जनहितमा जारी

आफ्नो घर वरपर तथा सडकमा सफाइ मापदण्डको पालना गरौं ।

समर्पण सेवा संस्था

PRATEEK DAILY

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

प्रतीक

दैनिक

prateekdaily.com

ठण्डा के कारण यदि पशुपक्षी बिरामी होरह बा त नजिक के पशु चिकित्सालय आ मालजाल के डाक्टर से तुरुन्ते सम्पर्क कके दाबबिरो करल जाओ ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

❖ वर्ष ३४ ❖ २०७७ माघ २८ गते बुधवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2021 February 10 Wednesday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क १६६

पर्साको १४ वटै पालिकामा
सामुदायिक विद्यालयमा शौचालयको अवस्था दयनीय

प्रमोद यादव, पंचगावाँ, २७ माघ/

पर्सा जिल्लाका १४ वटै पालिकामा रहेका करीब साढे तीन सय सामुदायिक विद्यालयमा शौचालयको अवस्था दयनीय छ ।

कतिपय विद्यालय अहिलेसम्म भएका हुन् । बिजुली नभएका विद्यालयहरूमा शौचालयदेखि टाढा खानेपानीको व्यवस्था गरिएकोले शौचालयको प्रयोगपछि हात धुन पनि समस्या छ । शौचालयसँगै धाराको व्यवस्था नभएकोले धेरैजसो विद्यार्थी हात गरेको पाइएको छ ।

अहिले पर्सा जिल्लामा शौचालय भएका विद्यालयहरू बल्ल छात्रामैत्री बनेका छन् तर पानीको अभावमा शौचालय प्रयोग गर्ने लायकको नभएको एकजना छात्राले बताइन् । उनले गाउँपालिकाले वार्षिक गर्नुपर्ने बताए । उनले सामुदायिक विद्यालयहरूमा युनिसेफको सहयोगमा निर्मित विद्यालयहरू मात्र बालमैत्री र सफाइयुक्त शौचालय रहेको र तीबाहेकका विद्यालयहरूमा बालमैत्री शौचालय नभएको बताए ।

विद्यालयमा अध्ययन गर्दै बालबालिका र शौलालयहरूको अवस्था । तस्वीरः प्रतीक

शौचालयविहीन अवस्थामा छन् भने शौचालय भएका विद्यालयहरूमध्ये ८० प्रतिशतको अवस्था एकदमै दयनीय छ ।

साढे तीन सय विद्यालयमध्ये २० प्रतिशत विद्यालयको शौचालय तैबिसेक अवस्थाको हुनुमा विद्युत् हुनु र ८० प्रतिशत विद्यालयको शौचालय दयनीय अवस्थाको हुनुमा विद्युत् अभाव रहेको देखिन्छ । विद्युत् भएका विद्यालयहरूमा पानीट्याङ्कीको व्यवस्था गरिएको र शौचालयमा पानी सहज आपूर्ति हुँदा सर सफाइको अवस्था ठीकठाक भएपनि ८० प्रतिशत विद्यालयमा विद्युत् नभएको कारण पानीको अभावमा शौचालयको अवस्था दयनीय बनेको हो ।

ठूलो सङ्ख्यामा विद्यार्थी भएका सामुदायिक विद्यालयमा पानीको उचित व्यवस्था नहुँदा शौचालय दुर्गन्धित र फोहर धुनसमेतबाट वञ्चित भएका छन् । खानेपानीको धारामा पानी पिउनका लागि भीड हुने गरेको कारण शौचालय प्रयोग गरेका विद्यार्थीहरू लामबद्ध भएर हातधुने अवस्था नभएको विद्यार्थीहरूको भनाइ छ ।

शौचालय नै नभएको विद्यालयमा जगरनाथपुरको खलउचरीस्थित नेरा आधारभूत विद्यालय छ ।

यसैगरी, पटेर्वासुगौली गाउँपालिका–३ मा रहेको नेरा आधारभूत विद्यालय सोनवर्षा बैरियामा एउटा मात्र शौचालय छ । चार सय विद्यार्थी अध्ययनरत सो विद्यालयमा रहेको एकमात्र शौचालयको प्रयोग शिक्षकहरूले मात्र गर्दै आएका छन् । विद्यार्थीहरूले शौचालयको प्रयोग गर्न नपाऊन् भनेर शिक्षकहरूले शौचालयमा ताला लगाउने र आफूले मात्र प्रयोग गर्ने नीति तथा कार्यक्रममा छात्रामैत्री, बालमैत्री शौचालयका साथै सफाइका लागि बजेट विनियोजन गरेको र आफ्नो गाउँपालिकामा रहेका सामुदायिक विद्यालयमा सुधार गरिने दाबी गर्दै आए पनि व्यवहारमा नदेखिएको बताइन् । शौचालयको समुचित व्यवस्था नभएको कारण महीनावारीको समयमा विद्यालयमा आउन समस्या हुने गरेको उनले बताइन् । सफाइको दुरवस्थाले प्याडको प्रयोग र पुनः प्रयोगमा समस्या हुने भएकोले छात्राहरू सो अवधिमा विद्यालय आउन छाडेको पनि उनले बताइन् ।

नेपाल शिक्षक महासङ्घ पर्साका अध्यक्ष तीर्थराज यादवले सामुदायिक विद्यालयहरूमा शौचालयको अवस्था दयनीय भएको स्वीकारे । उनले सम्बन्धित गाउँपालिकाले स्तरोन्नतिका लागि प्रयास

युनिसेफका बृजकिशोर पटेलले पर्सा जिल्लाका २७ स्थानमा एवन विद्यालय भवन बनाइएको र सो विद्यालय पूर्ण बालमैत्री भएको बताए । एवन विद्यालय भवन जिल्लाका १४ वटा पालिकाहरूमा रहेको र सोबाहेक जिल्लामा रहेका सामुदायिक विद्यालयहरू बालमैत्री नभएको दाबी गरे ।

पर्सा जिल्लाको सामुदायिक विद्यालयहरूको दुरवस्था सुधारका लागि सामाजिक संस्था जिल्ला समन्वय समिति (एनजिओसिसी) पर्साले अहिले १० वटा विद्यालयमा शौचालय मर्मतसम्भार गर्दैछ ।

यसैगरी, नेपाल रेडक्रस, युनिसेफ, युएनहेबिटाटको सहकार्यमा पनि केही विद्यालयमा सफाइ अभियान सञ्चालित छ । तर साढे तीन सय सामुदायिक विद्यालय रहेको जिल्लामा स्थानीय पालिकाहरूले आफ्नु मातहतका विद्यालयहरूको शौचालयलाई अहिलेसम्म मर्मत सम्भार, छात्रामैत्री, बालमैत्री अनि सफाइयुक्त बनाउन सकेका छैनन् ।

यही कुराबाट पनि जिल्लामा रहेका सामुदायिक विद्यालयहरूको भवन र त्यहाँ हुने शैक्षिक गतिविधिहरूको बारेमा आकलन गर्न सकिन्छ ।

कोरोनाविरुद्धको खोपः प्रदेश २ मा निर्देशिका पालना भएन

प्रस, जनकपुरधाम, २७ माघ/

कोरोनाविरुद्धको खोप लगाउन सरकारले निर्देशिका बनाए पनि प्रदेश २ मा उक्त निर्देशिका पालना नभएको पाइएको छ । निर्देशिका अनुसार स्वास्थ्यकर्मी, सरसफाइकर्मी र एम्बुलेन्स चालकसहित कोरोना महामारी रोकथाम तथा नियन्त्रणका लागि अग्रपङ्क्तिमा खटिएकालाई पहिलो चरणमा खोप दिनुपर्ने हो ।

तस्वीरः प्रतीक

तर प्रदेश २ का कतिपय जिल्लामा मन्त्री, राजनीतिक दलका नेतादेखि व्यापारीसम्मले यो खोप पहिलो चरणमैं लगाएका छन् भने कतै स्वास्थ्यकर्मीले नै खोप लगाउन बाँकी रहेको देखिएको छ । जहाँ निर्देशिका पालना भएन, त्यहाँ शतप्रतिशत खोप लगाइएको देखियो तर जहाँ कडाइका साथ मापदण्ड पालना गर्न/गराउन खोजियो, त्यहाँ भने लक्ष्य पूरा भएन ।

प्रदेश २ का ८ जिल्लाका ३४ हजार ८ सय ४ जना अग्रपङ्क्तिमा रहनेहरूलाई पहिलो चरणमा खोप आएकोमा हालसम्म २५ हजार ६ सय ३७ जनाले मात्रै खोप लगाएका छन् ।

खोप शुभारम्भ हुने दिन नै प्रदेशका आन्तरिक मामिला तथा कानूनमन्त्री ज्ञानेन्द्र यादवले खोप लगाए । शुरूको खोप नै मापदण्डविपरीत थियो । यसपछि प्रदेशको सत्तारूढ दल जनता समाजवादी पार्टीका युवा नेता किशोरकुमार यादवले खोप लगाए ।

यसरी खोप लगाएका नेता, कार्यकर्ताहरू धेरै छन् । यीबाहेक व्यापारी, सरकारी कार्यालयका सवारी चालकहरूले समेतले खोप लगाएको पाइएको छ ।

प्रदेशमा केन्द्रीय निर्देशिकाविपरीत पनि खोप लगाएको पाइएको प्रदेशको स्वास्थ्य निर्देशनालयका निमित्त निर्देशक विजय झाले स्वीकार गरेका छन् । आउने दिनमा निर्देशिका अनुसार नै काम हुने झाले बताएका छन् । कतिपय जिल्लामा स्वास्थ्यकर्मीहरू नै खोप लगाउन डर मानेकोको कारण लक्ष्य पूरा हुन नसकेको झाको भनाइ छ । खोपले आजसम्म कुनै साइड इफेक्ट गरेको नदेखिए पनि स्वास्थ्यकर्मीले लगाउन नमानेकाले अहिलेसम्म पहिलो चरणको खोप कार्यक्रमको लक्ष्य पूरा हुन नसकेको उनको भनाइ छ ।

यस क्रममा महोत्तरीमा पहिलो चरणमा २ हजार १ सय ९१ जनाले खोप लगाउने भनिए पनि २ हजार २ सय ७५ जनाले खोप लगाएका छन् भने पर्सामा ४ हजार ९ सय ७१ जनाका लागि खोप आएकोमा ५ हजार १ सय १८ जनाले खोप लगाएका छन् । कारागारका कैदीबन्दी र वृद्धाश्रममा रहेका व्यक्तिलाई खोप लगाइएकाले यी दुई जिल्लामा तोकिएको सङ्ख्याभन्दा बढी सङ्ख्या पुगेको झाले बताएका छन् ।

सप्तरी जिल्लामा ३ हजार ७ सय ५४ जनाको लागि खोप उपलब्ध भएकोमा ३ हजार ६ सय ९३ जनाले खोप लगाएका छन् । धनुषामा ९ हजार १ सय ८२ जनाको लागि खोप आएकोमा ३ हजार ८ सय ३ जनाले मात्रै खोप लगाएका छन् ।

त्यसैगरी, सर्लाहीमा ४ हजार ७ सय ७२ जनाका लागि खोप उपलब्ध भएकोमा २ हजार ९ सय ७६ जनाले खोप लगाएका छन् भने रौतहटमा ३ हजार ६ सय ९ जनाले लगाउनुपर्नेमा २ हजार ५ सय ३९ जनाले र बारामा २ हजार ३ सय ९५ जनाको लागि खोप आएकोमा १ हजार ८ सय ७ जनाले मात्रै खोप लगाएको प्रदेश स्वास्थ्य निर्देशनालयले जनाएको छ ।

चुनावबाट जसपा भाग्दैन –अनिल झा

राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, २७ माघ/

जनता समाजवादी पार्टीका नेता अनिल झाले सर्वोच्च अदालतको फैसला र निर्वाचनबाट नभाग्ने स्पष्ट पारे । उनले भने, "प्रधानमन्त्री ओलीको असंवैधानिक कदमको विरोधस्वरूप अहिले विविध इमानदार हुनुपर्नेमा जोड दिए । उनले पार्टी एकीकरण भएर बन्ने जुनसुकै सङ्गठनमा आउने कठिनाइलाई चिर्दै

तस्वीरः प्रतीक

आफूहरूलाई स्वीकार हुने बताएका छन् ।

वीरगंजमा आयोजित अगुवा कार्यकर्ता भेटघाट कार्यक्रममा उनले विघटित प्रतिनिधिसभाबारे सर्वोच्च अदालतको निर्णय जसपालाई मान्य हुने बताए । नेता झाले प्रतिनिधिसभा विघटन असंवैधानिक भएकोले जसपा आन्दोलनमा रहेको तर पार्टी निर्वाचनबाट नडराएको कार्यक्रम गरी जसपा सडक आन्दोलनमा छ, तर अदालतको फैसला विपक्षमा आए पनि सम्मानित अदालतको सम्मान गरेर चुनावमा भाग लिनेछौं, पछि हटदैनौं ।"

पार्टी एकीकरण भएपनि नेता र कार्यकर्ताको मन नमिलेको बताउँदै जसपाको राजनीतिक उद्देश्यपूर्तिका लागि सम्पूर्ण नेता, कार्यकर्ता समायोजनमा विचार र मन मिलाउँदै जाने बताए ।

जसपा पर्साका अध्यक्ष जगदीश पटेलको अध्यक्षतामा आयोजित कार्यक्रममा केन्द्रीय सदस्यहरू शिव पटेल, सुरेन्द्र कुर्मी, रामचन्द्र पण्डित, नेजामुद्दीन समानी, पप्पु पटेल, सञ्जय पाण्डेय, मुन्नी श्रीवास्तव, उषा श्रीवास्तव, रम्भा मिश्रलगायतको सहभागिता थियो ।

प्रदेश २ मा पहिलो चरणमा चुनाव

प्रस, जनकपुरधाम, २७ माघ/

सरकारले आउँदो वैशाख १७ र २७ गते घोषणा गरेको प्रतिनिधिसभाको मध्यावधि निर्वाचनमा प्रदेश २ को पालो पहिलो चरण अर्थात् वैशाख १७ गते परेको छ । सङ्घीय सरकारको मन्त्रिपरिषद्को बैठकले सो निर्णय गरेको हो ।

सोमवार साँझ बसेको मन्त्रिपरिषद्को बैठकले दुई चरणमा निर्वाचन हुने जिल्ला र प्रदेशको टुङ्गो लगाएको छ ।

बैठकले वैशाख १७ मा प्रदेश २ साथै गण्डकी, लुम्बिनी र कर्णाली प्रदेशमा निर्वाचन गर्ने निर्णय गरेको हो । परिषद्को निर्णय अनुसार पहिलो चरणमा मुलुकका ७७ मध्ये ४० वटा

जिल्लामा निर्वाचन हुनेछ ।

त्यसैगरी, दोस्रो चरणमा वैशाख २७ गते प्रदेश १, वाग्मती र सुदूरपश्चिम प्रदेश अन्तर्गत ३७ जिल्लामा निर्वाचन गर्ने निर्णय गरेको छ । मध्यावधि निर्वाचन घोषणा गर्दा सरकारले दुई चरणमा गरिने मिति मात्रै घोषणा गरेको थियो । कुन प्रदेशको कुन चरणमा निर्वाचन गर्ने भन्नेबारे यसअघि सरकारका प्रधानमन्त्री एवं मन्त्रीहरूले अनौपचारिकरूपमा घोषणा गरेको भए तापनि अहिले सरकारले आधिकारिक निर्णय गरेको हो ।

यद्यपि मध्यावधि चुनाव घोषणाविरुद्ध सर्वोच्च अदालतमा परेको रिट निवेदन अदालतमा विचाराधीन रहेको छ ।

रिसाउने शैली परिवर्तन गरेर हेर्नुस् । रिसले मुर्मुरिनुको साटो मुसुक्क हाँसिदिनुस्, आफ्नो र अरूको पनि क्लेश समाप्त हुन्छ ।

-विचारसार र सूक्तिहरू

प्रकाशक	:	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. , वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	:	जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक	:	विकाश शर्मा
सम्पादक	:	शत्रुघ्न नेपाल/ खड्गबहादुर श्रेष्ठ (प्रताप)
समाचार सम्पादक	:	आर. के. पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि	:	गम्भीरा सहनी

मुद्रक: प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
त्रिमूर्ति सिनेमा हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com, prateekdainik@yahoo.com
Website: www.prateekdaily.com

छोरी बीमा कार्यक्रम प्रभावित

प्रदेश २ सरकारले निकै प्राथमिकता दिएर लागू गरेको 'छोरी बचाऊ, छोरी पढाऊ' कार्यक्रम अन्तर्गत बीमा कार्यक्रम बैंकसँग भएको सम्झौता नवीकरण हुन नसक्दा प्रभावित भएको छ। कार्यक्रम स्थगित नै भइसकेको समाचार त छैन, तर हाल यो कार्यक्रम बन्द देखिएको छ। सम्झौता नवीकरण नहुँदा नयाँ जन्मेका छोरी तथा पुराना बीमाले निरन्तरता पाउन सकेको छैन । बीमा कार्यक्रम अन्तर्गत बीमित छोरीको उमेर २० वर्ष पुगेपछि उनहरूले एकमुस्ट तीन लाख रुपियाँ पाउँछन् । तर त्यस अवधिसम्म उनको बिहे भएको हुनुहुन्न र निरन्तर पढाइ जारी रहनुपर्छ। हाम्रो समाजमा छोरी अर्काको घर जाने जात हो, पढाइ-लेखाइ गरेर के हुन्छ, अर्काको घर जानेमाथि लगानी गरेर के हुन्छ भन्ने मान्यता रहेकोले सामान्य लेखपढ गरेपछि उमेर नपुग्दै विवाह गरिदिने चलन छ । यसरी सानै उमेरमा बिहे गर्दा सन्तान जन्मिने, आमा अशिक्षित रहने हुँदा नै प्रदेश सरकारले बीमा योजना लागू गरेको हो। कुन कारणले हो, योजना भडखालोमा परेको छ। यसले निरन्तरता पाएन भने छोरी पढाउने र उमेर पुगेपछि बिहे गर्ने अभिभावकमाथि सरकारको नैतिक दबाब समाप्त हुन्छ ।

यसो त देशमा प्रजातन्त्रको पुनरोदय भएको तीन दशकमा अति विपन्न र दलित परिवारबाहेकले आफ्नै हैसियतमा छोरीहरूलाई शिक्षादीक्षा दिलाउने र उमेर पुगेपछि बिहे गर्ने चलन बस्दै आएको छ। तर पनि परम्परागत रूढि विचार हतपति सेलाउँदैन। बालविवाहलगायत दाइजो प्रथा देशको कानूनले चाहे अनुसार समाप्त भइसकेको छैन। धेरै मध्यम वर्गीय र सामान्य उच्च वर्गका मानिसले समेत बालविवाह र दाइजो प्रथा परित्याग गर्न सकेका छैनन् । तिनको पनि बीमा योजनाले, विचार परिवर्तन हुन सक्ने र विपन्न तथा दलित वर्गका लागि त तीन लाख रुपियाँ खासा रकम नै हुन्छ। त्यति मात्र प्रलोभनले एउटी चेली शिक्षित हुने र काँचो उमेरमा आमाको गहन दायित्व निर्वाह गर्नबाट मुक्त हुनेछिन्। यस बीमा कार्यक्रमले एउटा अर्को विकृतिबाट पनि चेलीहरूलाई मुक्त पार्नेछ, जसबारे हामीले थोरै मात्र सोचेका छौं। किशोरावस्थाले प्रायः अल्लारे सोच र कामका लागि प्रेरित गर्दछ । यसै उमेरमा केटाकेटीहरू परस्पर आकर्षित हुने, भागी बिहे गर्ने गर्दछन् । त्यस अवस्थामा बीमा रकम नपाउने भएपछि यस्ता अल्लारे सोचबाट चेलीहरू टाढा रहने छन्।

यी कारणहरूले गर्दा छोरी बचाऊ, छोरी पढाऊ सोच साकार पार्न बीमा एउटा सशक्त माध्यम हो। यसप्रति प्रदेश सरकार गम्भीर बन्नुपर्दछ। यसो त हाम्रो मुलुकमा सरकार परिवर्तन भएपछि पूर्ववर्ती सरकारले लागू गरेको जस्तोसुकै राम्रो योजनालाई उत्तरवर्ती सरकारले निरन्तरता दिने गरेको उदाहरण पाइन्न। त्यस अवस्थामा पाँच वर्षकै लागि भए पनि यस सरकारले यो योजनालाई निरन्तरता दियो भने यस अन्तरालमा जन्मेका छोरीहरूको कल्याण हुने थियो र देखासिकी अन्य उदारवादी र प्रगतिवादी अभिभावकले आफ्नै गच्छेले पनि छोरी-बीमा कार्यान्वयन गर्न उत्साहित हुनेछन्। आगे प्रदेश सरकारको मर्जी !

छिमेकीलाई शुभकामना !

स्वतन्त्र विचार

विनोद गुप्ता

भारतीय प्रधानमन्त्रीको 'छिमेक पहिले'को प्रगति लक्षित गर्ने विवेक नेपाल वा पशुपतिनाथ र बनारसका विश्वनाथले पक्कै प्रदान गर्नेछन् भन्दै पुनः एकपटक समस्त भारतवासीको सुख, सुस्वास्थ्य, समृद्धि एवं प्रगतिको लागि शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

दक्षिणी मित्रराष्ट्र भारतलाई केही ढिलो भएपनि ७२औं गणतन्त्र दिवसको उपलक्ष्यमा उत्तरोत्तर प्रगति एवं विकासको लागि मङ्गलमय शुभकामना छ । भनिन्छ, राम्रो निद्रा सुत्ने भए असल छिमेकी रोज्नू । तर यो देशको सीमामा लागू नहुने रहेछ । देशको सीमाको हकमा त छिमेकी फेर्न नपाइने कुरा नै सत्य हो। यही सत्यलाई स्वीकार गर्नुपर्छ र त्यसैले नेपालको उत्तरी छिमेकी चीन र दक्षिणी छिमेकी भारत थियो, छ र रहन्छ । यसलाई नफेरी हामीले आफ्नो पहिचान बनाइराख्नुपर्दछ, किनभने उत्तरी छिमेकी २१औं शताब्दीको उदीयमान विश्वशक्ति बन्न खोज्दैछ भने दक्षिणी छिमेकी पनि त्यही बाटोमा हिंडिरहेको छ। राजनीतिकरूपमा चीनमा एकदलीय शासन प्रणाली छ भने भारतमा गणतन्त्रात्मक प्रजातान्त्रिक प्रणाली छ। दुवै देशले आआफ्नो शासन व्यवस्था रोजेपछि एकपटक पनि संविधान फेरेको इतिहास छैन भने नेपाललगायत दक्षिण एशियाली वा अन्य देशहरू जस्तै पाकिस्तान, श्रीलङ्का, अफगानिस्तान, माल्दिभ्स र म्यान्माजस्ता देशहरूमा कि संविधान पटक-पटक फेरिएको छ वा नागरिकतन्त्र र सैनिकतन्त्रको उठापटकले निरन्तर अस्थिरता रहेको कारण विकास नभएर यी देशका नागरिक गरीबीको चपेटामा परेका छन्। स्वभावतः यस क्षेत्रको विकासमा भौगोलिक र सांस्कृतिक कारणले भारतले नै अग्रसरता लिएर छिमेकलाई विकसित तुल्याउन सक्नुपर्ने हो र त्यस्तो हुन सकेको भए आज भारतले राम्रो निद्रा सुत्न सक्ने अवस्था हुने थियो । पाकिस्तान र बङ्गलादेशको प्रसङ्ग छाडिदिने हो भने पनि श्रीलङ्का, माल्दिभ्स र अब नेपालसँग रहेको भारतको सम्बन्ध तनावपूर्ण पाइन्छ। नेपालका अधिकांश पुराना नेताहरूको शिक्षादीक्षा बनारस, इलाहाबाद र पटनामा भएका कारण राजनीतिक अधिकार र स्वतन्त्रताप्रति सचेत यो वर्ग भारतको स्वतन्त्रता आन्दोलनमा सक्रिय सहभागी भएको पाइन्छ । तर भारतको विचार गर्दा यसको ठीक उल्टो गति फेला पर्दछ । खासगरी नेपालसँगको सम्बन्धमा त यो झनै स्पष्ट देखिन्छ । २००७ सालको क्रान्तिपछि स्थापित प्रजातन्त्रलाई २०१७ मा भारतकै समर्थनमा समाप्त पारेको तथ्य सबैको सामु स्पष्ट छ । भारतले यस्तो किन गऱ्यो भनेर खोजतलाश गर्दा भारतीयका तत्कालीन प्रधानमन्त्री जवाहरलाल नेहरूले आफूलाई यस क्षेत्रकै नेताको रूपमा स्थापित हुन अगाडि सारेको पञ्चशीलको सिद्धान्तले सर्वस्वीकृति नपाउँदै नेपालका तत्कालीन प्रधानमन्त्री स्व विपी कोइराला सोशलिस्ट इन्टरनेशनलको दक्षिण एशियाको उपसभापति निर्वाचित हुनु र भारत-चीन सीमा विवादमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घको अगुवाइमा खेलेको सक्रिय भूमिका अनि चीन र इजरायलसँग बढ्दो मित्रता रहेको तथ्य पटक-पटक पुष्टि भइसकेको छ ।

२०१७ मा राजा महेन्द्रलाई साथ दिएर कृतज्ञता बोकाएका स्व नेहरूले राजा महेन्द्रसँग नेपाललाई भारतमा विलय गर्ने मनसाय व्यक्त गरेका थिए, जसलाई राजा महेन्द्रले अस्वीकार गरेका थिए। त्यसबेला भारतका तत्कालीन प्रधानमन्त्री स्व इन्दिरा गाँधीले नेपाल गाभ्ने प्रयास गरेको कुरा RAW का पूर्वप्रमुखको पुस्तकबाट खुलासा भइसकेको छ। २०४६ सालको जनान्दोलनको पृष्ठभूमि केलाउँदा पनि काठमाडौंमा भएको सार्क सम्मेलनका दौरान भारतका तत्कालीन प्रधानमन्त्री राजीव गाँधीसँग आएकी उनकी धर्मपत्नी सोनिया गाँधीको स्वागत गर्न अन्य राष्ट्रप्रमुखहरू (राष्ट्रपति)का पत्नीसँग स्वागत गर्न मञ्चबाट नओर्ली मञ्चमैं स्वागत गरेको कारणले मात्र नाकाबन्दी गरी २०४६ सालको जनान्दोलनलाई समर्थन गरेको हो। २०५२ सालदेखि शुरू भएको माओवादी आन्दोलनको सुरुआत गर्दै तालीम दिनेदेखि १२ बुँदे शान्ति सम्झौतामा पुग्नेसम्मको काम पनि भारतबाट नै भएको हो ।

शान्ति सम्झौतापछि लडाकू व्यवस्थापनको क्रममा भारतको सट्टा UNMIN रोजेको कारण कामरेड प्रचण्डकालको प्रधानसेनापति कटुवाल प्रकरण सबैको सामु स्पष्ट नै छ। भारतका वर्तमान प्रधानमन्त्रीले १७ वर्षको डेडलक तोड्दै नेपाल आएर नेपालको संसद्मा गरेको मनै लोभ्याउने भाषणमा नेपालको निर्माणाधीन संविधानमा हिन्दू राष्ट्रको मुद्दा मात्रै प्रमुख थियो भन्ने कुरा नाकाबन्दी र त्यसपछि जुन ढङ्गबाट मधेसवादी दलहरूले यसलाई अन्त गरे त्यसबाट नै स्पष्ट हुन्छ । माथिका घटनाक्रमलाई नियाल्दा भारतीय शासकहरूमा 'इगो' ठूलो भएको भान पर्दछ। इगोलाई सेल्फ मेन्टल इमेज भनिन्छ। Status भनेको अरूले तपाईंलाई दिएको स्थान हो। त्यसैले भारतीय शासक वर्गले इगोलाई स्टेटसको रूपमा बुझेको हुन सक्छ । यसले सुपेरियरिटी कम्प्लेक्स ल्याउँछ । अब हामी छिमेकी त फेर्न सक्दैनौं, तर कम्प्लेक्स हटाउन प्रयास भने गर्नैपर्छ ।

यसका लागि सबभन्दा पहिले भारत सरकारको, भारत नेपालको सबभन्दा ठूलो सहयोगी हो भन्ने सोचबारे स्पष्ट हुन जरुरी छ । भारतले हामीलाई वास्तवमा प्रत्येक वर्ष अन्य राष्ट्रहरूको तुलनामा ठूलो रकम सहयोग गर्दछ। यो वास्तविकता हो । तर यहींनेर हामीले सम्झनुपर्ने र गौरव गर्नुपर्ने कुरा के हो भने करीब १८०० किलोमिटर लामो सीमामा नेपाली जनताले अमनचैनले बसेर प्रदान गरेको सुरक्षा र भारतीय फौजमा कार्यरत ३८ बटालियन गोर्खा सैनिकले आफ्नो स्थापनाकालदेखि नै प्राणको आहुति दिएर भारतलाई प्रदान गर्दै आएको सुरक्षाको मूल्याङ्कन गर्ने हो भने पक्कै पनि भारतको तुलनामा हाम्रो सहयोग अमूल्य हुन आउँछ। त्यसैगरी, ३० देखि ५० लाख नेपालीले भारतमा रोजगार गरी ठूलो धनराशि कमाएको सन्दर्भमा भारतकै रिजर्भ बैंक अफ इन्डियाको वर्ष २०१८-१९ को तथ्याङ्क अनुसार नेपालबाट भारत जाने वैदेशिक रोजगारको अनुपात ३ छ भने भारतबाट नेपाल आउने रकमको अनुपात १ मात्र छ । त्यस्तै, नेपालको कुल वैदेशिक व्यापारको ६५ प्रतिशत भारतसँग नै छ र त्यसको भुक्तानी विदेशी मुद्रामा हुने गर्दछ। यसका बावजूद भारत सरकारले हालसम्म नेपालका बैंकहरूमा थन्किएको, रद्द गरिएको भारतीय नोटको व्यवस्थापनमा कुनै सहयोग गरेको छैन। दुवै देशको सहमतिबाट बनेको इपिजी प्रतिवेदन तयार भएको दुई वर्ष बितिसक्दा समेत बुझेको छैन। दुवै देशको जनताले लामो समयदेखि सुरक्षा गर्दै आएको नेपाल-भारत सीमामा कालापानी, लिपुलेक, लिम्पियाधुरा र सुस्ताजस्ता ठूला महत्त्वको विवादबाहेक पनि धेरै ठाउँमा स्ट्रिप नक्शामा सहमति भएपनि भारतले विवाद गर्न छाडेको छैन ।

नेपालको आर्थिक विकासमा गेम चेन्जर नै बन्न सक्ने महाकाली परियोजना २५ वर्षदेखि अत्तो थापेर भारतले अगाडि बढ्न दिएको छैन। सम्भवतः यसको सट्टा भारत कोसी उच्च बाँधमा नेपालको स्वीकृति चाहन्छ, जुन नेपालका लागि प्रत्युत्पादक मात्र हुन सक्छ। कोसी, गण्डकी र टनकपुरका समस्याहरू जस्ताका त्यस्तै रहेकाले विगत केही वर्षदेखि सीमा क्षेत्रमा जनस्तरमा समेत र खासगरी सीमा सुरक्षा बलको दुर्व्यवहारका कारणसमेत झडप हुन थालेको छ। भारतले नेपालसँगको सीमामा भोलि सेना राख्नुपर्ने अवस्था आयो भने कति भार बोक्नुपर्ने हो त्यसतर्फ ध्यान दिएको पाइँदैन। यसमा हाम्रो पनि कमजोरी के छ भने आफ्नो आर्थिक अवस्थाका कारण इन्फेरिटी कम्प्लेक्स (हीनभावना)ले ग्रस्त र राजनीतिक अस्थिरतामा अल्मलिएको आफ्नो सत्ता लिप्साका कारण कहिले तङ्ग्रिएर आफ्नो कुरा राख्न सकेनौं। त्यसैले अब नेपालीले भारतीय सहयोगको लागि आभारी हुँदै आफ्ना कुरा बराबरीकै हैसियतमा राख्न सक्नुपर्दछ । हाम्रो दुई देशको जनस्तर र सरकारीस्तर दुवैको सम्बन्ध सुधारको लागि यो आवश्यक छ । यसैलाई संवेदनशील तालीम पनि भनिन्छ, व्यवस्थापन विज्ञानमा । नेपाल र नेपालीको यो भाव र भावनालाई मुक्तिनाथको दामोदर तालमा बसेर ध्यान गरेका भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदी त्यसपश्चात् नै नरेन्द्र दामोदर मोदी भएकाले उनले झन् छिटो बुझी हाम्रो उन्नति र प्रगतिमा सार्थक सहयोग गर्लान् भन्ने अपेक्षा राख्नु बेठीक नहोला ।

अन्तमा भारतीय प्रधानमन्त्रीको 'छिमेक पहिले'को प्रगति लक्षित गर्ने विवेक नेपाल वा पशुपतिनाथ र बनारसका विश्वनाथले पक्कै प्रदान गर्नेछन् भन्दै पुनः एकपटक समस्त भारतवासीको सुख, सुस्वास्थ्य, समृद्धि एवं प्रगतिको लागि ७२औं गणतन्त्र दिवसको अवसरमा शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

तेस्रो राष्ट्रिय छोरी सम्मेलन हेटौंडामा शुरू

प्रस, मकवानपुर, २७ माघ/

वाग्मती प्रदेशको राजधानी हेटौंडामा मङ्गलवारदेखि तेस्रो राष्ट्रिय बेटी (छोरी) सम्मेलन शुरू भएको छ । मेचीदेखि महाकाली, हिमाल, पहाड, तराईका छोरीबेटी तथा महिला अधिकारकर्मीहरूको एकता गर्ने उद्देश्यले माघ २९ गतेसम्म तीन दिने तेस्रो राष्ट्रिय बेटी सम्मेलन हुँदैछ ।

समाजमा हुने महिला हिंसालगायत विभिन्न कुप्रथाविरुद्ध र लैङ्गिक समानता र समावेशी अधिकारका लागि 'आसनमा महिला, भाषणमा महिला र शासनमा महिला' मुख्य नाराका साथ सम्मेलन आयोजना गरिएको सम्मेलन मूल आयोजक कमिटीकी संयोजक नजबुल खानले जानकारी दिइन् ।

कार्यक्रममा ७५ जना महिला र २५ जना पुरुष समावेश गरी मुलुकभरबाट एक सयजना प्रतिनिधिको सहभागिता रहेको आयोजक समितिले जानकारी दिएको छ ।

सम्मेलनको उद्घाटन वाग्मती प्रदेशका मुख्यमन्त्री डोरमणि पौडेलले गरेका थिए । सो अवसरमा मुख्यमन्त्री पौडेलले मुलुकका कतिपय स्थानमा अझै पनि छोरा-छोरीबीचको विभेद कायमैं रहेको भन्दै दाइजो प्रथा, बालविवाह, छाउपडी प्रथा छोरीहरूको उत्थानमा अवरोध बनेको बताए। मुख्यमन्त्री पौडेलले कानूनले छोराछोरीलाई बराबरीको दर्जा दिएकोले यसलाई व्यवहारमा उतार्नका लागि घरपरिवार, समाज र राज्यको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुने बताए ।

छोरीको उत्थानका लागि कम्तीमा स्नातक तहसम्म छोरी शिक्षा अनिवार्य गर्नुपर्ने र शिक्षामा अगाडि बढे मात्रै चौतर्फी बाटो खुल्ने भन्दै वर्तमान सङ्घीय सरकार यसतर्फ लागिसकेको दाबी गरे।

यसअघि प्रदेश नं १ मा पहिलो बेटी सम्मेलन र प्रदेश नं २ मा दोस्रो बेटी सम्मेलन सम्पन्न भएको थियो । मिसन नोट अफ डिसेन्ट आभास, राष्ट्रिय अभियान केन्द्रीय सञ्जाल र मूलधार महिला सेवा केन्द्र मासबेस उदयपुरको आयोजनामा कार्यक्रम शुरू भएको हो ।

हरेक वर्ष आयोजना गरिने छोरी (बेटी) सम्मेलनले महिला तथा बालिका अधिकार, लैङ्गिक हिंसा, छोरी शिक्षाको अवस्थालगायतका बारेमा छलफल गरी एक वर्ष अवधिको विश्लेषण एवं आगामी दिनमा राज्यले अपनाउनुपर्ने नीति तथा सोसम्बन्धी कार्यक्रमहरूबारे दबाबमूलक भूमिका निर्वाह गर्दै आएको छ ।

काफलामा जानेहरूलाई बिदाइ

प्रस, वीरगंज, २७ माघ/

प्रदेशसभा सदस्य रमेशप्रसाद कुर्मीले वीरगंज महानगरपालिका-१ बजार

छपकैयाबाट काफलामा जानेहरूलाई मङ्गलवार बिदाइ गरेका छन्।

नेपाली काँवरियाहरू करीब दुई सयजनालाई आज प्रदेशसभा सदस्य कुर्मी, सशस्त्र प्रहरी र भारतीय एसएसबीले बिदाइ गरेको हो । प्रत्येक वर्ष भाकल पूरा गर्नका लागि हजारौंको सङ्ख्यामा पर्सा जिल्लाबाट काफ्लामा काँवरियाहरू जाने गरेका छन् । तर यसपटक कोरोनाको कारण काफलामा जानेहरूको सङ्ख्या निकै पातलिएको छ। लकडाउन, निषेधाज्ञा, सीमा सिल र भारतमा कोरोना सङ्क्रमितहरू बढेको समाचारसँगै यस वर्ष काफलामा जानै पर्ने भाकल गरेकाहरू मात्र सहभागी भएका छन् ।

आज श्रीसिया नाका भएर भारतको अरेराज काँवर लिएर हिंडेको काफलालाई अबिर र माला लगाएर प्रदेशसभा सदस्य कुर्मीले बिदाइ गरेका थिए । काफलालाई बिदाई गर्न नेपालतर्फका सशस्त्र प्रहरी र भारततर्फका (सशस्त्र सुरक्षा बल) एसएसबी पनि सहभागी थिए।

सामाजिक सेवामा समर्पित रिलिफ सोसाइटीको कार्यसमितिलाई चाहिने समय प्रदान गरी सामाजिक सेवामा सहभागी हुनुहोस् । रिलिफ भवन फोन: ९८४५११९४४८

निर्वाचनको कामलाई निरन्तर अघि बढाउनुस् -प्रम ओली

काठमाडौं, २७ माघ/रासस

प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओली सोमवार निर्वाचन आयोग गई आगामी प्रतिनिधिसभा निर्वाचन तयारीबारे जानकारी लिएका छन्। सो अवसरमा प्रमुख निर्वाचन आयुक्त दिनेशकुमार थपलियाले उनलाई निर्वाचनको तयारी, शान्ति सुरक्षा र बजेटलगायत समग्र वस्तुस्थितिबारे अवगत गराएका थिए। सरकारले आगामी वैशाख १७ र २७ गते दुई चरणमा चुनाव गर्ने गरी पुस ५ गते नै निर्वाचनको मिति घोषणा गरेको थियो।

आगामी प्रतिनिधिसभा निर्वाचनका सन्दर्भमा आयोगले गरिरहेको तयारीबारे जानकारी लिन प्रधानमन्त्री गएका प्रधानमन्त्रीका प्रेस सल्लाहकार सूर्य थापाले सञ्चारकर्मीलाई जानकारी दिए। प्रधानमन्त्री ओलीले प्रमुख आयुक्तसहितका आयुक्तसँग निर्वाचनको तयारीबारे छलफल गरेको र आयोगले गरिरहेको तयारी सन्तोषजनक रहेको भनी धन्यवाद ज्ञापन गरेको उनले बताए।

निर्वाचनको कामलाई निरन्तर अघि बढाउन आयोग पदाधिकारीलाई सुझाव दिँदै प्रधानमन्त्री ओलीले सोका लागि सबै प्रकारका स्रोतसाधन उपलब्ध हुने तथा कुनै कमी हुन नदिइने विश्वास दिलाएका थिए। सो अवसरमा नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा)विवाद सम्बन्धमा प्रमुख निर्वाचन आयुक्त थपलियाले यही माघ ११ गते एउटा निर्णय दिइसकेकामा माघ २० गते अर्को निवेदन पनि प्राप्त भएको जानकारी गराएका थिए।

तस्वीरः रासस

प्रधानमन्त्री ओलीले त्यस विषयमा निर्वाचन कानून, हिजोका अभ्यासलगायत धेरै विषयका सन्दर्भमा जानकारी राख्दै जिज्ञासा माग गरेका थिए। प्रधानमन्त्री ओलीले मूलतः निर्वाचनको तयारी सम्बन्धमा नै आयोगले गरिरहेको कामको जानकारी लिनका निम्ति गएकाले त्यसमा नै केन्द्रित रहेर छलफल भएको सल्लाहकार थापाले स्पष्ट पारे।

प्रधानमन्त्रीका साथ उपप्रधानमन्त्री, अर्थमन्त्री, कानून, न्याय तथा संसदीय मामिलामन्त्री तथा दलका तर्फबाट निर्वाचनसम्बन्धी जिम्मेवारी र सम्पर्क तोकिएका पूर्वसभामुख सुवास नेम्वाङलगायत नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा)का नेता आयोग पुगेका थिए।

अब त्रिविमा फागुनदेखि भौतिक उपस्थितिमा पढाइ

काठमाडौं, २७ माघ/रासस

त्रिभुवन विश्वविद्यालय (त्रिवि)ले आगामी फागुन अन्तिम सातादेखि स्नातक

र वैशाखदेखि स्नातकोत्तर तहको पढाइ भौतिकरूपमा सञ्चालन गर्ने भएको छ।

कोभिड-१९ को कारणले भौतिकरूपमा उपस्थिति नभई रोकिएको पढाइ फागुन अन्तिम सातादेखि शुरू गर्ने भएको त्रिविका (रजिस्ट्रार) प्राडा पेशल दाहालले जानकारी दिए।

उनले कोभिड-१९ सामान्य भइसकेकाले भौतिकरूपमा विद्यार्थी उपस्थिति गरेर कक्षा सञ्चालन गर्न थालिएको बताए। कोभिड-१९ पछि त्रिविले भर्चुअल विधिबाट कक्षा सञ्चालन गर्दै आइरहेको थियो। त्रिविले कोभिड-१९ को कारणले यस वर्ष तीन महीनापछि मात्र कक्षा सञ्चालन गर्न थालेको हो। उनका अनुसार केही क्याम्पसले स्थानीय तहको स्वीकृत लिएर पहिल्यैदेखि नै पठनपाठन शुरू गरिसकेका छन्।

"कोभिड-१९ को कारणले हामीले तीन महीनापछि मात्र कक्षा सञ्चालन गर्न थालेका हौं," उनले भने, "त्यो पनि कक्षा १२ को परीक्षाफल ढिला प्रकाशन भएकोले मात्र तीन महीना ढिला भएको हो।" त्रिविले पढाइ सञ्चालनका लागि अहिले प्रवेश परीक्षा लिइरहेको छ। उनले बन्दाबन्दीले रोकिएका परीक्षा धमाधम लिँदै र नतीजा प्रकाशनको काम भइरहेको जानकारी दिए। "मङ्सिरदेखि अहिले पनि परीक्षा सञ्चालन भइरहेका छन्," उनले भने, "ती सबै परीक्षाको परीक्षाफल यही फागुन-चैत महीनाभित्र प्रकाशित गर्ने योजना रहेको छ।"

कोभिड-१९ को कारणले गत चैतदेखि स्थगित भएको त्रिविको परीक्षा गत मङ्सिरदेखि सञ्चालन भएको थियो। त्रिवि अन्तर्गत देशभरि एक हजार १२४ क्याम्पस रहेका छन्।

तातोपानी नाका पुनः सुचारु

चौतारा, २७ माघ/रासस

नेपाल-चीनबीचको प्रमुख व्यापारिक नाका तातोपानी मङ्गलवारबाट पुनः सुचारु भएको छ।

भोटेकोसी बाढीले क्षति पुऱ्याएको मितेरी पुल मर्मतका लागि चीन सरकारले यही माघ ७ गते तीन साताको लागि सो नाका बन्द गरेको थियो।

नाका सुचारु भएसँगै आज बिहान सामान लोड भएका तीनवटा कन्टेनर भित्रिएको तातोपानी भन्सार कार्यालयका भन्सार अधिकृत गणेशप्रसाद पौडेलले जानकारी दिए।

एक चिनियाँ कन्टेनर बराबर नेपाली दुई कन्टेनर सामान हुने र चिनियाँ पक्षले कीटनाशक औषधिसहित स्प्रे गरेर मात्र

तस्वीरः सौजन्य

सीमा पुलमा ल्याएर छाड्ने गरेकोले कोभिड-१९ सङ्क्रमणबाट सुरक्षित रहेको भन्सार कार्यालयले जनाएको छ।

चीनबाट अब व्यापारीले थोरै मात्र सामान आउन बाँकी रहेको र खासा क्षेत्रमा हिउँ परेर सडक अवरुद्ध नभएमा ती सीमा चाँडै भित्रिन सक्ने विश्वास गरिएको छ।

भित्रिएका सामान जाँच गर्न सामान धनी आएपछि मात्र शुरू गरिने हुँदा एक/दुई दिन समय लाग्ने र त्यसपछि मात्र राजधानी भित्रिने बताइएको छ। आयातित सामानमा प्रायःजसो स्याउ, तयारी पोशाक, जुत्ता, चप्पल, मास्क तथा जलविद्युत् आयोजनाका मेशिनरी सामान रहेको बताइएको छ।

निकुञ्जमा घाँसे मैदान व्यवस्थापन हुँदै

नवलपुर, २७ माघ/रासस

दुर्लभ वन्यजन्तु एकसिङ्गे गैंडा, पाटेबाघ, हरिणलगायतका जनावर संरक्षणका लागि चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जले घाँसे मैदान व्यवस्थापनको कामलाई प्राथमिकता दिएको छ।

तस्वीरः फाइल

चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जले चालू आव २०७७/७८ मा एक हजार ४३ हेक्टरमा नयाँ घाँसे मैदान निर्माण तथा ४०० हेक्टर क्षेत्रफलमा घाँसे मैदान व्यवस्थापनको काम गरिरहेको छ। निकुञ्जका सूचना अधिकारी एवं सहायक संरक्षण अधिकृत लोकेन्द्र अधिकारीले निकुञ्जभित्र नयाँ र पुराना गरी एक हजार ४४३ हेक्टर क्षेत्रफलमा घाँसे मैदान निर्माण तथा व्यवस्थापनको काम भइरहेको जानकारी दिए। "हामीले नयाँ घाँसे मैदान निर्माणका लागि बोलपत्र माग गर्दा तोकिएको रकमभन्दा ४२ प्रतिशत कम रकममा बोलपत्र परेको छ," अधिकारीले भने, "अहिले एक हजार ४३ हेक्टरमा नयाँ घाँसे मैदान निर्माणको काम भइरहेको छ, त्यो बोलपत्रबाट बचेको बाँकी रकमले पुनः एक हजार ४५ हेक्टर क्षेत्रफलमा नयाँ घाँसे मैदान व्यवस्थापन गर्नेगरी बोलपत्र प्रक्रियामा गएका छौं।"

अधिकारीले पछिल्लो बोलपत्रको काम पनि यसै आर्थिक वर्षमा सक्ने गरी हुने भन्दै यस वर्ष निकुञ्जले दुई हजार ८८ हेक्टर क्षेत्रफलमा नयाँ घाँसे मैदान निर्माण गर्ने जानकारी दिए। "राष्ट्रिय निकुञ्ज तथा वन्यजन्तु संरक्षण विभागबाट हामीलाई नयाँ घाँसे मैदान निर्माणका लागि रु तीन करोड ५० लाख आएको थियो," अधिकारीले भने, "शुरूको बोलपत्रबाट आधा रकम बचत भएपछि पुनः बोलपत्र गरेर थप क्षेत्रफलमा घाँसे मैदान निर्माणको प्रक्रिया अगाडि बढाइएको हो।" निकुञ्जले ४०० हेक्टर क्षेत्रफलमा पुरानो घाँसे मैदान व्यवस्थापनका लागि रु एक करोड बजेट पाएको थियो।

निकुञ्जभित्र घाँस प्रजातिले ढाकेको क्षेत्रलाई घाँसे मैदानको रूपमा लिइन्छ। निकुञ्जको ९५२ वर्गकिलोमिटर क्षेत्रफलमध्ये करीब १० प्रतिशत मात्रै घाँसे मैदान रहेको छ। साना कीरा फटचाङ्ग्रा, सरिसृपदेखि लिएर ठूला स्तनधारी प्रजाति गैंडा, बाघ, हात्तीलगायत अन्य खुर भएका प्रजातिका वन्यजन्तुलाई घाँसे मैदान विचरण गर्न, खेल्न, हिंड्डुल गर्न, घाम ताप्न, आराम गर्नका लागि अत्यन्तै उपयोगी क्षेत्र मानिने निकुञ्जका प्रमुख संरक्षण अधिकृत अणनाथ बरालले बताए।

निकुञ्जका जनावरका लागि मात्रै नभएर जैविक विविधता संरक्षण र पर्यावरणमा सन्तुलन कायम राख्नसमेत घाँसे मैदानले ठूलो भूमिका खेल्ने बरालको भनाइ छ। "निकुञ्ज र यसको मध्यवर्ती क्षेत्रका घाँसे मैदानमा मुख्य घाँस प्रजातिमध्ये दुबो, काँस, सिरु, बरुवा, नर्कट, थमेडा, ढड्डी आदि पाइन्छन्," बरालले भने, "निकुञ्जको घाँसे मैदानमा ५० भन्दा बढी प्रजातिका घाँस छन्, जुन यहाँका वन्यजन्तुको मुख्य आहारसमेत हो।" निकुञ्जमा माइकेनिया, काँडे वनमारा, पार्थेनियम, सेतो वनमारालगायतका मिचाहा प्रजातिका झारका कारण घाँसे मैदानको क्षेत्रफल साँघुरिँदै गएको बरालले बताए।

"वनमारासहित झाडी प्रजाति असारे, बेतघारे, बिलाउनेघारी घाँसे मैदानमा अनियन्त्रितरूपमा कोलोनी बनाइ बढेको देखिन्छ," बरालले भने, "यी प्रजातिका झार मासेर घाँसे मैदान निर्माणको काम अगाडि बढाएका छौं।" निकुञ्जभित्रको घाँसे मैदानमा हुर्किएका रूख प्रजातिसमेत घाँसे मैदान संरक्षणमा चुनौती हुने उनले बताए। सन् १९७० को दशकमा निकुञ्जको २० प्रतिशतभन्दा बढी भागमा घाँसे मैदान रहेको भएपनि प्राकृतिक चक्रका कारण तथा घाँसे मैदानमा क्षेत्रगत एवं गुणात्मकरूपमा क्रमिक ह्रास हुँदा हाल १० प्रतिशतमा झरेको हो।

निकुञ्जले यस आव २०७७/७८ मा सुखीभार, लामिताल पश्चिम खण्ड, खरमुजुर फाँटा, घटगाई कछुवानी, डुमरिया, बोटेसिमरा, खोरियामुहान र पदमपुरलगायत ३० स्थानमा घाँसे मैदान विस्तारको काम गरिरहेको प्रमुख संरक्षण अधिकृत बरालले बताए। उनका अनुसार पुरानो १५ स्थानमा समेत घाँसे मैदान व्यवस्थापनको काम हुँदैछ। घाँसे मैदान व्यवस्थापन अन्तर्गत अग्लो घाँस/ढड्डी काट्ने, आगो लगाएर जलाउने, जरासहित रूख हटाउने, ससाना पोथ्रा हटाउने, रूखको मुना हटाउनेजस्ता काम हुने बरालले बताए।

घाँसे मैदान व्यवस्थापनपछि निकुञ्जमा दुर्लभ एकसिङ्गे गैंडा मर्ने क्रम घट्ने निकुञ्जको विश्वास रहेको छ। यस वर्षको सात महीनामा मात्रै चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जमा विभिन्न कारणले २३ गैंडाको मृत्यु भइसकेको छ। सन् २०१५ मा भएको गैंडा गणना अनुसार नेपालमा रहेका ६४५ गैंडामध्ये चितवन राष्ट्रिय निकुञ्जमा मात्रै ६०५ छन्।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको दैनिक १८० किलोमिटरको यात्रा

टीकापुर, २७ माघ/रासस

कैलालीको लम्की-चुहा नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत धर्मराज बिनाडी कार्यालय

तस्वीरः सौजन्य

आउन दैनिक १८० किलोमिटरको यात्रा गर्छन्। प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत बिनाडी धनगढीबाट लम्की-चुहा १८० किलोमिटर दैनिक आवतजावत गर्छन्। नगरपालिकाले प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतका लागि आवासको व्यवस्था गरेको भएपनि बिनाडी दैनिक घरबाटै ओहरदोहर गर्छन्। पाँच महीनाअघि सरुवा भएर लम्की-चुहामा आएका बिनाडी कार्यालयको खर्चमा दैनिक १८० किलोमिटर ओहरदोहर गरिरहेका छन्।

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको यातायात खर्चका बारेमा लेखा अधिकृत धर्मराज उपाध्यायले बोल्न चाहेनन्। उपाध्यायले इन्धनमा नगरपालिकाको मासिक खर्च रु दुई लाखसम्म हुन्छ भने। "आवास छ, सम्झौता भएकोजस्तो लाग्छ, सम्झौता कति रकममा भएको छ, त्यो त प्रशासनमा हेर्नुपर्छ," उपाध्यायले भने, "घरायसी समस्याले ओहरदोहर गर्नुभएको हो।"

यसरी ओहरदोहर गर्दा सेवासमेत प्रभावित भएको स्थानीयवासीको भनाइ छ। "यसरी प्रभावकारी सेवा दिनुहुन्छ जस्तो लाग्दैन," स्थानीयवासी ललित जैसीले भने, "स्थानीय तहको प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतलाई खाने, बस्ने व्यवस्था स्थानीय सरकारले गर्ने प्रावधान छ जस्तो लाग्छ। त्यति लामो दूरी टाढा बस्नु भनेको इन्धनदेखि लिएर अन्य खर्च हुन्छ, उहाँले भुक्तानी कसरी बुझ्नुहुन्छ हामीले थाहा पाउने कुरा भएन।"

जैशीले स्थानीय तह प्रभावकारीरूपमा चलेको जस्तो नलागेको बताए। "यसरी लामो दूरी यात्रा गरेर कसरी प्रभावकारी सेवा दिन सक्नुहुन्छ?" जैसीले प्रश्न गरे। नगरपालिकाका प्रमुख प्रशासकीय

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत धर्मराज बिनाडी

अधिकृत बिनाडीले आवास तयार हुँदै गरेको बताए। सेवा प्रभावितका बारेमा बिनाडीले आफू समयमैं उपस्थित हुने गरेको जिकिर गरे। "म कहिलै पनि १० बजेभन्दा एक मिनेट ढिला गरेको छैन, ५ नबजी निस्केको पनि छैन," बिनाडीले भने, "मैले एक दिन पनि बिदा लिएको छैन। दैनिक ओहरदोहरमा लाग्ने इन्धन, त्यो त हेर्नुपर्छ, मलाई थाहा हुँदैन।"

उता नगरप्रमुख महादेव बजगाईंले प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतका लागि आवासको व्यवस्था भएको भन्दै क्वाटरमा नबस्नु प्रमुख प्रशासकीय अधिकृतको आफ्नै समस्या रहेको बताए। "होइन आवासको व्यवस्था छ, अस्ति मैले पनि सोधेको थिएँ," नगरप्रमुख बजगाईंले भने, "उहाँको श्रीमती बिरामी भएर हो, अब बस्नुहुन्छ।"

प्रमुख प्रशासकीय अधिकृत बिनाडी यसअघि लम्की-चुहा नगरपालिकामा आएर इन्धन र कार्यालयको खरीदकै बारेमा विवाद भएपछि तत्कालीन नेकपा (एमाले)ले विरोध गरेको थियो। राजनीतिक संयन्त्रले विरोध गरेपछि उनी अन्यत्र सरुवा भएर गएका हुन्।

जडीबुटीद्वारा स्वास्थ्य संरक्षण

२०. अश्वगन्धा (विदेनिया साम्निफेरा)

यसलाई असगन्ध एवं बाराहरकर्णी पनि भनिन्छ। काँचो जराबाट घोडाको झैं गन्ध आउँछ। त्यसैले पनि यसलाई अश्वगन्धा वा बाजिगन्धा भनिन्छ तथा यसको सेवन गरिरहनाले अश्वजस्तै उत्साह उत्पन्न हुन्छ, अतः नाम सार्थक छ। सुकेपछि गन्ध कम हुन्छ।

वानस्पतिक परिचय– यो समस्त नेपाल, भारतको पश्चिमोत्तर भाग, मध्य प्रदेश, महाराष्ट्र, गुजरात, पञ्जाब तथा हिमालयमा पनि ५ हजार फिटको उचाइसम्म पाइन्छ। मध्य प्रदेशको पश्चिमोत्तर जिल्ला मन्दसौरको मनासा तहसीलमा यसको ठूलो परिमाणमा खेती हुन्छ र समस्त भारतमा त्यहींबाट व्यावसायिक पूर्ति हुन्छ। पहिले यो नागोर (राजस्थान)मा निकै हुन्थ्यो र त्यहींबाट सर्वत्र पठाइन्थ्यो–तसर्थ यसलाई नागौरी असगन्ध पनि भनिन्छ। यो नाम अहिले पनि प्रसिद्ध छ।

यसको बोट एकदेखि चार फिटसम्म अग्लो बहुशाखायुक्त हुन्छ। हाँगा चारैतिर गोलाकार फिंजिएको हुन्छ। कहींकहीं ठूला–ठूला रूखमुनिका जलाशयनजीक यो बाह्रै महीना हरिलोभरिलो अवस्थामा देखिन्छ। आकारमा यो भटकुवाजस्तो तर काँडारहित हुन्छ। पात जोडामा अखण्डित अन्डाकार, ५ देखि १० सेमी लामो र २ देखि ५ सेमी चाक्लो हुन्छ। डाँठ निकै छोटो हुन्छ।

फूल सानासाना केही लामा, केही पहेंलो वा हरियोमिश्रित र चिलिमको आकारका हुन्छन्। हाँगाको अग्रभागमा फुल्छन्। यसमा पनि डाँठमा झैं सानासाना भुवा हुन्छ। फल चाहिं सानासाना गोलो केराउको दानाजस्तै पहिले हरियो र कात्तिक महीनामा पाकेपछि रातो रङ्गको हुन्छ। फलभित्र असङ्ख्य बीउ हुन्छन्। यसलाई दूधमा हालिदियो भने दूधलाई जमाइदिन्छ।

जरा ४ देखि ८ इन्च लामो माथिबाट माटो रङ्गको र भित्र सेतो भाला आकारको हुन्छ। यो तलबाट मोटो माथिबाट पातलो, गोलो व चिल्लो हुन्छ। गिलो ताजा जराबाट घोडाको मूतजस्तो तीव्र गन्ध आउँछ, जसको स्वाद तीतो हुन्छ। शरद ऋतुमा फूल लाग्छ र कात्तिकमा पाक्छ। वर्षामा यसको बीउ रोपिन्छ र जाडोमा फसल भित्र्याइन्छ।

शुद्धाशुद्ध परीक्षा– बजारमा पाइने सुकेको जरा १० देखि २० सेमी लामो, सानो–ठूलो टुक्रामा पाइन्छ। यो प्रायः खेती गरिएको बिरुवाको जरा हुन्छ। जङ्गली बिरुवाको अपेक्षा यसमा स्टार्च बढी हुन्छ। आन्तरिक प्रयोगका लागि खेती गरिएको बिरुवाको जरा र लेप आदिमा प्रयोगका लागि जङ्गली बिरुवाको जरा उपयुक्त हुन्छ।

असगन्ध दुई प्रकारका हुन्छन्। सानो र ठूलो। सानो असगन्धको बोट

जीवेम शरदः शतम्

सानो तर जरा ठूलो हुन्छ। पूर्वतिर नागौरी असगन्धलाई देशी पनि भनिन्छ

नादकर्णीका अनुसार अश्वगन्धा प्रधानतः एक टनिक हो। यसले शरीरका अव्यवस्थित क्रियाकलापहरूलाई सुव्यवस्थित गर्छ। वातशामक हुनुको कारण थकानको निवारण गरेर शक्ति प्रदान गर्छ। यसले जीवकोषका अङ्गका अवयवहरूको आयु बढाउँछ।

। ठूलो जातिको असगन्धको बोट ठूलो र जरा

सानो हुन्छ। बजारमा असगन्धकै जातिको एउटा भेद काकनजको जरा पनि मिसाइदिन्छन्। केही मानिस कन्वाल्व्युलस असगन्धलाई पनि अश्वगन्धा मान्दछन्। जबकि यो आन्तरिक प्रयोगका लागि हुँदैन, विषालु हुन्छ।

रोपण– यो ती स्थानमा पनि उम्रन्छ, जहाँ अन्य वनौषधि हुर्कंदैन। ५ किलो बीउ करीब एक हेक्टर भूमिको लागि पर्याप्त हुन्छ। पहिले नर्सरीमा उमारेर यसको बिरुवालाई आधा–आधा मिटरको दूरीमा खेतमा रोपिन्छ। यसको खेतीमा सिंचाइको आवश्यकता अधिक पर्दैन। खाद आदिको रेखदेखको पनि त्यति जरुरी पर्दैन। अधिक वर्षाले यसलाई हानि गर्छ। डिसम्बरमा फूल–फल लागेपछि मार्चमा समूल–फसल काटिन्छ। जराबाट माटो झारेर त्यसलाई अलग गरेर मोटो जरालाई औषधि प्रयोजन हेतु अलगै छाटिन्छ।

सङ्ग्रह–संरक्षण–कालावधि– उत्तम जरा छानेर सुखाएर एयरटाइट गरी सुक्खा, शीतल स्थानमा राख्नुपर्छ। यसलाई एक वर्षसम्म प्रयुक्त गर्न सकिन्छ।

गुण धर्मसम्बन्धी मत– अश्वगन्धा एक बलवर्धक रसायन हो। यसको यस सामर्थ्यलाई चिरपुरातनदेखि लिएर अहिलेसम्मका सबै चिकित्सकले सराहना गरेका छन्।

आचार्य चरकले असगन्धलाई उत्कृष्ट वल्य मानेका छन्। एवं सबै प्रकारका जीर्ण रोगीहरू, क्षय शोध आदिको लागि यसलाई उपयुक्त मानिन्छ। सुश्रुतका अनुसार यो औषधि कुनै पनि प्रकारका दुर्बलता–कृषतामा गुणकारी छ। चक्रदत्तका अनुसार–

पादकल्केश्वगंधायाः क्षीरे दशगुण पचेत्।

घृतं पेयं कुमाराणां पुष्टिकृद्बलवर्धनम्॥

पुष्टि–बलवर्धन हेतु यसभन्दा श्रेष्ठ औषधि आयुर्वेदका विद्वान्ले कुनैलाई मानेका छैनन्। चक्रदत्तका अनुसार यदि अश्वगन्धाको चूर्ण १५ दिन दूध, घृत अथवा तेल वा जलसँग लिंदा बालकको शरीर यस प्रकारले पुष्ट हुन्छ, जसरी जल वर्षा हुँदा फसलको पुष्टि हुन्छ। यतिमात्र होइन, शरद ऋतुमा यदि कोही वृद्धले यसको एक महीना मात्र सेवन गर्छ भने ऊ युवा बन्दछ।

भावमिश्र लेख्छन्–

अश्वगन्धा निलश्लेष्मश्वित्र शोथक्षयापहा।

बल्या रसायनी तिक्ता कषायोष्णातिशुक्रला॥

अर्थात् यो शोष–क्षय आदि रोगहरूमा त लाभकारी छ नै बलवर्धक–रसायन एवं अतिशुक्रल पनि छ।

आयुर्वेदका अन्य विद्वान् बताउँछन् कि असगन्धले धातुहरूको वृद्धि विशिष्टरूपले गर्छ। मांस–मज्जाको वृद्धि, सोको शोधन तथा जीवनावधि बढाउनु पनि यसको वृहण गुणकै कारण सम्भव हुन्छ।

डा आरएन खोरीका अनुसार असगन्ध एक शक्तिवर्धक रसायन र अवसादक हो। यसको मूलको चूर्ण दूध वा घ्यूको साथ लिंदा बालकको शरीर–मेधाको वृद्धि हुन्छ। डा घोषालका अनुसार यसले निद्रा ल्याउँछ तथा शुक्राणुहरूको वृद्धि गरेर एक प्रकारको एफ्रोडिजिसक (कामोत्तेजक)को भूमिका निभाउँछ। तर यसको कुनै अवाञ्छनीय प्रभाव शरीरमा पर्दैन।

नादकर्णीका अनुसार अश्वगन्धा प्रधानतः एक टनिक हो। यसले शरीरका अव्यवस्थित क्रियाकलापहरूलाई सुव्यवस्थित गर्छ। वातशामक हुनुको कारण थकानको निवारण गरेर शक्ति प्रदान गर्छ। यसले जीवकोषका अङ्गका अवयवहरूको आयु बढाउँछ। यस प्रकार यसको सेवनले असमय बुढ्यौली आउन दिंदैन। वेल्थ अफ इन्डियाका अनुसार यो बच्चाहरूको सूखा रोगहरूमा लाभकारी छ। यसको डाँठको तरकारी पनि खुवाइन्छ। सूखा रोग हेतु यो एक ग्रामीण चिरप्रचलित औषधि हो।

होमियोपैथीमा यसको वर्णन कहींकतै प्रयोगको रूपमा पाइँदैन। कहीं छिटपुट प्रयोग भएपनि प्रकाशित नभएको कारण यसको जानकारी उपलब्ध छैन।

युनानीमा अश्वगन्धालाई वहमनेवर्रीको नामले जानिन्छ। हब्ब असगन्ध यसको एक प्रसिद्ध योग हो। हकीम दलजीत सिंहका अनुसार यो तेस्रो दर्जाको उष्ण रूक्ष हो। यसको गुण बाजीकरण बलवर्धन, शुक्रल, वीर्य पुष्टिकर हुन्छ। महिलाहरूलाई प्रसवोपरान्त दिंदा यसले बल प्रदान गर्छ।

रासायनिक संरचना– अश्वगन्धाको जरामा धेरै एल्केलाइड पाइन्छन्। यसको कुल मात्रा ०.१३ देखि ०.३१ प्रतिशतसम्म हुन्छ। वेल्थ अफ इन्डियाको मत अनुसार तेन्ह प्रकारका एल्केलाइड क्रोमेट्रोग्राफी विधिबाट अलग गरिएका छन्। यसमा प्रमुख हुन्– कुस्कोहाइग्रीन, एनाहाइग्रीन, ट्रोपिन, स्युडोट्रोपिन, एनापैफरिन, आइसोपेलिन, टोरिन र तीन प्रकारका ट्रोपिल्टिग्लोएट। जर्मन र रूसी वैज्ञानिकहरूले असगन्धको जरामा अन्य एल्केलाइड भएको पनि दाबी गरेका छन्, जसमा प्रमुख हुन्– विदासोमिन एवं विसामिन एल्केलाइडहरूका अलावा यस क्षुपको जरामा स्टार्च शर्करा, ग्लाइकोमाइड्स–हेन्ट्रियाकान्टेन तथा उलसिटल, विदनाल पाइएका छन्। यसमा धेरै अमिनो अम्ल मुक्तावस्थामा हुन्छन् यथा एस्पार्टिक अम्ल, ग्लाइसिन टायरोसिन, एलेनिन, प्रोलिन, ट्रिप्योफैन, ग्लुटेमिक अम्ल एवं सिस्टिन।

अश्वगन्धाका पातहरूमा विदानोलाइड परिवारका पदार्थ पाइन्छन्, जुन बदलिइरहन्छन्। पातहरूको स्वरूप एकनास भएपनि रासायनिक दृष्टिले अन्तर पाइएको छ। बान्ह प्रकारका विदानोलाइड अलग–अलग बिरुवाहरूबाट प्राप्त गरिएको छ, जुन एकै क्यारीमा एकसाथ रोपिएको थियो। यसअलावा पातहरूमा एल्केलाइड्स ग्लाइकोसाइड्स, ग्लुकोस एवं मुक्त अमिनो अम्ल पनि पाइन्छन्।

असगन्धको डाँठमा प्रोटिन बहुतायत मात्रामा पाइएको छ। यसमा रेशा धेरै कम तथा क्याल्सियम र फास्फोरस प्रचुर मात्रामा हुन्छ। धेरै अमिनो अम्ल पनि मुक्तावस्थामा पाइएको छ। जरा, डाँठ तथा फलमा टैनिन एवं फ्लेविनाइड पनि हुन्छ। यसको फलमा प्रोटिनलाई पचाउने एक एन्जाइम कैमेस पनि पाइन्छ। क्रमशः

तस्वीरको दृश्य पर्सा जिल्ला, सखुवाप्रसौनी गापा–५ महुवनको हो। सरस्वती पूजाको नाममा सडकमा हिंड्ने सवारीसाधनहरूलाई डोरी तेर्स्याएर रोक्दै चन्दा लिने काम गरिंदैछ। यस वर्ष फागुन ४ गते सरस्वती पूजा परेको छ। तर पर्साका ग्रामीण सडकहरूमा दुई सातादेखि नै चन्दा माग्ने कार्य हुँदैछ। पूजाका लागि विद्यालयले आन्तरिकरूपमा चन्दा उठाउने वा पालिकाको सहयोग लिने गरेका छन्। तर अहिले पनि सरस्वती पूजाको नाममा बाह्य चन्दा लिनेहरू सक्रिय छन्। विद्यालयमा अध्ययन नगर्नेहरूको सक्रियता यसरी चन्दा लिने काममा बढी हुने गरेको छ। तस्वीर : प्रमोद यादव

फरक समाचार

कार्यालयमा बस्दाबस्दै घुँडा दुख्छ ?

कार्यस्थलमा काम गर्दागर्दै धेरैजनाले खान पनि बिर्सन्छन्। यतिमात्र होइन, उनीहरूले शरीरको ध्यान राख्न पनि उचित ठान्दैनन्। बढ्दो कामको दबाबको कारण कार्यालयको कुर्सीमैं चिया, खाजा, लन्च खाने चलन पनि छ। अबेर

रातिसम्म काम गर्दा मनमा चिडचिडापन हुन्छ। मन दिक्क हुनुको साथै घुँडाको दुःखाइ पनि हुन थाल्छ। खुट्टालाई एकै अवस्थामा राखी राख्दा घुँडामाथि धेरै असर पर्छ। यस्तो असावधानीको कारण बूढेसकालमा तपाईं उठ्ने लायक पनि रहनुहुन्न। भनिन्छ, कामको बीचबीचमा दुई मिनेटको समय घुँडाको लागि निकाल्नुपर्छ। कार्यालयमा काम गर्ने क्रममा केवल दुई मिनेटको विश्रामले घुँडाको दुःखाइ समाप्त गर्न सकिन्छ।

जोर्नीको दुखाइबाट जोगिन दिनहुँ मनतातो पानीले नुहाउनुपर्छ। फास्टफूड सकेसम्म खानुहुँदैन किनभने यसले हाम्रो शरीरमा कोलेस्ट्रोलको स्तर बढाउँछ। कोलेस्ट्रोलको स्तर बढेपछि शरीरका जोर्नीहरूमा यसको सबैभन्दा बढी असर पर्छ। दिनमा कमसेकम एकपटक १५ मिनेट तातो पानीमा खुट्टा राख्नुपर्छ। तातो पानीमा खुट्टा राख्दा खुट्टामा हावा लाग्न दिनुहुँदैन। खाजा खाएपछि कार्यालय वरिपरि वा कोठामैं केवल ५ मिनेट डुल्नुस्। काम गर्ने समयमा एकै पोजिशनमा बस्नुको सट्टा खुट्टा बीचबीचमा हल्लाउनुपर्छ। कार्यालयमा काम गर्दा खुट्टालाई स्ट्रैच गर्नुस्। खुट्टा तन्काउँदा नसाहरू तन्किन्छन्, जसबाट जोर्नीको पीडाबाट राहत पाइन्छ।

सम्भव छ भने कार्यालय हिंडेर जानुपर्छ। पैदल हिंड्दा घुँडा दुःखाइ निको हुन्छ। खुट्टाको सीधा सम्पर्क हाम्रो मस्तिष्कसँग हुन्छ। यदि घुँडा दुख्यो भने मस्तिष्कको ध्यान केवल त्यसैमाथि परिरहन्छ।

यस कारण दाजु–दिदी चलाख हुन्छन्

दाजु–दिदीको बुद्धिमत्ता र सोच्ने क्षमता आफूभन्दा साना भाइ–बहिनीको तुलनामा राम्रो हुन्छ। किनभने शुरूका वर्षमा उनका मातापिताको तर्फबाट उनीहरूले बढी मानसिक प्रोत्साहन पाउँछन्, यो नयाँ अध्ययनले दाबी गरेको हो।

ब्रिटेनको एडिनबर्ग विश्वविद्यालयका अनुसन्धानकर्ताका अनुसार ठूलो बच्चाले बुद्धिलब्धि (आइक्यु) परीक्षणमा आफूभन्दा साना भाइ–बहिनीको तुलनामा राम्रो प्रदर्शन गर्छन्। यद्यपि सबै बच्चालाई मातापिताबाट बराबर भावनात्मक मदत प्राप्त हुन्छ तर पहिलो बच्चाले बढी मदत पाउँछ, जसबाट सोच्ने क्षमताको विकास हुन्छ। अनुसन्धानकर्ताका अनुसार अध्ययनको परिणामबाट जन्मक्रमको प्रभाव बुझ्न मदत पुग्छ। बढीजसो मामिलामा जेठोले बढी परिश्रम र शिक्षा हासिल गरेको देखिन्छ।

लामो समयसम्म रुघा निको नहुने कारण

जाडोको मौसममा भरिएको नाक, सिङान बगिरहने नाक, हाछ्युँ, घाँटीमा खसखस, खोकी, ज्वरो, पानीले भरिएको आँखा हुनु स्वाभाविक हो।

एलर्जी र सङ्क्रामक रोगको राष्ट्रिय संस्थानका अनुसार औसत यस्ता रोग सातदेखि १० दिनसम्म रहन्छ। तर जब रुघा लामो समयसम्म रहन्छ र निको हुने र पुनः फर्कने गर्छ भने यसले अन्य स्वास्थ्यसम्बन्धी जटिलता बढाउन सक्छ। तसर्थ यस्तो बेला चिकित्सकको सुझाव लिनुपर्छ।

यस्तो हुनुका केही कारण छन्:

अस्वस्थ खानपान: अस्वस्थ खाद्य पदार्थको प्रयोग जसमा चिनीको मात्रा बढी हुन्छ। त्यसले तपाईंको शरीरको आपूर्ति प्रक्रियालाई सुस्त गर्न सक्छ। पोषक तत्त्वले भरिपूर्ण फल र तरकारी, चिकेन सुप, लसुन आदिको सेवन गर्नुपर्छ, जसबाट शरीरलाई स्वस्थ पार्ने प्रक्रियाको गति तीव्र हुन्छ।

तरल पदार्थको कम प्रयोग: मानिस रोगी भएपछि शरीरमा निर्जलीकरण हुन थाल्छ। यसै कारण पानी र अन्य स्वास्थ्यवर्धक पेय पदार्थको सेवन बढीभन्दा बढी गर्नुपर्छ। चिया, कैफिन र अन्य कार्बोनेटेड पेय पदार्थ सेवन गर्नुहुँदैन।

तनाव: तनावको उच्च स्तरले व्यक्तिलाई झनै रोगको चपेटामा लैजान्छ र प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर बनाउँछ। जब तनाव हुन्छ, कोर्टिसोल हार्मोन शरीरमा जारी हुन्छ, जसबाट प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हुन थाल्छ।

धूमपान: धूमपान महत्त्वपूर्ण कारक हो, जसले रुघाखोकीलाई तन्काउँछ। यसले सिङान बनाउँछ र रुघाखोकीलाई बढाउँछ।

अपर्याप्त निद्रा: निद्राको कमीबाट शरीरको प्रतिरक्षा प्रणाली प्रभावित हुन्छ। पर्याप्त निद्राको कमीबाट शरीरले भाइरससँग लड्न सक्दैन।

अल्जाइमर रोगबाट मुक्ति पाउन अङ्गुर सेवन गरौं

बढ्दो आयुको कारण अल्जाइमर हुने गर्थ्यो, तर आजभोलिको भागदौडको समयमा युवावर्गमा पनि यो रोगको खतरा बढ्दो छ। हालै गरिएको एक अनुसन्धान अनुसार आफ्नो डाइटमा अङ्गुर समावेश गर्दा यो रोगको खतरा कम गर्न सकिन्छ। केवल एक कचौरा अङ्गुर खानाले कति फाइदा पुग्छ जानी राखौं:

दिनहुँ अङ्गुर खाँदा अल्जाइमर रोगबाट बचाउ गर्न सकिने अध्ययनले जनाएको छ। अल्जाइमर मस्तिष्कसँग सम्बन्धित रोग हो, जसमा स्मरण तथा सिक्ने क्षमताको क्षय हुन्छ। लस एन्जल्सको युनिभर्सिटी अफ क्यालिफोर्नियामा अध्ययनका प्रमुख जाँचकर्ता डैनियल सिल्भरस्यानले भनेका छन्– "अध्ययन यो कुरा थाहा पाउन गरेका थियौं कि पृथक यौगिकको तुलनामा अङ्गुरले के प्रभाव पार्छ र दिनहुँ अङ्गुर सेवनको प्रभाव अल्जाइमर रोगसँग सम्बन्धित रोगीमा कस्तो पर्छ।"

सिल्भरस्यानले भने– "पाइलट अध्ययनले यस कुराको साक्ष्य प्रदान गर्दछ कि अङ्गुर सेवनले मस्तिष्क र हृदयलाई स्वस्थ राख्न सक्छ।" अध्ययनको निष्कर्ष अनुसार अङ्गुरले चयापचय गतिविधिको गिरावटमा सुरक्षा प्रदान गर्छ। मस्तिष्कको खास भागमा चयापचय गतिविधि कम भएपछि अल्जाइमर रोगको प्रारम्भिक आक्रमण भएको दर्शाउँछ। –प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

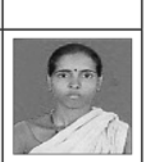
मेगा बैंक नेपाल लिमिटेडको तपशिलमा उल्लेखित ऋणीहरुलाई कर्जा चुक्ता गर्न आउने ३५ दिने अत्यन्त जरुरी सूचना

(प्रकाशित मिति २०७७/१०/२८)

तपशिलमा उल्लेखित ऋणीहरुले यस बैंकबाट उपभोग गर्नुभएको कर्जा समय-समयमा तिर्नु/बुझाउनुपर्ने साँवा, व्याज र हर्जाना व्याज रकम नतिरी नबुझाई बैंकसँग गरेको कर्जा सम्बन्धी शर्त कबुलियतको उल्लंघन गर्नुभएको र ऋणीहरुलाई पटक पटक मौखिक एवम् लिखित तरताकेता गर्दा समेत कर्जाको साँवा, व्याज, किस्ता र हर्जाना व्याज लगायतका रकमहरु बुझाउनेतर्फ कुनै पहल नगरेको हुनाले निजहरुका नाममा यस बैंकमा रहेका सम्पूर्ण ऋण कर्जा चुक्ता भुक्तानी गर्नुहुन यो **३५ (पैंतिस) दिने सार्वजनिक सूचना** प्रकाशित गरिएको छ।

यो सूचना प्रकाशित भएको मितिले **३५ (पैंतिस) दिनभित्र** बैंकमा सम्पर्क राखी बुझाउनु पर्ने सम्पूर्ण साँवा, व्याज, किस्ता र हर्जाना व्याज रकम अविलम्ब चुक्ता भुक्तानी गर्नुहुन अनुरोध छ। अन्यथा, ऋणी र बैंकबिच भए गरेका शर्त सम्झौता, बैंकको नियम, बैंक तथा वित्तीय संस्था सम्बन्धी ऐन २०७३ तथा अन्य प्रचलित कानूनले बैंकलाई दिएको अधिकार प्रयोग गरी सम्बन्धित सबैलाई **कर्जा सूचना केन्द्र लिमिटेडको कालोसूचीमा नाम समावेश** गर्न लेखि पठाई ऋणीहरुले धितो सुरक्षण स्वरुप बैंकलाई लेखिदिएको चल अचल सम्पति जे जस्तो अवस्थामा छन् सोही अवस्थामा लिलाम बिक्री गरी वा अन्य प्रक्रिया अपनाई बैंकको सम्पूर्ण लेना रकम असुल उपर गर्नेतर्फ आवश्यक कानूनी कारवाही अगाडी बढाईने व्यहोरा सूचित गरिन्छ। साथै, धितो सुरक्षणको लिलाम बिक्री हुन नसकी बैंकले धितो सकारेमा वा लिलाम बिक्रीबाट बैंकको सम्पूर्ण बक्यौता असुल उपर नभएमा असुल उपर हुन नसकेको रकमको हदसम्म कानून बमोजिम ऋणीहरुको घरघरानाबाट असुल उपर गर्ने प्रक्रिया अगाडी बढाईने व्यहोरा समेत यसै सूचनाद्वारा सूचित गरिन्छ।

तपसिल

ऋणीहरुको विवरण	ऋणीहरुको फोटो	ऋणीहरुको विवरण	ऋणीहरुको फोटो
१) ऋणी : सायरा खातुन (ना.प्र.नं. ३३१०९७/१५६५२, मिति २०६६/०६/२८ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : रामपुर टो. गा.वि.स. वडा नं. ०३, बारा पति : नेविजान मिया मंसुरी ससुरा : सुब्दार मिया मंसुरी	 **सायरा खातुन**	**२) ऋणी : कविरन खातुन** (ना.प्र.नं. ३३१०९७/२०९९३, मिति २०६८/०७/२५ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : रामपुर टोकनी वडा नं. ०३, बारा पति : सलिम मिया अंसारी ससुरा : अजिज मिया अंसारी	 **कविरन खातुन**
३) ऋणी : प्रतिमा देवी महतो (ना.प्र.नं. ३३३०७९/२२०, मिति २०६३/११/२८ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : जीतपुर वडा नं. ०३ , बारा पति : रमेश महतो ससुरा : रामचन्द्र महतो	 **प्रतिमा देवी महतो**	**४) ऋणी : आशा देवी कुर्मिन** (ना.प्र.नं. ३३१०५५/१३४०, मिति २०६५/१२/२७ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया न.पा/गा.वि.स. वडा नं. ०७, बारा पति : बढाई राउत कुर्मि ससुरा : बासदेव राउत	 **आशा देवी कुर्मिन**
५) ऋणी : मदिना खातुन (ना.प्र.नं.३३१०८३/१९४५२, मिति २०६८/०५/१३ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : प्रस्टोका गा.वि.स. वडा नं. ०१, बारा पति : जहुर मिया अंसारी ससुरा : कारी मिया अंसारी	 **मदिना खातुन**	**६) ऋणी : रिता देवी** (ना.प्र.नं. ३३१०५५/९७२, मिति २०६७/०७/२८ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स. वडा नं. ७, बारा पति : विनोद प्रसाद यादव ससुरा : चोकट राउत	 **रिता देवी**
७) ऋणी : रूकसाना खातुन (ना.प्र.नं. ३३१०५५/८९५, मिति २०६५/०६/०३ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैयां वडा नं. ०८, बारा पति : अब्दुल असलम ससुरा : शेष अब्दुल मदीन	 **रुकसाना खातुन**	**८) ऋणी : मुनिया देवी राय भर** (ना.प्र.नं. ३३३०९७/६५, मिति २०६३/११/१० मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : रामपुर टोकनी वडा नं. ०८, बारा पति : रामपृत राय भर ससुरा : दबन राय भर	 **मुनिया देवी राय भर**
९) ऋणी : पिंकी देवी ना.प्र.नं. ३३१०९५/२४१, मिति २०६६/१२/०६ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : मोतीसर वडा नं. ०४, बारा पति : जुगल किशोर साह ससुरा : रामाश्रे साह कानु	 **पिंकी देवी**	**१०) ऋणी : गीता देवी धानुक** (ना.प्र.नं. ३३२०७८/३५०७६, मिति २०६९/०२/२३ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : छाता पिप्रा गा.वि.स. वडा नं. ०९, बारा पति : जवाहिर महतो धानुक ससुरा : शंकर महतो धानुक	 **गीता देवी धानुक**
११) ऋणी : सिता देवी कुर्मिन (ना.प्र.नं. ३३१०५५/८१७, मिति २०६७/६/१० मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स. वडा नं. ०७, बारा पति : भुषण राउत कुर्मी ससुरा : नाम प्राप्त नभएको	 **सिता देवी कुर्मिन**	**१२) ऋणी : सुगन्धी देवी चमार** (ना.प्र.नं. ३३१०७०/२०५९९, मिति २०६८ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : महेशपुर गा.वि.स. वडा नं. ०९, बारा पति : विनोद राम चमार ससुरा : रुदल महरा चमार	 **सुगन्धी देवी चमार**
१३) ऋणी : पासपति देवी (ना.प्र.नं. ९/५८२, मिति २०५४/१/१९ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स. वडा नं. १२, बारा पति : नारायण राउत ससुरा : रघुनाथ राउत अहिर	 **पासपति देवी**	**१४) ऋणी : सुनिता देवी** (ना.प्र.नं. ३३१०५५/२९८८, मिति २०६४/०६/२३ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. १४, बारा पति : भोला राउत कुर्मी ससुरा : रघुनाथ राउत कुर्मी	 **सुनिता देवी**
१५) ऋणी : पुनम देवी कनुईन (ना.प्र.नं. ३३१०५५/२१६८५, मिति २०६८/०८/११ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०८, बारा पति : ललन साह कानु ससुरा : महिन्द्र साह कानु	 **पुनम देवी कनुईन**	**१६) ऋणी : कुसुम देवी** (ना.प्र.नं. ५१०४/३६९७, मिति २०६२/०४/२७ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : प्रस्टोका गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०५, बारा पति : सोनालाल साह तेली ससुरा : नाम प्राप्त नभएको	 **कुसुम देवी**
१७) ऋणी : उमा पाण्डे (ना.प्र.नं.२१५०/५३११,मिति २०४७/११/१० मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०८, बारा पति:श्रीनारायण सिंह ससुरा : मैनेजर सिंह	 **उमा पाण्डे**	१८) ऋणी : चिन्ता देवी बनिया (ना.प्र.नं. ३३१०५५/६८१७, मिति २०६५/०३/०५ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०५, बारा पति : पवन साह बनिया ससुरा : रामभरोस साह अग्रहरी	 **चिन्ता देवी बनिया**
१९) ऋणी : गौरी कुमारी (ना.प्र.नं. २६५७/२०३१, मिति २०६०/०९/१० मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : महेशपुर गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०९, बारा पति : राजेश महरा चमार ससुरा : सिपारस महरा चमार	 **गौरी कुमारी**	**२०) ऋणी : हिरामती देवी पटेल** (ना.प्र.नं. ३४१०२५/५२०, मिति २०६८/०२/१७ मा जि.प्र.का. पर्साबाट जारी भएको) ठेगाना : चोर्नी गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०८, पर्सा पति : मिश्रि राउत ससुरा : भुदन राउत कुर्मी	 **हिरामती देवी पटेल**

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

पूर्वराष्ट्रपति ट्रम्पविरुद्धको महाभियोगको सुनुवाइ शुरू

वाशिङ्टन, २७ माघ/एएफपी

अमेरिकी पूर्वराष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पविरुद्धको महाभियोग प्रस्तावमाथि अमेरिकी संसद्को माथिल्लो सदन सिनेटमा मङ्गलवारदेखि सुनुवाइ शुरू हुँदैछ।

तस्वीर : फाइल

अमेरिकाका राष्ट्रपतिमाथि एकै कार्यकालमा दुईपटक महाभियोग दर्ता भएको यो पहिलो घटना हो। पूर्वराष्ट्रपति ट्रम्पका तर्फबाट सिनेटमा जवाफ दिन नियुक्त वकीलले सिनेटमा विचाराधीन महाभियोग प्रस्ताव राजनीतिक पूर्वाग्रहबाट प्रेरित रहेको आरोप लगाएका छन्। महाभियोग दर्ता गरेको डेमोक्रेटिक पार्टीले भने अमेरिकी संसद् भवनमा गत जनवरी ६ का दिन आक्रमण गर्न आफ्ना समर्थकलाई उक्साएर सत्ताविद्रोह गर्न खोजेको बताएका छन्। उक्त घटनामा एक प्रहरी अधिकृतसहित पाँचजनाको मृत्यु भएको थियो भने संसद् भवनभित्र व्यापक तोडफोड र क्षति पुगेको थियो।

ट्रम्प समर्थकको उक्त आक्रमणपछि अमेरिकी तल्लो सदनले तत्कालीन राष्ट्रपति ट्रम्पविरुद्ध महाभियोगको प्रस्ताव पारित गरी सिनेटको अनुमोदनका लागि पठाएको थियो। यद्यपि राष्ट्रपति ट्रम्पको कार्यकाल गत जनवरी २० मैं समाप्त भई नयाँ राष्ट्रपति जो बाइडेनले पदभार ग्रहण गरिसकेका छन्।

अमेरिकी संविधान बमोजिम पहिल्यै सिनेटमा दर्ता भइसकेको महाभियोगको प्रस्तावमाथि मङ्गलवारदेखि सुनुवाइ शुरू हुन लागेको हो। सिनेटमा रिपब्लिकन पार्टीका केही सदस्यले ट्रम्पको कार्यकाल समाप्त भइसकेको अवस्थामा महाभियोग प्रस्तावलाई अगाडि बढाउन उचित नहुने तर्क गरिरहेका छन्।

सिनेटका केही रिपब्लिकन सदस्यले भने महाभियोग सही र उपयुक्त रहेको बताए पनि अन्तिम मतदानमा सहभागी हुने वा नहुने स्पष्ट भइसकेको छैन। अमेरिकी राष्ट्रपतिमाथिको महाभियोग प्रस्ताव पारित हुन सिनेटको दुई तिहाइ मत आवश्यक पर्दछ।

एक सय सदस्य रहने अमेरिकी सिनेटमा हाल डेमोक्रेट र रिपब्लिकन पार्टीको बराबर अर्थात् ५०/५० स्थान रहेको छ।

राष्ट्रपति जो बाइडेनले ट्रम्पमाथिको महाभियोगका बारेमा आफूले कुनै पक्ष नलिने बरु सिनेटले नै यसबारेमा निर्णय गर्ने विचार व्यक्त गरे। ह्वाइट हाउसकी प्रवक्ता जेन साकीले राष्ट्रपति बाइडेनले यसअघि चुनावकै दिनमा राष्ट्रपतिका रूपमा ट्रम्प उपयुक्त व्यक्ति नभएको भनाइ सार्वजनिक गरिसकेको भनाइ उद्धृत गर्दै राष्ट्रपति बाइडेनले ट्रम्पमाथिको महाभियोगमाथि सिनेटले निर्णय गर्ने धारणा राखेको बताए।

सिनेटमा महाभियोग पारित भए सिनेटको सामान्य बहुमतले भावी दिनमा ट्रम्पले राष्ट्रपतिका रूपमा उम्मेदवार हुनबाट रोक्नेछ।

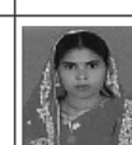
आजको राशिफल

राशि	फल	राशि	फल
मेष	कर्मप्राप्ति	वृष	राज्यभय
मिथुन	वादविवाद	कर्कट	यात्रालाभ
सिंह	शत्रुभय	कन्या	चोरभय
तुला	भयचिन्ता	वृश्चिक	विजय
धनु	धनखति	मकर	भाग्योदय
कुम्भ	खर्चवृद्धि	मीन	धनलाभ

ज्योतिषी पं. छविरमण सुवेदी, सि.सं.मा.वि.कलैया

रानीघाट-पोखरिया बस समिति

भिस्वा- बिहान ७:४० बजे
भिस्वा- बिहान १०:०० बजे
भिस्वा- मध्याह्न १२:०० बजे
भिस्वा- दिउँसो १:३० बजे
दसौता- दिउँसो २:३० बजे
सेढवा- दिउँसो ३ बजे
देउरिया- दिउँसो ३:१५ बजे
भिस्वा- दिउँसो: ३:४० बजे

ऋणीहरुको विवरण	ऋणीहरुको फोटो	ऋणीहरुको विवरण	ऋणीहरुको फोटो
२१) ऋणी : आबदा खातुन (ना.प्र.नं. ३३१०९७/१३९३, मिति २०६६/०१/२१ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : रामपुर टो. गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०३, बारा पति : मोजाहिर देवान ससुरा : सजदीन देवान	 **आबदा खातुन**	**२२) ऋणी : कलावती देवी ठाकुर** (ना.प्र.नं. ३३८०८६/२८००, मिति २०६३/१२/०१ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०८, बारा पति : गोविन्द ठाकुर हजाम ससुरा : नेमी ठाकुर हजाम	 **कलावती देवी ठाकुर**
२३) ऋणी : आशा देवी कल्वारीन (ना.प्र.नं. १३५५/१७२३, मिति २०४६/१०/२८ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : भ. जितपुर गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०३, बारा पति : रामनाथ साह कलवार ससुरा : नाम प्राप्त नभएको	 **आशा देवी कल्वारीन**	**२४) ऋणी : अन्तिमा देवी नुनिया** (ना.प्र.नं. ३४१०१३/१५५३, मिति २०६९/११/१८ मा जि.प्र.का. पर्साबाट जारी भएको) ठेगाना : बेलावा गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०६, पर्सा पति : अमीरका महतो ससुरा : लहवर महतो	 **अन्तिमा देवी नुनिया**
२५) ऋणी : चुत कुमारी गिरी (ना.प्र.नं. २०५/४२०, मिति २०४५/१/११ मा जि.प्र.का. सर्लाहीबाट जारी भएको) ठेगाना : पिपरासिमरा गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०३, बारा बाबु : नारायण गिरी बाजे : चन्द्र गिरी	 **चुत कुमारी गिरी**	**२६) ऋणी : जमुना श्रेष्ठ** (ना.प्र.नं. २०१९६, मिति २०६३/०३/२८ मा जि.प्र.का. पर्साबाट जारी भएको) ठेगाना : पिपरासिमरा गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०३, बारा पति : तारा बहादुर श्रेष्ठ ससुरा : सुक बहादुर श्रेष्ठ	 **जमुना श्रेष्ठ**
२७) ऋणी : सुगान्धी देवी तुरहा (ना.प्र.नं. ४१९१६, मिति २०६३/०९/०३ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : कलैया गा.वि.स./न.पा. वडा नं. १२, बारा पति : खोवारी साह तुराहा ससुरा : वैजनाथ सा तुराहा	 **सुगान्धी देवी तुरहा**	**२८) ऋणी : सुखमी देवी धनुकाईन** (ना.प्र.नं. १५४१/१३३३, मिति २०४५/०२/११ मा जि.प्र.का. बाराबाट जारी भएको) ठेगाना : बुनियाद गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०९, बारा पति : योगेन्द्र महतो धानुक ससुरा : नन्दु महतो	 **सुखमी देवी धनुकाईन**
२९) ऋणी : विणा कर्ण कायस्त (ना.प्र.नं. ४१०१, मिति २०५७/०८/२६ मा जि.प्र.का. धनुषाबाट जारी भएको) ठेगाना : भ. जितपुर गा.वि.स./न.पा. वडा नं. ०३, बारा पति : अमोद कुमार कर्ण ससुरा : कठरलाल कर्ण	 **विणा कर्ण कायस्त**		

मेगा बैंक नेपाल लिमिटेड, राइजिङ्ग मल, कमलादी, काठमाडौं, नेपाल, पोष्ट बक्स नं. २६५५९
फोन नं.: ९७७-१-४१६९२५०/५१/५३/५४, फ्याक्स नं.: ९७७-१-४१६९२१५ वेवसाइट: www.megabanknepal.com

प्रदेश पत्रकारिता पुरस्कार यस वर्ष शत्रुघ्न नेपाल र गत वर्षको धर्मेन्द्र झालाई दिइने

प्रस, वीरगंज, २७ माघ/

नेपाल पत्रकार महासङ्घ प्रदेश कमिटीले गत वर्षदेखि शुरू गरेको प्रदेश पत्रकारिता पुरस्कार यस वर्ष नेपाल पत्रकार महासङ्घ पर्साका पूर्वअध्यक्ष एवं प्रतीक दैनिकका सम्पादक शत्रुघ्न नेपाललाई प्रदान गर्ने निर्णय गरेको छ ।

धर्मेन्द्र झा

शत्रुघ्न नेपाल

मङ्गलवार प्रदेश अध्यक्ष दीपेन्द्र चौहानको संयोजकत्वमा नेपाल फोटो पत्रकार महासङ्घ प्रदेश अध्यक्ष पङ्कज श्रेष्ठ र इकोनोमिक जर्नालिस्ट एशोसिएशनका अध्यक्ष विजय कुशवाहा रहेको पुरस्कार छनोट समितिले पत्रकार नेपाललाई पुरस्कार दिने निर्णय गरेको पत्रकार महासङ्घ प्रदेश कमिटीका सचिव गुरुप्रसाद गौतमले बताए ।

गत वर्षको यो पुरस्कार यसअघि नै नेपाल पत्रकार महासङ्घका पूर्वअध्यक्ष धर्मेन्द्र झालाई दिने निर्णय गरिएको थियो । दुवै पुरस्कार यही फागुन १ गते वीरगंजमा हुने प्रदेश साधारणसभामा वितरण गरिने सचिव गौतमले बताए ।

बालविवाह तथा दाइजोप्रथाविरुद्ध सडकनाटक

नरेश यादव, पर्सागढी, २७ माघ/

पर्सागढी नगरपालिका-४ को सहयोगमा सुन्दर नेपाल कलैया बाराले बालविवाह तथा दाइजोप्रथाविरुद्ध सडकनाटक प्रस्तुत गरेको छ ।

तस्वीरः प्रतीक

पर्सागढी नपा-४ भेडाहाचोकमा आयोजित सडकनाटकमा बालविवाह कानूनी अपराध भएको र सो गराउनेलाई कानूनी सजाय हुनेबारे नाटकद्वारा सचेत गरिएको थियो ।

बालविवाह कानूनी अपराध भएको र सानो उमेरमा गरिने सो कार्यले बालबालिकाको स्वास्थ्य तथा मानसिक विकासमा पनि प्रभाव पार्ने हुँदा सो नगर्नका लागि नाटकबाट आह्वान गरिएको थियो ।

त्यसैगरी, दाइजोप्रथाबाट समाज नराम्ररी ग्रसित भएको र यसबाट उत्पन्न विकृति, विसङ्गतिका बारेमा पनि नाटकद्वारा सचेत पारिएको थियो। दाइजो लिने र दिने कार्यले छोरीको वैवाहिक कार्यमा विघ्न-बाधा आउने गरेको, आर्थिक समस्याले छोरीहरूको विवाह नभएको र भएकाहरूको पनि आगजनी, विषसेवन र अन्य प्रकारबाट हत्या हुने गरेको बताइएको थियो ।

यसका साथै दाइजोको कारण छोरीहरूको जन्मदर घटेको बताइएको थियो । गर्भमा छोरी भएपछि भ्रूणहत्या भइरहेकाले समाजबाट सबैले दाइजो हटाउने कार्यमा सक्रियता देखाउनुपर्ने सन्देश नाटकमार्फत प्रवाह गरिएको थियो ।

सडकनाटक प्रस्तुतिमा कलाकारहरू दीपक बैठा, आम्रपाली कुमारी, सनोजा दास, अर्चना कुमारी र पुनदेव चौरसिया सहभागी थिए । यसैगरी, नाटक हेर्न वडाध्यक्ष समसुद्दीन मियाँ देवान, सदस्य रामप्रसाद पाठकलगायत वडावासीहरूको सहभागिता थियो ।

देउरवाना दलित दबाब समूह गठन

प्रस, वीरगंज, २७ माघ/

पिस फोर दलित फाउन्डेशन नेपाल, प्रदेश २ को आयोजनामा पर्सा जिल्लाको सखुवाप्रसौनी गाउँपालिका-४, देउरवानामा दलित समुदायको भेलाले दलित अधिकारको लागि दलित दबाब समूह गठन गरेको छ ।

गठीत समूहका सदस्यहरू । तस्वीरः प्रतीक

पर्सा जिल्लाभरि समूह गठन गर्ने योजना अन्तर्गत दलित समुदायका समस्या, दलित समुदायका अधिकारको लागि समूह गठन गरिएको छ । गाउँपालिकाबाट दलित समुदायले अहिलेसम्म सेवा सुविधा नपाएको दलित समुदायको गुनासो रहेको छ। सरकारले दिएको सेवा सुविधा, हाम्रो अधिकार गाउँपालिकाले दबाएर, लुकाएर राखेको दलित अगुवाले आरोप लगाएका छन् । उनीहरूले दलित समुदायलाई अहिलेसम्म अछूत बनाएर राखेको आरोप लगाएका छन् ।

दलित समुदायमाथि भइरहेको हिंसा, हत्या, विभेदविरुद्ध आवाज उठाउन दलित दबाब समूह गठन गरिएको बताइएको छ। समूहले दलितमाथिको जातीय विभेद, छुवाछूत, सामाजिक विभेद, अन्याय, अत्याचार, दमन, शोषण, असमानता कायम नै रहेको बताएको छ । गाउँपालिका र वडाले अहिलेसम्म दलित समुदायको लागि खासै केही नगरेको समूहको आरोप छ ।

गाउँपालिकाको बजेट, नीति तथा कार्यक्रममा दलित सवाल, अधिकारलाई समावेश नगरिएको उनीहरूले बताएका छन् । यसविरुद्धमा सामाजिक आन्दोलन गर्ने तयारी पनि गरिएको समूहले जनाएको छ। गाउँपालिका, वडा र प्रदेश सरकार, नेपाल सरकारलाई दलितको अधिकार लागि दबाब दिनको लागि वडास्तरीय दबाब समूह गठन गरिएको हो। दलित दबाब समूहको संयोजक नागेन्द्र पासवानको संयोजकत्वमा १३ सदस्यीय समिति गठन गरिएकोमा सहसंयोजक हाकिम मुसहर, सदस्यहरूमा युवराज मुसहर, जग मुसहर, ब्रह्मदेव मुसहर, रामजी पासवान, ठग पासवान, सरस्वती देवी मुसहर, सुखलीदेवी मुसहर, श्याम कुमार, नागेन्द्र पासवान, सुनैना देवी, मुनि मुसहर रहेका छन् ।

खेलकूदको संसार

पटेर्वासुगौली गोल्डकप : गढीमाई युथ क्लब र वीरगंज युनिटीद्वारा जीतको दावेदारी

प्रस, सेढवा, २७ माघ/

पटेर्वासुगौली गोल्डकप फूटबलको फाइनलमा पुगेका गढीमाई युथ क्लब अपौनी र वीरगंज युनिटीले जीतको दावेदारी गरेका छन् ।

फाइलनमा पुगेका दुवै टीमबीच बुधवार फाइनल खेल हुँदैछ । भोलि हुने फाइनल खेलमा गढीमाई युथ एकेडेमी अपौनीले

तस्वीरः प्रतीक

अहिलेसम्म प्रतियोगितामा आयोजक टीम पटेर्वासुगौलीलाई दुई गोलअन्तरले र महोत्तरी क्लबलाई एक गोलअन्तरले पराजित गरेको थियो भने सेमिफाइनलमा वसन्तपुर युनाइटेड चितवनलाई चार गोलअन्तरले पराजित गरी फाइनलमा पुगेको छ ।

अपौनीका कप्तान मन्दीप चौरसियाले आफ्नो टीममा राष्ट्रिय वर्गका खेलाडीभन्दा स्थानीयलाई प्राथमिकता दिएको र फाइनल खेल जित्ने दाबी गरेका छन् । उनले फाइनल खेलकै दिन प्रदेश नं २ स्तरीय फूटबल चपुरमा भइरहेकोले लिगको फाइनल खेलको तयारीमा टिम लागेको बताए । अपौनीबाट तीनजना अन्तर्राष्ट्रिय खेलाडी सहभागी थिए तर फाइनलमा उनीहरूको सहभागिता रहनेछैन ।

वीरगंज युनिटी क्लब पनि जीतको दावेदारी गर्दैछ । फाइनलमा पुगेको वीरगंज युनिटले झारखण्ड युवा स्पोर्ट्स क्लब देवरियालाई टाइब्रेकरमा पराजित गरेको थियो । यसैगरी, बिएससी चितवनलाई चार गोलअन्तरले पराजित गरेर फाइनलसम्मको यात्रा तय गरेको हो । वीरगंज युनिटी क्लबका अध्यक्ष हेमन्त चौरसियाले प्रथम पटेर्वासुगौली गोल्डकपको उपाधि जित्ने दाबी गरेका छन्। उनले आफ्नो टिममा राष्ट्रिय 'ए' डिभिजनका खेलाडीहरू सहभागी हुनुका साथै 'बी' र 'सी' स्तरका खेलाडीहरू पनि खेलाउने बताए । कप्तान चौरसियाले गोल्डकपको उपाधि आफ्नो टीमले जित्ने दाबी गरे ।

राजसंस्था र हिन्दू राष्ट्रको लागि महिला समिति

प्रस, सर्लाही, २७ माघ/

राजसंस्था र हिन्दू राष्ट्र पुनर्स्थापना अभियानका लागि भन्दै सर्लाहीको लालबन्दीमा राष्ट्रिय शक्ति नेपाल अभियानको महिला समिति गठन गरिएको छ । लालबन्दी नगरपालिका-५ डाँडाटोलमा सम्पन्न भेलाले २५ सदस्यीय कार्यसमिति गठन गरेको हो ।

राजसंस्था स्थापना गर्नुपर्ने र सङ्घीयता खारेज गर्नुपर्ने माग गर्दै निर्मला बरालको अध्यक्षतामा समिति गठन गरिएको हो । गठित समितिको उपाध्यक्षमा गङ्गा शाही ठकुरी, सचिव पार्वती दाहाल र कोषाध्यक्षमा कविता खड्का चयन भएका छन् ।

भेला अभियानका जिल्ला कार्यसमिति अध्यक्ष प्रकाश भट्टको अध्यक्षता साथै केन्द्रीय प्रतिनिधि अञ्जुकुमारी थपलियाको प्रमुख आतिथ्यमा भएको हो। अभियानले सर्लाहीका सबै पालिकामा महिला समिति गठनलाई तीव्रता दिइने जनाएको छ ।

वृद्धाश्रममा सङ्गीतकर्मी सङ्घ

प्रस, मकवानपुर, २७ माघ/

राष्ट्रिय सङ्गीतकर्मी सङ्घ मकवानपुर शाखाले वृद्धाश्रमका आश्रितहरूलाई भोजन गराउनुका साथै आश्रमका सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजना गरी मनोरञ्जन प्रदान गरेको छ ।

राष्ट्रिय सङ्गीतकर्मी सङ्घ मकवानपुर शाखाले मङ्गलवार दिव्य सेवा निकेतन वृद्धाश्रम, रातोमाटेमा आश्रित २४ जना वृद्धवृद्धाहरूसँग दिनभरि नै बसी उनीहरूलाई नास्ता र खाना खुवाएका थिए। सो अवसरमा कलाकर्मीहरूले फलफूल, लत्ताकपडा वितरणका साथै नाचगान, भजन, किर्तन गरेका थिए ।

राष्ट्रिय सङ्गीतकर्मी सङ्घ मकवानपुरका अध्यक्ष रोएल सुनारको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सङ्गीतकर्मी सङ्घ वाग्मती प्रदेशका वरिष्ठ गायिका पम्फा थापामगरको प्रमुख आतिथ्य थियो ।

कार्यक्रममा आश्रित वृद्धवृद्धाहरू पनि नाच्दै गाउँदै सहभागिता जनाएका थिए ।

कान्तिबजारमा आयुर्वेद स्नातकको पढाइ शुरू

प्रस, महोत्तरी, २७ माघ/

महोत्तरी जिल्लाको गौशाला नगरपालिका वडा नं १२ स्थित राष्ट्रिय माध्यमिक विद्यालय कान्तिबजारमा आयुर्वेद विज्ञानमा स्नातकको पढाइ शुरू भएको छ। सोमवार उद्घाटन कार्यक्रम गरी विद्यालयले मङ्गलवारदेखि कक्षा शुरू गरेको हो ।

विद्यालयले सोमवार आयोजना गरेको कार्यक्रमका मुख्य अतिथि निवर्तमान स्वास्थ्यमन्त्री गिरिराजमणि पोखरेलले आयुर्वेद विज्ञानमा स्नातकको पढाइको सुरुआत भएको घोषणा गरेका थिए। प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद्को इजाजत प्राप्त गरेर गौशाला नगरपालिकाले नेपालमैं पहिलोपटक आयुर्वेदमा सो तहको पठनपाठन सुरुआत गराउन सफल भएको भन्दै पूर्वमन्त्री पोखरेलले आयुर्वेदको शिक्षालाई सबैले आधुनिक विज्ञानसँग जोड्न आग्रह गरे ।

उनले पश्चिमी विज्ञानको पछि लाग्दा अहिलेका व्यक्तिले प्राचीन योग, ध्यान र आयुर्वेदलाई बिर्सिंदै गएको भन्दै प्राचीन विज्ञानलाई जीवन्त राख्न यस्तो शिक्षाको सदुपयोग गर्नुपर्ने बताए । वर्तमान युगमा स्वस्थ र सक्षम जनशक्ति उत्पादन गर्न तथा दीर्घजीवी हुन योग, ध्यान र आयुर्वेदको विकल्प नरहेको पोखरेलको भनाइ थियो ।

फरार दुईजना अभियुक्त पक्राउ

प्रस, मकवानपुर, २७ माघ/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरको टोलीले वन मुद्दा र बैंकिङ कसूर मुद्दामा लामो समयदेखि फरार दुईजनालाई पक्राउ गरेको छ । पक्राउ पर्नेमा वन मुद्दाका एकजना र बैंकिङ कसूरका एकजना छन् ।

जिल्ला अदालत मकवानपुरले विसं २०७० जेठ १९ गते वन मुद्दामा दोषी ठहर गर्दै १६ दिन कैद भुक्तान गर्न बाँकी रही फरार रहेका मकवानपुर मनहरि गाउँपालिका वडा नं ६ का ३४ वर्षीय सञ्चलाल घलानलाई सोमवार पक्राउ गरेको हो। त्यसैगरी, बैंकिङ कसूर मुद्दामा जिल्ला अदालतले २०७६ माघ २५ गते दोषी ठहर गर्दै रु चार लाख १८ हजार २५० जरिवाना तोकेको तर फरार रहेका मनहरि गाउँपालिका वडा नं ६ का ३५ वर्षीय विनोद प्रजालाई पक्राउ गरेको छ। पक्राउ परेका दुवैजनालाई मङ्गलवार जिल्ला अदालत मकवानपुरमा पेश गरी कारागार चलान गरेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय मकवानपुरले जनाएको छ ।