



## विचारसार र सूक्तिहरु

जुन उपायले मनुष्यको जीवन-निर्वाह राम्ररी भइहालोस्, त्यही गर्नु त्यो सनातन धर्म हो ।

प्रकाशक	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. वीरगंज-११
प्रधान सम्पादक	जगदीशप्रसाद शर्मा
व्यवस्थापक/सम्पादक	विकाश शर्मा
सम्पादक	शश्वत नेपाल/ खड्गबहादुर थ्रेष्ट (प्रताप)
समाचार सम्पादक	आरके पटेल
बारा विशेष प्रतिनिधि	गणेशीरा साहनी
मुद्रकः	प्रतीक प्रकाशन समूह प्रा. लि. (अफसेट छापाखाना)
ठिकाना	हल रोड, श्रीपुर, वीरगंज-११ (नेपाल), पोस्ट बक्स नं. ८८, फोन नं. ०१९-४३४१७७, ४३३०१४
ईमेल	prateekdaily@gmail.com, prateekdainik@yahoo.com
वेबसाइट	Website: www.prateekdaily.com

## मुस्कान छह्दै जाऊ

मानिसको जीवनमा मुस्कानको विशेष महत्त्व छ । मुस्कानयुक्त अनुहारले अरुको मुहारमा पनि मुस्कान छुकिदिन्छ, त्यसैले सम-विषम दुवै परिस्थितिमा सदैव मुस्कुराइराख्नुपर्छ । मुस्कुराउँदा न स्वयं हामी आनन्दित हुन्छौं, अपितु यसका कारण हाम्रा सम्पर्कमा आउने अरु मानिस पनि आनन्दित हुन्छन् ।

मुस्कुराहट हाम्रोलागि जीवनदायिनी औषधितल्य छ, त्यसैले मानिसले प्रत्येक परिस्थितिमा मुस्कुराएर आनन्द छन् ।

**मुस्कुराहटको अभिव्यक्तिले स्वयंलाई प्रसन्नता दिनुका साथै अनेक अनुहारमा मुस्कुराहट छुरिदिन्छ र यस प्रकार मुस्कुराहटको लाभ एक क्षणमै कैयाँ मानिसलाई प्राप्त हुन्छ । सधै मुस्काइरहने बानी यदि बनाउन सकियो भने यो हाम्रो स्वभावको एउटा अङ्ग बन्न पुग्छ, जसले हामीलाई स्वस्थ र प्रसन्न बनाइराख्छ र हाम्रो वरिपरि बस्ने मानिसलाई मुस्कुराउने प्रेरणा दिन्छ ।**

प्रयत्न गर्नुपर्छ । मुस्कुराहट एउटा योगिक क्रिया पनि हो, जसले हाम्रो अङ्ग-प्रत्यक्ष स्वस्थ र प्रसन्न रहन्छ । यो भावव्यञ्जना, संवेदनशीलता र अनुभूतिको विषय हो । मुस्कुराइरहेको अनुहार सबैलाई राम्रो लाग्छ-जसको अभिव्यक्ति चारैतिर, सकारात्मकता र प्रसन्नताको प्रसार गर्दछ । यो एक क्षणमा उत्पन्न हुन्छ, तर यसको मधुर स्मृति लामो समयसम्म हाम्रो जीवनमा रहिरहन्छ ।

जीवनमा मुस्कुराहटलाई आयु वर्ग अनुसार वर्गीकृत गर्न सकिन्छ । प्रत्येक उमेरका व्यक्तिको मुस्कुराहटलाई विभिन्न प्रकारले छुझाउँसै सम्बोधनबाट अभिव्यक्त गर्न सकिन्छ । आयु वर्ग अनुसार-बाल्यकालमा केटाकेटीहरूको मुक्कानले सबैलाई आनन्दित तुल्याउँछ; किनकि यो निश्चल एवं निस्स्वार्थ भावले ओतप्रोत हुन्छ । केटाकेटी विना कुनै कारण हाँसी-मुस्कुराइरहन्छ र आफूले यस मुस्कुराहटको कारण ती सबैलाई प्रसन्नता त प्रदान गर्न्छन् तै; साथै सबैलाई आकूरित पनि गर्दछन् ।

मुस्कुराहटको अभिव्यक्तिले स्वयंलाई प्रसन्नता दिनुका साथै अनेक अनुहारमा मुस्कुराहट छुरिदिन्छ र यस प्रकार मुस्कुराहटको लाभ एक क्षणमै कैयाँ मानिसलाई प्राप्त हुन्छ । सधै मुस्काइरहने बानी यदि बनाउन सकियो भने यो हाम्रो स्वभावको एउटा अङ्ग बन्न पुग्छ, जसले हामीलाई स्वस्थ र प्रसन्न बनाइराख्छ र हाम्रो वरिपरि बस्ने मानिसलाई मुस्कुराउने प्रेरणा दिन्छ ।

जुन समय मनुष्य यो सोच्न थाल्छ- ‘यो संसार मिथ्या छ, कुनै वस्तु स्थायी छैन, म पनि मनुपर्छ, जीवन एउटा स्वप्न मात्र हो ।’ त्यस समय उसको आफूले जीवनमा कूनै रुचि रहेन्दैन । ऊ उदासीन हुन्छ । संसारको जिम्मेवारी उसको बोझ सबै थाहा हुन्छ । न उसलाई घरपरिवारसँग प्रेम रहन्छ, न उसलाई जातिको केही खाल रहन्छ । उसको देश चाहे रसातलमा नै पुगोसू, उसलाई कुनै वास्ता हुँदैन । उसलाई जीतिसूकै गानी दिनुस, पिट्नुस, उसको लागि सबै बाबर रहन्छ । आफूले देश बन्धुको दुःख उसको लागि कल्नामा मात्र हुन्छ । देश हितैषित के वस्तु हो ? यो कुरा उसको दिमागमा पस्दैन । उसको जन्मभूमिको धन चाहे जतासुकै जाओसू, उसको करोडौ भाइ भोकै मरोसू, उसलाई कुनै दुःख हुँदैन ।

स्मरण राजुसू, यो त्यो विष हो, जुन खाएपछि मनुष्यको मनुष्यत्व जान्छ । धैर्य, क्षमा, वीरता, साहस, सत्य असि दैविक गुण कहिलै पनि प्राप्त गर्न सक्नैन, जबसम्म मनुष्य यस विषलाई आफूले शरीरबाट निकाल्दैन । त्यस व्यक्तिको टाउकोमा कुनै जिम्मेवारी रहेन्दैन । जो बोझ उठाउन डराउँछ, उसको अङ्ग-प्रत्यक्ष कसरी बढन सक्छ ? ऊ अवश्य नै भीर हुनेछ, विरोधीको समान गर्ने शक्ति रहेन्दैन । ऊ मिलेर काम गर्न सक्नैन । सदृश्यांग धूणा हुन्छ । यस्तो दशामा यो दैविक गुण पनि उसको लागि काम लाईन । ऊ मनुष शरीर राखेर पनि पशुवत हुन्छ । - स्वामी सत्येवीजी परिवाजक

## अर्थतन्त्र : निराशाको आकाशमा आशाको घेरा

अर्थतन्त्रका बारे मा चौतर्फी नकारात्मक टिप्पणी र निराशा प्रकट भइराख्न विश्व बैकको एउटा अध्ययन प्रतिवेदनले आशा जगाउने काम गरेको छ । यो बहुपक्षीय तिकायले आफूलो अधिवार्तिक प्रतिवेदन नेपाल डेल्पलमेन्ट अपडेटमार्फत ‘नेपालको अर्थतन्त्र सङ्गतमा नहाउने र सङ्गतोमुख पनि नहएको’ बताएको छ । तर यो आशामा दुक्क भएर बस्ने अवस्था भने होइन ।

कतिपयले नेपालको अर्थतन्त्रलाई श्रीलङ्कासँग तुलना गरिराख्न नेपाल त्यो अवस्थामा जान नसक्ने तर्क गरिन थालिएको छ । कुनै गार्हस्थ उत्पादनको तुलनामा विदेशी ऋण १११ प्रतिशत रहेको श्रीलङ्का र यस्तो कर्जा ४३ प्रतिशतको हाराहरीमा रहेको नेपालको तुलना हुन नसक्ने दाबी सुनिन्छ । यो तथ्यलाई अस्वीकार गरिराख्नुपर्ने कारण पनि छैन, तर यसो भद्रैमा अर्थतन्त्रको पनस्त्थानमा आँखा चिम्लिएर बन्ने हो भने देशको आर्थिक अवस्थाले श्रीलङ्काकै पदचाप पछाउँदैन भनेर दुख्न त्यो हाम्रो नियन्त्रणमा छैन ।

बढ्दो व्यापारघाटा, विदेशी विनियममा चाप, घट्दो विप्रेण, वित्तीय क्षेत्रमा देखिएको असहजताजस्ता कारण अर्थतन्त्र अप्टेरोमा परेको तथ्य एकतिर छ । विश्व बैकको अध्ययनले नेपालको अर्थतन्त्र आचिन्तिलानुपर्ने अवस्थामा नहाउने भन्ने निष्कर्षबाट अर्थतन्त्रका आयाम र सरोकारका पक्षमा केही सकारात्मक ऊर्जा थिएनु स्वाभाविकै भएपनि अहिलेको अप्टेरोलाई पार लगाउन भने सरकार सचेत हुने पर्दछ । सरकार परम्परागत पारमै चल्ने हो भने अर्थतन्त्र इन्टरेस्टेर अवस्थातिर उन्मुख हुन सक्छ । अध्ययनका निचोड त्यसका विधिका आधारमा फरक हुन सक्छन् । सरकारले उत्थानका निमित्त रचनात्मक रणनीति नलिने, तर नियन्त्रणका उपायमा मात्रै एकोहोरिने हो भने अर्थतन्त्र दुर्घटनामा नपर्ना पनि भन्न सकिन्छ ।

अहिलेको आर्थिक असहजतालाई दुई पक्षबाट हेरिन पर्दछ । पहिलो, विश्वव्यापीरूपमा फैलिएको कोरोना महामारीको असरको उत्पादन हुँदैन । सानोतिनो अवरोधमै हामी अत्तालिन थाल्छौं । र अन्धाधन्द नियन्त्रणको उपायमा आधारित उत्पादन बलियो हुँदैन, तबसम्म पराश्रित अर्थतन्त्रका जोखिमहरू घट्दैनन् । सानोतिनो अवरोधमै हामी अत्तालिन थाल्छौं । र अन्धाधन्द नियन्त्रणको उपायमा आधारित उत्पादन बलियो हुँदैन । यसले अर्थतन्त्रका सरोकारका उत्पादन बलियो हुँदैन । यसले अर्थतन्त्रका सरोकारहरूलाई थप असहज बनाइदिन्छ । अहिलेको अर्थतन्त्रको उत्पादन बलियो हुँदैन ।

जिति नै उत्पादन अभिवृद्धि र निकासीका कुरा गरे पनि प्रतिस्पर्धी उत्पादन कसरी तायार हुन्छ, न उत्पादन बलियो हुँदैन, तबसम्म पराश्रित अर्थतन्त्रका जोखिमहरू घट्दैनन् । सानोतिनो अवरोधमै हामी अत्तालिन थाल्छौं । र अन्धाधन्द नियन्त्रणको उपायमा आधारित उत्पादन बलियो हुँदैन । यसले अर्थतन्त्रका सरोकारहरूलाई थप असहज बनाइदिन्छ । अहिलेको असहजतालाई दुई पक्षबाट हेरिन पर्दछ । पहिलो, विश्वव्यापीरूपमा फैलिएको कोरोना महामारीको असरको उत्पादन हो । कोरोना कहरले विश्व ब्राइटमैर उत्पादन र आपूर्तिको शृङ्खला बिथोलिएको छ । यो दुई वर्षमा उत्पादन, माग र आपूर्तिकी देखिएको असन्तुलनले प्रयोक्त वस्तु र सेवाको मूल्य आकाशिएको

अवस्था छ । यस्तोमा आयातमा आधारित

शोषणको प्रपञ्च मिलाइएको छ । सरकार र निजी क्षेत्रको यो मनोविज्ञानको अर्थतन्त्रमा बाह्य त्रैको दबाव अर्थतन्त्रको सप्ताह देख त पाइन्छ, तर सार्थकता सम्भव छैन ।

औ द्यो गिकीकरणको नाममा व्यापारिक वर्ष

**जे जस्तो भएपनि स्वदेशी वस्तु नै उपभोग गरौ भन्ने खालको भावनात्मक कुराले धेरै दिन चल्दैन, बजार त प्रतिस्पर्धी गुणले तथ गर्ने हो । हामीले अहिलेसम्म उत्पादनलाई सही ढङ्गले परिचालन गर्न नसकदा प्रतिस्पर्धामा अगाडि बढन सकेनौ ।**

२०७९/८० को वार्षिक बजेटको तयारीमै रहेकोले पनि अहिलेको आर्थिक परिदृश्यलाई सम्बोधन गर्नेगरी बजेट ल्याउन्पर्ने हुन्छ । यसले पनि विदेशी विनियम सञ्चितमा असहजतालाई अस्वीकार गरिराख्नुपर



# पर्सा र बाराका तीन स्थानमा रक्तदान वैशाख ११ र १२ गते उम्मेदवारीको मनोनयन

प्रस, वीरगंज, १० वैशाख/

पर्सा जिल्लाको एक र बारा थिए। खुशबू कुमारी, पतासी देवी, अनिशा जिल्लाका दुई स्थान गरी शनिवार तीन कुमारी, राजकुमार मण्डल, राजेश्वर



ठाउँमा रक्तदान भएको छ।

पर्सा जिल्लाको विन्ध्यवासिनी गापाको प्रसानीभाटामा आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा चारजना

महिलासहित ३२ जनाले रक्तदान गरेका

थिए। खुशबू कुमारी, पतासी देवी, अनिशा

जिल्लाका

दुई स्थान गरी शनिवार तीन

कुमारी, राजकुमार मण्डल, राजेश्वर

रक्तदान गरेको छ।

मुखिया, राजकुमारलगायतले रक्तदान

गरेको रक्तसञ्चार केन्द्र, वीरगंजका

राजन श्रीवास्तवले बताए।

यसैगरी, बारा जिल्लाको नौतनमा

पाण्डेल बताए।

नवनिर्मित एलएक्स न्यूरो अस्पतालद्वारा

आयोजित रक्तदान कार्यक्रममा तीनजना

महिलासहित ४३ जनाले रक्तदान गरेको

रक्तसञ्चार केन्द्र, वीरगंजका प्राविधिक

धीरेन्द्र ज्ञाले बताए। फुलिहारी देवी,

राजमती देवी, विजय पटेल, सन्तोष

कुमार, बलिराम महतो, सञ्जय पटेल,

युवराज पाण्डेलगायतले रक्तदान गरेको

थिए।

यसैगरी, बारा को महागढीमाई

नगरपालिकामा 'आउ, मिली सहयोग

गराई' संस्थाले आयोजना गरेको रक्तदान

कार्यक्रममा दुईजना महिलासहित ३३

जनाले रक्तदान गरेको रक्तसञ्चार केन्द्र,

वीरगंजका प्राविधिक प्रमुख सौरभराज

पाण्डेल बताए।

काठमाडौं, १० वैशाख/रासस

यही वैशाख ३० का लागि तोकिएको

स्थानीय तहको निर्वाचनको सबै तयारी

निर्वाचन कार्यालयिका बोर्डिङम व्यवस्थित

र प्रभावकारी ढङ्गले भइरहेको निर्वाचन

आयोगले जनाएको छ।

देशका ७५३ वटै स्थानीय तहमा मुख्य

निर्वाचन अधिकृत तथा निर्वाचन

अधिकृतहरूको कार्यालय स्थापना भई

कार्य सञ्चालन र मतदान केन्द्रमा प्रयोग

हुने सामग्री पठाउने कार्य निरन्तर

भडाहेको आयोगले शनिवार आयोजना

गरेको विशेष पत्रकार सम्मेलनमा

जानकारी दिएको छ।

प्रमुख आयुक्त थपलियाले निर्वाचन

आचारसंहिताको कार्यालयनका क्रममा

सामाजिक सञ्जाललाई नियमन र

व्यवस्थित गर्न आयोगले चौंडै थप निर्णय

गर्न जानकारी पनि दिए।

आयोगका सहसचिव एंव प्रवक्ता

शालिग्राम शर्मा पौडेलले जारी गरेको

विजितिमा निर्वाचनमा चुन्ने र चुनिन

पाउने नागरिक अधिकारलाई उच्च

सम्मान गर्दै स्वच्छ,

स्वतन्त्र र भयमुक्त

वातावरणमा आचारसंहिताको

कार्यालयनका क्रममा

सामाजिक सञ्जाललाई नियमन पत्र दर्ता

गर्न आम नागरिकको नैसर्गिक अधिकार

सुनिश्चित गर्न आयोग सधै प्रतिबद्ध रहेको

जानाइएको छ।

कानूनले तोकेको योग्यता पूरा गर्ने

सबै मतदाताले आफूले चाहेको पदमा

उम्मेदवारी दिन सक्ने वातावरणको

सिर्जना गरिदिन आयोग सबै राजनीतिक

दल, नेपाल सरकार, प्रदेश सरकार,

स्थानीय तह, स्थानीय प्रशासन, सुरक्षा

निकाय, नागरिक समाज, आमसञ्चार

को त्रिलगायत सम्बन्धित सबै

सरकारावालामा आयोगले भनेको

हुने भएकाले सबैत रहन आयोगले भनेको

छ।

जुलूस, आमसभा, च्याली, बैठक

आदिमा भाग लिने वा प्रचारप्रसार गर्ने

व्यक्तिले आचारसंहिताले तोकेको भन्दा

विपरीत हुने गरी सम्बन्धित दलको

निर्वाचन चिह्न वाला भन्डा अङ्गित लागो

वा स्टिकर वा कपडा, टोपी वा क्याप,

भेस्ट, टिस्ट, ज्याकेट, कमिज, गम्भा,

ब्याच,

मास्क वा लकेट लगाएमा वा

झोला बोकेमा सम्बन्धित व्यक्ति तै

कारबाहीको भागीदार हुने भएको हुँदा

यस्तो कार्यालय सजग रहन आयोगले सबै

मतदाताहरूमा अनुरोध गरेको छ।

उम्मेदवारीका लागि मतोनयनपत्र दर्ता

गर्न जाँदा निर्वाचन आचारसंहिताले

तोकेमोजिमको आचरण पालना गरिदिन

आयोगले अपील गरेको छ।

यदि आचारसंहिताविपरीत कार्य

भए/ गरेको पाइएमा आयोगले

कानूनबोमोजिम कारबाही हुने र यसबाट

उम्मेदवारको उम्मेदवारी प्रक्रियामा तै

गम्भीर असर पर्न सक्ने हुँदा समयमा तै

सचेत रहन उम्मेदवार हुन चाहने सबै

मतदातामा आयोगले जानकारी गराएको

छ।

सेढवामा नेकाको युवा परिचालन समिति

प्रस, सेढवा, १० वैशाख/

स्थानीय तहको निर्वाचनमा नेपाली

काङ्गेसलाई जिताउनी अभियान अन्तर्गत

शनिवार जीराभवानी गाउँपालिका-२

सेढवामा युवा परिचालन समिति गठन

भएको छ।

नेपाली काङ्गेसका उम्मेदवारलाई

विजय गराउन चुनावी प्रचारप्रसारका

लागि भज्जीत रायपो अध्यक्षतामा ३१

सदस्यीय युवा परिचालन समिति गठन

गरिएको छ।

समितिका सदस्यहरूले मतदाता

ती संयोजकको सक्रियतामा पालिकामा

एमालेका उम्मेदवारहरूको चुनावी

प्रचाराको जिम्मेदारी वहन गर्नुपर्ने निर्णय

भएको छ।

एमाले बाराको प्राप्तिको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा

प्रेस चौतारी मध्येस प्रदेशका इन्वार्ज कमल

उपाध्याय, प्रेस चौतारीका पूर्व केन्द्रीय

सदस्य गोकुल घोरसाइनेलगायतको

संयोजक तोकिने र

अध्यक्ष दिवाकर भण्डारीले बताए।

ती सुवेदीको अध्यक्षतामा भएको कार्यक्रममा

प्रेस चौतारी मध्येस प्रदेशका इन्वार्ज कमल

उपाध्याय, प्रेस चौतारीका पूर्व केन्द्रीय

सदस्य गोकुल घोरसाइनेलगायतको

संयोजक तोकिने र

अध्यक्ष दिवाकर भण्डारीले बताए।