निश्शुल्क प्रतीक दैनिक पढ्न चाहनुहुन्छ भने लग अन गर्नुहोस् ।
eprateekdaily.com

PRATEEK DAILY

प्रतीक दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

❖ वर्ष ३४ ❖ २०७७ फागुन २७ गते बिहीवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2021 March 11 Thursday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ६ ❖ अङ्क १९५

सामाजिक सुरक्षा कोषमा आबद्धता : सुरक्षित जीवनको सुनिश्चितता ।

नेपाल सरकार
सञ्चार तथा सूचना प्रविधि मन्त्रालय
सूचना तथा प्रसारण विभाग

श्रीराम कोलोनी जग्गा प्रकरण पेंचिलो बन्दै

मोहीविरुद्ध मुद्दा, भूमिसुधारबाट कागजात गायब

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

वीरगंज महानगर–२ छपकैयास्थित श्रीराम कोलोनीको जग्गा ठगी प्रकरण पेंचिलो बन्दै गएको छ । जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साले ठगी प्रकरणमा प्रेम जाटियालाई पक्राउ गरी कारबाई शुरू गरेपछि यो मुद्दा पेंचिलो बन्दै गएको हो ।

श्रीराम कोलोनी । तस्वीर: फाइल

जिप्रका पर्साले यससम्बन्धी कागजात भूमिसुधार तथा मालपोत कार्यालय, पर्साबाट माग गरेकोमा सम्बन्धित कार्यालयले सोसम्बन्धी कागजात पठाउन आलटाल गरेपछि फागुन २५ गते साँझ प्रहरीले भूमिसुधार कार्यालयमा छापा मारी सोसम्बन्धी कागजपत्र आफ्नो नियन्त्रणमा लिएको छ । कागजात लिने क्रममा कार्यालयबाट आवश्यक केही कागजपत्र गायब पारिएको प्रहरीले दाबी गरेको छ ।

पत्र अनुसार कागजातहरू पठाउन ढिलो गरेपछि प्रहरी परिचालन गर्नुपरेको र सो क्रममा त्यहाँका कर्मचारीहरूले यसअघि नै आवश्यक कागजातहरू गायब पारेको प्रहरीको भनाइ छ । प्रहरी उपरीक्षक बेलबहादुर पाण्डेले घटना सार्वजनिक भएपछि यससम्बन्धी कागजातहरू संलग्न कर्मचारीहरूको मिलेमतोमा गायब पारिएको बताए ।

भूमिसुधार तथा मालपोत कार्यालयका प्रमुख कुमुद तिवारीले कर्मचारीको अभावमा प्रहरीले मागेको समयमा कागजपत्र पठाउन नसकेको बताए । उनले प्रहरीले कार्यालयबाट कागजात लैजाने क्रममा आफूहरूले सहयोग गरेको बताए । उनले आफ्नो निगरानीमा रहेको कुनै पनि कागजात गायब नपारिएको दाबी गरेका छन् ।

२०६० सालसम्म श्रीराम कोलोनीको १७ वटा कित्तामा साबिक जग्गाधनी गोपाल अग्रवालको नाममा रहँदा मोही थियो । कित्ता नं ६० को जग्गामध्ये ७ कट्ठा जग्गा खरीद–बिक्री हुँदा २०६२ सालमा अर्को कित्ता बनाएर मोही लुकाइएको थियो । मोही भएको जग्गाबाट मोहीवालाहरूको भाग नछुट्याएर जग्गा बिक्री गरेको कारण अहिले यससम्बन्धी अनुसन्धान भएको र सो कुराको पुष्टि भएको हो ।

कित्ता नं ६० बाट कित्ताकाट गरी कित्ता नं ३५ कायम गरेको र श्रीराम कोलोनीको नाममा १७ वटा कित्ताबाट ७ कट्ठा जग्गा बिक्री भएको हो । अहिले सो जग्गामा मोहीवालाहरूले दाबी गर्दै मुद्दा दिएपछि घटना सार्वजनिक भएको हो । जाटियासँग जग्गा खरीद गर्नेहरूले आफूहरू ठगिएको भनी प्रहरीमा उजूरी

(बाँकी अन्तिम पातामा)

सीमा नखुल्दा होटल व्यवसायी मारमा

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

'पर्यटन समृद्धिको आधार, हामी सबै साझेदार' नारासहित वीरगंज महानगरपालिकाको लगानी तथा होटल, पर्यटन व्यवसायी र पर्यटन पत्रकारको एक दिने उद्घोष कार्यक्रम बुधवार सम्पन्न भएको छ ।

तस्वीर: प्रतीक

होटल दियालो लर्ड्स प्लाजामा आयोजित कार्यक्रममा प्रमुख अतिथि नगरप्रमुख विजयकुमार सरावगीले कोभिडको कारण होटल व्यवसाय मारमा परेको बताए । उनले वीरगंजमा रहेका होटल व्यवसायीहरू एकजुट भई पर्यटक लोभ्याउने योजना ल्याए महानगरले सहयोग गर्ने बताए । भारतीय पर्यटकको भरमा रहेका वीरगंजका होटल व्यवसायीहरू सीमा नखुल्दा समस्यामा परेको र सरकारले तत्काल सीमा खोल्नुपर्ने बताए ।

उनले नेपाल सरकारको गलत नीतिको कारण सामान बोक्ने गाडीमा कोरोना नलाग्ने तर निजी गाडीमा कोरोना लाग्ने भन्दै सीमा नखुलेकोप्रति दुःख व्यक्त गरे । उनले स्थानीय प्रशासनले पनि यस सम्बन्धमा चासो लिई तत्काल समस्या समाधान गर्नुपर्ने आवश्यकता रहेको बताए । वीरगंजका होटल तथा अन्य व्यवसायी पनि पटक–पटक राजनीतिक शिकार हुँदै आएको तर सत्तामा पुगेपछि नेताहरूले वीरगंजलाई केही दिन नसकेको बताए । प्रहरीले पनि भारतीय पर्यटकहरूलाई अनावश्यक दुःख दिने गरेको बताए ।

तस्वीर: फाइल

संविधानसभा सदस्य अनिल रूँगटाले होटल व्यवसायीहरू एक हुनुपर्ने बताए । उनले एकता गरी अगाडि नबढेसम्म होटल व्यवसाय अगाडि नबढ्ने बताए ।

होटल तथा पर्यटन व्यवसायी सङ्घका अध्यक्ष हरि पन्तको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा पर्यटन पत्रकार सङ्घका अध्यक्ष शङ्कर आचार्य, उद्योगी–व्यवसायी युवराज लामा, नेपाल पत्रकार महासङ्घ प्रदेश २ का उपाध्यक्ष केसी लामिछाने, भारतीय महावाणिज्यदूत नितेश कुमार, सहायक प्रमुख जिल्ला अधिकारी भीमकान्त पौडेल, वीउवासङ्घका अध्यक्ष सुबोध गुप्तालगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए ।

सबैलाई खुशी राख्ने चाहनाले जीवन नै रित्तिन्छ। जो खुशी हुन्छन्, ती आफ्ना हुँदैनन्, जो आफ्ना हुन्छन्, ती कहिले खुशी हुँदैनन् ।

-विचारसार एवं सूक्तिहरू

प्रकाशक : प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. , वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक : जगदीशप्रसाद शर्मा
प्रबन्ध 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 टोल, श्रीपुर, वीरगंज-१४ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ७९, फोन नं. ०५१-५२५१२२, ५२३१०५
email: prateekdaily@gmail.com
Website: www.eprateekdaily.com

वीरगंज र पार्किङ समस्या

वीरगंजमा पार्किङको समस्या यहाँका सडक–गल्लीहरू साँघुरा भएकोले मात्र भएको होइन । मानिसको मनोवृत्ति, ट्राफिक व्यवस्थापनमा जनशक्तिको कमी, लामो समयदेखि विभिन्न संरचनामा विकसित हुँदै आएको महानगरको दूरदृष्टि अभाव सबैको सङ्कलित दुष्प्रभाव हो, वीरगंजको पार्किङ समस्या। हुनत आजको युगमा जतिसुकै विकसित र फराकिलो किन नहोस्, विश्वको जुनसुकै शहर–बजार पार्किङ समस्याबाट ग्रस्त छ । फरक के मात्र भने अन्यत्र पार्किङका लागि भएजति सबै उपाय गरेर सवारीसाधनहरू र मानिसको भीडमा नियन्त्रण गर्न नसकिएको अवस्था छ भने हामीकहाँ गर्न नचाहेर निम्तिएको अवस्था हो । शहरमा सार्वजनिक यातायातको वैज्ञानिक उपाय अवलम्बन गरिएको छैन । सार्वजनिक सवारीसाधनको प्रचुरता भयो भने मानिसलाई आफ्नै वाहन कुदाउन कर लाग्दैन। सार्वजनिक सवारीसाधन भनेर जे उपलब्ध छ, त्यसले थोरै मात्र सेवा पुऱ्याएको र आफैंले पार्किङ अभाव पारेको छ । सानासाना यस्ता सवारीसाधनले मानिस थोरै बोक्ने तर जहाँतहीं भीड बढाउने काम गरेको छ । त्यसमाथि शहरभित्र टाँगा, ठेलाजस्ता साधन पनि प्रशस्त छन्, जसले गतिमान अवस्थामा पनि पार्किङ गरिएजस्तै समस्या बढाउँछ ।

ठूला शहरहरू जसले लाख कोशिश गर्दा पनि सवारीसाधनलाई नियन्त्रण गर्न सक्दैनन्, पार्किङका लागि सबै स्थान र उपाय भरिसकेका छन्, तिनले सार्वजनिक साधनहरू–नगरबस, मेट्रो, ट्राम, लोकल ट्रेन, फ्लाइओभर आदिआदि उपाय गरेका छन् । वीरगंजका लागि यी साधन उपलब्ध गराउनु अहिले आर्थिक अवस्थाले नै दिँदैन, र यस्तो व्यवस्था अँगाल्नुपर्छ भन्ने सोच पनि विकसित भएको छैन। देशको पहिलो राजमार्गको वरिपरि विकसित भएको यो शहरले सडक फराकिलो नपारी धर छैन भन्ने कुरा बुझेर पनि बुझ पचाएको छ। खासगरी जनसम्पर्कका कार्यालयहरू बैंक, सरकारी कार्यालय, ठूला व्यापारी प्रतिष्ठान, चल्तीका पसलहरू भएका भवनमा निजी पार्किङ व्यवस्था हुनैपर्ने सोच पनि विकसित हुन सकेको छैन । महानगरका तीन चौथाइ भवन नक्शापास नगरी निर्माण हुन्छन् भने भवन कुन उद्देश्यले बनाउन लागिएको हो, त्यसको आवश्यकता के के हुनुपर्छ भन्नेजस्ता मिहिन कुरा त कल्पनामा पनि आउन सकेको छैन। फेरि एउटा कुनै ठाउँ बढी चल्तीको भयो भने सबै कारोबार त्यसै स्थानमा हुनुपर्छ भन्ने सरकारी र निजी सोच पनि त्यत्तिकै व्याप्त छ । जसले गर्दा शहरका खासखास ठाउँमा विघ्न भीड र अन्यत्र सुनसान रहने गरेको छ ।

अब पनि यी समस्याहरूबारे सोचिएन भने वीरगंज महानगर त के, शहर पनि होइन, एउटा असुविधाले भरिएको बस्तीबाहेक केही बन्न सक्नेछैन। यसमा खासगरी वीरगंजवासीले चासो लिनुपर्छ। वीरगंजमा सधैं बस्ने भनेकै यहींका नागरिक हुन् । शासक, प्रशासक, प्रहरी भनेका आउँछन्, जान्छन् । उनीहरूले आफू बस्दासम्म हेर्ने–गर्ने हो । तर देखिएको ठीक उल्टो छ। बाहिरबाट आउनेलाई वीरगंजको अव्यवस्था देख्दा खसखस लाग्छ, वीरगंजवासीलाई भने तातो न छारो। सबैभन्दा पहिले नागरिक तयार हुनुपऱ्यो, उसले विभिन्न सम्बद्ध निकायमाथि दबाब सिर्जना गरेपछि शासक–प्रशासक गतिमान हुन्छन् र त्यसपछि बनेको विधान फलदायी हुन्छ । अन्यथा पार्किङ व्यवस्थापनका लागि पहिले धेरै प्रशासकले काम गरेकै हुन्, नागरिककै उदासीनताले लक्ष्य प्राप्त हुन सकेको छैन ।

महाशिवरात्रि र विकृति

स्वतन्त्र विचार

सञ्जय साह मित्र
mitrasanjay41@gmail.com

नेपाली समाज विविधताले भरिएको छ। धार्मिक दृष्टिकोणले अधिकांश नेपाली हिन्दू समुदायकै रहेका छन् र नेपालमा लामो समयसम्म हिन्दू धर्मलाई राजधर्म मानिएको तथा देवाधिदेव महादेवलाई देशको प्रमुख देवता मानिएको इतिहास छ।

महाशिवरात्रिकै राति भगवान् शिवको प्रादुर्भाव भएको मानिएको छ। एक दृष्टिकोणले महाशिवरात्रिको दिन नै देवाधिदेव महादेव शङ्करको जन्म दिवस हो। कतिपय ठाउँमा यो पनि मानिएको पाइन्छ कि शिवका लागि सबैभन्दा प्रिय दिन महाशिवरात्रि हो। यसै कारण अन्य दिन जेसुकै होस्, यस दिन शिवको दर्शन र पूजा गर्नुपर्दछ भन्ने मान्यता राख्नेहरूले महाशिवरात्रिलाई महत्त्वपूर्ण मान्दछन् वा लिन्छन्। यही कारण महाशिवरात्रिको दिन हरेक शिवालयमा भीड हुने गर्दछ। दर्शनार्थी, श्रद्धालु तथा शिवभक्तहरूले अनेक किसिमले शिवको साधना गर्ने मुख्य दिन यही भएकोले यस दिन विश्वका हिन्दूहरूले शिवको पूजा अर्चना गर्दछन्। आफ्नो मनोकामना पूरा गराउन शिवलाई खुशी बनाउने तथा शिवको आशीर्वाद पाउने प्रयास गर्दछन्।

शिव देवताहरूमा सबैभन्दा बढी नशालु पदार्थ सेवन गर्छन् भन्ने सामाजिक मान्यता बनिसकेको छ। यो यथार्थ होइन जस्तो लाग्दछ। मानव सभ्यताको विकासको क्रममा कतिपय मानिसले गाँजा, भाङजस्ता पदार्थको सेवन गर्न थालेपछि शिवलाई जोड्ने चलन आएको हुनुपर्छ। अहिले पनि आयुर्वेदमा विश्वास राख्ने वा धार्मिक –आध्यात्मिक प्रवृत्तिका मानिसहरूको प्रकृति कस्तो छ भने हरेक दिन, जुनसुकै ठाउँमा वा जस्तो किसिमको भोजन किन नहोओस्, ग्रहण गर्नु अघि देवीदेवतालाई आह्वान गर्दछन् अनि मात्र अन्न ग्रहण गर्दछन्। अन्न पनि देवता हो र आफूलाई तृप्त गर्न लागेकोमा धन्यवाद दिन्छन्। सम्भवतः यही संस्कृतिको उपजको रूपमा गाँजा र भाङजस्ता वनस्पतिबाट निस्कने नशालु पदार्थको सेवन गर्नेहरूले शिवलाई अर्पण गर्न थालेका होलान् र कालान्तरमा यस्ता शिवपूजकहरूको विश्वास वा पूजाको संस्कृतिले शिवलाई यस प्रकारका अनेक नशालु पदार्थको सेवन गर्ने देवताको रूपमा चिनाउन पुग्यो होला। जबकि शिवलाई सबैभन्दा मन पर्ने जल र बेलपत्र हो।

शिवको दर्शन वा पूजा गर्न जानेहरू वा घरमैं पूजा गर्नेहरू तथा शिव–व्रत लिएकाहरूले यस दिन जल र कम्तीमा बेलपत्र अवश्य चढाउँछन्। शिवलाई किसानहरूको पनि देवता किन मानिन्छ भने शिवको वाहन बसाहा हो। यो साँढे हो। साँढेसित किसानको सम्बन्ध हुन्छ। यसैले किसानले भगवान् शिवलाई आफ्नो उत्पादनको बालीको केही अंश चढाउने गर्दछन्। धानको मोर बनाएर किसानले शिवलाई चढाउँछन्। यसरी जल, बेलपत्र र बाली चढाउनुका साथै धतुरो, गाँजा, भाङ, अक्षता आदि अर्पण गर्दछन्। यस क्षेत्रमा प्रचलित विभिन्न लोकगीतहरूमा शिवलाई मेवा, मिष्ठान्न मन नपर्ने तथा गाँजा भाङमा रमाउने गरेको चर्चा पाइन्छ। थोरै भएपनि गाँजा र भाङलगायत पदार्थ सेवन गर्नुपर्ने सन्देश यसले समाजमा जान्छ जुन विकृति भएको मान्न सकिन्छ।

पहाडी समुदायमा शिवरात्रिको विकृति केही बढी पाइन्छ। यस दिन गाउँ वा टोलमा युवकहरूले चन्दा उठाउने गर्छन्। अझ चन्दा सङ्कलन गर्न त कतिपय युवकहरूले बाटो नै छेक्ने गर्छन्। बाटो छेकेर यात्रुहरूसित रकम उठाई शिवको लागि धुनी बाल्छन् र सम्भव भएसम्म गाँजा, भाङ र अन्य यस्तै प्रकारका नशालु पदार्थ सेवन गर्दछन् शिवलाई पूजा गरेपछि। शिवको पूजा गरेपछि यस्ता नशालु पदार्थको सेवन गरेर होहल्ला गर्नेहरू पनि देखिन्छन्। यसमा चन्दा सङ्कलन गर्नु र पूजा वा प्रसादको नाउँमा नशालु पदार्थ सेवन गर्नु तथा होहल्ला गर्नुलाई विकृति नदेख्नेहरू पनि छन्। यस प्रकारको संस्कृति त हुनु नपर्ने हो तर पनि यसलाई पनि संस्कृति मान्नेहरू छन्। यस प्रकारको विकृतिले टोलछिमेक तथा अन्य मानिसमा कस्तो प्रभाव पर्दछ भन्ने विषयमा ध्यानै नदिइएको पाइएको छ।

शिवलाई नृत्य, सङ्गीत आदिको देवता पनि मानिएको छ। हिन्दू धर्मशास्त्र अनुसार त्रिदेव (ब्रह्मा, विष्णु र महेश) मध्ये महेश अर्थात् शिवको एउटा रूप नृत्यावस्था पनि हो। हातमा डमरू लिएर शिवले ताण्डव नृत्य गरेका छन्। ब्रह्मा र विष्णुले यसरी नृत्य गरेको कतै पाइँदैन। यसकारण शिवको पूजा वा यज्ञ हुँदा सम्भव भएसम्म यस प्रकारको व्यवस्था पनि गरिएको हुन्छ कि शिव नृत्य प्रस्तुत गरियोस्। यो छुट्टै कुरा हो कि हरेक ठाउँको संस्कृति फरक–फरक हुन्छ तर शिवको यो प्रकृति झन्डै विश्वव्यापी रहेको छ। शिवले नृत्य गरेको नाममा पनि अनेक किसिमको नृत्यलाई प्रोत्साहन गर्दै नृत्यमा अश्लीलता प्रदर्शन गर्दै समाजमा विकृति थप्नेहरूलाई कसरी रोक्ने होला ? विकृति रोक्नेहरूलाई धर्मको विरोध गर्न खोजेको भनी ठान्नेहरू पनि छन्।

धार्मिक आस्थामाथि आघात पुऱ्याउनु हुँदैन। धर्म आस्थासित जोडिएको हुनाले यो निकै संवेदनशील हुन्छ। कतिपयले युवावस्थामा भगवान् शिवले त यस प्रकारको नशालु पदार्थ सेवन गर्दछन्, मानिसले पनि प्रसादको रूपमा लिंदा हुन्छ भन्ने सोच राख्दछन् र विस्तारै नशालु पदार्थको सेवनप्रति सकारात्मक बन्न पुग्दछन्। नशालु पदार्थको सेवन गर्न प्रोत्साहन गर्ने पर्वको रूपमा महाशिवरात्रिलाई स्वीकार गर्नुहुन्न। यस पर्वलाई शुद्ध आस्तिक वा धार्मिक पर्वको रूपमा समाजले मान्नुपर्दछ। सम्भव भएसम्म यसमा अझ शिक्षा र चेतनाको आलोकले विकृतिलाई सकेसम्म हटाउने प्रयास गर्नुपर्दछ।

नेपाली समाज विविधताले भरिएको छ। धार्मिक दृष्टिकोणले अधिकांश नेपाली हिन्दू समुदायकै रहेका छन् र नेपालमा लामो समयसम्म हिन्दू धर्मलाई राजधर्म मानिएको तथा देवाधिदेव महादेवलाई देशको प्रमुख देवता मानिएको इतिहास छ। यसै संस्कारबाट दीक्षित छौं र अहिले पनि हरेक वर्ष महाशिवरात्रिको दिन देशले बिदा दिने गरेको छ। महाशिवरात्रि अहिले पनि अघोषित रूपमा राष्ट्रिय पर्व हो। विभिन्न नाम र रूपमा शिवलाई अन्य धर्मावलम्बीहरूले पनि पूजा गर्दछन्। नेपाल र नेपालीको साझा आस्थाको केन्द्र रहेको पशुपतिनाथलाई हिन्दू धर्मशास्त्रमा साक्षात् शिवको रूप मानिएको पाइन्छ। यसले गर्दा महादेवको दर्शन गर्न पशुपति मन्दिरमा निकै ठूलो भीड जम्मा हुन्छ। देशको राजधानी काठमाडौंमा मात्र नभएर देशभरका शिवालयहरूमा आजको दिन यत्तिकै भीड हुन्छ। दर्शनार्थी, श्रद्धालु तथा भक्तजनादिले शिवलाई मान्नु, श्रद्धा गर्नु, पूजा गर्नु, आराधना गर्नु तथा भाकल गर्नु वा पूरा गर्नु आदि सबै हाम्रो संस्कृतिमा परिसकेको यथार्थमा शिवबाट वर्तमान युग र जीवनशैलीमा सिक्न सकिने कुरा के के हुन सक्दछ ? यस विषयमा पनि विचार गर्नु आवश्यक छ ?

शिवलाई सर्वाधिक मन पर्ने महाशिवरात्रि पर्वलाई कसरी विकृतिमुक्त गर्न सकिन्छ ? यसतर्फ पनि शिवभक्तहरूको ध्यान जानु आवश्यक छ। सबैका साझा आस्थाका प्रतीक पशुपति वा महादेव वा शिवलाई तथा शिवरात्रिलाई कसरी हुन्छ आलोचनामुक्त बनाउनेतिर पनि ध्यान जान आवश्यक छ। शिवसित सम्बन्धित असल संस्कृतिको विस्तार गर्नुपरेको छ र शिवको नाउँमा प्रचलनमा रहेका कतिपय विकृति हटाउनुपरेको छ।

आपत्कालीन पोषण कार्यक्रमबाट पर्सा, बाराका गर्भवती तथा बालबालिका लाभान्वित

प्रस, परवानीपुर, २६ फागुन/

कोरोनाकालमा बढेको कुपोषण न्यूनीकरण गर्न र पोषणसम्बन्धी ज्ञान अभिवृद्धि गर्न आसमान नेपालको सहजीकरणमा भएको आपत्कालीन पोषण कार्यक्रमबाट पर्सा र बाराका करीब २१ हजार महिला तथा बालबालिका लाभान्वित भएका छन्।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको खाद्य कार्यक्रम अन्तर्गत नेपाल सरकारले आयोजना गरेको कार्यक्रम आसमान नेपालले पछिल्लो जनवरी १२ देखि मार्च १२ सम्म तीन महीनाको लागि सञ्चालन गरेको थियो। जस अन्तर्गत पर्साका तीनवटा पालिका र बाराका तीनवटा पालिका गरी दुवै जिल्लामा ६ पालिकाका २१ हजारजना लाभान्वित भएको आसमान नेपालका कार्यक्रम संयोजक ओमकुमार ठाकुरले जानकारी गराए।

पर्सामा १३ हजार २ सय ६३ र बारामा ७ हजार ६ सय ७४ जना गरी २० हजार ९ सय ३७ जना लाभान्वित भएको उनले बताए।

पर्साको छिपहरमाई गापामा ९७२ जना गर्भवती महिला, १३० जना ६ महीनादेखि २३ महीनासम्मका बालबालिका, कालिकामाईमा ८९३ जना गर्भवती महिला, ११ सय १ जना बालबालिका र पकहामैनपुरमा ८८० जना

पोषण लिन सामाजिक दूरी कायम गरी लामबद्ध महिलाहरू। तस्वीरः प्रतीक

(बाँकी तेस्रो पातामा)

सार्वजनिक जग्गामा मन्दिर निर्माण

प्रस, पर्सागढी, २६ फागुन/

वीरगंज–११ लक्ष्मीपुर र चोर्नीबीचमा रहेको ऐलानी जग्गामा बेलवाका जीतेन्द्र यादवले रु २५ लाख खर्चेर मन्दिर निर्माण गराएका छन्।

करीब पौने दुई बिघा ऐलानी जग्गा रहेको र सो जग्गामा यादवले कनिकामाई हरिहरनाथ महादेव मन्दिर निर्माण गराएका हुन्। उनले मन्दिर निर्माण गर्नुका साथै मूर्ति पदस्थापन गरेर २४ घण्टे अष्टयाम लगाएका छन्। बुधवार अष्टयाम शुरू भएको छ र १२ वटा मण्डलीले भाग लिएको मन्दिरका पुजारी हरिबाबा संन्यासीले बताए।

तस्वीरः प्रतीक

पोखरियामा सरसफाइ

प्रस, पोखरिया, २६ फागुन/

महाशिवरात्रिको अवसरमा पोखरिया नगरपालिकामा सरसफाइ गरिएको छ। पोखरिया नगरपालिका–४ मा रहेको शिवमन्दिर र बजार क्षेत्रको चोक चौराहामा पोखरिया युवा क्लबको आयोजनामा सरसफाइ गरिएको हो।

क्लबका अध्यक्ष अफरोज आलमको नेतृत्वमा क्लबका पदाधिकारी, सदस्य, नगरप्रमुख दीपनारायण रौनियार, उपप्रमुख सलमा खातुन, स्थानीय राजनीतिक दलका प्रतिनिधि, समाजसेवी, बुद्धिजीवी र सुरक्षाकर्मीहरूको सहभागिता थियो।

तस्वीरः प्रतीक

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

'शिवरात्रि' – परमात्माको दिव्य अवतरणको सर्वमहान् वैश्विक उत्सव

सनातन धर्मावलम्बीहरूले सम्पूर्ण भारत वर्षभरि नै हरेक वर्ष अत्यन्तै हर्षोल्लास तथा आस्थाका साथ महाशिवरात्रि पर्व मनाउने गर्दछन् तर यो महान् तथ्यलाई पूर्णतः बिर्सिसकेका छन् कि महाशिवरात्रि समस्त संसारकै सर्वाधिक महत्त्वपूर्ण एक वैश्विक पर्व हो । शिवरात्रिको वास्तविक महत्त्वलाई बुझेर यसलाई सार्थकरूपमा मनाउनको लागि यो जान्नु परम आवश्यक छ कि शिव को हुन् ? साथै रात्रिसँग उनको के सम्बन्ध छ ?

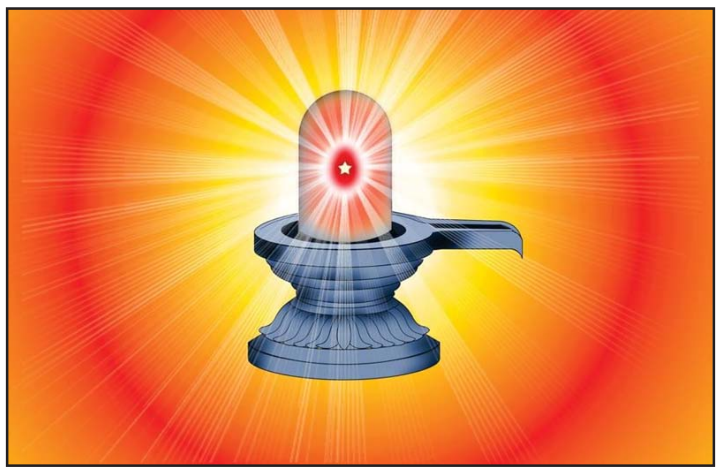
वास्तवमा शिव सर्वशक्तिमान् सर्वोपरि तथा सबै चराचर जीवात्माहरूका पारलौकिक परमपिताको शाश्वत नाम हो । शिवको अर्थ हो सर्वथा सर्वप्रति कल्याणकारी, अनादि, अनन्त, शाश्वत तथा अटल । शिवलाई बिन्दु पनि भनिन्छ । परमात्मा नै यो सृष्टिरूपी कल्पवृक्षको वृक्षपति तथा निमित्त कारण हुन् । उनी नै सबै सुख एवं समृद्धिका अक्षय भण्डार हुनुका साथै विश्व कल्याणकारी एवं सर्वका सद्गतिदाता हुन् । अतः शिव, परमात्मा कै पर्यायवाची नाम हो ।

'शिवलिङ्ग' ज्योर्तिमय स्वरूप निराकार परमात्माको स्मारक चिह्न

परमात्मा ज्योतिर्मय स्वरूप हुन् त्यसैले साकारी (हाड र मासुले निर्मित शरीर) एवं आकारी (अभौतिक ऊर्जा–प्रकाशद्वारा निर्मित अदृश्य शरीर) देवताहरूको तुलनामा उनलाई निराकार (शरीररहित, अनन्त आध्यात्मिक ऊर्जा समाहित सूक्ष्म ज्योतिर्मय प्रकाशको बिन्दु रूप भएको) भनिन्छ । परमात्माको ज्योतिर्बिन्दु स्वरूपको साक्षात्कार केवल दिव्य दृष्टिद्वारा नै सम्भव छ । शिवलिङ्गको कुनै शारीरीक अङ्ग–प्रत्यङ्ग भएको रूप छैन किनकि यो निराकार ज्योतिस्वरूप परमात्माको नै स्मरण चिह्न हो । आज अधिकांश व्यक्ति लिङ्ग शब्दको आध्यात्मिक अर्थ नजान्नाका कारण यसको बारेमा अश्लील कल्पना गर्दछन् तर वास्तवमा संस्कृत शब्द लिङ्गको अर्थ प्रतिमा, सङ्केत या चिह्न भन्ने लाग्दछ भने शिवलिङ्गको लिङ्ग शब्दमा प्रयुक्त ल र ग अक्षरले क्रमशः लय र गति जनाउँछ अर्थात् जुन सर्वशक्तिमान् परमात्मामा सम्पूर्ण कलियुगी पतित तमोप्रधान दुनियाँको लय (महाविनाश) तथा पुनः सत्ययुगी स्वर्णिम संसारको गति (स्थापना एवं सञ्चालनको सामर्थ्य) विद्यमान छ । उनै विश्व कल्याणकारी परमात्माको स्मरण चिह्न या प्रतिमा नै शिवलिङ्ग हो । ज्योतिस्वरूप परमात्माकै प्रतिमा भएको कारण यसलाई ज्योतिर्लिङ्गको नामले पनि प्रेमपूर्वक सम्बोधन गरिन्छ । भारतवर्ष एवं विश्वका अनेक स्थानमा स्थापित शिव ज्योतिलिङ्गम्हरू ज्योतिस्वरूप निराकार परमात्माकै यादगार प्रतिमा हुन् । जसमा मुख्यतः अमरनाथ, सोमनाथ, पशुपतिनाथ, त्रैयम्बकेश्वर, विश्वेश्वर, पापकटेश्वर, मुक्तेश्वर, महाकालेश्वर इत्यादि नाम प्रसिद्ध छन् । यी सबै परमात्माका कुनै न कुनै विशेष गुण अथवा कर्तव्यका सूचक हुन् । दक्षिणमा रामेश्वरम् (रामका पनि ईश्वर), वृन्दावनमा गोपेश्वर (गोप–गोपी एवं श्रीकृष्णाका पनि आराध्यदेव)को शिवलिङ्गले पनि प्रमाणित गर्दछ कि शिव नै श्रीराम तथा श्रीकृष्णाका पनि परम पूज्य परमात्मा सर्वात्माहरूका पनि पिता हुन् ।

परमात्मा शिवको मान्यता विश्वव्यापी छ

अन्य विभिन्न धर्महरूमा पनि परमात्मा शिवको यो प्रतिमालाई आआफ्नै रीति अनुसार मान्यता दिइएको पाइन्छ । मुस्लिम धर्मका महान् सन्देष्टा मोहम्मदका सम्पूर्ण खान्दान तथा पूर्वजहरू पनि शैव सम्प्रदायका थिए तथा शिव उपासक थिए भन्ने कुराको स्पष्ट प्रमाण विभिन्न समयमा भएका उत्खनन, अनुसन्धान तथा अरेबियाली इतिहासकारहरूको तथ्यबाट उजागर भइरहेको छ । मुसलमानहरूको महान् तीर्थ मक्कामा पनि यही स्मरण चिह्न 'संग–ए–असवद' नामले विख्यात छ, जसलाई हिन्दू धर्मावलम्बीहरू मक्केश्वर ज्योतिर्लिङ्गको रूपमा आस्था राख्ने गर्दछन् । जापानमा धेरैजसो बौद्ध धर्मावलम्बी आज पनि 'चिन् कन् सेकी' (शान्तिका दाता) नामक शिवलिङ्गाकार रातो पत्थरलाई आफ्नोअगाडि राखी ध्यान गर्ने गर्दछन् । ईसा मसीहा (जिसस क्राइस्ट)ले पनि परमात्मालाई एक दिव्य ज्योतिको रूपमा महिमा गरेका छन् भने इटाली तथा फ्रान्सका गिरिजाघरहरूमा आजसम्म पनि शिवलिङ्गको प्रतिमा राखिएको छ । यसैगरी, रोममा शिवलिङ्गलाई प्रियपस भनिन्छ भने सिख धर्मका प्रवर्तक गुरुनानकले पनि परमात्मालाई 'एक ओंकार' (निराकार ज्योतिस्वरूप) 'अजुनी' (अजन्मा) भनेका छन् जबकि शिव परमात्माको एक प्रसिद्ध ज्योतिलिङ्गको नाम पनि ओंकारेश्वर रहेको छ । यसैगरी, यहुदीहरूले पनि जेहोवा या यहोवा (शिवकै अप्रभंश शब्द) भनी उनै ज्योतिस्वरूप निराकार



परमात्मालाई पुकार्ने गर्दछन् । आदि शङ्कराचार्यद्वारा स्थापित शिवलिङ्ग मठ तथा गुरु गोविन्द सिंहको 'दे शिवा मोहे वर' उक्तिले पनि उनीहरूको परमात्मा शिवप्रतिको गहिरो आस्थालाई जाहेर गर्दछ । स्पष्ट हुन्छ कि धर्म तथा भाषान्तरका कारण विभिन्न फरक–फरक नामले पुकार्ने तथा आस्था प्रकट गरिने भए तापनि परमात्मा शिव कुनै एक धर्म या सम्प्रदायमा मात्रै पूज्य नभई समग्र विश्वका सबै धर्मका आत्माहरूका एकमात्र परम पूज्य पारलौकिक पिता हुन् ।

परमात्मा शिवको सर्वमहान् दिव्य कर्तव्य

निराकार परमात्माको स्मरण चिह्न शिवलिङ्गमा जुन तीन बेलपत्र चढाइने गरिन्छ, जुन तेस्रो नेत्र देखाइन्छ तथा त्रिपुण्ड (तीन धर्सा) बनाइएको हुन्छ, त्यो परमात्मा पिताका तीन मुख्य गुण तथा महान् कर्तव्यहरूको सूचक हो कि परमात्मा शिव त्रिमूर्ति अर्थात् ब्रह्मा, विष्णु, महादेव त्रिदेवका पनि रचयिता हुन् तथा यिनीहरूद्वारा क्रमशः नयाँ सतयुगी संसारको स्थापना, पालना एवं पतित कलियुगी दुनियाँको विनाश गराउने समस्त ब्रह्माण्डका परमाधिपति हुन् । त्रिकालदर्शी अर्थात् यो सृष्टिका आदि, मध्य र अन्त तीनै कालका दिव्य ज्ञानका ज्ञाता तथा ज्ञानदाता हुन् । यसैगरी, यो साकार मनुष्य लोक, ब्रह्मा, विष्णु, महादेव तथा सूक्ष्म आकारी देवताहरूका सूक्ष्मलोक र सबै आत्माका असली निराकारी घर, ब्रह्मलोक या परमधाम यी तीनै लोकका नाथ मालिक वा ईश्वर हुन् ।

'महाशिवरात्रि' पर्वको आध्यात्मिक रहस्य एवं महत्त्व

शिवरात्रि फागुन महीनाको कृष्ण पक्षको चतुर्दशीमा आमावास्यको अघिल्लो दिन मनाउने गरिन्छ । वास्तवमा विक्रम संवत्को अन्तिम महीनाको रूपमा मानिने फागुन महीना यो सृष्टि–कालचक्रको अन्तिम समयको द्योतक हो भने आमावास्यपूर्वको चतुर्दशीको घोर अन्धकारमय रात्रि कलियुगको अधर्म, अज्ञानता र तमोप्रधान समयको सङ्केत हो । यही दिन नै शिवरात्रि मनाउनुको आध्यात्मिक रहस्य यो छ कि परमात्मा शिव यो सृष्टिको अन्तिम बेलाको घोर अज्ञानता तथा अधर्मरूपी रात्रिको समयमा यो पुरानो कलियुगी सृष्टिको महाविनाशभन्दा केही समयपूर्व यस धराधाममा दिव्य अवतरित भएर तमोप्रधानता एवं पापाचार विनाश गरी दुःख–अशान्ति समूल नष्ट गर्छन् । ज्योति बिन्दु परमात्मा शिव कलियुगको अन्त र सत्ययुगको आदिको सन्धिकाल सङ्गमयुगमा प्रजापिता ब्रह्माको वृद्ध शरीरमा दिव्य प्रविष्ट भई ईश्वरीय ज्ञान दिन्छन् । वास्तवमा यही नै वास्तविक गीता ज्ञान हो । यो दिव्य ज्ञान शरीरधारी देवता श्रीकृष्णले होइन कि कृष्णका पनि पारलौकिक पिता गोपेश्वर अर्थात् अव्यक्तमूर्त निराकार परमात्मा शिवले श्रीकृष्णकै पूर्वजन्म प्रजापिता ब्रह्माद्वारा सुनाएका थिए ।

अतः स्पष्ट छ कि शिवरात्रि यस सृष्टिमा घटित एक अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण वृतान्तको स्मरण उत्सव हो । यो सारा सृष्टिका समस्त मानवात्माहरूका पारलौकिक परमपिता परमात्माको दिव्य अवतरणको महान् यादगार दिवस हो र यसले सबैको मुक्ति र जीवनमुक्तिरूपी सर्वश्रेष्ठ प्राप्तिको स्मरण गराउँछ । जस कारण शिवरात्रि सबै जन्मोत्सव, जयन्ती तथा पर्वका तुलनामा सर्वोत्त्कृष्ट छ किनकि अन्य सबै जन्मोत्सव त मनुष्यात्मा या देवात्माहरूको जन्मदिनको यादमा मनाइन्छ जबकि शिवरात्रि मनुष्यलाई देवता बनाउने वाला, देवहरूका पनि देव, धर्मपिताहरूका पनि पिता, सद्गतिदाता, यो अद्भुत सृष्टिका रचनाकार, परमप्रिय परमपिता परमात्माको दिव्य एवं परम कल्याणकारी जन्म र महान् दिव्य कर्तव्यको स्मरणोत्सव हो । यसलाई त सारा सृष्टिका सबै मनुष्यात्माहरूले यसको मूल आध्यात्मिक मर्मलाई बुझेर बडो उत्साहका साथ निकै धूमधामका साथ मनाउनुपर्ने हो तर आज मनुष्यात्माहरू आफ्नो परमपिता परमात्माको यथार्थ परिचयबाट अनभिज्ञ भई परमात्मालाई नाम र रूपरहित मान्नाका कारण शिवरात्रिको महात्म्य निकै कम भएको छ तथा प्राणीहरूमा सर्वश्रेष्ठ मानव धर्म–सम्प्रदायका नाममा एकापसमा ईर्ष्या र लडाइँ गरिरहेका छन् ।

वास्तविक शिवरात्रि मनाउने यथार्थ विधि

श्रद्धालु भक्तजनहरू शिवरात्रिको दिनमा हुने उत्सवमा रातभरि जागरण गर्ने गर्दछन् र खाना खानाले आलस्य, निद्रा तथा मादकताको अनुभव नहोस् भनी अन्न पनि सेवन गर्दैनन् ताकि उक्त उपवासदेखि भगवान् आशुतोष भगवान् शिव प्रसन्न होस् । तर वास्तवमा मनुष्यात्माहरूलाई अज्ञानता र अधर्मको अन्धकारमा सुताउने तथा रुवाउने मादकता त मानवात्माभित्र रहेका पाँच विकार हुन् । जबसम्म मनुष्यले यी पाँच विकारमाथि विजय प्राप्त गर्दैन, तबसम्म उसको आत्माको पूर्ण जागरण कदापि हुन सक्दैन र परमात्मा शिवलाई प्रसन्न पनि पार्न असमर्थ हुन्छ । वास्तवमा सम्पूर्ण मानव मात्रको आध्यात्मिक समुन्नतिको मार्गको सबैभन्दा ठूलो शत्रु तथा बाधक कामवासना र विषय वासना हर्ने कामारी एवं विषहर परमात्मालाई प्रसन्न पार्न कुनै भोजनादिको स्थुल उपवास नभई उपको अर्थ नजीक र वासको अर्थ बस्नु अर्थात् आफ्नो मन र बुद्धिलाई परमात्माप्रति अर्पण गर्नु वा उहाँको सानिध्यमा रहनु नै वास्तविक उपवास हो, जागरणको अर्थ सूर्यास्तपछिको रातमा नसुती रातभर जागा बस्नु नभई यो समस्त सृष्टिमा नै अधर्म र अज्ञानताको अन्धकार छाएको वर्तमान कलियुगरूपी रात्रिमा अज्ञानताबाट ब्यूँझेर ईश्वरीय प्रज्ञाको उज्यालोमा जीवन व्यतीत गर्नु हो, नशामा रहनुको अर्थ गाँजा, भाङ तथा चरेस आदि मस्तिष्क तथा विवेकलाई नै नष्ट पारी विकृति, विसङ्गतिलाई जन्म दिने नशालु पदार्थ सेवन गरी विवेक शून्यतामा लट्ठ परी बस्नु नभई परमात्माबाट प्राप्त हुने आध्यात्मिक चिन्तन तथा दिव्य आनन्दमा सराबोर भई प्रभु प्रेममा मग्न हुनु हो । यसैगरी, नशालु र विषालु वस्तु शिवमाथि चढाउनुको साटो आफूभित्र रहेका अवगुण, दोष तथा विषय विकारादि महाविष विषहर पापकटेश्वर परमात्मालाई सुम्पिएर आफूलाई विकार तथा अशुद्धिरहित बनाउनु एवं भए नभएका काठपात जम्मा गरी आगोमा जलाई स्थुल धुनी जगाउनुको साटो आफूभित्रका अशुद्ध र आसुरी संस्कारलगायतका पैशाची प्रवृत्तिहरूलाई महाज्योति परमात्मासँगको योगाग्निमा समाप्त गरी शिवरात्रिमा स्थुलरूपमा प्रयोग गरिने वस्तु एवं रीतिका शब्दलाई भन्दा पनि त्यसको आध्यात्मिक भावार्थ एवं गहिरो रहस्यलाई बुझेर यसलाई जीवनपर्यन्त धारण गर्न सकेमा यस महापर्वको सार्थकता सिद्ध हुनेछ ।

यसैगरी, अर्को महान् तथ्य यो रहेको छ कि वर्षको अन्तिम मास फागुन महीनाको कृष्णपक्षको चतुर्दशी रातमा मनाइने महाशिवरात्रि पर्व कालचक्रको अन्तिम प्रहर कलियुगको पनि अन्तका ती अज्ञानता र अधर्मको अन्धकारले भरिएका वर्षहरूका प्रतीक हुन्, जुन समयमा स्वयम् स्वयम्भूनाथ भगवान् शिवले संसारका समस्त मनुष्यात्माहरूलाई दिव्य ईश्वरीय ज्ञानको माध्यमबाट पावन गरेर विश्वको कल्याण गरेका थिए । अतः शिवरात्रिको महाव्रत त वर्षभरि नै मनाइनुपर्दछ किनकि वर्तमान चलिरहेको समय नै कलियुगी सृष्टिको महाविनाशको समय हो । यो नै गीतामा उल्लिखित महाभारत लडाइँको समय हो, बाइबलमा उल्लिखित The Day of Judgement हो, कुरानमा उल्लिखित खुदा आलातालाको आगमन हुने तथा कयामतको समय हो । एकातिर यस पुरानो सृष्टिको महाविनाशका लागि एटम बम, हाइड्रोजन बम तथा क्षेप्यास्त्रहरू लगायत यो समग्र संसारलाई नै केही पलमैं खरानी बनाउन सक्ने क्षमता भएका विभिन्न भयानक विनाशकारी आणविक हतियारहरू तयार भइसकेका छन् भने अर्कोतिर सबै धर्म तथा सत्ताका आत्माहरूका पारलौकिक परमपिता परमात्माद्वारा स्वर्णिम विश्व नवनिर्माणको महान् कर्तव्य पनि तीव्र गतिमा सुसम्पन्न भइरहेको छ । यसर्थ अब शीघ्र नै हुने यो सृष्टिको महाविनाशसम्म पवित्रता अर्थात् सम्पूर्ण ब्रह्मचर्यको महाव्रतलाई धारण गर्दै परमात्मा प्रदत्त दिव्य ज्ञानको धारणा र राजयोगको गहन अभ्यासबाट मनोविकाररूपी शैतानहरूमाथि सम्पूर्ण विजयी बनौं । यही नै सर्वमहान् वैश्विक पर्व महाशिवरात्रिको वास्तविक आध्यात्मिक सन्देश हो ।

हार्दिक निमन्त्रण

यो वर्ष सर्वकल्याणकारी परमात्मा शिवको यो बसुन्धरामा दिव्य अवतरण भएको ८५औं वर्षमा प्रवेश गरेको परमपावन अवसरमा यहाँहरू परमात्माका अति प्रिय सन्तानहरूलाई कोटि–कोटि बधाई तथा सर्वाङ्गीण उन्नति, प्रगति र सफलताको शुभेच्छाका साथै यो अति नै अनुपम हीरातुल्य वर्तमान सङ्गमयुगको समयमा यहाँहरूलाई पनि आफ्ना नजीकै रहेका ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्रका शाखा तथा उपशाखाहरूमा सम्पर्क गरी राजयोगको निश्शुल्क प्रशिक्षण प्राप्त गरेर वर्तमान जीवनमा एक सुखी, स्वस्थ र सबैका लागि आदर्श जीवन व्यतीत गर्दै भविष्य जन्मौजन्मसम्मका लागि सर्वश्रेष्ठ दैवी राज्य–भाग्य प्राप्त गर्नुहोस् भन्ने हार्दिक आह्वान तथा निमन्त्रण गर्न चाहन्छौं । अतः हरपल स्मृतिमा राखौं, अहिले भएन भने कहिल्यै हुनेछैन । किनकि सृष्टि महापरिवर्तनको लागि अत्यन्तै थोरै समय मात्रै शेष रहेको छ । समयको महत्त्वलाई नजान्दा पछि केवल निकै कष्टप्रद पश्चात्ताप र खाली हात सिवाय केही पनि शेष रहनेछैन । **ॐ शान्ति**

ईश्वरीय सेवामा
ब्रह्माकुमारी रविणा

चिनियाँ नाकाबाट दैनिक सात कन्टेनर सामग्री भित्रिँदै

काठमाडौं, २६ फागुन/रासस

चिनियाँ ल्होसारका कारण बन्द भएको नाका पुनः सञ्चालनमा आएसँगै दैनिकरूपमा उल्लेख्य मात्रामा आयात भएको छ ।

नाका पुनः सञ्चालनमा आएसँगै चीनसँगको व्यापारिक दुई नाकाबाट दैनिक सात कन्टेनर सामग्री आयात भएको सम्बन्धित भन्सार कार्यालयले जनाएका छन् ।

तातोपानी नाका । तस्वीरः सौजन्य

पछिल्लो समय सिन्धुपाल्चोकस्थित तातोपानी भन्सार र रसुवास्थित रसुवागढी भन्सारबाट निर्माणका सामग्रीदेखि तयारी पोशाक भित्रिने गरेका हुन् । कोरोना तथा चिनियाँ पक्षको अवरोधका कारण धेरै समय नाका बन्द भएका थिए ।

चिनियाँ ल्होसारका कारण बन्द भएको नाका पुनः सञ्चालनमा आएसँगै दैनिक सात कन्टेनर सामग्री आयात हुँदै आएको रसुवा भन्सार कार्यालयका प्रमुख रामप्रसाद रेग्मीले जानकारी दिए । उनले अनुसार पछिल्लो समय रसुवागढी नाकाबाट उल्लेख्य मात्रामा जलविद्युत्का लागि आवश्यक सामग्री आएको बताए । उनका अनुसार पछिल्ला केही दिनयता उल्लेख्यरूपमा आयात भएपनि साबिकमा जस्तो सहजरूपमा आयात भएको छैन । नाकामा कार्यरत सबै कर्मचारीलाई कोरोनाविरुद्धको खोप लगाए पनि चिनियाँ पक्षको अवरोधका कारण आयातमा सहज नभएको उनी बताउँछन् ।

"हामीले नाकामा कार्यरत २०० भन्दा बढी कर्मचारीलाई गत महीना नै पहिलो चरणको कोरोनाविरुद्धको खोप लगाइसकेका छौं । नाकामा कार्यरत श्रमिकलाई स्वास्थ्य सुरक्षा अपनाउँदै छुट्टै राखेका छौं । कोरोनाविरुद्धको खोप लगाए पनि चिनियाँ पक्षको अवरोधका कारण आयातमा अझै समस्या हुने गरेको छ," उनले भने, "रसुवा जिल्ला नै दुई महीनायता कोरोना सङ्क्रमणमुक्त हुँदासमेत चिनियाँ पक्षको अवरोध कम भएको छैन । जति प्रयास गरे पनि चिनियाँ पक्षको विश्वास जित्न नसक्दा आयातमा अवरोध हुने गरेको छ ।" कोरोनाका कारण लामो समयसम्म बन्द रहेको उक्त नाका गत कात्तिकबाट एकतर्फीरूपमा सञ्चालनमा आएको हो ।

तातोपानी नाकाबाट पछिल्लो समय रासायनिक मल आयात भएको भन्सार कार्यालयले जनाएको छ । ल्होसारपछि नाका पुनः सञ्चालनमा आएयता दैनिक सात चिनियाँ कन्टेनर नेपाल भित्रिने गरेको तातोपानी भन्सार प्रमुख लालबहादुर खत्रीले जानकारी दिए । उनका अनुसार सात कन्टेनरमध्ये पाँच कन्टेनरमा रासायनिक मल आयात भएको छ ।

लामो समयसम्म बन्द रहेको तातोपानी नाका पछिल्लो समय गत कात्तिक १३ गतेबाट पुनः सञ्चालनमा आएको हो । नाका पूर्णरूपमा सञ्चालनमा आए पनि चिनियाँ पक्षको अवरोधका कारण न्यून मात्रामा तातोपानी नाकाबाट सामग्री भित्रिने गरेको व्यवसायीले गुनासो गर्दै आएका छन् ।

निर्यात ठप्प

रसुवागढी र तातोपानी नाकाबाट न्यून मात्रामा आयात हुँदै आए पनि निर्यात भने ठप्प छ । रसुवागढी नाकाबाट गत वर्षको चिनियाँ ल्होसारदेखि नै निर्यात बन्द भएपनि हालसम्म पुनः सञ्चालन हुन सकेको छैन । चिनियाँ सामग्री आयातमा अवरोध गर्दै आएको चिनियाँ पक्षले निर्यातमा कुनै पहल नगरेको रसुवागढी भन्सार प्रमुख रेग्मी बताउँछन् । "हामीले विभिन्न समयमा निर्यातको पहल गर्दै आएका छौं तर चिनियाँ पक्षले चासो नदेखाउँदा एक वर्षदेखि निर्यात बन्द भएको छ," उनले भने । रसुवागढी नाकाबाट एक वर्षदेखि निर्यात बन्द भएपनि भूकम्पपछि तातोपानी नाकाबाट निर्यात ठप्प छ ।

उपचार खर्च नभएर अस्पतालमा बन्धक शिवरति

प्रस, परवानीपुर, २६ फागुन/

उपचार खर्च नभएर वीरगंजको एक अस्पतालमा दलित समुदायकी एक किशोरीको परिवार बन्धक बनेर बसेको छ ।

पर्सा, सुखुवाप्रसौनी गापा–३ कौवावन कटैयाका जयलाल रामकी १६ वर्षीया छोरी शिवरति रामको परिवार नेशनल मेडिकल कलेज तथा शिक्षण अस्पतालमा बन्धक बनेर बस्न बाध्य भएको बताइएको छ ।

२० हजार नगद जम्मा गर्न नसक्दा छोरी डिस्चार्ज हुँदा पनि घर जान नसकेको शिवरतिका बुबा जयलाल दुःखेसो पोखे । उनले भने, "छोरी ठीक भइसकेकी छन्, उनलाई घर लैजान चिकित्सकहरूले भनेका छन् तर २० हजार रुपैयाँ जम्मा गरेपछि हिसाब गर्नु भनिएको छ, हामीसँग एक रुपैया पनि छैन ।" डेढ महीनादेखि शिवरतिलाई ज्वरो आएको थियो ।

अस्पतालका चिकित्सक डा असरफ हुसैनले सिभियर निमोनियाको कारण उनको अवस्था बिग्रेको र हाल उनको अवस्थामा निकै सुधार आएको बताए ।

अस्पतालमा भर्ना भएकी शिवरति राम

आपत्कालीन पोषण कार्यक्रम.....

गर्भवती महिला र एक हजार १२ जना बालबालिका, बाराको बारागढी गापामा १०५९ जना गर्भवती महिला र १४३० जना बालबालिका, विश्रामपुर गापामा ९६२ जना गर्भवती महिला र १२८९ जना बालबालिका, स्वर्ण गापामा १२६२ जना गर्भवती महिला र १६७८ जना बालबालिका गरी दुवै जिल्लामा कुल २० हजार ९ सय ३७ जना लाभान्वित भएको आसमान नेपालले जनाएको छ ।

कोरोनाको समयमा विभिन्न कारणले पोषिलो खाना तथा परामर्श नपाएका गर्भवती महिला तथा बालबालिकालाई प्रतिव्यक्ति २ महीनाको लागि ६ किलो सर्वोत्तम पीठो सहयोग गर्नुका साथै पोषणयुक्त खानेकुराबारे उचित परामर्श दिइएको थियो ।

सानो भनेर हेला नगर्नु

२०७५ जेठ ३ गते एमाले र माओवादी एकीकरणपछि जन्मेको नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी कोस्टमा (नेकपा) अब अस्तित्वमा छैन। जेठा कम्युनिस्ट नेता ऋषिराम कट्टेलले त्यतिखेरै आफ्नो दलसँग नाम जुधाएको भन्दै अदालतमा उजूरी दिएका थिए। कोस्टमा (नेकपा) नामकरण गरिएको ओली–प्रचण्डको नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीभन्दा धेरै अगाडि ऋषिरामले निर्वाचन आयोगमा नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी सङ्क्षेपमा नेकपा दर्ता गराइसकेका थिए।

ऋषिराम कट्टेल गोर्खाका पुराना कम्युनिस्ट नेता हुन्। उनी २००६ सालदेखि कम्युनिस्ट पार्टीमा लागेर उतारचढाव देखेका, हन्डर खाएका इमानदार नेता मानिन्छन्। ऋषिराम कट्टेल कमरेड पुष्पलालका कट्टर अनुयायी हुन्। पुष्पलालकी पत्नी साहना प्रधान माले र मार्क्सवादी एकीकरणपछि मनमोहनसँगै एमाले बने पनि ऋषिराम कट्टेल अन्ततः एमालेबाट बाहिरिए। एमालेमा रहँदा ऋषिराम कट्टेल महासचिव मदन भण्डारीको जनताको बहुदलीय जनवाद (जबज)का कट्टर विरोधी थिए। अहिले पनि उनी जबजलाई नेपाल कम्युनिस्ट आन्दोलनको विषवृक्ष भन्छन्। एमालेको पहलमा भएको महाकाली सन्धिलाई उनी अझै पनि राष्ट्रघातको संज्ञा दिन्छन्।

नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीका तत्कालीन महासचिव केशरजङ्ग रायमाझीले राजा महेन्द्रको २०१७ सालको कदमलाई समर्थन गर्दै राजावादी भएपछि नेपालका कम्युनिस्टहरू २०१८ सालपछि छिन्नभिन्न भएर कोही भारत पलायन भए, कोही भूमिगत भए र केही निष्क्रिय बने। भनिन्छ, तेस्रो महाधिवेशनसम्म नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी एउटै थियो। ऋषिराम कट्टेलले मदन भण्डारीलाई जननेता भन्नु वाहियात ठान्दछन्। उनका अनुसार मदन भण्डारी न कहिले जेलनेल भोगेको मान्छे हो, न २०४६ सालअगाडि सार्वजनिक भएको नेता हो। जननेताको पगरी त उनका शिष्यहरूले अनाहकमा पहिऱ्याइदिएको मात्रै हो रे। मदन भण्डारी र जीवराज आश्रितको दासढुङ्गा घटनालाई उनी दुर्घटना मान्दैनन्। उनको नजरमा चालक अमर लामा यस घटनाका प्रमुख पात्र थिए। अमर लामा मदन भण्डारीका प्रिय पात्र पनि थिए रे। दासढुङ्गा घटनाअघि पोखराबाट नारायणगढ जाने क्रममा ऋषिराम पनि

मन्तव्य

कुमार रुपाखेती

सानो भनेर हेला नगर्नु भन्ने त उखान नै छ। कसैले नाम नसुनेका ऋषिरामले दुई तिहाइको धाक र रवाफ देखाउनेलाई एकै झटकामा चारोखाना चित्त गरेर यो कुरा प्रमाणित गरिदिए। हिस्स बूढी हरियो दाँत।

सँगै थिए तर उनी पार्टीको कामले खैरेनीमा उत्रिए। उनको अनुभवमा चालक अमर लामा मजाकिया र बोलक्कड भएपनि पोखराबाट हिंड्दा एकदम गम्भीर देखिन्थे। पोखराबाट हिंड्नुअघि केहीबेर गायब भएका अमर लामालाई खोज्नुपरेको, पानी परेको छ गाडीमा झन्डा न राख भन्दाभन्दै राखेको लामा आफैंले भण्डारीको सिटबल्ट करबल गरेर बाँध्न लगाएको आदि लामाका शङ्कास्पद गतिविधि ऋषिराम अझै सम्झन्छन्। ऋषिरामका अनुसार सच्चा कम्युनिस्ट पार्टी उनको मात्रै हो। ओली–प्रचण्डहरू सरकारी कम्युनिस्ट पार्टी भएको बताउँछन् र तीन वर्ष उनको नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी सङ्क्षेपमा नेकपाको प्रचारप्रसार गरिदिएकोमा ओली–प्रचण्डहरूलाई धन्यवाद पनि दिन्छन्। सन् २०१३ मा ऋषिरामले आफ्नो दल दर्ता गराएका थिए। दासढुङ्गा घटनाको भोलिपल्ट घटनास्थल पुगेका ऋषिराम कट्टेललाई त्यहाँको दृश्य देख्दा यो दुर्घटना नभई षड्यन्त्रपूर्ण हत्या भएको लागेको थियो। किनकि दुर्घटनाग्रस्त गाडीको अगाडिको शीशा जस्ताको त्यस्तै थियो, फुटेको थिएन, चालकपट्टिको ढोका खुला र भण्डारीपट्टिको ढोका बन्द थियो। तर तीन दिनपछि भण्डारीको लाश दासढुङ्गाबाट ३२ किलोमिटर पर गाजापुरमा पाइएको, जीउमा कुनै घाउ, खत नभएको, बेल्ट बाँधिएको तर पाइन्ट नभएको, अन्डरवियर मात्र थियो जीउमा। तर मदनकी पत्नी राष्ट्रपति बन्दा मदनका पारिवारिक हितैषी केपी ओली दोहोरिएर प्रधानमन्त्री बन्दासमेत दासढुङ्गा काण्डलाई उजागर गर्नुको सट्टा छोपछाप गरेकोमा ऋषिरामलाई उदेक लागेको रहेछ। स्मरणीय छ, त्यतिखेरको छानबिन समितिले कट्टेलसँग समेत पटक–पटक बयान लिएको र बयानमा कट्टेलले दुर्घटना नभई हत्याको शङ्का लागेको बताएका थिए। कट्टेल आज पनि आफूलाई पुष्पलालको अनुयायी बताउँछन्। वामदेवले एमालेसँग छुट्टिएर माले बनाउँदा कट्टेल पनि वामदेवसँग लागेका थिए पछि वामदेव गौतम एमालेमा फर्किएपछि उनीहरूको बाटो अलग–अलग भयो। २०४९ सालको ५औं महाधिवेशनले मदन भण्डारीको जनताको बहुदलीय जनवाद (जबज)लाई अनुमोदन गरेपछि ऋषिरामले यसलाई विसर्जनवादको संज्ञा दिएका थिए।

वर्तमान ओली र प्रचण्ड समूहको खिंचातानी सबैलाई थाहै छ। पुस ५ गतेपछि नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा) तेरो कि मेरो भन्दै घमासान चलिरहेकै बेला प्रचण्ड र माधव नेपालले पटक–पटक ऋषिराम कट्टेललाई मुद्दा फिर्ता लिनसमेत दबाब दिंदै आएका थिए तर पनि मुद्दा फिर्ता लिन राजी भएनन् र अन्ततः सर्वोच्चले नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीको वास्तविक मालिक ऋषिराम नै रहेको फैसला गरिदियो। यो फैसलापछि ओली, प्रचण्डहरू तीन वर्षअगाडिकै अवस्थामा अर्थात् एमाले र माओवादी दुई अलग पार्टीमा परिणत भए। सूर्य चिह्न पाएकोमा ओली समूह हर्षित देखियो भने प्रचण्डको हसिया–हथौडामा चमक देखिएन। अदालतको फैसला माधव, झलनाथहरूलाई निल्नु न ओकल्नु बनेको छ। अनिर्णयका बन्दी बनेका उनीहरूलाई ओलीलाई पुनः नेता मान्नु 'नखाउँ भने दिनभरिको शिकार, खाउँ भने कान्छाबाउको अनुहार' साबित भएको छ र लाजै पचाएर भएपनि सूर्य चिह्न र ओलीको पछि लाग्नुपर्ने अवस्था सृजना भएको छ। अहिले प्रचण्ड, माधवहरूले ऋषिरामलाई सत्तोसराप गरिरहेका छन्। ऋषिले त 'तु डाल डाल, मै पात पात' साबित गरिदिए।

ओलीको शुभ जन्मोत्सव समारोहमा अदालतले संसद् पुनर्स्थापना गर्नु र माधवको जन्मदिन (हैप्पी बर्थ डे)का दिन नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी (नेकपा)लाई खारेज गर्नु संयोग मात्र होइन भन्ने कामरेडहरू पनि थुप्रै छन्। तर जसले जे अर्थ लगाए पनि अदालतको फैसला सबैले मान्नैपर्छ। नेपालको कम्युनिस्ट आन्दोलन अहिले जटिल मोडमा पुगेको छ। जुट र फुटको इतिहास नै छ साम्यवादीहरूको। मोहन विक्रम सिंह, पुष्पलाल, तुलसीलाल, मनमोहन अधिकारी आदि सबै जुट र फुटबाटै जन्मिएका हुन्। यिनीहरू कहिल्यै लामो समयसम्म नेपाल कम्युनिस्ट पार्टी भनेर टिकेनन्। बाँदरको पुच्छरझैं सदैव नेपाल कम्युनिस्ट पार्टीको पुच्छरमा माले, एमाले, माओवादी, मोटो मशाल, पातलो मसाल गाँसेर, पुच्छर लगाएर हिंडे। सानो–ठूलो जुनसुकै पार्टीको अध्यक्ष र सर्वेसर्वा बन्ने लहडले गर्दा नै सानो मुलुक नेपालमा निर्वाचन आयोगमा १७० वटा पार्टी दर्ता छन्। एकाधबाहेक अन्यको नाम नै नेपालीले सुनेका छैनन्। अदालतले आफ्नो निर्णय सुनाएपछि अब बल नेताहरूको कोर्टमा आइपुगेको छ। अब त एमाले र माओवादी खेमामा लागेकाहरू कता–कता लाखापाखा लाग्ने हुन्, त्यो त अब चाँडै देखिहाल्नेछौं। यस बीचमा आम जनताको बीचमा यिनको सर्कस र कसरतले आम जनताको मनोरञ्जन गराइरहनेमा म विश्वस्त छु। सानो भनेर हेला नगर्नु भन्ने त उखान नै छ। कसैले नाम नसुनेका ऋषिरामले दुई तिहाइको धाक र रवाफ देखाउनेलाई एकै झटकामा चारोखाना चित्त गरेर यो कुरा प्रमाणित गरिदिए। हिस्स बूढी हरियो दाँत।

खोप लगाउन उत्साह

काठमाडौं, २६ फागुन/रासस

कोभिड–१९ विरुद्धको खोप लगाउनका लागि सर्वसाधारणमा उत्साह छाएको छ। अहिले खोप लगाउनका लागि बिहानैदेखि सर्वसाधारणको खोप केन्द्रमा लामो लाइन देख्न सकिन्छ।

दोस्रो चरणको खोप यही फागुन २३ गतेदेखि सञ्चालन भइरहेको छ। पैंसट्ठी वर्षभन्दा माथिका ज्येष्ठ नागरिकलाई उपलब्ध गराइने खोपमा अहिले दैनिक दुई लाखभन्दा बढीले खोप लगाइरहेको स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयका सहप्रवक्ता डा समीरकुमार अधिकारीले जानकारी दिए। उनका अनुसार खोपप्रति नकारात्मक धारणा परिवर्तन भएपछि खोप लगाउने सङ्ख्यामा वृद्धि भइरहेको छ। पहिले खोपबारे नकारात्मक सोचका कारणले खोप लगाउन त्यति उत्साह थिएन," उनले भने, "तर अहिले ज्येष्ठ नागरिक बिहानै खोप लगाउन खोपकेन्द्र गइरहनुभएको छ।"

उनले नेपालमा लगाइने खोप 'कोभिशिल्ड'को प्रभावकारिता पनि ७१ प्रतिशत रहेकोले खोप लगाउने सङ्ख्या वृद्धि भएको हो। अहिले भारतको सिरम इन्स्टिच्युटबाट खरीद गरी ल्याइएको खोप 'कोभिशिल्ड' लगाउन थालिएको छ। 'कोभिशिल्ड' खोप प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओली, सभामुख अग्निप्रसाद सापकोटा, पूर्वप्रधानमन्त्री शेरबहादुर देउवा, पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड', माधवकुमार नेपाल, डा बाबुराम भट्टराई तथा सरकारका मन्त्रीगणसमेतले लगाइसकेका छन्।

सरकारले भारतसँग अनुदानमा १० लाख मात्रा र भारतको सिरम इन्स्टिच्युट अफ इन्डियाबाट १० लाख खोप मात्रा 'कोभिशिल्ड' खरीद गरी ल्याइसकेको छ भने १० लाख मात्रा ल्याउन बाँकी

कोरोनाविरुद्धको खोप लगाउँदै प्रधानमन्त्री केपीशर्मा ओली। तस्वीरः फाइल

रहेको छ। यस्तै, कोभ्याक्स सुविधामार्फत तीन लाख ४८ हजार मात्रा खोप पनि नेपाल आइसकेको छ। स्वास्थ्य सेवा विभागको बाल स्वास्थ्य तथा खोप शाखाका प्रमुख डा झलक शर्मा गौतमले खोपको पहुँच पनि पुऱ्याएको र खोपबारे रहेको शङ्का मानिसमा हटेपछि लगाउनेको सङ्ख्या वृद्धि भएको छ।

दोस्रो चरणको खोप अभियानमा सरकारले अहिले हिमाली भेगका १५ जिल्लाका ५५ वर्षभन्दा माथि र अन्य भेगका ६५ वर्षभन्दा माथिका ज्येष्ठ नागरिकलाई करीब चार हजार खोपकेन्द्रबाट खोप लगाइरहेका छन्। सो खोप अभियानमा १६ हजार स्वास्थ्यकर्मी परिचालन गरिएको छ। "नयाँ खोपबारे के हुन्छ कसो हुन्छ भनेर मानिसमा केही जिज्ञासा आएको थियो," उनले भने, "तर खोप लगाएपछि कसैलाई सामान्य असरबाहेक जटिल समस्या नदेखिएकाले मानिसमा खोप लगाउन उत्साह आएको हो।"

खोप लगाएको ठाउँमा सुन्निने, रातो हुने, दुख्ने, थकाइ र आलस्य महसूस हुने, सामान्य ज्वरो आउने, टाउको दुख्ने, वाकवाकी हुने, मांसपेशी वा जोर्नी दुख्ने, फ्लु जस्ता लक्षण देखिने गर्दछन्। खोप शाखा प्रमुख डा गौतमले कोभिशिल्ड खोप लगाएपछि सामान्यभन्दा जटिल समस्या नदेखिएको बताए। उनका अनुसार अहिले दैनिक दुई लाखदेखि दुई लाख ५० हजारसम्म मानिसले खोप लगाइरहेका छन्। अहिलेसम्म ११ लाख मानिसले खोप लगाइसकेका छन्।

सरकारले कुल जनसङ्ख्याको ७२ प्रतिशतलाई खोप लगाउने लक्ष्य लिएको छ। पहिलो चरण गत माघ १४ देखि फागुन १० गतेसम्म १.४ प्रतिशत जनसङ्ख्यालाई खोप उपलब्ध गराइएको छ। उक्त अभियानमा चार लाख २९ हजारलाई खोप प्रदान गरिएको थियो। खोप स्वास्थ्य तथा सामाजिक क्षेत्रका तीन प्रतिशत, ५५ वर्षभन्दा माथिका १७ प्रतिशत, ४० वर्षदेखि ५४ वर्षका ९.५५ प्रतिशत, १५ देखि ३९ वर्ष उमेर समूहका ४२.६२ प्रतिशतलाई कोभिड–१९ विरुद्धको 'कोभिशिल्ड' खोप लगाइने भएको छ।

मन्त्रालयका सहप्रवक्ता डा अधिकारीले मानिसमा खोप लगाउने आकर्षण बढेकोले खोप पुऱ्याउन नसकिने हो कि भन्ने लागेको बताए। सरकारले खरीद गरेको १० लाख मात्रा 'कोभिशिल्ड' चाँडै नै आउने उनले बताए। यस्तै, सरकारले ५० लाख मात्रा 'कोभिशिल्ड' खोप खरीद गर्ने प्रक्रियासमेत अगाडि बढाइसकेको छ। यसैगरी, कोभ्याक्स सुविधामार्फत एक करोड ३० लाख मात्रा खोप नेपालमा आउने भएको छ। पहिलो मात्रा लगाएको आठदेखि १२ हप्ताभित्र लगाएको खोप बढी प्रभावकारी हुन्छ।

खोप लगाएपछि पनि कोभिड–१९ बाट बच्नका लागि स्वास्थ्य मापदण्ड अपनाउनुपर्ने मन्त्रालयका सहप्रवक्ता डा अधिकारीले बताए। नेपालमा अहिलेसम्म कोभिड–१९ को दुई लाख ७४ हजार ८६९ जनालाई सङ्क्रमण, दुई लाख ७० हजार ९७८ जना सङ्क्रमणबाट निको र तीन हजार १२ जनाको सङ्क्रमणबाट मृत्यु भइसकेको छ। यस्तै, नेपालमा निको हुने दर ९८.६ प्रतिशत रहेको छ।

फरक समाचार

विगन डाइट लिनेहरूमा हाड फ्रैक्चर हुने खतरा

अक्सफोर्ड युनिभर्सिटीको शोध अनुसार विगन डाइट लिनेहरूमा हाड कमजोर हुनुको साथै फ्रैक्चर हुने खतरा रहन्छ। मासु खानेहरूको तुलनामा विगन डाइट

लिनेहरूमा क्याल्सियम र प्रोटिनको कमी हुन्छ। नतीजा, ४३ प्रतिशतसम्म हाड फ्रैक्चर हुने खतरा रहन्छ।

विगन डाइट भनेको मासु, अन्डा मात्र होइन डेयरी उत्पादन जस्तै दूध, दही, घ्यू, पनीर खान मनाही गरिएको हुन्छ। धेरैजसोले महको पनि सेवन गर्दैनन्। यस डाइटमा केवल बिरुवाबाट पाइने वस्तु खाइन्छ जस्तैः अन्न, तरकारी, फलफूल र ड्राइ फ्रुट्स।

बिएमसी जर्नलमा प्रकाशित अनुसन्धान अनुसार विगन डाइट लिने एक हजार व्यक्तिमाथि १० वर्षसम्म अनुसन्धान गर्दा उनीहरूको नितम्ब, खुट्टाको हाड र ब्याक बोनमा फ्रैक्चरको मामिला देखियो। डाइट विज्ञ र शोधकर्ता टैमी टन्ग भन्छन्, मासु खानेहरूको तुलनामा विगन डाइट सेवन गर्नेहरूमा नितम्ब फ्रैक्चरको मामिला २.३ गुना बढी देखियो। एक हजारमध्ये २० यस्तो गम्भीर मामिला देखिएको थियो। अनुसन्धानले भन्छ, विगन डाइट लिनेहरूको बडी मास इन्डेक्स घट्नुको साथै क्याल्सियम र प्रोटिनको कमी पनि हुन सक्छ। तसर्थ सावधान हुनुपर्छ।

क्लिनिकल न्युट्रिशनिस्ट सुरभि पारीक भन्छिन्, विगन डाइट तीन महीनाभन्दा बढी समयसम्म लिनुहुँदैन। लगातार प्लान्ट बेस्ड डाइट लिंदा शरीरमा आयरन, क्याल्सियम, भिटामिन डी र बी–१२ को कमी हुन्छ। धेरैजसोले दूधको विकल्पमा सोयामिल्क, सोया पनीर लिन्छन्। डाइटमा सोयाको मात्रा बढी भएपछि हार्मोनल इनबैलेन्स हुने खतरा रहन्छ। नतीजा कपाल झर्ने र चाया पोतोजस्ता समस्या देखिन्छ। तसर्थ विगन डाइट लिंदा विज्ञको सल्लाह लिनुपर्छ।

लामो समयसम्म यो डाइट लिंदा विज्ञहरूले केही सप्लिमेन्ट प्रेस्क्राइब गर्छन्, जसले क्याल्सियम, भिटामिन डी, बी–१२ र आयरनको कमी पूरा गर्छ। केवल बिरुवामा आधारित डाइट लिंदा थुप्रै आवश्यक पोषक तत्त्वको कमी हुन सक्छ।

भिटामिन डीको कमी पूरा गर्नको लागि बिहान ९ बजेदेखि केही समय घाममा बस्नुपर्छ। यसबाट भिटामिन डीको कमी पूरा हुन्छ र हाड बलियो हुन्छ। भिटामिन बी–१२ को कमी भएपछि थकान र कमजोरी महसूस हुन्छ। यसैले डाइटमा सोया ड्रिङ्क्स र अन्न लिनुपर्छ। केवल तरकारी र फलमाथि निर्भर हुनुहुँदैन। सुरभिका अनुसार हरियो तरकारी लिंदा पनि आयरनको कमी हुन सक्छ किनभने यी सबै लो–हिम फूड हुन्। यसबाट त्यति धेरै आयरन पाइँदैन, जति चाहिन्छ। यसको लागि केराउ, टोफु र ड्राइफ्रुट्स अवश्य लिनुपर्छ।

पार्किन्सन्स रोगमा तिलले फाइदा पुऱ्याउँछ

हिंड्दा–हिंड्दै लडखडाउनु, सन्तुलन बनाउन नसक्नुजस्ता लक्षण पार्किन्सन्स रोगमा देखिन्छ। नयाँ अनुसन्धानले भनेको छ, तिलको सेवनबाट बुजुर्गमा हुने यस रोगको खतरालाई घटाउन सकिन्छ। यो दाबी जापानको ओसाका सिटी युनिभर्सिटीले आफ्नो अनुसन्धानमा गरेको हो। जापानी शोधकर्ताका अनुसार तिलमा हुने केमिकलले शरीरमा रहेको न्युरोनलाई क्षतिग्रस्त हुनबाट रोक्छ। साथै डोपामाइन हार्मोनको मात्रा कम हुनबाट पनि रोक्छ।

अनुसन्धान अनुसार तिलमा सिसेमिनोल नामक केमिकल धेरै मात्रामा पाइन्छ। यसले शरीरको कोशिकालाई क्षतिग्रस्त हुनबाट रोक्छ। मस्तिष्कमा रहेको नर्भ कोशिकाले नै मनुष्यलाई उठबस र हिंड्डुल गर्न नियन्त्रण गर्छ। पार्किन्सन्स रोग भएपछि यही नर्भ कोशिका क्षतिग्रस्त भएर नष्ट हुन थाल्छ। यस्तोमा तिलमा रहेको केमिकलले यसलाई क्षतिग्रस्त हुनबाट रोक्ने कोशिश गर्छ।

पार्किन्सन्स एउटा मानसिक रोग हो। यसमा मनुष्यलाई हिंड्डुल गर्न समस्या हुन्छ, शरीरमा कम्पन, शरीर बाउडिने र सन्तुलन बनाउन समस्या हुन्छ। रोगीको बोली लड्खडाउँछ, लेख्दा हात काम्छ। बिस्तारै–बिस्तारै शरीरको काम गर्ने क्षमता घट्छ। अहिलेसम्म यसको सटीक उपचार खोजिएको छैन। औषधिको माध्यमबाट लक्षणलाई घटाउने कोशिश गरिन्छ।

वैज्ञानिकले मुसामाथि प्रयोग गरेका थिए। उनीहरूले मुसालाई तिलको गेडा खुवाएका थिए। ३६ दिनसम्म मुसामाथि यसको असर देखियो। रिपोर्ट अनुसार यसको असर डोपामाइन हार्मोन र मस्तिष्कमा रहेको न्युरोनमाथि परेको थियो। मुसामा पार्किन्सन्स रोगसँग सम्बन्धित लक्षण पाइएको थियो। मुसामाथि परीक्षणपछि जापानी वैज्ञानिकले क्लिनिकल ट्रायल गर्ने तयारी गर्दैछन्।

डाइटिसियन विज्ञका अनुसार तिलले रक्तचापलाई नियन्त्रण गर्न मदत गर्छ। यसमा फाइबर, प्रोटिन, भिटामिन बी, मैग्नेशियम र ओमेगा–३ फैटको अलावा लिगनेन्स निकै मात्रामा पाइन्छ। लिगनेन्स स्तन क्यान्सरको खतरालाई कम गर्छ। एउटा अनुसन्धान अनुसार ५० ग्राम तिल हरेक दिन सेवन गर्दा रक्तचाप र ब्लड सुगर घटाउन सकिन्छ। आर्थराइटिसको समस्या हुनेहरूले खानामा तिललाई सामेल गर्दा यसले दुखाइलाई कम गर्छ। तिललाई भुटेर खान सकिन्छ। यसलाई अचार, सलादमा मिसाउन सकिन्छ साथै लड्डु बनाएर पनि खान सकिन्छ। – प्रतीक डेस्क (एजेन्सीको सहयोगमा)

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

चिनान्डेगा शहर ज्वालामुखीको धूलोले ढाकियो

क्रिस्टोबलमा ज्वालामुखी विस्फोट हुँदा धूवाँले ढाकिएको दृश्य। तस्वीरः एएफपी

मानागुवा, २६ फागुन/एएफपी

मध्य–अमेरिकी राष्ट्र निकारागुवाको सबैभन्दा अग्लो ठाउँ सान क्रिस्टोबलमा ज्वालामुखी विस्फोट हुँदा चिनान्डेगा शहर र त्यसको आसपासको क्षेत्रको आकाश धूवाँ र धूलोले ढाकिएको छ।

स्थानीय सञ्चारमाध्यमका अनुसार मङ्गलवारको उक्त विस्फोट निकै शक्तिशाली रहेको र आकाशमा धूवाँ र खरानीजस्तै धूलो १७ किलोमिटरसम्म फैलिएको थियो। सान क्रिस्टोबलमा सामान्यतया वर्षैभरि ज्वालामुखी सक्रिय हुने गर्दछ। स्थानीय पत्रकार कारोल अल्टामिरानोले धूवाँ र धूलोका कारण किसानको धान, तरकारी र फलफूल तथा गाईवस्तुका चरन सबै खैरो धूलोले ढाकिएको जानकारी दिए।

इनेटर अध्ययन इन्स्टिच्यूटले ज्वालामुखीको तीव्रता आगामी दिनमा घट्ने र जनजीवनमा त्यति खतरा उत्पन्न नहुने बताएको छ।

यसपटकको ज्वालामुखी विस्फोटबाट करीब ३० मिनेटसम्म धूवाँ र धूलो आकाशमा आएको थियो। सडकमा गुडिरहेका सवारीसाधनले प्रकाश मधुरो भएपछि दिउँसै बत्ती बाल्नुपरेको थियो।

किसानहरूले पानीका स्रोतलाई छोप्नुका साथै गाईवस्तुलाई सुरक्षित स्थानमा लगेका थिए। शहरमा मानिसले छाता ओढ्ने, टोपी लगाउने र अनुहारमा मास्क लगाउने गरेका थिए।

करीब एक हजार ७४५ मिटर अग्लो सान क्रिस्टोबलको ज्वालामुखी क्षेत्र मध्य अमेरिकी क्षेत्रको सातौं हो। यो क्षेत्र राजधानी मानागुवादेखि उत्तरपश्चिम करीब १३२ किलोमिटर टाढा चिनान्डेगा क्षेत्रमा रहेको छ। रासस

चीनमा मङ्गलवार सङ्क्रमित भेटिएनन्, ब्रजीलमा मृत्यु बढ्यो

बेइजिङ, २६ फागुन/सिन्ह्वा

चिनियाँ अधिकारीहरूले यहाँ स्थानीयस्तरमैं सङ्क्रमित भएका कोरोना सङ्क्रमित भेटिएका छैनन्। यहाँका स्वास्थ्य अधिकारीहरूले बुधवार सो जानकारी दिएका हुन्। उनीहरूले मङ्गलवार चीनमा देशभित्रै सङ्क्रमण सरेका सङ्क्रमित नभेटिएको बताएका छन्।

बुधवार चीनमा पाँचजना मात्र सङ्क्रमित भेटिएका थिए र उनीहरू पनि चीनभित्र पाइएको नभएर चीनबाहिरबाट आएको बताइएको थियो।

बेइजिङमा बुधवार दिइएको जानकारीमा यहाँ मङ्गलवार पाँचजना सङ्क्रमित भेटिएका थिए र उनीहरू चीनमा भेटिएका नभएर बाहिरबाट आएका नागरिकमा भेटिएको थियो। ती पाँचजना शाङ्घाईमा भेटिएका थिए। उनीहरू कुन देशबाट आएका हुन् भन्नेबारेमा भने केही बताइएको छैन।

ब्रजीलमा कोरोनाबाट मृत्यु हुने अहिलेसम्मकै बढी

साओ पाउलो/सिन्ह्वा

ब्रजीलमा मङ्गलवार मात्र कोरोना भाइरसको सङ्क्रमणबाट करीब दुई हजार व्यक्तिको मृत्यु भएको छ। ब्रजीलमा कोरोनाविरुद्ध लड्नको लागि अस्पताल र खोपहरूले बिस्तारै प्रगति भएको समाचारमा उल्लेख गरिएको छ। तर पनि यता मृत्यु हुनेको सङ्ख्या भने अझै घटेको छैन।

कोरोना महामारीका कारण भएको मृत्युमा विश्वमैं दोस्रो स्थानमा रहेको ब्रजीलमा गत २४ घण्टामा एक हजार ९७२ जनाको कोभिड–१९ को सङ्क्रमणबाट नै मृत्यु भएको यहाँको स्वास्थ्य मन्त्रालयले जानकारी दिएको छ।

कोरोना भाइरसको सङ्क्रमणको कारण सबैभन्दा बढी अमेरिकामा मृत्यु भएको छ। त्यसपछि दोस्रो क्षति ब्रजीलमैं पुगेको यहाँका स्वास्थ्य अधिकारीहरूले जनाएका छन्। गत २४ घण्टामा ब्रजीलमा थप ७० हजार ७६४ जनामा कोरोना सङ्क्रमण देखिएपछि कुल सङ्क्रमितको सङ्ख्या १ करोड ११ लाख पुगेको छ। ब्रजीलमा कोरोना शुरू भएयता हालसम्म २ लाख ६८ हजार ३७० जनाको मृत्यु भइसकेको छ।

ब्रजीलमा कोरोना सङ्क्रमणको दैनिक तथ्याङ्क अनुसार गत मार्च ३ मा यसबाट एकै दिनमा एक हजार ९०० जनाको मृत्यु भएको थियो। गत दुई हप्तायता यहाँ कोरोनाबाट ज्यान गुमाउनेको सङ्ख्या बढ्दै गएको बताइएको छ। सार्वजनिक स्वास्थ्य संस्था फिओक्रुजले मङ्गलवार सार्वजनिक गरेको प्रतिवेदन अनुसार ब्रजीलका २७ वटा प्रान्तीय राजधानीमा २५ वटा राजधानी शहरका स्वास्थ्य संस्थाहरूका आकस्मिक कक्ष ८० प्रतिशतभन्दा बढी भरिएको छ।

"कोभिड–१९ विरुद्धको उपचार तथा अन्य प्रक्रियामा २०२० को अन्त्यतिर ब्रजीलमा प्रभावकारी देखिएको थियो। तर पनि सन् २०२१ को पहिलो आधाआधीमा भने यहाँ महामारीको फैलावट निकै बढेको थियो। त्यो क्रम अहिले पनि रोकिएको छैन। अहिले पनि सो महामारीको प्रकोप झन् बढेको फियोक्रुजका वरिष्ठ अधिकारी ओरेलानाले बताएकी छन्।

कोरोनाविरुद्धको खोपका कारण हालको महामारीको परिस्थितिमा आमूल परिवर्तन भएको पनि उनले बताइन्। तर मृत्यु हुनेहरूको सङ्ख्या नघट्नु दुःखद भएको उनको भनाइ छ। रासस

बाइडेनले अस्ट्रेलिया, भारत र जापानका प्रमसँग वार्ता गर्ने

वाशिङ्टन, २६ फागुन/एएफपी

अमेरिकी राष्ट्रपति जो बाइडेनले शुक्रवार अस्ट्रेलिया, भारत र जापानका प्रधानमन्त्रीहरूसँग पहिलोपटक संयुक्त वार्ता गर्न लागेका छन्। यो गठबन्धनलाई सामरिक दृष्टिबाट चीनविरोधीका रूपमा लिने गरिन्छ।

भर्चुअल विधिबाट हुन लागेको यो बैठकलाई राष्ट्रपति बाइडेनले पूर्वराष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्पले छिन्नभिन्न बनाउन खोजेको अमेरिकी गठबन्धनलाई पुनर्जीवित तुल्याउन खोजेको रूपमा लिइएको छ।

ह्वाइट हाउसकी प्रेस सचिव जेन साकीले मङ्गलवार पत्रकारहरूसँग कुरा गर्दै हिन्द–प्रशान्त (इन्डो–प्यासिफिक) क्षेत्रका गठबन्धन एवं साझेदार मुलुकसँगको निकट सहयोगलाई अमेरिकाले निकै महत्त्व दिएको सन्दर्भमा राष्ट्रपति बाइडेनले यो भर्चुअल बैठक गर्न लागेका बताए।

चीनसँगको बढ्दो तनावकै बीच "क्वीड"का नामले चिनिने इन्डो–प्यासिफिकका प्रमुख मुलुकहरूबीच व्यापार र सुरक्षालाई ध्यानमा राखेर छलफल हुनेछ।

अस्ट्रेलियाका प्रधानमन्त्री स्कट मरिसनले बाइडेनले गठबन्धनको क्षमतालाई अर्को स्तरमा माथि लैजान खोजेको विश्वास व्यक्त गरे।

"यो हाम्रो क्षेत्रका लागि ऐतिहासिक क्षण हो र यसले एउटा सार्वभौम, स्वतन्त्र इन्डो–प्यासिफिक क्षेत्रमा हाम्रो सहयोगको आवश्यकताका बारेमा बलियो सन्देश दिनेछ," प्रधानमन्त्री मरिसनले संवाददाताहरूसँग भने।

प्रेस सचिव साकी र भारत दुवैले भर्चुअल बैठकका अवसरमा जलवायु परिवर्तन र कोभिड–१९ महामारीका विषयमा पनि छलफल हुने बताए। यी दुवै क्षेत्र बाइडेनका लागि प्रमुख प्राथमिकताका क्षेत्र हुन्। प्रेस सचिव साकीले यसअघि भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीले बैठकमा भाग लिने घोषणा गरेका थिए।

भारतीय विदेश मन्त्रालयले जारी गरेको विज्ञप्तिमा भनिएको छ, "नेताहरूले क्षेत्रीय र विश्व मामिलाका केही प्रमुख विषयमा छलफल गर्नुहुनेछ, र एउटा स्वतन्त्र, खुला र समावेशी इन्डो–प्यासिफिक क्षेत्र निर्माण गर्नेतर्फ सहयोगका व्यावहारिक क्षेत्रहरूका सम्बन्धमा विचार आदानप्रदान हुनेछ।"

जापानी प्रधानमन्त्री योशिहिदे सुगासमेत सहभागी हुने यस बैठकमा सामुद्रिक सुरक्षा प्रवर्द्धनका विषयमा पनि कुराकानी हुनेछ। भारतीय विदेश मन्त्रालयको विज्ञप्तिमा एशियाली मुलुकमा कोभिड–१९ विरुद्ध लड्न सुरक्षित, समतामूलक र कम खर्चिलो खोपलाई सुनिश्चित गर्नेबारेमा पनि छलफल हुने उल्लेख गरिएको छ।

जापानी प्रधानमन्त्री सुगाले बिहीवार भारतीय प्रधानमन्त्री नरेन्द्र मोदीसँग अलग्गै टेलिफोन संवाद गरेका थिए। उनीहरूबीच पूर्वी तथा दक्षिण चीन सागरका सम्बन्धमा यसअघिका समझदारीलाई चीनले उल्ट्याउन खोजेको विषयमा कुराकानी भएको थियो।

अमेरिकी विदेश मन्त्रालयका प्रवक्ता नेड प्राइसले संवाददाताहरूसँग कुरा गर्दै विश्वका जल्दाबल्दा समस्या सुल्झाउन क्वीड गठबन्धन सक्षम रहेको बताएका छन्। गत फेब्रुअरी १८ मा क्वीड गठबन्धन मुलुकका विदेशमन्त्रीहरूको बैठकले म्यान्मामा सेनाले सत्ता लिएकामा आपत्ति जनाएको थियो।

बैठकमा अमेरिकी अधिकारीहरूले म्यान्मा मामिलामा जापान र भारतले नरम नीति लिएको विषयमा चासो राखेका थिए। हाल जापान र भारतसँग म्यान्माको मैत्रीपूर्ण सम्बन्ध रहेको छ। विगतमा चीनले म्यान्माको सैनिक शासनलाई हरसम्भव सहायता गर्ने गरेको थियो। तर क्वीडका विदेशमन्त्रीहरूले चीनका बारेमा कुनै विशेष सम्बोधन गरेका थिएनन्।

सन् २००७ मा जापानका तत्कालीन प्रधानमन्त्री सिन्जो आबेको अग्रसरतामा क्वीड स्थापना गरिएको थियो। रासस

सहकारी भवनको उद्घाटन

तस्वीरः सौजन्य

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

भारत सरकारको सहयोगमा ललितपुर महानगरपालिकामा निर्मित जिल्ला सहकारी सङ्घ लिमिटेडको भवन उद्घाटन भएको छ।

दूतावासका नियोग उपप्रमुख नामग्य सी खम्पाले सो भवनको उद्घाटन गरेकी थिइन्। सो अवसरमा पूर्वअर्थमन्त्री उदय राणा, सहकारी सङ्घ लि. ललितपुरका अध्यक्ष माधव दुलाललगायतको सहभागिता थियो।

भारत सरकारले ३ करोड ५० लाख रुपैयाँमा भवन निर्माण कार्य सम्पन्न गरेको जनाएको छ।

सो अवसरमा दूतावासकी नियोग उपप्रमुख खम्पाले सन् २००३ यता भारत सरकारले नेपालमा ४४६ वटा उच्च प्रभाव सामुदायिक विकास परियोजना सम्पन्न गरेको र त्यसमध्ये प्रदेश ३ को ८४ वटा परियोजनामध्ये ललितपुर जिल्लामा मात्र ९ वटा परियोजना रहेको बताइन्।

बारा, पर्साबाट ४८ किलो गाँजासहित दुईजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

बाराबाट ४५ किलो र पर्साबाट ३ पक्राउ गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय, बाराले जनाएको छ।

गाँजासहित पक्राउ परेका चौधरी। तस्वीरः सौजन्य

किलो गाँजासहित दुईजना पक्राउ परेका छन्।

४५ किलो गाँजासहित एकजनालाई मङ्गलवार राति ११ बजे बारा, पचरौता नगरपालिका–८ बाजोपट्टिनजीकै चारजना तस्करले गाँजा ढुवानी गरिरहेको बेला प्रहरीलाई देखेपछि तीनजना फरार भएका र एकजना पक्राउ परेको बारा प्रहरीले जनाएको छ।

सुरक्षा प्रहरी बेस क्याम्प लङ्डाचोकमा खटेको प्रहरी टोलीले गाँजा ढुवानी गर्ने बारागढी गाउँपालिका–४ पोखरिया बस्ने ५० वर्षीय बाबूलाल चौधरीलाई ४५ किलो गाँजासहित पक्राउ गरेको जिप्रका बाराका प्रवक्ता एवं प्रनाउ गौतम मिश्रले जानकारी गराए।

यसैगरी जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साले ३ किलो गाँजासहित एकजना युवकलाई पक्राउ गरेको छ।

मङ्गलवार राति ७ बजे वीरगंज महानगर–११ दुर्गाटोलनजीकैबाट ३ किलो गाँजासहित वीरगंज–१८ बस्ने १९ वर्षीय प्रिन्स पटेललाई पक्राउ गरेको हो। उनले स्कूल ब्यागमा गाँजा राखेर ना.४६प ५३२९ नम्बरको मोटरसाइकल प्रयोग गरेको र प्रहरीले चेकजाँचको क्रममा सो गाँजा बरामद गरेको हो।

घटनास्थलमा पक्राउ परेका पटेलले आफूलाई कसैले रु ५ सय दिएर गाँजा लैजान भनेको प्रारम्भिक बयानमा बताएका थिए। उनीविरुद्ध लागूऔषध मुद्दामा थप अनुसन्धान भइरहेको पर्सा प्रहरीले जानकारी गराएको छ।

वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम

प्रस, पंचगावाँ, २६ फागुन/

पटेर्वासुगौली गाउँपालिकामा सानिमा

तस्वीरः प्रतीक

बैंक शाखाले वित्तीय साक्षरता कार्यक्रम गरेको छ।

पटेर्वासुगौली गापा–२ का अध्यक्ष विजय गैरेले कार्यक्रमको उद्घाटन गर्दै आर्थिक सुरक्षा साथै बैंकिङ सुविधाको पहुँचबाट वञ्चित भएकाहरूलाई बैंकको पहुँचसम्म पुऱ्याउन कार्यक्रमले सघाउ पुऱ्याउने बताए। उनले शाखाले बैंकको पहुँचमा सबै व्यक्तिलाई ल्याउने प्रयत्न गर्नुपर्ने सुझाव दिए। साथै बैंकले दिनुपर्ने सेवाको पनि विस्तार गर्नुपर्ने बताए।

बैंकका शाखा अधिकृत अभय गुप्ताको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा सन्दीपकुमार कर्ण, दीपक चौधरीले सानिमा बैंकले प्रदान गर्ने सेवा सुविधाबारेमा सहभागीहरूलाई जानकारी गराएका थिए। कार्यक्रमको सहजीकरण स्थानीय शिक्षक भोला चौधरीले गरेका थिए।

कोलोनीमा आगलागी, महिला घाइते

प्रस, सिम्रौनगढ, २६ फागुन/

सीमावर्ती भारतको घोडासहनस्थित कृष्ट कोलोनीमा आगलागी भएर लाखौंको क्षति भएको छ। गएराति चिया बनाउने क्रममा ग्यास सिलिन्डर लिक भएर आगलागी भएको थियो।

आगलागीबाट फर्निचर, कपडा, खाद्यान्न र नगद जलेको तथा एकजना महिला घाइते भएकी छन्। गोविन्द केवटको घरमा आगलागी भएको र उनकी पत्नी बिन्दु देवी आगलागीबाट घाइते भएकी हुन्। उनको दुवै हात जलेको छ। स्थानीय क्लिनिकमा बिन्दु देवीको उपचार भइरहेको छ।

Poonam Arts
......A Complete art Solution
- Flex Print - Sticker Print
- Dps Board - Light Board
- Glowsing Board
- Wall Painting
- Stall Decoration
- 2D-3D Board
- Hoarding Board
- Digital Hoarding Board
National Trading, Main Road, Birgunj
Ph: 051-525653

Om Advertising
A Complete art Solution
Flex Print 3D 2D
Flex Print, Backlit Print, inyle Print, Reflective Print, Hoarding Board, Glowsing Board, LED Board, Sticker Print, Wall Painting, Shutter Painting, Welcome Gate, Name/No. Plate
Parwanipur, Bara
9802818703, 9846418703

Admission Open
BBA (Bachelor of Business Administration)
BBA-TT (Bachelor of Business Administration-Travel & Tourism)
BCA (Bachelor of Computer Aplication)
CITIZEN COLLEGE
POKHARA UNIVERSITY AFFILIATE
Kumaripati, Lalitpur (Opposite to Mahayaan Petrol Pump)
01-5545684, 5545685, 9851000035

आजको राशिफल

मेष – धनलाभ	वृष – सफलता
मिथुन – अलमल	कर्कट – वादविवाद
सिंह – शत्रुभय	कन्या – चोरभय
तुला – उदरपीडा	वृश्चिक – विजय
धनु – धनखति	मकर – सुयश
कुम्भ – बेचैनी	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– दिउँसोः ३:४० बजे

जि.प्र.का. पर्सा द.नं. १२/२०५३/०५४ प्रतीक जि. हु. का. पर्सा द. नं. १८२/२०७७/०७८

घण्टाघर–पावरहाउस फोरलेन सडक अन्तर्गत वीरगंज महानगरपालिकाले हालै बनाएको एकतर्फी दुई लेन सडकको यो दृश्य हो। कालोपत्र गरेको एक महीनामैं खानेपानी संस्थानको पाइपलाइन लिक भएपछि नयाँ कालोपत्र खनेर पाइपलाइनको मरम्मत गरेको थियो। तर सडक बनाउने क्रममा फागुन २५ गते ढलान गरिएको यो सडकखण्ड पुनः आज ढलान गरिएको छ। ढलान गरेर त्यत्तिकैं छाडेको कारण सवारीसाधन चलेर पूर्ववत्‌रूपमा सडक बिग्रिएपछि बुधवार मरम्मत गरिंदै। तस्वीरः प्रतीक

शैक्षिक विकासले निरन्तरता पाउँछ –अध्यक्ष श्रेष्ठ

प्रस, ठोरी, २६ फागुन/

ठोरी गाउँपालिकाका अध्यक्ष पद्मलाल श्रेष्ठले शिक्षाको विकासमा आफ्नो पालिकाले कुनै कसर बाँकी नराख्ने दाबी गरेका छन्।

तस्वीरः प्रतीक

घ्याङडाँडामा रहेको ज्ञानज्योति माविमा सरस्वती मन्दिर शिलान्यास तथा अग्रज सम्मान कार्यक्रममा बोल्दै प्रमुख अतिथि गापा अध्यक्ष श्रेष्ठले गापाले गर्दै आएको शिक्षा विकास कार्यक्रमलाई निरन्तरता दिइने घोषणा गरे। उनले विद्यालयको विकासका लागि कम्पाउन्डवाल, सुविधासम्पन्न भवन, शिक्षक दरबन्दी थपलगायतका काम गरेको र त्यसलाई निरन्तरता दिइने बताए।

वडाध्यक्ष किशोर तामाङले ज्ञानज्योति माविले छोटो समयमैं धेरै प्रगति गरेको बताए। उनले अबका दिनमा कक्षा १२ को अध्ययन गराउने गरी काम भइरहेको जानकारी गराए। शिक्षा विकासमा सबैसँग सहकार्य गरेर अगाडि बढ्न उनले आग्रह गरे।

पूर्वगाविस अध्यक्ष लालबहादुर श्रेष्ठले संस्थागत विद्यालयमा अध्ययनरत विद्यार्थीका अभिभावकले आफ्ना नानीहरूको अध्ययनमा चाख देखाउने तर सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययन गर्ने विद्यार्थीहरूका अभिभावकले आफ्नो जिम्मेवारी वहन नगर्दा सामुदायिक विद्यालयको शैक्षिकस्तर माथि उठ्न नसकेको बताए।

नेपाली काङ्ग्रेसका नेता रामबहादुर श्रेष्ठले ज्ञानज्योति मावि अन्य सामुदायिक विद्यालयको लागि उदाहरण भएको बताए। विजयबस्ती माविका प्रअ नारायण लामाले विद्यार्थीहरूको प्रतिभा प्रस्फुटनमा विद्यालयको योगदानको सराहना गरे र उनले यो कामलाई निरन्तरता दिने सुझाव दिए।

कार्यक्रममा स्थानीय समाजसेवी धर्मबहादुर श्रेष्ठले आफ्ना आमाबुबाको सम्झनामा असहाय विपन्न विद्यार्थीहरूको लागि रु ५० हजारको अक्षयकोष स्थापना गर्ने घोषणा गरे। सो कोषमा सामुदायिक रेडियो विजयबस्तीका अध्यक्ष सन्तोष श्रेष्ठले रु ५ हजार दिने घोषणा गरे।

विद्यालय व्यवस्थापन समितिका अध्यक्ष राकेश श्रेष्ठको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा नेपाल शिक्षक महासङ्घ ठोरीका अध्यक्ष अमृत श्रेष्ठ, विद्यालयका पूर्वअध्यक्ष खड्ग श्रेष्ठ, पूर्वप्रअ दलबहादुर स्याङ्बो, डेमा लामा, पूर्वविद्यार्थी जीतबहादुर पाखिनलगायतले मन्तव्य व्यक्त गरेका थिए।

कार्यक्रममा विद्यालयका प्रअ पिताचन्द्र ढुङ्गेलले स्वागत गरेका थिए। कार्यक्रममा विद्यालय स्थापनाको लागि योगदान पुर्‍याएका विद्यालय व्यवस्थापन समितिका पूर्वअध्यक्ष एवं पदाधिकारी, पूर्वशिक्षकहरूलाई सम्मान गरिएको थियो।

गाईपालक कोइरालाले सरकारी सुविधा पाएनन्

प्रस, बिरुवागुठी, २६ फागुन/

पर्सागढी नगरपालिका–३ औरैया निवासी कोइराला दम्पतीले गाईपालन गरेर मनग्य आम्दानी गर्दैछन्।

तीन वर्षदेखि सौरभ गाई फार्म सञ्चालन गरेर उनीहरू व्यावसायिक गाईपालनमा होमिएका हुन्। अहिले मासिक रु १ लाख आम्दानी गाईपालनबाट गरिरहेको कोइराला दम्पतीले बताए। १० कट्ठा जग्गामा गाईगोठ निर्माण गरेर घाँसखेतीका साथै गाईको लागि चाहिने आहाराको जोहो गर्दै आएका छन्। सबै खर्च काटेर मासिक रु १ लाख आम्दानी हुने गरेको उनीहरूको भनाइ छ।

फार्ममा होलस्टेन र मिनी जर्सी नामक उन्नत जातका २१ वटा गाई छन् र तिनीहरूबाट दैनिक ७० लिटर दूध उत्पादन हुने गरेको छ। उत्पादित दूध नजीकको अन्नपूर्ण दूग्ध उत्पादक सहकारी संस्थामा बिक्री गर्दै आएको कोइराला दम्पतीले बताए।

पति सालिकराम कोइराला र पत्नी भूमा कोइरालाले सो गाईपालन फार्म सञ्चालनमा ल्याएका हुन्। उनीहरू गाईपालन व्यवसायबाट खुशी देखिन्छन्। अरूको जागीर गर्नु र वैदेशिक रोजगारमा बाहिरिनुभन्दा आफ्नै व्यवसाय गरेर जीविकोपार्जन गर्न पाएकोमा उनीहरूले खुशी व्यक्त गरे। गाईपालन गरिरहेकोमा अहिलेसम्म स्थानीय पालिका र सरकारले कुनै पनि सेवा, सुविधा नदिएको उनीहरूको भनाइ छ।

गाईपालनमा व्यस्त भूमा कोइराला (अधिकारी)। तस्वीरः प्रतीक

कृषि कार्यमा संलग्नहरूलाई स्थानीय, प्रदेश र सङ्घ सरकारले सुविधा दिंदै आएको दाबी गरे पनि कोइराला दम्पतीले सो सुविधा अहिलेसम्म नपाएको बताए। उनीहरूले सरकारको घोषणा वास्तविक किसानसम्म पुग्न नसकेकोले यसबारेमा पुनर्विचार गर्नुपर्ने सुझाव दिएका छन्।

किसानको नाममा सुविधा लिनेहरूको सूची सार्वजनिक गर्नुपर्ने र यसो गर्दा वास्तविक किसानले अवसर पाउने उनीहरूको भनाइ छ।

प्रहरी आउटपोस्ट विजयबस्तीको भवन उद्घाटन

प्रस, ठोरी, २६ फागुन/

प्रदेश २ का सशस्त्र प्रहरी नायब महानिरीक्षक चन्द्रप्रकाश गौतमले बुधवार सशस्त्र प्रहरी बल आउटपोस्ट विजयबस्ती भवनको उद्घाटन गरेका छन्।

ठोरी गापा–४ मा निर्मित सो भवनको उद्घाटन गर्दै सप्रनामनि गौतमले सीमा अतिक्रमण रोकथाममा सशस्त्र प्रहरीको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको बताए। उनले सशस्त्र प्रहरीको भवन निर्माणका लागि जग्गा उपलब्ध गराएका सन्तोष श्रेष्ठलाई धन्यवाद दिए। श्रेष्ठले भवन निर्माणको लागि सशस्त्र प्रहरीलाई ५ कट्ठा जग्गा उपलब्ध गराएका थिए।

वडाध्यक्ष बईबहादुर पाखिनको अध्यक्षतामा भएको उद्घाटन समारोहमा

तस्वीरः प्रतीक

गापा अध्यक्ष पद्मलाल श्रेष्ठ, प्रजिअ आसमान तामाङ, प्रउ बेलबहादुर पाण्डे, सप्रउ राजेन्द्र खड्का, स्थानीय समाजसेवी जरी लामा, रामबहादुर श्रेष्ठलगायतको सहभागिता थियो। सो पोस्टमा सप्रनि मानबहादुर पाण्डेको नेतृत्वमा २५ जना सशस्त्र प्रहरी तैनाथ रहने बिओपी ठोरीका सप्रनि शङ्कर कोइरालाले बताए।

यसैगरी, विन्ध्यवासिनी गापामा नवनिर्मित सशस्त्र प्रहरी बल नेपाल बिओपी प्रसौनीभाठाको सप्रनामनि गौतमले उद्घाटन गरे। विन्ध्यवासिनी गापा–५ प्रसौनीभाठामा निर्माण गरिएको बिओपी पोस्ट उद्घाटन समारोहमा गापा अध्यक्ष श्रीलाल साह, उपाध्यक्ष किरणदेवी गुप्तालगायतको सहभागिता थियो।

लाठद्वारा चौताराको उद्घाटन

प्रस, सेढवा, २६ फागुन/

जीराभवानी मन्दिर परिसरमा नवनिर्मित दुईवटा चौताराको बुधवार उद्घाटन भएको छ।

वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका पूर्वअध्यक्ष उद्योगी–व्यवसायी गणेश लाठले रु ४ लाख खर्च गरेर मन्दिर परिसरमा पिता स्व बिहारीलाल लाठको सम्झनामा दुईवटा चौतारा निर्माण गराएका हुन्।

स्व लाठकी पत्नी विद्यादेवी लाठले आज दुवै चौताराको उद्घाटन गरिन्।

उद्घाटन कार्यक्रममा सीतादेवी लाठ, थारू कल्याणकारिणी समिति पर्साका कावा अध्यक्ष ठाकुरप्रसाद महतो, सशस्त्र प्रहरी निरीक्षक केदार राईलगायतको सहभागिता थियो।

तस्वीरः प्रतीक

चौताराको शिलान्यास गर्दै लाठ परिवार। तस्वीरः प्रतीक

स्रोत नखुलेको रकमसहित एकजना पक्राउ

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

जिल्ला प्रहरी कार्यालय, पर्साको टोलीले वीरगंज–६ जय माँ अम्बे ट्रेडर्सका कर्मचारीलाई स्रोत नखुलेको रकमसहित पक्राउ गरेको छ।

हाल कलैया उपमहानगर–२३ बस्ने जयराम कुर्मीलाई नेरु ७ लाख ७५ हजार र भारु ७ हजार ४ सय तथा दुईवटा चेकसहित पक्राउ गरिएको पर्सा प्रहरीले जनाएको छ।

अवैध वित्तीय कारोबार सञ्चालन गरेको सूचनाको आधारमा सो ट्रेडर्समा छापामारी गरेको र नेरु, भारु नगदसहित २ लाख र ५ लाख ६० हजारका दुईवटा चेक बरामद गरिएको प्रहरीले जनाएको छ।

निजविरुद्ध बैंक तथा वित्तीय ऐन २०७३ अनुसारको कसूरमा अनुसन्धान अगाडि बढाएको प्रहरीले जनाएको छ।

जिप्रका पर्साले ट्रेडर्सका सञ्चालक फरार रहेकोमा उनको खोजी भइरहेको जानकारी गराएको छ।

नगदसहित पक्राउ परेका कुर्मी। तस्वीर सौजन्यः जिप्रका, पर्सा

आजको कार्यक्रम

सि.नं.	आयोजक	कार्यक्रम	स्थान	समय
१.	ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र	प्रवचन	विश्वदर्शन, छपकैया	८:००

शुभकामना तथा झन्डोत्तोलन कार्यक्रम

प्रस, वीरगंज, २६ फागुन/

८५औं त्रिमूर्ति शिवजयन्तीको अवसरमा ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र वीरगंजले बिर्तास्थित ओम शान्ति भवनमा शुभकामना आदानप्रदान तथा झन्डोत्तोलन कार्यक्रम गरेको छ।

वीरगंज महानगरपालिकाका प्रमुख विजयकुमार सरावगीले झन्डोत्तोलन गर्दै शुभकामना आदानप्रदान कार्यक्रमको उद्घाटन गरेका थिए। सो अवसरमा नगरप्रमुख सरावगीले भगवान् शिव धर्तीमा अवतरित भएर विद्यमान कलियुगी दुःखमय संसारलाई सत्ययुगी संसारमा परिणत गर्न महान् अलौकिक कर्तव्य गर्दै आइरहेको ८४ वर्ष पूरा भई ८५औं वसन्तमा प्रवेश गरेको बताए। उनले आध्यात्मिक ज्ञान र योगबाट नै ईश्वरीय सान्निध्यता प्राप्त भई कार्य गर्न सफलता पुग्ने बताए।

तस्वीरः प्रतीक

कार्यक्रम ब्रह्माकुमारी राजयोग सेवा केन्द्र वीरगंजकी प्रमुख सञ्चालिका रविना दिदीको अध्यक्षतामा भएको थियो भने प्रशिक्षक राजु घले, बेली, सविता, गोमा, रमा, छोटेलाल, गोवर्धनलगायतको सहभागिता थियो। कार्यक्रमको सहजीकरण गोकुल गुभाजुले गरेका थिए।

श्रीराम.......

गरेपछि जाटियालाई पक्राउ गरिएको हो। जाटियासँगै उनकी पत्नी र मोही दाबी गर्नेहरूविरुद्ध पनि प्रहरीले मुद्दा दायर गरेको छ। साबिक जग्गाधनी गोपाल अग्रवाल अहिलेसम्म पक्राउ परेका छैनन्।

पर्सा प्रहरीले १५ वर्षदेखि मोहीवालाले जग्गाको खोजीनीति नगरेको र अहिले बिक्री वितरण गरी भवन निर्माण भएपछि मोहियानी हक दाबी गर्नुको अर्थ प्रस्ट नभएको कारण मोहियानी हक दाबी गर्नेहरूविरुद्ध पनि मुद्दा दायर गरिएको प्रउ पाण्डेले बताए।