मीना

(चित्रकथा)

साथीहरूलाई मद्दत गरौं



unicef

विश्व संरक्षण समूह
संरक्षण समूह नेपाल

नेपाल सरकार
महिला, बालबालिका तथा समाज कल्याण मन्त्रालय
महिला तथा बालबालिका विभाग

साथीहरूलाई मद्दत गरौं



मीना एक हँसिली बालिका हुन् । उनी आफ्ना बाबुआमा, हजुरआमा, भाई राजु र बहिनी रानीसँग बस्छिन् । मीना तिमीहरु जस्तै सानी बालिका हुन् । तर पनि केही कुराहरूमा अरू भन्दा फरक छिन् । उनी सबैसँग मित्रता राख्छिन् । आफूले नजानेको प्रश्न जोकोहीलाई निर्धक्क सोध्छिन् । मीना इमान्दार छिन् र अरूप्रति पनि ध्यान राख्छिन् । उनी आफ्ना समस्या आफैं समाधान गर्न खोज्छिन् र आफ्ना साथी तथा परिवारका समस्याहरूलाई पनि समाधान गर्न मद्दत गर्छिन् ।

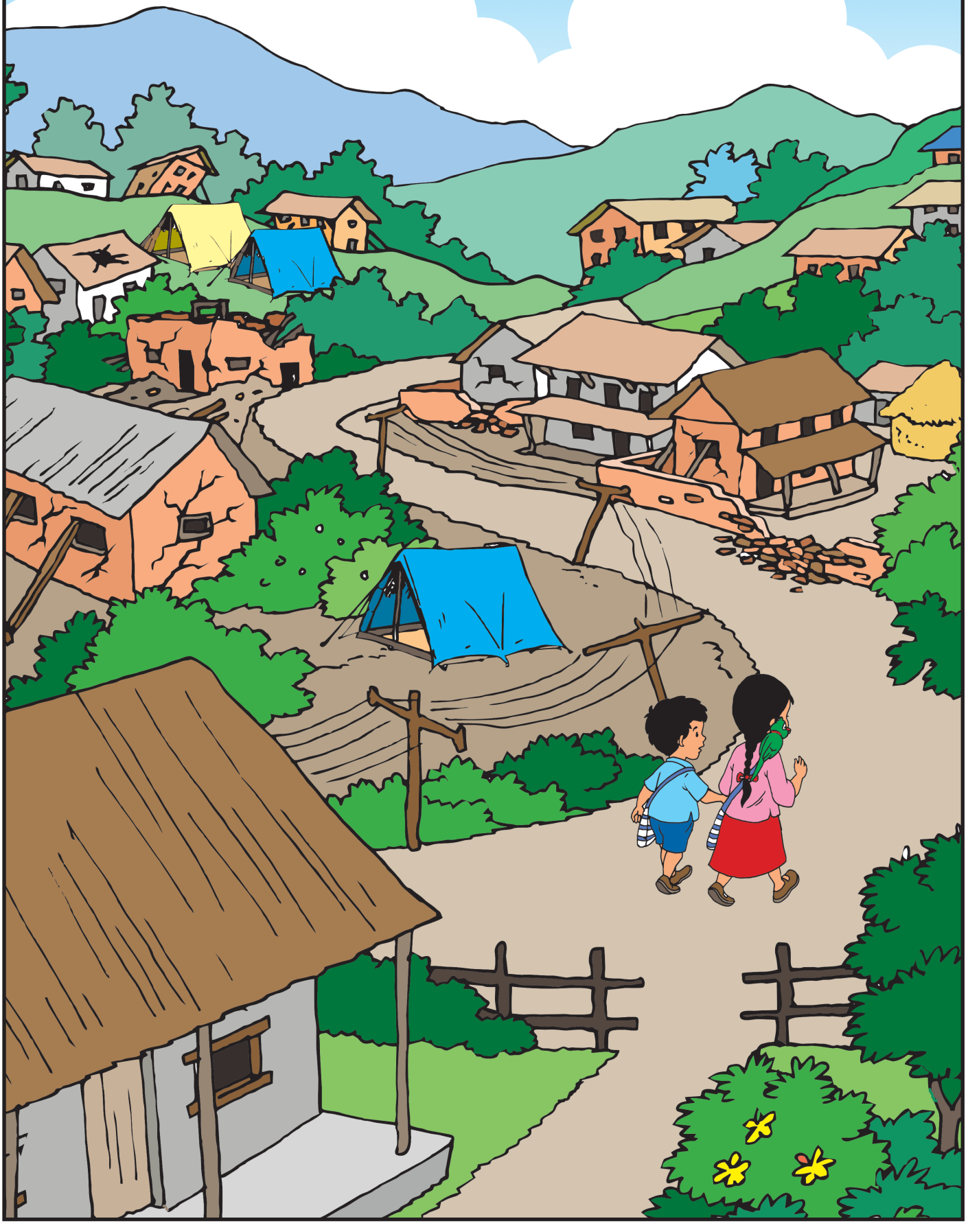
यस कथामा मीना र उनका साथीहरूले विपद्का कारण हुने तनावलाई कसरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा सिक्दै छन् ।

सर्वाधिकार: युनिसेफ

अवधारणा तथा कथा: प्रकाश आचार्य

चित्र: राजुबाबु शाक्य (शारब)

मीनाको गाउँ पहिला साह्रै रमाइलो थियो । सबैजना मिलीजुली बिद्यालय जाने अनि खेल्ने गर्दथे । तर अहिले एकदमै उराठ लाग्दो र नरमाइलो भएको छ । हालै गएको भूकम्पका कारण गाँउ तहस नहस भएको छ । धेरै दिनपछि मीना र उनको भाइ राजु गाउँमा घुम्दै छन् ।




बाटोमा कमला र उनको भाइ रामसँग उनीहरूको भेट हुन्छ । कमला र मीना एउटै कक्षामा पढ्छन् ।
ओहो कमला ! राम कति ठूलो भुईंचालो गयो है । साँचि तिमीहरु त ठिक छौं !
ठिकै छौं ...


मीनाले अवलोकन गरिरहेकी थिइन्– कमलाको भाइ राम अरुबेलाको जस्तो व्यवहार गरीरहेको छैन । ऊ एकदमै डराएको जस्तो देखिन्थ्यो ।
तिमी त ठिक छौ नि राम ?
!?


राम ! तिमी ठिक छौ ?
हँ !


!?
हेर न मीना ! भुकम्प गए देखि रामलाई के भयो के ? एकछिन पनि एक्लै बस्न मान्दैन, खाली टोलाउने, कसैले ठूलो स्वरमा बोलेमा आत्तिने गर्छ ! के गर्ने होला ?


ए हो र ?


तिमीलाई थाहा छ कमला, पल्लो घरको रमा मिसलाई यसको बारेमा धेरै थाहा छ । उहाँ बालबालिकाको लागि काम गर्नुहुन्छ । जाउँ हिँड उहाँलाई भेट्न ।
अँ हो त नि ! हुन्छ हुन्छ जाउँ । हिँड ।
ओहो ! कमला मीना तिमीहरु !
हो मिस, हामी तपाईंलाई भेट्न आएको !
ए हो र ? ल आऊ यता बस । भन, के पऱ्यो त्यस्तो ?
हेर्नुस् न मिस ! रामलाई भुकम्प गएदेखि के भयो के, भिन्नै भएको छ । एकछिन पनि एक्लै बस्न मान्दैन, खाली टोलाइरहन्छ, कसैले ठूलो स्वरमा बोल्यो भने त कस्तो अत्तालिन्छ ।
ए ! यस्तो पो भएको छ । हेर कमला, यो भनेको मनको समस्या हो । ठूलो भुकम्प गएको कारण रामलाई यस्तो समस्या भएको हो ।


यस्तो अवस्थामा यी समस्याहरु देखिनु भनेको त स्वभाविक हो नि । अब हामीले उसका मनका कुराहरु बुझ्ने, कुरा सुन्ने र सँगै बस्ने गर्नुपर्छ ।
ल हिँड न त रामसँगै कुरा गर्न जाऔ ।
ल हिँड !
राम ! ए राम !
हऽऽजुर !
किन डराएको त्यसरी, के भयो तिमीलाई ?
केही पनि भएको छैन मिस ...
अनि के गर्दै छौ त राम ?
त्यत्तिकै बसीराखेको ...
राम ! रमा मिसलाई तिमी आफ्नो कुरा खुलेर भन्न सक्छौं । बालबालिकाको बारेमा उहाँलाई राम्रो ज्ञान छ । संकोच नमान ।



अब त बिद्यालय पनि खुलेको छ । मीना, रमिला, राजु, कमला र राम सबैजना विद्यालय जाँदै छन् । विद्यालय गए पनि उनीहरूलाई पढ्न त्यति मन छैन । विद्यालय भत्किएकोले अस्थायी विद्यालयमा पढ्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

लामो समयपछि विद्यालय खुलेको र भूकम्पका कारणले पनि बिद्यार्थीहरू पढ्नको लागि त्यति तयार नभएकोले पढाईभन्दा पनि अतिरिक्त क्रियाकलापलाई जोड दिएको छ ।





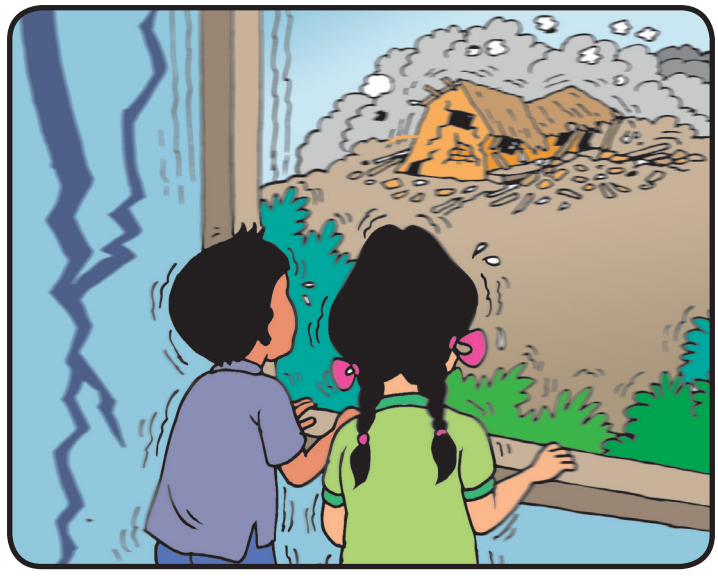

त्यसैगरी रमिलाको कक्षामा पनि सबै विद्यार्थीहरू नाटक गर्ने तयारीमा जुटेका छन् । रमिलालाई भने भाग लिन खासै इच्छा छैन । उनी टोलाएर माथितिर हेरीरहेकी छिन् । शिक्षिकाले उनलाई याद गरिरहेकी छन् ।
!?
!?
नाटक


मीनाले पनि यो कुरा याद गरिरहेकी हुन्छिन् ।
!?

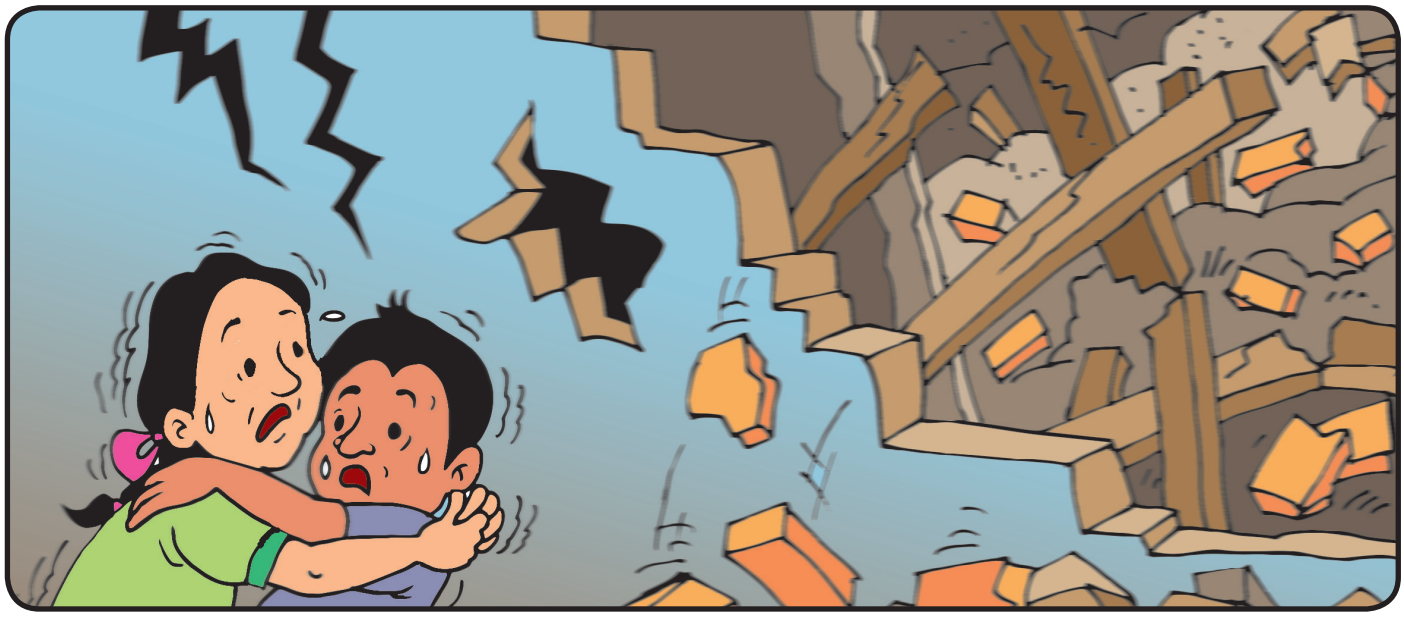

दुःख वा चिन्ता परेको बेलामा डर लाग्नु, निन्द्रा नलाग्नु स्वभाविक हो । अहिले तिमीहरूजस्तै अरू धेरैजना साथीहरूलाई पनि त्यस्तै दुःख छ ।


हो नि मिस ! मलाई पनि कस्तो गाह्रो भएको थियो ।
अँ रमेश ! तिमी भन त, के भएको थियो ?

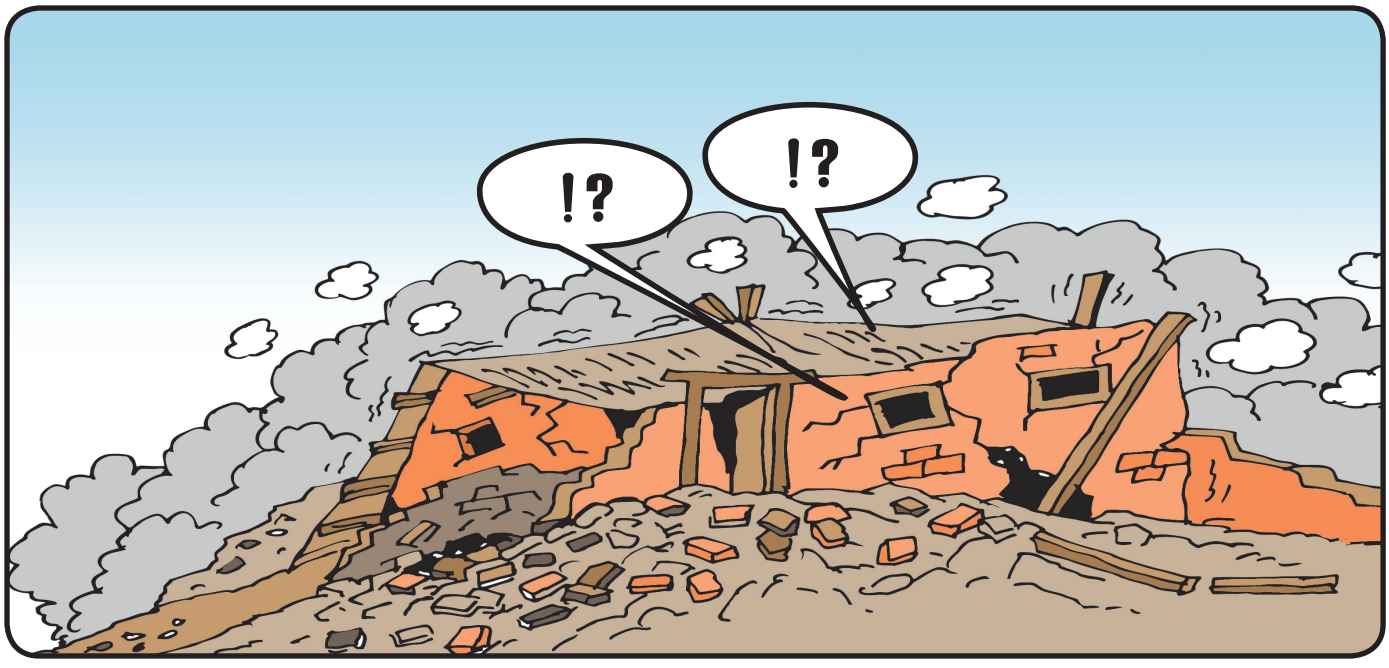


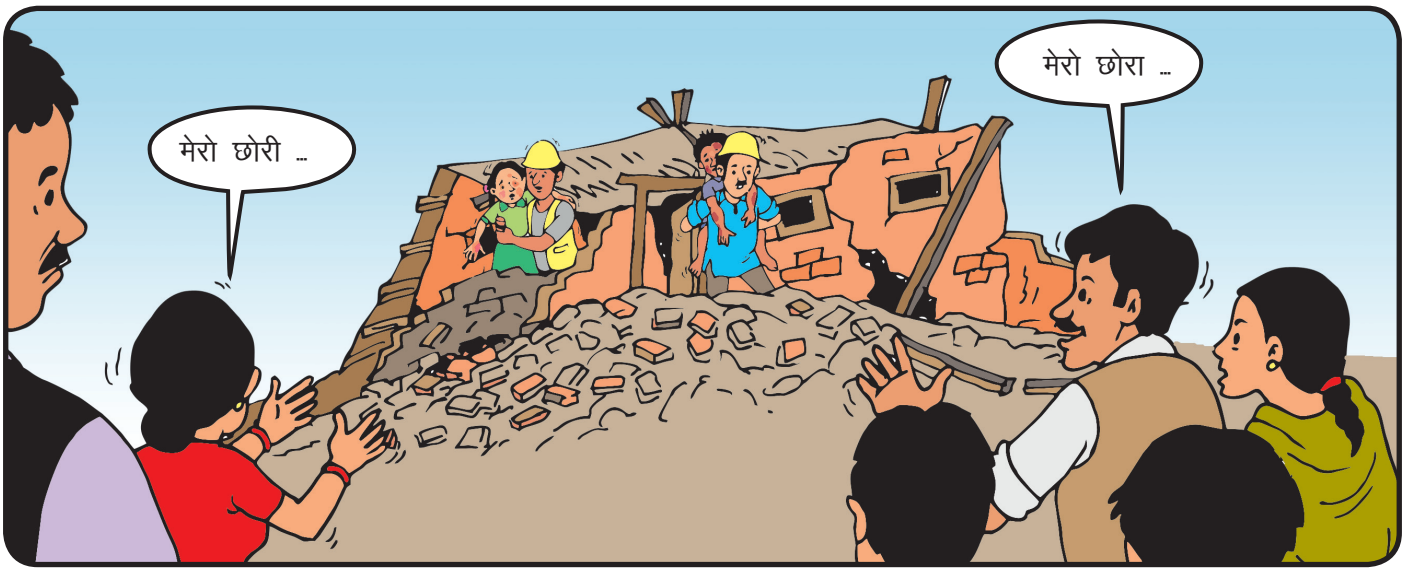


आमा बुवा खेतमा जानुभएको थियो । म दिदीसँग घरभित्र खेल्दै थिएँ । अचानक खाट हल्लियो अनि दिदी र म झसङ्ग भयौं । भ्यालनजिक पुग्दा दिपक काका र सरोज मामाको घर भत्किएको देख्यौं ।



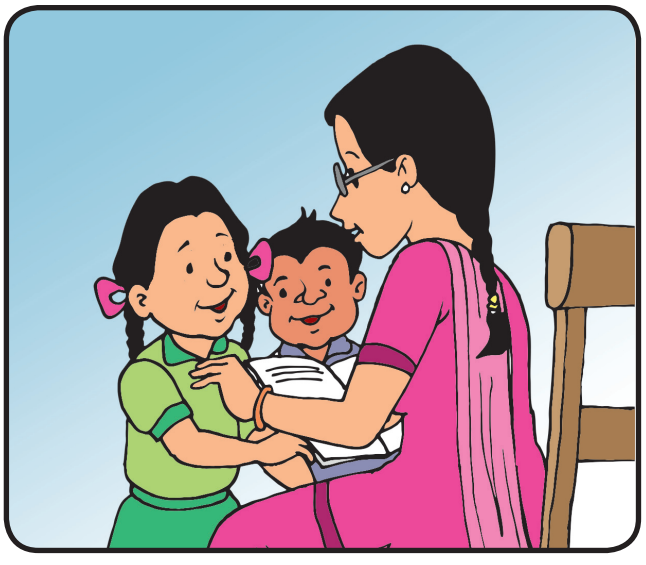
त्यो देखेर हामी दुवैजना आत्तिएर चिच्याउन थाल्यौं र यसो बाहिर मात्र के जान लागेको थियौं । हाम्रो घर पनि भत्कियो र भत्केको ढुङ्गामाटोले हामीलाई पुऱ्यो ।

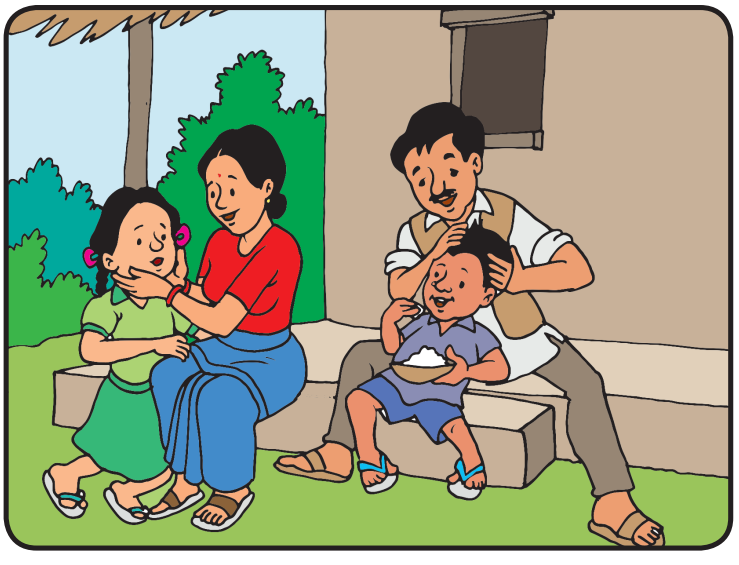




बेलुका भएपछि मात्र उद्धारकर्मीहरु आए र उनीहरूले हाम्रो उद्धार गरे । भित्र च्यापिएकोले म त निकै निस्सिाएँ अनि डराएँ पनि । धेरैबेर च्यापिएर बस्नुपरेकोले हामी दुवैजनालाई धेरै ठाउँमा चोटपटक लाग्यो ।







तर हाम्रो आमाबुवाले हाम्रो कुरा सुनिदिने, सँगै बस्ने, खाना आफैंले फकाई फकाई खुवाउने, निदाउन सहयोग गर्ने गर्नुभयो । आमाबुवाबाट सुरक्षाको अनुभुति पाएर बिस्तारै मलाई सजिलो हुन थाल्यो र अहिले म ठिक भएको छु ।


मलाई त अहिले केही समस्या छैन । बिस्तारै म स्कुलमा रमाउन थालेको छु ।
त्यसैले त भनिन्छ नि आफ्ना कुराहरु, समस्याहरु अरूलाई भनेमा हल्का महशुस हुन्छ भनेर ...
तिमीलाई ठिक हुन मलाई जस्तै केही समय लाग्ला राम, तर हामी सबैजना मिलेर तिमीलाई सघाउँछौं ।
मलाई पनि त्यस्तै भएको थियो ।
रूपाको कथा
मेरै अगाडि मेरो काकाको छोरी रूपालाई घर भत्किएर थिच्यो । मेरो अगाडि जुन बेला पनि उसलाई घरले थिचेको दृश्य मात्र आईरहन्थ्यो । म त सुत्नै सक्दिन थिएँ । झसङ्ग झसङ्ग भएर उठिरहन्थें ।


अझ काकाकाकीको बिलौनाले त मलाई निकै तनाव भयो । के गर्नु अब उनी कहिल्यै फर्केर आउन्नन् !
मलाई परेको सबै समस्या मिसलाई सुनाए । मिससँग कुरा गरेर मेरो मन हल्का भयो । मिसले मेरो आमाबुवासँग पनि कुरा गर्नुभयो ।


हामी तिम्रो भावना बुझ्छौं । हाम्रो गाउँमा त्यस्तै समस्या भएका थुप्रै मानिसहरु छन् ।
तिमीलाई पनि हामी सबै मिलेर सहयोग गर्छौं ।


केही दिन पछि रमा मिस कमला र रामको घर जान्छिन् ।

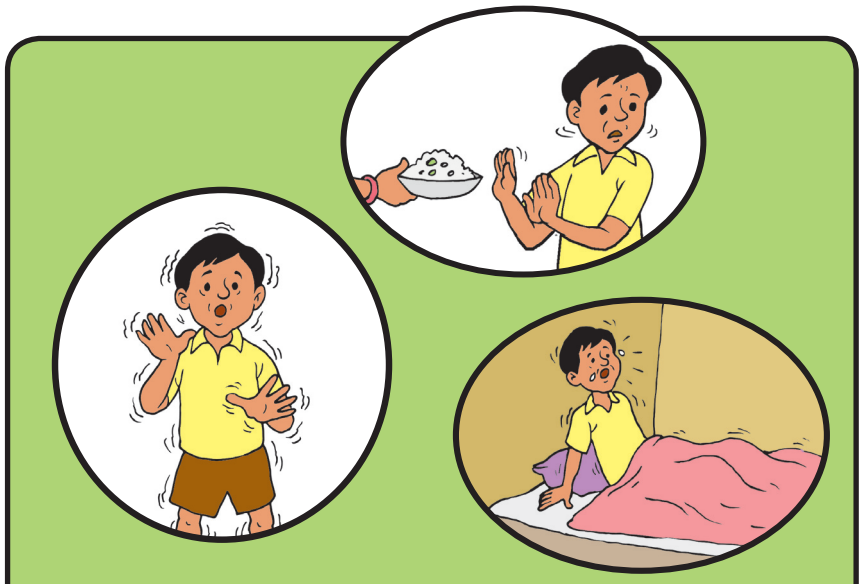
कमलाकी आमाले उनीहरूको परिवारमा घटेको घटना सुनाउँछिन् ।

भूकम्पले सबै कुरा तहस नहस पारेको छ । हामी त बाच्यौं । घरगोठ सबै भत्किए । दुईवटा गाई, सबै बाख्रा त हेर्दा हेर्दै पुरिए । घरमा पनि थिएनौं । गाईबस्तुलाई बाहिर निकाल्न भ्याउने कुरा नै भएन । अन्नपात पनि सबै पुरियो ।



हामी त जसोतसो गरेर सम्हालिएका छौं ।





रामलाई भने के भएको छ थाहै छैन । एक्लै बस्न मान्दैन । टोलाईरहन्छ । खाँदा पनि खादैन । बिरामी नै भइसक्यो ।

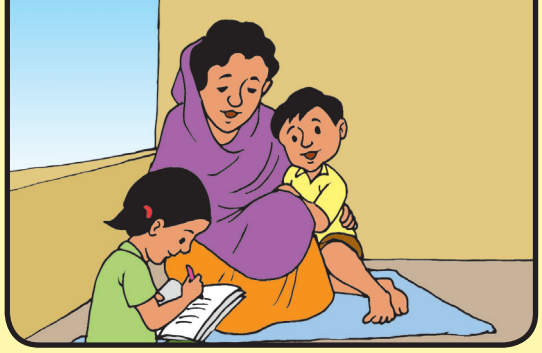
हेर राम ! भुकम्प पछि तिमीलाई जस्तो अरू धेरै साथीहरूलाई पनि भएको छ । हेर यस्तो ठुलो विपद्पछि मानिसको मनमा डर लाग्नु, निन्द्रा नलाग्नु, खाना खान मन नलाग्नु भनेको सामान्य कुरा हो ! आफूलाई स्वस्थ राख्न तिमीले पहिलेजस्तै आफ्नो दिन बिताउनुपर्छ ।



तिमीले त झन् साथीहरूसँग खेल्ने,



परिवारसँग समय बिताउने,

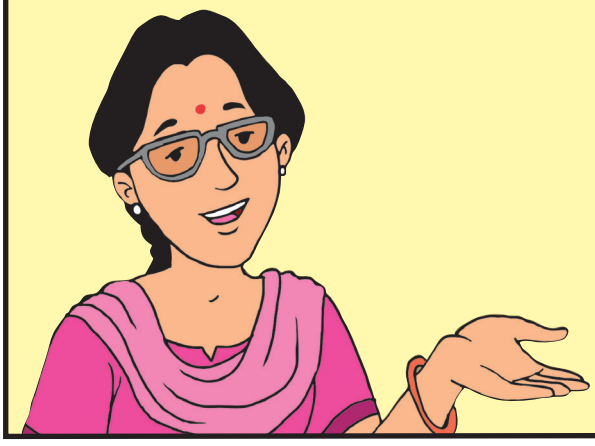


आफूलाई रमाइलो लाग्ने कामहरु गर्ने,
कथाका किताबहरु पढ्ने,



रेडियोमा गीत-संगीत सुन्ने गरी
आफूलाई व्यस्त राख्नुपर्छ ।





अझ थाहा छ, समयमा
सुत्ने र समयमा उठ्ने
गर्नुपर्छ ।



खाना पनि
नियमित
पहिलाको
जस्तै
खानुपर्छ ।



मैले यो सबै गरेँ
भने म ठिक हुन्छु मिस ? मिस मेरो
साथी दिनेशलाई पनि त्यस्तै
भएको छ नि !



उसोभए मैले
भनेको सबै कुरा
उसलाई पनि
बताऊ न त ।

हुन्छ मिस !
अबदेखि म त्यसै गर्छु
र दिनेशलाई पनि
भन्छु ।




कमला र रामसँग उनीहरुको मनका कुरा साटेर र कक्षाका कामहरुमा उनीहरुलाई भाग लिन लगाएर पनि हामी उनीहरुलाई सहयोग गर्न सक्छौं ।
भोलिपल्ट विद्यालयमा ...
मनिटर !
राम, तिमी आजदेखि कक्षाको मनिटर हौ है ।
रमा मिसले रामलाई अरुबेलामा भन्दा बढी ध्यान दिन थालेकी छिन् । उनी रामसँग बस्छिन् र उनलाई ठूलो स्वरले पढ्न लगाउँछिन् । रामले पढेका कुरा आफूले पनि ध्यान दिएर सुन्छिन् ।
राम आजभोलि आफ्नो पढाइमा ध्यान दिन थालेका छ ।
उ चित्र कोर्न र गीत गाउन मन पराउन थालेको छ । कक्षाको मनिटर भएपछि त झन् उसको मनोबल र आत्मविश्वास बढेको छ ।
गीत

रमिलाको व्यवहारले एकदम दुःखी भएर रमा मिस अर्को दिन उनको घर जान्छिन् र रमिलालाई स्वास्थ्यकर्मी कहाँ लैजान भन्छिन् ।

रमा मिसले नै रमिला र उनको आमालाई स्वास्थ्यकर्मीकहाँ लिएर जान्छिन् । रमिलाको सबै कुराहरू स्वास्थ्यकर्मीलाई सुनाउँछिन् ।



रमीलाको व्यवहारले उनको पढाइ र स्वास्थ्य दुवैलाई असर पारिरहेको छ ।

रमीलाको परिवारमा घटेको घटनाका कारण यस्तो भएको हो । उनलाई मनोविमर्श (मनोपरामर्श) दिनुपर्छ । यहाँ त त्यस्तो ब्यक्ति हुनुहुन्न । उनलाई शहर लैजानुपर्छ ।

शहरमा रमीलाको मामाघर छ । उनी मामाघरमा नै बसेर मनोविमर्श (परामर्श) सेवा लिदैछिन् । उनको आमाबुवा पनि रमिलासँगै बसिरहनु भएको छ ।



मनोविमर्श (परामर्श) दिने ब्यक्तिको सहयोग पाएर केही महिनाभित्र नै रमीलालाई राम्रो हुन थालेको छ ।



अहिले उनी विद्‌पालय फर्किसकेकी छिन् ।
रमिला पढाइमा ध्यान दिन र खेल्न मन पराउन थालेकी छिन् ।

राम पनि कक्षामा ज्यादै जेहेन्दार र मेहनती हुन थालेका छन्,
पढाइमा पनि साह्रै राम्रो गरिरहेका छन् ।

अहिले सबैजना खुसी छन् ।

ओहो कस्तो मज्जा !

मनोविमर्श (परामर्श) चाहिएमा
निम्न ठेगानामा सम्पर्क गर्नुहोला :

टी. पी. ओ. नेपाल
बालुवाटार, काठमाडौं
टेलिफोन नं : ४४३१७१७

