यो कि !

# किन भिन्न लाग्छ, आमा !

रेखा छेत्री
(कालिम्पोङ)

आमा तपाईं गएदेखि त्यहाँ
सबकुछ उस्तै उस्तै छन् यहाँ
सबकुछ अझै नि दुरुस्तै छन् यहाँ
तैपनि किन भिन्न लाग्छ, आमा !
साह्रै नियास्रो र भिन्न लाग्छ आमा ।

बाटो उस्तै छ घर नि उस्तै छ
तपाईंले खनेको खेतबारीदेखि
तपाईंले गोडेको आली-भित्ता
सबकुछ उस्तै उस्तै छ यहाँ
तैपनि किन भिन्न लाग्छ, आमा !
साह्रै नियास्रो र भिन्न लाग्छ आमा ।

गाउँघरको माया, माइतको माया
त्यो सुन्दर हाम्रो सानु घरको माया
केहीकुछ बदलेन, उस्तै छ आमा !
तैपनि किन भिन्न लाग्छ, आमा !
साह्रै नियास्रो र भिन्न लाग्छ आमा ।

माइतीघरको माया मुटुभरि छ नि
त्यसमाथि हजुरको दुःखभरि कमी
कसरी जानु त्यो घर हामी
आउँदै छ नजिक दसैँतिहार पनि
मौसम उस्तै छ, दिनहरू उस्तै छ
तैपनि किन भिन्न लाग्छ, आमा !
साह्रै नियास्रो र भिन्न लाग्छ आमा ।

7047033266
(Chhetrirekha033@gmail.com)

कविता

# मौनता

बबिता मादेन
(सिलगढी)

एउटा बेरमाइलो साँझ
म अनि मेरा मौनताहरू सुस्ताएर बसेको छ
सधैँ अत्याइरहने घडीको काँटा
उसरी नै बोझिल बनेर
माथि आकाशमा जमिरहेका छन्
बादलका केही टुक्राहरू
कहीँ टाढा क्षितिजमा अस्ताइसकेको
घामको धुमिल किरण थकाइ मारेर बसेको छ
सधैँ कुदिरहने मन्द मन्द बतास
यस्तै उराठलाग्दो मौसममा,
मलाई भने झ्वाम्म अँगालेर
मेरा स्थिर आवेगहरूलाई
तरङ्गित तुल्याइदिएको छ
सुमधुर यादहरूको स्पर्शले !
एउटा स्वर्णिम साँझ,
म, ऊ अनि हामीबिचका मौनताहरू
संवादविहीन शब्दहरूको वार्तालाप
चुपचाप चुपचापको मौनताले
बेस्सरी हल्ला गरिरहेछ
केही मैले नसुन्ने गरी
केही उसले नबुझ्ने गरी !
मेरो हतारिँदो समय,
असमन्जसमा परेको ऊ
यसरी नै टुङ्गिएको थियो
मौनतामै भेटघाटका मौन पलहरू
यदि, यादहरू आउन मुर्हुत चाहिन्छ भने
सधैँ आइरहोस् यस्तै बेरमाइलो साँझहरू
सम्झना गर्नलाई
कुनै मौन समयले दिएको
एउटा मिठो मिलनको अवशेष !!

9733347211, (Subbababita123@gmail.com)

कविता

# कोरोना काल अनि मान्छे

द्वारिका छेत्री
(खर्साङ, दार्जिलिङ)

संवेदनशीलताको अभावमा
खडेरी परेको मनलाई
खाँचो छ अलिकति कोमलताको
जो हिजोआज हरेक मुटुमा अभाव बाँच्छ ।
कोमलता हराएको दुनियाँमा
कोमलता नै खोजिहिँड्नु भनेको
आफू कोमल हुनु पटक्कै होइन
बरु
समयसँग पाइला चाल्न नसक्नु हो
र छोडिनु हो आधुनिकतादेखि,
भन्छ नूतन समय ।
म भने कोमलता बाँच्न
भागिरहेछु अत्याधुनिक समयदेखि टाढा ।

मृत्युको मुखमा छट्पटाइरहेको मान्छेको श्वास
फलामको जारभित्र राखेर व्यापार गर्ने
संवेदनाहीन समयमा
म शान्त्वनाको छहारीको खोजीमा छु
म समयको विपरीत हिँडिरहेछु ।
समयको विपरीत हिँड्नु
कोमलता होइन अज्ञानता हो
भन्छ चनाखो समय ।
म यति बेला अवश्य
कोमलताको खोजीमा
मुर्खता बाँचिरहेछु ।

मुर्दा शरीरको कसिलो मुट्ठीबाट
चिप्लिएको फ्यातुलो जिन्दगीलाई
भेन्टिलेटरको कोठामा बेचिने
महँगो समयमा
सस्तो संवेदना खोजी हिँड्नु ...

मानवबाट हराएको मानवता खोज्नु हो,
भन्छ क्रूर समय ।
म समयको क्रूरतादेखि पर
अलिकति कोमलता खोजिरहेछु
म यति बेला कोमलताको खोजीमा
भ्रम बाँचिरहेछु ।

हाहाकार छ ।
मृत्युको ताण्डव छ परवेशमा ।
श्वास किनबेच हुन्छ,
शरीरका अङ्गहरूको मोलभाव गरिन्छ ।
आफ्नैको पार्थिव शरीरलाई
एक थुँगा श्रद्धाञ्जली चढाउन
एक मुट्ठी मट्टी हालिदिनू
हजारौँ नोटका बिटाहरू पहिला
जिउँदालाई चढाउनुपर्ने भयवाह स्थितिबिच
जीवनभन्दा ठुलो पैसा
पैसा, जो केवल अरूको निम्ति बाँच्छ
कहिल्यै आफ्नो नहुने पैसा
र कहिल्यै आफ्नो नहुने मानवभित्र
कतै त छन्
ईश्वरतुल्य मानव दूतहरू
मान्छेलाई मान्छेको खाँचो परेको यो बेला
म भने मानवको बस्तीभित्र
ईश्वर खोजिरहेछु !

बीभत्स यी दृश्यदेखि टाढा
कोमलता बाँच्न चाहनु
मानौँ
फलामको चिउरा चपाउनु ... !
भनिरहेछ समय !
म भने समयको विपरीत
केवल अलिकति
कोमलताको खोजीमा छु ।

9749633109
(dwarikachhetrini79@gmail.com)

कविता

# गणतन्त्र र गणतन्त्र दिवस

योगिता राई

सन्ते साइँला अम्लिसोसँगै
आधामरो आशा सुकाइराखेर
आइपुगेको छ
देशको गणतन्त्र दिवस मनाउन ।

म चियाका गाछका
मसिना मसिना डाँख्ला
र हरिया मुनामा
दैनिक रोजवृद्धिको
मृत आश्वासनलाई
सन्तुष्टिले दश ठाउँ टालेको
कात्रो ओड्याइराखेर उभेको छु
देशको गणतन्त्र दिवस मनाउन ।

अनि
मानवीर जेठा
सरकारी नोकरीको फारम भरेर भरेर
'एज बार' भइसकेको छोरो
र छोरोको डिग्री-पत्रलाई
'अभागी' को संज्ञा दिइराखेर
आइपुगेको छ
देशको गणतन्त्र दिवस मनाउन ।

हाम्रा पुर्खाले रोपिराखेका गणतन्त्र
यो देशको मानचित्रभरि
आकाश भएर छाउँछन् ।
जहाँ दुवै चेतन र अवचेतन बादलका
कुचीहरूले
एब्स्ट्र्याक्ट रङ भरिरहन्छन् ।

हाम्रो भागमा पर्ने गणतन्त्र,
अहिले त्यतै कता छोपिएको छ ।

कविता

# याद ३

सन्ध्या आचार्य

यो ओसिलो बादल
कुन बाटो हुँदै आउँछ
झरीसँग हातेमालो गरेर ?

बादलले उढ्नु जानेको छ
झरीले खस्न जानेको छ
उसरी नै मैले बाँच्न सिकिरहेछु ।

बादल बिलाइजान्छ क्षणिक हो
जान्दछ झरी ।

झरी टप्कन छोड्छ क्षणिक हो
जान्दछ बादल ।

शौर्य मण्डलमा
थुप्रै ग्रहनक्षत्रमध्ये
एक स्वाभिमानी घाम
करोडौँ तारामा
लजालु जून
जम्मै जम्मै छोडेर
बादलसँगै खस्न चाहनु
झरीको बाध्यता ?

या नितान्त आफ्नै मात्रको साथ
एकै निमेषलाई नै पनि
प्रिय लाग्दो हो सायद ।

सँगै सँगै आउने बादल र झरी
फर्किएनन् सँगै कहिल्यै
कहिले छाडिने झरी त
कहिले छाडिने बादल ।

सँगै हिँड्ने भनेकै समयसम्म रहेछ
अहिले बादल फर्किएर नि
झरी खसिरहेको छ बलेसीमा
बाछिटा बनेर ।

तप तप तप
यादहरू तप्काएर ।

7797663512, (Chhalm.kyong@gmail.com)

# फागुनका मिठा प्रेमका छिटा

दक्षिणादेवी गजुरेल
(ठेलामारा, शोणितपुर, असम)

मन्दमन्द मुस्कुराइरहेका
पहाडका चट्टानमा अडेस लागेर
आशाको खास्टो, फागुन
तिम्रो गीत, लौ हेर आज सबैले गाएका ।

चल्दो पवन सिर्सिर रम्दै
गीत गुनुनु छन्द छर्दै
समय छ बग्दो नित्य सलल
बादलभित्रै सूर्य हराउँदै ।

सुसेली स्वरमा फागुने झरी
भूगोलको रेखामा कोर्दै
यसैको सुनौलो चित्र
रम्दै रमाउँदै, काँचुली फेर्दै ।

फागु-होलीको अबिर बोकेर
इन्द्रेनी रङलाई सिँदुरले पोत्न
क्षितिज बनेर फागुन आउँदा
आनन्दानुभूतिको वर्षा गराउँछ ।

## आगामी आकर्षण

राधिका कल्पित, अम्बिका अर्याल, विष्णु दाहाल, श्रवणकुमार ढुङ्गाना, उद्धव न्यौपाने, रमेश प्रभात, समीर उपाध्याय, नवीनचन्द्र घिमिरे, प्रेम ओझा, टङ्कबहादुर आलेमगर, प्रा.डा. कपिल लामिछाने, इन्द्रकुमार श्रेष्ठ 'सरित्', जीवन दाहाल, हरि आत्रेय, विनोद खड्का आदि ।

**शब्दाङ्कुर परिवार**

कविता

# सुटुक्कै

सुनयना छेत्री
(रागेरूङ चियाबारी)

धेरै दिनको विछोडपछि
आज 'ऊ' सुटुक्कै पसी
मेरो कोठाको झ्यालबाट
एउटा हँसिलो मुहार लिएर
मेरो निम्ति मायाको चोखो
अगाध स्नेह लिएर
'ऊ' सुटुक्कै पसी ।
दिव्य ज्योति सर्वत्र छरी
मलाई अँगाली अँगाली
लालीगुराँसझैं फुली
खुसीमा विभोर भई रमाउन
सायद 'ऊ' पसी ।

सायद 'ऊ' पसी
मेरो हृदयको घाउमा
मायाको मल्हम लगाउन
जलेको मनलाई
आस्थाको शीतल छेप्न
सायद 'ऊ' पसी ।
सायद 'ऊ' पसी
स्वार्थी संसारको
बज्रघात सहन नसकी
आफ्नै मनको नीलडाम देखाउन
अधरभरि विषाद लिएर
'ऊ' सुटुक्कै पसी,
मेरो नियास्रो संसारमा
आशाको किरण छर्दै पसी
अँध्यारो मेरो रातमा
जीवनको दीप बाली
मेरो कोठाको झ्यालबाट
'जून' सुटुक्कै पसी ।

(Chhetrisunaina77@gmail.com)

कविता

# सायद

सुनिता (पिल्मो) राई
(असम लिङ्गजे गौचरण बस्ती, गान्तोक)

पानीले सबैको मैला मन
धुन सक्ने भए सायद,
मेरो सोचले सबैको मन
छुन सक्ने भए सायद,
मेरो रोदनको आवाज
सबैको कानमा गुन्जिएको भए सायद,
म एउटा प्रतिमाझैँ बनी बाँचिदिन्थेँ ।
मलाई पनि
एउटी स्त्री, चेली, छोरी, आमा
सम्झिदिएको भए सायद ...

मेरो पनि मुटु छ,
जनावरको त होइन
म पनि मान्छे हुँ,
कुनै पशु त होइन
सायद
हिजोआज निक्कै,
ढुङ्गाका मन भएकाहरूले,
प्रहार गर्न थालेका छन्
तर,
म हार्ने होइन
चोट अघिबाट नै छ
विनाधारले रेटेको छाती आलै छ
आँखा राती भिजेको
निद्रा नपुगेको
सपना देख्नु बाँकी छ
संसार धेरै ठुलो छ
मेरो मनको कुलो चारैतिर खनी,
थुन्नु बाँकी छ ।

कविता

# मलाई

ज्योति बाला लामा
(रामपुरे बस्ती हुलाक तकदाह, दार्जिलिङ)

मलाई छेक्न फलामे साङ्लो होइन
म हिंडने बाटोअघि
एउटै बर्छा गाडिदिए हुन्छ
मलाई खेद्ने हो भने
आँखा जुझेर पनि कसैले
पटक्कै नदेखे जस्तो गरिदिए पुग्छ ।

मलाई हँसाउन नै चाहे
घतपर्दा कुराहरू सुनाउन होइन
यो कोखिलामुनि
कसैले एकपटक गुदगुदाई हेरे हुन्छ
मलाई रूवाउन कठोर सास्ती होइन
अति प्रिय वस्तु खोसिदिए पुग्छ ।

मलाई हराउन यहाँ
वाजीकरणको विराट् उत्सव होइन
तर पासाविनाकै
एउटा शकुनी उभिदिए हुन्छ
मलाई डराउन
दाह्रा र भुत्लैभुत्ला भएको राक्षस होइन
आफ्नो जस्तै अनुहार भएको
एउटा बलात्कारी हाँसिदिए पुग्छ ।

मलाई भेट गर्न
रस-मिठाइ, घिउ र चियापत्ती होइन
एउटा आदर्श साइनोसँगै स्नेही
आँखा बोकी आए हुन्छ
मलाई मेटाउन
कुनै बारूदे सुरूङ बिछाउने होइन
साइनाइट पोतिएको
एउटा पुस्तक उपहार दिए पुग्छ ।

कविता

# सङ्कल्प

निर्दोषिक तामाङ

मलाई आफू जलेर
ती पत्थर मनहरू
पगाल्नु छैन
आँसुका थोपाले
मरुभूमि विचारलाई
भिजाउनु छैन
मलाई तिमीजस्ताले बनाएको
नीतिनियमको त्यो साँघुरो
चारकुने भित्तामा
चेप्टिएर, थिचिएर, निसासिएर
पटक्कै बाँच्नु छैन
मलाई त मेरो अनि
मजस्तै महरूको
उद्देश्य पत्ता लगाउनु छ
अनि उड्नु छ
त्यो विशाल आकाशको
आयतन नाप्न ।

मलाई तिम्रो अभिमानले बनेको
अहम्‌को त्यो पर्खाल
मेरो योग्यता र स्वाभिमानको
औजारले तोड्नु छ
अनि अझै आफ्नै
पाइतालाको भरमा मलाई
कैयौँ माइल अघि बढ्नु छ ।

मलाई थाहा छ
तिमी मेरो स्वतन्त्र सोचलाई
निर्लज्जको संज्ञा दिने छौ
मैले रहर अनि समय साटेर पाएका

उपलब्धिका प्रमाणपत्रहरू
चुल्होचौकामा जलाउन नसक्दा
तिम्रो अभिमान पक्कै चिसिने छ
किनकि मेरो उद्देश्य जलाएर
न्यानोपनको आभास पाउन चाहन्छ
तिम्रो स्वार्थीपन ।

तिमी मेरा जीवनमा रङहरू
पोतिएको चाहन्नौ
म रङ्गिएपछि मात्र
तिमीमा सास भरिएको
अनि मेरो गर्भमा नै
मैले तिमीलाई कल्पेर
रङ्गिन सपना सजाएको
तिमी दिवास्वप्नझैँ भुली पठाउँछौ
मैले जिन्दगी जोखिममा राखेर
आफ्नै रगतले बनाएको तिमी
आज मेरै इज्जतलाई
लिलाम गर्न तम्सिरहेका छौ
म धर्ती हुँ त्यसैले मेरै मुटुमा
कुल्चेर तिमी जघन्य अपराध गर्दै छौ ।

तर
अब मलाई तिम्रा
हरेक अपराधको रङ्गमञ्चमा
मुकदर्शक बन्नु छैन
तिम्रो निम्ति अझै यो जिन्दगी
जोखिम बनाउनु छैन
अब मलाई तिम्रो कलुषित दिमागको
शुद्धीकरण गर्नु छ
तिम्रो मपाइँत्वको भ्रमको पर्दा च्यातेर
तिम्रो वास्तविक स्वरूप
सबैसामु ल्याउनु छ
अब मलाई मजस्तै महरूलाई
बुझाउन मन लागेको छ
तिम्रो व्रतले आयु बढेकाहरूले
तिम्रै जीवन घटाउने चाल चलिरहेको छ

तसर्थ ऊ बाँचिरहेको हेर्न
मलाई मेरो सिउँदो दिनहुँ रङ्गाउनु छैन
मलाई कसैको मदिराको रित्तो गिलास
मदहोस कसैको मैला बिछ्यौना
सडकको पेटीमा फ्याँकिएको
फोहोरको थुप्रो
मालिकको अनायासै वेतनवृद्धि
प्यारापेडमा बसेकाहरूको जिब्रोको स्वाद
सिपालु हातको कठपुतली
केही पनि बन्नु छैन ।

मलाई त तिम्रो
विचार, दृष्टिकोण, अभिमान अनि मपाइँत्वको
त्यो गाडे घाउहरूको
शल्यक्रिया गर्नु छ
तिम्रा अपराधलाई
खुल्ला मञ्चमा प्रदर्शित गर्नु छ
अनि मलाई मजस्तै महरूको निम्ति
अन्तिम साससम्म निरन्तर लड्नु छ ।

कविता

# चिया श्रमिकको समस्या

भक्तिशिला देवान
(सालबारी)

जेठ महिनाको प्रचण्ड घाम
सित्तै केही झरी परेकोले
चियाका मुनाहरू मौलाएर आयो यसरी
मलाई पनि रहर लागेर मुनाहरू समाउनु पुगे
तर,
चिया श्रमिकहरूको समस्या भने कहिले
भने जस्तो मौलाएर आएन, सकेन
चुनावअघि सबै उम्मेदवार चियाबगान
गएर श्रमिकहरूसित भलाकुसारी गर्छ
म सबै समस्या हल गर्छु भन्छ

विजय भयो आशा दिलाउने पार्टी भने
श्रमिकहरू धेरै आशामा बस्छ,
तर,
उम्मेदवारहरू कसरी बगानको समस्या
सामाधान गर्नु भनेर सोचमा पर्छन्
बढ्दो महँगाइ छ श्रमिकको हाजिरा कम छ
बार बार दैनिक हाजिराको माग उठ्छ
तर एक कानले सुनेर अर्कोले फ्याँक्नु थाल्छ
फेरि
जब श्रमिकको बोनसको समय आउँछ तब
श्रमिकहरूले धेरै सङ्घर्ष गर्नुपर्छ भने जस्तो
सहुलियत दिँदैन, दुनियाँ समान, चिजहरूको
दाम बढ्छ तर श्रमिकको भने अनुसार रोज
कहिले बढ्दैन आज कोरोना कालमा पनि
ज्यान जोखिममा राखेर काम गरिरहेछ,
व्यवस्था
श्रमिकहरूलाई पनि कोरोना टिकाकरण,
आइसोलेसन सेन्टर,
कोभिड केरियर सेन्टरको व्यवस्था हुनुपर्छ
जरूरी पनि छ
साथै मजदुरी सहयोग गर्नुपर्छ
बाँकी चुनावमा
उम्मेदवारहरूले धेरै (श्रमिकलाई)
ठुलो आश्वासन दिएको छ
सायद अब कतै
श्रमिकहरूका नयाँ दिन आउँछन् कि ?
अब,
हाम्रा विजयी भएका विधायकहरूले
समस्याको समाधान गर्नुपर्छ
यदि सधैंझैं श्रमिकलाई रूवाउनु हो भने
कुनै समयमा श्रमिकहरू पलायन भएर जाने छ
र हाम्रो सुन्दर दार्जिलिङको चियाको
नामनिसान हराएर जाने छ
अस्तित्व हाम्रो रहने छैन ।

(Shiladewan7@gmail.com)

कविता

# गुनासो

सरस्वती शर्मा छेत्री
(छोटा रागांरून चियाबारी, दार्जिलिङ)

(झ्याउरे छन्द)

सुखी नै छु नि माइतीघर आमाको काखैमा
साथी र सङ्गी आँगनै राम्रो माइती पाखैमा
छातीमा टाँसी मायाले बाँधी हुर्कायौ मलाई
केही त आशा राखेको होला मलाई बडाई ॥

मुटुको टुक्रा तिमी नै हाम्रो जीवन साहारा
आँखाको नानी तिमी नै हाम्रो तिमी नै किनारा
खुसीले भोग दिनमा निद्रा परेन रातमा
संसारै सुखी लाग्दो नै रै'छ सन्तान साथमा ॥

जन्मियो छोरी सम्झेर भेदभाव नै राखेनौ
दुःख नै झेली सुखमा राख्न कसर छाडेनौ
दुःखको भारी बोकेर सधैँ सपना बुन्दछौ
छोरीले सुख पावोस् भनी दुःख नै गर्दछौ ॥

सन्तान तिमी एउटै हाम्रो सुखले पालौँला
भविष्य तिम्रो उज्यालो होस् दुःख नै गरुँला
ज्ञानी नै बन गुणी नै बन हाम्रो यो चाहना
सधैँ नै उच्च सोच नै राख्नु दुवैको कामना ॥

भविष्य राम्रो होस् है भनी पठायौँ सहर
छोरा नै सम्झी पठायौँ टाडा दुवैको रहर
देखेको छु नि फुटेको ठेला दुवैको हातमा
नमान दुःख छोरी भो भनी राख्ने छु साथमा ॥

खुसी नै लाग्छ माइतीघर सबैको साथले
जानु नै पर्छ अर्काको घर छोरीको जातले
पराया धन भन्छन् सबै छोरी नै सबैले
पठा'को छन् अर्काको घर छोरी है तेसैले ॥

घरमै बस्छु जान्न नि कहीँ माइती छोडेर
कहाँ पो सक्छु छोडेर जान बाटो नै मोडेर
पर्छ र जान अर्काको घर कहाँ छ लेखेको
सुख नै हुन्छ अर्काको घर कसले छ देखेको ।।

नगर कर हुंदैन भर पराया घरको
छैन नि ठिक जमाना आज विश्वास जगको
चिनेको छैन पराया घर कस्तो छ पाराको
सिधा नै हुन्छ बाहिर देख्दा भित्र के चालको ।।

छोरा र छोरी फरक छैन आजको युगमा
छोराले जस्तै हेर्ने नै छु नि बुडेस कालमा
छोरा र छोरी एउटै हो नि सबैले स्विकार
बदल्नुपर्छ समयसँगै बिस्तारै विचार ।।

7365918889, (chhetrisarswatai@gmail.com)

कविता

# मर्जीपत्र

सरिता समदर्शी
(अम्बियोक, गोरुबथान)

झझल्को लिएर आउँछन् प्रत्येक वर्ष
क्यालेन्डरमा तोकिएका लगनका मितिहरू
कसरी हठात् मुटु चुँडालिन्छ बाआमाको
र उनिन्छ नयाँ सम्बन्ध एक गला धागोमा

साना छँदा आफ्नै चिउँडोमा बुढीऔँलीले
उधिनेर छुटाएको सम्बन्धजस्तै
अनि आफ्नो औँलीमा अर्कैको कान्छी औँली
बाँधेर जोड्न सकेको सम्बन्धजस्तै ...
के जीवन भाँडाकुटी नै हो ?

आफ्नै खौरिएको शिर झुकाई किरिया खाएर
पर बनाएको सम्बन्ध अनि
अर्कैको हत्केलामा
आफ्नो मुटु थमाएर जोडिदिएको सम्बन्ध
आखिर सानो छँदाको उही खेलझैँ छैन र ?

रातो मानौँ रगतले नै लेखिने छन्
प्रत्येक छोरीको इतिहास
हरियो मानौँ जीवनका सबै सपना
हरिया बन्न सकुन् ।

रातो हरियो हुँदै
जीवनका कैयौँ रङहरू चिनाइएको
उही मितिमा तर किन तोकिन्छ
कि यी रङहरूको सम्बन्ध केवल त्यो
पराइ हात र साथ रहेसम्म मात्र हुने छ
प्रिय !
हेर न तिमीले मलाई र मैले तिमीलाई
आफ्नो मानेर हिँडेको नि धेरै भएछ
आज विवाह वार्षिकी रहेछ

रगतले इतिहास लेख्ने अनि
सपनाहरू हरियो बनाउने क्रममा
लागिपरिरहँदा अनायासै
यो हात र साथ छुट्न पुगेछ भने
तिमीले रङ्गहीन हुन नपरे झैँ
मैले नि रङ्गहीन बन्न पर्ने छैन
भन्ने मर्जीपत्र जारी गरिदेऊ न है ।

मेरो अनुपस्थितिमा
तिमीलाई उन्मुक्त छोडिदिए झैँ
तिम्रो अनुपस्थितिमा यो समाज
मेरो पखेटा काट्न र रङ खोस्न
मेरा सामु नआओस् ।

आखिर तिमीलाई थाहा नै छ
मलाई रङहरू धेरै मन पर्छन् ।

9679279926
(samadarshi18@gmail.com)

**धीरकुमार श्रेष्ठबाट लेखिएको नेपाली साहित्याकाशमा हेमचन्द्र पोखरेलको डिजिटल कपी नि:शुल्क पढ्न चाहनुहुन्छ भने dhires@gmail.com मा इमेल गर्नुहुन अनुरोध गर्दछु ।**

कविता

# प्रिय सखी !

प्रिस्किला राई
(सिख्खिम विश्वविद्यालय, गान्तोक, भारत)

जब म–
प्राकृतिक सौन्दर्यलाई निहाल्छु
मलाई असाध्यै याद आउँछ तिम्रो
तिमी र प्रकृतिमा अन्तर पाउँदिनँ म
लाग्छ प्रकृतिको गर्भभित्र छौ
तिमी या तिम्रो सुन्दरताभित्र प्रकृति ।

जब झरना खोला खहरे बगेको देख्छु
तिमीसँगै जिन्दगीभरि
बगिरहूँ लाग्छ मलाई
जब गुराँसहरू तँछाड–मछाड फुलेको देख्छु
तिम्रा रक्तिम ओठहरूले
मलाई चुमेको स्पर्श हुन्छ ।

आकाशमा जब बादलहरू उड्छन्
मेरो मनभित्र तिम्रा यादहरूका पक्षीहरू
मनै ढाकेर उड्ने गर्छन् ।
जब वसन्त लिएर हाँस्छन् प्रकृति
तब तिम्रो आत्मीय शस्त्र पाएर
मलाई संसार जितेको भान हुन्छ ।
कहिलेकाहीँ त जिन्दगीसँग
हारिरहेको लाग्छ आफैलाई
तर जब तिम्रो प्रेमलाई सम्झन्छु नि
म मेरो हारभित्र जितको महसुस हुन्छ ।
जब जिन्दगीको एक्लोपनमा
सबै मदेखि टाडा हुँदा
केवल तिमी मात्र नजिक भएको पाउँछु ।

प्रिय सखी !
प्रकृतिमा भएका प्रायः गुणहरू
तिमीमै देख्ने गर्छु

म जब मेरो वरिपरिको प्रकृति निहाल्छु
जहीँतहीँ तिमी नै तिमी देख्छु
म जहाँ मेरा दुःखहरू भुलाउने गर्छु -
त्यहीँ मेरा खुसीहरू आउने गर्छ सधैँ ।
तिमी नै त मेरो सुखदुःखको साथी
तिमी नै मेरो जिन्दगीको आड
जहाँ म निडरतासित-
शान्तिका साथ जिउन सक्छु।

कविता

# रजस्वला र ऊ

**प्रतिका स्याङ्देन**
**(दलगाउँ, कालेबुङ, भारत)**

जलढक्का आउँदा आउँदै ऊ
जाममा फसिनु हिँडदाहिँडदै
म टक्क अडिनु र जुझ्नु
दुवैका आँखा र लाटो आँखाले नै
बोल्नु खोल्नु प्रेमका भावहरू
यसरी नै बनिसकेको प्रिय हामीलाई
त्यो रेड सिङ्नल ।

मबाट रातो रङ बग्दै गर्दा
ममा जवानीको रातो रङ चड्दै गर्दा
अनि उसको नशालु रातो आँखामा
म डुब्दै गर्दा
यसरी नै बनेको प्रिय हामीलाई
रातो रङ ।

आज अचानक मबाट बन्द भयो
बग्नु र खुम्चेर बस्यौँ पेटमा
मेरो त्यो रातो रङ
तर म चिच्याउन सकिनँ
कसैले गुहार माग्न सकिनँ ।

तर त्यही दिन म उसका लागि बनेको हुँ
खतराको सङ्केत रेड जोन ।

कविता

# तिमीलाई कुनै अधिकार छैन

प्रतीक्षा छेत्री
(वीरपाडा, दुवर्स, भारत)

अब तिमीले छोरी जन्माउँदा
लक्ष्मी र सरस्वतीजस्ती होइन
दुर्गा र कालीजस्ती जन्माउन सक्नुपर्छ ।
नत्र तिमीलाई अधिकार छैन छोरी जन्माउने ।

वासना र तृष्णाले भरिएको संसारमा
लक्ष्मी र सरस्वतीजस्ती छोरी जन्माएर
तिमीले मनोरञ्जनको साधन बनाइदियौ
आफ्नै छातीमाथि ऊ लुटिएको हेरिरह्यौ
न उसको निम्ति आवाज उठाउन सक्यौ
न उसको निम्ति लड्न नै सक्यौ
सक्यौ त बलात्कृत सूचीमा अर्को नाउँ थप्न ।

निर्भया र निर्मलाजस्ती जन्माएर पनि थाकेनौ
कसरी हेर्न सक्छौ सन्तान लुटिएको
लच्छारपछार गरी लुटिँदा पनि ढुङ्गा हुन्छौ
भो अब...
तिम्रो कोखबाट दुर्गा र काली जन्माउनै पर्छ
सक्दैनौ भने तुहाइदेऊ उसलाई गर्भमै
किनकि...
तिमीलाई छोरी जन्माउने अधिकार छैन ।

वासना र तृष्णाले भरिएको यो संसारमा,
“बेटी पढाओ, बेटी बचाओ” होइन
दुर्गा र कालीजस्ती छोरी जन्माऊ
र वासनाकृत पुरुषको संहार गरौँ ।
हो संहार हुनै पर्छ...
तिम्रो न्याय तिमी आफैले गर्न सक्नुपर्छ
तिम्रो कोखबाट दुर्गा र काली जन्मिनै पर्छ ।
नत्र तिमीलाई अधिकार छैन छोरी जन्माउने ।

तिम्रो देशमा तिम्रै सन्तान
स्वतन्त्र हिँड्न सक्दैन भने
तिमीलाई अधिकार छैन
स्वतन्त्रता दिवस मनाउने ।

छोरीचेलीमाथि कुदृष्टि राख्छ भने
तिमीलाई कुनै अधिकार छैन समाजमा बस्ने ।

छोरी लुटिँदा तिमीलाई अधिकार छैन
उसको वस्त्र र स्वतन्त्रतामाथि प्रश्न उठाउने ।

अभिभावकले सन्तानलाई स्पर्शको भिन्नता,
छोरीचेलीमाथिको दृष्टिकोण,
इज्जतको शिक्षा दिन सक्दैन भने
तिमीलाई कुनै अधिकार छैन छोरा जन्माउने ।

कविता

# रातो रङ

मेरिना शर्मा
(जलढक्का, कालेबुङ, भारत)

मलाई थाहा छ तिमीलाई मेरो
रङ मन पर्छ महिनाको पच्चिस दिन
तर त्यही महिनाको पाँच दिन
तिमीलाई मेरो रातो रङ मन पर्दैन ।

जब मलाई रातो रङले मन पराउन थाल्छ
मलाई म मन पर्न थाल्छ
मलाई मेरो रङ मन पर्न थाल्छ,
म तिमीलाई घृणा गर्न थाल्छु
तिमीलाई मन पराउन छाड्छु
जब म सर्वश्री रातो रङमा रङ्गिन्छु
तिमी मलाई अछुत भन्छौ
मेरो रातो रङलाई हेला गर्छौ
हो ठिक त्यही समय मलाई
मभित्रको रातो रङ मन पर्छ
मलाई रातो रङ मन पर्छ ।

कविता

# नदी

मञ्जुला तामाङ सुब्बा
(घुम, दार्जिलिङ, भारत)

अविरल बहन्छे नदी अप्सराझैँ बन्दै
डाँडा कन्दरा पहाड पखेरु घन्काउँदै
नर्तकी आम्रपालीझैँ नाच्छिन्
सुन्दर नदी बगर बगर मस्किँदै
शुद्ध शान्त सुरम्य धरती आकाश दरबारमा
सुरताल भर्छन् मस्त हावाका झोकाहरू
पहाड पर्वत ऋषिमहर्षि
गजधम्म उभेका दर्शकदीर्घामा
मदमस्त नृत्य गर्छिन्
आम्रपाली नदी सङ्गीत लयमा
सुदूर बादलपङ्खाको कुनाबाट
अवलोकन गर्दै छन् सूर्यदेव
आनन्दविभोर बन्दछ
मनोरञ्जनमा सारा प्रकृति वैभव ।

विघ्नबाधाहरू उत्पन्न हुँदै छ
मेरो उपस्थितिले
प्राकृतिक रङ्गमञ्च ध्वस्त हुँदै छ
मेरो अनाहक हल्लाहरूले
वातावरण रुष्ट बन्यो
प्रकृति क्षुब्ध बन्यो हावा आक्रोशित बन्यो
विद्रोहको डरलाग्दो अन्धकार छायो
सूर्यदेव पनि सुइत्त अन्तर्ध्यान भए ।

सृष्टिकर्ताको सर्वश्रेष्ठ रचना
चेतनशील स्वार्थी मान्छे
प्रकृतिमाथि पैताला टेक्ने
अब्बल अहङ्कारी मान्छे
आज म विसर्जक बनी आएँ
मौन छु बगरमा तिम्रो ओर्लेर

'अस्तु' समेटी तिम्रो पवित्र जलधारानेर ।
कठैबरा ! पर पर भाग्छौ किन हो आँखा तरेर
ढोङ मान्छेको आडम्बरलाई देखेर ।

मैले आत्मस्वीकारोक्ति गर्नै पर्छ ।
आत्मग्लानिमा छट्पटिनै पर्छ ।
कहिल्यै आइनँ तिमीलाई सुमसुम्याउन
भ्याउँदैन भ्याइनँ तिम्रो उदारतामा
कृतज्ञता जनाउन
बरु आए
मनोरञ्जन गर्न- फोहोरहरू थुपार्न
तिम्रा मुटुकलेजा लुछ्न गर्भबाट तिम्रा
बिजुलीका तरङ्गहरू उत्पादन गर्न
आध्यात्मिकताको खास्टो ओढी पाप पखाल्न
तिम्रो काखभरि लासहरू जलाउन
सडेगलेकाहरू बगाउन ।

आत्मग्लानिले विह्वल छु
अकृतार्थ बनी निर्निमेष हेरिरहेछु
अविराम तिम्रो गतिमा
अमङ्गलहरू बगाइरहेछु
मेरो आदर्श, आदरणीय, पूज्यनीय, आत्मीय
अस्तु बनी हत्केलामा
अटाएका छन् मात्र अस्तु ।

तिम्रो असिम अनुकम्पा आजपर्यन्त ममाथि
तिमी धीर बनिदियौ,
अक्षुण्ण क्षमाकी कोमल काया
मैले अस्तु विसर्जन गरिरहेँ
अविरल तिम्रो धारमा
ऊ शान्ति मन्त्र जपिरहेँ
शान्त तिम्रो शीतल आँचलमा ।
साना साना छालहरूले
थथ्थपाइरहेँ शान्त्वनाहरू
मन्द मन्द हावाले पुछिरहे आँसुहरू
न्यानो घामको किरणहरूले
अर्पण गरिरहेँ श्रद्धाञ्जलीहरू ।

कविता

# सम्झनामा तिम्रो केही हरफहरू

शीतल थापा
(शेरमाली, गोरूबथान, कालेबुङ)

सुन, यदि अब कुनै बेला
दोबाटोमा टकरायौ भने नि फर्केर नहेर्नू ल
किनकि अब म कमजोर बन्न चाहन्नँ ।
हुनत,
अझ नि देउरालीको मन्दिरनजिकबाट गुज्रदा
यो मन त्यतिकै जोडले धड्किन्छ
जतिको जोडले पहिलोपटक
तिमीलाई त्यहीँ देख्दा धड्केको थियो ।

मन्दिर चढ्ने भऱ्याङमा
तिम्रो हात मेरो हत्केलासित ठोकिँदा
स्पर्श सिधै मनलाई भएको थियो ।
तर त्यही मन आज बाँझो भएको छ
जसले सकेन फेरि फुलाउन
कुनै सपनाहरू कुनै खुसीहरू ।

आज पनि एकान्त रातमा
जूनको वरिपरि सजिएका
ती ताराहरूलाई हेरिरहन्छु
अनि टुट्दै गरेको तारासित
तिम्रो आगमनलाई दाँज्छु
दुवै उस्तै उस्तै लाग्छ
टुटेका ताराजस्तै तिमी पनि
क्षणभरको निम्ति आएको थियौ नि
सुन्दर बनी ।
अनि सोच्छु, सायद खुसी हुनु भनेको
साथ रहनु मात्र हैन रहेछ ।

हाम्रो अन्तिम भेटमा तिमीले
मलाई सरक्क अँगालो हाल्दा
मन त थियो नि
तिमीलाई मेरा यी दुई पाखुराबिच
सधैँभरि समेटेर राखूँ

तर अफसोस,
तिमी रूक्न चाहेनौ अनि मैले रोक्न सकिनँ ।
हो, यसको तितो आभास भइरहन्छ कि
तिम्रो र मेरो सम्बन्ध पनि
घाम र जूनको जस्तो भइरहेछ
एउटै छतमुनि पनि मिलन हुन नसक्ने ।

इच्छा त थियो नि
तिमी जून बन्दा म रात बनिदिने
तिमी रात बन्दा म तारा बनिदिने
तर अफसोस,
तिमी रूक्न चाहेनौ अनि मैले रोक्न सकिनँ ।

हेर यदि तिमी आउन चाहन्नौ भने
फर्केर नहेर दोबाटोमा
किनकि अब म कमजोर बन्न चाहन्नँ
तर यदि तिमी आउँछौ भने
बाँधजस्तै भएको छ यो मुटु
तिम्रो मायाको खोलाले बगाइदेऊ न ।

भनिन्छ, उत्तर नपाइन्जेल प्रश्न ताजा रहन्छ
मेरो पनि प्रश्न अझै ताजै छ
तर लाग्छ सायद तिमीले मलाई गर्ने माया पो
अचेल बासी भइसकेछ कि ?

पहिला यो सेतो आँखाभित्रको कालो नानीले
संसार नै रङ्गीविरङ्गी देख्थ्यो
तिमी गएदेखि आँखा रातो भएको छ
अनि जिन्दगी बेरङ देख्न थालिएको छ ।
तिम्रो आगमनले, तिम्रो सामीप्यले
अब म आफैलाई कमजोर बनाउन चाहन्नँ
त्यसैले दोबाटोमा यदि अब टकरायौ भने
फर्केर नहेर्नू ल ।

(sitalthapa053@gmail.com

कविता

# आह्वान

आरती ठकुरी
(अप्पर लिङ्सेबुङ, रिम्बिक)

ब्रह्माण्ड छातीमा बोकेर
हिँड्ने ओ नारी !
तिम्रो स्वतन्त्रता
तिमीबाट नै आरम्भ हुन्छ ।

विचारका पखेटालाई फुक्का छाडिदेऊ
मस्तिष्कमा जन्माएका
संस्कारका साङ्ला आफै चुट्टिने छन्
खुक्लिँदै जाने छन् न्याय माग्ने डोरीहरू ।
बस्
तिमी,
तिमीभित्र
अर्को तिमी जन्माउन सक
जहाँ कठोरताभित्र सरलता बाँचेको होस्
क्रान्तिभित्र शान्ति बाँचेको होस्
रणभूमिमा रगत होइन
गङ्गा बगाउन सक्ने क्षमता बाँचेको होस् ।

ओ लक्ष्मीबाई ! ओ रजिया !
जन्माउन आँट अनि साहसहरू,
थुप्रै निरा आर्यहरूले
गुमाउन नपरून् आफ्ना स्तन
बन्न नपरोस्
स्वदेशका निम्ति लड्ने मन देशद्रोही ।
बचाउन थुप्रै रिया र निर्भयाहरू
जोगाउन सकौँ
तिमी अनि म बनिने थुप्रै थुप्रै भ्रूणहरू ।

ओ कल्पना ! ओ टेरेसा !
जन्माउन निर्भीक चेतना र आत्मविश्वास
सिकाऊ न आकाशलाई उधिनेर उड्न
थुप्रै आयशाहरूलाई,
नुहाउन नपरोस् ज्यान नदीले ।
सिकाइदेऊ न
आफूभित्र जन्माउन
शान्ति अनि स्वतन्त्रता ।
जन्मिउन् नाइटिङ्गेलहरू
अनि रहर गरून्
सबै बन्न हेलेन केलर ।

ओ एन्नी !
हटाइदेऊ फाँसीको कानुन,
निर्माण गर एउटा फौज
जसले रोपिदिउन् आत्मचेतनाका बीज
थुप्रै सबनमका कोषिकाहरूमा ।

नारा लगाउन-
घुम्टो अनि बुर्का ओढेरै आऊ,
तिमी स्वतन्त्र छौ ।
निर्जीव सँघारलाई
नाघेर, टेकेर
अनि
अँगालेरै आऊ,
तिमी स्वतन्त्र छौ ।
तिमीभित्र बाँचेका हरेक थोक स्वतन्त्र छन् ।
स्वतन्त्रता- जिन्दावाद, स्वतन्त्रता-जिन्दावाद ।

7719209251
(aratithakuri2019@gmail.com)

कविता

# गौँथली

वसन्ती शर्मा
(कालिम्पोङ)

सौम्य, सुरम्य, सुन्दर, सज्य
सरल, सुशील, सुललित, सभ्य
कसैले भरखर अपलोड गरेको
फोटोचित्र फेसबुकमा हेरेको हेरेकै भई
आज गौँथली हातमा लिएर फोन
बेसुध, बेयाद, बेथाहा !

अचानक फुत्त आयो लात कम्मरमा
ऐया ! भनेर यसो नजर उठाई र हेरी
देखी धेरै नजिक उभिएको आकृति
त्यसै चित्रको प्राकृतिक स्वरूप विचित्र
पूर्ण आक्रोशमा बोल्यो क्रियात्मक भाषा
नि:शब्द लवजमा
यति बेलासम्म फोनै हेरिरहेकी छस् ?

विस्फारित नेत्र पहिले
झऱ्यो त्यसैबाट सागर अहिले
फुट्यो गौँथलीको पानी भर्ने गाग्रो
पोखियो पानी छताछुल्ल
तर गौँथली माइत गइन !!

गौँथली माइत गइन
त्यसैले देखेन चामेलाई कसैले
न कोकलेले देख्यो
न जुठे दाइका जोडीले देखे
न सासूससुराले भेटे
न तिमीले र मैले नै ।

कति साहसी, कति श्लील र
कति शक्तिशाली नि गौँथली !

हेर्दै थिई त्यसअघि गौँथली चित्र
फोनको पर्दामा सुन्दै थिई केही अघि
तालिवानको कथा विचित्र फेसबुकमा
अनौठो अचम्मको खबर

आदिम युगको व्यथालु र बिखालु समय
फेरि फन्को मारेर फर्किने भो
हरएक अफगानीको घरभित्र
कोरोना कहरमा विश्व स्मल्लिरहेका बेला
अफगानिस्तानमा तालिवानी हुकुम फरमान
आइमाईहरू आजीवन घरकारावासमा रहनू
युवतीहरू घरबाहिर नजानू
गए कुनै मरद लिएर मात्र जानू
आइमाईहरू कमाइ नगर्नू, बुर्कामा बस्नू
घरबाहिर नाच्नु त होइन हाँस्दै नहाँस्नू
स्कुल, कलेज, कार्यालय बन्द काम बन्द
अफगानी छोरीबुहारीको
हुर्मत लिने खबरको छैन कतै अन्त ।

एकै गाँस बनाउने भयो तालिबानी शासनले
स्त्री शिक्षा स्त्री स्वतन्त्रता
सभ्यता र वर्षौंको संस्कार
छिन्ने भयो एकाएक गहनापातको रहर
शृङ्गार संसाधनको सहर सर्वत्र
जहर जहर जहर अनि जहर
यस्तै यस्तै हेरी सुनी गौँथलीले फोनमा
घर बसी बसी पढी फेसबुकमा
घर बसी बसी पर्दा सर्दै गयो
दृश्य फेरिँदै गए फेसबुकमा
देखा पऱ्यो भव्य तस्बिर चामेको
'नारी सर्वत्र पूज्यते'
स्ट्याटसभित्रको सुन्दर चित्र
सौम्य, सुरम्य, सज्य
सरल, सुललित, सभ्य
स्वच्छ र पवित्र अनि ?
गौँथली हराई फेरि गुँडभित्र !

(basantisharma59@gmail.com)

कविता

# म चियाबारी

नम्रता शर्मा
(गिंग लेडेनला हट्टा लेबोङ्ग, दार्जिलिङ)

म चियाबारी
कविताहरूमा लेखिन्छु
कथाको शीर्षकमा देखिन्छु
भित्तामा पोस्टर भएर टाँसिन्छु
पत्रिकाको प्रथम पृष्ठमा
खास खबर भएर छापिन्छु ।

म चियाबारी,
मजदुरको पसिनाले
गर्मीमा नुहाउँछु
हत्केलाका ठेला थामी
हिउँदो बिताउँछु ।

मजदुरकै नङका खियाहरूले
रङ भर्छन् मेरो पत्तामा
उसकै नसाका रगतहरूले
प्यास मेटाउँछन् तिर्खामा
मजदुरकै रातो रगत
मजदुरकै तातो पसिना,
मेरो नामको छाप टाली
बेचिन्छन् विश्व बजारमा ।

कति दाम पाउँछन् मजदुरले
के थाह व्यापारको बजारलाई,
शोषणको उही मोलतोलमा
बेचिन्छु म चियाबारी ।

दाम मेरो ठुलो नाम मेरो ठुलो
तर काम ठुलो हुने मजदुरलाई
गन्दै नगन्ने म चियाबारी ।
घाँटीमा गाँस च्यापेर
फिका चियाको घुट्कोले
घाँटी रसाउने मजदुरको,
तिर्खा मेट्न नसक्ने,
म कस्तो चियाबारी ?

हरियो मुनालाई निमोठ्दै
परिवारको सपना टिपेर,
सुन्दर महल भविष्यको
कल्पनाले खिपेर ।

बोनसले छानो टाल्ने,
र एकसरो कपडा हाल्ने,
मजदुरको त्यो भावनामा
आँखा चिम्लिने
निष्ठुर म चियाबारी ।

उसैको मेहनतमा म
बरर मौलाउँछु,
उसैको नङ्ग्रा लुछी लुछी,
म हरियो मुना पलाउँछु ।

उसैको जीवन
मेरो बन्दगी,
छाती फुट्छ उसको,
चम्किन्छ मेरो जिन्दगी
म नाम कमाउँछु,
उसको ज्यान खिएर
उसको जीवन सिद्धिन्छ,
मेरै सेवामा घोटिएर ।

तर निर्मोही म कति हो,
फगत एक थोपा पसिनाको पनि,
सही मूल्य दिनु नसक्ने,
पाषाण म कस्तो चियाबारी ।

(9733391046)
(sharmanamrata833@gmail.com)

कविता

# मन लाग्यो

पद्मा शर्मा आँचल
(कालचिनी, गोरेलाइन, पिन ७३५२१७)

अग्निपरीक्षा दिने
अनि धरतीमा समाउने
सीताजीको कथा होइन
आज मलाई
रामजीको
विवशता र पीडा
सुनाउन मन लाग्यो ।

मर्यादा पुरुषोत्तमको
रामराज्यको वैभव
अनि कर्तव्य होइन
आज मलाई त्यो
मर्यादापालनको
उत्पीडन अनि वेदना
बताउन मन लाग्यो ।

खुसी छन् प्रजा कति
अनि राजाको त्याग छ कति
प्रजाको खुसी होइन
आज मलाई
राजाको त्याग र बलिदान
देखाउन मन लाग्यो ।

लाचार हुन्छन् कति
वीर पुरुषहरू यहाँ
नारीको चरित्रहत्या गर्ने
दुर्योधन र दुःशासन
हुन्छन् जहाँ
तर आज मलाई
त्यो कुकर्मबिचमा
नारीको सम्मान मात्र होइन
त्यस सभामा
लुटिएको सम्मानभित्र
विवश छटपटिएको
भीष्म प्रतिज्ञा
देखाउन मन लाग्यो ।

विछोडको वेदना हुन्छ कति
नसोध कौशल्यालाई
पत्थर भई बसेकी हेर
ती सती अहिल्यालाई
तर आज मलाई
कौशल्या र अहिल्याको
कथा होइन
सेवक बनेर देश चलाउने
महान् भरतको कथा
लेख्न मन लाग्यो ।

इतिहासले लेखेको
धरती आकाशले देखेको
त्यो पुत्र मोहीको अन्याय
पापीको कालो अन्नभित्र
लुकेर बसेको त्यो
लाचार न्याय असहाय
सबै सबै नै आज मलाई
आँसुको धारा बनाई
यो वर्तमानमा
बगाउन मन लाग्यो ।

(padma.ghimire78@gmail.com)

# बौलाही

स्मिता सोताङ
(जलढक्का, परेङ, कालेबुङ, भारत)

बौलाही म, वर्षौंदेखि बौलाइरहेकी
भान्साकोठाले तर्साइरहने लाखेस्
प्रतिकार र प्रश्नविहीन मौन हाँसिरहेकी ।

हुर्किंदो छोराछोरीको बैंससँगै मेटिंदो जवानी ।
लोग्नेले कोरिदिएको सिउँदो र सन्देहसँघार,
घेराभित्र निसङ्कोच,
निसन्देह बाँचिरहेकी म बौलाही ।

तरङ्गित धुँगरूको विरही गीतसँग
स्वस्फूर्त नाच्न सक्छु म
चुरीको मुटु चुडिने भाकामा
भाका मिलाएर गाउन सक्छु म
अगुल्टाका झिल्कामा बल्न र पस्कन सक्छु
थाल थालमा आफ्नै सपनाको स्वाद ।
जिन्दगीको भागबन्डामा परेको मेरो भाग
कर्तव्यपरायण बाँचिरहेकी म बौलाही ।

आमा हुँ,
दिनभरिको थकान साँझ बिर्सिन सक्छु ।
सन्चोबिसन्चो बिस्तरासम्म सीमित छन्
किनकि, स्वास्नी हुँ बुहारी हुँ !
सखारै पुछिदिन सक्छु
भान्साकोठाको भुइँसँगै आमाको सम्झना ।
यति बेला समेत बेपरवाह बाँचिदिन सक्ने
क्षमतावान् म बौलाही ।

मैले गर्न नसकेको के नै छ र त्यस्तो ?
वर्षौंदेखि, उर्लिरहेको मुटुभित्रको आँधीलाई
थमथमाउन सक्छु ।
वर्षौंदेखि फड्फडाउने प्रतीक्षामा रहेको
ओठको रिदमलाई लगाम लगाउन सक्छु
मेरो आँखा पढ्न सक्ने
आमालाई लुकाउन सक्छु आँखाको कथा
मैले सहन नसकेको के नै छ र ?
जिन्दगीका पिरमर्का मानसिक पीडासँगै मुछेर
सबै अपरिभाषित कर्महरू जहिल्यै,
कहिल्यै नदुख्ने हुँ म बौलाही ।

सिउँदोमा कोरिएको एक धर्सा रङ,
हातकेलामा कुँदिएको नामभन्दा गाढा
किन हुनै सकेन ?
जिन्दगीका रङ्गीन अनुभूतिहरू ?
तिमीले फुकिरहने चुरोटको धुवाँजस्तो
आजाद किन छैन ?
गुम्सिरहेको भान्साकोठाको धुवाँको लस्को ?

सडकजस्तो फराकिलो किन छैन ?
मैले हिंड्ने ढुङ्गे बाटो ?
प्रश्नहरूबिच निरूत्तर उभिरहेकी म
भान्साकोठादेखि बिस्तरासम्मको
यात्रामा धमिलिंदै गइरहेको अस्तित्व
स्वगौरव गौरवहीन बाँचिरहेकी म बौलाही
विवश, बेनाम जिन्दगी ।

बौलाही म, कुनै बेला बौलाउन सक्छु
मुटुभित्र लुकाएको सुषुप्त ज्वालामुखीजस्तो
यसपटक, होसहवासमै घचेट्न सक्छु
थरथराइरहेको औंलीहरूलाई,
जो जहिले मेरै निम्ति मात्र उठ्छन्
युगौं बन्द ढोकाको छिड्केनी खोल्न सक्छु
फोस्रो परम्पराको आदिम सँघार नाघ्न सक्छु
र उभिन सक्छु आफ्नै युगको हात समाएर
इतिहासकै एक अब्बल पात्रा ।

के स्विकार्य छ मेरो साँचो बौलाहीपन
अथवा यो संहार तिमीलाई ?

कविता

# अछुद म

उपासना भुजेल
(बाग्राकोट, डुवर्स, भारत)

त्यो रात
मलाई स्पष्ट थाहा छ
मेरो निलो कपडामा
कालो इस्पट परेको
जसलाई देखी मेरी आमाको
उज्यालो अनुहारलाई
कालो रातले कप्लक्क निलेको
म भने अनभिज्ञ थिएँ
र अचम्भ पनि ।

मलाई देवी ठान्ने मेरी आमुईले
खै किन हो
ममा अछुद देख्न थालिन्
र त्यो कालो रातको कालो अन्धकारमा
अन्धी भई मेरी आमा र आमुईले
मलाई एउटा कालो कोठामा
उताको पाँच दिन त्यो कोठाबाट
ननिक्लने हुकुम सुनाए
म स्तब्ध !

मलाई मभन्दा बेसी बुझ्ने
मेरी आमाको मौनताले
मलाई त्यो रातको अन्धकारमा
अन्धविश्वासको विष पिलायो
आमा र आमुइ दुवैलाई
भलिभाति सबै थाहा थियो
ममा भने
अन्धविश्वास पटक्क अटाउँदैन
बाबाको कहानी नसुनी निद्रा आउँदैन ।

तर त्यो रात भने
मेरो जीवन परिवर्तनको चक्रमा
पिसिएर परिवर्तन नै भयो
रजस्वलाको त्यो रातो रङ र गन्धले
म मेरो शरीर र त्यो कालो कोठा
दिक्क मानिरहेको थियो ।

तर त्यो अन्धकार अँधेरीमा
धिब्रीकै उज्यालो लिएर भए तापनि
मेरो बाबा मकहाँ आइपुग्दा नपुग्दा
आमैको तिखो स्वरले
बाबा स्तब्ध !!!

सायद बाबालाई पनि आमैले
अन्धविश्वासको विष पिलाइन् कि कसो
मैले त्यस उप्रान्त
कहिले त्यो कालो अँधेरीमा
बाबा आएको देखिनँ
आज पनि महिनामा एकपल्ट त्यो कालो
अँधेरी कोठासँग भेट हुन्छ
अनि
ऊ, म र हामी आफ्नो दुःख पोख्छौँ ।

ऊ भन्छ
राजस्वलाको त्यो रातो रङ र गन्ध
उसलाई धेरै मन पर्छ रे
ऊ भन्ने गर्छे
त्यो त तपस्या हो
यो धर्तीको सर्जक बन्नलाई
र म प्रश्न गर्छु !
कसैको तपस्या
कसैको विश्वास
कसरी अन्धो हुन सक्छ
जसको विना
तिमी, म र हाम्रो सृष्टि हुन नसक्ने
त्यो
कसरी अछुद हुन सक्छ ?

# खोप लगाऔँ सुरक्षित रहौँ
# खोप लगाएपछि पनि,

- मास्कको नियमित प्रयोग गरौँ
- अत्यावश्यक परे मात्र बाहिर निस्कौँ,
- भिडभाडबाट बचौँ,
- कसैलाई भेट्नैपर्दा दुई मिटरको दूरी कायम गरौँ,
- साबुनपानीले हात धोऔँ,
- साबुनपानी उपलब्ध नभए स्यानिटाइजरको प्रयोग गरौँ,
- शङ्का लागे तुरुन्त स्वास्थ्य परीक्षण गराऔँ ।

**नेपाल सरकार**

**विज्ञापन बोर्ड**

जि.प्र.का. द.नं. ८२/२०५८/५९, गो.हु.का. द.नं. १३/२०७३/७४

## विशिष्ट र आजीवन सदस्यताका लागि अनुरोध

'शब्दाङ्कुर' २०५८ सालदेखि हालसम्म एक अङ्क पनि नटुटाई मासिक रूपमा निरन्तर प्रकाशित हुँदै आएको छ । वर्तमान परिवेशमा यसलाई स्थायित्व प्रदान गरी स्तरीकृत गर्नुपर्ने आवश्यकता महसुस गरिएको छ । यसका लागि यहाँहरूसमक्ष विशिष्ट र आजीवन सदस्यताको प्रस्ताव गरिएको छ । विशिष्ट र आजीवन सदस्यतामार्फत प्राप्त रकमलाई अक्षय कोषका रूपमा राखी उत्पादनमूलक कार्यमा लगानी गरिने छ । लगानीबाट प्राप्त रकम शब्दाङ्कुरको स्तरवृद्धि एवम् स्थायित्व प्रदान गर्ने कार्यमा खर्च गरिने छ । यसका लागि यस मासिकको नाममा प्रभु बैङ्क लिमिटेड (Prabhu Bank Limited) मा Account Name : SABDANKUR SAHITYPRADHA MASIK र Account Number : 0010003056000011 को खाता खोलिएको छ । नेपाल, भारत अथवा विदेशको कुनै पनि ठाउँबाट प्रभु बैङ्क लिमिटेडको उक्त Account Name र Account Number मा रकम जम्मा गरी यस पत्रिकाको विशिष्ट र आजीवन सदस्य बनेर योगदान गर्न सक्नुहुन्छ । विशिष्ट र आजीवन सदस्यता फारम हामीबाट इमेलमार्फत प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ । हुलाकमार्फत पत्रिका उपलब्ध गराइने भएकोले कृपया पत्राचार गर्ने ठेगाना प्रस्ट लेख्न र ठेगाना परिवर्तन भएमा तत्काल जुनसुकै माध्यमबाट खबर गर्नुहुन अनुरोध छ । समयमा पत्रिका प्राप्त नभएको जानकारी जुनसुकै माध्यमबाट प्राप्त भएमा पुनः पठाइने प्रतिबद्धता समेत व्यक्त गर्दछौँ । नेपाली भाषा, साहित्य, कला र संस्कृतिको श्रीवृद्धिमा तपाईंले प्रदान गर्नुभएको अमूल्य योगदानका लागि हार्दिक धन्यवाद ।

| | | |
|---|---|---|
| **विशिष्ट सदस्यता शुल्क**: | नेपाल (नेरू) र भारतमा (भारू) | १०,०००।- |
| | संस्थागत र अन्य मुलुक नेरू | २०,०००।- |
| **आजीवन सदस्यता शुल्क** : | नेपाल (नेरू) र भारतमा (भारू) | ५,०००।- |
| | संस्थागत अन्य मुलुकमा रु | १०,०००।- |