विवाहलगायत अन्य भोजभतेरमा फजुल खर्च रोकौं, सभ्य र जिम्मेवार नागरिकको परिचय दिऔं ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

PRATEEK DAILY

प्रतीक
दैनिक

राष्ट्रिय 'क' वर्ग

eprateekdaily.com

❖ वर्ष ३५ ❖ २०७८ माघ १६ गते आइतवार // मृत भस्म नबन्दैमा झिल्को भैकन बल्नुछ // 2022 January 30 Sunday ❖ मूल्य ५/- ❖ पृष्ठ सङ्ख्या ४ ❖ अङ्क १५५

पर्सामा स्वास्थ्य बीमाप्रति आकर्षण बढेन

प्रस, सेढवा, १४ माघ/

पर्सा जिल्लामा स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम प्रभावकारीरूपमा लागू हुन सकेको छैन । नेपाल सरकार, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले ल्याएको स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम पर्सा जिल्लाका चौधवटै पालिकामा प्रभावकारी देखिएको छैन ।

प्रत्येक पालिकामा एकजना बीमा अभिकर्ता परिचालन गरेर विगत पाँच वर्षदेखि स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम लागू भएपनि अहिलेसम्म बीमा गराउनेहरूको सङ्ख्या उल्लेख्यरूपमा वृद्धि हुन सकेको छैन । जीराभवानी गाउँपालिका-४ मा स्वास्थ्य बीमा अभिकर्ता तपसीराम चमारले कात्तिकदेखि पुससम्म तीन महीनामा दशजनाले मात्र स्वास्थ्य बीमा गराएको बताए । सरकारले ७० वर्षमाथिका ज्येष्ठ नागरिकलाई स्वास्थ्य बीमा निश्शुल्क गरेको छ । तर जीराभवानीमा पचासजना ज्येष्ठ नागरिकले मात्र निश्शुल्क स्वास्थ्य बीमा गराएका छन् ।

बीमा गराउनेहरूले पनि स्वास्थ्य संस्थाबाट आशाप्रदरूपमा औषधिमूलो नपाएको गुनासो गरेका छन् । गाउँबाट नारायणी अस्पताल, वीरगंज आएर उपचार गराउनेहरूले चिकित्सकले लेखे अनुसारको औषधि नपाउने गरेको गुनासो गरे । उनीहरूले स्वास्थ्य बीमा गराएकाहरूलाई अस्पतालले दिने सेवा, सुविधा पनि सहज नभएको बताए । अस्पतालका फार्मेसीमा चिकित्सकले लेखेको औषधि नहुने गरेको र निजी पसलबाट औषधि खरीद गर्नुपरेको उनीहरूको भनाइ छ ।

ठोरी गापा-५ का वडाध्यक्ष तथा ज्येष्ठ नागरिक रामबहादुर पाख्रिनले जिल्लाकै अस्पतालमा उपचार गराउन सिफारिश भएकोले बीमा नगराएको बताए । उनले जिल्लाका अस्पतालमा उपचार सम्भव नहुने ज्येष्ठ नागरिकहरूले अन्यत्र उपचार गराउँदा बीमा निष्क्रिय हुने हुँदा स्वास्थ्य बीमा नगराएको बताए । उनले ज्येष्ठ नागरिकको हकमा जिल्लाबाहिरका अस्पतालमा पनि उपचार गर्न सक्ने वातावरण बनाउनुपर्ने बताए । सबैखाले उपचार वीरगंजमा सम्भव नभएको र ज्येष्ठ नागरिकहरूलाई चितवन, काठमाडौंमा उपचार गराउनुपर्दा बीमा काम नलाग्ने हुनाले स्वास्थ्य बीमा नगराएको बताए । उनले अस्पतालमा पुग्ने बिरामीहरूको हकमा पनि सेवा प्रभावकारी नभएको र निजी क्लिनिक, निजी औषधालयमा उपचार गराउन बाध्य पार्ने गरिएको आरोप लगाए ।

जगरनाथपुर गापा-३ गढैयाका शिक्षक मोहनलाल साहले पनि स्वास्थ्य बीमाबाट आशाप्रद फाइदा नभएकोले यो बीमा गराउन मानिसहरूमा अभिरुचि नबढेको बताए ।

उनले परिवारका पाँचजनालाई स्वास्थ्य बीमाले समेटेको र सोअनुरूप आफूले वार्षिक रु तीन हजार६०० दिएर स्वास्थ्य बीमा गराएको तर त्यसबाट खासै लाभ नभएको बताए । उनले एकपटक मात्र अस्पतालमा पूर्ण स्वास्थ्य परीक्षण गराएको र सोबाहेक सेवा लिन नसकेको बताए । स्वास्थ्य परीक्षण गर्दा पनि चिकित्सकले लेखेको औषधि अस्पतालको फार्मेसीमा नहुने गरेको उनको गुनासो थियो ।

स्वास्थ्य बीमा बोर्ड, पर्साका प्रमुख हरिश पन्तले पर्सामा स्वास्थ्य बीमा लागू भएयता ज्येष्ठ नागरिकसहित ४८ हजार व्यक्तिको स्वास्थ्य बीमा भएको बताए । उनले बीमितहरूले नारायणी अस्पताल, वीरगंज शिक्षण अस्पताल, भिखमपुर हेल्थ सेन्टर, बागेश्वरी तित्रौना हेल्थ सेन्टर, बगही हेल्थ सेन्टरबाट स्वास्थ्य सेवा लिन सक्ने बताए ।

यसका साथै आँखारोगीहरूले दृष्टि र रामकुमार महावीरप्रसाद केडिया आँखा अस्पतालमा उपचार गराउन सक्ने जानकारी गराए ।

प्रमुख पन्तले बीमितहरूले अस्पतालबाट औषधि नपाइरहेको स्वीकार गरे । अस्पतालमा औषधि नहुँदा बीमितहरूले निजी औषधिपसलबाट खरीद गर्दै आएको उनले बताए । उनले यसका लागि सरकारले केन्द्रस्तरबाट पहल गर्नुपर्ने बताए ।

वीरगंजको पत्रकारिताको विकासमा सहयोग रहन्छ -नगरप्रमुख सरावगी

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

वीरगंज महानगरपालिकाका प्रमुख विजयकुमार सरावगीले आफू पदमा नरहे पनि वीरगंजको व्यावसायिक पत्रकारिता विकासमा साथ र सहयोग रहने बताएका छन् ।

नेपाल पत्रकार महासङ्घ, पर्साकी संस्थापक महिला सदस्य स्व बिन्दुदेवी स्मृति प्रतिष्ठानद्वारा स्थापित स्व विजयप्रकाश बिन दोस्रो स्मृति पत्रकारिता पुरस्कार वितरण समारोहका प्रमुख अतिथि नगरप्रमुख सरावगीले इतिहासलाई जीवित राख्न अग्रजहरूको योगदानको सम्मान गर्न आवश्यक रहेको बताए । उनले समाजमा विशिष्ट योगदान गरेका व्यक्तिहरूको सम्मान र सामाजिक काममा वीरगंज महानगरपालिकाले साथ र सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता व्यक्त गरे । उनले महानगरपालिकाले जस्तै अन्य स्थानीय तहहरूले पनि सहयोग गर्नुपर्ने बताउँदै सोको सहकार्यका लागि महानगरले पहल प्रयास गर्ने बताए ।

अहिलेसम्म आफूले गरेका काममा सञ्चारमाध्यमहरूले कुनै नकारात्मक टीकाटिप्पणी नगरेको र यसले आफूलाई सकारात्मक काम गर्नलाई प्रेरित गरेको बताए । उनले वीरगंज महानगरपालिकाले सञ्चारमाध्यमहरूको विकास र संवर्द्धनका लागि सञ्चार ऐन ल्याएको चर्चा गर्दै ऐनले वीरगंजको पत्रकारिताको विकासमा सकारात्मक भूमिका निर्वाह गर्नेमा विश्वास व्यक्त गरे ।

उनले स्व बिन्दुदेवी स्मृति प्रतिष्ठानले आयोजना गरेको दश हजार एक सय राशिको दोस्रो स्व विजयप्रकाश बिन पत्रकारिता पुरस्कार पत्रकार पुरुषोत्तम सिंह भट्टराईलाई प्रदान गरेका थिए । प्रतिष्ठानका अध्यक्ष तुलसी भण्डारीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा नेपाल पत्रकार महासङ्घका सचिव दीपेन्द्र चौहान, सदस्य केसी लामिछाने, स्व पाण्डेका पति सुदर्शनराज पाण्डे, नेपाल भोजपुरी प्रतिष्ठान पर्साका अध्यक्ष उमाशङ्कर द्विवेदीलगायतले शुभकामना व्यक्त गरेका थिए ।

तीन वर्ष बित्दा पनि श्रम अदालतको आदेश पालना भएन

प्रस, वीरगंज, १४ माघ/

हुलास स्टील, सिमरामा कार्यरत सुमन अधिकारीलाई श्रम अदालत, काठमाडौंले २०७५ वैशाख ५ गते पुनर्बहाली गर्न श्रम तथा रोजगार कार्यालय, वीरगंजको नाममा आदेश जारी गरे पनि अहिलेसम्म सो आदेशको पालना भएको छैन ।

तीन वर्षदेखि कार्यरत अधिकारीलाई हुलासले २०७२ सालमा कामबाट हटाएपछि उनी २०७३ वैशाख १६ गते श्रम अदालतमा पुगेका थिए । अदालतले दुई वर्षपछि अधिकारीको मुद्दामा पुनर्बहाली गर्न श्रम तथा रोजगार कार्यालय, वीरगंजको नाममा आदेश जारी गरेको थियो । लगभग तीन वर्ष बित्दा पनि अदालतको उक्त आदेशको पालना भएको छैन । श्रम तथा रोजगार कार्यालय, वीरगंजका प्रमुख प्रशान्त साहले कोरोनाको कारण कार्यान्वयन नभएको जवाफ दिएका छन् । उनले चाँडै नै अधिकारीलाई पुनर्बहाली गर्न पहल गरिने बताए । अदालतको आदेश कोरोनाकालभन्दा अगाडिको हो ।

नेपालमा कोरोना २०७६ चैतदेखि देखा परेको हो । अदालतको फैसला २०७५ वैशाखमा आएको थियो । अहिले तीन वर्ष बित्दा पनि सो फैसला कार्यान्वयन नभएको र कार्यालय प्रमुखले कोरोनाको दुहाइ दिएर कार्यान्वयन नभएको भन्ने कुरा तर्कसङ्गत देखिंदैन ।

स्रोतको दाबी छ । कार्यालयले मजदूरहरूबाट उजूरी लिने र स्रोतका अनुसार श्रम तथा रोजगार कार्यालय, वीरगंजले उद्योगी र मजदूरबीच विवाद सिर्जना गराइ आर्थिक लाभ लिने गरेको बताइएको छ । अधिकारीसम्बन्धी अदालतको फैसला पनि सोही कारणले कार्यान्वयन नभएको उद्योगीहरूलाई तर्साएर स्वार्थ पूरा गर्ने गरेको आरोप पनि छ । तर कार्यालय प्रमुख साह भने सो आरोपमा सत्यता नभएको बताउँछन् । उनले आदेश कार्यान्वयनमा ढिला भएको तर त्यसमा अन्य कुनै कारण नभएको बताए ।

दोस्रो मात्राको खोप लिएका दुईजना पुरुषको मृत्यु

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

कोभिशिल्ड र भेरोसेलको दोस्रो मात्राको खोप लिएका दुईजना पुरुषको शनिवार वीरगंजको नारायणी अस्पतालमा मृत्यु भएको छ ।

शनिवार बिहान साढे ४ बजे वीरगंज महानगरपालिका निवासी ७३ वर्षीय पुरुषको मृत्यु भएको नारायणी अस्पतालका कोभिड संयोजक डा उदयनारायण सिंहले बताए ।

हिजो उनको एन्टिजेन परीक्षण गरिएको र कोरोना सङ्क्रमित भएको पुष्टि भएको थियो । मृतक वीरगंज महानगर-३ प्रगतिनगर निवासी थिए । उनले कोभिशिल्डको दुई मात्राको खोप लिएका थिए ।

यसैगरी, बारा जिल्ला कलैया उपमहानगरपालिका-५ निवासी ६५ वर्षीय पुरुषको शनिवार बिहान साढे ७ बजे मृत्यु भएको छ ।

कोरोनाविरुद्धको भेरोसेलको दुई

मात्राको खोप लिएका मृतक पुरुष हिजो नारायणी अस्पतालमा भर्ना भएको र एन्टिजेन परीक्षणबाट उनी सङ्क्रमित भएको पुष्टि भएको थियो ।

वीरगंज महानगरको अस्पतालमा कोरोनाविरुद्धको तेस्रो लहरमा योसमेत छजनाको मृत्यु भएको छ । पर्सा जिल्लाका दुई र बारा जिल्लाका चारजनाको मृत्यु भएको कोभिड संयोजक डा सिंहले बताए ।

प्रेम विवाहलाई सामाजिक मान्यता

प्रस, पंचगावाँ, १५ माघ/

सखुवाप्रसौनी गाउँपालिकाको न्यायिक समितिले प्रेम विवाहलाई शनिवार सामाजिक विवाहमा परिणत गरेको छ ।

सखुवाप्रसौनी गापा-१ निवासी देवमती देवी र अभय चौधरीबीच पाँच वर्ष पहिले प्रेम विवाह भएको र उनीहरूबाट चार वर्षको छोरा जन्मेको थियो ।

तर अभय चौधरीका परिवारले प्रेम विवाहलाई मान्यता नदिएपछि देवमती देवी माइत बस्दै आएकी थिइन् । गाउँमा

(बाँकी तेस्रो पातामा)

विचारसार र सूक्तिहरू

जब संसारका सबै मान्छे सुतिरहेका हुन्छन्, त्यति बेला पनि संयमी पुरुष जाग्रत रहन्छन् । जब अन्य व्यक्तिले दिन मान्छन्, त्यसलाई मननशीलले रात्रि मान्छ ।

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

चिन्ता र अवसाद निदानको यौगिक उपाय

वर्तमानमा यसको महत्त्व यस कारण पनि बढी छ, किनभने आधुनिक मानव निश्चय नै आन्तरिक द्वन्द्वबाट उद्विग्न एवं अशान्त छ तथा यो अन्तर्द्वन्द्व नै उसको समग्र मनोवैज्ञानिक जीवनको अपूर्णताको कारण हो ।

आधुनिक जीवनशैलीको अस्तव्यस्त र भागदौड जिन्दगीले मनुष्यको अगाडि अनेकौं सङ्कट उत्पन्न गरेको छ । यी सङ्कटमध्ये सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण र चिन्ताजनक सङ्कट हो- स्वास्थ्यको । अस्थिरता, अधीरता, चिन्ता, अवसाद, क्रोध, निराशा, द्वेषजस्ता सयकडौं मनोविकारलाई विकृत जीवनशैलीले जन्म दिएको हो । यी विकारहरूको एउटा सुनिश्चित प्रभाव शारीरिक स्वास्थ्यमाथि पनि पर्छ । अतः शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यको सुरक्षाको केन्द्र यदि खोज्छौं भने त्यो हो- एउटा सन्तुलित जीवनशैली । प्राचीन ऋषिले यसलाई यौगिक जीवनशैलीको रूपमा सम्पूर्ण स्वास्थ्य र सर्वाङ्गीण विकासको लागि आवश्यक बताएका थिए । वर्तमानमा जुन पनि समस्या छ, ती सबैको समाधान यौगिक जीवनशैलीमा सन्निहित छ ।

श्रीमद्भागवद गीता योगविद्या एउटा महान् ग्रन्थ हो । यसमा वर्णित यौगिक जीवनशैलीमा आध्यात्मिक उत्कर्षको सूत्रका साथसाथै सबै मनो-शारीरिक व्याधिको समाधानको उपाय समाहित छ । भारतीय मनोविज्ञानको दृष्टिले त यो मनोविकारलाई टाढा गर्ने सर्वोत्कृष्ट ग्रन्थ हो । स्वास्थ्यको सन्दर्भमा श्रीमद्भागवद गीताको बहुआयामी महत्त्वलाई हेर्दै देव संस्कृति विश्वविद्यालयका योग एवं स्वास्थ्य विभाग अन्तर्गत एउटा विशेष शोधकार्य सम्पन्न गरिएको थियो । यो शोधकार्य सन् २०१७ मा शोधार्थी कमल किशोरद्वारा पूर्ण गरिएको थियो । यस अध्ययनको विषय थियो- श्रीमद्भागवद गीतामा वर्णित चिन्ता, अवसाद, निराकरणको यौगिक उपाय- एक विवेचनात्मक अध्ययन । यस सैद्धान्तिक एवं विवेचनात्मक अध्ययनमा कुल छवटा अध्याय छन् ।

प्रथम अध्याय हो- चिन्ता एवं अवसादको अवधारणा । यस अन्तर्गत श्रीमद्भागवद गीतामा वर्णित चिन्ता एवं अवसादको स्वरूपको विवेचना गरिएको छ । गीताको प्रारम्भ नै अवसाद-विषाद एवं चिन्ताले भरिएको छ । चिन्तालाई तनावको एउटा सामान्य प्रतिक्रिया मानिएको छ । बढी चिन्ता गर्दा व्यक्ति दुश्चिन्ताको शिकार हुन्छ । गीताको प्रारम्भमा अर्जुन कुरुक्षेत्रको मैदानमा युद्धको लागि उभिएर जब अगाडि आफ्नै आफन्त, सम्बन्धी, प्रियजनलाई हेर्छन्, तब उनीभित्र गहिरो विषाद प्रकट हुन्छ । र उनी चिन्तित एवं अवसादग्रस्त हुन्छन् ।

मनोवैज्ञानिकले चिन्ताको जति प्रकार र लक्षण बताएका छन्, ती सबै त्यति बेला अर्जुनको चिन्तित अवस्थामा देखिन्छ । जस्तै- अङ्ग शिथिल हुनु (थकान), मुख सुक्नु (इच्छाशक्तिमा कमी), कम्पन, रोमाञ्च (हर्ष वा भय), गाण्डीव धनुष खस्नु (पलायनवादी), त्वचामा जलन (जलन), मन भ्रमित अथवा विभ्रम, भावुकताको वशमा हुनु । यी सबै लक्षण युद्ध क्षेत्रमा अर्जुनमा प्रकट भइरहेको थियो, जुन उनको चिन्ता एवं अवसादग्रस्त मनस्थितिको परिचायक थियो ।

द्वितीय अध्याय छ- श्रीमद्भागवद गीताको प्राचीनता एवं महत्त्व । यस अन्तर्गत श्रीमद्भागवद गीताको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि, महत्त्व, गीतामा जीवनमूल्यको स्वरूप एवं यस महान् ग्रन्थको वर्तमान समयमा प्रासङ्गिकताको विवेचना गरिएको छ । इतिहासकारको गणनामा ३१०० ईसापूर्व सर्वप्रथम वेदव्यासद्वारा १०० पर्व र एक लाख श्लोकको ग्रन्थ- महाभारत रचना भएको थियो । श्रीमद्भागवद गीता पनि यस महाकाव्यको भीष्म पर्वमा सामेल छ । यस ग्रन्थको महत्त्व मुख्यतः दुई रूपमा सम्झाइएको छ । (१) आध्यात्मिक महत्त्व र (२) चिकित्सकीय महत्त्व ।

आध्यात्मिक दृष्टिले गीतामा सम्पूर्ण वेद, उपनिषद्को सार सङ्ग्रह मौजुद छ । यो जीवात्मालाई परमात्मासँग मिलाउन एवं उसको आन्तरिक चेतनालाई विराट चेतनामा विकसित गर्ने ज्ञान प्रस्तुत गर्छ । यसमा कर्म, विचार र भावको उत्कर्ष एवं परम लक्ष्य प्राप्तिको सहज एवं यौगिक उपाय बताइएको छ ।

चिकित्सकीय दृष्टिले श्रीमद्भागवद गीतामा भारतको प्राचीन समयमा मानवीय समस्याको नैदानिक विधा रहेको छ । यसको उपदेशले जीवनका विभिन्न घुम्ती, विषमतम परिस्थितिमा, अनेक प्रकारका विकारग्रस्त भएपछि व्यक्तिलाई सही मार्गदर्शन गर्छ । यसको साथै यो त्याग, प्रेम, सेवा, भक्ति, विश्वास, कर्तव्य, धर्म, नीति आदि सन्दर्भमा जीवनमूल्यको शिक्षण पनि प्रदान गर्छ । जीवनका प्रत्येक आयाममा समन्वय स्थापित गर्नाले नै यसको अत्यन्त प्रासङ्गिकता बनेको छ ।

तृतीय अध्याय हो- श्रीमद्भागवद गीतामा चिन्ता एवं अवसादबाट उत्पन्न समस्या । यस अन्तर्गत शोधार्थीले गीता अनुसार शारीरिक, मानसिक र भावनात्मक समस्याको विस्तृत विवेचना गरेका छन् । प्रकृतिका तीन गुणको आधारमा गीतामा तामसी, राजसी र सात्त्विक- तीन प्रकारका व्यक्तित्वको चर्चा छ । तामसिक र राजसिक प्रकृतिका व्यक्तित्वको विवेचनामा नै चिन्ता एवं अवसादबाट उत्पन्न भएका समस्याको वर्णन गरिएको छ । भनिएको छ तमस् प्रकृतिको व्यक्ति अधीर, अभिमानी, असत्यभाषी, अहङ्कारी, सम्मानको लागि उद्विग्न, अति कामुक, क्रोधी र दुःखी हुन्छन् ।

श्रीमद्भागवद गीतामा चिन्ता र अवसादबाट उत्पन्न समस्यालाई आसुरी सम्पदाको लक्षणको रूपमा बताइएको छ, जसमा शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक-विभिन्न प्रकारका समस्या प्रकट हुन्छन् । जस्तैः व्यर्थ आशा, व्यर्थ कर्म, व्यर्थ ज्ञान, विक्षिप्त चित्त भएका अज्ञानीजनले राक्षसी, आसुरी र मोहिनी प्रकृति धारण गरेका हुन्छन् ।

चतुर्थ अध्यायमा छ- श्रीमद्भागवद गीतामा चिन्ता एवं अवसाद निराकरण र यौगिक उपाय । यस अध्यायमा कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोगद्वारा क्रमशः आसक्तिबाट मुक्ति, भाव परिष्कार र विवेक जागरणको विवेचना विस्तारले गरिएको छ । गीतामा जीवनमा आउने सबै साना-ठूला सङ्कटको कारण आसक्ति बताइएको छ । यो आसक्ति संसारका सबै व्यक्तिलाई हुन्छ, जसबाट व्यक्ति चिन्ता र अवसादग्रस्त हुन्छन् ।

यस्तो दशाबाट मुक्तिका लागि गीतामा कर्मयोगको विवेचन छ । कर्मयोगले मानवलाई कुशलतापूर्वक कार्य गर्न शिक्षा दिन्छ । कुशलतापूर्वक अर्थात् आसक्तिलाई त्यागेर तथा परिणामको विषयमा नसोची कार्य गर्नु ।

व्यक्तिको श्रद्धा जागेपछि उसको शोक, चिन्ता, निराशा, द्वन्द्व, कुण्ठा सबै समाप्त हुन्छ र व्यक्ति आदर्शअनुरूप बन्दै जान्छ । गीतामा ईश्वरप्रति सम्पूर्ण समर्पण र श्रद्धाबाट मुक्ति भावप्रधान मार्गलाई भक्तियोग भनिएको छ । भक्तियोगको मूल तत्त्व श्रद्धा, विश्वास र समर्पण भनिएको छ ।

ज्ञानयोगको मान्यतामा व्यक्ति अज्ञात एवं मायाको कारण आफ्नो आत्मस्वरूपबाट विमुख भएर, वास्तविकतालाई अनुभव गर्दै अनेक प्रकारका समस्याले घेरिन्छन् । यसको लागि गीतामा ज्ञानयोगद्वारा विवेक जागरणको प्रक्रिया बताइएको छ । विवेक जाग्रत भएपछि जीवात्मा स्वयम्लाई परमात्माको अविनाशी अंश अनुभव गर्दै निर्द्वन्द्व भावबाट ईश्वर समर्पित कार्य गर्दै परमलक्ष्य प्राप्त गर्छ ।

पञ्चम अध्यायमा छ- श्रीमद्भागवद गीतामा उपलब्ध यौगिक उपायको मानव जीवनमाथि प्रभाव । यस अन्तर्गत व्यक्तिको निष्काम कर्मको भावनाको विकास, समत्वं योग उच्यतेको भावनाको विकास र स्थितप्रज्ञताको अवस्थालाई विस्तृत विवेचन गरिएको छ । गीतामा यौगिक जीवनशैलीको सन्दर्भमा भनिएको छ, आहार-विहारलाई प्रकृति अनुकूल राख्नु । प्रतिदिनको कार्यलाई संयमित र नियमित राख्ने, सम्पूर्ण कर्मलाई कुशलतापूर्वक गर्ने । शयन-जागरण, सुषुप्ति, स्वप्न आदिको अवस्था नियमित एवं समायोजित होस्, यस योगमय दिनचर्याबाट समस्त रोग, दुःखको नाश हुन्छ ।

गीतामा निष्काम कर्मयोगको माध्यमबाट कर्मको फल वा परिणाममा आसक्ति छाडेर आफ्नो कर्मलाई कर्तव्यपूर्ण निष्ठाका साथ गर्न उपदेश दिइएको छ । आसक्ति त्यागेर तथा सिद्धि र असिद्धिमा समान बुद्धिवाला भएर योगमा स्थित भई कर्तव्य कर्म गर्नु नै गीतामा समत्वं योग उच्यतेको भावना हो । गीता अनुसार यौगिक जीवनशैलीको परम आदर्श हुन्छ-स्थितप्रज्ञताको अवस्था प्राप्त गर्नु । स्थितप्रज्ञताको तात्पर्य शाश्वत जीवनसँग हुन्छ । यो जीवनमुक्त अवस्था हो । स्थितप्रज्ञता सर्वज्ञ र सर्वशास्त्रवेत्ता हुन्छ । त्यो समस्त जीवमा ईश्वरको भाव वा आत्मभाव देख्छ ।

षष्ठ अध्याय हो- उपसंहार । यस अन्तर्गत शोधार्थीले समस्त अध्यायको सार-सङ्क्षेप प्रस्तुत गर्दै शोधको निष्कर्ष प्रस्तुत गरेका छन् । यस अध्ययनको महत्त्व निकै प्रासङ्गिक छ । गीता कालजयी ग्रन्थ हो । यसको समग्रतामा कर्मद्वारा चित्तशुद्धि, भक्तिद्वारा भावशुद्धि र ज्ञानद्वारा संस्कार शुद्धिको उपाय बताइएको छ ।

वर्तमानमा यसको महत्त्व यस कारण पनि बढी छ, किनभने आधुनिक मानव निश्चय नै आन्तरिक द्वन्द्वबाट उद्विग्न एवं अशान्त छ तथा यो अन्तर्द्वन्द्व नै उसको समग्र मनोवैज्ञानिक जीवनको अपूर्णताको कारण हो । समग्र व्यक्तित्वको निर्माणको लागि कर्मको सक्रियता एवं सुनियोजित गीताको शाश्वत सन्देश हो । चिन्ता, अवसादजस्तो मनोविकृति सामूहिक समस्या बनिसकेको छ- यस्तोमा गीताको यौगिक जीवनशैलीले उचित र सार्थक समाधानको मार्गदर्शन गर्दै जीवनको परम विकासलाई प्रेरणा प्रदान गर्छ ।

जनसङ्ख्या उपयोगको रणनीति खोइ ?

समयान्तर

ओमप्रकाश खनाल
omkhanal@gmail.com

आजको बालबालिकामा गरिएको लगानीबाट लाभ लिन कम्तीमा २५ वर्ष समय लाग्छ । अर्थात् जनसङ्ख्यालाई विकासको स्रोतमा रूपान्तरण गर्न दीर्घकालीन सोच र रणनीति चाहिन्छ । हामीले विकासका दीर्घकालीन योजना त बनाएका छौं, तर त्यसको सफलताका निम्ति कस्तो जनशक्ति चाहिन्छ र त्यसको तयारीका निम्ति कस्तो नीतिको खाँचो छ ?

राष्ट्रिय जनगणनाको हालै सार्वजनिक प्रारम्भिक तथ्याङ्कले नेपालको जनसङ्ख्याको वृद्धिदर घटेको देखाएपछि त्यसमा सरोकारका पक्षबाट बाक्लै चिन्ता र चासो प्रकट भएको छ । सरकारले एक समय जनसङ्ख्या नियन्त्रणका लागि प्रचारात्मक अभियान नै चलाएको थियो । अहिले जनसङ्ख्या वृद्धिदर घटेकोमा चिन्ताका स्वरहरू प्रकट भएका छन् ।

दश वर्षअघिको जनगणनामा जनसङ्ख्या वृद्धिदर १ दशमलव ३५ प्रतिशत थियो । अहिले यो घटेर शून्य दशमलव ९३ मा खुम्चिएको छ । स्वास्थ्य, शिक्षा र चेतनाको स्तर वृद्धिका कारण पछिल्लो समय प्रजननदर घटेकोमा विवाद छैन । ढिलो विवाह र युवाहरू वैदेशिक रोजगारमा बस्दा प्रजननदरमा प्रभाव परेको पनि सत्य हो ।

पहिला एउटी आमाले आफ्नो जीवनकालमा ४/५ वटा सन्तान जन्माउँथिइन्, अब अधिकांश दम्पतीबाट दुईभन्दा बढी सन्तान हुँदैनन् । केही त अब एउटै सन्तानमा सीमित हुन थालेका छन् । जनसङ्ख्याको घट्दो प्रवृत्तिले तत्काल र दीर्घकालका लागि चेतावनी दिएको विज्ञहरूको मत सुनिन्छ । तर चिन्ताको विषय जनसङ्ख्याको वृद्धिदर घट्नु मात्र हो कि उपलब्ध जनसङ्ख्या उपयोग हुन नसक्नु चाहिं मूल चिन्तन हो ? अबको मुख्य सरोकार यो हुनुपर्दछ ।

सुधारिएको अर्थ-सामाजिक अवस्था र चेतनास्तरका कारण जनसङ्ख्या वृद्धिदर घटेको हो । अहिले मानिसहरू बढी सन्तान जन्माउनेभन्दा पनि कम सन्तानलाई कसरी बढीभन्दा बढी शिक्षा, स्वास्थ्य र सामाजिक सुरक्षा निश्चित गर्न सकिन्छ भन्नेतिर लागेका देखिन्छन् । स्वास्थ्य सेवामा गरिएका सुधारसँगै बाल मृत्युदर निकै घटेको छ । यसले पनि दम्पतीहरू थोरै सन्तान जन्माएरै ढुक्क हुने अवस्था बनेको छ । परिवार नियोजन र यसका अस्थायी साधनहरूको सहज उपलब्धता पनि जनसङ्ख्या वृद्धिदर घट्नुको कारण हो । यो अवस्था भनेको अबको केही समय आर्थिकरूपमा सक्रिय जनसङ्ख्या बढ्ने सङ्केत पनि हो । यो अवसरलाई कसरी उपयोग गर्न सकिन्छ भन्नेमा ध्यान केन्द्रित गर्नुपर्दछ ।

हामीकहाँ जनगणनाको शताब्दी वर्ष बितिसक्दा पनि जनताको सङ्ख्याको अङ्कगणितलाई मात्र चासोको विषय ठानिएको छ । नेपाल अहिले आर्थिकरूपमा सक्रिय उमेर समूह (१६ देखि ६४ वर्ष)को अवस्थामा छ । जनसङ्ख्या घटे पनि एक दशककै तथ्याङ्क हेर्ने हो भने पनि बर्सेनि सक्रिय जनसङ्ख्या उकालो गतिमा छ । सन् २०११ मा १५ देखि ६४ वर्षसम्मको जनशक्ति ५९ दशमलव ०४ प्रतिशत रहेकोमा सन् २०२१ मा यो सङ्ख्या ६६ प्रतिशत पुगेको अध्ययनले देखाएको छ । आर्थिकरूपमा सक्रिय जनसङ्ख्या अधिक हुनु आर्थिक विकासका लागि महत्त्वपूर्ण अवसर हो ।

नेपालमा यस्तो जनसाङ्ख्यिक लाभको अवसर अर्थात् आश्रित जनशक्ति (बालबालिका र वृद्धवृद्धा)को तुलनामा युवा (आर्थिकरूपमा सक्रिय) सङ्ख्याको बाहुल्यता सन् १९९२ बाटै शुरू भएको हो । सन् २००१ मा यो अवसरको उच्चतम समय थियो । राष्ट्रिय योजना आयोगको अनुसार यो अवस्था सन् २०४७ सम्म अवस्था कामय रहनेछ । त्यसपछि आश्रित जनसङ्ख्या बढ्नेछ । जनसङ्ख्या मानवपूँजीको आधारस्तम्भ हो ।

आजको विश्व मानवपूँजी निर्माण र यसको उपयोगको रणनीतिक उपायमा तल्लीन देखिएको छ । मानवपूँजी उपयोगका दृष्टिले जनसाङ्ख्यिक अवसर बारम्बार दोहोरिँदैन । अबको करीब साढे दुई दशकपछि हाम्रो जनसङ्ख्या क्रमशः बुढ्यौलीतिर ढक्लिन्छ अर्थात् देशमा वृद्धवृद्धाको सङ्ख्या बढी हुन्छ । हामीले जनसाङ्ख्यिक अवसर उपयोगको उच्चतम लाभको समयलाई यसै खेर फालिसकेका छौं ।

जतिबेला यो लाभको समय शुरू भयो देशमा भर्खरै प्रजातन्त्र आएको थियो । राजनीतिक र आर्थिक व्यवस्थामा उदारीकरणको अभ्यास भर्खरै शुरू भएको अवस्थामा जनशक्ति उपयोगको योजनामा त्यस बेलाका सत्ता सञ्चालकहरू सचेत हुन सकेनन् । अर्थराजनीतिक उपक्रमहरूले लय समात्दै गर्दा मुलुक दशक लामो हिंसात्मक राजनीतिको दुश्चक्रमा फस्यो । राजनीतिक अस्थिरता, नेतृत्वको सत्तामुखी प्रवृत्ति, हिंसात्मक परिवेशजस्ता कारणले राज्यको ध्यान कहिल्यै पनि जनशक्तिको सदुपयोगमा जानै सकेन ।

जनसाङ्ख्यिक अवसरको साढे दुई दशक यसै खेर गइसकेको छ । आज पनि हाम्रो ऊर्जाशील जनशक्ति अदक्ष कामदारको रूपमा विदेशी भूमिमा पसिना बगाइराखेको छ । अवस्था यस्तोसम्म छ कि बाह्य देशमा आवासीय प्रबन्ध मिल्नुलाई हाम्रा युवाहरू जीवनकै सर्वोच्च सफलता मानिराखेका छन् । अमेरिका, अस्ट्रेलिया र बेलायततिर भिसा लागेर जान लागेका युवाहरूको बिदाइमा हामी खुशियाली मनाइराखेका छौं । यो मनोविज्ञानले के सङ्केत गरिराखेको छ ? आर्थिकरूपमा सक्रिय जनशक्ति अरू देशलाई समृद्ध बनाउन जाने र हामीकहाँ आश्रित जनसङ्ख्या मात्रै बस्ने अवस्थाप्रति हामी किन यति उदासीन छौं ?

यो राज्य सञ्चालनको तहमा बस्नेहरूको गलत प्रवृत्ति र उनीहरूले लादेको गलत नीतिको परिणति हो । स्वदेशमैं आर्थिक अवसर सिर्जना गर्न सकिएको भए यो ऊर्जाशील शक्ति किन स्वदेश छाड्नुलाई अहोभाग्य ठान्थ्यो ? हामी जनशक्तिको उपयोगलाई थाती राखेर उनीहरूले श्रमको तुलनामा आर्जन गरेको न्यून विप्रेषणलाई उपलब्धिको रूपमा प्रचार गरिराखेका छौं । सत्ता चलाउनेहरूले स्वदेशमा रोजगार र आयआर्जनका अवसर सिर्जना गर्नुभन्दा युवालाई विदेशतिरै पठाउनुलाई सहज उपाय ठानेको हुन सक्छ । यसले दीर्घकालीनरूपमा अर्थतन्त्रमा थपेको असहजताका असर प्रकट हुन थालिसकेका छन् ।

स्वदेशमा उत्पादन घटेको छ । विप्रेषणको ९० प्रतिशतभन्दा बढी रकम उपभोग्य वस्तुको आयातमा बाहिरिएको छ । सरकार अझै पनि आन्तरिक उत्पादन र आर्जनका उपाय खोज्नुको सट्टा आयात नियन्त्रणमा उत्रिएर बजार अराजकता र महँगीको भारी बोकाउन उद्यत् देखिएको छ ।

चार वर्षअघिको विश्व बैंकको वार्षिक सम्मेलनले दिगो विकासको लक्ष्यमा पुग्न मानवपूँजी निर्माणलाई मुख्य मुद्दाको रूपमा पारित नै गरेको थियो । मानवपूँजी निर्माणमा बेवास्ताकै कारण आज विश्वको कुल गरीबीमध्ये ८५ प्रतिशत गरीबको बसोबास अफ्रिका र दक्षिण एशियाका नेपालजस्ता राजनीतिक द्वन्द्व र हिंसापीडित देशमा छ ।

विश्वमा विकासको नमूना पेश गरेका देशहरूले यो जनसङ्ख्यालाई मानवपूँजीको स्रोतको रूपमा भरपूर उपयोग गरिसकेका छन् । कतिपय विकासशील देश जनशक्तिको उपयोगमा आक्रामक रणनीति अपनाएर अघि बढिराखेका छन् । अहिलेका आर्थिक र सामरिकरूपमा शक्तिसम्पन्न मानिएका बेलायत, फ्रान्स, जर्मनी, स्वीडेनजस्ता देशले यो लाभको उपयोग गरिसकेका छन् । विश्वको एक नम्बर अर्थतन्त्र अमेरिका र दोस्रो चीन आज आर्थिक वर्चस्व विस्तारमा आमनेसामने छन् । चीनले आफ्नो जनशक्तिलाई सस्तो बनाएर अर्थतन्त्रलाई विस्तार गरिराखेको छ । उसले प्रविधि र जनशक्तिको दक्षतालाई विकासको आधार बनाएको छ । सन् २०३० सम्ममा चीनले अमेरिकालाई पछि पार्दै विश्व अर्थतन्त्रमा अग्रस्थान जमाउने प्रक्षेपण भइराखेको छ ।

विश्वका शक्तिशाली देशहरूको यो सफलता जनसङ्ख्याको अङ्क जोडेर मात्रै सम्भव भएको होइन । अहिले यस्तो लाभ लिनेमा पूर्वी एशियाली देश सबैभन्दा अगाडि देखिएका छन्, जापान सफल उदाहरण हो । हामीले विकासका उदाहरणको रूपमा पेश गर्दै आएका सिङ्गापुर, मलेशिया, थाईल्यान्ड र हङकङजस्ता देशले यो अवसरको सदुपयोग गरेका छन् । विश्व बैंकले सन् २०२० मा सार्वजनिक गरेको मानवपूँजी विकास सूचकाङ्कमा सिङ्गापुर, हङकङ र जापान क्रमशः पहिलो, दोस्रो र तेस्रो स्थानमा छन् । दक्षिण कोरिया चौथो स्थानमा छ । दक्षिण कोरिया आज प्रविधिमा निकै प्रगति गरेको देशको सूचीमा पर्दछ ।

जनसङ्ख्या केवल एउटा निश्चित भूगोलभित्र बसोबास गर्ने मानिसहरूको सङ्ख्या मात्र होइन, यो विकासको मुख्य आधार हो । हामी जनसाङ्ख्यिक अवसरको उच्चतम लाभ लिन सक्ने अवस्थामा भएर पनि त्यस खालका नीतिमा निरन्तर चुकिराखेका छौं । केवल जनसङ्ख्या घटेको चिन्ता व्यक्त गरिराखेका छौं । उपभोग गर्न नसकिने जनसङ्ख्या बढाएर मात्रै के गर्ने ? अदक्ष नै सही, कम्तीमा वैदेशिक रोजगारमा पठाएर भएपनि देशको अर्थतन्त्र धानौंला भन्ने लाचार सोच राख्ने हो भने त कुरा बेग्लै भयो, होइन भने अबको समय जनसङ्ख्या नबढेकोमा चिन्ता होइन, उपलब्ध जनशक्तिलाई कसरी विकास लक्ष्यसित जोड्ने भन्नेमा रणनीतिक योजना अघि बढाउन ढिला भइसकेको छ ।

दक्ष मानव संसाधन विकासका लागि स्वास्थ्य र शिक्षामा प्रगतिशील लगानी चाहिन्छ । महिला र बालबालिकाको स्वास्थ्य र शिक्षामा गरिएको लगानी नै मानवपूँजी निर्माणको आधार हो भन्ने तथ्यलाई विश्व अर्थराजनीतिले स्वीकार गरिसकेको छ । हामीकहाँ यी दुवै पक्षमा राज्यको लगानी बर्सेनि खुम्चिएको सरकारकै तथ्याङ्कले देखाएको छ । भएको खर्चमा पनि पारदर्शिता र प्रभावकारिताको चरम अभाव छ ।

आजको बालबालिकामा गरिएको लगानीबाट लाभ लिन कम्तीमा २५ वर्ष समय लाग्छ । अर्थात् जनसङ्ख्यालाई विकासको स्रोतमा रूपान्तरण गर्न दीर्घकालीन सोच र रणनीति चाहिन्छ । हामीले विकासका दीर्घकालीन योजना त बनाएका छौं, तर त्यसको सफलताका निम्ति कस्तो जनशक्ति चाहिन्छ र त्यसको तयारीका निम्ति कस्तो नीतिको खाँचो छ ? यसमा आजसम्म सार्थक बहस सुनिएको छैन । जनसङ्ख्या वृद्धिदरमा प्रकट भएका चिन्तन, यसको उपयोगमा केन्द्रित गर्न अब पनि ढिला गर्ने हो भने कालान्तरमा कलङ्कको टीका लगाएर पश्चात्ताप गर्नुबाहेक अन्य विकल्प उपलब्ध हुनेछैन ।

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

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

रूससँगको द्वन्द्व अपरिहार्य होइन –अमेरिकी रक्षामन्त्री

वाशिङ्टन, १५ माघ/एएनआई

अमेरिकी रक्षामन्त्री लोयड अस्टिनले शुक्रवार युक्रेनलाई लिएर रुससँगको द्वन्द्व 'टार्न नसक्ने' अवस्थामा नपुगेको बताएका छन्।

"कूटनीतिक पहलका लागि अझै समय र ठाउँ छ। संयुक्त राज्य अमेरिकाले हाम्रा सहयोगी र साझेदारहरूसँग तालाबन्दीमा रुसलाई सङ्कटबाट टाढा र थप सुरक्षातर्फको बाटो प्रस्ताव गरेको छ। रक्षा विभागले ती कूटनीतिक प्रयासहरूलाई समर्थन गर्न जारी राख्नेछ," अस्टिनले भने। अस्टिनले युक्रेनलाई सुरक्षा सहायता सामग्रीमार्फत र नाटो सहयोगीसँग "काँधमा काँध मिलाएर उभिन"को लागि अमेरिकी समर्थनलाई दोहोऱ्याएको सिएनएनले जनाएको छ।

युक्रेनले सुरक्षा सहायता सामग्रीमार्फत र नाटो सहयोगीसँग "काँधमा काँध मिलाएर" उभिने सिएनएनले उल्लेख गरेको छ।

अमेरिकी रक्षामन्त्री लोयड अस्टिन। तस्वीर: एएफपी

रूस र युक्रेनबीचको तनाव बढ्दै जाँदा क्रेमलिनले पनि द्वन्द्व नचाहेको बताएको छ।

अस्टिनका अनुसार संयुक्त राज्य अमेरिकाले युक्रेनी सीमामा दशौं हजार रूसी सेनाको उपस्थितिलाई "धेरै गम्भीरताका साथ" लिइरहेको छ र रक्षा मन्त्रालय उत्तर एटलान्टिक सन्धि सङ्गठनका सहयोगीसँग रूसी राष्ट्रपतिको विरोधमा एकजुट उभिएको पनि छ।

"हामी विश्वास गर्दैनौं कि राष्ट्रपति पुटिनले युक्रेनविरुद्ध यी शक्ति प्रयोग गर्ने अन्तिम निर्णय गरेका छन्। उनीसँग स्पष्टरूपमा अब त्यो क्षमता छ। र शहर र महत्त्वपूर्ण क्षेत्र कब्जा गर्ने लगायत उनीसँग धेरै विकल्प उपलब्ध छन्। विघटन भएका क्षेत्रको पहिचानजस्तै कार्य गर्दछ। वास्तवमा हामीले पूर्वी युक्रेनमा कथित गतिविधिको बारेमा रूसी राज्य मिडियाले अहिले ठट्टा गरिरहेको देखिरहेका छौं।"

"कुनै पनि रूसी आक्रमण वा युक्रेनमा थप घुसपैठले द्वन्द्व मात्र निम्त्याउनेछैन, यसले राष्ट्रिय सार्वभौमसत्ता, क्षेत्रीय अखण्डता र आत्मनिर्णयको आधारभूत सिद्धान्त पनि उल्लङ्घन गर्नेछ," अस्टिनले थपे।

"यो कुरा हामीले युक्रेनको बलियो साझेदार र नाटोका ३० सदस्यमध्येको एकको रुपमा धेरै गम्भीरताका साथ लिइरहेका छौं। हामी रुसले ती मूल मान्यताहरूलाई कमजोर पार्ने र युरोपमा शान्ति र सुरक्षालाई खतरामा पार्ने प्रयासको विरोधमा एकताबद्ध छौं," उनले थपे।

अमेरिकाद्वारा युरोपेली सहयोगीहरूसँग रूसी प्रस्तावको प्रतिक्रियाबारे छलफल

अमेरिकी उपविदेशमन्त्री वेन्डी शर्मन र फ्रान्स, जर्मनी, इटाली र बेलायतका कूटनीतिज्ञले टेलिफोन वार्ताको क्रममा सुरक्षा प्रत्याभूति र नर्मन्डी ढाँचा बैठकमा रूसको प्रस्तावको लिखित प्रतिक्रियाहरूबारे छलफल गरेका छन्।

विदेश मन्त्रालयका प्रवक्ता नेड प्राइसले शुक्रवार बताए अनुसार सहभागीहरूले रूसलाई अमेरिका र नाटोका लिखित प्रतिक्रियाहरू, जनवरी २६ मा पेरिसमा भएको नर्मन्डी ढाँचाको बैठक र कूटनीतिमा निरन्तर प्रतिबद्धताबारे छलफल गरेका छन्।

उनीहरूले युक्रेनको सिमानामा रूसको अप्रत्याशित सैन्य निर्माणको सामनामा निरन्तर घनिष्ठ समन्वय र एकताको महत्त्वमा सहमत हुँदै युक्रेनमा थप सैन्य घुसपैठलाई द्रुत, गम्भीर र समन्वित नतीजाको सामना गर्ने कुरा पुनः पुष्टि गरेको पनि बताइएको छ। रासस

पत्रकार मञ्चद्वारा सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षकहरूको स्वागत

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

क्रियाशील युवा पत्रकार मञ्च नेपाल, पर्साले बारा तथा पर्साका सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षकहरूलाई शनिवार स्वागत गरेको छ। कार्यक्रममा बाराका सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक राजेन्द्र थापा, पर्साका सशस्त्र प्रहरी उपरीक्षक तेजप्रकाश पोखरेल र राष्ट्रिय अनुसन्धान विभाग पर्साका उपनिर्देशक दीपक खड्कालाई गम्छा, ढाका टोपी र पुष्पगुच्छाबाट स्वागत गरिएको थियो। मञ्चका अध्यक्ष प्रणय कुमारको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा वीरगंज उद्योग वाणिज्य सङ्घका अध्यक्ष सुबोध गुप्ता, वीरगंज पब्लिक कलेजका निर्देशक डा दीपक शाक्यले शुभकामना व्यक्त गरेका थिए। कार्यक्रममा आनन्द पटेलले स्वागत गरेका थिए।

तस्वीर: सौजन्य

छात्रहरूलाई ट्र्याकसुट वितरण

तस्वीर: प्रतीक

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

आमाको छात्रावासमा रहेका छात्रहरूलाई ट्र्याकसुट वितरण गरिएको छ।

समाजसेवी विश्वनाथ टेमानीले शनिवार आमाको छात्रावासमा रहेका २४ जना छात्र र तीनजना शिक्षक गरी २७ जनालाई ट्र्याकसुट वितरण गरेका थिए।

प्रतीकका स्तम्भकार कुमारबन्धु रूपाखेती र टेमानीले ट्र्याकसुट वितरण गरेका थिए। कार्यक्रममा प्रिन्स श्रीवास्तव, मनोज साहलगायतको सहभागिता थियो।

गाँजाखेती नष्ट

प्रस, पंचगावाँ, १५ माघ/

इलाका प्रहरी कार्यालय, पटेर्वासुगौलीले शनिवार १६ कट्ठा जग्गामा लगाएको गाँजाखेती नष्ट गरेको छ। सखुवाप्रसौनी गापा–४ ओझैया प्रसौनीमा स्थानीयले सुर्तीखेतीमा गाँजाखेती गरेको सूचनाको आधारमा इप्रका, पटेर्वासुगौलीले सो गाँजाखेती नष्ट गरेको हो।

सुर्तीखेतीभित्र लगाइएको गाँजाखेती प्रहरीले नष्ट गरे पनि गाँजाखेती गर्नेलाई भने कारबाई गरिएको छैन। पछिल्लोपटक पर्सा जिल्लामा गाँजाखेती बढ्दै गएको छ।

प्रहरीले गाँजाखेती नष्ट गर्ने तर गाँजाखेती गर्नेलाई कारबाईको दायरामा नल्याएका कारण गाँजाखेती गर्नेहरूको मनोबल उच्च भएको स्थानीयको आरोप छ।

तस्वीर: प्रतीक

भारतमा कोरोना भाइरसबाट दुई लाख ३५ हजार सङ्क्रमित

नयाँ दिल्ली, १५ माघ/एएनआई

भारतमा कोरोना भाइरसबाट थप दुई लाख ३५ लाखभन्दा बढी मानिस सङ्क्रमित भएका छन्।

तस्वीर: फाइल

सरकारी अधिकारीले दिएको जानकारी अनुसार पछिल्लो २४ घण्टामा भारतमा दुई लाख ३५ हजार ५३२ जना सङ्क्रमित भएका छन्।

सोही अवधिमा अरू ८७१ जनाको मृत्यु पनि भएको भारतको सङ्घीय स्वास्थ्य मन्त्रालयले शनिवार जनाएको छ।

भारतमा पछिल्लो समय दैनिक सङ्क्रमितको सङ्ख्यामा निरन्तर कमी आइरहेको छ। केही दिन बढ्दै गएकोमा अहिले घट्दै आएको हो।

मन्त्रालयका अनुसार भारतमा अहिले सङ्क्रमित अवस्थामा रहेकाको सङ्ख्या पनि घट्दै गइरहेको छ। सरकारी अधिकारीका अनुसार भारतमा शनिवार २० लाख चार हजार ३३३ जना सक्रिय सङ्क्रमित रहेका छन्।

दैनिक नयाँ सङ्क्रमितको सङ्ख्याभन्दा दैनिक सङ्क्रमणमुक्त भएकाको सङ्ख्या धेरै भएकाले पनि अहिले सक्रिय सङ्क्रमितको सङ्ख्या घट्दै गएको हो।

भारतमा पछिल्लो २४ घण्टामा तीन लाख ३५ हजार ९३९ जना कोरोना भाइरसबाट सङ्क्रमणमुक्त भएका छन्। एउटै अवधिमा नयाँ सङ्क्रमितको सङ्ख्याभन्दा सङ्क्रमणमुक्त भएकाहरूको सङ्ख्या झन्डै एक लाख धेरै छ।

भारतमा पछिल्लो एक दिनमा १७ लाख ५९ हजार ४३४ जनाको कोरोना परीक्षण गरिएको थियो। अधिकारीका अनुसार भारतमा अहिलेसम्म कुल चार लाख ९३ हजार १९८ जनाको कोरोना भाइरसका कारण मृत्यु भएको छ।

ब्राजीलमा दैनिक सङ्क्रमितको सङ्ख्या साढे दुई लाखभन्दा बढी

रियो दि जेनेरियो/सिन्हुवा

ब्राजीलमा कोरोना भाइरसबाट दैनिक सङ्क्रमितको सङ्ख्या साढे दुई लाखभन्दा बढी पुगेको छ।

सरकारी अधिकारीहरूले शुक्रवार दिएको जानकारी अनुसार ब्राजीलमा पछिल्लो एक दिनमा दुई लाख ६९ हजार ९६८ जना नयाँ सङ्क्रमित थपिएका छन्।

योसँगै ब्राजीलमा अहिलेसम्म कुल सङ्क्रमितको सङ्ख्या दुई करोड ५० लाख ३४ हजार ८०६ पुगेको ब्राजीलको स्वास्थ्य मन्त्रालयले जनाएको छ। ब्राजीलमा यसअघि एक दिनमा दुई लाख २८ हजार ९५४ जना नयाँ सङ्क्रमित थपिएको विवरण सार्वजनिक गरिएको थियो।

मन्त्रालयका अनुसार कोरोना भाइरसका कारण ब्राजीलमा अहिलेसम्म छ लाख २५ हजार ८८४ जनाको मृत्यु भएको छ। तीमध्ये ७९९ जनाको पछिल्लो २४ घण्टामा मृत्यु भएको हो।

कोरोना भाइरसका कारण धेरै मृत्यु भएका देशमध्ये ब्राजील दोस्रो क्रम सङ्ख्यामा पर्छ। रासस

अफगानिस्तानको हेलमन्ड प्रान्तमा भएको विष्फोटमा तीनजना घाइते

काबुल, अफगानिस्तान, १५ माघ/एएनआई

अफगानिस्तानको दक्षिणी हेलमन्ड प्रान्तमा भएको बम विष्फोटमा तीनजना घाइते भएको पजवोक अफगान समाचारले जनाएको छ।

एक अधिकारीलाई उद्धृत गर्दै समाचार आउटलेटले शुक्रवार जनाए अनुसार प्रान्तको नाद अली जिल्लामा विष्फोटमा तीनजना सर्वसाधारण घाइते भएका छन्। जनवरी २२ मा पश्चिमी अफगानिस्तानको हेरात शहरमा भएको विष्फोटमा कम्तीमा सातजनाको मृत्यु हुनुका साथै नौजना घाइते भएका थिए।

हेरात प्रान्तको राजधानीमा एउटा मिनीबसमा बम विष्फोट भएको टोलो न्यूजले जनाएको छ। मृत्यु हुनेमा कम्तीमा चारजना महिला रहेको प्रतिवेदनमा उल्लेख छ।

त्यसअघि पूर्वी नान्गाहार प्रान्तको लालपोरा क्षेत्रमा ग्याँस ट्याङ्की विष्फोट हुँदा नौजना बालबालिकाको मृत्यु हुनुका साथै चारजना घाइते भएका थिए। रासस

प्रेम विवाह....

बसेको पञ्चायतको समेत कुरालाई अभय चौधरीका परिवारले नमानेपछि सोविरुद्ध देवमती देवीले सखुवाप्रसौनी गाउँपालिकाको न्यायिक समितिमा उजुरी गरेकी थिइन्।

पुस ४ गते न्यायिक समितिमा मुद्दा परेको र आज गापा उपप्रमुख एवं न्यायिक समितिकी संयोजक फूलमती देवीले दुवै परिवारको सहमतिमा हिन्दू परम्परा अनुसार सामाजिक विवाह गराइ दिएकी थिइन्। कोइलाभार मन्दिरमा देवमती देवी र अभय चौधरीको प्रेम विवाहलाई आज सामाजिक मान्यता प्रदान गरिएको हो।

आजको राशिफल

मेष – अस्वस्थता	वृष – वादविवाद
मिथुन – व्यापारवृद्धि	कर्कट – शत्रुभय
सिंह – चोरभय	कन्या – भयचिन्ता
तुला – मित्रमिलन	वृश्चिक – कान्तिक्षय
धनु – सुयश	मकर – खर्चवृद्धि
कुम्भ – धनलाभ	मीन – कर्मप्राप्ति

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

आँखा शिविर सम्पन्न

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

चण्डीप्रसाद गण, श्रीपुर, वीरगंजमा निःशुल्क आँखा शिविर सम्पन्न भएको छ।

तस्वीर: सौजन्य

वीरगंजको किरण आँखा अस्पताल तथा एलाइड युथ सोसाइटीको सहजीकरणमा भएको आँखा शिविरमा १७० जना सैनिकको आँखा परीक्षण गरिएको डा अमर क्यालले बताए।

गणका प्रमुख सेनानी तथा गणपति मनोज कार्कीको नेतृत्वमा भएको आँखा शिविरमा आँखा अस्पतालले निशुल्क औषधि पनि वितरण गरेको थियो।

घर निर्माण गर्दा निर्धारित मापदण्डको पालना गरौं, शहरको सौन्दर्यीकरणमा सहयोग गरौं।

वीरगंज महानगरपालिका

परवानीपुरमा बिटोर सम्पन्न

राधेश्याम पटेल, परवानीपुर, १५ माघ/

वीरगंज-२१ परवानीपुरमा बिटोर सम्पन्न भएको छ। चोर्नी काफिला अन्तर्गतको यस वर्षको दोस्रो बिटोर सम्पन्न भएको छ। परवानीपुरका नागमणि उपाध्यायद्वारा आयोजित बिटोरको हिजो साँझ वीरगंज महानगरका प्रमुख विजयकुमार सरावगीले कहरथुवा बाबाहरूलाई फूलमालाले स्वागत गरी उद्घाटन गरेका थिए।

तस्वीरः प्रतीक

बिटोरमा परवानीपुर, भलुही, नितनपुर, बेहरा, सोलखपुर, लक्ष्मीपुरलगायतका करीब सयजना कहरथुवा बाबाहरूको सहभागिता थियो। बिटोरमा सहभागी बाबाहरूले माघ १६ गते आइतवार देवघाट जल भर्न जाने र श्रीपञ्चमीको दिन माघ २३ गते बाराको शिवमन्दिर काटघाटमा जल अर्पण गरी यस वर्षको कहरथुवाको यात्रा सम्पन्न गर्ने कार्यक्रम छ।

परवानीपुरको बिटोर कार्यक्रममा वडाध्यक्ष हबिब मियाँ, स्थानीय विजय गुप्ता, जतनराउत कुर्मी, राधाकृष्ण रौनियार, साधुसन्तहरूमा रामदास बाबा, बजरङ्ग दास, लक्ष्मण दास, इन्द्र दास, रवीन्द्र दास, पुरन गिरी, राघव दासलगायतको सहभागिता थियो।

कहरथुवाले गृहस्थ जीवनमा केही दिन ईश्वरभक्तिका लागि काँवरसँगै दैनिक उपभोग्यका अन्न तथा लत्ताकपडा लिएर निश्चित धार्मिक परिक्रम तथा धार्मिकस्थलको दर्शन पूजापाठमा निस्किने यात्रालाई जलबोझी अर्थात् कहरथुवा काफिला यात्रा भनेर मधेसमा चिनिन्छ। यसमा पूर्ण ब्रह्मचर्यको नियम पालना गर्नुपर्छ। पर्सा र बारामा मुडली, इनर्वा, रहरियाडिह, भवानीपुर, हजारी गरी दर्जनौं काफिला छन्।

यस वर्ष कोभिडको तेस्रो लहरका कारण नेपाली कहरथुवाहरू नेपालकै प्रसिद्ध नदीबाट जल भरेर नेपालकै शिवमन्दिरमा चढाउने योजनामा छन्। काफिलामा जमीनदार, चौकीदार, सिपाही, कचहरिया, भण्डारी, कोठारीलगायतको पद समेत हुने गरेको चोर्नी काफिलाका पुरोहित कृष्णकुमार उपाध्यायले बताए।

आजको कार्यक्रम

सि.नं.	आयोजक	कार्यक्रम	स्थान	समय
जानकारी आएन				

- विवाह गर्न नगरौं हतार, जरुरी छ शिक्षा र संस्कार
- बीस वर्ष पुगेपछि मात्र विवाह गरौं र गराऔं,
- उमेर पुग्नुअघिको विवाह सामाजिक र कानूनी अपराध हो।
- त्यस्तो अपराध गर्नेलाई जरिवाना र कैद सजाय दुवै हुने कानूनी व्यवस्था छ।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

एकल महिलाहरूलाई सल वितरण

प्रस, वीरगंज, १५ माघ/

प्रदेशसभा सदस्य रमेशप्रसाद कुर्मीले शनिवार १३५ जना एकल महिलाहरूलाई सल वितरण गरेका छन्।

लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी, पर्साको आयोजनामा बहुदरमाई नगरपालिका-२ पिपरा र सिसियाडी गरी दुई स्थानमा १३५ जना एकल महिलालाई उनले सल वितरण गरेको लोसपाका नेता शिव पटेलले बताए।

सिसियाडीका युवा नेता कृष्ण यादव र पिपरामा समाजसेवी श्रवण कुर्मीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा प्रदेशसभा सदस्य कुर्मी, नेता पटेललगायतको उपस्थितिमा एकल महिलालाई सल वितरण गरिएको थियो।

खेलकुदको संसार

एपिएफ पहिलोपटक आहा-रारा गोल्डकप च्याम्पियन

कास्की, १५ माघ/रासस

आहा-राराको दुई दशकको इतिहासमा छपटकको च्याम्पियन मनाङ मर्स्याङ्दी फूटबल क्लबलाई पराजित गर्दै सशस्त्र प्रहरीको एपिएफ फूटबल क्लबले पहिलोपटक गोल्डकपको उपाधि चुमेको छ।

तस्वीरः रासस

यही माघ ६ गतेदेखि सहारा क्लब पोखराको आयोजनामा पोखरा रङ्गशालामा सञ्चालन भएको २०औं संस्करणको प्रतियोगिताको शनिवार सम्पन्न फाइनल खेलमा एपिएफले मनाङलाई टाइब्रेकरमा ५-४ गोलअन्तरले हराउँदै इतिहास रच्न सफल भएको हो।

आहा-रारामा १४ वर्षपछि फाइनलमा स्थान बनाएको एपिएफले च्याम्पियन बन्दै रु १० लाख एक हजार पुरस्कार र ट्रफी हात पार्न सफल हुँदा मनाङले रु पाँच लाख एक हजारमा चित्त बुझाउन बाध्य बन्यो। हालसम्म उपाधि जित्न नसकेको विभागीय टोली एपिएफले उपाधि उचालेसँगै आहा-राराले नयाँ च्याम्पियन पाएको छ।

खेलको निर्धारित र अतिरिक्त ३० मिनेटको खेल दुई गोलको बराबरीमा सकिएपछि टाइब्रेकरबाट खेलको निर्णय गरिएकामा एपिएफ टाइब्रेकरमा भाग्यमानी भयो। एपिएफको जीतमा गोलकीपर युया कोरियामा नायक बने। टाइब्रेकरमा मनाङका ओलावाले अफिजको प्रहारलाई रोक्दै कोरियामाले एपिएफलाई पहिलोपटक चयाम्पियन बनाउँदै ऐतिहासिक सफलता दिलाए।

टाइब्रेकरमा एपिएफका नवीन लामा, सनीष श्रेष्ठ, रवि थिङ, मणि लामा र अर्मान्ड बिडोमले गोल गर्न सफल भए। मनाङका फ्रेङलिन, दयानन्द सिंह, शिव गुरुङ र रूपेश केसीले मात्र गोल गरे। खेलको २१औं मिनेटमा एपिएफका युवराज खड्काले गोल गर्दै अग्रता बनाएका थिए। पहिलो हाफमा १-० ले पछि परेको मनाङले दोस्रो हाफमा खेलको ६७औं मिनेटमा दयानन्द सिंहको गोलमार्फत खेल बराबरीमा ल्याउन सफल भयो।

खेलको ८४औं मिनेटमा फ्रेङलिनको गोलमार्फत मनाङले अग्रता बनाएर विजय नजीक पुगेको अवस्थामा पाँच मिनेटको इन्जुरी समयको पहिलो मिनेटमा एपिएफका रवि थिङले गोल गर्दै खेललाई अतिरिक्त समयमा लैजान सफल भए। अतिरिक्त समयमा दुवै टोलीबाट कुनै पनि गोल हुन सकेको थिएन।

'क्याराभान गोल्डकप'सहित १२औं पटक फाइनल खेलेको मनाङलाई दुईपटक मात्र फाइनलमा पुगेको एपिएफले स्तब्ध बनाउँदै उपाधि जित्न सफल भएको हो। एपिएफ १४ वर्षपछि दोस्रोपटक फाइनलमा पुगेको हो। विसं २०६४ मा छैटौं संस्करणमा पहिलोपटक फाइनलमा पुगेको एपिएफ नेपाल पुलिस क्लबसँग २-० गोलअन्तरले पराजित भएको थियो।

मनाङले भने विसं २०६० को दोस्रो, विसं २०६१ मा तेस्रो, २०६८ को दशौं, विसं २०७२ मा चौधौं, विसं २०७३ को पन्ध्रौं र विसं २०७६ को १८औं संस्करणको उपाधि जितेको थियो। प्रतियोगिताको सर्वोत्कृष्ट खेलाडीको उपाधि एपिएफका डिफेन्डर राजन गुरुङले प्राप्त गरे। उनले पुरस्कारबापत एक थान स्कूटर पाए।

यसैगरी, उत्कृष्ट गोलकीपर एपिएफका युया कोरियामा, मिडफिल्डर एपिएफकै रवि थिङ, फरवार्ड मनाङका ओलावाले अफिज, उत्कृष्ट प्रशिक्षक एपिएफका कुमार थापा, सर्वाधिक गोलकर्ता एपिएफका रवि थिङ घोषित हुँदै जनही रु २५ हजारका दरले पुरस्कार पाए। प्रतियोगितामा नेपालका 'ए' डिभिजनका आठ क्लब, विदेशी एक र आयोजक सहारा गरी १० टोलीले सहभागिता जनाएका थिए।

नेपालद्वारा मौरिसस पराजित

काठमाडौं, १५ माघ/रासस

नेपाली राष्ट्रिय फूटबल टोलीले अफ्रिकी राष्ट्र मौरिससविरुद्धको पहिलो अन्तर्राष्ट्रिय मैत्रीपूर्ण खेलमा विजयी हासिल गरेको छ।

त्रिपुरेश्वरस्थित दशरथ रङ्गशालामा शनिवार भएको खेलमा नेपालले मौरिससलाई १-० गोलअन्तरले पराजित गर्दै विजयी भएको हो। नेपालको जीतमा विमल घर्तीमगर नायक बने। उनले खेलको ५५औं मिनेटमा गरेको एक गोल नै नेपालका लागि निर्णायक गोल साबित भयो। एक वर्षपछि टोलीमा पुनरागमन गरेका विमलले पहिलो खेलमैं गोल गरेका हुन्।

अञ्जन विष्टको लामो पासमा पेनाल्टी क्षेत्रको ठीक बाहिरबाट विमलले प्रहार गरेको बल पोस्टमा लाग्दै जाली चुमेको थियो। नेपालले पहिलोपटक अफ्रिकी टोलीसँग अन्तर्राष्ट्रिय खेल खेलेको हो। नेपालले अब मौरिससविरुद्धको दोस्रो मैत्रीपूर्ण खेल मङ्गलवार खेल्नेछ।

प्रहरी जवान शङ्कास्पद अवस्थामा मृत फेला

प्रस, पोखरिया, १५ माघ/

पोखरियामा एकजना प्रहरी जवान शङ्कास्पद अवस्थामा मृत फेला परेका छन्।

पोखरिया नगरपालिका-२ वनकटवा निवासी प्रहरी जवान दीपु गिरी शनिवार बिहान शङ्कास्पद अवस्थामा मृत फेला परेका हुन्।

बारा जिल्ला बसवरिया प्रहरी चौकीमा कार्यरत गिरी हिजो घर आएका थिए। हिजै उनी घरबाट ड्युटीमा फर्किने भनी घरबाट गएको र पोखरिया-४ स्थित साथीको डेरामा बसेका थिए। ८-१० जना साथीसँगै बसेका गिरी बिहान ११ बजे मृत फेला परेका थिए। इलाका प्रहरी कार्यालय, पोखरियाका प्रहरी निरीक्षक दीपक थापाले मृतक गिरीका अन्य साथीहरू फरार रहेका र दुईजनालाई नियन्त्रणमा लिएको बताए।

उनले घटना सम्बन्धमा आवश्यक छानबीन भइरहेको बताएका छन्।