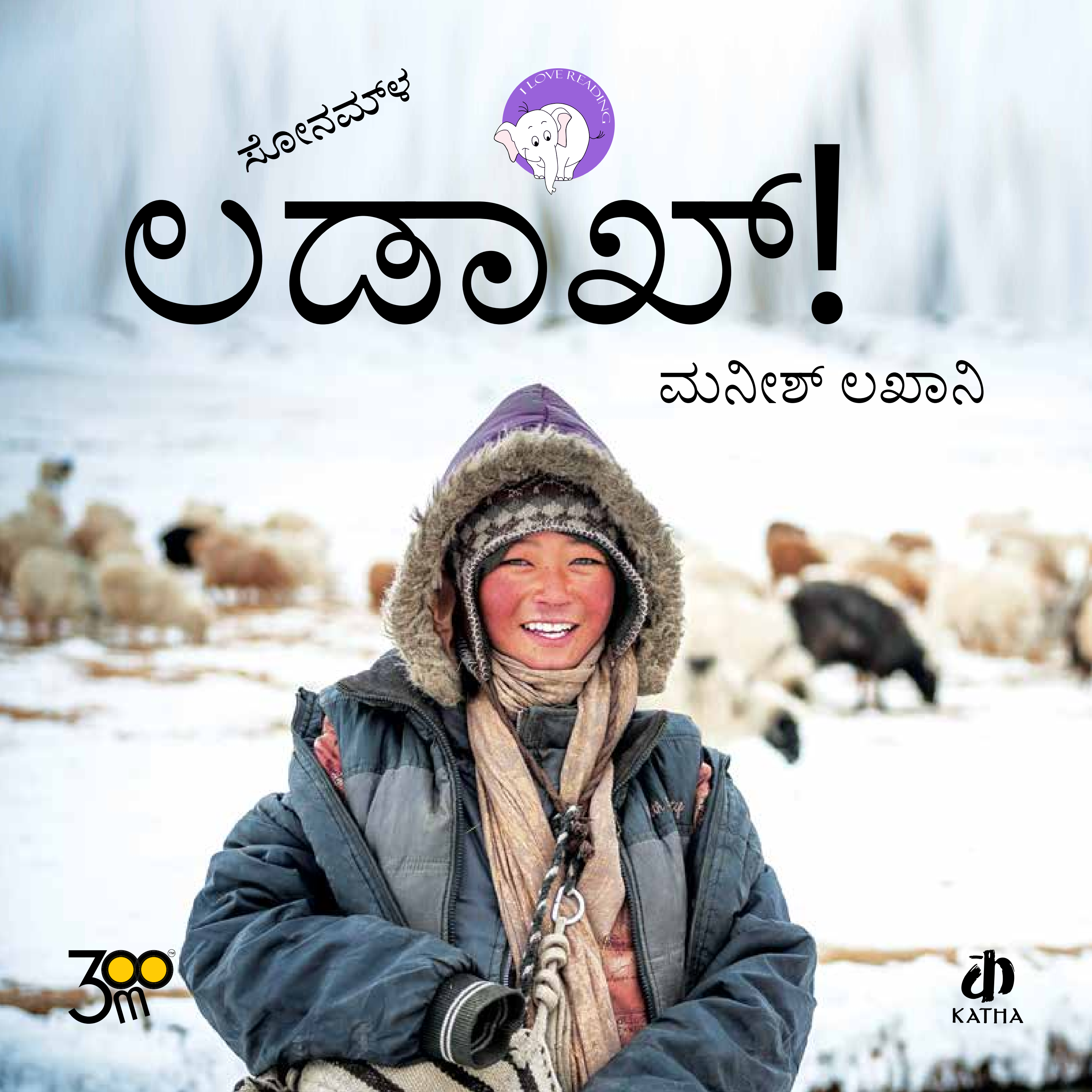


ಸೋನಮ್‌ಳ

ಲಡಾಖ್!

ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ

KATHA

ಸೋನಂ ಜೊತೆಗೆ ಲಡಾಖ್‌ನ ಮಾಂತ್ರಿಕ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸಿ ಮತ್ತು ಈ ಶೀತ ಮರುಭೂಮಿಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜೀವನಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

KATHA

ಕಥಾ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು 1988 ರಲ್ಲಿ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಬಡತನದ ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲು ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಯಿತು. ಕಥಾ ಮೂರು ಪ್ರಭಾವದ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ - ಕಥೆ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಕೇಂದ್ರ (ಕಥಾ ವಿಲಾಸಂ), ಸುಸ್ಥಿರ ಕಲಿಕೆಯ ಕೇಂದ್ರ (ಕಲ್ಪವೃಕ್ಷಂ) ಮತ್ತು ಕಥಾ ಆದಿವಾಸಿ ಮತ್ತು ದಲಿತ ಲರ್ನಿಂಗ್ ಲ್ಯಾಬ್ (KADL) ನಾವೀನ್ಯತೆ ಕೇಂದ್ರ. ಕಥಾ ಅವರ 300 ಮಿಲಿಯನ್ ಸಿಟಿಜನ್ಸ್ ಚಾಲೆಂಜ್ ಈ ಮೂರು ಕೇಂದ್ರಗಳ ಬಲವನ್ನು ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ, ಸಮರ್ಥನೀಯವಾಗಿ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವದ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಯುವ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯ ಜೀವನದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರಲು ಸಂಯೋಜಿಸುತ್ತದೆ.

"ಇದು ಭಾರತದ ಕಿರೀಟದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಆಭರಣ." - ನೌಯುಕಿ ಶಿನೋಹರಾ, ಉಪ ವ್ಯವಸ್ಥಾಪಕ ನಿರ್ದೇಶಕ, ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹಣಕಾಸು ನಿಧಿ

"[ಕಥಾ]...ಭಾರತೀಯ ಪ್ರಕಾಶನ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷ ಮತ್ತು ಅನನ್ಯ ಕ್ಷಣ." - ಎಕನಾಮಿಕ್ ಟೈಮ್ಸ್

“ಕಥಾ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ನಿಜವಾದ ವಾತ್ಸಲ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ... ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಅಂತಹ ಬಹುಕಾಂತೀಯ ಚಿತ್ರ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿದೆ. - ಟೈಮ್ ಔಟ್

"ಕಥಾ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಕೆಲಸವು, ಮಕ್ಕಳು [ಅವರ ಪುಸ್ತಕಗಳಲ್ಲಿ] ಮಾಡುವಂತೆಯೇ ತಮ್ಮ ಸಮುದಾಯಗಳಿಗೆ ಸಮರ್ಥನೀಯ ಮತ್ತು ನೈಜವಾದ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರಬಹುದು ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ನಡೆಸಲ್ಪಡುತ್ತದೆ." - ಪೇಪರ್ಟಿಗರ್ಸ್

ಸೋನಮ್‌ಳ

ಲಡಾಖ್!

ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ

KATHA

ದೆಹಲಿ | ಚೆನ್ನೈ | ಬೆಂಗಳೂರು

ನಾನು ಸೋನಮ್.

ನಾನು ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಸೋನಮ್ ತನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತ ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ ಮತ್ತು ಅವಳ
ಸಾಕು ನಾಯಿಯೊಂದಿಗೆ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಳು

ನಾನು ಐದನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ನಾನು ನನ್ನ ಕುಟುಂಬದ ಪಶ್ಮೀನಾ ಹಿಂಡುಗಳನ್ನೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.

ನಾನು ಚಾಂಗ್‌ಪಾ ಬುಡಕಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿದವಳು.

ನಾವು ಅಲೆಮಾರಿ ಕುರುಬರು.

ಚಳಿಗಾಲಗಳಲ್ಲಿ, ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲವೂ
ಹಿಮಗಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ದೊಡ್ಡ ಜಲಪಾತಗಳೂ ಕೂಡ!

ಆದರೆ ಬೇಸಿಗೆಯ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಲಡಾಖ್
ಬೆಚ್ಚಗಿರುತ್ತದೆ, ವರ್ಣಮಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ!

ಇದು ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಸರೋವರ.
ಸೋ ಕಾರ್ ಸರೋವರ.

ಆಟ ಆಡುವುದು ನನಗೆ ಇಷ್ಟ!
ನನ್ನ ಸೈಕಲ್ ನನ್ನ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನ ಗೆಳೆಯ.

ಆದರೆ ಬೇಸಿಗೆಯ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ ಲಡಾಖ್
ಬೆಚ್ಚಗಿರುತ್ತದೆ, ವರ್ಣಮಯವಾಗಿರುತ್ತದೆ!

ಹಣ ತುಂಬಿದ ಪೆಟ್ಟಿಗೆಗಳಿಗಿಂತ ಕುರಿ, ಮೇಕೆ ಹಾಗೂ ನಾಯಿಗಳೇ ಉತ್ತಮ ಅಂತ ನನ್ನ ಅಜ್ಜಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ!

ನಾವು ಯಾಕ್ ಉಣ್ಣೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ
ಟೆಂಟುಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತೇವೆ.
ಇದು ನಮ್ಮ ಅಡುಗೆಮನೆ.

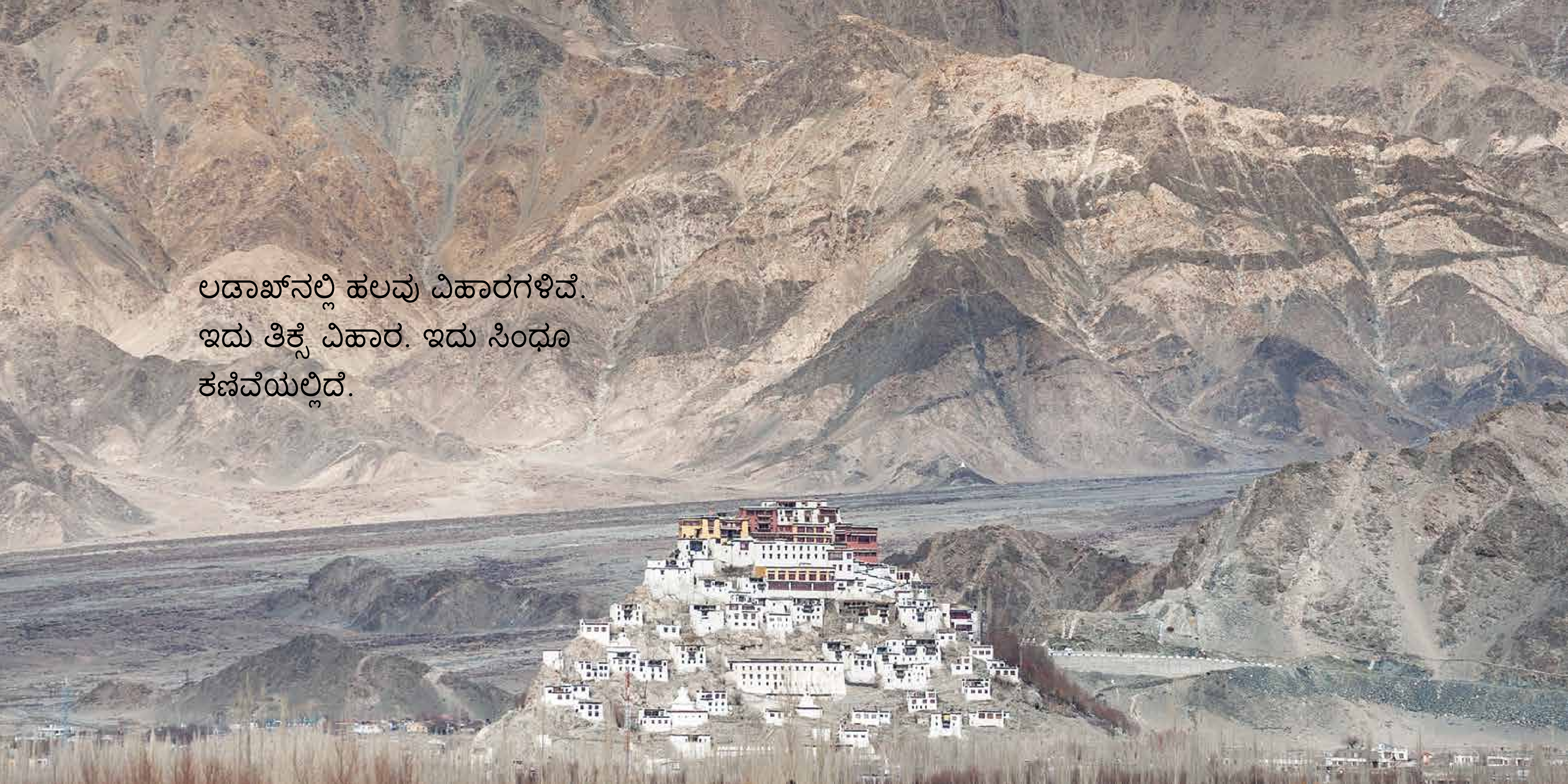
ಯಾಕ್‌ಗಳು ನಮ್ಮ ಗೆಳೆಯರು.
ಆಹಾರ ಬೆಳೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಅವು ನಮಗೆ
ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ಬೇರೆಯ
ಪ್ರಾಣಿಗಳೂ ಇವೆ.

ಅಪರೂಪದ ಯುರೇಶಿಯನ್
ನೀರುನಾಯಿ.

ಸಾಧು ಸ್ವಭಾವದ
ಕುದುರೆಗಳು.

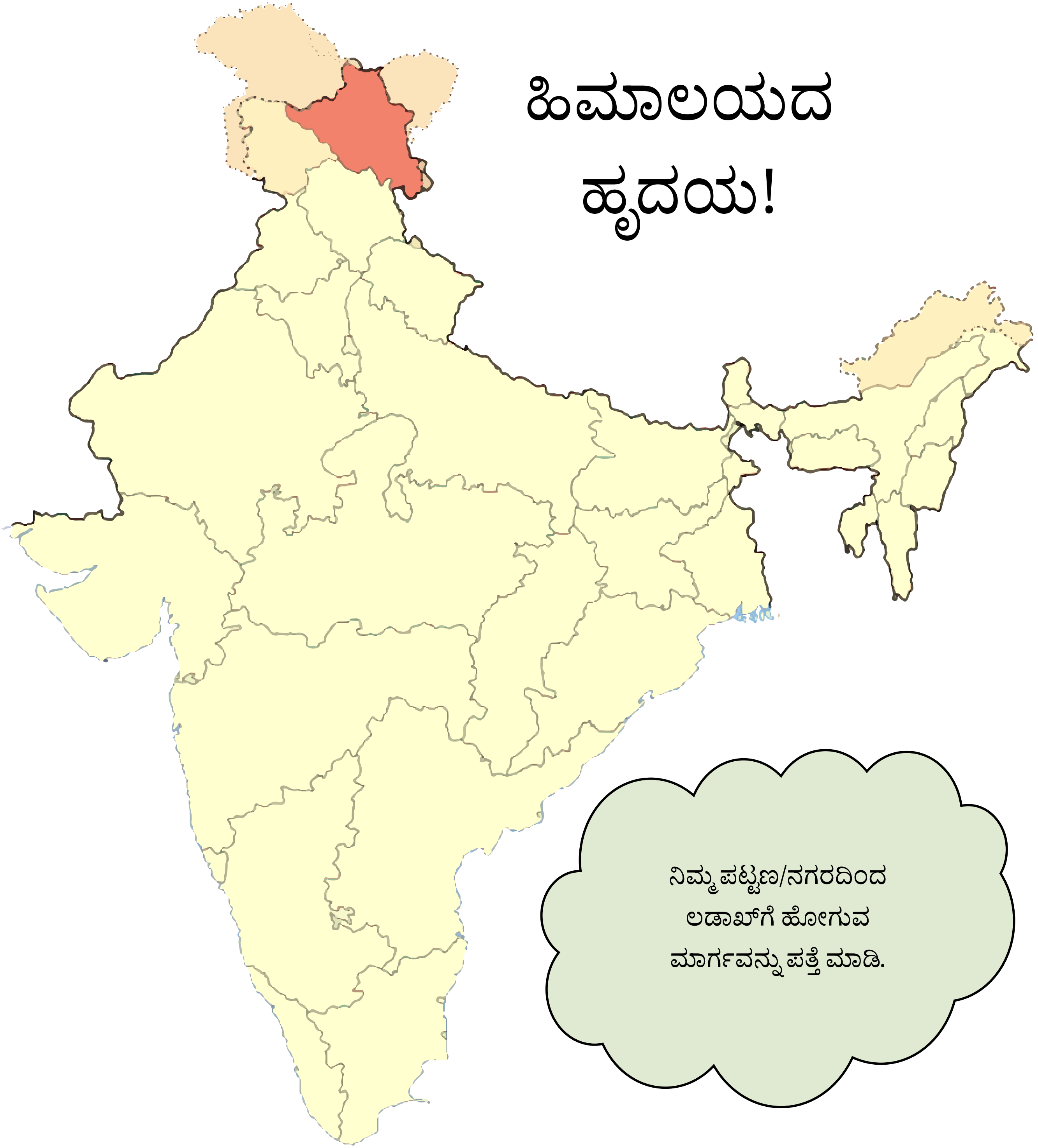
ಹಾಗೂ ಶಂಕು,
ಹಿಮಾಲಯದ ತೋಳ.



ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಲವು ವಿಹಾರಗಳಿವೆ.
ಇದು ತಿಕ್ಸೆ ವಿಹಾರ. ಇದು ಸಿಂಧೂ
ಕಣಿವೆಯಲ್ಲಿದೆ.

ಇದೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಒಳ್ಳೆಯದು - ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ
ನಕ್ಷತ್ರಗಳಿಂದ ತುಂಬಿದ ಪ್ರಶಾಂತ ರಾತ್ರಿಗಳು!

ಹಿಮಾಲಯದ ಹೃದಯ!



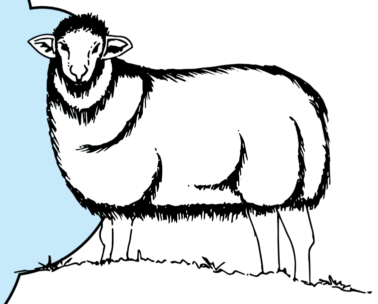
ನಿಮ್ಮ ಪಟ್ಟಣ/ನಗರದಿಂದ
ಲಡಾಖ್‌ಗೆ ಹೋಗುವ
ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಮಾಡಿ.

ಚಾಂಗ್‌ಪಾಗಳು

ಚಾಂಗ್‌ಪಾಗಳು ಅರೆ ಅಲೆಮಾರಿ ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನಾಂಗದವರು. ಅವರು ಪ್ರಪಂಚದ ಅತ್ಯಂತ ತಂಪಾದ ಮರುಭೂಮಿಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ - ಹಿಮಾಲಯದ ವಿಶಾಲವಾದ ಟಿಬೆಟಿಯನ್ ಪ್ರಸ್ಥಭೂಮಿ ಚಾಂಗ್‌ಥಾಂಗ್ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಇದು ಟಿಬೆಟ್‌ನಿಂದ ಲಡಾಖ್ ವರೆಗೆ ಹರಡಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಚಾಂಗ್‌ಪಾಗಳು ಒಂದು ಹುಲ್ಲುಗಾವಲಿನಿಂದ
ಇನ್ನೊಂದರತ್ತ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ, ಮಾಂಸ ಮತ್ತು ಉಣ್ಣೆಯ
ವ್ಯಾಪಾರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಚಾಂಗ್‌ಪಾಗಳು ಪಶ್ಮೀನಾ ಮತ್ತು ಯಾಕ್
ಉಣ್ಣೆಯೊಂದಿಗೆ ಅನೇಕ ಅದ್ಭುತವಾದ
ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ನೇಯುತ್ತಾರೆ.



ಚಾಂಗ್‌ಪಾಗಳು ಬಾರ್ಲಿ, ಗೋಧಿ ಮತ್ತು
ಬಟಾಣಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ.

ಕರಗುತ್ತಿರುವ ಲಡಾಖ್‌ನ ಹಿಮನದಿಗಳು

ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಹಿಮನದಿಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೆ ಅವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯನಾಶದಿಂದ ಭೂಮಿ ಬಿಸಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಲಡಾಖ್‌ನ ಹಿಮನದಿಗಳು ಕರಗುತ್ತಿವೆ.

ಯೋಚಿಸು

ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಹಿಮನದಿಗಳಿವೆ. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೆ ಅವು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಮಾಲಿನ್ಯ ಮತ್ತು ಅರಣ್ಯನಾಶದಿಂದ ಭೂಮಿ ಬಿಸಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಲಡಾಖ್‌ನ ಹಿಮನದಿಗಳು ಕರಗುತ್ತಿವೆ.

ಕೇಳು

ನಮ್ಮ ಪರಿಸರವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು?

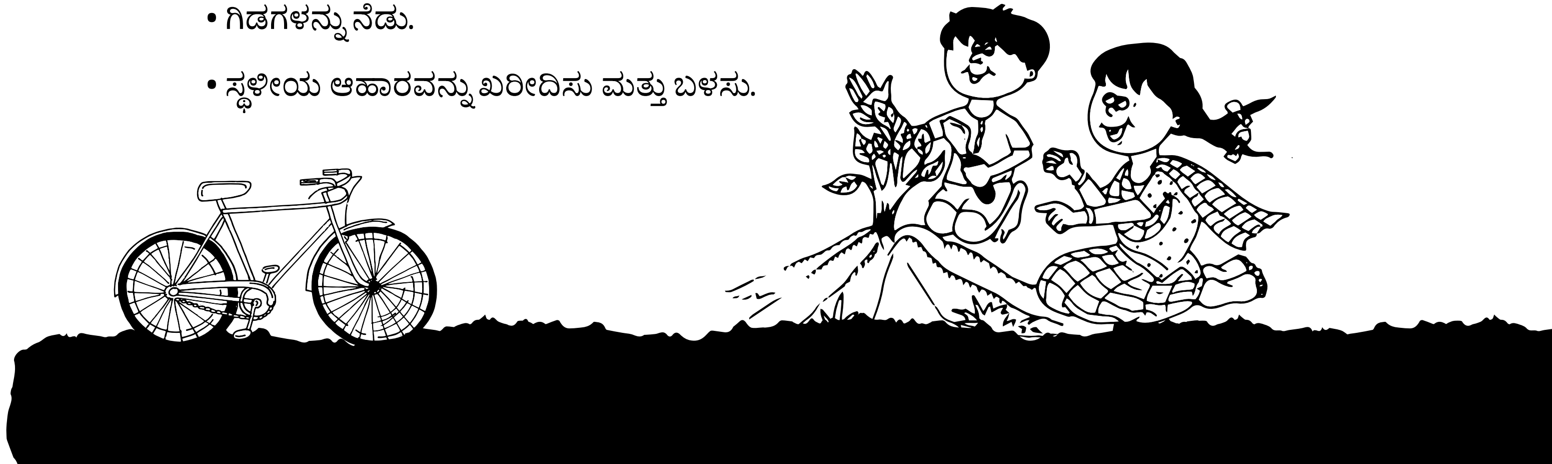
ಚರ್ಚೆ ಮಾಡು

ನಿನ್ನ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಸೇರಿ, ಮಾಲಿನ್ಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಆರು ತಿಂಗಳ ಯೋಜನೆಯೊಂದನ್ನು ರೂಪಿಸು.

ಕೆಲಸ ಮಾಡು

ನಿನ್ನ ಕೈಲಾದಷ್ಟನ್ನು ಮಾಡು. ಸಣ್ಣ ಹೆಜ್ಜೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸು.

- ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕಾಲ್ನಡಿಗೆ ಅಥವಾ ಸೈಕಲ್ ಬಳಸು.
- ವಿದ್ಯುತ್ ಬಳಕೆ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡು.
- ತ್ಯಾಜ್ಯವನ್ನು ಮರುಬಳಕೆ ಮಾಡು.
- ಬಟ್ಟೆಯ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಬಳಸು. ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ "ಬೇಡ" ಎಂದು ಹೇಳು.
- ಗಿಡಗಳನ್ನು ನೆಡು.
- ಸ್ಥಳೀಯ ಆಹಾರವನ್ನು ಖರೀದಿಸು ಮತ್ತು ಬಳಸು.



ಬನ್ನಿ, ನನ್ನನ್ನು
ಲಡಾಖ್‌ನಲ್ಲಿ ನೋಡಿ!

ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ: ಛಾಯಾಗ್ರಾಹಕರಾಗಿರುವ ಮತ್ತು ಸಾಹಸಗಳ ಬೆನ್ನಟ್ಟುವ ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ ತಮ್ಮ ಕ್ಯಾಮೆರಾ, ಬೈಸಿಕಲ್ ಮತ್ತು ಪರ್ವತಗಳನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ. ಪರ್ವತಗಳ ಮೇಲಿನ ಅವರ ಪ್ರೀತಿಯು ಅವರನ್ನು ಅನೇಕ ಬಾರಿ ಲಡಾಖ್‌ಗೆ ಕರೆದೊಯ್ದಿದೆ.

KATHA

ಈ ಆವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಮೊದಲು 2024

ಕಾಪಿರೈಟ್ © ಕಥಾ, 2024

ಪಠ್ಯದ ಕಾಪಿರೈಟ್ © ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ

ಛಾಯಾಚಿತ್ರಗಳ ಹಕ್ಕುಸ್ವಾಮ್ಯ © ಮನೀಶ್ ಲಖಾನಿ

ಎಲ್ಲ ಹಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಕಾಯ್ದಿರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವನ್ನು ಪ್ರಕಾಶಕರ ಪೂರ್ವ ಲಿಖಿತ ಅನುಮತಿಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾವುದೇ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮರು ಬಳಿಕೆ ಮಾಡುವಂತಿಲ್ಲ ಅಥವಾ ಬಳಸುವಂತಿಲ್ಲ.

ನವದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿ ಮುದ್ರಿಸಲಾಗಿದೆ

ಐಎಸ್ ಬಿಎನ್ 978-93-94185-31-9

ನಮ್ಮ ಧ್ಯೇಯ: ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಗುವೂ ಖುಷಿಗಾಗಿ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಓದಬೇಕು!

ಕಥಾ ಎಂಬುದು ಒಂದು ನೋಂದಾಯಿತ ಲಾಭ ರಹಿತ ಸಂಸ್ಥೆ. ಈ ಪುಸ್ತಕವು 300 ಮಿಲಿಯನ್ ಸಿಟಿಜನ್ಸ್ ಚಾಲೆಂಜ್‌ನ ಕೃತಿಯಾಗಿದೆ.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ 300 ಮಿಲಿಯನ್ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮಕ್ಕಳು ಹೊಸ ಕಲಿಕೆಯ ವಿಧಾನಗಳೊಂದಿಗೆ ಗ್ರೇಡ್ ಮಟ್ಟದ ಓದುವಿಕೆಯನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ನಾವು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತೇವೆ.

ದೆಹಲಿ ವಿಳಾಸ: A3, ಸರ್ವೋದಯ ಎನ್ಕ್ಲೇವ್, ಶ್ರೀ ಅರಬಿಂದೋ ಮಾರ್ಗ, ನವದೆಹಲಿ 110 017

ಚೆನ್ನೈವಿಳಾಸ: 6, ಪಾಪನಾಸಂ ಶಿವನ್ ಸಲೈ, ಮೈಲಾಪುರ, ಚೆನ್ನೈ 600 004

ದೂರವಾಣಿ: ದೆಹಲಿ: +91 11 4182 9998 | ಚೆನ್ನೈ: +91 98400 30073

ಇಮೇಲ್: books@katha.org

ವೆಬ್‌ಸೈಟ್: www.katha.org | books.katha.org | learn.katha.org

ಈ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ ಬರುವ ಲಾಭವು ಕಥಾ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಲಿಯುವ ಮಕ್ಕಳ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ.

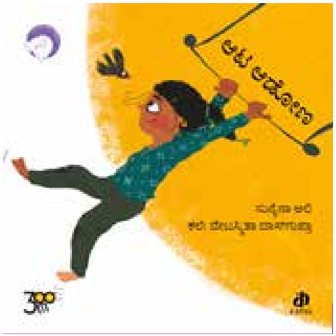
ನಮ್ಮ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮುದ್ರಿಸಿದ ಕಾಗದವನ್ನು ತಯಾರಿಸಲು ಬಳಸುವ ಮರವನ್ನು ಬದಲಿಸಲು ಕಥಾ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮರಗಳನ್ನು ನೆಡುತ್ತದೆ

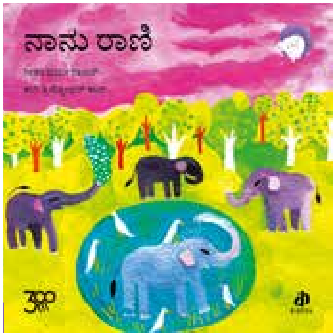
ಈ ವಿಶಿಷ್ಟ ಸರಣಿ ಮೊದಲ ತಲೆಮಾರಿನ ಓದುಗರನ್ನು ಮನರಂಜನೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣ ಓದಿನ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಸರಣಿಯ ಪುಸ್ತಕಗಳು, ತಮ್ಮ ಉನ್ನತ ಗುಣಮಟ್ಟದ ವಿಷಯವಸ್ತು, ಮತ್ತು ವಿನ್ಯಾಸವು ಈ ಮಕ್ಕಳ ಕಲಿಕೆ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಇದೆ . ಹಂಚಿಕೊಂಡ ಮತ್ತುಮಾರ್ಗದರ್ಶಿತ ಓದುವಿಕೆಯ ಮೂಲಕ ಭಾರತದ 2000 ವರ್ಷಗಳ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು, ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯಿಂದ ಆಧುನಿಕತೆಯವರೆಗೆ ಕಥಾ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ, ಕೈಗೆಟುಕುವ ಬೆಲೆಯಲ್ಲಿ ತಲುಪದ ಮಗುವನ್ನು ತಲುಪಲು - ಓದುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವಗೊಳಿಸುವ ಕಥಾ ಮಾರ್ಗ!

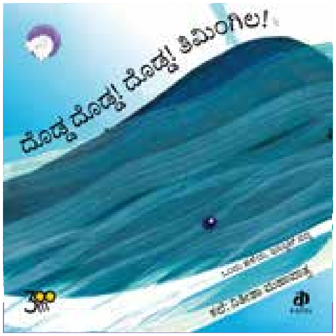
ಈ ಎಲ್ಲ ಐಎಲ್‌ಆರ್ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು

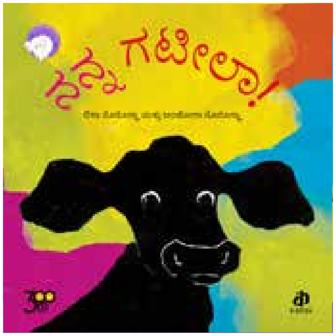
ನೀಲಿ ಸರಣಿಯಲ್ಲಿ

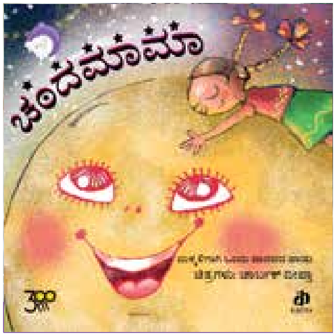
ಸಂತೋಷ ಮತ್ತು ಅರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಓದಿ

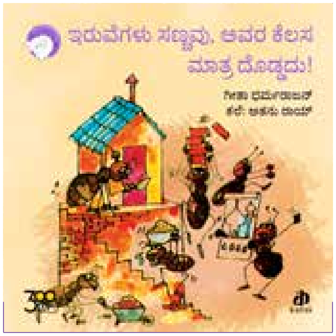


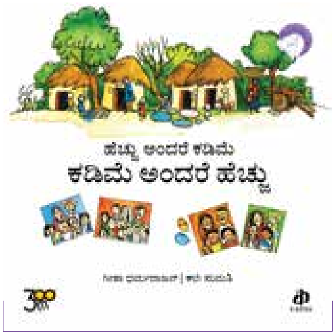


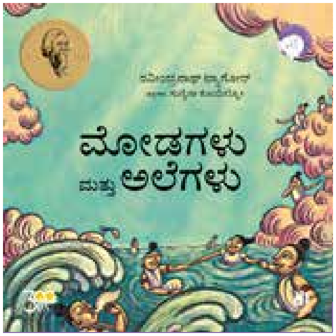


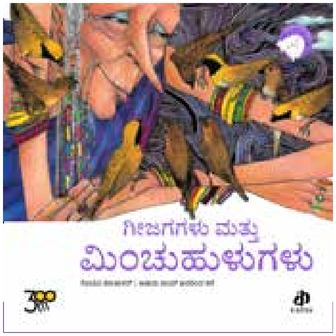


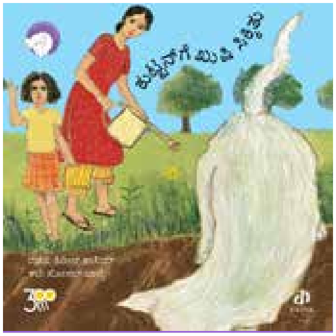


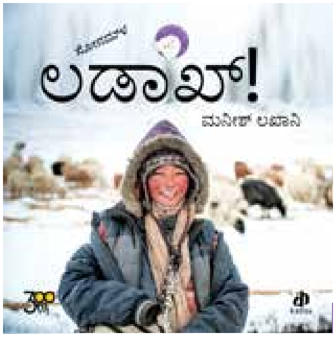












FOR OUR BOOKS

www.books.katha.org

www.books.katha.org

ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ
ಒಂದು ಕಥಾ ಪುಸ್ತಕ
ISBN 978-93-94185-31-9
9 789394 185319
₹ 185/-
books.katha.org

ಕಥಾದಿಂದ ಒಂದು 300ಎಂ ಥಿಂಕ್‌ಬುಕ್